

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

「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

<หลังจากกล่าวรับสายแล้ว>

③ **【สถานที่】** สถานที่เกิดเพลิงไหม้หรือสถานที่ที่ต้องการให้รถพยาบาลมารับด่วน

※ กรณีไม่ทราบที่อยู่ โปรดระบุจุดสังเกตเห็นได้ง่าย เช่น อาคารและสี่แยกในบริเวณใกล้เคียง

④ **【สถานการณ์】** (กรณีไฟไหม้) ไฟไหม้อะไร รุนแรงนานแค่ไหน มีคนไหม้ไหมหรือได้รับบาดเจ็บไหม ?

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 คุณได้เห็นคนร้ายหรือเลขทะเบียนรถหรือไม่ ?

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 สภามายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ 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.	
กระป๋อง	ทิ้งลงในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร)	
ขวด	ทิ้งลงในถุงใสหรือโปร่งแสง	
กระป๋องสเปรย์	เจาะรูกระป๋องและปล่อยแก๊สให้รั่วออกมาที่กลางแจ้ง ทิ้งในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร)	
ภาชนะบรรจุภัณฑ์พลาสติก	ขยะที่มีเครื่องหมาย "プラ" และไม่สกปรก ทิ้งในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร) เครื่องหมายพลาสติก → 	 ขยะที่มีตราสกปรก ให้ล้างน้ำออกคร่าว ๆ เท่าที่ทำได้ กรุณาทิ้งขยะที่มีคราบน้ำมันหรือมีกลิ่นเหม็นเป็น "ขยะที่เผาได้"
ขวด PET	แกะฉลากและฝาปิดแยกทิ้ง เทน้ำออกให้หมด แล้วใส่ขวด PET ลงในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร)	 ฉลากและฝาขวด จัดเป็น "ภาชนะและบรรจุภัณฑ์พลาสติก" 
กระดาษเก่า เสื้อผ้าเก่า กระดาษทั่วไป	กรุณาผูกมัดด้วยเชือกและผูกปมที่ดึงออกได้ง่าย ※3 สำหรับกล่องนม ได้แกะกล่องออก ล้างแล้วทิ้งไว้ให้แห้งก่อนมัดรวมกัน	 แพ็คกระดาษ※3
ขยะเผาไม่ได้	ทิ้งในถุงใสหรือโปร่งแสง (ไซส์ถุงขนาดไม่เกิน 45 ลิตร) ※4. สิ่งของที่เป็นแท่งยาว เช่น ไม้ตีเบสบอลเหล็กและไม้กอล์ฟอาจจะยื่นออกมาจากถุงขยะได้ ด้วยความยาวไม่เกิน 150 ซม.	
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 สวนสาธารณะที่ยากจะแนะนำ ดังต่อไปนี้

ชื่อสวนสาธารณะ	ที่อยู่	
สวนสาธารณะ Kagakubanpaku kinen	Tsukuba-shi Miyukigaoka 6	ได้นอนพักผ่อนหย่อนใจบนสนามหญ้า ได้อารมณ์มาปิกนิก
สวนสาธารณะ Chou-ou	Tsukuba-shi Agatsuma 2-7-5	เดินไม้ไกลจากสถานีรถไฟทสึคุบะ 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 และเดินไม้ไกลจากสถานีรถไฟ Kenkyugakuen

เทศกาลทสึคุบะ (Tsukuba Festival)

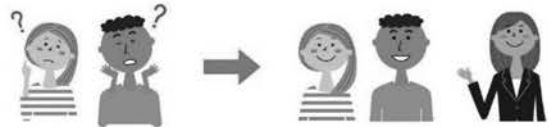
จัดขึ้นเป็นครั้งแรกในรอบ 4 ปี เป็นกิจกรรมพิเศษที่ทั้งเด็กและผู้ใหญ่จะได้เพลิดเพลินไปกับการออกร้านขายอาหารและเครื่องดื่ม ได้รับประสบการณ์จากกิจกรรมต่าง ๆ อีกทั้ง ยังมีการออกร้านขายอาหารนานาชาติ อีกด้วย ดังนั้น ได้โปรดมาร่วมงานกันให้ได้!
วันเวลา: วันเสาร์ที่ 13 พฤษภาคม และ วันอาทิตย์ที่ 14 พฤษภาคม ปีนี้ 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

