



รอย



タイ語

เผยแพร่โดย อุชิโนมิยะชิโคคุไซโคริวพลาซ่า (UIP)
เรียบเรียงโดยสมาคมนานาชาติอุชิโนมิยะ NPO (UCIA)
Tel. 028-616-1563 Fax. 028-616-1568
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp
อุชิโนมิยะบะบะ โคริ4-1-1อุชิโนมิยะ โอโมเดชันโดสเคอร์ ชั้น 5



สารบัญ หน้า 2 ป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนาทันเถอะ ! สารจากประธานผู้อำนวยการ UCIA
หน้า 3 มาใช้เวลาสนุกกับลูกๆ ที่บ้านกันเถอะ มาลดขยะเปียกกันเถอะ ! เป็นต้น หน้า 4 วนอุทยานอุชิโนมิยะชินรินโคเอน เป็นต้น

ไปเที่ยวโอยะ ชมประวัติศาสตร์แห่งการขุดเจาะหินกันเถอะ !



ในเดือนพฤษภาคม 2018 โอยะได้รับการรับรองว่าเป็นมรดกญี่ปุ่น 「การท่องเที่ยวสำรวจความลับเขาวงกตใต้ดิน ~ วัฒนธรรมหินโอยะที่เป็นลมหายใจของเมืองอุชิโนมิยะ ~」 ที่โอยะหินได้ถูกตัดออกมาตั้งแต่สมัยโบราณ สามารถเที่ยวชม วัด เจ้าแม่กวนอิม พื้นผิวหินโอยะขนาดมหึมา ปัจจุบันมีคาเฟ่เปิดให้บริการ ผู้มาเยี่ยมชมก็เพิ่มมากขึ้น อยากรจะขอแนะนำ ให้ดูแผนการท่องเที่ยวโอยะที่มีอยู่ในเว็บไซต์สมาคมการท่องเที่ยวอุชิโนมิยะ

การเดินทางไปโอยะ จากสถานี JR อุชิโนมิยะประตูทางออกฝั่งตะวันตก ขึ้นบันไดบัสที่จุดขึ้นรถหมายเลข 6 มุ่งหน้า 「ทะเทอะวะ」 ประมาณ 30 นาที ลงสถานี 「โอยะคันทันงมาเอะ」 (ค่าผ่านประตูผู้ใหญ่ 460 เยน) หากไปรถยนต์สามารถใช้ที่จอดรถโอยะโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

① หินขวางของเทงกุ



○ตำนานกล่าวไว้ว่า เป็นหินบนหน้าผาที่เทงกุได้ขวางไว้ ใช้เวลาเดินทางประมาณ 3 นาทีจากป้ายรถเมล์



② ฮะวะคันทันง



○รูปสลักเจ้าแม่กวนอิมความสูง 27 เมตร สลักด้วยมือที่สวยงามอย่างไว้ที่ตี สร้างเสร็จในปี 1954 เพื่อเป็นอนุสรณ์แก่ผู้ที่เสียชีวิตในสงครามและสันติภาพของโลก



③ โอยะโกะคาเอรุ



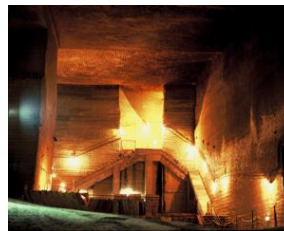
○มีการกล่าวไว้ว่า ในอดีต 「โอยะโกะคาเอรุ」 พ่อแม่และลูกกบได้ปรากฏตัวขึ้นเพื่อปกป้องชาวบ้านจากฝูงผึ้ง



④ วัดโอยะจิ • โอยะจิกันง



⑤ พิพิธภัณฑ์โอยะ



⑥ สวนทัศนียภาพโอยะ



○มีการกล่าวไว้ว่า วัดโอยะจิสร้างขึ้นในปี 810 โดยโคโบไดชิ 「โอยะคันทันง (กวนอิมพื้นมือปางยืน)」 พระประธานวัดโอยะจิเป็นพระพุทธรูปหินที่สร้างขึ้นในช่วงต้นยุคเฮอัน (จากปี 794 ~ ถึงปี 1185) (ค่าธรรมเนียมนักกระษัตริย์ผู้ใหญ่ 500 เยน)

○ซากเหมืองหินโอยะใต้ดินขนาดใหญ่กว้างประมาณ 20,000 ตารางเมตร ลึก 60 เมตร อุณหภูมิ 8 องศาเซลเซียส มีบรรยากาศและพลังงานที่น่าอัศจรรย์ชวนให้นึกถึงวิหารโรมันโบราณ ภายในมีการสะท้อนเสียงที่ดังกังวานใช้เป็นสถานที่จัดคอนเสิร์ตหรือการแสดงละคร (ค่าเข้าชม ผู้ใหญ่ 800 เยน)

○สวนสาธารณะที่คุณสามารถชมทัศนียภาพอันงดงามของกำแพงหินโอยะและเพลิดเพลินไปกับโขดหินรูปร่างแปลกๆ ตั้งอยู่ใกล้กับจุดสิ้นสุดทางทิศใต้ตามริมแม่น้ำซุงาคะกาวะ และแนวหินที่สวยงามของภูเขาโอโตะเมะยามะ

※④・⑤ อาจหยุดให้บริการชั่วคราว กรุณาตรวจสอบล่วงหน้า



ป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนาะกันเถอะ !

การล้างมือ และการใส่หน้ากากอนามัยเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนาะ

สถานที่ที่มีการระบายอากาศไม่ดีมีคนแออัด และสถานที่ที่มีการสนทนาหรือการเปล่งเสียงก็จำเป็นต้องระวังเป็นพิเศษ

นอกจากนี้ การมีสุขภาพที่ดีของแต่ละคนก็เป็นสิ่งสำคัญ ดังนั้นจึงควรใส่ใจกับการรับประทานอาหารและนอนอย่างเพียงพอ รวมทั้งการออกกำลังกาย

หากรู้สึกว่าจะไม่สบายไม่ควรออกนอกบ้าน
วัดอุณหภูมิร่างกายทุกวัน



กรุณาขอคำปรึกษาเมื่อมีอาการดังต่อไปนี้

- ▽ มีไข้ 37.5 องศาขึ้นไปต่อเนื่อง 4 วันขึ้นไป
- ▽ เมื่อมีอาการอย่างรุนแรง หายใจไม่สะดวก
- ※ ผู้สูงอายุ หญิงตั้งครรภ์ ผู้ป่วยโรคทางเดินหายใจที่มีอาการตามข้างต้นประมาณ 2 วันต่อเนื่อง

ศูนย์ให้คำปรึกษาผู้เดินทางกลับประเทศ • ผู้สัมผัสใกล้ชิดกับคนป่วย (แผนกบริการสาธารณะสุข)

— วันธรรมดา 8:30~17:15 ☎ 028-626-1114

— เบอร์ติดต่อเร่งด่วน ในเวลากลางคืน วันเสาร์ • อาทิตย์ วันหยุดนักขัตฤกษ์ ☎ 028-626-1135

ฮอตไลน์

— ตลอด 24 ชั่วโมง ☎ 028-678-8282

— 18 ภาษา คุยพร้อมกัน 3 คน

[สารจากประธานผู้อำนวยการ UCIA]

~ขอความร่วมมือทุกท่านป้องกันการแพร่ระบาด เชื้อไวรัสโคโรนาะสายพันธุ์ใหม่~



คุณ โยชิโกะ อุซุชิ ประธานผู้อำนวยการ NPO สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติ อำเภออุซึโนมิยะ

เราได้ยินข่าวเกี่ยวกับไวรัสโคโรนาะ มาประมาณ 3 เดือนกว่าแล้ว คงไม่มีใครคาดคิดว่าสถานการณ์จะเป็นดังเช่นวันนี้
ปัจจุบัน สิ่งที่เราทำได้คือ Stay Home หยุดอยู่บ้าน ! รักษาสุขภาพและจิตใจ ติดต่อกับสังคมเท่าที่จำเป็น และอย่าปล่อยให้เวลาหมดไปอย่างเปล่าประโยชน์ทำสิ่งที่ปกติไม่มีเวลาทำ นอกจากนี้ยังเป็นโอกาสที่เราจะได้ทบทวนความหมายในการดำเนินชีวิตในแต่ละวันที่ผ่านมา โดยรอบคองมี
ชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่ในญี่ปุ่นที่มีความกังวลมากกว่าพวกเรา ขณะนี้การให้คำปรึกษาของสมาคมยังคงดำเนินต่อไปไม่มีการเปลี่ยนแปลง ไวรัสกำลัง
แพร่ระบาดอย่างรุนแรงไปทั่วโลก แม้ในแง่ลบก็ยังเป็นหนึ่งเดียวในโลก จากประเทศที่เกิดการแพร่ระบาดอย่างรุนแรงมาก่อน สามารถเรียนรู้ได้ว่าไม่ได้
เกิดจากการควบคุมพฤติกรรมของประเทศหรือรัฐบาลแต่เป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมความรับผิดชอบและสามัญสำนึกของประชาชนแต่ละคน ซึ่งเป็น
ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน คุณเองและคำนึงถึงผู้อื่นเพื่อฝ่าวิกฤตการณ์นี้ไปได้ แล้วมาพบกันใหม่ด้วยรอยยิ้ม

มาใช้เวลานุกกับลูกๆ ที่บ้านกันเถอะ ♪

☺ สามารถอ่านหนังสือภาพและหนังสือเด็กออนไลน์ได้ฟรี

ให้บริการอ่านหนังสือภาพและหนังสือเด็กออนไลน์ได้ฟรี

- เอะฮงอิโรบะ <https://ehon.alphapolis.co.jp/>
- มูเรียว เอะโดวะ <http://www.e-douwa.com/>
- อ่านหนังสือภาพฟรี PIBO (พีโบ) <http://pibo.jp/>
- ฟุคอิงคังโชะเตง 「ขณะนี้เมื่อเรื่องราวลึกลับให้อ่านฟรีมากมาย !」
https://www.fukuinkan.co.jp/detail_contents/?id=85



☺ รายการวิทยุสำหรับเด็ก เพื่อพัฒนา 「ความสามารถการฟัง」 โดยเน้นการฟัง

ต้องฟังรายการให้ได้นะ ♪

รายการวิทยุสำหรับเด็ก

ชื่อรายการ	โฮมเพจ	เวลาออกอากาศ
วิทยุ NHK 2 มาคุยกันเถอะ	https://www4.nhk.or.jp/detekoi/	ทุกวันจันทร์ อังคาร พุธ 9 : 30 ~ 9 : 45
วิทยุ NHK 1 ให้คำปรึกษาวิทยาศาสตร์สำหรับเด็กทางโทรศัพท์	https://www4.nhk.or.jp/kodomoq/	ทุกวันอาทิตย์ 10:05 ~ 11:50



มาลดขยะเปียกกันเถอะ !

มีเงินอุดหนุนบางส่วนสำหรับการซื้อเครื่องกำจัดขยะเปียกในครัวเรือน (ยอดเงินที่ซื้อ) ไม่เกิน 30,000 เยน



เชิญใช้ออปพลิเคชันการแยกขยะ 「ซังอาร์」 กันเถอะ

1. เครื่องกำจัดขยะเปียกระบบไฟฟ้า

เงินอุดหนุน 1/2 จากยอดเงินซื้อสินค้า เครื่องละไม่เกิน 30,000 เยน (ไม่เกิน 1 เครื่องต่อ 1 ครอบครัว)

2. เครื่องกำจัดขยะเปียกที่ไม่ใช่ระบบไฟฟ้า (เช่น ถังหมัก)

เงินอุดหนุน 1/2 จากยอดเงินซื้อสินค้า เครื่องละไม่เกิน 5,000 เยน (ไม่เกิน 3 เครื่องต่อ 1 ครอบครัว)

☐ ผู้ที่มีคุณสมบัติทั้งหมดดังต่อไปนี้

- ① ผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตและมีชื่อบันทึกอยู่ในทะเบียนบ้าน
- ② ผู้ที่ซื้อติดตั้ง 1 หรือ 2 เครื่อง
- ③ เป็นผู้ที่ไม่ค้างชำระภาษีอากร

☐ อื่นๆ

ดูรายละเอียดเพิ่มเติม เช่น วิธีการสมัคร ได้จากโฮมเพจของเขต หรือสอบถามได้ที่แผนกการจัดการขยะและสิ่งปฏิกูล

☎ 028-632-2413

☐ มีฟังก์ชันการทำงานที่สะดวกมากมาย

- ▽ ปฏิทินวันทิ้งขยะ สามารถดูวันนำขยะไปทิ้ง (วันทิ้งแยกประเภท) ในรูปแบบปฏิทิน
- ▽ แจ้งเตือนทิ้งขยะ เพื่อไม่ให้ลืมนำขยะไปทิ้ง
- ▽ พจนานุกรมการแยกขยะ ค้นหาชื่อรายการ คู่มือการแยกและวิธีการนำออกไปทิ้ง
- ▽ ภาษา อังกฤษ จีน เกาหลี
- ▽ ติดต่อสอบถาม เช่น ตารางรายการแผนที่ เป็นต้น สามารถดูแผนที่ เช่น สถานที่ของกล่องรวบรวมน้ำมันที่ใช้แล้ว เป็นต้น

โค้ดQR



ไอโฟน



แอนดรอยด์

วนอุทยานอุชิโนมียะชินรินโคเอน



วนอุทยานอุชิโนมียะชินรินโคเอน เป็นจุดพักผ่อนกลางแจ้งตั้งอยู่ใจกลางเขื่อนอากะงาวะ มีสถานที่ตั้งแคมป์ บาร์บีคิว จักรยาน ปีนเขา เป็นต้น มีทั้งต้นไม้และดอกไม้มีนานาชนิดบนพื้นที่อันกว้างขวาง พร้อมทั้งสามารถผ่อนคลายไปกับการเดินชมธรรมชาติและป่าไม้

【ที่อยู่】 〒321-0342 โทจิกิ-เคน อุชิโนมียะ-ชิ ฟูโกะมาจิ 1074-1

【ติดต่อสอบถาม】 ☎028-652-3450

【โฮมเพจ】 <http://forestpark-utsunomiya.jp/>

【การเดินทาง】 ①โดยรถยนต์ : จากสถานี JR อุชิโนมียะ 40 นาที

②โดยรถบัส : จากสถานี JR อุชิโนมียะ จุดขึ้นรถหมายเลข 6 มุ่งหน้าอาราฮิเคยู คานุมะ (ประมาณ 30 นาที)
ลงสถานี ชินรินโคเอนอิริกุจิ เดินประมาณ 3 กิโลเมตร



เปลี่ยนบรรยากาศด้วยการออกไปเดินเล่น เดินในระยะเวลาสั้นๆ

บริการของสมาคมนานาชาติอุชิโนมียะพลาง่า (UIP)



การบริการล่ามอาสาสมัคร

การให้คำปรึกษาแก่ชาวต่างชาติ

(ภาษาเวียดนาม เริ่มรับปรึกษาตั้งแต่เมษายน)

		ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส	ภาษา เวียดนาม	ภาษาจีน	ภาษาไทย	ภาษา อังกฤษ
UIP ☎028-616-1564	15:00-18:00	จันทร์	จันทร์ที่ 1,3	อังคาร	พุธ	ศุกร์
		วันอาทิตย์ที่ 4 ของเดือน (ระบบจอง)				
ที่ว่าการอำเภอ ☎028-632-2834 (เฉพาะเวลาทำการ)	9:00-12:00	พฤหัสบดี	—	พฤหัสบดีที่ 2	—	—
	14:00-17:00	พฤหัสบดี	พฤหัสบดีที่ 2	—	พฤหัสบดีที่ 1	พฤหัสบดีที่ 3
ปรึกษาทางกฎหมาย ☎028-616-1564	15:00-17:00	วันจันทร์ที่ 3 ของเดือน				

ผู้ที่มีปัญหาและต้องการความช่วยเหลือในการติดต่อสื่อสารและในส่วนของการเดินทาง (อำเภอ, ตม. เป็นต้น) ที่ต้องการให้ล่ามติดตามไปด้วย

- ▶จันทร์ - อาทิตย์ 8:30-19:00
- ▶1 ครั้ง (2 ชั่วโมง) 2,000 เยน
- ▶กรุณาเขียนใบคำร้อง ขึ้นคำร้องและชำระเงินที่สมาคมนานาชาติ

โอ้ย ! มีการตีพิมพ์เป็น ภาษาญี่ปุ่นแบบง่ายๆ • อังกฤษ • จีน • โปรตุเกส • ไทย • เวียดนาม

สามารถอ่านฉบับย้อนหลังได้จากโฮมเพจ สมาคมนานาชาติอุชิโนมียะ (UCIA)
<http://www.ucia.or.jp>