



พิมพ์ที่: แผนกโลกาภิวัตน์และวัฒนธรรม ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ (Globalization and Culture Division, Tsukuba City Hall)

〒305-8555 Tsukuba-shi, Karima 2530-2 (Kenkyu-gakuen D32 Gaiku 2 Kakuchi) โทรศัพท์: 029-883-1111 อีเมล: ctz031@info.tsukuba.ibaraki.jp

เว็บไซต์: <http://www.tsukubainfo.jp/> และ <http://www.city.tsukuba.ibaraki.jp/005511.html> แพล / เรียบเรียง: ธนพัล ระรวยทรง และซอซึกิตา จิมลิวิตยา

## ข่าวสาร “กัมมันตภาพรังสี” ในอำเภอทสึคุบะ

### ☼ น้ำดื่ม ☼

1. **น้ำประปา** ที่สถานีน้ำประปาส่วนจังหวัดตอนใต้ (Kennan Suidou Jimu-sho) และสถานีกรองน้ำแต่ละแห่งของอำเภอทสึคุบะ ได้มีการตรวจวัดผลกระทบของสารกัมมันตรังสีที่มีต่อน้ำประปาเป็นระยะ ซึ่งจากผลลัพท์ ไม่พบกัมมันตรังสีซีซีเทียม 134 และกัมมันตรังสีซีซีเทียม 137 แต่อย่างใด

2. **น้ำใต้ดิน** ได้มีการตรวจวัดน้ำใต้ดินเป็นระยะตามสถานรับเลี้ยงเด็ก, โรงเรียนประถมศึกษาและโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นภายในอำเภอทสึคุบะ รวมทั้งสิ้น 11 แห่ง ซึ่งจากผลลัพท์ ไม่พบกัมมันตรังสีซีซีเทียม 134 และกัมมันตรังสีซีซีเทียม 137 แต่อย่างใด

### ☼ ผลิตภัณฑ์อาหาร ☼

ได้มีการตรวจวัดสารกัมมันตรังสีในส่วนผสมอาหารของโรงเรียนและสถานรับเลี้ยงเด็กภาครัฐบาล โดยจะรายงานผลลัพท์ให้ทราบทุกวัน (ยกเว้นวันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุดราชการ) ทั้งนี้ ไม่พบกัมมันตรังสีซีซีเทียม 134 และกัมมันตรังสีซีซีเทียม 137 ในส่วนผสมอาหารแต่อย่างใด

นอกจากนี้ ยังมีการตรวจวัดสารกัมมันตรังสีในผลิตภัณฑ์การเกษตรจากสวนของเกษตรกรเป็นรายบุคคล ถึงแม้ช่วงที่ผ่านมาจะพบกัมมันตรังสีซีซีเทียม 134 และกัมมันตรังสีซีซีเทียม 137 ในเห็ดหอม, หน่อไม้, เนื้อหมูป่า ฯลฯ ก็ตาม แต่ในปัจจุบันพบว่า กัมมันตรังสีดังกล่าวมีปริมาณต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานแล้ว

ยิ่งไปกว่านั้น ที่สหกรณ์การเกษตรทสึคุบะและสหกรณ์การเกษตรระยะตะเบะยังได้ติดตั้งเครื่องตรวจวัดโซเดียมไอโอไดด์ (NaI) แบบเรืองแสงวาบ (Scintillation) เพื่อใช้ตรวจวัดสารกัมมันตรังสีในผลิตภัณฑ์การเกษตรอีกด้วย

### ติดต่อสอบถาม

สำนักงานนโยบายกัมมันตภาพรังสี

(Houshasen Taisaku-shitsu) ☎ 029-883-1111 ต่อ 3730



## ผู้ที่เดินทางกลับประเทศ... โปรดอ่าน

**ถาม:** หากจะเดินทางกลับประเทศ ต้องชำระภาษีอีกเท่าไร?

**ตอบ:** สำหรับภาษีประกันสุขภาพแห่งชาติ จะคำนวณภาษีให้ใหม่โดยแบ่งนับเป็นรายเดือน โปรดเดินทางมายังที่ว่าการอำเภอเพื่อขอรับคำปรึกษา

สำหรับภาษีประเภทอื่นนอกเหนือจากภาษีประกันสุขภาพแห่งชาติ หากได้รับ “ใบแจ้งชำระภาษี” (Noufu-sho) โปรดชำระให้หมดก่อนเดินทางกลับ นอกจากนี้ อาจมีกรณีที่ต้องชำระภาษีเพิ่มหลังเดินทางออกจากประเทศญี่ปุ่น ทั้งนี้ โปรดสอบถามกับที่ว่าการอำเภอว่า ท่านจำเป็นต้องชำระภาษีหรือไม่

**ถาม:** มีคนบอกว่าหลังเดินทางออกจากประเทศญี่ปุ่นแล้ว ดิฉันยังต้องชำระภาษีเพิ่ม ไม่ทราบว่าจะต้องดำเนินการอย่างไร?

**ตอบ:** ก่อนเดินทางกลับ โปรดดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งดังต่อไปนี้

- ❖ กำหนดผู้ดูแลการชำระภาษีแทน (Nouzei Kanri-nin) ในประเทศญี่ปุ่น
- ❖ เปิดบัญชีธนาคารของประเทศญี่ปุ่นทิ้งไว้ แล้วดำเนินการชำระด้วยวิธีโอนเงินทางบัญชีธนาคาร
- ❖ ชำระภาษีตามจำนวนที่กำหนดก่อนเดินทางออกจากประเทศญี่ปุ่น

## ผู้ที่ย้ายออกจากอำเภอทสึคุบะ... โปรดอ่าน

โปรดดำเนินการยื่นเรื่องย้ายเข้าที่อยู่ใหม่ (Tennyuu No Tetsuzuki)

ภายใน 14 วัน นับจากวันที่เริ่มอยู่อาศัยในเขตที่อยู่ใหม่

สิ่งจำเป็นในการยื่นเรื่องย้ายเข้าที่อยู่ใหม่ มีดังต่อไปนี้

1. เอกสารรับรองการย้ายออก (Tenshutsu Shoumei-sho)
2. ตราประทับอิงคัง (สำหรับชาวต่างชาติ หากไม่มีตราประทับอิงคัง สามารถใช้ลายเซ็นแทนได้)
3. คู่มือเงินบำนาญแห่งชาติ (Kokumin Nenkin Techou) (เฉพาะผู้มี)
4. เอกสารสำหรับใช้ยืนยันตัวตนบุคคล เช่น ใบอนุญาตขับรถ เป็นต้น

### ☼ สำหรับผู้ที่ทำประกันสุขภาพแห่งชาติ ☼

**ขั้นตอนที่ต้องทำในที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ**

โปรดยื่นเรื่องขอสิ้นสุดคุณสมบัติในประกันสุขภาพแห่งชาติ (Shikaku Soushitsu Tetsuzuki) แล้วคืนบัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ จากนั้นจึงขอให้คำนวณภาษีประกันสุขภาพแห่งชาติอีกครั้ง

**ขั้นตอนที่ต้องทำในเขตที่อยู่ใหม่**

โปรดยื่นเรื่องทำประกันสุขภาพแห่งชาติใหม่

**แผนกรับยื่นเรื่อง**

แผนกประกันสุขภาพและเงินบำนาญแห่งชาติ (Kokuho Nenkin-ka)

(เคาน์เตอร์หมายเลข 4 - 9)

### ☼ สำหรับผู้มีรถยนต์, รถยนต์ขนาดเล็กพิเศษ ☼

**ขั้นตอนที่ต้องทำในที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ**

โปรดนำ “เอกสารมอบป้ายทะเบียน” (Hyoushiki Koufu Shoumei-sho),

ป้ายทะเบียน และตราประทับอิงคังมายื่นเรื่องกำจัดรถ (Haisha Tetsuzuki)

**ขั้นตอนที่ต้องทำในเขตที่อยู่ใหม่**

โปรดนำ “เอกสารรับรองการกำจัดรถ” (Haisha Shoumei-sho)

และตราประทับอิงคังมายื่นเรื่อง

**แผนกรับยื่นเรื่อง**

แผนกภาษีพลเมือง (Shimin-zei-ka) (เคาน์เตอร์หมายเลข 33)

หากมีการเปลี่ยนแปลงที่อยู่ใหม่อีก

โปรดติดต่อที่เคาน์เตอร์ของเขตที่อยู่ใหม่ แล้วแจ้งรายละเอียดการเปลี่ยนแปลงพร้อมยื่นเรื่อง

หากยกเลิกการย้ายออก

โปรดนำ “เอกสารรับรองการย้ายออก” และ “เอกสารสำหรับใช้ยืนยันตัวตนบุคคล” มายื่นเรื่องที่ทำว่าการอำเภอทสึคุบะ

หากทำ “เอกสารรับรองการย้ายออก” สูญหาย

โปรดนำ “เอกสารสำหรับใช้ยืนยันตัวตนบุคคล” มายังเคาน์เตอร์ที่เคยยื่นเรื่องพร้อมยื่นเรื่องขอรับเอกสารฉบับใหม่

### ติดต่อสอบถาม

แผนกพลเมือง (Shimin-ka), เคาน์เตอร์สาขาย่อยทุกแห่ง

☎ 029-883-1111





# ห้องสมุด

ちゅうおうしょかん

中央図書館 (ห้องสมุดกลาง) ☎ 029-856-4311

## เวลาเปิด

เสาร์, อาทิตย์ 9:30 - 17:00 น.

อังคาร, พุธ, พฤหัส, ศุกร์ 9:30 - 19:00 น.

## วันหยุดทำการ

วันที่ 18, 20, 25 มีนาคม

วันที่ 1, 8, 15, 22, 25, 29, 30 เมษายน

ส่วนห้องสมุดที่ ยะตะเบะ, ทสึคุบะ, โอโนะกะวะ,

คุชิซะกิ เปิดให้บริการ อังคาร-อาทิตย์ 10:00-18:00 น.

## 📖 มิวจัด "โอะวะนะซิด"

• โอะวะนะซิด มะทสึโบคคุริ...วันเสาร์ที่ 16 มี.ค. นี้ เวลา 15:00 - 15:30 น.

• โอะวะนะซิด โนะ โมริ...วันเสาร์ที่ 23 มี.ค. นี้ เวลา 15:00 - 15:30 น. และ 15:30 - 16:00 น.

• กลุ่มวิจัยเล่าเรื่องมหาวิทยาลัยทสึคุบะ... วันเสาร์ที่ 30 มี.ค. นี้ เวลา 15:00 - 15:30 น.

• คุชิซะกิ โอะวะนะซิด...วันเสาร์ที่ 6 เม.ษ. นี้ เวลา 15:00 - 15:30 น.

• โอะวะนะซิด โนะ อิชิมิ...วันเสาร์ที่ 13 เม.ษ. นี้ เวลา 15:00 - 15:30 น.

สถานที่ ณ ห้องโงะอะรุสุ (ชั้น 2 ห้องสมุดกลาง)

## 📖 ระบบการใช้ห้องอ่านหนังสือของห้องสมุดกลาง

เพื่อความสะดวกในการใช้บริการระหว่างวันที่ 23 มี.ค. ถึง 7 เม.ย. ซึ่งเป็นช่วงที่มีผู้ใช้บริการห้องสมุดมากเป็นพิเศษทางห้องสมุดกลางได้จัดเวลาให้บริการที่นั่งอ่านหนังสือริมหน้าต่างไว้ 2 รอบ ดังนี้

◆ **รอบเช้า** เปิดบริการ : 9:30-13:00 น. ◆

เคาน์เตอร์เปิดบริการ 9:30 น. เป็นต้นไป

◆ **รอบบ่าย** เปิดบริการ : 13:30-17:00 น. ◆

เคาน์เตอร์เปิดบริการ 12:30 น. เป็นต้นไป

การใช้บริการที่นั้งริมหน้าต่าง กรุณาติดต่อขอรับบัตรคิว "ซะซะคิบังโงฟูตะ" จากเคาน์เตอร์ให้บริการ

## เงื่อนไขการใช้บริการ

- ① การจองที่นั่งนั้นไม่สามารถกำหนดที่นั่งเองได้
- ② ไม่สามารถใช้บริการรอบเช้าและรอบบ่ายต่อเนื่องกัน
- ③ ตั้งแต่ 17:00 น. เป็นต้นไป สามารถใช้งานได้โดยไม่ต้องมีบัตรคิว "ซะซะคิบังโงฟูตะ"
- ④ การใช้บริการทั้งรอบเช้าและรอบบ่ายไม่ว่าจะเริ่มใช้บริการจากเวลาใดก็ตามต้องรับบัตรคิว "ซะซะคิบังโงฟูตะ"
- ⑤ หลังเวลาทำการ เจ้าหน้าที่จะเก็บสัมภาระที่วางทิ้งไว้
- ⑥ งดให้บริการในวันปิดทำการของห้องสมุด

## 📖 ห้องอ่านหนังสือชั้น 2 ของห้องสมุด

ในกรณีที่ห้องอ่านหนังสือชั้น 1 เปิดให้บริการเต็มแล้ว จะเปิดห้องอ่านหนังสือชั้น 2 ให้แก่ผู้ใช้บริการ (ตามลำดับที่มาก่อน) เวลาให้บริการ 9:30-17:00 น.

หมายเหตุ งดบริการในวันปิดทำการของห้องสมุด และวันที่ใช้ห้องประชุม

ติดต่อสอบถาม ☎ 029-856-4311 ห้องสมุดกลาง

## ช่วยเหลือแก้ไข...ปัญหาความขัดแย้งในที่ทำงาน

กรมแรงงานอิบารากิได้จัดให้ความช่วยเหลือให้แก่ผู้ที่เกิดปัญหาขัดแย้งระหว่างนายจ้างและผู้ใช้งาน หรือ ผู้ประสบปัญหาด้านแรงงาน (อาทิเช่น ปัญหาเลิกจ้าง การล่วงละเมิดชมชู้ การเปลี่ยนแปลงเงื่อนไขแรงงานที่ทำให้สูญเสียผลประโยชน์ต่างๆ ฯลฯ) เพื่อเป็นการป้องกันและแก้ไขปัญหาความขัดแย้งแต่เนิ่นๆ ได้ดำเนินการให้ความช่วยเหลือโดย 1. ให้คำปรึกษา ข้อมูลข่าวสารที่มุ่งให้คำปรึกษาด้านแรงงานโดยรวม 2. ให้คำแนะนำ และชี้แนะแนวทางแก้ไขโดยหัวหน้าแรงงาน และ 3. โกล์เก็ลล์ข้อพิพาทโดยคณะกรรมการประสานงาน

ติดต่อสอบถาม ☎ 029-224-6212 ห้องวางแผนกรมแรงงานอิบารากิ  
029-821-5127 ที่ปรึกษาปัญหาแรงงานทสึคุบะ

## ทสึคุบะเฟสทีวัล ประจำปี 2013

วันเวลา วันเสาร์ที่ 11 พฤษภาคม นี้ เวลา 12:00-18:00 น. วันอาทิตย์ที่ 12 พฤษภาคม นี้ เวลา 10:00-17:00 น.

สถานที่ ณ ลานทสึคุบะเซ็นเตอร์ **ดูรายละเอียด** ผ่านทางเว็บไซต์หรือติดต่อสอบถามโดยตรงได้จากสมาคมฯ

### เปิดรับสมัคร

① ★ **เด่นที่จัดงาน 23 พื้นที่ ★** วันอธิบายรายละเอียด/จับฉลาก วันอาทิตย์ที่ 7 เมษายน นี้ ที่ ห้องประชุม 201 ชั้น 2 ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ **กลุ่มเป้าหมาย** กลุ่มบุคคลหรือบุคคลที่สนใจในกิจกรรมสาธารณะ

ประโยชน์ที่เกี่ยวข้องกับการแลกเปลี่ยนนานาชาติและงานให้ความร่วมมือต่างๆ **ค่าใช้จ่าย** 1) ราคานำอาหารและสินค้าต่างๆ ราคา 13,000 เยน 2) การจัดแสดง มุมกิจกรรมเสริมประสบการณ์ ราคา 8,000 เยน

② ★ **การแสดงบนเวทีโดยชาวต่างชาติ ★** วันเวลา วันอาทิตย์ที่ 12 พฤษภาคม นี้ เวลา 11:00-16:30 น. ❖ **จำนวนที่เปิดรับ** คณะเต้นรำ/กลุ่มจัดแสดงดนตรีพื้นเมือง 10 คณะ (ไม่เสียค่าใช้จ่าย)

③ ★ **เปิดรับอาสาสมัครดำเนินงาน ★** ❖ **ผู้มีสิทธิ์สมัคร** ตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นขึ้นไป

❖ **จำนวนที่เปิดรับ** 5 คน สำหรับวันเสาร์ที่ 11 พฤษภาคม นี้ / 10 คน สำหรับวันอาทิตย์ที่ 12 พฤษภาคม นี้

**วิธีสมัคร** กรอกใบสมัคร (รับใบสมัครได้ที่สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติ) \* **ส่งสมัครภายในวันที่ 30 มี.ค.นี้ \***

สมัคร-ติดต่อสอบถาม ☎ 029-869-7675 สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติอำเภอทสึคุบะ

เว็บไซต์ <http://www.inter.tsukubacity.or.jp/>

## ฟังบรรยาย...แลกเปลี่ยนนานาชาติและการสื่อสารระหว่างวัฒนธรรม

วันเวลา วันพุธที่ 20 มีนาคม นี้ เวลา 13:00-16:00 น. สถานที่ ห้องประชุมใหญ่ ณ ศูนย์ข้อมูลข่าวสารวิทยาศาสตร์ทสึคุบะ (ทสึคุบะไซเอนส์ อินฟอรมะชั่นเซ็นเตอร์) **เปิดรับสมัคร** 50 คน **ค่าใช้จ่าย** ค่าเอกสาร 200 เยน **กลุ่มเป้าหมาย** ผู้สนใจติดต่อแลกเปลี่ยนนานาชาติและผู้ทำงานอาสาสมัครติดต่อกับนานาชาติ ฯลฯ

**ผู้บรรยาย** คุณซะซะทสึโกะ คะนะโมะโทะ (金本節子氏) ศาสตราจารย์ จากภาควิชาการสื่อสาร คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยอิบารากิ **เนื้อหา** คอร์สเบื้องต้นสำหรับการแลกเปลี่ยนนานาชาติ, แลกเปลี่ยนความคิดเห็น **วิธีสมัคร** สมัครผ่านโทรศัพท์ **สมัคร-ติดต่อสอบถาม** ☎ 029-869-7675 สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติ

## เปิดรับสมัครผู้เรียนภาษาญี่ปุ่น...ปิดคอร์สเดือนเมษายนนี้

ชื่อคอร์ส	กลุ่มเป้าหมาย	รอบที่เปิดคอร์ส	
		กลางวัน	กลางคืน
Nihongo 1 (ภาษาญี่ปุ่น 1)	ผู้เริ่มเรียนภาษาญี่ปุ่น	-	วันอังคาร
Nihongo 2 (ภาษาญี่ปุ่น 2)	ผู้เคยเรียนภาษาญี่ปุ่นเกินกว่า 50 ชั่วโมง	วันพุธ	
Yomikaki (อ่านเขียนญี่ปุ่น)	ผู้อ่านอักษรฮิรางานะ คาตากานะ คันจิได้	-	วันพฤหัสบดี
Nihongo 3 (ภาษาญี่ปุ่น 3)	ผู้เคยเรียนภาษาญี่ปุ่นเกินกว่า 100 ชั่วโมง	-	
Nihongo 4 (ภาษาญี่ปุ่น 4)	ผู้เคยเรียนภาษาญี่ปุ่นเกินกว่า 150 ชั่วโมง	วันพุธ	
Nihongo no kai (สนทนาภาษาญี่ปุ่น)	ผู้เคยเรียนภาษาญี่ปุ่นเกินกว่า 200 ชั่วโมง	วันพฤหัสบดี	

**กลุ่มเป้าหมาย** ชาวต่างชาติ/ครอบครัวที่ทำงานหรืออาศัยอยู่ในทสึคุบะ **เปิดรับ** 15 คน/คอร์ส

**เปิดรับสมัคร** ตั้งแต่ วันที่ 1 มีนาคม นี้ **ค่าเรียน** 6,000 เยน (ผู้เรียนครั้งแรก) 5,000 เยน (ผู้เรียนต่อคอร์ส)

**หมายเหตุ** (1) เวลาเรียน คอร์สกลางวัน 10:00-12:00 น. (16 ครั้ง) / คอร์สกลางคืน 18:30-20:00 น. (20 ครั้ง)

(2) สถานที่ คอร์สกลางวัน เรียนที่ ศูนย์ข้อมูลข่าวสารวิทยาศาสตร์ทสึคุบะ / คอร์สกลางคืน เรียนที่ ทสึคุบะ คาปิโอ (Capiro) **สมัคร-ติดต่อสอบถาม** ☎ 029-869-7675 สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติอำเภอทสึคุบะ

## ข่าวสาร...ฉีดวัคซีน

หมวดเขตฉีดวัคซีนป้องกันโรคหัด... 31 มี.ค. นี้

- ① เด็กที่อายุเกิน 1 ขวบแต่ไม่ถึง 2 ขวบ
- ② เด็กที่เกิดตั้งแต่ 2 เม.ย ปีเฮซ 18 ถึง 1 เม.ย ปีเฮซ 19
- ③ เด็กเกิดตั้งแต่ 2 เม.ย ปีเฮซ 11 ถึง 1 เม.ย ปีเฮซ 12
- ④ เด็กเกิดตั้งแต่ 2 เม.ย ปีเฮซ 6 ถึง 1 เม.ย ปีเฮซ 7

※ เด็กในข้อ④ที่ไม่ได้รับวัคซีนป้องกันโรคหัดระหว่าง 1 เม.ย. ปี 2011 ถึง 31 มี.ค. ปี 2012 ไม่ได้อยู่ในกลุ่มเป้าหมาย

### วัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบ

อายุที่เหมาะสมในการรับวัคซีนป้องกันไข้มองอักเสบ คือ เด็กอายุ 3-4 ปี และเด็กอายุ 8-10 ปี ขอให้ผู้ปกครองกรุณานำเด็กที่ยังฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบอีกเสบระยะที่ 1 (รวม 3 ครั้ง) ไม่ครบไปเข้ารับการฉีดวัคซีน สำหรับเด็กที่อายุยังไม่ถึงเกณฑ์ฉีดวัคซีนที่เป็นเด็กเกิดในช่วง วันที่ 2 เม.ย. ปีเฮซ 7 ถึง วันที่ 1 เม.ย. ปีเฮซ 19 ที่ยังรับฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้มองอักเสบครั้งที่ 1 (รวม 3 ครั้ง) และรับวัคซีนรอบที่ 2 (1 ครั้ง) ไม่ครบก็สามารถขอเข้ารับการฉีดวัคซีนได้แล้วเช่นกัน

เงินช่วยเหลือค่าวัคซีน จะหมดเขต...วันที่ 31 มี.ค. นี้ แล้ว

สวัสดิการช่วยเหลือค่าฉีดวัคซีนป้องกันมะเร็งมดลูก วัคซีนป้องกันโรคอีบ และวัคซีนป้องกันโรคปอดอักเสบในเด็กเล็ก หมดเขตภายในวันที่ 31 มี.ค. นี้

ติดต่อสอบถาม ☎ 029-857-3931 ศูนย์ตรวจสุขภาพเขตซากุระ

## ศูนย์บริการที่ปรึกษาฟรีสำหรับชาวต่างชาติ

ณ แคนเตอร์ที่ 39 ที่ว่าการอำเภอทสึคุบะ ชั้น 2  
แผนกโคะคุไซกะ(国際課)

เวลาทำการ ระหว่างเวลา 10:00-12:00 น. และ 13:00-16:45 น.  
ภาษาที่ให้บริการ

วันอังคาร	วันพุธ
ภาษาอังกฤษ	ภาษาจีน
ภาษาญี่ปุ่น	

วิธีให้บริการ ทางโทรศัพท์ หรือ มาปรึกษาด้วยตนเอง  
หมายเหตุ ทางเราจะเก็บข้อมูลของท่านไว้เป็นความลับ / ไม่เสียค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด / โทรศัพท์นัดขอเข้ารับคำปรึกษาได้  
ติดต่อสอบถาม ☎ 029-868-7700 (เฉพาะวันปรึกษาเท่านั้น)

## ห้องให้คำปรึกษา...ฟรี...สำหรับชาวต่างชาติ

ที่ท่าอากาศยานนานาชาติ:

(ตั้งแต่ วันที่ 1 เม.ย. นี้ เป็นต้นไป)

เวลาทำการ ระหว่างเวลา 9:00-12:00 น.

(เปิดบริการในวันหยุดสัปดาห์)

ภาษาที่ให้บริการ

วันพุธ	วันพฤหัสบดี
ภาษาจีน	ภาษาอังกฤษ
ภาษาญี่ปุ่นแบบง่าย	

หมายเหตุ วิธีให้บริการและเนื้อหาเหมือนเดิมไม่เปลี่ยนแปลง  
ติดต่อสอบถาม ☎ 029-868-7700 (เฉพาะวันปรึกษาเท่านั้น)



## โรงพยาบาลและคลินิกนอกเวลา

เวลาทำการ 9:00 – 17:00 น. (อาจมีการเปลี่ยนแปลงได้)  
กรณีฉุกเฉินติดต่อที่ ☎ 029-851-0119 (สถานีดับเพลิงทสึคุบะ)

17 มี.ค. (วันอาทิตย์)	① ทสึคุบะ โซไอ เบียวอิน (Takasaki 1008) ② อิจิสะระ เบียวอิน (Oozone 3681)	☎ 029-873-2511 ☎ 029-864-0303
20 มี.ค. (วันจันทร์)	① ทสึคุบะ กะคุเอ็น เบียวอิน (Kamoyokoba 2573-1) ② จิบะสะระ อิจิน (Yoshinuma 1151)	☎ 029-836-1355 ☎ 029-865-0511
24 มี.ค. (วันอาทิตย์)	① ทสึคุบะ สะคุอะ คลินิก (Mase 918-1) ② เทะระสะคิ คลินิก (Yoshinuma 1437-1)	☎ 029-837-0208 ☎ 029-865-0034
31 มี.ค. (วันอาทิตย์)	① โทโก อิจิน (Tateno 636) ② นะคะกะวะ อิจิน (Shinozaki 2272-1)	☎ 029-837-1785 ☎ 029-864-7760
7 เม.ษ. (วันอาทิตย์)	① สะยะชิ คลินิก (Inarimae 5-6) ② อะโอะยะชิ อิจิน (Uenomuro 887)	☎ 029-859-0550 ☎ 029-857-1522
14 เม.ษ. (วันอาทิตย์)	① ฮิกะชิเกะคะไนคะ อิจิน (Higashi 2-26-16) ② อะทสึชิ คลินิก (Tamiyama 975)	☎ 029-856-7070 ☎ 029-850-7878
21 เม.ษ. (วันอาทิตย์)	① สะคะเนะ เอ็ม คลินิก (Matsunoki 162-7) ② อีโอะคะ อิจิน (Sakura 3-20-2)	☎ 029-836-6612 ☎ 029-857-7526
28 เม.ษ. (วันอาทิตย์)	① คุสุโนะซะ อิจิน (Oguki 509-1) ② สะคะยะริ อิจิน (Kunimatsu 855-2)	☎ 029-876-2711 ☎ 029-866-0106
29 เม.ษ. (วันจันทร์)	① มิโตะริโนะ คลินิก (Daimachi 2-4-1) ② อิจิสะระ เบียวอิน (Oozone 3681)	☎ 029-839-5523 ☎ 029-864-0303

## ภาษาญี่ปุ่นประจำเดือน



เดือนมีนาคมนี้เราขอแนะนำสนทนาภาษาญี่ปุ่นคำว่า "ไดโจบุ" (Daijoubu / 大丈夫) ซึ่งเป็นคำที่มักใช้บ่อยยามฉุกเฉินหรือ หรือกรณีถามไถ่เกี่ยวกับสุขภาพที่ญี่ปุ่น  
"ไดโจบุ" (Daijoubu / 大丈夫) มี 2 ความหมายใหญ่ๆ คือ แปลว่า ① 'ไม่มีอันตราย อุ่นใจ วางใจได้' กับ ② 'แน่นอนไม่ผิดพลาด'

### ตัวอย่างการใช้ 1

A: kaoiro ga warui mitai dakedo, daijoubu? /คะโอะอิโระ กะ วะรุอิ มิไต เตคะโคะ, ไดโจบุ?  
—สัหน้าไม่ดีเลย เป็นอะไรหรือเปล่า?

B: daijoubu desu. /ไดโจบุ เตะสุ/ —ไม่เป็นไรค่ะ/ครับ  
shimpai shinai de kudasai. /ชิมไป ชิโน เตะ คุดะไซ/ —ไม่ต้องกังวลไปนะ

### ตัวอย่างการใช้ 2

A: mata shippai shichatta. / มะทะ ชิปปไป ชิฉัททะ/ —ทำพลาดอีกแล้ว

B: daijoubu da! /ไดโจบุ ตะ!/ —ไม่เป็นไร!

kondo wa umaku ikuyo. /คนโคะ วะ อุมะคุ อิกุโยะ/ —คราวหน้าก็จะทำได้ดีเองละ

### ตัวอย่างการใช้ 3 (ใช้ในการปฏิเสธข้อเสนอล)

A: omosou desu ne, mochimashou ka? /โอะโมะโซ เตะสุเนะ, โมะชิมะโช คะ/  
—ดูท่าทางจะหนักนะ ช่วยถือให้ไหม?

B: ie, daijoubu desu. /อิเอะ, ไดโจบุ เตะสุ/ (ปฏิเสธข้อเสนอลที่อีกฝ่ายจะช่วยถือ)  
—ไม่เป็นไรค่ะ/ครับ (ไหวค่ะ/ครับ)

### ตัวอย่างการใช้ 4 (ในความหมายอนุญาตให้ทำได้/สามารถทำสิ่งนั้นได้)

A: shichaku shitai no desu ga daijoubu desu ka?  
/ชิฉัคคุ ชิไต โนะ เตะสุกะ ไดโจบุ เตะสุ คะ?/ —อยากทดลองใส่ (ชุด) ไหมคะ

B: hai, daijoubu desu. /ไฮ ไดโจบุ เตะสุ/ — ค่ะ/ครับ ได้ค่ะ (ไม่เป็นไร ลองได้)

## กำหนดชำระภาษี

หมดเขตชำระภาษี วันจันทร์ที่ 1 เมษายนนี้

ภาษีประกันสุขภาพแห่งชาติ (Kokumin Kenkou Hoken-zei) **ระยะที่ 9**

ติดต่อสอบถาม

ฝ่ายภาษีประกันสุขภาพแห่งชาติ (Kokuho-zei-gakari)

แผนกประกันสุขภาพและเงินบำนาญแห่งชาติ ☎ 029-883-1111 ต่อ 1460

## ระบบสนับสนุนด้านการแพทย์ฉุกเฉิน

เว็บไซต์ด้านล่างนี้สามารถหาค้นหาหน่วยงานด้านการรักษาพยาบาลภายในจังหวัดอิบารากิที่สามารถสื่อสารด้วยภาษาต่างประเทศได้ นอกจากนี้ยังสามารถค้นหาตามเงื่อนไขต่างๆ เช่น แผนกการรักษา, ภาษาที่ใช้, พื้นที่ ฯลฯ ได้อีกด้วย  
**เว็บไซต์** <http://www.qq.pref.ibaraki.jp/> (เว็บไซต์เป็นภาษาอังกฤษ)  
เมื่อเข้าเว็บไซต์แล้ว โปรดคลิกที่หัวข้อ "Search for a doctor" (ค้นหาแพทย์)

## บริการให้คำปรึกษา... เรื่องสุขภาพ

สถานีอนามัยทสึคุบะ (Tsukuba Hoken-jo) มีบริการให้คำปรึกษาเรื่องสุขภาพ - โรคเอดส์สำหรับชาวต่างชาติโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย (ให้บริการเป็นภาษาอังกฤษ, ภาษาไทย) อีกทั้งยังสามารถเข้ารับการรักษาโดยใช้นามสมมุติได้ อนึ่ง โปรดโทรศัพท์จองล่วงหน้าโดยใช้ภาษาญี่ปุ่นอย่างง่ายเท่าที่พอสื่อสารได้  
**ติดต่อจอง - ขอรับคำปรึกษา** ☎ 029-851-4920  
**ที่ตั้ง** 4-27 มัตสึชิโระ อำเภอทสึคุบะ (Tsukuba-shi, Matsushiro 4 Choume 27)  
**อีเมล** tsuho@pref.ibaraki.lg.jp

## เขตห้ามจอดรถจักรยาน

ได้มีการกำหนด "เขตห้ามจอดรถจักรยานอำเภอทสึคุบะ" ขึ้นเพื่อป้องกันการจอดรถจักรยานทิ้งไว้ในพื้นที่สาธารณะ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อรักษาความปลอดภัยของผู้ใช้บาทวิถี, สร้างความราบรื่นให้กับการสัญจรยามเกิดเหตุเพลิงไหม้ และรักษาคุณภาพชีวิตที่ดีของประชาชน

หากจอดรถจักรยานทิ้งไว้นอกถนนจอดรถจักรยานของเขตที่กำหนด รถจักรยานนั้นๆ จะถูกยกออกไป จึงขอความร่วมมือให้ใช้บริการที่จอดรถจักรยานด้วย

**"การจอดรถจักรยานทิ้งไว้" คืออะไร**

การใช้รถจักรยานจอดรถจักรยานไว้ในสภาพที่ไม่สามารถเคลื่อนย้ายได้ทันที แม้จะจอดเป็นเวลาสั้นๆ เพื่อไปซื้อของก็ตาม หากรถจักรยานนั้นไม่อาจเคลื่อนย้ายได้ทันที จะถือเป็นการจอดทิ้ง

**"เขตห้ามจอดรถจักรยาน" มีดังต่อไปนี้...**

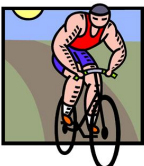
พื้นที่สาธารณะโดยรอบสถานีรถไฟ "ทสึคุบะ" (Tsukuba), "เค็นคิน กะคุเอ็น" (Kenkyu-gakuen), "บัมปะคุ คิเน็นโคเอ็น" (Bampaku-kinenkoen) และ "มิโดริโนะ" (Midorino) หากจอดรถจักรยานทิ้งไว้ในบริเวณข้างต้น จะถูกยกออกไปทันที

**กรณีที่รถจักรยานถูกยกออกไป...**

1. ทางอำเภอจะเก็บรถจักรยานไว้เป็นเวลา 6 เดือน นับจากวันที่ยกออกไป
2. เมื่อจะรับรถจักรยานคืน ต้องเสียค่าธรรมเนียมเก็บรถจักรยาน

**ค่าธรรมเนียมเก็บรถจักรยาน**

- รถจักรยาน 1,000 เยน
- รถจักรยานแบบติดตั้งเครื่องยนต์ 1,500 เยน



ติดต่อสอบถาม

ห้องธุรการ (Kanri Jimu-shitsu)

ลานจอดรถจักรยานกลาง (เขตที่ 1) สถานีรถไฟทสึคุบะ

☎ 029-853-8019

## เกร็ดความรู้ "ชวนชิม... อาหารญี่ปุ่น"

"คะเร ไรซุ" (Kare Raisu) หรือข้าวราดแกงกะหรี่นั้น นอกจากผงแกงกะหรี่แล้ว ส่วนใหญ่มักใช้เนื้อหมู, หัวหอม, มันฝรั่งและแครอทเป็นส่วนผสม โดยแกงกะหรี่ที่รับประทานกันในประเทศญี่ปุ่นจะมีความเหนียว และเข้มข้นกว่า เมื่อเทียบกับแกงกะหรี่จากประเทศอินเดีย



## รู้ไว้ คุ้มใจกว่า... "ระบบต่างๆ ของญี่ปุ่น"

❖ ชั้นตอนต่างๆ เกี่ยวกับ "ประกันสุขภาพแห่งชาติ" ❖

โปรดดำเนินการยื่นเรื่องภายใน 14 วัน เมื่อถึงเวลาดังต่อไปนี้

การทำประกันสุขภาพแห่งชาติ

เวลาที่ต้องยื่นเรื่อง	เอกสารที่จำเป็น
เมื่อย้ายเข้ามาจากอำเภออื่น	เอกสารรับรองการย้ายออก (Tenshutsu Shoumei-sho)
เมื่อยกเลิกประกันสุขภาพของที่ทำงาน	เอกสารสำหรับใช้ยืนยันว่ายกเลิกประกันสุขภาพของที่ทำงานแล้ว
เมื่อคลอดบุตร	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ (Hoken-shou) และคู่มือแม่และเด็ก (Boshi Techou)
เมื่อไม่ได้รับความช่วยเหลือจาก "ระบบดูแลคุณภาพชีวิต" (Seikatsu Hogo) แล้ว	เอกสารแจ้งการยกเลิกการดูแล (Hogo Haishi Kettei Tsuuchi-sho)
เมื่อชาวต่างชาติจะทำประกันสุขภาพแห่งชาติ	บัตรพำนัก (Zairyuu Card) (หรือบัตรประจำตัวชาวต่างชาติ (Gaikoku-jin Touroku Shoumei-sho))

การยกเลิกประกันสุขภาพแห่งชาติ

เวลาที่ต้องยื่นเรื่อง	เอกสารที่จำเป็น
เมื่อย้ายออกไปอำเภออื่น	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ
เมื่อทำประกันสุขภาพกับที่ทำงาน	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ และบัตรประกันสุขภาพของที่ทำงาน
เมื่อเสียชีวิต	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ
เมื่อได้รับความช่วยเหลือจาก "ระบบดูแลคุณภาพชีวิต"	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ และเอกสารแจ้งการเริ่มต้นการดูแล (Hogo Kaishi Kettei Tsuuchi-sho)
เมื่อชาวต่างชาติจะยกเลิกประกันสุขภาพแห่งชาติ	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ และบัตรพำนัก

อื่นๆ

เวลาที่ต้องยื่นเรื่อง	เอกสารที่จำเป็น
เมื่อเปลี่ยนชื่อ, หัวหน้าครอบครัว, ที่อยู่	เอกสารรับรองการย้ายออก
เมื่อทำบัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ สูญหาย	เอกสารสำหรับใช้ยืนยันตัวตนบุคคล และตราประทับอิงคัง
เมื่อต้องไปพำนักที่อื่น เนื่องจาก ความจำเป็นด้านการศึกษา	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ และเอกสารรับรองสถานภาพนักศึกษา (Zaigaku Shoumei-sho)
เมื่อกลายเป็นกลุ่มเป้าหมายของ "ระบบการรักษาพยาบาลผู้เกษียณอายุ" (Taishoku-sha Iryou Seido)	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ และเอกสารรับรองเงินบำนาญ (Nenkin Shou-sho)
เมื่อไม่ได้เป็นกลุ่มเป้าหมายของ "ระบบการรักษาพยาบาลผู้เกษียณอายุ" แล้ว	บัตรประกันสุขภาพแห่งชาติ