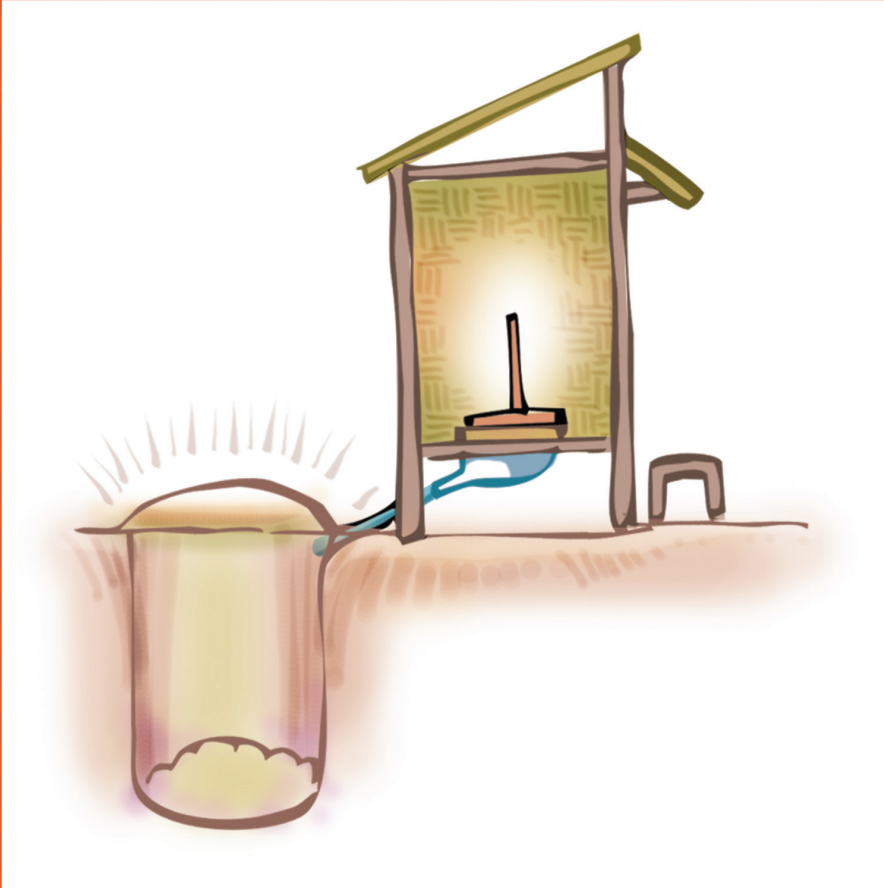




ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန



# ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်တဲ့ အိမ်သာ



အိမ်သာကျင်းကို  
အဖုံးနဲ့ အုပ်ထားပါ



အိမ်သာကိုသုံးပြီးတိုင်း  
ရေနဲ့ သန့်ရှင်းအောင် ဆေးချပါ



အိမ်သာကို သန့်ရှင်းရေး  
ပုံမှန်ပြုလုပ်ပါ



ယင်မနားအောင်နဲ့ ကျင်းထဲကို  
ယင်မဝင်အောင် အိမ်သာခွက်ကို  
အဖုံးဖုံးထားပါ



အိမ်သာတက်ပြီးတဲ့အခါတိုင်း  
လက်ကိုဆပ်ပြာနဲ့  
စင်ကြယ်အောင် ဆေးကြောပါ



အရွယ်မရောက်သေးတဲ့  
ကလေးငယ်ရဲ့ မစင်တွေကို  
အိမ်သာမှာသာ ခွန်ပစ်ပါ



ကလေးငယ်တွေ အိမ်သာကို  
အသုံးပြုတက်အောင်  
သင်ကြားပြသပေးပါ



ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးဂါကင်းဖို့  
ယင်လုံအိမ်သာသုံးကြစို့