



โอย !



タイ語

เผยแพร่โดยอุชิโนมิยะชิโคกุไซโคริวฟลาซ่า (UIP)
เรียบเรียงโดย สมาคมนานาชาติอุชิโนมิยะ NPO(UCIA)
Tel. 028-616-1563
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp
อุชิโนมิยะบะบะโคริ4-1-1อุชิโนมิยะโอโมเดชั่นโดสแควร์ ชั้น 5



สารบัญ หน้า 2 การแยกแยะวิธีทั้ง “ยะริไซเคิล” (ยะที่สามารถนำไปรีไซเคิลได้)

หน้า 3 โคกุไซโคริวฟลาซ่า,งานฉายภาพยนตร์อนิเมะ,สนุกกับการออกกำลังกาย, การโปรยตัวอย่างสนุกสนาน, การอบรมการช่วยเหลือลูกเงิน

หน้า 4 บทสัมภาษณ์คุณวioletta (VIOLETTA) ชาวยูเครน,การบริการของสมาคมนานาชาติ

ขอสวัสดิ์ปีใหม่แด่ทุกท่าน !

ในปีนี้นั่นกัน มาร่วมใช้เวลาที่เมืองอุชิโนมิยะ เมืองที่เปี่ยมด้วยเสน่ห์ ความฝันและความหวัง อย่างมีพลังและสดใสกันเถอะ !

อะไรคือเสน่ห์ของเมืองอุชิโนมิยะ ?

เมืองแห่งเกี้ยวซ่า

ปริมาณการบริโภคเกี้ยวซ่า แข่งขันเป็นอันดับ
หนึ่งของญี่ปุ่นทุกปี



เมืองแห่งค็อกเทล

มีบาร์เทนเดอร์ชั้นเยี่ยมมากมาย ผู้ได้รับรางวัล
จากการประกวดทั้ง
ในและต่างประเทศ



เมืองแห่งแจ๊ส

สามารถเพลิดเพลินกับการแสดงแจ๊สดได้
ทุกวัน ตามไลฟ์เฮาส์และ
สถานที่ต่าง ๆ



เมืองแห่งหินโอยะ

หิน “โอยะ” อันมีชื่อเสียง ซึ่งถูกนำไปใช้เป็น
วัสดุก่อสร้างทั้งในประเทศและต่างประเทศ อยู่
ใกล้ตัวคุณ



เมืองแห่งเฮียะคุนิอิซู

เป็นเมืองต้นกำเนิดของ “เฮียะคุนิอิซู (การ์ด
กลอนญี่ปุ่น)”
และในย่านใจกลางเมืองมี “ฟาทอดิไซน์เฮียะ
คุนิอิซู” ให้ชม



เมืองที่เป็นมิตรต่อการเลี้ยงดูเด็ก

สนับสนุนครอบครัวที่มีบุตรอย่างเต็มที่
และได้รับการยอมรับว่าเป็น เมืองที่เลี้ยงดูเด็ก
ได้ง่าย ระดับแนวหน้าของญี่ปุ่น



เมืองแห่งบาสเกตบอล 3x3

การแข่งขันเปิดฤดูกาลทั่วระดับโลก เพื่อ
ค้นหาสโมสรอันดับ 1 ของโลก “FIBA 3x3
World Tour Utsunomiya Opener”
จัดขึ้นทุกปีในเดือนเมษายน



เมืองแห่งจักรยาน

การแข่งขันจักรยานวันเดียวระดับท็อปของ
เอเชีย “Utsunomiya Japan Cup
Cycle Road Race” จัดขึ้นทุกปีใน
เดือนตุลาคม



เมืองแห่งอาณาจักรเกษตร

อุดมด้วยผลผลิตทางการเกษตรตามฤดูกาล
รสชาติอร่อย และมีแหล่งจำหน่ายสินค้า
เกษตรสดใหม่ให้เลือกมากมาย



การแยกและวิธีทิ้ง “ขยะรีไซเคิล” (ขยะที่สามารถนำไปรีไซเคิลได้)

▼เวลานำขยะไปทิ้ง ให้แยกเป็น “ขยะรีไซเคิล” และ “ขยะทั่วไป” (ตามประเภท 4 ชนิดด้านล่าง)

1. วัสดุรีไซเคิล (9 ประเภท)
2. ขยะอันตราย
3. ขยะเผาไหม้ได้
4. ขยะที่ไม่สามารถเผาไหม้ได้
5. ขยะขนาดใหญ่

▼ ฉบับเดือนนี้จะทบทวนวิธีการแยกและวิธีการทิ้ง “วัสดุรีไซเคิล”

“วัสดุรีไซเคิล” กรุณาแยกเป็น 9 ประเภทก่อนนำไปทิ้ง

สำหรับ “ขยะ” 4 ประเภทตั้งแต่ข้อ 2 ถึง 5 วิธีการแยกและทิ้ง กรุณาตรวจสอบในบทความฉบับต่อไป

วัสดุรีไซเคิล (แยกเป็น 9 ประเภท)

① หนังสือพิมพ์

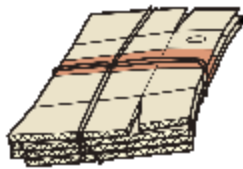
(รวมทั้งแผ่นพับโฆษณา)



⇒มัดด้วยเชือกไขว้เป็นรูปกากบาท ก่อนนำไปทิ้ง

② กล่องกระดาษ

(แบบที่มีรอยตัดเป็นลอนคลื่น)



⇒พับให้เล็ก แล้วมัดเชือกเป็น กากบาทก่อนนำไปทิ้ง

③ นิตยสาร • กระดาษอื่น ๆ

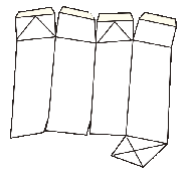
(เช่น นิตยสาร หนังสือ กล่องกระดาษ และซองจดหมาย เป็นต้น)



⇒นิตยสารให้มัดด้วยเชือกเป็นรูป กากบาท ส่วนกระดาษอื่น ๆ ให้ใส่ถุง กระดาษแล้วมัดเชือกเป็นรูปกากบาท หรือ ใส่ถุงพลาสติกแล้วนำไปทิ้ง

④ กล่องกระดาษ

(กล่องนม กล่องน้ำผลไม้ เป็นต้น ที่ ด้านในเป็นสีขาว)



⇒ล้างให้สะอาดแล้วผึ่งให้แห้ง จากนั้นมัดด้วยเชือกเป็นรูปกากบาท หรือใส่ถุงพลาสติกแล้วนำไปทิ้ง

⑤ สิ่งทอ

(เสื้อผ้า เช่น เสื้อเชิ้ต ผ้าเช็ดตัว เป็นต้น)



⇒ใส่ถุงพลาสติกแล้วนำออกมาทิ้ง ในวันที่ฝนตก ห้ามนำออกมาทิ้ง

⑥ ขวดแก้วและกระป๋อง

(เช่น ขวดหรือกระป๋องเครื่องดื่ม อาหาร ขาเครื่องสำอาง เป็นต้น)



⇒ถอดฝาออก ล้างให้สะอาด แล้วใส่ ขวดและกระป๋องรวมกันในถุงพลาสติก เพื่อนำไปทิ้ง

⑦ ขวดพลาสติก PET

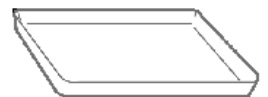
(ขวดเครื่องดื่มหรือ “เครื่องปรุงที่มี สัญลักษณ์แยกประเภท PET Bottle”)



⇒ถอดฝาและฉลากออก ล้างให้สะอาด แล้วใส่ลงในถุงพลาสติกโดยไม่ต้องบีบ ขวด ก่อนนำไปทิ้ง

⑧ ถาดสีขาว

(ถาดที่ใช้ใส่เนื้อหรือปลา เป็นถาดสีขาว ไม่มีสีหรือไม่มีลวดลาย)



⇒ทำความสะอาดคราบสกปรกก่อน แล้วใส่ลงในถุงพลาสติกเพื่อนำไปทิ้ง

⑨ บรรจุภัณฑ์และภาชนะพลาสติก

(ภาชนะหรือบรรจุภัณฑ์ที่ไม่ใช่แล้ว หลังจากนำสินค้าด้านในออกหรือรับประทานเสร็จแล้ว)



มีสัญลักษณ์ “プラ” ระบุ



⚠ ข้อควรระวัง หากล้างคราบสกปรกไม่ออก ให้ทิ้งเป็นขยะที่เผาไหม้ได้

⇒หากมีคราบสกปรก ให้ล้างทำความสะอาดก่อน แล้วใส่ลงในถุงพลาสติกเพื่อนำไปทิ้ง

※ กรุณาใช้ถุงพลาสติกแบบใสหรือทึบใส

โคอุไซโคริชาลอน 🎵

- 🕒 วันเสาร์ ที่ 4 ของเดือน 16:00~18:00
วันเสาร์ ที่ 24 มกราคม
- 😊 กิจกรรมสานสัมพันธ์กับเพื่อนนานาชาติ
- ¥ ฟรี
- @ สมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ
(บาบาโคริ 4-1-1)
- ☎ 028-616-1563



งานฉายภาพยนตร์อนิเมะ

- 🕒 วันอาทิตย์ ที่ 18 มกราคม 10:30~, 14:00~
- 😊 เรื่องราวของ อาณาจักรหิมะ ที่ได้พิชิต ซิซึลิ
- ¥ ฟรี
- สมาชิก 50 ท่านแรก
แจกบัตรเข้าชม 30 นาทีก่อนเริ่มฉายในวันงาน
- @ ห้องสมุดตะวันออก ห้องสื่อมัลติมีเดีย
(นาคาอิมามิ 3-5-1)
- ☎ 028-638-5704



โรงพยาบาลของเล่นสำหรับเด็ก ที่ห้องสมุดมินามิ

- 🕒 วันเสาร์ ที่ 24 มกราคม 10:00~14:00
- 😊 การได้รู้วิธีซ่อมของเล่นที่สำคัญ ทำให้ได้เรียนรู้คุณค่าของสิ่งของและรู้จักรักษาส่งของที่มีค่า
- ¥ ฟรี
- กลุ่มเป้าหมาย อนุบาล-มัธยมปลาย
27 ท่านแรก ของเล่นจำกัดคนละ 1 ชิ้น
- การสมัคร โทรศัพท์ ได้ตั้งแต่ 8 มกราคม 14:00
- @ ห้องสมุดมินามิ (ซุซุเมะโนะมิยะโจ 56-1)
- ☎ 028-653-7609

สนุกกับการออกกำลังกาย

- 🕒 วันพฤหัสบดี ที่ 15, 22, 29 มกราคม
13:30~15:00
- 😊 แอโรบิกและการออกกำลังกายเสริมสร้างกล้ามเนื้อ
- ¥ อย่างละ 500 เยน
- กลุ่มเป้าหมาย อายุ 16 ขึ้นไป
- จำนวน 40 ท่านแรก
- @ เบิร์กซ์ อารีนา อุซึโนมิยะ (โรยิมของเทศบาล)
(โมโคเออิมามิ 5-6-18)
- ☎ มูลนิธิส่งเสริมกีฬาเทศบาล 028-663-1611

การโปรยธั่วอย่างสนุกสนาน

- 🕒 วันเสาร์ ที่ 31 มกราคม 11:00~11:30
- 😊 ช่วงเวลาสนุกสนานตื่นเต้น
“ร่วมกันโปรยธั่ว”
- สมาชิก 15 ท่านแรก
- กลุ่มเป้าหมาย เด็กอายุ 2 ปี ถึงนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
- @ ห้องสมุดมินามิ (ซุซุเมะโนะมิยะโจ 56-1)
- ☎ 028-653-7609



การอบรมการช่วยเหลือฉุกเฉิน

- 🕒 วันอาทิตย์ที่ 8 กุมภาพันธ์ 9:00~11:00
- 😊 การอบรมปฐมพยาบาลขั้นพื้นฐาน (ทั่วไป)
เรียนรู้ การช่วยชีวิตด้วยหัวใจและปอด (CPR) และ
การใช้งานเครื่อง AED
- ¥ ฟรี
- จำนวน 30 ท่านแรก
- การสมัคร ตั้งแต่วันที่ 5 ม.ค. ผ่านเว็บไซต์ของเทศบาล →
- @ นิชิโซโบโซะ (ชิรุตะ 2-21-7)
- ☎ แผนกการป้องกันอัคคีภัย 028-625-3008





เราได้ถามคุณวioletta ซึ่งมาจากเมืองโดเนตสค์ ประเทศยูเครน เกี่ยวกับเมืองโดเนตสค์ อาหารที่ชอบ วัฒนธรรมดั้งเดิม การเลี้ยงลูกในญี่ปุ่น และสิ่งที่เธอให้ความสำคัญ

добри дни! Dobri dni โดบ-รี (สวัสดีในภาษายูเครน)
คุณวioletta มาอยู่ญี่ปุ่นตั้งแต่ 22 ปีก่อน และกำลังเรียนภาษาญี่ปุ่นที่ UCIA

UCIA เมืองโดเนตสค์เป็นเมืองแบบไหน

VIOLETTA เป็นเมืองแบบอูสตีโนมิยะ ที่มีสิ่งอำนวยความสะดวก

หลากหลายครบครันและสะดวกสบาย ชาวเมืองยังคงปลูกและดูแล
ดอกกุหลาบอย่างเอาใจใส่ต่อเนื่อง ทำให้เมืองนี้มีชื่อเสียงในฐานะ
“เมืองกุหลาบ”

UCIA คุณชอบอาหารยูเครนอะไรคะ

VIOLETTA ฉันชอบ วาเรนิคิ (Vareniky) มันคล้ายเกี๊ยวน้ำ แต่แป้งหนากว่า
และใส่ไส้เป็นมันฝรั่ง กะหล่ำปลี เนื่อ หรือแม้แต่สตอร์วเบอร์รี่และบลู
เบอร์รี่ ครอบครัวของฉันจะทำประมาณ 300 ชิ้นเก็บไว้แล้วค่อย ๆ
กินทีละนิด

UCIA วัฒนธรรมดั้งเดิมของยูเครนคืออะไรคะ?

VIOLETTA ในการเฉลิมฉลอง เทศกาลอีสเตอร์ จะมีประเพณีต้มไข่แล้ววาด
ลวดลายบนไข่ จากนั้นนำมาตกแต่งบนโต๊ะอาหาร และมอบให้เพื่อน
หรือครอบครัวเรียกว่า การแลกเปลี่ยนของขวัญ ไข่ที่วาดลวดลายแล้ว
เรียกว่า “พิซานกา (Pysanka)”
ปัจจุบันยังมี พิพิธภัณฑพิซานกา ที่สามารถเรียนรู้ประวัติศาสตร์และ
ศิลปะอันอุดมสมบูรณ์ของพิซานกาได้อีกด้วย

UCIA การเลี้ยงลูกในญี่ปุ่นเป็นอย่างไรคะ?

VIOLETTA ตอนที่ลูกของฉันยังเล็ก ฉันเคยเข้าร่วมกิจกรรมของ “ชมรม
เด็กในชุมชน” เช่น การดำไมจิ การออกกำลังกายด้วยวิทยุ โอริกา미
และชั้นเรียนทำข้าวปั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ฉันชอบทำอาหารกับ
เพื่อนคุณแม่ในงาน เทศกาลฤดูร้อน

UCIA คุณสอนภาษายูเครนให้ลูกไหมคะ?

VIOLETTA เนื่องจากงานยุ่ง จึงไม่สามารถสอนภาษายูเครนให้ลูกได้
อย่างละเอียด ลูกจึงยังพูดภาษายูเครนไม่ได้ แต่สามารถฟังจับ
ใจความได้บ้าง ลูก ๆ ยังคงสามารถร้องเพลงภาษายูเครนได้จาก
เพลงที่เคยร้องกับเพื่อนชาวยูเครนและรัสเซียในงาน คริสต์มาส

UCIA คุณให้ความสำคัญกับสิ่งใดคะ?

VIOLETTA เนื่องจากสงครามยังคงดำเนินอยู่ในยูเครน ฉันหวังว่าจะ
หยุดเร็ว ๆ นี้ และอยากให้ทุกคนอยู่ในสังคมที่ปลอดภัยและใช้ชีวิต
อย่างสงบสุขค่ะ
ฉันขออธิษฐานให้เกิด สันติภาพโดยเร็วที่สุด ค่ะ

UCIA คุณวioletta Дякую! Dyakuyu ดยา-คุ-ยู
(ขอบคุณ !)

การบริการของสมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ (UIP)

การให้คำปรึกษาหลากหลายภาษา

※ รองรับการแปลภาษาอื่นๆ โดยใช้แท็บเล็ตแปลภาษา



		ภาษาสเปน	ภาษาโปรตุเกส	ภาษาเวียดนาม	ภาษาจีน	ภาษาไทย	ภาษาอังกฤษ
UIP ☎028-616-1564	15:00-18:00	จันทร์	จันทร์ที่ 1 • 3		อังคาร	พุธ	ศุกร์
		วันอาทิตย์ที่ 4 ของเดือน (ระบบจอง)					
ที่ว่าการอำเภอ ☎028-632-2834 (เฉพาะวันทำการ)	9:00-12:00	พฤหัสบดี		—	—	—	พฤหัสบดี
	14:00-17:00	พฤหัสบดี		พฤหัสที่ 2	พฤหัสที่ 3	พฤหัสที่ 1	—

LINE UCIA อย่างเป็นทางการ

มาเพิ่มเพื่อนไลน์
เพื่อรับข่าวสาร ข้อมูลในการใช้
ชีวิตประจำวัน และกิจกรรมสนุกสนาน
ต่างๆกันนะคะ



โอ๊ะ ! มีการจัดพิมพ์เป็น ภาษาญี่ปุ่นแบบ
ง่าย ๆ อังกฤษ จีน โปรตุเกส
ไทย เวียดนาม
สามารถอ่านฉบับย้อนหลังได้จากโฮมเพจ
สมาคมนานาชาติอุซึโนมิยะ (UCIA)
<https://www.ucia.or.jp>

