



ทสึคุบะ

พิมพ์ที่ ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ แผนกความสัมพันธ์ระหว่างประเทศและวัฒนธรรม
1979 Konda, Tsukuba- Shi, Ibaraki- Ken Japan 305-0018 Tel 029- 857- 3132

International Relations & Culture Division, Tsukuba City Hall
E-mail: ctz030@info.tsukuba.ibaraki.jp Website: http://www.city.tsukuba.ibaraki.jp



ข่าวประกาศเรื่อง...

เงินสนับสนุนกระตุ่นเศรษฐกิจ

การให้ความช่วยเหลือด้าน "เงินสนับสนุน" ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของนโยบายรับมือกับสภาพเศรษฐกิจที่เผชิญวิกฤตการณ์ในช่วงครึ่งหลังของปี 2008 ได้เริ่มขึ้นแล้ว โดยมีเป้าหมายเพื่อสนับสนุนความเป็นอยู่ของประชาชนและฟื้นฟูสภาพเศรษฐกิจในพื้นที่ ด้วยการมอบเงินสนับสนุนตามจำนวนที่กำหนดให้กับประชาชนที่มีคุณสมบัติครบถ้วนเป็นรายบุคคล รวมถึงชาวต่างชาติด้วย (ยกเว้นผู้ที่อยู่ในประเภท "TEMPORARY VISITOR" และผู้ที่อาศัยอยู่อย่างไม่ถูกต้องตามกฎหมาย) การให้ความช่วยเหลือด้านเงินสนับสนุนจะดำเนินการในอำเภอที่ท่านมีชื่อในทะเบียนประชาชน หรือทะเบียนคนต่างด้าว ณ วันที่ 1 ก.พ. 2009 สำหรับผู้มีสิทธิ์ได้รับเงินที่อำเภอทสึคุบะ จะได้รับจดหมายประกาศและใบยื่นคำร้องในช่วงปลายเดือนมีนาคม หลังจากกรอกข้อมูลสำคัญในใบยื่นคำร้องนี้แล้ว ให้แนบเอกสารที่จำเป็น แล้วส่งทางไปรษณีย์มาที่ "Teigaku Kyufukin Shitsu" (ฝ่ายเงินสนับสนุน) ของที่ว่าการอำเภอทสึคุบะภายในระยะเวลาที่กำหนด หากไม่มีการส่งเอกสาร ก็จะไม่ได้รับเงินสนับสนุนนี้ สำหรับเด็กที่เกิดหลังจากวันที่กำหนด (วันที่ 1 ก.พ. 2009) และผู้ที่เดินทางเข้าประเทศญี่ปุ่นหลังจากวันที่กำหนดดังกล่าวไม่สามารถรับเงินสนับสนุนได้ ส่วนผู้มีชื่อในทะเบียนคนต่างด้าวของอำเภออื่น ณ วันที่กำหนดนั้น ต้องไปรับเงินสนับสนุนยังอำเภอที่ท่านได้จดทะเบียนคนต่างด้าว (ไม่ใช่ที่อำเภอทสึคุบะ)

❖ จำนวนเงินสนับสนุน คนละ 12,000 เยน

หมายเหตุ สำหรับผู้ที่เกิดก่อนวันที่ 2 กุมภาพันธ์ 1944 และผู้ที่เกิดตั้งแต่วันที่ 2 กุมภาพันธ์ 1990 เป็นต้นไป จะได้รับคนละ 20,000 เยน

❖ **วิธียื่นคำร้อง** กรุณากรอกข้อมูลสำคัญในใบยื่นคำร้องที่จำเป็นของถึงหัวหน้าครอบครัวนั้นๆจากอำเภอทสึคุบะ จากนั้นแนบเอกสารที่จำเป็น แล้วส่งกลับทางไปรษณีย์ด้วยของเอกสารที่มาพร้อมใบยื่นคำร้อง

หมายเหตุ ชาวต่างชาติจำเป็นต้องกรอกข้อมูลในใบยื่นคำร้องเป็นรายบุคคลไม่สามารถกรอกพร้อมในใบยื่นคำร้องแบบครอบครัวได้ กรุณาดูตัวอย่างการกรอกเอกสารตามที่ได้แนบส่งไปให้ กรณีที่บุตรของท่านมีคุณสมบัติในการรับเงินสนับสนุน ท่านสามารถยื่นคำร้องและรับเงินแทนได้ในฐานะผู้ปกครอง

❖ **วิธีการมอบเงิน** เงินสนับสนุนจะได้รับการโอนเข้าบัญชีธนาคารที่ได้กรอกไว้ในใบยื่นคำร้อง โดยบัญชีธนาคารนั้นต้องเป็นชื่อของผู้ที่มีสิทธิ์ในการรับเงิน อย่างไรก็ตาม สามารถโอนเงินเข้าบัญชีของผู้ปกครองได้ในกรณีที่ท่านยื่นคำร้องแทนบุตรของท่าน

❖ **เอกสารที่ต้องแนบมาด้วย** ① สำเนาบัตรประจำตัวคนต่างด้าวของผู้ที่มีสิทธิ์รับเงินสนับสนุน ② สำเนาหน้าแรกของสมุดบัญชีธนาคารหรือบัตรเงินสด (หน้าที่มีชื่อธนาคาร สาขา หมายเลขบัญชีธนาคาร และชื่อบัญชี)

❖ **หมดเขตยื่นคำร้อง** วันอังคารที่ 29 กันยายน 2009 (ของเอกสารต้องได้รับการประทับตราภายในวันดังกล่าว)

❖ **ติดต่อสอบถาม**

ฝ่ายเงินสนับสนุน ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ [TEL] 029-836-9811



สำหรับท่านที่ยังไม่ได้รับ

บัตรประกันสุขภาพ

การจัดส่งบัตรประกันสุขภาพประจำปี 2009 ทางไปรษณีย์ลงทะเบียนเสร็จสิ้นแล้วเมื่อปลายเดือนมีนาคมที่ผ่านมา สำหรับท่านที่ยังไม่ได้รับบัตรประกันสุขภาพ กรุณาดำเนินการเพื่อขอรับบัตรประกันสุขภาพโดยเร็ว

❖ **วิธีการรับบัตร** หัวหน้าครอบครัวต้องมารับด้วยตนเอง *กรณีที่ไม่ให้คนอื่นมารับแทน ต้องมีหนังสือมอบหมายอำนาจมาด้วย

❖ **สถานที่** แผนกเงินบำนาญและประกันสังคม ที่ว่าการ อ.ทสึคุบะ (ชั้น 3 สาขาซากุระ)

❖ **สิ่งที่ต้องนำมาด้วย** อินคัง (กรณีไม่มีอินคัง สามารถใช้ลายเซ็นแทนได้), บัตรประกันสุขภาพประจำปี 2008, เอกสารยืนยันสถานภาพของตนเอง (เช่น บัตรประจำตัวคนต่างด้าว)

❖ **ติดต่อสอบถาม** แผนกเงินบำนาญและประกันสังคม ☎029-836-1111



แจก "คู่มือการใช้ชีวิต..."

...สำหรับชาวต่างชาติ"

เอกสารรวบรวมข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการใช้ชีวิตสำหรับชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่ในทสึคุบะ "Living in Tsukuba" ฉบับใหม่ตีพิมพ์แล้ว ภายในเล่มอัดแน่นไปด้วยข้อมูลที่จัดขึ้นเป็นพิเศษสำหรับชาวต่างชาติ เช่น ขั้นตอนการดำเนินการประเภทต่างๆที่จำเป็น ระบบการเก็บภาษีและประกันสุขภาพ ข้อมูลการแพทย์ สถานที่ให้คำปรึกษาในยามเดือดร้อน เป็นต้น โดยตีพิมพ์คู่กันทั้งภาษาอังกฤษและภาษาญี่ปุ่น (มีตัวอักษรฟูริกานะประกอบ) สามารถรับเอกสารได้ที่แผนกความสัมพันธ์ระหว่างประเทศและวัฒนธรรม และที่เคาน์เตอร์จดทะเบียนคนต่างด้าวของที่ว่าการอำเภอสาขาซากุระ หรือดาวน์โหลดได้จากเวปไซต์ของอำเภอ <http://tsukubainfo.jp>

นอกจากนี้ ท่านยังสามารถรับ "ซีดีมินิเบรริจ" ที่รวบรวมข้อมูลต่างๆสำหรับชาวเมืองทสึคุบะและ "ไลฟ์แพลน ชูโกยากะ" ที่รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับบริการของศูนย์รักษาสุขภาพ ฉบับปี 2009 (ตีพิมพ์เป็นภาษาญี่ปุ่นทั้งสองเล่ม) ได้ที่ที่ว่าการอำเภอ และคอมินคังทุกแห่ง



บุมกักตายน...

แนะนำพื้แปลฉบับภาษาไทย ประจำปี 2009

สวัสดิ์คีะ / ครับ ตั้งแต่ฉบับเดือนเมษายนนี้เป็นต้นไป น้องขวัญกับน้องปิ๊ก นักศึกษาจากมหาวิทยาลัยทสึคุบะจะมารับหน้าที่เป็นที่มงานแปลข่าวสารจากที่ว่าการอำเภอทสึคุบะฉบับภาษาไทย ขอฝากเนื้อฝากตัวกับผู้อ่านทุกท่านด้วยนะครับ สำหรับข้อแนะนำหรือข้อติชมใดๆสามารถส่งมาได้ทีอีเมลล์ของพวกเราโดยตรงค่ะ (pattp_j@hotmail.com, rtanapa@gmail.com)

น้องปิ๊ก & น้องขวัญ



ข้อมูลห้องสมุด

ห้องสมุดกลาง (ยูเอเค:ไซกัว)

☎ 029-856-4311

🌐 <http://www.city.tsukuba.ibaraki.jp/lib/>

เวลาเปิด อังคาร-ศุกร์ เวลา 9:30 – 19:00 น.

เสาร์, อาทิตย์ และวันหยุดราชการ 9:30 - 17:00 น.

วันหยุดของห้องสมุดกลาง

วันที่ 20, 27, 29, 30 เมษายน

วันที่ 6, 7, 11, 18, 25 พฤษภาคม

★ นอกจากห้องสมุดกลางแล้ว ยังมีห้องสมุดโคมิเนคัง ที่ยะทะเบะ, ทสึคุบะ, โอนะกะวะ และคุคิสะกิ **เปิด:** อังคาร-อาทิตย์ เวลา 10:00-18:00 น.

การยืมหนังสือหรือซีดี

จำเป็นต้องใช้ "บัตรสมาชิก" ผู้ที่อยู่อาศัยในทสึคุบะ และผู้ที่ไม่ได้อยู่แต่ทำงานหรือเรียนอยู่ในทสึคุบะ สามารถสมัครสมาชิกได้ที่ห้องสมุดกลางหรือที่ห้องสมุดโคมิเนคัง เอกสารที่ใช้ในการสมัคร: เอเลี่ยนการ์ด ใบขับขี่ หรือบัตรประกันสุขภาพ ในกรณีมีเรียนหรือทำงานในทสึคุบะ ใช้บัตรประจำตัวพนักงานหรือบัตรนักเรียน

หนังสือภาษาต่างประเทศ

ที่ห้องสมุดกลางมีหนังสือภาษาต่างประเทศ รวบรวมไว้กว่าหนึ่งหมื่นเล่ม ส่วนมากเป็นภาษาอังกฤษ จีน และเกาหลีในแต่ละภาษา มีทั้งตำราที่เป็นประโยชน์ในการนำไปประยุกต์ใช้ เช่น ตำราอาหาร หรือ หนังสือแนะนำเกี่ยวกับญี่ปุ่น หนังสือยอดนิยายภาษาต้นฉบับ นิยายญี่ปุ่นร่วมสมัยที่แปลเป็นภาษาต่างๆ หนังสือสำหรับเด็กและสมุดภาพ(บริเวณมุมทางด้านซ้ายมือเมื่อผ่านทางเข้า) รวมไปถึงมุมนิตยสาร ซึ่งมีนิตยสารที่เป็นภาษาต่างประเทศถึง 17ประเภท

ห้องเล่านิทานสำหรับเด็กๆ

ที่ห้องสมุดกลาง มี "ห้องเล่านิทาน (โอะซะนะชิ-ชิชิ)" ตรงมุมเด็ก ซึ่งจะมีอาสาสมัครมาอ่านนิทานให้เด็กๆ ฟัง ตลอดเดือนเมษายน และพฤษภาคม ทุกวันเสาร์ เวลา 15:00-15:30 น. (★ วันเสาร์ที่ 25 เม.ย. และเสาร์ที่ 23 พ.ค. จัดเพิ่มอีกรอบ เวลา 15:30-16:00 น.)

🌐 <http://www.tsukuba-kosodate.jp>



การฉีดวัคซีนป้องกันโรคสำหรับเด็ก

การฉีดวัคซีนสำหรับเด็กที่เปิดให้บริการในทสึคุบะจัดขึ้นตามช่วงเวลา การฉีดวัคซีนที่กฎหมายได้กำหนดไว้ เด็กที่อายุครบกำหนดสามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนได้ทั้งแบบ "รายบุคคล" ตามสถานพยาบาลที่อยู่ในความร่วมมือของรัฐ และ "ฉีดเป็นกลุ่ม" ได้ที่ศูนย์ประกันสุขภาพที่กำหนดโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ

※ การฉีดวัคซีนเป็นกลุ่มมีเฉพาะ

วัคซีนป้องกันโรคโปลิโอ

นอกจากนั้นจะมีการฉีดวัคซีน

รายบุคคล

เมษายน	ศูนย์ประกันสุขภาพ
อังคารที่ 21	เขตซากุระ
อังคารที่ 28	เขตซากุระ

พฤษภาคม	ศูนย์ประกันสุขภาพ
ศุกร์ที่ 8	เขตโอบะ
จันทร์ที่ 11	เขตยาทาเบะ
จันทร์ที่ 18	เขตซากุระ
อังคารที่ 26	เขตซากุระ
ศุกร์ที่ 29	เขตยาทาเบะ

การฉีดวัคซีนป้องกันโรคโปลิโอ (ฉีดเป็นกลุ่ม)

※ เด็กที่มีพี่น้อง (อายุตั้งแต่แรกเกิด 3 เดือน - 7 ปี 6 เดือน) ที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีนป้องกันโรคโปลิโอ ควรพามาฉีดวัคซีนพร้อมกันเพื่อป้องกันโรคโปลิโอติดต่อกันในครอบครัว ※ ไม่ต้องจองล่วงหน้า เข้ารับการฉีดวัคซีนตามลำดับที่ลงทะเบียน (เวลาลงทะเบียน 13:00-14:20 น.) ※ เลือกฉีดวัคซีนในวันเวลาและสถานที่ที่สะดวก ※ เด็กที่มีอายุ 1 ปีขึ้นไปและยังไม่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันให้ไปรับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันก่อน

ตารางการฉีดวัคซีนป้องกันโรค (ฉีดรายบุคคล)

※ เด็กที่มีอายุตามเกณฑ์ต่อไปนี้จะสามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายได้ ตามสถานพยาบาลที่อยู่ในความร่วมมือของทสึคุบะ (ต้องจองล่วงหน้าและต้องนำสมุดบันทึกสุขภาพของแม่และลูก (โอะชิเทะโจ) มาด้วย ไม่เช่นนั้นจะไม่ได้รับการฉีดวัคซีน) ผู้ปกครองควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับอาการแทรกซ้อนที่อาจเกิดจากการฉีดวัคซีนล่วงหน้าและพาเด็กที่อายุถึงเกณฑ์ เข้ารับการฉีดวัคซีนตามระยะเวลาที่กำหนดอย่างเคร่งครัด

วัคซีนป้องกันโรค	อายุตามเกณฑ์	เกณฑ์มาตรฐาน	จำนวนเข็ม	เพิ่มเติม
โรคพิษซึงิ	แรกเกิด - 6 เดือน	-	1 เข็ม	พาไปฉีดได้เมื่ออายุครบ 3 เดือน
โรคไอกรน คอติบบาดทะยัก	ระยะที่ 1 ช่วงแรก แรกเกิด 3 เดือน - 7 ปี 6 เดือน	แรกเกิด 3 เดือน - 1 ปี	3 เข็ม (ห่างกันเข็มละ 20-56 วัน)	รับพาไปฉีดเมื่ออายุครบ 3 เดือน และไปฉีดอย่างต่อเนื่องตามระยะเวลาที่กำหนด
	ระยะที่ 1 ช่วงหลัง แรกเกิด 3 เดือน - 7 ปี 6 เดือน	1 ปี - 1 ปีครึ่ง (หลังจากฉีดวัคซีนช่วงแรกแล้ว)	1 เข็ม (ห่างจากช่วงแรก 6 เดือนขึ้นไป)	
โรคหัดเยอรมัน	ระยะที่ 1 (1 ปี - 2 ปี)	-	1 เข็ม	ก่อนวันที่ 31 มี.ค. 2010 ฉีดวัคซีนระยะที่ 2, 3 และ 4 ได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย (หลังจากนั้นต้องเสียเงิน)
	ระยะที่ 2 (5 ปี - 7 ปี) นักเรียนป.1 ต้องฉีดก่อนถึงวันเปิดเรียน	-	1 เข็ม	
	ระยะที่ 3 (เด็กที่เกิด 2 เม.ย. 1996 - 1 เม.ย. 1997)	-	1 เข็ม	
	ระยะที่ 4 (เด็กที่เกิด 2 เม.ย. 1991 - 1 เม.ย. 1992)	-	1 เข็ม	
โรคไข้มองอักเสบ	ระยะที่ 1 ช่วงแรก แรกเกิด 6 เดือน - 7 ปี 6 เดือน	3 ปี	2 เข็ม (ห่างกันเข็มละ 6-28 วัน)	คำแนะนำในการฉีดวัคซีนชนิดนี้ในปัจจุบันอยู่ในระดับปานกลาง ผู้ที่ต้องการสามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนชนิดนี้ได้
	ระยะที่ 1 ช่วงหลัง ก่อนอายุครบ 7 ปี 6 เดือน	4 ปี	1 เข็ม (ห่างจากช่วงแรกประมาณ 1 ปี)	



ตรวจสุขภาพเด็กถ้วน

ศูนย์ประกันสุขภาพของ
อำเภอให้บริการตรวจ
สุขภาพแก่เด็ก ที่มีอายุ 1 ปี
6 เดือน และเด็กที่มีอายุครบ
3 ปีเต็ม สำหรับผู้ที่มีบุตรที่
อายุถึงเกณฑ์เข้ารับการ
ตรวจสุขภาพ จะได้รับ
จดหมายแจ้ง เป็นรายบุคคล
ไปในช่วงปลายเดือนของ
เดือนก่อนที่จะถึงเดือนตรวจ
และไม่ว่าท่านจะอาศัยอยู่ใน

สำหรับเด็กที่มีอายุ 1 ปี 6 เดือน (เกิด เดือนกันยายน ปี 2007)	
เมษายน	ศูนย์ประกันสุขภาพ
อังคารที่ 7	เขตชาภูระ
พุธที่ 8	เขตชาภูระ
พุธที่ 22	เขตยาทาเบะ
พฤษภาคม	ศูนย์ประกันสุขภาพ
พุธที่ 13	เขตยาทาเบะ
พุธที่ 20	เขตชาภูระ
ศุกร์ที่ 22	เขตชาภูระ

สำหรับเด็กที่มีอายุครบ 3 ปีเต็ม (เกิด เดือนมีนาคม ปี 2006)	
เมษายน	ศูนย์ประกันสุขภาพ
พฤหัสบดีที่ 23	เขตยาทาเบะ
พฤษภาคม	ศูนย์ประกันสุขภาพ
พฤหัสบดีที่ 13	เขตชาภูระ
พฤหัสบดีที่ 20	เขตยาทาเบะ
ศุกร์ที่ 22	เขตชาภูระ

① ติดต่อสอบถามได้ที่ศูนย์ประกันสุขภาพ
และที่แผนกส่งเสริมสุขภาพของอำเภอ



เขตใดสามารถพาบุตรไปเข้ารับการตรวจสุขภาพได้ทั้งที่ศูนย์ประกันสุขภาพเขตชาภูระ
(☎029-857-3931) และ ที่ศูนย์ประกันสุขภาพเขตยาทาเบะ (☎029-838-1100)

“สนามฟุตบอลสเตเดียมกสิวิชัย”

เปิดแล้ว! อยู่ตรงข้างๆ “คลื่นเซ็นเตอร์” ที่มีโมริ
ตั้งแต่วันที่ 4 เม.ย.ที่ผ่านมา สเตเดียมนี้เป็นหนึ่งใน
โครงการพัฒนาพื้นที่แถบคลื่นเซ็นเตอร์ให้เป็น
ศูนย์นันทนาการซึ่งมีกำหนดจะสร้างเสร็จทั้งหมด
ในปี 2010 สเตเดียมนี้นอกจากจะใช้เพื่อแข่งกีฬา
แล้วยังเปิดให้คนทั่วไปเข้าใช้ได้ด้วย ลงชื่อจอง
สนามได้ตรงเคาน์เตอร์ของคลับเฮาส์ในสเตเดียม
★ **เวลาใช้สนาม:** 9:00 - 22:00 น.

★ ค่าใช้จ่ายในการจอง:

① สนามฟุตบอล (ต่อชั่วโมง):

เต็มสนาม 3,000 เยน, ครึ่งสนาม 2,000 เยน

② สนามฟุตบอล (ต่อชั่วโมง):

1/4 ของสนาม 1,000 เยน

※ ไฟส่องในตอนกลางคืนจ่ายแยกต่างหาก

★ **ติดต่อ:** แผนกส่งเสริมการกีฬา, ทสึคุบะ

โทร. 029-836-1111



ผู้ที่เป็โรคอ้วนงอกพืด

สาวจาก ร.พ.ทสึคุบะชิริทสึเบียวอิง ถึงผู้ที่เป็นโรค
อ้วนงอกพืด: คุณเคยมีอาการเกิดขึ้นซ้ำๆแบบนี้หรือ
เปล่าคะ “เมื่อถึงหน้าฝนหรือหน้าร้อน ถ้าได้ทายา
แล้วอาการทำเบือก็หายไ้ แต่พอปีถัดไปก็
กลับมาเป็นอีก” สาเหตุของอาการอาจเกิดได้จาก

① ทายาไม่เพียงพอทำให้เชื้อราที่ทำให้เกิดโรค
ตกค้างอยู่

② มีคนในครอบครัวเป็นโรคอ้วนงอกพืด

③ เชื้อราเข้าไปซุกอยู่ในเล็บ ทำให้ผิวหนังที่ใกล้
หายกลับมาเป็นอีกเมื่อโดนเล็บ

★ นอกจากนี้ยังมีโรคผิวหนังที่คล้ายกับโรค

อ้วนงอกพืดอีก การเข้าใจผิดและทำการรักษาด้วย

ตัวเองทำให้อาการของโรครุนแรงขึ้นได้

เพราะฉะนั้นควรไปพบหมอโรค

ผิวหนังเพื่อทำการรักษาอย่างถูกต้อง

และไม่ควรวินิจฉัยโรคด้วยตัวเอง



โรงพยาบาลและคลินิกนอกเวลา	
เวลาตรวจ 9:00-17:00น. ๘ถูกเงิน โทร. 851-0119	
19 ม.ย. (อา.)	1. ร.พ. โอนะอิอิน ☎848-0888 2. ร.พ. ทสึคุบะชิริทสึเบียวอิง ☎867-1211
26 ม.ย. (อา.)	1. คลินิก โอะคะโนะ-เซเคะคะโนะคะ ☎856-2300 2. คลินิก วาตามะโนะคะ ☎851-5901
29 ม.ย. (อา.)	1. โองะโนะคะ ☎852-0777 2. คลินิก ทสึคุบะเซ็นเตอร์ ☎851-9001
3 พ.ค. (อา.)	1. คลินิก คะสึซากิ ☎852-1105 2. คลินิก นามิโนะคะ ☎869-6969
4 พ.ค. (อา.)	1. ร.พ. โซจิ ชังฟูจิงคะ ไชนะคะ อิอิน ☎836-0405 2. ร.พ. อิจิฮาระเบียวอิง ☎864-0303
5 พ.ค. (อา.)	1. คลินิก คิคุจิโนะคะ ☎839-5070 2. ร.พ. ทสึคุบะคิงเงิเบียวอิง ☎864-1212
6 พ.ค. (อา.)	1. คลินิก โคะมัทสึโนะคะ ☎838-2400 2. ร.พ. ทสึคุบะชิริทสึเบียวอิง ☎867-1196
10 พ.ค. (อา.)	1. คลินิก คะวาอิ ☎854-1881 2. ร.พ. ชิเบฮาระอิอิน ☎865-0511
17 พ.ค. (อา.)	1. ร.พ. จิงโอะโนะคะอิอิน ☎855-4577 2. คลินิก เทราชากิ ☎865-0034
24 พ.ค. (อา.)	1. คลินิก ทสึคุบะซะคะ ☎837-0208 2. ร.พ. นาคากะวาคิอิอิน ☎864-7760
31 พ.ค. (อา.)	1. ร.พ. โตโกอิอิน ☎837-1785 2. ร.พ. โฮโจอิอิน ☎864-0006

ข่าวดีสำหรับคุณแม่ที่ตั้งครรภ์

ตั้งแต่เดือนเมษายนนี้เป็นต้นไป เงินค่า
ตรวจสุขภาพครรภ์จำนวน 5 ครั้งที่ทำมาเคย
จัดให้ นั้น จะเพิ่มจำนวนขึ้นเป็น 14 ครั้ง ผู้ที่ต้องทำ
เรื่องรับเงินค่าตรวจสุขภาพครรภ์นี้ต่อหลังจาก
วันที่ 1 เม.ย. จะได้รับใบตรวจสุขภาพแบบใหม่ที่
ถูกจัดส่งไปที่ทางไปรษณีย์หรือถูกจัดส่งไปที่ศูนย์
ประกันสุขภาพในช่วงกลางเดือนมีนาคมที่ผ่านมา
(ใช้ใบตรวจสุขภาพแบบเก่า (ใบสีเหลือง) ไม่ได้)
* **ติดต่อ:** ศูนย์ประกันสุขภาพ เขตชาภูระ
โทร. 029-857-3931



ข้อมูลท่องเที่ยว ประจำเดือนเมษายน 2009



① **โลกแห่งดอกทิวลิป และ เสียงเพลงแห่งดอกเนเป็พลา** ภายในสวนสาธารณะ “โคะคุริทสึอิตาชิโคอิงโคเอ็ง” มีทุ่งดอกไม้ที่มีชื่อเสียง

ทั้งสี่ฤดูกาล ช่วงกลางเดือน เม.ย.-ต้นเดือน พ.ค. ทุ่งดอกทิวลิปจำนวน 200,000 ต้นจะบานสะพรั่ง และช่วงปลายเดือน เม.ย.-ปลายเดือน พ.ค.

ดอกเนเป็พลาอีกจำนวน 4,500,000 ต้นก็จะบานเต็มที่เช่นกัน โดยเฉพาะเนินด้านหนึ่งจะถูกปกคลุมไปด้วยดอกเนเป็พลาสีฟ้าอ่อนเป็นทิวทัศน์ที่

สวยงามและดึงดูดนักท่องเที่ยวจำนวนมาก **◇วันเวลา:** ดอกทิวลิป วันเสาร์ที่ 18 เม.ย. - วันพุธที่ 29 พ.ค./ ดอกเนเป็พลา วันเสาร์ที่ 2 พ.ค. - วันอาทิตย์ที่

24 พ.ค. เวลา 9:00 - 17:00 น. **◇สถานที่:** สวนสาธารณะ “โคะคุริทสึอิตาชิโคอิงโคเอ็ง” (605-4 โอนุมะ, มาวาทาจิ, อ.อิตาชินะกะ) จากรถไฟ JR สถานีคะซึตะ ขึ้น

รถเมล์ของอิบารากิโคชิบัส มาลงที่ป้าย “โคอิงโคเอ็งนิชิกุจิ” **◇ค่าเข้า:** 400 เยน (ค่าจอดรถคันละ 510 เยน) เปิดทุกวัน

◇ติดต่อ: ศูนย์ดูแลโคะคุริทสึอิตาชิโคอิงโคเอ็ง โทร. 029-265-9001 [~http://www.ktr.mlit.go.jp/kaihin/index.htm](http://www.ktr.mlit.go.jp/kaihin/index.htm)

② **เทศกาลพลาตัส 2009** เป็นเทศกาลที่จัดขึ้นเป็นประจำทุกปี มีวิทยาศาสตร์และการแลกเปลี่ยนนานาชาติเป็นหัวข้อสำคัญของงาน

เชิญร่วมสนุกกับการแสดงจากประเทศต่างๆ สินค้าประจำของที่ท้องถิ่น อาหารนานาชาติและงานแสดงทางวิทยาศาสตร์

◇วันเวลา: วันเสาร์ที่ 9 พ.ค. 12:00-18:00 น. และวันอาทิตย์ที่ 10 พ.ค. 10:00-17:00 น. **◇สถานที่:** ลานกว้างตรงทสึคุบะเซ็นเตอร์และ

บริเวณรอบๆ **◇ติดต่อ:** แผนกสินค้าและการท่องเที่ยว โทร. 029-836-1111



ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติ

ที่ว่าการอำเภอทลิ่งคุบะและสมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติประจำจังหวัดอิบารากิได้จัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติเกี่ยวกับปัญหาและข้อสงสัยต่างๆในชีวิตประจำวัน

① ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติในทลิ่งคุบะ: (ที่ว่าการอำเภอทลิ่งคุบะ)

☺ วันและเวลาทำการ

วันอังคาร (ภาษาอังกฤษ, ภาษาไทย) และวันพุธ (ภาษาจีน, ภาษาเกาหลี)
เวลา 10:00 - 12:00 น. และ 13:00 - 16.45 น. (ยกเว้นวันหยุดราชการ, วันสิ้นปีใหม่และวันปีใหม่)

☺ วิธีให้คำปรึกษา

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์หรือตัวต่อตัว (หากต้องการปรึกษาแบบตัวต่อตัว กรุณาโทรศัพท์ยืนยันก่อนในวันนั้นๆ) ฟรีและเก็บข้อมูลเป็นความลับ



② ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติ (สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติประจำจังหวัดอิบารากิ/อำเภอมิโตะ)

☺ วันและเวลาทำการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 8:30 - 12:00 น. และ 13:00 - 17.15 น. (ยกเว้นวันหยุดราชการ, วันสิ้นปีใหม่และปีใหม่)

◆ ภาษาไทย: วันพุธและวันศุกร์

◆ ภาษาอังกฤษและภาษาญี่ปุ่น: วันจันทร์ - วันศุกร์

ภาษาจีน: วันจันทร์ (13.30 - 17.15 น.) และวันพุธ, ภาษาโปรตุเกส: วันจันทร์ (8.30 - 12.15 น.) และวันพฤหัสบดี, ภาษาสเปน: อังคาร, ภาษาเกาหลี: อังคาร, ภาษาตากาล็อก: วันพฤหัสบดี

☺ วิธีให้คำปรึกษา

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์หรือตัวต่อตัว ฟรีและเก็บข้อมูลเป็นความลับ

☺ ติดต่อ 029-244-3811

ฤดูใบไม้ผลินี้ มาสร้างสวนดอกไม้แสนสวยด้วยกันนึ้ย?

อำเภอทลิ่งคุบะได้จัดโครงการขอความร่วมมือจากประชาชนในการจัดสวนดอกไม้ตามจุดต่างๆทั่วอำเภอขึ้นเป็นประจำทุกปี โดยมีเป้าหมายเพื่อเสริมความสวยงามน่ามองให้กับเมืองนี้ ผู้เข้าร่วมโครงการจะได้รับต้นกล้าของไม้ดอกไม้ประดับที่ระลึก สำหรับท่านที่สนใจ สามารถสมัครได้ตามรายละเอียดด้านล่าง

☺ วันเวลา วันเสาร์ที่ 30 พฤษภาคม เวลา 9:00 - 11:00 น.

☺ สถานที่ เต็นท์เฉพาะกิจบริเวณลานทลิ่งคุบะเซ็นเตอร์

(1-10-1 อะชิมะ อำเภอทลิ่งคุบะ) *สถานที่ปลูกดอกไม้ ได้แก่ เซ็นเตอร์ฮิโรซะ, บริเวณรอบสถานี TX ทลิ่งคุบะ และสวนสวนสาธารณะทลิ่งคุบะจูโอเค็ง ฯลฯ



☺ กลุ่มเป้าหมาย ผู้ที่เรียน ทำงาน หรืออาศัยอยู่ในอำเภอทลิ่งคุบะ, หน่วยงาน, โรงเรียน, บริษัท ฯลฯ ยินดีต้อนรับผู้ที่ไม่เคยปลูกดอกไม้มาก่อน

☺ อุปกรณ์ที่ต้องเตรียมมา ดิน, วัสดุ

☺ ที่จอดรถ กรุณาจอดในที่จอดรถแบบเสียค่าบริการ (มีบัตรจอดรถให้)

☺ วิธีสมัคร กรุณาส่งบัตรทางโทรศัพท์ภายในวันพุธที่ 20 พฤษภาคมนี้ (จะจัดส่งเอกสารให้ทางโทรสารหรือไปรษณีย์) ผู้ที่สมัครก่อนจะได้รับสิทธิ์เข้าร่วมโครงการก่อน

☺ ติดต่อ แผนกกิจกรรมประชาชน ที่ว่าการอำเภอทลิ่งคุบะ [TEL] 029-836-1111

[FAX] 029-857-9016

รับเก็บน้ำมันทำอาหารที่ท่านใช้แล้ว

ตั้งแต่เดือนเมษายนเป็นต้นไป ทางอำเภอทลิ่งคุบะจะเริ่มรับเก็บน้ำมันทำอาหารที่ใช้แล้ว (เช่น น้ำมันที่ใช้ปรุงของทอด เหมปุระ เป็นต้น) ซึ่งก่อนหน้านี้ถูกทิ้งเป็นขยะจากครัวเรือนจำนวนมาก โดยมีเป้าหมายเพื่อป้องกันปัญหาโลกร้อน มลภาวะทางน้ำ และนำมาใช้เป็นแหล่งพลังงาน

น้ำมันทำอาหารที่เก็บรวบรวมมานำไปกลั่นเป็นเชื้อเพลิงไบโอดีเซล และใช้เป็นเชื้อเพลิงทดแทนให้กับรถสาธารณะในอำเภอต่อไป

❖ ประเภทน้ำมันที่รับเก็บ

รับเก็บน้ำมันพืชที่ใช้แล้ว และน้ำมันทำอาหารที่เก่าที่หมดอายุ **หมายเหตุ** รับเก็บเฉพาะน้ำมันพืช และมีสภาพเป็นของเหลวเท่านั้น ไม่รับเก็บน้ำมันที่ทำจากสัตว์, มีสภาพแข็งตัว และน้ำมันที่ไม่ได้ใช้สำหรับทำอาหาร เช่น น้ำมันตะเกียง น้ำมันดิบ เป็นต้น

น้ำมันที่รับเก็บ	น้ำมันที่ไม่รับเก็บ
น้ำมันพืช น้ำมันข้าวโพด น้ำมันงา น้ำมันดอกทานตะวัน น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันถั่วลิสง น้ำมันมะกอก เป็นต้น (รวมถึงน้ำมันทำอาหารเพื่อสุขภาพ)	น้ำมันโกโก้ น้ำมันมะพร้าว น้ำมันปาล์ม มากกว่าที่ทำจากพืช มายองเนส น้ำสลัด เนย มันหมู เป็นต้น

❖ วิธีการบรรจุน้ำมันที่ใช้แล้ว

กรองเศษอาหารออกจากร้านน้ำมันที่ใช้แล้ว พักเอาไว้ให้อุณหภูมิเย็นลง แล้วจึงเทใส่ขวดน้ำพลาสติก สำหรับน้ำมันเก่าที่หมดอายุ กรุณาส่งในสภาพที่ยังไม่ได้เปิดใช้ และเขียนกำกับที่ภาชนะว่า "Hai shokuyou abura"(น้ำมันที่ทิ้งแล้ว)

หมายเหตุ กรุณาอย่าเทน้ำมันใส่กล่องนม, กระป๋อง หรือขวดแก้ว เพราะน้ำมันจะหกได้ง่าย

❖ สถานที่รับเก็บ

ที่ว่าการอำเภอ และกรีนเซ็นเตอร์ทุกแห่ง, หอประชุมชุมชนที่มีกล่องรับเก็บน้ำมัน, ซูเปอร์มาร์เก็ตและปั้มน้ำมันที่ร่วมมือในโครงการนี้ โดยสามารถนำน้ำมันมาให้ได้ตลอดช่วงเวลาที่ได้รับเปิดทำการ หากมีข้อสงสัย กรุณาสอบถามที่ฝ่ายประชาสัมพันธ์ของสถานที่รับเก็บนั้นๆ

❖ ติดต่อ แผนกส่งเสริมการรีไซเคิล ที่ว่าการอำเภอทลิ่งคุบะ TEL. 029-836-9811

