



# โอย!



タイ語  
 เผยแพร่โดยอุซึโนมิยะชิโกกุไซโคริวพลาซ่า (UIP)  
 เรียบเรียงโดย สมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ NPO(UCIA)  
 Tel. 028-616-1563 Fax. 028-616-1568  
 E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp  
 อุซึโนมิยะบะบะโคริ4-1-1อุซึโนมิยะโอโมเตชั่นโดสแควร์ ชั้น 5



สารบัญ หน้า 2	เทศกาลโภชนาการอาหาร อุซึโนมิยะ ครั้งที่ 18, การปกป้องชีวิตจากวาคภัยและอุทกภัย
หน้า 3	โคกุไซโคริวชาลอน ♪, ชมโรงงานที่อิบารากิ, 「พบกับ เนซุมิกุง ได้มากมาย」 ฯลฯ
หน้า 4	คุณเอ๋มมาลิน ชาวฟิลิปปินส์, การให้คำปรึกษาแก่ชาวต่างชาติ ฯลฯ

## ปีนี้เป็นการแข่งขัน 「JAPAN CUP」 ครบรอบ 30 ปี

คำขวัญสำหรับปีนี้

「เจแปนคัพครั้งที่ 30 ! อุซึโนมิยะ เมืองแห่งจักรยาน」



มาชมการแข่งขันที่จะตราตรึงอยู่ในความทรงจำ ซึ่งจัดขึ้นเป็นปีที่ 30 ที่เมืองอุซึโนมิยะ เมืองแห่งจักรยาน

### กำหนดการปี 2023

#### 【Day1】 วันศุกร์ ที่ 13 ตุลาคม TEAM PRESENTATION

กำหนดการ	วันศุกร์ ที่ 13 ตุลาคม 2023
สถานที่	โอริองสแควร์ (ลานกิจกรรมพลเมืองอุซึโนมิยะโอริอง)
เวลา (แผนการ)	18:20~ พิธีเปิดอย่างเป็นทางการ 18:45~ แนะนำทีม

#### 【Day2】 วันเสาร์ ที่ 14 ตุลาคม JAPAN CUP CRITERIUM

กำหนดการ	วันเสาร์ ที่ 14 ตุลาคม 2023
สถานที่	เส้นทางแข่งอุซึโนมิยะ โอโดริ
เวลา (แผนการ)	14:30~ แต่ละการเส้นทางแข่ง 15:40~ แข่งขัน JAPAN CUP CRITERIUM ประมาณ 16:30 จบการแข่งขัน 18:40~ พิธีมอบรางวัล
ระยะทาง	33.75km (1 รอบ2.25km×15 รอบ) ※มีขบวนพาเหรด 2 รอบก่อนการแข่งขัน

⇒ดูรายละเอียดเส้นทางแข่งจากที่นี่ (<https://www.japancup.gr.jp/2023/criterium-course>)

#### 【Day3】 วันอังคาร ที่ 15 ตุลาคม JAPAN CUP CYCLE ROAD RACE

กำหนดการ	วันอังคาร ที่ 15 ตุลาคม 2023
สถานที่	เส้นทางแข่งอุซึโนมิยะ ซินรินโคเอิน
เวลา (แผนการ)	9:00~ แนะนำผู้แข่งขัน เริ่มซื้อก่อนการแข่งขัน 10:00~ การแข่งขัน JAPAN CUP CYCLE ROAD RACE ประมาณ 14:10 จบการแข่งขัน 14:30~ พิธีมอบรางวัล
ระยะทาง	164.8km (1รอบ10.3km×16 รอบ) ※เพิ่มขึ้น 2 รอบ จากปีที่แล้ว 14 รอบ

⇒ดูรายละเอียดเส้นทางแข่งจากที่นี่ (<https://www.japancup.gr.jp/2023/roadrace-course>)

■ กำหนดการ วันอังคาร ที่ 1 ตุลาคม 2023 10:00~15:00

■ สถานที่ สวนปราสาทเก่าอูชิโนมิยะ

■ รายละเอียด

การแสดงบนเวที

การประกวดทำอาหารจากมะเขือเทศ การประกาศรางวัลการพัฒนาาร่วมกัน ระหว่างมหาลัยอูชิโนมิยะ ไทรายะและ เขตอูชิโนมิยะ เป็นต้น

การออกบูธ

รับสมัครกว่า 60 บูธ เช่น บูธทดลองกิจกรรม หรือการขายอาหาร เป็นต้น

การแข่งขันตอบปัญหา

มาตอบคำถามชิงรางวัลกัน!

■ ข้อควรระวัง

ไม่มีที่จอดรถ มีบริการรถบัสรอบเมือง จักรยานเช่า และมีสวนลด L U P กรุณาตรวจสอบจากโฮมเพจของเมืองอูชิโนมิยะ

ติดต่อสอบถาม : สำนักงานคณะกรรมการจัดงาน โภชนาการอาหารอูชิโนมิยะ (อยู่ภายในกองส่งเสริมสุขภาพ) ☎028-626-1128

## การปกป้องชีวิตจากวาทภัยและอุทกภัย (ภัยพิบัติที่เกิดจากฝนและลม)

เตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติทางธรรมชาติโดยดำเนินการตามระดับการแจ้งเตือน

ข่าวสารการอพยพที่ออกโดยเมืองหรือสำนักงานอุตุนิยมวิทยา  
จะมีการแจ้งระดับเตือนภัย 5 ระดับ  
โปรดดำเนินการตามระดับการแจ้งเตือนที่เป็นไปตามตาราง  
ทางด้านขวามือ

ผู้อยู่ในพื้นที่อันตรายจะต้องอพยพเมื่อมีการ  
เตือนภัยถึงระดับ 4

สามารถดูสถานที่อพยพชั่วคราวได้จากเว็บไซต์เขต



ติดต่อสอบถาม ฝ่ายจัดการภาวะวิกฤติ ☎028-632-2052

ระดับการระวัง	ข่าวสารการอพยพ	สิ่งที่ต้องดำเนินการ
5	การรักษาความปลอดภัยระดับฉุกเฉิน <i>Kinkyu anzen kakuho</i>	รักษาชีวิตให้อยู่ในความปลอดภัย
↓ ต้องอพยพเมื่อมีการเตือนภัยถึงระดับ 4		
4	คำสั่งอพยพ <i>Hinan shiji</i>	ทุกคนอพยพออกจากสถานที่อันตราย
3	อพยพผู้สูงอายุ <i>Koreisha to hinan</i>	ผู้สูงอายุอพยพจากสถานที่อันตราย
2	เตือนภัยฝนตกหนัก, น้ำท่วม, ระดับน้ำทะเลสูง <i>Oame kozui takashio chuiho</i>	ตรวจสอบการอพยพด้วยตนเอง
1	ข่าวการการเตือนภัยล่วงหน้า <i>Shoki chui joho</i>	การเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติ

NHK WORLD-JAPAN นำเสนอข่าวสารและข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติเป็นภาษาต่างประเทศ

สามารถรับข่าวสารและข้อมูลต่างๆ 20 ภาษาและภาษาญี่ปุ่นง่าย ๆ

สามารถตรวจสอบ “Links for Multilingual News & BOSAI Info” ได้จากคิวอาร์โค้ดนี้ ⇒



### โลกไซโคริชาลอน 🎵

- 🕒 วันเสาร์ ที่ 23 กันยายน 16:00~18:00  
ทุกวันเสาร์ ที่ 4 ของเดือน
- 😊 กิจกรรมสานสัมพันธ์กับเพื่อนนานาชาติ
- 🆓 ฟรี
- @ สมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ  
(บาบาโดริ 4-1-1)
- ☎ 028-616-1563



### ชมโรงงานที่อิบารากิ

- 🕒 วันอังคาร ที่ 17 ตุลาคม 7:00~18:00
- 😊 เฟลิดเฟลินกับประเพณี เทคโนโลยี ประวัติศาสตร์ ธรรมชาติ ฯลฯ ของญี่ปุ่น ร่วมกับนักศึกษาต่างชาติและชาวต่างชาติ
- 🆓 นักศึกษาต่างชาติ 3,000 เยน ชาวต่างชาติ 3,500 เยน บุคคลทั่วไป 5,000 เยน สมาชิก UCIA 4,000 เยน
- จำนวน 40 ท่านแรก
- การสมัคร สมัครทางโทรศัพท์หรือทางเมลได้ถึงวันที่ 6 ตุลาคม
- @ ①Megmilk Snow Brand โรงงานเขตอามิ ② ภูเขาทสึคุบะ ③ สวนพฤกษศาสตร์ทดลองทสึคุบะ
- ☎ สมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ 028-616-1870  
✉ ucia@ucia.or.jp

### เทศกาลภาพยนตร์ศตวรรษที่ 20

- 🕒 วันศุกร์ ที่ 22 กันยายน 14:00~  
วันเสาร์ ที่ 23 กันยายน 10:00~
- 😊 「Pygmalion」
- 🆓 ฟรี
- จำนวน 50 ท่านแรกของแต่ละกลุ่ม
- การสมัคร ไม่ต้องการ
- @ ห้องสมุดอิกาชิ ห้องโสตทัศนศึกษา  
(นาคาอิมามิฮูมิ3-5-1)
- ☎ 028-638-5704



### ประดิษฐ์ของตกแต่งวันชมพระจันทร์

- 🕒 วันอังคาร ที่ 24~วันศุกร์ 29 กันยายน  
10:30~16:30
- 😊 ประดิษฐ์ของตกแต่งวันชมพระจันทร์ด้วยกระดาษแก้วสี 🎵
- 🆓 ฟรี
- จำนวน 20 ท่านแรก
- การสมัคร ไม่ต้องการ
- @ ทาวาระ จิโดคัง (คามิทาวาระโจ1)
- ☎ 028-672-4001



### 「พบกับ เนซุมิคุง ได้มากมาย」

- 🕒 วันเสาร์ ที่ 30 กันยายน 13:00~15:30
- 😊 เพื่อรำลึกถึงวันครบรอบ 12 ปี การเปิดอาคาร และครบรอบ 40 ปี 14 ซีรีส์ คาซุโอะ อิวามูระ อ่านและฟัง เวิร์คช็อป การจำหน่ายหนังสือ/สินค้า ฯลฯ
- 🆓 ฟรี
- การสมัคร วันอังคาร ที่ 5 กันยายน เวิร์คช็อป โทรมาสมัครได้ตั้งแต่วันที่ 14:00
- @ ห้องสมุดมินามิ (สุซุเมะโนะมียาโจ 56-1)
- ☎ 028-653-7609

### เทศกาลห้องสมุดควาจิ

- 🕒 วันอาทิตย์ ที่ ตุลาคม 9:30~15:30
- 😊
  - เวิร์คช็อปงานหัตถกรรม
  - หนังสือนั่งเสียดังไซค์
  - ตอบปัญหาห้องสมุด ชุมร้านขายอาหาร ฯลฯ
 ※แจกเข็มกลัดมิยาริ 🎵
- 🆓 ฟรี
- การสมัคร ไม่ต้องการ
- @ ห้องสมุดควาจิ (นาคาโอะกะโมโตะโจ 3397)
- ☎ 028-673-6782

## คุณเอ็มมาลิน ชาวฟิลิปปินส์



เราได้มาพูดคุยกับคุณเอ็มมาลินเกี่ยวกับเรื่องต่างๆ เช่น การใช้ชีวิตในฟิลิปปินส์ ความยากลำบากในการเลี้ยงดูลูกๆ ความสนุกในการเรียนพิธีชงชา และโรงเรียนมัธยมภาคค่ำ

กามุสตา **Kamusta!** หมายถึง "สวัสดี" ในภาษาวาลัวลย์  
เอ็มมาลินมาจากบิโอะโซ เกาะซามาร์ ภาษาวาลัวลย์เป็นภาษาพูด  
บนเกาะซามาล

UCIA บิโอะโซ เป็นสถานที่แบบไหนคะ ?

EMMALYN ในบิโอะโซสามารถเลือกเก็บผลไม้ทานได้ตามธรรมชาติ  
และจับปลาทานได้โดยไม่ต้องจ่ายเงิน ฉันชอบชายหาดที่เงียบสงบ  
ของบิโอะโซ

UCIA ชีวิตในบิโอะโซเป็นอย่างไรบ้างคะ ?

EMMALYN ไฟฟ้าสามารถใช้ได้เพียงหนึ่งสัปดาห์ในหนึ่งเดือน  
น้ำจะต้องไปเข้าแถวตักน้ำซึ่งอยู่ห่างไกลจากบ้าน  
ฉันรู้สึกว่าการใช้ชีวิตในบิโอะโซสะดวกมาก

UCIA มีปัญหาในการเลี้ยงดูลูกหรือไม่

EMMALYN ฉันสอนลูกทำการบ้านไม่ได้ เลยต้องขอให้แม่สามีช่วยสอน  
ให้ ฉันทำได้แค่คอยให้กำลังใจเท่านั้น

UCIA อะไรเป็นเหตุจูงใจให้คุณเริ่มเรียนพิธีชงชาคะ

EMMALYN ฉันเริ่มสนใจครั้งแรกเมื่อเห็นครูที่สอนภาษาญี่ปุ่นให้ฉัน  
ในพิธีชงชา การเลือกงานจะขึ้นอยู่กับขนมหวาน เลือกชามตาม  
ฤดูกาล พิธีชงชาก็มีขั้นตอนหลายๆ แบบ และการสวมกิโมโนก็  
สนุกมาก ฉันก็เลยเรียนมากกว่า 8 ปีแล้ว

UCIA เรียนมัธยมปลายภาคค่ำเป็นอย่างไรบ้างคะ

EMMALYN วิชาสังคมศึกษาและประวัติศาสตร์เป็นเรื่องยากมาก แต่การ  
เรียนมัธยมปลายก็สนุกดี ฉันมีเพื่อนและอาจารย์ก็สอนให้อย่าง  
ละเอียด ฉันรู้สึกเป็นนักเรียนอย่างเต็มตัวจนลืมไปเลยว่าฉัน  
เป็นแม่

UCIA ต่อจากนี้ไปมีอะไรที่คุณต้องการจะทำหรือเปล่าคะ

EMMALYN ความฝันของฉันคือการเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัย แล้วก็  
เป็นครูสอนภาษาอังกฤษ

UCIA คุณเอมมาลิน **Salamat!** (ขอบคุณ)

## บริการของอุซึโนมียะชิโคคุไซโคริวพลาซ่า (UIP)

### การให้คำปรึกษาแก่ชาวต่างชาติ

※รองรับภาษาอื่นๆ โดยใช้แท็บเล็ตแปลภาษา



		ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส	ภาษา เวียดนาม	ภาษาจีน	ภาษาไทย	ภาษา อังกฤษ
UIP ☎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	—	พฤหัสบดีที่ 2	—	พฤหัสบดีที่ 1
	14:00-17:00	พฤหัสบดี	พฤหัสบดีที่ 2	—	พฤหัสบดีที่ 1	พฤหัสบดีที่ 3

## UCIA LINE อย่างเป็นทางการ

มาเพิ่มเพื่อนไลน์  
เพื่อรับข่าวสาร ข้อมูลในการใช้  
ชีวิตประจำวัน และกิจกรรมสนุกสนาน  
ต่างๆกันนะครับ



โอ้ย ! มีการตีพิมพ์เป็น ภาษาญี่ปุ่นแบบ  
ง่ายๆ • อังกฤษ • จีน • โปรตุเกส •  
ไทย • เวียดนาม  
สามารถอ่านฉบับย้อนหลังได้จากโซเชียล  
สมาคมนานาชาติอุซึโนมียะชิโคคุไซ (UCIA)  
<https://www.ucia.or.jp>

