

NASHVILLE မြို့ပြန်ဖွင့်ခြင်းအတွက် လမ်းပြမြေပုံ ROADMAP FOR REOPENING NASHVILLE

Nashville မြို့သည် မြို့တော်ပြန်လည်ပြီး လည်ပတ်နိုင်ရန်အတွက် အောက်ပါစီမံကိန်းကို ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ အမှန်တကယ်ခက်ခဲသည်မှာ ကျွန်ုပ်တို့မြို့သည် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး အတွက် ထိရောက်သောကာကွယ်ဆေးမရမချင်း ကျွန်ုပ်တို့၏မြို့သည် COVID-19 ဖြင့် ရှင်သန်နေထိုင်ရမည်။ COVID-19 ဖြင့် နေထိုင်ခြင်းဆိုသည်မှာ COVID-19 ရှိလျှက်နှင့်ပင် ပြန်လည်ဆောင်ရွက်သွားရန် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့အားလုံးသည် ယခင်အတိုင်း ပြန်မဖြစ်စေရန်အတွက် ရောဂါကူးစက်မှုနှုန်းမြင့်တက်ခြင်းကိုမဖန်တီးမိစေရန် ကျွန်ုပ်တို့ သေချာစွာ ဆောင်ရွက်သွားရပါမည်။ Nashville မြို့၏စီးပွားရေးကို အဆင့်လေးဆင့်ဖြင့် ဖွင့်လှစ်သွားပါမည်။ ရက်ပေါင်း ၁၄ ရက် အပြုသဘောဆောင်သော တိုးတက်မှု/ တည်ငြိမ်မှုတို့ ရှိခဲ့ပါက ၊ ကျွန်ုပ်တို့သည် နောက်တစ်ဆင့်သို့ ရွှေ့သွားပါမည်။

လက်ရှိ အချိန်	ဒေသခံ/ နေထိုင်ကြသူများ အားလုံး	စားသောက်ဆိုင်များနှင့် အစားအသောက်များ ရနိုင်သည့်ဘားဆိုင်များ	ဘားဆိုင်များနှင့် ဖျော်ဖြေတင်ဆက် သည့်နေရာများ	လက်လီအရောင်း ဆိုင်များနှင့်စီးပွားရေး လုပ်ငန်းကြီးများ	လက်သည်း အလုပ်ဆိုင်များ၊ ဆံပင်အလုပ်ဆိုင် များ၊အနှိပ်ဆိုင်များ စသည်တို့	ဆေးခန်းများနှင့် သွားဆေးခန်းများ	အားကစားရုံများ နှင့်လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သည့်နေရာများ	ကစားကွင်းများ၊ တင်းနစ်ကွင်းနှင့် ဘတ်စကက်ဘော ကွင်းများ	အားကစား ပြုလုပ်သည့် နေရာများ
	ဒေသခံများသည် အမှန်တကယ် မလိုအပ်ပါက အိမ်၌သာ နေကြပါ။ မလိုအပ်ပါက အိမ်မှသာ အလုပ်လုပ်ကြပါ။ အပြင်သွားတိုင်း masks မျက်နှာဖုံး တပ်ရမည်။ ကျောင်းများပိတ်သည်။ လူ ၁၀ ယောက်အထက် မစုရ။	ပိတ်သည်။ ဆိုင်ပြင်ပ၌သာ ဝန်ဆောင်မှု ပေးခြင်းနှင့် ပါဆယ်ယူခြင်း	ပိတ်သည်။	ပိတ်သည်။	ပိတ်သည်။	အသက် ၇၀ အောက် များအတွက် ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်နှင့် သတ်မှတ်ထားသည့် နည်းလမ်းများကို ဧပြီ ၃၀ မှ စတင်ခြင်း။ ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်။	ပိတ်သည်။	ပိတ်သည်။	ပိတ်သည်။

အကယ်၍ ရက်ပေါင်း ၁၄ ရက်အတွင်း အပြုသဘောဆောင်သောတိုးတက်မှု/တည်ငြိမ်မှုများရှိခဲ့ပါက ၊ Phase One ကို စတင်သွားမည်။

ROADMAP FOR REOPENING NASHVILLE

Phase One ပထမ အဆင့်	ဒေသခံ/ နေထိုင်ကြသူများ အားလုံး	စားသောက်ဆိုင်များနှင့် အစားအသောက်များ ရနိုင်သည့်အဆင့်များ	အရက်အားဆိုင်များ နှင့်ဖျော်ဖြေတင်ဆက် သည့်နေရာများ	လက်လီအရောင်း ဆိုင်များနှင့်စီးပွားရေး လုပ်ငန်းကြီးများ	လက်သည်း အလုပ်ဆိုင်များ၊ ဆံပင်အလုပ်ဆိုင် များ၊အနှိပ်ဆိုင်များ စသည်တို့	ဆေးခန်းများနှင့် သွားဆေးခန်းများ	အားကစားရုံများ နှင့်လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သည့်နေရာများ	ကစားကွင်းများ၊ တင်းနစ်ကွင်းနှင့် ဘတ်စကက်ဘော ကွင်းများ	အားကစား ပြုလုပ်သည့် နေရာများ
	<p>အသက် ၆၅ အထက် နှင့် ကျန်းမာရေး အားနည်းသူများ အိမ်၌နေကြပါ</p> <p>အတတ်နိုင်ဆုံး အိမ်မှ အလုပ်လုပ်ကြပါ</p> <p>အပြင်သွားတိုင်း masks မျက်နှာဖုံး တပ်ရမည်</p> <p>ကျောင်းများပိတ်သည်</p> <p>လူ ၁၀ ယောက် ထက်များ၍ မစုဝေးရ</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန့်သည့် လူဦးရေတစ်ဝက် ဖြင့်သာ ဖွင့်ရမည်</p> <p>အသုံးပြုပြီးတိုင်း မျက်နှာပြင်များကို ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p> <p>ဘားများပိတ်၍ live music ဂီတဖျော်ဖြေမှုများ မရှိရ</p>	<p>ပိတ်သည်</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန့်သည့် လူဦးရေတစ်ဝက် ဖြင့်သာ ဆိုင်ဖွင့်ရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ပိတ်သည်</p>	<p>အသက် ၇၀ အောက် များအတွက် ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်နှင့် သတ်မှတ်ထားသည့် နည်းလမ်းများ</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ပိတ်သည်</p>	<p>ပိတ်သည်</p>	<p>ပိတ်သည်</p>
<p style="font-size: 2em;">↓</p>					<p style="font-size: 2em;">↑</p>				
<p>အကယ်၍ ရက်ပေါင်း ၁၄ ရက်အတွင်း အပြုသဘောဆောင်သောတိုးတက်မှု/တည်ငြိမ်မှုများ ရှိခဲ့ပါက ၊ Phase Two ကို စတင်သွားမည်။</p>					<p>အကယ်၍ တိုးတက်မှုများမရှိခဲ့ပါက ၊ Phase One သို့ ပြန်ရောက်သွားမည်။</p>				

ROADMAP FOR REOPENING NASHVILLE

Phase Two ဒုတိယ အဆင့်	ဒေသခံ/ နေထိုင်ကြသူများ အားလုံး	စားသောက်ဆိုင်များနှင့် အစားအသောက်များ ရနိုင်သည့်ဘားဆိုင်များ	ဘားဆိုင်များနှင့် ဖျော်ဖြေတင်ဆက် သည့်နေရာများ	လက်လီအရောင်း ဆိုင်များနှင့်စီးပွားရေး လုပ်ငန်းကြီးများ	လက်သည်း အလှပြင်ဆိုင်များ၊ ဆံပင်အလှပြင်ဆိုင် များ၊အနှိပ်ဆိုင်များ စသည်တို့	ဆေးခန်းများနှင့် သွားဆေးခန်းများ	အားကစားရုံများ နှင့်လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သည့်နေရာများ	ကစားကွင်းများ၊ တင်းနစ်ကွင်းနှင့် ဘတ်စကက်ဘော ကွင်းများ	အားကစား ပြုလုပ်သည့် နေရာများ
	<p>အသက် ၆၅ အထက် နှင့် ကျန်းမာရေး အားနည်းသူများ အိမ်၌ နေကြပါ</p> <p>အတတ်နိုင်ဆုံး အိမ်မှ အလုပ်လုပ်ကြပါ</p> <p>အပြင်သွားသည့်အခါ masks မျက်နှာဖုံး တပ်ရမည်</p> <p>ကျောင်းများပိတ်သည်</p> <p>အယောက် ၅၀ အထိ စုဝေးခြင်းများ (အစည်းအဝေးများ၊ ဘာသာရေး ဝတ်ပြုခြင်းများ၊ မင်္ဂလာဆောင်ပွဲများ စသည်တို့)</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်းသည့် လူဦးရေ၏ လေးပုံသုံးပုံသာ ဖွင့်ရမည်</p> <p>အသုံးပြုပြီးတိုင်း မျက်နှာပြင်များကို ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p> <p>ဘားများပိတ်၍ live music ဂီတဖျော်ဖြေမှုများ မရှိရ</p>	<p>ပိတ်သည်</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်းသည့် လူဦးရေ၏ လေးပုံသုံးပုံသာ ဆိုင်ဖွင့်ရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ရက်ချိန်း အပွိုင့်မင့်ဖြင့်သာ ဖွင့်ရမည် walk-ins မရှိရ</p> <p>ဝန်ထမ်းဦးရေ အကန့်အသတ်နှင့် customers ဈေးဝယ်သူများကို ၁၀ ယောက်အထိ သတ်မှတ်ထားပါ</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>အသက်အရွယ် အားလုံးအတွက် ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် နှင့်သတ်မှတ် ထားသည့် နည်းလမ်းများ</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ပိတ်သည်</p>	<p>social distancing လူများစွာ စုဝေးခြင်းကို ရှောင်ပြီး ဖွင့်ရမည်</p>	<p>ပိတ်သည်</p>
<p>အကယ်၍ ရက်ပေါင်း ၁၄ ရက်အတွင်း အပြုသဘောဆောင်သောတိုးတက်မှု/ တည်ငြိမ်မှုများရှိခဲ့ပါက ၊ Phase Three ကို စတင်သွားမည်။</p> <p style="text-align: center;">↓</p>					<p style="text-align: center;">↑</p> <p>အကယ်၍ တိုးတက်မှုများမရှိခဲ့ပါက ၊ Phase Two သို့ ပြန်ရောက်သွားမည်။</p>				

ROADMAP FOR REOPENING NASHVILLE

Phase Three တတိယ အဆင့်	ဒေသခံ/ နေထိုင်ကြသူများ အားလုံး	စားသောက်ဆိုင်များနှင့် အစားအသောက်များ ရနိုင်သည့်ဘားဆိုင်များ	ဘားဆိုင်များနှင့် ဖျော်ဖြေတင်ဆက် သည့်နေရာများ	လက်လီအရောင်း ဆိုင်များနှင့်စီးပွားရေး လုပ်ငန်းကြီးများ	လက်သည်း အလှပြင်ဆိုင်များ၊ ဆံပင်အလှပြင်ဆိုင် များ၊အနှိပ်ဆိုင်များ စသည်တို့	ဆေးခန်းများနှင့် သွားဆေးခန်းများ	အားကစားရုံများ နှင့်လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သည့်နေရာများ	ကစားကွင်းများ၊ တင်းနစ်ကွင်းနှင့် ဘတ်စကက်ဘော ကွင်းများ	အားကစား ပြုလုပ်သည့် နေရာများ
	<p>အသက် ၆၅ အထက် နှင့် ကျန်းမာရေး အားနည်းသူများ အိမ်၌နေကြပါ</p> <p>ဖြစ်နိုင်ပါက အိမ်မှ အလုပ်လုပ်ကြပါ</p> <p>အပြင်သွားတိုင်း masks မျက်နှာဖုံး တပ်ရမည်</p> <p>လူနေထိုင်မှုမရှိသည့် နေရာရှိ သူငယ်တန်းမှ ၁၂တန်းအထိရှိသော ကျောင်းများ ပြန်ဖွင့်နိုင်ပါသည်</p> <p>လူ ၁၀၀ အထိ စုဝေးခြင်း (အစည်း အဝေးများ၊ဘာသာ ရေးဝတ်ပြုခြင်းများ၊ မင်္ဂလာဆောင်ပွဲများ စသည်တို့)</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်းသည့် လူဦးရေအတိုင်း ဖွင့်နိုင်သည်</p> <p>အသုံးပြုပြီးတိုင်း မျက်နှာပြင်များကို ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p> <p>ဘားများကို လူဦးရေ ၅၀ % ဖြင့် ဖွင့်ပြီး ဘား၌ မရပ်ရ</p> <p>live music ဂီတဖျော်ဖြေမှုများကို ခွင့်ပြုပါသည်</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်းသည့် လူဦးရေတစ်ဝက် ဖြင့်သာ ဖွင့်ရမည်</p> <p>tours ခရီးစဉ်များ၊ ပြတိုက်များ၊ ပြဇာတ်ရုံများ စသည်တို့</p> <p>အသုံးပြုပြီးတိုင်း မျက်နှာပြင်များကို ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်းသည့် လူဦးရေအတိုင်း ဖွင့်နိုင်သည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ရက်ချိန်း အပွိုင့်မင့်ဖြင့်သာ ဖွင့်ရမည် walk-ins မရှိရ</p> <p>ဝန်ထမ်းဦးရေ အကန့်အသတ်နှင့် customers ဈေးဝယ်သူများကို ၁၀ ယောက်အထိ သတ်မှတ်ထားပါ</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>အသက်အရွယ် အားလုံးအတွက် ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် နှင့်သတ်မှတ် ထားသည့် နည်းလမ်းများ</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ဖွင့်သည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p> <p>ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ် အသုံးပြုပြီးတိုင်း ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p>	<p>social distancing လူများစွာ စုဝေးခြင်းကို ရှောင်ပြီး ဖွင့်ရမည်</p>	<p>ပိတ်သည်</p>
<p>အကယ်၍ ရက်ပေါင်း ၁၄ ရက်အတွင်း အပြုသဘောဆောင်သောတိုးတက်မှု/ တည်ငြိမ်မှုများရှိခဲ့ပါက ၊ Phase Four ကို စတင်သွားမည်။</p> <p style="text-align: center;">↓</p>					<p style="text-align: center;">↑</p> <p>အကယ်၍ တိုးတက်မှုများမရှိခဲ့ပါက ၊ Phase Three သို့ ပြန်ရောက်သွားမည်။</p>				

ROADMAP FOR REOPENING NASHVILLE

Phase Four စတုတ္ထ အဆင့်	ဒေသခံ/ နေထိုင်ကြသူများ အားလုံး	စားသောက်ဆိုင်များနှင့် အစားအသောက်များ ရနိုင်သည့်ဘားဆိုင်များ	ဘားဆိုင်များနှင့် ဖျော်ဖြေတင်ဆက် သည့်နေရာများ	လက်လီအရောင်း ဆိုင်များနှင့်စီးပွားရေး လုပ်ငန်းကြီးများ	လက်သည်း အလုပ်ဆိုင်များ၊ ဆံပင်အလုပ်ဆိုင် များ၊အနှိပ်ဆိုင်များ	ဆေးခန်းများနှင့် သွားဆေးခန်းများ	အားကစားရုံများ နှင့်လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်သည့်နေရာများ	ကစားကွင်းများ၊ တင်းနစ်ကွင်းနှင့် ဘတ်စကက်ဘော ကွင်းများ	အားကစား ပြုလုပ်သည့် နေရာများ
	<p>အသက် ၆၅ အထက် နှင့် ကျန်းမာရေး အားနည်းသူများ အိမ်၌နေကြပါ</p> <p>မိမိသဘောအတိုင်း အိမ်မှ အလုပ်လုပ်နိုင်</p> <p>Masks တပ်မတပ်မှာ မိမိသဘောအတိုင်း ဖြစ်သော်လည်း တပ်စေချင်ပါသည်</p> <p>လူနေထိုင်မှုမရှိသည့် နေရာရှိ သူငယ်တန်းမှ ၁၂တန်းအထိရှိသော ကျောင်းများ ပြန်ဖွင့်နိုင်ပါသည်</p> <p>လူ ၁၀၀ အထက် စုဝေးခြင်း (အစည်း အဝေးများ၊ဘာသာ ရေး ဝတ်ပြုခြင်းများ၊ မင်္ဂလာဆောင်ပွဲများ)</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်သည့် လူဦးရေအတိုင်း ဆိုင်ဖွင့်နိုင်သည်</p> <p>အသုံးပြုပြီးတိုင်း မျက်နှာပြင်များကို ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများ masks တပ်သည် မတပ်သည်မှာ မိမိသဘောအတိုင်း ဖြစ်သော်လည်း masks များကို တပ်စေချင်ပါသည်</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်သည့် လူဦးရေအတိုင်း ဆိုင်ဖွင့်နိုင်သည်</p> <p>အသုံးပြုပြီးတိုင်း မျက်နှာပြင်များကို ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများ masks တပ်သည် မတပ်သည်မှာ မိမိသဘောအတိုင်း ဖြစ်သော်လည်း masks များကို တပ်စေချင်ပါသည်</p>	<p>ဆိုင်ခန်းဆန်သည့် လူဦးရေအတိုင်း ဆိုင်ဖွင့်နိုင်သည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများ masks တပ်သည် မတပ်သည်မှာ မိမိသဘောအတိုင်း ဖြစ်သော်လည်း masks များကို တပ်စေချင်ပါသည်</p>	<p>ရက်ချိန်း အပွိုင့်မင့်ဖြင့်သာ ဖွင့်ရမည် walk-ins မရှိရ</p> <p>ဝန်ထမ်းဦးရေ အကန့်အသတ်နှင့် customers များကို ၁၀ ယောက်အထိ သတ်မှတ်ထားပါ</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများ masks တပ်သည် မတပ်သည်မှာ မိမိသဘောအတိုင်း ဖြစ်သော်လည်း masks များကို တပ်စေချင်ပါသည်</p>	<p>အသက်အရွယ် အားလုံးအတွက် ပုံမှန်လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် နှင့်သတ်မှတ် ထားသည့် နည်းလမ်းများ</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေး၍ masks တပ်ခိုင်းရမည်</p>	<p>ဖွင့်သည်</p> <p>ပစ္စည်းများကို ကိုင်တွယ် အသုံးပြုပြီးတိုင်း ဆေးကြော သန့်ရှင်းရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများ masks တပ်သည် မတပ်သည်မှာ မိမိသဘောအတိုင်း ဖြစ်သော်လည်း masks များကို တပ်စေချင်ပါသည်</p>	<p>ဖွင့်သည်</p>	<p>ဖွင့်သည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများကို နေ့စဉ် ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးရမည်</p> <p>ဝန်ထမ်းများ masks တပ်သည် မတပ်သည်မှာ မိမိသဘော အတိုင်း ဖြစ်သော်လည်း masks များကို တပ်စေချင် ပါသည်</p>

ယခင်အဆင့်များသို့ ပြန်လည်ပို့ဆောင်နိုင်ချေရှိသည့် COVID-19 ဆက်တိုက်ဖြစ်ပွားခြင်းကို Nashville မြို့မှ တွေ့ကြုံနိုင်ပါသည်။ Nashville ၌ နေထိုင်သူများနှင့် စီးပွားရေး လုပ်ငန်းများသည် စီမံကိန်း အဆင့်တစ်ခုတိုင်းကို ဂရုစိုက်ပြီးလိုက်နာလေ့၊ လမ်းကြောင်းပေါ်၌ ကျွန်ုပ်တို့ ဆက်လက်ရှိသွားမည်ဖြစ်ပြီး ပို၍လုံခြုံစိတ်ချရသောစီးပွားရေးသို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိသွားနိုင်လေ့ ဖြစ်ပါသည်။