

ทสึคุบะ



พิมพ์ที่ ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ แผนกความสัมพันธ์ระหว่างประเทศและวัฒนธรรม แปล/เรียบเรียงโดย ภัทรภร จิตอนุตรโชติ และ ธนพัศ ธรรมยทรง
1979 Konda, Tsukuba-shi, Ibaraki-ken Japan 305-0018 Tel. 029-857-3132 E-mail: ctz030@info.tsukuba.ibaraki.jp Website: http://www.city.tsukuba.ibaraki.jp

กิจกรรมหลากหลาย ต้อนรับฤดูใบไม้ร่วง

1 งานแข่งขันดอกไม้ไฟระบับประเทศที่ทสึคุบะ

งานใหญ่ที่มีชื่อเสียงระดับประเทศนี้จัดขึ้นเป็นประจำในเดือน

ตุลาคมของทุกปีโดยช่างทำดอกไม้ไฟจากทั่วญี่ปุ่น ในวันงานจะมี

ดอกไม้ไฟจุดขึ้นท้องฟ้ากว่า 20,000 ลูก กระจายเดินทางมาบริเวณ

งานล่วงหน้า เนื่องจากอาจเกิดการจราจรติดขัดในวันดังกล่าว ขอ

แนะนำให้จอดรถในจุดที่ห่างออกไปแล้วเดินมาบริเวณงาน หรือขึ้นรถชัตเติลบัสด (เสีย

ค่าใช้จ่าย) จากประตูด้านทิศตะวันออกของสถานีรถไฟ Tsuchiura สาย JR

● วันและเวลา: วันเสาร์ที่ 3 ตุลาคมนี้ เวลา 18.00 - 20.30 น.
(* ในกรณีฝนฟ้าคะนอง จะเลื่อนไปจัดวันที่ 4, 10, 11 หรือ 12 ตุลาคม วันใดวันหนึ่ง)

● สถานที่: บริเวณใกล้สะพาน "กะกุเอ็นโอะฮะชิ" (ริมฝั่งแม่น้ำชะกุระงะวะ) อ.ทสึคุบะ

● ติดต่อสอบถาม: แผนกการค้า อุตสาหกรรมและการท่องเที่ยว ที่ว่าการอำเภอทสึ

จิคุระ ☎029-826-1111 <http://tsuchiura-hanabi.jp/>



2 ตลาดนัดริชิตสึคุบะที่ 71

ตลาดนัดของอำเภอทสึคุบะที่รวบรวมผลิตภัณฑ์เซคิเคิลหลากหลายประเภท ไม่ว่าจะเป็น

เสื้อผ้า, สิ่งของเบ็ดเตล็ด, เครื่องใช้ไฟฟ้า ฯลฯ ห้ามสูบบุหรี่ภายในบริเวณงาน

● วันและเวลา: วันอาทิตย์ที่ 27 ก.ย.นี้ เวลา 10.00 - 14.00 น. * ยกเลิกในกรณี

ฝนตก ● สถานที่: ลานมิสึโนะฮิระซะ สวนสาธารณะจูโอะโคเอ็น อำเภอทสึคุบะ

(Tsukuba-shi, Azuma 2-7-5 / ด้านหน้า "ซูโจเรสต์เฮ้าส์")

● ลานจอดรถ: ที่ใกล้ที่สุดคือ ลานจอดรถที่ 2 ด้านทิศเหนือ (* 220 เยน/ชั่วโมง)

3 เทศกาลดอกไม้ไม้กะบะระบับทสึ

ช่วงระหว่างปลายเดือนกันยายนถึงเดือนพฤศจิกายนเป็นเวลาที่ดอกกุหลาบใน

"อิวารากิเคิน ฟลาวเวอร์ปาร์ค" กำลังผลิบานอย่างสวยงาม นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรม

อีกมากมายในวันสุดสัปดาห์ ● ค่าเข้าชม: ผู้ใหญ่ ราคา 740 เยน

● ระยะเวลา: วันเสาร์ที่ 26 กันยายน - วันศุกร์ที่ 13 พฤศจิกายนนี้

● สถานที่ที่ติดต่อสอบถาม: Ishioka-shi, Shimoaoyagi 200 Banchi
☎0299-42-4111 ● เวลาทำการ: 9.00 - 17.00 น.

● วันหยุด: ทุกวันจันทร์ (เปิดตามปกติในวันหยุดราชการ แล้วหยุดชดเชยในวันถัดไป)

5 ห้องเรียนทำอาหารบราซิลเพื่อการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม

เรียนรู้การทำข้าวราดพิททองและคาร์เนเชกา (เนื้อวัวตากแห้ง), ทอริต้า (ขนมอบประเภท

หนึ่ง) และสลัด ผู้ที่สนใจกรุณาติดต่อภายในวันจันทร์ที่ 12 ต.ค. ก่อนเวลา 17.00 น.

● วันและเวลา: วันเสาร์ที่ 17 ตุลาคมนี้ เวลา 10.00 - 14.00 น.

● สถานที่: ห้องทำอาหารในตึก "นะมิกิ โคมินคัง" (Tsukuba-shi, Namiki 4-2-1)

● ค่าร่วมกิจกรรม: 1,200 เยนต่อคน

● จำนวนรับสมัคร: 25 คน (* เเสียงตามลำดับสมัครก่อนหลัง)

● ติดต่อสอบถาม/สมัคร: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

6 ตลาดนัดทสึคุจิ

ตลาดนัดที่เปิดโอกาสให้ผู้ผลิตและผู้บริโภคได้พบปะกัน กรุณาเตรียมถุงซื้อของมาเอง

และเดินทางมาด้วยรถจักรยานเพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการรักษาสภาพแวดล้อม

● สถานที่: สวนสาธารณะจูโอะโคเอ็น (Tsukuba-shi, Azuma 2-7-5 / ออกประตู A2 ของสถานีรถไฟ

Tsukuba สายทสึคุบะเอ็กซ์เพรส)

● วันและเวลา: โดยกำหนดแล้วจะจัดทุกวัน

อาทิตย์แรกของเดือน เวลา 9.00 - 14.00 น.

* เนื่องจากวันอาทิตย์แรกของเดือนตุลาคมนี้ตรงกับกิจกรรมอื่นซึ่งจัดขึ้นที่สวนสาธารณะ จึงจะเลื่อนไปจัดวันอาทิตย์ที่ 11 ต.ค. แทน

<http://tsukuba-kusanone.com/tsukuichi.htm>

7 โรงเรียนธรรมชาต "ทสึคุบะจังริะกุททิก"

พบกับโปรแกรมใกล้ชีวิตธรรมชาติร่วมกันสำหรับครอบครัวใน "งานชมพระจันทร์

ฟั่งเสียงแมลง" (โอะทสึกิมิ โทะ นะ กุมุชิ โนะ คันซัทสึโก)

● วันและเวลา: วันเสาร์ที่ 3 ตุลาคมนี้ เวลา 16.00 - 20.00 น.

● สถานที่: ทสึคุบะ ฟุระโอะ โนะ ชะโดะ

● กลุ่มเป้าหมาย: ผู้ปกครองและบุตร รับสมัครจำนวน 60 คน

● ค่าร่วมกิจกรรม: เด็กระดับชั้นประถมศึกษาขึ้นไป 900 เยน, เด็กเล็ก 700 เยน (สำหรับค่าอาหารและค่าประกันภัย) ● วิธีสมัคร: กรุณารับหมายเลขสมัครทาง

โทรศัพท์ จากนั้นกรอกหมายเลขสมัคร, ชื่อ, ระดับชั้นเรียนของบุตร, ที่อยู่ และ

หมายเลขติดต่อ แล้วส่งมาทางไปรษณีย์หรือแฟกซ์ ● ติดต่อสอบถาม/สมัคร:

ทสึคุบะ ฟุระโอะ โนะ ชะโดะ (Tsukuba-shi, Usui 2090-20) ☎029-866-1519

แฟกซ์ 029-866-1513 (* เวลา 9.00 - 17.00 น. หยุดวันอังคาร)

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797

อีเมล class@tsukubacity.or.jp <http://www.tsukubacity.or.jp/info>

● ติดต่อสอบถาม: มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation) * หยุดวันจันทร์ ☎029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797



ท่านชำระภาษีจังหวัดและภาษีเทศบาลแล้วหรือยัง?

ผู้ที่ยังไม่ได้ชำระ "ภาษีจังหวัด" (ภาษีรถยนต์, ภาษีสิ่งหามทรัพย์, ภาษีบุคคลธรรมดา, ภาษีนิติบุคคล ฯลฯ) และ "ภาษีเทศบาล" (ภาษีทรัพย์สินถาวร, ภาษีพลเมืองท้องถิ่น, ภาษียานพาหนะ

เครื่องยนต์ขนาดเล็ก, ภาษีนิติบุคคลในเทศบาล, ภาษีประกันสุขภาพ ฯลฯ) กรุณาชำระที่หน่วยงานด้านการเงินบริเวณใกล้เคียง หรือชำระที่สำนักงานภาษีจังหวัด (สำหรับภาษีจังหวัด)

และที่ว่าการอำเภอ (สำหรับภาษีเทศบาล) หากไม่ชำระภาษีดังกล่าว จะถูกยึดทรัพย์สิน เช่น เงินเดือน, เงินฝาก, อสังหาริมทรัพย์ เป็นต้น และอาจถูกลือลืออรรถยนต์ได้ * กรุณา

ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม 1 เรื่องภาษีจังหวัด: สำนักงานภาษีจังหวัด อ.ทสึคุบะ (สามารถชำระภาษีและขอคำปรึกษาได้) ☎029-822-7208 หรือสำนักงานภาษี

จังหวัด อ.ทสึคุบะ สาขาอินะชิ (เฉพาะชำระภาษี) ☎029-892-6111 2 เรื่องภาษีเทศบาล: แผนกภาษีแผนกเงินประกันสุขภาพ ที่ว่าการ อ.ทสึคุบะ ☎029-836-1111



ห้องสมุด

ห้องสมุดกลาง (คูโบโกะไซทัง)

เวลาเปิด

อังคาร-ศุกร์ เวลา 9:30 – 19:00 น.

เสาร์, อาทิตย์ และวันหยุดราชการ

เวลา 9:30 - 17:00 น.

วันหยุดของห้องสมุดกลาง

วันที่ 23, 24, 28, 30 กันยายน

วันที่ 5, 12, 13, 19, 26 ตุลาคม

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

☎ 029-856-4311

ห้องสมุดโดมินดงที่เขตทะกะเบะ, กสึคุเบะ, โอบะกาว่า และตุตสึเกะ

เวลาเปิด อังคาร – อาทิตย์ 10:00-18:00 น.

การยืมหนังสือหรือซีดีของห้องสมุด

จำเป็นต้องใช้ "บัตรสมาชิก" ผู้ที่อยู่อาศัยในทสึคุเบะ

และผู้ที่ไม่ได้อยู่อาศัยแต่ทำงานหรือเรียนอยู่ในทสึคุเบะ

สามารถสมัครสมาชิกได้ที่ห้องสมุดกลางหรือที่

ห้องสมุดโดมินดงทุกเขต

เอกสารที่ใช้ในการสมัคร: เอเลี่ยนการ์ด ใบขับขี่

หรือบัตรประกันสุขภาพ ในกรณีเรียนหรือทำงาน

ในทสึคุเบะ ใช้บัตรประจำตัวพนักงานหรือบัตร

นักเรียน

ห้องเล่านิทานสำหรับเด็ก

"ห้องเล่านิทาน (โอะฮะนะชิ-ชิชิ)" ตรงมุมเด็กของ

ห้องสมุดกลาง จะมีอาสาสมัครมาอ่านนิทานให้

เด็กๆ ฟัง ตลอดเดือนกันยายนและตุลาคม

จัดทุก ๆ วันเสาร์ เวลา 15:00-15:30 น.

★เสาร์ที่ 24 ต.ค. จัดเพิ่มอีกรอบ เวลา

15:30-16:00 น.

<http://www.tsukuba-kosodate.jp>

ชมรมรักหนังสือ

大人のためのブックトーク

พบปะพูดคุยกับเพื่อนๆ ที่รักการ

อ่าน พูดคุยเกี่ยวกับหนังสือที่

นำเสนอ ยินดีต้อนรับทุกท่านที่มาใหม่ แนะนำตัว

กับเพื่อนๆ ในชมรมพร้อมก็นำหนังสือที่ตัวเอง

ชอบมาแนะนำด้วย ค่าเข้าร่วมงานฟรี

วันเวลา: เสาร์ที่ 19 ก.ย. เวลา 10:00-12:00 น.

สถานที่: ห้องประชุมบนชั้น 2 ของห้องสมุด

จำนวน: 20 คน (ไม่ต้องจองล่วงหน้า)

ชมรมหนังสือจัดรวมตัวกันประมาณเดือนละหนึ่ง

ครั้ง ดูตารางวันเวลาดังนี้ได้ที่เว็บไซต์ของห้องสมุด

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

ข่าวสารจากอำเภอ: มาตรการป้องกันโรคไข้หวัด 2009



ระบบให้การรักษารักษาโรคไข้หวัด 2009 และ

ระบบการให้คำปรึกษาที่อำเภอทสึคุเบะ

เกี่ยวกับโรคหวัด 2009 ได้ถูกเปลี่ยนแปลงใหม่ ดังนี้

◆ ผู้ที่สงสัยว่าตนเองมีอาการของไข้หวัด 2009 (ไอ, เจ็บคอ, มีไข้เฉียบพลัน) ให้เข้ารับการตรวจรักษาในสถานพยาบาลที่รองรับการรักษารักษาโรคไข้หวัด 2009 ที่อยู่ใกล้ที่สุด

◆ จำเป็นต้องโทรศัพท์แจ้งล่วงหน้าก่อนเสมอ ในการเข้ารับการตรวจรักษาในสถานพยาบาล เพื่อนัดเวลาและวิธีการตรวจ ทั้งนี้เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรค เวลาเดินทางขอให้สวมหน้ากากอนามัย และหลีกเลี่ยงการใช้รถบริการของสาธารณะ

◆ ขอคำแนะนำล่วงหน้า จากสถานพยาบาลที่ตนรักษาอยู่ เกี่ยวกับการปฏิบัติตัวเมื่อติดโรคไข้หวัด 2009 สำหรับผู้ตั้งครรภ์ เด็ก ผู้สูงอายุ และผู้ที่มีโรคประจำตัว

◆ สอบถามข้อมูลของสถานพยาบาลที่รองรับการรักษารักษาโรคไข้หวัด 2009 ได้ที่ สถานีนอนามัยทสึคุเบะ จ.อิบารากิ, แผนกรักษาสุขภาพและการป้องกัน ประจำจังหวัดอิบารากิ หรือค้นหาข้อมูลทางเว็บไซต์

<http://www.qq.pref.ibaraki.jp> (คอมพิวเตอร์), <http://www.qq.pref.ibaraki.jp> (สำหรับโทรศัพท์มือถือ)



ศูนย์ให้คำปรึกษาโรคไข้หวัด 2009

จันทร์-ศุกร์	สถานีนอนามัยทสึคุเบะ จ.อิบารากิ (8:30-17:30 น.) ☎ 029-851-9287
	อำเภอทสึคุเบะ (8:30-17:00 น.)
	◆ แผนกส่งเสริมสุขภาพ ☎ 029-836-1111
	◆ ศูนย์ประกันสุขภาพ
	เขตซากุระ ☎ 029-857-3931
	เขตยาทาเบะ ☎ 029-838-1100
	เขตโอบะ ☎ 029-864-7841
เสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ	แผนกรักษาสุขภาพและการป้องกัน ประจำ จ.อิบารากิ (8:30-17:30 น.) ☎ 029-301-4001

มีความรู้ที่ถูกต้องในการป้องกันการติดเชื้อ

ถึงแม้ว่าจะผ่านหน้าฝนและเข้าหน้าร้อนมาแล้วก็ตามแต่ไข้หวัด 2009 ยังคงระบาดอย่างต่อเนื่องไม่ได้ลดลงเลย

วิธีป้องกันการติดเชื้อไข้หวัด 2009

- 1 รักษาสุขภาพให้แข็งแรง
- 2 มีมารยาทในการไอ จาม, พยายามล้างมือและหลีกเลี่ยงการสัมผัส
- 3 ถ้าหากในบ้านมีผู้ติดเชื้อไข้หวัด 2009 ให้พยายามหลีกเลี่ยงการออกนอกบ้าน
- 4 เตรียมซื้อหน้ากากอนามัยแบบผ้าไม่ทอ (Nonwoven fabric) สำหรับหน้าไปไม่ผลิและหน้าหนาวที่กำลังจะมาถึง

เมื่อมีดบาดในบ้านติดเชื้อหวัด 2009

- 1 ให้ทานสารอาหารให้ครบถ้วน ดื่มน้ำเยอะๆ และพักผ่อนให้เพียงพอ
- 2 แยกห้องต่างหาก สวมหน้ากาก และรักษามารยาทในการไอหรือจาม
- 3 หลังจากพยาบาลผู้ป่วยแล้ว ให้ล้างมือด้วยสบู่และกลั้วคอทุกครั้ง
- 4 ฆ่าเชื้อที่ลูกบิด ประตูที่ผู้ป่วยสัมผัสเป็นประจำ



รักษามารยาทในการไอและจามอยู่เสมอ

◆ เมื่อจะไอหรือจาม ควรปิดจมูกกับปากด้วยกระดาษทิชชู และปลีกตัวออกจากผู้อื่น 1-2 เมตรขึ้นไป หากกั้นไม่ได้จริงๆ และไม่มีการระมัดระวังด้วย เวลาจามให้ปิดปากด้วยต้นแขนท่อนบนเพื่อป้องกันไวรัสแพร่กระจายสู่อากาศ รีบล้างแขนและมือหลังจากนั้น

◆ ทิ้งกระดาษทิชชูที่ใช้แล้วลงในถัง และนำไปทิ้งในถังขยะที่มีฝา

◆ ผู้ที่มีอาการ ไอ จาม และมีไข้หวัด ควรสวมหน้ากากอนามัยเสมอ



การสวมหน้ากากอย่างถูกวิธี

◆ ใส่หน้ากากอนามัยปิดตั้งแต่จมูกลงไปถึงคาง ปล่อยให้โครงลวดของหน้ากากโค้งรับกับจมูก เพื่อไม่ให้เกิดช่องว่างระหว่างหน้ากับหน้ากาก

◆ เวลาถอดหน้ากากและเวลาทิ้ง พยายามหลีกเลี่ยงการสัมผัสหน้ากากด้านหน้า มัดถุงให้แน่นหลังทิ้ง

การสร้างมืออย่างถูกวิธี

◆ ล้างมือด้วยสบู่ ทั้งข้อมือ ฝ่ามือ หลังมือ ง่ามนิ้ว และซอกเล็บให้สะอาด ฟอกสบู่นานมากกว่า 15 วินาทีขึ้นไป ล้างฟองออกด้วยน้ำให้สะอาด เช็ดมือให้แห้งด้วยผ้าที่สะอาดหรือด้วยกระดาษเช็ดมือ



ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติ

ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะและสมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติประจำจังหวัดอิบารากิได้จัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติเกี่ยวกับปัญหาและข้อสงสัยต่างๆในชีวิตประจำวัน ดังต่อไปนี้

① แผนกให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติในทสึคุบะ: (ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ)

วันและเวลาทำการ: วันอังคารและวันพุธ เวลา เวลา 10:00 -12:00 น., 13:00 - 16.45 น. (ยกเว้นวันหยุดราชการ, วันหยุดปีใหม่) วันอังคาร: ให้คำปรึกษาในภาษาอังกฤษและภาษาไทย, วันพุธ: ให้คำปรึกษาในภาษาจีนและภาษาเกาหลี วิธีให้คำปรึกษา: ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์หรือตัวต่อตัว (หากต้องการปรึกษาแบบตัวต่อตัว กรุณาโทรศัพท์ยืนยันก่อนในวันนั้นๆ) ฟรีและเก็บข้อมูลเป็นความลับ ☎ 029-857-1870

② Gaikokujin Soudan Center (สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติประจำ อ.อิบารากิ อ. มิโตะ)

วันและเวลาทำการ: วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 8:30 -12:00 น., 13:00 - 17.15 น. (ยกเว้นวันหยุดราชการ, วันหยุดปีใหม่) ภาษาอังกฤษและภาษาญี่ปุ่น: รับปรึกษาในวันจันทร์ - วันศุกร์, ภาษาไทย: รับปรึกษาในวันพุธและวันศุกร์, ภาษาจีน: รับปรึกษาในวันจันทร์ (13:30-17:15 น.) และวันพุธ, ภาษาเกาหลี: รับปรึกษาในวันอังคาร, ภาษาโปรตุเกส: รับปรึกษาในวันจันทร์ (8:30-12:15 น.) และวันพฤหัสบดี, ภาษาสเปน: รับปรึกษาในวันอังคาร และภาษาตากาล็อก: รับปรึกษาในวันพฤหัสบดี

วิธีให้คำปรึกษา: ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์หรือตัวต่อตัว ฟรีและเก็บข้อมูลเป็นความลับ ☎ 029-244-3811

แนะนำ/รับสมัคร ผู้ปกครองและผู้ที่ต้องการพัฒนาทักษะอย่างต่อเนื่อง

สำหรับประชาชนผู้ที่ต้องการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ สำหรับผู้ที่กำลังมองหากิจกรรมและงานอดิเรกในยามว่าง และสำหรับผู้ที่อยากถ่ายทอดความรู้ความชำนาญของตนในด้านใดด้านหนึ่งให้แก่ผู้อื่น แผนกส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตประจำอำเภอทสึคุบะ เปิดรับสมัครลงทะเบียนผู้ที่กำลังมองหาคนฝึกสอนสิ่งต่างๆที่ตนเองอยากทำ และผู้ที่อยากถ่ายทอดวิชาชีพให้คนทั่วไปได้รู้จักมากขึ้น เพื่อจัดบริการจับคู่ให้ตรงกับความต้องการของทั้งสองฝ่าย (ยกเว้นการลงทะเบียนสำหรับกิจกรรมที่มีจุดประสงค์เกี่ยวข้องกับการเมือง ธุรกิจ และศาสนา) โปรดดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ทางโฮมเพจของอำเภอ <http://www.city.tsukuba.ibaraki.jp/53/001837.html> (ภาษาญี่ปุ่น)

ติดต่อสอบถาม: แผนกส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Shougaigakushu-ka) ที่ว่าการ อ.ทสึคุบะ ☎ 029-836-1111

ไถลหมดเตรียมตัวเรื่องเงินสนับสนุน

การยื่นคำร้องเรื่องเงินสนับสนุนกระตุ่นเศรษฐกิจจะ **หมดเขตวันพฤหัสบดีที่ 24 กันยายนนี้**

(* จดหมายที่แนบใบคำร้องต้องได้รับการประทับตราภายในวันดังกล่าวเป็นอย่างช้า)

กรณีที่ไม่ยื่นคำร้องภายในเวลาที่กำหนดจะถือว่ายกเลิกการรับเงินสนับสนุน

* ใบคำร้องได้ส่งไปตั้งแต่วันที่ 23 มีนาคมที่ผ่านมา หากผู้ใดยังไม่ได้รับ ให้รีบติดต่อทันที

ติดต่อสอบถาม แผนกเงินสนับสนุน ที่ว่าการ อ.ทสึคุบะ ☎ 029-836-9811



โรงพยาบาลและคลินิกนอกเวลา

9:00-17:00 น. (ฉุกเฉิน TEL. 851-0119)

อาทิตย์ 20 ก.ย.	① ทะคะซากิ คลินิก ② คะชิมุระโนะคะโชคะคิคะคลินิก	☎ 873-3733 ☎ 863-0606
จันทร์ 21 ก.ย.	① ร.พ. ยูคาริอิอิง ② ร.พ. ทสึคุบะเปียวอิง	☎ 874-1531 ☎ 855-0777
อังคาร 22 ก.ย.	① โอโนะมุระคลินิก ② ร.พ. อีโอะกะอิอิง	☎ 847-0071 ☎ 857-7526
พุธ 23 ก.ย.	① ร.พ. คุชิคะอิอิง ② ร.พ. ทสึคุบะชิริสึเบียอิง	☎ 847-2355 ☎ 867-1196
อาทิตย์ 27 ก.ย.	① ไตโคไดโนคะโชคะคลินิก ② ชิบุยะคลินิก	☎ 847-8468 ☎ 863-5252
อาทิตย์ 4 ต.ค.	① คะซึซากิ คลินิก ② ร.พ. ทสึคุบะคิเน็งเปียวอิง	☎ 852-1105 ☎ 864-1212
อาทิตย์ 11 ต.ค.	① ร.พ. มิยาเกาะโนะคะโชคะอิอิง ② มินามิไอโตรีคลินิก	☎ 855-8777 ☎ 851-3697
จันทร์ 12 ต.ค.	① ร.พ. โอโนะอิอิง ② ร.พ. ทสึคุบะเปียวอิง	☎ 848-0888 ☎ 855-0777
อาทิตย์ 18 ต.ค.	① โอคะโนะเซเคะคะโนะคะคลินิก ② วาตานาเบะโนะคะคลินิก	☎ 856-2300 ☎ 851-5901
อาทิตย์ 25 ต.ค.	① โอกูระ โนคะ ② ทสึคุบะเซ็นเตอร์คลินิก	☎ 852-0777 ☎ 851-9001

City Chat Café



กิจกรรมพูดคุยภาษาอังกฤษจัดโดยมหาวิทยาลัย
ทสึคุบะ ดูตารางเวลาได้ทางเว็บไซต์ จัดเดือนละ 1-2 ครั้ง
วันเวลา: **อาทิตย์ที่ 27 ก.ย. เวลา 14:00-16:00 น.**
ที่ Lala คลับ ชั้น 1 ของห้างล่าล่าการ์เด็นทสึคุบะ
ติดต่อสอบถาม: ห้องธุรการอินเตอร์เนชันแนลคาเฟ่
มหาวิทยาลัยทสึคุบะ ✉ icafes@sakura.cc.tsukuba.ac.jp
<http://www.sakura.cc.tsukuba.ac.jp/~icafe/>



ตรวจสุขภาพเด็ก และฉีดวัคซีนป้องกันโรค

ตรวจสุขภาพเด็ก

★ ศูนย์ประกันสุขภาพของอำเภอให้บริการตรวจสุขภาพแก่เด็กที่มีอายุ 1 ปี 6 เดือน และ 3 ปีเต็ม

★ ไม่ว่าท่านจะอาศัยอยู่ในเขตใดสามารถพาบุตรไปตรวจสุขภาพได้ที่ทั้งที่ศูนย์ประกันสุขภาพเขตซาคุระ (☎029-857-3931) และที่เขตยาทาเบะ (☎029-838-1100)

☛ เด็กอายุ 1 ปี 6 เดือน

เกิด ก.พ. 2008

วันตรวจสุขภาพ	ศูนย์ประกันสุขภาพ
อังคารที่ 15 ก.ย.	ซาคุระ

☛ เด็กอายุ 3 ปีเต็ม

เกิด ส.ค. 2006

วันตรวจสุขภาพ	ศูนย์ประกันสุขภาพ
พุธที่ 16 ก.ย.	ยาทาเบะ

เกิด มี.ค. 2008

วันตรวจสุขภาพ	ศูนย์ประกันสุขภาพ
พุธที่ 7 ต.ค.	ยาทาเบะ
ศุกร์ที่ 16 ต.ค.	ซาคุระ
พุธที่ 21 ต.ค.	ซาคุระ

เกิด ก.ย. 2006

วันตรวจสุขภาพ	ศูนย์ประกันสุขภาพ
พฤหัสบดีที่ 1 ต.ค.	ซาคุระ
อังคารที่ 6 ต.ค.	ซาคุระ
พุธที่ 14 ต.ค.	ยาทาเบะ

★ ถ้าหากมาในวันที่กำหนดไม่ได้ สามารถพาเด็กมาตรวจในช่วงอื่นได้ก่อนเด็กจะอายุครบ 2 ปี

★ ถ้าหากมาในวันที่กำหนดไม่ได้ สามารถพาเด็กมาตรวจในช่วงอื่นได้ก่อนเด็กจะอายุครบ 4 ปี

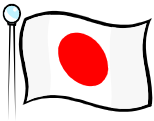
ฉีดวัคซีนป้องกันโรค

การฉีดวัคซีนสำหรับเด็กที่เปิดให้บริการในทสึคุบะจัดขึ้นตามช่วงเวลากิจการฉีดวัคซีนที่กฎหมายได้กำหนดไว้ เด็กที่อายุครบกำหนดสามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนได้ทั้ง "แบบรายบุคคล" ตามสถานพยาบาลที่อยู่ในความร่วมมือของรัฐ และ "แบบกลุ่ม" ได้ที่ศูนย์ประกันสุขภาพโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใดๆ

★ การฉีดวัคซีนแบบกลุ่มมีเฉพาะวัคซีนป้องกันโรคโปลิโอเท่านั้นจะเป็นการฉีดวัคซีนแบบรายบุคคล ★ เด็กที่มีพี่น้อง (อายุตั้งแต่แรกเกิด 3 เดือน - 7 ปีครึ่ง) ที่ยังไม่ได้ฉีดวัคซีนป้องกันโรคโปลิโอ ควรพามาฉีดวัคซีนพร้อมกันเพื่อป้องกันโรคโปลิโอติดต่อในครอบครัว ★ เข้ารับการฉีดวัคซีนตามลำดับที่ลงทะเบียน (เวลาลงทะเบียน 13:00-14:20 น.) ไม่ต้องจองล่วงหน้า ★ เลือกฉีดวัคซีนในวันเวลาและสถานที่ที่สะดวก ★ เด็กที่มีอายุ 1 ปีขึ้นไปและยังไม่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมัน ให้ไปรับวัคซีนป้องกันโรคหัดเยอรมันก่อน

วันฉีดวัคซีนโปลิโอ	ศูนย์ประกันสุขภาพ
ศุกร์ที่ 25 ก.ย.	ยาทาเบะ
จันทร์ที่ 28 ก.ย.	ซาคุระ
พฤหัสบดีที่ 8 ต.ค.	โอโสะ
อังคารที่ 13 ต.ค.	ซาคุระ
จันทร์ที่ 19 ต.ค.	ยาทาเบะ
จันทร์ที่ 26 ต.ค.	ซาคุระ

รับสมัครนักเรียนต่อภาษาญี่ปุ่นขั้นต้น (ภาคกลางวัน)



“มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ” จะเปิดคอร์สภาษาญี่ปุ่นขั้นต้นที่สามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน นอกจากการสอนสำหรับผู้เริ่มเรียนภาษาญี่ปุ่นเป็นครั้งแรกแล้ว ยังมีเนื้อหาครอบคลุมไปถึงการสมัครงานเบื้องต้นอีกด้วย

สำหรับคอร์สภาษาญี่ปุ่นภาคกลางวัน (เวลา 18.30 - 20.00 น.) ที่จัดขึ้นเป็นประจำนั้น จะเริ่มตั้งแต่วันที่ 29 กันยายนเป็นต้นไป สามารถตรวจสอบรายละเอียดได้จากชาวประชาสัมพันธ์ “ทสึคุบะ” ฉบับเดือนสิงหาคมหรือเว็บไซต์

📖 ชั้นเรียน (1 ครั้งต่อสัปดาห์)

- นิยงโงะ 1: ชั้นเรียนสำหรับผู้ที่ไม่เคยเรียนภาษาญี่ปุ่นมาก่อน
 - นิยงโงะ 2: ชั้นเรียนสำหรับผู้ที่เคยเรียนภาษาญี่ปุ่นมากกว่า 50 ชั่วโมง สามารถแนะนำตัวอย่างง่าย และอ่านตัวอักษรฮิรางานะ, คาตะคาเนะได้
- * หนังสือเรียนที่ใช้คือ (こほんご54じかん (นิยงโงะ ынจูโงะ จิกัง)

👥 **กลุ่มเป้าหมาย** ชาวต่างชาติที่อาศัยหรือทำงานในอำเภอทสึคุบะ รวมถึงบุคคลในครอบครัว และบุคคลทั่วไปที่ต้องการเรียนภาษาญี่ปุ่น

📅 ระยะเวลาและจำนวนครั้ง

เรียนทุกวันพุธ ตั้งแต่วันที่ 4 พฤศจิกายนนี้ - วันที่ 3 มีนาคม ปี 2010 (รวม 16 ครั้ง)

* สามารถดาวน์โหลดและตรวจสอบตารางสอนได้ทางเว็บไซต์

🕒 **เวลาเรียน** 10.00 - 12.00 น.

📍 **สถานที่** ทสึคุบะ ไชเอนส์ อินฟอร์เมชันเซ็นเตอร์ (ทสึคุบะ อินฟอร์เมชันเซ็นเตอร์เก่า / Tsukuba-shi, Azuma 1-10-1)

👥 **จำนวนรับสมัคร** 10 คนต่อชั้นเรียน

📄 **ค่าเรียน** 6,000 เยน สำหรับนักเรียนใหม่ / 5,000 เยน สำหรับนักเรียนต่อเนื่อง

* 3,000 เยน สำหรับผู้ที่สมัครตั้งแต่ชั่วโมงเรียนที่ 9 เป็นต้นไป (ราคาเดียว)

* กฎหมายชำระค่าเรียนตอนสมัครเรียน ไม่มีการคืนเงินไม่ว่าในกรณีใดก็ตาม

📄 **ค่าหนังสือเรียน** ตามราคาจริง (กรุณาจ่ายในชั่วโมงเรียนแรก)

📄 **วิธีสมัคร** กรอกรายละเอียดในใบสมัคร แล้วนำไปยื่นที่มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ เปิดรับสมัครตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคมเป็นต้นไป

(* เวลา 9.00 - 17.00 น. หยุดวันจันทร์) สามารถดาวน์โหลดใบสมัครได้ทางเว็บไซต์

📄 **ติดต่อสอบถาม** มูลนิธิวัฒนธรรมแห่งทสึคุบะ (Tsukuba Cultural Foundation)

〒305-0032 Tsukuba-shi, Takezono 1-10-1 Tsukuba-shi Kokusai Kouryu

Kyokai Nai

☎ 029-869-7675 แฟกซ์ 029-851-9797 ✉ class@tsukubacity.or.jp

🌐 www.tsukubacity.or.jp/info/english/modules/tiny3/index.php?id=1 (ภาษาอังกฤษ)

🌐 www.tsukubacity.or.jp/info/modules/tiny3/index.php?id=2 (ภาษาญี่ปุ่น)



เดือนกันยายน “เดือนแห่งการป้องกันภัยพิบัติ” มาเตรียมรับมือเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดกันเถอะ!

อำเภอทสึคุบะกำลังแจก “แผนที่ป้องกันภัยพิบัติของอำเภอทสึคุบะ” ที่แสดงสถานที่หลบภัยในยามฉุกเฉิน, หน่วยงานด้านการ

รักษาพยาบาล, หน่วยงานด้านการป้องกันภัย, สำนักงานใหญ่และสาขาย่อยของสถานีดับเพลิง รวมถึงความรู้เกี่ยวกับภัยพิบัติ และข้อมูลด้านการป้องกันภัยอีกด้วย สามารถรับแผนที่ได้ที่ว่าการอำเภอและอาคารประชาชน (โคมิเนคัง) ทุกแห่ง

📞 ติดต่อ แผนกชีวิตและความปลอดภัย ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ ☎029-836-1111

🔦 ฤดูใบไม้ร่วง... ถ้าเกิดแผ่นดินไหว จะทำอย่างไร?

1. ป้องกันตัวเองโดยพิจารณาจากสถานที่

- ❖ **กรณีอยู่ในบ้าน**
 - ป้องกันศีรษะด้วยสิ่งของที่อยู่ใกล้ตัว
 - รีบมุดเข้าใต้โต๊ะ แล้วจับขาโต๊ะให้มั่นคง
 - เปิดหน้าต่างและประตูเพื่อเตรียมเส้นทางหนี (กรอบหน้าต่างต่างและประตูอาจหักงอเนื่องจากแรงแผ่นดินไหว ทำให้ไม่สามารถเปิดออกไปได้)



❖ **กรณีอยู่นอกบ้าน**

- ปกป้องศีรษะด้วยสิ่งที่มีอยู่ แล้วหลบเข้าในอาคารที่มีโครงสร้างแข็งแรง หรือออกไปอยู่ในที่โล่ง
- หากกำลังขับรถอยู่ อย่าเหยียบเบรกอย่างกะทันหัน ให้จอดรอชิดด้านซ้ายของถนน
- หากอยู่ใกล้ชายฝั่งทะเล ให้ขึ้นไปอยู่ในที่สูง แม้ว่าจะไม่มีการรายงานให้ระวังคลื่นยักษ์สึนามิก็ตาม

2. ดับไฟให้ทันท่วงที

- ❖ **ช่วงเวลาที่ต้องดับไฟมี 3 ระดับ**
 - ช่วงที่แรงสั่นสะเทือนยังไม่มาก (การสั่นสะเทือนในช่วงแรก)
 - ช่วงที่แรงสั่นสะเทือนสงบลง
 - ทันทีหลังจากเกิดไฟไหม้ (สามารถดับไฟด้วยตนเองในกรณีที่ไม่ยุ่งไม่ลุกลาม)
- ❖ หากไฟดับได้ ให้ดึงเบรกเกอร์ลงเพื่อตัดวงจรไฟฟ้า



3. ช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ

- ❖ ผู้ที่สามารถป้องกันตัวเองได้แล้ว กรุณาตรวจสอบความปลอดภัยของคนรอบข้าง แล้วเข้าไปช่วยเหลือ (ควรทำความรู้จักกับผู้ที่อาศัยในละแวกเดียวกันเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยเอาไว้แต่เนิ่นๆ)

🔦 มาเตรียมอุปกรณ์เพื่อรับมือแผ่นดินไหวกันดีกว่า

❖ ตัวอย่างอุปกรณ์ที่ต้องใช้ในยามฉุกเฉิน

ไฟฉาย, ชุดชั้นใน, ถุงมือ, ถุงเท้า, เสื้อกันหนาว, ถุงนอน, เงินสด, วิทยุพกพา, มีดเล่มเล็ก, ที่เปิดกระป๋อง, เชือก, อุปกรณ์ปฐมพยาบาล, ผ้าสามเหลี่ยม, ถุงพลาสติก เป็นต้น

❖ ตัวอย่างอุปกรณ์ที่ควรเตรียมไว้ในบ้าน

- น้ำ: จำนวน 3 ลิตรต่อ 1 คน ต่อ 1 วัน (ต้องมีเพียงพอสำหรับ 3 วันเป็นอย่างน้อย)
- อาหาร: ขนมปังกรอบ, อาหารกระป๋อง, อาหารกึ่งสำเร็จรูป, ช็อกโกแลต
- * แนะนำให้เลือกอาหารกึ่งสำเร็จรูปในรูปแบบของ (Retort pouch) นอกจากนั้น ควรเลือกอาหารที่ย่อยง่าย
- เสื้อผ้า: เทียน, ไม้ขีด, เต้าแก๊สแบบพกพา, ถังแก๊ส, ถ่านไฟฉาย



🔦 ทัศนศึกษาการฝึกซ้อมป้องกันภัยสำหรับชาวต่างชาติ

กิจกรรมนี้จะพาไปชมการฝึกซ้อมป้องกันภัยร่วมกันระหว่างสถานีดับเพลิง, สถานีตำรวจ, หน่วยงานด้านการป้องกันภัย และประชาชนทั่วไป โดยสมมติให้แหล่งกำเนิดแผ่นดินไหวอยู่ที่ใกล้อำเภอทสึคุบะ การฝึกซ้อมมี 18 รูปแบบ เช่น การบอกเส้นทางหนีภัย, การปฐมพยาบาล, การช่วยเหลือคนออกจากซากปรักหักพัง, การซ่อมแซมระบบสาธารณูปโภค เป็นต้น ซึ่งเปิดโอกาสให้เข้าไปมีส่วนร่วมได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย มีลามาแปล (* ไม่ครอบคลุมทุกภาษา) รับสมัครผู้ร่วมกิจกรรมประมาณ 20 คน

❖ **วันและเวลา** วันอาทิตย์ที่ 27 กันยายนนี้ เวลา 8.30 - 12.00 น. ดำเนินการตามปกติในกรณีฝนตก แต่จะยกเลิกในกรณีฝนฟ้าคะนอง

❖ **สถานที่รวมตัว / แยกย้าย** ลานจอดรถของทสึคุบะ คะพิโอะ (Tsukuba-shi, Takezono 1-10-1)

❖ **สถานที่จัดงาน** ภายในมหาวิทยาลัยทสึคุบะ (* เดินทางโดยรถบัสจากทสึคุบะ คะพิโอะ)

❖ **วิธีสมัคร** กรุณาโทรศัพท์หรือส่งอีเมลมาโดยตรงที่สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติแห่งอำเภอทสึคุบะ

☎ 029-869-7675 อีเมล inter@tsukubacity.or.jp

