

ခြေလျင်တောင်တက်ခရီးအတွက်
အခြေခံလိုအပ်ချက်
10 ခု

10

အရေးပေါ်ခိုလှုံ့ရန် နေရာ
အပူထိန်းစောင့်၊ ရွက်ဖျင်တံ၊ အိပ်ရာအိတ်၊
ကြိုး/လေထိးကြိုး

1

လမ်းကြောင်းပြစနစ်
မြေပုံ၊ သံလိုက်အိမ်မြောင်း၊ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ
တည်နေရာပြစနစ်၊ ဘက်ထရီအပိုများ

2

အကာအကွယ်ပစ္စည်း
ရေလုံ/လေလုံ ဂျာကင်၊ ဦးထုပ်၊ မျက်နှာဖုံး၊
မျက်မှန်၊ လက်အိပ်၊ အတွင်းခံအနွေးထည်၊ သိုးမွေးခြေအိတ်
(အထပ်ထပ်ဝတ်ပါ၊ အပိုဆောင်သွားပါ)

9

ရေ
ရေအလုံအလောက်၊ ရေသန့်စင်စနစ်၊ အပူထိန်း
ပေးနိုင်သော ရေဘူးများ (ခဲသွားခြင်းမှကာကွယ်ရန်
အိတ်၏အလယ်တွင် ထည့်သွားပါ)

3

အသုံးအဆောင်များ
နှင်းတောစီးဖိနပ်၊ ကုန်အားကောင်းသည့် ကိရိယာ
များ၊ ခြေချင်းဝတ်ဖုံး၊ အနွေးခါတ်ထိန်း/ရေလုံ
ဘွတ်ဖိနပ်များ၊ လမ်းလျှောက်တုတ်များ

8

အာဟာရ
ပရိုတိန်းခါတ်မြင့်မားပြီး ကယ်လိုရီပါဝင်မှုများသည့် အစားအစာ
များ (အပိုဆောင်သွားပါ၊ ခပ်သေးသေးစိပ်သွားပါ၊ ခဲသွားခြင်းမှ
ကာကွယ်ရန် အိတ်၏အလယ်တွင် ထည့်သွားပါ)

4

အလင်းရောင်
ခေါင်းတွင်တပ်ရသည့် မီးအိမ်၊ ဓါတ်မီး၊
မီးအိမ်၊ အပိုဘက်ထရီများ

7

မီး
ရေလုံမီးခြစ်များ၊ မီးခြစ်၊
မီးခတ်ကျောက်များ

6

အရေးပေါ်ကိရိယာ
ဝိစိ၊ အချက်ပြမှန်၊ အချက်ပြမီးကျည်၊
တိပ်ခွေ အိတ်ဆောင် ဓါး/အစုံသုံးကိရိယာ

5

ရှေးဦးသူနာပြု အထောက်အကူ
ပစ္စည်းများ
ကြိုတင်ပြုလုပ်ထားသော ပစ္စည်းအစုံလိုက်
သို့မဟုတ် သင်ကိုယ်တိုင်စီစဉ်ထားသော
ပစ္စည်းအစုံလိုက်

ဘေးကင်းပြီး ပျော်ရွှင်စရာကောင်းသော အတွေ့အကြုံအတွက် ခြေလျင်တောင်တက်ခရီး
အားလုံးတွင် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည့် အခြေခံကျသော ဤပစ္စည်းများကို ဆောင်သွားပါ။