



日本語版



ベトナム語版



中国語版



フィリピン語版



インドネシア語版



タイ語版



カンボジア語版



ミャンマー語版



モンゴル語版



英語版

技能実習生・研修生向け母国語情報誌

# 技能実習生の友

2022年4月  
春季号

ぎのうじっしゅうせい こんげつ いちまい  
技能実習生 今月の一枚

さくら きせつ か がわけん み とよし しゅうないはんとう いち しう でやま あそ い きました。さんちうてんぼうだい せ とない  
桜の季節に香川県三豊市の荘内半島に位置する紫雲出山へ遊びに行きました。山頂展望台からは瀬戸内  
海かいの美しい景色けしきを見ることができました。※2019年4月撮影

(瀬戸内食品加工協同組合)



JITCOホームページの「技能実習Days」から1枚を選んで掲載しています。(裏表紙に応募要項)

## 困ったときの相談窓口について

「技能実習手帳」アプリをダウンロードしましょう！

第30回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクールのご案内 他

マンガで知ろう 日本人の気もち「マナーを守って楽しくお花見」

こくごのもり「言葉の上の小さな言葉」(→P1)

### 監理団体・実習実施者の皆様へ

本冊子は技能実習生・研修生向けに技能実習生活に役立つ情報等を母国語(9ヶ国語)とふりがな付き日本語により紹介していますので、技能実習生・研修生等に配布・回覧していただきますようお願いいたします。

# Contents

- 2 日本語版
- 4 Bản tiếng Việt [ベトナム語版]
- 6 中文版 [中国語版]
- 8 Bersyon sa Pilipino [フィリピン語版]
- 10 Edisi Bahasa Indonesia [インドネシア語版]
- 12 ฉบับภาษาไทย [タイ語版]
- 14 ភាសាខ្មែរ [カンボジア語版]
- 16 မြန်မာဘာသာ မူ [ミャンマー語版]
- 18 Монгол хэл дээрх хувилбар [モンゴル語版]
- 20 English Version [英語版]

## こくごのもり

小学低学年の児童を対象に国語の楽しさを知ってもらおうと、イラストを多用してつくった問題で「毎日小学生新聞」に長期連載。

©毎日小学生新聞 複製、転用はできません

言葉の上につく小さな言葉を上からえらんで書きましょう。

指導・元世田谷区立小学校教諭 高橋 伶子  
イラスト・奈良 恵

ことばの上の小さな言葉

答えはP22にあります。

# 技能実習生の友

2022年4月 春季号

## 困ったときの相談窓口について

日本では多くの会社や学校で4月に新たな年度が始まります。技能実習生の皆さんの中にも新たな気持ちで毎日過ごされている人も多いと思います。それでも、母国を離れて、生活習慣や文化も異なる日本での生活の中で困ったことが起きて、誰に相談すれば良いのかわからないことがあるかもしれません。そのような時は、ひとりで抱え込まずに相談窓口などを利用して解決の糸口を見つけるようにしましょう。技能実習法のもと設立されている外国人技能実習機構（OTIT）では8カ国の言葉で相談ができる「母国語相談ホットライン」が開設されています。仕事上や日常生活で悩みや不安を感じたとき、宗教・食事・習慣・考え方に関するアドバイスがほしいとき、賃金や時間外労働等の労働条件等で疑問をもったときなど困ったときに相談できます。

言語により受付電話番号、曜日、時間が異なりますのでそれぞれの言語のページで確認してください。

※受付時間外は留守番電話対応（回答は翌日以降になります）

※内容によっては時間を要する場合があります。

※通話料は無料です。

◆外国人技能実習機構母国語支援サイト <https://www.support.otit.go.jp/soudan/jpindex.html>

## 「技能実習生手帳」アプリをダウンロードしましょう！

技能実習生の皆さんが、入国のときに受け取る「技能実習生手帳」を、スマートフォンで、いつでもどこでも見ることができるアプリです。

「技能実習生手帳」アプリでわかること

- ・日本での生活のルール（交通、乗り物、宿舎）
- ・働くための法律（労働契約、解雇、労働時間、休暇、賃金など）
- ・社会保険、労働保険、税金（所得税・住民税）
- ・技能実習ができなくなったとき
- ・結婚、妊娠、出産をしたとき
- ・各種相談窓口、申告のしかた
- ・外国人技能実習制度について

※本件お問い合わせ先：外国人技能実習機構（OTIT）技能実習部援助課

TEL：03-6712-1974

いま だうんろーど  
今すぐダウンロード！

- ・アプリは無料
- ・9カ国語に対応  
ベトナム語、中国語、フィリピン語、インドネシア語、タイ語、ミャンマー語、カンボジア語、モンゴル語、英語



For Android



For iPhone

## 外国人技能実習機構(OTIT)のSNSを登録しましょう！

外国人技能実習機構（OTIT）ではFacebookとTwitterにより、技能実習制度に関する情報やOTITが取り組む施策に関する情報のほか、新型コロナウイルス感染症に伴う各種支援策などについて、随時情報を発信しています。やさしい日本語と8カ国語に翻訳されていますのでぜひ登録して活用しましょう。



Facebook



Twitter

## 新型コロナウイルス感染症 ワクチン接種について(3回目追加接種)

技能実習生の皆さんも、希望する方は無料で3回目の新型コロナウイルス感染防止のためのワクチン追加接種を受けることができます。2回目のワクチンを打ったときと同じ市、町、村から追加接種用の接種券が届くので、接種希望者は同封される「接種のお知らせ」の内容に従って接種の予約をしてください。追加接種の接種券発送スケジュールや予約受付開始時期などは市町村によって異なる場合があります。

### 「第30回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクールのご案内」

JITCOでは、4月1日(金)から作文コンクールの応募を受け付けています。応募締切は5月13日(金)です。詳しい募集案内については「JITCOホームページ」(<https://www.jitco.or.jp/>)「JITCO日本語教材ひろば」(<https://hiroba.jitco.or.jp/>)のお知らせに掲載しています。皆さんからのご応募をお待ちしています！

### マンガで知ろう 日本人の気持ち

#### — マナーを守って楽しくお花見 —



アコさんは、コロナ対策をしながら、お花見をしています。

コロナ禍になる前では、日本のお花見は、桜の下で仲間たちと食事をしたり、賑やかに過ごしていました。今では新しい生活様式を守って、マスクを着用し、他のグループとは距離を取って、静かに桜を眺めます。コロナ禍が早く収束すると、良いですね。

# Bạn Của Thực Tập Sinh Kỹ Năng

Số mùa Xuân, 4/2022

## VỀ DỊCH VỤ TƯ VẤN KHI GẶP KHÓ KHĂN

Ở Nhật Bản, phần lớn các công ty và trường học đều bắt đầu năm mới từ tháng Tư. Các bạn thực tập sinh kỹ năng chắc cũng nhiều người luôn có tâm trạng mới mẻ khi bắt đầu một ngày mới. Tuy nhiên, sống xa quê hương, trong bối cảnh một xã hội với phong tục tập quán và văn hóa khác nhau, không tránh khỏi xảy ra những vấn đề trực trặc. Những lúc như vậy, có thể các bạn không biết phải xin tư vấn với ai, ở đâu. Những lúc như vậy, đừng chịu đựng một mình. Hãy tìm đến các cơ quan tư vấn để tìm cách giải quyết nhé. Cơ quan quản lý Thực tập sinh Kỹ năng Người nước ngoài (OTIT) được thành lập dựa trên Luật về Thực tập sinh kỹ năng, có dịch vụ tư vấn “Đường dây nóng tư vấn tiếng bản địa” bằng 8 thứ tiếng. Các bạn có thể xin tư vấn về những lo lắng hay bất an trong đời sống, trong công việc, hoặc muốn có lời khuyên đối với những vấn đề liên quan đến tôn giáo, ẩm thực, tập quán, cách suy nghĩ hoặc những thắc mắc về luật lao động liên quan tới tiền lương, làm việc ngoài giờ v.v.

Số điện thoại đường dây nóng tư vấn tiếng bản địa của Cơ quan quản lý Thực tập sinh Kỹ năng Người nước ngoài (OTIT)

Số điện thoại: 0120-250-168

Thứ Hai đến thứ Sáu hàng tuần Thứ bảy

Thời gian: 11:00 ~ 19:00

Thời gian: 9:00 ~ 17:00

※Có dịch vụ nhận tin nhắn tự động qua điện thoại (Trả lời vào ngày sau đó)

※Tùy nội dung mà việc trả lời sẽ cần thời gian.

※Điện thoại khi xin tư vấn là miễn phí.

◆Trang web hỗ trợ bằng tiếng bản địa của Cơ quan quản lý Thực tập sinh Kỹ năng người nước ngoài:

<https://www.support.otit.go.jp/soudan/vi/>

## Hãy tải ứng dụng “Sổ tay Thực tập sinh Kỹ năng”

Khi tới Nhật, các bạn thực tập sinh kỹ năng đã được nhận cuốn “Sổ tay Thực tập sinh Kỹ năng”. Sau đây là ứng dụng để có thể xem được “Sổ tay Thực tập sinh Kỹ năng” ở bất cứ đâu và bất cứ khi nào.

**Những điều có thể biết được thông qua ứng dụng**

「Sổ tay Thực tập sinh Kỹ năng」

- Những quy định trong cuộc sống ở Nhật (giao thông, phương tiện đi lại, nhà ở v.v.)
- Các luật liên quan tới lao động (Hợp đồng lao động, tuyển dụng, thời gian làm việc, ngày nghỉ, tiền lương v.v.)
- Bảo hiểm xã hội, bảo hiểm lao động, tiền thuế (Thuế thu nhập, thuế thị dân)
- Khi không thể tiếp tục việc thực tập kỹ năng
- Khi kết hôn, mang thai, sinh đẻ
- Địa điểm tư vấn của từng vấn đề, cách xin tư vấn
- Về chế độ thực tập kỹ năng người nước ngoài

※Địa chỉ liên lạc khi muốn xin tư vấn về vấn đề này:

Ban Hỗ trợ, Phòng Thực tập kỹ năng, Cơ quan quản lý Thực tập sinh Kỹ năng Người nước ngoài (OTIT)

Số điện thoại: 03-6712-1974

### Tải xuống ngay bây giờ!

- Tải miễn phí
- Có 9 thứ tiếng  
Tiếng Việt Nam, tiếng Trung Quốc, tiếng Philippines, tiếng Indonesia, tiếng Thái Lan, tiếng Myanmar, tiếng Campuchia, tiếng Mông Cổ và tiếng Anh



For Android



For iPhone

## Hãy đăng ký mạng xã hội của Cơ quan quản lý Thực tập sinh Kỹ năng Người nước ngoài (OTIT) !

Cơ quan quản lý Thực tập sinh Kỹ năng Người nước ngoài (OTIT) thông qua trang Facebook và Twitter luôn cập nhật thông tin về chế độ thực tập kỹ năng cũng như về những chính sách của OTIT cũng như những chính sách hỗ trợ do bị nhiễm bệnh COVID-19. Thông tin được đăng tải bằng tiếng Nhật để hiểu cùng với 8 thứ tiếng khác. Các bạn hay đăng ký thành viên nhé.



Facebook



Twitter

## VỀ VIỆC TIÊM CHỦNG VẮC-XIN CORONA (TIÊM MŨI 3 TĂNG CƯỜNG)

Nhằm ngăn ngừa lây nhiễm vi-rút corona chủng mới, các bạn thực tập sinh kỹ năng có thể đăng ký tiêm mũi thứ 3 tăng cường phòng COVID-19 miễn phí. Các cơ quan chính quyền địa phương nơi bạn đã tiêm mũi 2 sẽ gửi phiếu tiêm chủng tiêm mũi tăng cường. Trong phong bì gửi phiếu tiêm chủng sẽ có kèm theo giấy tờ thông báo và hướng dẫn cách đăng ký, các bạn hãy làm theo

hướng dẫn trong giấy nhé. Tùy theo từng địa phương mà thời điểm gửi phiếu tiêm chủng cũng như thời điểm kiểm nhận đăng ký lịch tiêm khác nhau.

### 「Hướng dẫn Cuộc thi viết tiếng Nhật cho Tu nghiệp sinh-Thực tập sinh Kỹ năng Người nước ngoài lần thứ 30」

Cơ quan JITCO chúng tôi bắt đầu nhận các bài viết dự thi từ ngày 1/4 (thứ Sáu). Thời hạn chót để gửi bài dự thi là hết ngày 13/5 (thứ Sáu). Chi tiết xin tham khảo link sau đây.

Trang chủ của JITCO: <https://www.jitco.or.jp>

Trang Giáo trình tiếng Nhật ひろば của JITCO: <https://www.jitco.or.jp/>

### Hãy hiểu tình cảm người Nhật qua manga

— Cùng ứng xử phù hợp khi tham gia Hanami nhé —



### Cô Ako thường thức Hanami nhưng vẫn thực hiện phòng tranh lây nhiễm vi-rút corona

Trước khi có đại dịch, mỗi khi vào dịp Hanami, mọi người thường cùng nhau ngồi dưới gốc cây anh đào vừa ăn uống vừa cười nói vui vẻ. Trong trạng thái bình thường mới hiện nay, chúng ta hãy duy trì các biện pháp như đeo khẩu trang, giữ khoảng cách với các nhóm khác, và giữ im lặng khi ăn uống. Chúng ta cùng mong cho đại dịch sớm chấm dứt nhé.

## 关于为难时的咨询窗口

在日本很多公司和学校都在4月开始新的年度。想必在技能实习生中也有很多人都怀着新的心情度过每天。尽管如此，离开祖国，在生活习惯和文化都不相同的日本生活中可能会发生一些困难而不知道该和谁商量。在这种时候，请不要独自一个人承担，要利用咨询窗口等谋求寻找解决问题的线索。根据技能实习法设立的外国人技能实习机构（OTIT）开设了可以用8个国家的语言进行咨询的“母语咨询热线”。当你在工作上或日常生活中感到烦恼或不安的时候，想要得到关于宗教、饮食、习惯、思考方式的建议的时候，在工资、加班等劳动条件上有疑问等感到困难的时候，可以进行咨询。

外国人技能实习机构（OTIT）母语咨询热线 0120-250-169

每周一、周三、周五上午 11:00~下午 7:00 每周六上午 9:00~下午 5:00

※受理时间以外则电话留言对应（在第二天以后回答）

※根据内容，有时可能要化一定时间（才能回答）。

※是免费电话。

◆外国人技能实习机构母语支援网站 <https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/>

## 请下载「技能实习生手册」应用程序！

这是当技能实习生入境时，通过智能手机，可以随时在任何地方看到下载获取的“技能实习生手册”的应用程序。

通过「技能实习生手册」应用程序了解到的事情：

- 日本的生活规则（交通、交通工具、宿舍）
- 工作相关的法律（劳动合同、解雇、劳动时间、休假、工资等）
- 社会保险、劳动保险、税金（所得税·住民税）
- 无法进行技能实习时
- 结婚、怀孕、分娩时
- 各种咨询窗口、申报方法
- 关于外国人技能实习制度

※关于此相关内容的咨询窗口：外国人技能实习机构（OTIT）  
技能实习部援助课TEL：03-6712-1974

### 马上下载！

- 应用程序免费
- 对应9国语言  
越南语、中文、菲律宾语、印度尼西亚语、泰语、缅甸语、柬埔寨语、蒙古语、英语



For Android



For iPhone

## 让我们登录外国人技能实习机构（OTIT）的SNS吧！

外国人技能实习机构（OTIT）通过Facebook和Twitter，除了技能实习制度相关信息和关于OTIT采取的措施之信息外，还随时发布关于新型冠状病毒感染症的各种支援政策等信息。因为被翻译成简单的日语和8个国家的语言，所以，诸位务必要登录并加以灵活应用。



Facebook



Twitter

## 关于新型冠状病毒感染症疫苗的接种（第3次追加接种）

诸位技能实习生，如果希望接种者，也可以免费接受第三次防止新型冠状病毒感染的疫苗追加接种。因为，和第二次接种疫苗时一样，诸位会收到从市、町、村寄来的追加接种用的接种券，所以，希望接种者，请按照附在信封内的“接种通知”的内容预约接种。追加接种的接种券发送日程和预约受理开始时间等，各市町村不尽相同。

### 「第30届外国人技能实习生·研修生日语作文大赛的介绍」

JITCO从4月1日（星期五）开始接受征文比赛的报名。应募截止日期是5月13日（星期五）。关于详细的募集介绍，刊载在JITCO主页（<https://www.jitco.or.jp/>）“JITCO日语教材广场”（<https://hiroba.jitco.or.jp>）的通知中。期待大家的应征！

#### 通过漫画了解 日本人的心理

#### —— 遵守礼仪愉快地观赏樱花 ——



#### 阿科在采取冠状病毒对策情况下，观赏樱花

在冠状病毒祸害发生之前，日本的观赏樱花是在樱花树下和伙伴们一起吃饭，热闹地度过。现在要遵守新的生活方式，戴上口罩，和其他团体保持距离，安静地眺望樱花。让冠状病毒祸害早点结束就好了。



# Kaibigan ng mga teknikal intern trainees

Isyu ng Abril 2022

## Tungkol sa consultation desk kung magkaroon ng problema

Maraming kumpanya at paaralan sa Japan ang magsisimula ng bagong taon sa Abril.

Sa aming palagay, marami ring technical intern trainees na gumugulog ng araw na may bagong pakiramdam. Gayunpaman, maaari kang magkaroon ng mga problema sa iyong buhay sa Japan, kung saan mayroong iba't ibang pamumuhay at kultura, at maaaring hindi ninyo alam kung sino ang kakausapin. Sa ganoong kaso, huwag sarilihin ang problema, at gumamit ng consultation desk upang makahanap ng clue sa solusyon. Ang Organisasyon para sa Technical Intern Training (OTIT), na itinatag sa ilalim ng Technical Intern Training Act, ay nag-set up ng "hotline ng konsultasyon sa sariling wika" kung saan maaari kang sumangguni sa mga katutubong wika ng walong bansa. Kung mayroon kang anumang mga alalahanin o pagkabalisa tungkol sa iyong trabaho o pang-araw-araw na buhay, kung gusto mo ng payo tungkol sa relihiyon, pagkain, pag-uugali, o paraan ng pag-iisip, o kung mayroon kang mga katanungan tungkol sa mga kondisyon sa pagtatrabaho tulad ng sahod, overtime at iba pa, maaari kang sumangguni rito.

Organisasyon para sa Technical Intern Training (OTIT)

Hotline sa konsultasyon sa sariling wika 0120-250-197

Tuwing Martes at Huwebes 11:00 a.m. - 7:00 p.m. Tuwing Sabado 9:00 a.m. - 5:00 p.m.

※Sumasagot sa answering machine kapag hindi oras ng tanggapan ng konsultasyon

(Sasagot sa susunod na araw ng tanggapan ng konsultasyon)

※Maaaring magtagal ito depende sa nilalaman

※Walang bayad ang tawag.

◆Organisasyon para sa Technical Intern Training, Site ng Suporta sa Sariling wika

🌐 <https://www.support.otit.go.jp/soudan/phi/>

## I-download ang app! "Technical intern trainee handbook"

Ang "Technical intern trainee handbook" na tinatanggap ng mga teknikal intern trainee sa pagpasok sa Japan ay maaari ng makita kahit kailan at kung nasaan man sa smartphone app na ito.

**Mga nilalaman ng "Technical intern trainee handbook" app.**

- Panununtunan sa buhay sa Japan (transportasyon, sasakyan, tirahan)
- Mga batas na may kaugnayan sa paggawa (Mga kontrata sa paggawa, pagpapaalis sa trabaho, oras ng pagtatrabaho at pahinga / bakasyon, sahod, atbp.)
- Social insurance, Labor insurance, Buwis (income tax / resident tax)
- Kapag mahirap ng ipagpatuloy ang technical intern training
- Kapag ikinasal, nabuntis o nanganak
- Lugar ng mga consultation desk, paraan ng pag-uulat
- Ukol sa Technical Intern Training Program

※Para sa mga katanungan : Organisasyon para sa Technical Intern Training (OTIT) Technical Intern Training Department, Support Division TEL : 03-6712-1974

### I-download natin ang app!

- Libre ang app
- Sumusuporta sa siyam na wika  
Vietnamese, Chinese, Filipino,  
Indonesian, Thai, Myanmar,  
Mongolian, Cambodian, English



For Android



For iPhone

## Magparehistro tayo sa SNS ng Organisasyon para sa Teknikal Intern Training (OTIT)!

Ginagamit ng Organisasyon para sa Technical Intern Training (OTIT) ang Facebook at Twitter upang magbigay ng impormasyon sa sistema ng Technical Intern Training Program, impormasyon sa mga hakbang na ginawa ng OTIT, at iba't ibang mga hakbang sa suporta na nauugnay sa COVID. Naisalin na ito sa easy Japanese at sa walong wika, kaya siguraduhing magparehistro at gamitin ito.



Facebook



Twitter

## Tungkol sa pagbabakuna sa impeksyon ng novel coronavirus (pangatlong bakuna/booster)

Ang mga technical intern trainees ay maaari ring tumanggap ng pangatlong karagdagang pagbabakuna nang libre kung nais nila, upang maiwasan ang impeksyon ng novel coronavirus. Makakatanggap ka ng tiket para sa karagdagang pagbabakuna mula sa parehong lungsod, bayan, o nayon tulad din noong natanggap mo ang pangalawang bakuna. Kung nais mong matanggap ang bakuna, mangyaring magpareserba ayon sa nakalakip na "Abiso ng Pagbabakuna". Ang iskedyul para sa pagpapadala ng karagdagang mga tiket sa pagbabakuna at ang oras sa simula nang pagtanggap ng mga reserbasyon ay maaaring mag-iba depende sa munisipalidad.

### 「Impormasyon sa 30<sup>th</sup> Technical Intern Trainee / Trainee Japanese Composition Contest」

Ang mga aplikasyon para sa paligsahan sa komposisyon ay tatanggapin sa JITCO mula Abril 1 (Biyernes). Ang deadline sa aplikasyon ay sa Mayo 1 (Biernes) . Para sa detalyadong impormasyon sa pagpipili, tingnan ang "JITCO Homepage" (🌐 <https://www.jitco.or.jp/>)  
Ipo-post ang notis sa 「JITCO Japanese teaching materials open space (🌐 <https://hiroba.jitco.or.jp>)  
Hihintayin namin ang inyong aplikasyon!

#### ALAMIN NATIN ANG KALOOBAN NG MGA HAPON SA PAMAMAGITAN NG MAN-GA

— Obserbahan ang magandang asal at mag-enjoy sa pagtingin ng cherry blossom —



#### Si Ako san ay gumagawa ng hakbang laban sa COVID habang nanonood ng "hanami"

Noong araw bago nagkaroon ng COVID, ang "hanami" sa Japan ay masiglang pinalilipas habang kumakain sa ilalim ng puno ng cherry blossoms.

Ngayon, habang sumusunod sa new normal lifestyle, tahimik itong pinapanood ng naka-mask at naka-distansiya sa ibang grupo.

# Sahabat Peserta Pemagangan

April 2022 Edisi Musim Semi

## Hubungi Layanan Konsultasi Jika Ada Masalah

Di Jepang, banyak perusahaan dan sekolah memulai tahun anggaran/akademik baru di bulan April. Para pemegang kerja teknis sekalian juga tentunya banyak yang menjalani hari-harinya dengan semangat baru. Meski begitu, meninggalkan tanah air, Anda mungkin memiliki masalah dalam kehidupan di Jepang, yang gaya hidup dan budayanya berbeda, dan Anda mungkin tidak tahu harus berbicara dengan siapa. Dalam kasus seperti itu, jangan khawatir sendirian, tetapi manfaatkanlah layanan konsultasi untuk menemukan petunjuk solusi. Organisasi Pemagangan Kerja Teknis untuk Orang Asing (OTIT), yang didirikan berdasarkan Undang-undang Pemagangan Kerja Teknis, memiliki "Layanan Konsultasi Langsung dalam Bahasa Ibu" di mana Anda dapat berkonsultasi dalam bahasa delapan negara. Jika Anda memiliki kekhawatiran atau kecemasan tentang pekerjaan atau kehidupan sehari-hari Anda, jika Anda ingin mendapat nasihat tentang agama, makanan, kebiasaan, cara berpikir, atau jika Anda memiliki pertanyaan tentang kondisi kerja seperti upah atau lembur, Anda dapat berkonsultasi dengan kami.

Layanan Konsultasi Langsung dalam Bahasa Ibu dari Organisasi Pemagangan Kerja Teknis untuk Orang Asing (OTIT)  
0120-250-192


Setiap hari Selasa dan Kamis pk. 11.00 – 19.00

\* Telepon di luar jam tersebut akan diterima oleh mesin penjawab (jawaban akan diberikan setelah tanggal penerimaan telepon).

\* Tergantung isi yang dikonsultasikan, ada kemungkinan jawaban memerlukan waktu.

\* Biaya panggilan telepon gratis.

◆ Situs dukungan dalam bahasa ibu dari Organisasi Pemagangan Kerja Teknis untuk Orang Asing (OTIT)

 <https://www.support.otit.go.jp/soudan/id/>

## Unduhlah Aplikasi “Buku Pedoman untuk Pemegang Kerja Teknis”

Aplikasi ini adalah aplikasi untuk telepon pintar, sehingga di mana saja dan kapan saja, Anda dapat melihat “Buku Pedoman untuk Pemegang Kerja Teknis” yang dibagikan pada waktu Anda tiba di bandara Jepang.

**Informasi yang dapat diketahui dari aplikasi “Buku Pedoman untuk Pemegang Kerja Teknis”**

- Aturan kehidupan di Jepang (lalu lintas, kendaraan umum, asrama atau tempat tinggal)
- Hukum dan peraturan ketenagakerjaan (kontrak Kerja, PHK, jam kerja, cuti dan libur, upah, dll.)
- Asuransi sosial, asuransi ketenagakerjaan, pajak (pajak penghasilan dan pajak penduduk)
- Apabila pemagangan kerja teknis tidak dapat dilanjutkan
- Apabila Anda menikah, hamil atau melahirkan
- Berbagai loket konsultasi dan cara pelaporan
- Sistem pemagangan kerja teknis untuk orang asing

\* Untuk hal tersebut, hubungi Seksi Dukungan, Bagian Pemagangan Kerja Teknis, Organisasi Pemagangan Kerja Teknis untuk Orang Asing (OTIT)  
No. telepon : 03-6712-1974

### Unduhlah sekarang juga!

- Aplikasi ini gratis
- Dalam 9 bahasa  
Bahasa Vietnam, bahasa China, bahasa Filipina, bahasa Indonesia, bahasa Thailand, bahasa Myanmar, bahasa Kamboja, bahasa Mongolia dan bahasa Inggris.



For Android



For iPhone

## Daftarkanlah SNS Organisasi untuk Pemagangan Kerja Teknis untuk Orang Asing (OTIT)!

Organisasi Pemagangan Kerja Teknis untuk Orang Asing (OTIT) menggunakan Facebook dan Twitter untuk memberikan informasi tentang sistem pemagangan kerja teknis, informasi tentang kebijakan yang diambil oleh OTIT, dan berbagai tindakan dukungan terkait dengan Covid-19. Isinya telah diterjemahkan ke dalam bahasa Jepang yang sederhana dan 8 bahasa, jadi pastikan untuk mendaftar dan menggunakannya.



Facebook



Twitter

## Vaksinasi Covid-19 (Vaksinasi Dosis Ketiga)

Pemegang kerja teknis juga dapat menerima vaksinasi dosis ketiga (vaksinasi booster) untuk mencegah infeksi Covid-19 secara gratis jika Anda mau. Anda akan menerima tiket vaksinasi untuk vaksinasi booster dari kota, distrik atau desa yang sama seperti saat Anda mendapat vaksinasi kedua. Jika Anda ingin menerima vaksinasi, harap melakukan reservasi sesuai dengan "Pemberitahuan Vaksinasi" yang dilampirkan. Jadwal pengiriman tiket vaksinasi booster dan waktu mulai untuk menerima reservasi mungkin berbeda tergantung kota, distrik atau desa.

### “Informasi mengenai Sayembara Mengarang Bahasa Jepang ke-30 bagi Peserta Pemagangan Teknik dan Peserta Pelatihan dari Luar Negeri”

JITCO menerima pendaftaran untuk sayembara mengarang dari Jumat 1 April. Batas waktu pendaftaran Jumat 13 Mei. Informasi mengenai pendaftaran yang terperinci dimuat di Bahan Pengajaran Bahasa Jepang JITCO (🌐 <https://hiroba.jitco.or.jp>) di situs web JITCO (🌐 <https://www.jitco.or.jp/>). Kami menantikan pendaftaran dari Anda sekalian!

### Memahami Perasaan Orang Jepang Melalui Manga

— Hanami dengan Gembira dan Menjaga Sopan Santun —



#### Ako sedang hanami sambil melakukan protokol kesehatan terhadap Covid-19.

Sebelum pandemi Covid-19, hanami (menikmati pemandangan bunga sakura) di Jepang dilakukan dengan ramai seperti makan-makan bersama teman-teman di bawah pohon sakura. Sekarang, hanami dilakukan sambil mematuhi gaya hidup baru, memakai masker, menjaga jarak dengan kelompok lain dan memandang bunga sakura dengan tenang. Alangkah baiknya jika pandemi Covid-19 ini segera dapat diatasi.

# วารสารมิตรผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค

ฉบับฤดูใบไม้ผลิ เดือนเมษายน ค.ศ. 2022

## หน่วยงานให้คำปรึกษาเวลาประสบความสำเร็จ

ในประเทศญี่ปุ่น บริษัทและโรงเรียนโดยส่วนใหญ่จะเริ่มต้นปีการทำงานหรือปีการศึกษาในเดือนเมษายน ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคส่วนใหญ่ก็จะดำเนินชีวิตประจำวันด้วยความรู้สึกใหม่ ๆ ด้วยเช่นกัน ท่ามกลางการดำเนินชีวิตในญี่ปุ่นที่ห่างไกลประเทศบ้านเกิด ขนบธรรมเนียมและวัฒนธรรมที่แตกต่าง เวลาประสบความสำเร็จก็อาจจะไม่รู้ว่าจะจะไปปรึกษาใครดี หากตกอยู่ในสภาพดังกล่าว โปรดอย่าแบกรับปัญหาไว้แต่เพียงผู้เดียว ขอให้ใช้บริการหน่วยงานให้คำปรึกษาเพื่อหาหนทางแก้ไขปัญหาดังกล่าว องค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ (OTIT) ซึ่งถูกจัดตั้งขึ้นตามกฎหมายการฝึกงานด้านเทคนิค ได้มีการตั้ง “ฮอตไลน์ให้คำปรึกษาเป็นภาษาแม่” ที่สามารถปรึกษาได้ใน 8 ภาษา เวลาที่รู้สึกทุกข์ใจหรือวิตกกังวลเกี่ยวกับการทำงานหรือการใช้ชีวิตประจำวัน เวลาที่ต้องการคำแนะนำในเรื่องเกี่ยวกับศาสนา อาหารการกิน ขนบธรรมเนียม แนวความคิด หรือเวลาที่มีข้อสงสัยเกี่ยวกับเงื่อนไขแรงงาน เช่น ค่าแรง หรือการทำงานนอกเวลา เป็นต้น สามารถเข้ารับคำปรึกษาได้

องค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ (OTIT) ฮอตไลน์ให้คำปรึกษาเป็นภาษาแม่ 0120-250-198

ทุกวันพฤหัสบดี 11:00 ~ 19:00 น. ทุกวันอาทิตย์ 9:00 ~ 17:00 น.

※ นอกเหนือเวลาดังกล่าวจะรับเรื่องโดยระบบตอบรับทางโทรศัพท์ (จะให้คำตอบในวันถัดไปเป็นต้นไป)

※ บางกรณีอาจจะใช้เวลา ขึ้นอยู่กับเนื้อหา

※ ไม่เสียค่าโทรศัพท์

◆ เว็บไซต์ให้ความช่วยเหลือเป็นภาษาแม่ขององค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ (OTIT) <https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/>

## ดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน “คู่มือผู้เข้าฝึกงานด้านเทคนิค” กันเถอะ!

แอปพลิเคชันที่สามารถเข้าไปดู “คู่มือผู้เข้าฝึกงานด้านเทคนิค” ที่ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคทุกท่านได้รับแจกตอนเข้าประเทศญี่ปุ่นได้บนสมาร์ตโฟน ทุกที่ทุกเวลา สิ่งที่สามารถทราบได้บนแอปพลิเคชัน “คู่มือผู้เข้าฝึกงานด้านเทคนิค”

- กฎระเบียบในการดำเนินชีวิตในญี่ปุ่น (การจราจร, ยานพาหนะ, ที่พักอาศัย)
- กฎหมายการทำงาน (สัญญาจ้างแรงงาน, การเลิกจ้าง, เวลาการทำงาน, วันหยุด, ค่าแรง เป็นต้น)
- ประกันสังคม, ประกันแรงงาน, ภาษี (ภาษีเงินได้, ภาษีท้องถิ่น)
- เวลาที่ไม่สามารถฝึกงานด้านเทคนิคได้
- เวลาแต่งงาน, ตั้งครรภ์, คลอดบุตร
- หน่วยงานให้คำปรึกษาประเภทต่าง ๆ และวิธีการยื่นเรื่อง
- ระบบการฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ

※ ติดต่อสอบถามเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าว : แผนกให้ความช่วยเหลือ ฝ่ายการฝึกงานด้านเทคนิค องค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับต่างชาติ (OTIT)  
โทรศัพท์ : 03-6712-1974

### ดาวน์โหลดเลยตอนนี้!

- แอปพลิเคชันฟรี
- รองรับ 9 ภาษา  
ภาษาเวียดนาม, ภาษาจีน, ภาษาฟิลิปปินส์  
ภาษาอินโดนีเซีย, ภาษาไทย, ภาษาเมียนมาร์  
ภาษากัมพูชา, ภาษามองโกล, ภาษาอังกฤษ



For Android



For iPhone

## ลงทะเบียน SNS ขององค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ (OTIT) กันเถอะ!

ทางองค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ (OTIT) มีการกระจายข่าวสารต่าง ๆ ทาง Facebook และ Twitter นอกจากข่าวสารที่เกี่ยวกับระบบการฝึกงานด้านเทคนิคและมาตรการที่ OTIT ได้ดำเนินการแล้ว ยังให้ข่าวสารเกี่ยวกับมาตรการช่วยเหลือต่าง ๆ อันเนื่องมาจากโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่อย่างทันท่วงที เนื้อหาเป็นภาษาญี่ปุ่นอย่างง่ายและแปลเป็นภาษาต่างประเทศอีก 8 ภาษา จึงอยากจะให้ลงทะเบียนและใช้ประโยชน์กันให้ได้



Facebook



Twitter

## การฉีดวัคซีนป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (เข็มที่ 3)

ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคที่มีความประสงค์ก็สามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่เข็มที่ 3 ได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ท่านจะได้รับบัตรฉีดวัคซีนสำหรับฉีดวัคซีนเข็มกระตุ้นจากเมือง, อำเภอ หรือหมู่บ้านเดียวกันกับที่ได้รับการฉีดวัคซีนเข็มที่ 2 ขอให้ผู้ที่ประสงค์จะฉีดวัคซีนดังกล่าวของการฉีดตามคำแนะนำใน “การแจ้งการฉีดวัคซีน” ที่อยู่ในซองเดียวกันนั้น กำหนดการและช่วงระยะเวลาในการเปิดรับของการฉีดวัคซีนกระตุ้นนั้นอาจจะแตกต่างกันออกไปในแต่ละท้องถิ่น

### “แนะนำการประกวดบทเรียงความภาษาญี่ปุ่นของผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคและผู้ฝึกงานชาวต่างชาติ ครั้งที่ 30”

JITCO ได้เปิดรับสมัครบทเรียงความภาษาญี่ปุ่นตั้งแต่วันที่ 1 เมษายน (ศ) โดยหมดเขตรับสมัครภายในวันที่ 13 พฤษภาคม (ศ) สำหรับรายละเอียดการรับสมัครได้แสดงไว้บนโฮมเพจ JITCO (<https://www.jitco.or.jp>) ที่คอลัมน์ข่าวสารในลานอุปกรณ์การสอนภาษาญี่ปุ่นของ JITCO (<https://hiroba.jitco.or.jp>) เรารอผลงานเข้าร่วมการประกวดของท่านอยู่ครับ

#### รู้ถึงความรู้สึกของชาวญี่ปุ่นจากการดูมังงะ

#### — รักษา มารยาท รื่นรมย์ ชมดอกไม้ —



คุณอาโกะ ชมดอกไม้ไปพร้อมกับปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโควิด

ก่อนเกิดวิกฤตการณ์โควิด การไปชมดอกไม้ในประเทศญี่ปุ่น ผู้คนจะไปรับประทานอาหารกับเพื่อนฝูงได้ต้นซากุระกันอย่างครื้นเครง แต่ตอนนี้เราต้องปฏิบัติตามรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่ สวมแมสก์ รักษาระยะห่างกับกลุ่มอื่น และนั่งชมดอกซากุระอย่างเงียบๆ อยากให้วิกฤตการณ์โควิดสงบลงโดยเร็วจังเลย

# មិត្តរបស់សិក្ខាកាមបណ្តុះបណ្តាលជំនាញ

មេសា 2022 និទាយរដូវ

## អំពីការប្រឹក្សាយោបល់ពេលជួបបញ្ហា

ក្រុមហ៊ុន និងសាលារៀនជាច្រើននៅក្នុងប្រទេសជប៉ុននឹងចាប់ផ្តើមឆ្នាំថ្មីរាល់ខែមេសា។ សិក្ខាកាមបណ្តុះបណ្តាលជំនាញភាគច្រើនក្នុងចំណោមអ្នកទាំងអស់គ្នា នឹងចំណាយពេលប្រចាំថ្ងៃជាមួយនឹងអារម្មណ៍ថ្មីមួយ។ ទោះជាយ៉ាងនេះក្តី ការឃ្លាតឆ្ងាយពីប្រទេសកំណើតមករស់នៅប្រទេសជប៉ុន ដែលជាកន្លែងមានរបៀបរស់នៅ និងវប្បធម៌ខុសគ្នា អ្នកប្រហែលជាមានបញ្ហាក្នុងជីវិតរស់នៅ ហើយប្រហែលជាមិនដឹងថាត្រូវពិភាក្សាជាមួយអ្នកណា។ ករណីបែបនេះកុំទុកវាតែម្នាក់ឯង ត្រូវប្រើប្រាស់សេវាពិគ្រោះយោបល់ ស្វែងរកវិធីដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហា។ អង្គការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសសម្រាប់ជនបរទេស (OTIT) ដែលត្រូវបានបង្កើតឡើងក្រោមច្បាប់បណ្តុះបណ្តាលសិក្ខាកាមបច្ចេកទេស បានបង្កើត «ទូរស័ព្ទប្រឹក្សាយោបល់ទាន់ហេតុការណ៍ជាភាសាកំណើត» ដែលអ្នកអាចពិគ្រោះយោបល់ជា 8ភាសា។ អ្នកអាចប្រឹក្សាជាមួយពួកយើងបានពេលមានបញ្ហាដូចជា ពេលមានទុក្ខកង្វល់ ឬការព្រួយបារម្ភអំពីការងារឬជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក ពេលអ្នកចង់ទទួលបានជំនួយអំពីសាសនា របបអាហារ ទម្លាប់ ឬការយល់ឃើញ និងពេលអ្នកមានសំណួរអំពីលក្ខខណ្ឌការងារដូចជាប្រាក់ឈ្នួល ឬការងារថែមម៉ោង ជាដើម។

អង្គការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសសម្រាប់ជនបរទេស(OTIT) ទូរស័ព្ទប្រឹក្សាយោបល់ទាន់ហេតុការណ៍ជាភាសាកំណើត 0120-250-366 រៀងរាល់ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ វេលាម៉ោង 11:00 ព្រឹក ដល់ 7:00 យប់  
 \* នៅក្រៅម៉ោងធ្វើការ ម៉ាស៊ីននឹងឆ្លើយតបដោយស្វ័យប្រវត្តិ (ចម្លើយនឹងត្រូវបានឆ្លើយនៅថ្ងៃក្រោយ)  
 \* ករណីខ្លះអាចចំណាយពេល អាស្រ័យលើខ្លឹមសារនៃការប្រឹក្សា។  
 \* ការហៅទូរស័ព្ទនេះគឺមិនគិតថ្លៃទេ។  
 ◆ គេហទំព័រគាំទ្ររបស់អង្គការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសសម្រាប់ជនបរទេសជាភាសាកំណើត <https://www.support.otit.go.jp/soudan/kh/>

## តោះនាំគ្នាទាញយកកម្មវិធី "សៀវភៅណែនាំសំរាប់សិក្ខាកាមបណ្តុះបណ្តាលជំនាញ"!


នេះគឺជាកម្មវិធីទូរស័ព្ទមួយ អាចជួយអោយសិក្ខាកាមមើល «សៀវភៅណែនាំសំរាប់សិក្ខាកាមបណ្តុះបណ្តាលជំនាញ» ដែលពួកគេទទួលបាននៅពេលចូលប្រទេសជប៉ុនគ្រប់ពេលវេលា គ្រប់ទីកន្លែង នៅលើស្មាតហ្វូន ។

- «សៀវភៅណែនាំសំរាប់សិក្ខាកាមបណ្តុះបណ្តាលជំនាញ» អាចអោយដឹងអំពី**
- វិន័យនៃការរស់នៅក្នុងប្រទេសជប៉ុន (ការធ្វើដំណើរ យានជំនិះ កន្លែងស្នាក់នៅ)
  - ច្បាប់ការងារ (កិច្ចសន្យាការងារ ការបណ្តេញចេញ អំពីម៉ោងធ្វើការ ការឈប់សម្រាក និង ប្រាក់ឈ្នួល។ល។)
  - ធានារ៉ាប់រងសង្គម ធានារ៉ាប់រងការងារ ពន្ធលើប្រាក់ចំណូល / លើការស្នាក់នៅ)
  - នៅពេលដែលមិនអាចធ្វើការបណ្តុះបណ្តាលទៀតបាន
  - នៅពេលអ្នករៀបការ មានផ្ទៃពោះ ឬសម្រាលកូន
  - កន្លែងពិគ្រោះយោបល់ផ្សេងៗ និងរបៀបដាក់លិខិតស្នើសុំ
  - អំពីប្រព័ន្ធនៃការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសសម្រាប់ជនបរទេស
- \*ការទាក់ទងសួរអំពីបញ្ហាទាំងនេះ៖ ផ្នែកជួយគាំទ្រ នៃនាយកដ្ឋានបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេស របស់អង្គការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសសម្រាប់ជនបរទេស (OTIT) លេខទូរស័ព្ទ៖ 03-6712-1974


**ដោនឡូតឥឡូវនេះ!**

- កម្មវិធីនេះមិនគិតថ្លៃ
- អាចប្រើបាន៩ភាសា

ភាសាវៀតណាម ចិន ហ្វីលីពីន ឥណ្ឌូនេស៊ី ថៃ កូរ៉េ ខ្មែរ ម៉ុងហ្គោល អង់គ្លេស



For Android



For iPhone

## តោះនាំគ្នាចុះឈ្មោះក្នុងបណ្តាញសង្គម(SNS)របស់អង្គការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសសម្រាប់ជនបរទេស (OTIT) !

អង្គការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសសម្រាប់ជនបរទេស (OTIT) ប្រើប្រាស់ Facebook និង Twitter ដើម្បីផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានយ៉ាងរហ័ស ដូចជាព័ត៌មានអំពីប្រព័ន្ធនៃបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេស ព័ត៌មានអំពីវិធានការដែល OTIT កំពុងអនុវត្ត និង ព័ត៌មានអំពីវិធានការជួយគាំទ្រផ្សេងៗទាក់ទងនឹងជម្ងឺកូវីដ១៩។ កម្មវិធីនេះត្រូវបានសរសេរជាភាសាជប៉ុនងាយៗ និង ប្រែទៅជា 8 ភាសាផ្សេងទៀតផងដែរ ដូច្នេះសូមចុះឈ្មោះប្រើទាំងអស់គ្នា។





カンボジア語版

**អំពីការចាក់វ៉ាក់សាំងការពារមេរោគកូវីដ១៩ (ការចាក់វ៉ាក់សាំងលើកទី៣)**

ចំពោះ សិក្ខាកាមបណ្តុះបណ្តាលជំនាញទាំងអស់ផងដែរ តាមការស្ម័គ្រចិត្តក៏អាចទទួលបានវ៉ាក់សាំងជំរុញលើកទីបីដោយឥតគិតថ្លៃ ដើម្បីការពារការឆ្លងជម្ងឺកូវីដ១៩នេះ។ អ្នកនឹងទទួលបានសំបុត្រសំរាប់ចាក់វ៉ាក់សាំង បន្ថែមពីទីក្រុង ខណ្ឌ ឬភូមិឃុំ ដូចគ្នា នៅពេលដែលអ្នកបានចាក់វ៉ាក់សាំងលើកទីពីរដែរ ដូច្នេះប្រសិនបើអ្នកណាមានបំណងចង់ចាក់វ៉ាក់សាំង សូមធ្វើការកក់ទុកតាម "សេចក្តីជូនដំណឹងស្តីពីការចាក់វ៉ាក់សាំង" ដែលមានភ្ជាប់មកជាមួយសំបុត្រនោះ។ កាលវិភាគសម្រាប់ការផ្ញើសំបុត្រចាក់វ៉ាក់សាំងបន្ថែម និងពេលវេលាចាប់ផ្តើមទទួលការកក់ ដើម្បីចាក់វ៉ាក់សាំង អាចខុសគ្នាអាស្រ័យលើក្រុង ខណ្ឌ ឬភូមិឃុំដែលអ្នកកំពុងស្នាក់នៅ។

«សេចក្តីជូនដំណឹងអំពី ការប្រកួតប្រជែងតែងសេចក្តីជាភាសាជប៉ុន លើកទី៣០ សំរាប់សិក្ខាកាមបណ្តុះបណ្តាលជំនាញ និង សិក្ខាកាមបំពាក់បំប៉ន បច្ចេកទេស ដែលជាជនបរទេស»

ចាប់ពីថ្ងៃសុក្រ ទី១ ខែមេសា តទៅ JITCO ចាប់ទទួលពាក្យសំរាប់ការប្រកួតប្រជែងតែងសេចក្តី។ ថ្ងៃផុតកំណត់ទទួលពាក្យគឺ ថ្ងៃសុក្រ ទី១៣ ខែឧសភា។ សំរាប់ព័ត៌មានលម្អិតអំពីសេចក្តីជូនដំណឹង មានចុះផ្សាយ នៅកន្លែង «សេចក្តីជូនដំណឹង» នៅលើ «គេហទំព័ររបស់ JITCO (  <https://www.jitco.or.jp/> ) » និង «គេហទំព័រកន្លែងផ្ទុកឯកសារភាសាជប៉ុន របស់ JITCO (  <https://hiroba.jitco.or.jp/> ) » ។ យើងខ្ញុំទទួលរងចាំការដាក់ពាក្យរបស់អ្នកទាំងអស់គ្នា។

**យល់ដឹងតាមរយៈតួក្តិតា អំពីការម្ហូបជនជាតិជប៉ុន — វិកាយបុណ្យមើលផ្កាដោយសុជីវធម៌ —**



**នាងអាកូ មើលផ្ការីក ដោយអនុវត្តវិធានការទប់ស្កាត់មេរោគកូវីដ១៩**

មុនពេលមានមេរោគកូវីដ១៩ ពេលបុណ្យមើលផ្កាម្តងៗ គេនាំគ្នាញ៉ាំអាហារជាមួយមិត្តភក្តិក្រោមដើមផ្កាសាគូរា វាយ៉ាងសប្បាយ។ តែឥឡូវនេះវិញ យើងត្រូវរស់នៅតាមបែបគន្លងថ្មី ដោយពាក់ម៉ាស់ រក្សាគម្លាតឱ្យឆ្ងាយពីក្រុមដទៃទៀត ហើយមើលផ្ការីកដោយស្ងៀមស្ងាត់។ ប្រសិនបើជំងឺកូវីដ១៩នេះ ឆាប់ចប់ទៅ ពិតជាប្រសើរណាស់។

カンボジア語版



# အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်များ၏ မိတ်ဆွေ

၂၀၂၂ခုနှစ် ဧပြီလထုတ်

## အခက်အခဲကြုံချိန် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးကောင်တာနှင့်ပတ်သက်၍

ဂျပန်မှာ ကုမ္ပဏီ၊ ကျောင်း အများအပြား ဧပြီလမှာ ဘဏ္ဍာရေးနှစ်၊ စာသင်နှစ် အသစ်စကြပါတယ်။ အလုပ်သင်တွေထဲမှာလည်း လူသစ် စိတ်သစ်နဲ့ နေ့စဉ် နေထိုင်လုပ်ကိုင်နေကြသူတွေများမယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ ဒီလိုဆိုပေမဲ့ အမြဲမြေကုန်ခွဲခွဲပြီး လူနေမှု၊ ယဉ်ကျေးမှုတွေ မတူတဲ့ ဂျပန်မှာနေထိုင်ရတဲ့အခါ အခက်အခဲတွေကြုံရပြီး ဘယ်သူနဲ့တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရမလဲ မသိနိုင်တာမျိုး ရှိနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီလို အခြေအနေမှာ တစ်ယောက်တည်း ကြိတ်မှိတ်မြိုသိပ်မနေဘဲ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးကောင်တာတွေကို အသုံးပြုပြီး ပြဿနာ ပြေလည်ဖို့လမ်းစကို ရှာဖွေ ကြပါစို့။ နည်းပညာအလုပ်သင်တန်း ဥပဒေအရ တည်ထောင်ထားတဲ့ နိုင်ငံခြားသား နည်းပညာ အလုပ်သင်တန်း ကြီးကြပ်ရေး ကော်မတီ (OTIT) မှာ ဘာသာစကား ၈ မျိုးနဲ့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်တဲ့ "မိခင်ဘာသာစကားဖြင့် တိုင်ပင် ဆွေးနွေးရေး HOT LINE" ကို ဖွင့်ထားပါတယ်။ အလုပ်ထဲမှာ၊ နေ့စဉ်လူမှုဘဝထဲမှာ ပူပင်သောကတွေ၊ စိုးရိမ်မှုတွေကို ခံစားရတဲ့အခါ၊ ဘာသာရေး၊ အစားအသောက်၊ လေ့လာသင်ယူမှု၊ အတွေးအခေါ်တွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ အကြံပြုချက်တွေ လိုချင်တဲ့အခါ၊ လစာနဲ့ အချိန်ပို အလုပ်လုပ်ရတာတွေလို အလုပ်စည်းမျဉ်းဆိုင်ရာ ကိစ္စတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး သံသယဖြစ်တဲ့အခါတွေမှာ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်ပါတယ်။

နိုင်ငံခြားသားနည်းပညာအလုပ်သင်တန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ (OTIT) မိခင်ဘာသာစကားဖြင့်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေး HOT LINE 0120-250-302  
 အပတ်စဉ် အင်္ဂါနေ့ မနက် 11 : 00 မှ ည 7 : 00  
 ※စာရင်းလက်ခံချိန်ပြင်ပဖြစ်လျှင် အသံသွင်းထား၍ လုပ်ဆောင်ပေးသည် (တုံ့ပြန်ဖြေကြားမှုမှာ နောက်နေ့များတွင် လုပ်ဆောင်မည်)  
 ※အကြောင်းအရာအပေါ်မူတည်၍ အချိန်ကြာမြင့်နိုင်သည်လည်းရှိပါသည်။  
 ※တယ်လီဖုန်းပြောဆိုမှုမှာ အခမဲ့ဖြစ်သည်။  
 ◆နိုင်ငံခြားသားနည်းပညာအလုပ်သင်တန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ မိခင်ဘာသာစကားဖြင့်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း အင်တာနက်စာမျက်နှာ  
 🌐 <https://www.support.otit.go.jp/soudan/mm/>

## "အလုပ်သင် လက်စွဲ" အက်ပလီကေးရှင်းကို ဒေါင်းလုပ်ဒ် ရယူကြပါစို့။

အလုပ်သင်တွေဂျပန်ကိုရောက်ချိန်မှာ ရခဲ့တဲ့ "အလုပ်သင်လက်စွဲ" ကို စမတ်ဖုန်းနဲ့ အချိန်မရွေး ကြည့်နိုင်တဲ့ အက်ပလီကေးရှင်း ဖြစ်ပါတယ်။  
 "အလုပ်သင်လက်စွဲ" အက်ပလီကေးရှင်းနဲ့ သိနိုင်တဲ့အရာတွေ

- ဂျပန်က လူနေမှုစည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ (လမ်း၊ ယာဉ်၊ နေအိမ်)
- အလုပ်လုပ်ခြင်းဆိုင်ရာ ဥပဒေများ (အလုပ်စာချုပ်၊ အလုပ်ထုတ်ပယ်ခြင်း၊ အလုပ်ချိန်၊ အားလပ်ချိန်၊ လစာ စသည်)
- လူမှုဖူလုံရေး အာမခံ၊ အလုပ်သမား အာမခံ၊ အခွန် (ဝင်ငွေခွန်၊ နေထိုင်သူအခွန်)
- ဆက်ပြီးအလုပ်မသင်နိုင်တော့တဲ့ အနေအထား ကြိုလာတဲ့အခါ
- အိမ်ထောင်ပြုခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ရှိခြင်း၊ မီးဖွားခြင်း အချိန်များ
- အမျိုးမျိုးသော တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးကောင်တာများ၊ အစီရင်ခံမှု လုပ်ဆောင်နည်း
- နိုင်ငံခြားသား နည်းပညာ အလုပ်သင်တန်းစနစ်နှင့် ပတ်သက်၍

※ဤကိစ္စအတွက် ဆက်သွယ်ရန်  
 နိုင်ငံခြားသား နည်းပညာ အလုပ်သင်တန်း ကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ (OTIT)  
 နည်းပညာ အလုပ်သင်တန်းဌာန ကူညီထောက်ပံ့ရေး ဌာနခွဲ TEL : 03-6712-1974

### အချက်ချင်း ဒေါင်းလုပ်ဒ် ရယူမယ်

- အက်ပလီကေးရှင်းဟာ အခမဲ့ဖြစ်ပါတယ်။
- ဘာသာစကား ၉ မျိုးနဲ့ လုပ်ဆောင်ပေးပါတယ်။ ဗီယက်နမ်၊ တရုတ်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ အင်ဒိုနီးရှား၊ ထိုင်း၊ မြန်မာ၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ မွန်ဂို၊ အင်္ဂလိပ်



For Android



For iPhone

နိုင်ငံခြားသားနည်းပညာအလုပ်သင်တန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ (OTIT) ရဲ့ SNS ကို စာရင်းသွင်းထားကြပါစို့။

နိုင်ငံခြားသားနည်းပညာအလုပ်သင်တန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ (OTIT) ရဲ့ Facebook နဲ့ Twitter မှာ နည်းပညာအလုပ်သင်တန်းစနစ်ဆိုင်ရာအချက်အလက်တွေ၊ OTITကလုပ်ဆောင် နေတဲ့လုပ်ငန်းတွေနဲ့ ပတ်သက်တဲ့ သတင်းတွေအပြင် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်အမျိုးအစားသစ်ကူးစက် ရောဂါဆိုင်ရာ စီမံချက်တွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အချိန်နဲ့ တစ်ပြေးညီ သတင်းအချက်အလက်တွေကို ထုတ်ပြန်ပေးနေပါတယ်။ လွယ်ကူတဲ့ဂျပန်ဘာသာစကားအပြင် ဘာသာစကား ၈ မျိုးကို ပြန်ဆို ထားတဲ့အတွက် စာရင်းသွင်းထားပြီး လက်တွေ့အသုံးပြုကြပါစို့။



Facebook



Twitter

ミヤンマー語版

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကူးစက်ရောဂါ ကာကွယ်ဆေးထိုးမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ( ၃ကြိမ်မြောက် အားဖြည့်ထိုးနှံမှု)

အလုပ်သင်တွေအနေနဲ့လည်း ဆန္ဒရှိရင် ၃ကြိမ်မြောက် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်အမျိုးအစားသစ် ကူးစက်မှုတားဆီးရေးဆိုင်ရာ ကာကွယ်ဆေး အားဖြည့်ထိုးနှံမှုကို အခမဲ့ ခံယူနိုင်ပါတယ်။ ၂ကြိမ်မြောက် ကာကွယ်ဆေးထိုးမှု ခံယူခဲ့ချိန်နဲ့ အလားတူ မြို့ရွာ အုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့ခေါက် အားဖြည့်ထိုးနှံမှုအတွက် ကူပွန် ပေးပို့လာမှာဖြစ်လို့ ဆေးထိုးမှု ခံယူလိုသူအနေနဲ့ စာအိတ်ထဲမှာပါလာတဲ့ “ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှု အသိပေးချက်” မှာပါတဲ့အတိုင်း လိုက်နာပြီး ကာကွယ်ဆေးထိုးဖို့ ကြိုတင်စာရင်းပေးပါ။ အားဖြည့်ထိုးနှံမှုအတွက် ကူပွန် ဖြန့်ချိတဲ့ အချိန်ဇယားနဲ့ ကြိုတင်စာရင်းပေးမှု စတင်လက်ခံတဲ့ကာလတွေက မြို့ရွာအလိုက်ကွဲပြားနိုင်ပါတယ်။

“အကြိမ် ၃၀ မြောက် နိုင်ငံခြားသား အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်နှင့်သင်တန်းသားများ၏ ဂျပန်ဘာသာစာစီစာကုံးပြိုင်ပွဲနှင့် ပတ်သက်၍”

JITCO မှာ ဧပြီလ ၁ရက်နေ့ (သောကြာ) ကစပြီး စာစီစာကုံးပြိုင်ပွဲအတွက် စာမူတွေကို စတင်လက်ခံပါမယ်။ စာမူပိတ်ရက်ကတော့ မေလ ၁၃ ရက်နေ့ (သောကြာ) ဖြစ်ပါတယ်။ အသေးစိတ်ကို “JITCO ရဲ့ အင်တာနက်စာမျက်နှာ (🌐 <https://www.jitco.or.jp/>)” ၊ “JITCO ဂျပန်ဘာသာသင်ထောက်ကူ အင်တာနက်စာမျက်နှာ (🌐 <https://hiroba.jitco.or.jp/>)” အသိပေးချက်မှာ တင်ထားပါတယ်။ စာမူတွေ ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်လာကြဖို့ စောင့်မျှော်နေပါတယ်။

မန်ဂိုနဲ့လှေလာကြဖို့ ဂျပန်လူမျိုးတို့ရဲ့စိတ်နှောဘောထား

— စည်ကမ်းတကျပျော်စရာ ပန်းကြည့်ပွဲကိုဆင်နွှဲမှာ —



အခုကိုစံဟာ ကိုရိုနာကိုကာကွယ်ရင်း ပန်းကြည့်ပွဲကို ဆင်နွှဲနေပါတယ်။

ကိုရိုနာကပ်ရောဂါမတိုင်ခင် ဂျပန်ကပန်းကြည့်ပွဲတွေဟာ စာကူရာ ချယ်ရီပန်းတွေအောက်မှာ အပေါင်းအဖော်တွေနဲ့ ပျော်ပျော်ပါးပါး စားသောက်ဆင်နွှဲကြပါတယ်။ အခုတော့ လူနေမှုနည်းသစ်တွေကိုလိုက်နာပြီး နှာခေါင်းစည်းကိုတပ်၊ တခြားအဖွဲ့တွေနဲ့ ဝေးဝေးနေရပြီး တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ် စာကူရာပန်းတွေကို ကြည့်ကြပါတယ်။ ကိုရိုနာကပ်ရောဂါ စောစော အဆုံးသတ်ရင် သိပ်ကောင်းမှာပဲနော်။

マンガ 語版

# Ур чадварын дадлагажигчийн анд нөхөр

2022 оны 4 дүгээр сар, Хаврын дугаар

## Асуудал тулгарсан үед зөвлөгөө өгөх цонхны тухай

Японд олон компаниудын ажлын шинэ жил, сургуулиудын хичээлийн шинэ жил 4 дүгээр сард эхэлдэг. Ур чадварын дадлагажигч та бүхний дунд өдөр бүрийг шинэ сэтгэлтэйгээр өнгөрөөж байгаа хүмүүс ч олон байгаа болов уу. Гэхдээ харийн нутагт ирээд, амьдралын хэв маяг, соёл заншил нь ч өөр Японд амьдрахад асуудал тулгараад, хэнээс зөвлөгөө авахаа мэдэхгүй зүйл ч байж магадгүй юм. Асуудал тулгарсан бол, ганцаараа тээж шаналалгүйгээр, “Зөвлөгөө өгөх цонх” зэргийг ашиглан, үүссэн асуудлын шийдэлд гарц олохыг хичээгээрэй. Ур чадварын дадлагын тухай хуулийн дагуу байгуулагдсан Гадаад иргэдийн ур чадварын дадлагын байгууллага (OTIT)-д гадаадын 8 хэлээр зөвлөгөө авах боломжтой “Гадаад хэлээр зөвлөгөө өгөх шууд утас”-ыг нээн ажиллуулж байна. Ажлын холбогдолтой, өдөр тутмын ахуй амьдралтай холбогдолтой санаа зовох зүйл гарвал, шашин шүтлэг, хоол хүнс, ёс заншил, сэтгэлгээтэй холбогдох зөвлөгөө авахыг хүсвэл, хөдөлмөрийн хөлс болон илүү цагаар ажиллах г.м хөдөлмөрийн нөхцлийн талаар эргэлзээтэй зүйл гарвал, гэх мэтчилэн асуудал тулгарсан үед зөвлөгөө авах боломжтой.

Долоо хоног бүрийн Мягмар, Пүрэв гараг бүр 11:00-19:00 0120—250—147


Бямба гаригийн 9:00-17:00 цагт (Англи хэлээр)

※Дээрхээс бусад цагт автомат хариулагчид зөвлөгөө авахыг хүссэн зүйлийнхээ талаар ярьж үлдээнэ үү. (Хариуг дараагийн өдрөөс нь хойш өгнө.)

※Зөвлөгөөний агуулгаасаа хамааран, цаг хугацаа шаардагдах тохиолдол байна.

※Яриа үнэ төлбөргүй.

◆Гадаад иргэдийн ур чадварын дадлагын байгууллагын гадаад хэлээр дэмжлэг үзүүлэх сайт:

 <https://www.support.OTIT.go.jp/soudan/en/>

## “Ур чадварын дадлагажигч нарт зориулсан гарын авлага” аппликейшныг татаж авцгаая!

Ур чадварын дадлагажигч та бүхнийг Японд ирэхэд өгсөн “Ур чадварын дадлагажигч нарт зориулсан гарын авлага”-ыг ухаалаг утас зэрэг хэрэгслээр хүссэн үедээ, хүссэн газраасаа харах боломжтой аппликейшн болгосон.

**“Ур чадварын дадлагажигч нарт зориулсан гарын авлага”  
аппликейшнээс мэдэх боломжтой зүйлс:**

- Японд амьдрахад баримтлах ахуй амьдралтай холбогдох дүрэм (Замын хөдөлгөөн, унаа, байрлах байр)
- Хөдөлмөр эрхлэхэд хэрэгтэй хууль (Хөдөлмөрийн гэрээ, ажлаас халах, ажлын цаг, амралт, хөдөлмөрийн хөлс г.м)
- Нийгмийн даатгал, хөдөлмөрийн даатгал, татвар (Орлогын татвар, оршин суугчийн татвар)
- Ур чадварын дадлага хийх боломжгүй болсон тохиолдолд
- Гэрлэлт, жирэмслэлт, төрөлтийн үед
- Төрөл бүрийн зөвлөгөө өгөх цонх, өргөдөл / мэдүүлэг өгөх арга
- Гадаад иргэдийн ур чадварын дадлагын тогтолцооны тухай

※Тус асуудлын талаар лавлах: Гадаад иргэдийн ур чадварын дадлагын байгууллага (OTIT)-ын Ур чадварын дадлагын газрын Дэмжлэг үзүүлэх хэлтэс, Утас: 03-6712-1974

### Одоо шууд татаж авах!

- Аппликейшн нь үнэ төлбөргүй.
- 9 хэлээр харах боломжтой:  
Вьетнам, Хятад, Филиппин,  
Индонези, Тайланд, Мьянмар,  
Камбож, Монгол, Англи



For Android



For iPhone

## Гадаад иргэдийн ур чадварын дадлагын байгууллага (OTIT)-ын SNS-ыг бүртгэж аваарай!

Гадаад иргэдийн ур чадварын дадлагын байгууллага (OTIT) нь Facebook болон Twitter-ээр ур чадварын дадлагын тогтолцоотой холбогдох мэдээлэл болон OTIT-гээс авч хэрэгжүүлж буй арга хэмжээтэй холбогдох мэдээллээс гадна шинэ төрлийн коронавируст халдварыг дагалдах төрөл бүрийн дэмжлэг үзүүлэх арга хэмжээний талаар шаардлагатай үед мэдээлэл түгээж байна. Хялбар Япон хэл болон гадаадын 8 хэл рүү орчуулагдсан байгаа тул бүртгэн авч, ашиглахыг урьж байна.



Facebook



Twitter

## Шинэ төрлийн коронавируст халдварын эсрэг вакцин хийлгэх тухай (Вакцины 3 дахь тунг нэмж хийлгэх)

Ур чадварын дадлагажигч та бүхэн хүсвэл, шинэ төрлийн коронавируст халдварын эсрэг вакцины 3 дахь тунг үнэ төлбөргүйгээр нэмж хийлгэх боломжтой. 2 дахь тунг хийлгэсэн хот / дүүрэг / тосгоноос тань нэмэлт тунд зориулсан вакцины ваучер оршин суугчдад хүргэгдэх бөгөөд вакцин хийлгэх хүсэлтэй хүмүүс тус ваучерт хавсаргасан “Вакцин хийлгэх талаар мэдэгдэл”-ийн агуулгатай танилцан, захиалгаа өгнө үү. Вакцины нэмэлт тунгийн ваучерыг явуулах хуваарь, захиалгаа авч эхлэх хугацаа нь хот / дүүрэг / тосгон бүр харилцан адилгүй байх тохиолдол байна.

## “Ур чадварын дадлагажигч гадаад иргэд, сургалтанд хамрагдагчдын Япон хэлний зохион бичлэгийн 30 дугаар уралдааны тухай

JITCO нь 4 дүгээр сарын 1 (Баасан)-нээс зохион бичлэгийн уралдаанд ирүүлэх бүтээлийг хүлээн авч байна. Бүтээлийг 5 дугаар сарын 13 (Баасан) хүртэл хүлээн авна. Уралдааны дэлгэрэнгүй удирдамжийг “JITCO-гийн цахим хуудас (🌐 <https://www.jitco.or.jp/>)” болон “JITCO Япон хэлний сурах бичгийн хироба (талбай) (🌐 <https://hiroba.jitco.or.jp/>)” -гийн “Мэдээлэл”-д байршуулсан байгаа. Та бүхнийг уралдаанд оролцохыг урьж байна!

### Мангагаар дамжуулан мэдэж авцгаая, Япон хүний сэтгэл

— Дүрмээ баримтлан, сакура цэцэг харж (оханами) сэтгэлээ баясгацгаая —



**Ако сан коронагийн эсрэг арга хэмжээ авангаа, Оханами хийж байна.**

Коронагаас үүдэлтэй хямрал эхлэхээс өмнө бол, Японы Оханами гэвэл сакура цэцгийн доор суугаад, найзуудтайгаа хоол идэх гэх мэтээр хөгжөөн шуугиантай өнгөрөөдөг байсан. Харин одоо бол амьдралын шинэ хэв маягийг баримталж, амны хаалтаа зүүж, бусад группээс зайгаа аван, чимээгүйхэн сакура цэцгээ харна. Коронагаас үүдэлтэй хямрал хурдан дуусаасай, тийм ээ.

# Technical Intern Trainees' Mate

April 2022 Spring Issue

## Where to Contact When You Need Help


In Japan, April marks the beginning of the new fiscal year for most companies and schools. Many of you technical intern trainees are probably also spending your days with renewed commitment. However, in a country far from your own where lifestyles and culture are foreign to you, you might face a situation where you need help but do not know who to consult. At times like these, do not take it all on yourself, but try to find a solution by taking advantage of a consultation service. The Organization for Technical Intern Training (OTIT), founded based on the Technical Intern Training Act, offers a “native language consultation hotline” available in eight languages. Call the hotline whenever you need help—for example, when you are troubled or worried about a matter related to work or daily living, when you want advice about a matter related to religion, food, customs, or ways of thinking, or when you have a question about your wage, overtime work, or other labor conditions.

Organization for Technical Intern Training (OTIT) Native Language Consultation Hotline 0120-250-147  
Every Tuesday & Thursday, 11:00 a.m. – 7:00 p.m. Every Saturday, 9:00 a.m. – 5:00 p.m.

\* An answering machine will respond after office hours. (Your call will be returned the following day or later.)

\* Depending on your matter, it may take some time to return your call.

\* Calls are free of charge.

◆ OTIT Native Language Consultation website:  <https://www.support.otit.go.jp/soudan/en/>

## Download the “Technical Intern Trainee Handbook” App!

Simply by installing an app, you can refer to the Technical Intern Trainee Handbook you receive upon entering Japan, whenever you wish, wherever you are.

**Use the app to access information such as the following:**

- Rules of daily living in Japan (traffic, vehicle, dormitory rules)
- Work-related laws (employment contract, dismissal from work, working hours, holidays, wages, etc.)
- Social insurance, labor insurance, taxes (income tax, resident tax)
- Matters related to discontinuation of technical intern training
- Matters related to marriage, pregnancy, childbirth
- Consultation services and how to report or declare a problem
- Information on the Technical Intern Training Program

\* For inquiries about the app, contact the Organization for Technical Intern Training (OTIT), Technical Intern Training Department, Support Division at 03-6712-1974

### Download now!

- Free app
- Supports 9 languages  
Vietnamese, Chinese, Filipino,  
Indonesian, Thai, Burmese,  
Cambodian, Mongolian, and  
English



For Android



For iPhone

## Follow OTIT on Social Media!

The Organization for Technical Intern Training (OTIT) sends out various information via Facebook and Twitter as necessary in simple Japanese and eight foreign languages. Follow OTIT and obtain timely information such as on the Technical Intern Training Program, measures implemented by OTIT, and COVID-19 support schemes.



Facebook



Twitter

## COVID-19 Vaccination (Third Dose)

All technical intern trainees are eligible for a third dose of the COVID-19 vaccine free of charge. If you are interested, wait to receive a third dose vaccination voucher from the municipality where you received your second dose, and make a reservation as described in the notice enclosed with the voucher. The schedule for issuing vouchers and accepting reservations may vary according to municipality.

### Announcing the 30th Japanese Essay Contest for Technical Intern Trainees and Trainees

JITCO has started receiving entries for the 30th Japanese Essay Contest on Friday, April 1. The deadline for entries is Friday, May 13. For contest details, please see the Notice section of “JITCO Japanese Teaching Materials ひろば” (🌐 <https://hiroba.jitco.or.jp>) and the JITCO website (🌐 <https://www.jitco.or.jp/>). We look forward to your participation!

#### Let's Learn about Japanese Feelings through Manga

— Enjoy *Ohanami* while Following the Rules —



**Ms. Ako is enjoying the cherry blossoms while taking proper precautions against COVID-19.**

Before COVID-19, people used to enjoy the Japanese custom of *o-hanami* by eating and spending a festive time with friends under cherry trees. Now, under the circumstances, we must observe the New Normal and view the cherry blossoms quietly while wearing a mask and keeping a distance from other groups of people. Let's hope we see an end to this situation soon.

◆こくごたえ



小さな言葉、接頭語を取り上げました。  
 「お・ご(御)」は、丁寧な言葉、敬意を表す。「ま(真)」は、本当や正しさを、「ど」は程度が強いことを、「す(素)」は、そのままであること—などの意味を添える働きをしています。  
 それとは少し違いますが、「さ」や「か」などで、「か弱い・けだるい・ひ弱」のように語調を整えています。  
 また、「言葉の勢いを強めるのが(ひ)引ん・と(取)っ」で、「ふ(踏)んだくる」などがあります。

Hôm nay chúng tôi giới thiệu về một số “tiếp đầu ngữ”, tức là những chữ “nhỏ” đứng trước một từ khác thể hiện sự khác biệt. Đó là chữ “御” được đọc là “お” hoặc “ご”, để thể hiện cách nói lịch sự hoặc kính trọng, Chữ “真”, đọc là “ま” thể hiện sự đúng đắn hoặc chính xác, chữ “ど” để hiện mức độ mạnh mẽ, chữ “素” đọc là “す” có tác dụng nhấn mạnh nội dung của từ đứng sau đó. Khác với những chữ trên một chút là chữ “さ” và chữ “か” ví dụ như trong chữ “か弱い, けだるい, ひ弱” làm cho âm điệu dễ nghe hơn. Ngược lại những chữ như “ひん” (viết là “引” ん), chữ “とつ”(viết là “取っ”) hoặc chữ “ふんだくる” (viết bằng chữ “踏んだくる”) làm tăng mức độ mạnh mẽ của từ đứng sau nó.

我举一个很小的词，即前缀。「お・ご(御)」表示礼貌和尊敬，「ま(真)」表示真正的，正确性，「ど」表示程度强烈，「す(素)」则表示就那样等意思。与此稍有不同的是，“さ”和“か”等词，像“柔弱、慵懒、软弱”，进行语调调整。另外，增强语言气势的是“ひ(引)ん・と(取)”，有“ふ(踏)んだくる”(中文意指硬夺)等用词。

Kinuha ko ang isang maliit na salita, isang prefix. 「お・ご(御)」 ay dapat na magalang o iginagalang, 「ま(真)」 ay katotohanan o kawastuhan, 「ど」 ay malakas na antas, 「す(素)」 ay ginagamit upang magdagdag ng kahulugan tulad ng pagiging kung ano talaga ito. May kaunting pagkakaiba naman ang 「さ」 o 「か」 at iba pa, at ang tono ay in- adjust tulad ng 「か弱い・けだるい・ひ弱」. Bilang karagdagan, nagpapalakas naman sa momentum ng pagsasalita ay 「ひ(引)ん・と(取)っ」 at gayundin ang 「ふ(踏)んだくる」.

Kali ini kita belajar tentang kata awalan. Awalan “o dan go” adalah untuk kata-kata dalam bahasa sopan dan hormat. Awalan “ma” untuk hal yang benar-benar dan tepat. Awalan “do” untuk hal yang tingkatnya kuat. Awalan “su” untuk gerakan yang sebagaimana adanya. Sedikit berbeda dengan itu, ada awalan “sa” dan “ka” yang ditambah untuk disesuaikan nadanya seperti pada “kayowai (lemah (dari penampilan)), kedarui (lemas), hiyowa (lemah (karena penyakit))”. Selain itu, ada awalan “hi (tarik) n dan to (ambil)”, “fu (injak)ndakuru”, dan sebagainya, yang memperkuat momentum kata-kata.

เราได้ยกเอาคำเติมหน้าสั้น ๆ มาพูดถึง คำดังกล่าวทำหน้าที่ให้ความหมายประกอบ อาทิ 「お・ご(御)」 ใช้เติมเพื่อแสดงความสุภาพหรือความเคารพ, 「ま(真)」 หมายถึงอย่างแท้จริงหรือถูกต้อง, 「ど」 เน้นระดับความเข้มข้น จนแรง, 「す(素)」 หมายถึงสภาพที่เป็นอยู่อย่างนั้น เป็นต้น คำที่แตกต่างไปจากนั้นเล็กน้อย เช่น 「さ」 หรือ 「か」 นำมาเติมเพื่อปรับโทนเสียงของคำ อาทิ 「か弱い (คะโยวะอิ)・けだるい・ひ弱 (ฮิโยวะอิ)」 และยังมีคำที่เสริมลักษณะความแรงของคำอย่างเช่น 「ひ(引)ん・と(取)っ」 และ 「ふ(踏)んだくる」 เป็นต้น

យើងធ្លាប់លើកយកពាក្យខ្លីៗដែលជាបុព្វបទ។ បុព្វបទត្រូវបានគេប្រើដើម្បីបន្ថែមអត្ថន័យ ដូចជា 「お・ご(御)」 សំរាប់ការគួរសម និងគោរព 「ま(真)」 សំរាប់ការពិត ត្រឹមត្រូវ និង 「ど」 សំរាប់បញ្ជាក់ពីសភាពខ្លាំង ហើយ 「す(素)」 សំរាប់បញ្ជាក់ថាសភាពដដែល។ ខុសគ្នាបន្តិច ជាមួយនឹងបុព្វបទ 「さ」 និង 「か」 ដូចនៅក្នុង 「か弱い・けだるい・ひ弱」 ដែលត្រូវបានប្រើដើម្បីសម្រួលការបញ្ចេញសូរស្រង្វើ។ លើសពីនេះទៀតគឺ 「ひ(引)ん・と(取)っ」 ដែលពង្រឹងសន្ទុះនៃពាក្យ ដែលមាននៅក្នុង 「ふ(踏)んだくる」 ជាដើម។

စကားလုံးတိုနဲ့ ထိပ်စီးစကားလုံးတွေကိုရွေးထားပါတယ်။ 「お・ご(御)」 က စားစားမှု၊ 「ま(真)」 က မှန်ကန်မှု၊ 「ど」 က အားကောင်းမှု၊ 「す(素)」 က နဂိုအတိုင်းတဲ့ အဓိပ္ပာယ်တွေကို ဖြည့်စွက်ပေးပါတယ်။ ဒါတွေနဲ့မတူတာက 「さ」 နဲ့ 「か」 ဖြစ်ပြီး 「か弱い・けだるい・ひ弱」 ဆိုတာမျိုး စကားလုံးတွေကိုပိုပြီး ဟန်ပိစေပါတယ်။ စကားလုံးရဲ့ အင်အားကိုပိုပြင်းစေတာကတော့ 「ひ(引)ん・と(取)っ」 ဖြစ်ပြီး 「ふ(踏)んだくる」 စတာမျိုးလည်းရှိပါတယ်။

Богино үг, угтвар үгийн талаар авч үзье. “お/о, ご/go(御)” нь тухайн үгийг эелдэг хэллэг болгох, “ま/ma(真)” нь “жинхэнэ”, “үнэн”, “зөв” гэсэн утгыг илэрхийлэх, “ど/do” нь тухайн үгэнд эрч нэмэх, “す/su(素)” нь байгаагаараа байгаа байдлыг илэрхийлэх зэргээр тухайн үгэнд утга нэмэх үүргийг гүйцэтгэдэг. Эдгээрээс бага зэрэг ялгаатай нь, “さ/sa”, “か/ka” г.м бөгөөд эдгээр нь “ка”-yowai (хэврэг, эмзэг), けだるい/ke-darui (тамир барагдсан), ひ弱/hi-yowa (сул дорой) гэх мэтээр тухайн үгийн эрчийг тохируулна. Мөн, тухайн үгэнд эрч нэмдэг “ひ/hi(引)ん/n, と/to(取)っ/жигжиг цү (араас нь залгасан гийгүүлэгчийг хоёр дуудна.)”, “ふ/fu(踏)んだくる/ndakuru (булаах, дээрэмдэх)” зэрэг үгүүд байдаг.

Here we focus on small words that are prefixes. お / ご(御) adds a sense of politeness or respect, ま(真) emphasizes the truth or correctness, ど strengthens the extent or degree, and す(素) indicates the natural state, of the words they each prefix. さ and か slightly differ from the above. They soften the tone of the words they prefix, as in か弱い, けだるい, and ひ弱. There are also prefixes such as ひ(引)ん and と(取)っ, which give words a greater sense of action, as in ふ(踏)んだくる.

技能実習生・研修生向母国語情報誌 発行 公益財団法人 国際人材協力機構 (JITCO)  
 技能実習生の友 総務部広報室  
 2022年4月 春季号 〒108-0023  
 2022年4月1日発行 東京都港区芝浦2-11-5  
 電話 50嵐ビルディング 03-4306-1166 (ダイヤルイン)  
 JITCO ホームページ https://www.jitco.or.jp/

実習や講習、地域行事への参加など、技能実習生の体験をご紹介します

# 技能実習 Days

<https://www.jitco.or.jp/ja/days/>



皆様からの投稿をお待ちしています！  
監理団体・実習実施者の皆様、  
ぜひ、技能実習生たちの生き生きとした  
活動の様子をご紹介します。



## 応募要項

- **掲載内容** 日常の実習活動や研修を受けている様子、地元行事への参加、弁論大会への出場、その他技能実習生のユニークな活躍事例等、テーマは自由です。メールにて写真とコメントをお送りください。尚、投稿いただいた写真は「技能実習生の友」の表紙でも使用させていただくことがあります。
- **応募方法** メール の表題に「技能実習 Days 投稿」を明記し、以下アドレスにお送りください。  
kouhou@jitco.or.jp  
ご提供いただきたい項目  
1. 監理団体又は企業名、実習実施者名 2. ご連絡先（ご住所、お電話番号、お名前）  
3. 写真 4. コメント 5. 技能実習生からの声など  
※1度の応募につき添付書類は10MB以内にてください。

## 注意 事項

- ホームページの「技能実習 Days」内の掲載が原則となります。また「技能実習生の友」の表紙（「技能実習生今月の一枚」コーナー）や「かけはし」に掲載させていただくことがあります。
- 厳正なる選考の上、掲載の際はご担当者にご連絡いたします。不掲載の場合はご連絡いたしませんので、選考結果に係るお問合わせはご遠慮ください。
- ご応募いただいた写真はJITCOが発行する冊子等で使わせていただく場合があります。
- 商業目的、誹謗・中傷、プライバシーを侵害するもの等、不適当と判断するものは掲載いたしません。
- 被写体となる方の了解を得た写真にてご応募ください。
- 技能実習生以外の人物が写っている写真の場合、掲載の了解や肖像権などの観点から掲載できない場合があります。

## ウェブサイト版「技能実習生の友」 更新情報

本冊子の過去の記事や、技能実習生に役立つ情報を満載したウェブサイト版「技能実習生の友」は、奇数月（5月・7月・9月・11月・1月・3月）に更新しています。本冊子と併せてご利用ください。  
<https://www.jitco.or.jp/webtomo/>



### ～3月更新～

今日から始める日本語学習～さあ、さっそくやってみよう～  
日语学习从今天开始～那么，马上就试着开始吧～  
Ayo kita coba segera 'Belajar Bahasa Jepang yang dimulai hari ini'  
Học tiếng Nhật từ hôm nay～Nào hãy bắt đầu  
เริ่มเรียนภาษาญี่ปุ่นตั้งแต่วันนี้～~आइए, มาเริ่มกันเลยดีกว่า~  
Start Studying Japanese Today～Let's Begin!～

春のご飯2種  
春天的两种饭  
Dua Jenis Nasi di Musim Semi  
Hai món cơm mùa xuân  
ข้าวฤดูใบไม้ผลิ 2 แบบ  
Two Types of Rice Dishes for Spring

「花冷え」ほか  
“花季天寒”乃其他  
“Hanabie = udara dingin kembali di musim bunga”  
“Hanabie” (Giá lạnh mùa xuân)  
“ชนะนะบีเอะ (อากาศหนาวเย็นในช่วงดอกซากุระบาน)” และอื่นๆ  
Chilly Cherry-blossom Season

## 冊子版「技能実習生の友」 バックナンバーのご案内

<https://www.jitco.or.jp/ja/tomo>

各言語版ごとに  
分かれたPDFが  
ダウンロード  
できますので  
ご利用ください。

