

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

こくごのもり

指導・元世田谷区立
小学校教諭
高橋 侖子
イラスト・奈良 恵

気持ちを表す言葉

よろこぶ
おこる
おどろく

合う言葉を一 つなぎましょう。

- かつとする
- きもをつぶす
- うきうきする
- はつとする
- しやくにさわる
- むねがおどる
- わくわくする
- はらを立てる

答えはP22にあります。

Kaibigan ng mga teknikal intern trainees

Hulyo 2019 Autumn Issue

Pag-iwas sa Influenza

Taon-taon, nauuso ang Influenza (trangkaso) sa simula ng Disyembre at ang pinaka- peak nito ay Enero hanggang Marso. Ang Influenza ay katulad ng isang sipon, ngunit maaari itong maging malubha, at kahit sa maikling panahon ito ay maaaring kumalat at makahawa sa maraming tao. Mahalaga ang pag-iwas ng bawat tao at angkop na paggamot sa panahon na mahawa at magkasakit, gayundin sa pag-iingat na hindi ito makahawa sa iba.

Ang isa sa mga paraan upang maiwasan ang Influenza ay ang pagbabakuna bago mauso ito.

Maaaring magpa-bakuna laban sa Influenza sa mga institusyong medikal mula sa buwan ng Oktubre bago mauso at dumating ang panahon na lumaganap ito. Ang pagbabakuna ay hindi nangangahulugang hindi ka na mahahawa at maiwasan na ng lubos ang Influenza, ngunit napag-alaman na epektibo ito sa pagpigil ng paglala ng sakit kapag nahawaan.

Tandaan din na hindi sakop ng health insurance ang pagbabakuna laban sa Influenza, at ayon sa tuntunin, babayaran mo ng buo ang halaga ng bayad nito. Iba-iba ang halaga ng bayad depende sa medikal na institusyon.

Bukod sa pagbabakuna, "paghuhugas ng kamay kapag galing sa labas", "pagpapanatili ng katamtamang kahalumigmigan", "sapat na pahinga at balanseng nutrisyon", "pagiwas sa paglabas-labas at pagpunta sa mga lugar na maraming tao" ay mga epektibong paraan ng pag-iwas sa Influenza (Mula sa website ng Ministry ng Health, Labor at Welfare). Para hindi mahawa sa Influenza, iwasan ito at mag-iingat.

Tungkol sa proteksyon ng mga Teknikal Intern Trainees (Mula sa Technical Training Act)

Ang isa sa mga layunin ng pamamaraan sa Technical Training Act ay upang ma-protektahan ang mga teknikal intern, at mayroong mga probisyon para sa nangangasiwang organisasyon, sa mga nagpapatupad ng pagsasanay at para sa mismong teknikal intern trainees.

Mga probisyon na may kaugnayan sa mga ipinagbabawal na bagay sa nangangasiwang organisasyon at nagpapatupad ng pagsasanay, at iba pa.

- 1) Pagbabawal sa sapilitang pagsasanay na gagamitan ng karahasan, pananakot, pagkulong, at iba pa.
- 2) Pagbabawal para sa hindi pagtupad ng mga kontrata na may kaugnayan sa teknikal na pagsasanay at sa pagpataw ng penalty at iba pa.
- 3) Pagbabawal ng pagtatago ng pasaporte at residence card.

Ayon sa Technical Training Act, ang mga probisyon sa parusa ay itinatag para sa mga paglabag sa mga nakasulat sa itaas at malinaw na sinabi na ang mga organisasyon at mga kompanyang lalabag ay mapaparusan.

Mga patakaran sa mga karapatan ng mga teknikal intern.

- (1) Pag-uulat sa karampatang ministro

Sa Technical Training Act, kung ang nangangasiwang organisasyon o nagpapatupad ng pagsasanay ay lumabag sa batas tulad ng inilarawan sa itaas, ang teknikal intern ay maaaring mag-ulat ng katotohanan sa karampatang ministro.

Ang mga parusa ay itinatakdang rin kapag ang mga nangangasiwang organisasyon o nagpapatupad ng pagsasanay ay ititigil ang pagsasanay dahil sa pag-uulat ng teknikal intern.

- (2) Paraan ng paguulat

Sa Technical Training Act, mayroong isang samahan (Organization para sa Technical Intern Training= OTIT) na tumatanggap ng mga pag-uulat ng mga teknikal intern trainees sa kanilang sariling wika sa pamamagitan ng telepono, e-mail at liham.

Halimbawa . . .

- Hindi binabayaran ng overtime pay
- Sinasaktan
- Magkaiba ang aktwal na trabaho sa nakasaad sa kontrata
- Kailangan daw itabi ang pasaporte
- Hindi makalabas ng malaya
- Pauwiin sa sariling bansa ng sapilitan, etc

[Support desk / konsultasyon ng OTIT]

Site ng konsultasyon sa sariling wika	Chinese	https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/		Thailand	https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/			
	Vietnamese	https://www.support.otit.go.jp/soudan/vi/		English	https://www.support.otit.go.jp/soudan/en/			
	Filipino	https://www.support.otit.go.jp/soudan/phi/		Khmer	https://www.support.otit.go.jp/soudan/kh/			
	Indonesian	https://www.support.otit.go.jp/soudan/id/		Burmese	https://www.support.otit.go.jp/soudan/mm/			
Konsultasyon sa telepono	Chinese	0120-250-169	M · W · F	11:00 - 19:00	Thailand	0120-250-198	Tues. · Sat.	11:00 - 19:00
	Vietnamese	0120-250-168	Mon.- Fri.		English	0120-250-147	Tues. · Sat.	
	Filipino	0120-250-197	Tues. · Sat.		Khmer	0120-250-366	Thurs.	
	Indonesian	0120-250-192	Tues. · Thurs.		Burmese	0120-250-302	Fri.	
Konsultasyon sa liham	〒108-0022 3-9-15, 3 flr. LOOP-X, Minato ku, Tokyo Technical Training Dept./ Assistance Section, Organization for Technical Intern Training							

Sa ilalim ng Technical Training Act, kapag nagkaroon ng problema, maaaring kumonsulta at mag-ulat ang mismong teknikal intern tulad ng nabanggit sa itaas. Para sa mga detalye, nakasulat ito sa "Handbook ng teknikal intern" na iniaabot sa mga teknikal intern trainees sa inyong pagpasok sa Japan kaya't kumpirmahin ito. (Maaari rin itong i-download mula sa website ng OTIT <https://www.otit.go.jp/notebook/>)

Ang Native Language Consultation Hotline ng JITCO ay ititigil na sa darating na katapusan ng Setyembre, taong 2019. Sa mga sumusunod na pagkakataon, maaring kumonsulta sa Native Language Consultation Division ng Organization for Technical Intern Training (OTIT). Para sa karagdagang impormasyon, tignan ang inyong Technical Intern Trainee Handbook o ang website ng OTIT.

Impormasyon na madaling maunawaan ukol sa paglikas sa baha at sa pagguho ng lupa

Batay sa mga natutunan mula sa "Malakas na pag-ulan ng Hulyo 2018" na naganap noong Hulyo ng nakaraang taon at nagdulot ng malaking pinsala, ang paraan ng pagpapayo ng evacuation para sa mga sakuna sa baha at pagguho ng lupa ay pinabuti, at mula Hunyo ng taong ito, inisyu ang impormasyon sa paglikas na madaling maunawaan gamit ang "antas ng babala" 「警戒レベル」. Kapag malamang na magkaroon ng kalamidad na malakas na ulan, siguraduhin ninyo na i-check ang mga anunsyo sa pagtawag para sa paglikas sa pamamagitan ng TV, sa Internet, sa mga disaster prevention radio ng lokal na pamahalaan at disaster prevention information e-mails, atbp. upang hindi kayo mahuli sa paglikas.

▼Limang "antas ng babala" 「警戒レベル」 na sinasabi kung kailangan na ang paglikas.

警戒レベル1	警戒レベル2	警戒レベル3	警戒レベル4	警戒レベル5
Mag-handang mabuti	Kumpirmasyon sa paglikas	Lumikas na ang mga matatanda!	Lumikas na ang lahat!	May Sakuna Gawin ang pinakamabuti upang ma-protectahan ang buhay

(Mula sa flyer ng cabinet office ukol sa antas ng babala)

「Anunsyo ng mga nanalo sa ika-27 na Japanese Composition Contest ng mga dayuhang teknikal interns/trainees」

Maraming salamat sa mga sumali sa ika-27 Japanese Composition Contest ng mga dayuhang teknikal interns/trainees. Mula sa 2,556 na entries, 28 ang napili at nanalo na dumaansa isang mahigpit na screening process. (4 ang nanalo sa 1st prize, 4 sa 2nd prize at 20 ang nanalo sa 3rd prize).

Lahat ng komposisyon na nanalo ay pagsasamahin sa booklet na may pamagat na "Ang mga nanalong essay sa Japanese Composition Contest" at ipamamahagi sa mga JITCO exchange events at iba pa. Ipo-post din ang mga ito sa website ng JITCO upang inyong matunghayan.

📄 <https://www.jitco.or.jp/ja/service/guidebook/>

👉 First Prize (4 na nanalo)

Congratulations po sa mga nanalo

Pangalan	Pamagat ng essay	Nasyonalidad	Pangalan	Pamagat ng essay	Nasyonalidad
ABESAMIS CHARLES ARTIAGA	乾杯	Pilipinas	LI DONGJIE	立派な先輩	China
XU JING	女性	China	CHEN SHUANG	夢がかないました	China

👉 Second Prize (4 na nanalo)

NGUYEN THI LAN THU	異国に居るという自覚	Vietnam	LKHAGVADORJ NANDIN-ERDENE	シュークリームから学んだ工場長の教え	Mongolia
JIAN XUEMEI	私の太陽	China	TAN RUI	笑顔	China

👉 Third Prize (20 na nanalo)

TANG GUANYU	夢の樹	China	SUN PING	自分の家族に食べさせる以上の思いで作るパン	China
ZHENG YAWEN	お祖父ちゃん、ごめん	China	DINH THI NHU QUYNH	初めてのアイススケート	Vietnam
GARCIA CARLOMAR LAZARO	令和を迎えて	Pilipinas	DI JIA	あなたがいるから	China
LE THI HIEN	時間をぜったいに守る習慣	Vietnam	NGUYEN THI PHUONG	お爺さんへ	Vietnam
NEANG TITH	日本での日々体験記	Cambodia	LIU LI	初心を忘れずに終わりまで	China
BADAMDOVCHID MUNKHZUL	未来は創るもの	Mongolia	JIANG YANSONG	夢への架け橋	China
TONG THI HUE	お父さんの汗	Vietnam	HAN YAJING	両岸で花咲かせ	China
PAN PEIJIN	言葉の力	China	LU SITONG	異国の温情	China
LIANG ENTING	おばちゃん ありがとう	China	LE THI MAI	最高の日本生活	Vietnam
MA WEI WEI	幸福について	China	NGUYEN THUY PHUONG	両親の隣に	Vietnam

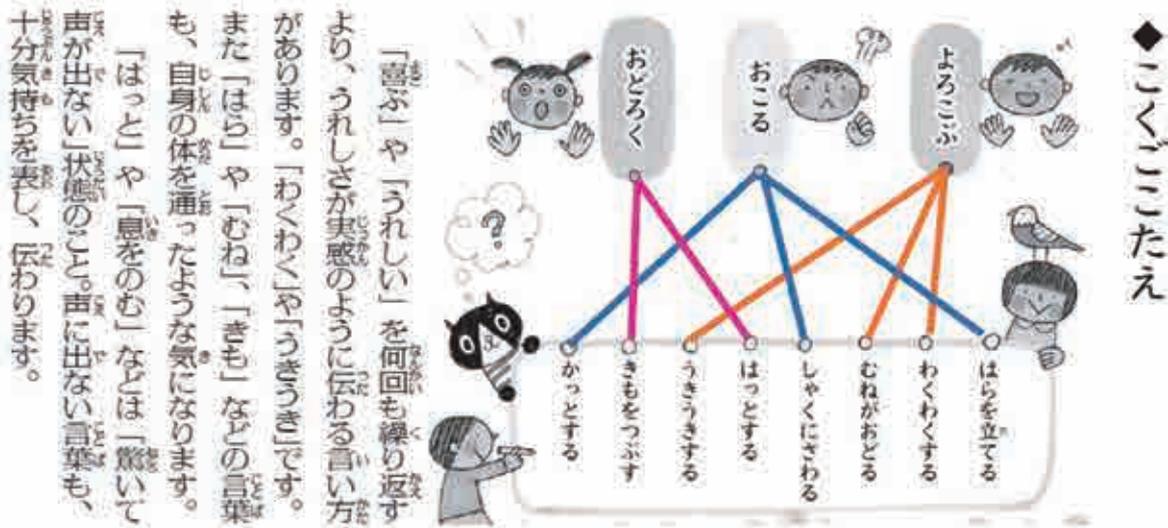
ALAMIN NATIN ANG KALOOBAN NG MGA HAPON SA PAMAMAGITAN NG MAN-GA

— Ang mask ay isang universal tool —



Tinanghali man ng gising o hindi, mukhang bawat tao ay magkakaiba ng dahilan kung bakit gumagamit ng mask

Ang mga Hapon ay mahilig gumamit ng mask sa iba't ibang dahilan. Isa sa mga bagay na ikinagugulat ng mga dayuhan ay "napakaraming naka-mask dito sa Japan". Para sa mga businessman, sinasabing kabastusan ang pakikipag-usap sa tao ng naka-mask. Sa kabilang banda, sinasabi naman na kapag ikaw ay umuubo o bumabahing, siguraduhing magsuot ng mask bilang pagsasaalang-alang sa mga taong nakapaligid sa iyo.



Trong tiếng Nhật, để thể hiện sự vui mừng, không chỉ có hai từ “Yorokobu” hoặc “Ureshii” và còn có nhiều cách nói khác nữa. Ví dụ những từ biểu cảm như 「わくわく」 hoặc 「うきうき」. Ngoài ra còn có từ 「はら」 hoặc 「むね」、「きも」 là những từ thông qua những bộ phận của cơ thể để thể hiện cảm giác đó. Từ 「はっと」 hoặc 「息をのむ」 được dùng để thể hiện tình trạng “Ngạc nhiên tới mức không nói lên lời”. Nguyên việc không nói lên lời cũng đủ để diễn đạt cảm giác vui mừng của người nói.

比起反复使用「喜ぶ（动词高兴）」、「うれしい（形容词高兴）」，有可以将这份高兴真切地表达出来的说法。比如「わくわく」和「うきうき」。另外还能用「はら」、「むね」「きも」等词汇通过自己的身体表达心情。「はっと」、「息をのむ」等词汇表达「惊讶到发不出声音」的状态。即使字面上没有出现声音这个词，但充分表达了其心情。

Mayroong isang paraan upang maipahayag ang kagalakan na talagang nararamdaman mo ito, sa halip na ulitin nang maraming beses ang "kaaya-aya" o "nakakatuwa". Ito ay ang 「わくわく」 o 「うきうき」. Gayundin ang salitang tulad ng 「はら」, 「むね」 at 「きも」 na parang ramdam mo na dumadaan sa iyong katawan. Ang 「はっと」 at 「息をのむ」 ay ang pagkagulat na walang lumabas na boses. Kahit walang salita, maaari ring iparating ang nais sabihin.

Ada cara menyampaikan kegembiraan supaya terasa nyata daripada sekedar berulang-ulang mengucapkan kata “senang” atau “gembira”. Gunakan kata “わくわく” (berdebar- berdebar karena gembira atau berharap) atau “うきうき” (merasa gembira sehingga tidak bisa tenang). Selain itu, ada kata yang menggambarkan perasaan yang bagaikan melewati bagian tubuh, seperti “はら” (perut), “むね” (dada) dan “きも” (hati). Kata “はっと” (terkejut), “息をのむ” (napas tertahan), dan sebagainya, menunjukkan kondisi “terkejut sampai tidak bisa berkata apa-apa”. Kata-kata yang tidak terucapkan juga mengungkapkan dan menyampaikan perasaan dengan baik.

มีวิธีพูดหลายอย่างที่แสดงให้รู้สึกถึงความดีใจได้มากกว่าพูดคำว่า “ยินดี” และ “ดีใจ” ซ้ำไปมา เช่น คำว่า 「わくわく」 หรือ 「うきうき」 นอกเหนือการใช้คำว่า 「はら」 หรือ 「むね」 และ 「きも」 ก็เป็นการแสดงให้รู้สึกเหมือนว่าความรู้สึกดังกล่าวได้ไหลผ่านร่างกาย ส่วนคำว่า 「はっと」 หรือ 「息をのむ」 นั้นเป็นคำที่แสดงสภาพ “ตกใจจนพูดอะไรไม่ออก” ทั้งนี้คำว่าพูดอะไรไม่ออกก็สามารถแสดงและถ่ายทอดความรู้สึกได้เป็นอย่างดี

ជាជាងនិយាយឡើងវិញថា «ត្រេកអរ» ឬ «រីករាយ» ច្រើនដង គេមានវិធីបង្ហាញភាពរីករាយ ដូចជា អារម្មណ៍ពិតៗ គឺការប្រើពាក្យ 「わくわく」 ឬ 「うきうき」 ជាដើម។ ចំពោះការប្រើពាក្យ 「はら」 ឬ 「むね」、「きも」 ជាដើម ធ្វើអោយអ្នកស្តាប់មានអារម្មណ៍ថា ពាក្យទាំងនោះបានឆ្លងកាត់ខ្លួនរបស់គាត់។ 「はっと」 ឬ 「息をのむ」 ជាដើម គឺជាពាក្យដែលបង្ហាញសភាព «ការភ្ញាក់ផ្អើលរហូតបាត់សំលេង»។ ពាក្យដែលមិនត្រូវបាននិយាយ ក៏អាចបង្ហាញពីអារម្មណ៍របស់យើងដែរ ហើយក៏អាចប្រាប់ដល់ដៃគូសន្ទនា។

「ဝမ်းသာတယ်」နဲ့「ပျော်တယ်」ဆိုတာကို အကြိမ်ကြိမ် ထပ်ပြီးပြောတာထက်၊ ပျော်ရွှင်မှုကို လက်တွေ့ခံစားလာနိုင်အောင်ပြောနည်းရှိပါတယ်။ 「わくわく」နဲ့「うきうき」တွေပါ။ နောက်ပြီး 「はら」၊ 「むね」 နဲ့ 「きも」 စတဲ့ စကားလုံးတွေဟာလည်း ခန္ဓာကိုယ်ထဲက ဖြတ်သွားသလို ခံစားပေးပါတယ်။ 「はっと」နဲ့ 「息をのむ」 စတာတွေက "အံ့ဩပြီး အသံထွက်နိုင်"တဲ့ အနေအထားကို ပြပါတယ်။ အသေးစိတ်ထုတ်မပြောတဲ့ ခံစားချက်တွေကိုပါ လုံလုံလောက်လောက် ကိုယ်စားပြုနေတာမို့ တစ်ဖက်လူ နားလည်နိုင်ပါတယ်။

“Баярлах” болон “Баяртай байна” гэдэг үгийг олон удаа давтаж хэлснээс илүү, баярлаж байгаагаа бодит мэдрэмжийн хэлбэрээр нөгөө хүндээ мэдрүүлж чадах үг хэллэгүүд байдаг. Энэ нь “わくわく” болон “うきうき”. Мөн, “はら” болон “むね”, “きも” зэрэг үгнүүд ч үнэхээр л өөрийн биенээс гарч байгаа мэт санагддаг. “はっと” болон “息をのむ” зэрэг нь “Гайхсандаа үг дуугарч чадахгүй болсон” байдлыг илэрхийлдэг. Дуу болж амнаас гарахгүй үг ч гэсэн, хүний сэтгэлийн байдлыг хангалттай сайн илэрхийлж, нөгөө хүндээ хүрдэг.

Instead of repeating the same words for “happy” that you always use, such as “うれしい,” there are other words that can give a real sense of how happy you are. These are “わくわく” and “うきうき.” Phrases that contain “はら,” “むね,” and “きも,” for example, also convey your feelings in a way that seem to come from within your body. “はっと” and “息をのむ” express a state in which you are so surprised that you are at a loss for words. Words that you do not voice can also be used to fully convey your feelings.

技能実習生・研修生向母国語情報誌
技能実習生の友
 2019年10月 秋季号
 2019年10月1日発行

発行
 公益財団法人 国際研修協力機構 (JITCO)
 総務部広報室
 〒108-0023
 東京都港区芝浦 2-11-5
 五十嵐ビルディング
 電話
 03-4306-1166 (ダイヤルイン)
 JITCO ホームページ
<https://www.jitco.or.jp/>