



โง้ย !



タイ語



เรียบเรียง • พิมพ์ 10 สิงหาคม 2558

อุชิโนมิยะชิโคกุไซโคริวพลาซ่า (UIP)

Tel. 028-616-1563 Fax. 028-616-1568

E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp

อุชิโนมิยะบะระโคริ4-1-1อุชิโนมิยะโอโมเตะซันโดสเคอร์ ชั้น 5



ทำ คูลแชร์ กันไหมคะ ?



ฤดูร้อนปีนี้ร้อนจังเลยนะคะ
ไม่อยากออกไปข้างนอกเลย เปิดแอร์อยู่แต่
ในบ้านทั้งวัน

ร้อนจริงๆนะคะ !
ว่าแต่ว่า รู้จัก 「คูลแชร์ (Cool
share)」 ไหมคะ ?



「คูลแชร์」 ?

①

จะไปคูลแชร์ที่ไหนได้บ้าง
คะ ?



สถานที่สาธารณะ เช่น สำนักงานเขต
ห้องสมุด ซูเปอร์มาร์เก็ต เป็นต้น ตาม
ร้านค้ามหาวิทยาลัย คาเฟ่ • ร้านอาหารที่
สามารถไปได้้นะคะ

「คูลแชร์」 คือ การแบ่งปันความเย็น
ในช่วงหน้าร้อน โดยปิดแอร์ที่บ้าน แล้ว
ไปอยู่ในสถานที่ที่มีอากาศเย็น เช่น
สถานที่สาธารณะหรือร้านค้า



คูลแชร์ตามสถานที่ธรรมชาติก็ได้้นะ
คะ ! เช่น น้ำตก หรือสวนสาธารณะ
ได้ร่มไม้ เป็นต้น ไปเติมความสดชื่น
ตามสถานที่เย็นๆกันนะคะ



ผลจากการคูลแชร์

◎ ลดก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์

เมื่อใช้กระแสไฟฟ้า จะเกิดก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ออกมาซึ่งเป็นผลทำ
ให้อุณหภูมิโลกร้อน

◎ ประหยัดไฟฟ้าในครัวเรือน

การคูลแชร์ในช่วงกลางวันที่มีการใช้ไฟฟ้ามากในเดือน สิงหาคม -
กันยายน จะทำให้ประหยัดกระแสไฟฟ้าได้ประมาณ 70% ค่าไฟก็จะถูก
ลง

นอกจากนี้ การรวมตัวกันเพื่อคูลแชร์ก็จะทำให้ความสัมพันธ์ของคนใน
ครอบครัวหรือคนในพื้นที่มีความแน่นแฟ้นขึ้น ทำให้ เมืองสนุกसान
ครีกครั้ง

②

ไปรวมตัวกันที่บ้านเพื่อน คูลแชร์กันก็
ดีนะคะ !



③

ที่อุชิโนมิยะ เดือน สิงหาคม - กันยายนตั้งแต่
13:00 ~ 16:00 มีกิจกรรม 「มดโตใน
คูลแชร์」



ค้นหาจุด 「มดโตในคูลแชร์」 ได้ที่
(<http://www.u-mottainai.com/>) มีสถานที่ให้ใช้ถึง
80ที่ ลองไปใช้บริการดูนะคะ

④



เป็นแอปพลิเคชันฟรี ที่ใช้ได้กับสมาร์ทโฟน หรือ แท็บเล็ต
แจ้งให้รู้ถึง วิธีการแยกขยะ หรือ วันที่สามารถนำขยะไปทิ้งได้

เมื่อตั้งค่า 「แจ้งวันทิ้งขยะ」 จะทำให้รู้ได้ล่วงหน้าก่อนวันทิ้งขยะ หรือ
เลือก เวลาทิ้งขยะ ก็จะทำให้รู้ถึง วันทิ้งขยะเผาได้ หรือ ขยะเผาไม่ได้

สามารถใช้ได้ทั้ง ภาษาญี่ปุ่น ภาษาอังกฤษ ภาษาเกาหลี และภาษาจีน
(อักษรพินอิน)



QR Code สำหรับ iPhone



QR Code สำหรับ Android

◆ วิธีการติดตั้ง(Install)

①



Play Store

หรือ



App Store

ค้นหา 「さんあ〜る(ซันอาร์)」

② ติดตั้ง 『さんあ〜る(ซันอาร์)』

③ เลือก 「栃木県(โทจิกิเคน)」 → 「宇都宮市(อุซึโนมิยะ)」 → 「ที่
อยู่

《วิธีอื่นๆ》

ดาวน์โหลด จากคู่มืออ่านคิวอาร์โค้ดด้านซ้าย

ติดต่อสอบถาม โกมิเกนเรียวกะ ☎028-632-2414



เงินสวัสดิการพิเศษ



เพื่อลดภาระให้แก่ผู้มีรายได้น้อย ผู้ที่มีรายได้น้อยสามารถรับเงินช่วยเหลือได้
เนื่องจากภาษีมูลค่าเพิ่มที่เพิ่มเป็น 8%เมื่อ เมษายน ปี 2014

ผู้มีสิทธิรับ ให้ส่งเอกสารมาทางไปรษณีย์ตั้งแต่ สิ้นเดือนสิงหาคม
จนถึง วันที่ 10 กันยายน

วิธีการรับเงิน โอนเข้าทางบัญชีธนาคาร

◎ผู้มีสิทธิรับ

- ผู้ที่มีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านเขตอุซึโนมิยะ ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2015
- ผู้ที่ไม่มีการเรียกเก็บภาษีพลเมืองปี 2015

(อย่างไรก็ตาม ผู้ที่ถูกเรียกเก็บภาษีพลเมืองแต่ได้รับการช่วยเหลือจาก
การเข้ารับเงินสวัสดิการ ไม่สามารถขอรับได้)

◎จำนวนเงิน 6000 เยน ต่อ 1 คน (1 ครั้งเท่านั้น)

◎ช่วงเวลาการรับ ตั้งแต่วันที่ 1 กันยายน ถึง วันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2016

◎วิธีการขอรับ

- ส่งทางไปรษณีย์
- ช่องติดต่อสอบถาม ห้องโถง ชั้น 1 ที่ทำการเขต ชิซากุโงะโจเซ(ก.ย.-
ค.ค.) , ชั้น 16 สำนักงานใหญ่(พ.ย.- ก.พ.) , ศูนย์เทศบาลแต่ละเขต ,
ศูนย์พลเมืองประจำเขต , สำนักงานเคลื่อนที่ , สำนักงานทาวาระ • โอคา
โมโตะ

◎Q (ถาม) & A (ตอบ)

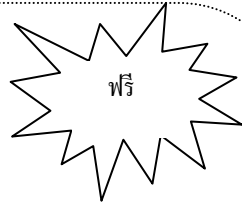
Q ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2015 ย้ายบ้านออกจากอุซึโนมิยะ จะสามารถรับ
เงินจากเขตอุซึโนมิยะได้ไหม ?

A ไม่ได้ ผู้ที่สามารถรับเงินได้ต้องมีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านในเขต อำเภอ
เมือง นั้นๆ ตั้งแต่ 1 มกราคม 2015 เป็นต้นไป

Q มีชื่ออยู่ในทะเบียนบ้านอุซึโนมิยะ แต่ ไปต่างประเทศตั้งแต่ 1 มกราคม
2015 สามารถรับเงินช่วยเหลือได้ไหม ?

A ได้ ※ตั้งแต่วันที่ 1 ผู้ที่ไปต่างประเทศ กรุณาติดต่อสอบถาม
ติดต่อสอบถาม สำนักงานใหญ่ เงินสวัสดิการพิเศษ☎028-632-5172

ภาษาญี่ปุ่น เพื่อการทำงาน



🕒 วันที่ 10 กันยายน ~ วันที่ 2 ธันวาคม (อังคาร - ศุกร์ 9:00 ~ 12:00)

วันที่ 3 กันยายน สอบวัดระดับ

😊 การฝึกอบรมภาษาญี่ปุ่น ให้กับชาวต่างชาติที่ต้องการหางานทำในญี่ปุ่น เรียนรู้เกี่ยวกับ มารยาทหรือภาษาญี่ปุ่นที่ใช้ในการทำงาน และ กฎหมายของการทำงานที่ญี่ปุ่น

@ โตชิกิโคกุไซโคริวเซ็นเตอร์ (TIA)

👥 **กลุ่มเป้าหมาย** ผู้มีสถานะภาพพำนัก 「ผู้พำนักถาวร」 「ผู้พำนักระยะยาว」 「คู่สมรสของผู้มีวีซ่าถาวร เป็นต้น」 「คู่สมรสของชาวญี่ปุ่น เป็นต้น」

📞 **การสมัคร** ฮาโลวาคคุ อุซึโนมิยะเอคิมาเอะพลาซ่า

☎️ ฮาโลวาคคุ อุซึโนมิยะเอคิมาเอะพลาซ่า

028-623-8609



การแข่งขัน

มาราธอนอุซึโนมิยะ ครั้งที่ 29



🕒 วันอาทิตย์ ที่ 15 พฤศจิกายน <จัดงานถ้าฝนตก>

① พิธีเปิด 8 : 45 ~

② เริ่ม 9 : 45 ~ (แบ่งตามระดับ)

③ ปิดงาน 13 : 00

😊 สามารถร่วมการแข่งขันมาราธอนได้ทั้งครอบครัว เนื่องจากมีหลายคอร์ส

@ ลิโฆฮาระจูกุโอโคเอนชิบะฟูอิโรบะ (ภายในนิคมฯ โฆฮาระ)

ค่าใช้จ่าย 1,000 ~ 3,500 เยน

📞 **การสมัคร** โฆมเพง การแข่งขันมาราธอนอุซึโนมิยะ

<http://www.utsunomiya-marathon.com>

※ ปิดรับสมัคร วันอังคาร ที่ 15 กันยายน

☎️ คณะกรรมการจัดงานอุซึโนมิยะมาราธอน

028-663-1611

มาร่วมสนุก กับเพื่อนๆกันเถอะ !



🕒 วันเสาร์ ที่ 5 กันยายน 10:30 ~ 12:00

😊 สนุกกับกิจกรรมของญี่ปุ่นและต่างชาติ เช่น การชมจันทร์ • เพลงกล่อมเด็ก • การละเล่นโดยใช้มือ เป็นต้น พร้อมกับทำความรู้จักกับวัฒนธรรมและแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์

@ อุซึโนมิยะโอโมเตะซันโดสแควร์ ชั้น 6

👥 **กลุ่มเป้าหมาย** เด็กอนุบาล จนถึง ประถม พร้อมกับผู้ปกครอง

📞 **การสมัคร** อุซึโนมิยะโคกุไซโคริวเคียวไก

☎️ อุซึโนมิยะชิโคกุไซโคริวเคียวไก 028-616-1870

งานเทศกาล โอยะอิชิยูเมะ



🕒 วันศุกร์ ที่ 14 วันเสาร์ ที่ 15 สิงหาคม

17 : 00 ~ 21 : 00

😊 การจุดโคมไฟบริเวณโอยะอิชิ ยามค่ำ

การแสดงดนตรีอะกุสติก หรือมีการขายพิซซาที่ใช้เตาอบของโอยะอิชิ เป็นต้น

@ โอทานิโคเอน • ชั้นโด

☎️ แผนกการท่องเที่ยว 028-632-2436

🎵 โคกุไซโคริวชาลอน

🕒 ทุกวันอาทิตย์ ที่ 4 ของเดือน

วันอาทิตย์ ที่ 23 สิงหาคม 16:00 ~ 18:00

😊 เป็นกิจกรรมที่สามารถพูดคุยได้กับเพื่อนนานาชาติ

ค่าใช้จ่าย ฟรี

@ อุซึโนมิยะโคกุไซโคริวพลาซ่า

☎️ อุซึโนมิยะโคกุไซโคริวพลาซ่า

028-616-1563



เชิญใช้บริการ ! ห้องสมุดอุชิโนมียะ



ผู้ที่อาศัย หรือทำงาน และกำลังศึกษาอยู่ในเขตอุชิโนมียะ สามารถยืมหนังสือ, ซีดี, ดีวีดีได้

ห้องสมุด	เวลาเปิดบริการ	วันหยุด	
จูโอ	9:30~19:00	ศุกร์, อังคารที่ 3 ของเดือน, วันหยุดสิ้นปี ต้นปี, ปิดปรับปรุงพิเศษ	
ฮิกาชิ • คามิกาวา จิ	9:30~19:00	ศุกร์, อังคารที่ 3 ของเดือน, วันหยุดสิ้นปี ต้นปี, ปิดปรับปรุงพิเศษ	
มินามิ	9:30~20:00		
คาวาจิ	อังคาร - ศุกร์, สิงหาคม	9:30~20:00	จันทร์, พุธที่ 3 ของเดือน (ยกเว้นเดือนสิงหาคม), วันหยุดสิ้นปี ต้นปี, ปิดปรับปรุงพิเศษ
	เสาร์ • อาทิตย์, วันหยุดราชการ, ยกเว้นเดือนสิงหาคม	9:30~19:00	

【 การยืม 】 1. ทำบัตรห้องสมุด (ต้องการไซริวการ์ด, ใบขับขี่ หรือ บัตรประจำตัวนักเรียน)

2. นำบัตรและหนังสือหรืออื่นๆที่ต้องการยืมมาที่เคาน์เตอร์



※ สามารถยืมได้ 2 สัปดาห์

※ สามารถยืม หนังสือได้ไม่เกิน 15 เล่ม, ซีดี หรือ ดีวีดี รวมกัน ไม่เกิน 5 ชุด

【 การส่งคืน 】 1. นำหนังสือ, ซีดี, ดีวีดี มาที่เคาน์เตอร์สำหรับคืน

※ หนังสือทั้งหมดสามารถคืนได้ที่ ห้องสมุดเทศบาลหรือที่ห้องสมุดของศูนย์ไซไกคกุซุ

※ สามารถคืนหนังสือได้ที่ ตู้ไปรษณีย์สำหรับหนังสือ แต่กรุณาอย่าใส่ CD หรือ DVD

ติดต่อสอบถาม ห้องสมุดกลาง (จูโอโทโซคัง) ☎028-636-0231

บริการของอุชิโนมียะโคคุไซโคริวพลาซ่า (UIP)

การให้คำปรึกษาแก่ชาวต่างชาติ



		ภาษาสเปน	ภาษาจีน	ภาษาไทย	ภาษาอังกฤษ
		ภาษาโปรตุเกส			
UIP ☎028-616-1564	15:00-18:00	จันทร์	อังคาร	พุธ	ศุกร์
		วันอาทิตย์ที่ 4 ของเดือน (ระบบจอง)			
อำเภอ ☎028-632-2834 (เฉพาะเวลาทำการ)	9:00-12:00	พฤหัสบดี	พฤหัสบดี 2	—	—
	14:00-17:00	พฤหัสบดี	—	พฤหัสบดี 2	พฤหัสบดี 2
การให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย ☎028-616-1564	15:00-17:00	วันจันทร์ที่ 3 ของเดือน(ระบบจอง)			

การบริการล่ามอาสาสมัคร

ผู้ที่มีปัญหาและต้องการความช่วยเหลือในการติดต่อสื่อสารและในส่วน of สถาบันที่ต้องการให้ล่ามติดตามไปด้วย

- ▶ จันทร์-เสาร์ 9:00-17:00 น.
- ▶ 1 ครั้ง (2 ชั่วโมง) 2,000 เยน
- ▶ สามารถที่จะยื่นคำร้องได้ที่ศูนย์นานาชาติ อำเภออุชิโนมียะ และกรุณาเตรียมค่าใช้จ่ายให้พร้อม

ตกแต่งภาพประกอบในหน้า 1 โดย :
อุซุชิ ยูริกะ เนะโมโตะ นะซึกิ
(วิทยาลัยศิลปะและกีฬาอุชิโนมียะ)