

# ယကြားအိပ် Wisconsin အညှပ် ဖဲလဲဉ်တကလုာ်လဲဉ်.

(Which Wisconsin Fish Should I Eat?)



ညှပ်သ့ာ်တဖၣ် လၢတၢ်ဖိၣ်န့ၣ်အီၤဖဲ Wisconsin သ့ာ်တဖၣ်န့ၣ် မ့ၢ်တၢ်အဂ့ၤလၢကန့ၢ်ဘၣ်ဝဲ ဖရိၣ်ထံ(န), ဘၣ်တၢ်မ့ၢ် ဃီး တၢ်အသိတဖၣ်လၢ အဂ့ၤဒီးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ဘၣ်ဆၣ်ညှပ်အါတက့ၢ်န့ၣ် အိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်အါဘၣ်သီဝဲ, မ့တမ့ၢ် ကံလၢအိၣ်ဒီးတၢ်ဘၣ်သ့ာ်တဖၣ် အိၣ်လၢအဝဲသ့ာ်အပူၤလၢ အမၤဘၣ်ဒိနမိၢ်ပှ်သ့ဝဲ ဖဲတၢ်အိၣ်အဝဲသ့ာ် အါအါကလဲာ်အခါန့ၣ်လီၤ. စူးကါဘၣ်တၢ်န့ၣ်ကျဲဒ်သီး တၢ်ကမၤတၢ်ယု ထၢလၢအပူၤဖျဲးဒီး တၢ်ဘၣ်ယိၣ်ဖဲတၢ်အိၣ်ဝဲညှပ်လၢ တၢ်ဖိၣ်န့ၣ်ဝဲဖဲ Wisconsin ထံကျိထံကွၢ်တဖၣ်အပူၤန့ၣ်လီၤ.

**အိၣ်တဘျီ = သးပှ်အစုလၢ**

(4 အိၣ်စး မ့တမ့ၢ် 115 ကြၢ်(မ))

ထီဘိ ဒုးအိၣ်ဖိသၢ် ညှပ်လၢအစုၤတဖၣ်တက့ၢ်.



ထံကျိထံကွၢ်တနီၤန့ၣ် အိၣ်စ့ၢ်ကီးဝဲဒၣ်ဒီး အတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဟ့ၣ်ဖးလီၤလီၤဆီဆီန့ၣ်လီၤ. စကဲဘၣ် QR ခိးနီၣ်ဂံၢ် (code) ဒ်သီးနကယုန့ၢ်ဝဲတၢ်လီၤလၢနကဖိၣ်ညှပ်အဂီၢ်-



တၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်ဘၣ်ထွဲဒီး Wisconsin ထံအမိၢ်ပုၢ် အိတ  
က့ၢ် လၢအဘၣ်တၢ်ကဝီဃာ်အီၤလၢခိသူၣ်ခိၣ်တဖၣ်  
(တမ့ၢ် Great Lakes)

ပုၤနီၢ်ဂၢ်လၢအတူၢ်  
ဘၣ်တၢ်ညီ

ကမ့ၢ်ထံဖိကီၢ်ဖိ  
နီၢ်ဂၢ် အိတက့ၢ်

တၢ်ဃုထၢ အဂ့ၤကတၢၢ် ညၣ်ရီးဘး(စ) (Rock Bass)

ညၣ်ဘျူက့ (Bluegill) 

 ညၣ်ခရဲးဖံၣ် (Crappie)

ညၣ်မုၢ် (Sunfish) 

 ညၣ်ဆူၣ်က့ၤ (Bullhead)

ညၣ်လၢၢ်ဘီ (Yellow Perch) 


 ညၣ် Inland Trout





အိၣ်အီၤတနံၣ်  
1 ဘျီ


တၢ်ဟံပနီၣ်တအိၣ်ဘၣ်


တၢ်ဃုထၢ အဂ့ၤတဖၣ်

ညၣ်ဝဲလ့ (Walleye) 

ညၣ်ဘူး(စ) (bass) ကိး  
ကလံာ်ဒီး 

ညၣ်ကိာ် (Catfish) 

 ညၣ်ဖဲး (Pike)

ဒီးတၢ်ကိးကလံာ် လၢ  
တၢ်တက့ၢ်ရဲၣ်လီၤအမံၤ  
စရီဖဲအံၤ 

အိၣ်အီၤတလါ  
1 ဘျီ

အိၣ်အီၤတနံၣ်  
1 ဘျီ

ဟးဆဲးအီၤ

ညၣ်မါစကံာ် (Musky) 

အိၣ်တဂ့ၤ

အိၣ်အီၤတလါ  
1 ဘျီ

ပုၤနီၢ်ဂၢ်လၢအတူၢ်ဘၣ်တၢ်ညီ- ပုၤသ့ၣ်တဖၣ်လၢ အဟူးသးအိၣ်ထီၣ်သ့, အိၣ်ဒီးအဟူးအသး မ့တမ့ၢ် ဒူးအိၣ်အဖိန့ၢ် ဒီး ဖိ  
သၣ်လၢ အသးနံၣ် 15 နံၣ်ဆူၣ်အဖိလၢာ်

ပုၤနီၢ်ဂၢ်အိတက့ၢ်- ပုၤအဂၤတဂၤလၢာ်လၢာ်



Wisconsin Department of Health Services  
Bureau of Environmental and Occupational Health  
P-03622CKA (06/2024)

ညၣ်အဂီၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်တၢ်ပျဲလၢ John Lyons, Wisconsin Sea Grant  
(Wisconsin ပီၣ်လဲၣ် စ့တၢ်အိၣ်ထွဲ) န့ၣ်လီၤ