

පටුන

| | පිටු අංකය |
|--|-----------|
| අයදුම්කරුගේ ප්‍රකාශය | ii |
| උපකාරකස්මෘති | iii |
| වගු නාමාවලිය | vi |
| සටහන් නාමාවලිය | ix |
| ප්‍රස්තාර නාමාවලිය | ix |
| 1 වන පරිච්ඡේදය | 1 |
| 1.1 අධ්‍යයනයේ කාලීන වැදගත්කම | 1 |
| 1.2 අධ්‍යයනයේ ගැටළුව | 6 |
| 1.3 අධ්‍යයනයේ අරමුණු | 7 |
| 1.4 දත්ත මූලාශ්‍ර | 8 |
| 1.5 ක්‍රමවේදය | 8 |
| 1.5.1 පෙර පාසල් ළමුන්ගේ පෝෂණ තත්ත්වය නිර්ණය කිරීම | 9 |
| 1.6 සංකල්ප නිර්වචන | 13 |
| 1.7 අධ්‍යයනයේ සීමාවන් | 15 |
| 1.8 පරිච්ඡේද සැළැස්ම (අධ්‍යයනයේ සැළැස්ම) | 16 |
| 2 වන පරිච්ඡේදය | |
| න්‍යායාත්මක පසුබිම හා පූර්ව අධ්‍යයන සමාලෝචනය | |
| 2.1 හැඳින්වීම | 18 |
| 2.2 දිළිඳු බවේ විකාශය | 18 |
| 2.3 දරිද්‍රතාවය අර්ථ දැක්වීම | 19 |
| 2.4 දරිද්‍රතා න්‍යායන් | 21 |
| 2.5 ශ්‍රී ලංකාවේ මානව සංවර්ධනය හා දරිද්‍රතා දර්ශක අතර සම්බන්ධතාවය | 25 |
| 2.6 දරිද්‍රතාවය ඇති වීමට බලපාන හේතු | 29 |
| 2.7 දිළිඳු බව පිටුදැකීමේ ක්‍රියාවලියන් | 41 |
| 2.8 පරිච්ඡේදයේ සාරාංශය | 59 |
| 3 වන පරිච්ඡේදය | |
| ශ්‍රී ලංකාවේ ළමා මන්දපෝෂණය | |
| 3.1 හැඳින්වීම | 61 |
| 3.2 පෝෂණය නිර්ණය වීම | 61 |
| 3.3 පෝෂණ වර්ගීකරණය | 69 |
| 3.4 ශ්‍රී ලංකාවේ ළමයින්ගේ සහ මව්වරුන්ගේ පෝෂණය | 77 |
| 3.5 ශ්‍රී ලංකාවේ ළමා පෝෂණ ගැටළු | 84 |
| 3.5.1 මන්දපෝෂණ ගැටළුව | 85 |
| 3.6 දුප්පත්කම හා මන්දපෝෂණය අතර සම්බන්ධතාවය | 100 |
| 3.7 ශ්‍රී ලංකාවේ ළමා පෝෂණ ප්‍රවර්ධනය අරමුණු කරගත් රාජ්‍ය ප්‍රතිපත්ති | 100 |

4 වන පරිච්ඡේදය

අධ්‍යයන ප්‍රදේශය විස්තර කිරීම

| | | |
|-----|-------------------------------------|-----|
| 4.1 | හැඳින්වීම | 108 |
| 4.2 | භෞතික පිහිටීම | 109 |
| 4.3 | ජනගහනය | 111 |
| 4.4 | ආර්ථික තත්ත්වය | 114 |
| 4.5 | අධ්‍යාපන පහසුකම් | 116 |
| 4.6 | සෞඛ්‍ය හා සනීපාරක්ෂක පහසුකම් | 117 |
| 4.7 | ආගමික පසුබිම සහ සංවිධාන | 120 |
| 4.8 | අධ්‍යයන ප්‍රදේශයේ පෙර පාසල් තොරතුරු | 121 |

5 වන පරිච්ඡේදය

ලමා මන්දපෝෂණය හා දරිද්‍රතාවය

| | | |
|-------|--|-----|
| 5.1 | හැඳින්වීම | 123 |
| 5.2 | ප්‍රජා විද්‍යාත්මක සහ සමාජයීය විද්‍යාත්මක තොරතුරු | 126 |
| 5.3 | සෞඛ්‍යය, සනීපාරක්ෂාව සහ පාරිසරික පවිත්‍රතාව | 134 |
| 5.4 | ලමා පෝෂණය | 145 |
| 5.4.1 | ලමා පෝෂණයට බලපාන සාධක (දරිද්‍රතාවය හා අනෙකුත් සාධක) හඳුනා ගැනීම | 146 |
| 5.5 | සමීක්ෂිත පෙර පාසල් ළමුන්ගේ පෝෂණ තත්ත්වය | 161 |
| 5.6 | සමීක්ෂිත පෙර පාසැල් තුළ ක්‍රියාත්මක වන පෝෂණ වැඩ සටහන් | 165 |
| 5.7 | පරිච්ඡේදයේ සාරාංශය | 166 |

6 වන පරිච්ඡේදය

සාරාංශය, නිගමන සහ යෝජනා

| | | |
|-----|---------|-----|
| 6.1 | සාරාංශය | 171 |
| 6.2 | නිගමන | 173 |
| 6.3 | යෝජනා | 176 |

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

උපග්‍රන්ථය

- උපග්‍රන්ථය 1 - ක්‍ෂේත්‍ර අධ්‍යයන ප්‍රශ්නාවලිය
- උපග්‍රන්ථය 2 - මන්දපෝෂණයට ලක් වූ දරුවන්
- උපග්‍රන්ථය 3 - The Growth Chart
- උපග්‍රන්ථය 4 - අධ්‍යයන ප්‍රදේශයේ සිතියම

වගු නාමාවලිය

| වගු අංකය | | පිටු අංකය |
|----------|---|-----------|
| 1.1 | රටවල් කිහිපයක ළදරු මරණ අනුපාත | 3 |
| 2.1 | ආසියානු රටවල් කිහිපයක ළදරු මරණ අනුපාතික | 27 |
| 2.2 | 1950-2003 ශ්‍රී ලංකාවේ ආර්ථික වර්ධනයත් සහ මූර්ත ඒක පුද්ගල ආදායම් වර්ධනය | 31 |
| 2.3 | දකුණු ආසියානු කලාපය තුළ ශ්‍රී ලංකාවේ ආර්ථික වර්ධනය සහ ඒක පුද්ගල දළ දේශීය නිෂ්පාදිතයේ වර්ධනය | 33 |
| 2.4 | ශ්‍රී ලංකාවේ සේවා විප්ලවයේ ප්‍රමාණය සහ පුමිතිරි භාවය අනුව සේවා විප්ලවය | 37 |
| 2.5 | ආර්ථික, පෝෂණ හා රැකවරණය සඳහා දෙමාපියන් හා වැඩිහිටියන් මත තාරුණයේ යැපුම් මට්ටම | 38 |
| 2.6 | අධ්‍යාපනය හා සෞඛ්‍ය සඳහා රජයේ වියදම් | 46 |
| 2.7 | ශ්‍රී ලංකාවේ සහ සාක් කලාපීය රටවල සෞඛ්‍යය, අධ්‍යාපනය සහ ආරක්‍ෂාව සඳහා මුදල් වෙන් කිරීම් | 47 |
| 2.8 | සහනාධාර පවුල් සංඛ්‍යාව සහ ප්‍රධානියන්හි වටිනාකම 2001-2003 | 50 |
| 3.1 | පුද්ගලයෙකුට දිනකට අවශ්‍ය කැලරි ප්‍රමාණය | 70 |
| 3.2 | ස්ත්‍රීයකගේ සාමාන්‍ය සහ ගැබ්ණි අවස්ථාවන්හි දෛනික පෝෂණ අවශ්‍යතා | 78 |
| 3.3 | ශ්‍රී ලංකාවේ මානව සංවර්ධන දර්ශක | 81 |
| 3.4 | ශ්‍රී ලංකාවේ මන්දපෝෂණ ව්‍යාප්තිය | 87 |
| 3.5 | ශ්‍රී ලංකාවේ සහ වෙනත් රටවල මන්දපෝෂණ තත්ත්වය | 89 |
| 3.6 | වයසට ප්‍රමාණවත් බර නොමැති ළමා ප්‍රතිශතය | 92 |
| 3.7 | ළමයින් අතර පෝෂණය නිරක්තිය | 94 |
| 3.8 | පළාත් අනුව පෝෂණය නිරක්තියේ ව්‍යාප්තිය | 95 |
| 3.9 | පාසල් ළමුන් අතර ගලගණ්ඩය රෝගයේ ව්‍යාප්තිය - 1987 | 96 |
| 3.10 | වයස මාස 6-71 අතර දරුවන් අතර බිටෝ ලප සහ රාත්‍රී අන්ධතාව රෝග ව්‍යාප්තිය | 99 |
| 4.1 | ජනගහනය අනුව කළුතර සහ ශ්‍රී ලංකාව | 112 |
| 4.2 | අධ්‍යයන ප්‍රදේශයේ ජනගහනය, වයස් කාණ්ඩ හා ස්ත්‍රී/පුරුෂ සංයුතිය | 112 |
| 4.3 | ප්‍රදේශයේ ජනතාවගේ අධ්‍යාපන මට්ටම | 116 |
| 4.4 | ග්‍රාමීය අංශය පානීය ජලය ලබා ගන්නා අන්දම | 118 |
| 5.1 | වයස් කාණ්ඩ අනුව හා පුමිතිරි භාවය අනුව ජනගහනයේ සංයුතිය | 123 |

| | | |
|------|--|-----|
| 5.2 | ශ්‍රී ලංකාවේ සහ වෙනත් රටවල වයස් සංයුතිය අනුව ජනගහනය | 125 |
| 5.3 | පවුලේ සාමාජික තොරතුරු | 126 |
| 5.4 | ප්‍රදේශයේ අධ්‍යාපන තත්ත්වය | 127 |
| 5.5 | අධ්‍යාපන තත්ත්වය රටවල් සහ කලාපීය වශයෙන් | 128 |
| 5.6 | ප්‍රදේශයේ ජනතාවගේ ජීවනෝපාය මාර්ග | 130 |
| 5.7 | ආදායම් කාණ්ඩ අනුව පවුල් සංඛ්‍යාව | 131 |
| 5.8 | ආදායම් ව්‍යාප්තියේ විෂමතාව නාගරික සහ ග්‍රාමීය වශයෙන් හඳුනා ගැනීම | 133 |
| 5.9 | සමීක්ෂිත පවුල් 450 ට අයත් නිවාසයන්හි තත්ත්වය | 134 |
| 5.10 | සමීක්ෂිත නිවාසයන්හි වැසිකිළිවල තත්ත්වය | 136 |
| 5.11 | කළුතර දිස්ත්‍රික්කයේ නිවාසයන්හි වැසිකිළි තත්ත්වය | 136 |
| 5.12 | බීමට ගන්නා ජලය ලබා ගන්නා ප්‍රධාන මාර්ග නියැදිය සහ කළුතර දිස්ත්‍රික්කය | 138 |
| 5.13 | දියුණු කළ පානීය ජලය සහ ප්‍රමාණවත් සනීපාරක්ෂක පහසුකම් රටවල් සහ බල ප්‍රදේශ වශයෙන් | 139 |
| 5.14 | අවු: 1 ක් වයසැති දරුවන් අතරින් ප්‍රතිශක්තිය ලද ප්‍රතිශතය | 140 |
| 5.15 | ලමයින්ට මෑතදී වැළඳී ඇති රෝග තත්ත්වයන් | 141 |
| 5.16 | සමීක්ෂිත පවුල්වල සාමාජිකයින් ප්‍රතිකාර ගන්නා ක්‍රම | 142 |
| 5.17 | සමීක්ෂිත පවුල්වල ආහාරයේ සංයුතිය | 144 |
| 5.18 | දරුවාගේ උපන් බර විෂයෙහි මවගේ අධ්‍යාපන මට්ටම බලපෑම | 147 |
| 5.19 | මවගේ අධ්‍යාපන මට්ටම සහ දරුවාගේ උපන් බර අතර සම්බන්ධතාවය | 148 |
| 5.20 | ලමුන්ගේ උපතේදී පැවති බර | 149 |
| 5.21 | සාර්ක් රටවල් සහ බල ප්‍රදේශවල අඩු බර උපන් සහිත ළදරු ප්‍රතිශතය | 151 |
| 5.22 | දරුවාගේ දැනට පවතින බර සහ ආදායම අතර සහසම්බන්ධතාව පරීක්ෂා කිරීම | 151 |
| 5.23 | දරුවාගේ උපන් බර සහ ආදායම අතර සහසම්බන්ධතාව | 152 |
| 5.24 | පවුලේ ආදායම සහ දරුවාගේ උපන් බර අතර සම්බන්ධතාවය | 153 |
| 5.25 | දරුවන්ගේ පවතින බර සහ පවුලේ ආදායම අතර ප්‍රතිපායන විශ්ලේෂණය | 154 |
| 5.26 | දරුවන්ගේ උපන් බර හා ඔවුන් අයත් පවුලේ ආදායම අතර සම්බන්ධතාවය | 156 |
| 5.27 | ළදරුවන්ට අමතර ආහාර ලබා දීම | 157 |

| | | |
|------|--|-----|
| 5.28 | සමීක්ෂණයට ලක් කළ ළමුන්ට මව්කිරි දුන් කාලසීමාව | 158 |
| 5.29 | දරුවන් මවුකිරි පානය කොට ඇති කාලය සහ පවත්නා බර අතර සම්බන්ධතාවය | 159 |
| 5.30 | දරුවා දිවා කාලය ගත කරන අන්දම | 160 |
| 5.31 | දරුවා අයත් පවුලේ ස්වභාවය | 161 |
| 5.32 | දරුවාගේ නිවසේ සිට පෙර පාසලට ඇති දුර | 162 |
| 5.33 | සමීක්ෂිත පෙර පාසල් දරුවන්ගේ පෝෂණ තත්ත්වය | 163 |
| 5.34 | ශ්‍රී ලංකාවේ සහ වෙනත් රටවල මන්දපෝෂිත තත්ත්වය | 164 |

සටහන් නාමාවලිය

| වගු අංකය | | පිටු අංකය |
|----------|---|-----------|
| 1.1 | නියැදියේ පිහිටීම - නියැදිය තෝරා ගැනීම | 9 |
| 2.1 | දිළිඳු බවේ දුෂ්ට වක්‍රය | 22 |
| 2.2 | දරිද්‍රතාවයේ විෂම වක්‍රය පිළිබඳව Nuscheler, F. Lem-und Arbeitsbueh ගේ ආකෘතිය | 23 |
| 2.3 | දිළිඳුකමේ පිරමිඩ රාමුව | 24 |
| 2.4 | ආර්ථික වෘද්ධිය සහ ආදායම් ප්‍රතිව්‍යාප්තිය Kuznets Curve (කුස්නෙට්ස් වක්‍රය) | 30 |
| 3.1 | ආහාර වක්‍රය | 67 |
| 3.2 | ආහාර චතුරස්‍රය | 68 |
| 3.3 | ආහාර පිරමිඩය | 69 |
| 3.4 | දරුවාගේ පෝෂණය හා ගැටෙන නිවසේ තත්ත්වය | 73 |
| 3.5 | මන්දපෝෂණයේ විෂම වක්‍රය | 74 |
| 3.6 | මන්දපෝෂණයට සහ මරණවලට මුල් වන හේතු සංකල්පිත සැකිල්ල | 76 |

ප්‍රස්තාර නාමාවලිය

| වගු අංකය | | පිටු අංකය |
|----------|---|-----------|
| 1.1 | පෙර පාසල් ගැහැණු ළමුන්ගේ උසට නිසි බර | 11 |
| 1.2 | පෙර පාසල් පිරිමි ළමුන්ගේ උසට නිසි බර | 12 |
| 5.1 | ළමුන්ගේ උපතේදී පැවති බර | 150 |
| 5.2 | දරුවන්ගේ පවතින බර සහ පවුලේ ආදායම අතර සම්බන්ධතාවය | 155 |
| 5.3 | සමීක්ෂිත පෙර පාසල් දරුවන්ගේ පෝෂණ තත්ත්වය | 163 |