タイ語

โอ้ย

จัดทำโดย อุซึโนมิยะชิโคคุไซโครีวพลาซ่า (UIP)
เรียบเรียงโดยสมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ NPO (UCIA)
Tel. 028-616-1563 Fax. 028-616-1568
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp
อุซึโนมิยะบะบะโคริ4-1-1อุซึโนมิยะโอโมเตซันโดสแควร์ ชั้น 5

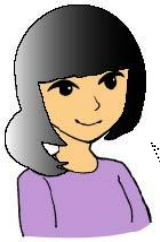
ฉบับที่ 159
พิมพ์
10 ธันวาคม 2563

สารบัญ **หน้า 2** หากเกิดการเจ็บป่วย กระทันหันหรืออุบัติเหตุจะต้องทำอย่างไร ？ ・「คอลเซ็นเตอร์」 ให้ความช่วยเหลือการใช้ระบบ สถานะพำนักแรงงานทักษะเฉพาะเริ่มให้บริการแล้ว

หน้า 3 โคคุไซโครีวซาลอน ,อุซึโนมิยะ ฮาซึอิจิ, การเลี้ยงดูเด็กชาวต่างชาติ , เทศกาลฤดูหนาว＆เทศกาลฤดูใบไม้ผลิ ฯลฯ

หน้า 4 การเช่าจักรยาน , การให้คำปรึกษาแก่ชาวต่างชาติ ฯลฯ

การใช้เวลาในฤดูหนาวที่ญี่ปุ่น



ในที่สุดก็เข้าสู่ฤดูหนาวแล้วนะคะ วันนี้จะขอแนะนำการใช้เวลาในฤดูหนาวของญี่ปุ่น ขอให้ทุกคนสนุกกับฤดูหนาวนะคะ ！

Nabe Ryouri อาหารหม้อไฟ

อาหารหม้อไฟเป็นอาหารประจำฤดูหนาว ที่ให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย สามารถใช้วัตถุดิบอะไรก็ได้ เช่น ปลา ผัก เห็ด เต้าหู้ ฯลฯ เป็นอาหารที่มีความสมดุลทางโภชนาการที่ดี ！

「สุกิยากิ」 และ 「ชาบูชาบู」 ก็มีชื่อเสียง แต่มีอาหารประเภทหม้อไฟอีกหลายชนิดที่แตกต่างกันไปตามภูมิภาค

Atsukan อาซึคัง (สาเกร้อน)

สาเกญี่ปุ่นทำโดยการเติมราข้าวโคจิและน้ำลงในข้าวนึ่งแล้วจึงหมักจนเป็นเหล้าสาเก โดยว่ากันว่าเหล้าสาเกเป็นที่รู้จักในญี่ปุ่นพร้อมกับการปลูกข้าวและมีประวัติศาสตร์อันยาวนาน

ในฤดูหนาวคนญี่ปุ่นนิยมดื่มเหล้าที่เรียกว่า “อัตสึคัง” หรือสาเกร้อน โดยอุ่นสาเกให้มีอุณหภูมิ46-60 องศา

Kotatsu โคทัตสึ

ในอดีตหลังคาและข้างฝาบ้านญี่ปุ่นจะไม่หนา ทำให้ในฤดูหนาวภายในบ้านจะหนาวมาก ดังนั้นทุกคนในครอบครัวจึงรวมตัวกันอยู่ในห้องเดียวกัน ใช้เตาผิงไฟที่ใช้ถ่านให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย จุดเริ่มต้นของโคทัตสึคือการประกอบขาตั้งสี่เหลี่ยมบนเตาผิง และคลุมด้วยฟูกเพื่อป้องกันความร้อนเล็ดลอดออกไป ปัจจุบันมี "โคทัตสึไฟฟ้า" จำนวนมากที่ใช้ไฟฟ้าและเป็นสถานที่ที่สมาชิกในครอบครัวทุกคนได้พบปะพูดคุยกันกัน

Oomisoka วันสุดท้ายของปี

วันที่ 31 ธันวาคมซึ่งเป็นวันสุดท้ายของปีเรียกว่า Oomisoka (วันส่งท้ายปีเก่า) ในวันนี้ครอบครัวจะร่วมกันรับประทานโซบะที่เรียกว่า「Toshikoshisoba」ซึ่งว่ากันว่ามีประโยชน์ต่อสุขภาพและทำให้มีอายุยืนยาว เริ่มทานกันมาตั้งแต่ยุคเอโดะ นอกจากนี้จะฟังเสียงระฆัง 「Joya no Kane」 ของวัดที่ตีทั้งหมด 108 ครั้ง เพื่อเป็นการขจัดภัยพิบัติทุกอย่างให้หมดไป

Ooshougatsu วันปีใหม่

วันปีใหม่ ภาษาญี่ปุ่น เรียกว่า 「โอโชกาซึ Oshogatsu」 ในเช้าวันที่ 1 มกราคม ครอบครัวจะร่วมกัน รับประทานอาหารวันแรกของปีที่เรียกว่า「โอเซจิเรียวริ (Osechi ryouri)」และดื่มเหล้าสมุนไพรที่เรียกว่า「โอโทโซะ (Otoso)」 นอกจากนี้ ยังมีการส่งไปรษณียบัตรอวยพรปีใหม่ที่เรียกว่า 「เนงกาโจ (Nengajo)」 ซึ่งไปรษณียบัตรอวยพรปีใหม่ มีประวัติมายาวนาน เริ่มมาตั้งแต่สมัยเฮอัง (แต่ศตวรรษ ที่ 8)

ข่าวสารในชีวิตประจำวัน

หากเกิดการเจ็บป่วยกระทันหัน หรืออุบัติเหตุจะต้องทำอย่างไร ?

1 โทรแจ้ง 119 เมื่อเจ็บป่วย บาดเจ็บหรือเกิดเหตุเพลิงไหม้

เมื่อเกิดการเจ็บป่วยหรือบาดเจ็บกระทันหัน ?

○ แจ้งว่า「(คิวคิวเคสุ) ฉุกเฉิน」
○ แจ้งสถานที่ที่ต้องการให้รถฉุกเฉินมา
○ แจ้งบริเวณที่เจ็บปวด
○แจ้งชื่อ เบอร์โทรศัพท์

เมื่อเกิดเหตุเพลิงไหม้ ?

○แจ้งว่า「(คาจิเคสุ)ไฟไหม้」
○แจ้งสถานที่เกิดเหตุเพลิงไหม้
○แจ้งชื่อ เบอร์โทรศัพท์

2 โทรแจ้ง 110 เมื่อเกิดเหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ

เมื่อเกิดอุบัติเหตุ ทางรถยนต์ ฯลฯ ?

○ แจ้งว่า「(จิโคะเคสุ) อุบัติเหตุ」
○ แจ้งสถานที่ เวลาและเกิดเหตุอะไร
○ แจ้งชื่อ เบอร์โทรศัพท์
○ หากมีผู้บาดเจ็บ แจ้งรายละเอียดเกี่ยวกับผู้บาดเจ็บ ว่าเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย อายุประมาณเท่าไหร่ บาดเจ็บอย่างไร

เมื่อเกิดเหตุลักทรัพย์ ?

○ แจ้งว่า「(จิเคงเคสุ) เหตุร้าย」
○แจ้งสถานที่ เวลาและเกิดเหตุอะไร
○ แจ้งชื่อ เบอร์โทรศัพท์
○ หากมีผู้บาดเจ็บ แจ้งรายละเอียดเกี่ยวกับผู้บาดเจ็บ ว่าเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย อายุประมาณเท่าไหร่ บาดเจ็บอย่างไร

「คอลเซ็นเตอร์」 ให้ความช่วยเหลือการใช้ระบบ สถานะพำนักแรงงานทักษะเฉพาะเริ่มให้บริการแล้ว

▶ 「คอลเซ็นเตอร์」 สำหรับสอบถามการใช้ระบบสถานะพำนักแรงงานทักษะเฉพาะ

ชาวต่างชาติที่ต้องการทำงานโดยใช้สถานะพำนักแรงงานทักษะเฉพาะหรือบริษัทที่ต้องการจ้างงานชาวต่างชาติโดยใช้สถานะพำนักแรงงานทักษะเฉพาะ หากไม่เข้าใจ เช่น ขั้นตอนการดำเนินการ กรุณาโทรมาปรึกษา ซึ่งจะมีการสอนวิธีการเขียนเอกสาร และขั้นตอนการดำเนินการอย่างละเอียด ทั้งหมด 13 ภาษา

▶ วัน เวลา ให้คำปรึกษา

วัน : อังคาร – เสาร์
เวลา : 11:00～19:00
(หยุด วันอาทิตย์ วันจันทร์ และวันหยุดราชการ)

▶ ภาษาที่รองรับ

รองรับ 13 ภาษา เช่น ภาษาญี่ปุ่น ภาษาเวียดนาม ภาษาจีน ภาษาอังกฤษ ภาษาไทย ฯลฯ

▶ ☎ ศูนย์ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ หน่วยงานควบคุมการเข้าเมือง

03-6633-2539 (ชาวต่างชาติ)
03-6625-4702 (บริษัท)

เว็บไซต์สนับสนุนสถานะพำนักแรงงานทักษะเฉพาะ

กิจกรรมที่น่าสนใจ ♫♪

อาจจะมีการยกเลิกการจัดกิจกรรม เนื่องจากผลกระทบจากไวรัสโคโรน่า
กรุณาตรวจสอบก่อนเข้าร่วมกิจกรรม

โคคุไซโคริวซาลอน ♪

🕒 ทุกวันเสาร์ ที่ 4 ของเดือน 16:00 ～18:00
19 ธ.ค. Christmas special ♪
(เฉพาะวันเสาร์ ที่ 3 ของ ธันวาคม)
23 ม.ค. เกี่ยวกับเทศกาลฤดูใบไม้ผลิ

☺ กิจกรรมแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์กับเพื่อนนานาชาติ ♪

¥ ฟรี

@ สมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะพลาซ่า

☎ 028-616-1563

อุซึโนมิยะ ฮาซึอิจิ

🕒 วันจันทร์ ที่ 11 ม.ค. 10:00～22:00

☺ กิจกรรมปีใหม่ของอุซึโนมิยะ การจับจ่ายซื้อเครื่องรางนำโชค
เช่น ตุ๊กตาดารุมะ , มาเมะไดโกะ , ปลาคาร์พสีเหลือง (คิฟุนะ)
ฯลฯ

@ คามิกาวาระโดริ (อุซึโนมิยะชิ โอโดริ 1 โจเมะ)

☎ สมาคมความร่วมมือต่างประเทศจังหวัดโทจิกิ
028-627-5011

การเลี้ยงดูเด็กชาวต่างชาติ

🕒☺ วันเสาร์ ที่ 30 มกราคม การประดิษฐ์ของเล่นแบบง่ายๆ และการปาถั่ว
วันเสาร์ ที่ 27 กุมภาพันธ์การบรรยายเกี่ยวกับภาษา (การใช้ภาษากับเด็ก) & เล่นกับนักศึกษา
10:30 ～12:00

กลุ่มเป้าหมาย เด็กและผู้ปกครองชาวต่างชาติ (เด็กต่ำกว่าเด็กประถม (6 ขวบ) และผู้ปกครองที่ภาษาแม่ไม่ใช่ภาษาญี่ปุ่น

จำนวนสมาชิก 30 กลุ่มแรก เข้าร่วมฟรี

การสมัคร แบบฟอร์มการสมัคร URL : https://www.secure-cloud.jp/sf/1599802342wkUsfSUj
กรอกแบบฟอร์มการสมัคร หรือส่งเมล มาที่ manabee@city.utsunomiya.tochigi.jp
เขียน ① ชื่อ (คำอ่านฟุริกานะ) ② ที่อยู่ ③เบอร์โทรศัพท์ ④อายุ ⑤ภาษาแม่ ⑥อายุของเด็ก
⑦ต้องการล่ามแปลภาษาหรือไม่ส่งก่อนวันพุธที่ 27 ม.ค.)

แบบฟอร์การสมัคร

@ จูโอ โชไก กักคุชู เซ็นเตอร์ ห้องโถงใหญ่ ชั้น 6 (จูโอ 1-1-13)

☎ แผนกโชไก กักคุชู 028-632-2674

เทศกาลฤดูหนาว&เทศกาลฤดูใบไม้ผลิ

🕒 วันอังคารที่ 15 ธันวาคม 【เทศกาลฤดูหนาว】
วันศุกร์ ที่ 15 มกราคม 【เทศกาลฤดูใบไม้ผลิ】
9:00～19:00 โอทาคิอาเกะ (การเผาเครื่องลาง)
16:30 ชุชซึเกียวไซ (เทศกาลแห่มิโกชิออกจากศาลเจ้า)
17:00 เทศกาลโอทาบิโจไซ (การเต้นรำสักการะที่ ด้านล่างของศาลเจ้า)
17:30 ชิไนโทเกียว (Shinai togyo) (เทศกาลรอบเมือง)
19:00 คังเกียวไซ Kangyo-sai (เทศกาลแห่มิโคชิกลับศาลเจ้า)

☺ เทศกาลของศาลเจ้าฟุระอารายามะที่จัดขึ้นปีละ 2 ครั้ง ในเดือนมกราคมจะทำการเผาเครื่องรางเก่า เช่น ป้าย ตุ๊กตาดารุมะ ฯลฯ โดยมีความเชื่อว่าหากสัมผัสกับควันนี้ จะพบกับสิ่งดีๆ เช่น มีสุขภาพดี ครอบครัวมีความสุข ไม่เกิดภัยพิบัติ ฯลฯ จึงมีผู้เข่าร่วมเป็นจำนวนมาก

@ ศาลเจ้าอุซึโนมิยะฟุตะอาระยามะจินจะ (บาบาโดโอริ 1-1-1)

☎ 028-622-5271

การเช่าจักรยาน

บริการให้เช่าจักรยานบริเวณ ที่จอดรถจักรยานในอุซึในมิยะ 8 แห่ง

ผู้ที่สามารถเช่าได้	นักเรียนชั้นมัธยมขึ้นไป （นักเรียนประถม สามารถเช่าได้พร้อมผู้ปกครอง） ※ต้องแสดงหลักฐานที่ระบุตัวตนได้ (ไซริวการ์ด หรือพาสปอร์ต เป็นต้น)
เวลา	8：00～21：00
ค่าบริการ	1วัน 1 ครั้ง 100 เยน （จักรยานทั่วไป・จักรยานไฟฟ้า）
สถานที่เช่า สถานที่ส่งคืน	ที่จอดจักรยาน สถานีรถไฟ JR อุซึโนมิยะ ฝั่งประตูตะวันตก ☎028-621-7112 ที่จอดจักรยาน ที่ 1 สถานีรถไฟ JR อุซึโนมิยะ ฝั่งประตูตะวันออก ☎028-635-0859 ที่จอดจักรยาน ที่ 2 สถานีรถไฟ JR อุซึโนมิยะ ฝั่งประตูตะวันออก ☎028-635-9722 ที่จอดจักรยานทิศเหนือ โรงเรียนจูโอโชกักโค ☎028-637-7918 ที่จอดจักรยานจูโออิจโจเมะ ☎028-635-6843 ที่จอดจักรยาน สถานีรถไฟ JR ชึรุตะ ☎028-636-3725 ที่จอดจักรยาน สถานีรถไฟ JR ซุซุเมะโนะมิยะ ☎028-653-2241 ที่จอดจักรยาน สถานีรถไฟ JR โอคาโมโตะ ฝั่งประตูตะวันตก ☎028-671-0201
อื่นๆ	กรุณาคืนจักรยานภายในวันที่ยืม

☎ แผนกดูแลถนน 028-632-2512
โฮมเพจ http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/kotsu/jitensha/1006123.html

---

บริการของสมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะพลาซ่า（UIP）

การให้คำปรึกษาแก่ชาวต่างชาติ

※องรับภาษาอื่นๆ โดยใช้แทบเล็ตแปลภาษา

		ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส	ภาษา เวียดนาม	ภาษาจีน	ภาษาไทย	ภาษา อังกฤษ
U I P ☎028-616-1564	15：00-18：00	จันทร์	จันทร์ที่ 1,3	อังคาร	พุธ	ศุกร์
		วันอาทิตย์ที่ 4 ของเดือน (ระบบจอง)				
ที่ว่าการอำเภอ ☎028-632-2834 (เฉพาะเวลาทำการ)	9：00-12：00	พฤหัสบดี	—	พฤหัสที่ 2	—	—
	14：00-17：00	พฤหัสบดี	พฤหัสที่ 2	—	พฤหัสที่ 1	พฤหัสที่ 3
ปรึกษาทางกฎหมาย ☎028-616-1564	15：00-17：00	วันจันทร์ที่ 3 ของเดือน(ระบบจอง)				

ตกแต่งภาพประกอบในหน้า 1,2,4โดย : อุซุอิ ยุริกะ , เนะโมโตะ

การบริการล่ามอาสาสมัคร

ผู้ที่มีปัญหาและต้องการความช่วยเหลือในการติดต่อสื่อสารและในส่วนของสถาบัน (อำเภอ , ตม. เป็นต้น) ที่ต้องการให้ล่ามติดตามไปด้วย

▸จันทร์ -อาทิตย์ 8：30-19：00
▸1 ครั้ง (2 ชั่วโมง) 2, 000 เยน
▸กรุณาเขียนใบคำร้อง ยื่นคำร้องและชำระเงินที่สมาคมนานาชาติ

โอ้ย ！ มีการตีพิมพ์เป็น ภาษาญี่ปุ่นแบบง่ายๆ・อังกฤษ・จีน・โปรตุเกส・ไทย・เวียดนาม
สามารถอ่านฉบับย้อนหลังได้จากโฮมเพจสมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ (UCIA)

เชิญอ่านฉบับย้อนหลัง！