

# 技能実習生の友

วารสารมิตรผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค

ฉบับฤดูหนาว เดือนมกราคม ค.ศ. 2023

## หัวข้อเรื่อง

รู้ถึงความรู้สึกของชาวญี่ปุ่นจากการ์ตูนมังงะ “การเฟลิดเพลินไปกับฤดูหนาวในญี่ปุ่น”

◇ ญี่ปุ่นดินแดนแห่งหิมะ ~ กลไกการเกิดหิมะตกหนัก ~ ◇ วันขึ้นปีใหม่ของญี่ปุ่น ~ โอเซจิเรียวริและข้าวต้มมะนะคุสะ โคคุโงะ โนะ โมริ “คันจิที่อ่านเหมือนกัน”

รู้ถึงความรู้สึกของชาวญี่ปุ่นจากการ์ตูนมังงะ

— การเฟลิดเพลินไปกับฤดูหนาวในญี่ปุ่น —



ในฤดูแห่งความหนาวเย็นก็มีหลายสิ่งให้เฟลิดเพลิน

ในประเทศญี่ปุ่น เมื่อเข้าฤดูหนาวอุณหภูมิลดลงก็จะมีหิมะตกในหลายที่ ภูมิภาคที่หิมะตกมากก็พาฤดูหนาว เช่น สกี สโนว์บอร์ด ก็จะเป็นที่นิยม ญี่ปุ่นมีเพลงสำหรับเด็กที่ชื่อว่า “ยูกิ (หิมะ)” ซึ่งขึ้นต้นด้วยเนื้อเพลงที่ว่า “ยูกิชะกงโกะ อาระระชะกงโกะ” คนส่วนใหญ่รู้จักกันเป็นอย่างดี ดังนั้นพอเห็นหิมะตก หลายคนก็จะนึกถึงเพลงนี้ ลองไปค้นหาดูกัน ในอินเทอร์เน็ตนะคะ ในฤดูที่หนาวเย็น ขอให้รับประทานอาหารที่ทำให้ร่างกายอบอุ่น การป้องกันตัวจากความหนาวเย็นก็เป็นสิ่งสำคัญ ระวังรักษาสุขภาพกันให้ดีนะคะ

“วารสารมิตรผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค” จัดทำขึ้นเพื่อนำเสนอข้อมูลข่าวสารอันเป็นประโยชน์แก่ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค-ผู้ฝึกงาน และสื่อการเรียนภาษาญี่ปุ่น การ์ตูนมังงะ 4 ช่อง โดยใช้ภาษาญี่ปุ่นกำกับด้วยอักษรพริ่งงานะและภาษาต่างประเทศ 9 ภาษา (ภาษาเวียดนาม, ภาษาจีน, ภาษาฟิลิปปินส์, ภาษาอินโดนีเซีย, ภาษาไทย, ภาษากัมพูชา, ภาษาเมียนมาร์, ภาษามองโกเลีย, ภาษาอังกฤษ) ขอให้ใช้เป็นประโยชน์นะคะ!



# ญี่ปุ่นดินแดนแห่งหิมะ ~ กลไกการเกิดหิมะตกหนัก ~

ในพื้นที่ที่คุณอาศัยอยู่มีหิมะตกหรือเปล่า? ประเทศญี่ปุ่นมีพื้นที่ที่มีหิมะตกหนักเป็นอันดับต้น ๆ ของโลก จาก “การจัดลำดับเมืองที่มีหิมะตกหนักทั่วโลก” โดยสื่อมวลชนต่างประเทศ เรียงจากลำดับที่ 1 เมืองอาโอโมริ เมืองซัปโปโร เมืองโทยามะ ประเทศญี่ปุ่นครอง 3 อันดับแรกของโลก แล้วเหตุใดประเทศญี่ปุ่นจึงมีหิมะตกหนักเช่นนี้

ก่อนอื่น ในภูมิภาคเอเชียตะวันออกและเอเชียตะวันออกเฉียงใต้จะมีลมที่เรียกว่า ลมประจำฤดูกาล (ลมมรสุม) ฤดูร้อนลมจะพัดจากมหาสมุทรแปซิฟิกและมหาสมุทรอินเดียเข้าหาทวีป ในทางตรงกันข้ามพอลูกหนาวลมจะพัดจากทวีปออกไปยังทะเล ดังนั้นเมื่อเข้าสู่ฤดูหนาว ลมที่แห้งและหนาวเย็นจากทวีปจะพัดไปทางหมู่เกาะญี่ปุ่น ซึ่งในทะเลญี่ปุ่นที่ลมดังกล่าวพัดผ่านอยู่เบื้องบนมีกระแสน้ำอุ่นที่เรียกว่า กระแสเสฉิมะไหลผ่าน และมีไอน้ำลอยขึ้นมาเป็นปริมาณมาก เมื่อลมประจำฤดูกาลพัดผ่านเหนือกระแสน้ำอุ่นนี้ ก็จะเอาไอน้ำเหล่านี้เข้ามาแล้วก่อตัวเป็นก้อนเมฆ พอลูกก้อนเมฆเหล่านี้ไปถึงหมู่เกาะญี่ปุ่นลอยตัวสูงขึ้นไปตามแนวเทือกเขาและเย็นลงอย่างฉับพลันในตอนนั้นเองไอน้ำเย็นซึ่งอยู่ในก้อนเมฆก็จะกลายเป็นหิมะ ทำให้เกิดหิมะตกที่ด้านฝั่งทะเลญี่ปุ่นเป็นจำนวนมาก

ตรงกันข้ามกับฝั่งทะเลญี่ปุ่น ด้านฝั่งมหาสมุทรแปซิฟิก อันได้แก่ ภูมิภาคคันโตและภูมิภาคโทไก ลมที่ความชื้นหมดไปจะพัดข้ามผ่านภูเขาเข้ามา ในฤดูหนาวจึงมีวันที่อากาศแห้งและมีแดดออกมากกว่า



มีหิมะมากทางฝั่งทะเลญี่ปุ่น



กลไกที่ทำให้เกิดหิมะปริมาณมาก

\*พื้นที่ที่มีหิมะตกหนัก (เขตที่มีหิมะตกมากในฤดูหนาว ดินแดนแห่งหิมะ)

\*กระแสน้ำอุ่น (กระแสน้ำทะเลที่มีอุณหภูมิสูงกว่าบริเวณรอบ ๆ)

\*ไอน้ำ (น้ำที่อยู่ในอากาศ)

ข้อมูลที่เกี่ยวข้อง : NHK WORLD-JAPAN “ข่าวและข้อมูลภัยพิบัติเป็นภาษาต่างประเทศ”

ท่านสามารถดูข้อมูลภัยพิบัติและข่าวสาร เป็นต้น ด้วยภาษาญี่ปุ่นที่เข้าใจง่ายและภาษาต่างประเทศ 20 ภาษา



## วันปีใหม่ของญี่ปุ่น ~โอเซจิเรียวริ และข้าวต้มมะนะคุสะ



“โอเซจิเรียวริ” อาหารในเทศกาลปีใหม่ของญี่ปุ่นที่รู้จักกันดีแต่ก่อน ในสมัยเฮอัน (ช่วงปี ค.ศ.794~1185) ในราชสำนัก (พระราชวังที่ประทับของจักรพรรดิ) มีการเรียกอาหารที่ใช้ถวายเทพพระเจ้าในวันเทศกาลตามฤดูกาล (วันเปลี่ยนฤดูกาล) ว่า “โอเซจิเรียวริ” ต่อมาในสมัยเอโดะ (ช่วงปี ค.ศ.1603~1868) เมื่อแพร่หลายออกไปยังผู้คนทั่วไปก็พากันเรียกอาหารในวันปีใหม่ซึ่งเป็นวันที่สำคัญที่สุดในบรรดาวันเทศกาลตามฤดูกาลว่า “โอเซจิเรียวริ” โอเซจิเรียวริในปัจจุบันมีการจัดอาหารหลากหลายชนิด เช่น ถั่วดำ ไข่ปลาคาซุ โนะ โกะ คินตง ไข่คะเตมากิ คามาโตะ โกะสี

ชาว-แดง กุ้ง เป็นต้น ใส่ลงในกล่องชั้น (กล่องซ้อนกันเป็นชั้น)

นอกจากนี้ ในวันที่ 7 มกราคม เพื่ออธิษฐานให้ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ (ไม่เจ็บป่วย ดำรงชีวิตด้วยสุขภาพที่แข็งแรง) ก็มีธรรมเนียมรับประทาน “ข้าวต้มมะนะคุสะ” โดยในข้าวต้มมะนะคุสะ ก็จะใส่ “เซริ นะซุเนะ โกะเกียว ฮะ โกะเบะระ โฮโตะกะ โนะชะ ชูซุเนะ (ใบคาบุ) ชูซุชิโระ (ใบของต้นไซเท้า)” ซึ่งเรียกว่า “ผักเจ็ดชนิดในฤดูใบไม้ผลิ”

<วิธีทำข้าวต้มมะนะคุสะ> ก่อนอื่นเตรียมข้าวสาร 1 ถ้วยตวง น้ำ 7 ถ้วยตวง เกลือเล็กน้อย ล้างข้าวสาร แช่น้ำ 30 นาที จากนั้นใส่ในหม้อต้ม (หรือหม้อดินเผา) ตั้งไฟแรง พอเดือดก็ลดเหลือไฟอ่อน หุงประมาณ 40 นาที จนข้าวนุ่มแล้วจึงใส่ผักเจ็ดชนิดที่ซอยแล้วลงไป พอผักสุกก็แต่งรสชาติเล็กน้อยด้วยเกลือ ดับไฟปิดฝาทิ้งไว้สักพักก็เสร็จเรียบร้อยแล้ว

ในปีหลัง ๆ ดูเหมือนว่าตามซูเปอร์มาร์เก็ตก็มีการจำหน่ายชุด “ผักเจ็ดชนิดในฤดูใบไม้ผลิ” กันเป็นจำนวนมาก สามารถทำได้ง่าย ๆ ลองทำกันดูนะคะ!



## โคคุโงะโนะโมริ

สื่อการเรียนรู้คำศัพท์ อักษรคันจิ และวิธีการใช้คำนั้น ๆ มาสนุกสนานไปกับการคิดหาคำตอบกัน (คำตอบอยู่ในหน้าถัดไป)

こくご  
のもり

指導・元世田谷区立  
小学校教諭  
高橋 信子  
イラスト・奈良 豊

同じ読みの漢字

# ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค หนึ่งภาพในเดือนนี้



ผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิคชาวเวียดนามแปลงโฉมสวมใส่ชุดฟูริโซคะที่งดงามฉลองปีใหม่ในประเทศญี่ปุ่น! การได้สวมใส่ชุดกิโมโนเป็นครั้งแรกเป็นความทรงจำที่ดีในระหว่างที่อยู่ประเทศญี่ปุ่น

※โพสต์ เมื่อเดือนมกราคม ค.ศ.2022

(สถานดูแลผู้สูงอายุคอสโมส โรงพยาบาลศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์อิชิมิ)

เราจะคัดเลือกเอาหนึ่งภาพจาก “กินิจิตชู เคย์ส์” ที่ทางบริษัทที่รับผู้ฝึกปฏิบัติงานเข้าทำงานโพสต์ลงบนโฮมเพจของ JITCO มาลงในคอลัมน์นี้ สำหรับหน้าเพจ “กินิจิตชู เคย์ส์” และเงื่อนไขการสมัครนั้น สามารถเข้าไปดูได้ที่

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



## แนะนำหน่วยงานให้คำปรึกษา

เมื่อประสบความสำเร็จจะทำอย่างไร...? (<https://www.otit.go.jp/notebook/>)

OTIT (องค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ) มีหน่วยงานให้คำปรึกษาเป็นภาษาแม่เวลาที่ประสบปัญหาหน่วยงานให้คำปรึกษาในท้องถิ่น ข้อมูลข่าวสารด้านกัมปิบัตติ และแอปพลิเคชันที่เป็นประโยชน์ อาทิ “เกมบะ โนะะ นิสง โกะะ” “คู่มือผู้ฝึกงานด้านเทคนิค” เป็นต้น ที่คุณสามารถใช้บริการได้



## โปรดแนะนำหัวข้อที่อยากให้นำมาลงใน “วารสารมิตรผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค”!

ใช้แบบฟอร์มด้านขวามือ ส่งข้อคิดเห็น-ความประทับใจเกี่ยวกับแผ่นพับใบปลิว “วารสารมิตรผู้ฝึกปฏิบัติงานด้านเทคนิค” และเรื่องที่คุณอยากให้นำมาลง-เรื่องที่น่าสนใจเข้ามาด้วยนะคะ



旗のカタカナは、漢字を字音通りに読む「音読み」を示しています。指示がなかったら、「て」「みみ」「おもう」のように大和言葉訓読みとして読む方が多いかもしれませんね。  
小学校で学習する「シ」と読む漢字は三十三の違う形と意味をもっています。  
「シ」「シュ」にも、また三つ、四つの漢字がありますよ。



◆こくごこたえ

ตัวอักษรคาตากานะบนธง แสดงคำอ่านแบบ “องโยมิ” ตามเสียงของอักษรคันจิ หากไม่ได้ระบุหลายคนก็อาจจะอ่านออกเสียงแบบญี่ปุ่นหรือคุงโยมิว่า “ทะะ” “มิมิ” “โอโมอุ”

ในชั้นประถมเราได้เรียนรู้ว่า อักษรคันจิที่อ่านว่า “ชิ” มีถึง 33 รูปลักษณะและความหมายที่แตกต่างกันไป และยังมีอักษรคันจิอีก 3, 4 ตัวที่อ่านออกเสียงว่า “ชิ” “ชู”

技能実習生・研修生向け母国語情報誌

技能実習生の友

2023年1月 冬季号

2023年1月1日発行

発行

電話

JITCO ホームページ

公益財団法人 国際人材協力機構 (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

03-4306-1166 (ダイヤルイン)

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