



ทสึคุบะ

มิถุนายน 2554

NO.92

พิมพ์ที่ แผนกโลกาภิวัตน์และวัฒนธรรม ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ (Globalization and Culture Division, Tsukuba City Hall) 〒305-8555 ทสึคุบะชิ, คะชิมะ 2530-2 (เคนครุวะคุเอ็น D32 ไทกุ 2 คะคุจิ)
โทรศัพท์: 029-883-1111 อีเมล: ctz031@info.tsukuba.ibaraki.jp เว็บไซต์: http://www.tsukubainfo.jp/ และ http://www.city.tsukuba.ibaraki.jp/005511.html

มาใช้กันอย่างรู้ตนต่อกันเกิด

น้ำประปาในอำเภอมาจากไหน?



น้ำประปาที่ใช้อยู่มาจากทะเลสาบคะชิมิเกะอูระ โดยน้ำที่สูบมาได้ผ่านการกรองในอ่างกรองน้ำของการประปาจังหวัดอิบะระกิ จากนั้น น้ำที่ผ่านการกรองแล้วจะส่งไปยังที่จ่ายน้ำเพื่อปรับสภาพคลอรีน แล้วจึงส่งไปยังบ้านของท่าน

ผลกระทบจากอุบัติเหตุโรงไฟฟ้าพลังงานนิวเคลียร์โรงที่ 1 ใน จ.ฟุกุชิมะ

ทางจังหวัดอิบะระกิได้ตรวจสอบผลกระทบต่อน้ำประปาตามกำหนดเป็นระยะพบว่าน้ำประปาในอำเภอทสึคุบะมีคุณภาพระดับที่สามารถให้เด็กทารกบริโภคได้ โดยไม่มีปัญหาแต่อย่างใด สำหรับกรณีของบ่อน้ำที่ขุดไว้เพื่อใช้รับมือภัยพิบัตินี้ก็พบว่าไม่มีปัญหาด้านความปลอดภัยใดๆเช่นกัน

โปรดตรวจสอบข้อมูลด้านการประปาจากเว็บไซต์ของอำเภอ

สามารถตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ทางฝั่งตะวันออกของประเทศญี่ปุ่น รวมถึงผลกระทบของกัมมันตภาพรังสีต่อน้ำประปาได้ที่

ถาม - ตอบ เรื่องการประปา (เกี่ยวกับน้ำบริโภค - น้ำทิ้ง)

ถาม หากจะขอใช้บริการน้ำประปาอีกครั้ง หรือหากจะหยุดใช้ ควรทำอย่างไร?

ตอบ โปรดโทรศัพท์มาที่ศูนย์บริการลูกค้าการประปาประจำอำเภอ หรือส่งไปคำร้องขอใช้ - ขอระงับผ่านทางไปรษณีย์ (สามารถนำมายื่นโดยตรงได้เช่นกัน)

ถาม ต้องชำระค่าบริการของน้ำบริโภค - น้ำทิ้งเมื่อไร?

ตอบ จะมีการเรียกเก็บค่าบริการทุก 2 เดือน

ถาม สามารถชำระค่าบริการด้วยวิธีใดบ้าง?

ตอบ ชำระด้วยใบแจ้งค่าบริการ (ทำได้ที่ธนาคาร, ที่ว่าการไปรษณีย์, ศูนย์บริการลูกค้าการประปาประจำอำเภอ) หรือชำระด้วยการโอนผ่านบัญชีธนาคาร

หากมีข้อสงสัยใดๆ ติดต่อได้ที่ ศูนย์บริการลูกค้าการประปาประจำอำเภอทสึคุบะ

(Tsukuba-shi Suidou Okyaku-sama Center) ☎ 029-851-2811

สปีดาร์ส่งเสริมสิทธิมนุษยชนเด็ก... จัดพร้อมกันทั่วประเทศ

กระทรวงยุติธรรม และสมาพันธ์คณะกรรมการด้านคุ้มครองสิทธิมนุษยชนทั่วประเทศ ได้จัดสปีดาร์ "สิทธิมนุษยชนเด็ก หมายเลข 110" ขึ้นพร้อมกันทั่วประเทศ โดยมีเป้าหมายเพื่อจัดการกับปัญหาสิทธิมนุษยชนรูปแบบต่างๆที่เกี่ยวข้องกับเด็ก เช่น การกลั่นแกล้งภายในโรงเรียน, การทารุณเด็ก เป็นต้น และจะมีการให้คำปรึกษาสำหรับเด็กและผู้ปกครองที่มีเรื่องกังวลใจด้วย

โปรดวางใจในการขอรับคำปรึกษา เนื่องจากรายละเอียดจะเก็บเป็นความลับ

ระยะเวลา วันจันทร์ที่ 27 มิถุนายน - วันอาทิตย์ที่ 3 กรกฎาคมนี้

เวลา 8.30 - 19.00 น.

※ 10.00 - 17.00 น. สำหรับวันเสาร์ - อาทิตย์

หมายเลขโทรศัพท์สำหรับการปรึกษา ☎ 0120-007-110

(หมายเลขเดียวทั่วประเทศ ไม่เสียค่าใช้จ่าย)

หน่วยงานจัด สำนักงานกฎหมายประจำภูมิภาคอำเภอมิโตะ และสมาพันธ์

คณะกรรมการด้านคุ้มครองสิทธิมนุษยชนประจำจังหวัดอิบะระกิ

ผู้ให้คำปรึกษา เจ้าหน้าที่สำนักงานกฎหมาย, กรรมการด้านคุ้มครองสิทธิมนุษยชน

ติดต่อสอบถาม แผนกพัฒนาชุมชน (Shimin Katsudou-ka) ☎ 029-883-1111



เดือนนี้... "เดือนแห่งการศึกษาเรื่องสารอาหาร"

เดือนมิถุนายนเป็น "เดือนแห่งการศึกษาเรื่องสารอาหาร" นอกจากนี้ วันที่ 19 ของทุกเดือนยังเป็น "วันแห่งการศึกษาเรื่องสารอาหาร" (Shoku-iku No Hi) อีกด้วย การศึกษาเกี่ยวกับสารอาหารสามารถทำได้จริงในชีวิตประจำวัน ซึ่งท่านเองก็ทำได้เช่นกัน โดยมีคำขวัญว่า "ทะ โนะ ชิ อิ โยะ" (แปลว่า สนุกกินนะ)

ทะ = Taitsetsuna ichinichi no start เริ่มต้นวันใหม่ด้วยการรับประทานอาหารเช้า ซึ่งการที่จะรับประทานอาหารเช้าได้นั้น จำเป็นต้องตื่นแต่เช้าด้วยการรับประทานผลไม้ เช่นนี้เป็นกฎแจสำคัญสู่การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการใช้ชีวิตที่เคยชิน

โนะ = Nousakumotsu เพลิดเพลินกับผลิตภัณฑ์การเกษตรประจำฤดูกาลที่ปลูกในอำเภอทสึคุบะ ผลิตภัณฑ์และอาหารตามฤดูกาลนั้นเชื่อมโยงกับธรรมเนียมที่ดีที่สืบทอดกันมาในท้องถิ่น โปรดให้ความสำคัญกับการรับประทานอาหารเช้าท้องถิ่น รวมถึงเรียนรู้เทคโนโลยีและวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับอาหารการกินด้วย

ชิ = Shikari yasai wo tabemashou รับประทานผักให้เพียงพอด้วยการรับประทานอาหารที่มีผักทุกมื้อ การตั้งเป้าหมายว่าจะรับประทานผักให้ได้วันละ 5 จาน จะช่วยให้รับสารอาหารได้สมดุลขึ้น หากรับประทานผักที่ปลูกในอำเภอด้วยยิ่งดี

อิ = Itsumo kansha no kimochi กล่าวคำว่า "อิตะคะคิมัส" (จะรับประทานล่ะนะ) และ "โกะจิไซชะมะ" (ขอบคุณสำหรับอาหารมื้อนี้) ด้วยความรู้สึกรับรองอยู่เสมอที่พวกเรายังมีอาหารรับประทาน นั่นเป็นเพราะว่ามีพืชผักและสัตว์ต่างๆ รวมถึงบุคคลที่เกี่ยวข้องกับอาหารอยู่นั่นเอง... มาขอบคุณพวกเขาและ

โยะ = Yoku kande เคี้ยวอาหารให้ละเอียดเพื่อสุขภาพที่แข็งแรงอยู่เสมอ ด้วยวิธี "เคี้ยว 30"... มาเคี้ยวอาหารคำละ 30 ครั้งขึ้นไปกันดีกว่า

ติดต่อสอบถาม แผนกส่งเสริมสุขภาพ (Kenkou Zoushin-ka) ☎ 029-883-1111

เดาน์เตอร์ให้คำปรึกษา... สำหรับเด็กเล็กที่ประสบภัยพิบัติ

ที่ศูนย์ให้คำปรึกษา - สวัสดิการประจำจังหวัด มีบริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์สำหรับเด็กๆที่ประสบภัยพิบัติจากแผ่นดินไหว ซึ่งดำเนินการโดยผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพจิตเด็ก... หากกังวลเกี่ยวกับสุขภาพจิตใจเด็ก โปรดโทรศัพท์มาที่ "เดาน์เตอร์ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิตของเด็กเล็กที่ประสบภัยพิบัติ" (Hisai Jidou Tou No Kokoro No Soudan Madoguchi)

หมายเลขโทรศัพท์สำหรับการปรึกษา ☎ 029-221-4992 ศูนย์ให้คำปรึกษา -

สวัสดิการประจำจังหวัดอิบะระกิ (Ibaraki-ken Fukushi Soudan Center)

ระยะเวลาให้บริการ ถึงสิ้นเดือนมีนาคม ปี 2012

วันและเวลา วันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 9.00 - 17.00 น. (※ ปิดวันหยุดราชการ)

ติดต่อสอบถาม แผนกสวัสดิการสุขภาพ (Shougai Fukushi-ka)

☎ 029-883-1111

ช่วยเหลืดวงเบื้อ... สำหรับเงินกู้ยืมฟื้นฟูผู้สูงอายุ

อำเภอทสึคุบะมีระบบต่างๆสำหรับพลเมืองที่อยู่อาศัยได้รับความเสียหายจากภัยพิบัติแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ทางฝั่งตะวันออกของประเทศญี่ปุ่น สามารถสอบถามรายละเอียดได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ด้านล่าง

ติดต่อสอบถาม แผนกสวัสดิการสังคม (Shakai Fukushi-ka) ☎ 029-883-1111



ห้องสมุด

ちゅうおうしょかん

中央図書館 (ห้องสมุดกลาง) ☎ 029 (856) 4311

เวลาเปิดปิด

อังคาร-พุธ, ศุกร์-อาทิตย์ 9:30 - 17:00 น.

พฤหัสบดี 9:30 - 19:00 น.

วันหยุดทำการ

วันที่ 20, 27 มิถุนายน

วันที่ 4, 11, 18, 19, 25 กรกฎาคม

ส่วนห้องสมุดที่ยาทาเบะ, ทสึคุบะ, โอโนะกาว่า, คูคิซากิ

เปิดให้บริการ อังคาร-อาทิตย์ 10:00-18:00

ระเบียบการยืมหนังสือ

การใช้บริการยืมหนังสือหรือ CD จากห้องสมุดนั้น ท่านจำเป็นต้องมี บัตรสมาชิกห้องสมุด ท่านที่อาศัยอยู่ในเมืองทสึคุบะ ท่านสามารถสมัครเป็นสมาชิกห้องสมุดได้โดยนำหลักฐานที่สามารถยืนยันตัวตนท่านเอง เช่น บัตรประจำตัวชาวต่างชาติ บัตรประกันสุขภาพ หรือ ใบขับขี่ มาแสดงในวันที่ยื่นสมัคร (ท่านสามารถยื่นสมัครได้ที่ห้องสมุดกลาง และห้องสมุดประชาชนอื่นๆ ในเขตยาทาเบะ, ทสึคุบะ, โอโนะกาว่า, คูคิซากิ) อนึ่ง ท่านที่มีได้อาศัยในเมืองทสึคุบะ แต่กำลังศึกษาหรือทำงานในเมืองทสึคุบะ หากท่านมีความประสงค์ต้องการใช้บริการห้องสมุด กรุณานำบัตรนักเรียนหรือบัตรพนักงานมาแสดงในวันที่ยื่นสมัครด้วย

คอร์สเรียนทำอาหารเกาหลี เพื่อแลกเปลี่ยนนานาชาติ

วันเวลา วันเสาร์ที่ 25 มิถุนายน

10:00-14:00

สถานที่ ที่ Namiki kouryuu

center (Namiki 4-2-1)

ชื่อเมนูอาหาร คิวชูโทโบปกิดิ

โอยเน็งกุกุ สลัดผักและสลัดผลไม้

จำนวนที่เปิดรับ 25 คน (ตามลำดับที่สมัคร)

ค่าเรียน 1300 เยน

วิธีสมัคร สมัครทางโทรศัพท์ ได้ตั้งแต่วันพฤหัสบดีที่ 2 มิถุนายน เป็นต้นไป

สมัคร หรือติดต่อสอบถามได้ที่ ☎ 029-869-7675

หรือพิมพ์ とうきょう市振興財団 เพื่อค้นหาทางเว็บไซต์



จำนวนประชากรในทสึคุบะ



จำนวนประชากร 214,468 คน



จำนวนหลังคาเรือน 88,578 หลังคาเรือน

(ณ วันที่ 1 พ.ค ปี 2011)

หน่วยงานทสึคุบะเค็งโก ไมเลจ (Tsukuba Kenkou Mileage Jigyou) ได้เริ่มแล้ว

มาร่วมกันตั้งเป้าหมายด้านสุขภาพ เพื่อสุขภาพที่ดี รับของที่ระลึก แล้วมาร่วมลุ้นของรางวัลกันดีกว่า



ทสึคุบะ เค็งโก ไมเลจ จิเงียว (Tsukuba kenkou mileage jigyou) เป็นหน่วยงานที่สนับสนุนการสร้างสรรค์สุขภาพที่ดีของพลเมืองและมุ่งสร้างสำนึกทางด้านสุขภาพของทุกคนในทสึคุบะ สำหรับผู้ที่สามารถบรรลุเป้าหมายทางด้านสุขภาพตั้งแต่ 3 ข้อขึ้นไปจาก 5 ข้อ สามารถรับของที่ระลึก และยังมีโอกาสร่วมลุ้นจับฉลากของรางวัลอีกด้วย

ระยะเวลาสิ้นสุดโครงการ

วันพุธที่ 15 กุมภาพันธ์ ปี 2012

ผู้มีสิทธิ์เข้าร่วม ผู้อาศัยอยู่ในทสึคุบะที่มีอายุ 20 ปีขึ้นไป

วิธีเข้าร่วมโครงการ

1. รับบัตรเค็งโกไมเลจ Kenkou mileage และเอกสารประกอบได้ที่ แผนกส่งเสริมสุขภาพ (Kengkou zoushin ka), Hoken center, อิกิอิคิ พลาซ่า (Ikiiki plaza), Kouryu center หรือ kouminkan ฯลฯ
2. บรรลุเป้าหมายด้านสุขภาพตั้งแต่ 3 ข้อขึ้นไป จาก 5 ข้อ
3. สมัครบัตรเค็งโกไมเลจ (Kengkou mileage card)

ติดต่อสอบถามได้ที่ ☎ 029-833-1111 แผนกส่งเสริม

สุขภาพ (Kengkou zoushin ka) ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ

พาลูกมาขุดมันฝรั่งกันดีกว่า

วันเวลา วันเสาร์ที่ 25 มิถุนายนนี้ ตั้งแต่ 10:00

สถานที่ ที่ Toyosato yukari no mori konchuu kan

(Toohigasi 661)

จำนวนที่เปิดรับ พ่อแม่กับเด็กไม่เกินระดับชั้นประถม

จำนวน 30 ครอบครัว ตามลำดับที่สมัคร

ค่าใช้จ่าย 30 เยน ต่อมันฝรั่ง 1 กอ

(ได้สูงสุด 30 กอต่อ 1 ครอบครัว)

วิธีสมัคร สมัครทางโทรศัพท์ ได้ตั้งแต่วันศุกร์ที่ 3 มิ.ย.

ตั้งแต่วันที่ 8:30

สมัคร หรือติดต่อสอบถามได้ที่ ☎ 029-847-5061

Toyosato yukari no mori konchuu kan



ห้องสนทนากันอย่างเป็นกันเอง

วันเวลา วันพฤหัสบดีที่ 21 กรกฎาคม 10:00-12:00

สถานที่ ที่ห้องประชุม Bousaikaigi 3 ชั้น 2 ของ

ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ

แขกรับเชิญ คุณโทะทสึกะ เจริญ 戸塚礼子

เนื้อหาในการพูดคุย เล่าประสบการณ์ในการเลี้ยงลูก 9 คน

สมัคร หรือติดต่อสอบถามได้ที่ ☎ 029-883-1111

(Tsukubashi danjo kyoudou sankaku shitsu)

หมายเหตุ ไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ สามารถสมัครในวันนั้นได้

สัมพันธ์ศิลปินวัฒนธรรม และแนวทางแห่งนักรบของญี่ปุ่น

รับชมการแสดง โชวลินจิเคนโบวะ นะกินะตะวะ ไดโกะ พร้อมทั้งลองสัมผัสของจริง

วันเวลา วันเสาร์ที่ 6 สิงหาคมนี้ ตั้งแต่ 13:00

(เปิดลงทะเบียนตั้งแต่ 12:45 ณ ลอบบี้ ของ Tsukuba capio)

สถานที่ ที่ Tsukuba capio

การแสดงที่จัดโชว์และเปิดให้เข้าร่วม

โชวลินจิเคนโบวะ, วะไดโกะ, และนะกินะตะ (ศิลปะการต่อสู้ชนิดหนึ่งคล้ายกับเคนโดและศิลปะการฟันดาบแบบตะวันตก)

กลุ่มเป้าหมาย ผู้พักอาศัยเรียนหรือทำงานในทสึคุบะ

จำนวนที่เปิดรับ 100 คน

สิ่งที่ต้องนำมาด้วย รองเท้ากีฬาสำหรับใส่ในโรงยิม น้ำดื่ม (สวมใส่เสื้อผ้าที่สามารถออกกกำลังกายได้)

วิธีสมัคร ระบุชื่อกิจกรรม Dentougeinou to budoutaiken และชื่อนามสกุล อายุ เพศ ที่อยู่ และเบอร์โทรศัพท์ของท่านส่งมา ทางอีเมล หรือไปรษณียบัตร หรือทางแฟกซ์ (สามารถไปพบกัน ณ สถานที่จัดงานได้หากไม่มีการติดต่อเป็นกรณีพิเศษ จากทางเรา)

หมดเขตรับสมัคร วันพฤหัสบดีที่ 14 กรกฎาคมนี้

สมัคร หรือติดต่อสอบถามได้ที่

☎ 029-854-8511 Fax 029-854-8531

E-mail: tukubashitaikyotai@bz01.plala.or.jp

สมาคมการกีฬาแห่งทสึคุบะ (Tsukuba taiiku kyoukai)

เดาบัตรวิทัศน์สำหรับชาวต่างชาติ

ที่ว่าการอ่านภาพทสึคุบะตีพิมพ์ใหม่ ชั้น 2

แผนกโคะคุไซกะ (国際課)

วันและเวลาและภาษาที่ให้บริการ

◆ วันอังคาร : ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ

◆ วันพุธ : ภาษาจีนและเกาหลี

ระหว่างเวลา 10:00-12:00, 13:00-16:45

(เปิดให้บริการในวันหยุดนักขัตฤกษ์และวันหยุดสิ้นปี)

วิธีใช้บริการ ทางโทรศัพท์ หรือ มาปรึกษาด้วยตนเอง

โดยทางเราจะเก็บข้อมูลเป็นความลับ (สำหรับท่านที่

ต้องการมาปรึกษาด้วยตนเอง กรุณาโทรศัพท์ติดต่อทางเรา

อีกครั้งในวันนัดหมาย) ☎ 029-868-7700

ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติ

ที่ Ibarakiken kokusai kouryu kyoukai

สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติจังหวัดอิบารากิ เขตมิโตะ

วันและเวลาและภาษาที่ให้บริการ

ให้บริการเป็นภาษาไทย วันจันทร์ถึงวันศุกร์

เวลา 08:30-12:00, 13:00-17:00

(ปิดบริการในวันหยุดนักขัตฤกษ์และวันหยุดสิ้นปี)

วิธีใช้บริการ ทางโทรศัพท์ หรือ มาปรึกษาด้วยตนเอง

โดยทางเราจะเก็บข้อมูลเป็นความลับ

☎ 029-244-3811

เปิดรับสมัคร ผู้เข้าอบรม Tsukuba shi kankyo my star แล้ว

Tsukuba shi kankyo my star หรือผู้นำด้านกิจกรรมสิ่งแวดล้อมของสถานศึกษาด้านสิ่งแวดล้อมของสังคม ในท้องถิ่นที่มีความรู้ความสามารถและความเข้าใจด้านสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้อง สำหรับการเข้ารับการอบรม ในปีแรก จะได้ 1 แต้ม ในปีที่ 2 จะได้ 2 แต้ม ปีที่ 3 จะได้รับ 3 แต้ม และปีที่ 4 จะได้รับ 4 แต้ม หลังจากผ่านการพิจารณาจะได้รับคัดเลือกให้เป็น Tsukuba shi kankyo my star

ตารางการอบรม

- 26 มิ.ย.(อาทิตย์) บทนำเรื่องสิ่งแวดล้อมทางน้ำ สิ่งแวดล้อมทางน้ำและการอนุรักษ์น้ำ
- 3 ก.ค.(อาทิตย์) สิ่งแวดล้อมทางน้ำ-ปะการัง
- 10 ก.ค.(อาทิตย์) สิ่งแวดล้อมทางน้ำ-แม่น้ำลำคลอง
- 4 ก.ย.(อาทิตย์) สิ่งแวดล้อมทางน้ำกับกฎหมาย
- 9 พ.ย.(อาทิตย์) สิ่งแวดล้อมทางน้ำที่เกี่ยวกับป่าไม้เพื่อความสัมพันธภาพระหว่างมนุษย์และน้ำอย่างยั่งยืน

หัวข้ออบรม สิ่งแวดล้อมทางน้ำของทีสุคุบะ ****ส่งรายงานหลังการบรรยายในแต่ละครั้ง****

สถานที่ ในรั้วมหาวิทยาลัยทีสุคุบะ

ผู้บรรยาย อาจารย์จากมหาวิทยาลัยทีสุคุบะ

จำนวนที่เปิดรับ 2-3 คน (ตามลำดับที่สมัคร)

ผู้มีสิทธิ์เข้ารับการอบรม ผู้พักอาศัยหรือทำงานในทีสุคุบะ ****ต้องเป็นผู้สามารถเข้ารับการอบรมได้ทุกครั้ง****

สมัครหรือติดต่อสอบถามได้ที่ ☎ 029-883-1111 แผนกส่งเสริมสิ่งแวดล้อมเมือง (Kankyotoshisuishinka)



โรงพยาบาลและคลินิกเวลทา

เวลาทำการ 9:00 - 17:00 น.

กรณีฉุกเฉินติดต่อที่ 029-851-0119 (สถานีดับเพลิงทีสุคุบะ)

19 มิ.ย. (อาทิตย์)	① สະคะนะเอ๋ม คคินิก (Matsunoki 162-7) ② ทสึคุบะ จูโอเบียวอิง (Hojou 5118)	☎ 029-836-6612 ☎ 029-867-1211
26 มิ.ย. (อาทิตย์)	① คูกุโนะเซะ อิจิน (Oguki 509-1) ② สะยะชิ อิจิง (Hojou 19-2)	☎ 029-876-2711 ☎ 029-867-0114
3 ก.ค. (อาทิตย์)	① ซะโค อิจิง (Wakakuri 1283-6) ② อิโรเซะ อิจิง (โฮโจ) (Hojou 85)	☎ 029-876-3831 ☎ 029-867-0127
10 ก.ค. (อาทิตย์)	① จิยูงะโอะคะ อิจิง (Jiyugaoka 165-19) ② อิโรเซะ คคินิก (Kunimatsu 56-1)	☎ 029-876-0888 ☎ 029-866-0129
17 ก.ค. (อาทิตย์)	① ทะคะสะคิ คคินิก (Takasaki 772-12) ② ทสึคุบะคิเน็ง เบียวอิง (Kaname 1187-299)	☎ 029-873-3733 ☎ 029-864-1212
18 ก.ค. (วันทะเล umi no hi)	① ทสึคุบะ โซโฮ เบียวอิง (Takasaki 1008) ② อะโอะยะะหิ อิจิง (Uenomuro 887)	☎ 029-873-2511 ☎ 029-857-1522
24 ก.ค. (อาทิตย์)	① โอะตะอิจิง (Teshirogi 309-4) ② อีโอะคะ อิจิง (Sakura 3-20-2)	☎ 029-838-5333 ☎ 029-857-7526
31 ก.ค. (อาทิตย์)	① ยูคาวิ อิจิง (Ooi 1622) ② คะชิมูระ โนคะโซคะคิคะ (Shimohirooka 744-1)	☎ 029-874-1531 ☎ 029-863-0606

ที่ปรึกษาสำหรับผู้ป่วยโรคเอดส์ที่เป็นชาวต่างชาติ ที่ Tsukuba Hokencho

Tsukuba hokencho ให้บริการรับปรึกษาสำหรับผู้ป่วยโรคเอดส์ชาวต่างชาติโดยและให้บริการตรวจหาเชื้อเอดส์ เชื้อคลามัยเดีย ซิฟิลิส หนองในเทียม และปอดอักเสบ โดยไม่คิดค่าใช้จ่าย

****จำเป็นต้องจองล่วงหน้า****

วิธีการบริการ ปรึกษาทางโทรศัพท์

หรือเข้ารับการปรึกษาหรือรับการตรวจหาเชื้อด้วยตนเอง(ใช้นามสมมุติได้)

นัดหมายหรือปรึกษาหรือได้ที่ ☎ 029-851-4920 (รับนัดเป็นภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น)

ที่อยู่ Tsukubashi, Matsushiro 4chome-27 **อีเมล** tsuho@pref.ibaraki.lg.jp



การตรวจสุขภาพและการฉีดวัคซีนป้องกันโรคสำหรับเด็ก

ท่านที่ได้รับแจ้งเกี่ยวกับเรื่องการตรวจสุขภาพเด็ก ไม่ว่าจะท่านจะอาศัยอยู่ในเขตใดก็ตาม ท่านสามารถนำเด็กมารับการตรวจสุขภาพได้ที่ ศูนย์ตรวจสุขภาพเขตซาคุระและเขตยาทาเบะ

- ติดต่อสอบถาม** ☎ 029-857-3931 ศูนย์ตรวจสุขภาพเขตซาคุระ
☎ 029-838-1100 ศูนย์ตรวจสุขภาพที่เขตยาทาเบะ
☎ 029-883-1111 แผนกส่งเสริมสุขภาพที่ว่าการอำเภอทีสุคุบะ

สำหรับเด็กอายุ 1 ขวบครึ่ง		
วันตรวจสุขภาพ	ศูนย์ตรวจสุขภาพ	หมายเหตุ
22 มิ.ย.	เขตยาทาเบะ	(สำหรับเด็กที่เกิด เดือนพ.ย 2009)
13, 27 ก.ค.	เขตซาคุระ	(สำหรับเด็กที่เกิด เดือนธ.ค. 2009)
6 ก.ค.	เขตยาทาเบะ	

สำหรับเด็กอายุ 3 ขวบ		
วันตรวจสุขภาพ	ศูนย์ตรวจสุขภาพ	หมายเหตุ
29 มิ.ย.	เขตยาทาเบะ	(สำหรับเด็กที่เกิด เดือนพ.ค. 2008)
12, 14 ก.ค.	เขตซาคุระ	(สำหรับเด็กที่เกิด เดือนมิ.ย. 2008)
20 ก.ค.	เขตยาทาเบะ	

การฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบ

สำหรับเด็กที่อายุ 9 ปี ขึ้นไปแต่ยังไม่เกิน 13 ปี ที่ยังไม่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบ โปรดติดต่อ ☎ 029-857-3931 ศูนย์ตรวจสุขภาพเขตซาคุระ

การฉีดวัคซีนป้องกันโรคโปลิโอ

(ไม่ต้องจองล่วงหน้า)

เวลาให้บริการ: ตั้งแต่ 13:30 โดยเปิดรับลงทะเบียน เวลา 13:00 -14:20

กลุ่มเป้าหมาย:

- เด็กที่อายุตั้งแต่ 3 เดือน - 7 ขวบครึ่ง
- เด็กอายุ 1 ขวบขึ้นไปแต่ยังไม่เกิน 2 ขวบ
- เด็กที่ใกล้ครบ 1 ขวบที่ยังไม่ได้รับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัดให้เข้ารับการฉีดวัคซีนโรคหัดก่อน

สิ่งที่ต้องนำไปด้วย:

1. สมุดสุขภาพแม่ลูก (母子健康手帳)
2. และตารางบันทึกการฉีดวัคซีนโปลิโอ (ポリオ予防接種予診票)

กลุ่มเป้าหมาย	หมายเหตุ
①เด็กที่อายุมากกว่า 1 ขวบแต่ไม่ถึง 2 ขวบ	ฉีดวัคซีนเป็นรายบุคคลได้ตามสถานพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการ
②เด็กเกิดในช่วง 2 เมษายน ปีเฮเซ17 ถึง 1 เมษายน ปีเฮเซ18	
③เด็กเกิดในช่วง 2 เมษายน ปีเฮเซ5 ถึง 1 เมษายน ปีเฮเซ6	
④เด็กเกิดในช่วง 2 เมษายน ปีเฮเซ10 ถึง 1 เมษายน ปีเฮเซ11	เด็กที่สังกัดโรงเรียนของรัฐ =ฉีดวัคซีนเป็นกลุ่มคณะได้ที่โรงเรียนของตนเอง เด็กที่สังกัดโรงเรียนเอกชน =รับการฉีดวัคซีนเป็นรายบุคคลได้ที่สถานพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการ



สอบถามเพิ่มเติม ☎ 029-857-3931 (ศูนย์ตรวจสุขภาพ เขตซาคุระ)

หมายเหตุ เด็กในข้อ ② ถึงข้อ ④ รับการฉีดวัคซีนฟรี จนกระทั่งถึงวันที่ 31 มี.ค. ปี 2012

กำหนดชำระภาษีเทศบาล

โปรดชำระภาษีเทศบาล (Shiminzei) และภาษีจังหวัด (Kenminzei) **ระยะที่ 1**
หมดเขตชำระภาษี วันพฤหัสบดีที่ 30 มิถุนายนนี้
ติดต่อสอบถาม แผนกภาษีเทศบาล (Shiminzei-ka), แผนกเก็บภาษี (Nouzei-ka)
☎ 029-883-1111

ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ “เฮลท์ พลาซ่า” ปิดชั่วคราว

ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ “เฮลท์ พลาซ่า” ของทสึคุบะ เวลเนส ปาร์ค (อยู่ถัดจากคดลิน เซ็นเตอร์) จะปิดให้บริการชั่วคราว
ระยะเวลาปิด วันเสาร์ที่ 11 - วันพฤหัสบดีที่ 30 มิถุนายนนี้
※ สนามกีฬา “เซคิโซ แชนเลนจิส สเตเดียม” เปิดให้บริการตามปกติ
ติดต่อสอบถาม ทสึคุบะเวลเนส ปาร์ค (Tsukuba Wellness Park)
(ที่ตั้ง: Yamaki 1562) ☎ 029-867-5210

ผลิตภัณฑ์การเกษตรว่านกอีสดุบ... สุ้า!

โปรดช่วยกันสนับสนุนผลิตภัณฑ์สดใหม่ที่ปลูกขึ้นในอำเภอทสึคุบะด้วย
ผลกระทบจากอุบัติเหตุโรงไฟฟ้าพลังงานนิวเคลียร์ทำให้ราคาของผลิตภัณฑ์ การเกษตรต่ำลง และผู้คนยังคงลังเลที่จะซื้อไปบริโภค ด้วยเหตุนี้ ทางอำเภอจึงได้ร่วมมือกับสมาพันธ์การเกษตรภายในอำเภอ เพื่อจำหน่ายผลิตภัณฑ์การเกษตรโดยมีเป้าหมายอยู่ที่ “การสนับสนุนเกษตรกร และช่วยประชาสัมพันธ์ความปลอดภัยของ ผลิตภัณฑ์การเกษตรในอำเภอ”

ผลิตภัณฑ์การเกษตรที่วางจำหน่ายภายในอำเภอ ณ ปัจจุบัน ได้รับการตรวจสอบ ด้านความปลอดภัยแล้ว จึงสามารถบริโภคได้อย่างวางใจ

วันและเวลา วันจันทร์ที่ 11 กรกฎาคม, วันจันทร์ที่ 8 สิงหาคม, วันจันทร์ที่ 12

กันยายน เวลา 11.00 - 15.00 น. ※ หยุดจำหน่ายเมื่อสิ้นค้าหมด

สถานที่ สนามหญ้าฝั่งทิศตะวันตกของที่ว่าการอำเภอ (บริเวณด้านหน้าลานจอดรถ)

※สามารถจอดรถในที่จอดรถของที่ว่าการอำเภอได้ 2 ชั่วโมง โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

ติดต่อสอบถาม แผนกเกษตรกรรม (Nougyou-ka) ☎ 029-883-1111

เกร็ดความรู้

เกร็ดความรู้วันนี้ ขอแนะนำวันสำคัญของประเทศญี่ปุ่นที่กำลังจะมาถึงในเดือน กรกฎาคม นั่นก็คือ “วันทะนะบะตะ” และ “วันแห่งทะเล” นั่นเอง



เริ่มจาก “วันทะนะบะตะ” (Tanabata / 七夕) ซึ่งตรงกับวันที่ 7 เดือน 7 (กรกฎาคม) โดยมีต้นกำเนิดมาจากประเทศจีน และได้ถ่ายทอดเข้าสู่ประเทศญี่ปุ่นตั้งแต่สมัยนาระ ในช่วงกลางคืนของวันนี้ ดาวหญิงทอผ้ากับดาวชายเลี้ยงวัว ซึ่งปกติจะอยู่คนละฟากของทางช้างเผือก

ได้โคจรมาอยู่ใกล้กันที่สุดในรอบหนึ่งปี ซึ่งชาวญี่ปุ่นจะฉลอง

กันด้วยการเขียนคำอธิษฐานขอพรบนกระดาษเล็กๆ หลากสี

ที่เรียกว่า ทันซะคุ (Tanzaku / 短冊) แล้วนำไปร้อยเชือกผูกติด

กับต้นไผ่ หากใครมีโอกาสดองเขียนคำอธิษฐานขอพรในวัน

“ทะนะบะตะ” คุณะครับ

นอกจากนี้ ทุกวันจันทร์ของสัปดาห์ที่ 3 เดือนกรกฎาคมยังเป็น “วันแห่งทะเล” หรือ

“อุมิ โนะ ฮิ” (Umi No Hi / 海の日) ซึ่งปีนี้ตรงกับวันจันทร์ที่ 18 กรกฎาคม วันแห่ง

ทะเลได้กำหนดให้เป็นวันหยุด เพื่อให้ชาวญี่ปุ่นระลึกถึง

คุณค่าของท้องทะเล และร่วมกันขอพรให้ประเทศญี่ปุ่นซึ่ง

ล้อมรอบไปด้วยทะเลนั้นมีความเจริญรุ่งเรืองอีกด้วย

ว่ากันว่า โดยประเทศที่กำหนดให้มี “วันแห่งทะเล” อีกทั้ง

เป็นวันหยุดของประชาชนมีแค่ที่ญี่ปุ่นเท่านั้น...



ภาษาญี่ปุ่นประจำเดือนนี้

ภาษาญี่ปุ่นประจำเดือนมิถุนายน ได้แก่คำว่า “อิตะคะคิมัส” (Itadakimasu / いただきます) และ “โกะจิโซชะมะ” (Gochisou-sama / ごちそうさま)

คำว่า “อิตะคะคิมัส” เป็นสำนวนที่ใช้พูดก่อนรับประทานอาหาร เพื่อแสดงความขอบคุณต่อพืชและสัตว์ที่สละชีวิต รวมถึงผู้คนที่ยอมสละแรงและเวลาเพื่อให้พวกเขามีชีวิตต่อไปได้ ส่วนคำว่า “โกะจิโซชะมะ” เป็นสำนวนที่ใช้พูดหลังรับประทานอาหาร เพื่อแสดงความขอบคุณต่อสิ่งมีชีวิตทั้งหลายที่กลายเป็น “โกะจิโซ” (อาหารชั้นเลิศ) และเพื่อที่จะได้รับประทานอาหารดีๆเช่นนี้อีก

❖ ประโยคตัวอย่าง 1

A: Kyou no asa-gohan wa tamago-yaki yo. (อาหารเช้าวันนี้เป็นไข่เจียวนะ)

B: Waa! Itadakimasu. (เย้! รับประทานล่ะนะครับ)

❖ ประโยคตัวอย่าง 2

A: Totemo oishikatta desu. Gochisou-sama deshita.

(อร่อยมากเลยครับ ขอบคุณมากๆสำหรับอาหารมื้อนี้)

B: Osomatsu-sama deshita. (ไม่เป็นไรค่ะ)



※ “โอชะมะทสึชะมะ” (Osomatsu-sama / お粗末さま) เป็นสำนวนแสดงความถ่อมตน จะใช้เมื่อได้รับคำขอบคุณจากคนที่เราทำอาหารให้

ทสึคุบะ เฟสติวัล 2011 กระจายตัว

มหกรรมแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมนานาชาติได้จัดขึ้นในงาน “ทสึคุบะ เฟสติวัล 2011” เมื่อวันเสาร์ที่ 14 และวันอาทิตย์ที่ 15 ที่ผ่านมา ภายใต้แนวคิดที่ว่า “ญี่ปุ่น ร่วมกันพยายาม ร่วมกันสร้างสรรค์” ในงานมีการออกร้านขายอาหาร, ผลิตภัณฑ์อาหาร, สินค้าจากหลากหลายประเทศทั่วโลก และได้เสริจลินด์ท่ามกลางการตอบรับอย่างดียเยี่ยม งานนี้มีการกำหนดจะจัดขึ้นอย่างต่อเนื่องไปทุกปี แล้วปีหน้ามาพบกันอีกครั้ง

ข้อมูลด้านการดำเนินชีวิต... สำหรับชาวต่างชาติ

เว็บไซต์นี้มีข้อมูลด้านการใช้ชีวิต เช่น “การแพทย์”, “การศึกษา”, “เหตุฉุกเฉินและภัยพิบัติ” เป็นต้น ซึ่งมีความจำเป็นต่อชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่ในประเทศญี่ปุ่น โดยอธิบายข้อมูลเป็นภาษาต่างๆ ถึง 13 ภาษา แน่นอนว่ามีภาษาไทยด้วย

เว็บไซต์ <http://www.clair.or.jp/tagengo/index.html>

บริหารงานโดย สมาคมเทศบาลนานาชาติ (Jichitai Kokusaika Kyoukai)

ระบบต้นข้อมูลด้านการแพทย์ยามฉุกเฉิน

เว็บไซต์นี้ใช้เพื่อค้นหาหน่วยงานด้านการรักษาพยาบาลภายในจังหวัดอิบะระกิที่สามารถสื่อสารด้วยภาษาต่างชาติได้ และยังสามารถค้นหาจากเงื่อนไขต่างๆได้ เช่น แผนกที่จะเข้ารับการรักษา, ภาษา, พื้นที่ เป็นต้น (ภาษาในเว็บไซต์เป็นภาษาอังกฤษ)

เว็บไซต์ <http://www.cq.pref.ibaraki.jp/>

เมื่อเข้าไปในเว็บไซต์ข้างต้น โปรดคลิกที่หัวข้อ “Search for a doctor who speaks my language” (ค้นหาแพทย์ที่พูดภาษาของคุณได้)

ทสึคุบะ ไชเอนส์ อินฟอर्मชัน เซ็นเตอร์

“ทสึคุบะ ไชเอนส์ อินฟอर्मชัน เซ็นเตอร์” เป็นสถานที่ที่จัดแสดงประวัติของเมืองแห่งการวิจัย “ทสึคุบะ” รวมถึงผลงานต่างๆของสถาบันวิจัยภายในอำเภอ นอกจากนี้ยังมีการแจกแผ่นพับสำหรับชาวต่างชาติ รวมถึงข่าวสารด้านการบริหารอำเภออีกด้วย ท่านสามารถใช้บริการห้องจัดแสดงนิทรรศการ และมุมแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น (ยกเว้นการให้บริการห้องประชุม ที่ต้องเสียค่าใช้จ่าย)

ติดต่อสอบถาม ศูนย์ข้อมูลทางวิทยาศาสตร์ ทสึคุบะ

“ทสึคุบะ ไชเอนส์ อินฟอर्मชัน เซ็นเตอร์” (Tsukuba Science Information Center)

☎ 029-883-1111