

ခေါင်းစဉ်

မန်ဂါနဲ့ လေ့လာကြစို့ ရာသီအလိုက်ပွဲလမ်းများ “ဂျပန်က ဟောလိုဝင်း”

◇ အလုပ်သင်တွေကိုမေးကြည့်ခဲ့တဲ့ ဂျပန်ကလူနေမှု ဟိုအကြောင်းဒီအကြောင်း ◇ သိပါသလား။ ဂျပန်ရဲ့ “ခေါက်ဆွဲ” ယဉ်ကျေးမှု ခိုခိုလှီးလှီး “ဝါကျ ဖွဲ့ပါ”

မန်ဂါနဲ့ လေ့လာကြစို့ ရာသီအလိုက်ပွဲလမ်းများ

— ဂျပန်က ဟောလိုဝင်း —



အားလုံးအတူတကွ ဟောလိုဝင်းကို ပျော်ရွှင်ခံစားကြရအောင်

နဂိုက နိုင်ငံခြားပွဲလမ်းတစ်ခုဖြစ်တဲ့ ဟောလိုဝင်းဟာ အခုရာသီ ဂျပန်မှာလည်း လူကြိုက်များပါတယ်။ ချစ်စရာ သရဲတွေ၊ မင်းသမီးလေး၊ နှစ်သက်တဲ့ကာတွန်းထဲက လူကြိုက်များတဲ့ဇာတ်ကောင်စသဖြင့် တုပ်ဝတ်ဆင်ပြီး ပါတီပွဲမှာ ပျော်ရွှင်ကြပါတယ်။ ကျင့်ဝတ်စည်းကမ်းကို ထိန်းသိမ်းရင်း ဟောလိုဝင်းကို ပျော်ရွှင်ခံစားကြည့်ကြရအောင်လား။

「と も」ဟာ ဂျပန်ကလူနေမှုအတွက်အကျိုးရှိမယ့် သတင်းအချက်အလက်တွေ၊ ဂျပန်ဘာသာစကား လေ့လာသင်ယူဖို့ သဲလွန်စတွေကို ဖူလိဂါနပါတဲ့ ဂျပန်စာလုံးတွေနဲ့ ဘာသာစကား ၉ မျိုး (ဗီယက်နမ်၊ တရုတ်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ အင်ဒိုနီးရှား၊ ထိုင်း၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ မြန်မာ၊ မွန်ဂို၊ အင်္ဂလိပ်) နဲ့ထုတ်ဝေနေပါတယ်။ ဂျပန်ဘာသာမူကို စာစောင်အဖြစ်ပို့ပေးပြီး နိုင်ငံခြားဘာသာမူကိုတော့ JITCO ရဲ့အွန်လိုင်းစာမျက်နှာကနေ စမတ်ဖုန်းစတာတွေနဲ့ PDFအဖြစ်ကြည့်ရှုနိုင်ပါတယ်။ ဖတ်ရှုအသုံးပြုပါ။
(<https://www.jitco.or.jp/ja/tomo/>)



အလုပ်သင်တွေကိုမေးကြည့်ခဲ့တဲ့ ဂျပန်ကလူနေမှု ဟိုအကြောင်းဒီအကြောင်း

တခြားအလုပ်သင်တွေ ဘယ်လို နေထိုင်နေကြပါသလဲ။

ကျိတ် ခရိုင်မှာ နေထိုင်နေတဲ့ အလုပ်သင် မသီတာလွင် (၂၅ နှစ်) ကိုမေးကြည့်ခဲ့ပါတယ်။

အမည်။ ။ သီတာလွင်

ဇာတိ ။ ။ မြန်မာ

သင်ယူနေတဲ့ပညာ ။ ။ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေး

ဂျပန်မှာ နေတာ ။ ။ ၃ နှစ်

မိမိကိုယ်ကိုယ်မိတ်ဆက်စကား ။ ။ အမြဲတက်ကြွနေပြီး အနားက
လူတွေကို ပျော်ရွှင်စေသူပါ။



監理団体：大阪人材開発事業協同組合
美習先：医療法人社団 医聖会 学研都市病院

◆ဂျပန်ကိုလာဖြစ်ခဲ့တဲ့အကြောင်း ပြောပြပါ။ ရောက်ပြီးတော့ရော
ဂျပန်အပေါ်ထင်မြင်မှု ပြောင်းလဲသွားပါသလား။

ဂျပန်ကိုလာခဲ့တာကတော့ ပိုက်ဆံစုချင်တာရယ်၊ ဂျပန် အာနီမဲ အရမ်း
နှစ်သက်တာရယ်ကြောင့်ပါ။ မလာခင်က ဂျပန်အကြောင်း တိတိမာ
တွေရတာ စည်းကားပြီး လူတွေလည်းများတယ်။ အားလုံး အလုပ်ရှုပ်
နေကြပြီး ကြိုးစားနေကြတယ်လို့ မြင်ခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်မ အခုနေနေတဲ့
နယ်ဘက်မှာ လူသိပ်မများဘဲ တိတ်တိတ်ဆိတ်ဆိတ်နဲ့ ရိုးရိုးသားသား
အလုပ်ကို ကြိုးစားနေကြပါတယ်။

◆ဂျပန်မှာနေထိုင်ရင်း ဘာလုပ်ရမှန်းမသိ ဖြစ်ရတာ၊
အခက်ကြုံရတာ ဘယ်လိုအရာပါလဲ။

ဘယ်ကိုကြည့်ကြည့် ခန်းဂျီစာလုံးတွေချည်းပဲ၊ ဘာရေးထားမှန်း
နားမလည်ပါဘူး။ အခုလည်း ခက်ခဲနေသေးပေမဲ့ နားမလည်တာ
မေးကြည့်၊ စမတ်ဖုန်းနဲ့ရှာကြည့်၊ စာအုပ်ဖတ်ကြည့်ပြီး လေ့လာ
နေပါတယ်။ နောက်တစ်ခုက မြန်မာဟင်းချက်တဲ့အခါ မြန်မာ
စားသောက်ကုန်၊ ဟင်းခတ်ပစ္စည်းတွေရှာရတာ ခက်ခဲခဲ့ပါတယ်။
အခုတော့ အင်တာနက်ကနေ မြန်မာဆိုင်ကိုလှမ်းမှာပြီး
ချက်စားနေပါတယ်။

◆အနှစ်သက်ဆုံး ဂျပန်အစားအစာက ဘာပါလဲ။
တစ်ဖက်မှာ လုံးဝ မစားနိုင်တာမျိုး ရှိပါသလား။
နောက်ပြီး အရင်က မစားနိုင်ခဲ့ဘဲ အခုစားနိုင်တဲ့
အစားအစာရှိပါသလား။

အရမ်းကြိုက်တဲ့ အစားအစာက စူရှီနဲ့ အိုဆိုနိုမီယာမီ
ပါ။ မစားနိုင်တာကတော့ နှာတိုးပဲပုတ် ပါ။ နည်းနည်း
စားလို့ရလာတာက ဝါစာဘီ ပါ။ ဝါစာဘီ ကို စူရှီနဲ့
အတူတွဲစားရတာလည်း ကြိုက်လာပါတယ်။



◆ဂျပန်ကိုရောက်ပြီး စိတ်အလှုပ်ရှားရဆုံး
အရာကို ပြောပြပါ။

ဂျပန်ကိုရောက်ပြီး စိတ်အလှုပ်ရှားရဆုံး
ကတော့ နှင်းတွေပါပဲ။ မြန်မာနိုင်ငံမှာလည်း
ဆောင်းရာသီရှိပေမဲ့ ကျွန်မတို့မြို့မှာက
နှင်းမကျပါဘူး။

◆ဂျပန်ဘာသာကို ဘယ်လို
လေ့လာသင်ယူနေပါသလဲ။

နေ့တိုင်း ခန်းဂျီစာလုံးရေးတာ၊ စာအုပ်ဖတ်တာတွေ
လုပ်နေပါတယ်။ ဂျပန် အာနီမဲကတွန်းရုပ်ရှင်တွေ၊
ဒရာမာဇာတ်လမ်းတွေ ကြည့်ပြီး စကားပြောပုံတွေ
ကိုလည်း နားလည်လာခဲ့ပါတယ်။
နားထောင်ပြီး နားလည်မှု လေ့ကျင့်ဖို့လည်း
ထိရောက်ပါတယ်။

◆အနာဂတ်ရည်မှန်းချက်
ကို ပြောပြပါ။

ရည်မှန်းချက်က ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု
လူမှုဖူလုံရေးပညာရှင်
အောင်လက်မှတ်ယူပြီး
ဂျပန်မှာအလုပ်လုပ်ဖို့
ဖြစ်ပါတယ်။



◆အားလပ်ရက်မှာ ဘယ်လိုနေထိုင်ပါသလဲ။
အပန်းဖြေတဲ့နည်းလမ်းကို ပြောပြပေးပါ။

အားလပ်ရက်မှာ ဈေးဝယ်ထွက်၊ ဟင်းချက်၊
အခန်းသန့်ရှင်းရေးလုပ်ပါတယ်။
တစ်ခါတစ်ခါ စက်ဘီးစီးပြီး ပန်းခြံကို
သွားတာမျိုးလည်း ရှိပါတယ်။

◆နောင်လာမယ့် အလုပ်သင်တွေအတွက် အမှာစကားပြောပေးပါ။

文化を建てるばかりで 国益事も 个益も 多くあるけれど 楽に
働く 働き方 仕事内容は 日本語を 勉強して 頑張るべきです

JITCO မှာ ဂျပန်မှာနေထိုင်တဲ့ နိုင်ငံခြားသားတွေအတွက် လူနေမှုလမ်းညွှန်စာအုပ် “ဂျပန် လူနေမှု လမ်းညွှန်” စာအုပ်ကို ဘာသာစကား
၁၃ မျိုးနဲ့ ထုတ်ဝေရောင်းချနေပါတယ်။ JITCO ရဲ့အွန်လိုင်းအရောင်းဆိုင်မှာ မြည်းစမ်းဖတ်ရှုနိုင်တာကြောင့် ကြည့်ရှုလေ့လာကြည့်ပါ။

🌐 <https://onlineshop.jitco.or.jp/shopdetail/000000000233>



သိပါသလား။ ဂျပန်ရဲ့ “ခေါက်ဆွဲ” ယဉ်ကျေးမှု

ကမ္ဘာတစ်လွှားမှာ “ခေါက်ဆွဲ” အမျိုးမျိုးရှိပါတယ်။ မိမိနိုင်ငံမှာ ခေါက်ဆွဲနဲ့ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သူတွေ များမယ်ထင်ပါတယ်။ ဂျပန်မှာလည်း ခေါက်ဆွဲကလူကြိုက်များပြီး ဆိုင်မှာတင်မက အိမ်မှာလည်းလုပ်စားကြပါတယ်။ ဂျပန်ကိုကိုယ်စားပြုတဲ့ ခေါက်ဆွဲလို့ပြောရင် “အုဒုံး”၊ “စိုးဘ”နဲ့ “လားမဲန်း” စတာတွေ ခေါင်းထဲပေါ်လာမယ်ထင်ပါတယ်။ ဒါတင်မက ဒေသအလိုက် အရည်အရသာ၊ ထည့်တဲ့ပစ္စည်း၊ ခေါက်ဆွဲ အပျော့အမာ၊ အထူအပါး ကွဲပြားမှုတွေ အမျိုးမျိုးပါပဲ။ ချမ်းအေးတဲ့ ဆောင်းရာသီမှာ ပူပူနွေးနွေး “မိစိုးလားမဲန်း” ၊ “နုဘဲယာခီအုဒုံး” စတာတွေနဲ့ အနွေးဓာတ် ရယူ၊ ပူအိုက်လို့ စားချင်သောက်ချင်စိတ်မရှိဖြစ်ရတဲ့ နွေရာသီ ဆိုရင် အရသာခပ်ပေါ့ပေါ့ “ဇာလုစိုးဘ” ၊ “စိုးမဲန်း” စတဲ့ အေးအေးမြမြ ခေါက်ဆွဲတွေကို လူကြိုက်များပါတယ်။ ဒါအပြင် မြို့ရွာအလိုက် ပုံစံ အမျိုးမျိုး ဒေသယိုက် ခေါက်ဆွဲဟင်းလျာတွေကို “ဇာတိမြေရဲ့အရသာ” အဖြစ် စားသုံးနေကြပါတယ်။

ဂျပန်လူမျိုးတွေထဲမှာ ခေါက်ဆွဲ စားတဲ့အခါ “ရှလွတ်ရှလွတ်” နဲ့ အသံမြည်အောင် စုပ်ယူစားသုံးတဲ့သူ အများအပြားရှိပါတယ်။ စစချင်း အဲဒီလို အသံကိုကြားရရင် အံ့အားသင့်သွားကြမယ်လို့ ထင်ပါတယ်။ အစားအသောက်ကို အသံမြည်အောင်စားတာ ကျင့်ဝတ်နဲ့မညီဘူးလို့ သတ်မှတ်တဲ့ နိုင်ငံတွေ၊ ယဉ်ကျေးမှုတွေ ရှိကြတဲ့အထဲ ဘာဖြစ်လို့များ ဂျပန်မှာ ခေါက်ဆွဲကို အသံမြည်အောင်စားတဲ့လေ့ ရှိလာတာပါလိမ့်။ အယူအဆအမျိုးမျိုးရှိပေမဲ့ အဲဒီထဲက တစ်ခုကတော့ ခေါက်ဆွဲနဲ့ အတူ လေကိုပါ စုပ်ယူစားသုံးခြင်းအားဖြင့် ရနံ့တွေခံတွင်းထဲ သင်းပျံ့လာပြီး

အနံ့အရသာတွေကို ပိုပြီး ပြည့်ပြည့်ဝဝ ခံစားနိုင်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ အထူးသဖြင့် “စိုးဘ” ခေါက်ဆွဲကိုစားတဲ့အခါမှာ ပိုပြီးထင်ရှားရှား သိနိုင်မယ်ထင်ပါတယ်။ နောက်ပြီး ခေါက်ဆွဲဆိုတာ အချိန်ကြာရင် ပွပြီး ပျော့လာပါတယ်။ ခေါက်ဆွဲကို မြန်မြန်သွက်သွက် အရသာရှိရှိစားနိုင်ဖို့ စုပ်ယူတဲ့ပုံစံနဲ့ စားလာကြတာဖြစ်တယ်လို့လည်း ဆိုပါတယ်။

အားလုံးပဲ မိမိတို့ နေထိုင်တဲ့အရပ်ဒေသက ဒေသယိုက် ခေါက်ဆွဲကို ရှာဖွေစားကြည့်ကြပါ။ ပြီးတော့ အဲဒီအချိန်မှာ ခေါက်ဆွဲကို စုပ်ယူပြီး စားတဲ့နည်းကို စမ်းကြည့်ကြပါလို့ အကြံပေးချင်ပါတယ်။



စိုခိုဂိုးနိုမိုလီ

ဂျပန်စာလုံးနဲ့ ခန်းဂျီး အသုံးပြုနည်း လေ့လာသင်ယူဖို့သင်ထောက်ကူပစ္စည်းဖြစ်ပါတယ်။ ပျော်ပျော်ပါးပါးနဲ့ အဖြေတွေကို စဉ်းစားကြပါစို့။ (အဖြေမှန်က တခြားစာမျက်နှာမှာ ရှိပါတယ်။)

(1) 強い (つよい) နှင့် 風 (かぜ) ကို ဖြတ်၍ ဖတ်ပါ။

(2) 上 (うへ) နှင့် နေ့ (か) ကို ဖြတ်၍ ဖတ်ပါ။

(3) ချစ် (あい) နှင့် ချစ် (あい) ကို ဖြတ်၍ ဖတ်ပါ။

カードの言葉と、
文を作りましょう。

がはにでのをから合うものをえらんで、

文にまてな

အလုပ်သင်တွေ့ရဲ့ ဒီလအတွက် ဓာတ်ပုံတစ်ပုံ



ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးဌာနမှာ အလုပ်လုပ်နေတဲ့ အင်ဒိုနီးရှားက အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်တွေ ပထမဦးဆုံးအဖြစ် ဒစ်စနီလန်းဒ်ကို သွားခဲ့ပါတယ်။ အဲဒီနေ့က မိုးတွေရွာနေခဲ့ပေမဲ့ ပျော်စရာအချိန်တွေကိုခံစားနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ ဒါကို ခွန်အားအဖြစ်နဲ့ ဆက်လက်ပြီးအလုပ်ကို ကြိုးစားကြမယ်နော်။

※2023 年 6 月投稿 (ケアサポート瑞穂)

အလုပ်သင်ပေးတဲ့နေရာတွေကနေ JITCO အင်တာနက်စာမျက်နှာကို ပို့လာတဲ့ “技能実習 Days” ထဲက ဓာတ်ပုံတစ်ပုံကို ရွေးချယ် ဖော်ပြနေပါတယ်။ “技能実習 Days” စာမျက်နှာနဲ့ ပေးပို့ဖို့ အချက်အလက်တွေကို ဒီမှာ ကြည့်ပါ။

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



JITCO က “၃၁ကြိမ်မြောက် နိုင်ငံခြားသား အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်နှင့်သင်တန်းသားများ၏ ဂျပန်ဘာသာ စာစီစာကုံးပြိုင်ပွဲ” ကို ကျင်းပခဲ့ပြီး ဆုရရှိသူတွေကို JITCO ရဲ့အင်တာနက်စာမျက်နှာမှာ ထုတ်ပြန်ကြေညာထားပါတယ်။ ထူးချွန်တဲ့လက်ရာပေါင်းချုပ်ကိုလည်း နောက်ပိုင်းမှာ တင်ထားမှာမို့ ဖတ်ရှုကြပါ။



တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးကောင်တာ လမ်းညွှန်

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

OTIT (နိုင်ငံခြားသားနည်းပညာအလုပ်သင်တန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ) မှာ၊ အခက်အခဲကြုံရတဲ့အခါ မိခင်ဘာသာစကားနဲ့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးကောင်တာ၊ ဒေသန္တရတိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးကောင်တာနဲ့ ဘေးအန္တရာယ်တားဆီးရေး သတင်းအချက်အလက်၊ အသုံးတည့်တဲ့ အက်ပလီကေးရှင်း “လုပ်ငန်းခွင်သုံး ဂျပန်ဘာသာ” ၊ “အလုပ်သင်လက်စွဲ” စတာတွေကို အသုံးပြုနိုင်ပါတယ်။



文は、主語と述語で成り立ちます。まず、主語と述語を確かめましょう。
(1)は、「ふきとばした」のは「風」。「ふきとばされた」のは「ぼうし」です。
(2)の「夜中」には、「に」をつけてもつけなくてもいいでしょう。「夜中」が、時を表しているからです。
(3)では、「誕生日」は、ぼく・弟のどちらか分かりません。決め手は、「あげた」です。「弟がぼくにあげた」とは言いません。



ぼくは、弟のたん生日に、おり紙の金メダルをあげた。



夜中、やねの上で、ねこがいないいた。



強い風がぼうしをふきとばした。

◆ここここたえの例

ဝါကျကို ကတ္တားနဲ့ ဝါစကတွေ တွဲဖွဲ့ထားပါတယ်။ အရင်ဆုံး ကတ္တားနဲ့ ဝါစကကို စစ်ဆေးကြည့်ပါမယ်။ (1) မှာ 「ふきとばした」 တာက 「風」 ၊ 「ふきとばされた」 တာက 「ぼうし」 ပါ။ (2) ရဲ့ 「夜中」 မှာ 「に」 မထည့်လို့ရပါတယ်။ 「夜中」 ဟာ အချိန်ကိုပြတာမို့ပါ။ (3) မှာတော့ 「誕生日」က ဝါစကလား၊ ဝါစကလား၊ ဘယ်သူလဲ မသိပါဘူး။ ဆုံးဖြတ်ပေးတာက 「あげた」 ဖြစ်ပါတယ်။ 「弟がぼくにあげた」 လို့ ပြောလို့မရပါဘူး။

とも

2023年10月 秋季号

2023年10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/>