

สถานที่ทำงานและโรงเรียนส่วนใหญ่จะเริ่มต้นเดือน เม.ย. ของแต่ละปี และจะเรียนจบการศึกษาในเดือน มิ.ค. และเริ่มต้นชีวิตใหม่ในโรงเรียนและที่ทำงานตั้งแต่เดือน เม.ย. ดังนั้น แผนกประชาสัมพันธ์ฉบับฤดูใบไม้ผลิปีนี้จะลงบทความแนะนำการใช้ชีวิตอย่างง่าย ๆ ในทสึคุบะ

「119」 (หนึ่งหนึ่งเก้า)

เบอร์โทรศัพท์สายด่วน สำหรับโทรเรียกรถดับเพลิงหรือรถพยาบาล กรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน หากใครพูดภาษาญี่ปุ่นไม่ได้ก็ไม่เป็นไร กรุณาบอกว่าคุณจะรับสาย มีบริการแปลภาษาพร้อมกันสามสาย (21 ภาษา) ตลอด 24 ชั่วโมง 365 วันต่อปี

ภาษาที่รองรับ: อังกฤษ, จีน (แมนดาริน), เกาหลี, ไทย, เวียดนาม, อินโดนีเซีย, มาเลเซีย, ตากาล็อก, เนปาล, พม่า, เขมร, มองโกเลีย, สิงคโปร์, อินเดีย, เบงกาลี, โปรตุเกส, สเปน, เยอรมัน, ฝรั่งเศส, อิตาลี, รัสเซีย (21 ภาษา ณ เดือนมกราคม 2023)

เมื่อโทร 119 แล้ว กรุณาแจ้งเจ้าหน้าที่รับโทรศัพท์ ดังต่อไปนี้

- ① **【ไฟไหม้】** หรือ **【เหตุฉุกเฉิน】** ถ้าเป็นไปได้ กรุณาพูดเป็นภาษาญี่ปุ่น (คาไซ/คิวคิว) หรือภาษาอังกฤษ (Fire/other emergency)
 - ② **【ภาษาของผู้แจ้ง】** ถ้าเป็นไปได้ โปรดระบุภาษาที่คุณต้องการเป็นภาษาญี่ปุ่น <หลังจากกล่าวแปลรับสายแล้ว>
 - ③ **【สถานที่】** สถานที่เกิดเพลิงไหม้หรือสถานที่ที่ต้องการให้รถพยาบาลมารับด่วน
 - * กรณีไม่ทราบที่อยู่ โปรดระบุจุดสังเกตเห็นได้ง่าย เช่น อาคารและสี่แยกในบริเวณใกล้เคียง
 - ④ **【สถานการณ์】** (กรณีไฟไหม้) ไฟไหม้อะไร รุนแรงนานแค่ไหน มีคนหนีไม่ทันไหมหรือได้รับบาดเจ็บไหม ?
 - ⑤ **【เกี่ยวกับผู้แจ้ง】** ชื่อบุคคลที่โทรมาและเบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้ หลังจากโทรแจ้งแล้ว
 - * ใคร ๆ ก็สามารถใช้รถพยาบาลได้ กรณีที่เจ็บป่วยหรือบาดเจ็บฉุกเฉิน*
- * คู่มือการใช้รถพยาบาลสำหรับชาวต่างชาติที่อยู่ในญี่ปุ่น : <https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post1.html>



「110」 (หนึ่งหนึ่งศูนย์)

เบอร์โทรศัพท์สายด่วนถึงตำรวจ ในกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน

กรุณาโทรแจ้ง 110 กรณีเกิดเหตุด่วน-เหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ เบอร์โทร 110 เป็นสายด่วนภายในจังหวัดอิบารากิที่สามารถพูดแปลเป็นภาษาอังกฤษง่าย ๆ ได้ ส่วนภาษาอื่น ๆ นอกจากนั้น ก็สามารถพูดแปลได้ กรุณาแจ้งว่าคุณต้องการพูดภาษาอะไร

เมื่อคุณโทรหา 110 ให้แจ้งเจ้าหน้าที่รับโทรศัพท์ ดังต่อไปนี้

- ① **【เหตุด่วน-เหตุร้าย】** หรือ **【อุบัติเหตุ】**
- ② **【สถานที่】** สถานที่พบเหตุด่วน-เหตุร้ายหรืออุบัติเหตุ หรือสถานที่ที่ต้องการให้ตำรวจมา
- ③ **【สถานการณ์】** ณ สถานที่เกิดเหตุ เกิดอะไรขึ้นบ้าง
- ④ **【เมื่อไหร่】** วันเวลาที่เกิดเหตุ
- ⑤ **【คุณได้เห็นคนร้ายหรือเลขาทะเบียนรถหรือไม่ ?】**
- ⑥ **【เกี่ยวกับผู้แจ้ง】** ผู้โทรมาแจ้งความ (ชื่อ สัญชาติ ภาษา) และเบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้หลังจากแจ้งความแล้ว



● **โทรปรึกษาตำรวจ #9110 (ภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น)**

ถ้าไม่ใช่เหตุฉุกเฉิน กรุณาโทรเบอร์นี้เมื่อต้องการพูดคุยปรึกษากับตำรวจ ควรหลีกเลี่ยงการโทรเบอร์ 110 สำหรับเรื่องอื่น ๆ ที่ไม่ใช่เรื่องเร่งด่วน เพราะอาจจะรบกวนการโทรแจ้งเหตุฉุกเฉิน



เกี่ยวกับเงินบำนาญ

【เงินบำนาญแห่งชาติ】

บุคคลที่อาศัยอยู่ในประเทศญี่ปุ่นที่มีอายุตั้งแต่ 20 ปี ถึง 60 ปี รวมถึงชาวต่างชาติ จะต้องลงทะเบียนเงินบำนาญแห่งชาติและจ่ายเบี้ยประกันเงินบำนาญแห่งชาติตามกฎหมาย โดยกฎหมาย โดยทั่วไป เบี้ยประกันของทุกคนจะมีจำนวนเงินเท่ากัน

ผู้ที่เข้าร่วมระบบเงินบำนาญและจ่ายเงินแล้ว จะสามารถรับเงินบำนาญเพื่อใช้ดำรงชีวิตยามแก่ชรา เจ็บป่วย ร่างกายพิการหรือได้รับบาดเจ็บ บางกรณีสมาชิกในครอบครัวจะได้รับเงินบำนาญด้วย เมื่อสมาชิกในระบบเงินบำนาญเสียชีวิตลง สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ แผนกเงินบำนาญญี่ปุ่น (Nihonnenkin-kikou) หรือ แผนกเงินบำนาญรักษาพยาบาล (Iryounenkin-ka)

【เงินบำนาญพนักงาน】

กรณีคนทำงานให้กับบริษัทและมีคุณสมบัติตรงตามเงื่อนไข จะสามารถลงทะเบียนใน "เงินบำนาญพนักงาน" ได้ในสถานที่ทำงาน โดยเบี้ยประกันขึ้นอยู่กับรายได้ของแต่ละคนและจะถูกหักออกจากเงินเดือนแต่ละเดือน

ระบบยกเว้นการชำระเงินของนักเรียนสำหรับเบี้ยประกันเงินบำนาญแห่งชาติ

สำหรับนักเรียน เมื่อสมัคร "ระบบยกเว้นการชำระเงินของนักเรียน" จะได้รับการผ่อนผันจ่ายเบี้ยประกันขณะอยู่ระหว่างการศึกษ สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อสอบถามที่ แผนกเงินบำนาญรักษาพยาบาล (Iryounenkin-ka) ชั้น 1 ตึกที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ หรือช่องให้คำปรึกษาชาวต่างชาติ (Kaikokujinsoudan-madoguchi) ชั้น 5 (☎ 029-883-1313)

เงินก้อนคืนหลังลาออก

ผู้ที่เดินทางออกจากประเทศญี่ปุ่นและไม่ได้วางแผนที่จะกลับเข้าประเทศอีก หากได้ชำระเบี้ยประกันเอาไว้แล้ว ในช่วงระยะเวลาหนึ่ง สามารถขอรับเงินก้อนคืนได้เมื่อลาออกจากระบบบำนาญ กรุณาตรวจสอบเงื่อนไข และวิธีการสมัครกับทางแผนกเงินบำนาญญี่ปุ่น (Nihonnenkin-kikou)

➤ <https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html>



เกี่ยวกับประกันสุขภาพ

ประกันสุขภาพแห่งชาติ

ในประเทศญี่ปุ่น กฎหมายกำหนดให้เป็นหน้าที่ของทุกคนที่ต้องลงทะเบียนประกันสุขภาพแห่งชาติหรือประกันสุขภาพในสถานที่ทำงาน เพื่อความสบายใจเวลาเข้ารับการรักษาพยาบาล การประกันสุขภาพแห่งชาติเป็นส่วนหนึ่งในการประกันสุขภาพของรัฐ ดำเนินงานโดยจังหวัด เทศบาลหรืออำเภอในเขตพื้นที่ที่เราอาศัยอยู่

ชาวต่างชาติจำเป็นต้องทำประกันสุขภาพแห่งชาติ

ระบบประกันสุขภาพแห่งชาติครอบคลุมผู้ที่ไม่ได้ทำประกันสุขภาพในสถานที่ทำงาน รวมถึงชาวต่างชาติที่ได้ลงทะเบียนเป็นผู้พำนักอาศัยอยู่ในญี่ปุ่น ยกเว้นผู้ที่พำนักอยู่ในช่วงระยะสั้น ๆ เพื่อการท่องเที่ยว ฯลฯ นอกจากนี้ เมื่อเข้ามาในประเทศญี่ปุ่นแล้ว ผู้ที่วางแผนพำนักอยู่ในญี่ปุ่นระยะ 3 เดือน หรือต่อมาหากได้รับอนุญาตให้พำนักอยู่นานกว่า 3 เดือน ล้วนจำเป็นต้องทำประกันสุขภาพแห่งชาติ กรณีระยะเวลาพำนักอยู่เกิน 3 เดือน โปรดปรึกษาแผนกประกันสุขภาพแห่งชาติ (Kokuminkenkouhoken-ka) ชั้น 1 ณ ที่ว่าการอำเภอ กรณีเกิดการเจ็บป่วยและต้องการทำประกันสุขภาพแห่งชาติ จำเป็นต้องจ่ายเบี้ยประกันย้อนหลังจนถึงวันที่ลงทะเบียนเป็นผู้พำนักอาศัย

※ผู้ที่ทำประกันสุขภาพ ณ สถานที่ทำงานแล้ว ไม่จำเป็นต้องลงทะเบียนประกันสุขภาพแห่งชาติ

ปีงบประมาณ (Nendo) คืออะไร ?

“ปี (Nen)” หมายถึง ปีตามปฏิทิน ช่วงเวลา 1 ปี ตั้งแต่วันที่ 1 ม.ค. ถึง 31 ธ.ค. ส่วน “ปีงบประมาณ (Nendo)” หมายถึง ช่วงเวลาที่กำหนดไว้แตกต่างจากปีตามปฏิทิน โดยทั่วไป ระยะเวลาปีงบประมาณ คือ ตั้งแต่วันที่ 1 เม.ย. ถึง 31 มี.ค. ของปีถัดไป โปรดระมัดระวัง การยื่นระเบียบการต่าง ๆ ของโรงเรียน องค์กรของรัฐส่วนท้องถิ่นหรือประเทศ จะรับดำเนินการตามปีงบประมาณ

โปรดติดต่อสอบถามรายละเอียดเกี่ยวกับข้อมูลจริงของระเบียบการต่าง ๆ เป็นต้น



เกี่ยวกับวิธีการทิ้งขยะ

วิธีการทิ้งจะแตกต่างกันไปตามประเภทของขยะ โปรดตรวจสอบ "ปฏิทินการทิ้งขยะเมืองทสึคุบะ" ตามเขตพื้นที่ที่อยู่อาศัย โดยให้ทิ้งขยะลงในถุงตามแบบที่กำหนดไว้และนำออกไปทิ้ง ณ จุดรวบรวมขยะ ภายในเวลา 8:00 น. ของวันเก็บขยะ

| ประเภทขยะ | วิธีการทิ้งขยะ | ตัวอย่าง |
|---|--|--|
| ขยะเผาได้  | กรุณาทิ้งลงในถุงขยะเผาได้ ซึ่งสามารถหาซื้อถุงขยะตามแบบที่กำหนดไว้ ที่ซูเปอร์มาร์เก็ตหรือร้านขายยา ※1 บีบน้ำออกจากขยะก่อนทิ้ง ※2 ของที่มีรูปร่างเป็นแท่งยาว เช่น ไม้ตีเบสบอลและไม้กอล์ฟ อาจจะยื่นออกมาจากถุงขยะที่กำหนดไว้ ด้วยความยาวไม่เกิน 150 ซม. |  CD วิดีโอเทป ผลิตภัณ์ที่ย่าง ผลิตภัณ์พลาสติก ขยะสด ※1 ขยะกระดาษ เครื่องหนัง ไม้ตีเบสบอล ไม้กอล์ฟ ฯลฯ ※2 |
| กระป๋อง | ทิ้งลงในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร) |  |
| ขวด | ทิ้งลงในถุงใสหรือโปร่งแสง |  |
| กระป๋องสเปรย์ | เจาะรูกระป๋องและปล่อยแก๊สให้รั่วออกมาที่กลางแจ้ง ทิ้งในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร) |  |
| ภาชนะบรรจุภัณฑ์พลาสติก | ขยะที่มีเครื่องหมาย "プラ" และไม่สกปรก ทิ้งในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร) เครื่องหมายพลาสติก →  |  จลากและฝาขวด ขยะที่มีตราสกปรก ให้ล้างน้ำออกคร่าว ๆ เท่าที่ทำได้ กรุณาทิ้งขยะที่มีคราบน้ำมันหรือมีกลิ่นเหม็นเป็น "ขยะที่เผาได้" |
| ขวด PET | แกะจลากและฝาปิดแยกทิ้ง เทน้ำออกให้หมด แล้วใส่ขวด PET ลงในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร) |  จลากและฝาขวด จัดเป็น "ภาชนะและบรรจุภัณฑ์พลาสติก" |
| กระดาษเก่า เสื้อผ้าเก่า กระดาษทั่วไป | กรุณาผูกมัดด้วยเชือกและผูกปมที่ดึงออกได้ง่าย ※3 สำหรับกล่องนม ได้แกะกล่องออก ล้างแล้วทิ้งไว้ให้แห้งก่อนมัดรวมกัน |  แพ็คกระดาษ ※3 |
| ขยะเผาไม่ได้ | ทิ้งในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร) ※4 สิ่งของที่เป็นแท่งยาว เช่น ไม้ตีเบสบอลเหล็กและไม้กอล์ฟ อาจจะยื่นออกมาจากถุงขยะได้ ด้วยความยาวไม่เกิน 150 ซม. |  เครื่องปั่นดินเผา/แก้ว เครื่องครัว หลอดไส้ อลูมิเนียมฟอยล์ แผ่นแปะความร้อน ไม้ตีเบสบอลเหล็ก ไม้กอล์ฟ ฯลฯ ※4 |
| ขยะขนาดใหญ่ | ต้องจ่ายค่าธรรมเนียมเพิ่มเติม กรุณาโทรจองกับที่ว่าการอำเภอล่วงหน้าอย่างน้อย 2 วันก่อนทิ้ง | สิ่งของที่มีความกว้างตั้งแต่ 50 ซม. ขึ้นไป (ทางอำเภอไม่รับเก็บ แอร์ ทีวี ตู้เย็น เครื่องซักผ้า คอมพิวเตอร์) <ศูนย์รับขยะขนาดใหญ่เมืองทสึคุบะ> โทรศัพท์: 029-860-2984 เปิดจันทร์ ถึง ศุกร์ (รวมวันหยุดนักขัตฤกษ์) *ยกเว้นวันหยุดสิ้นปีและวันขึ้นปีใหม่ ตั้งแต่วันที่ 08.30 น. ถึง 17.15 น. |



เทศกาลชมดอกไม้ ณ สวนสาธารณะ!

ฤดูใบไม้ผลิเป็นฤดูกาลแห่งดอกซากุระ เริ่มตั้งแต่ปลายเดือน มี.ค. ถึง ต้นเดือน เม.ย. ดอกซากุระจะบานเต็มที่ในเมืองทสึคุบะ ด้วยเช่นกัน ขอเชิญมาสนุกเพลิดเพลินไปกับฤดูใบไม้ผลิในญี่ปุ่น ด้วยการชมดอกซากุระ ในวันที่อากาศแจ่มใส ณ สวนสาธารณะที่อยากแนะนำ ดังต่อไปนี้

| ชื่อสวนสาธารณะ | ที่อยู่ | |
|--------------------------------|-----------------------------|---|
| สวนสาธารณะ Kagakubanpaku kinen | Tsukuba-shi Miyukigaoka 6 | ได้นอนพักผ่อนหย่อนใจบนสนามหญ้า ได้อารมณ์มาปิกนิก |
| สวนสาธารณะ Chou-ou | Tsukuba-shi Agatsuma 2-7-5 | เดินไม่ไกลจากสถานีรถไฟทสึคุบะ เข้าถึงได้สะดวกสบาย |
| สวนสาธารณะ Matsumi | Tsukuba-shi Amakubo 1-4 | อยู่ใกล้กับมหาวิทยาลัยทสึคุบะและศูนย์การแพทย์ทสึคุบะ |
| สวนสาธารณะ Sorimachi no mori | Tsukubashi sakura 1-3 | เมื่อดอกบานสะพรั่ง ริมทางเนินลาดดูเหมือนเป็นซุ้มประตูดอกซากุระสีชมพู |
| สวนสาธารณะ Ooike | Tsukubashi Houjou 1477-1 | มีต้นซากุระล้อมรอบบึง Hojo Oike โดยมีภูเขาทสึคุบะเป็นวิวฉากหลัง |
| สวนสาธารณะ Kenkyugakueneki-mae | Tsukubashi Gakuenminami 2-1 | แนวต้นซากุระทางฝั่งตะวันออกของสวนสวยงามมาก และเดินไม่ไกลจากสถานีรถไฟ Kenkyugakuen |

เทศกาลทสึคุบะ (Tsukuba Festival)

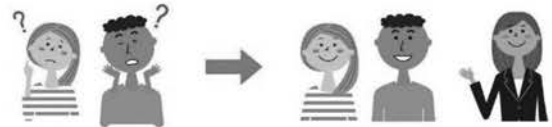
จัดขึ้นเป็นครั้งแรกในรอบ 4 ปี เป็นกิจกรรมพิเศษที่ทั้งเด็กและผู้ใหญ่จะได้เพลิดเพลินไปกับการออกร้านขายอาหารและเครื่องดื่ม ได้รับประสบการณ์จากกิจกรรมต่าง ๆ อีกทั้ง ยังมีการออกร้านขายอาหารนานาชาติ อีกด้วย ดังนั้น ได้โปรดมาร่วมงานกันให้ได้!
วันเวลา: วันเสาร์ที่ 13 พฤษภาคม และ วันอาทิตย์ที่ 14 พฤษภาคม ปีนี้ ตั้งแต่เวลา 11:00 - 17:00 น.

สถานที่: ลานกว้าง Tsukuba Center , และสวนสาธารณะ Oshimizu



ขอให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติในเมืองทสึคุบะ

คุณสามารถพูดคุยปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาในชีวิตประจำวันด้วยภาษาต่าง ๆ ข้อมูลจะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่สามารถแปลภาษาอื่นที่ว่าการอำเภอได้



ภาษาที่เจ้าหน้าที่อำเภอแปลได้: ญี่ปุ่น อังกฤษ จีน, ภาษาที่บริการแปลทางไกล: 16 ภาษา (อังกฤษ จีน เกาหลี โปรตุเกส สเปน ฟิลิปปินส์ เวียดนาม ไทย ฝรั่งเศส เนปาล อินโดนีเซีย อินเดีย เวียดนาม พม่า สิงคโปร์ และมองโกเลีย ณ วันที่ 1 มกราคม 2023)

วันและเวลาให้คำปรึกษา: วันธรรมดา 08:30 น. ถึง 12:00 น., 13:00 น. ถึง 17:15 น.,

สถานที่: ตึกที่ว่าการอำเภอ ชั้น 5 แผนกส่งเสริมเมืองนานาชาติ (Kokusaitoshisuishin-ka), ☎: 029-883-1313 (ภาษาญี่ปุ่น ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน), E-mail : ctz035@city.tsukuba.lg.jp

◎ภายในตึกที่ว่าการอำเภอ สามารถแปลภาษาได้ทุกช่องติดต่อสอบถาม

เรียนผ่าน ZOOM! หลักสูตรภาษาญี่ปุ่นสำหรับชาวต่างชาติ

สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติอำเภอทสึคุบะ (Tsukuba International Exchange Association) เปิดหลักสูตรเรียนภาษาญี่ปุ่นออนไลน์ที่ใช้เป็นประโยชน์ต่อชีวิตประจำวัน สำหรับผู้ใหญ่ ปีละ 2 คอร์ส ตั้งแต่เดือน เม.ย. ถึง ก.ค. และ ตั้งแต่เดือน ต.ค. ถึง ก.พ.

โปรดดูรายละเอียดเพิ่มเติมจากหน้าเว็บไซต์ของอำเภอ

ระยะเวลารับสมัคร: ตั้งแต่วันที่ 1 มี.ค. (หลักสูตรเดือน เม.ย. - ก.ค.)

ตั้งแต่วันที่ 1 ก.ย. (หลักสูตรเดือน ต.ค.- ก.พ.) *รับสมัครตามลำดับก่อนหลัง

ช่วงเวลา/จำนวนครั้ง: คอร์สกลางวัน 10:00-11:00 น. คอร์สกลางคืน 19:00-20:00 น. ทั้งหมด 15 ครั้ง

ห้องเรียน: Nihongo 1, Nihongo 2, Nihongo 3, สนทนาภาษาญี่ปุ่น (แบ่งตามระดับภาษา)

จำนวนคน: รับ 10 คนแรกในแต่ละคอร์ส , ค่าเรียน: 2,000 เยน, กลุ่มเป้าหมาย: ชาวต่างชาติที่อยู่อาศัย ทำงาน หรืออาศัยอยู่ใกล้รอบครัวภายในเมืองทสึคุบะ กรณีในห้องเรียนยังมีคนว่างก็สามารถเข้าเรียนช่วงกลางหลักสูตรได้

➤ รายละเอียดเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ japanese@inter.or.jp

