

မန်ဂါနဲ့လေ့လာကြစို့ အို နို ဂီ လီ ယူပြီး အလည်ထွက်ရအောင်



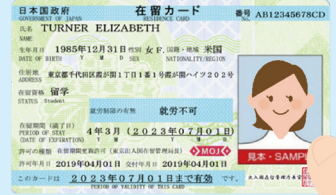
အိုနိုဂီလီ ထမင်းဆုပ်ရဲ့ သမိုင်းက ရှည်လျားပြီး၊ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း ၁၃၀၀ လောက် နာရာခေတ်က မှတ်တမ်းထဲမှာ 「握飯 (にぎりい)」 ဆိုတဲ့ ရေးသားချက်ကို တွေ့ရပါတယ်။ အဲဒီနောက် အဲဒီခေတ် (အနောက်တိုင်းသက္ကရာဇ် ၁၆၀၃ ခုနှစ် ကစတင်) မှာ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး မွမ်းမံမှုတွေ ကျယ်ကျယ် ပြန့်ပြန့်လုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီး လမ်းတွေ ကောင်းမွန်လာခဲ့တာကြောင့် ခရီးသွားလာတာတွေများလာခဲ့ပြီး၊ လွယ်လွယ်စားလို့ရတဲ့ အိုနိုဂီလီကို ယူဆောင်ပြီး ခရီးသွားခဲ့ကြတယ်လို့ဆိုပါတယ်။ အခုခေတ်မှာ ဌာပနာအမျိုးမျိုး တိုးလာသလို ၂၄ နာရီ ကုန်စုံဆိုင်တွေမှာ လွယ်လွယ်ကူကူ ဝယ်နိုင်တာတွေကြောင့် ဂျပန်မှာ လူသိအများဆုံးအစားအစာ ဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။ အခုတလော အိုနိုဂီလီ သီးသန့်ဆိုင်တွေလည်း တိုးလာနေပြီး တန်းစီစောင့်ရတဲ့ နာမည်ကြီး ဆိုင်တွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဂျပန်တစ်လွှား ချယ်ရီပန်းတွေ ပွင့်ဝေနေပြီး အပြင်ထွက်လည်ဖို့ အသင့်ဆုံး ရာသီရောက်ပါပြီ။ Golden week လို့ခေါ်တဲ့ ရက်ရှည်အားလပ်ရက်လည်း ရှိပါတယ်။ အားလပ်ရက်မှာ အိုနိုဂီလီ လုပ်ယူပြီး အလည်ထွက်ကြည့်ကြရအောင်လား။

“အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်များ၏မိတ်ဆွေ” ဟာ အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်နဲ့ သင်တန်းသားတွေအတွက်ရည်ရွယ်တဲ့ ဂျပန်နိုင်ငံမှာနေထိုင်ရေးကို အထောက်အကူပေးမယ့် သတင်းအချက်အလက်တွေ၊ ဂျပန်ဘာသာ သင်ထောက်ကူပစ္စည်းတွေနဲ့ ၄ကွက်ကာတွန်း စတာတွေကို အသံထွက် “ခါနာ” စာလုံး တွဲဖက်ထားတဲ့ ဂျပန်စာနဲ့ ဘာသာစကား ၉ မျိုး (ဗီယက်နမ်၊ တရုတ်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ အင်ဒိုနီးရှား၊ ထိုင်း၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ မြန်မာ၊ မွန်ဂို၊ အင်္ဂလိပ်) နဲ့ ထုတ်ဝေနေပါတယ်။ အားလုံးပဲ အသုံးပြုကြပါ။



“နေထိုင်သူကတ်ပြား”

မပျောက်အောင် သတိထားကြပါစို့



အမြဲတမ်း ကိုယ်နဲ့မကွာယူဆောင်ထားရတဲ့ “နေထိုင်သူကတ်ပြား” ကို အပြင်သွားရင်း ကျပျောက်တဲ့သူတွေ တိုးလာနေပါတယ်။ ဒါကြောင့် အခုတစ်ခါမှာ နေထိုင်သူကတ်ပြားဆိုတာဘာလဲ၊ ဘာတွေကိုသတိထားသင့်သလဲ ဆိုတာနဲ့ပတ်သက်လို့ ထပ်ပြီး ပြောပြပါမယ်။

နေထိုင်သူကတ်ပြားဆိုတာ ဘာလဲ

နေထိုင်သူကတ်ပြားကို ၃ လကျော်တဲ့ ကာလတစ်ခု ဂျပန်မှာ နေထိုင်တဲ့ နိုင်ငံခြားသားတွေကို ထုတ်ပေးပါတယ်။ မှန်မှန်ကန်ကန် ခွင့်ပြုချက်ရယူပြီး ဂျပန်မှာနေထိုင်နေတာဖြစ်ကြောင်း လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနဲ့ ဝန်ဆောင်မှု အေဂျင်စီ အကြီးအကဲက သက်သေခံထားတဲ့ အရေးပါတဲ့ ကတ်ပြား ဖြစ်ပါတယ်။ အစိုးရရုံးဌာနတွေမှာ ကာယကံရှင်ဖြစ်ကြောင်း အတည်ပြုတဲ့

လုပ်ငန်းစဉ်၊ ဘဏ်စာရင်းဖွင့်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးအာမခံဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းစဉ် လူနေမှုအတွက် အနေအထားအမျိုးမျိုးမှာ အသုံးပြုရတာကြောင့် အများရဲ့ စိတ်ချယုံကြည်မှုကို ထိန်းသိမ်းထားဖို့ လိုအပ်ချက်အရ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း အမျိုးမျိုး ချမှတ်ထားပါတယ်။

ဘာလို့ ကိုယ်နဲ့မကွာ ယူဆောင်မထားလို့ မရတာလဲ

ကိုယ်ရေးအချက်အလက်ကို လိမ်ညာပြီး နေထိုင်နေတဲ့ နိုင်ငံခြားသားတွေ၊ နေထိုင်ခွင့်သက်တမ်း ကုန်ဆုံးနေပေမဲ့ ဆက်နေနေတဲ့ နိုင်ငံခြားသားတွေဟာ ဂျပန်ကနေ အတင်းအကျပ် ပြည်နှင်ခံရမယ့်သူအဖြစ် အကျုံးဝင်ပါတယ်။ အစမှာပြောခဲ့သလို နေထိုင်ခွင့်ကတ်ပြားဟာ မှန်မှန်ကန်ကန် ခွင့်ပြုချက်နဲ့ ဂျပန်မှာနေထိုင်နေကြောင်း သက်သေခံတဲ့ ကတ်ပြားဖြစ်တာမို့ ကိုယ်နဲ့မကွာ

ယူဆောင်ထားတာဟာ နေထိုင်ခွင့်အမျိုးအစားနဲ့ ဘယ်သူဘယ်ဝါဖြစ်တယ် ဆိုတာကို မြန်မြန် အတည်ပြုနိုင်ပါတယ်။ လျှောက်ထားရေးလုပ်ငန်းစဉ်လို ကိစ္စတွေ လုပ်ဆောင်ရတဲ့အခါမှာ ကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့အစည်း ဒါမှမဟုတ် အလုပ်လုပ်နေတဲ့ ကုမ္ပဏီတွေကလူတွေဆီ အပ်လိုက်လို့ရပေမဲ့ မိမိလက်ထဲ ပြန်ရတဲ့အခါမှာတော့ မဖြစ်မနေ ကိုယ်နဲ့မကွာယူဆောင်ထားကြပါ။

“မဖြစ်မနေ လုပ်ရမယ့်အရာ”နဲ့ “မလုပ်ရမယ့်အရာ”

● မဖြစ်မနေလုပ်ရမယ့်အရာက ဘာပါလဲ

- ✓ နေထိုင်သူကတ်ပြားကို အမြဲတမ်း ကိုယ်နဲ့မကွာယူဆောင်ထားပါ။
ရဲအရာရှိ စသူတွေက နေထိုင်သူကတ်ပြားပြဖို့ ပြောလာရင် ထုတ်ပြပါ။
မပြနိုင်ဘူးဆိုရင် ယန်း ၂ သိန်းအောက် ဒဏ်ငွေ ချမှတ်ခံရပါမယ်။
- ✓ နေထိုင်သူကတ်ပြား ပျောက်ဆုံး၊ ပျက်စီးညစ်ပေတာတွေဖြစ်စေခဲ့ရင်
အဲဒါကို သိတဲ့နေ့ကနေ ၁၄ ရက်အတွင်း အနားက လူဝင်မှု ကြီးကြပ်ရေး
နှင့် ဝန်ဆောင်မှုအေဂျင်စီ ဒေသန္တရရုံးမှာ ထပ်မံထုတ်ပေးရေးလျှောက်
လွှာတင်ပါ။ နေထိုင်သူကတ်ပြားကို ပျောက်ဆုံး/ ပျက်စီး/ ညစ်ပေစေလို့
ပြစ်ဒဏ် မချပေမဲ့ သတ်မှတ်ကာလအတွင်း နေထိုင်သူကတ်ပြား ထပ်မံ
ထုတ်ပေးရေးလျှောက်လွှာ မတင်ခဲ့ရင် ၁ နှစ်အောက် ထောင်ဒဏ် (သို့)
ယန်း ၂ သိန်း အောက် ဒဏ်ငွေ ချမှတ်ခံရပါမယ်။
- ✓ နေထိုင်တဲ့နေရာ ပြောင်းလဲတဲ့အခါမှာ မြို့ရွာအုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့ဆီ
အကြောင်းကြားဖို့ လိုပါတယ်။ ၁၄ ရက်အတွင်း အကြောင်းကြားဘူး
ဆိုရင် ၁ နှစ်အောက် ထောင်ဒဏ် (သို့) ယန်း ၂ သိန်းအောက် ဒဏ်ငွေ
ချမှတ်ခံရပါမယ်။

- ✓ “နေထိုင်ခွင့်ကာလ (နောက်ဆုံးနေ့)” ကို ကျော်လွန်ပြီး ဂျပန်မှာနေထိုင်လို့
မရပါဘူး။ နေထိုင်သူကတ်ပြား သက်တမ်းကုန်ဆုံးတဲ့နေ့အထိအတွင်း
နေထိုင်ခွင့်ကာလသက်တမ်းတိုးရေး လျှောက်ထားမှု လုပ်ဖို့လိုပါတယ်။
အဲဒီအခါ နေထိုင်ခွင့်ကတ်ပြားအသစ် ထုတ်ပေးပါတယ်။ အဲဒီလို
မလုပ်ဘူးဆိုရင် ၁ နှစ်ထက်အောက် ထောင်ဒဏ် (သို့) ယန်း ၂ သိန်း
အောက် ဒဏ်ငွေ ချမှတ်ခံရပါမယ်။

● မလုပ်ရမယ့်အရာက ဘာပါလဲ

- ✓ နေထိုင်သူကတ်ပြားကို တစ်ခြားသူဆီ ငှားရမ်းတာ၊ ပေးအပ်တာ
မလုပ်ရပါဘူး။ ပျောက်ဆုံးခဲ့တဲ့ကတ်ပြားဆိုလည်း အလားတူပဲ ဖြစ်ပါ
တယ်။ မသမာတဲ့နည်းနဲ့အသုံးပြုခံရနိုင်တဲ့ အန္တရာယ်ရှိပါတယ်။ မသမာ
တဲ့နည်းနဲ့ အသုံးပြုခံရမှာကို သိလျက်နဲ့ မိမိရဲ့ နေထိုင်သူကတ်ပြားကို
တစ်ခြားသူဆီပေးခဲ့ရင် ၁ နှစ်အောက် ထောင်ဒဏ် (သို့) ယန်း ၂ သိန်း
အောက် ဒဏ်ငွေ ချမှတ်ခံရတာ၊ အတင်းအကျပ် ပြည်နှင်ခံရမယ့်သူ
အဖြစ် အကျုံးဝင်တာတွေ ဖြစ်လာပါမယ်။

出典：出入国在留管理庁ホームページ

https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/whatzairyu_00001.html

https://www.moj.go.jp/isa/applications/faq/newimmiact_4_point.html

https://www.moj.go.jp/isa/publications/faq/newimmiact_4_port-city.html

https://www.moj.go.jp/isa/publications/faq/newimmiact_4_q-and-a_page2.html



နီဟွန်းချ ဂျပန်လက်ဖက်ခြောက် အကြောင်း ပိုပြီးသိကြစေရာ

ဂျပန်မှာ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်တဲ့ “green tea”ကို “နီဟွန်းချ” လို့ ခေါ်ပေမဲ့ ဒါဟာ လက်ဖက်ရွက်ကို ခူးဆွတ်ပြီး ပြုပြင်ထုတ်လုပ်ထားတာဖြစ်ပါတယ်။ နှစ်တစ်နှစ်ရဲ့ မေလဆန်းမှာပေါ်တဲ့ လက်ဖက်ခြောက်ကို “ရှင်းချ” (ရွက်သစ် လက်ဖက်ခြောက်) လို့ခေါ်ပြီး စိမ်းစိုတဲ့အရသာပြင်းပြင်းနဲ့ လတ်ဆတ်တဲ့ ရနံ့တွေကို ခံစားနိုင်ပါတယ်။ ရှင်းချကို ပူနွေးနွေးသောက်နိုင်သလို “မိနူးဒါရီ” လို့ခေါ်တဲ့ အအေးပုံစံနဲ့သောက်ရလည်း အရသာပေါ့ပေါ့ပါးပါးနဲ့ တစ်မူထူး ပါတယ်။ ဒါအပြင် လက်ဖက်ခြောက်မှာ အများအပြားပါဝင်တဲ့ “catechin”

ဓာတ်ဟာ ဘက်တီးရီးယားနဲ့ ဗိုင်းရပ်စ်တွေအပေါ် ထိရောက်တဲ့ အစွမ်းထက် တယ်လို့ ဆိုကြပြီး ကျန်းမာရေးအတွက် သင့်တော်တဲ့အချက်ပေါ်မှာလည်း အာရုံစိုက်နေကြပါတယ်။ အခုတလော ကော်ဖီဆိုင်စတာတွေမှာ “မာ့ချ” လက်ဖက်ခြောက်မှုန့်ကို သုံးထားတဲ့ ဖျော်ရည်တွေကို သောက်သုံးသူတွေ များလာနေပါတယ်။ စာဖတ်သူတွေအနေနဲ့ မိမိနှစ်သက်တဲ့အမျိုးအစားကို ရှာဖွေပြီး နီဟွန်းချ ကို ခံစား ကြည့်ကြစေချင်ပါတယ်။

ထင်ရှားတဲ့ လက်ဖက်ခြောက်အမျိုးအစားများ



せんちゃ
煎茶

ဂျပန်လက်ဖက်ခြောက်တွေထဲမှာ လူသိ အများဆုံးအမျိုးအစားပါ။ “ဖုဆု-စန်းချ” အပြင် “ဖုဆုရို-စန်းချ” လို့ခေါ်တဲ့ အခါးဓာတ်နည်းနည်းနဲ့ သောက်ရလွယ်တဲ့ အမျိုးအစားလည်း ရှိပါတယ်။



ぎょくろ
玉露

အရည်အသွေးမြင့် လက်ဖက်ခြောက်လို့ အများအားဖြင့်သိကြပြီး ဆိမ့်ချို ခါးခါး အရသာထူးခြားပါတယ်။ သောက်လိုက်ရင် နှာခေါင်းထဲမှာ သင်းလာတဲ့ရနံ့က “နီရီရေမှော်စိမ်း” လို့ပဲလို့ ဆိုပါတယ်။



ばんちゃ
番茶

ဒေသအလိုက် ထုတ်လုပ်ပုံ ကွဲပြားပေမဲ့ ပုံမှန်အားဖြင့် ရင်နေတဲ့ လက်ဖက်ရွက်နဲ့ အရိုးတွေကို အသုံးပြုကြပါတယ်။ အခါးဓာတ် နည်းပြီး သောက်ရလွယ်တဲ့ အမျိုးအစားပါပဲ။



ほうじ茶
炒茶

အဆင့်နိမ့်တဲ့ စန်းချ၊ ဘန်းချ စတဲ့ အမျိုး အစားတွေကို မီးပြင်းပြင်းနဲ့ လှော်ထား တာတဲ့ လက်ဖက်ခြောက် ဖြစ်ပါတယ်။ ရနံ့ပြင်းပြင်းနဲ့ ခံတွင်းရှင်းစေတဲ့ အရသာက ထူးခြားပါတယ်။



matcha
抹茶

ပုံမှန်နဲ့ကွဲပြားတဲ့နည်းနဲ့ စိုက်ပျိုးထားတဲ့ လက်ဖက်ရွက်တွေကို လက်နဲ့မခြေဘဲ အခြောက်ခံ၊ မလိုတဲ့အရာတွေကို ဖယ်ရှားပြီး အရွက်တွေ ကို ကြိတ်ဆုံနဲ့ မှုန့်ညက်နေအောင် ကြိတ်ထားတာပါ။ ဂျပန် လက်ဖက်ရည်ကြမ်းတည်ခင်းမှုမှာ အသုံးပြုသလို မာ့ချ အမှုန့်ထည့်ထားတဲ့ မုန့်တွေ၊ စိုဘအမှုန့်နဲ့ မာ့ချကို ရောစပ် လုပ်ထားတဲ့ “ချစိုဘ” ခေါက်ဆွဲလို စားဖွယ်တွေမှာလည်း ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် အသုံးပြုကြပါတယ်။

ခိုခိုဂိုးခိုမိုမို

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

電車

行こう。

まつ。

来た。

ドアが開いた。

乗る。

、こんでいる。

きょうそうしてるよ。

車もがんばれ。

どれも「電車」から始まります。下の言葉とつながる一字の言葉を□に書きましょう。

まいしょうき

小さいくても大事な言葉

指導・元世田谷区立
小学校教諭
高橋 伶子
イラスト・奈良 恵



အရင်နှစ်ဆုတံဆိပ်အဖြစ် အခုနှစ် ကျင်းပတဲ့ ဖူဆယ်ပြိုင်ပွဲမှာ အင်ဒိုနီးရှားနဲ့ ဗီယက်နမ်က အလုပ်သင်တွေ၊ အထူးကျွမ်းကျင်လုပ်သားတွေ နိုင်ငံခြားသား ၆၀ လောက် ပါဝင်ခဲ့ပြီး တက်တက်ကြွကြွနဲ့ ယှဉ်ပြိုင် ကစားခဲ့ကြပါတယ်။ ချန်ပီယံတံဆိပ်ကို လည်မှာဆွဲထားသူတွေရဲ့ အပြုံးမျက်နှာတွေရဲ့ ဓာတ်ပုံပါပဲ။ အားကစားကတစ်ဆင့် ကူးလူးဆက်ဆံမှုတွေ အမျိုးမျိုး ပေါက်ဖွားလာပြီး စိတ်ကျေနပ်စရာ နေ့တစ်နေ့ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

※2024年12月投稿 監理団体：協同組合ビジネスプラザ

ပို့လာမှာကို စောင့်မျှော်နေပါတယ်။

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/>)



“၃၃ ကြိမ်မြောက် နိုင်ငံခြားသား အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်များ၏ ဂျပန်ဘာသာစာစီစာကုံးပြိုင်ပွဲ” ကြော်ငြာ

JITCO က ဧပြီလ ၁ ရက် (အင်္ဂါ) ကစပြီး ဂျပန်ဘာသာစာစီစာကုံးပြိုင်ပွဲအတွက် စာမူတွေကိုလက်ခံပါမယ်။ နောက်ဆုံးထားပေးပို့ဖို့ အချိန် သတ်မှတ်ချက်က မေလ ၉ရက် (သောကြာ) ဖြစ်ပါတယ်။ အသေးစိတ်ကို JITCO ရဲ့ အင်တာနက်စာမျက်နှာ (<https://www.jitco.or.jp/>) နဲ့ JITCO ဂျပန်ဘာသာ သင်ထောက်ကူပစ္စည်း ဟိရိုဘာ စာမျက်နှာ (<https://hiroba.jitco.or.jp/>) က အသိပေးချက်နေရာတွေမှာ တင်ထား ပါတယ်။ အားလုံးဆီက ပို့လာမယ့် စာမူတွေကို စောင့်မျှော်နေပါတယ်။



◆ここへこたえ

助詞は、語と語、句と句の間にあって、言葉と言葉との続き具合や意味をはっきりさせる働きをします。

言葉の終わりにつく「か・よ・ね・ぞ・の……」もあれば、「でも・しか・だって・まで・だけ・ほど・くらい……」などもあります。この小さな言葉なくしては、必要なことを十分に伝えることができません。



နိပါတ်ပုဒ်/ပစ္စည်းဆိုတာ စကားလုံးတွေ၊ စာပိုဒ်တွေရဲ့ ကြားမှာဝင်ပြီး စကားတစ်ခုနဲ့တစ်ခုရဲ့ ဆက်စပ်မှုအနေအထားနဲ့ အဓိပ္ပာယ်တွေကို ထင်ပေါ်အောင် စွမ်းဆောင်ပေးပါတယ်။ စကားအဆုံးမှာ ထည့်ပြီးသုံးတဲ့ 「か・よ・ね・ぞ・の・・・」 ဆိုတာတွေရှိသလို 「でも・しか・だって・まで・だけ・ほど・くらい・・・」 စတာတွေလည်း ရှိပါတယ်။ ဒီစကားလုံးလေးတွေမရှိရင် ပြောချင်တာကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ပြောမပြနိုင်ပါဘူး။

とも

2025年4月 春季号

2025年4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/>



jitco.official



@jitco_official