

先輩が教える 日本生活の基本ルール

マナーは世界のパスポート

道路（車道も歩道も）公共スペース。大人数で広がって歩いたり、自転車や店の看板などを置くのはやめましょう。歩く人の邪魔になるし、いざというとき、救急車や消防車などの緊急車両が通れません。

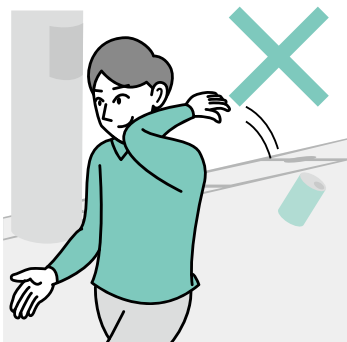
また、道路へごみをポイ捨てしないようにしましょう。住民の皆さんが自分の家や店の前の道路を自主的に掃除しています。あなたも今日から住民の仲間入り！ マナーの基本は他人に迷惑をかけるいけないこと。みんながあなたのマナーを見ています。

先輩からのアドバイス



1人がマナーを守らないと「だから外国人は」と言われてしまう。これから来る母国の人たちのためにもマナーには気をつけよう。

- 道路上で、ごみをポイ捨てしたり、タバコを吸うことは条例で禁止されています。新宿駅周辺などの美化推進重点地区では、ポイ捨てをすると2万円以下の罰金となる場合があります。
- 特に歩きタバコは火を持ち歩くことになり、火は子どもの目の高さなので大変危ない行為です。絶対にやめましょう。
- ごみの不法投棄は、1,000万円以下の罰金となる場合があります。
- 路上に放置してある自転車やその他の放置物は、誰も使ってなさそうだからといって無断で使ってはいけません。



अग्रज (सेम्पाई) का केही उपयोगी सुझावहरू जापानमा बस्नका लागि सामान्य नियमहरू

असल व्यवहारहरू ग्लोबल समाजमा बस्नका लागि अपरिहार्य छन्

हाम्रा बाटाहरू-सडक र पैदल मार्गहरू दुबै-सार्वजनिक स्थलहरू हुन्। समूहमा हिँड्दा, पैदल मार्ग भरिने गरी नहिँड्नुहोस्। बाटाहरूमा तपाईंको साइकल वा विज्ञापन सामग्रीहरू नराख्नुहोस् किनकी तिनीहरूले पैदल यात्रीलाई असहज बनाउँछन् र आपतकालीन अवस्थामा एम्बुलेन्स र दमकलहरूलाई पनि अफ्यारोमा पार्न सक्छन्।

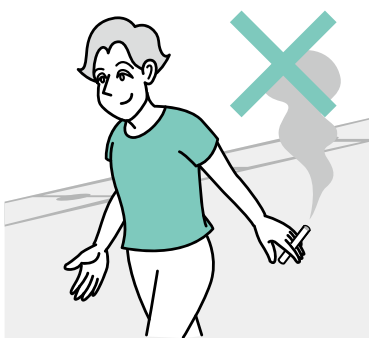
साथै, बाटोमा फोहोर नफाल्नुहोस्। याद राख्नुहोस् सामुदायिक बासिन्दाले स्वेच्छिक आधारमा आफ्नो घर र पसलहरू अगाडिको बाटोहरू सफा गर्छन्। अब, तपाईं त्यस समुदायको सदस्य हुनुहुन्छ। आधारभुत असल व्यवहार भनेको अरुलाई अफ्यारो नपार्ने हो। तपाईंको असल व्यवहारहरू सबैले हेरिरहेका हुन्छन्।

अग्रज (सेम्पाई)को सुझाव



एकजनाले नराम्रो व्यवहार गर्थे भने (शिष्टाचार पालना गरेन भने) "त्यसैले यी विदेशीहरू हुँदैन" भनेर भनिन्छ । भविष्यमा तपाईंको देशबाट जापान आउने व्यक्तिहरूको राम्रोका लागि असल व्यवहारहरू देखाउन होस राख्नुहोस् ।

- बाटोमा फोहोर फाल्न वा धुम्रपान गर्न विधानले प्रतिबन्ध लगाएको छ। तपाईंले सिग्नल स्टेशन नजिकै रहेको "निर्दिष्ट ब्युटिफिकेशन प्राथमिकता क्षेत्रमा" फोहोर गर्नुहुन्छ भने तपाईंलाई 20,000 येनसम्म जरिवाना लगाइन सक्छ।
- हिँड्दा धुम्रपान गर्नु भनेको तपाईंले हातमा आगो लिएर हिँडे समान हो। यो विशेष गरी बालबालिकाको लागि खतरा हुनसक्छ किनकी चुरोटलाई बच्चाको आँखाको स्तरमा समात्तिन्छ। बाटोमा धुम्रपान नगर्नुहोस्।
- गैरकानूनी डम्पिङका लागि तपाईंलाई 10 मिलियन येनसम्म जरिवाना लगाइन सक्छ।
- तपाईंले बाटोमा साइकल वा अन्य सामानहरू छोडेको फेला पार्नुभयो र ती सामान कसैको होइन भने पनि, तपाईंले मालिकको अनुमति बिना तिनीहरूको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्न।



Chỉ dẫn từ những người đi trước

Quy tắc cơ bản trong cuộc sống tại Nhật Bản

Cách cư xử là tấm hộ chiếu đi khắp thế giới

Đường đi là không gian chung (lòng đường cũng như vỉa hè). Không đi dàn hàng theo nhóm nhiều người, không đi xe hoặc biến quảng cáo của hàng trên đường. Làm như vậy có thể gây cản trở cho người đi bộ, phương tiện khẩn cấp như xe cấp cứu, xe cứu hỏa, v.v... không thể lưu thông khi cần thiết.

Ngoài ra, không vứt rác bừa bãi ra đường. Mọi người dân có ý thức tự vệ sinh con đường phía trước nhà hoặc cửa hàng của mình. Từ giờ, các bạn cũng trở thành bạn của cư dân tại đây! Điều cơ bản trong cách cư xử là không làm phiền người khác. Mọi người luôn nhìn vào cách cư xử của bạn.

Lời khuyên từ những người đi trước



Khi một người không biết các cách cư xử sẽ bị nói là "Người nước ngoài thật là". Các bạn hãy chú ý đến cách cư xử vì những người tại quốc gia của bạn sẽ đến Nhật Bản trong tương lai.

- Luật lệ nghiêm cấm vứt rác bừa bãi và hút thuốc trên đường. Tại khu vực quan trọng khuyến khích việc giữ không gian sạch đẹp như khu vực xung quanh ga Shinjuku, v.v... thì có trường hợp sẽ bị phạt tiền lên đến 20.000 yên khi vứt rác bừa bãi.
- Đặc biệt, việc hút thuốc khi đi bộ là hành động rất nguy hiểm vì làm như vậy sẽ mang theo lửa và ngọn lửa này ngang tầm mắt trẻ em. Tuyệt đối không được vừa đi vừa hút thuốc.
- Đối với vứt rác bất hợp pháp, có trường hợp sẽ bị phạt tiền lên đến 10 triệu yên.
- Đối với xe đạp hoặc đồ vật để trên đường và đường như ai cũng có thể sử dụng nhưng các bạn không được sử dụng khi không có sự cho phép.



Thိနီယာများက သင်ကြားပေးမည့်

ဂျပန်တွင် နေထိုင်မှုအတွက် အခြေခံစည်းမျဉ်းများ

ကောင်းသောအမူအကျင့်များသည် ကမ္ဘာလောကကြီး၏ ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်သည်။

လူအများကြီး ဖြန့်ပြီးလျှောက်ခြင်း၊ ကားနှင့် ဆိုင်၏ ဆိုင်းဘုတ်များထားခြင်းကိုရင် တန်ကြပါ။ အဘယ်ကြောင့် ဆိုသော် လမ်းလျှောက်သူများကိုအနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေခြင်း နှင့် အရေးမပေါ်အခြေအနေတွင် လူနာတင်ယာဉ်နှင့်မီးသတ်ယာဉ်များစတဲ့ အရေးပေါ်ယာဉ်များ မဖြတ်သန်းနိုင် သောကြောင့်ဖြစ်သည်။

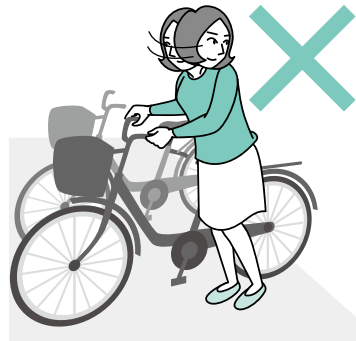
ထို့နောက်၊ လမ်းတွေမှာ အမှိုက်မချအောင် ပြုလုပ်ကြပါ။ နိုင်ငံသား အားလုံးသည် မိမိအိမ်နှင့်ဆိုင်ရှေ့မျက်နှာစာလမ်းကို ကိုယ်တိုင်သန့်ရှင်းရေးလုပ်ကြသည်။ စီနောကစပြီး သင်လည်း နိုင်ငံသားများ၏ မိတ်ဆွေတစ်ယောက်ဖြစ်သွားပါပြီ။ မိမိရဲ့ အမူအကျင့်ဖြင့် သူတစ်ပါးကို အနှောင့်အယှက်မပေးမိစေနှင့်။ အားလုံးက သင့်ရဲ့ လုပ်ဆောင်မှုတိုင်းကိုစောင့်ကြည့်နေကြသည်။

Thi Nya များထံမှ အကြံပြုချက်



တစ်ယောက်သောသူက အမူအကျင့်ကို မလိုက်နာလျှင်(ဒါကြောင့်--- ---နီငါ့ခြားသားတွေဆိုရင်)လို့ အပြောခံရမည်။ အခုကစပြီးဂျပန်ကို သွားရောက်မည့် ကျွန်တို့ နိုင်ငံသားများလည်းအမူအကျင့်များကို သတိထားရပါမည်။

- လမ်းမပေါ်တွင် အမှိုက်ပစ်ချခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက် ခြင်းတို့ကို တားမြစ်ထားသည့်ရှင်းကျူဘူတာဝန်ကျင့်စသည့် သန့်ရှင်းသပ်ရပ်ရေးလုပ်ငန်းမှုအမိတာရန်တွင် စည်းကမ်းမဲ့အမှိုက်ပစ်လျှင် ယန်း၂သောင်းအောက် ဒဏ်ငွေပေးရသည်များရှိပါသည်။
- အထူးသဖြင့် မီးစပါတဲ့ ဆေးလိပ်ကို ကိုင်ပြီး လမ်းလျှောက်ပါက မီးက ကလေးတွေရဲ့မျက်လုံးကို ထိခိုက်စိမေသောကြောင့် အရမ်း အန္တရာယ်များပါတယ်။ ဒါကြောင့် လုံးဝရပ်တန့်ကြပါ။
- အမှိုက် စည်းကမ်းမဲ့စွန့်ပစ်လျှင် ယန်းသိန်း၁၀၀၀အောက် ဒဏ်ငွေဆောင်ရသည်များရှိပါသည်။
- လမ်းမပေါ်တွင် ပစ်ထားသောစက်ဘီးများနှင့် တခြားစွန့်ပစ်စွည်းများကို၊ မည်သူမှ မသုံးစွဲသည်ဟု ထင်မှတ်သော်ငြား ခွင့်ပြုချက်မဲ့သုံးစွဲ၍ မရပါ။



交通ルールを守ろう

自転車は便利な乗り物ですが、歩行者との重大な衝突事故も起こっています。事故を起こしてしまった場合や被害者になった場合でもあわてず対処しましょう。万が一トラブルに巻き込まれても自分の身を守る権利は尊重されています。

自転車は車道の左側を走るのが原則です。歩道は歩行者優先のため、例外的に通行する場合は、車道よりをゆっくりと走りましょう。歩行者が多いところでは、自転車を押して歩きましょう。危険なルール違反をくり返すと、有料の自転車運転者講習を受けなければなりません。

なお、自転車を路上にとめておくと、放置自転車として撤去されます。返還には手数料が必要になるから気をつけて！ 自転車をとめるときは自転車等駐輪場を利用しましょう。

自転車の5つのルール

1. 自転車は車道が原則、歩道は例外
2. 車道は左側を通行
3. 歩道では歩行者優先で車道寄りを徐行
4. 安全ルールを守る (イラスト参照)
5. 13歳未満の子どもはヘルメットをかぶろう

違反すると罰則がある

飲酒運転は禁止

मदिरा सेवन गरी साइकल चलाउन मनाही
Cấm điều khiển xe khi say rượu
အရက်သောက်ပြီးမရ



5年以下の懲役又は100万円以下の罰 (酒酔いの場合)

५ वर्ष भन्दा कम जेज सजाय दिन वा १०० मान सम्मको जरिवाना लगाउन सकिने (मदिराको प्रभावमा सवारी साधन चलाएको अवस्थामा)
Phạt tù từ 5 năm trở xuống hoặc phạt tiền từ 1 triệu yên trở xuống (trong trường hợp say rượu)

ထောင်ဒဏ် ၅ နှစ်အောက် သို့မဟုတ် ဒဏ်ပေး ၁၀ သိန်းအောက် (အရက်သောက်သောအခါ)

2人乗り運転は禁止

२ जना बसेर साइकल चलाउन मनाही
Cấm điều khiển xe chở 2 người
ဝက်ဘီးနှစ်ယောက်စီးခြင်းကိုတာဝန်ရှိထားပါသည်။



2万円以下の罰金又は科料 ※ただし、16歳以上の運転者が幼児用座席に6歳未満の幼児1人を乗車させることはできます。

¥ 20,000 सम्मको जरिवाना । नोट गर्नुहोस्: यदि तपाईंको सोह्र वर्ष वा सो भन्दा बढी उमेरको हुनुहुन्छ भने, तपाईंले शिशुहरूका लागि शिशुको सिट प्रयोग गरी ६ वर्ष उमेरसम्मको यात्रु सहित चलाउन सक्नुहुन्छ ।

Bồi thường hoặc phạt tiền từ 20.000 yên trở xuống

*Tuy nhiên, người điều khiển xe từ 16 tuổi trở lên có thể chở thêm 1 trẻ em dưới 6 tuổi ngồi ở ghế dành cho trẻ em.

ဒဏ်ပေး သိန်း ၂ သောင်းအောက် သို့မဟုတ် လျော်ကြေး * သို့သော် အသက် ၁၆ နှစ်နှင့် အထက်

ယာဉ်မောင်းသူများသည် ကလေးငယ်သုံးခုခံနိုင် ၆ နှစ်မပြည့်သောကလေးငယ် ၁ ယောက် တစ်ထောင်ခန့်ပင်ပါသည်။

ट्राफिक नियमहरू सधैं पालना गर्नुहोस्

साइकलहरू यातायातका सुविधाजनक साधन भएतापनि, साइकलमा सवार व्यक्तिहरू पनि पैदलयात्रीहरूको गम्भीर दुर्घटना गराउन कार्यमा संलग्न रहेका हुन्छन्। यदि तपाईं ठक्कर निम्त्याउनुहुन्छ वा यसको पीडित बन्नुहुन्छ भने, नडराइकन अवस्थालाई ह्याण्डल गर्न आफूले सक्दो प्रयास गर्नुहोस्। तपाईं दुर्घटनामा परेपनि, तपाईंको आफूलाई बचाउन अधिकारको सम्मान गरिन्छ।

नियम अनुसार साइकल चलाउँदा, तपाईंले सडकको बायाँ छेउमा चलाउनुपर्छ। पैदलयात्रीहरूसँग पैदल मार्गमा हिँड्ने अधिकार भएको हुनाले, तपाईंले पैदलयात्रीलाई उछिन्नुपर्ने भएमा रोड ट्रफिकको नजिकबाट बिस्तारै चलाउनुहोस्। भिडभाड भएको ठाउँमा साइकलबाट झरेर डोर्‍याउनुहोस्। सट्टामा भिडभाड भएको ठाउँमा साइकलबाट झरेर डोर्‍याउनुहोस्। यदि तपाईंले बारम्बार खतरापूर्ण रूपले आफ्नो साइकल चलाउनुहुन्छ भने तपाईं साइकल सुरक्षा कक्षमा सहभागी हुन र तपाईंले त्यस बापत लागेको शुल्क तिर्न गर्न आवश्यक पर्नेछ।

यसका अतिरिक्त, तपाईंले आफ्नो साइकललाई बाटोमा छोड्नुहुन्छ भने, यसलाई अवैध पार्क गरेको साइकलको रूपमा त्यहाँबाट हटाइनेछ। तपाईंले आफ्नो बाइक पुनः दाबी गर्नको लागि व्यवस्थापन शुल्क तिर्न आवश्यक पर्नेछ। आफ्नो साइकल पार्क गर्दा, सही पार्किङ स्थल प्रयोग गर्न सुनिश्चित हुनुहोस्।

साइकल चलाउँदा ध्यान दिनुपर्ने 5 नियमहरू

उल्लंघनकर्तालाई सजाय दिइनेछ

1. नियम अनुसार, साइकललाई बाटोमा चलाउनुहुँ, असाधारण परिस्थितामा, तिनीहरूलाई पैदल मार्गमा चलाउन सकिनेछ।
2. साइकलहरू रोडको बायाँ भागमा चलाउनुपर्छ।
3. पैदल मार्गमा, पैदलयात्रीलाई प्राथमिकता दिइन्छ र साइकलहरू रोडको छेउमा बिस्तारै चलाउनुपर्छ।
4. सुरक्षा नियमहरूको पालन गर्नुपर्छ (उदाहरणहरू हेर्नुहोस्)।
5. 13 वर्ष मुनिका बालबालिकालाई हेल्मेट लगाउन सुझाव गरिन्छ।

होर्नको बजाउनु र अर्को साइकलसँग टक्कर लाग्नु गरी अन्य साइकलहरूको छेउमा साइकल चलाउन मनाही

अन्य साइकलहरूको छेउमा साइकल चलाउन मनाही
Cấm chạy hàng ngang với xe đạp khác
အခြားဝက်ဘီးနှင့်ယှဉ်တိုက်ပြီးမရ



2万円以下の罰金又は科料

¥20,000 सम्मको जरिवाना।

Bồi thường hoặc phạt tiền từ 20.000 yên trở xuống

ဒဏ်ပေး သိန်း ၂ သောင်းအောက် သို့မဟုတ် လျော်ကြေး

傘差し運転禁止

छाता ओडेर साइकल चलाउन मनाही
Cấm cầm ô khi điều khiển xe
ထီးထောင်ရင်း ဝက်ဘီးမရ



5万円以下の罰金

¥50,000 सम्मको जरिवाना।

Phạt tiền từ 50.000 yên trở xuống

ဒဏ်ပေး သိန်း ၅ သောင်းအောက်

Tuần thủ quy tắc giao thông

Xe đạp là một phương tiện di chuyển thuận tiện nhưng lại dễ gây ra tai nạn và chậm nghiêm trọng với người đi bộ. Hãy bình tĩnh xử lý trong trường hợp xảy ra tai nạn hoặc trường hợp chính bạn là nạn nhân trong vụ tai nạn đó. Quyền tự bảo vệ bản thân sẽ được tôn trọng cho dù bạn không may vướng vào rắc rối.

Về nguyên tắc, xe đạp phải chạy ở phía lòng đường bên trái. Vì vậy hệ được ưu tiên cho người đi bộ, nên trong trường hợp ngoại lệ cần chạy trên vỉa hè, xe đạp phải chạy chậm hơn so với khi chạy dưới lòng đường. Hãy xuống xe và dắt bộ ở nơi có nhiều người đi bộ. Nếu lặp lại nhiều lần việc vi phạm qui định gây nguy hiểm sẽ phải tham gia khóa học lái xe đạp có trả phí.

Ngoài ra, nếu để xe đạp trên đường, sẽ bị tịch thu như trường hợp xe đạp để trái phép. Vì phải mất lệ phí khi nhận lại xe nên các bạn hãy chú ý! Hãy sử dụng bãi đỗ xe dành cho xe đạp, v.v... nếu các bạn muốn đỗ xe đạp.

Có quy định xử phạt khi vi phạm

5 quy tắc của xe đạp

1. Về nguyên tắc là chạy xe trên lòng đường, trường hợp ngoại lệ có thể chạy trên vỉa hè
2. Khi chạy trên lòng đường thì đi bên trái
3. Khi chạy trên vỉa hè hãy chạy chậm sát với phía lòng đường và ưu tiên cho người đi bộ
4. Tuần thủ quy tắc an toàn (Tham khảo hình minh họa)
5. Hãy đội mũ bảo hiểm cho trẻ em dưới 13 tuổi

夜間は必ず前のライトをつけましょう
मोबाइल चलाउँदै साइकल चलाउनु
प्रतिबन्ध लगाइन्छ।
Vào ban đêm phải luôn bật đèn xe phía trước
ညရိက္တွင် မှေ့ကွက်ကွက်
ရှေ့မီးကို ထွန်းကြပါမို့

5 万円以下の罰金
¥50,000 सम्मको जरिवाना।
Phạt tiền từ 50.000 yên trở xuống
ဒက်ငွေ ယန်း ၅ သောင်းအောက်



携帯電話を使用しながらの運転は禁止
रातको समयमा साइकल चलाउँदा
सधैं आफ्नो साइकलको अगाडि
रहेको बत्ती बाल्नुहोस्।
Cấm vừa điếu khiến xe vừa sử dụng điện thoại di động
ဖုန်းသုံးရင်း စက်ဘီးမစီးရ

5 万円以下の罰金
¥50,000 सम्मको जरिवाना।
Phạt tiền từ 50.000 yên trở xuống
ဒက်ငွေ ယန်း ၅ သောင်းအောက်



လမ်းစဉ်းကမ်းများကို လိုက်နာကြပါမို့

စက်ဘီးမှာ အဆင်ပြေလွယ်ကူသည့် စီးရာဖြစ်သော်လည်း မြေလျင်လျှောက်သူများနှင့် ကြီးမားသည့်ယာဉ်တိုက်မှုများလည်း ဖြစ်ပေါ်နေပါသည်။ ကိုယ့်ကြောင့်မတော်တာထဲ တာဝန်ခံရခြင်းပေါ်ခဲ့လျှင်ဖြစ်ခြင်း ကိုယ်ကကြုံတွေ့ခဲ့လျှင်ဖြစ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ပတ်သက်ရသောအခါတွင်လည်း ကိုယ့်ကိုယ်ကို ကာကွယ်နိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။ စက်ဘီးကို ကားလမ်း၏ ဘယ်ဘက်သို့ကပ်စီးခြင်းမှာ အခြေခံစည်းမျဉ်းဖြစ်ပါသည်။ လူသွားလမ်းမှာ မြေလျင်လျှောက်သူများကို ဦးစားပေးထားသည့်အတွက် ခြင်းချက်အနေဖြင့် ဖြတ်သန်းသွားသည့်အခါ ကားလမ်းဘက်သို့ကပ်၍ ဖြည်းဖြည်းစီးကြပါမို့။ လမ်းသွားလမ်းလာများသောနေရာများတွင် စက်ဘီးကို ဆင်းတုန်းကြပါမို့။ အန္တရာယ်များ သည့်စဉ်းကမ်းမျိုးဖောက်ခြင်း ထပ်မံထပ်မံ

မြေလျင်လျှင် အခြေခံပေးရသည့် စက်ဘီးစီးသင်တန်းကို တက်ရောက်ရပါမည်။ ထို့ပြင်၊ စက်ဘီးကို လမ်းပေါ်တွင် ရပ်ထားလျှင် စွန့်ပစ်စက်ဘီးအဖြစ် ဖယ်ရှားခံရပါမည်။ မြန်ထုတ်ယူရာတွင် ဝန်ဆောင်ပေးရသည့်အတွက် သတိပြုပေးပါမို့။ စက်ဘီးကို ရပ်သည့်အချိန်တွင် စက်ဘီးရပ်နားရာနေရာကို အသုံးပြုကြပါမို့။

စက်ဘီးစဉ်းကမ်း(၅)ချက်

- ၁။ စက်ဘီးသည် ယာဉ်သွားလမ်းမှ သွားရမည်။ လူသွားလမ်း ကျွန်ုပ်တို့ဘက်ကြော့ပေးဆောင်ရမည်။
- ၂။ ကားလမ်း၏ ဘယ်ဘက်မှ ကပ်၍ စီးရမည်။
- ၃။ လူသွားလမ်းတွင် လမ်းသွားလမ်းလာများကို ဦးစားပေးပြီး ဖြည်းဖြည်းချင်း စီးနင်းရမည်။
- ၄။ စဉ်းကမ်းများကို လိုက်နာရမည်။ (ရပ်သည့်ရပ်စေ့တွင် ကိုးကားပါ)
- ၅။ ဝန်ဆောင်မှုပြုသောသည့်ကလေးများသည် အန္တရာယ်ကင်းစီးထိုင်ဆောင်ရမည်။

信号無視は禁止
रोकने संकेत भएका ठाउँहरूमा पूर्ण
रूपमा रोकिए सुरक्षा जाँच गर्न सुनिश्चित हुनुहोस्।
Cấm vượt đèn đỏ
မီးနီဖြတ်ခြင်းမပြုရ

3ヶ月以下の懲役又は5万円以下の罰金
तीन महिनासम्मको जेल सजाय दिन वा ¥50,000 सम्मको जरिवाना लगाउनु सकिने
Phạt tù từ 3 tháng trở xuống hoặc phạt tiền từ 50.000 yên trở xuống
ထောင်ဒက် ၃ လအောက် သို့မဟုတ် ဒက်ငွေ ယန်း ၅ သောင်းအောက်



一時停止の標識がある場所では、必ず止まって安全確認をしましょう
रातो बत्ती बलेको बेलाभा दौडिन प्रतिबन्ध लगाइन्छ।
Ở nơi có biển báo tạm dừng, cần phải dừng lại và xác nhận an toàn
rõ ràng. An toàn của bạn và người khác là quan trọng nhất.
ရပ်တန့်ပြီး လုံခြုံစိတ်ချရမှု ရှိမရှိကို အတည်ပြုကြပါမို့။

3ヶ月以下の懲役又は5万円以下の罰金
तीन महिनासम्मको जेल सजाय दिन वा ¥50,000 सम्मको जरिवाना लगाउनु सकिने
Phạt tù từ 3 tháng trở xuống hoặc phạt tiền từ 50.000 yên trở xuống
ထောင်ဒက် ၃ လအောက် သို့မဟုတ် ဒက်ငွေ ယန်း ၅ သောင်းအောက်



自転車損害賠償保険等

東京都では、2020年4月1日から、自転車利用中の事故により、他人にケガをさせてしまった場合などの損害を賠償できる保険等への加入が義務となりました。

未成年者が自転車を利用するときは、保護者は保険等に参加しなければなりません。

○保険の種類について

自転車損害賠償保険等は、傷害保険・火災保険・自動車保険等の特約として契約することもできます。また、コンビニエンスストアやインターネット等を利用して手軽な手続で加入できる自転車向け保険もあるほか、点検整備された自転車の車体に付帯された保険（TSマーク付帯保険）もあります。すでに加入している保険等に補償が付いている場合もありますので、確認してください。

詳しくは、保険会社や保険代理店にお問い合わせください。

साइकल बीमा गर्नुहोस्

टोकियो तो मा 2020 साल अप्रिल 1 तारिख देखि साइकल चालकले ठक्कर दिएर अन्य व्यक्तिलाई चोटपटक आदि लाग्न गएमा क्षतिपूर्ति भुक्तानी गर्न सक्ने गरी बीमा गर्न अनिवार्य गरेको छ ।

वालवालिका अथवा नावालिक व्यक्तिले साइकल प्रयोग गर्ने भए पनि अभिभावकले उक्त साइकलको बीमा गर्नु पर्ने कर्तव्य हुन्छ ।

○ बीमाका प्रकार सम्बन्धमा

साइकल वाहक बीमा पनि अशक्त-असहाय बीमा, अग्री वीमा र सवारी साधन बीमा जस्ता विशेष खालको प्रक्रिया गरी बीमा गर्न सकिन्छ । यसका साथै कन्भिनियन्स स्टोर वा इन्टरनेटको माध्यमबाट सामान्य प्रक्रिया गरेर साइकलको बीमा गर्न सकिनुको अलवा टि टास मार्क भएको बीमा पनि गर्न सकिन्छ । उक्त बीमाहरु पहिले नै (साइकल खरिद गर्ने बेलामै) गरिसकेको हुन सक्छ, कृपया राम्रो संग चेक गर्नुहोला । बिस्तृत जानकारीका लागि बीमा कम्पनी वा बीमा एजेन्सीमा सम्पर्क गर्नुहोला ।

Bảo hiểm bồi thường thiệt hại xe đạp, v.v...

Ở Tokyo, kể từ ngày 1/4/2020, người sử dụng xe đạp có nghĩa vụ phải đăng ký bảo hiểm, v.v... có thể bồi thường thiệt hại trong trường hợp gây thương tích cho người khác do tai nạn khi điều khiển xe đạp, v.v...

Nếu người sử dụng xe đạp là vị thành niên, thì người giám hộ phải tham gia bảo hiểm, v.v...

○ Về các loại bảo hiểm

Bảo hiểm bồi thường thiệt hại xe đạp, v.v... có thể được thỏa thuận dưới dạng điều khoản đặc biệt của bảo hiểm tai nạn, bảo hiểm hỏa hoạn, bảo hiểm xe ô tô, v.v... Bên cạnh loại bảo hiểm cho xe đạp mà bạn có thể đăng ký đơn giản tại cửa hàng tiện lợi hoặc qua mạng, v.v..., còn có loại bảo hiểm đính kèm vào thân xe (bảo hiểm kèm nhân TS) sau khi xe đạp được kiểm tra và bảo dưỡng. Hãy thử kiểm tra lại vì có thể khoản bồi thường này đã được đi kèm với bảo hiểm, v.v... mà bạn đang tham gia.

Vui lòng liên hệ với Công ty bảo hiểm hay Đại lý bảo hiểm để biết thêm chi tiết.

တိုက်ျီစက်ဘီးပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုလျော်ကြေး

ငွေအာမခံများ

တိုက်ျီမြို့တွင် ၂၀၂၀ခုနှစ် ဧပြီလ ၁ရက်နေ့မှစ၍ စက်ဘီးစီးနေစဉ် မတော်တဆဖြစ်ကာ၊ အခြားလူများအား ဒဏ်ရာရစေခဲ့ပါက ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုများအတွက် လျော်ကြေးပေးနိုင်သော အာမခံကို မဖြစ်မနေဝင်ထားရပါမည်။

အသက်မပြည့်သေးသူများ စက်ဘီးစီးသည့်အချိန်တွင် အုပ်ထိန်းသူများက အာမခံဝင်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

○ အာမခံအမျိုးအစားများနှင့်ပက်သက်၍

စက်ဘီးပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုလျော်ကြေးအာမခံ စသည်တို့အတွက် မတော်တဆထိခိုက်မှုအာမခံ၊ မီးဘေးအာမခံ၊ စက်ဘီးအာမခံစသည့် အထူးစာချုပ်များဖြင့် စာချုပ်စာချုပ်ချုပ်ဆိုထားနိုင်ပါသည်။ တဖန် စတိုးဆိုင်များနှင့် အင်တာနက်ဆိုင်စသည်တို့ကို အသုံးပြု၍ အလွယ်တကူ ဝင်နိုင်သော စက်ဘီးအာမခံများရှိသည့်အပြင်၊ စစ်ဆေးခြင်းနှင့် ထိမ်းသိမ်းပြုပြင်ခြင်းများ ပြုလုပ်ထားပြီးသော စက်ဘီးများ၏ ကိုယ်ထည်များတွင် ပူးတွဲပါရှိသောအာမခံ (TS အမှတ်တံဆိပ်အာမခံ)များလည်းရှိသည်။ ဝင်ထားပြီးသား အာမခံများတွင်လည်း လျော်ကြေးပါရှိသည်များ ရှိသည့်အတွက်ကြောင့် စစ်ဆေးအတည်ပြုပါ။

အသေးစိတ်ပိုမိုသိရှိလိုပါက အာမခံကုမ္ပဏီနှင့် ကိုယ်စားလှယ်အာမခံဆိုင်ခွဲများတွင် ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

自転車^{じてんしゃ}の持ち主^{もちぬし}が変わるときは手続^{てつづ}きしよう

自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}は必要^{ひつよう}なの？

自転車^{じてんしゃ}を持っている人は、自分の自転車^{じてんしゃ}を防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}しなければなりません。防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}をすることで、自転車^{じてんしゃ}の所有者^{しゆしやうしや}が明確^{めいあく}になるため、盗^{ぬす}まれたときや撤去^{てつそ}されたとき役立^{やくだち}ちます。

自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}の手続^{てつづ}きの仕方

自転車^{じてんしゃ}を購入^{かうりゅう}する自転車^{じてんしゃ}販売店^{はんばいテン}が「自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}所^{じょ}」であればその販売店^{はんばいテン}で登録^{とうろく}することができます。

自転車^{じてんしゃ}を人^{ひと}にあげる・人^{ひと}からもらう時の手続^{てつづ}き

- あげる人^{ひと} A: まず、「自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}所^{じょ}」で防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}を抹消^{さくしょう}してください。「防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}の控え^{かえ}」がない場合は「譲渡^{じやうと}証明書^{しやうめいしよ}」を作成^{さくせい}し、もらう人^{ひと} B に渡^{わた}してください。
- もらう人^{ひと} B: A から受け取^とった書類^{しやうり}と本人^{ほんにん}確認^{かくにん}書類^{しやうり}及び自転車^{じてんしゃ}本体^{ほんたい}を持って、「自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}所^{じょ}」でもう一度登録^{とうろく}してください。

<登録^{とうろく}時に必要^{ひつよう}なもの>

①自転車^{じてんしゃ}本体^{ほんたい} ②本人^{ほんにん}確認^{かくにん}書類^{しやうり}: 公的^{こうてき}機関^{きかん}発行^{はつこう}の身分^{みぶん}証明書^{しやうめいしよ} (運転^{うんてん}免許^{めんきょ}証^{しやう}・健康^{けんこう}保険^{ほけん}証^{しやう}など)、外国^{がいこく}国籍^{こくせき}の方は在留^{ざいりゅう}カードなど ③前所有者^{ぜんしやうしや}の防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}の控え^{かえ}、または譲渡^{じやうと}証明書^{しやうめいしよ} ④登録^{とうろく}料^{りやう} 660 円 (非課税^{ひかぜ})

<用語>

- ・自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}所^{じょ}: 自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}所^{じょ}の看板^{かんばん}を掲示^{けいし}している自転車^{じてんしゃ}店^{みせ}・スーパー・ホームセンター等のことを言います。
- ・防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}の控え^{かえ}: 自転車^{じてんしゃ}を買^かったときにもらう「自転車^{じてんしゃ}防犯^{ぼうはん}登録^{とうろく}カード (お客様^{きやくきよう}控え^{かえ})」です。
- ・譲渡^{じやうと}証明書^{しやうめいしよ}: 自転車^{じてんしゃ}を A が B にあげることが分^わかれば様式^{やうしき}は問^といません。例えば、白^{しろ}い紙^{かみ}に「私^{わたくし} A の自転車^{じてんしゃ}を B にあげます。」と書^かけば、それが「譲渡^{じやうと}証明書^{しやうめいしよ}」になります。

サイクル^{サイクル}の مالिक^{マリック} परिवर्तन^{परिवर्तन} हुँदा पूरा गर्नुपर्ने प्रक्रिया^{प्रक्रिया}हरू

के साइकल सुरक्षाको लागि दर्ता आवश्यक छ?

छ । यदि तपाईं साइकलको मालिक हुनुहुन्छ भने, साइकलको सुरक्षा तथा चोरी रोकथामको लागि साइकलको दर्ता प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्दछ । साइकल दर्ता प्रक्रियाले साइकल धनीको पहिचान गराउनुका साथै चोरी हुँदा, हरउँदा अथवा जफत भएको अवस्थामा निकै उपयोगी हुन्छ।

साइकल चोरी रोकथाम दर्ता गर्ने तरिका

तपाईंले साइकल खरीद गर्दा अथवा कसैबाट उपहार पाउँदा उक्त साइकलको दर्ता प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्ने हुन्छ । नयाँ साइकल खरीद गर्दा सोही पसलमार्फत दर्ता गर्न पनि सक्नुहुनेछ भने कतिपय अवस्थामा उक्त पसल दर्ता गर्न नमिल्ने पसल पनि हुन सक्छ । तर धेरैजसो पसलहरू मार्फत दर्ता प्रक्रिया सम्पन्न गर्न सकिन्छ । तपाईंले कसैबाट प्राप्त गर्नुभएको साइकल हो भने पनि निजिकैको साइकल विक्री गर्ने पसलमा गई दर्ता प्रक्रिया पूरा गर्न सक्नुहुनेछ ।

आफ्नो साइकल कुसैलाई दिने वा अर्को व्यक्तिबाट साइकल प्राप्त गर्ने प्रक्रियाहरू

- दिने व्यक्ति A (वास्तविक मालिक): सबैभन्दा पहिले तपाईंको नाममा दर्ता भएको उक्त साइकलको दर्ता रद्द गर्नुहोस् । यदि तपाईंसँग दर्ता गरेको प्रमाणको प्रतिलिपि छैन भने (हस्तान्तरण पत्र) बनाएर पाउने व्यक्ति B (नयाँ मालिक) लाई दिनसक्नुहुनेछ ।
- पाउने व्यक्ति B (नयाँ मालिक): दिने व्यक्ति A ले तपाईंलाई हस्तान्तरण गरेको कागजात र तपाईंको व्यक्तिगत पहिचान हुने कागजपत्रसहित साइकल लिएर पुनः दर्ता गर्नको लागि (साइकल दर्ता गर्ने स्थान) मा लिएर जानुहोस् ।

<दर्ताका लागि आवश्यक वस्तु>

- 1) साइकल; 2) आइडी: आधिकारिक स्वरूपको पहिचान (चालकको इजाजतपत्र, स्वास्थ्य बीमा कार्ड, आदि), तपाईं विदेशी निवासी भएमा निवासी कार्ड, आदि; 3) पछिल्लो मालिकको चोरी रोकथाम दर्ता वा स्थानान्तरण प्रमाणपत्रको प्रतिलिपि; 4) दर्ता शुल्क: 660 येन (कर शुल्क)

<शर्तहरू>

- साइकल चोरी रोकथाम दर्ता स्थान: यी साइकल पसल, सुपरमार्केट जस्ता ठाउँहरू वा दर्ता स्थानहरूको रूपमा पहिचान गराउने संकेत भएका गृह सुधार स्टोरहरू हुन्।
- चोरी रोकथाम दर्ताको प्रतिलिपि: यसले तपाईंले साइकल खरीद गर्दा प्राप्त गर्नुभएको साइकल चोरी रोकथाम दर्ता कार्ड (ग्राहक प्रतिलिपि) लाई जनाउँछ।
- स्थानान्तरण प्रमाणपत्र: व्यक्ति A ले व्यक्ति B लाई साइकल दिएको स्पष्ट हुँदासम्म फारामको कुनै अर्थ हुँदैन । उदाहरणको लागि, यदि तपाईं "म, A ले B लाई साइकल दिन्छु" लेख्नुहुन्छ भने, यो स्थानान्तरण प्रमाणपत्र हुन्छ।

Vui lòng thực hiện thủ tục khi thay đổi chủ sở hữu xe đạp

Có cần đăng ký chống trộm cho xe đạp không?

Những người đăng sở hữu xe đạp cần phải đăng ký chống trộm cho xe đạp của mình. Việc đăng ký chống trộm này nhằm mục đích xác định rõ chủ sở hữu xe đạp trong trường hợp xe đạp bị mất trộm và bị chuyển đi.

Cách thực hiện thủ tục đăng ký chống trộm cho xe đạp

Nếu cửa hàng xe đạp nơi bạn mua xe là "Nơi đăng ký chống trộm cho xe đạp", bạn có thể đăng ký tại cửa hàng đó.

Thủ tục khi chuyển nhượng xe đạp cho người khác, nhận xe đạp từ người khác

- Người chuyển nhượng A: Đầu tiên, vui lòng hủy đăng ký chống trộm tại "Nơi đăng ký chống trộm cho xe đạp". Trường hợp không có "Biên lai đăng ký chống trộm", vui lòng làm "Giấy chứng nhận chuyển nhượng" và giao lại cho người nhận B.
- Người nhận B: Vui lòng mang giấy tờ tùy thân và chiếc xe đạp cùng với giấy tờ đã nhận từ bên A đến đăng ký lại tại "Nơi đăng ký chống trộm cho xe đạp".

<Những gì cần có khi đăng ký>

- ① Xe đạp, ② Giấy tờ xác nhận nhân thân: giấy tờ tùy thân do cơ quan chính quyền cấp (giấy phép lái xe, thẻ bảo hiểm y tế, v.v...), thẻ cư trú đối với người nước ngoài, v.v..., ③ Biên lai đăng ký chống trộm hoặc giấy chứng nhận chuyển nhượng của chủ sở hữu trước đó, ④ Phí đăng ký 660 yên (miễn thuế)
- <Thuật ngữ>
- Nơi đăng ký chống trộm cho xe đạp: chỉ các cửa hàng xe đạp, siêu thị, home center, v.v... có để bảng thông báo là nơi đăng ký chống trộm cho xe đạp.
- Biên lai đăng ký chống trộm: là "Thẻ đăng ký chống trộm cho xe đạp (biên lai của khách hàng)" mà bạn nhận được khi mua xe đạp.
- Giấy chứng nhận chuyển nhượng: là giấy tờ cho biết bên A đã chuyển nhượng xe đạp cho bên B dưới bất kỳ hình thức nào. Ví dụ: Nếu viết "Tôi bên A sẽ giao xe đạp của mình cho bên B" trên tờ giấy trắng, thì tờ giấy đó sẽ là "Giấy chứng nhận chuyển nhượng".

စက်ဘီးပိုင်ရှင်ပြောင်းသွားသည့် အခါလုပ်ထုံးလုပ်နည်းကို လုပ်ကြံစို့

စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းသည် လိုအပ်ပါသလား။

စက်ဘီးပိုင်ဆိုင်ထားသောသူသည် မိမိ၏ စက်ဘီးကို ပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းမှ လုပ်ထားရပါမည်။ ပြစ်မှု ကာကွယ်ရေးမှတ်တမ်းတင်ထားကြောင့် စက်ဘီးပိုင်ရှင်သည် အတိအလင်းဖြစ်သွားသည့်အတွက် အစိုးရသည့် အခါနှင့် အသိမ်းခံရသည့်အခါ အသုံးမခံပါသည်။

စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်း၏ ပြုလုပ်ပုံလုပ်နည်းများ

စက်ဘီးကို ဝယ်ယူသည့် စက်ဘီးအရောင်းဆိုင်တွင် [စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းဌာနရှိ] ယင်း အရောင်းဆိုင်တွင် မှတ်တမ်းတင်နိုင်ပါသည်။

စက်ဘီးကို တစ်ပါးသူအား ပေးခြင်း၊ တစ်ပါးသူထံမှရရှိသောအချိန်၏ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ

- ပေးသည့်သူ A : ဦးစွာ "စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေးဌာန"တွင် ပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းအား ဖျက်သိမ်းပါ။စက်ဘီး "ပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းစာရွက်" မရှိသည့်အခါ "လွှဲပြောင်းမှုသက်သေစာ" ကို ပြုလုပ်ပြီး ရရှိမည့်Bကို ပေးပါ။
- လက်ခံသည့် B : အထဲမှ လက်ခံရရှိသည့် စာရွက်စာတမ်းများနှင့် ကာယကံရှင်အတည်ပြုစာရွက်စာတမ်း နှင့် စက်ဘီးကို ယူ၍ "စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းဌာန" တွင် နောက်တစ်ကြိမ် မှတ်တမ်းတင်ပါ။

< မှတ်တမ်းသွင်းသည့်အခါလိုအပ်သောအရာများ >

၁။စက်ဘီး ၂။ကာယကံရှင် အတည်ပြုစာရွက်စာတမ်း-ပြည်သူပိုင်အဖွဲ့အစည်းများမှ ထုတ်ပေးထားသော မှတ်ပုံတင်စာရွက်စာတမ်း (ယာဉ်မောင်းလိုင်စင်၊ ကျန်းမာရေးအာမခံစသည်)၊ နိုင်ငံခြားသားများမှာ နေထိုင်ခွင့်ကဒ်စသည် ၃။ယခင်ပိုင်ရှင်၏ ပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းစာရွက်၊ တနည်းအားဖြင့် လွှဲပြောင်းခွင့် သက်သေခံစာရွက်စာတမ်း ၄။မှတ်တမ်းသွင်းကြေး ယန်း၆၆၀ (အခွန်ကင်းလွတ်)

< စကားလုံးအသုံးအနှုန်းများ >

- စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းဌာန - စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေး ဌာနဆိုသည့် ဆိုင်းဘုတ်ထောင်ထား သော စက်ဘီးဆိုင်၊ စုပါမားကတ်၊ ဟုမ်းစင်တာများကိုဆိုလိုပါသည်။
- ပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်းစာရွက် - စက်ဘီးဝယ်သည့်အခါ ရရှိသည့် [စက်ဘီးပြန်မှုကကွယ်ရေးမှတ်တမ်း ကဒ်(ဝယ်ယူထဲပေးသော)]ဖြစ်ပါသည်။
- လွှဲပြောင်းသက်သေခံစာရွက် - စက်ဘီးကို AကBကို ပေးခြင်းကို သဘောပေါက်ပါက စာရေးပုံကို မမေ့ပါ။ ဥပမာအား ဖြင့် စာရွက်ဖြူပေါ်တွင် [ကျွန်တော်A၏စက်ဘီးကိုBကို ပေးသည်]ဟူ၍ ရေးထားပါက ယင်းစာရွက်သည် [လွှဲပြောင်းသက်သေခံ စာရွက်] ဖြစ်သွားပါသည်။

リサイクルしよう

家庭から出るごみの中には、もう一度、資源（リサイクルできるもの）として使えるものがたくさんあります。ごみを分別して出すことで、資源として使えるものを再生利用し、限りある資源を有効に使うことができます。そのため、新宿区では資源とごみの出し方に決まりがあります。

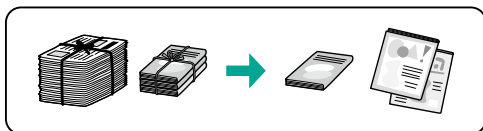
リサイクルの流れ（例）

古紙→再生紙等

प्रयोग गरिएको कागज → रिसाइकल गरिएको कागज, आदि।

Giấy đã sử dụng → Giấy tái chế, v.v...

စက္ကူဟောင်း → ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သော စက္ကူ စသည်



粗大ごみの出し方

家庭から出る大型のごみで、一边の長さがおおむね30cmを超えるものは粗大ごみです。

粗大ごみは品物によって料金が違います。事前の申し込みが必要です。

【粗大ごみの出し方の流れ】

- あらかじめ品物の大きさ、素材を確認しておきます。
- 粗大ごみ受付センターへ電話またはインターネットで申し込みます。

TEL:03-5304-8080

インターネット：粗大ごみ受付センター
(shinjukuku sodaigomi uketuke)

<https://www.shinjuku-sodai.com/>



※ 申し込みの時に次のことを伝える。

- ごみの種類とサイズ、個数、氏名、電話番号、住所
- 申し込みの際、品物の料金、収集日、受付番号、ごみを出す場所を確認します。
- 料金分の「新宿区の粗大ごみ処理券」をコンビニエンスストア等で購入します。
- 「粗大ごみ処理券」に収集日と受付番号を記入して粗大ごみに貼り、収集日の朝 8 時までに指定の場所に出してください。

रिसाइकल गरौं

धेरै प्रकारका घरायसी फोहोरहरूलाई रिसाइकल गरी फेरि प्रयोग गर्न सकिन्छ। फोहोरलाई सही तरिकाले छुट्टाएर फाल्ने गर्नाले पुनः रिसाइकल गर्न मिल्ने स्रोत तथा तोकिएको समयसम्म सीधै प्रयोग गर्न सकिने वस्तुहरू हुन्छन्। यस सम्बन्धमा पनि सिन्जुकु सहरको तोकिएको आफ्नै नियम रहेको छ।

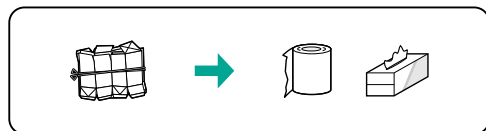
रिसाइकलिङको प्रवाह (उदाहरणहरू)

牛乳パック→トイレットペーパー、ティッシュ等

दूधका काटुनहरू → शौचालय कागज, टिश्यु, आदि।

Vỏ hộp sữa → Giấy vệ sinh, giấy ăn, v.v...

စွပ်းနီဘူး → အိမ်သာသုံးစက္ကူ (toilet paper) ၊ ဝတ်ရုံစသည်



ढूलो आकारका फोहोरलाई कसरी नष्ट गर्ने

ढूलो आकारका फोहोर भन्नाले लगभग 30 सेन्टिमिटरभन्दा लामो एकतर्फको भाग सहितको ढूलो आकारका घरायसी फोहोरलाई जनाउँछ।

शुल्क ढूलो आकारका फोहोरको प्रकार अनुसार भिन्न हुन्छ। यसको लागि अग्रिम दर्ता तथा सूचित गर्न आवश्यक हुन्छ।

[ढूला आकारका फोहोरलाई नष्ट गर्ने प्रक्रियाहरू]

- पहिले फोहोरको आकार र सामग्री निर्धारण गर्नुहोस्
- ढूलो आकारका फोहोर रिसेप्शन केन्द्रमा पिकअपको लागि फोनद्वारा वा इन्टरनेट मार्फत आवेदन दिनुहोस्।
टेलिफोन: 03-5304-8080
इन्टरनेट: ढूलो आकारका फोहोर रिसेप्शन केन्द्र
(सिन्जुकु सोउदाइगोमी उकेचुके)
<https://www.shinjuku-sodai.com/>
- तपाईंले पिकअपको लागि आवेदन दिँदा निम्न जानकारी उपलब्ध गराउनुपर्छ:
- फोहोरको प्रकार, आकार, गुणस्तर र तपाईंको नाम, फोन नम्बर र ठेगाना
- नष्टको लागि मूल्य, सङ्कलन मिति, दर्ता नम्बर र स्थान तपाईंले दर्ता गर्दा निर्णय गरिनेछ।
- तोकिएको रकम बराबरको (सिन्जुकु सहरको ढूला फोहर व्यवस्थापन टिकट) स्टिकर कन्भिनेयन्स स्टोर आदिबाट खरीद गर्नुहोस्।
- खरीद गर्नुभएको स्टिकर तपाईंले फाल्न चाहनुभएको (ढूला आकारको) फोहरमा देखिने गरी संकलन मिति र दर्ता नम्बर लेखेर टाँसुहोस्। अनि सङ्कलन गर्ने दिनको बिहान 8 बजे भित्र तोकिएको संकलन स्थानमा लगेर राख्नुहोस्।



Hãy tái chế rác

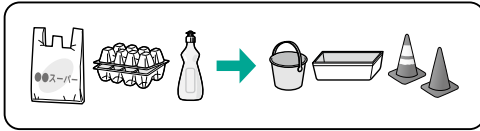
Trong số các loại rác trong gia đình, có rất nhiều loại có thể sử dụng lại làm tài nguyên (rác có thể tái chế). Thông qua việc phân loại rác, bạn có thể sử dụng một cách hiệu quả tài nguyên hữu hạn bằng cách tái sử dụng loại rác đó. Vì vậy, chúng tôi có quy định cách vứt rác và tài nguyên tại quận Shinjuku.

Quy trình tái chế (ví dụ)

容器包装プラスチック→バケツ、プランター等
प्लास्टिक कन्टेनरहरू र बेने कागज → बकेट, प्लान्टर, आदि।

Đồ đựng bao bì bằng nhựa → Thùng, chậu trồng cây, v.v...

ပစ္စည်းထုပ်ပိုးသည့် ပလတ်စတစ်အိတ် → မြင်းတောင်၊ ပန်းအိုး၊ အစရှိသည်



ပြန်လည်အသုံးပြုခြင်းများ ပြုလုပ်ကြစို့

အိမ်မှ ထွက်ရှိလာသော အမှိုက်များတွင် နောက်တစ်ကြိမ် အရင်းအမြစ် (ပြန်လည်အသုံးပြုနိုင်သည့် ပစ္စည်း)အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည့် အရာများစွာ ရှိပါသည်။ အမှိုက်များကို ခွဲခြား၍ ပစ်လိုက်ခြင်းဖြင့် အရင်းအမြစ်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သောအရာများကို နောက်တစ်ကြိမ် ပြန်လည် အသုံးပြုပြီး၊ အကုန်အသတ်ရှိသည့် အရင်းအမြစ်များကို အကျိုးရှိရှိ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ရှင်းလျူရပ်ကွက်တွင် အရင်းအမြစ်နှင့် အမှိုက်ပစ်နည်း သတ်မှတ်ချက်များ ရှိပါသည်။

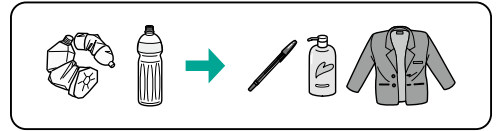
သုံးပြီးပစ္စည်းများ ပြန်လည်အသုံးပြုပုံ(recycle) အဆင့်ဆင့်(ဥပမာ)

ペットボトル→文房具、洋服等

PET बोतलहरू → स्टेशमरी, कपडा, आदि।

Chai nhựa PET → Văn phòng phẩm, âu phục, v.v...

ပလတ်စတစ်ဇရူး → စာရေးကိရိယာ၊ အနောက်တိုင်းအင်္ကျီအစရှိသည်



Cách vứt rác cổng kênh

Rác trong gia đình có kích thước lớn, có chiều dài cạnh hơn 30cm sẽ được xếp vào loại rác cổng kênh.

Mức phí vứt rác cổng kênh sẽ khác nhau tùy thuộc vào mặt hàng. Cần phải đăng ký trước.

[Quy trình vứt rác cổng kênh]

- Kiểm tra kích thước và chất liệu của các mặt hàng trước.
- Đăng ký với Trung tâm tiếp nhận rác cổng kênh qua điện thoại hoặc internet.

ĐT: 03-5304-8080

Internet: Trung tâm tiếp nhận rác cổng kênh (shinjukuku sodaigomi uketuke)

<https://www.shinjuku-sodai.com/>

*Vui lòng truyền đạt nội dung như sau khi đăng ký.



- Loại và kích thước của rác, số lượng, họ tên, số điện thoại, địa chỉ
- Vui lòng kiểm tra mức phí của mặt hàng, ngày thu gom, mã số tiếp nhận và điểm vứt rác khi đăng ký.
- Mua "Phiếu xử lý rác cổng kênh tại quận Shinjuku" tương ứng với mức phí tại các cửa hàng tiện lợi, v.v...
- Vui lòng đến ngày thu gom và mã số tiếp nhận lên "Phiếu xử lý rác cổng kênh", sau đó dán lên rác cổng kênh rồi mang đến nơi được chỉ định trước 8:00 sáng ngày thu gom.

အကြီးစားအမှိုက်များ ပစ်နည်း

အိမ်ထောင်များမှ ထွက်သည့် ကြီးမားသော အမှိုက်များဖြစ်ပြီး လုံးပတ်အရွယ်မှာ ခန့်မှန်းခြေ ၃၀စင်တီမီတာ ကျော်သော ပစ္စည်းများသည် အကြီးစား အမှိုက်များဖြစ်သည်။

အကြီးစားအမှိုက်များမှာ ပစ္စည်းအလိုက် အခကြေးငွေ ကွာခြားပါသည်။ အမှိုက်မပစ်မီ လျှောက်လွှာ တင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

[အကြီးစားအမှိုက်များ ပစ်နည်း လုပ်ငန်းစဉ်]

- အရင်ညှိစွာပစ္စည်း၏ အရွယ်အစား၊ ပစ္စည်းအား စစ်ဆေးထားမည်။
- အကြီးစားအမှိုက် လက်ခံရေးစင်တာသို့ ဖုန်း သို့မဟုတ် အင်တာနက်ဖြင့် လျှောက်လွှာတင်ပါ။

ဖုန်း: ၀၃-၅၃၀၄-၈၀၈၀

အင်တာနက် : အကြီးစားအမှိုက်လက်ခံရေးစင်တာ (shinjukuku sodaigomi uketuke)

<http://www.shinjuku-sodai.com/>

※ လျှောက်လွှာတင်သည့်အခါ အောက်ပါ အကြောင်းအရာ



- များကို အကြောင်းကြားရမည်။
- အမှိုက်အမျိုးအစားနှင့် အရွယ်အစား၊ အရေအတွက်၊ လူအမည်၊ ဖုန်းနံပါတ်၊ နေရပ်လိပ်စာ
- လျှောက်လွှာတင်သည့်အခါ ပစ္စည်း၏အမျိုးအစား၊ သိမ်းဆည်းရမည့်နေ့ရက်၊ လက်ခံရေးအမှတ်စဉ်၊ အမှိုက်ပစ်ပယ်နေ့ရက် စစ်ဆေးပါမည်။
- အခကြေးငွေအတွက် "ရှင်းလျှော့ခရိုင် အကြီးစားအမှိုက် စီမံရေး လက်မှတ်" အား ဟုနာနီအရောင်းဆိုင်များ တွင် ဝယ်ယူရမည်။
- "အကြီးစားအမှိုက် စီမံရေး လက်မှတ်" တွင် သိမ်းဆည်းရမည့် နေ့ရက်နှင့် လက်ခံရေးအမှတ်စဉ်ကို ဖြည့်သွင်းပြီး အကြီးစားအမှိုက်တွင် ကပ်၍ သိမ်းဆည်းရမည့်နေ့ရက်၏မနက်၈နာရီ မတိုင်မီ သတ်မှတ်ထားသည့် နေရာတွင် ပစ်ပါ။

生活騒音のトラブルを防ぐ

生活騒音は人が生活している間に発生するもので、誰もが被害者にも加害者にもなる可能性があります。それらは周りの人との親密さ、自分の気持ちに影響されるものであり、感じ方は人それぞれです。一度不快と印象付けられた音をその後敏感に感じるようになることがあります。

トラブルが起きてしまった時は、相手の立場に立ってよく話し合い、改善できることはすぐに実行しましょう。集合住宅では、管理会社等に相談する方法もあります。

《生活騒音によるトラブルを防ぐポイント》

- ▶ 深夜・早朝は大きな音を出さないように特に注意する
- ▶ テレビ・オーディオ機器・エアコンの室外機・洗濯機等は、隣家から離して設置する
- ▶ テレビ・オーディオ機器の音量や使用時間帯に注意し、ヘッドホン等を使用する
- ▶ エアコンや洗濯機等は低騒音型の機種を選び、早朝や深夜の使用を控える
- ▶ 集合住宅では、話し声や足音、ドアの開閉音に注意する
- ▶ 窓を開けたままで音を出さない
- ▶ 防音マット・防音カーテン・二重サッシを取り付ける
- ▶ 日頃から良好な近隣関係を築く
- ▶ 騒音計（★）で自分が出している音の大きさを確認する

★騒音計を貸し出しています

区内在住・在勤・在学の方を対象に騒音計（写真）を貸し出しています（貸出期間は1週間）。トラブルの防止にお役立て下さい。



【申込み】事前に電話予約の上、環境対策課公害対策係（本庁舎7階）へ。

TEL:03-5273-3764

毎日の生活で健康/生活音のトラブルを防ぐ

毎日の生活で健康/生活音のトラブルを防ぐ。健康な生活を送るためには、生活音のトラブルを防ぐことが重要です。生活音のトラブルは、健康に影響を与える可能性があります。生活音のトラブルを防ぐためには、生活音のレベルを下げることが重要です。生活音のレベルを下げるためには、生活音の源を特定し、その音を減らすことが重要です。生活音の源を特定するためには、騒音計を使用することが有効です。騒音計は、生活音のレベルを測定し、その結果を表示します。騒音計を使用することで、生活音のレベルを知ることができ、生活音のトラブルを防ぐことができます。

<毎日の生活で健康/生活音のトラブルを防ぐポイント>

- ▶ 夜間・早朝は大きな音を出さないように特に注意する
- ▶ テレビ・オーディオ機器・エアコンの室外機・洗濯機等は、隣家から離して設置する
- ▶ テレビ・オーディオ機器の音量や使用時間帯に注意し、ヘッドホン等を使用する
- ▶ エアコンや洗濯機等は低騒音型の機種を選び、早朝や深夜の使用を控える
- ▶ 集合住宅では、話し声や足音、ドアの開閉音に注意する
- ▶ 窓を開けたままで音を出さない
- ▶ 防音マット・防音カーテン・二重サッシを取り付ける
- ▶ 日頃から良好な近隣関係を築く
- ▶ 騒音計（★）で自分が出している音の大きさを確認する

★騒音計を貸し出しています

区内在住・在勤・在学の方を対象に騒音計（写真）を貸し出しています（貸出期間は1週間）。トラブルの防止にお役立て下さい。

【申込み】事前に電話予約の上、環境対策課公害対策係（本庁舎7階）へ。

TEL:03-5273-3764

Hãy phòng tránh những rắc rối phát sinh do tiếng ồn sinh hoạt

Tiếng ồn sinh hoạt thường phát sinh trong cuộc sống của mọi người, vì vậy bất cứ ai cũng có thể trở thành nạn nhân hoặc người gây ra tiếng ồn. Những tiếng ồn này đã trở nên quen thuộc đối với mọi người xung quanh. Tiếng ồn ảnh hưởng đến tâm trạng của bản thân và cách mỗi người cảm nhận âm thanh cũng sẽ khác nhau. Một khi đã cảm thấy không thoải mái, bạn có thể sẽ nhạy cảm hơn với tiếng ồn mà bạn từng bị ẩn tượng.

Nếu xảy ra các rắc rối, hãy đứng trên lập trường của đối phương để trao đổi và thực hiện biện pháp có thể cải thiện ngay lập tức. Ngoài ra, bạn có thể trao đổi với công ty quản lý, v.v... khi sống trong khu nhà tập thể.

<<Điểm cần chú ý khi phòng tránh các rắc rối do tiếng ồn sinh hoạt>>

- ▶ Đặc biệt chú ý để không gây ra tiếng động lớn vào ban đêm hoặc sáng sớm
- ▶ Tivi, thiết bị âm thanh, dàn nóng máy điều hòa, máy giặt, v.v... nên lắp đặt cách xa nhà hàng xóm
- ▶ Chú ý đến âm lượng và thời gian sử dụng tivi, thiết bị âm thanh, hoặc sử dụng tai nghe, v.v...
- ▶ Chọn mẫu máy điều hòa và máy giặt, v.v.... ít gây ra tiếng ồn, hạn chế sử dụng vào sáng sớm hoặc ban đêm
- ▶ Chú ý đến giọng nói, tiếng bước chân và tiếng mở cửa đóng cửa khi sống trong khu nhà tập thể
- ▶ Không gây ra tiếng động khi vẫn mở cửa sổ
- ▶ Lắp đặt thảm cách âm, rèm cửa cách âm, khung cửa sổ hai lớp
- ▶ Xây dựng mối quan hệ hàng xóm hòa thuận từ thường ngày
- ▶ Kiểm tra độ to của âm thanh mình tạo ra bằng máy đo độ ồn (★)

★Chúng tôi có cho mượn máy đo độ ồn

Chúng tôi có cho mượn máy đo độ ồn (hình ảnh) với đối tượng là cư dân sinh sống, làm việc và học tập trong quận (thời gian cho mượn là 1 tuần). Vui lòng hợp tác với chúng tôi trong việc phòng tránh xảy ra rắc rối.

[Đăng ký] Vui lòng đến Phòng kiểm soát ô nhiễm môi trường Ban chính sách môi trường (tầng 7 Tòa thị chính) sau khi đã hẹn trước qua điện thoại.

ĐT: 03-5273-3764



နေစဉ်နေထိုင်မှုဘဝ ဆူညံသံ ပြဿနာများကို ကာကွယ်ကြည့်

နေစဉ်နေထိုင်မှုဘဝ ဆူညံသံများသည် လူသားများ နေထိုင်မှုနေ့စဉ်နေစဉ်

အတွင်း ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အရာဖြစ်ပြီး မည်သူမဆို ဆူညံသံဒဏ်ခံရသူသော်

လည်းကောင်း၊ ဆူညံသံပြုလုပ်သူသော်လည်းကောင်း ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိပါသည်။ ယင်းအရာများမှာ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိလူများနှင့် ရင်းနှီးသူ၊ မိမိ၏ စိတ်ဓါးချက်တွင် လွှမ်းမိုးခံရသည့် အရာဖြစ်ပြီး ခံစားပုံခြင်းမှာ လူတစ်ယောက်နှင့် တစ်ယောက် မတူညီပါ။ တစ်ကြိမ်တစ်ခါ သောက်မသာဖြင့် ခံလိုက်ရသည့် အသံကို နောက်မှအောင်တ ရခြင်းများလည်း ရှိပါသည်။

ပြဿနာဖြစ်သည့် အခါ တစ်ဖက်လူ၏နေရာမှ နေ၍ ဆွေးနွေးပြီး ပြန်လည်အဆင်ပြေအောင် ချက်ချင်း လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ကြပါစို့။ စုပေါင်းအိမ်ယာများတွင် စီမံခန့်ခွဲရေး ကုမ္ပဏီများနှင့် ဆွေးနွေး သည့် နည်းလမ်းများလည်း ရှိပါသည်။

« နေစဉ်ဘဝဆူညံသံပြဿနာများ ကာကွယ်နိုင်သည့် အဓိကအချက်များ »

- ▶ ညဉ့်နှက်၊ မနက်စောစောတွင် အသံကျယ်လောင်စွာ မထွက်စေရန် အထူးဂရုပြုရမည်။
- ▶ တီဗီ၊ ဗီဒီယိုစက်များ၊ အိယားကွန်း၏ပြင်ပစက်များ၊ အဝတ်လျှော်စက်များ စသည်တို့ကို ဘေးအိမ်နှင့် ဝေးကွာသော နေရာတွင် ထားရှိပါ။
- ▶ တီဗီ၊ ဗီဒီယိုစက်များ၏အသံပမာဏနှင့် အသံပြုသည့်အချိန်အား ဂရုပြု၍ နားကြပ်များကို အသုံးပြုပါ။
- ▶ အိယားကွန်းနှင့် အဝတ်လျှော်စက် စသည်တို့အား ဆူညံသံနည်းပါးသောပစ္စည်းအမျိုးအစားကို ရွေးချယ်၍ မနက်စောစောနှင့် ညဉ့်နှက်ချိန် အသုံးပြုခြင်းများကို လျော့ချပါ။
- ▶ စုပေါင်းအိမ်ယာများတွင် စကားပြောသံများနှင့် ခြေသံများ၊ တံခါးအဖွင့်အပိတ်အသံများတွင် ဂရုပြုပါ။
- ▶ ပြတင်းပေါက်ဖွင့်ထားလျက်ဖြင့် ဆူညံသံမထွက်ပါစေရန်။
- ▶ အသံလုံ အပူခံပြား၊ အသံလုံ လိုက်ကာ၊ နှစ်ထပ်လျော့ပြတင်းပေါင်များ တပ်ဆင်ပါ။
- ▶ အမြင့်မှန် အိမ်နီးချင်းနှင့် ပြေလည်ကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေးကို တည်ဆောက်ပါ။
- ▶ ဆူညံသံစာရင်း (★) တွင် မိမိပြုလုပ်နေသော အသံ၏အကျယ်ကို စစ်ဆေးပါ။

★ ဆူညံသံတိုင်းတာစက်ကို ငှားမေးနေပါသည်။

ခရိုင်တွင်း နေထိုင်သူ၊ အလုပ်လုပ်သူ၊ ကျောင်းတက်နေသူများအား ရည်ရွယ်၍ ဆူညံသံတိုင်းတာစက် (ဓာတ်ပုံ)အား ငှားရမ်းမေးနေပါသည်။ (ငှားရမ်းခွင့်ကာလပတ်) ပြဿနာများ ကာကွယ်ရန် အသုံးပြုပါ။

[လျှောက်လွှာ] မငှားရမ်းမီ ဖုန်းဖြင့် ကြိုတင်စာရင်းပေး၍ ပတ်ဝန်းကျင်စီမံရေးဌာန ပြည်သူ့ပုဂ္ဂိုလ်ထိန်းသိမ်းရေးဌာနနှင့် စောင့်ရှောက်ရေးဌာန (ပင်မအဖွဲ့ရုံးကလေး)သို့

ဖုန်း : ၀၃-၅၂၇၃-၃၇၆၄

わからないことは、何でも聞いてみよう

「ごみはどうやって捨てるの?」「近くにスーパーマーケットはありますか?」など、わからないことがあれば、周りの人に聞いてみてください。たいていのことは教えてくれます。日本人の多くは親切で優しい人たちです。

また、自分の暮らす地域のことをよく知るには、**町会・自治会**(※) に入ることをおすすめします。あなたの家の近くに暮らす日本人の知り合いが増えるので、困ったときに心強いですよ。

わからないことを聞くときにも、ことばが心配なら、外国人相談を利用したり、外国人向け生活情報ホームページや生活情報紙をチェックしてみましょう(詳しくは 4、11、12、13 ページ)。

※町会・自治会... 地域住民が自主的に参加する組織。地域の安全や交流のために祭りを開いたり、防犯パトロールをしたりなど幅広い活動をしています。

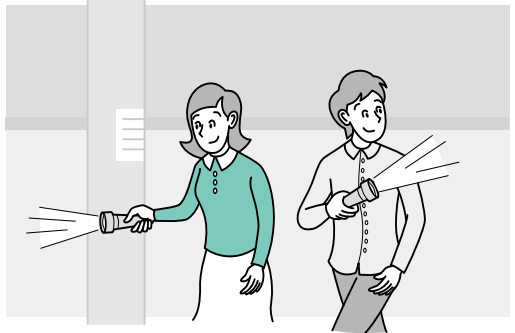
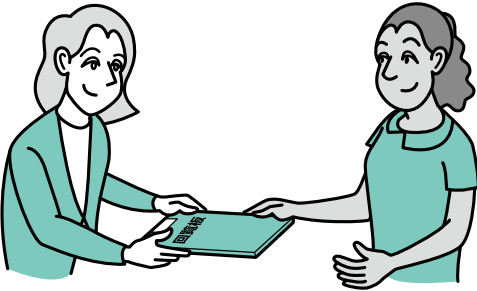
जुनसुके, नबुझैका कुराहरु सोच्नुहोस्

यदि तपाईंसँग फोहोरको व्यवस्थापन कसरी गर्ने भन्ने बारेमा कुनै प्रश्नहरू भएमा वा नजिकको सुपरमार्केट कहाँ छ भनी थाहा पाउनु परेमा, तपाईंका छिमेकीहरूलाई सोच्नुहोस्। धेरै जसो अवस्थाहरूमा, उनीहरूले तपाईंलाई आवश्यक जवाफहरू प्रदान गर्न सक्षम हुनेछन्। प्रायः जापानी अन्य व्यक्ति प्रति दयालु र असल हुन्छन्।

तपाईंको समुदायलाई अझ राम्रोसँग बुझ्नको लागि, हामी तपाईंलाई तपाईंको **Chokai (नगर परिषद्) वा Jichikai (सामुदायिक समूह) मा सहभागी हुन सुझाव दिन्छौं(★)**। यसले तपाईंलाई आफ्ना धेरै छिमेकीहरू अझ राम्रो जान-पहिचान बनाउन मद्दत गर्नेछ। यदि तपाईंले आफूलाई सहायता आवश्यक भएको फेला पार्नुहुन्छ भने तिनीहरूले राम्रो सहायता समूहको रूपमा सेवा दिन सक्छन्।

यदि जापानी भाषाको कारणले तपाईंको आत्मविश्वासको कमीले तपाईंलाई प्रश्नहरू सोध्नबाट निरुत्साहित बनाएको छ भने, आप्रवासीका लागि परामर्श सेवाहरू प्रयोग गर्न नहिचकिचाउनुहोस् वा आप्रवासीका लागि जीवनयापन जनाकारीको वेबसाइटहरू जाँच्नुहोस् (थप जानकारीको लागि, पृष्ठ 4, 11 र 12, 13 हेर्नुहोस्)।

* Chokai (नगर परिषद्) वा Jichikai (सामुदायिक समूह) एउटा स्वयंसेवी सामुदायिक संस्था हो जहाँ सदस्य बासिन्दाहरूले समुदायमा सुरक्षा र मानव सम्बन्ध प्रवर्धन गर्न कार्यक्रम र महोत्सव सञ्चालन र अपराधिक घटना हुन नदिन गस्ती गर्ने जस्ता विविध गतिविधिहरूमा सहभागी हुन्छन्।



Hãy hỏi bất kỳ điều gì không biết rõ

Nếu có điều gì không biết rõ như "Cách vứt rác như thế nào?", "Có siêu thị nào ở gần đây không?", bạn hãy thử hỏi những người xung quanh. Thông thường họ sẽ chỉ cho bạn biết. Có rất nhiều người Nhật rất thân thiện và tốt bụng.

Hơn nữa, để biết rõ những điều về khu vực mình đang sinh sống, bạn nên vào **Hội khu phố, Ban tự quản** (*). Nếu có nhiều người quen là người Nhật sống ở gần nhà, bạn sẽ thấy yên tâm hơn khi gặp rắc rối.

Ngay cả khi nghe điều gì không biết rõ, nếu gặp khó khăn về ngôn ngữ, hãy sử dụng dịch vụ tư vấn người nước ngoài, xem trang chủ thông tin cuộc sống cho người nước ngoài hoặc tạp chí thông tin cuộc sống (xem chi tiết trang 5, 11, 12, 13).

* Hội khu phố, Ban tự quản: tổ chức mà công dân khu vực chủ động tham gia. Chuyên tổ chức các hoạt động trải rộng như mở ngày hội an toàn hoặc giao lưu khu vực, tuần tra phòng chống tội phạm, v.v...

နားမလည်သောအရာဆိုပါက ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မေးမြန်းကြရအောင်

"အမှိုက်ကဘယ်လိုပစ်ရတာလဲ", "အနီးတစ်ဝိုက်မှာ စုပါမားကတ် ရှိပါသလား" စသည်ဖြင့် နားမလည်သည့်အရာများရှိပါက အနီးအနားကလူကို မေးပါ။ အားလုံးနီးပါးကို ပြောပြပေးပါလိမ့်မည်။ ဂျပန်လူမျိုးအများစုသည် ရင်းနှီးဖော်ရွေကြပြီးသဘောကောင်းသောသူများ ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ဖန် မိမိအသက်ရှင်နေထိုင်ရာ ပတ်ဝန်းကျင်အကြောင်း သေချာသိရန် ရောက်ရှိ(မြို့နယ်ကောင်စီ)၊ ဂျီရိုကိုင် (ဒေသခံများအသင်း) (※) တင်ဖို့ တိုက်တွန်းလိုပါသည်။ သင်၏နေအိမ်အနီး အနားရှိ အသက်ရှင် နေထိုင်နေသော ဂျပန်လူမျိုးအသိုက်အဝန်းများ တိုးပွားလာသောကြောင့်၊ ဒုက္ခရောက်သောအခါများတွင် စိတ်အားဖြစ်စေပါသည်။

နားမလည်သောအရာကို မေးသည့်အခါမျိုးတွင်လည်း စကားလုံးနှင့်ပတ်သတ်၍ စိတ်ပူနေလျှင်၊ နိုင်ငံခြားသားများတိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်းကို အသုံးပြုခြင်း၊ နိုင်ငံခြားသားများအတွက်ရည်ရွယ်သော သတင်းအချက်များ

ဟင်းပေ့ချ်များနှင့် နေထိုင်စားသောက်မှုအချက်အလက်များစာမျက်နှာများကို စစ်ဆေးကြည့်ကြည့်ရအောင်။ (အသေးစိတ်အားဖတ်ရှုလိုပါက စာမျက်နှာ၁၊ ၁၁၊ ၁၂၊ ၁၃ သို့)

※ ရောက်ရှိ . ဂျီရိုကိုင်... ဒေသတွင်နေထိုင်သူများက ကိုယ်ထူကိုယ်ထ ပါဝင်လှုပ်ရှားကြသော အဖွဲ့အစည်း။ ဒေသလုံခြုံရေးနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေးတို့ အတွက် ပွဲများကျင်းပခြင်း၊ အမှုအခင်း ဖြစ်ပွားခြင်းကုန်ကျခံရမှု ကင်းလွတ်ခြင်း စသည်ဖြင့် မြောက်များလွှာသောလှုပ်ရှားမှုများကို ဆောင်ရွက်နေကြပါသည်။

