

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）と平易な日本語の併記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。

技能実習生・研修生向け母国語情報誌

技能実習生の友

2018年
10月号

★ Bạn Của Thực Tập Sinh Kỹ Năng

技能実習生之友

☀ Kaibigan ng mga teknikal intern trainees

🇮🇩 Sahabat Peserta Pemagangan

🇹🇭 วารสารมิตรผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค

🇲🇲 မိတ္တူပတ်စ်တူကဗျာပညာပညာလေ့လာသူ

🇲🇲 အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်များ၏ မိတ်ဆွေ

🇮🇲 Ур чадварын дадлагажигчийн анд нөхөр

🇮🇲 Technical Intern Trainees' Mate



技能実習生 今月の一枚

ベトナム人技能実習生11人が、好きな生地（きんち）で巾着（かみかど）り（つく）を作り、みんなで浴衣（ゆかた）を着（き）て祭り（まつ）に参加（さんか）しました。
（株式会社ガードナー）

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。（応募要項は38ページ）

Contents

PICK UP!

技能実習情報

・結核について

・「第26回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール」入賞者のお知らせ

PICK UP!

充実ニッポンLife

大雨などの自然災害と対策

マンガで知ろう 日本人の気もち ... 1
書くよりハンコ

Bản tiếng Việt 3
[ベトナム語版]

中文版 7
[中国語版]

Bersyon sa Pilipino 9
[フィリピン語版]

Edisi Bahasa Indonesia 13
[インドネシア語版]

ฉบับภาษาไทย 17
[タイ語版]

ភាសាខ្មែរ 21
[カンボジア語版]

မြန်မာဘာသာ 25
[ミャンマー語版]

Монгол хэл дээрх хувилбар 29
[モンゴル語版]

English Version 33
[英語版]

日本の小学生向け日本語問題に楽しくチャレンジ!
こくごのもり 38
正しい字は



まるい
丸井さん、朝からハンコを
たくさん押した1日でしたね。

Một ngày phải đóng dấu suốt từ sáng đến tối của cô Marui.

丸井，真是从早上开始盖了很多章的一天啊。
Buong araw na gumagamit ng seal si Marui san.

Ibu Marui, 1 hari ini dari pagi banyak menekan hanko, ya.

เป็นหนึ่งในที่คุณมารวยประทับใจตั้งแต่เช้ายันเย็น
กัญญาฯ ใญ่เร่คือใญ่ใญ่ลคกัญญาสามารถวางตรา
ประทับลงที่ทุกที่

မာရူအိဝ်နံ တစ်လောက် မနက်ကတည်းက လက်မှတ်တံဆိပ်တုံး
အများကြီး နှိပ်ခဲ့ရတဲ့ နေ့တစ်နေ့ပါပဲ။

Маруй сангийн хувьд, өглөөнөөс эхлээд л олон удаа тамга дарсан өдөр байлаа, тийм ээ.

Ms. Marui's day was full of stamping her seal, from morning till night.

Dùng dấu hơn là viết tay 不签名用印章
Mas madami pa nilalagyan ng personal seal (hanko) kaysa magsulat
Hanko Daripada Menulis ใช้ตราประทับมากกว่าเซ็นชื่อ
វាយត្រាច្រើនជាងសរសេរ လက်နှိပ်ရေးတာထက် တံဆိပ်တုံး
Гарын үсэг зурахаас илүүтэйгээр тамга дардаг Seal Instead of Signature

10:00 giờ sáng: Tại công ty bất động sản

AM10:00 不动产公司

10:00a.m. Sa opisina ng real estate

Pk.10.00 Di sebuah perusahaan properti

AM10:00 ที่บริษัทอสังหาริมทรัพย์

ម៉ោង១០ព្រឹក នៅក្រុមហ៊ុនអចលនទ្រព្យ

AM 10:00 အိမ်ထောင်ရေးအခန်းမှာ

Үдээс өмнө 10:00 Үл хөдлөх хөрөнгийн компани дээр

AM10:00 At a real estate agency

①
Còn 2 chỗ nữa...
Thủ tục chuyển nhà phải đóng dấu nhiều quá...
还有两个地方...
搬家的手续盖章的地方真多...
Dalawa pa ...
Ang dami naman nilalagyan ng seal kapag maglilipat...
Tinggal 2 lagi...
Prosedur untuk pindah rumah, banyak yang harus diberikan hanko...
ยังเหลืออีก 2 ที่...
เวลาทำเรื่องย้ายบ้านต้องลงตราประทับหลายที่...
ការបំពេញឯកសារផ្ទេរ មានកន្លែងវាយត្រាច្រើនណាស់...
នៅសល់២កន្លែងទៀត...
နောက်ထပ် ၂ နေရာ...
အိမ်ပြောင်းဖို့ စာရွက်စာတမ်းတွေမှာ လက်မှတ်တံဆိပ်တုံးနှိပ်ရတာများတယ်...
Одоо 2 газар тамга дарах үлдлээ ...
Нүүхэд шаардагдах бичиг цаасанд тамга дарах газар олон ...
Two more places...
There're so many places to stamp my seal when moving...

3:00 giờ chiều: Tại ngân hàng

PM3:00 銀行

3:00p.m. Sa banko

Pk.15.00 Di bank

PM3:00 ที่ธนาคาร

ម៉ោង៣ស្រែក នៅធនាគារ

PM3:00 ဘဏ်တိုက်မှာ

Үдээс хойш 15:00 Банкин дээр

PM3:00 At the bank

②
Xin cô đóng dấu vào đây
请盖章
Pakilagyan po ng seal
Mohon berikan stempel nama
กรุณาลงตราประทับด้วยค่ะ
សូមវាយត្រា។
နာမည်ရေး လက်မှတ်တံဆိပ်တုံးနှိပ်ပေးပါ
Тамгаа дарна уу.
Please put your seal on the document.

③
Mình dờ vụ đóng dấu phải dùng son lắm...
实在是不擅长用印泥盖章啊...
Ang hirap talaga gumamit ng red ink pad...
Tidak mahir menekan dengan bantal stempel...
ປະທັບຕາແບບໃຊ້ຈາກນີ້ ໄມ່ທ້ອຍນັດເລ...
④

5:00 giờ chiều: Tại nhà riêng

PM5:00 自己家

5:00p.m. Sa bahay

Pk.17.00 Di rumah

PM5:00 ที่บ้าน

ម៉ោង៥ស្រែក នៅផ្ទះ

PM5:00 အိမ်မှာ

④
Mỗi lần đồng dấu vào lý lịch đều sợ bị hỏng nên lần nào cũng căng thẳng...
简历上的盖章绝对不能失败，每次都很紧张...
Ang hirap magkamali sa resume kaya nakaka-nerbiyos maglagay ng seal...
Selalu tegang karena tidak ingin salah untuk menekan hanko pada daftar riwayat hidup ...
រ៉ូតិកតែរឹតតែប្រាកដ ព្រោះប្រាកដប្រាកដ ខ្ញុំតែងតែភ័យព្រោះខ្លាចវាយត្រាខុស...
ကိုယ်ရေးရာဇဝင်မှာ လက်မှတ်တံဆိပ်တုံးနှိပ်တဲ့အခါ လုံးဝ ပုံမပျက်စေချင်လို့
အမြဲတမ်း ရင်တထိတ်ထိတ်ဖြစ်ရတယ်...
CV (Товч намтар)-нд тамга дарахдаа, яаж ч байсан төгс цэвэрхэн дармаар
байдаг болохоор тамга дарах болгондоо биеэ барих юм аа ...
Stamping a seal on my resume is nerve-wracking, because I want it to be perfect...
⑤

7:00 giờ tối: Tại nhà riêng

PM7:00 自己家

7:00p.m. Sa bahay

Pk.19.00 Di rumah

PM7:00 ที่บ้าน

ម៉ោង៧ល្ងាច នៅផ្ទះ

PM7:00 အိမ်မှာ

Үдээс хойш 19:00 Гэртээ

PM7:00 At home

⑤
Chuyển phát tại nhà đây. Nhờ cô đóng dấu vào đây.
快递。请在这里盖章。
Home delivery! Pakilagyan po ng seal.
Dari layanan pengiriman paket. Mohon tekan hanko pada bagian ini.
ส่งพัสดุครับ ช่วยลงตราประทับตรงนี้ครับ
ខ្ញុំគឺជាអ្នកយកគំរូនិងសូមមេត្តាវាយត្រានៅទីនេះ។
အိမ်တိုင်ရာရောက်ပစ္စည်းပို့ လုပ်ငန်းကပါ။ ဒီနေရာမှာ အိမ်ထောင်ရေးနှိပ်ပေးပါ
Ачаа хүргэхээр ирлээ. Энд тамгаа дарна уу.
Hello, I have a parcel for you. Please put your seal here.

⑥
Một ngày biết bao nhiêu lần phải đồng dấu chứ...
一整天都在盖章啊...
Maghapon na akong naglalagay ng seal ah...
Seharian menekan hanko...
ປະທັບຕາ ทั้งวันเลย...

မှူးမိုးမိုးက နေ့လုံးလုံး
တစ်နေ့လုံး လက်မှတ်တံဆိပ်တုံး နှိပ်နေရပါလား...
Өдөржин тамга дарж байна шүү дээ ...
I've been stamping my seal all day long...

「確認」や「承認」の証として、サインよりもハンコ（印鑑）を押すことが普通な日本。サインより面倒に感じられるかもしれませんが、一押しで済ませられるため、慣れると案外便利なものです。ハンコにはインク浸透印（名古屋にあるシャチハタ株式会社が開発、普及させたため、同タイプのハンコを「シャチハタ」と呼ぶのが一般的に）や手掘り印など様々なものがあります。最近ではタッチパネルで文字を選んで作れる「ハンコ自販機」を置いているお店も見かけます。



Ở Nhật Bản, khi muốn “xác nhận” hoặc “đồng ý” một việc gì đó thì người ta thường dùng con dấu (inkan) nhiều hơn là chữ ký. Có thể bạn cảm thấy việc đóng dấu phiền phức hơn ký tên, nhưng nếu một khi đã quen thì bạn sẽ cảm thấy khá tiện lợi khi chỉ cần ấn con dấu một cái là xong. Có nhiều loại dấu, từ loại dấu có sẵn mực đỏ (Loại dấu tiện lợi do công ty Shyakuhaichi ở Nagoya sáng chế. Do rất tiện lợi nên những loại dấu tiện lợi đều được gọi chung bằng cái tên Shyakuhaichi) đến các loại dấu khắc bằng tay theo kiểu truyền thống. Gần đây còn có cửa hàng đặt “máy tự động bán con dấu”. Ai cần dấu, chỉ cần chạm tay vào màn hình cảm ứng, chọn chữ mà mình muốn khắc dấu là được.

作为“确认”和“承认”的证据，在日本比起签名更普遍的是盖章（印鉴）。也许会觉得比签名麻烦，但是只要按一下就完成了，习惯后就会感到出乎意外的方便。印章有墨水渗透印（由位于名古屋的 Shachihata 株式会社开发并普及，所以同类型的印章一般被称作“Shachihata”）和雕刻印等各种式样。最近还可以看到有的店里摆放了可以用触摸屏选择文字制作的“印章自动贩卖机”。

Bilang kumpirmasyon at patunay na apruba, normal na sa Japan ang paggamit ng “hanko” (seal). Kahit ito ay mukhang mas mahirap kaysa sa pirma, kapag nasanay ka, mas madali ito at isang push lang may seal ka na. May “hanko” na nakaukit sa ink na pula (ginawa at pinalaganap ng Sachihata Co. Ltd na nasa Nagoya at dahil sa popularidad ay gumawa din sila nang parehong uri ng hanko na tinatawag na “sachihata” na pangkaraniwan na ginagamit) at mayroon ding iba pa na inukit na “hanko” sa kamay. Nitong mga nakaraan ay may mga hanko vending machines na rin na maaaring makapili ng design at letra sa pamamagitan ng touch panel.

Sebagai bukti “pengecekan” atau “persetujuan”, dibandingkan memberikan tanda tangan, di Jepang lebih umum untuk menekan *hanko* (stempel nama). Mungkin akan terasa merepotkan jika dibandingkan dengan tanda tangan, tetapi karena dapat diselesaikan dengan sekali pencet, jika terbiasa akan terasa lumayan mudah. Pada *hanko* terdapat *hanko* penetrasi tinta (karena dikembangkan dan disosialisasikan oleh Shachihata Inc yang berlokasi di Nagoya, secara umum untuk *hanko* yang memiliki jenis yang sama disebut “Shachihata”) dan *hanko* ukiran tangan dan lain-lain. Akhir-akhir ini juga terdapat toko yang menempatkan “mesin penjual otomatis *hanko*” yang dapat membuat *hanko* dengan cara memilih huruf pada panel sentuh.

ในประเทศไทยญี่ปุ่นนิยมใช้การประทับตราเพื่อแสดงการ “ตรวจสอบ” หรือ “อนุมัติ” มากกว่าที่จะเซ็นชื่อ ฟังแล้วอาจจะดูยุ่งยากกว่าการเซ็นชื่อ แต่แค่กดตราประทับลงไปเพียงครั้งเดียวก็เรียบร้อยแล้ว หากคุ้นเคยแล้วก็จะสะดวกกว่าที่คิดเสียทีเดียว ทั้งนี้ตราประทับมีหลายแบบ อาทิ แบบที่มีหมึกซึมผ่าน (บริษัทชะจิอะตะ ในเมืองนาโกยะเป็นผู้พัฒนาขึ้น พอแพร่หลายผู้คนจึงเรียกตราประทับแบบนี้กันโดยทั่วไปว่า “ชะจิอะตะ”) และแบบที่แกะสลักด้วยมือ เป็นต้น ในระยะหลังก็มีบางร้านที่มี “เครื่องทำตราประทับอัตโนมัติ” ที่สามารถทำตราประทับโดยเลือกตัวอักษรได้บนหน้าจอแบบสัมผัสให้เห็นกันอีกด้วย

ជាធម្មតា​នៅ​ប្រទេស​ជប៉ុន​គេ​និយម​វាយ​ត្រា​ជាង​ចុះ​ហត្ថលេខា ដើម្បី​ជា​ភស្តុតាង​នៃ​ការ​បាន​ពិនិត្យ រឺ អនុម័ត។ អ្នកខ្លះ​ប្រហែល​ជា​គិត​ថា​ពិបាក​ជាង​ការ​ចុះ​ហត្ថលេខា តែ​ដោយ​សារ​តែ​ការ​បោះ​ត្រា​គឺ​គ្រាន់​តែ​ចុច​តែ​ម្តង​គឺ​រួច​រាល់​នោះ ពេល​ដែល​សុំ​ទៅ វា​មាន​ភាព​ងាយ​ស្រួល​មែន​ទែន។ ត្រា​មាន​ប្រភេទ​ Shintoin (ដោយ​សារ​តែ​ក្នុង​ហ៊ុន​ Shachihata Inc ដែល​មាន​ទីតាំង​នៅ​ក្នុង ក្រុង​ណាហ្គាយ៉ា​បាន​ផលិត​និង​ផ្សព្វផ្សាយ ដូច​នេះ ជា​ទូទៅ​គេ​ហៅ​ត្រា​ប្រភេទ​នេះ​ថា Shachihata) និង​ប្រភេទ​ធ្លាក់​ដោយ​ដៃ។ បច្ចុប្បន្ន យើង​ឃើញ​មាន​ហាង​មួយ​ចំនួន​បាន​ដាក់​ម៉ាស៊ីន​ធ្វើ​ត្រា​ដោយ​ស្វ័យ​ប្រវត្តិ ដែល​អាច​អោយ​យើង​អាច​ធ្វើ​ត្រា​បាន​ដោយ​គ្រាន់​តែ​ដើរ​អក្សរ​តាម​រយៈ​ការ​ចុច​លើ​អេក្រង់​ថាច់ (touch screen)។

ဂျပန်နိုင်ငံမှာ “သိရှိတယ်”၊ “သဘောတူတယ်”ဆိုတဲ့ အမှတ်အသားအဖြစ်နဲ့ လက်မှတ်ထိုးတာထက် ဟန်းကော (လက်မှတ်တံဆိပ်တုံး) ကို နှိပ်တာ ထုံးစံဖြစ်ပါတယ်။ လက်မှတ်ထိုးတာထက် အလုပ်ပိုလွယ်တယ်လို့ ခံစားသူတွေလည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ တစ်ကြိမ်နှိပ်လိုက်ရုံပဲ ဖြစ်တာကြောင့် ကျင့်သားရလာရင် အတော်လေး အဆင်ပြေပါတယ်။ ဟန်းကောတွေထဲမှာ အသုံးပြုချိန်မှာ မင်သုတ်ပြီးအသင့်ဖြစ်နေတဲ့ တံဆိပ်တုံး (ဒါကို နာဂိုယာမြို့မှာရှိတဲ့ Shachihata ကုမ္ပဏီက တီထွင်ပြီး လူသိများခဲ့တာကြောင့် အဲဒီလို တံဆိပ်တုံးမျိုးကို “Shachihata” လို့ အများအားဖြင့်ခေါ်ကြပါတယ်) ၊ လက်နဲ့ထွင်းထားတဲ့တံဆိပ်တုံး စသဖြင့် အမျိုးမျိုးရှိပါတယ်။ အခုတလောမှာ Touch Panel မျက်နှာပြင်မှာ ရွေးချယ်ပြီး ထွင်းလို့ရတဲ့ “လက်မှတ်တံဆိပ်တုံး အရောင်းစက်” တွေထားတဲ့ ဆိုင်တွေကိုလည်း တွေ့နိုင်ပါတယ်။

Японд “Баталгаажуулсан” болон “Зөвшөөрсөн”-ий баталгаа болгож, гарын үсэг зурахаас илүүтэйгээр ханко (тамга) дарах нь түгээмэл байдаг. Гарын үсэг зурахаас төвөгтэй санагдаж байж магадгүй хэдий боловч, нэг дараад л болдог болохоор, дасчихвал санаснаас илүү хэрэг тустай зүйл юм. Тамганы төрөлд, тамганы тос шингээсэн тамга (Нагоя хотод байдаг Шачихата хувьцаат компани нээж, дэлгэрүүлсэн тул, энэ төрлийн тамгыг “Шачихата” гэж хэлдэг болсон.) болон гараар сийлсэн тамга гэх мэт төрөл бүрийн тамга байдаг. Сүүлийн үед мэдрэгчтэй дэлгэцээр үсэг сонгон хийх боломжтой “Тамга худалдаалах автомат машин” тавьсан газар ч бий болсон.

In Japan, it is common to use a seal as proof of verification or approval instead of signing your name. It may seem more troublesome than signing, but if you get used to it, it is rather convenient, since one stamp of the seal does the job. There are various types of seals, including pre-inked seals (generally called “Shachihata” after the name of the company in Nagoya that developed and spread this type of seal) and hand-carved seals. Recently, some stores have installed a “seal vending machine,” which allows customers to make a seal by selecting their desired characters on a touch panel.

วัณโรค

แม้ว่าการป่วยเป็นวัณโรคในประเทศญี่ปุ่นจะมีอัตราการลดลงในแต่ละปี แต่เป็นที่น่าเสียดายว่า ในระยะหลัง ๆ จำนวนผู้ป่วยที่มีถิ่นกำเนิดในต่างประเทศมีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้น วัณโรคเป็นโรคที่เกิดจากเชื้อวัณโรค ติดต่อกันได้โดยการสูดเอาเชื้อโรคที่กระจายตัวในอากาศเวลาที่ผู้ป่วยเป็นวัณโรคไอหรือจามเข้าไป ในปอดส่วนลึก อาการป่วยจะคล้ายคลึงกับ “ไข้หวัด” ที่เป็นกันอยู่ประจำ แต่หากทิ้งเอาไว้อาจจะถึงแก่ชีวิตได้ กล่าวกันว่า ถึงแม้จะติดเชื้อแต่มีผู้ป่วยเพียง 1 หรือ 2 คนใน 10 คนเท่านั้นที่แสดงอาการ (เกิดอาการป่วย) หากไอ มีเสมหะ มีไข้ ร่างกายเมื่อยล้าติดต่อกันนานกว่า 2 สัปดาห์ ก็ขอให้ไปพบแพทย์เข้ารับการตรวจร่างกายที่สถานพยาบาล อาทิ โรงพยาบาลหรือสถานอนามัย สำหรับวิธีการเข้ารับการตรวจนั้น ขอให้ปรึกษากับทางองค์กรผู้กำกับควบคุมดูแลหรือผู้จัดให้มีการฝึกอบรม

โรควัณโรคสามารถตรวจเช็คได้โดยการตรวจเอกซเรย์ทรวงอกและตรวจเสมหะ ซึ่งแม้จะตรวจพบว่าเป็นวัณโรคก็มีทางรักษาให้หายได้ การเอกซเรย์ทรวงอกนั้นเป็นรายการที่รวมอยู่ในการตรวจสุขภาพร่างกายที่ทำกันอยู่เป็นประจำ เมื่อเร็ว ๆ นี้ องค์กรการฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างประเทศ (OTIT) ได้ประกาศแจ้งให้ผู้ฝึกปฏิบัติงานและองค์กรผู้กำกับควบคุมดูแลดำเนินการตรวจสุขภาพโดยระวังเรื่องโรควัณโรคด้วย จึงขอให้ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคทุกคนที่เช่นกัน อย่าได้ละเลยเรื่องการตรวจสุขภาพ ขอให้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วย สิ่งสำคัญคือการดูแลสุขภาพอยู่เป็นประจำ

結核について

日本における結核罹患率は年々減少していますが、残念ながら外国生まれの患者は近年増加傾向にあるそうです。結核とは結核菌によって起こる病気です。結核患者が咳やくしゃみをした時に空気中に飛び散った菌を、肺の奥まで吸い込むことで感染します。その症状は日常的な「風邪」によく似ていますが、放っておくと命に係わる病気です。感染しても発病（症状が出る）するのは10人に1人か2人といわれていますが、もし咳、痰、発熱、身体のだるさが2週間以上続いたら、病院や診療所等の医療機関を受診してください。受診のしかたなどについては、監理団体や実習実施者の生活指導員に相談しましょう。

結核は胸部X線検査や喀痰検査などで診断でき、もし結核と診断されても殆どの場合、薬で治すことができます。胸部X線検査は皆さんが定期的に受ける健康診断の検診項目に含まれています。先ごろ外国人技能実習機構 (OTIT) は実習実施者や監理団体に対して、結核罹患を念頭に置いてこの健康診断を実施するようにとの通知を出しました。技能実習生の皆さん自身も、健康診断を疎かにすることなく、また病気について理解し、普段から健康管理をすることが大切です。

ประกาศรายชื่อผู้ที่ได้รับรางวัล

“การประกวดเรียงความภาษาญี่ปุ่นสำหรับผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคและผู้ฝึกงานชาวต่างชาติ ครั้งที่ 26”

ขอขอบพระคุณที่ส่งผลงานเข้าร่วม “การประกวดเรียงความภาษาญี่ปุ่นสำหรับผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคและผู้ฝึกงานชาวต่างชาติครั้งที่ 26” เป็นจำนวนมาก จากเรียงความทั้งหมด 2,151 ผลงาน ด้วยการคัดเลือกอย่างเข้มงวดและยุติธรรมจากคณะกรรมการ ได้มีการตัดสินเลือกผู้รับรางวัลจำนวน 28 คน (รางวัลยอดเยี่ยม 4 คน, รางวัลดีเด่น 4 คน, รางวัลชมเชย 20 คน)

ทั้งนี้ผลงานที่ได้รับรางวัลจะถูกรวบรวมลงใน “หนังสือรวมผลงานดีเด่น” และแจกจ่ายให้กับองค์กรที่เกี่ยวข้อง ผลงานส่วนหนึ่งได้ถูกเผยแพร่เอาไว้ในโฮมเพจของ JITCO จึงขอเชิญชวนให้เปิดเข้าไปอ่านกันดู

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

「第26回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール」入賞者のお知らせ

この度は「第26回外国人技能実習生・研修生日本語作文コンクール」にたくさんのご応募をいただきありがとうございました。2,151編の作品の中から、厳正な審査の結果、28名の入賞者（最優秀賞4名、優秀賞4名、優良賞20名）を決定いたしました。

入賞作品は「優秀作品集」としてとりまとめて、JITCO交流大会等でお配りしています。JITCOのホームページでも公開していますので、是非ご覧ください。

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

◆รางวัลยอดเยี่ยม(4 ท่าน)

- NGUYEN THI KIM LINH “ครอบครัวที่ 2” (เวียดนาม)
- NGUYEN VAN CAU “ห้วง 3 วง” (เวียดนาม)
- HO THI TU “สิ่งที่ฉันได้โรยงานไว้” (เวียดนาม)
- TRAN THI DUONG “ความพยายามก่อให้เกิดมูลค่า” (เวียดนาม)

◆รางวัลดีเด่น(4 ท่าน)

- TRAN VAN THUONG “นำประสบการณ์จากการขึ้นรถไฟไปใช้ให้เป็นประโยชน์” (เวียดนาม)
- NGUYEN THI TUYET “โปรเจกต์ ‘เซนจ์ไลฟ์’ ” (เวียดนาม)
- YANG HAO “สถานีของคนเพียงคนเดียว” (จีน)
- YIN XIAOLIN “จับมือแม่...” (จีน)

◆รางวัลชมเชย (20 ท่าน)

- LE THI TRA “สัสมพู่ที่ได้พบในญี่ปุ่น” (เวียดนาม)
- XU HE “ขอบคุณประเทศญี่ปุ่น” (จีน)
- WAHYU AJI PRAWIRO “อย่าลืมจุดมุ่งหมายของเธอ” (อินโดนีเซีย)
- TRUONG HOAI AN “ชาวญี่ปุ่นที่เอื้อเฟื้อต่อแม่กัน” (เวียดนาม)
- XU LITING “ธาตุแท้ฉันมาจากใจจริง” (จีน)
- WU XUE “ตอบแทนบุญคุณ” (จีน)
- PHAM THI NGOC DUNG “หัวใจเอื้ออาทรกับการเติบโตของฉัน” (เวียดนาม)
- NGUYEN THI LAN THU “จดหมายจากแม่” (เวียดนาม)
- BATTUR SUVD-ERDENE “ประเทศญี่ปุ่นที่แสนรัก” (มองโกเลีย)
- MY THU HTWE “สิ่งล้ำค่าหัวใจ” (เมียนมาร์)
- CUI WEIWEI “ไรโด (คนชรา)” (จีน)
- VO THI HUONG “บันทึกประจำวันของฉัน” (เวียดนาม)
- TRAN THI HUYEN “การไถ่ล้างบาป-ธรรมเนียมที่งดงามของญี่ปุ่น” (เวียดนาม)
- NGUYEN THI LOAN “ไอ้ทะเลภูเขาโคะยูชิไค” (เวียดนาม)
- AN JUN “พลังของนัตโตะ” (จีน)
- MAI THI HA “เรื่องที่ดีใจและรู้สึกขอบคุณมากที่สุดในประเทศญี่ปุ่น” (เวียดนาม)
- WANG CHANG “ขอบคุณ” (จีน)
- TRAN THI PHU LINH “ปีศาจของฉัน” (เวียดนาม)
- HO THI LAN “ญี่ปุ่นกับฉัน” (เวียดนาม)
- LI XING “สมบัติ” (จีน)

★ ขอแสดงความยินดีกับผู้ที่ได้รับรางวัลทุกท่านมา ณ ที่นี้★

◆最優秀賞 (4名)

- グエン ティ キム リン『二つ目の家族』(ベトナム)
- グエン ヴァン カウ『三つのわ』(ベトナム)
- ホー ティ トウ『私が撒いて育てたこと』(ベトナム)
- チャン ティ ズオン『努力すれば価値が生まれます。』(ベトナム)

◆優秀賞 (4名)

- チャン ヴァン トウオン『電車に乗れるようになった経験を活かす。』(ベトナム)
- グエン ティ トウエット『「チェンジ。ライフ」プロジェクト』(ベトナム)
- 楊 浩『一人だけの駅』(中国)
- 尹 晓林『母の手を繋いで...』(中国)

◆優良賞 (20名)

- レ ティ チャー『日本で出会ったピンク色』(ベトナム)
- 許 鶴『ありがとう日本』(中国)
- ワヒュ アジ ブラウィロ『あなたの目的は忘れないで。』(インドネシア)
- チュオン ホアイ アン『ゆずり合う日本人』(ベトナム)
- 徐 麗婷『質は真心から』(中国)
- 吳 雪『恩を返す』(中国)
- ファム ティ ゴック ズン『思いやる心と私の成長』(ベトナム)
- グエン ティ ラン トゥー『母からの手紙』(ベトナム)
- バトトル ソブドエルデネ『大好きな日本』(モンゴル)
- メイ トウ トエ『心の支え』(ミャンマー)
- 崔 伟伟『老头(老頭)』(中国)
- ボー ティ フオン『私の日記』(ベトナム)
- チャン ティ フェン『お辞儀-日本の美しい習慣』(ベトナム)
- グエン ティ ロアン『おたすけ 十有志隊』(ベトナム)
- 安 君『納豆の力』(中国)
- マイ ティ ハー『日本で一番嬉しくて感謝した事』(ベトナム)

- 王 暢『ありがとう』(中国)
- チャン ティ フー リン『私の祖国』(ベトナム)
- ホー ティ ラン『日本と私』(ベトナム)
- 李 興『宝物』(中国)

★ 入賞された皆様、おめでとうございます★



ภัยพิบัติทางธรรมชาติ อาทิ ฝนตกหนัก และมาตรการป้องกัน

ดังที่ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคทราบกันคืออยู่แล้วว่า ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่เกิดแผ่นดินไหวและมีไต้ฝุ่นพัดเข้ามาเยือนอยู่บ่อย ๆ ดังนั้นการคิดถึงมาตรการป้องกันภัยพิบัติทางธรรมชาติที่กล่าวมานี้ และระมัดระวังตัวอยู่เสมอจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคทุกท่านที่ยังไม่คุ้นเคยกับสภาพดินฟ้าอากาศของประเทศญี่ปุ่น

ฝนที่ตกหนักเป็นประวัติดึกขานเมื่อปลายเดือนมิถุนายนถึงเดือนกรกฎาคมของปีนี้(กรมอุตุนิยมวิทยาตั้งชื่อว่า “ฝนตกหนักในเดือนกรกฎาคมพิเศษที่ 30”) สร้างความเสียหายแก่ผู้คนและอาคารบ้านเรือนในแต่ละท้องที่เป็นอย่างมาก ซึ่งก็มีผู้ฝึกปฏิบัติการด้านเทคนิคเป็นจำนวนไม่น้อยที่ประสบภัยพิบัติดังกล่าว เราจึงควรรมาทำความเข้าใจและเตรียมพร้อมรับมือกับภัยฝนตกหนัก ไต้ฝุ่น และพายุหมุนกันเอาไว้

✓ การป้องกันภัยจากฝนตกหนัก ไต้ฝุ่น พายุหมุน

การหาข้อมูลที่ต้อง

กรมอุตุนิยมวิทยาผู้ให้ “ข้อมูลสภาพอากาศ” จะออก “ประกาศเตือนพิเศษ” เมื่อมีความเสี่ยงที่จะเกิดภัยพิบัติที่รุนแรงอย่างเห็นได้ชัด เวลาที่อาจจะมียกภัยพิบัติรุนแรงก็จะ “ประกาศเตือน” เวลาที่อาจจะเกิดภัยพิบัติขึ้นก็จะ “แจ้งให้ระวัง” โดยจะทำการประกาศไปยังองค์กรส่วนท้องถิ่นอันได้แก่ หมู่บ้าน, ตำบล, อำเภอ, เมือง ซึ่งเมื่อได้รับประกาศเตือน-การแจ้งให้ระวัง ทางองค์กรส่วนท้องถิ่นก็จะประกาศแนะนำให้หนีภัย หรือออกคำสั่งให้หนีภัยตามความจำเป็น อนึ่งกรณีที่มี “ประกาศเตือนพิเศษ” ก็แสดงว่ามีภัยกำลังคืบคลานเข้ามา เกิดสภาพการณ์ผิดปกติที่ไม่เคยเกิดในพื้นที่นั้น ๆ มาก่อนในรอบหลายสิบปี จึงขอให้รีบปฏิบัติตามข่าวสารข้อมูลในการหนีภัย ละดำเนินการอย่างเหมาะสม

การหนีภัย

เวลาที่มีประกาศแนะนำหนีภัย-คำสั่งหนีภัยจากองค์กรบริหารส่วนท้องถิ่น ก็ขอให้รีบทำการหนีภัยโดยใช้เส้นทางที่ปลอดภัยอย่างเร่งด่วน น้ำในแม่น้ำล้นเอ่อและภัยจากดินทรายถล่มเกิดขึ้นในช่วงพริบตา หากชะล่าใจอาจถึงแก่ชีวิตได้ การรอให้อากาศแปรปรวนก่อนแล้วจึงหนีภัยนั้นเป็นอันตรายอย่างยิ่ง

おおあめ し ぜんさいがい たいさく 大雨などの自然災害と対策

ぎの う じっしゅうせい みな ぞん にっぽん じしん
技能実習生の皆さんもご存じのように、日本は地震や台風の多い国です。特に日本の自然風土に不慣れなことも多い技能実習生の皆さんは、普段から意識してこのような自然災害への対応について 考えておくことが大切です。

こと し がつ まつ がつ ふ きろく ぎ おおあめ
今年6月末から7月にかけて降った記録的な大雨(気象庁により「平成30年7月豪雨」と命名されています)では、各地で甚大な人的・建物被害が出て、実際にこの災害に遭遇した技能実習生も少なくありません。大雨・台風・竜巻について、今一度その対策についてよく知り、備えましょう。

✓ おおあめ たいふう たつまき たいさく 大雨・台風・竜巻の対策

せいさく じょうほう はあく 正確な情報を把握すること

きしょうちよう きしょうじょうほう はっぴよう じゅうだい
気象庁では「気象情報」を発表しており、重大な災害の危険性が 著 しく高まっている時は「特別警報」、重大な災害が発生する恐れがある時は「警報」、災害が発生する恐れがある時は「注意報」を発表しています。これらは市区町村ごとに発表されており、市区町村は気象庁が発表する警報・注意報を受けて、必要に応じて避難勧告や避難指示を出します。なお「特別警報」が発表された場合、その地域は数十年に1度の、これまでに経験したことのないような、重大な危険が差し迫った異常な状況にあります。ただちに地元市町村の避難情報に従うなど、適切な行動をとってください。

ひなん 避難について

し く ちようそん ひなんかんこく ひなん し じ とき
市区町村からの避難勧告・避難指示があった時は、安全なルートで迅速に避難しましょう。川のはんらん どしゃさいがい いっき はっせい いちじ ゆだん
氾濫や土砂災害は一気に発生するため、一時の油断が命に関わります。また、天候が荒れてからの避難は非常に危険です。

พายุหมุน

หากมีความเป็นไปได้ที่จะเกิดพายุหมุน กรมอุตุนิยมวิทยาจะประกาศข้อมูลสภาพอากาศ และเตือนให้ระวังฟ้าผ่า ถ้ามีสภาพการณ์ที่จะเกิดพายุหมุนได้ง่าย ก็จะประกาศ “ข่าวเตือนพายุหมุน” กรณีที่มีประกาศข่าวเตือนพายุหมุนก็ขอให้ระวังสังเกตสภาพท้องฟ้าที่อยู่รอบตัวเป็นอันดับแรก หากฟ้ามีครึ้ม โดยจับพลัน มีน้ำฝนเม็ดใหญ่ตกลงมา และได้ยินเสียงฟ้าร้อง ก็ให้ขอให้หลบเข้าไปอยู่ในอาคารที่มีความแข็งแรง ปฏิบัติตัวเพื่อความปลอดภัยของตัวเอง

สำหรับมาตรการป้องกันภัยพิบัติทางธรรมชาตินั้น ควรสอบถามสภาพการณ์ในท้องถิ่นจากผู้ให้การชี้แนะด้านการใช้ชีวิตเอาไว้อย่างละเอียด ได้ฝุ่นนั้นแตกต่างจากแผ่นดินไหว สามารถรวบรวมข้อมูลและคาดการณ์ถึงขนาดได้ล่วงหน้า จึงขอให้หาข้อมูลทางสภาพอากาศล่าสุดจากทางโทรทัศน์ วิทยุ หรืออินเทอร์เน็ต ในระยะหลังมีการจัดทำวารสารและเว็บไซต์เกี่ยวกับการป้องกันภัยพิบัติไว้ในหลายภาษาเพื่อชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่ในท้องถิ่น ขอให้ทุกท่านลองตรวจสอบดูทางอินเทอร์เน็ตว่าในท้องถิ่นที่ตนอาศัยอยู่มีแหล่งข้อมูลดังกล่าวหรือไม่ ซึ่งขอแนะนำ 5 แหล่งข้อมูลข้างล่างนี้ไว้เป็นตัวอย่างเพื่ออ้างอิง

① เว็บไซต์ข้อมูล “การป้องกันภัยพิบัติแห่งโตเกียว” ให้บริการหลากหลาย

ภาษา (ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน เป็นต้น)

<http://www.bousai.metro.tokyo.jp/1002147/>

1002260/

② “แผนปฏิบัติการป้องกันภัยพิบัติเพื่อผู้อยู่อาศัยชาวต่างชาติ” จังหวัดมิยาซากิ (ภาษาเวียดนาม, ภาษาจีน, ภาษาคาตาล็อก, ภาษาอินโดนีเซีย เป็นต้น)

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/>

ftp-kokusai/bosai-handbook.html

③ “คู่มือการป้องกันภัยพิบัติในบ้านของเราฉบับภาษาต่างประเทศ” เมืองโคฟุ (ภาษาจีน, ภาษาคาตาล็อก เป็นต้น)

<http://www.city.kofu.yamanashi.jp/>

bosaitaisaku/bosai/bosai/gaikokugo.html

④ “ไกด์ปฏิบัติการป้องกันภัยพิบัติเพื่อผู้อยู่อาศัยชาวต่างประเทศ” จังหวัดโอคายามะ (ภาษาเวียดนาม, ภาษาจีน เป็นต้น)

<http://www.pref.okayama.jp/page/detail-31559.html>

⑤ “แผนปฏิบัติการป้องกันภัยพิบัติเพื่อผู้อยู่อาศัยชาวต่างประเทศ” จังหวัดฟูกูโอกะ (ภาษาญี่ปุ่นแบบง่าย ๆ , ภาษาเวียดนาม, ภาษาจีน, ภาษาคาตาล็อก เป็นต้น)

<http://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/bousaihandbook-36.html>

竜巻について

気象庁では竜巻が発生する可能性がある場合は気象情報や雷注意報を発表し、非常に発生しやすい状況になると「竜巻注意情報」を発表しています。竜巻注意情報が発表された場合には、まず周囲の空の様子に注意してください。空が急に真っ暗になる、大粒の雨が降り出す、雷鳴が聞こえるなどが確認された場合には、頑丈な建物に避難するなど身の安全を確保する行動をとってください。

自然災害への対応については、普段から地元の事情に詳しい生活指導員の方に聞いておくことが大切です。また台風等は地震と異なり、事前に情報を集めることで規模等をある程度予測することができますので、テレビやラジオ、インターネット等を活用し、最新の気象情報を入手しましょう。最近では地域に住む外国人向けに多言語で防災に関する冊子やサイトを用意している自治体等も増えていきますので、皆さんが暮らす地域にもそのようなものがないか、インターネット等で探してみてもはどうでしょう。例として5つをご紹介しますので、参考にしてください。

① 「東京防災」多言語対応 (英語・中国語等)

<http://www.bousai.metro.tokyo.jp/1002147/>

1002260/

② 宮城県「外国人県民のための防災ハンドブック」(ベトナム語・中国語・タガログ語・インドネシア語等)

<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/>

ftp-kokusai/bosai-handbook.html

③ 甲府市「わが家の防災マニュアル 外国語版」(中国語・タガログ語等)

<http://www.city.kofu.yamanashi.jp/>

bosaitaisaku/bosai/bosai/gaikokugo.html

④ 岡山県「外国人住民のための防災ガイドブック」(ベトナム語・中国語等)

[http://www.pref.okayama.jp/page/detail-](http://www.pref.okayama.jp/page/detail-31559.html)

31559.html

⑤ 福岡県「外国人のための防災ハンドブック」(やさしい日本語・ベトナム語・中国語・タガログ語等)

<http://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/>

bousaihandbook-36.html



正しい字は
ましがえている字に、×をつけて、
正しい字を書きましょう。

答えはこのページの下にあります。

©毎日小学生新聞 複製、転用はできません

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以内になしてください。

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。

技能実習生・研修生向け母国語情報誌

技能実習生の友

2018年10月号

2018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/>
ウェブサイト版「技能実習生の友」：

<https://www.jitco.or.jp/webtomo/>

冊子版「技能実習生の友」バックナンバー：

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



