ປຶ້ມຄູ່ມື

# ຊີວິດໃນໂອຊາກາ




ສຳລັບຄົນລາວ-ໄທອີສານ



# ປຶ້ມນີ້ແມ່ນເພື່ອໃຜ?

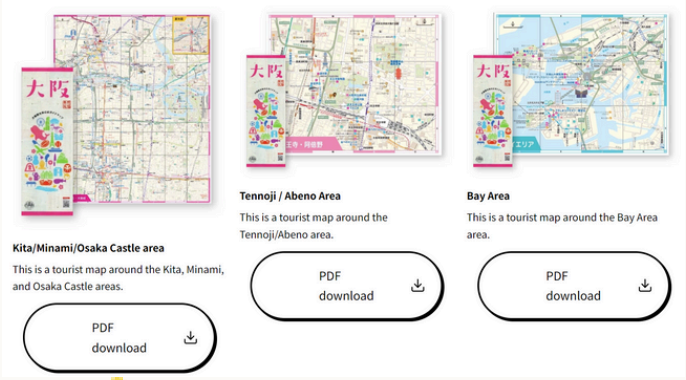
ປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ຖືກສ້າງຂຶ້ນເພື່ອສະຫນັບສະຫນູນຊີວິດຂອງຄົນຕ່າງປະເທດທີ່ອາໄສຢູ່ໃນເມືອງໂອຊາກ້າ. ກະລຸນາໃຊ້ມັນໂດຍສະເພາະໃນເວລາທີ່ທ່ານມີບັນຫາໃນຊີວິດປະຈໍາວັນຂອງທ່ານແລະບໍ່ຮູ້ວ່າບ່ອນໃດຫຼືວິທີທີ່ຈະຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ.

ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າ ປະຊາຊົນຈໍານວນຫຼາຍທີ່ໄດ້ອົບພະຍົບມາຢູ່ໂອຊາກາ ຈາກອາຊີຕາເວັນອອກສ່ຽງໃຕ້ສໍາລັບການສຶກສາຫຼືເຮັດວຽກມີຄວາມສັບສົນກ່ຽວກັບຄວາມແຕກຕ່າງຂອງໂຄງສ້າງແລະວັດທະນະທໍາຂອງປະເທດຕົນເອງແລະສັງຄົມຍີ່ປຸ່ນ. ປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ສ້າງຂຶ້ນເພື່ອປະຊາຊົນຈາກປະເທດລາວ-ໄທ-ໄຕ້ຫວັນ (ຈີນ) ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເຂົ້າໃຈໂຄງສ້າງພື້ນຖານ ແລະຄຸນຄ່າຂອງສັງຄົມຍີ່ປຸ່ນ.

ປຶ້ມຫົວນີ້ສໍາເລັດໄປດ້ວຍການຮ່ວມມືຈາກຕ່າງປະເທດ ສ່ວນໃຫຍ່ເປັນຄົນໄທ ແລະຄົນໄຕ້ຫວັນທີ່ຮວມໂຕກັນຢູ່ອົງການ NPO WISA ເປັນເວລາປະມານ 1ປີ ຕັ້ງແຕ່ເດືອນຕຸລາ ປີ2023 ຫາ ເດືອນກັນຍາ ປີ2024. ຂ້າພະເຈົ້າຫວັງວ່າຫຼາຍຄົນຄົງຈະສາມາດເອົາມາອ່ານແລະນໍາໃຊ້ໄດ້.

ອົງການNPO WISA
TAIZO YOKOYAMA

## ຮັບແຜນທີ່ທ່ອງທ່ຽວຂອງເມືອງໂອຊາກາ!




OSAKA.INFO

สาละบาม

# ຊີວິດໃນໂອຊາກາ


01 ຄວາມກັງວົນດ້ານສິດທິມະນຸດ

ກ່ຽວກັບຄວາມກັງວົນດ້ານສິດທິມະນຸດ ..... 4
ເບີໂທລະສັບຂອງສະຖານທີ່ທີ່ທ່ານສາມາດປຶກສາໄດ້ ..... 5

02 ບັນຫາທາງສຸຂະພາບຈິດ

ກ່ຽວກັບບັນຫາທາງສຸຂະພາບຈິດ ..... 6
ເບີໂທລະສັບຂອງສະຖານທີ່ທີ່ທ່ານສາມາດປຶກສາໄດ້ ..... 7

03 ບັນຫາພາຍໃນຄອບຄົວ

ກ່ຽວກັບບັນຫາພາຍໃນຄອບຄົວ ..... 8
ເບີໂທລະສັບຂອງສະຖານທີ່ທີ່ທ່ານສາມາດປຶກສາໄດ້ ..... 9

04 ບັນຫາດ້ານການສຶກສາ

ກ່ຽວກັບບັນຫາດ້ານການສຶກສາ ..... 11
ເບີໂທລະສັບຂອງສະຖານທີ່ທີ່ທ່ານສາມາດປຶກສາໄດ້ ..... 12

05 ຄວາມກັງວົນດ້ານສຸຂະພາບ

ກ່ຽວກັບຄວາມກັງວົນດ້ານສຸຂະພາບ ..... 14
ເບີໂທລະສັບຂອງສະຖານທີ່ທີ່ທ່ານສາມາດປຶກສາໄດ້ ..... 15

06 ບັນຫາແຮງງານ

ກ່ຽວກັບບັນຫາແຮງງານ ..... 16
ເບີໂທລະສັບຂອງສະຖານທີ່ທີ່ທ່ານສາມາດປຶກສາໄດ້ ..... 17

# 1. ຄວາມກັງວົນດ້ານສິດທິມະນຸດ

## ຢ່າກັງວົນເອງຄົນດຽວ

#ຖືກຂົ່ມເຫັງຢູ່ໂຮງຮຽນຫຼືບ່ອນເຮັດວຽກ...

#ຖືກບັງຄັບໃຫ້ເຮັດໃນສິ່ງທີ່ທ່ານບໍ່ມັກ

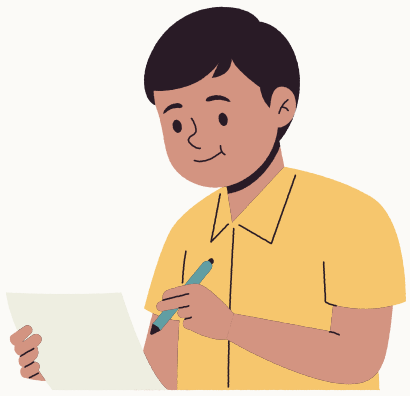
#ຮູ້ສຶກໂສກເສົ້າຢູ່ສະເໝີ



「ສິດທິມະນຸດ」 ເຈົ້າເຄີຍໄດ້ຍິນຄຳນີ້ບໍ?
ຍັງມີຂໍ້ຈຳກັດຕ່າງໆກ່ຽວກັບການເຄົາລົບສິດທິມະນຸດ, ໂດຍສະເພາະໃນຫຼາຍປະເທດໃນອາຊີ. ເມືອງໂອຊາກາເດເປັນແນວໃດ?

ຢູ່ເມືອງໂອຊາກາ, ຫ້ອງວ່າການເມືອງ, ຫ້ອງວ່າການປົກຄອງຂອງແຕ່ລະຕາແສງ ແລະ ບັນດາອົງການຈັດຕັ້ງທາງດ້ານກົດໝາຍ, ເຊັ່ນທະນາຍຄວາມ, ໄດ້ມີຄວາມພະຍາຍາມຢ່າງຕັ້ງຫນ້າເພື່ອປົກປ້ອງສິດທິມະນຸດ.

ຖ້າສິດທິມະນຸດຂອງທ່ານຖືກລະເມີດ ມີຫຼາຍບ່ອນທີ່ປອດໄພສຳຫລັບທ່ານທີ່ສາມາດຂໍຄຳແນະນຳ.



ທຸກທ່ານ「ສິດທິມະນຸດ」ທ່ານຮູ້ຈັກຄຳສັບນີ້ບໍ? ສິດທິມະນຸດ ແມ່ນສິດທິພື້ນຖານ ແລະ ເສລີພາບທີ່ເປັນຂອງທຸກໆຄົນໃນໂລກ, ນັບຕັ້ງແຕ່ມື້ເກີດ. ບໍ່ວ່າຈະເປັນເດັກນ້ອຍຫຼືຜູ້ຍິງ, ຄວນໄດ້ຮັບການເຄົາລົບນັບຖືສິດທິມະນຸດ ແລະ ໄດ້ຮັບການປະຕິບັດທີ່ເທົ່າທຽມກັນ. ທຸກໆຄົນຄວນມີສິດທີ່ຈະສະແຫວງຫາຄວາມສຸກຂອງຕົນເອງ ແລະສາມາດດຳລົງຊີວິດຢ່າງປອດໄພ ແລະ ບໍ່ມີຄວາມກັງວົນ.

ຕົວຢ່າງເຊັ່ນ: ການຂົ່ມເຫັງຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ, ຄວາມຮຸນແຮງທາງວາຈາຫຼືທາງກາຍຈາກໝູ່ເພື່ອນ, ຄົນຮັກ, ຫຼືສະມາຊິກໃນຄອບຄົວ, ການລ່ວງລະເມີດໃນບ່ອນເຮັດວຽກ, ການລ່ວງລະເມີດທາງເພດຕໍ່ແມ່ຍິງ, ການຈຳກັດເສລີພາບໃນການເຄື່ອນໄຫວ, ແລະການຖືກບັງຄັບໃຫ້ເຮັດສິ່ງທີ່ບໍ່ພໍໃຈທັງໝົດອາດເປັນການລະເມີດສິດທິມະນຸດ. ສິດທິມະນຸດຍັງລວມເຖິງສິດການສຶກສາ ແລະສິດທິໃນການດຳລົງຊີວິດສຸຂະພາບ. ເພື່ອປົກປ້ອງສິດເຫຼົ່ານີ້, ການບໍລິການສາທາລະນະເຊັ່ນ: ຕຳຫຼວດ, ຫ້ອງການອຸປະຖຳ, ສູນແລກປ່ຽນສາກົນ, ແລະກຸ່ມອາສາສະຫມັກຕ່າງໆໄດ້ສ້າງຕັ້ງສູນປຶກສາຫາລືຕ່າງໆໃນສັງຄົມຍີ່ປຸ່ນ.

ພາສາຍີ່ປຸ່ນຂອງທ່ານອາດຈະບໍ່ຄ່ອງແຄ້ວ ແລະທ່ານອາດຈະບໍ່ມີຄວາມກ້າຫານທີ່ຈະຂໍຄຳແນະນຳ. ແຕ່ຢ່າກັງວົນກ່ຽວກັບມັນ, ສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາສາທາລະນະຈຳນວນຫຼາຍກຳລັງເລີ່ມສະຫນອງການຊ່ວຍເຫຼືອນາຍແປພາສາເພື່ອໃຫ້ທ່ານສາມາດປຶກສາຫາລືດ້ວຍພາສາຂອງປະເທດຂອງທ່ານ.

# ມາປຶກສາກັນເທາະ...

ເມື່ອປຽບທຽບປະເທດຍີ່ປຸ່ນກັບປະເທດທີ່ທ່ານເກີດແລະເຕີບໃຫຍ່, ມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນລະຫວ່າງ "ການປົກປ້ອງສິດທິມະນຸດ" ບໍ່?

## ສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາດ້ານສິດທິມະນຸດສຳລັບຄົນຕ່າງປະເທດ

✆０５７０－０９０９１１

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ຈັນ-ສຸກ ເວລາ9:00 ຫາ 17:00 (ຍົກເວັ້ນວັນພັກລັດຖະການ ແລະ ວັນພັກປີໃຫມ່)

ພາສາທີ່ຮອງຮັບ: ພາສາອັງກິດ, ຈີນ, ເກົາຫຼີ, ຟີລິບປິນ, ປອກຕຸຍການ, ຫວຽດນາມ, ເນປານ, ແອສປາໂຍນ, ອິນໂດເນເຊຍ, ໄທ.
※ປຶກສາໃນພາສາຍີ່ປຸ່ນ ０６－６９４２－９４９６

ສະຖານທີ່: 〒540-8544 Osaka,Chuo Ward, Otemae 3 Chome-1-41
Otemaeອາຄານລັດຖະບານຮ່ວມຂອງຫ້ອງການກິດຈະການ ກົດໝາຍແລະກົມປົກປ້ອງສິດທິມະນຸດ ແຂວງໂອຊາກາ

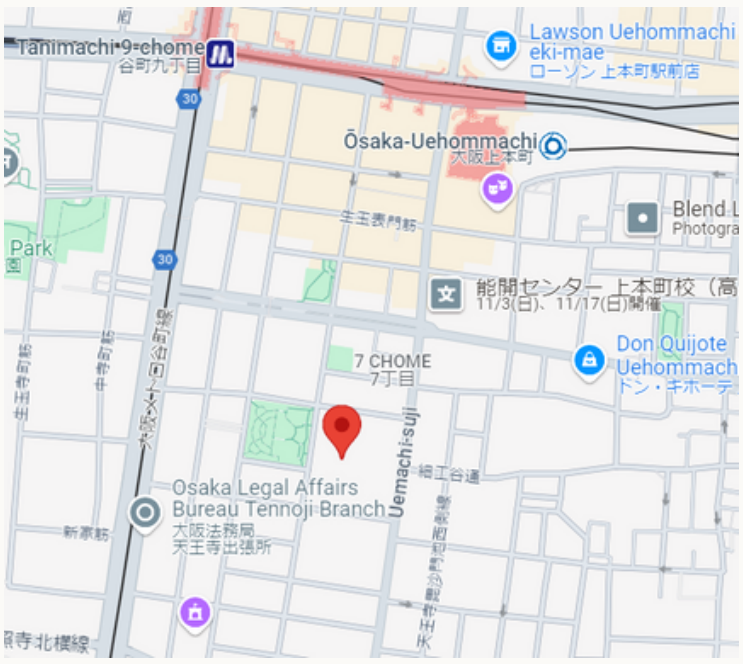
## ສູນແລກປ່ຽນຂໍ້ມູນຂ່າວສານລະຫວ່າງປະເທດ ແຂວງໂອຊາກາ

✆０６－６７７３－６５３３

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 9 ໂມງເຊົ້າຫາ 7 ໂມງແລງ
ວັນເສົາ, ວັນອາທິດ, ວັນພັກລັດຖະການ9:00ໂມງຫາ17:30
(ການປຶກສາຫາລືຈະບໍ່ຈັດຂຶ້ນໃນວັນທີ29ທັນວາຫາ ວັນທີ3ມັງກອນຂອງປີຕໍ່ໄປ.)

ສະຖານທີ່: 〒543-0001 Osaka, Tennoji Ward, Uehonmachi 8chome-2-6

GoogleMAP




ຖ້າທ່ານມີບັນຫາໃດໆ, ນີ້ແມ່ນຈຸດຕິດຕໍ່ທີ່ທ່ານສາມາດຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໄດ້.




International House Osaka
ສູນແລກປ່ຽນຂໍ້ມູນຂ່າວສານລະຫວ່າງປະເທດ ແຂວງໂອຊາກາ

# 2. ບັນຫາທາງສຸຂະພາບຈິດ

## ໃນເວລາທີ່ທ່ານຢູ່ຄົນດຽວ



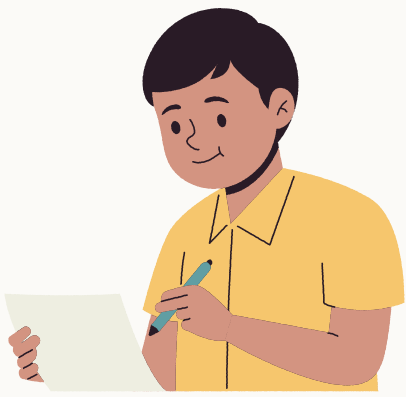
#ບໍ່ມີຫມູ່ #ຂ້ອຍເຫງົາສະເໝີ #ອອກໄປຫຼິ້ນບໍ່ໄດ້



ຂ້ອຍບໍ່ມີຫມູ່ເພື່ອນທີ່ຈະຫຼິ້ນຫຼືສົນທະນາກ່ຽວກັບບັນຫາຂອງຂ້ອຍ.
ຂ້ອຍຢູ່ຄົນດຽວສະເໝີ ແລະຫົວໃຈຂອງຂ້ອຍອິດເມື່ອຍ.

ຖ້າທ່ານບໍ່ສາມາດນອນຫລັບໃນຕອນກາງຄືນ, ຮູ້ສຶກຊຶມເສົ້າເມື່ອຕື່ນນອນໃນຕອນເຊົ້າຫຼືບໍ່ມີຄວາມຢາກອາຫານ. ຈົ່ງລະມັດລະວັງ. ຖ້າມີອາການແບບນີ້ຫຼາຍກວ່າຫນຶ່ງອາທິດ.

ເຊັ່ນດຽວກັນກັບທ່ານໄປໂຮງໝໍເມື່ອທ່ານເປັນຫວັດ, ທ່ານສາມາດປຶກສາກັບຜູ້ໃດຜູ້ຫນຶ່ງຫຼືໄປໂຮງໝໍເມື່ອຈິດໃຈຂອງທ່ານຮູ້ສຶກອິດເມື່ອຍ.





ທ່ານຈະເຮັດແນວໃດເມື່ອທ່ານຮູ້ສຶກເຫງົາຫຼືໂດດດ່ຽວເມື່ອຢູ່ໃນປະເທດບ້ານເກີດ? ຂ້າພະເຈົ້າຄິດວ່າທ່ານໄດ້ຖືກອ້ອມຮອບໄປດ້ວຍຄົນທີ່ທ່ານສາມາດໄວ້ວາງໃຈ, ເຊັ່ນ: ຫມູ່ເພື່ອນ, ຄອບຄົວ, ແລະພີ່ນ້ອງ. ແລະເມື່ອທ່ານຮູ້ສຶກໂດດດ່ຽວ, ເຂົາເຈົ້າອາດຈະເປັນຜູ້ຮັບຟັງຄວາມກັງວົນຂອງທ່ານ ແລະຮ່ວມມືກັບທ່ານເພື່ອຄົ້ນຫາວິທີແກ້ໄຂບັນຫາ.

ແຕ່ດຽວນີ້ທ່ານຢູ່ໃນຕ່າງປະເທດ, ຢູ່ປະເທດຍີ່ປຸ່ນ. ມີພຽງແຕ່ບໍ່ພໍເທົ່າໃດຄົນທີ່ຮູ້ຈັກທ່ານແລະດູແລທ່ານ, ບັນຫາທີ່ເຄີຍແກ້ໄຂໄດ້ງ່າຍ ໃນປະເທດຂອງທ່ານ ບໍ່ສາມາດແກ້ໄຂໄດ້ໃນຍີ່ປຸ່ນອີກຕໍ່ໄປ. ຖ້າທ່ານອາໄສຢູ່ໃນປະເທດຍີ່ປຸ່ນດ້ວຍຄວາມຮູ້ສຶກຄືກັນກັບທ່ານຢູ່ໃນປະເທດບ້ານເກີດ. ທ່ານອາດຈະພົບວິທີແກ້ໄຂບັນຫາດ້ວຍຕົວທ່ານເອງ. ທ່ານຄວນຫາຫມູ່ເພື່ອນໃຫ້ຫຼາຍເທົ່າທີ່ເປັນໄປໄດ້, ແລະ ໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າທ່ານມີຫຼາຍຄົນທີ່ສາມາດຊ່ວຍທ່ານໃນເວລາທີ່ທ່ານມີບັນຫາ ແລະ ຮັບຟັງຄວາມກັງວົນຂອງທ່ານ. ໂດຍການເຮັດດັ່ງນັ້ນ, ທ່ານຈະມີເຄືອຂ່າຍທີ່ສາມາດຊ່ວຍທ່ານໃນເວລາທີ່ມີບັນຫາໃນຊີວິດເກີດຂຶ້ນ. ໃຫ້ປະຕິບັດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້!

■ ພະຍາຍາມເຂົ້າຮ່ວມເປັນອາສາສະໝັກ ຫຼືເຂົ້າຮ່ວມງານລ້ຽງອາຫານຄ່ຳໃນວັນເສົາ ແລະ ວັນອາທິດ.

■ ມີສ່ວນຮ່ວມຢ່າງຫ້າວຫັນໃນງານບຸນທ້ອງຖິ່ນແລະການຊຸມນຸມ, ອອກໄປກັບຫມູ່ເພື່ອນໃນທ້າຍອາທິດ, ແລະຫຼີກເວັ້ນການໃຊ້ເວລາຢູ່ຄົນດຽວ.

# ມາປຶກສານຳກັນເທາະ...



ທ່ານມັກເຮັດຫຍັງໃນວັນພັກຜ່ອນ?
ທ່ານມັກໝູ່ແບບໃດ? ທ່ານບໍ່ມັກໝູ່ແບບໃດ?

## ສຳຫຼັບຄົນຕ່າງປະເທດ「ໂດຍທີ່ປຶກສາ (ນັກຈິດຕະວິທະຍາຄລີນິກ)ຈະໃຫ້ຄຳປຶກສາພິເສດສຳລັບສຸຂະພາບຈິດ」

✆06－6941－2297

ต้องนัดล่วงหน้า • พบหน้าโตต่โต • สำลับพาสาที่ธองรับ, กะลุนาเบิ่ง เบิ่งที่หน้าโธมเพจ.

| | | |
|---|---|---|
| ເດືອນ7 ວັນທີ28 | (ວັນອາທິດ) | 13:30-16:30 |
| ເດືອນ8 ວັນທີ23 | (ວັນສຸກ) | 18:00-21:00 |
| ເດືອນ10 ວັນທີ25 | (ວັນສຸກ) | 18:00-21:00 |
| ເດືອນ3 ວັນທີ23 | (ວັນອາທິດ) | 13:30-16:30 |



## I-House Volunteer Bank(ສູນແລກປ່ຽນສາກົນ)

✆06－6773－6533

ວັນທີແລະເວລາ ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 9 ໂມງເຊົ້າຫາ 7 ໂມງແລງ

ເປີດ: ວັນເສົາ,ອາທິດແລະວັນພັກລັດຖະການ9:00-17:30
(ຍົກເວັ້ນວັນທີ29ເດືອນທັນວາຫາວັນທີ3 ມັງກອນຂອງປີຕໍ່ໄປ.)

ສະຖານທີ່: 〒543-0001 Osaka, Tennoji Ward,
Uehonmachi, 8chōme-2-6

Google MAP



## ມາເຂົ້າຮ່ວມໃນອີເວ້ັນແລະກິດຈະກຳຕ່າງໆກັນເທາະ!

ອົງການ NPO Wisa, ສຳຫຼັບຄົນຕ່າງປະເທດທີ່ອາໄສຢູ່ໃນເມືອງໂອຊາກາມີກິດຈະກຳອອກໄປຍ່າງເລາะຫຼິ້ນອ້ອມເມືອງແລະຈັດງານລ້ຽງອາຫານຄ່ຳເດືອນລะເທື່ອ. ສຳຫຼັບທ່ານທີ່ຕ້ອງການເຂົ້າຮ່ວມກິດຈะກຳ, ກะลุนาຢ່າลังเลທີ່ຈะติดต่เธา!

### ອົງການ NPO Wisa

✆06－6777－1141

ວັນທີແລະເວลาเปิด: ວັນຈັນເຖິງວັນสุภ9โมงเช้า -7โมงแลง






Facebook

# 3 . ບັນຫາພາຍໃນຄອບຄົວ

## ເມື່ອທ່ານປະສົບກັບຄວາມຮຸນແຮງຈາກຄົນໃກ້ຊິດ

#ບັນຫາຄວາມສຳພັນ ຂອງພໍ່ແມ່-ລູກ

#ຄວາມສຳພັນກັບ ພີ່ນ້ອງ

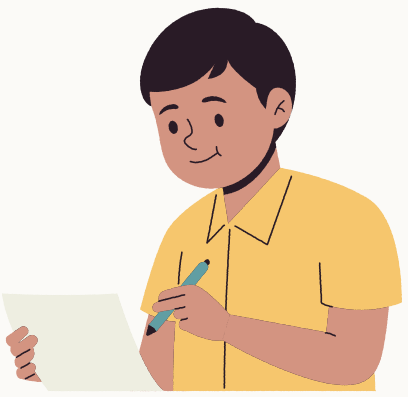
#ຄວາມຮຸນແຮງ ໃນຄອບຄົວ



(ລູກ): ຂ້ອຍ (ລູກ) ເຂົ້າໃຈພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້ດີກວ່າພໍ່ແມ່ຂອງຂ້ອຍ. ແລະ ຂ້ອຍເຂົ້າໃຈສັງຄົມຍີ່ປຸ່ນໄດ້ດີກວ່າ. ເມື່ອຂ້ອຍຂໍຄຳແນະນຳກ່ຽວກັບເສັ້ນທາງ ອາຊີບຂອງຂ້ອຍ, ແຕ່ກໍມັກຈະຈົບລົງໂດຍການໂຕ້ຖຽງກັນ.

(ພໍ່ແມ່): ລູກຂອງຂ້ອຍດຽວນີ້ເປັນໄວລຸ້ນ. ພວກເຮົາມັກຜິດຖຽງກັນໂດຍ ການໃຊ້ຄຳເວົ້າທີ່ຮຸນແຮງ. ຄວາມຮຸນແຮງເລີ່ມເກີດຂຶ້ນເປັນບາງຄັ້ງຄາວ. ແລະ ຂ້ອຍກັງວົນກ່ຽວກັບວິທີການລ້ຽງລູກຂອງຂ້ອຍ. ແຕ່ຂ້ອຍບໍ່ສາມາດເວົ້າກັບໃຜ ໄດ້.

ຄອບຄົວທີ່ມີເຊື້ອສາຍຕ່າງປະເທດຕ້ອງພະເຊີນກັບອຸປະສັກທາງດ້ານພາສາ ແລະວັດທະນະທຳລະຫວ່າງຄອບຄົວ. ຖ້າມີການຜິດຖຽງກັນທີ່ຮຸນແຮງລະຫວ່າງ ພໍ່ແມ່ແລະລູກຫຼືສະມາຊິກຄອບຄົວຄົນອື່ນໆ, ພວກເຮົາແນະນຳໃຫ້ທ່ານປຶກສາ ສູນ ໃຫ້ຄຳປຶກສາຫາລື.





ພໍ່ແມ່ລ້ວນແຕ່ຢາກໃຫ້ລູກຂອງຕົນໄດ້ຮັບການສຶກສາເພື່ອໃຫ້ເຂົາເຈົ້າສາມາດດຳລົງຊີວິດດ້ວຍຄວາມສະຫງົບສຸກແລະ ສາມາດດຳລົງຊີວິດຢ່າງອິດສະລະໃນອະນາຄົດ. ຢ່າງໃດກໍຕາມ, ຖ້າແມ່ຫຼືພໍ່ບໍ່ຄ່ອງແຄ່ວໃນການເວົ້າພາສາຍີ່ປຸ່ນ, ຫຼືຖ້າພວກ ເຂົາມີວິທີການຄິດຫຼືວັດທະນະທຳພື້ນເມືອງທີ່ແຕກຕ່າງກັນ, ມັນອາດຈະເປັນການຍາກສຳລັບເດັກໃນດ້ານການສື່ສານພົວ ພົນກັບຄົນແປພາສາ ແລະ ຄູສອນໃນໂຮງຮຽນໃນສະຖານະການຕ່າງໆໃນຊີວິດປະຈຳວັນ. ເດັກນ້ອຍທີ່ສະຫນັບສະຫນູນ ແລະເບິ່ງແຍງຊີວິດສັງຄົມຂອງພໍ່ແມ່, ພວກເຂົາຖືກເອີ້ນວ່າ ຜູ້ເບິ່ງແຍງໄວຫນຸ່ມທີ່ມີເຊື້ອສາຍຕ່າງປະເທດ (YCFR).

ນອກຈາກນັ້ນ, ຖ້າທ່ານເປັນພໍ່ແມ່ເອງ, ທ່ານອາດຈະສົງໄສວ່າວິທີການສະຫນັບສະຫນູນລູກຂອງທ່ານໃຫ້ກ້າວໄປສູ່ ເສັ້ນທາງອາຊີບທີ່ພວກເຂົາຕ້ອງການໄດ້ແນວໃດ, ແລະຈະຊີ້ນຳພວກເຂົາແນວໃດໃນເສັ້ນທາງອາຊີບໃນສັງຄົມຍີ່ປຸ່ນ, ເຊິ່ງ ແຕກຕ່າງຈາກປະເທດທີ່ພວກເຂົາເກີດມາ. ທ່ານອາດຈະມີ "ຄວາມກັງວົນໃນການລ້ຽງດູລູກນ້ອຍ" ວ່າທ່ານຈະລ້ຽງລູກວິທີ ໃດ.

ໃນກໍລະນີດັ່ງກ່າວ, ທ່ານອາດຈະຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ແລກປ່ຽນຂໍ້ມູນແລະຄວາມຄິດເຫັນຢູ່ໃນວົງການການລ້ຽງດູລູກ ໃນທ້ອງ ຖິ່ນຂອງທ່ານແລະເບິ່ງວ່າພໍ່ແມ່ທ່ານອື່ນແຕກຕ່າງຈາກທ່ານແນວໃດ.

ຄົນຕ່າງປະເທດ ແລະຄົນຍີ່ປຸ່ນ, ລວມເຖິງຄູ່ຜົວເມຍຕ່າງປະເທດ, ມັກຈະປະສົບກັບຄວາມເຄັ່ງຄຽດທີ່ຫຼາກຫຼາຍເນື່ອງ ຈາກວັດທະນະທຳທີ່ແຕກຕ່າງກັນຂອງເຂົາເຈົ້າ. ໃນບາງຄັ້ງ, ອາດມີຄວາມສ່ຽງທີ່ເຫດການນີ້ອາດຈະພັດທະນາໄປສູ່ຄວາມ ຮຸນແຮງທາງດ້ານວາຈາຫຼືທາງດ້ານຮ່າງກາຍ.

## ມາປຶກສາກັນເທາະ...



ທ່ານພົບວ່າຕົນເອງປະສົບບັນຫາກັບຄວາມແຕກຕ່າງທາງຄ່ານິຍົມ ລະຫວ່າງຄອບຄົວເມື່ອໃດ?

### ສູນເດັກນ້ອຍ ແລະ ຄອບຄົວແຂວງໂອຊາກາ

ສູນເດັກ ແລະ ຄອບຄົວ 6 ແຫ່ງໃນແຂວງໂອຊາກາ ເຮັດວຽກເປັນສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາ ແລະໄຫ້ຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານຄວາມຮຸນແຮງຂອງຄູ່ສົມລົດ ແລະ ມີສາຍໂທລະສັບສະເພາະສຳລັບການໃຫ້ຄຳປຶກສາກ່ຽວກັບຄວາມຮຸນແຮງໃນຄອບຄົວ.

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 9 ໂມງເຊົ້າຫາ 7:45 ໂມງແລງ
(ຍົກເວັ້ນ ວັນເສົາ, ວັນອາທິດ, ວັນພັກລັດທະການ ແລະ ວັນພັກປີໃໝ່)

### ສູນເດັກນ້ອຍ ແລະຄອບຄົວສູນກາງ

✆ (072) 828-0277

### ສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາ ແລະສະໜັບສະໜູນ ຄວາມຮຸນແຮງຂອງຄູ່ສົມລົດໃນແຂວງໂອຊາກາ

✆ (06) 6949-6181

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 9 ໂມງເຊົ້າຫາ 7:30 ໂມງແລງ
(ຍົກເວັ້ນ ວັນເສົາ, ວັນອາທິດ, ວັນພັກລັດທະການ ແລະ ວັນພັກປີໃໝ່)

### 「Kansai Lifeline」 ເບີໂທລະສັບແຫ່ງຊີວິດໃນພາສາໄຕ້ຫວັນ • ພາສາຈີນກາງ

✆ (06) 6441-9595

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ວັນອັງຄານ, ວັນພະຫັດ, ວັນເສົາ 10 ໂມງເຊົ້າຫາ 7 ໂມງແລງ

### ສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາແມ່ຍິງແຂວງໂອຊາກາ

✆ (06) 6949-6181

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 9 ໂມງເຊົ້າຫາ 5:30 ໂມງແລງ
(ຍົກເວັ້ນ ວັນເສົາ, ວັນອາທິດ, ວັນພັກລັດທະການ ແລະ ວັນພັກປີໃໝ່)



### ຈາກສະຫວັດດີການຄອບຄົວເຖິງສະຫວັດດີການສັງຄົມ ...

ໃນຫຼາຍປະເທດອາຊີນອກຈາກຍີ່ປຸ່ນ, ປະຊາຊົນທີ່ອາໄສຢູ່ໃນຄອບຄົວໃຫຍ່ແລະມີສາຍພົວພັນທີ່ແໜ້ນແຟ້ນໃນບັນດາພີ່ນ້ອງ. ສະນັ້ນ, ເມື່ອມີບັນຫາເຊັ່ນ: ບັນຫາພາຍໃນຄອບຄົວ ຫຼື ຄວາມຮຸນແຮງເກີດຂຶ້ນ, ເຂົາເຈົ້າສາມາດແກ້ໄຂພາຍໃນຄອບຄົວໄດ້. ອັນນີ້ເອີ້ນວ່າ (ສະຫວັດດີການຄອບຄົວ).

ຢ່າງໃດກໍຕາມ, ໃນຊີວິດຕົວເມືອງທີ່ທັນສະໄຫມ, ຄອບຄົວສ່ວນຫຼາຍເປັນຄອບຄົວນ້ອຍປະກອບດ້ວຍພໍ່ແມ່ແລະລູກ. ສະນັ້ນ, ຈຶ່ງບໍ່ມີສະມາຊິກໃນຄອບຄົວຄົນອື່ນທີ່ສາມາດໄກ່ເກ່ຍບັນຫາພາຍໃນຄອບຄົວ. ດັ່ງນັ້ນສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາຫາລືຈຶ່ງໄດ້ກາຍເປັນສິ່ງຈຳເປັນສຳລັບລະບົບສັງຄົມແລະເພື່ອເປັນຄົນກາງຊ່ວຍໃຫ້ຄອບຄົວແກ້ໄຂບັນຫາຂອງເຂົາເຈົ້າ. ສິ່ງນີ້ເອີ້ນວ່າ (ສະຫວັດດີການສັງຄົມ).

# ມາປຶກສານຳກັນເທາະ...

## ເບີໂທລະສັບສຳລັບຊາວຕ່າງປະເທດຢູ່ແຕ່ລະຫ້ອງການຕາແສງ ແລະ ເບີໂທລະສັບຂອງສະຖານີຕຳຫຼວດແຕ່ລະຕາແສງ

| ຕາແສງ | ເບີໂທລະສັບຫ້ອງການ | ສະຖານີຕຳຫຼວດ | ເບີໂທລະສັບສະຖານີຕຳຫຼວດ |
|---|---|---|---|
| Yodogawa Ward | 06-6308-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Yodogawa | 06-6305-1234 |
| Higashiyodogawa Ward | 06-4809-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Higashiyodogawa | 06-6325-1234 |
| Higashinari Ward | 06-6977-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Higashinari | 06-6974-1234 |
| Ikuno Ward | 06-6715-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Ikuno | 06-6712-1234 |
| Asahi Ward | 06-6957-9907 | ສະຖານີຕຳຫລວດ Asahi | 06-6952-1234 |
| Joto Ward | 06-6930-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Joto | 06-6934-1234 |
| Tsurumi Ward | 06-6915-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Tsurumi | 06-6913-1234 |
| Abeno Ward | 06-6622-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Abeno | 06-6653-1234 |
| Suminoe Ward | 06-6682-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Suminoe | 06-6682-1234 |
| Sumiyoshi Ward | 06-6694-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Sumiyoshi | 06-6675-1234 |
| HigashisumiyoshiWard | 06-4399-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Higashi Sumiyoshi | 06-6697-1234 |
| Hirano Ward | 06-4302-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Hirano | 06-6769-1234 |
| Nishinari Ward | 06-6659-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Nishinari | 06-6648-1234 |
| Nishiyodogawa Ward | 06-6478-9907 | ສະຖານີຕຳຫຼວດ Nishyodogawa | 06-6474-1234 |

ສຳນັກງານໃຫຍ່ຕຳຫຼວດແຂວງໂອຊາກາ, ພະແນກຄວາມປອດໄພຊີວິດ, ພະແນກມາດຕະການຄວາມປອດໄພຂອງພົນລະເມືອງ
ເບີໂທລະສັບ 06-6943-1234
〒540-8540 Osaka, Chuo Ward, Otemae 3Chome-1-11

# 4. ບັນຫາດ້ານການສຶກສາ

## ເມື່ອທ່ານຕ້ອງການທີ່ຈະປຶກສາກ່ຽວກັບໂຮງຮຽນຫຼືອາຊີບ

#ຂ້ອຍບໍ່ສາມາດເຂົ້າໃຈພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້ດີ

#ຂ້ອຍຮຽນບໍ່ທັນໝູ່ຢູ່ໂຮງຮຽນ

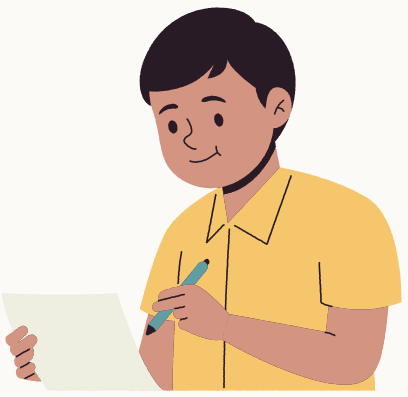
#ບໍ່ຮູ້ວ່າເສັ້ນທາງໃນອະນາຄົດແມ່ນຫຍັງ



(ເດັກນ້ອຍ/ລູກ) ຫລັງຈາກອາໃສຢູ່ຕ່າງປະເທດເປັນເວລາດົນນານ, ເມື່ອຂ້ອຍມາຢູ່ຍີ່ປຸ່ນຂ້ອຍບໍ່ສາມາດຕິດຕາມບົດຮຽນຂອງໂຮງຮຽນໄດ້... ຂ້ອຍລົມພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້, ແຕ່ເມື່ອຮອດມື້ສອບເສັງ, ຂ້ອຍບໍ່ສາມາດອ່ານຫຼືຂຽນພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້...

(ພໍ່ແມ່) ຂ້ອຍບໍ່ຮູ້ວ່າເສັ້ນທາງອາຊີບຂອງລູກຂ້ອຍແມ່ນຫຍັງ, ແລະຂ້ອຍກໍ່ບໍ່ຮູ້ວ່າຈະໃຫ້ຄຳແນະນຳແນວໃດ...

ໃນລາວ ແລະໄທ, ຂໍ້ລິເລີ່ມຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ການໃຫ້ຄຳປຶກສາທາງວິຊາການ ແລະ ການແນະນຳອາຊີບຍັງບໍ່ທັນໄດ້ປະຕິບັດເທື່ອ. ໃນປະເທດຍີ່ປຸ່ນ, ຖ້າທ່ານກັງວົນກ່ຽວກັບໂຮງຮຽນຫຼືເສັ້ນທາງການເຮັດວຽກຂອງເຈົ້າ, ເຈົ້າສາມາດຊອກຫາຄຳແນະນຳໄດ້ຕະຫຼອດເວລາ.





ສຳລັບຄົນຕ່າງປະເທດທີ່ຍົກຍ້າຍມາເຂົ້າໂຮງຮຽນຍີ່ປຸ່ນໂດຍທີ່ບໍ່ສາມາດອ່ານຫຼືຂຽນພາສາຍີ່ປຸ່ນໄດ້, ມັນເປັນເລື່ອງຍາກໃນການຈັດການກັບຫ້ອງຮຽນ, ວຽກບ້ານແລະການສອບເສັງ. ໃນເມືອງໂອຊາກາ, ຈຳນວນນັກຮຽນທີ່ຍົກຍ້າຍມາຈາກຕ່າງປະເທດແມ່ນເພີ່ມຂຶ້ນຢ່າງໄວວາ, ແລະບັນຫາແມ່ນການສະຫນັບສະຫນູນການສອນພາສາຍີ່ປຸ່ນຍັງບໍ່ສາມາດຮອງຮັບໄດ້ທົ່ວເຖິງ. ຍັງມີບັນຫາອື່ນອີກ ເຊັ່ນ: ການເລືອກອາຊີບທີ່ແຄບລົງ. ຕົວຢ່າງເຊັ່ນ, ມີລະບົບການສອບເສັງພິເສດສຳລັບເດັກນ້ອຍທີ່ກັບຄືນປະເທດ, ແຕ່ຂໍ້ມູນດັ່ງກ່າວແມ່ນຫາໄດ້ຍາກ ແລະຄູສອນໃນໂຮງຮຽນຍັງກໍຍັງບໍ່ເຂົ້າໃຈຢ່າງເຕັມທີ່.

ນອກຈາກນີ້, ຖ້າທ່ານເປັນພໍ່ແມ່ເອງ, ທ່ານຈະສະໜັບສະໜູນລູກຂອງທ່ານໃຫ້ກ້າວໄປສູ່ອາຊີບທີ່ເຂົາເຈົ້າຕ້ອງການແນວໃດ ທ່ານຄິດແນວໃດກ່ຽວກັບເສັ້ນທາງອາຊີບ ແລະ ການລ້ຽງດູລູກຂອງທ່ານໃນສັງຄົມຍີ່ປຸ່ນ ເຊິ່ງແຕກຕ່າງຈາກປະເທດທີ່ທ່ານເກີດ ແລະເຕີບໃຫ່ຍ, ແລະທ່ານຈະລ້ຽງລູກຂອງທ່ານແນວໃດ. ທ່ານອາດຈະມີ "ຂໍ້ກັງວົນໃນການລ້ຽງດູລູກນ້ອຍ" ວ່າທ່ານຄວນຈະເຮັດບາງສິ່ງບາງຢ່າງເພື່ອເຂົາຫຼືບໍ່.

ໃນໂອຊາກາມີບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອຕ່າງໆຫຼາກຫຼາຍທີ່ຈະຊ່ວຍບັນເທົາຄວາມວິຕົກກັງວົນໃນເລື່ອງການຮຽນຮູ້ ແລະການສຶກສາ. ລອງໃຊ້ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ເບິ່ງ.

# ມາປຶກສານຳກັນເທາະ...



ພາກສ່ວນໃດຍາກໃນພາສາຍີ່ປຸ່ນ?

## ໂຮງຮຽນສູນກາງການສຶກສາສຳລັບເດັກນ້ອຍທີ່ຕ້ອງການການສອນພາສາຍີ່ປຸ່ນ

ໃນເມືອງໂອຊາກາ, ມີໂຮງຮຽນປະຖົມ 8 ແຫ່ງ ແລະ ໂຮງຮຽນມັດທະຍົມຕອນຕົ້ນ 9 ແຫ່ງ ໄດ້ຖືກກຳນົດໃຫ້ເປັນ “ໂຮງຮຽນສູນກາງການສຶກສາສຳລັບເດັກນ້ອຍທີ່ຕ້ອງການການສອນພາສາຍີ່ປຸ່ນ,” ແລະ ໂຮງຮຽນໄດ້ໃຫ້ຄຳປຶກສາດ້ານການສຶກສາ ແລະ ມີຫ້ອງຮຽນເພື່ອສອນພາສາຍີ່ປຸ່ນເບື້ອງຕົ້ນ.

| ຊື່ໂຮງຮຽນ | ເບີໂທລະສັບ | ສະຖານທີ່ |
|---|---|---|
| Kikawa Elementary School | 06-6308-6311 | Yodogawa-ward, Kigawa Higashi 3-7-32 |
| Nagaike Elementary School | 06-6622-6445 | Abeno Ward,Nagaikecho20-26 |
| Osaka Shiritsu Nishikujo Elementary School | 06-6468-3731 | Konohana Ward, Nishikujo 4-3-41 |
| Daikoku Elementary School | 06-6631-0171 | Naniwa Ward, Daikoku 1-9-3 |
| Shoji Elementary School | 06-6752-0061 | Ikuno Ward, Shoji 2-24-40 |
| Higashimiyakojima Elementary School | 06-6922-0005 | Miyakojima Ward, Miyakojimahondori4-24-20 |
| Osaka Shiritsu Imazato Elementary School | 06-6981-8800 | Higashinari Ward, Oimazato1-35-29 |
| Osaka Municipal Kishinosato Elementary School | 06-6659-2574 | Nishinari Ward, Senbonnaka1-8-22 |
| Toyosaki Junior High School | 06-6371-7452 | Kita Ward, Honjohigashi 3-4-8 |
| Osaka Shiritsu Abeno Junior High School | 06-6628-0505 | Abeno Ward, Showacho 3-2-4 |
| Osaka Shiritsu Ichioka Junior High School | 06-6572-7231 | Minato Ward, Isoji1-5-21 |
| Osaka Shiritsu Kizu Junior High School | 06-6632-5765 | Naniwa Ward, Ebisuhonmachi1-3-46 |
| Osaka Shiritsu Oike Junior High School | 06-6752-3451 | Ikuno Ward, Nakagawa6-3-6 |
| Osaka Shiritsu Kyokuyo Junior High School | 06-6951-5531 | Asahi Ward, Takadono5-9-31 |
| Seinan Junior High School | 06-6651-4636 | Nishinari Ward, Senbonnaka1-17-10 |
| Awaji Junior High School | 06-6322-4401 | Higashiyodogawa Ward, Nishiawaji 4-25-53 |
| Fuminosato Junior High School | 06-6621-0796 | Abeno Ward, Bishoen 1-5-52 |

## ມາປຶກສາມ້ຳກັນເທາະ...

### ອົງການNPOສູນກາງຄວາມຫຼາກຫຼາຍທາງດ້ານວັດທະນະທຳຂອງເດັກນ້ອຍແຂວງໂອຊາກາ

✆ (06) 6586-9477

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 13:00-17:00 ໂມງແລງ
(ຍົກເວັ້ນ ວັນເສົາ, ວັນອາທິດ, ວັນພັກລັດທະການ, ວັນພັກຮ້ອນ, ວັນພັກທ້າຍປີແລະປີໃຫມ່)

### ຫ້ອງຮຽນສະຫນັບສະຫນູນການຮຽນຮູ້ຂອງເດັກນ້ອຍ (Yodogawa Ward)

✆080-4562-6220

### ຫ້ອງຮຽນສະຫນັບສະຫນູນການຮຽນຮູ້ "Kirakira" (ສຳລັບນັກຮຽນປະຖົມ)

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ທຸກໆວັນຈັນ ເວລາ 4 ໂມງແລງ ຫາ 5:15 ໂມງແລງ

### ໂຮງຮຽນຫຼາກຫຼາຍວັດທະນະທຳ "Animo" (ສຳລັບນັກຮຽນມັດທະຍົມຕອນຕົ້ນ)

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ທຸກໆວັນຈັນ ເວລາ 5:30ຫາ7 ໂມງແລງ

### Yusei Hall (ຢູ່ລຸ່ມສະຖານີ Dekishima ໃນສາຍ Hanshin Namba, ຮ້ານຂາຍຢາYusei ຊັ້ນ2F)

ຈັດກອງປະຊຸມປຶກສາຫາລືວິຖີຊີວິດ

ພວກເຮົາຈັດກອງປະຊຸມປຶກສາຫາລືກ່ຽວກັບວິຖີຊີວິດເປັນປົກກະຕິເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ຄອບຄົວຕ່າງປະເທດແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຊີວິດປະຈຳວັນຂອງເຂົາເຈົ້າແລະການສຶກສາຂອງເດັກນ້ອຍ.

ວັນທີແລະເວລາເປີດ: ທຸກໆວັນຈັນ ເວລາ 3 ໂມງແລງ ຫາ 4 ໂມງແລງ

ອົງການNPOສູນກາງຄວາມຫຼາກຫຼາຍທາງດ້ານວັດທະນະທຳຂອງເດັກນ້ອຍແຂວງໂອຊາກາ







Yusei Hall

# 4 . ຄວາມກັງວົນດ້ານສຸຂະພາບ

## ເມື່ອທ່ານມີຄວາມກັງວົນເນື່ອງຈາກການບາດເຈັບ

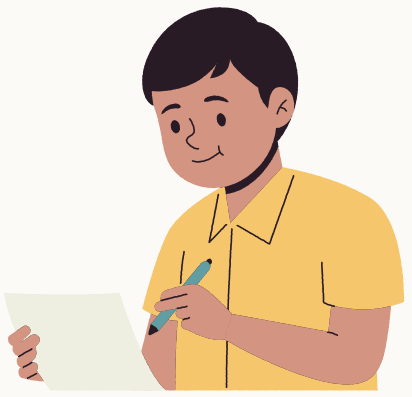
#ຂ້ອຍຮູ້ສຶກບໍ່ດີ
ເຈັບປ່ວຍຫຼືກັງວົນ

#ຂ້ອຍເວົ້າພາສາຍີ່ປຸ່ນ
ທາງການແພດບໍ່ໄດ້ດີ

#ຂໍ້ມູນທາງການແພດ
ບໍ່ສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້



ຂ້ອຍບໍ່ສະບາຍ, ແຕ່ພາສາຍີ່ປຸ່ນຂອງຂ້ອຍບໍ່ເກ່ງ, ຂ້ອຍບໍ່ຮູ້ວ່າຈະປຶກສາກັບໂຮງໝໃດ...



ໃນຫຼາຍພື້ນທີ່ຂອງອາຊີຕາເວັນອອກສຽງໃຕ້, ລົດສຸກເສີນຍັງບໍ່ສມາດໄຫ້ບໍລິການໄດ້ຢ່າງປອດໄພ. ແຕ່ໃນຍີ່ປຸ່ນ, ຜູ້ຄົນມາຊ່ວຍຂ້ອຍທັນທີ, ສະນັ້ນຂ້ອຍຮູ້ສຶກສະບາຍໃຈ. ນອກຈາກນີ້, ຢູ່ໂອຊາກາ ກໍ່ມີບໍລິການນາຍແປພາສາທີ່ຮອງຮັບຄົນຕ່າງປະເທດທີ່ມີບັນຫາຍ້ອນການເຈັບເປັນ ຫຼື ບາດເຈັບ.

ໃນປະເທດຂອງທ່ານ, ທ່ານຈະເຮັດແນວໃດຖ້າທ່ານເກີດອຸປະຕິເຫດຈາລະຈອນ ຫຼື ເຈັບປ່ວຍກະທັນຫັນ? ທ່ານກັງວົນບໍ ວ່າທ່ານບໍ່ຮູ້ໝາຍເລກລົດສຸກເສີນ ຫຼືວ່າລົດສຸກເສີນຈະບໍ່ມາທັນທີ ເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານຈະໂທຫາບໍ? ເຖິງແມ່ນວ່າທ່ານໂທຫາຕຳຫຼວດ, ເຂົາເຈົ້າຈະບໍ່ມາທັນທີ... ເຂົາເຈົ້າຈະບໍ່ຊ່ວຍທ່ານ... ອັນນີ້ຍັງປາກົດໃຫ້ເຫັນຢູ່ໃນຫຼາຍພາກພື້ນຂອງອາຊີຕາເວັນອອກສຽງໃຕ້ທຸກມື້ນີ້.

ຢ່າງໃດກໍຕາມ, ໃນປະເທດຍີ່ປຸ່ນ, ຖ້າທ່ານມີອຸປະຕິເຫດຈະລາຈອນ ຫຼື ເຈັບຫນັກ, ທ່ານສາມາດໂທຫາລົດສຸກເສີນດ້ວຍຄວາມຫມັ້ນໃຈ. ພວກເຂົາຈະໂທຫາທ່ານທັນທີ. ນອກຈາກນີ້, ຖ້າຫາກເກີດເຫດການຕີກັນ, ການໄຊ້ຄວາມຮຸນແຮງ, ການລັກລອບຊັບສິນ ຫຼື ມີຄວາມກັງວົນສາມາດໂທຫາຕຳຫຼວດ ແລະ ເຈົ້າໜ້າທີ່ຕຳຫຼວດຈະມາທັນທີ.

ຖ້າທ່ານເປັນຄົນຕ່າງປະເທດທີ່ອາໃສຢູ່ຄົນດຽວ ທ່ານເຄີຍຮູ້ສຶກກັງວົນໃຈເພາະທ່ານເວົ້າພາສາຍີ່ປຸ່ນບໍ່ເກ່ງບໍ? ພາສາຍີ່ປຸ່ນກ່ຽວກັບຮ່າງກາຍແລະສຸຂະພາບແມ່ນມີຄວາມຍາກຫຼາຍ. ພາຍໃນແຂວງໂອຊາກາ ມີການໃຫ້ບໍລິການແປພາສາທາງໂທລະສັບຫຼາຍພາສາຟຣີ. 24 ຊົ່ວໂມງຕໍ່ມື້, 365 ມື້ຕໍ່ປີ. ໃນກໍລະນີທີ່ຄົນຕ່າງປະເທດພົບບັນຫາຢູ່ໃນໂຮງຫມໍ ຫຼື ຮ້ານຂາຍຢາ, ເຖິງແມ່ນວ່າຢູ່ໃນກໍລະນີສຸກເສີນ ທ່ານສາມາດສົນທະນາເປັນພາສາແມ່ຂອງທ່ານທາງໂທລະສັບຫຼືການໂທວິດີໂອໄດ້ຟຣີ. ຖ້າທ່ານຕ້ອງການນາຍແປພາສາສຳລັບເຫດຜົນທາງການແພດ ກະລຸນາແຈ້ງພະນັກງານໂຮງໝໍກ່ຽວກັບການຮັບບໍລິການນີ້.

# ມາປຶກສານຳກັນເທາະ...



ເມື່ອທ່ານຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍ ແລະ ມີຊ່ວງເວລາທີ່ລຳບາກ、
ເຈົ້າມີວິທີຮັບມືແນວໃດ?

## ໂຮງໝໍທີ່ສາມາດໃຫ້ບໍລິການເປັນພາສາຕ່າງປະເທດ (ໃນເມືອງ ໂອຊາກາ)

### Osaka Metropolitan University Hospital

✆ (06) 6645-2121

ວັນທີແລະເວລເປີດ: ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 8:45-10:30 ໂມງເຊົ້າ

ພາສາທີ່ຮອງຮັບ: ພາສາອັງກິດ, ຈີນ, ເກົາຫຼີ, ລັດເຊຍ, ອິນໂດເນເຊຍ, ສະເປນ, ປອກຕຸຍການ, ມົງໂກນ, ຝຣັ່ງ, ເປີເຊຍ, ຕາກາລັອກ, ເນປານ, ຫວຽດນາມ, ໄທ, ຮິນດູ

ສະຖານທີ່: 〒545-8586 Osaka, Abeno Ward, Asahimachi1-5-7

### Osaka Red Cross Hospital

✆ (06) 6774-5111

ວັນທີແລະເວລເປີດ: ສຳລັບຄົນເຈັບທີ່ມາຄັ້ງທຳອິດ、
ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 8:30-11:30 ໂມງເຊົ້າ
ຖ້າທ່ານເຄີຍມາແລ້ວ ແລະຢາກນັດລ່ວງໜ້າ.
ວັນຈັນເຖິງວັນສຸກ 8:30 ໂມງເຊົ້າຫາ 16:00 ໂມງແລງ
ວັນເສົາ-ອາທິດແລະວັນພັກລັດຖະການໃຫ້ບໍລິການຄົນເຈັບສຸກເສີນຕະຫຼອດ24ຊົ່ວໂມງ

ພາສາທີ່ຮອງຮັບ: ອັງກິດ, ຈີນ, ເກົາຫຼີ, ປອກຕຸຍການ, ສະເປນ, ໄທ, ຫວຽດນາມ, ຕາກາລັອກ, ເນປານ, ອິນໂດເນເຊຍ, ຮິນດູ, ລັດເຊຍ

ສະຖານທີ່: 〒543-8555 Osaka, Tennoji Ward, Fudegasakicho5-30

ຫ້ອງການບໍລິການແປພາສາຕ່າງປະເທດທາງໂທລະສັບແຂວງໂອຊາກາ (ຜູ້ດຳເນີນທຸລະກິດຕາມສັນຍາ: ບໍລິສັດ ເມດິໂຟນ ຈຳກັດ.)

✆ 03-6478-8286

✆ 050-3172-8522

ອີເມວ: osaka@mediphone.jp

ແບບຟອມຕິດຕໍ່

ຖ້າເຈົ້າຕ້ອງການຊອກຫາໂຮງໝໍທີ່ໃຫ້ບໍລິການເປັນພາສາຕ່າງປະເທດ.
ຈາກເວັບໄຊທ໌ Osaka Medical Net ຢູ່ເບື້ອງຂວາ,
ຊອກຫາໂຮງ ໝໍ ໃກ້ເຮືອນຂອງເຈົ້າທີ່ສຸດ.

Osaka Medical Net

# 4 . ບັນຫາແຮງງານ

## ເມື່ອເຈົ້າຮູ້ສຶກກັງວົນຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ

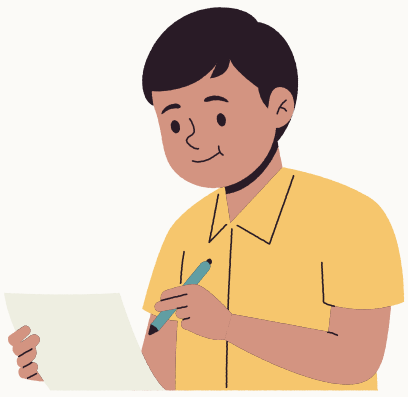
#ການຂົ່ມເຫັງໃນ
ບ່ອນເຮັດວຽກ

#ມີບັນຫາກັບ
ສັນຍາກັບບໍລິສັດ

#ການຫວ່າງງານ
ແລະວີ່ຊ່າ



ຂ້ອຍຖືກຂົ່ມເຫັງແລະມີບັນຫາຄວາມສຳພັນໃນບ່ອນເຮັດວຽກ. ລາຍຮັບ ແມ່ນສຳຄັນຫຼາຍສຳຫຼັບຂ້ອຍ, ສະນັ້ນຂ້ອຍບໍ່ຕ້ອງການທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເກີດບັນຫາ ກັບບໍລິສັດຫຼືສະມາຄົມຄຸ້ມຄອງແຮງງານ.



ຄົນຕ່າງປະເທດຫຼາຍຄົນອົດທົນກັບການຖືກຂົ່ມເຫັງ ເພາະຢ້ານວ່າ ຖ້າພວກເຂົາ ສ້າງຄວາມຫຍຸ້ງຍາກ ພວກເຂົາຈະຖືກໄລ່ອອກ ຫຼືບັງຄັບໃຫ້ກັບຄືນປະເທດ. ຫຼືຈະບໍ່ ຕໍ່ອາຍຸວີ່ຊ່າໄຫ້, ແຕ່ຢ່າກັງວົນຄົນດຽວ. ກະລຸນາຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອ!

ຕາມກະຊວງສາທາລະນະສຸກ, ແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມແລ້ວ, ຈຳນວນຄົນງານຕ່າງປະເທດມາຮອດທ້າຍ ເດືອນຕຸລາ 2020 ບັນລຸປະມານ 1,82 ລ້ານຄົນ, ເພີ່ມຂຶ້ນເປັນ 95,504 ຄົນເມື່ອທຽບໃສ່ປີກາຍ. ນອກຈາກນັ້ນ, ຈຳ ນວນສະຖາບັນທີ່ຈ້າງຄົນຕ່າງປະເທດເພີ່ມຂຶ້ນເປັນປະມານ 298,790 ແຫ່ງ. * ກະຊວງສາທາລະນະສຸກ, ແຮງງານ ແລະ ສະ ຫວັດດີການສັງຄົມ “ສະຫຼຸບສັງລວມການແຈ້ງສະຖານະພາບການຈ້າງງານຕ່າງປະເທດ (ຮອດທ້າຍເດືອນຕຸລາ 2020)”.

ເມືອງໂອຊາກາ ຍັງສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນເຖິງທ່າອ່ຽງນີ້ເຊັ່ນກັນ. ເມື່ອຈຳນວນແຮງງານຕ່າງປະເທດເພີ່ມຂຶ້ນ ບັນຫາທີ່ ກ່ຽວຂ້ອງເຖິງສະພາບແວດລ້ອມການເຮັດວຽກ ແລະ ສະພາບການເຮັດວຽກນັບມື້ນັບເພີ່ມຂຶ້ນ. ແລະ ຈຳນວນຂອງການ ເຂົ້າຮັບການປຶກສາຫາລືແຮງງານແມ່ນເພີ່ມຂຶ້ນ.

ມີການຂົ່ມເຫັງ ແລະ ຄຸກຄາມຫຼາຍຮູບແບບທີ່ຄົນຕ່າງປະເທດພົບໃນບ່ອນເຮັດວຽກຢູ່ຍີ່ປຸ່ນ. ຕົວຢ່າງ, ພະນັກງານ ອາດຈະໃຊ້ພາສາຍີ່ປຸ່ນລະດັບຍາກ ຫຼື ໃຫ້ຄຳແນະນຳໃນນ້ຳສຽງທີ່ເຂົ້າໃຈຍາກສຳລັບຄົນງານຕ່າງປະເທດໂດຍບໍ່ມີການ ພິຈາລະນາ. ນີ້ອາດຈະເຮັດໃຫ້ພະນັກງານບໍ່ເຂົ້າໃຈເນື້ອໃນຂອງວຽກ, ເຊິ່ງອາດຈະເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມຜິດພາດໃນວຽກ. ໃນ ບາງກໍລະນີ, ຄົນງານຕ່າງປະເທດຖືກບັງຄັບໃຫ້ເຮັດວຽກທີ່ຫຍຸ້ງຍາກ ຫຼື ເຮັດວຽກໜັກ. ທ່ານອາດຈະຖືກສະແດງຄວາມຄິດ ເຫັນທີ່ເສື່ອມເສຍ ຫຼື ຖືກເລືອກປະຕິບັດ ໂດຍອີງໃສ່ສັນຊາດ ຫຼື ວັດທະນະທຳຂອງເຈົ້າ. ຄົນງານຕ່າງປະເທດທີ່ເປັນເພດຍິງ ອາດຈະຖືກຄຸກຄາມທາງເພດ ຫຼື ການສຳພັດທີ່ບໍ່ເໝາະສົມ. ສິ່ງຕ່າງໆທີ່ໄດ້ກ່າວມານີ້ລ້ວນແຕ່ແມ່ນໄພຂົ່ມຂູ່ທີ່ຮ້າຍແຮງໃນ ບ່ອນເຮັດວຽກ. ຖ້າທ່ານປະສົບກັບການຂົ່ມເຫັງ ຫຼື ການກົດຂີ່ປະເພດເຫຼົ່ານີ້, ທ່ານຈະຕ້ອງຕິດຕໍ່ສູນໃຫ້ຄຳປຶກສາທີ່ເຊື່ອຖື ໄດ້ທັນທີ.

# ມາປຶກສານຳກັນເທາະ...



ການເຮັດວຽກຢູ່ຍີ່ປຸ່ນ • ບັນຫາຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກ •
ທ່ານເຄີຍກັງວົນບໍ?

## ມຸມທີ່ປຶກສາແຮງງານຕ່າງປະເທດ (ຫ້ອງການແຮງງານໂອຊາກາ)

✆ (06) 6949-6490

ວັນທີແລະເວລເປີດ: ວັນຈັນຫາວັນສຸກ ແຕ່9:00 ຫາ 17:00 (ບໍ່ລວມວັນພັກ ລັດຖະການແລະວັນພັກປີໃຫມ່)

ພາສາທີ່ຮອງຮັບ: ອັງກິດ, ຈີນ, ປອກຕຸຍການ, ຫວຽດນາມ

ສະຖານທີ່: Osaka, Chuo-ku, Otemae 4 Chome-1-6 7 ອາຄານລັດຖະບານຮ່ວມໂອຊາກາເລກທີ 2 ຊັ້ນ 9 ພະແນກກວດກາ, ກົມມາດຕະຖານແຮງງານ, ຫ້ອງການແຮງງານໂອຊາກາ

ສະຖານີທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດ: Tanimachi 4 Chome (ລົດໄຟໃຕ້ດິນTanimachi LineຫຼືChuo Line)

FAX: ０６－６９４９－６０３４

ວັນທີແລະເວລເປີດ: 9:30 ໂມງເຊົ້າຫາ 5 ໂມງແລງ (ຍົກເວັ້ນ12:00-13:00)

## ສູນບໍລິການຈັດຫາງານສຳຫຼັບຄົນຕ່າງປະເທດ

✆ (06) 7709-9465

ພາສາທີ່ຮອງຮັບ: ອັງກິດ, ຈີນ, ປອກຕຸຍການ, ຫວຽດນາມ, ແອສປາໂຍນ, ເນປານ, ອູແກຣນ

ສະຖານທີ່: 〒530-0017Osaka Prefecture, Osaka, Kita Ward kakudacho 8-47 Hankyu Grand Building ຊັ້ນ16

ການປຶກສາຫາລື
ແຮງງານຕ່າງປະເທດ







ການຈ້າງງານຕ່າງປະເທດ
ສູນບໍລິການ

# ມາປຶກສານຳກັນເທາະ...

## ສາຍດ່ວນປຶກສາສະພາບການເຮັດວຽກ

ນີ້ແມ່ນໂຄງການໂດຍກະຊວງສາທາລະນະສຸກ, ແຮງງານ ແລະ ສະຫວັດດີການສັງຄົມ. ພວກເຮົາຕອບສະໜອງການປຶກສາຫາລືຫຼັງຈາກຫ້ອງການແຮງງານແຂວງ ແລະ ຫ້ອງການກວດກາມາດຕະຖານແຮງງານປິດ, ຫຼືໃນທ້າຍອາທິດ ແລະ ວັນພັກລັດຖະການ, ແລະ ພວກເຮົາສະເໜີໃຫ້ຄຳປຶກສາທາງໂທລະສັບຟຣີເປັນພາສາຕ່າງປະເທດກ່ຽວກັບສະພາບການເຮັດວຽກ, ແລະ ອື່ນໆຈາກທຸກບ່ອນໃນປະເທດ.

| ພາສາ | ມື້ເປີດ | ເວລາເປີດ | ເບີໂທລະສັບ |
|---|---|---|---|
| ພາສາຍີ່ປຸ່ນ | ຈັນ～ອາທິດ (ທຸກມື້) | ○ມື້ທຳມະດາ(ຈັນ～ສຸກ) 5 ໂມງແລງ～10 ໂມງແລງ<br><br>○ເສົາອາທິດ・ວັນພັກ 9 ໂມງເຊົ້າ～9 ໂມງແລງ | 0120-811-610 |
| ພາສາອັງກິດ | | | 0120-531-401 |
| ພາສາຈີນ | | | 0120-531-402 |
| ພາສາປອກຕຸຍການ | ຈັນ～ເສົາ | | 0120-531-403 |
| ພາສາສະເປນ | ພະຫັດ, ສຸກ, ເສົາ | | 0120-531-404 |
| ພາສາຕາກາລັອກ | ຄານ, ພຸດ, ເສົາ | | 0120-531-405 |
| ພາສາຫວຽດນາມ | ຄານ, ພຸດ, ສຸກ～ອາທິດ | | 0120-531-406 |
| ພາສາມຽນມາ | ພຸດ, ອາທິດ | | 0120-531-407 |
| ພາສາເນປານ | | | 0120-531-408 |
| ພາສາເກົາຫຼີ | ພະຫັດ, ອາທິດ | | 0120-613-801 |
| ພາສາໄທ | | | 0120-613-802 |
| ພາສາອິນໂດເນເຊຍ | | | 0120-613-803 |
| ພາສາກຳປູເຈຍ (ພາສາຂະແມ) | ຈັນ, ເສົາ | | 0120-613-804 |
| ພາສາມົງໂກນ | | | 0120-613-805 |

※ໂທລະສັບມືຖື・ສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້
※ຍົກເວັ້ນວັນພັກປີໃໝ່(ເດືອນ12ວັນທີ29～ເດືອນ1ວັນທີ3)

Note




新型コロナウイルス感染下における
外国にルーツがある人々への支援活動応援助成
三菱財団 × 中央共同募金会