



Tips for life in Japan



Tips for life in Japan

เบื้องต้น

A1

日本の生活
TIPS

● あいさつのジェスチャー ทำโค้งคำนับเพื่อทักทาย

ในญี่ปุ่นเวลาจะทักทายผู้อื่นจะก้มตัวและโค้งศีรษะไปข้างหน้า เรียกว่า "お辞儀" ทำโค้งคำนับนี้เป็นท่าที่ใช้ในโอกาสต่างๆ เช่น ทักทายขอบคุณ ฯลฯ ยิ่งโค้งต่ำเท่าไรก็ยิ่งแสดงความเคารพมากเท่านั้น หากพบคนรู้จักกลางทางอาจจะเพียงแค่ก้มศีรษะเล็กน้อยก็พอ

ในญี่ปุ่น เวลาพบกันแทบจะไม่มีการสวมกอดกันหรือเอากล้ามแขนกัน การจับมืออาจมีใช้บ้างในวงการธุรกิจแต่ไม่ใช่วิธีทักทายแบบทั่วไป

ส่วนท่าที่เอามือประสานกันที่หน้าอกนั้น ในญี่ปุ่นจะใช้ก่อนกินข้าว แต่ปกติจะไม่ใช้ทักทายคนอื่น แต่ดูเหมือนว่ามีคนไม่น้อยที่เข้าใจผิดว่านี่เป็นวิธีทักทายแบบญี่ปุ่น

日本では、あいさつをするとき、腰を曲げ、頭を前に下げます。これを「おじぎ」といいます。おじぎは、あいさつのときやお礼のときなどに使われるジェスチャー

です。腰を曲げる角度が大きいほど、敬意が高いとみなされます。道で知り合いに会ったときなどは、首を曲げて頭を少し下げるだけでかまいません。



人に会ったとき、日本ではハグをしたりビズ（頬と頬をつける）をしたりすることは、ほとんどありません。握手は、ビジネスの世界ではときどき使われることもありますが、あまり一般的ではありません。

両手を胸の前で合わせるジェスチャーは、日本ではご飯を食べる前には使われますが、人と会ったときのあいさつには普通は使われません。しかし、このジェスチャーが日本のあいさつだと誤解されていることも、少なくないようです。



● 「さようなら」のあいさつ การกล่าวลาด้วยคำว่า さようなら



คนจำนวนมากเข้าใจว่า さようなら เป็นคำกล่าวลาในภาษาญี่ปุ่น แต่ในชีวิตจริงไม่ค่อยใช้คำว่า さようなら เท่าใดนัก คำนี้มักใช้กล่าวลาระหว่างครูกับนักเรียนในโรงเรียน หรือใช้กล่าวลาคนที่จะได้พบกันอีก เวลาที่จะกล่าวลาคนรู้จักที่พบกันเป็นประจำ ปกติจะใช้ 失礼します ในสถานการณ์ที่เป็นทางการ และใช้ じゃあ、また ในสถานการณ์ที่เป็นกันเอง ตามที่ได้ฝึกจากแบบฝึกในตำราเล่มนี้

日本語の別れのあいさつとして、「さようなら」ということばが知られています。しかし、実際の日常生活で「さようなら」が使われることは、あまりありません。「さようなら」は、学校でのあいさつとして生徒と先

生の間で使ったり、もう会うことがない人に別れを告げたりする場面で使ったりすることが多く、日常生活でいつも会う知り合いに別れのあいさつをするときは、教科書本文で練習したように、フォーマルな場面なら「失礼します」、カジュアルな場面なら「じゃあ、また」などの言い方が一般的です。

● 「すみません」を使うとき ^{つか} 使 用 すみません เมื่อใด

すみません เป็นคำที่ใช้ขอโทษ แต่ในการขอบคุณจะใช้ทั้ง ありがとう (ございます) และ すみません

ในวัฒนธรรมสถานการณ์ที่ใช้ すみません ในการขอบคุณเวลามีคนนำของที่ตนทำตกมาคืนให้ หรือลูกให้ที่นั่งแก่ตน ในกรณีที่รู้สึกว่าคุณอื่นได้ทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้แก่ตน และการทำสิ่งนั้นทำให้คนผู้นั้นลำบากหรือเป็นภาระแก่เขา จะใช้ すみません เพื่อแสดงความขอบคุณพร้อมทั้งขอโทษไปด้วย คำว่า すみません คำเดียวก็สามารถแสดงความรู้สึกขอบคุณได้

ในกรณีที่สิ่งที่คุณอื่นทำให้ตนไม่ได้สร้างความลำบากหรือเป็นภาระแก่ผู้นั้น เช่น เมื่อได้รับคำชมหรือได้รับคำอวยพร จะไม่พูดขอบคุณด้วยคำว่า すみません การเลือกว่าควรใช้ すみません หรือ ありがとう (ございます) อาจจะยากสักหน่อย แต่ถึงจะใช้ ありがとう (ございます) แทน すみません ก็ไม่เป็นการเสียมารยาท ดังนั้นจะใช้แค่ ありがとう (ございます) ในการขอบคุณก็ไม่มีปัญหา



「すみません」は謝るときに使うことばですが、お礼を言うときは、「ありがとう (ございます)」を使う場合と、「すみません」を使う場合があります。

本文では、落とし物を拾ってもらったときや、席を譲ってもらったときに、「すみません」とお礼を言う場面が出てきました。このように、ほかの人が自分のために何かしてくれたときで、そのために相手に不利益や負担がかかったと感じる場合、「すみません」ということばで、謝りながらお礼を言います。「すみません」だけでもお礼を表す意味になります。

相手に不利益や負担がかかっていない場合、例えばほめられたときや、お祝いを言われたときには、お礼のことばとして「すみません」が使われることはありません。

「すみません」と「ありがとう (ございます)」の使い分けは難しいかもしれませんが、「すみません」を使わないで「ありがとう (ございます)」と言っても、失礼になることはないので、お礼を言うときはいつも「ありがとう (ございます)」とだけ言っても大丈夫です。

日本の生活
TIPS

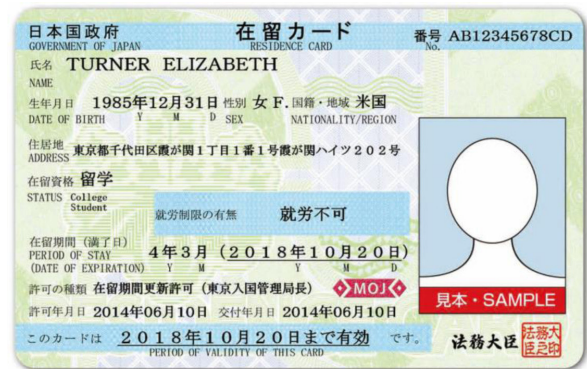
● ざいりゅう 在留カード บัตรประจำตัวผู้พำนัก

ざいりゅう 在留カード (บัตรประจำตัวผู้พำนัก) ใช้เป็นบัตรประจำตัวสำหรับชาวต่างชาติที่อาศัยในญี่ปุ่น ออกให้กับผู้ที่พำนักในญี่ปุ่นนานกว่า 3 เดือน ในบัตรจะมีข้อมูลต่างๆ เช่น ชื่อสกุล อายุ เพศ สัญชาติ/ท้องถิ่น ที่อยู่อาศัย สถานภาพ การทำงาน ในญี่ปุ่น ฯลฯ และติดรูปถ่ายใบหน้าด้วย

ชาวต่างชาติที่อาศัยในญี่ปุ่นต้องพกบัตรนี้ติดตัวตลอดเวลา ในกรณีที่ไม่ได้พกบัตรนี้ติดตัวอาจเกิดปัญหาได้ จึงควรระมัดระวัง

在留カードは、日本に住む外国人の身分証明書として使われます。日本に3か月を超えて滞在する人に対して交付されます。カードには、氏名、年齢、性別、国籍・地域、居住地、在留資格、日本で仕事をしていかどうかなどの情報が書かれています。顔写真も貼られています。

日本に住む外国人は、この在留カードをいつも持ち歩かなければならないことになっています。在留カードを携帯していないことがわかった場合は、問題になることもありますので、注意しましょう。



บัตรประจำตัวผู้พำนัก
在留カード
(出入国在留管理庁ホームページ)

● おでん โอเต็ง

โอเต็งเป็นอาหารประเภทต้มเครื่องต่างๆ ในน้ำซุชิที่ปรุงรสด้วยน้ำสต็อกดาชิ (น้ำสต็อกแบบญี่ปุ่นทำจากการต้มสาหร่ายคอมบุและปลาโอตากแห้ง) เครื่องที่ใส่ เช่น หัวผักกาด มันฝรั่ง ไช้ต้ม เนื้อเอ็นวัว สาหร่ายคอมบุ นูก และลูกชิ้นปลา ฯลฯ เป็นอาหารที่นิยมกินในฤดูที่อากาศหนาว นอกจากมีร้านขายโอเต็งโดยเฉพาะแล้ว ยังสามารถกินโอเต็งพร้อมกับดื่มเหล้าได้จากร้านรอร์ดซัน และพอถึงฤดูหนาวจะหาซื้อตามร้านสะดวกซื้อได้ด้วย

おでんは、だし汁に味をつけたスープの中に、大根、ジャガイモ、ゆで卵、牛すじ肉、昆布、こんにゃく、練り物などのさまざまな具材を入れて煮込んだ料理です。特に寒い季節の食べ物として人気があります。おでんは専門店のほか、屋台でお酒を飲みながら食べることもできます。また、冬になると、コンビニでも売られます。



● リヤクゴ 略語 ค่าย่อ

スマホ เป็นคำที่ย่อมาจาก スマートフォン (smartphone) ในภาษาญี่ปุ่นมีคำย่อใช้มากมาย วิธีสร้างคำย่อมีทั้งแบบตัดส่วนท้ายคำออก หรือตัดคำจากคำประสม ส่วนละ 1-2 คำ นำมารวมกันเป็นคำใหม่ มักพบคำย่อในคำที่มาจากภาษาต่างประเทศ นอกจากนี้ คำศัพท์ที่เขียนด้วยคันจิในภาษาญี่ปุ่นหรือชื่อคนก็มีการย่อในลักษณะนี้เช่นกัน จะขอยกบางตัวอย่าง ดังต่อไปนี้

「スマホ」は、「スマートホン (smartphone)」が省略されて作られた略語です。日本語では、このような略語がたくさん使われています。略語が作られる場合は、後ろの部分が省略されたり、複合語のそれぞれの部分から2文字または1文字を組み合わせたりして作られます。外来語に多く見られますが、日本語の漢字のことばや、人名なども、このように略語になる場合があります。以下に、いくつかの例を紹介します。

- ◆ コンビニ ← コンビニエンスストア (ร้านสะดวกซื้อ)
- ◆ エアコン ← エアークondiショナー (แอร์คอนดิชัน)
- ◆ リモコン ← リモートコントローラー (รีโมตคอนโทรล)
- ◆ ファミレス ← ファミリーレストラン (แฟมิลีเร스토랑)
- ◆ เซกハラ ← เซกシュアルハラスメント (การคุกคามทางเพศ)
- ◆ ポテチ ← ポテトチップス (มันฝรั่งทอด)
- ◆ 各停 ← かくてい 各駅停車 (ขบวนรถจอดทุกสถานี)
- ◆ 育児 ← いくいきょう 育児休暇 (ลากิจส่วนตัวเพื่อเลี้ยงดูบุตร)
- ◆ キムタク ← きむたくや 木村拓哉 (คนในวงการบันเทิงญี่ปุ่น 日本の芸能人)

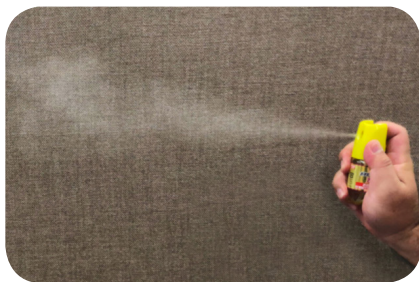
● か 蚊 ยุง

พอถึงฤดูร้อนจะมียุงบินว่อน โดยเฉพาะในตอนเย็นเวลาออกไปข้างนอก จะมียุงบินหึ่ง ๆ เข้ามาหาเพื่อดูดเลือด ถ้าถูกยุงกัดจะคันมาก แต่ในญี่ปุ่นแทบจะไม่มียุงที่เป็นพาหะโรคติดต่ออย่างมาลาเรียหรือไข้เลือดออก จึงไม่ต้องเป็นกังวลเรื่องนี้

วิธีป้องกันการถูกยุงกัด นอกจากฉีดสเปรย์กันยุงที่แขนขาแล้ว ยังมีวิธีจุดยากันยุงที่มีสารฆ่ายุงเป็นส่วนประกอบ เรียกว่า 蚊取り線香 かとりせんこう ยากันยุงแบบที่ใช้กันมาแต่เดิมนั่นกลิ่นก็แรง ชี้เท้าก็ทำความสะอาดยาก แต่ในปัจจุบันมีทั้งแบบใช้ไฟฟ้ากับแบบสเปรย์มากขึ้น หาซื้อได้ตามร้านต่าง ๆ เช่น ร้านขายยา



ยาจุดกันยุง
蚊取り線香



สเปรย์กำจัดยุง
蚊取りスプレー

夏になると、蚊が発生します。特に夕方、外にいますと、蚊が「プーン」と寄ってきて、血を吸います。蚊に刺されると、非常にかゆくなります。ただし、日本の蚊は、マラリアやデング熱のような伝染病を媒介することはめったにありませんので、あまり心配する必要はありません。

蚊に刺されるのを防ぐ方法は、手や足に虫除けのスプレーをするほか、「蚊取り線香」という、蚊を殺す成分の入った線香をたくこともあります。伝統的な蚊取り線香は、においも強く、灰の始末も大変でしたが、現在では電気式のものや、スプレー式のものも多くなりました。これらはドラッグストアなどで買うことができます。

日本の生活
TIPS

● にほん もじ 日本の文字 ตัวอักษรในภาษาญี่ปุ่น

ภาษาญี่ปุ่นเป็นภาษาที่มีระบบการเขียนซับซ้อนที่สุดในบรรดาภาษาต่าง ๆ ในโลก ภาษาญี่ปุ่นใช้ตัวอักษรหลายชนิด ได้แก่ คันจิ ฮิรางานะ คาตากานะ โรมัน



日本語は、世界の言語の中でも最も複雑な文字体系を持った言語です。日本語では、漢字、ひらがな、カタカナ、ローマ字（アルファベット）という複数の種類の文字が使われています。



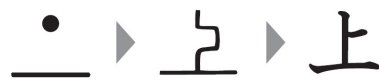
▶ かんじ 漢字 คันจิ

คันจิเป็นอักษรที่มีต้นกำเนิดมาจากประเทศจีน โดยทั่วไปแล้วภาษาญี่ปุ่นจะเขียนด้วยอักษรคันจิและฮิรางานะ คันจิจะใช้เขียนส่วนที่แสดง ความหมาย ลักษณะพิเศษของคันจิในภาษาญี่ปุ่นคือ คันจิ 1 ตัวอักษรมีเสียงอ่านหลายเสียง เช่น อักษร 日 ในคำว่า 日曜日 เป็นอักษรตัวเดียวกันแต่อ่านต่างกัน คืออ่านว่า "にち" กับ "び"

漢字は中国を起源とする文字です。日本語は、基本的には漢字とひらがなで書かれますが、漢字はそのうち、意味を担う部分を表すのに使われます。日本語では、1つの漢字に複数の読み方があるのも特徴です。例えば「日曜日」ということばでは、同じ「日」という漢字が、「にち」「び」という違う読み方で読まれています。



ปลา 魚



ข้างบน 上

▶ ひらがな อักษรฮิรางานะ

เป็นอักษรที่ประดิษฐ์ขึ้นในญี่ปุ่นในต้นสมัยเฮอัน (794-1155) โดยนำคันจิมาปรับให้เขียนง่ายขึ้น ฮิรางานะใช้เขียนส่วนที่ทำหน้าที่ทางไวยากรณ์ เช่น คำช่วย は และ から ส่วนท้ายคำกริยาคำคุณศัพท์อย่างเช่น ~ます และ ~くないです

漢字を崩して作った文字で、平安時代 (794-1185) の初期に、日本で作られました。ひらがなは、主に「～は」「～から」などの助詞や、「～ます」「～くないです」のような動詞や形容詞の語尾の部分など、文法的な働きをする部分を表します。



▶ カタカナ อักษรคาตากานะ

เป็นอักษรที่ประดิษฐ์ขึ้นในญี่ปุ่นในยุคเดียวกับอักษรฮิรางานะ โดยนำส่วนหนึ่งของอักษรคันจิมาประดิษฐ์เป็นตัวอักษร อักษรคาตากานะส่วนใหญ่ใช้เขียนคำที่มาจากภาษาต่างประเทศ เช่น メール (e-mail) プレゼント (present) และ ハンバーガー (hamburger) ชื่อสถานที่ในต่างประเทศหรือชื่อชาวต่างประเทศส่วนมากจะเขียนด้วยอักษรคาตากานะ นอกจากนี้ยังใช้เขียนคำเลียนเสียงเลียนท่าทาง เช่น ガタガタ ((สั่น) พับ ๆ ๆ) และ キョロキョロ ((เหลียว) ล่อกล่อก) ชื่อสัตว์และพืช เช่น サル (ลิง) パラ (กุหลาบ) และ エビ (กุ้ง) คำแสดงเช่น ウける (ได้รับความนิยม) และ ヤバイ (แย่แล้ว เจ๋ง)



漢字の一部から作った文字で、ひらがなと同じぐらいの時期に、日本で作られました。カタカナは「メール」「プレゼント」「ハンバーガー」など、主に外来語を表すのに使われます。外国の地名や人名は、多くの場合、カタカナで書かれます。カタカナはこのほか、「カタガタ」「キョロキョロ」などのオノマトペ、「サル」「バラ」「エビ」など動物や植物の名前、「ウケる」「ヤバイ」など俗語を表すのにも使われることがあります。

▶ ローマ字 (アルファベット) อักษรโรมัน

ภาษาญี่ปุ่นใช้อักษรโรมันหรือตัวอักษรภาษาอังกฤษด้วย คำย่อ เช่น SNS และ DVD คำนามเฉพาะ เช่น JR, JAL, NHK, Windows และ Facebook จะเขียนด้วยตัวอักษรภาษาอังกฤษ ส่วนที่เขียนด้วยตัวอักษรภาษาอังกฤษในภาษาญี่ปุ่นเลยก็มี เช่น OKです หรือ No と言う (พูดว่า "no") ตัวอักษรภาษาอังกฤษที่นำมาเขียนแทนเสียงอ่านภาษาญี่ปุ่นเรียกว่า โรม่า字 ในปัจจุบันจะพบเห็นชื่อสถานีและชื่อสถานที่ที่เขียนด้วย โรม่า字 ได้ทั่วไป เพื่อให้คนต่างชาติในญี่ปุ่นอ่านออก

日本語では、ラテン文字のアルファベットも使われます。「SNS」「DVD」などの略語や、「JR」「JAL」「NHK」「Windows」「Facebook」などの固有名詞は、日本語の中でもそのままアルファベットで書かれます。「OKです」「No と言う」のように、英語をそのまま使う場合もあります。また、日本語をアルファベットで表したものを「ローマ字」といいます。日本に来る外国人のために、駅名や地名をローマ字で表すことは、現在では日常的になっています。

● なまえ よ かの 名前の呼び方 วิธีเรียกชื่อคน

ตามปกติในภาษาญี่ปุ่นเวลาจะเรียกชื่อคนอื่นจะเติม さん หลังชื่อ คำว่า さん นี้เป็นคำที่ใช้ได้สะดวกมาก เพราะสามารถใช้ได้กับทุกคน ทั้งชายและหญิง คนอายุแก่กว่าและอ่อนกว่า แต่งงานแล้วหรือยังไม่งาน

ชื่อของคนญี่ปุ่น ตามปกติจะใส่ さん หลังนามสกุล ส่วนชื่อตัวนั้นมักจะใช้ในระหว่างคนในครอบครัวหรือเพื่อนสนิท ไม่ค่อยใช้ในสถานการณ์ที่เป็นทางการ เช่น ในที่ทำงาน แต่ในกรณีชื่อของชาวต่างชาติ มักจะเรียกโดยใส่ さん ตามหลังชื่อตัวหรือนามสกุลก็ได้แล้วแต่เจ้าตัวอยากให้เรียกด้วยชื่อใด

คำที่ใส่หลังชื่อแบบเดียวกับ さん ยังมีคำอื่นอีก เช่น <ん, ちゃん และ さま คำว่า <ん เป็นคำที่ใช้ในการพูดอย่างเป็นกันเองเวลาเรียกผู้ชายที่อายุเท่ากันหรือน้อยกว่า ส่วนคำว่า ちゃん นอกจากใช้เรียกเด็กแล้ว ยังใช้เรียกเพื่อนด้วยความสนิทสนม ส่วน さま เป็นคำเรียกที่สุภาพกว่า さん ในภาษาพูดใช้ในกรณีที่พนักงานในร้านใช้เรียกชื่อลูกค้า

日本語では、ほかの人の名前を呼ぶとき、名前の後ろに「～さん」をつけるのが普通です。「～さん」は、男性か女性か、年上か年下か、結婚しているかしていないかなどに関係なく、だれにでも使えるので、非常に便利なことばです。

日本人の名前は、「～さん」の前は苗字を使うのが普通です。下の名前は、家族の間や親しい友人同士で使われ、仕事などのフォーマルな場面では、あまり使われません。ただし、外国人の名前の場合は、苗字か下の名前にかかわらず、本人が呼んでほしい名前に「～さん」をつけて呼ぶことが多いでしょう。

「～さん」と同じように名前の後ろにつけて使うことばには、ほかに「～君」や「～ちゃん」「～様」などがあります。「～君」は、同年代、または年下の男性を呼ぶときに使う、カジュアルなことばです。「～ちゃん」は、子どもを呼ぶときに使うほか、友だち同士で非常に親しみを込めて使う場合もあります。「～様」は「～さん」をより丁寧にした敬称で、話しことばでは、店の人が客の名前を呼ぶときに使われます。

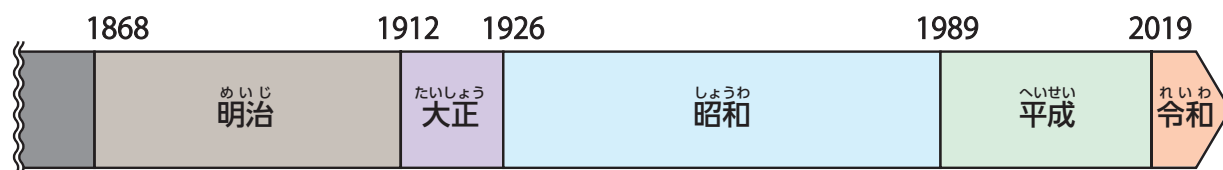
● げんごう 元号 ปีศักราชญี่ปุ่น (รัชศก)

ในญี่ปุ่นมีการใช้คริสต์ศักราชด้วย แต่ในเอกสารทางการของราชการมีการใช้ปีศักราชแบบญี่ปุ่น ที่เรียกว่า げんごう (รัชศก) ด้วยเช่นกัน ซึ่งมีการใช้มาตั้งแต่ปี ค.ศ. 645 และรัชศก 令和 ซึ่งเริ่มใช้ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2019 เป็นรัชศกลำดับที่ 248 ในปัจจุบันจะเปลี่ยนรัชศกใหม่เมื่อมีการเปลี่ยนรัชกาล รัชศกไม่ได้ใช้เพียงแค่แสดงปีอย่างเดียวนั่น แต่ยังมีรากลึกในวิถีชีวิตของชาวญี่ปุ่น เพราะนำไปใช้ระบุยุคสมัยด้วย เช่น "เพลงคลาสสิกยุคโชวะ" "เศรษฐกิจตกต่ำครั้งใหญ่ยุคเฮเซ"

ตารางต่อไปนี้เป็นตารางเปรียบเทียบปีคริสต์ศักราชกับรัชศกของญี่ปุ่น ถ้าคุณบอกได้ว่าปีเกิดของคุณตรงกับรัชศกปีอะไร อาจทำให้คุณญี่ปุ่นรู้สึกที่ได้อีกหนึ่ง ปีแรกของรัชศกจะเรียกว่า 元年

日本では、西暦も使われますが、役所の公的な文書などでは、元号という、日本独自の年号が使われることもあります。元号は、西暦 645 年から使われていて、2019 年からの元号である「令和」は、248 番目の元号になります。現在では、元号は新しい天皇の即位に合わせて新しくなります。元号は年を表すのに使うだけでなく、「昭和を代表する歌」「平成の大不況」のように、その時代を代表することばとして使われ、日本の生活の中に根付いています。

以下の表は、西暦と元号の対照表です。自分の生まれた年が、日本の元号では何年になるか言えたら、日本人を驚かすことができるでしょう。ちなみに元号では、はじめの年を「元年」と言います。



1926	しょうわがねん 昭和元年	1946	昭和 21 年	1966	昭和 41 年	1986	昭和 61 年	2005	平成 17 年
1927	昭和 2 年	1947	昭和 22 年	1967	昭和 42 年	1987	昭和 62 年	2006	平成 18 年
1928	昭和 3 年	1948	昭和 23 年	1968	昭和 43 年	1988	昭和 63 年	2007	平成 19 年
1929	昭和 4 年	1949	昭和 24 年	1969	昭和 44 年	1989	昭和 64 年	2008	平成 20 年
1930	昭和 5 年	1950	昭和 25 年	1970	昭和 45 年		へいせいがねん 平成元年	2009	平成 21 年
1931	昭和 6 年	1951	昭和 26 年	1971	昭和 46 年	1990	平成 2 年	2010	平成 22 年
1932	昭和 7 年	1952	昭和 27 年	1972	昭和 47 年	1991	平成 3 年	2011	平成 23 年
1933	昭和 8 年	1953	昭和 28 年	1973	昭和 48 年	1992	平成 4 年	2012	平成 24 年
1934	昭和 9 年	1954	昭和 29 年	1974	昭和 49 年	1993	平成 5 年	2013	平成 25 年
1935	昭和 10 年	1955	昭和 30 年	1975	昭和 50 年	1994	平成 6 年	2014	平成 26 年
1936	昭和 11 年	1956	昭和 31 年	1976	昭和 51 年	1995	平成 7 年	2015	平成 27 年
1937	昭和 12 年	1957	昭和 32 年	1977	昭和 52 年	1996	平成 8 年	2016	平成 28 年
1938	昭和 13 年	1958	昭和 33 年	1978	昭和 53 年	1997	平成 9 年	2017	平成 29 年
1939	昭和 14 年	1959	昭和 34 年	1979	昭和 54 年	1998	平成 10 年	2018	平成 30 年
1940	昭和 15 年	1960	昭和 35 年	1980	昭和 55 年	1999	平成 11 年	2019	平成 31 年
1941	昭和 16 年	1961	昭和 36 年	1981	昭和 56 年	2000	平成 12 年		れいわがねん 令和元年
1942	昭和 17 年	1962	昭和 37 年	1982	昭和 57 年	2001	平成 13 年	2020	令和 2 年
1943	昭和 18 年	1963	昭和 38 年	1983	昭和 58 年	2002	平成 14 年	2021	令和 3 年
1944	昭和 19 年	1964	昭和 39 年	1984	昭和 59 年	2003	平成 15 年	2022	令和 4 年
1945	昭和 20 年	1965	昭和 40 年	1985	昭和 60 年	2004	平成 16 年	2023	令和 5 年

日本の生活
TIPS

● 日本の主な都市 นครหลักๆ ของญี่ปุ่น

โตเกียวเป็นเมืองหลวงของญี่ปุ่น ประชากรใน 23 เขตในโตเกียวมีประมาณ 9 ล้าน 6 แสนคน (ณ ปี 2020) แน่นอนว่าเป็นเมืองที่มีประชากรมากที่สุดและความหนาแน่นของประชากรก็มากที่สุดเช่นกัน โตเกียวเป็นศูนย์กลางการเมืองและเศรษฐกิจของญี่ปุ่น

นอกจากนี้ในญี่ปุ่นมีมหานครที่มีประชากรมากและได้รับอำนาจปกครองในระดับจังหวัดมีอยู่หลายเมือง ซึ่งเรียกว่า 政令指定都市 (นครที่ได้รับการรับรองตามกฎหมาย) ณ ปี 2020 ญี่ปุ่นมีเมืองในลักษณะนี้ทั้งหมด 20 เมือง

แผนที่ต่อไปนี้แสดงเมืองที่เป็น 政令指定都市 และมีประชากรมากกว่า 1 ล้านคน ถ้าจดจำตำแหน่งที่ตั้งของเมืองใหญ่ๆ ของญี่ปุ่นได้จะเป็นประโยชน์

東京は日本の首都です。東京都区部(23区)の人口は約960万人(2020年現在)で、日本でいちばん人口が多い都市であるのはもちろん、人口密度も日本一です。東京は、日本の政治、経済の中心となっています。

また日本には、人口が多く、県のレベルの権限が与えられた大都市がいくつかあり、これを「政令指定都市」といいます。2020年現在、日本には政令指定都市が全部で20あります。

以下の地図は、政令指定都市のうち、人口が100万人以上の都市を表したものです。日本の代表的な都市の位置をだいたい覚えておくと、役に立つかもしれません。



● 年齢を聞く ការព្យាបាល

ในประเทศของคุณ การถามอายุคนอื่นเป็นเรื่องปกติธรรมดาหรือไม่ หรือเป็นการเสียมารยาท บางวัฒนธรรมมองว่าการถามอายุคนอื่นเป็นการเสียมารยาทอย่างมาก และไม่ควรถามอายุคนอื่นโดยเด็ดขาด โดยเฉพาะอายุของผู้หญิง ในขณะที่บางวัฒนธรรมก็เห็นว่าการถามอายุคนอื่น ไม่ว่าจะเป็นผู้หญิงหรือผู้ชายเป็นเรื่องปกติ

ในญี่ปุ่นคนที่เห็นว่าการถามอายุเป็นเรื่องเสียมารยาทก็มีอยู่ ในขณะเดียวกันก็มีคนที่ถามอายุคนอื่นโดยไม่รู้สึกรังเกียจหรือผิดปกติดังแต่อย่างใด เมื่อเทียบกับวัฒนธรรมที่ห้ามถามอายุคนอื่นแล้ว ระหว่างที่คุณอาศัยอยู่ในญี่ปุ่นอาจถูกถามอายุบ่อยครั้งกว่า เหตุผลก็เพราะอายุที่มากกว่าหรือน้อยกว่ามีความสำคัญในสังคมญี่ปุ่น เนื่องจากในภาษาญี่ปุ่นมีการใช้ภาษาที่แตกต่างกันเมื่อพูดกับคนที่อายุมากกว่า อายุต่ำกว่า หรืออายุเท่ากัน การถามอายุหรือไม่นั้นอาจแตกต่างกันตามท้องที่หรือวัยของผู้ถาม แต่อยากให้รู้วาระหว่างที่อยู่ในญี่ปุ่นอาจถูกถามอายุได้

เวลาถูกถามอายุแต่ไม่อยากบอกอายุจริง ก็อาจหลบเลี่ยงด้วยการตอบแบบติดตลกว่า 秘密です (เป็นความลับ) หรือずっと18歳です (อายุ 18 ตลอดกาล) เป็นต้น หรือถามกลับไประหว่าง 何歳に見えますか? (คิดว่าอายุเท่าไรละ)

เวลาที่ยากรู้อายุของคนอื่นทั้งที่คิดว่าการถามอายุตรงๆ เป็นการเสียมารยาท อาจจะถามปีนักษัตรแทนก็ได้ ปีนักษัตรเป็นแนวคิดที่มาจากจีน มีสัตว์ 12 ชนิดเป็นสัตว์ประจำแต่ละปี 何とし(生まれ)ですか? เป็นประโยคคำถามที่ใช้ถามว่า เกิดปีนักษัตรอะไร ปีของสัตว์ชนิดหนึ่งจะปรากฏเพียง 1 ครั้งในรอบ 12 ปีเท่านั้น จึงสามารถเดาจากปีนักษัตรได้ว่าคนผู้นั้นเกิดปีคริสต์ศักราชอะไร

ตารางต่อไปนี้เป็นตารางเทียบปีคริสต์ศักราชกับปีนักษัตร คนที่ไม่รู้ว่าตัวเองเกิดปีนักษัตรอะไรควรจะเทียบดูจากตารางและจำว่าตัวเองเกิดปีอะไร

みなさんの国では、ほかの人に年齢を聞くことは、普通でしょうか？ あるいは、失礼なことでしょうか？ 人に年齢を聞くなんて信じられない、特に女性に年齢を聞いてはいけない、のような文化がある一方で、女性にも男性にも、気軽に年齢を聞くのが一般的な文化もあるでしょう。

日本では、年齢をたずねることは失礼であるとする人もいる一方で、ごく普通に年齢をたずねる人もいます。年齢を聞くことがタブーだと考えられる文化圏に比べると、日本では年齢を聞かれる機会も多いかもしれません。この理由としては、年齢による「目上」か「目下」という区別が社会的にも意味を持っていることや、日本語では年上か年下か同年代かによって、ことばを使い分ける場合があることなどが考えられるでしょう。地方や年代などによって違いがありますが、日本では、ときどき年齢を聞かれることがある、ということは、意識しておくといいかもしれません。

年齢を聞かれたけれど、本当の年齢を答えたくないときは、「秘密です」とか「ずっと18歳です」などと冗談っぽく言ったり、「何歳に見えますか?」のように逆に質問したりして、ごまかす方法もあります。

直接的に年齢を聞くのは失礼だと思っているけれど、相手の年齢が知りたいときは、ときどき「干支(12支)」を聞くことがあります。干支は中国から来た概念で、12種類の動物を1年ごとに順番に割り振ったものです。「何とし(生まれ)ですか?」という質問が、干支を聞く質問です。同じ動物の年は12年に1度なので、生まれた干支を聞いて、そこから西暦何年に生まれたか、推測するという方法です。

以下は、西暦と干支の対照表です。自分の干支を知らない人は、自分が何とし生まれか、覚えておくといいいでしょう。

ね/ねずみ 子 หนู 1960 1972 1984 1996 2008 2020	うし/うし 丑 牛 1961 1973 1985 1997 2009 2021	とら/とら 寅 虎 1962 1974 1986 1998 2010 2022	う/うさぎ 卯 兔 1963 1975 1987 1999 2011 2023	たつ/たつ 辰 龍 1964 1976 1988 2000 2012 2024	み/へび 巳 蛇 1965 1977 1989 2001 2013 2025
い/いのしし 亥 猪 1971 1983 1995 2007 2019 2031	いぬ/いぬ 戌 狗 1970 1982 1994 2006 2018 2030	とり/とり 酉 鸡 1969 1981 1993 2005 2017 2029	さる/さる 申 猴 1968 1980 1992 2004 2016 2028	ひつじ/ひつじ 未 羊 1967 1979 1991 2003 2015 2027	うま/うま 午 馬 1966 1978 1990 2002 2014 2026

● 日本の海^{にほん うみ} ทะเลของญี่ปุ่น

ญี่ปุ่นเป็นประเทศเกาะ มีทะเลล้อมรอบ พอถึงฤดูร้อน ผู้คนจำนวนมากจะพากันไปเล่นน้ำทะเลกับเพื่อนฝูงหรือครอบครัว ในญี่ปุ่นยกเว้นเกาะโอกินาวา ฤดูที่เล่นน้ำทะเลได้จะอยู่ประมาณตั้งแต่เดือนกรกฎาคมถึงเดือนสิงหาคม ชายหาดที่เป็นที่เล่นน้ำทะเลจะมีที่อาบน้ำแบบฝักบัวและล็อกเกอร์แบบหยอดเหรียญไว้บริการให้ทุกคนได้มาเพลิดเพลินกับการเล่นน้ำทะเล จะมีสถานที่ที่เรียกว่า 海の家^{うみのいえ} (บ้านทะเล) เปิดบริการให้เป็นที่พักผ่อนและกินอาหารบริเวณชายหาด

โอกินาวาเป็นจังหวัดที่อยู่ใต้สุดของญี่ปุ่น อากาศอบอุ่นตลอดปี สามารถว่ายน้ำในทะเลได้ตั้งแต่ราวเดือนพฤษภาคมถึงเดือนตุลาคม น้ำทะเลสีฟ้ากับหาดทรายที่เกิดจากซากปะการังที่ถูกน้ำทะเลซัดสาดจนกลายเป็นเม็ดทรายสีขาวงดงามมาก และสามารถเล่นกีฬาทางน้ำได้ จึงเป็นรีสอร์ทชายหาดที่ได้รับความนิยมอย่างสูง

อีกทั้งอาหารทะเลสดเลิศก็เป็นหนึ่งในความเพลิดเพลินในการท่องเที่ยวญี่ปุ่น บริเวณใกล้ทะเลจะมีสะพานปลาและตลาดปลา จึงมีอาหารทะเลสดๆ ให้ลิ้มรส เวลาคุณไปเมืองใกล้ทะเล อยากให้ลองกินอาหารทะเลที่จับได้ในท้องถิ่นนั้นดู

日本は島国で、海に囲まれています。夏になると、友だちや家族と海水浴に出かける人も多くいます。日本では、沖縄をのぞくと、海で泳げるシーズンは、だいたい7月～8月ぐらいです。海水浴場にはコイン式のシャワーやロッカーが設置され、だれでも海水浴を楽しむことができます。「海の家」という、海岸で休憩や食事を提供する施設もオープンするので、そのような施設を使うこともできます。



ตลาดปลากับอาหารทะเล
(Hakodate ฮอกไกโด)
魚市場と海の幸 (北海道函館)



ชายหาดเล่นน้ำทะเล
(Shonan จังหวัด Kanagawa)
海水浴場 (神奈川県湘南)



ทะเลโอกินาวา
(เกาะ Hateruma)
沖縄の海 (波照間島)

沖縄は、日本のいちばん南にある県で、一年中暖かく、だいたい5月ごろから10月ごろまで海で泳ぐことができます。青い海と白い珊瑚の砂浜が美しく、マリンスポーツもできるので、ビーチリゾートとして人気があります。

また、「海の幸」も日本の旅行の楽しみの1つです。海の近くには、漁港や魚市場があり、新鮮な魚介類を食べることができます。海に近い町に行ったときには、ぜひ、その土地でとれた海の幸を食べてみてください。

日本の生活
TIPS

● 日本の食べ物 (刺身と寿司 / 天ぷら / うどんとそば / カレー)

อาหารญี่ปุ่น (ซาซิมิกับซูชิ / เทมปุระ / อุด้งกับโซบะ / แกงกะหรี่)

▶ 刺身と寿司 ซาซิมิกับซูชิ

ซาซิมิ คือ อาหารที่นำปลาดิบสดๆ มาแลเป็นชิ้นบางๆ จิ้มโชยุกิน เป็นอาหารญี่ปุ่นที่เป็นที่รู้จักแพร่หลายชนิดหนึ่ง ไม่เพียงแค่นำชิ้นเนื้อที่แลแล้วมาวางเท่านั้น แต่จะต้องจัดวางอย่างประณีตให้ดูงดงามด้วย จะมีผักต่างๆ ชนิดวางรองใต้ชิ้นปลาซาซิมิ เช่น หัวผักกาดหั่นฝอย สาหร่าย ใบชิโสะ (ผักตระกูลเดียวกับสะระแหน่) ผักเหล่านี้เรียกว่า 刺身のつま (ผักเคียงซาซิมิ) สามารถกินได้ หรือจะปล่อยทิ้งไว้ในจานโดยไม่กินก็ได้

ซูชิ เป็นอาหารที่นำซาซิมิมาวางบนข้าวที่คลุกน้ำส้มสายชู ในปัจจุบันแพร่หลายไปทั่วโลก มีหลายชนิด เช่น นิกิริซูชิ (ซูชิที่ปั้นเป็นก้อนพอดีคำ มีเนื้อปลาวางข้างบน) มัคคุริซูชิ (ข้าวปั้นห่อสาหร่าย) ちらし寿司 (ข้าวหน้าปลาดิบ) และ 押し寿司 (ข้าวซูชิและปลาดิบวางเรียงในกล่องแล้วอัดให้แน่นเป็นรูปแท่งสี่เหลี่ยม) ถ้าไปกินที่ร้านซูชิชั้นดี ราคาจะแพงมาก แต่ร้านที่ราคาเยอลงมาก็มีมาก เช่น ร้าน 回転寿司 เป็นร้านที่ใช้สายพานส่งอาหารมายังลูกค้า จะได้กินซูชิในราคาที่ถูกลงกว่า นอกจากนี้ร้านขายซูชิแบบส่งกลับบ้าน ซูเปอร์มาร์เก็ตหรือร้านสะดวกซื้อก็มีซูชิราคาเยอขาย



Sashimi 刺身



Nigiri-zushi にぎり寿司



Kaiten-zushi 回転寿司

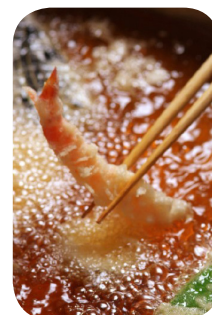
刺身は、新鮮な生の魚を薄く切って、しょうゆなどをつけてそのまま食べる料理で、代表的な日本料理の1つです。魚の切り身をただ並べるだけではなく、見た目が美しく見えるように、きれいに盛り付けるのも特徴です。刺身の下には細く切った大根や海藻、シソなどが置かれ、これらを「刺身のつま」といいます。刺身のつまは食べることもできますし、食べないで残してもいいです。

寿司は、刺身を酢飯といっしょに食べる料理で、現在では世界中に広がっています。「にぎり寿司」「巻き寿司」「ちらし寿司」「押し寿司」など、いくつか種類があります。本格的な寿司屋に行くと非常に高い料金になることもあります、値段を抑えた店も多くあります。「回転寿司」という、寿司がベルトコンベアで運ばれてくるシステムの店は、比較的安い値段で寿司が食べられます。また、テイクアウトの寿司チェーン店や、スーパー、コンビニなどでも、気軽に買うことができます。

▶ 天ぷら เทมปุระ



เทมปุระ เป็นอาหารที่นำอาหารทะเล เช่น กุ้ง ปลา ผัก เช่น ฟักทอง มะเขือม่วง มาชุบแป้งสาลีแล้วนำมาทอด เป็นอาหารญี่ปุ่นที่มีมาแต่ดั้งเดิม ว่ากันว่า "เทมปุระ" มาจากภาษาโปรตุเกสคำว่า tempero (เครื่องปรุง) เวลา กินเทมปุระจะจิ้มโชยุหรือไม่ก็โรยเกลือ มีทั้งวางเทมปุระบนข้าว เส้นโซบะ หรืออุด้ง



天ぷらは、エビや魚などの魚介類や、カボチャ、ナスなどの野菜に、小麦粉などから作った衣をつけ、油で揚げた料理です。伝統的な日本料理ですが、「天ぷら」の語源はポルトガル語の「tempero(調味料)」に由来すると言われています。天ぷらは、つゆにつけて、または塩をかけて食べます。ご飯の上にのせたり、そばやうどんの上にのせたりする食べ方もあります。

▶ うどんとそば おどろきとそば

うどんとそばは 日本食の代表的な食べ物で、うどんは小麦粉から作った太い麺をゆでて作ります。そばは、そば粉から麺を作ります。うどんもそばも、温かいゆでに入れて食べる食べ方と、ゆであと水で冷やした麺を皿に盛り、濃い目のつゆにつけて食べる食べ方があります。

うどん、そばは、一方だけを扱う専門的な店もありますが、多くのそば屋では、うどんとそばの両方がメニューにあり、選ぶことができます。電車の駅にはたいてい、うどんとそばの店があり、安く、しかも短い時間で提供されるので、急いでいるときなどに便利です。

日本ではうどんやそばなどの麺類は、「ズルズル」と音を立てて食べます。これはこのほうが香りを楽しめるという理由や、「おいしい」とことばで言う代わりに音で伝えるという意味があります。自分でも音を立ててうどんやそばが食べられるよう、練習してみるといいでしょう。

うどん、そばのメニューには、以下のようなものがあります。

◆ かけうどん／かけそば
うどんとそばの両方がメニューにあり、選ぶことができます。電車の駅にはたいてい、うどんとそばの店があり、安く、しかも短い時間で提供されるので、急いでいるときなどに便利です。

◆ ざるうどん／ざるそば
ざる 日本ではうどんやそばなどの麺類は、「ズルズル」と音を立てて食べます。これはこのほうが香りを楽しめるという理由や、「おいしい」とことばで言う代わりに音で伝えるという意味があります。自分でも音を立ててうどんやそばが食べられるよう、練習してみるといいでしょう。

◆ かけうどん／かけそば
うどんとそばの両方がメニューにあり、選ぶことができます。電車の駅にはたいてい、うどんとそばの店があり、安く、しかも短い時間で提供されるので、急いでいるときなどに便利です。

◆ ざるうどん／ざるそば
ざる 日本ではうどんやそばなどの麺類は、「ズルズル」と音を立てて食べます。これはこのほうが香りを楽しめるという理由や、「おいしい」とことばで言う代わりに音で伝えるという意味があります。自分でも音を立ててうどんやそばが食べられるよう、練習してみるといいでしょう。

◆ かけうどん／かけそば

うどんとそばの両方がメニューにあり、選ぶことができます。

具が入っていない、温かいゆでに入ったうどん・そば。

◆ ざるうどん／ざるそば

ざる 日本ではうどんやそばなどの麺類は、「ズルズル」と音を立てて食べます。これはこのほうが香りを楽しめるという理由や、「おいしい」とことばで言う代わりに音で伝えるという意味があります。自分でも音を立ててうどんやそばが食べられるよう、練習してみるといいでしょう。

ざるは竹で編んで作った器。水で冷やし、冷たくした麺をざるに盛り、つゆをつけて食べる。

◆ きつねうどん／きつねそば

きつね 日本ではうどんやそばなどの麺類は、「ズルズル」と音を立てて食べます。これはこのほうが香りを楽しめるという理由や、「おいしい」とことばで言う代わりに音で伝えるという意味があります。自分でも音を立ててうどんやそばが食べられるよう、練習してみるといいでしょう。

きつねは“fox”の意味。油揚げをのせたもの。関西では、うどんは「きつね」、そばは「たぬき」と言う。

◆ 月見うどん／月見そば

月見 日本ではうどんやそばなどの麺類は、「ズルズル」と音を立てて食べます。これはこのほうが香りを楽しめるという理由や、「おいしい」とことばで言う代わりに音で伝えるという意味があります。自分でも音を立ててうどんやそばが食べられるよう、練習してみるといいでしょう。

月見は“moon viewing”の意味。生卵をのせたもの。

◆ 天ぷらうどん／天ぷらそば

天ぷら 日本ではうどんやそばなどの麺類は、「ズルズル」と音を立てて食べます。これはこのほうが香りを楽しめるという理由や、「おいしい」とことばで言う代わりに音で伝えるという意味があります。自分でも音を立ててうどんやそばが食べられるよう、練習してみるといいでしょう。

エビなどの天ぷらをのせたもの。



Kitsune-udon きつねうどん



Tsukimi-soba 月見そば



Zaru-soba ざるそば

▶カレー แกงกะหรี่ญี่ปุ่น



カレー เป็นอาหารอินเดีย ที่นำเข้ามาในญี่ปุ่นในสมัยเมจิ (1868-1912) โดยผ่านมาทางอังกฤษ จากนั้นมีการประยุกต์เป็นรสชาติแบบญี่ปุ่น カレーญี่ปุ่นแตกต่างจากแกงอินเดียและแกงไทย มีเอกลักษณ์คือใช้แป้งสาลี ทำให้น้ำแกงมีความข้นเหนียว นำมาราดบนข้าว เรียกว่า カレーライス (ข้าวราดแกง)

โดยเฉลี่ยแล้วคนญี่ปุ่นจะกินカレー มากกว่าสัปดาห์ละครั้ง จะมีカレーขายในร้านอาหารส่วนใหญ่ เช่น ในร้านขายอาหารชุด ร้านโชบะ ร้านข้าวหน้าเนื้อ เวลาไปกินบุฟเฟ่ต์ในญี่ปุ่นมักจะมีเมนูカレー อยู่ด้วยカレー

เป็นเมนูอาหารที่ได้รับความนิยมมาก เรียกได้ว่าเป็นอาหารประจำชาติญี่ปุ่นก็ว่าได้

ถ้าใช้ カレールー (ก้อนทำแกงกะหรี่) ที่วางขายในท้องตลาดจะสามารถทำอาหารชนิดนี้ได้ง่าย ๆ จึงอยากแนะนำให้ลองทำดูสักครั้ง และยังมีอาหารสำเร็จรูปที่ทำกินได้ง่าย ๆ เพียงนำถุงอาหารนั้นมาแช่ในน้ำร้อนเท่านั้น อาหารเหล่านี้มีวางขายอีกมากมาย ถ้าซื้ออาหารประเภทนี้เก็บไว้ จะสะดวกมากเวลาที่ต้องการทำอาหารแบบลดขั้นตอนและประหยัดเวลา

カレーは、インドの料理が、イギリスを経由して明治時代 (1868-1912) に日本に入り、そのあと日本でオリジナルのスタイルになった料理です。日本のカレーは、インドやタイのカレーとは違い、小麦粉を使い、とろみがついているのが特徴です。ご飯にかけて、「カレーライス」として食べます。

日本人は平均して週に1度以上カレーを食べると言われています。定食屋、そば屋、牛丼屋など、たいていの飲食店ではカレーを食べることができます。日本でビュッフェスタイルの食事をすると、たいていメニューにカレーがあります。このように、カレーは日本では非常に人気があり、日本の「国民食」とも言われています。

市販のカレールーを使うと簡単に作ることができるので、自分で作ってみるのもいいでしょう。また、袋のままお湯に入ればできあがるレトルト食品もたくさん売られていますので、買っておくと、手をかけずに食事を作りたいときなどに便利です。

どんぶりもの

●丼物 อาหารประเภทข้าวราดหน้าต่างๆ

อาหารที่ใส่ข้าวในชามมีเครื่องต่างๆ โปะอยู่ด้านบนเรียกว่า ^{どんぶりもの}丼物 อาหารประเภทนี้จะเรียกชื่อโดยการเติม ^{どん}丼 หลังเครื่องที่ใส่ เช่น ^{ぎゅうどん}牛丼 (ข้าวหน้าเนื้อ) ^{かつどん}カツ丼 (ข้าวหน้าหมูชุบแป้งทอด) นอกจากข้าวหน้าเนื้อที่ปรากฏในดวงบทแล้ว ยังมีข้าวราดหน้าอีกหลายชนิดที่เรียกชื่อแตกต่างกันตามเครื่องที่วางโปะด้านบน

丼にご飯を入れ、その上に具材をのせた料理を丼物といいます。丼物は、「牛丼」「カツ丼」のように、うしろに「～丼」がついた品名で呼ばれます。本文に登場した牛丼以外にも、上に何をのせるかによって、さまざまな種類の「～丼」があります。

▶^{ぎゅうどん}牛丼 ข้าวหน้าเนื้อ

ข้าวราดหน้า คือ อาหารที่ทำโดย ผัดเนื้อวัวแล้วเป็นชิ้นบาง ๆ กับหอมหัวใหญ่ ปูรสด้วยซอสเค็มและหวาน นำมาวางบนข้าวที่ใส่อยู่ในชาม บางร้านจะประดับหน้าด้วยซิงดองสีแดง ที่ญี่ปุ่นมีร้านเชนที่ขายข้าวหน้าเนื้อหลายแห่ง เช่น 吉野家, 松屋, すき家 ที่ขายข้าวหน้าเนื้อในราคาที่ย่อมเยา ทำให้ได้รับความนิยมเพราะกินได้ในราคาย่อมเยา



薄く切った牛肉とたまねぎを炒め、甘辛いつゆで味をつけ、ご飯にのせた丼です。紅ショウガをのせることもあります。日本には「吉野家」「松屋」「すき家」など、牛丼のチェーン店がいくつかあり、安い値段で牛丼を食べることができるので、気軽な食事として人気があります。

▶カツ丼 ^{どん} ข้าวหน้าหมูชุบแป้งทอด

วิธีทำคือ ต้มหมูทอดทงคัตสึกับหอมหัวใหญ่ในน้ำซอส ตอกไข่ลงไป นำมาวางบนข้าว นอกจากร้านหมูทอดทงคัตสึแล้วยังหากินได้ตามร้านต่างๆ เช่น ร้านขายอาหารชุด ร้านโซบะ ฯลฯ

豚カツをタマネギといっしょにつゆで煮込み、卵でとじたものをご飯にのせます。豚カツのほか、定食屋やそば屋などでもメニューにあります。

▶親子丼 ^{おやこどん} ข้าวหน้าไก่กับไข่

อาหารชนิดนี้ก็เป็นเมนูทั่วไปของร้านอาหารต่างๆ เช่น ร้านอาหารชุด ร้านโซบะ บางครั้งก็มีขายในร้านยากิโทริ (ไก่เสียบไม้ปิ้ง) ด้วย เป็นอาหารประเภทข้าวราดหน้าที่ได้อยู่ในซาม ทำโดยนำเนื้อไก่กับต้นหอมญี่ปุ่นหรือหอมหัวใหญ่ไปต้มในน้ำซอส ใส่ไข่แล้วนำมาวางบนข้าว เนื่องจากใส่เนื้อไก่กับไข่ จึงตั้งชื่อว่า 親子 (พ่อแม่อลู) บางร้านมีเมนูที่ใช้เนื้อหมูหรือเนื้อวัวแทนเนื้อไก่ เรียกว่า 他人丼 (ข้าวก่อนคนอื่นที่ไม่ใช่พ่อแม่อลู)

これも、定食屋やそば屋で一般的なメニューです。焼き鳥の店で出されることもあります。鶏肉をネギ、またはタマネギといっしょにつゆで煮込み、卵でとじたものをご飯にのせた丼です。鶏肉と卵を使うことから、「親子」という名前がついています。鶏肉の代わりに豚肉や牛肉を使った「他人丼」をメニューに載せている店もあります。

▶海鮮丼 ^{かいせんどん} ข้าวหน้าทะเล

เป็นเมนูที่มีชาวซิมิหลากหลายชนิดวางอยู่บนข้าว บางครั้งก็ใช้ชื่อต่างๆ ตามเครื่องที่วางบนข้าว เช่น まぐろ丼 (ข้าวหน้าปลาทูน่า) 鮭イクラ丼 (ข้าวหน้าปลาและไข่แซลมอน)

いろいろな刺身をご飯の上にのせて作る丼です。刺身の種類によって、「まぐろ丼」「鮭イクラ丼」等の名前がつくこともあります。

▶鰻丼 ^{うなどん} ข้าวหน้าปลาไหล

นำเนื้อปลาไหลแลเป็นชิ้นยาวมาอย่างแล้วทาซอส วางบนข้าว ถ้าเป็นชนิดราคาแพงจะใส่ในกล่องไม้ลังก์แทนซามข้าว เรียกชื่ออาหารนี้ว่า 鰻重 บางครั้งมีการจัดอันดับตามขนาดของชิ้นปลาไหลเป็น 松 (สน) 竹 (ไผ่) 梅 (เหมย) จากบนลงล่างคือ 松>竹>梅 โดย 松 เป็นอันดับสูงสุด (แต่อาจแตกต่างกันไปแล้วแต่ร้าน) ถ้ากินปลาไหลในร้านขายปลาไหลโดยเฉพาะจะราคาแพง แต่ถ้ากินในร้านอื่นๆ เช่น ร้านข้าวหน้าเนื้อ จะได้ราคาถูกกว่า

ที่ญี่ปุ่นมีประเพณีการกินปลาไหลใน 土用の丑の日 (วันฉลูในฤดูร้อน ในวันนี้จะมีคนจำนวนมากกิน 鰻丼 (ข้าวหน้าปลาไหลเสิร์ฟในซาม) หรือ 鰻重 (ข้าวหน้าปลาไหลเสิร์ฟในกล่องไม้)

鰻の蒲焼きをご飯にのせて食べます。高級なものは、丼の代わりに重箱を使い、「鰻重」という名前になります。鰻の大きさなどによって「松」「竹」「梅」というランクがつけられていることもあります。この場合、一般的には松>竹>梅の順位で、松がいちばんランクが高いのが普通です (ただし、店によって異なる場合もあります)。鰻は専門店で食べるとかなり高い料理ですが、牛丼のチェーン店などで比較的安く食べることもできます。

日本では夏の「土用の丑の日」に鰻を食べる習慣があり、この日にはたくさんの人が鰻丼や鰻重を食べます。

● 外国人の苦手な日本の食べ物 食物が嫌いな外国人の日本料理

มีอาหารใดในประเทศของคุณที่ชาวต่างชาติไม่ชอบบ้างไหม 納豆 (ถั่วหมัก) 梅干し (บ๊วยดอง) ที่ปรากฏในดัวบท หรือ 塩辛 (อาหารทะเลหมักเกลือ) ที่เป็นรายการอาหารในร้านเหล้าแบบญี่ปุ่น เป็นอาหารญี่ปุ่นที่มักได้ยินคนต่างชาติบอกว่า "กินไม่ได้" บ้าง "ไม่ชอบ" บ้าง แน่นอนว่าความชอบของแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน ของที่กินได้หรือกินไม่ได้ก็ย่อมแตกต่างกันไป ถ้ามีโอกาสควรลองกินดูสักครั้ง

みなさんの国の食べ物の中には、外国人から苦手だと言われる食べ物がありますか？ 本文に登場した「納豆」と「梅干し」、居酒屋メニューにあった「塩辛」は、外国人から「食べられない」「苦手」という声がよく聞かれる日本の食べ物です。もちろん好みは人それぞれですし、食べられるものも食べられないものも人によってさまざまです。機会があれば、試してみてください。

▶ 納豆 นัตโตะหรือถั่วหมัก

นัตโตะ เป็นอาหารที่ทำจากการนำถั่วเหลืองมาหมัก มีกลิ่นเฉพาะตัว มีเมือกเหนียว เป็นสาย เป็นเมนูที่คนญี่ปุ่นมักกินเป็นอาหารเช้า แต่แม้ในหมู่คนญี่ปุ่นเองก็มีคนจำนวนมากที่ไม่ชอบกินนัตโตะ โดยเฉพาะเมื่อเทียบกับคนในแถบคันโตแล้ว คนคันไซจะไม่ค่อยกินนัตโตะสักเท่าไร เป็นที่รับรู้กันว่า นัตโตะเป็นอาหารญี่ปุ่นที่คนต่างชาติไม่ชื่นชอบ ดังนั้นถ้ามีชาวต่างชาติคนไหนบอกว่า "ชอบนัตโตะ" คงมีคนญี่ปุ่นที่รู้สึกชื่นชมหรือทึ่งทีเดียว

納豆は大豆を発酵させて作った食品で、独特のにおいと、糸を引く粘りがあります。日本の朝食のメニューとして一般的な食品ですが、日本人でも、納豆が苦手な人は多いです。特に、関西の人は、関東の人と比べると、あまり納豆を食べません。「外国人が苦手な日本の食べ物」の典型として考えられているので、外国人が「納豆が好き」というと、感心したり驚いたりする日本人もいるでしょう。



▶ 梅干し บ๊วยดอง



บ๊วยดอง เป็นอาหารที่ทำโดยนำเม็ดบ๊วยไปดองเกลือ ลักษณะเด่นคือรสเปรี้ยวจัด ใสในอาหารต่าง ๆ เช่น ในข้าวปั้น ข้าวกล่อง ข้าวราดน้ำชาโอชะสึเกะ ได้รับความนิยมว่าเป็นอาหารสุขภาพ แต่เนื่องจากรสเปรี้ยวจัดทำให้บางคนไม่ชอบ

梅干しは梅の実を塩漬けにして作った食品で、非常に酸っぱいのが特徴です。おにぎり、お弁当、お茶漬けなどに使われ、健康食品としても人気がありますが、その酸っぱさのため、苦手という人もいます。

▶ 塩辛 อาหารทะเลหมักเกลือ

塩辛 ทำจากนำอาหารทะเล เช่น หมึกมาต้มน้ำกับเครื่องในแล้วนำไปหมักเกลือ ใช้กินกับข้าว หรือแก้มเหล้า คนต่างชาติที่ไม่ชอบอาหารนี้มีความเห็นต่าง ๆ เช่น "รสเค็มเกินไป" บ้าง "หน้าตาดูน่าเกลียด" บ้าง "แค่บอกว่าใส่เครื่องในก็กินไม่ลงแล้ว" บ้าง

塩辛は、イカなど魚介類の身を内臓と合わせて刻み、塩漬けにして発酵させて作ります。ご飯にのせて食べたり、お酒のつまみとして食べたりします。塩辛が嫌いな外国人からは、「味がしょっぱすぎる」「見た目が気持ち悪い」「内臓というだけで無理」などの感想が聞かれます。



にほんしゅ

● 日本酒 梅酒



梅酒は、梅酒から作られます。日本各地に酒蔵があり、日本全国でさまざまな銘柄の日本酒が造られています。アルコールの度数はだいたい14～16%ぐらいです。日本語で「お酒」というときは、この日本酒のことを指す場合と、アルコール飲料全体を指す場合があります。

梅酒は、梅酒から作られます。日本各地に酒蔵があり、日本全国でさまざまな銘柄の日本酒が造られています。アルコールの度数はだいたい14～16%ぐらいです。日本語で「お酒」というときは、この日本酒のことを指す場合と、アルコール飲料全体を指す場合があります。

梅酒は、梅酒から作られます。日本各地に酒蔵があり、日本全国でさまざまな銘柄の日本酒が造られています。アルコールの度数はだいたい14～16%ぐらいです。日本語で「お酒」というときは、この日本酒のことを指す場合と、アルコール飲料全体を指す場合があります。

梅酒は、梅酒から作られます。日本各地に酒蔵があり、日本全国でさまざまな銘柄の日本酒が造られています。アルコールの度数はだいたい14～16%ぐらいです。日本語で「お酒」というときは、この日本酒のことを指す場合と、アルコール飲料全体を指す場合があります。

日本酒は米から作られます。日本各地に酒蔵があり、日本全国でさまざまな銘柄の日本酒が造られています。アルコールの度数はだいたい14～16%ぐらいです。日本語で「お酒」というときは、この日本酒のことを指す場合と、アルコール飲料全体を指す場合があります。

人工的なアルコールを使わないで、米と米麹と水だけから作った日本酒を「純米酒」といいます。また原料の米を削り、米の芯の部分を使って作った日本酒を「吟醸酒」といいます。純米酒は、まろやかな味わい、吟醸酒はフルーティーな香りが特徴です。

日本酒の味は「甘口」「辛口」に分けられます。米の成分が多く残った日本酒が「甘口」、アルコールの比率が高くさらとした日本酒が「辛口」です。また飲み方は、冷やして飲むのが「冷酒」、温めて飲むのが「熱燗」です。

日本酒はコンビニでも売られていますし、居酒屋でも飲むことができます。最近では、日本全国の日本酒を集めた「日本酒バー」も各地にできています。

日本酒はコンビニでも売られていますし、居酒屋でも飲むことができます。最近では、日本全国の日本酒を集めた「日本酒バー」も各地にできています。

にほん ちようしよく

● 日本の朝食 อาหารเช้าของญี่ปุ่น

อาหารเช้าแบบดั้งเดิมของญี่ปุ่นประกอบด้วย ข้าวกับซูชิมีไข่ ปลาอย่าง ไข่ สาหร่าย นัตโตะ ผักดอง เป็นต้น แต่ในปัจจุบันคนที่กินอาหารเหล่านี้เป็นอาหารเช้ามีน้อยลง ในทางตรงกันข้าม มีคนกินอาหารเช้าแบบฝรั่ง เช่น ขนมปังกับไข่ เพิ่มมากขึ้น คนที่กินอาหารเช้าแบบง่าย ๆ ก็มีมาก มีทั้งคนที่กินอาหารง่าย ๆ เช่น ซีเรียล โยเกิร์ต และคนที่ซื้อแซนด์วิชในร้านสะดวกซื้อกินเป็นอาหารเช้าก็มี

ซูชิมีไข่ เป็นซูชิที่ทำการด้วยการต้มน้ำสต็อก ละเอียดมีไข่ในซูชิ ใส่เครื่องต่าง ๆ เช่น เต้าหู้ สาหร่ายวาคาเมะ หัวผักกาด เวลากินจะไม่ใช้ช้อน แต่จะยกถ้วยมาใกล้ปากแล้วชด ถ้ามีไข่ตกตะกอนจะใช้ตะเกียบคนเบา ๆ แล้วค่อยชด



เมนูอาหารเช้าบางทีก็มีไข่ดิบด้วย ดูเหมือนว่าประเทศที่กินไข่ดิบจะมีไม่มากนัก สำหรับคนต่างชาติอาจคิดว่า "จีนกินไข่ไปคงต้องไปโรงพยาบาลแน่" แต่ไข่ในญี่ปุ่นมีการล้างทำความสะอาด ฆ่าเชื้อโรคเรียบร้อยแล้ว เนื่องจากเพื่อให้คนกินดิบ ๆ ได้ ดังนั้น ถ้าไม่ไข่ที่เก่าแล้ว ก็กินดิบได้อย่างปลอดภัย เวลากินไข่ดิบมักจะใสโซยุ (หรือน้ำสต็อก) ในไข่ดิบแล้วตีให้เข้ากัน จากนั้นราดบนข้าว ทำเป็น ไข่ดิบราดข้าว (ไข่ดิบราดข้าว) ไข่ดิบราดข้าวนี้ไม่ได้กินเป็นอาหารเช้าอย่างเดียวเท่านั้น กินหลังดื่มเหล้าก็มี ในเมนูในร้านเหล้าแบบญี่ปุ่นจะเขียนว่า TKG



典型的な日本の朝食は、ご飯と味噌汁、焼き魚、卵、のり、納豆、漬け物などです。しかし、今ではこのような朝食を毎日食べる人は、少なくなりました。逆に、パンと卵などの西洋風の朝食を食べる人が増えています。朝食を簡単に済ませる人も多く、シリアル、ヨーグルトなどで済ます人や、コンビニでサンドイッチを買って朝食にする人などもあります。朝食を食べない人もいます。

味噌汁は、だしをとり、味噌を溶かしたスープです。豆腐、わかめ、大根などの具を入れます。飲むときはスプーンを使わないで、お椀を手にとって、口の近くに持って行って飲みます。味噌が沈んでいる場合は、箸で軽くかき混ぜてから飲みます。

朝食には、生卵を食べることもよくあります。世界で、卵を生のまま食べる国は、あまり多くないようです。外国の人にとっては、「食べたら病気になりそう」というイメージが先行する場合があります。しかし、日本の卵は生で食べることを前提として洗浄、殺菌が行われているので、古い卵でなければ生で食べても安全です。生卵は、しょうゆ（または出し汁）と混ぜ、ご飯にかけた「卵かけご飯」にして食べることが多いです。「卵かけご飯」は、朝食だけではなく、お酒を飲んだあとに食べることもあります。居酒屋のメニューなどでは「TKG」と書かれることもあります。

日本の生活
TIPS● 日本のハンバーガー店 ^{にほん} ^{てん} ร้านแฮมเบอร์เกอร์ในญี่ปุ่น

ในญี่ปุ่นแฮมเบอร์เกอร์เป็นอาหารที่ได้รับความนิยมเช่นกัน ไม่เพียงแต่ร้านจากต่างประเทศ อย่าง McDonald's หรือ Burger King เท่านั้น ยังมีร้านที่เป็นของญี่ปุ่นเอง เช่น MOS Burger และ Fressness Burger อีกด้วย

นอกจากเมนูคลาสสิก เช่น cheeseburger หรือ fishburger แล้ว ร้านแฮมเบอร์เกอร์ในญี่ปุ่นยังมีเมนูที่เป็นเอกลักษณ์ของญี่ปุ่น เช่น ^{てりやき}เบอร์เกอร์ (เทรียกิเบอร์เกอร์) ^{つきみ}เบอร์เกอร์ (เบอร์เกอร์โปะหน้าด้วยไข่) ^{チキン} Tatsuta (ไก่ทอดสไตล์ญี่ปุ่น) ^{ライス}เบอร์เกอร์ (เบอร์เกอร์ข้าว) ส่วนร้านแฮมเบอร์เกอร์ในโอกินาวาก็มีเมนู

เบอร์เกอร์ข้าว
ライスเบอร์เกอร์

เอกลักษณ์ของท้องถิ่น อย่างเช่น ^{ゴーヤ}เบอร์เกอร์ (เบอร์เกอร์มะระ) การค้นพบแฮมเบอร์เกอร์ชนิดที่เป็นเอกลักษณ์ของญี่ปุ่นตามร้านแฮมเบอร์เกอร์ก็น่าจะสนุกดี

日本でも、ハンバーガーはポピュラーな食べ物です。マクドナルドやバーガーキングなど、外国からのチェーン店だけでなく、モスバーガーやフレッシュネスバーガーのような、日本独自のチェーン店もあります。

日本のハンバーガー店では、チーズバーガーやフィッシュバーガーなどの定番メニューに加えて、「てりやきバーガー」「つきみバーガー」「チキン Tatsuta」「ライスバーガー」など日本独自のメニューを提供しています。沖縄のハンバーガー店では、「ゴーヤバーガー」のような地域独自のメニューもあります。日本のハンバーガー店で、日本独自の味を見つけてみるのもおもしろいでしょう。

● ^{しょってん} 食券 คุปองอาหาร

ในวัฒนธรรมที่ชนบทตอนเลือกรายการอาหารที่หน้าเครื่องขายคุปองซื้ออาหาร โรงอาหารในบริษัทหรือร้านอาหารในญี่ปุ่นมีการนำระบบคุปองอาหารมาใช้กันมาก เป็นระบบที่ต้องซื้อคุปองอาหารที่เครื่องขายคุปองก่อนสั่งอาหาร โดยมีขั้นตอนการใช้งานดังต่อไปนี้

本文には、食券の券売機の前でメニューを選ぶ会話がありました。日本の社員食堂や飲食店には、食券のシステムを採用しているところが多くあります。食券は、はじめに注文したい食べ物のチケットを自動券売機で買うシステムです。食券の利用手順は、以下のようになります。

1. ไปที่เครื่องขายคุปองอาหารอัตโนมัติที่ตั้งอยู่นอกร้านหรือข้างในร้านบริเวณทางเข้าร้าน

店の外、または、店に入つてすぐのところにある、食券の自動券売機に行きます。

2. หยอดเงินในเครื่องแล้วกดปุ่มรายการอาหารที่ต้องการ แล้วรับคุปอง ซึ่งระบุชื่ออาหารและมูลค่า

券売機にお金を入れて、ほしいメニューのボタンを押します。出てきた食券を取ります。

3. เมื่อกดปุ่ม おつり (เงินทอน) (อาจเป็นแบบคันโยกแทนปุ่ม) เงินทอนก็จะไหลออกมาจากเครื่อง

「おつり」ボタンを押すと（レバー式の場合もあります）、おつりが返ってきます。

หลังจากซื้อคุปองอาหารแล้ว มี 2 วิธี แล้วแต่ร้าน

食券を買ったあとは、2つの方法があります。店によって違います。



4. ยื่นคูปองอาหารที่เคาน์เตอร์

カウンターに食券を出します。

5. รับอาหารที่เคาน์เตอร์แล้วนำไปกินที่ที่นั่ง

カウンターで商品を受け取ってから、席に座って食べます。

หรือ

または、

4. นั่งรอที่ที่นั่ง พนักงานจะเดินมาหา ให้ยื่นคูปองอาหารให้แก่พนักงาน

席に座ります。店員が来るので、店員に食券を渡します。

5. พนักงานจะนำอาหารมาเสิร์ฟให้กินถึงโต๊ะ

店員が商品を運んでくるので、受け取って食べます。

เครื่องขายคูปองบางเครื่องใช้ธนบัตรใบละ 1 หมื่นเยน หรือ 5 พันเยนไม่ได้ ในกรณีนั้น ให้แลกเงินกับพนักงานในร้าน
ระยะหลังนี้มีเครื่องขายคูปองแบบชำระเงินทางอิเล็กทรอนิกส์ได้เพิ่มขึ้น

券売機によっては 1 万円札や 5 千円札が使えないこともあり、そのときは店の人に言って、お札をくずしてもらいます。最近では電子決済が利用できる自動券売機も増えています。

● いざかや 居酒屋 ร้านเหล้าแบบญี่ปุ่น



居酒屋 เดิมเป็นร้านสำหรับดื่มเหล้า แต่มีอาหารหลากหลายให้เลือกรับได้ เช่น อาหารประเภทเนื้อสัตว์ ปลา ผัก ราคาไม่แพงนัก จึงสามารถใช้เป็นที่กินอาหารได้ด้วย ระยะหลังนี้คนมาใช้บริการกันเป็นครอบครัวเพิ่มมากขึ้น

ระยะหลังนี้ ร้านที่สั่งอาหารโดยใช้ระบบ touch screen ก็มี ขั้นตอนในการใช้บริการ 居酒屋 มีดังนี้

居酒屋は、もともとはお酒を飲むための店です。しかし、メニューが豊富で、肉、魚、野菜などの料理がいろいろあって自由にメニューが選べ、値段もあまり高くないので、食事にも気軽に利用することができます。最近では、家族で利用する人も増えています。

居酒屋は、だいたい次のような手順で利用します。最近では、タッチスクリーンを使って注文するチェーン店もあります。

1. บอกจำนวนคนที่ทางเข้าร้าน พนักงานจะพาไปยังที่นั่ง

入り口で人数を言います。店員が席を案内してくれるので、そこに座ります。

2. เมื่อพนักงานนำผ้าร้อนหรือผ้าเย็นและอาหารเรียกน้ำย่อยมาให้แล้ว จึงเริ่มสั่งอาหาร คนที่ดื่มเหล้าไม่ได้สามารถสั่งเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์ได้ ต้องสั่งอย่างน้อยคนละ 1 อย่าง เวลาสั่งเครื่องดื่มอาจสั่ง おつまみ (กับแกล้ม) ง่ายๆ เช่น ถั่วแระ ก็ได้

店員がおしぼりとお通しを持ってきますので、はじめに飲み物を注文します。お酒が飲めない人は、ソフトドリンクを注文します。居酒屋では、必ず 1 人 1 杯は何か飲み物を注文します。飲み物を頼むとき、枝豆など、簡単な「おつまみ」をいっしょに頼むこともあります。

第6課 チーズバーガーください

3. ระหว่างรอเครื่องดื่ม อาจจะดูเมนูเพื่อสั่งอาหาร เมื่อพนักงานนำเครื่องดื่มมาให้ จะได้สั่งอาหารได้เลย

飲み物を待っている間に、メニューを見て、料理を決めます。店員が飲み物を持ってきたときに、料理を注文します。

4. ถ้าต้องการสั่งอาหารเพิ่ม สามารถเรียกพนักงานมารับคำสั่งได้

追加で頼みたいものがあつたら、そのつど店員を呼んで、注文します。

5. เมื่อกินอาหารเสร็จ ให้เรียกพนักงานมาคิดเงิน พนักงานจะนำบิลค่าอาหารมาให้ ให้นำบิลไปชำระเงินที่แคชเชียร์ แล้วออกจากร้าน

食事が終わつたら、店員に言って、会計してほしいことを伝えます。伝票を渡されますので、レジに持って行きます。レジで支払いをして、店を出ます。



● からあ 唐揚げ คาราอาเงะ



คาราอาเงะ คือ อาหารที่นำวัตถุดิบไปคลุกแป้งสาลีหรือแป้งมันให้แป้งติดเนื้อบางๆ แล้วนำไปทอดน้ำมัน ตามปรกติจะหมายถึงไก่ทอด ถ้าเป็นวัตถุดิบอื่นจะเพิ่มชื่อวัตถุดิบข้างหน้า เช่น タコの唐揚げ (หมึกยักษ์คาราอาเงะ) ไก่ทอดคาราอาเงะนี้มักใช้เนื้อสะโพก เนื้อที่ไม่ติดกระดูก ปูรสด้วยโชยุ กระเทียม ขิง เป็นต้น เวลากินอาจจะบีบมะนาว หรือจิ้มมายองเนสก็ได้

唐揚げは、食材に小麦粉や片栗粉などを薄くつけて、油で揚げた料理です。一般的には鶏肉の唐揚げを指します。それ以外の食材のときは「タコの唐揚げ」のように食材名を入れます。日本の鶏の唐揚げは、モモ肉を使い、骨はついていないのが普通です。しょうゆとニンニク、ショウガなどで味付けをしてありますが、食べるときにレモン汁をかけたり、マヨネーズをつけたりすることもあります。

● おつまみ กับแก้ม

อาหารที่ค่อยๆ กินทีละนิดๆ ระหว่างดื่มเหล้าเรียกว่า (お)つまみ กับแก้มที่นิยมกินกับเหล้าคือ ถั่วแระ นอกจากนี้ยังมี 塩辛 (อาหารทะเลดองเกลือ) 冷奴 (เต้าหู้เย็นราดโชยุและขิงขูด) 冷やしトマト (มะเขือเทศแช่เย็นราดมายองเนส) 漬け物/お新香 (ผักดอง) たこわさび (หมึกยักษ์คดองวาซาบิ) エイひれ (ครีบกะเบนกรอบ) コーンバター (ข้าวโพดอบเนย) フライドポテト (มันฝรั่งทอดกรอบ)

お酒を飲むときにいっしょに少しずつ食べる料理を、「(お)つまみ」といいます。枝豆は、おつまみの代表的なメニューとして人気があります。そのほか、おつまみには、「塩辛」「冷奴」「冷やしトマト」「漬け物/お新香」「たこわさび」「エイひれ」「コーンバター」「フライドポテト」などがあります。



● ビール เบียร์

เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่คนญี่ปุ่นนิยมมากที่สุดคือ เบียร์ ในญี่ปุ่นมีผู้ผลิตเบียร์ยักษ์ใหญ่หลายบริษัท เช่น Kirin, Asahi และ Sapporo ผลิตเบียร์หลากหลายประเภท

เมื่อเข้าไปในร้านเหล้าแบบญี่ปุ่น คนจำนวนมากจะสั่งเบียร์เป็นอันดับแรก บางคนบอกว่าเวลาจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

อย่างอื่น ต้องตีம்பีร์ก่อนเป็นแก้วแรก นอกจากนี้ในงานเลี้ยงต่างๆ เวลาจะชนแก้วครั้งแรก ทุกคนจะชนแก้วด้วยเบียร์ จากที่กล่าวมาจะเห็นว่า ในญี่ปุ่นนั้นเบียร์ทำหน้าที่เป็นเครื่องดื่มเริ่มต้นก่อนดื่มเหล้าชนิดอื่น

เปียร์ที่ดื่มตามร้านอาหารแบ่งคร่าวๆ เป็น "เปียร์ขูด" กับ "เปียร์สด" เปียร์
บรรจุขวดจะรินใส่แก้วดื่ม เหมาะในการแบ่งปันกันดื่มหลายคน ส่วนเปียร์สดจะริน



จาก beer server ใส่เหยือกเบียร์ ซึ่งมีขนาด ใหญ่ กลาง เล็ก ปริมาณแตกต่างกันในแต่ละร้าน ตามปรกติ ขนาด "กลาง" จะมีปริมาณราว 350-500 มิลลิลิตร แปลว่า เบียร์สด เหยือกขนาดกลาง

นอกจากนี้ ยังมีเปียร์ที่ผลิตในแต่ละท้องถิ่นทั่วประเทศ ที่เรียกว่า 地産 地消 เวลาไปท่องเที่ยวที่ไหน ลองผลิตเพลินกับการชิมเปียร์ของท้องถิ่นนั้นดีคงจะดี

日本人に最も人気があるお酒は、ビールです。日本には、麒麟、アサヒ、サントリー、サッポロなどの大手のビールメーカーがあり、さまざまな種類のビールを造っています。

居酒屋に入ると、まずはじめにビールを注文する人が多いです。ほかのお酒を飲むときも、はじめの1杯はビールという人もいます。また宴会のときなどは、最初の乾杯は全員ビールでする場合もあります。このように、ビールは日本では、飲み始めのお酒としての役割もあります。

飲食店で飲むビールは、大きく「瓶ビール」と「生ビール」に分けられます。瓶ビールは、瓶に入ったビールで、コップに注いで飲みます。何人かでシェアするときなどに便利です。生ビールは、ビールサーバーからジョッキに注ぎます。ジョッキの大きさによって、「大」「中」「小」があります。量は店によって違いますが、「中」がだいたい350～500mlぐらいです。注文のときに「中生／生中」と言えば、生ビールの中ジョッキ、の意味になります。

また全国各地には、その土地で造った「地ビール」もあります。旅行に行ったときは、その土地の地ビールを飲んでみるのも楽しいかもしれません。



● **おしぼりと水**^{みず} ผ้าร่อนหรือผ้าเย็น กับน้ำเย็น



เวลาเข้าไปในร้านอาหารในญี่ปุ่น พนักงานจะนำ อบเซว (ผ้าร้อนหรือผ้าเย็น) กับน้ำเย็นมาให้ลูกค้า อบเซว คือ ผ้าเช็ดมือผืนเล็กที่ชุบน้ำร้อน (ในฤดูร้อนอาจจะแช่เย็นมา) เมื่อได้รับแล้วลูกค้าจะนำผ้านั้นมาเช็ดมือเป็นอันดับแรก

ในญี่ปุ่น น้ำเย็นที่นำมาเสิร์ฟจะเป็นบริการฟรีจากร้าน เพราะน้ำประปาในญี่ปุ่นสามารถดื่มได้โดยไม่ต้องต้ม บางครั้งก็เรียกน้ำเย็นที่นำมาบริการโดยไม่คิดค่าใช้จ่ายว่า *อากิ* สามารถขอเติมได้ เวลาที่ต้องการน้ำ

เพิ่มให้เรียกพนักงานมาและพูดว่า お水、ください หรือ お冷や、お願いします (ขอน้ำหน่อย) ก็จะได้
รับน้ำเพิ่ม ถ้าเป็นร้านเหล้าแบบญี่ปุ่น ซึ่งลูกค้าทุกคนจะต้องสั่งเครื่องดื่มอยู่แล้ว จะไม่มีการ
เสิร์ฟน้ำในตอนที่ถูกค่าเข้าร้าน แต่ถ้าขอ น้ำพนักงานก็จะนำมาเสิร์ฟโดยไม่คิดเงิน ที่ญี่ปุ่น
ตามปรกติจะไม่ดื่มน้ำร้อนหรือน้ำอัดลมพร้อมกับอาหาร แต่ถ้าขอ น้ำร้อน พนักงานก็อาจจะ
นำมาให้ แต่ถ้าอยากดื่ม น้ำอัดลมจะต้องสั่งและเสียค่าใช้จ่าย



日本では飲食店に入ると、まずおしぼりと水が出されることが多いです。おしぼりは、小さいサイズのハンドタオルで、熱いお湯で湿らせてあります(夏は冷やしてあることもあります)。客は、おしぼりを出されたら、まずそれで手を拭きます。

水は、日本では無料で提供されます。日本ではどこでも水道水がそのまま飲めるからです。この無料の水のことを「お冷や」と呼ぶこともあります。かわりも自由で、ほしいときは店員を呼んで「お水、ください」「お冷や、お願いします」のように言えば、追加してもらえます。居酒屋の場合は、飲み物を注文することが想定されているので、水は最初は提供されませんが、頼めば無料でもらえます。日本では、食事といっしょにお湯や炭酸水を飲むことは、一般的ではありません。お湯は頼めばもらえる可能性はあります。炭酸水が飲みたい場合は、有料で注文することになります。

日本の生活
TIPS

● にほん いえ 日本の家 บ้านญี่ปุ่น

ระยะหลังนี้ บ้านสร้างสไตล์ญี่ปุ่นดั้งเดิมมีน้อยลง แต่แม้ในปัจจุบัน บ้านญี่ปุ่นแทบทั้งหมดก็ยังสร้างด้วยไม้ ผังบ้านจะบอกด้วยคำอย่าง 2LDK ซึ่งหมายความว่าห้อง 2 ห้อง ห้องนั่งเล่นและครัว

บ้านญี่ปุ่นมีลักษณะพิเศษดังต่อไปนี้

最近では、日本式の伝統的な造りの家は少なくなりました。ただし、今でも日本の家は、木造の場合がほとんどです。家の間取りは、「2LDK」のようなことばで表します。この場合、2つの部屋、リビングルーム、ダイニング・キッチンがあることを示しています。

日本の家には、以下のような特徴もあります。

▶ げんかん 玄関 (ทางเข้าบ้านแบบญี่ปุ่น)

玄関 เป็นพื้นที่ต่างระดับก่อนเข้าไปในบ้าน ส่วนที่ยกพื้นสูงขึ้นเล็กน้อยนี้จะเชื่อมต่อกับด้านในบ้าน เป็นส่วนที่แบ่งแยกด้านนอกและด้านในของบ้าน ที่ญี่ปุ่น เวลาเข้าบ้านจะต้องถอดรองเท้าเสมอ จากนั้นจึงก้าวขึ้นบ้าน

玄関には段差があり、家の中は一段高くなっています。ここで、家の外と中が分けられています。日本では家に入るとき、必ず靴を脱ぎます。靴を脱いで、段を上がって家に入ります。



▶ わしつ 和室 ห้องแบบญี่ปุ่น



ห้องแบบญี่ปุ่นดั้งเดิมเรียกว่า 和室 ในห้องจะปูเสื่อตามิ ห้องแบบญี่ปุ่นบางห้องมี 床の間 (ส่วนที่ยกพื้นเป็นที่วางแจกันดอกไม้หรือประดับภาพวาด) พื้นที่เก็บของในห้องแบบญี่ปุ่นนี้เรียกว่า 押し入れ ใช้เก็บของต่างๆ เช่น ที่นอน บานประตูของ 押し入れ ทำด้วยกระดาษ เรียกว่า 障子 ซึ่งยังใช้กันระหว่างห้องแบบญี่ปุ่นได้ด้วย หน้าต่างห้องแบบญี่ปุ่นนี้ส่วนใหญ่จะเป็น 障子 หรือกรอบไม้ระแนงติดกระดาษ ไม้ไผ่ ระยะเวลาหลังนี้บ้านที่มีห้องแบบญี่ปุ่นมีน้อยลงเรื่อยๆ

日本の伝統的なスタイルの部屋を、「和室」といいます。和室には畳が敷かれています。「床の間」がある和室もあります。和室の収納スペースは「押し入れ」といって、ふとんなどを入れます。押し入れは「ふすま」という、紙でできた引き戸を開け閉めます。ふすまは和室と和室を仕切るのにも使われます。和室の窓には、カーテンではなく、木枠に紙を貼った「障子」を使うことが多いです。最近では、和室のある家は少なくなってきました。

▶ トイレ ห้องน้ำ

โดยปกติ ห้องน้ำจะเป็นคนละห้องกับห้องอาบน้ำ เดิมนี่มีห้องน้ำแบบญี่ปุ่นน้อยลง โดยทั่วไปเป็นห้องน้ำแบบตะวันตก ห้องน้ำที่ใช้ชักโครกแบบน้ำอุ่นมีเพิ่มขึ้น เวลาเข้าห้องน้ำ มักจะใส่รองเท้าแตะสำหรับใส่ในห้องน้ำ

トイレは、風呂場とは別になっていることが普通です。和式のトイレは今では少なくなり、洋式トイレが一般的です。温水洗浄便座がついていることも増えました。トイレに入るときは、トイレ専用のスリッパを履くことが多いです。



▶風呂 ห้องอาบน้ำ

ห้องอาบน้ำในบ้านญี่ปุ่นมักจะมีอ่างอาบน้ำ ก่อนแช่ตัวในอ่างอาบน้ำจะต้องสระผม และล้างตัวที่นอกอ่างอาบน้ำ ไม่ล้างตัวในอ่างอาบน้ำ หลังจากทำความสะอาดร่างกายแล้วจึงแช่ตัวในน้ำร้อนในอ่างอาบน้ำเพื่ออบอุ่นร่างกายและเพื่อผ่อนคลาย

日本の家の風呂場には、たいていバスタブがあります。バスタブの中で体を洗うことはなく、風呂に入る前に、バスタブの外で頭と体を洗います。体を洗ってから、暖まるため、リラックスするために、バスタブのお湯にゆっくり浸かります。



● ふとん ฟuton



ในปัจจุบัน โดยทั่วไปคนญี่ปุ่นจะนอนบนเตียงนอน แต่เวลานอนในห้องแบบญี่ปุ่น จะนอนบน ふとん ที่ปูบนพื้น นอกจากนี้ยังมีแบบปู ふとนบนเตียงไม้ แม้ในตอนนี้นักยังมีการใช้ ふとん อย่างแพร่หลาย

ふとん แบ่งเป็นชนิดที่ปูด้านล่าง เรียกว่า 敷きふとん กับชนิดที่ใช้หมัดตัวที่เรียกว่า 掛けふとん บางครั้งจะปูฟูกบางๆ ได้ 敷きふとん อีกชั้น วิธีปูมีดังต่อไปนี้



現在では日本人もベッドで寝ることが一般的になりましたが、和室で寝るときなどには、ふとんを敷いて寝ます。また、ベッド型の木枠の上にふとんを敷いて寝るタイプのベッドも売られていて、今でもふとんは広く使われています。

ふとんのうち、下に敷いて寝るほうのふとんを「敷きふとん」、上にかけるほうのふとんを「掛けふとん」といいます。敷きふとんの下には、薄手のマットレスを敷くこともあります。ふとんは、次のように敷きます。

1.



ปูฟูกรอง
マットレスを敷きます。

2.



ปู 敷きふとん บนฟูกรอง
マットレスの上に、敷きふとんを敷きます。

3.



คลุมผ้าคลุม 敷きふとん
敷き布団の上に、シーツを掛けます。

4.



วางหมอนและ 掛けふとん
枕と掛けふとんをセットします。

ถ้านอนบน ふとん ควรจะเก็บทุกวัน เพราะถ้าปูทิ้งไว้ จะขึ้นและเกิดราหรือมีไรฝุ่นได้ ยิ่งกว่านั้นถ้านำ ふとん ไปตากแดด หรือใช้เครื่องเป่าลมเป่าให้แห้งสม่ำเสมอ จะทำให้นอนสบาย

部屋にふとんを敷いて寝る場合、毎日ふとんを上げましょう。もしふとんを敷きっぱなしにすると、水分がたまり、カビが生えたり、ダニが発生したりします。また、ふとんは定期的に干したり、「ふとん乾燥機」を使って乾かしたりすると、快適です。

● 日本の住宅の種類 ประเภทของที่อยู่อาศัยในญี่ปุ่น

ที่อยู่อาศัยในญี่ปุ่นมีหลายประเภท

住宅の形には、いくつかの種類があります。

▶ マンション คอนโดมิเนียม

ในภาษาญี่ปุ่น マンション หมายถึง อาคารที่พักอาศัยรวมขนาดใหญ่ที่สร้างด้วยคอนกรีตเสริมเหล็ก มีทั้งแบบที่ซื้อเป็นของตนเองหรือเช่าอยู่ ในระยะหลังนี้มีคอนโดมิเนียมสร้างขึ้นใหม่จำนวนมาก โดยเฉพาะในเขตเมืองใหญ่ บางทีก็เรียกคอนโดมิเนียมที่สร้างสูงหลายชั้นเพื่อเป็นการใช้ที่ดินอย่างมีประสิทธิภาพว่า タワーマンション (tower mansion) หรือเรียกย่อๆ ว่า ทาวแมน



日本語の「マンション」は、鉄筋コンクリートで造られた、比較的大きめの集合住宅です。部屋を買って住む場合と、家賃を払って借りて住む場合があります。近年、特に都市部では、マンションが多く建てられています。土地を有効利用するため、高層建築にしたマンションを「タワーマンション (タワマン)」ということもあります。

▶ アパート อะพาร์ตเมนต์



アパート ใช้เรียกอาคารที่ไม่ใหญ่เท่า マンション (คอนโดมิเนียม) ปรกติเป็นตึกประมาณ 2 ถึง 3 ชั้น ไม่มีลิฟต์ จำนวนห้องมีไม่มากนัก มักสร้างด้วยไม้ ตามปรกติจะเป็นการเช่าอยู่ ค่าเช่าจะถูกกว่าเมื่อเทียบกับ マンション แต่ในทางกฎหมายไม่มีแบ่งแยกความแตกต่างระหว่าง マンション กับ アパート

アパートは、マンションほど大きくなく、たいてい2階建てから3階建てぐらいで、エレベーターはなく、部屋数も少ない建物を言います。木造のことも多いです。借りて住むのが一般的で、マンションと比べると、家賃が安い印象があります。ただし、法的にはマンションとアパートには明確な区別はありません。

▶ 一戸建て บ้านเดี่ยว

ในเขตชานเมืองหรือในชนบท มีคนที่อาศัยอยู่ในบ้านเดี่ยวจำนวนมาก แทบทั้งหมดเป็นบ้านของตัวเอง ตอนหนุ่มสาวอาจจะอาศัยอยู่ในอาคารที่พักอาศัยรวมในใจกลางเมือง แต่เมื่อแต่งงานสมาชิกในครอบครัวเพิ่มขึ้นก็จะมาซื้อบ้านเดี่ยวอยู่ในเขตชานเมืองเนื่องจากมีความต้องการที่จะอาศัยในบ้านเดี่ยวในพื้นที่สะดวกสบายในใจกลางเมือง ในปัจจุบันจึงมีการสร้างบ้านเดี่ยว 3 ชั้นในพื้นที่แคบๆ ในใจกลางเมืองเพิ่มมากขึ้น



郊外、または地方では特に、一戸建てに住んでいる人も多くいます。自分で購入して住んでいる人がほとんどです。若いときは都心の集合住宅に住み、結婚して家族が増えたら郊外に一戸建てを買う、というパターンもあります。最近では、都心の便利な場所で一戸建てに住みたい、というニーズから、都心のせまい土地に3階建ての一戸建てを建てることも増えています。

▶シェアハウス บ้านเช่ารวม



เป็นบ้านเช่าที่มีคนหลายคนมาเช่าอยู่รวมกันในบ้านหลังเดียว มีห้องพักส่วนตัวและพื้นที่ใช้สอยร่วมกัน แต่ละคนมีห้องส่วนตัว แต่ใช้ครัว ห้องอาบน้ำ ห้องนั่งเล่นร่วมกัน จึงเป็นที่นิยมในหมู่นักศึกษาหรือชาวต่างชาติ เนื่องจากจะได้สังสรรค์กับคนอื่น

一軒の家を複数の人で借りて住むスタイルの賃貸住宅で、個室と共用スペースがあります。部屋は自分の個室がありますが、キッチンやシャワー、ラウンジなどは入居者が共同で利用します。ほかの人との交流もできることから、学生や外国人に人気があります。

▶寮 หอพัก

เป็นที่พักอาศัยรวมสำหรับพนักงานบริษัทหรือนักเรียนนักศึกษา มีทั้ง **社員寮** (หอพักพนักงานบริษัท) และ **学生寮** (หอพักนักเรียนนักศึกษา) แต่ละคนจะมีห้องส่วนตัว แต่ห้องน้ำ ห้องครัว ห้องอาบน้ำจะใช้ร่วมกัน หอพักแบบที่ไม่มีห้องส่วนตัวมีแค่เตียงของแต่ละคนก็มี แบบที่มีอาหารจัดให้กินทุกวันก็มี โรงอาหารก็มี ตามปกติค่าเช่าจะถูกมาก

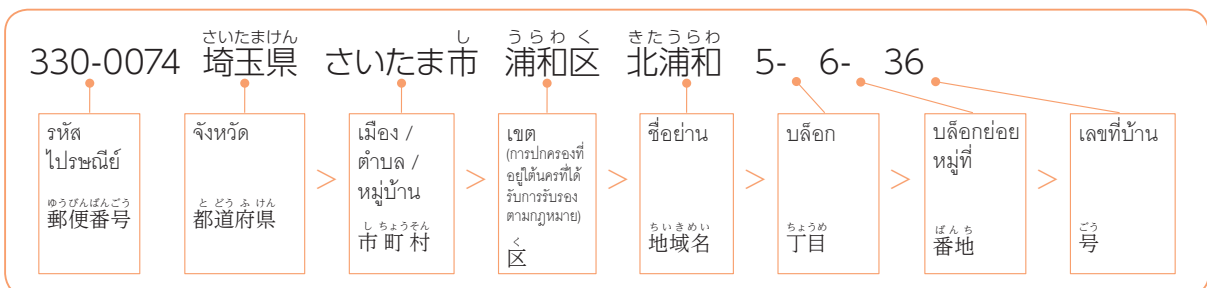
会社の社員のため、または学生のための集合住宅で、「社員寮」「学生寮」などがあります。自分の個室があり、トイレ、キッチン、風呂などは共同で利用します。個室がなく、ベッドのみが割り当てられる寮もあります。食事付きで、毎日の食事が食堂で提供される場合もあります。家賃は非常に安いことが一般的です。



● 日本の住所のシステム ระบบการเขียนที่อยู่

ที่อยู่ญี่ปุ่นจะเขียนเรียงลำดับจากใหญ่ไปหาเล็ก วิธีเขียนที่อยู่ตามปกติจะเขียนดังต่อไปนี้

日本の住所は基本的に、大→小の順で表します。おおまかな住所の表示は、以下ようになります。



วิธีเขียนที่อยู่จะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับว่าอาศัยอยู่ในพื้นที่ใด อยู่ใน 23 เขตในโตเกียว นครที่ได้รับการรับรองตามกฎหมาย เมืองทั่วๆ ไป ตำบล หรือหมู่บ้าน จะมีความแตกต่างกันเล็กน้อยดังนี้

住所の表し方は、住んでいる地域が、東京 23 区か、政令指定都市か、普通の市か、町や村かで、次のように少し異なります。

ตัวอย่างการเขียนที่อยู่ 住所の表示の例

	เมือง 市	23 เขต ในโตเกียว 東京 23 区	นครที่ได้รับ การรับรอง ตามกฎหมาย 政令指定都市	ตำบล / หมู่บ้าน 町・村
① รหัสไปรษณีย์ 郵便番号	270-2213	114-0032	330-0074	907-1751
② จังหวัด 都道府県	ちばけん 千葉県	とうきょうと 東京都	さいたまけん 埼玉県	おきなわけん 沖縄県
③ เขต (การปกครองที่อยู่ ภายใต้จังหวัด ใช้กับท้องที่ ที่เป็นเขตชนบท) 郡				やえやまぐん 八重山郡
④ เมือง / ตำบล / หมู่บ้าน 市町村	まつどし 松戸市		さいたまし さいたま市	たけとみちょう 竹富町
⑤ เขต (การปกครองที่อยู่ ภายใต้นครที่ได้รับการ รับรองตามกฎหมาย) 区		きたく 北区	うらわく 浦和区	
⑤ ชื่อย่าน 地域名	ごこう 五香	なかじゅうじょう 中十条	きたうらわ 北浦和	あざはてるま 字波照間
⑦ บล็อก 丁目	7	2	5	
⑧ บล็อกย่อย หมู่ที่ 番地	11	17	6	2750
⑨ เลขที่บ้าน 号	3	1	36	1

② ถึง ⑨ เป็นลำดับจากใหญ่ไปหาเล็ก

②→⑨は、大→小の順です。

① รหัสไปรษณีย์ประกอบด้วยเลข 3 หลัก + เลข 4 หลัก รวม 7 หลัก จะเขียนในลำดับแรก

郵便番号は、3 桁 + 4 桁の計 7 桁の数字です。住所のいちばんはじめに書きます。

② จังหวัดในญี่ปุ่นแบ่งเป็น 47 都道府県 (จังหวัด) 都 ใช้กับ 東京都 เท่านั้น 道 ใช้กับ 北海道 เท่านั้น 府 ใช้กับ 大阪府 และ 京都府 ที่เหลืออีก 43 จังหวัดจะใช้ 県 ทั้งหมด

日本の行政区分は 47 の都道府県に分かれます。「都」は東京都だけ、「道」は北海道だけです。「府」は大阪府と京都府があります。あとの 43 はすべて「県」です。

③④ ต่อจากจังหวัดจะตามด้วย 市 (เมือง) 町 (ตำบล) 村 (หมู่บ้าน) อย่างใดอย่างหนึ่ง แต่ 23 เขตในโตเกียวจะไม่มี 市 (เมือง) ส่วน 町 (ตำบล) และ 村 (หมู่บ้าน) จะเขียนตามหลัง 郡 (เขตการปกครองอยู่ใต้จังหวัดใช้กับท้องที่ที่เป็นเขตชนบท)

都道府県のあとは、「市」「町」「村」のどれかになります。ただし、東京 23 区は市の名前はがありません。「町」「村」の場合は、その前に「郡」を言ってから続けます。

⑤ 23 เขตในโตเกียวรวมทั้งนครที่ได้รับการรับรองตามกฎหมายจะแบ่งเป็น 区 แต่ 市 ทั้งหมดที่ไม่ได้รับการรับรองให้เป็นนครจะไม่มี 区
東京 23 区、および政令指定都市は、「区」に分けられます。政令指定都市ではない一般の市では、「区」はありません。

⑥ ถัดจาก 市 (เมือง) 町 (ตำบล) 村 (หมู่บ้าน) จะเป็นชื่อย่านนั้น
市町村名のあとに、その地域の名前が来ます。

⑦⑧⑨ ตัวเลขหลังจากนั้น จะเรียงลำดับจาก 丁目 (บล็อก) 番地 (บล็อกย่อย) 号 (เลขที่บ้าน) เวลาเขียนตัวเลข 3 หลักนี้ให้ใส่ “-” ระหว่างตัวเลข และ
อ่านว่า の เช่น 5-6-36 อ่านว่า go-no-roku-no-sanjuuroku แต่วิธีเขียนที่อยู่หลัง 市 (เมือง) 町 (ตำบล) 村 (หมู่บ้าน) จะต่างกันขึ้นอยู่กับแต่ละ
ท้องที่

そのあとの数字は、一般的には大まかなブロックを表す「丁目」、細かいブロックを表す「番地」、建物の位置を示す「号」の順番
で数字を並べます。この3つの数字は、書くときはハイフン「-」でつなぎ、「の」と読みます。例えば5-6-36は「ごのろくのさんじゅうろく」と読みます。ただし、市町村名以降の住所表示は、地域によって異なる場合もあります。

ถนนในญี่ปุ่นจะไม่มีการตั้งชื่อ ยกเว้นถนนสายหลักและถนนในย่านร้านค้า ด้วยเหตุนี้ในการเขียนที่อยู่ญี่ปุ่นจึงใช้ชื่อย่านแทนที่จะเป็นชื่อถนน นอกจากนี้ ในบางท้องที่ตัวเลขบ้านเลขที่ซึ่งไม่ได้จัดเป็นระบบ บางครั้งอาจจะน้อยกว่าบ้านเลขที่นั้นๆ เป็นบ้านหลังไหน

日本の道路は、主要な幹線道路や商店街等をのぞき、名前がつけられていません。そのため、日本の住所は道路名ではなくエリア名で表されるということが、大切な点です。また、地域によっては号の数字が整理されていないこともあり、建物を特定するのが難しい場合もあります。

日本の生活
TIPS

● せいふく 制服 制服 制服



ในตัวบทมีฉากเปลี่ยนเสื้อผ้าที่ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าในที่ทำงาน ฉากนี้หมายถึงเปลี่ยนจากชุดไปรเวทมาเป็นเครื่องแบบ ที่ญี่ปุ่นทั้งในที่ทำงานและในโรงเรียนมักมีการใส่เครื่องแบบ ในโรงงานมีการเปลี่ยนใส่ชุดทำงานในพื้นที่เพื่อความปลอดภัยในระหว่างทำงาน แต่บริษัทก็แจกเครื่องแบบแก่พนักงาน ทำให้ลดภาระค่าใช้จ่ายของผู้ใช้แรงงานได้ อีกทั้งหวังว่า เครื่องแบบของสถานที่ทำงานจะช่วยแบ่งแยกได้ว่า คนไหนเป็นคนในบริษัท คนไหนเป็นคนนอก และยังช่วยทำให้เกิดความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในระหว่างคนในบริษัทได้ด้วย

แต่ถึงแม้จะไม่มีเครื่องแบบ แต่หน่วยงานก็คาดหวังให้พนักงานแต่งกายให้เหมาะสมกับประเภทของงานและบริษัท เช่น คนทำงานในสำนักงานในสายการเงิน ก็เป็นที่เข้าใจกันว่า ควรแต่งกายด้วย "สูทสีกรมท่าหรือสีเทาเข้มกับเชิ้ตสีขาว ผูกเนกไทลายทาง สวมรองเท้าหนังสีดำ" เป็นต้น ในสังคมญี่ปุ่นคาดหวังให้คนแต่งกายให้เหมือนกับคนอื่น ๆ มากกว่าแต่งกายตามรสนิยมของแต่ละคน แต่ละหน่วยงานมีความแตกต่างกัน ดังนั้น ถ้าไม่มีเครื่องแบบ ก็ควรสอบถามเรื่องการแต่งกายในบริษัทเอาไว้ก่อน

本文に、職場の更衣室で着替える場面が出てきましたが、これは私服から職場の制服に着替えることを意味しています。日本では、職場でも、学校でも、制服を取り入れているところが多くあります。工場などでは、働く際の安全確保のために作業服に着替えますが、作業服を会社から制服として支給することによって、労働者の負担を減らすことができます。また、職場の制服には会社の人と会社外の人をすぐ区別したり、会社内の一体感を高めたりという効果を期待している場合もあるようです。

制服がない場合も、業種や会社によっては一定の服装が期待されることもあります。例えば金融系のオフィスなら「紺か濃いグレーのスーツに白いシャツ、ストライプのネクタイ、黒い革靴」など、暗黙の了解として、同じような服装が期待されることもあります。日本社会では、個性的な服装よりも、ほかの人と同じような服装を求められる場合があります。職場によって異なりますので、制服がない場合は、会社での服装について、最初に聞いてみるといいでしょう。

● お茶 น้ำชา

เวลาที่พูดภาษาญี่ปุ่นว่า お茶 อาจหมายถึงชาเขียวหรือชาทั่วไปในความหมายกว้าง ๆ ก็ได้ ชาเขียวมีทั้งแบบที่ชงในกาน้ำชาและแบบถุง ส่วนใหญ่จะดื่มตอนร้อน ๆ แต่ชาเขียวเย็นแบบที่บรรจุในขวดพลาสติกก็แพร่หลายมากขึ้น น้ำชาที่ดื่มในญี่ปุ่นมีอีกหลายชนิดดังต่อไปนี้

日本語で「お茶」と言ったときは、緑茶を指すときと、広くお茶一般を指すときがあります。緑茶は、急須でいれたり、ティーバッグを使ったりします。温かいものを飲むことが多いですが、ペットボトルの冷たい緑茶も一般的になってきています。日本で飲まれるお茶には、ほかにも以下のようなものがあります。

◆ 紅茶 ชาฝรั่ง

เป็นชาที่เกิดจากการหมักที่ดื่มกันทั่วไปในต่างประเทศ ในญี่ปุ่นมักจะชงโดยการใส่ถุงชาในน้ำร้อน 海外でよく飲まれている発酵したお茶。日本では温かいお湯にティーバッグの紅茶を入れて作られることが多い。



ชาเขียว 緑茶

◆ 麦茶 シャข้าวบาร์เลย์

เป็นชาที่ทำจากข้าวบาร์เลย์ มักจะดื่มแบบเย็นในฤดูร้อน ในร้านอาหารบางร้านจะเสิร์ฟชานี้ให้แก่ลูกค้าโดยไม่คิดเงิน

大麦から作られたお茶で、特に夏、冷やして飲まれることが多い。飲食店では、水の代わりに麦茶を無料で出す店もある。



ชาข้าวบาร์เลย์
麦茶

◆ 抹茶 シャเขียวมัทฉะ

เป็นชาที่นำใบชามาปั่นละเอียดเป็นผง ใช้ในพิธีชงชา นอกจากใช้เป็นเครื่องดื่มแล้วยังนิยมนำมัทฉะมาทำขนมต่างๆ เช่น เค้ก ช็อกโกแลต ไอศกรีม เป็นต้น

お茶の葉を粉にしたもので、茶道で使われるお茶。抹茶はお茶として飲むだけではなく、ケーキやチョコレート、アイスクリームなど、お菓子の材料としても人気がある。



ชาเขียวมัทฉะ
抹茶

◆ ウーロン茶 ชาอูหลง

มีต้นกำเนิดมาจากประเทศจีน เป็นชากึ่งหมัก สีน้ำตาล มีรสฝาดที่เป็นเอกลักษณ์

中国を原産とする、半分発酵させたお茶。茶色で独特の渋みがある。

นอกจากนี้ ยังมีผลิตภัณฑ์ที่ทำจากการนำชาหลายชนิดมาผสมกัน เช่น 爽健美茶 และ 十六茶 บรรจุขายในขวดพลาสติก

นอกเหนือจากชาฝรั่งแล้ว ชาที่บรรจุขวดพลาสติก ปรกติจะไม่มีน้ำตาล จึงมีลักษณะพิเศษคือไม่หวาน เหมาะที่จะดื่มเวลากินข้าวปั้นหรือข้าวกล่อง

このほか、何種類かのお茶をブレンドした「爽健美茶」「十六茶」などの商品もあり、ペットボトルとして売られています。

日本のペットボトルのお茶は、紅茶以外は普通砂糖が入っていないので、甘くないことが特徴です。おにぎりやお弁当などを食べるときにいっしょに飲むと、よく合います。



▶ お茶のいれ方 วิธีชงชา

เวลาจะชงชาเขียวด้วยกาน้ำชา มีวิธีชงดังนี้

急須で温かい緑茶をいれるときは、次のような方法でいれます。

1.



ใส่น้ำร้อนในถ้วยชา
湯飲みにお湯を入れます。

2.



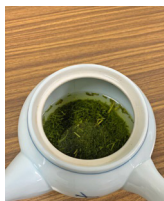
ใส่ใบชาในกาน้ำชา
急須にお茶の葉を入れます。

3.



เทน้ำร้อนจากถ้วยชาใส่ในกาน้ำชา
急須に、湯飲みからお湯を移します。

4.



รอสักพักจนกว่าใบชาจะคลี่ออก
お茶の葉が開くまで、しばらく待ちます。

5.



รินน้ำชาจากกาน้ำชาใส่ในถ้วยชา
急須から湯飲みにお茶を入れます。

อนึ่ง อาจจะลดขั้นตอนที่ 1 และ 3 โดยรินน้ำร้อนใส่กาน้ำชาโดยตรงเลยก็ได้

なお、1 と 3 を省略して、急須に直接お湯を注ぐ場合もあります。

ファックス FAX เครื่องโทรสาร



FAX เป็นเครื่องที่เปลี่ยนภาพจากผู้ส่งให้เป็นข้อมูลแล้วส่งให้ผู้รับผ่านสายโทรศัพท์ โดยผู้รับสามารถพิมพ์ข้อมูลออกมาในกระดาษได้ เป็นเครื่องที่ใช้กันทั่วโลกจนถึงทศวรรษที่ 1990 แต่ใช้น้อยลงหลังการแพร่หลายของอินเทอร์เน็ต

แต่ที่ญี่ปุ่นยังมีการใช้ FAX อย่างแพร่หลาย โดยเฉพาะใช้รับส่งเอกสารกับสถานที่ราชการ หรือใช้ติดต่อหรือแจ้งข่าวไปยังสื่อมวลชน มีผู้ให้ความเห็นว่า สาเหตุที่ยังใช้ FAX กันในญี่ปุ่นในทุกวันนี้ก็เพราะ FAX สามารถส่งภาพตราประทับหรือเอกสารที่เขียนด้วยลายมือได้เลย ดังนั้นจึงเป็นที่เชื่อถือมากกว่าส่งอีเมลทางอินเทอร์เน็ต สถานที่ราชการบางแห่งยอมรับเฉพาะเอกสารที่ส่งทาง FAX เท่านั้น ยังไม่ยอมรับเอกสารที่ส่งทางอีเมล

FAX (ファクシミリ) は、送信元の画像をデータに変換して電話回線を通じて送り、送信先で紙に印刷することができる機械です。1990年代までは、世界で使われていましたが、インターネットの普及とともに、だんだん使われなくなってきました。

しかし、日本ではいまだに FAX は現役です。特に、役所関係の文書のやりとりや、マスコミ関係の通知や連絡などに、FAX を使うことが少なくありません。日本で今も FAX が使われている理由としては、FAX はハンコの画像や手書きの書類がそのまま送れるので、インターネットのメールよりも信用できるから、という理由を挙げる人もいます。役所の手続きなどでは、今でも e メールでの連絡を認めず、FAX を送らなければ受け付けてもらえないこともあります。

日本の生活
TIPS

ちょうれい

● 朝礼 การประชุมเช้า



ในองค์กรญี่ปุ่นส่วนใหญ่ ก่อนเริ่มทำงานในตอนเช้า พนักงานจะรวมตัวกันเพื่อทักทายกันหรือแจ้งข่าวสาร ซึ่งเรียกว่า 朝礼 (การประชุมเช้า) วัตถุประสงค์หลักของการประชุมเช้านี้คือ เพื่อแจ้งข่าวคราว เช่น ลำดับการทำงาน หรือเรื่องแจ้งพิเศษในวันนั้น อีกทั้งการที่พนักงานได้มารวมตัวกัน ทักทายแบบเห็นหน้ากัน เป็นการแสดงว่า ถึงเวลาที่ต้องสับสวิตช์ให้เข้าสู่โหมดการทำงานแล้ว

บางองค์กรนำ ラジオ体操 (radio exercise) มาเป็นกิจกรรมหนึ่งของการประชุมเช้า เป็นการฝึกกายบริหารตามจังหวะเพลงจากรายการออกกำลังกายของ NHK ซึ่งชาวญี่ปุ่นส่วนใหญ่คุ้นเคยมาตั้งแต่สมัยเด็กหรือสมัยเรียนหนังสือ ดูเหมือนว่าการฝึกกายบริหาร

ในเวลาประชุมเช้าจะมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ร่างกายตื่นตัวพร้อมที่จะทำงานหลังจากนั้น

日本の多くの企業では、朝、仕事が始まる時、従業員が集まって、あいさつをしたり、連絡を行ったりします。これを「朝礼」といいます。朝礼の主な目的は、その日の仕事の流れや特別な注意事項など、連絡事項を伝えることですが、従業員が集まって顔を合わせてあいさつをして、これから仕事を始めるというモードに切り替えるという意味もあります。

企業の中には、朝礼に「ラジオ体操」を取り入れていることもあります。ラジオ体操は、NHKの体操番組で使われている体操で、多くの日本人にとって、子どものころから学校などで行っている身近な存在です。朝礼のときに体操をすることは、そのあとの労働のために体を慣れさせておくなどの意図があるようです。

こうえい

● 公営プール สระว่ายน้ำขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น

ที่ญี่ปุ่น ฤดูว่ายน้ำในสระว่ายน้ำกลางแจ้งจะอยู่ระหว่างเดือนกรกฎาคมถึงเดือนสิงหาคม สระว่ายน้ำขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น สระของเมืองหรือของเขตจะเปิดให้บริการในช่วงนี้ ให้บริการโดยเก็บค่าใช้บริการในราคาถูกเพียงไม่กี่ร้อยเยน สระว่ายน้ำบางแห่งให้บริการเฉพาะผู้ที่อาศัยหรือผู้ที่ทำงานในท้องถิ่นเท่านั้น แต่บางแห่งให้บริการแก่คนทั่วไป สระแต่ละแห่งมีกำหนดเวลาเปิดปิดแน่นอน ดังนั้นถ้าอยากใช้บริการ ควรตรวจสอบข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตล่วงหน้าก่อนไปใช้บริการ

สระว่ายน้ำแต่ละแห่งกำหนดระเบียบการใช้สระแตกต่างกัน เช่น "ต้องสวมหมวกว่ายน้ำ" "ห้ามทาครีมหรือน้ำมันกันแดด" จึงควรระมัดระวังด้วย



日本では、屋外プールのシーズンは、7月～8月です。この時期には、市や区などの公営プールがオープンします。公営プールは、数百円という安い利用料で利用できます。自治体によって、その市や区の在住・在勤者しか利用できないところもありますが、広く開放してだれでも利用できるところもあります。ただし、プールごとに使える時間が決まっていますので、利用したいと思ったら、あらかじめネットで調べてから行きましょう。

施設によって、「必ずスイミングキャップをかぶらなければならない」「日焼け止めやサンオイルは禁止」など、ルールが異なりますので、注意が必要です。

えいが
映画を見る 勉強

ในช่วงหลายปีมานี้ วิธีดูหนังในโรงหนังนั้นเปลี่ยนแปลงไปมาก เดิมโรงหนังจะกำหนดว่าจะนำหนังเรื่องใดมาฉาย และฉายหนังเรื่องนั้นซ้ำไปซ้ำมาในแต่ละวันภายในช่วงเวลานั้น ส่วนลูกค้าเลือกโรงหนังที่ฉายหนังที่ตัวเองอยากดู แล้วไปดูหนังในรอบที่ตัวเองสะดวก และไม่มีการกำหนดที่นั่งแน่นอน

แต่โรงหนังในปัจจุบันใช้รูปแบบ シネコン (ย่อมาจาก シネマコンプレックス cinema complex) เป็นรูปแบบหลัก シネコン คือในโรงหนังแห่งนี้จะประกอบด้วยห้อง(จอหนัง)หลายห้อง ฉายหนังหลายเรื่องตามตารางที่กำหนด หนังที่เป็นที่นิยมจะฉายในหลายจอ วันละหลายรอบ

ส่วนหนังที่ฉายมาได้สักระยะเวลาหนึ่ง จะฉายเพียงวันละรอบเดียวเท่านั้น ระบบค่อนข้างซับซ้อน อีกทั้งมีการกำหนดที่นั่งแน่นอน โรงหนังรูปแบบนี้มักพบในห้างสรรพสินค้าหรือช้อปปิ้งมอลล์

ค่าตั๋วหนังสำหรับผู้ใหญ่ตกราว 1,800 - 1,900 เยน (ราคาปี 2020) ถ้าดูหนังแบบ 3D หรือ IMAX จะต้องจ่ายค่าธรรมเนียมพิเศษด้วย มีการลดราคาค่าตั๋วหนังในบางวัน เช่น 映画の日 (วันดูหนัง) レディースデー (วันสุภาพสตรี) ดังนั้นจึงควรตรวจสอบให้ดีกว่าก่อนไป โรงหนังบางแห่งถ้าเป็นสมาชิกแล้ว จะได้ดูหนังฟรี 1 เรื่องหลังจากดูหนังครบตามจำนวนเรื่องที่กำหนด

ต่อไปนี้เป็นกรออธิบายวิธีซื้อตั๋วหนังของโรงหนังแบบ シネコン เพื่อดูในวันนั้น

映画館で映画を見る方法は、ここ数年で大きく変わりました。以前は、映画館が上映する映画を決め、その映画を一定の期間、1日に繰り返し上映していました。客は、見たい映画を上映している映画館を選び、都合のいい時間の回を見に行きました。また座席は自由席でした。

現在の映画館は、シネコン（シネマコンプレックス）という形式が主流になりました。シネコンは1つの施設に複数の部屋（スクリーン）があり、さまざまな映画を割り振って上映しています。人気がある映画はいくつものスクリーンで何回も上映されたり、公開からしばらく経った映画は1日に1回しか上映されなかったりなど、やや複雑です。座席は指定席になっています。シネコンの映画館は、デパートやショッピングモールの中にあることが多いです。

映画の料金は、大人がだいたい1800～1900円ぐらいです（2020年現在）。3DやIMAXなどは別料金がかかります。「映画の日」や「レディースデー」など、割引になる日もありますので、チェックするといいいでしょう。映画館の会員になると、何回か見たら1回ただで見られるサービスを行っているところもあります。

以下では、シネコン型の映画館で、当日チケットを買って映画を見る場合の方法を説明します。

えいがかん
映画館の利用の仕方 使い方

1. เริ่มจากตรวจสอบทางอินเทอร์เน็ตว่าหนังที่ตนอยากดูมีฉายอยู่ที่โรงหนังใด ฉายตั้งแต่กี่โมง และต้องระวังด้วยว่าถึงแม้จะเป็นหนังเรื่องเดียวกันก็ตาม ก็อาจแตกต่างกัน เช่น เป็นแบบมีซับไตเติล หรือมีการพากย์ เป็นแบบ 3D หรือไม่
 あらかじめ、自分の見たい映画がどの映画館で何時から上映されるか、ネットでチェックしておきます。同じ映画でも、字幕版か吹き替え版か、3D かそうでないかなどが違う場合もあるので、注意しましょう。
2. เข้าแถวที่ช่องซื้อตั๋วในวันที่จะดูหนัง ถ้าเป็นหนังดังควรจะรีบซื้อตั๋วแต่เนิ่นๆ
 当日、チケット売り場に並びます。人気がある映画は、できるだけ早くチケットを買ったほうがいいでしょう。
3. บอกเจ้าหน้าที่ขายตั๋วว่าตนต้องการดูหนังเรื่องใด ฉายเวลาใด และเลือกที่นั่งในตอนนั้น
 見たい映画と回（時間）を言って、チケットを買います。席もこのとき選びます。

4. 無料のロッビー ไปถึงเวลาหนังฉายจะมีประกาศแจ้ง จากนั้นให้เข้าไปในโรงหนัง

ロビーで待ちます。入場の時間になったら、アナウンスがあるので、入場します。

5. ไปที่ห้อง(จอหนัง)ที่กำหนดไว้ และนั่งในที่ที่กำหนด

指定された部屋（スクリーン）に行き、指定された席に座ります。

6. ดูหนัง ตามปกติก่อนฉายหนังประมาณ 15 นาที จะมีโฆษณาและตัวอย่างหนังที่จะเข้าฉายเป็นรายการต่อไป

映画を見ます。映画の前に、15 分ぐらい、広告や予告編があるのが普通です。

7. เมื่อหนังจบแล้วจะออกจากโรงหนัง ที่ญี่ปุ่น ถึงแม้หนังจะจบแล้วก็ตาม ตามปกติคนที่มาดูหนังจะยังไม่ลุกจากที่นั่งจนกว่า end credit จะจบลง และโรงหนังเปิดไฟสว่าง

映画が終わったら、映画館を出ます。日本では、映画本編が終わっても、エンドロールがすべて終わって場内が明るくなるまで席を立たないのが一般的です。

อนึ่ง ควรจองตั๋วผ่านอินเทอร์เน็ตล่วงหน้าจะปลอดภัยกว่า แต่ในการจองจะต้องใช้บัตรเครดิต

なお、チケットをあらかじめネットで予約してから行ったほうがスムーズですが、予約にはクレジットカードが必要です。

日本の生活
TIPS

● わせいご 和製英語 ศัพท์ภาษาอังกฤษที่ญี่ปุ่นคิดขึ้นเอง

แม้ว่าคำว่า ホチキス (ที่เย็บกระดาษ) หรือ ガムテープ (เทปขาว) เขียนด้วยคาตากานะก็จริง แต่คำเหล่านี้ไม่ได้มาจากศัพท์ภาษาอังกฤษ คำว่า ホチキス มาจากชื่อบริษัท E. H. Hotchkiss ซึ่งเป็นผู้ผลิตที่เย็บกระดาษของอเมริกาที่เข้ามาขายในญี่ปุ่น จึงกลายเป็นคำเรียกที่เย็บกระดาษในญี่ปุ่น ส่วน ガムテープ เป็นเทปกระดาษหรือผ้าที่ใช้ปิดกล่องกระดาษ คำว่า ガム (=gum) มาจากยางเหนียวที่ใช้เป็นกาว แต่ในภาษาอังกฤษก็ไม่ได้เรียกว่า gum tape แต่เป็น duct tape ดังนั้น แม้ว่าคำที่เขียนด้วยคาตากานะในภาษาญี่ปุ่นอาจชวนให้คิดว่ามาจากศัพท์ภาษาอังกฤษ แต่จริงๆ แล้ว อาจเป็น ^{わせいご} 和製英語 หรือศัพท์ภาษาอังกฤษที่ญี่ปุ่นคิดขึ้นเอง ซึ่งสื่อได้แต่ในญี่ปุ่นเท่านั้น ตัวอย่างอื่นของคำประเภทยังมีดังนี้



「ホチキス」や「ガムテープ」は、カタカナで書かれていますが、これらは英語ではありません。「ホチキス」は、アメリカのホチキスを作る会社「E.H.Hotchkiss」社の名前が日本に入り、日本ではこう呼ばれるようになりました。「ガムテープ」は段ボール箱をとじるのに使われる紙製または布製のテープで、「ガム」はゴム製の接着剤に由来しますが、英語では「duct tape」といい、「ガムテープ」とはいいません。

このように、日本語でカタカナで書かれ、英語のように見えるけれど、実は日本でしか通じないことばを「和製英語」といいます。和製英語には、ほかにも例えば次のようなものがあります。

◆ ノートパソコン

คอมพิวเตอร์แล็ปท็อป คำว่า パソコン ย่อมาจาก パーソナルコンピュータ (personal computer) คำว่า ノートパソコン ก็เกิดจากคำว่า ノート (สมุดโน้ต) + パソコン นั่นเอง

ラップトップ型 PC のこと。「パソコン」は「パーソナルコンピュータ」の略語。Notebook の「ノート」と「パソコン」を合わせて造られた用語です。

◆ マジック

ปากกาหัวสักรวด เป็นปากกาที่ผลิตโดยบริษัทของญี่ปุ่นภายใต้ชื่อว่า マジックインキ (Magic Ink) และใช้กันแพร่หลายจนปัจจุบันเรียกปากกาชนิดนี้สั้นๆ ว่า マジック หรือปากกาเมจิก

油性のフェルトペンのこと。日本会社が発売した「マジックインキ」という商品名が一般化し、「マジック」だけで油性フェルトペンのことを指すようになりました。

◆ コンセント

ญี่ปุ่นเรียกปลั๊กไฟที่จ่ายกระแสไฟฟ้าว่า コンセント ดูเหมือนคำว่า コンセント ที่ใช้ในปัจจุบันนี้จะย่อมาจากคำว่า "concentric plug" ซึ่งใช้กันในสมัยไทโช (1912-1926)

電源を供給するコンセントのことを、日本ではこう呼びます。大正時代 (1912-1926) に使われていた「concentric plug」という用語から、現在の「コンセント」ということばができたようです。

◆ マイ~

ภาษาญี่ปุ่นนำคำว่า my ซึ่งแปลว่า "ของฉัน" ในภาษาอังกฤษมาสร้างคำ เช่น マイカー (my car) หมายถึง "รถยนต์ส่วนตัว" マイホーム (my home) หมายถึง "บ้านที่ซื้อเป็นของตัวเอง ไม่ได้เช่าอยู่" 마이バッグ (my bag) หมายถึง "ถุงผ้าหรือกระเป๋าที่พกไปเองเพื่อใส่ของเวลาซื้อของ" โดยใช้ในประโยคต่าง ๆ เช่น 前田さんはマイホームを買いました。(คุณมาเอเดะซื้อบ้านของตัวเองแล้ว) レジ袋は有料なので、マイバッグを持って行ったほうがいいですよ。(ถ้ารับถุงจากร้านค้าต้องเสียเงิน จึงควรนำถุงของตัวเองไปด้วยจะดีกว่านะ) จึงอาจเป็นวิธีพูดที่เข้าใจยากสำหรับชาวต่างชาติ

「自分の」を意味することばとして、日本語では英語の my から取った「マイ~」ということばが使われることがあります。例えば「マイカー (my car)」というのは、自分が持っている車、「マイホーム (my home)」は自分が買った家、「マイバッグ (my bag)」というのは、買い物に自分が持ってきたバッグのことです。例えば「前田さんはマイホームを買いました」「レジ袋は有料なので、マイバッグを持って行ったほうがいいですよ」のように使うので、外国人にとってわかりにくい表現になります。

● スマホの充電 じゅうでん การชาร์จแบตเตอรี่สมาร์ทโฟน

ในญี่ปุ่นนั้น หากแบตเตอรี่ของสมาร์ทโฟนหมด เวลาอยู่นอกบ้าน มีวิธีชาร์จหลายวิธีที่อาจลองเลือกใช้ดูได้ดังนี้

日本で、街の中でスマホの電池が切れたとき、充電する方法はいくつかあります。次のような方法を探してみましょう。



- ◆ ชาร์จที่ศูนย์บริการเครือข่ายโทรศัพท์มือถือ : หากเป็นลูกค้าของ docomo, au หรือ Softbank สามารถใช้บริการชาร์จแบตเตอรี่ตามศูนย์ของบริษัทเหล่านี้ได้โดยไม่คิดค่าบริการ

携帯電話のキャリアショップで充電する：もしスマホの契約が docomo、au、Softbank のような会社なら、その会社のキャリアショップを探して持っていけば、無料で充電してくれます。

- ◆ ชาร์จที่บริษัทใหญ่ ๆ ที่ขายเครื่องไฟฟ้าหลัก : ตามร้านใหญ่ ๆ ที่ขายเครื่องไฟฟ้าอย่าง Big Camera, Yamada Denki หรือ Yodobashi Camera ตลอดจนร้านขายผลิตภัณฑ์สารพัดชนิดอย่าง ドン・キホーテ จะมีเครื่องสำหรับชาร์จแบตเตอรี่โดยใช้ระบบหยอดเหรียญ เพียงใส่เงินลงไปก็สามารถชาร์จได้

大手電器店などで充電する：ビックカメラやヤマダ電機、ヨドバシカメラのような大手の家電量販店や、ドン・キホーテのような大型量販店には、スマホが充電できる機械が設置してあります。コイン式で、お金を入れれば充電ができるしくみになっています。

- ◆ ชาร์จที่ร้านอาหารหรือเครื่องดื่ม : ต้องนำที่ชาร์จแบตเตอรี่มาเอง แต่พวกเซ่นร้านอาหารหรือเครื่องดื่มอย่าง แมคโดนัลด์หรือสตาร์บัคส์ จะมีปลั๊กไฟอยู่บริเวณโต๊ะนั่ง จึงสามารถชาร์จได้อย่างอิสระ แต่ตามร้านอาหารหรือเครื่องดื่มทั่วไปที่มีได้เขียนไว้ว่า "ใช้ปลั๊กไฟได้ตามอัธยาศัย" การชาร์จไฟที่ปลั๊กในร้านโดยพลการถือว่าผิดกฎหมาย จึงต้องระวังให้ดี

飲食店で充電する：充電器は自分のものを使うことが必要ですが、マクドナルドやスターバックスのようなチェーン店では、座席にコンセントがあり、自由に充電できるようになっています。ただし、「コンセントを自由に使っていい」と書いていない普通の飲食店で、勝手にコンセントに挿して充電することは、違法になりますので、注意しましょう。

- ◆ ซื้อแบตเตอรี่สำรองที่ร้านสะดวกซื้อ : ตามร้านสะดวกซื้อจะมีแบตเตอรี่สำรองหรือเพาเวอร์แบงค์ที่สามารถชาร์จแบตเตอรี่โทรศัพท์ได้ทันที และแบตเตอรี่ที่ใช้งานไฟฉายจำหน่ายด้วย หากไม่พบที่ที่สามารถชาร์จแบตเตอรี่ได้ การซื้อแบตเตอรี่สำรองที่ร้านสะดวกซื้อก็เป็นหนทางหนึ่ง

コンビニでモバイルバッテリーを買う：コンビニには、すぐに充電できるモバイルバッテリーや、電池で充電できるバッテリーが売られています。充電できる場所が見つからないときは、コンビニでバッテリーを買うという方法もあるでしょう。

● 24 時間制 じかんせい ระบบบอกเวลาแบบ 24 ชั่วโมง



ในญี่ปุ่นนั้น วิธีบอกเวลาหลังเที่ยง มีใช้ทั้งแบบ 1 時 2 時 3 時 (1 โมง 2 โมง 3 โมง) และระบบ 24 ชั่วโมงอย่าง 13 時 14 時 15 時 (13 นาฬิกา 14 นาฬิกา 15 นาฬิกา) ด้วย แต่ในปัจจุบัน ระบบ 24 ชั่วโมงนิยมใช้กันมากขึ้นเรื่อยๆ โดยเฉพาะการแสดงกำหนดเวลาที่เกี่ยวข้องกับการเดินทาง กำหนดการของกิจกรรมหรืองานอีเวนต์ ตลอดจนการติดต่อกันก็มีกระแสบูด้วยเวลาแบบ 24 ชั่วโมง ยิ่งในภาษาเขียนด้วยแล้ว ส่วนใหญ่จะใช้ระบบ 24 ชั่วโมง แต่ในภาษาพูดก็ยังนิยมใช้ระบบ 12 ชั่วโมงอยู่ โดยทั่วไปก็จะพูดว่า "ข้าวเย็นสัก 6 โมงดีไหม" "เมื่อวานนอนตอน 11 โมง (5 ทุ่ม)" วิธีบอกเวลาจะเลือกใช้ตามสถานการณ์และจุดประสงค์ จึงต้องฝึกให้ชินทั้งสองวิธี

日本では、午後の時間を表すとき、「1 時、2 時、3 時」という言い方と、「13 時、14 時、15 時」のような 24 時間制の言い方の、両方が使われています。現在では 24 時間制の言い方がだんだん広く使われるようになってきていて、特に交通関係の表示や、催し物の時間のスケジュール、仕事関係の連絡などは、24 時間制で表されることが多いです。特に書きことばでは、24 時間制が多く使われます。

ただし、日常の話しことばでは、12 時間制で言うことも多く、「夕ご飯は 6 時でいい?」「昨日は 11 時に寝ました」のような言い方が一般的です。

こうした使い分けは、場面や目的によって、また人によっても違います。両方の言い方に慣れておくといいでしょう。

tuesday	wednesday	thursday	friday
3 文化の日	4	5	6
10 16:00 早退	11 14:00 MT	12 10:00 会議	13 18:00 2 次会
17	18 15:30 定時退	19	20

日本の生活
TIPS● にほん 日本 **日本のマンガ** มังงะของญี่ปุ่น

ว่ากันว่า 1 ใน 3 ของสิ่งตีพิมพ์ในญี่ปุ่นเป็นมังงะ ไม่เพียงแต่เด็กๆ เท่านั้น ผู้ใหญ่ก็ชอบอ่านหนังสือการ์ตูนหรือมังงะเช่นกัน เนื้อหาของมังงะมีหลากหลายประเภทไม่ว่าจะเป็นแอคชั่น แฟนตาซี ความรัก กีฬา เรื่องลึกลับ นิยายวิทยาศาสตร์ คอมเมดี้ ประวัติศาสตร์ อาหาร หรือกระทั่งเรื่องสำหรับผู้ใหญ่ นอกจากนี้ ยังมีมังงะที่นำวรรณคดีคลาสสิกของโลกหรือญี่ปุ่นมาเขียน Comic Essay หรือมังงะประเภท How-to อย่าง "มังงะความรู้เบื้องต้นเศรษฐกิจญี่ปุ่น" หรือ "เรียนรู้ทฤษฎีสัมพัทธภาพผ่านมังงะ" ก็ตีพิมพ์ออกมาเป็นจำนวนมาก ไม่เพียงแต่มังงะที่เป็นสิ่งตีพิมพ์เท่านั้น ในระยะหลังมังงะที่อ่านผ่านแอปพลิเคชันในสมาร์ตโฟนก็มีเพิ่มขึ้น ในรถไฟก็มักพบเห็นผู้ที่อ่านมังงะจากแอปพลิเคชันในโทรศัพท์มือถืออยู่บ่อยๆ

ผลงานใหม่ๆ จะเริ่มจากลงตีพิมพ์เป็นตอนๆ ในนิตยสารมังงะอย่างเช่น ^{しょうねん}少年ジャンプ ก่อน แล้วจึงไปรวมเล่มหลังจากนั้น ปัจจุบันหนังสือมังงะได้รับการแปลเป็นภาษาต่างประเทศต่างๆ ในต่างประเทศก็มีแฟนมังงะของญี่ปุ่นมากมาย เรื่องที่ได้รับความนิยมเป็นพิเศษในต่างประเทศได้แก่ "NARUTO" "ONE PIECE" "ผ่าพิภพไททัน" "ดาบพิฆาตอสูร" ในต่างประเทศก็มีการแต่งคอสมเพลย์ตัวละครจากมังงะเหล่านี้มากมาย



"ผ่าพิภพไททัน"
『進撃の巨人』

"Dragon Ball" ที่ปรากฏในบทเรียนเป็นมังงะของ Toriyama Akira ซึ่งตีพิมพ์เป็นตอนๆ ลงในนิตยสารมังงะรายสัปดาห์ ^{しょうねん}少年ジャンプ ในช่วงปี 1984-1999 ภายหลัง ถูกนำไปสร้างเป็นอนิเมะและภาพยนตร์ฮอลลีวูดด้วย หนังสือมังงะเรื่องนี้มียอดจำหน่ายทั่วโลกกว่า 250 ล้านเล่ม

日本では、出版物の3分の1がマンガだと言われています。マンガは子どもだけでなく、大人もよく読みます。アクション、ファンタジー、恋愛、スポーツ、ミステリー、SF、ギャグ、歴史、料理、アダルトなど、ジャンルもさまざまなものがあります。日本や世界の古典的な文学作品をマンガにしたものや、エッセイマンガ、「マンガ日本経済入門」「マンガでわかる相対性理論」のようなハウツーマンガも多数出版されています。最近では、紙の出版物だけではなく、スマホでアプリを使って読むタイプのマンガも増えています。電車の中ではスマホを使ってマンガを読む人の姿もよく見られます。

新しい作品は、はじめに「少年ジャンプ」のようなマンガ雑誌に連載され、そのあとで作品ごとに単行本にまとめられます。マンガの単行本は現在では外国語にも翻訳されるので、海外にも日本のマンガのファンが多数います。『NARUTO』『ONE PIECE』『進撃の巨人』『鬼滅の刃』などは、海外でも特に人気があり、登場人物の格好をまねた「コスプレ」は、海外でも多くの愛好者がいます。

本文に登場した『ドラゴンボール』は、鳥山明によるマンガです。1984～1995年に「週刊少年ジャンプ」に連載され、その後アニメやハリウッド映画にもなりました。単行本は全世界で2億5000万部以上売れています。

● にほん 日本 **日本のゲーム** เกมญี่ปุ่น

เกมญี่ปุ่นถือเป็นหนึ่งในวัฒนธรรมสมัยนิยมหรือ pop culture ของญี่ปุ่นที่เป็นที่รู้จักพอๆ กับอนิเมะหรือมังงะ และมีแฟนมากมายทั่วโลก ในปี 1983 บริษัทนินเทนโดได้ผลิต ฟามิคอน (ย่อมาจาก Family computer) ซึ่งเป็นเครื่องเล่นเกมในบ้าน ทำให้วัฒนธรรมเกมญี่ปุ่นแผ่เข้าไปในทุกครัวเรือน เกมดังๆ อย่าง Mario Bros, Dragon Quest หรือ Final Fantasy ก็ถือกำเนิดขึ้นในช่วงนี้ หลังจากนั้นก็มีเครื่องเล่นเกมต่างๆ วางจำหน่ายกันมากขึ้น เช่น Super Famicom, PlayStation, Sega Saturn และ Wii ฯลฯ

เดิมการเล่นเกมจะมีภาพลักษณ์ในเชิงลบว่า เป็นกิจกรรมที่ผู้เล่นเก็บตัวอยู่ในห้องคนเดียวจนดึกดื่น แต่สมัยนี้ วิถีสนุกกับเกมก็มีหลายหลากมากขึ้น เช่น คนในครอบครัวสามารถสะสมโปเกมอนใน Pokémon GO ผ่านสมาร์ตโฟนที่ถือติดตัวระหว่างอยู่นอกบ้านได้ หรือเพื่อนๆ ก็สามารถเล่นเกมใน Virtual Space อย่างเกม Animal Crossing ของ Nintendo Switch ร่วมกันได้





日本のゲームは、アニメ、マンガと並んで日本を代表するポップカルチャーの1つで、世界中にファンがいます。1983年、任天堂がファミコン（ファミリーコンピュータ）を発売し、日本のゲーム文化は一気に家庭に広がりました。「スーパーマリオブラザーズ」「ドラゴンクエスト」「ファイナルファンタジー」など、代表的なコンテンツも生まれました。その後、スーパーファミコン、プレイステーション、セガサターン、Wii などさまざまなゲーム機が発売されてきました。

ゲームといえば部屋に閉じこもって1人で夜遅くまで行うような、暗いイメージもありますが、現在では、親子で街に出かけ、スマホを持ちながら「Pokémon GO」のポケモンを集めたり、友だち同士でNintendo Switchの「あつまれ どうぶつの森」の仮想空間でいっしょに遊んだりなど、楽しみ方も広がってきています。

● にほん ぶんがく 日本の文学 วรรณกรรมญี่ปุ่น

ทุกวันนี้ งานวรรณกรรมของญี่ปุ่นจำนวนมากได้รับการแปลเป็นภาษาต่างประเทศ มีคนอ่านกันทั่วโลก Murakami Haruki (1949-) ที่ยกเป็นตัวอย่างในบทเรียน เป็นนักเขียนชั้นนำของญี่ปุ่นในยุคนี้ ผลงานเด่นๆ ได้แก่ นอร์เวย์の木 (Norwegian Wood), 海辺のカフカ (Kafka on the Shore) และ 1Q84 ส่วน Natsume Soseki (1867-1916) เป็นนักเขียนสมัยเมจิ มีผลงานเด่นๆ เช่น 我輩は猫である (I am a Cat) และ 坊っちゃん (Botchan) จึงอาจกล่าวได้ว่าคนญี่ปุ่นทุกคนต้องเคยอ่านนิยายของ Natsume Soseki ไม่เรื่องใดก็เรื่องหนึ่ง เพราะนิยายเรื่อง こころ และ 三四郎 ก็เป็นแบบเรียนวิชาภาษาญี่ปุ่นของนักเรียนมัธยมปลายของญี่ปุ่นด้วย

นอกจากนี้ ยังมีผลงานของนักเขียนอีกหลายคนที่ได้รับการแปลเป็นภาษาต่างประเทศ ทำให้เป็นที่รู้จักกันดีในต่างประเทศด้วย เช่น Kawabata Yasunari (1899-1972) และ Oe Kenzaburo (1935-) ซึ่งเคยได้รับรางวัลโนเบล รวมถึง Akutagawa Ryunosuke (1892-1927), Mishima Yukio (1925-1970), Abe Kobo (1924-1993) และ Yoshimoto Banana (1964-) เป็นต้น หรือในกรณีของนวนิยายเรื่อง 源氏物語 (The Tale of Genji) ซึ่ง Murasaki Shikibu เขียนไว้เมื่อกว่าพันปีมาแล้ว นอกจากจะได้รับการแปลเป็นภาษาต่างๆ แล้ว ยังมีฉบับที่นักเขียนยุคนี้นำมาเขียนเป็นภาษาญี่ปุ่นสมัยใหม่อีกด้วย

อีกด้านหนึ่งก็มีผลงานของนักเขียนอื่นๆ เช่น Akagawa Jiro (1948-) ซึ่งเขียนงานแนวสืบสวนสอบสวนด้วยสำนวนภาษาพูดที่อ่านเข้าใจง่าย และผลงานของ Hoshi Shinichi (1926-1997) ซึ่งเขียนเป็นแนวเรื่องสั้น (short-short stories) โดยในผลงานหนึ่งเรื่องจะประกอบด้วยเนื้อหาประมาณ 2-3 หน้า ถือได้ว่าเป็นงานวรรณกรรมยอดนิยมที่ขาดไม่ได้สำหรับผู้อ่านภาษาญี่ปุ่นที่จะเริ่มอ่านวรรณกรรมเป็นภาษาญี่ปุ่น นอกจากนี้ ยังมีงานเขียนแนว "ไลท์โนเวล" ที่อ่านง่ายสำหรับคนหนุ่มสาว ซึ่งได้รับการตีพิมพ์เป็นภาษาญี่ปุ่นและภาษาต่างๆ ที่ล้วนได้รับความนิยมในต่างประเทศด้วยเช่นกัน

現在までに、多くの日本の文学作品が外国語に翻訳され、世界中で読まれています。

本文で例に挙げられている村上春樹(1949-) は、現代の日本を代表する作家です。代表作には『ノルウェイの木』『海辺のカフカ』『1Q84』などがあります。夏目漱石(1867-1916) は、明治時代の作家で、代表作として『我輩は猫である』『坊っちゃん』がよく知られています。漱石の『こころ』や『三四郎』は高校の国語の教科書にも取り上げられるなど、日本人ならだれでも1度は漱石の小説を読んだことがあると言えます。

このほかノーベル文学賞を受賞した川端康成(1899-1972) と大江健三郎(1935-) をはじめ、芥川龍之介(1892-1927)、三島由紀夫(1925-1970)、安部公房(1924-1993)、吉本ばなな(1964-) などの作品が翻訳され、海外でも有名です。また、今から1000年以上前に書かれた紫式部の『源氏物語』は、さまざまな言語への翻訳だけでなく、現代の作家による現代語訳も出ています。

一方、会話体による読みやすい文体でミステリーを書いた赤川次郎(1948-) や、1つの作品が数ページで完結する「ショートショート」という分野を確立した星新一(1926-1997) の作品は、日本語学習者が日本語で読む文学の入門として、定番になっています。さらに、若者が気軽に読めるように書かれた「ライトノベル(ラノベ)」という分野の小説も、日本語のまま、または外国語に翻訳されて、海外のファンを獲得しています。



Murakami Haruki
村上春樹



Natsume Soseki
夏目漱石

● サッカー／ラグビー フุตบอล / รักบี้



รับการสนับสนุนจากแฟน ๆ ในท้องถิ่นนั้น ๆ หากอาศัยอยู่ในญี่ปุ่น ลองตรวจสอบดูว่าทีมของท้องถิ่นที่อาศัยอยู่คือทีมอะไรกันจะดี

ส่วนรักบี้เป็นที่นิยมในโรงเรียนมัธยมปลายและมหาวิทยาลัย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การแข่งขันชิงแชมป์รักบี้ระดับมหาวิทยาลัยทั่วประเทศ เพื่อชิงความเป็นหนึ่งจะศึกคึกคักมากทุกปี ละครที่มีเนื้อเรื่องเกี่ยวกับกีฬา รักบี้ก็มีเช่นกัน แม้ว่าที่ผ่านมาทีมชาติรักบี้ของญี่ปุ่นแทบจะไม่ได้ ชัยชนะในการแข่งขันระดับโลก จึงทำให้ไม่อาจกล่าวได้ว่าได้รับความนิยม ก็ตาม แต่ในการแข่งขันชิงแชมป์รักบี้เวิลด์คัพซึ่งจัดขึ้นที่อังกฤษในปี 2015 ญี่ปุ่นสามารถพลิกเกมเอาชนะแอฟริกาใต้ได้ในช่วงใกล้หมดเวลา ทำให้ เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันชิงรักบี้เวิลด์คัพ ทำให้รักบี้กลายเป็นกีฬาหลัก อีกประเภทหนึ่งของญี่ปุ่น จนถึงกับเกิดศัพท์คำว่า にわかファン ที่หมายถึงคนที่หันมาเป็นแฟนรักบี้เนื่องจากการแข่งขันรักบี้เวิลด์คัพ



ญี่ปุ่นมีเอกลักษณ์อย่างหนึ่งคือเสื้อของทีมฟุตบอลกับรักบี้ของญี่ปุ่นต่างกันโดยสิ้นเชิง เสื้อทีมชาติฟุตบอลของญี่ปุ่น เป็นสีน้ำเงินซึ่งเรียกกันว่า Samurai Blue ในขณะที่เสื้อทีมชาติรักบี้เป็นเสื้อลายทางขาวสลับแดง มีสัญลักษณ์รูปซากุระที่ หนาออก (ทำให้ได้รับสมญานามว่า Brave Blossoms) ซึ่งว่ากันว่า เอกลักษณ์นี้ไม่ค่อยพบในทีมชาติอื่น ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เสื้อทีมชาติฟุตบอลซึ่งใช้สีที่ไม่เกี่ยวกับธงชาติเลย ทำให้เวลาดูการแข่งขันทางโทรทัศน์ ผู้ที่ไม่ค่อยรู้เรื่องฟุตบอลจะไม่ทราบ ว่าทีมไหนคือทีมชาติญี่ปุ่น

หากต้องการเล่นฟุตบอลหรือรักบี้ ทีมสมัครเล่นของคนในท้องถิ่นมักรับสมัครผู้เล่นทางวารสารของเมืองหรือประกาศใน เว็บไซต์ แนะนำให้ลองตรวจสอบดู

サッカーは、日本では野球と並んで盛んなスポーツです。特に、1993年にサッカーがプロ化されて「Jリーグ」が始まってからは、サッカー 人気も安定し、競技人口は野球より多くなっています。日本代表チームの国際試合が行われる日には、多くのサッカーファンがテレビで観戦します。

Jリーグの特徴として、地域に根ざしたチーム作りがあります。Jリーグは現在、J1リーグからJ3リーグまでの3部があり、全部で約 60ほどのチームがあります。すべてのチームは「浦和レッズ」「ガンバ大阪」のように、チーム名にホームタウンとなる地域名をつけているので、 地元のファンに応援されています。日本に住んだら、地元のチームをチェックしてみるといいでしょう。

ラグビーは、高校や大学のスポーツとしても人気があり、特に大学チームの日本一を決める全国大学ラグビー選手権は、毎年とても盛り 上がります。ラグビーをテーマにしたドラマも作られています。

ラグビー日本代表チームは、世界的な大会ではほとんど勝てないチームとして、これまではあまり人気があるとは言えませんでした。しかし、 2015年にイングランドで行われたラグビー・ワールドカップの南アフリカ戦で、試合終了直前に逆転勝利をしたことで、国内外で一気に注 目されます。そのあと2019年には日本を-host国としてワールドカップが開催され、ラグビーは日本でもメジャーなスポーツとなりました。ワー ルドカップを機会に急にラグビーファンになった人を指す「にわかファン」ということばも流行しました。

日本は、サッカーとラグビーで、日本代表チームのユニフォームが全然違うのが特徴です。サッカーの日本代表チームのユニフォームは青で、 「サムライブルー」と呼ばれています。ラグビーの日本代表のユニフォームは赤と白の横縞に、桜のエンブレムがついています（そこから、日本 チームには「Brave Blossoms」という愛称がついています）。これは世界的には比較的めずらしく、特にサッカーは国旗の色と関係ないこ とから、サッカーにあまりくわしくない人がテレビを見ると、どちらが日本チームかわからないということもあるそうです。

サッカー、ラグビーをプレイしたい場合、地元の社会人アマチュアチームがタウン情報誌やネットの掲示板などに募集を出していることが ありますので、調べてみましょう。

● パチンコ パチンゴ

パチンゴはゲーム機と似たようなピンボール。パチンゴは、ガラスが貼られた垂直の板に釘が打たれていて、いくつか穴が開いています。下からパチンゴ玉が弾かれて落ちるとき、玉が特定の穴に入ると、玉が増えて返ってきます。パチンゴ台の中には、「当たり」が出たらたくさん玉が返ってくる時間が続くものもあります。パチンゴの玉をたくさん増やせば、景品と交換してもらえます。



パチンコ店は全国各地にあり、都会では商店街の中に、地方では幹線道路沿いに広い駐車場を持ったパチンコ店があります。パチンコは若者（ただし18歳未満は禁止）からお年寄りまでが楽しめる、一般庶民の娯楽となっています。

一方で、パチンコの景品は、近くにある別の店で買い取ってもらって現金に換えることも可能です。そのため、パチンコは実際にはギャンブルと同様の存在になっているという一面もあります。パチンコは気軽にやってみることができる日本の娯楽ですが、ギャンブルにははまりすぎないように、注意してください。

パチンコは、ピンボールに似たゲームです。パチンコ台は、ガラスが貼られた垂直の板に釘が打たれていて、いくつか穴が開いています。下からパチンコ玉が弾かれて落ちるとき、玉が特定の穴に入ると、玉が増えて返ってきます。パチンコ台の中には、「当たり」が出たらたくさん玉が返ってくる時間が続くものもあります。パチンコ玉をたくさん増やせば、景品と交換してもらえます。

パチンコ店は全国各地にあり、都会では商店街の中に、地方では幹線道路沿いに広い駐車場を持ったパチンコ店があります。パチンコは若者（ただし18歳未満は禁止）からお年寄りまでが楽しめる、一般庶民の娯楽となっています。

一方で、パチンコの景品は、近くにある別の店で買い取ってもらって現金に換えることも可能です。そのため、パチンコは実際にはギャンブルと同様の存在になっているという一面もあります。パチンコは気軽にやってみることができる日本の娯楽ですが、ギャンブルにははまりすぎないように、注意してください。

日本の生活
TIPS

なつまつ

夏祭り

เทศกาลในฤดูร้อน

ตั้งแต่เดือนกรกฎาคมถึงสิงหาคม จะมีงานเทศกาลฤดูร้อนทั่วทุกหนแห่งในญี่ปุ่น งานเทศกาลที่มีชื่อเสียงอย่างเทศกาล ねぶた จังหวัดอาโอโมริ เทศกาลทานาบาตะที่เซนได เทศกาล祇園 ที่เกียวโต เทศกาล阿波踊り ที่จังหวัดโทกูชิมะ จะมีนักท่องเที่ยวพากันมาเที่ยวชมงานจากทั่วประเทศ

แต่เชื่อว่าจะมีเพียงเทศกาลใหญ่ๆ เหล่านี้เท่านั้น สำหรับชาวเมืองในแต่ละท้องถิ่นแล้ว เทศกาลฤดูร้อนที่จัดตามศาลเจ้าชินโตในแต่ละท้องถิ่นก็เป็นงานเทศกาลประจำปีที่ขาดไม่ได้เช่นกัน

ในงานเทศกาลฤดูร้อน จะมีร้านค้าแผงลอยมาออกร้านเป็นจำนวนมาก ผู้มาเที่ยวงานจะได้เพลิดเพลินกับร้านค้าหลากหลายประเภท มีทั้งที่ขายอาหารอย่างโอโคโนมิยากิหรือยากิโซบะ ร้านขนมอย่างสายไหมหรือช็อกโกบานาน่า ร้านขายของเล่นอย่างพวงพญานกต่าง ๆ ร้านเกมอย่างยิงปืนหรือช้อนปลาทอง บางแห่งก็จัดงานรำบงโอดริหรือเทศกาลดอกไม้ไฟด้วยก็มี หากมีงานเทศกาลจัดขึ้นแถวบ้าน น่าลองแวะไปร่วมงานดู



เทศกาล ねぶた (อาโอโมริ)
ねぶた祭り (青森)



เทศกาลทานาบาตะ (เซนได)
七夕祭り (仙台)



เทศกาล 祇園 (เกียวโต)
祇園祭 (京都)



เทศกาล 阿波踊り (โทกูชิมะ)
阿波踊り (徳島)



ช็อกโกบานาน่า
チョコバナナ



ช้อนปลาทอง
金魚すくい

7月から8月ごろには、日本各地で夏祭りが行われます。青森の「ねぶた祭」、仙台的「七夕まつり」、京都の「祇園祭」、徳島の「阿波踊り」など、有名な祭りには、全国から観光客が祭りを見に訪れます。

しかし、こうした大規模なものではなく、地域の神社などで開かれる夏祭りも、地元の住民にとっては欠かせない毎年のイベントになっています。

夏祭りには、たくさんの屋台が出ます。焼きそばやお好み焼きのような食べ物の屋台から、わたあめやチョコバナナなどのお菓子の屋台、お面などのおもちゃの屋台、射的や金魚すくいのようなゲームの屋台など、さまざまな屋台を楽しむことができます。盆踊りや花火大会があることもあります。近所で祭りがあったら、気軽に参加してみるといいでしょう。

にほん やま

日本の山

ภูเขาในญี่ปุ่น

ร้อยละ 70 ของพื้นที่ในญี่ปุ่นเป็นภูเขา จึงกล่าวได้ว่า ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีภูเขามาก เกือบต่าง ๆ ของญี่ปุ่นมีเทือกเขาสูงทอดยาวต่อเนื่องกันราวกับกระดูกสันหลัง เทือกเขาสูงที่ทอดยาวจากจังหวัดโทยามะ ผ่านจังหวัดนางาโนะและจังหวัดกิฟุไปจนถึงจังหวัดชิซุโอกะเรียกกันว่า Japan Alps โดยแบ่งเป็น แอลป์ตอนเหนือ ตอนกลาง และตอนใต้

ภูเขาในญี่ปุ่นนั้น ส่วนใหญ่สามารถไปขึ้นได้โดยไม่ต้องมีอุปกรณ์ปีนเขาอย่าง ยางรัดรองเท้าพร้อมพินเหล็กสำหรับย่ำหิมะหรือขวานน้ำแข็งต่าง ๆ ก็ได้ พอถึงฤดูใบไม้ร่วงในช่วงหน้าร้อน แม้จะต้องใช้อุปกรณ์ที่จำเป็นบ้าง แต่คนทั่วไปก็สามารถปีน Japan Alps ได้ (แต่แนะนำว่าผู้ไม่มีประสบการณ์ควรมีไกด์นำทางด้วย)

ภูเขาตามชนบทที่ขึ้นได้ง่ายกว่าก็มีไม่น้อยเช่นกัน 高尾山 หรือ 筑波山 ในภูมิภาคคันโต และ 六甲山 ในภูมิภาคคันไซ เป็นที่นิยมสำหรับนักเดินป่าเพราะสามารถไปกลับได้ในวันเดียว

ลักษณะพิเศษอย่างหนึ่งของภูเขาในญี่ปุ่นก็คือ ส่วนใหญ่เป็นภูเขาไฟ ดังนั้น กลางภูเขาหรือเชิงเขาจึงมักมีน้ำพุร้อน การได้ปลดปล่อยความเหนื่อยล้าหลังการปีนเขาด้วยการแช่ตัวในบ่อน้ำพุร้อนตามเชิงเขาก็ถือเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งของการปีนเขาหรือเดินป่าในญี่ปุ่น

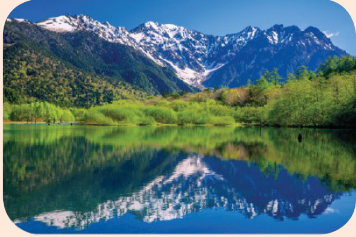
日本の国土の 70% は山地で、日本は山が多い国であると言えます。日本列島には、高い山脈が背骨のように連なっています。富山県から長野県、岐阜県を経て静岡県にまたがる高い山脈は、「日本アルプス」と呼ばれ、北アルプス、中央アルプス、南アルプスに分かれています。

日本には、登山家がアイゼンやピッケルを持って登らないと登れないような山はほとんどなく、夏の登山シーズンであれば、ある程度の装備は必要ですが、一般の人でも日本アルプスの山に登ることも可能です（ただし、経験のない人は、ガイドをつけることをお勧めします）。

もっと気軽に登れる近郊の山もたくさんあります。関東の高尾山や筑波山、関西の六甲山などの山は、日帰りでも登れることから、ハイキングにも人気があります。

日本の山の特徴として、火山が多いことも挙げられます。そのため、山中、山麓には温泉がわいています。登山のあと、山麓の温泉に浸かって山の疲れをゆっくりいやすことができるのは、日本の登山やハイキングのいい点です。

ภูเขาที่สูงสุด 3 อันดับของญี่ปุ่น 日本の高山ベスト3

1. ภูเขาไฟฟูจิ ふじさん 富士山 (3776 m) 	2. ภูเขา Kitadake (Japan Alps ตอนใต้) きただけ みなみ 北岳 (南アルプス) (3193 m) 	3. ภูเขา Hotakadake (Japan Alps ตอนเหนือ) ほたかだけ きた 穂高岳 (北アルプス) (3190 m) 
--	--	---



● 『男はつらいよ』 シリーズ シรีย์เรื่อง“Otoko wa Tsurai yo” (ชีวิตลูกผู้ชายไม่ได้สบายหรอกนะ)



男はつらいよ เป็นภาพยนตร์ชุดต่อเนื่องที่มีผู้ชายชื่อ Kuruma Torajiro หรือเรียกกันติดปากว่า 寅さん (โทะระซัง) เป็นตัวละครเอก นำแสดงโดย Atsumi Kiyoshi ประพันธ์และกำกับการแสดงโดย Yamada Yoji มีทั้งสิ้น 50 ตอน โดยเริ่มฉายตอนแรกตั้งแต่ปี 1969 จนถึงตอนสุดท้ายชื่อ 男はつらいよ。お帰り寅さん (ขอต้อนรับกลับบ้าน โทะระซัง) ในปี 2019 ซึ่งได้รับการบันทึกในกินเนสบุ๊กว่าเป็นภาพยนตร์ชุดต่อเนื่องที่มีตอนมากที่สุดเท่าที่เคยมีมา โดยสร้างปีละ 1 ตอนแทบทุกปีจนถึงปี 1995 พอถึงปี 1996 นักแสดงนำคือ Atsumi Kiyoshi เสียชีวิต จึงหยุดสร้างไป แต่ต่อมาในปี 2019 มีการสร้างตอนที่ 50 เพื่อเป็นที่ระลึกถึงการครบรอบ 50 ปีของภาพยนตร์ชุดเรื่องนี้

ตัวละครเอกที่ชื่อ 寅さん เกิดที่ย่านชิบะมะตะ ซึ่งเป็นเขตเมืองเก่าของโตเกียว มีอาชีพเป็นพ่อค้าแผงลอยตามงานวัดหรืองานเทศกาลต่างๆ มีนิสัยแปลกไม่เหมือนใคร ไม่ชอบอยู่ในกรอบสังคม เวลาอยู่บ้านที่ชิบะมะตะ ก็ทะเลาะกับคนในบ้าน พอเดินทางท่องเที่ยวไปที่ต่างๆ ก็มีปัญหากับผู้คนหลากหลายที่พบเจอ ส่วนใหญ่โครงเรื่องจะสร้างให้ 寅さん หลงรักผู้หญิง แต่สุดท้ายก็ถูกบอกเลิก แม้ว่าจะเป็นเรื่องยุคเก่า แต่เนื้อเรื่องก็

สะท้อนแง่มุมหลากหลาย เช่น "หน้าที่ต่อสังคม" กับ "ความรู้สึกและจิตใจของมนุษย์" ของคนญี่ปุ่น กลยุทธ์ที่ทำให้คนที่เราหมายปองหันมาสนใจ ฯลฯ หากได้ชมภาพยนตร์ชุดนี้ อาจเป็นโอกาสดีที่จะได้คิดถึงเกี่ยวกับญี่ปุ่นและคนญี่ปุ่นก็ได้

ภาพยนตร์ชุดเรื่องนี้มีบริการให้ชมทางออนไลน์ฟรีเพียงแค่ลงทะเบียน ทั้งยังมีเว็บไซต์ที่สามารถเช่าดูได้ในราคาถูกด้วย

映画『男はつらいよ』シリーズは、俳優渥美清が演じる車寅次郎、通称「寅さん」という男性を主人公とする映画シリーズです。原作、監督は山田洋次。1969年公開の第1作『男はつらいよ』から、2019年公開の『男はつらいよ お帰り寅さん』まで、50の作品があり、作品数が最多の映画シリーズとして、ギネスブックに載っています。1995年までは、ほぼ毎年1本ずつ作られて公開されていました。1996年の渥美の死によってシリーズは終了しましたが、2019年に、シリーズ50周年を記念して、50作目が作られました。

主人公の寅さんは、東京の下町、柴又の生まれで、職業はテキ屋。常識にとらわれない、ちょっと変わった性格の持ち主で、地元の柴又で家族とケンカをしたり、旅先でいろいろな人と知り合って問題を起こしたりします。たいていは、寅さんが女性を好きになるけれど、最後にはふられるというパターンです。時代は少し古いですが、映画には、日本人の「義理」や「人情」、恋愛の駆け引きなど、さまざまな要素があふれています。寅さんの映画を見れば、日本や日本人について考える機会にもなるかもしれません。

『男はつらいよ』シリーズは、登録すれば無料で見られる動画配信サービスもありますし、安くレンタルできるサイトもあります。

● 空手 คาราเต้

คาราเต้ เป็นศิลปะการต่อสู้ของญี่ปุ่นที่มีต้นกำเนิดในโอกินาวา ทำหลักในการโจมตีคู่ต่อสู้คือ ชกด้วยหมัดหรือใช้ขาเตะ ซึ่งต่างกับยูโดหรือไอคิโด ปัจจุบันคาราเต้มีหลายสำนัก แต่สำนักดั้งเดิมจะใช้กติกาที่เรียกว่า 寸止 ในการแข่งขันคือห้ามโดนตัวคู่ต่อสู้ อีกทั้งให้ความสำคัญกับ 型 หรือท่าเพลงมวยแต่ละท่าที่ผู้แข่งขันใช้ 4 สำนักเด่นๆ ได้แก่ สำนัก Shotokan, Wado-ryu, Shito-ryu และ Goju-ryu

ในขณะที่เดียวกันสำนักที่สามารถโจมตีคู่ต่อสู้แบบจริงจังในการแข่งขันได้ก็มี เรียกว่า คาราเต้แบบ full-contact โดยจะให้สวมอุปกรณ์ป้องกันตัวหรือถุงมือหรือไม่นั้น โจมตีใบหน้าได้หรือไม่ขึ้นอยู่กับแต่ละสำนัก นักกีฬาคาราเต้แบบ full-contact บางคนสามารถพัฒนาตนเองจนสามารถเข้าแข่งขันศิลปะการต่อสู้แบบผสมได้ก็มี สำนัก 極真空手 ที่แพร่หลายไปทั่วโลกก็เป็นคาราเต้แบบ full-contact นี้เอง



สำหรับผู้ต้องการเรียนคาราเต้ญี่ปุ่น หากลองหาจากอินเทอร์เน็ต ก็น่าจะพบสถานฝึกคาราเต้ในชุมชนที่อาศัยอยู่ได้ ดังที่กล่าวข้างต้นไว้แล้วว่า สำนักดั้งเดิมกับสำนัก full-contact แตกต่างกันมาก จึงควรตรวจสอบข้อมูลให้ดีเสียก่อนสมัคร

空手は、沖縄を発祥とする日本の武道です。柔道や合気道と違って、拳で突いたり、足で蹴ったりという打撃による攻撃が主です。

現在、空手はさまざまな流派に分かれています。伝統的な流派では、試合では相手に直接当たらない「寸止め」のルールが採用され、また1人で決まった技を順番に演じる「型」が重視されています。代表的な流派として、松濤館、和道流、糸東流、剛柔流が「四大流派」と呼ばれています。

一方、試合で相手に実際に攻撃を当てる流派もあり、「フルコンタクト空手」と呼ばれます。防具やグローブをつけるかどうか、顔への攻撃があるかどうかなどは、流派によって違います。フルコンタクト空手の選手の中には、空手の枠を越えて、打撃系総合格闘技の試合に出場する人もいます。世界に広まっている「極真空手」は、このフルコンタクト空手の流派です。

日本で空手を習いたい場合は、インターネットで検索すると、地元の道場がすぐに見つかると思います。ただし、上に書いたように伝統系の流派とフルコンタクト系の流派では大きく違いますので、よく確認してから行きましょう。

日本の生活
TIPS

通勤事情

การเดินทางไปทำงาน



การเดินทางไปทำงานของคนในเมืองใหญ่กับตามต่างจังหวัดค่อนข้างต่างกัน ชีวิตในต่างจังหวัดจะขาดรถยนต์ไม่ได้เลย ดูเหมือนคนที่ขับรถไปทำงานก็มีมากเหมือนกัน ในทางตรงกันข้าม ผู้คนในเมืองใหญ่ไม่ค่อยขับรถไปทำงาน โดยทั่วไปจะใช้รถไฟฟ้า

ตามเมืองใหญ่อย่างโตเกียวหรือโอซากา นั้น มีปัญหาเรื่องการไปทำงานในช่วงชั่วโมงเร่งด่วน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในช่วง 7 โมงครึ่งหรือ 9 โมง ซึ่งเป็นช่วงที่ผู้คนเดินทางไปทำงานกัน รถไฟที่วิ่งเข้าเมืองจะแน่นมาก บนขบวนขบวนของสถานีที่ผู้โดยสารหนาแน่น จะมีพนักงานพาร์ทไทม์คอยดันผู้โดยสารให้เข้าไปในตู้รถไฟ แต่อัตราความหนาแน่นในช่วงชั่วโมง

เร่งด่วนก็ค่อย ๆ ลดน้อยลงเมื่อเทียบกับในอดีต เนื่องจากมีการเลื่อนเวลาไปทำงานและการทำงานที่บ้านหรือ work from home มากขึ้น

ว่ากันว่าเวลาเฉลี่ยที่ใช้เดินทางไปทำงานในโตเกียวคือ ประมาณ 1 ชั่วโมง สำหรับคนที่ซื้อบ้านเดี่ยวอยู่ชานเมืองก็มีไม่น้อยที่ต้องใช้เวลาเดินทางไปทำงานเกือบ 2 ชั่วโมง

日本の通勤事情は、都市部と地方で異なります。地方では車が生活には欠かせません。通勤も、車でする人が多いようです。逆に都市部では、車で通勤する人は少なく、電車通勤が一般的です。

東京や大阪など、大都市では、通勤のラッシュが問題になっています。特に、人々が会社に向かう朝の 7 時半～9 時には、都心へ向かう電車の混雑度は非常に高くなります。混雑する駅のホームには、乗客を押して電車の中に入れるアルバイトが配置されます。ただ、ラッシュ時の混雑率は、時差通勤や在宅勤務などの一般化によって、昔に比べると少なくなっています。

なお、東京に電車で通勤する人の平均通勤時間は、だいたい 1 時間だそうです。郊外に一戸建てを買った人などは、2 時間近くかけて通勤する人も少なくありません。

交通機関の利用の仕方

การใช้บริการขนส่งสาธารณะ

ญี่ปุ่นมีระบบขนส่งสาธารณะหลายประเภท ในที่นี้จะขอแนะนำระบบและวิธีใช้บริการขนส่งสาธารณะของญี่ปุ่น

日本には、さまざまな公共交通機関があります。ここでは日本の交通機関について、その利用のし方を紹介します。

▶電車 รถไฟฟ้า

เวลาใช้บริการรถไฟในญี่ปุ่น จะมีการตรวจตั๋วโดยสาร 2 ครั้ง คือ ตอนผ่านช่องตรวจตั๋วขาเข้าและขาออกจากสถานี ส่วนตัวที่ใช้ก็มีทั้งแบบซื้อตั๋วที่สถานีกับใช้บัตรเติมเงิน IC

日本の電車を利用するときは、改札を入るときと出るときの 2 回、乗車券をチェックされます。切符を買って乗る場合と、Suica や ICOCA など交通系 IC カードを使って乗る場合があります。

◆ 電車の乗り方 (交通系 IC カードを使う場合) วิธีขึ้นรถไฟ (กรณีใช้บัตรเติมเงิน IC ชำระค่าโดยสาร)

สำหรับผู้ที่ใช้บริการรถไฟบ่อยๆ หากใช้การ์ด ก็ง่ายและสะดวก

よく電車を利用する場合は、カードを買っておくと、簡単で便利です。

1. ซื้อบัตรเติมเงิน IC แล้วเติมเงินเตรียมไว้

あらかじめ IC カードを買い、チャージしておく。

2. 通る際に自動改札機でカードをタッチして、改札機が自動で改札を開く。

改札を入るとき、カードを自動改札機にタッチする。

3. 通る際に自動改札機でカードをタッチして、改札機が自動で改札を開く。改札を出るとき、もう一度カードを自動改札機にタッチする（料金が自動的に引かれる）。

改札を出るとき、もう一度カードを自動改札機にタッチする（料金が自動的に引かれる）。

通るときに現金が足りない場合は、改札で止められます。その場合は、改札の横にある「精算機」で不足金額をチャージします。

降りるときにチャージ金額が不足している場合は、改札で止められます。その場合は、改札の横にある「精算機」で不足金額をチャージします。



◆ 電車の乗り方 (切符を買う場合) วิธีขึ้นรถไฟ (กรณีซื้อตั๋วรถไฟ)

หากไม่ได้ขึ้นรถไฟบ่อยครั้งนัก หรือจะขึ้นรถไฟระหว่างท่องเที่ยว ก็ให้ซื้อตั๋วที่สถานีที่จะขึ้น
たまにしか電車に乗らない場合や、旅行先で電車に乗るときなどは、切符を買って乗ります。

1. 確認する。駅にある「運賃表」で、行きたい駅までの運賃を確認する。

駅にある「運賃表」で、行きたい駅までの運賃を確認する。

2. 切符を買う。駅の自動券売機で、行きたい駅までの運賃を確認し、切符を買う。

値段がわかったら、自動券売機にお金を入れ、その値段の切符を買う。

3. 通る際に自動改札機で切符をタッチして、改札機が自動で改札を開く。改札機が自動で改札を開く。改札機が自動で改札を開く。

改札を入るとき、自動改札機に切符を入れる。改札機の反対側から切符が出てくるので、それを取る。

4. 改札を出るとき、自動改札機で切符をタッチして、改札機が自動で改札を開く。改札機が自動で改札を開く。改札機が自動で改札を開く。

改札を出るとき、自動改札機に切符を入れて出る。切符は改札機に回収される。

切符が必要な場合、改札で止められます。その場合は、改札の横にある「精算機」で不足金額をチャージします。

改札を出るときにも切符が必要ですので、なくさないように注意しましょう。



สามารถชำระค่าโดยสารส่วนเกิน **精算** ที่สถานีปลายทางได้เช่นกัน

降りる駅で「精算」をする方法もあります。

◆ 精算のし方 วิธีชำระค่าโดยสารส่วนเกิน

1. ซื้อตั๋วที่เครื่องจำหน่ายตั๋วอัตโนมัติในสถานีรถไฟในราคาที่ถูกสุด แล้วผ่านประตูตรวจตั๋ว

乗る駅の自動券売機で、いちばん安い切符を買って改札を入れる。

2. เมื่อถึงสถานีปลายทาง ก่อนเดินผ่านช่องตรวจตั๋ว ต้องไปที่เครื่อง **精算機** (เครื่องคิดค่าโดยสารส่วนเกิน) ซึ่งอยู่ข้างๆ ช่องตรวจตั๋ว

降りた駅で、改札を出る前に、改札の横にある「精算機」に行く。

3. สอดตั๋วที่ซื้อมาใส่เครื่องคิดค่าโดยสารส่วนเกิน เมื่อเครื่องคำนวณให้ว่าขาดเท่าใด ก็นำค่าโดยสารที่ขาดใส่เครื่อง

買った切符を自動精算機に入れる。不足額が計算されるので、お金を入れる。

4. รับตั๋วที่ชำระส่วนที่ขาดแล้ว

精算券を取る。

5. ตอนเดินผ่านช่องตรวจตั๋ว ให้สอดตั๋วที่ชำระส่วนที่ขาดแล้วเข้าไป

改札を出るとき、自動改札機に精算券を入れて出る。

หากไม่มีเครื่องคิดค่าโดยสารส่วนเกิน ให้ไปพบเจ้าหน้าที่ที่ช่องตรวจตั๋วให้คิดค่าโดยสารให้ บางประเทศจะมีบทลงโทษเพราะถือว่าทำผิดกฎหมายกรณีโดยสารรถไฟโดยไม่ซื้อตั๋วตามราคาจนถึงจุดหมาย แต่สำหรับที่ญี่ปุ่นนั้น เพียงชำระเงินส่วนที่ขาดตอนลงรถไฟ ก็หมดปัญหาแล้ว ไม่มีการปรับใดๆ ทั้งสิ้น

自動精算機がない場合は、有人改札に行って精算します。

目的地までの切符を買わないで電車に乗ると、違反として罰せられる国もありますが、日本では、降りるときに精算して不足額を払えば、問題はありせん。罰金を取られることもありません。



▶ バス รถมอเตอร์



สิ่งที่ต้องระวังเวลาขึ้นรถมอเตอร์ก็คือ รถมอเตอร์คันนั้นเป็นแบบราคาเดียวตลอดสาย หรือคิดค่าโดยสารตามโซนหรือระยะทางที่โดยสาร นอกจากนั้น ประตูจะมีทั้งประตูหน้าและหลัง ซึ่งใช้ขึ้นและลงคนละประตูกัน ส่วนจะต้องขึ้นประตูไหนนั้นขึ้นอยู่กับภูมิภาคและรถมอเตอร์สายนั้นๆ ดังตัวอย่างทั่วไปต่อไปนี้

バスに乗るときに注意しなければならないのは、そのバスが均一料金か、乗った区間や距離によって料金がかわるか、という点です。また、バスには前の扉と後ろの扉の2か所、乗り降りする場所がありますが、どちらから乗り降りするかは、地方ごとに、または路線ごとに違います。

以下に、代表的な例を示します。

- ◆ 乗った区間や距離によって運賃が異なる場合で、後ろ乗り、前降りのバス
 กรณีที่คิดค่าโดยสารตามโซนหรือระยะทาง ให้ขึ้นทางประตูหลัง
 และลงประตูหน้า

1. ขึ้นรถทางประตูหลัง

後ろの扉から、バスに乗ります。

2. ตอนขึ้นรถ ให้หยิบ 整理券 (ตัวรถเมล์) ตัวจะมีตัวเลขพิมพ์อยู่
 ซึ่งจะต้องจำตัวเลขนั้นไว้ หากใช้บัตรเติมเงิน IC ให้นำบัตร
 แตะที่เครื่อง

バスに乗るとき、「整理券」を取ります。整理券には数字がプリント
 されていますので、この数字を覚えておきます。IC カードで乗る場
 合は、乗るときに機械にカードをタッチします。

3. เมื่อมีประกาศว่าจะถึงป้ายรถเมล์ที่ต้องการลงแล้ว ให้กดปุ่ม
 ลงรถเพื่อบอกพนักงานขับรถ

降りるバス停がアナウンスされたら、降車ボタンを押して知らせます。

4. มองป้ายไฟบอกค่าโดยสารที่หน้ารถ ค่าโดยสารโดยสารตามที่
 เขียนไว้ในช่องเดียวกับหมายเลขบน 整理券

バスの前にある運賃表示機を見ます。整理券の番号と同じ数字のと
 ころに書いてある金額が、払う料金です。

5. ใส่เงินกับ 整理券 ลงไปในเครื่องที่อยู่ข้างคนขับ หากไม่มีเงิน
 พอดีกับค่าโดยสาร ให้ใส่เงินลงในเครื่องแลกเงิน เครื่องจะ
 แลกเงินย่อยให้ (เช่น ใส่ธนบัตร 1 พันเยน จะได้เหรียญ 500
 เยน 1 เหรียญ เหรียญ 100 เยน 4 เหรียญ เหรียญ 50 เยน
 1 เหรียญ และเหรียญ 10 เยน 5 เหรียญ จากนั้นจึงหยิบเงิน
 เหรียญเท่าค่าโดยสารใส่ลงในเครื่องรับค่าโดยสาร หากใช้บัตร
 เติมเงิน IC เพียงนำบัตรแตะที่เครื่องอีกครั้ง

運転手の横にある機械に、整理券とお金を入れます。ちょうどのお金
 がないときは、両替機にお金を入れたら、両替されて戻ってきます (例え
 ば千円札を1枚入れたら、500円玉1枚、100円玉4枚、50円玉1
 枚、10円玉5枚に両替されます) ので、そこからちょうどのお金を取って、
 機械に入れます。IC カードで乗ったときは、ここでもういちど、機械にカー
 ドをタッチします。

6. ลงรถทางประตูหน้า

前の扉からバスを降ります。

เครื่องแลกเงินจะรับเฉพาะธนบัตร 1 พันเยนเท่านั้น ก่อนขึ้นรถ จึงควรสำรวจเงินของตนเองก่อน (มีเหมือนกัน
 ที่ขอแลกกับพนักงานขับรถ)

両替機はお札は千円札以外は使えませんので、できるだけ乗る前に確かめておきましょう (運転手にくずしてもらえる場合も
 あります)。



◆ 均一料金で、前乗り、後ろ降りのバス

路線バスは乗車料金が一律で、乗車する場所によって乗降の順序が異なります。

1. 乗車場所

乗降の順序は、乗車場所によって異なります。

2. 乗車料金

乗車料金は、乗車場所によって異なります。乗車料金は、乗車場所によって異なります。

3. 乗車場所

乗降の順序は、乗車場所によって異なります。

4. 乗車場所

乗降の順序は、乗車場所によって異なります。

乗降の順序は、乗車場所によって異なります。乗降の順序は、乗車場所によって異なります。

乗降の順序は、乗車場所によって異なります。乗降の順序は、乗車場所によって異なります。

▶ タクシー 乗車



乗車料金は、乗車場所によって異なります。乗車料金は、乗車場所によって異なります。

乗車料金は、乗車場所によって異なります。乗車料金は、乗車場所によって異なります。

1. 乗車場所

乗車料金は、乗車場所によって異なります。乗車料金は、乗車場所によって異なります。

2. 乗車場所



タクシーに乗ります。日本のタクシーは自動ドアになっています。ドアには触らないで、開閉は運転手にまかせましょう。客は、後部座席に座ります。人数が多いときは、助手席にも座ることができますが、普段はタクシーの助手席はあまり使いません。

3. บอกจุดหมายให้คนขับรถ หากเป็นที่รู้จักกันดี คนขับก็จะเข้าใจได้เลย แต่หากไม่ใช่ เพียงบอกที่อยู่ก็สามารถค้นได้ด้วยระบบนำทาง

運転手に行き先を告げます。有名な場所なら、だいたいわかってもらえますが、そうではない場合は住所を言えば、カーナビで調べてもらえます。

4. ค่าโดยสารจะแสดงด้วยมิเตอร์ตามระยะทาง

乗った距離に応じてメーターの料金が変わっていきます。

5. เมื่อถึงที่หมาย ก็ชำระเงินตามที่แสดงที่มิเตอร์ ในกรณีใช้แอปพลิเคชันเรียกแท็กซี่ อาจต้องเสียค่าบริการที่ให้มารับด้วย กรณีต้องใช้ทางด่วนหรือเป็นช่วงดึก ก็จะต้องรวมเพิ่มในค่าโดยสาร ส่วนการชำระเงินนั้น นอกจากเงินสดแล้ว อาจสามารถใช้บัตรเครดิต บัตรเติมเงิน IC หรือหักเงินด้วยแอปพลิเคชัน ขึ้นอยู่กับรถแต่ละคัน แต่ไม่ต้องให้ทิปเพิ่ม

目的地に着いたら、メーターに表示されている料金を払います。アプリを使ってタクシーを呼んだ場合は、迎車料金がプラスされる場合もあります。有料道路を使った場合や深夜に利用した場合は、その分の料金が加算されます。支払いは、現金のほか、クレジットカードや交通系 IC カード、アプリでの電子決済が利用できることもあります。なお、チップは一切必要ありません。

ในญี่ปุ่นนั้น แท็กซี่ประเภทเรียกค่าโดยสารเกินจริงแบบที่เรียกว่า "โกงราคา" นั้นแทบไม่มี จึงใช้บริการได้อย่างสบายใจ

日本では、正規の値段以上に請求するような、いわゆる「ぼったくりタクシー」はほとんどありませんので、安心して利用することができます。

日本の生活
TIPS

● コインロッカー ตู้ล็อกเกอร์หยอดเหรียญ



ในญี่ปุ่นนั้น ตามสถานีรถไฟหรือสถานีขนส่ง แหล่งช้อปปิ้งได้ดิน ห้างสรรพสินค้า ย่านร้านค้า ฯลฯ จะมีตู้ล็อกเกอร์แบบหยอดเหรียญที่สามารถฝากของได้อย่างสะดวกสบาย ในต่างประเทศก็มีตู้ล็อกเกอร์หยอดเหรียญเช่นกัน แต่ดูเหมือนประเทศที่มีตู้ทุกหนแห่งอย่างญี่ปุ่นไม่มีมากนัก

อัตราค่าใช้บริการตู้ล็อกเกอร์นี้ขึ้นอยู่กับขนาด หากเป็นขนาดเล็กที่สามารถใส่กระเป๋าเป้สะพายหลังได้จะอยู่ที่ประมาณ 300-400 เยน หากเป็นขนาดใหญ่ที่

ใส่กระเป๋าเดินทางได้จะราคาราว 600-1,000 เยน โดยเหรียญที่ใช้หยอดจะใช้เหรียญ 100 เยน

ระยะหลังนี้ ล็อกเกอร์แบบไม่ใช้กุญแจก็มีเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ กล่าวคือใช้ระบบการตั้งรหัสแทน โดยชำระเงินที่แป้นควบคุม ปิดตู้ล็อกแล้วรับสลีปใบเสร็จ ตอนจะเปิดให้ใส่รหัสที่พิมพ์อยู่ในสลีป แบบที่ชำระเงินด้วยบัตรเติมเงิน IC ก็มี ในกรณีนั้นให้นำบัตรแตะที่เครื่องจะสามารถเปิดปิดได้โดยไม่ต้องใช้กุญแจ

ตู้ล็อกเกอร์หยอดเหรียญบางแห่งก็ให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง แต่บางแห่งก็อยู่ในสถานที่ที่เข้าออกได้ตามเวลาที่กำหนดเท่านั้น จึงต้องระวังให้ดี

日本では、駅やバスターミナル、地下街、デパート、商店街の中などにコインロッカーがあり、気軽に荷物を預けられます。海外にもコインロッカーはありますが、日本のように、あちこちにコインロッカーがある国は、あまり多くないようです。

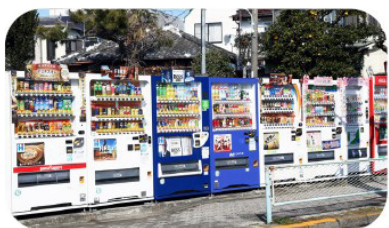
コインロッカーの利用料金は、大きさによって違います。デイバックぐらいの大きさが入る小さいサイズのロッカーは、だいたい 300 ~ 400 円ぐらい、スーツケースが入る大型のロッカーは、600 ~ 1000 円ぐらいです。コイン式の場合は、100 円玉を使います。

最近ではキーレス式のロッカーも増えてきました。鍵は暗証番号式になっていて、操作パネルのところに行って料金を払い、鍵を開けてレシートを受け取ります。開けるときは、レシートに書かれた番号を入力して開けます。交通系 IC カードで料金を支払うものもあり、その場合は閉めるときと開けるときに同じカードをタッチすることで、鍵を使わないでロッカーを開閉することができます。

コインロッカーは、24 時間利用可能なものもありますが、設置されている場所によっては、出し入れできる時間が限られていることもありますので、注意しましょう。



● じどうはんばいき 自動販売機 ตู้ขายสินค้าอัตโนมัติ



ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีตู้ขายสินค้าอัตโนมัติมาก โดยทั่วไปก็ตั้งอยู่ตามสถานีรถไฟหรือย่านร้านค้า ในอาคารต่าง ๆ หรือจุดพักรถตามทางด่วน นอกจากนี้บ่อยครั้งที่พบเห็นเครื่องประเภทนี้ตั้งอยู่โดดเดี่ยวในเขตบ้านเรือนในชนบทที่ไม่มีร้านค้าอยู่ในละแวกนั้นเลย สินค้าที่ขายด้วยตู้อัตโนมัตินี้ส่วนใหญ่จะเป็นเครื่องดื่ม หากเลือกเครื่องดื่มเย็นก็ได้เครื่องดื่มที่แช่เย็นแล้ว อีกทั้งหากเป็นฤดูหนาว ยังมีเครื่องดื่มอุ่น ๆ จำหน่ายด้วย ไม่เพียงแต่กาแฟหรือชาเท่านั้น ตู้ที่จำหน่ายซูชิ

ข้าวโพดหรือซูชิมีเซกิก็มีเช่นกัน

นอกจากเครื่องดื่มแล้ว ยังมีตู้ที่ขายสินค้าอื่นอีกหลากหลายประเภท ตู้จำหน่ายไอศกรีม บะหมี่ถ้วย ขนมปัง หรือขนมก็พบเห็นได้ทั่วไป นอกจากของที่ดื่มกินได้แล้ว ยังมีตู้ที่จำหน่ายนิตยสาร ถ่านไฟฉาย ชุดชั้นใน ร่ม ถุงยางอนามัย ฯลฯ อีกด้วย

บุหรี่ยี่ห้อชื่อดังจากตู้อัตโนมัตินี้ แต่จำเป็นต้องลงทะเบียนบัตร taspo เพื่อแสดงว่าอายุไม่ต่ำกว่า 20 ปีไว้ก่อนด้วย หากไม่นำบัตรนี้แตะที่เครื่อง จะไม่สามารถซื้อได้ การลงทะเบียน taspo ทำได้ทางออนไลน์



日本は自動販売機が非常に多い国です。駅や商店街、ビルの中、高速道路のサービスエリアなどは一般的ですが、それ以外にも、例えばばまわりに店が全然ない田舎の住宅地に、自動販売機だけが立っていることも、よくあります。

自動販売機で売られているものは、飲み物がメインです。冷たい飲み物を選んだら、冷やされた飲み物が出てきます。また冬になると、温かい飲み物も売られています。コーヒーやお茶だけでなく、コーンポタージュや味噌汁なども、自動販売機で買うことができます。

飲み物以外の自動販売機もいろいろあります。アイスクリームやカップラーメン、パン、お菓子の自動販売機は、いろいろなところで見かけます。食品以外では、雑誌、電池、下着、傘、避妊具などの自動販売機もあります。

タバコも自動販売機で買えますが、taspo（タスポ）という成人識別カードをあらかじめ申請しておく必要があります。このカードを自動販売機にタッチしないと買えないしくみになっています。taspoの申請は、ネットで行います。

● エーティーエム ATM ตู้เอทีเอ็ม

在ญี่ปุ่น ตู้เอทีเอ็มที่สามารถกดเบิกเงินสดได้โดยใช้บัตรของธนาคารหรือบัตรเครดิตมีอยู่ทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นธนาคาร สถาบันการเงิน การค้า หรือย่านร้านค้าได้ดิน และที่สะดวกที่สุดคือ มีอยู่ที่ร้านสะดวกซื้อด้วย ร้านสะดวกซื้อส่วนใหญ่มีตู้เอทีเอ็มให้กดเงินสดได้ แต่แม้ว่าร้านสะดวกซื้อจะเปิด 24 ชั่วโมง แต่วันและเวลาที่สามารถเบิกเงินได้อาจจำกัดตามแต่ละธนาคาร จึงต้องระวังด้วย และอาจมีตู้เอทีเอ็มบางตู้ที่ไม่สามารถใช้บัตรที่ทำมาจากต่างประเทศได้ แต่ดูเหมือนว่าตู้ที่อยู่ตามร้านสะดวกซื้อส่วนใหญ่จะรองรับบัตรที่มาจากต่างประเทศด้วย

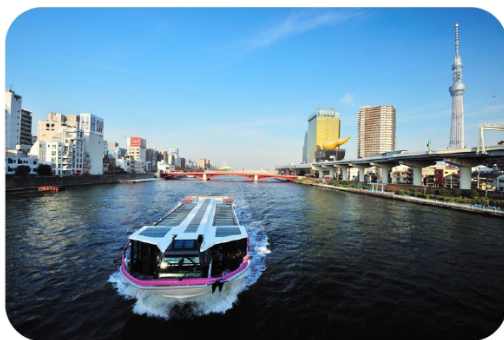
銀行のカードやクレジットカードで現金をおろせるATMは、日本では銀行、空港、駅、ショッピングモール、地下街など、いろいろなところがありますが、もっとも便利なのは、コンビニでしょう。多くのコンビニにはATMが置いてあり、お金をおろすことができます。ただし、コンビニは24時間開いていても、お金を引き出せる曜日や時間は、銀行によって制限されている場合がありますので、気をつけましょう。

日本では、海外で発行されたカードが使えないATMも、ときどきあります。コンビニにあるATMは、海外のカードに対応していることが多いようです。



● にほん かわ 日本の川 แม่น้ำในญี่ปุ่น

ญี่ปุ่นมีพื้นที่น้อยและมีภูมิประเทศที่พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นภูเขา แม่น้ำในญี่ปุ่นจึงมีต้นน้ำที่อยู่สูงกว่าระดับน้ำทะเลมาก และไหลเป็นระยะสั้น ๆ ถึงลงสู่ทะเลแล้ว แม่น้ำส่วนใหญ่จึงมีลักษณะเฉพาะคือ ค่อนข้างสั้น มีความลาดชันของผิวน้ำมาก กระแสน้ำจึงไหลเชี่ยว 信濃川 ซึ่งเป็นแม่น้ำที่ยาวที่สุดในญี่ปุ่นมีความยาว 367 กิโลเมตร ซึ่งยาวเพียง 1/14 ของแม่น้ำโขงในเอเชีย



เรือล่องแม่น้ำสุมิเด (โตเกียว)
隅田川リバークルーズ (東京)

ตะวันออกเฉียงใต้ เนื่องจากความลาดชันของผิวน้ำมากทำให้กระแสน้ำเชี่ยว เมื่อฝนตกหนักน้ำจะไหลมารวมกันที่แม่น้ำจนเกิดน้ำท่วมได้ หากอาศัยอยู่ใกล้แม่น้ำ ควรตรวจสอบก่อนว่าเป็นจุดที่มีโอกาสน้ำท่วมหรือไม่ และสอบถามถึงจุดอพยพไว้ก่อน

ช่วงต้นน้ำจะมีจุดที่น้ำไหลกัดเซาะภูเขาจนเป็น "หุบผาชัน (โกรกธาร)" เป็นสถานที่ท่องเที่ยว คนที่เพลิดเพลินกับการตกปลาที่มี ส่วนกลางน้ำและปลายน้ำของแม่น้ำบางสายก็มีเรือล่องแม่น้ำชมวิว ที่มีชื่อเสียงได้แก่ เรือล่องแม่น้ำสุมิเดในโตเกียว หรือเรือ 屋形船 ที่ 嵐山 ในเกียวโต 西方十川 ที่ปรากฏในเนื้อเรื่องเป็นแม่น้ำที่ไหลผ่านจังหวัดโคชิ ได้ชื่อว่าเป็น "แม่น้ำใสสะอาดสายสุดท้ายที่เหลืออยู่ในญี่ปุ่น" มีชื่อเสียงจาก

ความใสของน้ำกับทัศนียภาพที่งดงาม มีบริการให้เช่าจักรยานที่เลียบแม่น้ำหรือนั่งเรือ 屋形船 หรือเรือแคนูด้วย

日本はせまい国土に山が多くある地形なので、日本の川は、高い標高の水源から、短い距離で海に注ぎます。そのため全体的に短く、勾配が急で、流れが速いのが特徴です。日本で最も長い信濃川の長さは367kmで、東南アジアのメコン川の14分の1しかありません。勾配が急で流れが速いため、大雨が降ると、川に一気に水が流れ込み、ときどき洪水を起こします。川のそばに住む場合は、住んでいる場所が洪水の可能性があるかを確認した上で、避難所などもチェックしておきましょう。

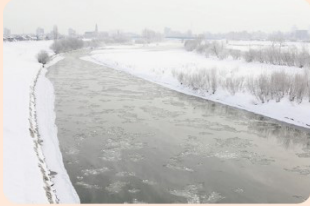
川の上流では、山を削った「渓谷」が観光スポットとなっています。釣りをを楽しむ人もいます。中流、下流では、遊覧船に乗れる川もあります。東京隅田川のリパークルーズや、京都嵐山の屋形船などが有名です。

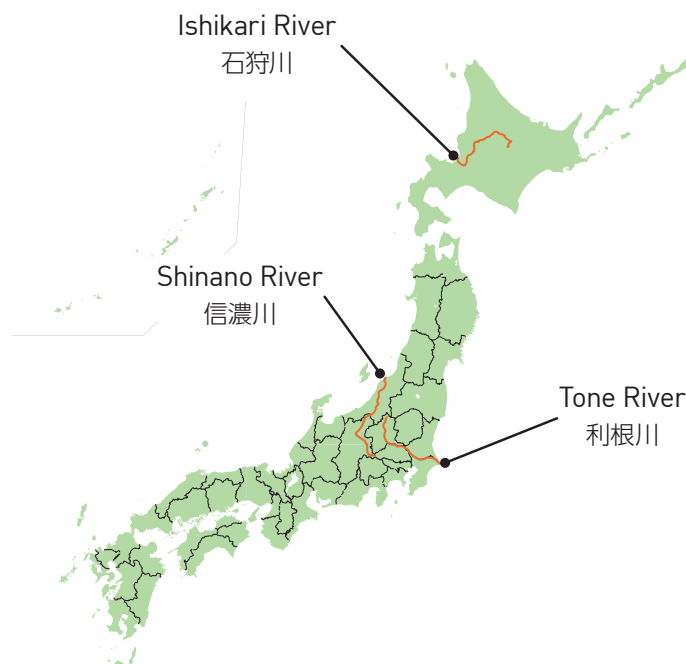
本文に出てきた四万十川は、高知県を流れる川で、「日本最後の清流」と言われています。きれいな水と景色が有名で、自転車を借りて川のそばをサイクリングしたり、屋形船やカヌーに乗ったりすることもできます。



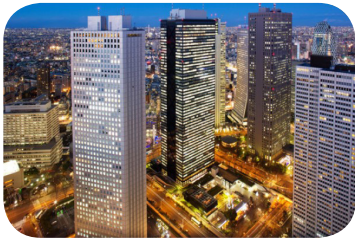
แม่น้ำ Shimanto (จังหวัดโคชิ)
四万十川 (高知県)

แม่น้ำที่ยาวที่สุด 3 อันดับแรกในญี่ปุ่น 日本の長い川ベスト3

1. แม่น้ำ Shinano しなのがわ 信濃川 (367 km)	2. แม่น้ำ Tone とねがわ 利根川 (322 km)	3. แม่น้ำ Ishikari いしがりがわ 石狩川 (268 km)
		



● にほん たか たてもの 日本の高い建物 อาคารสูงในญี่ปุ่น



ตึกระฟ้าที่ชินจูกุ
新宿の高層ビル



Tokyo Skytree
東京スカイツリー

เป็นที่รู้จักกันว่า ทางออกด้านตะวันตกของสถานีชินจูกุในโตเกียวเป็นแหล่งรวมอาคารสูงๆ หากขึ้นไปที่ชั้นชมวิวบนอาคารที่ว่าการกรุงโตเกียว (ความสูง 202 เมตร เข้าชมฟรี) จะสามารถมองเห็นบรรดาตึกระฟ้าของชินจูกุกับทัศนียภาพยามค่ำคืนของกรุงโตเกียวได้ ในปัจจุบัน (ปี 2020) ตึกที่สูงที่สุดในญี่ปุ่นคือ ตึก あべのハルカス (300 เมตร) ในโอซากา อันดับสองได้แก่ อาคาร Landmark Tower (296 เมตร) ในโยโกฮามา หากรวมสิ่งก่อสร้างอื่นด้วยละก็ สิ่งก่อสร้างที่สูงที่สุดของญี่ปุ่นคือ Tokyo Skytree (634 เมตร) รองลงมาคือ Tokyo Tower (333 เมตร) ทุกแห่งจะมีจุดชมวิวที่สามารถชมวิวทิวทัศน์จากที่สูงได้ อนึ่ง ตึกระฟ้าแห่งใหม่ชื่อ Torch Tower หน้าสถานีรถไฟโตเกียว มีกำหนดสร้างเสร็จในปี 2027 ด้วยความสูง 390 เมตร

東京新宿の西口は、高いビルが集まっているエリアとして知られています。都庁の無料展望室（高さ 202m、無料）に上れば、新宿の高層ビル群や東京の夜景を見ることができます。

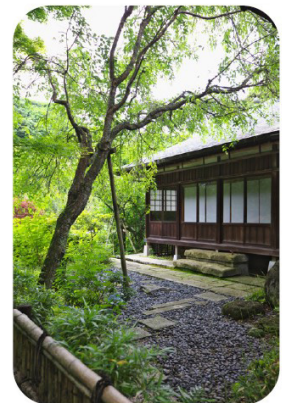
日本で現在（2020 年）最も高いビルは、大阪の「あべのハルカス」（300m）、2 番目が、横浜の「ランドマークタワー」（296m）です。ビル以外の建築物を入れると、日本一高い建物は「東京スカイツリー」（634m）、2 番目が「東京タワー」（333m）です。どの建物にも展望台があり、高いところからの景色を楽しむことができます。

なお、2027 年には東京駅前に、高さ 390m のビル「トーチタワー」が完成予定です。

● わび・さび วาปี-ซาปี

เคยได้ยินคำว่า วาปี·ซาปี บ้างไหม คำว่า วาปี·ซาปี คือ ปรัชญาความงามของคนญี่ปุ่น ที่เห็นว่า ความเรียบง่ายตามธรรมชาติและความสงบนิ่งเป็นสิ่งสวยงาม จากบทสนทนาในเนื้อเรื่องกล่าวถึงวัดเก่าแก่แห่งหนึ่งว่า いんお寺 (วัดนี้ดี) การมองวัดที่เก่าและเรียบง่ายตามธรรมชาติแล้วคิดว่า "ดูดีจัง" ก็เป็นการมองแบบ วาปี·ซาปี

เมื่อเห็นวัดทอง (金閣寺 ^{きんかくじ}) หรือวัดเงิน (銀閣寺 ^{ぎんかくじ}) ที่มีชื่อเสียงของเกียวโต หากเปรียบเทียบกับความงามที่ว้าวับด้วยสีทองอร่ามของวัดทองแล้ว วัดเงินกลับไม่ได้สร้างด้วยเงิน / ไม่ได้เป็นสีเงิน หากแต่เป็นอาคารไม้สีน้ำตาล ทำให้มองว่าทรุดโทรมก็เป็นได้ แต่การรับรู้ถึงความงามที่ดูสงบเยือกเย็นอย่างวัดเงินนี้แหละคือ วาปี·ซาปี เวลาเห็นวัดหรือสวนที่มีชื่อเสียงในญี่ปุ่น อาจจะมีคนรู้สึกที่ว่า "มีแต่ของเก่าๆ สกปรก ทำไมถึงมีชื่อเสียงได้นะ" ในสถานการณ์นั้น ขอให้นึกถึงคำว่า วาปี·ซาปี



วัด Zuisenji
瑞泉寺



วัดทอง (Kinkakuji) 金閣寺



วัดเงิน (Ginkakuji) 銀閣寺

みなさんは「わび・さび」ということばを聞いたことがありますか？ 「わび・さび」は、質素で地味、静かで落ち着いたものを美しいと思う日本人の美意識です。本文の会話には、古いお寺を見て、「いいお寺」と言う場面がありました。質素で地味な古いお寺を見て、「いいな」と思うのは、「わび・さび」に通じる感覚です。

京都の有名な「金閣寺」と「銀閣寺」を見たとき、金閣寺の金色に輝くきらびやかな美しさと比べて、銀閣寺は銀ではなく茶色の木造建築で、みすばらしい印象を受けるかもしれません。しかし、銀閣寺のほうに、心が落ち着くような美しさを感じる意識が、「わび・さび」です。日本で、有名なお寺や庭園などを見たとき、もしかしたら、「古くて汚いだけ。なぜこれが有名なんだろう？」のように感じることもあるかもしれません。そんなときは、この「わび・さび」ということばを思い出してみてください。

日本の生活
TIPS

● ほん いろいろな店 みせ ประเภทของร้านค้าในญี่ปุ่น

▶ コンビニ ร้านสะดวกซื้อ



ที่ญี่ปุ่นมีร้านสะดวกซื้ออยู่ทั่วไปหมด ตามเมืองใหญ่ๆ ยังมักพบร้านสะดวกซื้ออยู่ติดกันในอาคารแถวเดียวกันอยู่บ่อยๆ หากไปตามชานเมือง ก็จะมีร้านสะดวกซื้อที่มีที่จอดรถกว้างขวางอยู่ริมถนนมากมายหลายร้าน ร้านสะดวกซื้อส่วนใหญ่จะบริการ 24 ชั่วโมงไม่มีวันหยุดตลอดทั้งปี

ร้านสะดวกซื้อจะมีสินค้ามากมายหลายชนิด แน่นอนว่าต้องมีของกินอย่างข้าวกล่อง กับข้าว ข้าวปั้นหรือแซนวิช เครื่องดื่มของหวาน อาหารแช่แข็ง ขนม ฯลฯ แต่นอกจากนี้ ยังมีเครื่องเขียน เครื่องสำอาง เสื้อผ้า อุปกรณ์โทรศัพท์มือถือ หนังสือ นิตยสาร และอื่นๆ อีกด้วย ทั้งยังหาซื้อเหล้าและบุหรี่ได้ด้วย

ไม่เพียงแต่จ่ายสินค้าเท่านั้น ยังสามารถใช้บริการอื่นๆ ได้อีกด้วย ไม่เพียงแต่ส่งพัสดุเท่านั้น ยังสามารถระบุให้ส่งไปยังร้านสะดวกซื้อที่ตนสะดวกในการไปรับได้ด้วย ทั้งยังสามารถรับ

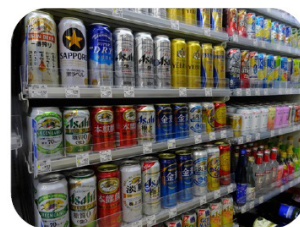
ตัวต่างๆ เช่น คอนเสิร์ตที่จองไว้ทางอินเทอร์เน็ต หรือชำระค่าสาธารณูปโภคอย่างค่าไฟหรือภาษีได้เช่นกัน สามารถใช้เครื่องที่ร้านสะดวกซื้อถ่ายเอกสาร พิมพ์ข้อมูล หรือส่งแฟกซ์ มีตู้เอทีเอ็มสำหรับเบิกถอนเงินสด ด้วยเหตุนี้ ร้านสะดวกซื้อจึงเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้สำหรับการใช้ชีวิตในญี่ปุ่น

日本には、あちこちにコンビニがあります。都会の街の中では、同じブロックに隣合うように複数のコンビニがあることもよくあります。郊外に行けば、広い駐車場のあるコンビニが、道路沿いに何軒もあるのを見かけます。多くのコンビニは、年中無休で 24 時間営業です。

コンビニでは、いろいろなものが売られています。お弁当や惣菜、おにぎりやサンドイッチ、飲み物、デザート、冷凍食品、お菓子などの食料品はもちろん、文房具、化粧品、衣料品、スマホ用品、本・雑誌、傘などもあります。日本のコンビニではお酒やタバコも買うことができます。

また品物を買うだけでなく、いろいろなサービスを受けることもできます。宅配便を出すだけでなく、受け取る時も自分が便利なコンビニを指定して、そこに配達してもらうこともできます。インターネットで予約したコンサートなどのチケットを受け取ったり、税金や電気代などの公共料金を払ったりすることもできます。コンビニにある機械を使って、コピーを取ったり、データを印刷したり、FAX を送ったりすることもできます。ATM もあり、現金をおろすこともできます。

このように、日本の生活にとって、コンビニは欠かせないものになっています。



▶ 100円ショップ ร้าน 100 เยน



ร้าน 100 เยน คือ ร้านที่สามารถซื้อสินค้า (ยกเว้นบางชนิด) ได้ในราคา 100 เยน (ไม่รวมภาษีผู้บริโภค) ชื่อเรียกอีกอย่างคือ 100均 ซึ่งย่อมาจากคำว่า 100円均一 ซึ่งแปลว่า "ทุกอย่าง 100 เยนเท่ากันหมด" ร้าน 100 เยนที่ตั้งอยู่ตามมุมใดมุมหนึ่งของห้างสรรพสินค้าหรือศูนย์การค้าก็มี หรือทั้งตึกเป็นร้าน 100 เยนก็มี สินค้าที่ขายในร้าน 100 เยนมีมากมายหลากหลาย ทั้งเครื่องเขียน อุปกรณ์บนโต๊ะอาหาร เครื่องครัว อุปกรณ์



が売られています。また、普通の品物だけではなく、オリジナルのアイデアグッズや便利グッズなどもあります。100円ショップには、日常で必要となるもののほとんどがそろっています。

ทำความสะอาด เสื้อผ้า อาหาร ของเล่น ฯลฯ ไม่เพียงสินค้าธรรมดาทั่วไปเท่านั้น แต่ยังมีสินค้าไอเดียที่ไม่เหมือนที่อื่นและสินค้าอำนวยความสะดวกต่างๆ ด้วย ร้าน 100 เยนจึงมีของที่จำเป็นในชีวิตประจำวันรวมไว้ครบครันเกือบทุกชนิดเลยทีเดียว

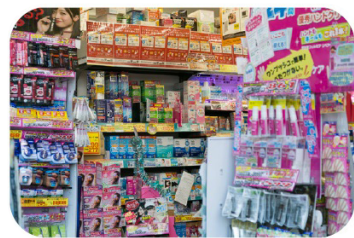
100円ショップは、店の品物が（一部を除いて）100円（消費税別）で買える店のことです。「100円均一」から「100均」という略語で呼ばれることもあります。100円ショップはデパートやショッピングモールの一角にある場合もありますし、ビル全体が100円ショップになっている場合もあります。

100円ショップで扱われている商品は幅広く、文房具、食器、キッチン用品、清掃用具、衣料品、食料品、おもちゃなど、さまざまな品物

▶ ドラッグストア ร้านขายยา

ドラッグストア คือ ร้านขายยาที่ขายยาที่ไม่ต้องมีใบสั่งแพทย์ เช่น ยาแก้หวัด ยาระบบทางเดินอาหาร ยาหยอดตา ฯลฯ (แต่ร้านที่มีบริการจัดยาตามใบสั่งแพทย์ ด้วยก็มี) ไม่เพียงแต่ยาเท่านั้น ยังจำหน่ายอาหารเสริม เครื่องสำอาง ยาสระผม ยาสีฟัน ผงซักฟอก ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาด ยาฆ่าแมลง หน้ากากอนามัย ผลิตภัณฑ์อาบน้ำ ผ้าอนามัย ผลิตภัณฑ์เกี่ยวกับสตรีเลี่ยน เครื่องเขียน ฯลฯ บางร้านยังมีพวกอาหารอย่างบะหมี่ถ้วยหรือพวกขนม เครื่องดื่ม เหล้า ฯลฯ จำหน่ายด้วย

ドラッグストアは、風邪薬、胃腸薬、目薬など、処方箋のいらない薬を売っている店です（処方箋を扱う調剤薬局を併設している店もあります）。薬だけではなく、サプリメント、化粧品、シャンプー、歯ブラシ、洗剤、清掃用具、殺虫剤、マスク、風呂用品、生理用品、ペット用品、文房具などもあり、店によってはカップラーメンなどの食料品やお菓子、飲み物、お酒などを買うこともできます。



▶ ホームセンター โฮมเซนเตอร์



คนญี่ปุ่นเรียกร้านขนาดใหญ่ที่ขายสินค้าเกี่ยวกับเครื่องใช้หรืออุปกรณ์ในบ้านและการก่อสร้างว่า โฮมเซนเตอร์ (โฮมเซนเตอร์) ร้านประเภทนี้ส่วนใหญ่จะตั้งอยู่ริมถนนสายใหญ่ตามชานเมือง และมีที่จอดรถกว้างขวาง ในโฮมเซนเตอร์จะจำหน่ายไม้แปรรูป เครื่องมือช่างอย่างพวกเลื่อยหรือไขควง น็อตและตะปู ชิ้นส่วนเครื่องไฟฟ้า วัสดุก่อสร้าง ชุตช่าง รวมไปถึงอุปกรณ์ทำสวน ผลิตภัณฑ์สำหรับสัตว์เลี้ยง อะไหล่รถยนต์และอุปกรณ์ประดับยนต์ และเครื่องเรือน เป็นต้น

主に家の設備や工事に関する品物を売る大型店を、日本語では「ホームセンター (home center)」といいます。ホームセンターは、郊外の幹線道路沿いに多く、広い駐車場を備えています。ホームセンターには、木材、のこぎりやドライバーなどの工具、ネジや釘、電気関係の部品、建築材、作業着をはじめ、園芸用品、ペット用品、自動車用品、家具なども売られています。

か で ん り ょ う は ん て ん
▶ 家電量販店 ร้านขายปลีกเครื่องใช้ไฟฟ้า



ญี่ปุ่นเรียกร้านค้าปลีกยักษ์ใหญ่แบบเซนที่ขายเครื่องใช้ไฟฟ้าอย่างคอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ ตู้เย็น ที่เป่าผม ฯลฯ ว่า 家電量販店 สาขาที่เป็นตึกใหญ่ตึกเล็กก็มี เช่น แดวชินจูกุหรืออิเคะบุะโรในโตเกียว หรือแดวนิปปอนบาชิในโอซากา เป็นต้น หรือ บางสาขาที่เป็นร้านอยู่ริมถนนสายหลักตามชานเมืองพร้อมที่จอดรถกว้างขวาง ไม่เพียงแต่ ขายสินค้าที่เกี่ยวกับไฟฟ้าหลากหลายประเภทเท่านั้น บางร้านยังขายเหล้าหรือเครื่องสำอางด้วย

ส่วนใหญ่มักมีให้สะสมแต้มตามราคาสินค้าที่ซื้อไปเพื่อนำมาลดราคาในการซื้อ ครั้งต่อไป นอกจากนี้ ในระยะหลังยังสามารถสั่งซื้อทางอินเทอร์เน็ตได้ด้วย

家電量販店は、パソコンやテレビ、冷蔵庫、ドライヤーなどの電気製品を売るチェーン店です。東京の新宿や池袋、大阪の日本橋などに大きなビルとして出店している場合もありますし、郊外の幹線道路沿いに大型駐車場を持った店舗を出している場合もあります。電気関係の製品を幅広く扱うだけでなく、店によっては酒や化粧品などを扱っていることもあります。

買い物の額によってポイントをためると、あとで買い物するときに値段が安くなるポイントカードを取り入れていることも多いです。また最近ではインターネットのサイトからも商品を買うこともできます。

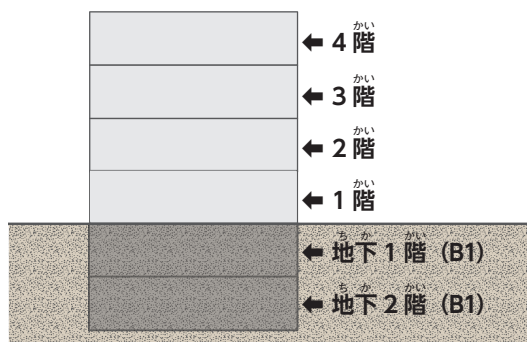


かい かぞ かた
● 階の数え方 วิธีนับชั้นของอาคาร

วิธีนับชั้นของอาคารต่างกันไปแล้วแต่ประเทศ ระบบอเมริกันจะนับชั้นพื้นดินเป็นชั้นที่ 1 เหนือขึ้นไป 1 ชั้นคือ ชั้น 2 ในขณะที่ระบบยุโรป จะเรียกชั้นเดียวกับระดับพื้นดินว่า ชั้นพื้นดิน เหนือขึ้นไปจึงเป็นชั้น 1 และในบางประเทศ ยังแตกต่างกันแล้วแต่อาคาร ไม่เหมือนกันทั้งประเทศอีกด้วย สำหรับญี่ปุ่นนั้น ใช้ระบบเดียวกับอเมริกาคือ ชั้นพื้นดินถือเป็นชั้น 1 เหนือขึ้นไปคือชั้น 2 จากนั้นก็นับ 3, 4 ไปเรื่อยๆ ส่วนการนับชั้นใต้ดินนั้น ชั้นถัดจากพื้นดินลงไปชั้นแรกถือเป็นชั้นใต้ดินชั้นที่ 1 (B1) ลงไปอีกก็เป็นชั้นที่ 2 ต่อไปเรื่อยๆ

建物の階の数え方は、国によって違います。アメリカ式では地面と同じ階が 1 階で、1 つ上に上がると 2 階です。これに対してヨーロッパ式では、地面と同じ階は地上階と呼び、1 つ上がった階が 1 階です。国によっては、建物ごとに数え方が違うなど、統一されていない場合があります。

日本は、アメリカ式の階の数え方を採用しているので、地面と同じ階が 1 階で、1 つ上がった階が 2 階、そのあとは、3 階、4 階…となります。また地下階を数えるときは、地面から 1 つ下がった階が地下 1 階 (B1)、その下が地下 2 階…となります。



● 傘 ร่ม

ในญี่ปุ่นนั้น พอฝนตกคนส่วนใหญ่ก็จะกางร่มกันจนถูกคนต่างชาติคิดว่า "ถ้าโดนฝน คนญี่ปุ่นจะละลาย" ถึงฝนจะตกเพียงเล็กน้อยแต่คนที่รีบกางร่มทันทีเพื่อไม่ให้เปียกก็มีมาก คนที่ใส่ "ร่มแบบพับได้" ไว้ในกระเป๋าเป็นประจำก็มีมากทีเดียว นอกจากนี้ หากแวะไปร้านสะดวกซื้อหรือร้านค้าในสถานีรถไฟ ก็จะสามารถหาซื้อร่มพลาสติกได้ ร่มพลาสติกทำด้วยพลาสติกใส ตามร้านสะดวกซื้อจะขายในราคาประมาณคันละ 300-500 เยน หรือถ้าแวะไปร้าน 100 เยน ก็จะหาซื้อร่มได้ในราคา 100 เยน ดังนั้น คนที่คิดว่าถ้าฝนตกก็แวะซื้อร่มพลาสติกที่ร้านสะดวกซื้อ พอไม่ใช้แล้วก็ทิ้งไป คือมองว่าเป็นแบบใช้แล้วทิ้งก็มีเช่นกัน



外国の人から「日本人は雨に濡れると溶ける」と言われるぐらい、日本では雨が降ると多くの人が傘を差します。少しでも雨が降ると、濡れないように、すぐに傘を差す人が多いです。普段から、かばんに「折りたたみ傘」を入れている人も多くいます。またコンビニや駅の売店などに行けば、ビニール傘を買うことができます。ビニール傘は透明なビニールでできた傘で、コンビニで1本 300～500円ぐらいで売られていますし、100円ショップに行けば、傘を1本 100円で買うこともできます。なので、雨が降ったらコンビニでビニール傘を買い、いらなくなったら捨てるといって、使い捨ての感覚で使う人もいます。

● トイレの呼び方 วิธีเรียกห้องน้ำ



คำที่ญี่ปุ่นใช้เรียกห้องน้ำมีหลายคำ ตามห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า สถานีรถไฟหรือสนามบิน ร้านอาหาร ฯลฯ ก็มีป้ายบอกหลายแบบ ที่พบเห็นบ่อยคงเป็นป้ายภาษาอังกฤษที่เขียนว่า Toilet บ้างก็เขียนว่า WC ส่วนที่เป็นภาษาญี่ปุ่นโดยทั่วไปก็จะเขียนว่า 化粧室 (แปลตรงตัวว่า "ห้องแต่งหน้า") หรือ 手洗い (แปลตรงตัวว่า "ที่ล้างมือ") หากเป็นอาคารสมัยก่อน อาจใช้คำว่า 便所 (แปลตามตัวอักษรว่า "ที่ขับถ่าย") ก็มี แต่เนื่องจากเป็นคำที่ตรงเกินไป จึงใช้คำนี้น้อยลงเรื่อย ๆ ส่วนการแยกห้องน้ำชายหญิง ก็ใช้ภาษาอังกฤษว่า MEN / WOMEN หรือไม่ก็เป็นภาษาญี่ปุ่นว่า 男性/女性 หรือ 男子/女子 หรือที่แสดงด้วยภาพสัญลักษณ์สีแดงกับน้ำเงินก็มี จึงคิดว่าคงไม่สับสน

เรื่องห้องน้ำหญิงชาย บางครั้งก็พบวิธีเรียกอื่น เช่น 紳士 (สุภาพบุรุษ)/婦人 (สุภาพสตรี) หรือคำเรียกเปรียบเทียบกับ 殿 (ท่านขุน)/姫 (เจ้าหญิง) ก็มี หากจำคันจิเหล่านี้ไว้ก็คงอุ่นใจ แต่โดยปกติก็มักมีภาพประกอบด้วย ทำให้พอจะตัดสินใจได้ จึงคิดว่าคงไม่สับสน

ระยะหลังนี้ ห้องน้ำโดยทั่วไปจะเป็นแบบ 誰でもトイレ (ห้องน้ำเสมอภาค) 多機能トイレ (ห้องน้ำมัลติฟังก์ชัน) เป็นห้องน้ำที่มีพื้นที่กว้าง ทำให้สามารถเข็นรถเข็นวีลแชร์หรือรถเข็นเด็กเข้าไปได้ มีถาดรองสำหรับเปลี่ยนผ้าอ้อมเด็ก มีอุปกรณ์สำหรับผู้เคยผ่าตัดทวารเทียม ห้องน้ำแบบมัลติฟังก์ชันนี้จะใช้ร่วมกันทั้งชายหญิงและแสดงด้วยตัวอักษรสีเขียว เวลาจะเข้า เพียงกดปุ่ม 開 (เปิด) ประตูจะเปิดอัตโนมัติ เมื่อเข้าไปแล้ว ก็กดปุ่ม 閉 (ปิด) ประตูจะปิดและใส่กลอนอัตโนมัติ หากมีผู้จำเป็นต้องใช้ห้องน้ำแบบนี้โดยเฉพาะ ก็ควรหลีกเลี่ยงก่อน แต่หากห้องน้ำว่างอยู่ ก็สามารถใช้ได้ทุกคน



หนึ่ง ญี่ปุ่นมีห้องน้ำมาก ตามสถานีรถไฟหรือสนามบิน ห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ ฯลฯ จะสร้างห้องน้ำไว้ไม่ห่างกันมากนัก หากเกิดอยากเข้าห้องน้ำเวลาอยู่ในเมือง ก็คงหาห้องน้ำได้ไม่ยาก อีกทั้งห้องน้ำสาธารณะแทบทุกแห่งในญี่ปุ่นสามารถใช้โดยไม่ต้องเสียค่าบริการ

トイレを表す日本語のことばは、いろいろあります。デパート、ショッピングモール、駅や空港、飲食店などでは、トイレを表すいろいろな表示があります。

よく見かけるのは、英語で「Toilet」と書いてあるものです。「WC」という表記もあります。日本語で書いてある場合は、「化粧室」「お手洗い」という表示が一般的です。昔の建物などでは「便所」ということばも使われますが、直接的な言い方なので、避けられるようになってきました。

男女の別は、「MEN / WOMEN」という英語を使ったり、日本語で「男性 / 女性」「男子 / 女子」と書いてあったりします。赤と青のピクトグラムでも表されていることが多いので、男女の区別に迷うことはないと思います。ときどき、「紳士 / 婦人」のような別の言い方をしたり、「殿 / 姫」のように比喩的に男女を表していたりすることもあります。これらの漢字を覚えておくと安心ですが、通常はいっしょに絵があり、だいたい判断できますので、迷うことは少ないでしょう。

最近では、「だれでもトイレ」または「多機能トイレ」があることも一般的になりました。これはスペースが広く取られたトイレで、車いすやベビーカーでそのまま入ることができます。赤ちゃんのおむつを替える台が付いていたり、人工肛門の人が使える設備が付いていたりします。多機能トイレは男女兼用で、緑で表されています。入るときは「開」のボタンを押して自動ドアを開け、中に入ったら「閉」のボタンを押して扉と鍵を閉めるようになっています。必要な人がいるときには優先すべきですが、空いているときは、だれでも使えます。

なお、日本ではトイレの数は多く、駅や空港、デパート、コンビニなどに、あまり距離を空けずに設置されています。街中でトイレに行きたくなくても、あまり困らないでトイレを見つけられるでしょう。なお、日本ではほとんどの公衆トイレは無料で使用できます。

● エレベーターのボタン ปุ่มในลิฟต์

นอกจากปุ่มบอกชั้นของอาคารแล้ว ลิฟต์ในญี่ปุ่นยังมีปุ่ม 開 และ 閉 ปุ่ม 開 เป็นปุ่มสำหรับกดค้างไม่ให้ประตูปิดในขณะที่ยังมีคนเข้าออกลิฟต์อยู่ ถ้าอย่างนั้น ปุ่ม 閉 มีไว้ทำอะไรล่ะ ปุ่มนี้มีไว้กดให้ประตูปิดเร็วขึ้นเมื่อไม่มีใครเข้าออกลิฟต์แล้ว ซึ่งในลิฟต์จะมีปุ่มปิดประตูหรือไม่ หรือจะใช้ปุ่มนี้หรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับแต่ละประเทศ แต่สำหรับในญี่ปุ่นแล้ว หากเห็นว่าไม่มีใครเข้าออกแล้ว ก็ควรกดปุ่ม 閉 หากคนที่ยืนอยู่ใกล้แผงควบคุมในลิฟต์ยังรีรอไม่ยอมกดปุ่ม 閉 ทั้งที่เห็นแล้วว่าไม่มีใครเข้าออก คนอื่นก็อาจเอื้อมมือมากดแทนด้วยความหงุดหงิดก็เป็นได้

日本のエレベーターには、階数のボタンのほかに、「開」のボタンと「閉」のボタンがあります。このうち「開」のボタンは、まだ乗り降りしている人がいるときに、扉が閉まらないよう、押しておくためのボタンです。では「閉」のボタンはどんなときに使うのでしょうか？ これは、もうだれも乗り降りしないときに、早く扉を閉めるためのボタンです。エレベーターに閉じるためのボタンがあるかどうか、そのボタンを使うかどうかは、国によって違うと思います。日本では、もうだれも乗り降りしないとわかったときは、すぐに「閉」のボタンを押すことが期待されます。操作パネルの近くに立っている人が、もうだれも乗り降りしないのに、「閉」ボタンを押さないで待っていると、ほかの人がイライラしながら、横から手を伸ばしてきて押すことになるかもしれません。



日本の生活
TIPS

● 日本の紙幣／貨幣 ธนบัตรและเงินเหรียญของญี่ปุ่น

เงินที่ญี่ปุ่นใช้อยู่ในปัจจุบันนี้ได้แก่ ธนบัตร 1 หมื่นเยน, 5 พันเยน, 2 พันเยน และ 1 พันเยน ส่วนเงินเหรียญได้แก่ เหรียญ 500 เยน, 100 เยน, 50 เยน, 10 เยน, 5 เยน และ 1 เยน

日本で現在使われているお金は、

紙幣（お札）：一万円札、五千円札、二千円札、千円札

貨幣（硬貨）：500 円玉、100 円玉、50 円玉、10 円玉、5 円玉、1 円玉

があります。



▶ 紙幣の刷新／肖像画の人物 ธนบัตรรุ่นใหม่และภาพบนธนบัตร

มีประกาศออกมาแล้วว่า ในปี 2024 ญี่ปุ่นจะพิมพ์ธนบัตรรุ่นใหม่ออกมาใช้ โดยธนบัตรรุ่นใหม่กำหนดจะใช้ภาพไฮโดแกรม 3 มิติ ในธนบัตรจะมีภาพบุคคลในอดีต ธนบัตรที่ใช้อยู่ในปัจจุบันมีภาพของบุคคลต่อไปนี้

紙幣は、2024 年に刷新され、新しいお札になることが発表されています。新しい紙幣では、ホログラムによる 3D などにも使われる予定です。紙幣には昔の人物の肖像が描かれていますが、2020 年現在の紙幣に使われているのは次の人々です。

◆ 2024 年までの紙幣 ธนบัตรจนถึงปี 2024

ธนบัตร 1 หมื่นเยน: Fukuzawa Yukichi (1834-1901) เป็นนักการศึกษา นักวิชาการ เป็นผู้ก่อตั้งมหาวิทยาลัยเคโอ เขียนวลีคำว่า "สวรรค์ไม่ได้สร้างคนให้สูงกว่าคนด้วยกัน เช่นเดียวกับที่ไม่ได้สร้างคนให้ต่ำกว่าคนด้วยกัน" ไว้ในหนังสือ 学問のすゝめ (An Encouragement of Learning)

ธนบัตร 5 พันเยน: Higuchi Ichiyo (1872-1896) นักเขียน กวี งานประพันธ์ได้แก่ ตาけくらべ และ にごりえ

ธนบัตร 1 พันเยน: Noguchi Hideyo (1876-1928) แพทย์ นักแบคทีเรียวิทยา ผลงานสำคัญคืองานวิจัยเรื่องไข้เหลืองและซิฟิลิส

一万円札: 福沢諭吉 (1834-1901) = 教育者、学者。慶応大学の創立者で、「天は人の上に人を造らず人の下に人を造らず」というフレーズで有名な『学問のすゝめ』を書いた。

五千円札: 樋口一葉 (1872-1896) = 作家・歌人。『たけくらべ』『にごりえ』などの小説を書いた。

千円札: 野口英世 (1876-1928) = 医師、細菌学者。黄熱病や梅毒の研究で実績を残した。

◆ 2024 年からの紙幣 ธนบัตรตั้งแต่ปี 2024

ธนบัตร 1 หมื่นเยน: Shibusawa Eiichi (1840-1931) นักธุรกิจที่ได้รับการขนานนามว่าเป็น "บิดาแห่งเศรษฐกิจญี่ปุ่นสมัยใหม่" เป็นผู้ก่อตั้งธนาคารแห่งแรกของญี่ปุ่น

ธนบัตร 5 พันเยน: Tsuda Umeko (1864-1929) ผู้ก่อตั้ง 津田塾大学 (Tsuda University) เป็นผู้บุกเบิกการศึกษาของผู้หญิงญี่ปุ่น

ธนบัตร 1 พันเยน: Kitasato Shibasaburo (1853-1931) นักวิทยาศาสตร์การแพทย์ ผู้ค้นพบแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดกาฬโรค และค้นพบวิธีการรักษาบาดทะยัก



一万円札：渋沢栄一（1840-1931）＝「近代日本経済の父」とも言われる実業家。日本初の銀行をつくった。

五千円札：津田梅子（1864-1929）＝津田塾大学の創立者で、日本の女子教育のパイオニア。

千円札：北里柴三郎（1853-1931）＝ペスト菌を発見したり、破傷風の治療法を開発したりした医学者。

▶^{にせんえんさつ}二千円札 ธนบัตร 2,000 เยน

ในบรรดาธนบัตรของญี่ปุ่น ธนบัตร 2 พันเยนไม่ค่อยนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นธนบัตรที่พิมพ์เป็นที่ระลึกการประชุมสุดยอดผู้นำ Okinawa Summit (G8) ในปี ค.ศ. 2000 แต่เนื่องจากไม่สามารถใช้กับตู้ขายสินค้าอัตโนมัติได้ จึงไม่ค่อยแพร่หลายเท่าใดนัก ปัจจุบันพบเห็นในโอกินาวาบ้าง แต่ในเขตอื่นๆ แทบไม่พบเห็นเลย



紙幣のうち、二千円札は、日常ではあまり使われていません。二千円札は 2000 年の沖縄サミットを記念して発行され、沖縄の首里城守礼門がデザインされています。しかし自動販売機であまり対応していないことなどから、あまり普及しませんでした。現在、沖縄ではときどき見ることもありますが、それ以外の地域では、ほとんど見かけません。

▶^{こうか}硬貨 เงินเหรียญ



ในบรรดาเงินเหรียญของญี่ปุ่น มีเหรียญ 5 เยนกับ 50 เยนที่มีรูตรงกลาง ซึ่งได้ยืมว่า ไม่ค่อยพบเห็นในเงินเหรียญสกุลอื่นๆ ในโลก จึงมีนักท่องเที่ยวต่างชาติบางคนนำไปเป็นของฝาก คำว่า "5 เยน" พุดเป็นภาษาญี่ปุ่นว่า 五円 ซึ่งเสียงพ้องกับคำว่า ござ縁 (บุญวาสนาที่มีร่วมกัน) ซึ่งเป็นคำมงคล จึงมักใช้เป็นเงินทำบุญที่ศาลเจ้า นอกจากนี้ มีเพียงเหรียญ 5 เยนเท่านั้นที่ไม่เขียนตัวเลขอารบิกทั้งด้านหน้าและด้านหลังของเหรียญ จะเขียนเพียงคันจิ 五円 เท่านั้น

เหรียญ 5 เยนกับ 1 เยนไม่สามารถใช้หยอดตู้ขายสินค้าอัตโนมัติได้ หากฝืนหยอดลงไป อาจทำให้เครื่องชำรุดได้ จึงต้องระวัง

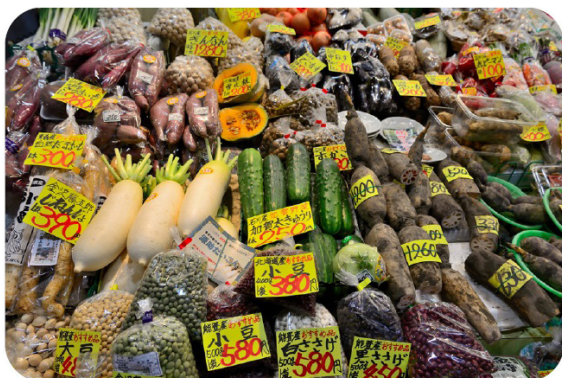
อนึ่ง ในปี 2021 เหรียญ 500 เยนจะเปลี่ยนใหม่เป็นเหรียญ 2 สี

日本の貨幣の中で、5円玉と50円玉には穴が開いています。これは世界のコインの中でも比較的めずらしいので、お土産にする外国人観光客もいるそうです。「5円」は「ござ縁」につながることから縁起がいいとされ、神社のお賽銭などにも使われることがあります。また5円玉は貨幣の中で唯一、アラビア数字が書かれていません。表も裏も「五円」と漢字だけで書かれています。

5円玉と1円玉は、自動販売機では使うことができません。無理に入ると機械が壊れてしまう可能性もありますので、注意してください。

なお500円玉も、2021年から新しくなり、2色の硬貨になります。

● ^{ねだん き}値段を聞く ถามราคา



ในประเทศของทุกคน เวลาซื้อของ ต้องถามราคาใหม่ สำหรับที่ญี่ปุ่นนั้น เวลาซื้อของตามร้านค้า เกือบทั้งหมดจะมีป้ายราคาติดอยู่ โดยปกติ หากดูที่สินค้าดีๆ ส่วนใหญ่ก็มีป้ายราคาติดอยู่ หรือไม่มีก็ราคาเขียนไว้ที่บริเวณที่วางสินค้า และแทบจะไม่มีการขอต่อราคา ยกเว้นตามร้านจำหน่ายเครื่องไฟฟ้า ยักษ์ใหญ่ทั้งหลายเท่านั้น

อย่างไรก็ตาม หากเป็นร้านในตลาดนัดของมือสอง ร้านที่เกษตรกรเปิดขายเองโดยตรง หรือร้านค้าส่วนตัวตามที่ปรากฏในบทเรียน ก็มีเหมือนกันที่ไม่มีป้ายราคาติดไว้ หรือมีติดไว้แต่ไม่สะดวกตาที่มีมาก หากถามแล้วฟังตัวเลขไม่เข้าใจ ก็ลองให้เขียนให้ดู หรือให้พิมพ์ในสมาร์ทโฟนให้ดูก็เป็นทางเลือกได้เหมือนกัน

みなさんの国では、買い物をするとき、値段をたずねる必要がありますか？ 日本では、店で買い物をする場合、値段がつけられていることがほとんどです。普通は商品をよく見れば、値段のシールが貼ってあったり、陳列場所に値段が書いてあったりすることが多いと思います。値段を交渉して安くしてもらうことも、家電量販店以外はほとんど行いません。

ただし、本文にあったような、フリーマーケットや農家の直接販売、個人で経営する店などでは、値段がついていないこともありますし、ついていてもわかりにくかったりする場合も多いと思います。

数字を聞いてわからないときは、書いてもらったり、スマホの電卓に数字を入れてもらったりする方法もあるでしょう。

● まね ねこ 招き猫 แมวชัก

แมวชักหรือที่ญี่ปุ่นเรียกว่า 招き猫 เป็นของตั้งโชว์รูปแมวยกขาหน้าเหมือนท่าทำวัตรเรียกคน จึงถือกันว่าจะช่วยเรียกลูกค้าหรือชักโชคเข้ามา ดังนั้น จึงถือเป็นของมงคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งนิยมให้เป็นของขวัญแสดงความยินดีในวันเปิดร้านใหม่ ตัวที่เล็กหน่อยก็เป็นมาศคอดที่เป็นมงคลและดูน่ารัก จึงนิยมนำไปเป็นของฝากจากญี่ปุ่นแก่ชาวต่างชาติด้วย



招き猫は、ネコの形をした置物です。前足を上げて、人を招くジェスチャーをしていることから、人をたくさん呼んだり、幸運をもたらしたりするとされています。このことから、縁起がいいプレゼントとして、特に店の開店祝いなどに贈られることがあります。小さい物は、縁起がよくて見た目もかわいいマスコットとして、外国人の日本土産としても人気があります。

● たい焼き ขนมไทยากิ



ไทยากิเป็นขนมอบทำจากแป้งสาลีใส่ไส้ถั่วแดงบด เวลาอบจะเทส่วนผสมในพิมพ์โลหะรูปปลาไท (ตระกูลปลากระพงแดง) ขนมจึงออกมาเป็นรูปปลาไท ทำให้ได้ชื่อเรียกว่า "ไทยากิ" รสชาติดั้งเดิมจะใส่ไส้ถั่วแดง แต่ระยะหลังก็มีไทยากิไส้ช็อกโกแลตหรือคัสตาร์ดวางขายอยู่เหมือนกัน

たい焼きは、小麦粉の生地にあんこを入れて焼いたお菓子です。魚の鯛の形をした金属製の型に入れて焼き、できあがりも鯛の形をしているところから、「鯛焼き」という名前がついています。伝統的なたい焼きは中にあんこが入っていますが、最近ではチョコレートやカスタードクリームなどを入れたたい焼きも売られています。



● コロッケ คร็อกเก้



คร็อกเก้ (Croquette) หรือเรียกเป็นภาษาญี่ปุ่นว่า コロッケ เป็นอาหารที่ทำโดยนำมันฝรั่งต้มไปบด คลุกเคล้ากับหมูสับและหอมใหญ่ ชุบแป้งและขนมปังป่นแล้วนำไปทอด ชนิดที่ใช้ไวท์ซอสหรือเบซาล์เมซอสแทนมันฝรั่งบดจะเรียกว่า クリームコロッケ ว่ากันว่า Croquette ของยุโรปแพร่เข้ามาในญี่ปุ่นในสมัยเมจิ จนกลายเป็นหน้าตาอย่างในปัจจุบัน

คร็อกเก้มีจำหน่ายตามมุมขายอาหารปรุงสำเร็จในซูเปอร์มาร์เก็ต หรือแผงของทอดในร้านขายเนื้อสัตว์ จึงหาซื้อไปเป็นกับข้าวได้สะดวก นอกจากนี้ ยังมีประเภทแซ่แข็ง และเป็นกับข้าวเบนโตะยอดนิยมอีกด้วย

หากใช้หมูสับล้วนโดยไม่ใช้มันฝรั่งเลย จะเรียกว่า เมนะคาซึ ซึ่งส่วนใหญ่มักวางขายคู่กับครีอกเก้ กล่าวได้ว่าเป็นเมนูกับข้าวที่ต้องมีในร้านเลยก็ว่าได้ โดยทั่วไปเวลากิน コロッケ หรือ เมนะคาซึ จะราดซอสด้วย

コロッケは、ジャガイモをゆでて潰し、ひき肉やタマネギを混ぜ、パン粉の衣をつけて油で揚げた料理です。ジャガイモの代わりにホワイトソースやベシメルソースを使った「クリームコロッケ」もあります。ヨーロッパのクロケットという料理が明治時代に伝わり、日本で今の形になったと言われています。

コロッケはスーパーのお惣菜コーナーや、肉屋の揚げ物コーナーなどで安く売られていて、おかずとして気軽に買うことができます。また冷凍食品としても売られていて、お弁当の人気メニューになっています。

ジャガイモを使わないでひき肉を使って作ったものは、メンチカツといいます。メンチカツは、コロッケといっしょに売られていることが多く、やはり惣菜の定番メニューと言えます。

コロッケ、メンチカツは、食べるときは「ソース」をかけて食べるのが一般的です。

● おにぎり โอนิกิรี

โอนิกิรีเป็นข้าวปั้นที่ได้กับข้าวไว้เป็นไส้ข้างใน ปั้นเป็นรูปสามเหลี่ยมแล้วพันด้วยสาหร่าย บางทีก็เรียกว่า อมสุบิ ในบางท้องถิ่นจะปั้นเป็นทรงกระบอกเหมือนดังเหล้า โอนิกิรีที่ใช้ข้าวแดงหรือข้าวหุงทรงเครื่องแทนข้าวขาวอาจไม่พันด้วยสาหร่ายก็มี

โอนิกิรีมีวางขายตามร้านสะดวกซื้อด้วย ไส้ของโอนิกิรีตามร้านสะดวกซื้อมีทั้งของพื้นๆ



อย่างบัวตอง สาหร่ายคอมบุ แซลมอน ทาราโกะ (ไข่ปลาคอด) และทูน่า ฯลฯ ไปจนถึงเมนูหรืออย่างสุกียากี้ เนื้อวัว ไข่ปลาแซลมอนหมักโชยุ ฯลฯ ก็มี นอกจากนี้ ยังมีร้านที่ขายโอนิกิรีโดยเฉพาะ ซึ่งหน้าร้านจะมีโอนิกิรีหลากหลายประเภทวางเรียงเป็นแถว หากซื้อที่ร้านเฉพาะนี้ ต้องบอกประเภทและจำนวนอย่างที่ปรากฏในเนื้อหาบทเรียน

โอนิกิรีสามารถทำได้เองไม่ยาก ตามร้าน 100 เยนหรือซูเปอร์มาร์เก็ตจะมีพิมพ์สำหรับปั้นโอนิกิรีขาย ถ้าซื้อมาใช้ ก็สามารถทำได้ง่าย ๆ โดยไม่ต้องปั้นเอง



おにぎりは、ご飯の中に具を入れ、三角形に固めて、のりで巻いて作ります。「おむすび」と呼ばれることもあります。地方によっては、三角形ではなく俵形に作る場合もあります。白米ではなく赤飯や炊き込みご飯を使って作ったおにぎりには、のりを巻かないこともあります。

おにぎりは、コンビニでも売られています。コンビニのおにぎりの具は、梅、昆布、鮭、たらこ、ツナなどのシンプルなものから、「牛すき焼き」「イクラしょうゆ漬け」など豪華なものもあります。また、おにぎりの専門店もあり、ショーケースにはたくさんの種類のおにぎりが並んでいます。専門店でおにぎりを買うときは、本文にあったように、種類と個数を言って買います。

おにぎりは自分で簡単に作れます。100 円ショップやスーパーなどには、おにぎりを作るための型も売っていますので、これを使うと、握らないで簡単におにぎりを作ることができます。

● 電子マネー ชำระเงินทางอิเล็กทรอนิกส์

ญี่ปุ่นเป็นระบบชำระด้วยเงินสดมาเป็นเวลานาน เมื่อเทียบกับประเทศอื่นๆ ยังมีอัตราการชำระเงินวิธีอื่นที่ไม่ใช่เงินสดค่อนข้างน้อย โดยปกติ ตามร้านค้าทั่วไปก็ใช้บัตรเครดิตไม่ได้ ใช้ได้แต่เงินสด ว่ากันว่าเป็นเพราะในญี่ปุ่นปลอดภัยพอที่จะพกเงินสดติดตัว อีกทั้งธนบัตรปลอมก็แทบไม่มีเลย

แต่ในระยะหลัง เริ่มมีระบบที่ชำระเงินโดยไม่ต้องใช้เงินสดเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ ไม่เพียงแต่บัตรเครดิตเท่านั้น การชำระเงินออนไลน์ก็แพร่หลายมากขึ้น วิธีชำระเงินออนไลน์ของญี่ปุ่นมีดังนี้



日本では長年、現金による支払いが中心でした。ほかの国と比べて、日本では現金以外のキャッシュレス決済の比率は低く、一般の店ではクレジットカードが使えず、現金しか使えないことも普通です。日本では現金を持ち歩いてもあまり危険がないことや、偽札がほとんどないことなどが、理由として言われています。

しかし、最近ではようやくキャッシュレス決済も増えてきました。クレジットカードだけではなく、電子マネーによる決済が普及してきました。日本の電子マネーには、次のようなものがあります。

◆ 交通系 IC カード バัตรเติมเงินด้านการเดินทาง

เดิมทีเป็นบัตรที่ใช้ชำระค่าโดยสารด้วยการแตะที่ช่องตรวจตั๋ว โดยที่ไม่ต้องซื้อตั๋วเป็นครั้งๆ แต่ปัจจุบันมีการใช้อย่างแพร่หลาย ไม่ใช่แค่เฉพาะชำระค่าโดยสารเท่านั้น แต่ยังใช้ร้านค้าต่างๆ ได้ เช่น ร้านสะดวกซื้อ โดยวิธีใช้ก็เพียงแค่นำบัตรแตะที่เครื่องรับชำระเงินในร้านค้านั้นๆ ตัวอย่างบัตรเหล่านี้ ได้แก่ "Suica" "ICOCA" และ "PASMO" เป็นต้น



もともとは、切符を買わないで電車やバスに乗れるように、改札にタッチして運賃を支払うカードです。しかし、交通機関を利用するだけでなく、コンビニや店などで広く使えるので、日常的な電子マネーとして普及しています。使うときは、レジの機械にカードをタッチします。「Suica」「ICOCA」「PASMO」などがあります。

◆ 流通系 IC カード บัตรเติมเงินซื้อปลีก

เป็นบัตรเติมเงินสำหรับใช้ที่ซูเปอร์มาร์เก็ตหรือร้านสะดวกซื้อเป็นหลัก เช่น Rakuten Edy, WAON และ nanaco ฯลฯ ใช้ชำระโดยนำบัตรแตะที่เครื่องรับชำระเงินในร้านค้า

スーパーやコンビニなどで使うためのカードがもともとなった電子マネーです。「楽天 Edy」「WAON」「nanaco」などがあります。これも、使うときは、レジの機械にカードをタッチします。

◆ QR コード決済 ชำระเงินด้วย QR code

เป็นวิธีชำระเงินโดยใช้แอปพลิเคชันในโทรศัพท์มือถืออ่านคิวอาร์โค้ดของร้านค้า เช่น แอปพลิเคชัน PayPay หรือ LINE Pay หากใช้ร้านสะดวกซื้อ ให้แสดงบาร์โค้ดในมือถือ ให้พนักงานร้านใช้เครื่องคิดเงินอ่านบาร์โค้ดแทน

店にある QR コードをスマホアプリで読み取って支払う方法の電子マネーです。「PayPay」「LINE Pay」などがあります。コンビニで払う場合は、スマホアプリでバーコードを表示し、コンビニレジの機械で読み取ってもらいます。

ปัจจุบัน (ปี 2020) การชำระเงินทางอิเล็กทรอนิกส์ของญี่ปุ่นมีหลายรูปแบบจากหลายๆ บริษัทที่ได้กล่าวมาแล้ว อย่างไรก็ตาม ร้านค้าที่ยังต้องชำระด้วยเงินสดเท่านั้นก็ยังคงมีอยู่ โดยเฉพาะตามต่างจังหวัด ดังนั้น หากพกเงินสดติดตัวไว้ประมาณหนึ่งเมื่ออยู่ในญี่ปุ่น ก็จะช่วยให้อุ่นใจได้

以上のように、日本の電子マネーは現在 (2020 年)、いろいろな会社のいろいろな方式がたくさんあって、混在している状態です。なお、現在でも、特に地方では、現金しか使えない店がたくさんあります。日本では、いつもある程度の現金を持ち歩くようにすると安心です。

日本の生活
TIPS

● ゴジラ ก๊อตซิลลา



ก๊อตซิลลาเป็นซีรีส์ภาพยนตร์เกี่ยวกับสัตว์ประหลาดที่โด่งดังของญี่ปุ่น ผลงานเรื่องแรกออกฉายในปี 1954 โดยผู้กำกับชื่อ Honda Ishiro เป็นภาพยนตร์ที่มีเนื้อหาหนักเกี่ยวกับความน่ากลัวของการทดลองระเบิดนิวเคลียร์ ผลงานเรื่องแรกได้รับการตอบรับดีมาก จากนั้น จึงมีผลงานเป็นซีรีส์ออกมาอีกหลายเรื่อง โดยเปลี่ยนบทบาทไปต่างๆ เช่น ต่อสู้กับสัตว์ประหลาดจากอวกาศ หรือสัตว์ประหลาดจากโลกอนาคต นอกจากนี้ ยังมีการสร้างซีรีส์ก๊อตซิลลาในฮอลลีวูดอีกด้วย ถึงแม้ว่าจะใช้คาแรคเตอร์ก๊อตซิลลาเหมือนกัน แต่นิสัยและบทบาทของก๊อตซิลลาในแต่ละเรื่องก็แตกต่างกันไป จึงมีทั้งเรื่องที่ได้รับเสียงชื่นชมและเรื่องที่ถูกวิพากษ์วิจารณ์ในทางลบ

ゴジラは、日本を代表する怪獣特撮映画のシリーズです。第1作の公開は、1954年、本多猪四郎監督。核実験の恐怖を描いた非常にシリアスな内容の映画でした。この第1作のヒットを受け、その後、シリーズの作品が何本も作られました。ゴジラは宇宙怪獣と戦ったり、未来人の怪獣と戦ったりと、その役割をいろいろと変えていきました。さらにその後、ゴジラシリーズは日本を離れ、ハリウッドでも制作されました。ゴジラというキャラクターは共通しているものの、ゴジラの性格や役割は作品ごとに大きく異なるので、それぞれの作品の評価も賛否両論あります。

● すいぞくかん 水族館 พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำ

ญี่ปุ่นเป็นผืนดินที่ล้อมรอบด้วยทะเล จึงมีพิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำอยู่ทุกหนแห่ง เฉพาะโตเกียวก็มากกว่า 10 แห่งแล้ว พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำที่มีชื่อเสียงได้แก่ "พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำ Churaumi" ที่โอกินาวา หรือ "KAIYUKAN" ที่โอซากา เป็นพิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำขนาดใหญ่ที่มีปลาที่หาชมได้ยากอย่างฉลามวาฬขนาดยักษ์ให้ชม จึงมีนักท่องเที่ยวแวะเวียนมาจากทั่วประเทศ ส่วนพิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำตามจังหวัดต่างๆ หรือในตัวเมืองก็มีจุดขายที่สัตว์ที่นำมาจัดแสดง เช่น ปลาในทะเลแถบนั้นๆ แมงกะพรุนหรือเพนกวินซึ่งมีคนชื่นชอบมาก การแสดงของปลาโลมาก็เป็นหนึ่งในรายการยอดนิยม



ฉลามวาฬ (พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำ Churaumi)
จินเบะเงะเม (沖縄美ら海水族館)



แมงกะพรุน (พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำ Sumida)
クラゲ (すみだ水族館)

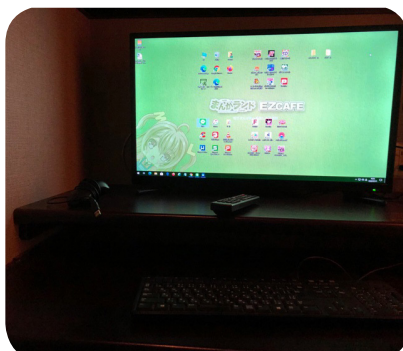
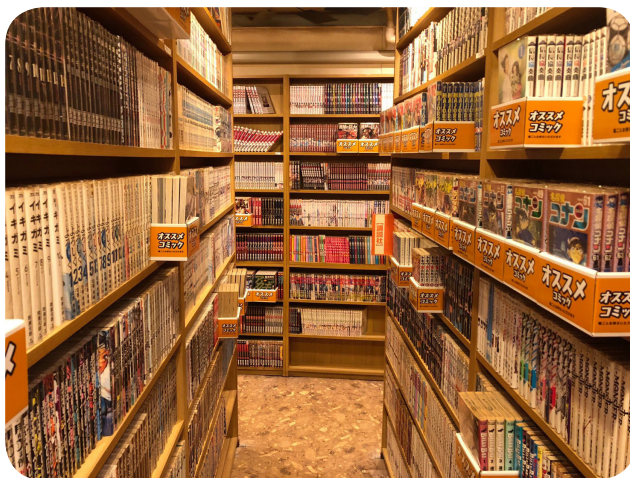
日本は海に囲まれた国土のため、水族館が各地にあります。東京だけでも、10 か所以上の水族館があります。

有名な水族館としては、沖縄の「美ら海水族館」や、大阪の「海遊館」などがあります。規模も大きく、大型のジンベエザメなどめずらしい魚も見られることもあり、全国から観光客が訪れます。地方や都心の水族館では、地元の海にいる魚や、人気があるクラゲやペンギンなど、展示物に特徴を持たせています。イルカのショーなども人気のプログラムの1つです。

● マンガ喫茶／インターネットカフェ ร้านค้าแฟ้มังงะ / อินเทอร์เน็ตคาเฟ่

マンガ喫茶 คือ ร้านที่ให้เช่าบูธ และสามารถนั่งอ่านมังงะ หรือใช้อินเทอร์เน็ตในบูธได้ อัตราค่าบริการมีทั้งที่คิดเป็น รายชั่วโมงและแพ็คเกจแบบหลายชั่วโมง บางแห่งก็เรียกว่า อินเทอร์เน็ตคาเฟ่ ทั้ง มังガ喫茶 และอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ สามารถใช้อินเทอร์เน็ตและอ่านมังงะได้ไม่จำกัดเหมือนกัน จึงกล่าวได้ว่าแทบไม่ต่างกัน แต่ในอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ บางแห่งอาจไม่มีมังงะให้อ่านก็ได้

ส่วนในนั้น นอกจากจะได้อ่านมังงะหรือใช้อินเทอร์เน็ต ได้แล้ว ยังมีเครื่องดื่มจำพวกซอฟต์ดริงก์ให้ดื่มได้ไม่จำกัด หลายแห่งเปิดบริการ 24 ชั่วโมง ราคาเยือกเยือก อีกทั้งบางแห่ง มีห้องอาบน้ำด้วย จึงมีนักท่องเที่ยวจำนวนมากที่ประหยัด ค่าใช้จ่ายด้วยการค้างคืนใน มังガ喫茶 แทนการเช่าโรงแรม นอกจากนี้ ในกรณีที่ดื่มเหล้าจนดึกทำให้พลาดรถไฟเที่ยวสุดท้าย บางคนก็พักใน มังガ喫茶 จนเช้าแทนการนั่งแท็กซี่กลับบ้าน



マンガ喫茶は、お金を払ってブースを借り、そのブースの中で、マンガを読んだり、インターネットを使ったりできる施設です。料金は、1時間ごとに払う方式だけでなく、数時間単位のパック料金もあります。「インターネットカフェ」という施設名のところもありますが、マンガ喫茶でもインターネットカフェでもインターネットが使える、マンガも読み放題なので、内容はほぼ同じと言えます。ただし、「インターネットカフェ」の中にはマンガを置いていないところもあります。

マンガ喫茶は、マンガを読んだりネットを使ったりするだけでなく、たいい飲み放題でソフトドリンクが飲めるようになっています。24時間営業のところも多く、安い料金でブースが借りられ、シャワーもあることから、ホテルに泊まる代わりにマンガ喫茶に泊まって旅行代金を節約する旅行者も多くいます。また夜遅くまでお酒を飲んで終電を逃したときに、タクシーで家に帰る代わりに、マンガ喫茶に泊まって夜を明かす人もいます。

日本の生活
TIPS

● ゴールデンウィーク ゴldenウィーク

日	月	火	水	木	金	土
4/22	23	24	25	26	27	28
29 昭和の日	30 振替休日	5/1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
6	7					

ゴールデンウィーク คือ ช่วงวันหยุดยาวตั้งแต่ปลายเดือนเมษายนถึงต้นเดือนพฤษภาคม วันหยุดนักขัตฤกษ์ได้แก่ วันที่ 29 เมษายน เป็นวันโชวะ, วันที่ 3 พฤษภาคม เป็นวันรัฐธรรมนูญ, วันที่ 4 พฤษภาคม เป็นวันสีเขียว, และวันที่ 5 พฤษภาคม เป็นวันเด็ก เมื่อรวมกับวันเสาร์อาทิตย์และวันหยุดชดเชย ก็จะกลายเป็นวันหยุดยาว ซึ่งจะยาวก็วันก็ขึ้นอยู่กับปฏิทินในแต่ละปี

หากจะไปท่องเที่ยวในช่วงโกลเดนวิค ต้องรีบวางแผนและจองโรงแรมและบัตรโดยสารแต่เนิ่น ๆ ซึ่งช่วงนี้ค่าโรงแรมและค่าตั๋วเครื่องบินจะแพงกว่าปกติ ทางด่วนก็มีการจราจรติดขัดสถานที่ท่องเที่ยวก็มีคนแน่น

ในเดือนกันยายนก็มีวันหยุดยาวต่อเนื่องที่เรียกว่า ซิลเวอร์วิค ได้แก่ วันจันทร์สัปดาห์ที่ 3 ของเดือนกันยายนซึ่งเป็นวันผู้สูงอายุ และวันที่ 22 หรือ 23 กันยายนซึ่งเป็นวันสารทวิษุวัต และวันหยุดก่อนหรือหลังวันเหล่านี้ หากระหว่างวันผู้สูงอายุกับวันสารทวิษุวัตมีวันธรรมดา 1 วัน กฎหมายระบุไว้ว่า "ให้ถือว่าวันนั้นเป็นวันหยุดเพิ่มอีกหนึ่งวันด้วย" อย่างไรก็ตามในแต่ละปี ซิลเวอร์วิคจะไม่หยุดยาวเท่าโกลเดนวิค

ゴールデンウィークは、4月末～5月のはじめにある連休です。4月29日の「昭和の日」、5月3日「憲法記念日」、5月4日「みどりの日」、5月5日「こどもの日」という祝日に加えて、土曜日、日曜日と振替休日があるので、休みが長く続きます。休みの長さは、毎年のカレンダーによって違います。

ゴールデンウィークに旅行に行くなら、早めに計画を立てて、ホテルや交通機関を早めに予約する必要があります。ただし、ホテル代や飛行機のチケット代などは普段より高くなり、高速道路も渋滞します。観光地も混みます。

9月にはシルバーウィークもあります。9月第3月曜日の「敬老の日」と、9月22/23日ごろの「秋分の日」とその前後の休みです。敬老の日と秋分の日が1日おきになった場合、「祝日と祝日にはさまれた日も休日とする」という法律により、間の日も休みになります。しかし、シルバーウィークは毎年、ゴールデンウィークほどの長い連休にはなりません。



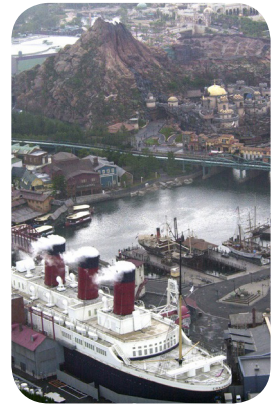
● とうきょう 東京ディズニーリゾート โตเกียวดิสนีย์รีสอร์ท



โตเกียวดิสนีย์รีสอร์ท เป็นธีมรีสอร์ทที่ตั้งอยู่ที่เมือง Urayasu จังหวัดชิบะ มีสวนสนุก 2 แห่งคือ โตเกียวดิสนีย์แลนด์กับโตเกียวดิสนีย์ซี อยู่ด้วยกัน ดิสนีย์แลนด์เป็นธีมปาร์กลักษณะเดียวกับที่อเมริกาและจีน มีปราสาทซินเดอเรลลาซึ่งเป็นสัญลักษณ์เป็นจุดศูนย์กลาง ล้อมรอบด้วยธีมแลนด์ 7 แห่ง เช่น Tomorrow Land หรือ Fantasyland ส่วนดิสนีย์ซีเป็นธีมปาร์กที่มีเฉพาะที่ญี่ปุ่น โดยมีธีมเกี่ยวกับ "ทะเล" ในสวนสนุกทั้งสองแห่งมีเครื่องเล่นหลากหลาย ทั้งยังมีการแสดงโชว์วันละหลายรอบ ในวันหยุด วันหยุดนักขัตฤกษ์ เทศกาลปีใหม่ หรือช่วงปิดเทอมทั้งฤดูร้อนหรือฤดูใบไม้ผลิ คนจะแน่นมาก บางครั้งอาจต้องรอคิวหลายชั่วโมงเพื่อนั่งเครื่องเล่น จึงควรเตรียมการล่วงหน้าให้ดีกว่าไป เช่น ดาวน์โหลดแอปพลิเคชันแล้วขอบัตร FASTPASS (บัตรที่ให้สิทธิ์จองเวลาเข้าเครื่องเล่นต่าง ๆ ล่วงหน้าได้โดยไม่ต้องรอ) วันที่คนแน่นอาจมีการจำกัดจำนวนคนเข้า ดังนั้น หากกำหนดวันได้แล้ว ต้องซื้อตั๋วระบุวันเอาไว้ล่วงหน้า

東京ディズニーリゾートは、千葉県浦安市にあるテーマリゾートです。東京ディズニーランドと東京ディズニーシーという2つのテーマパークがあります。ディズニーランドはアメリカや中国にあるものと同じタイプのテーマパークで、シンボルのシンデレラ城を中心に、トゥモローランド、ファンタジーランドなど、計7つのテーマランドがあります。ディズニーシーは、日本にしかないオリジナルのテーマパークで、「海」をテーマにしています。それぞれのパークの中にはいろいろなアトラクションがあり、またショーも1日に何回か行われています。

休日や祝日、年末年始、夏休みや春休みなど学校が休みになる時期は、非常に混雑します。アトラクションに乗るために、数時間待たなければならないこともよくあります。行く前に公式のアプリをダウンロードして、「ファストパス（待たずに優先的にアトラクションに乗ることができるチケット）」をこまめに取るなど、準備と対策が効果的です。また、混雑する日は入場自体が制限されることもありますので、行く日が決まっているときは、期日指定のチケットを買っておく必要があります。



● しんかんせん 新幹線 รถไฟชิงกันเซ็ง



ชิงกันเซ็งเป็นรถไฟความเร็วสูงที่วิ่งระหว่างเมืองใหญ่ต่าง ๆ ของญี่ปุ่นด้วยความเร็ว 250-300 กิโลเมตรต่อชั่วโมง ในปี 2020 มีชิงกันเซ็ง 9 สาย และยังมีที่อยู่ระหว่างการก่อสร้างด้วย หากนั่งชิงกันเซ็ง จะใช้เวลาจากโตเกียวถึงเกียวโตประมาณ 2 ชั่วโมง 20 นาที ตารางเวลาชิงกันเซ็งควบคุมเป็นหน่วยวินาที และมีความล่าช้าโดยเฉลี่ยเพียง 24 วินาที ภายในรถไฟมีเสบียงและนั่งสบาย ทั้งสามารถหาซื้อเครื่องดื่มหรือข้าวกล่องจากรถเข็นขายอาหารในรถไฟได้ด้วย

新幹線は、時速 250～300km で日本の都市と都市を結ぶ高速鉄道です。2020 年現在、日本には 9 つの路線があり、建築中の路線もあります。新幹線を使うと、東京から京都まで、だいたい 2 時間 20 分で行くことができます。

新幹線のダイヤは、秒単位で管理されていて、平均の遅延時間は 24 秒だそうです。車内は静かで快適です。ワゴンの車内販売で、飲み物や弁当を買うこともできます。

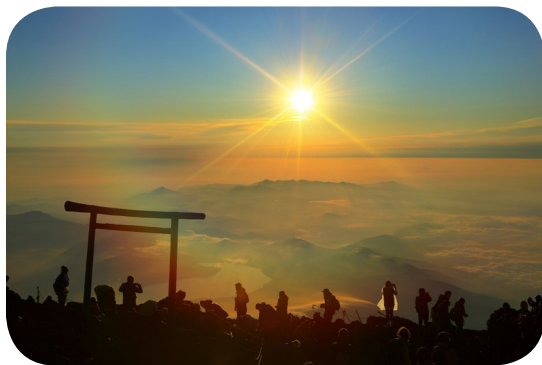


● 富士登山 การปีนภูเขาไฟฟูจิ

ภูเขาไฟฟูจิเป็นเขาที่สูงที่สุดในญี่ปุ่น มีความสูงจากระดับน้ำทะเล 3,776 เมตร ทั้งมีชื่อเสียง เนื่องจากเป็นเขาที่ไม่่ว่าใครก็พิศยดเขาได้ คนทั่วไปจะสามารถปีนฟูจิได้เฉพาะเดือนกรกฎาคมและสิงหาคม ซึ่งเป็นฤดูร้อนเท่านั้น ในช่วงนั้น กระโจมที่พักบนเขาก็เปิดบริการ ไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ก็จะมีมาลองปีนภูเขานี้ บนยอดเขามีอุณหภูมิต่ำกว่าด้านล่างถึง 20 องศา ดังนั้น แม้จะเป็นฤดูร้อนก็ยังต้องใส่เสื้อกันหนาว บางครั้งจะเห็นนักท่องเที่ยวยืดขาต่อลม ปีนขึ้นไปยืนตัวแข็งที่ยอดเขาด้วยเสื้อยืดกับกางเกงขาสั้น เพราะฉะนั้นอย่าลืมนำเสื้อกันหนาวไปด้วย



หากต้องการป็นถึงยอดเขา แผนการป็นที่นิยมกันคือ นั่งรถบัสนขึ้นไปถึงชั้นที่ 5 เริ่มป็นขึ้นไประดับตั้งแต่เที่ยงๆ ไปพักค้างคืนที่กระท่อมที่พักบนเขานั่น 8 หรือ 9 กิโลเมตรแล้วหัดแบกแรง พอที่ 2 ก็เริ่มป็นใหม่ขึ้นไปดู "แสงแรก" บนยอดเขา การพักแรมในกระท่อมในอีกนัยหนึ่งก็คือ การค่อยๆ ปรับร่างกายให้ชินกับความกดอากาศบนเขาสูง หากฟ้าโปร่งเมื่อมองลง



มาจากเส้นทางบินเขาหรือยอดเขา จะได้ขึ้นชมทัศนียภาพสุดวิเศษ
อย่างทัศนียภาพยามราตรีของโตเกียวและโยโกฮาม่า ทะเลดาว
ทะเลเมฆ และแสงแรกของวัน

บนยอดเขาฟูจิมีศาลเจ้าชินโต ซึ่งนักปีนเขาทั้งหลายจะไปกราบไหว้ นอกจากนี้ ยังจะรู้สึกที่ที่ยอดเขามีประเพณีและห้องน้ำผู้ชายดื่มคั่วอัดโนมิตี ฯลฯ ด้วย ส่วนจุดสูงสุดของภูเขาฟูจิคือบริเวณปากปล่องภูเขาไฟที่เรียกว่า 剣ヶ峰 (เคนกะโตะ) ซึ่งต้องเดินจากศาลเจ้าบนยอดเขาไปราว 30 นาที หากยังไม่ไปถึง ก็ยังไม่ถือว่าถึงสถานที่อยู่สูงสุดในญี่ปุ่นแล้ว

富士山は標高 3776m、日本一高い山ですが、だれでも頂上に立てる山としても人気があります。一般の人が富士山に登れるのは、7月と8月の夏だけです。この間は山小屋もオープンし、子どもから大人まで富士登山に挑戦しています。

富士山の山頂は下界よりも 20 度低い気温になりますので、夏でもセーターなど暖かい服が必要です。事情を知らない観光客が、T シャツと短パンで富士山頂まで来て、凍えている姿がときどき見られます。暖かい服は忘れないようにしましょう。

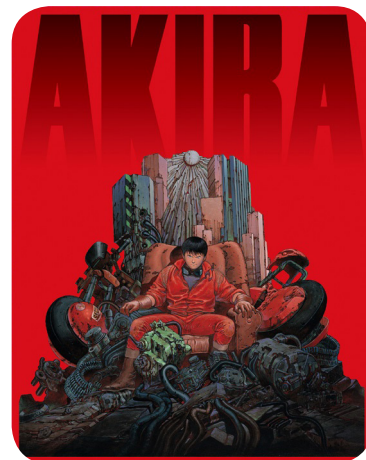
富士山の山頂を目指す場合、よくあるコースは、5 合目までバスで行き、屋ごうから登りはじめ、8 合目か 9 合目の山小屋に宿泊、夕食を食べて仮眠をとったあと、夜中の 2 時ごろから再び登りはじめ、山頂で「ご来光」を見る、というパターンです。山小屋に泊まることで、高山の気圧に体を少しずつ慣らすという意味もあります。登山道や山頂からは、晴れていれば、東京・横浜の夜景や、一面の早、雲海とご来光など、素晴らしい景色が楽しめます。

富士山の山頂には神社があり、多くの登山者がお参りしていきます。また山頂には郵便局やトイレ、自動販売機もあり、驚かされます。なお、富士山の最高点は、山頂の神社からさらに 30 分ほど火口を歩いた「剣ヶ峰」というところです。剣ヶ峰まで行かなければ、日本の最高点に行ったことにはなりません。



● 日本のアニメ／君の名は。／ドラえもん アニメの起源／"Your Name" / "ドラえもん"

アニメの起源は古く、人々が昔から物語を語り合ってきた。特に日本では、神話や伝説、民話などが、アニメの根幹を成している。1970年代には、テレビアニメが海外に輸出され、世界の子供たちが日本のアニメだということを知り、夢中になりました。1990年代からは、アニメは日本の文化であるということが認識され、「Anime」と言えば日本のアニメを指すことになりました。大友克洋監督の『AKIRA』、押井守監督の『攻殻機動隊』、宮崎駿監督の『もののけ姫』などのアニメ映画は、世界で高く評価されています。その後、DVDの流通やインターネット動画サイトの普及によって、日本のアニメはさらに世界に広まりました。テレビシリーズからは『ドラゴンボール』『機動戦士ガンダム』『新世紀エヴァンゲリオン』『名探偵コナン』など、ゲームからは『ポケモン』、そして、劇場映画の『千と千尋の神隠し』



"AKIRA"

『君の名は。』(Your name) 映画の監督は新海誠。2016年に公開された。この映画は、科学と魔法の物語で、2人の少年少女が夢の中で交わる。この映画は、科学と魔法の物語で、2人の少年少女が夢の中で交わる。この映画は、科学と魔法の物語で、2人の少年少女が夢の中で交わる。

『ドラえもん』は、藤子・F・不二雄の原作マンガがテレビアニメ化された作品で、未来から来たロボットのドラえもんが、「ひみつ道具」を使ってのび太少年を助けるというストーリーです。ドラえもんは日本ではだれでも知っている国民的なキャラクターです。現在では多くの国に輸出され、世界での知名度も高くなっています。

『君の名は。』(Your Name) と『ドラえもん』の公式サイトは、<http://www.kiminona.com/> と <https://dora-world.com/> です。

『君の名は。』(Your Name) <http://www.kiminona.com/>

『ドラえもん』 <https://dora-world.com/>

"Spirited Away"
『千と千尋の神隠し』

『この世界の片隅に』など、多くの作品がファンを増やし、世界的な評価を受けています。

『君の名は。』は新海誠監督のオリジナル長編劇場映画で、2016年に公開された作品です。時間と空間を越えて男女の心が入れ替わるというSF的なストーリーで、実在の街を精密に再現した美しい映像が特に話題となりました。新宿区四谷にある須賀神社の階段を舞台にしたラストシーンは、アニメファンの間で有名になりました。本文のように、アニメの舞台となった場所を実際に訪れることを「聖地巡礼」といい、アニメファンが日本に来るモチベーションになっています。

『ドラえもん』は、藤子・F・不二雄の原作マンガがテレビアニメ化された作品で、未来から来たロボットのドラえもんが、「ひみつ道具」を使ってのび太少年を助けるというストーリーです。ドラえもんは日本ではだれでも知っている国民的なキャラクターです。現在では多くの国に輸出され、世界での知名度も高くなっています。

なお、「君の名は。」「ドラえもん」の詳しい情報は、以下のサイトを参照してください。

『君の名は。』 <http://www.kiminona.com/>

『ドラえもん』 <https://dora-world.com/>

● だんやき どらやき

どらやきは、あんこを包みこんで、生地を平たく伸ばして焼いたお菓子です。どらやきは、日本全国で食べられていますが、特に北海道の道庁所在地である札幌市で、多くのお店で販売されています。どらやきは、コンビニや和菓子店でも買えるほか、どらやきの専門店もあります。普通のどらやきだけではなく、クリームを入れたどらやき、餅の入ったどらやきなども売られています。

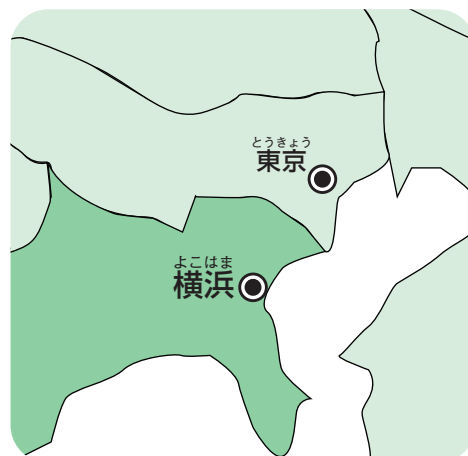


どらやきは、まるい2枚のカステラ状の生地の中にあんこをはさんだ和菓子です。ドラえもんが大好きな食べ物として、世界に知られるようになりました。どらやきは、コンビニや和菓子店でも買えるほか、どらやきの専門店もあります。普通のどらやきだけではなく、クリームを入れたどらやき、餅の入ったどらやきなども売られています。

● よこはま 横浜 ヨコハマ

ヨコハマは、神奈川県にあり、東京の南に位置しています。横浜は、東京から電車で約30分ぐらいです。横浜は、外国貿易のための港として栄えました。そのため、中国やアメリカなど、海外の文化に影響を受けています。特に横浜中華街は有名で、多くの中華料理の店が並び、観光地になっています。港の近くでは、クルーズ船に乗ったり公園を散歩したりして、ゆっくり横浜を楽しむことができます。一方、新しく開発された「みなとみらい21」地区は、ランドマークタワーなど近代的なビルが建ち並び、観光や商業の中心となっています。

ヨコハマは、神奈川県にあり、東京の南に位置しています。横浜は、東京から電車で約30分ぐらいです。横浜は、外国貿易のための港として栄えました。そのため、中国やアメリカなど、海外の文化に影響を受けています。特に横浜中華街は有名で、多くの中華料理の店が並び、観光地になっています。港の近くでは、クルーズ船に乗ったり公園を散歩したりして、ゆっくり横浜を楽しむことができます。一方、新しく開発された「みなとみらい21」地区は、ランドマークタワーなど近代的なビルが建ち並び、観光や商業の中心となっています。



神奈川県横浜市の、東京に次いで、日本で2番目に人口が多い都市です。東京の南にあり、東京から電車で約30分ぐらいです。横浜は外国貿易のための港として栄えました。そのため、中国やアメリカなど、海外の文化に影響を受けています。特に横浜中華街は有名で、多くの中華料理の店が並び、観光地になっています。港の近くでは、クルーズ船に乗ったり公園を散歩したりして、ゆっくり横浜を楽しむことができます。一方、新しく開発された「みなとみらい21」地区は、ランドマークタワーなど近代的なビルが建ち並び、観光や商業の中心となっています。



おんせん
温泉

น้ำพุร้อน



น้ำพุร้อน Kusatsu
草津温泉

ญี่ปุ่นมีภูเขาไฟมาก จึงมีบ่อน้ำพุร้อนหรือออนเซ็นอยู่แทบทุกหนแห่ง จุดที่มีน้ำพุร้อนในญี่ปุ่นมีประมาณ 3,000 แห่ง จึงสามารถแช่บ่อน้ำพุร้อนได้ทั่วประเทศญี่ปุ่น 別府温泉 ที่กล่าวถึงในตัวอย่างอยู่ในจังหวัดโออิตะบนเกาะคิวชู มีชื่อเสียงเนื่องจากมีตาน้ำและปริมาณน้ำร้อนที่ผุดขึ้นมามากที่สุดในญี่ปุ่น นอกจากนี้ ในญี่ปุ่นยังมีบ่อน้ำพุร้อนที่มีชื่อเสียงอีกหลายแห่ง เช่น 草津温泉 ในจังหวัดกุมมะ ซึ่งโด่งดังเพราะมีน้ำพุร้อนที่มีสารกำมะถันเจือปนอยู่ 乳頭温泉郷 ในจังหวัดอะคิตะ ที่ยังคงกลิ่นอายของบ่อน้ำร้อนแบบโบราณที่ซุกซ่อนอยู่ในธรรมชาติ

日本には火山がたくさんあるため、各地に温泉がわいています。日本の温泉地の数は約3000か所あり、全国どこでも温泉に入ることができます。本文に出てきた別府温泉は、九州の大分県にあり、源泉数や湧出量が日本一の温泉として知られています。日本にはほかにも、硫黄を含んだ強酸性のお湯で知られる群馬県の草津温泉や、昔ながらの秘湯の雰囲気を残した秋田県の乳頭温泉郷など、有名な温泉がいくつもあります。

以下は、温泉に入るときのマナーですが、温泉にかぎらず、一般の銭湯にも当てはまります。

にようよく
▶入浴のマナー มารยาทในการอาบน้ำและแช่น้ำร้อน

- ◆ เวลาแช่บ่อน้ำพุร้อน ปกติจะไม่ได้ชุดว่ายน้ำหรือชุดชั้นใน จะแช่ด้วยร่างกายเปลือยเปล่า (แต่มีบ่อน้ำพุร้อนบางแห่งที่ให้ใส่ชุดว่ายน้ำแช่ได้)

温泉に入るときは、普通は水着や下着を着ません。裸で入ります (水着を着て入る温泉も一部あります)。

- ◆ ก่อนลงไปแช่ ให้ชำระล้างร่างกายให้สะอาดที่จุดล้างตัวนอกบ่อแช่ตัว

風呂に入る前に、湯船の外の洗い場で体を洗います。

- ◆ ห้ามจุ่มผ้าเช็ดตัวลงในบ่อน้ำร้อน นอกจากนี้ ไม่ควรให้เส้นผมจุ่มลงไปเช่นกัน

風呂には、タオルを浸けてはいけません。また髪の毛もできるだけ浸けないようにします。

- ◆ หากน้ำร้อนเกินไปจนแช่ตัวลงไปไม่ได้ อาจลองถามคนใกล้ๆ ดูว่าจะขอเติมน้ำได้หรือไม่ การถือวิสาสะเติมน้ำเองตามใจชอบถือว่าเสียมารยาท

お湯が熱くて入れないときは、水を入れていいか、まわりの人に聞きましょう。勝手に水でうめるのはマナー違反です。

- ◆ หากจะถ่ายภาพ ควรเลือกเวลาที่ไม่มีผู้อื่นอยู่ด้วย หากมีป้ายเขียนบอกว่า "ห้ามนำกล้องถ่ายรูปเข้าไป" ก็ขอให้ปฏิบัติตาม

写真を撮るときは、ほかの人がいないときにしましょう。「カメラ持ち込み禁止」と書かれているときは、それに従います。

- ◆ เวลาขึ้นจากบ่อแช่ตัว ควรใช้ผ้าเช็ดตัวเช็ดตัวให้แห้งก่อน แล้วจึงไปที่จุดเปลี่ยนเสื้อผ้า

風呂から上がるときは、脱衣所に戻る前に、タオルで体をだいたい拭いてから上がります。

- ◆ ระวังอย่าแช่นานเกินไปจนมึน

入りすぎてのぼせないように、注意しましょう。



Nyuto Onsenkyo
乳頭温泉郷

เรียนภาษาญี่ปุ่นเล่มนี้จบไป 1 เล่มแล้ว มั่นใจในการพูดภาษาญี่ปุ่นขึ้นบ้างไหม หากมาญี่ปุ่นเมื่อไร ก็ลองเปิดโลกกว้าง ด้วยการสัมผัสประสบการณ์จริงในญี่ปุ่น ไม่ว่าจะเป็นการท่องเที่ยว การช้อปปิ้ง หรือการรับประทานอาหาร โดยอาศัยข้อมูลที่ได้นำเสนอในคอลัมน์นี้ดูนะ

この教材を一冊勉強して、日本語で話す自信ができましたか？ 日本に来たら、このコーナーで紹介した情報を参考に、旅行をしたり、買い物をしたり、食事をしたりなど、生の日本を体験して、世界を広げてください。



Tips for life in Japan



A2



日本の生活
TIPS● 「^{めうえ}目上」 と 「^{めした}目下」 "ผู้ใหญ่" กับ "ผู้น้อย"

ภาษาญี่ปุ่นมีวิธีพูดด้วยรูปสุภาพกับรูปธรรมดา โดยแยกใช้ตามความสัมพันธ์ระหว่างคู่สนทนา เช่น อาวุโสมากหรือน้อยกว่า สนทนากัน หรือไม่รู้จักกัน

ส่วนความสัมพันธ์แบบไหนเรียกว่า "อาวุโสกว่า (^{めうえ}目上) " หรือ "อาวุโสน้อยกว่า (^{めした}目下) " นั้น พิจารณาจากปัจจัยดังนี้

日本語には丁寧体と普通体というスタイルの区別があり、目上か目下か、親しい人同士か知らない人同士かなど、話し手と聞き手の人間関係によって使い分けられます。

では、どんな人が「目上」で、どんな人が「目下」として位置づけられるのでしょうか。これには、次のような要因があります。

▶ ^{ねんれい}年齢 อายุ

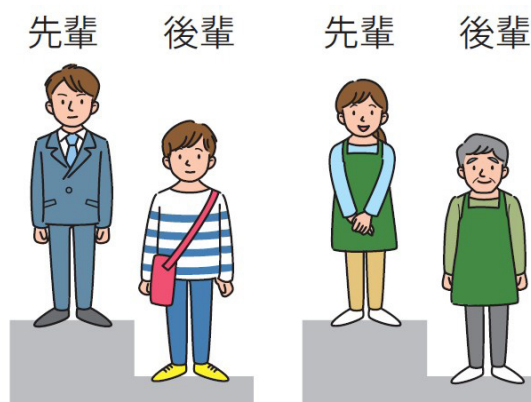
โดยทั่วไปแล้ว กรณีที่คู่สนทนาอายุต่างกัน ผู้ที่อายุมากกว่าก็จะถือเป็น ^{めうえ}目上 หรือ "ผู้ใหญ่" ส่วนผู้ที่อายุน้อยกว่า ก็จะเป็น ^{めした}目下 หรือ "ผู้น้อย" ความต่างของอายุถือเป็นปัจจัยสำคัญทีเดียวในการแยกใช้รูปสุภาพหรือรูปธรรมดา ด้วยเหตุนี้ ขณะอยู่ในญี่ปุ่น จึงอาจถูกถามอายุบ้าง ซึ่งดูเหมือนว่า สำหรับคนที่มาจากต่างประเทศแล้ว มีไม่น้อยที่รู้สึกว่ "ละเมิดความเป็นส่วนตัว" เมื่อทำงานแล้ว การถือเรื่องความอาวุโสหรือผู้ใหญ่กับผู้น้อยตามอายุจะเข้มงวดน้อยลง หากวัยใกล้เคียงกัน นอกจากนี้ ยิ่งสนิทกันมากขึ้น การกำหนดความอาวุโสด้วยวัยก็จะยิ่งลดน้อยลง

一般的に、年齢が違う人同士が話するとき、年齢が上の人が「目上」、年齢が下の人が「目下」の立場になります。年齢の違いは、スタイルを使い分ける上でかなり大切な要素です。そのため、日本では年齢を聞かれる機会がときどきあり、外国から来た人にとっては「プライバシーの侵害」と感じることも少なくないようです。年齢による目上－目下の区別は、社会人になれば、同年代の間柄であればそれほど厳密でなくなります。また、お互いの関係が親しくなればなるほど、年齢による目上－目下の区別はなくなってきます。

▶ ^{せんぱい}先輩－^{こうはい}後輩 รุ่นพี่รุ่นน้องร่วมสถาบันหรือสังกัด

ในแต่ละองค์กร ผู้ที่อยู่มาก่อนจะเรียกว่า "รุ่นพี่" หรือ ^{せんぱい}先輩 ส่วนผู้ที่เข้ามาทีหลังจะเรียกว่า "รุ่นน้อง" หรือ ^{こうはい}後輩 หากเป็นนักเรียน ส่วนใหญ่รุ่นพี่ก็จะอายุมากกว่าอยู่แล้ว แต่ในองค์กรต่าง ๆ อย่างบริษัท บางครั้งผู้ที่เป็น ^{せんぱい}先輩 อาจอายุน้อยกว่าผู้ที่เป็น ^{こうはい}後輩 ซึ่งเข้ามาทำงานทีหลังก็ได้ แต่โดยทั่วไปแล้ว ความอาวุโสจะดูจากการเป็น "รุ่นพี่" หรือ "รุ่นน้อง" มากกว่าอายุ ทั้งนี้ก็อาจขึ้นอยู่กับว่าอายุต่างกันมากน้อยด้วย

ある組織に、より古くからいる人が「先輩」、より新しく入ってきた人が「後輩」です。学生であれば、たいてい先輩＝年齢が上ということになりますが、会社など社会人の組織などでは、後輩のほうが年上で先輩のほうが年下という場合もあります。どのぐらいの年齢差があるかなどもよりますが、一般的には年齢の上下よりも先輩後輩の関係のほうが優先されます。



日本の生活
TIPS

やきゅう

● 野球 ベสบอล

หนึ่งในกีฬาที่เป็นที่นิยมในญี่ปุ่นมาตั้งแต่อดีตก็คือเบสบอล แต่ละพื้นที่มักจะมีทีมเบสบอลที่เป็นนักเรียนชั้นประถมของตนเอง ส่วนในโรงเรียนมัธยมต้นและมัธยมปลาย เบสบอลก็เฟื่องฟูมากในรูปของกิจกรรมชมรม ยิ่ง "การแข่งขันเบสบอลระดับมัธยมปลาย" ซึ่งชมรมเบสบอลของแต่ละจังหวัดช่วงชิงความเป็นหนึ่งในญี่ปุ่นกันด้วยแล้ว ถือเป็นสัญลักษณ์แห่งฤดูร้อนเลยทีเดียว

ทีมเบสบอลอาชีพของญี่ปุ่นมี 12 ทีม ได้แก่ Central League (セ・リーグ) 6 ทีมกับ Pacific League (パ・リーグ) 6 ทีม แต่ละทีมจะมีเมืองที่มีสนามที่เป็นฐานที่มั่นที่เรียกว่าสนามเหย้าเป็นฟรอนไชส์และในเมืองเหล่านั้นจะมีแฟนจำนวนมากที่คอยเชียร์ทีมของตนอย่างคลั่งไคล้



คนที่เล่นเบสบอลเป็นงานอดิเรกก็มีมากเช่นกัน บ้างก็ตั้งทีมเบสบอลสมัครเล่นแล้วจัดแข่งขันกันในวันหยุด ตามสวนสาธารณะในวันหยุดมักจะเห็นเด็กๆ หรือพ่อลูกเล่นขว้างและรับลูกเบสบอลกัน เบสบอลถือเป็นกีฬาที่คนญี่ปุ่นคุ้นเคยดี

日本で昔から最も人気があるスポーツの1つが、野球です。地域にはたいがい小学生の野球チームがありますし、中学校や高校では、部活動としての野球が非常に盛んです。特に、各県の高校の野球部が日本一を決める「高校野球」は、夏の風物詩にもなっています。

日本のプロ野球のチームは、セントラルリーグ（セ・リーグ）6球団、パシフィックリーグ（パ・リーグ）6球団の、計12球団があります。それぞれの球団は、本拠地の球場がある都市をフランチャイズとしており、その地元では、チームを熱心に応援するファンが多くいます。

趣味として野球をする人も多くいます。アマチュアの野球チームを作って休日に試合をする人もいたり、休みの日の公園では、子ども同士や親子がキャッチボールをする姿が見られます。野球は日本人にとって、身近なスポーツです。



● いけばな 花道 (ikebana)

อิเคบานะเป็นหนึ่งในศิลปะดั้งเดิมของญี่ปุ่น โดยนำดอกไม้และต้นไม้ใบหญ้าขนาดเล็กหรือกิ่งไม้มาจัดให้สวยงามในภาชนะตามศูนย์วัฒนธรรมหรือศูนย์กิจกรรมชุมชน (公民館) ในที่ต่างๆ มีการจัดอบรมการจัดดอกไม้แบบอิเคบานะ ซึ่งคอร์สอบรมหลายแห่งมักให้ออกาสผู้เพิ่งเริ่มเรียนได้ทดลองจัดดู หากสนใจอิเคบานะก็ลองเริ่มจากคอร์สสำหรับทดลองจัดดูก่อนก็ได้

いけばな（華道）は、日本の伝統的な芸術の1つで、花や草、枝を器に生けて飾ります。各地のカルチャーセンターや公民館などで、いけばな教室が開かれることもあります。いけばな教室では、初心者のための体験レッスンを行っていることも多いので、いけばなに興味をもったら、まず体験レッスンを探してみるといいでしょう。



● スタジオジブリ スタジオジブリ

คือชื่อบริษัททำภาพยนตร์อะนิเมะของญี่ปุ่นที่
ผู้กำกับภาพยนตร์ Miyazaki Hayao สังกัดอยู่ อะนิเมะ
ที่สร้างโดยจิบลีได้รับเสียงชื่นชมทั้งในและนอกญี่ปุ่น
ทั้งผลงานที่ได้รับรางวัลภาพยนตร์ระดับนานาชาติก็มี
เป็นจำนวนมาก ผลงานเด่นๆ ได้แก่ My Neighbor Totoro
(となりのトトロ) Spirited Away (千と千尋の神隠し) และ Howl's
Moving Castle (ハウルの動く城)

映画監督の宮崎駿が所属する、日本のアニメ制作会社です。
ジブリの制作したアニメ映画は国内外で高く評価され、国際的な
映画賞を受賞した作品も多くあります。代表作には、『となりのト
トロ』『千と千尋の神隠し』『ハウルの動く城』などがあります。



ผู้กำกับภาพยนตร์ Miyazaki Hayao
映画監督 宮崎駿

● こくさいこうりゅうきょうかい 国際交流協会 สมาคมมิตรภาพนานาชาติ

สมาคมมิตรภาพนานาชาติซึ่งภาษาญี่ปุ่นเรียกว่า こくさいこうりゅうきょうかい มีอยู่ทั่วทุกแห่งในญี่ปุ่น เป็นกลุ่มที่ตั้งขึ้นเพื่อช่วยเหลือ
ชาวต่างชาติในพื้นที่ และจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการสร้างสรรค์พันธมิตรระหว่างคนต่างชาติกับคนในพื้นที่ เช่น เปิดคอร์สสอน
ภาษาญี่ปุ่นสำหรับคนต่างชาติ จัดกิจกรรมประเพณีเทศกาลอาหารนานาชาติหรือการประกวดสุนทรพจน์ภาษาญี่ปุ่น หรือจัด
เทศกาลนานาชาติที่เป็นงานระดับใหญ่ สมาคมนี้เป็นประโยชน์กับคนต่างชาติที่อาศัยอยู่ในญี่ปุ่น จึงอยากให้ลองหาข้อมูลดู

日本の各地にある国際交流協会は、地域に住む外国人を支援し、市民との交流を促進する活動を行っている団体です。外国人のための
日本語教室を開催したり、各国料理大会や日本語スピーチコンテストのようなイベントを行ったり、また大規模な国際交流フェスティバルを
開いたりする場合があります。日本に住む外国人にとっては、地域の国際交流協会は役に立つ存在ですので、調べてみるといいでしょう。



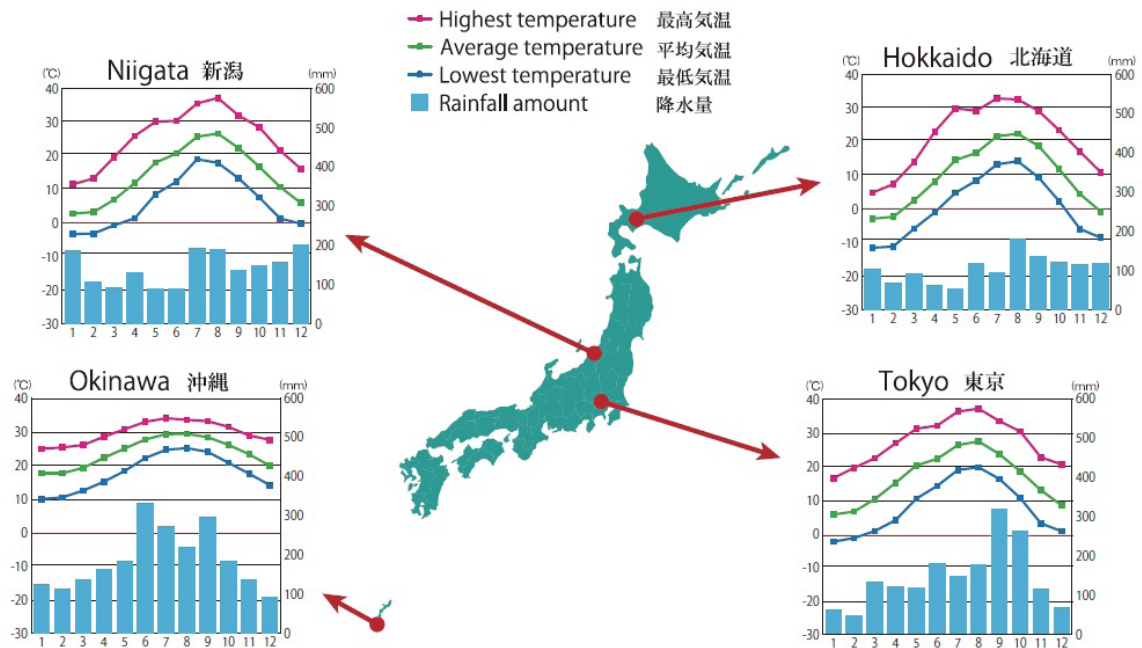
Association for Toyonaka Multicultural Symbiosis (ATOMS)
公益財団法人とよなか国際交流協会

日本の生活
TIPS

● にほん きこう 日本の気候 ภูมิอากาศของญี่ปุ่น

ญี่ปุ่นเป็นประเทศเกาะที่ทอดตัวเป็นแนวยาวจากเหนือจรดใต้ ภูมิอากาศในแต่ละเขตจึงแตกต่างกันมาก

日本は南北に細長い島国なので、地域によって気候が大きく異なります。



▶ とうきょう โตเกียว

อากาศในโตเกียวจะเริ่มอบอุ่นขึ้นตั้งแต่ปลายเดือนมีนาคมและเข้าสู่ฤดูใบไม้ผลิ ฤดูร้อนซึ่งเริ่มตั้งแต่เดือนกรกฎาคมหรือสิงหาคมจะมีอากาศร้อนขึ้น บางวันมีอุณหภูมิสูงสุดเกือบ 40 องศา อากาศจะเริ่มค่อยๆ หนาวขึ้นตั้งแต่เดือนตุลาคม พอถึงฤดูหนาวซึ่งเริ่มตั้งแต่ธันวาคมถึงประมาณกุมภาพันธ์ แต่ละวันจะมีลมหนาวพัด ท้องฟ้าปลอดโปร่งและอากาศแห้ง โตเกียวมีหิมะตกไม่บ่อยนักคือเพียงปีละไม่กี่ครั้ง

東京では、3月の終わりがから暖かくなってきて、春になります。7月から8月の夏はとても蒸し暑く、最高気温が40度近くになる日もあります。10月ごろからだんだん寒くなり、12月から2月ごろまで続く冬には、冷たい風が吹いて、乾燥した晴れの天気が続きます。東京では、雪が降ることはめったになく、1年で数回程度です。

▶ ほっかいどう ฮอกไกโด

ฮอกไกโดตั้งอยู่เหนือสุดของญี่ปุ่น เป็นภูมิภาคที่ฤดูร้อนอากาศเย็นสบาย ขณะที่ฤดูหนาวจะหนาวจัด ในฤดูร้อนจะมีวันที่อุณหภูมิสูงกว่า 30 องศาอยู่ไม่กี่วัน แต่ในฤดูหนาว ส่วนใหญ่อุณหภูมิติดลบแม้ในเวลากลางวัน อุณหภูมิต่ำสุดต่ำถึง -20 องศาก็มี และมีหิมะทับถมกันหนาทีเดียว

日本のいちばん北にある北海道は、夏はすずしく冬は寒さが厳しい地域です。夏は30度を超える日は数日しかありませんが、冬の間は日中でも氷点下の日が多く、最低気温がマイナス20度近くになることもあります。冬は雪が深く積もります。

▶ おきなわ 沖縄 โอกินาวา

โอกินาวาตั้งอยู่ทางใต้ของญี่ปุ่น มีภูมิอากาศแบบกึ่งเขตร้อนคือมีอุณหภูมิสูงตลอดปี สามารถว่ายน้ำเล่นได้ตั้งแต่ราวเดือนเมษายนจนถึงราวเดือนตุลาคม แม้ในฤดูหนาว อุณหภูมิต่ำสุดก็แทบไม่เคยต่ำกว่า 10 องศา จึงอยู่สบายเพราะอุณหภูมิในรอบปีไม่ต่างกันมาก อย่างไรก็ตาม ช่วงเดือนกรกฎาคมถึงตุลาคมเป็นช่วงที่โอกินาวาต้องเผชิญกับพายุไต้ฝุ่น โดยมีไต้ฝุ่นมาเยือนราว 10 ลูกทุกปี

日本の南にある沖縄は、1年を通して気温が高い亜熱帯気候で、4月ごろから10月ごろまで泳ぐことができます。冬でも最低気温が10度を下回るのはほとんどなく、気温の差が少なく過ごしやすい気候です。ただし、沖縄では7月から10月は台風のシーズンとなり、毎年10個程度の台風が接近します。

▶ にほんかいがわ 日本海側 ภูมิภาคแถบฝั่งทะเลญี่ปุ่น

ภูมิภาคแถบฝั่งทะเลญี่ปุ่นเช่น จังหวัดนิงะตะ จังหวัดโทยะมะะะ จังหวัดอิชิคะวะ ฯลฯ มีภูมิอากาศแตกต่างกับฝั่งมหาสมุทรแปซิฟิกอย่างไต่เกี้ยว ลักษณะเด่นคือ ในฤดูร้อนส่วนใหญ่ท้องฟ้าจะปลอดโปร่งและร้อนมาก ในขณะที่ ในฤดูหนาว ส่วนใหญ่อากาศจะเลวร้าย มีฝนหรือหิมะตกบ่อย บริเวณที่ตกหนักอาจมีหิมะทับถมหนาหลายเมตรเลยทีเดียว

新潟、富山、石川などの日本海側は、東京などの太平洋側の気候とは異なります。夏は晴れて非常に暑い日が多いのに対し、冬は天気悪い日が多く、雨や雪が降るのが特徴です。多いところでは、雪が数メートルも積もります。

● つゆ 梅雨 ฤดูฝน

ฤดูฝนของญี่ปุ่นซึ่งเรียกว่า 梅雨 เป็นช่วงฝนตกชุก กินเวลาตั้งแต่ปลายพฤษภาคมถึงราวกลางกรกฎาคม พอถึงฤดูนั้นนอกจากอุณหภูมิแล้วความชื้นก็สูงขึ้นด้วย ทำให้ของกินเสียง่าย จึงต้องระวังอาหารเป็นพิษ นอกจากนี้ ตามครัวหรือห้องอาบน้ำมักมีราขึ้น เสื้อผ้าที่ซักแล้วตากไว้ก็แห้งยาก ทำให้การทำมาหากินและการซักผ้าเป็นเรื่องลำบากขึ้น เมื่อสิ้นสุดฤดูฝน ก็จะเข้าสู่ฤดูร้อนอย่างแท้จริง

梅雨は、5月の終わりから7月中旬ごろまで続く、雨の多い季節です。梅雨になると、気温だけでなく湿度も上がって食べ物が腐りやすくなるため、食中毒に注意しなければなりません。また、台所や風呂にカビが出やすくなったり、洗濯物がなかなか乾かなくなったりするので、掃除や洗濯が大変になります。梅雨が明けると、本格的な夏が始まります。

● さくら はなみ 桜と花見 ชากุระกับเทศกาลชมดอกไม้

ตั้งแต่ปลายมีนาคมถึงเมษายน ชากุระจะผลิดอกสีชมพูอ่อนพร้อมกัน เป็นสัญลักษณ์บอกถึงการมาเยือนของฤดูใบไม้ผลิ นอกจากนี้ ช่วงที่



ชากุระบานยังเป็นช่วงเปลี่ยนของปีการศึกษาและปีงบประมาณ จึงเชื่อมโยงกับภาพของการสำเร็จการศึกษาและการเข้าศึกษาในสถาบันใหม่



ก่อนถึงฤดูชากุระบานพยากรณ์อากาศจะรายงาน "การคาดการณ์วันที่ชากุระบาน" ซึ่งจะคาดการณ์ว่าชากุระน่าจะบานเมื่อไร บานเต็มที่เมื่อไรและร่วงเมื่อไร

ทั่วทุกที่ในญี่ปุ่นจะมีจุดที่มีชื่อเสียงเรื่องการชมชากุระ การชมชากุระซึ่งเรียกว่า 花見 ก็คือการนั่งกินข้าวหรือดื่มเหล้าใต้ต้นชากุระพร้อมกับชมดอกชากุระไปด้วย ทุกปีจะเห็นภาพคนปูผ้าปูปิกนิกนั่งชมดอกไม้ใต้ต้นชากุระ บางครั้งก็ต้องไปจองที่กันตั้งแต่เช้าเพื่อให้ได้จุดนั่งชมดีๆ



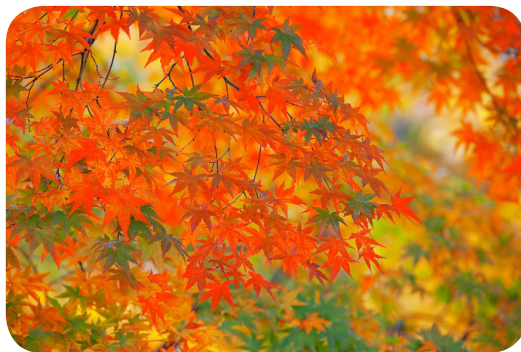
桜は3月下旬から4月にかけて、いっせいに薄いピンクの花を咲かせ、春が来たことの象徴になっています。また、桜の咲く時期は年度の変わり目なので、卒業や入学のイメージと結び付けられることもあります。

桜が咲くシーズンの前には、天気予報では、桜がいつ咲き、いつ満開になり、いつ散るかを予想する「開花予想」が報じられます。

日本の各地には、桜で有名なスポットがあります。桜の木の下で、花を見ながら、お弁当を食べたり、お酒を飲んだりするのが「花見」です。桜で有名な公園では、毎年、桜の木の下にレジャーシートを敷いて、花見をする光景が見られます。花見では、いい場所をとるために、朝早くから「場所取り」をすることもあります。

紅葉 紅葉 紅葉

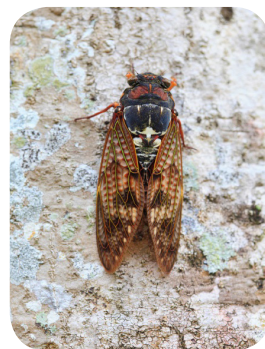
ポツポツと紅葉する木々、紅葉が徐々に赤やオレンジ、黄色に変わります。これを「紅葉」といいます。紅葉の季節になると、人々は美しい紅葉を見るために、山や渓谷、庭園などに行きます。紅葉の季節は、だいたい10月から11月ぐらいで、地方や標高によって違います。紅葉のシーズンには、全国各地の紅葉スポットの紅葉がどのような状態か（色づきははじめ～見ごろ～散りぎわ、など）をネットで調べることができます。ただし、紅葉は桜とは違い、紅葉した木の下でお弁当を食べたりお酒を飲んだりする習慣はありません。



秋になると、木の葉の色が緑から赤やオレンジ、黄色に変わります。これを「紅葉」といいます。紅葉の季節になると、人々は美しい紅葉を見るために、山や渓谷、庭園などに行きます。紅葉の季節は、だいたい10月から11月ぐらいで、地方や標高によって違います。紅葉のシーズンには、全国各地の紅葉スポットの紅葉がどのような状態か（色づきははじめ～見ごろ～散りぎわ、など）をネットで調べることができます。ただし、紅葉は桜とは違い、紅葉した木の下でお弁当を食べたりお酒を飲んだりする習慣はありません。

セミ 蝉

セミは木の上など高いところで大きな声で鳴く昆虫です。日本では夏になると、あちこちでセミが鳴きます。森や公園だけでなく、住宅地でもジージーと鳴くセミの鳴き声は、日本の夏を代表する音と言えるでしょう。鳴き声も種類によって違い、「ミンミンゼミ」「ツクツクボウシ」「カナカナ」など、鳴き声がそのまま呼び名になったセミの種類もあります。多くのセミが一斉に鳴く音は、「せみしぐれ」とも呼ばれています。「せみしぐれ」はドラマやアニメで夏を表す効果音としてもよく使われるので、夏に海外から日本に来た人は、セミの鳴き声を実際に聞いて、「ドラマやアニメで聞いた音！」と思う人もいるそうです。

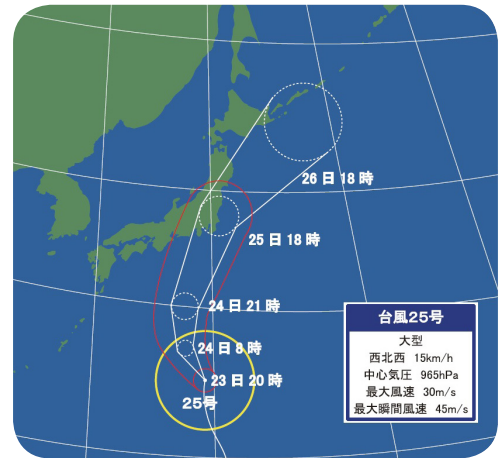


日本の生活
TIPS

● 台風 พายุไต้ฝุ่น

ไต้ฝุ่นเป็นความกดอากาศต่ำที่ก่อตัวและทวีความรุนแรงขึ้นเหนือทะเลทางใต้ของญี่ปุ่น แล้วพัดเข้าหาญี่ปุ่นในช่วงตั้งแต่ฤดูร้อนถึงฤดูใบไม้ร่วงเป็นส่วนใหญ่ บางครั้งก็ทำให้เกิดลมกระโชกแรงมากและฝนตกหนักจนสร้างความเสียหายรุนแรง พายุไต้ฝุ่นกำลังแรงใกล้เข้ามา ระบบขนส่งมวลชน โรงเรียน และบริษัทจะหยุดทำการ ขณะที่มิไต้ฝุ่นเข้า ควรหลีกเลี่ยงการออกนอกบ้านและคอยติดตามข่าวสารทางโทรทัศน์หรืออินเทอร์เน็ต

หลายปีมานี้ มีชาวผู้คนกินครีอกเก้หรือ コロッケ ช่วงที่ไต้ฝุ่นเข้า เผยแพร่ทางเว็บไซต์ในอินเทอร์เน็ตและโซเชียลมีเดียมากมาย ช่วงไต้ฝุ่นเข้า ครีอกเก้จะขายดีมาก ขนาดบางร้านขายหมดจนไม่มีของจะขายเลยทีเดียว



台風は、日本の南の海上で発生、発達する熱帯低気圧で、主に夏から秋にかけて、日本に接近、上陸します。非常に強い風、大雨により、大きな被害が出ることもあります。強い台風が接近するときは、交通機関が止まったり、学校や会社が休みになったりします。台風のときには外出を控え、テレビやネットの台風情報に注意しましょう。

近年、ネットの掲示板や SNS を通じて、台風のときにコロッケを食べるという現象が広がっています。台風のときにはコロッケの売り上げが上がり、中にはコロッケが売り切れになる店もあるそうです。

● 天気予報 พยากรณ์อากาศ

นอกจากสภาพอากาศ อุณหภูมิ และปริมาณน้ำฝนแล้ว พยากรณ์อากาศของญี่ปุ่นยังให้ข้อมูลตามฤดูและพื้นที่ เช่น ปริมาณละอองเกสรดอกไม้ในอากาศ ความเข้มของรังสีอัลตราไวโอเล็ต ระดับความเสี่ยงของการเป็นลมแดด เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีไอคอนแสดงข้อมูลต่างๆ เช่น แนะนำเสื้อผ้าที่เหมาะสมกับอากาศวันนั้น ผ้าที่ตากจะแห้งเร็วหรือช้า อาหารหม้อไฟแบบไหนจะกินอร่อยกว่ากันในช่วงนั้น ฯลฯ อีกด้วย

日本の天気予報は、天気、気温、降水確率以外にも、花粉の飛ぶ量、紫外線の強さ、熱中症の危険度など、季節や地域に応じた情報も提供しています。その日の服装のアドバイスや、洗濯物がどのぐらい乾きやすいか、どの鍋料理がどのぐらいおいしく感じられるかなどの情報が、アイコンによって示されます。

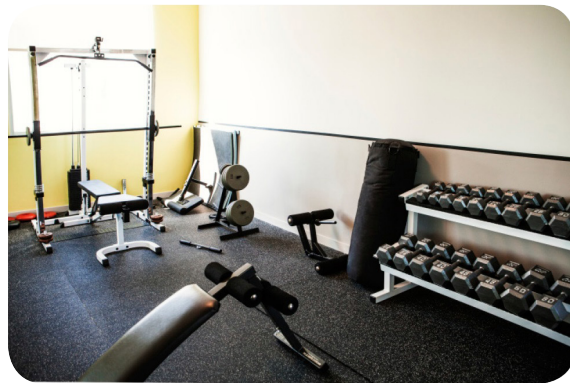


日本の生活
TIPS

● スポーツクラブ スポーツクラブ

スポーツクラブは、健康増進や運動の楽しさを伝えるための施設です。ほかに「スポーツジム」「フィットネスクラブ」「スポーツセンター」などの呼び方があり、施設によって違います。

スポーツクラブは、健康増進や運動の楽しさを伝えるための施設です。ほかに「スポーツジム」「フィットネスクラブ」「スポーツセンター」などの呼び方があり、施設によって違います。



スポーツクラブは運動したり体を鍛えたりするための施設です。ほかに「スポーツジム」「フィットネスクラブ」「スポーツセンター」などの呼び方があり、施設によって違います。

全国に支店を展開する大手のスポーツクラブは、マシンジム、スタジオ、プールなどを備え、月会費は、利用できる曜日や時間によって異なりますが、だいたい 10,000 円ぐらいかかります。最近増えてきているのが、マシンジムのみに特化してスタッフ数を減らすかわりに 24 時間営業を行うジムで、大手スポーツクラブの半額程度の月会費で利用できます。自治体によっては、公営のスポーツセンターがあり、1 回数百円の非常に安い値段で利用できるところもあります。

● ショッピングモール ช้อปปิ้งモール

ショッピングモールは、大きな建物の中に、服や靴などのさまざまな専門店、家電量販店、ドラッグストア、食料品を売るスーパー、フードコートやレストラン、ゲームセンター、映画館などが入っている施設です。買い物や食事をしたり、ゲームや映画を楽しんだりしながら、一日中過ごすことができるので、休日に楽しめる身近な施設の 1 つとなっています。

ショッピングモールは、大きな建物の中に、服や靴などのさまざまな専門店、家電量販店、ドラッグストア、食料品を売るスーパー、フードコートやレストラン、ゲームセンター、映画館などが入っている施設です。買い物や食事をしたり、ゲームや映画を楽しんだりしながら、一日中過ごすことができるので、休日に楽しめる身近な施設の 1 つとなっています。



● にゅうよくしせつ 入浴施設 สถานอาบน้ำรวม

เนื่องจากญี่ปุ่นมีการใช้ประโยชน์จากน้ำพุร้อนมาตั้งแต่อดีต จึงมีสถานอาบน้ำสาธารณะอยู่เป็นจำนวนมาก ตามเมืองในภูมิภาคต่างๆ จะมีออนเซ็นหรือสถานอาบน้ำที่ใช้ น้ำจากน้ำพุร้อนที่ไปกลับได้ในวันเดียว เป็นออนเซ็นที่บริหารโดยเมืองหรือตำบล นอกจากนี้บ่อแช่ตัวขนาดใหญ่แล้ว หลายแห่งยังมีจุดแวะพักหรือร้านอาหาร จึงกลายเป็นที่ท่องเที่ยวและพบปะสังสรรค์ของคนในท้องถิ่นด้วย

日本では温泉が古くから広く利用されていることから、公共の入浴施設がたくさんあります。地方の都市には、市や町が運営する日帰り温泉入浴施設があり、1回数百円の料金で利用することができます。大きな風呂だけでなく、休憩所や飲食施設のあるところも多く、地元の人の娯楽、交流の場になっています。



นอกจากนี้ สถานอาบน้ำรวมที่คนญี่ปุ่นใช้บริการกันยังมีอีกหลายประเภทดังนี้

そのほか、日本で利用できる入浴施設には、以下のようなものがあります。

▶ せんとう 銭湯 เซนโต (โรงอาบน้ำสาธารณะ)



โรงอาบน้ำสาธารณะเรียกเป็นภาษาญี่ปุ่นว่า せんとう หรือ お風呂屋さん เป็นที่อาบน้ำสาธารณะที่มีมาตั้งแต่เกื่อก่อน แต่เดิมนั้น ผู้ใช้บริการคือผู้ที่ไม่มีห้องอาบน้ำในบ้าน โดยส่วนใหญ่จะมีอ่างแช่ตัวและจุดชำระล้างร่างกาย และสิ่งที่ดึงดูดให้ใช้บริการอย่างยิ่งก็คือราคาถูก คือไม่เกิน 500 เยน เซนโตแบบนี้ลดจำนวนลงไปมากเมื่อเทียบกับในอดีต แต่หลังๆ นี้ มีเซนโตที่ติดตั้งอุปกรณ์ครบครัน เช่น ทำเป็นบ่อแช่ตัวกลางแจ้ง ขาวน่า จากุซซี่ ฯลฯ เพิ่มขึ้น คนประเภทที่ "นานๆ ที่ ก็อยากแช่น้ำอุ่นสบายๆ ในบ่อที่ใหญ่กว่าอ่างที่บ้าน" ก็เพิ่มมากขึ้น เซนโตจึงค่อยๆ กลับมาเป็นที่นิยมมากขึ้นอีกครั้ง

町にある「銭湯」は、「お風呂屋さん」とも呼ばれ、昔からある公共入浴施設です。もともとは、家に風呂がない人が利用していました。設備は風呂と洗いのシンプルなものが多く、500円以下という安い料金で利用できるのが魅力です。昔と比べると、その数は非常に減ってきていますが、最近では、露天風呂やサウナやジャクジーを作って設備を充実させた銭湯も増えたり、「たまには自分の家より広い風呂でゆっくりしたい」という人も増えたりして、銭湯の人氣がまた少しずつ復活してきています。

▶ けんこう 健康ランド แดนสุขภาพ

健康ランド เป็นคำเรียกสถานรวมความบันเทิงและผ่อนคลายซึ่งมีพร้อมทั้งอ่างอาบน้ำขนาดใหญ่จำนวนมาก จากุซซี่ และขาวน่า ห้องพักริยาบถ ห้องนอนพักผ่อน ร้านอาหาร ฯลฯ ค่าเข้าใช้สถานที่ประมาณ 1-2 พันเยนซึ่งค่อนข้างแพง แต่ก็สามารถเข้าผ้าเช็ดตัวและชุดสำหรับใส่ขณะอยู่ภายใน จึงสามารถไปแบบตัวเปล่าได้เลย 健康ランド มักอยู่ในเมืองใหญ่หรือไม่ก็ริมถนนสายหลักในภูมิภาคต่างๆ วันหยุดจะคึกคักเพราะมีคนที่มาเที่ยวกันเป็นครอบครัว

大きな複数の風呂と、ジャクジーやサウナ、休憩室、仮眠室、レストランなどがそろった商業的な娯楽施設は「健康ランド」と呼ばれています。1回1,000円～2,000円ぐらいの比較的高い入場料ですが、タオルや館内着がレンタルでき、手ぶらで行くことができます。健康ランドは都市部、または地方の幹線道路沿いなどにあり、休日は家族連れで賑わいます。

▶ スーパー銭湯 ซูเปอร์เซนโต (โรงอาบน้ำสาธารณะระดับหรู)

เป็นสถานที่ที่ทั้งเซนโตทั้ง 健康ランド สิ่งอำนวยความสะดวกจะดูธรรมดาว่า 健康ランド แต่ค่าเข้าใช้บริการจะถูกกว่า หรือที่ราคาเดียวกับเซนโตก็มี

銭湯と健康ランドの中間的な施設で、健康ランドより設備がシンプルですが、比較的安く入れます。銭湯と同じ料金で入れるスーパー銭湯もあります。

日本の生活
TIPS

● 信号 交通信号

交通信号は、日本では主に車と歩行者用があります。車用の信号は、世界の多くの国と同じく緑・黄・赤の3色ですが、緑の信号は「青」信号と呼ばれます。歩行者用の信号は緑・赤の2色で、緑が点滅することで黄色信号と同じ意味を表します。

部分交通信号は、自分でボタンを押さないと緑に変わらない押しボタン式のものもあります。押しボタン式の歩行者用信号は、常に押しボタン式のもの、特定の時間帯だけ押しボタン式になるものがあります。

日本の信号は、主に車と歩行者用があります。車用の信号は、世界の多くの国と同じく緑・黄・赤の3色ですが、緑の信号は「青」信号と呼ばれます。歩行者用の信号は緑・赤の2色で、緑が点滅することで黄色信号と同じ意味を表します。

歩行者用信号は、自分でボタンを押さないと緑に変わらない押しボタン式のものもあります。押しボタン式の歩行者用信号は、常に押しボタン式のもの、特定の時間帯だけ押しボタン式になるものがあります。



● お寺と神社 寺と神社



Horyuji Temple 法隆寺



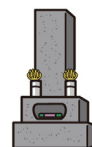
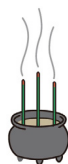
Itsukushima Shrine 厳島神社

日本には数多くのお寺や神社があります。観光地として有名なお寺、神社も全国各地にあり、「法隆寺」(奈良県)、「厳島神社」(広島県)のように、世界遺産に指定されているものもあります。その一方で、町の中には小さなお寺、神社が数多くあります。

お寺と神社は伝統的な木造建築が特徴的で、外国人観光客にも人気がありますが、お寺と神社の違いがわからないという人もいます。お寺は仏教、神社は神道の施設ですが、次のような違いに注意すると、わかりやすいかもしれません。

日本には数多くのお寺や神社があります。観光地として有名なお寺、神社も全国各地にあり、「法隆寺」(奈良県)、「厳島神社」(広島県)のように、世界遺産に指定されているものもあります。その一方で、町の中には小さなお寺、神社が数多くあります。

お寺と神社は伝統的な木造建築が特徴的で、外国人観光客にも人気がありますが、お寺と神社の違いがわからないという人もいます。お寺は仏教、神社は神道の施設ですが、次のような違いに注意すると、わかりやすいかもしれません。

▶ お寺^{てら} วัด

- ◆ มีพระพุทธรูป
- ◆ มีสุสาน
- ◆ มีพระสงฆ์
- ◆ มีระฆัง
- ◆ มีกลิ่นธูป
- ◆ 仏像がある。
- ◆ お墓がある。
- ◆ お坊さんがいる。
- ◆ 鐘がある。
- ◆ お線香のにおいがする。

▶ 神社^{じんじゃ} ศาลเจ้าชินโต

- ◆ มีซุ้มประตูโทริอิ
- ◆ มีพระแบบชินโต / หญิงสาวที่ช่วยงานในศาลเจ้าชินโต
- ◆ คนที่มาไหว้พระยืนปรบมือดังแปะๆ
- ◆ 鳥居がある。
- ◆ 神主さん／巫女さんがいる。
- ◆ お参りをしている人が、パンパンと手を叩いている。

日本の生活
TIPSちこく
遅刻 失礼

มักมีคนพูดถึงคนญี่ปุ่นว่า "ตรงเวลาและเคร่งครัดเรื่องเวลา" ตามบริษัทต่างๆ ที่ใช้ระบบตอกบัตรเวลานั้น ไม่ใช่เรื่องแปลกเลยที่แม้จะสายแค่นาทีเดียว ก็ถือว่ามาสาย ในกรณีนี้หนทางก็เช่นกัน ส่วนใหญ่จะพยายามไม่ให้อีกฝ่ายต้องรอ ปกติจึงจะไปถึงที่นัดตรงเวลาหรือก่อนเวลานัดเล็กน้อย และโดยมารยาท หากจะต้องสายไม่ว่าจะ 5 หรือ 10 นาที ก็ควรแจ้งอีกฝ่ายแต่เนิ่นๆ ซึ่งอาจมีคนคิดว่า "แค่ 5 หรือ 10 นาทีเองนี่หรือ" แต่ประเด็นอยู่ที่เพื่อให้ไม่ให้อีกฝ่ายกังวลหรือหงุดหงิด

แต่ความเคร่งครัดเรื่องเวลาก็นับอยู่กับเป็นคนรุ่นไหน พื้นที่หรือสถานการณ์ด้วยเช่นกัน ในญี่ปุ่นเองก็ยังมีคนที่ไม่เคร่งครัดเรื่องเวลา และมักสายอยู่เหมือนกัน นอกจากนี้ ยังมีคนพูดกันว่า "คนญี่ปุ่นเคร่งครัดเรื่องเวลาเริ่ม แต่เวลาเล็กไม่เห็นตรงเวลา" เวลาที่กำหนดไว้ก็ไม่ยอมเลิกประชุมง่าย ๆ หรือหมดเวลางานแล้วยังทำงานต่อ ทำเอาคนต่างชาติติงไปตาม ๆ กัน



日本人は「時間に正確、厳しい」とよく言われます。会社などでは、タイムカードを押すとき、始業時間に 1 分でも遅れたら遅刻として扱われることも珍しくありません。待ち合わせの場合も、相手を待たせないようにしようとする人が多く、待ち合わせ時間どおりに、あるいは待ち合わせ時間の少し前には待ち合わせ場所に着くことが一般的です。

もし遅れる場合は、それが 5 分や 10 分であっても、早目に相手に連絡するのがマナーです。「5 分、10 分だけなのに?」と不思議に思う人もいるかもしれませんが、相手を心配させたり、イライラさせたりしないというのがポイントです。

ただし、時間の感覚は、世代によって、地域によって、場面によって異なります。同じ日本でも、のんびりしていて、よく遅刻する人もいます。また、「日本人は、始まりの時間には厳しいのに、終わりの時間にはルーズ」とも言われ、会議が予定の時間になってもなかなか終わらなかったり、就業時間を過ぎててもずっと残業する人がいたりして、外国人を驚かせることもあります。

でんしゃ うんこう
電車の運行トラブル 問題ที่ทำให้ต้องหยุดเดินรถไฟ

รถไฟฟ้านั้นกำหนดเวลาเดินรถละเอียดถึงระดับวินาที และว่ากันว่าตรงเวลามากในระดับต้นๆ ของโลก หากรถไฟมาช้าแม้เพียงเล็กน้อย จะมีประกาศขออภัย

ถึงกระนั้นก็ตาม รถไฟฟ้าญี่ปุ่นก็ยังมีเหตุทำให้ผิดเวลาไปมากหรือต้องหยุดเดินรถ เช่น มีคนโดนรถไฟเฉี่ยวชน มีผู้โดยสารทักท้วง ปัญหาจากผู้โดยสาร หรือสัญญาณไฟขัดข้อง ฯลฯ กว่าที่จะเดินรถได้อีกครั้งจะต้องใช้เวลาไม่น้อยกว่า 1 ชั่วโมง

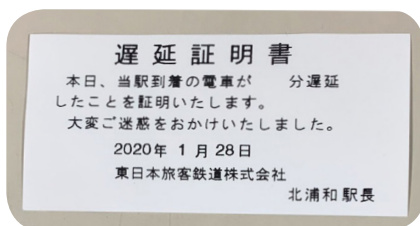
กับสาเหตุ บริษัทรถไฟจะประกาศให้ทราบตามสถานีและในรถไฟ และยังเผยแพร่ข้อมูลการเดินทางอินเทอร์เน็ตด้วยเพื่อให้ผู้โดยสารเกิดความสบายใจ ดังนั้น หากเจอปัญหาเรื่องรถไฟหยุดวิ่ง ขอให้ลองหาข้อมูลเหล่านี้ดู

เวลารถไฟผิดเวลาเพราะปัญหาหยุดเดินรถ สามารถขอรับ "ใบรับรองเรื่องรถไฟล่าช้า" ที่บริษัทรถไฟออกให้ได้ ในกรณีไปทำงานสายเพราะรถไฟผิดเวลา หากยื่นใบรับรองดังกล่าว จะไม่ถือว่าสาย (แต่ต้องตรวจสอบระเบียบของแต่ละบริษัทซึ่งอาจต่างกัน) นอกจากขอรับที่สถานีรถไฟแล้ว ยังสามารถดาวน์โหลดจากอินเทอร์เน็ตได้ด้วย

日本の電車は秒単位でダイヤが組まれており、世界の電車の中でも非常に正確だと言われています。もし電車が少しでも遅れた場合は、謝罪のアナウンスが流れます。

このような日本の電車も、トラブルによって、大幅に遅れたり、止まったりすることもあります。運行トラブルの原因には、人身事故、急病人、乗客トラブル、信号故障などがありますが、原因によって、復旧にかかる時間はさまざまです。鉄道会社は乗客の混乱を避けるため、駅や電車でアナウンスをしたり、ネット上で運行情報を案内したりしますので、運行トラブルに巻き込まれた際はそれらの情報に気をつけるといいでしょう。

運行トラブルで電車が遅れたときは、鉄道会社が発行する「遅延証明書」をもらうことができます。電車が遅れたせいで会社に遅刻した場合、この「遅延証明書」を提出すれば、遅刻をしていないものとして扱われます（手続きは会社によって違うので、確認しましょう）。「遅延証明書」は駅でもらえるほか、ネット上でダウンロードすることもできます。



日本の生活
TIPS

● 日本の城 ปราสาทญี่ปุ่น



ปราสาทมัทสึยามะ 松山城

ปราสาทฮิเมจิ
姫路城

ปราสาทมัทสึโมะโตะ 松本城

ญี่ปุ่นมีการสร้างปราสาททั่วประเทศตั้งแต่ยุคทำศึกสงครามจนถึงสมัยเอโดะหรือราวศตวรรษที่ 16-19 ปราสาทญี่ปุ่นมีลักษณะเฉพาะคือแนวกำแพงหินสูง คูน้ำ และตัวปราสาท(天守閣) ปราสาทที่เหลืออยู่ในปัจจุบันเป็นสถานที่ท่องเที่ยวยอดนิยมที่มีชื่อเสียงได้แก่ ปราสาท "ฮิเมจิ" (จังหวัดเฮียวโงะ) สีขาวเจดีย์ซึ่งได้รับการจดทะเบียนเป็นมรดกโลก ปราสาท "มัทสึโมะโตะ" (จังหวัดนางาโนะ) ที่ทาร์กสีดำดูขลัง ปราสาท "มัทสึยามะ" (จังหวัดเอฮิเมะ) ซึ่งมีชื่อเสียงจากที่เป็นปราสาทบนเขา ปราสาทโอซากาและปราสาทนาโงย่าก็มีชื่อเสียงเช่นกัน แต่ตัวปราสาทบูรณะขึ้นใหม่ด้วยคอนกรีตเสริมเหล็กในสมัยโชวะ (คศ.1926-1989) ทั้งยังมีลิฟต์ด้วย

นอกจากนี้ ยังมีบริเวณที่เคยมีปราสาทในอดีตหลายแห่งที่แม้ว่าสิ่งก่อสร้างในยุคนั้นจะไม่หลงเหลือแล้ว แต่ได้ดัดแปลงให้เป็น "สวนสาธารณะบนร่องรอยซากปราสาท" หากไปเที่ยวปราสาท ก็สามารถลงขึ้นไปชมบนตัวปราสาทและสัมผัสกับประวัติศาสตร์ของพื้นที่นั้น ๆ ผ่านข้อมูลหลักฐานที่จัดแสดงไว้ได้

日本では、戦国時代から江戸時代、だいたい16世紀から19世紀にかけて、全国各地に城が建てられました。日本の城は、高い石垣、堀、天守閣などが特徴的です。現在残っている城は、人気のある観光地になっており、例えば、世界遺産に登録された白く輝く「姫路城」(兵庫県)、黒漆を使った荘厳な佇まいの「松本城」(長野県)、山城として有名な「松山城」(愛媛県)などが有名です。大阪城や名古屋城も有名ですが、天守閣は昭和の時代(1926-1989)に再建された鉄筋コンクリート製で、エレベーターも付いています。

また、当時の建造物は今はなくなっているものの、城の跡地を公園として整備した「城址公園」も多くあります。城に行ったら、天守閣の上でみたり、展示されている資料を通してその土地の歴史に触れたりすることができます。

● アウトレットモール ศูนย์รวมร้านเอาต์เล็ต

Outlet mall คือศูนย์รวมร้านเอาต์เล็ตซึ่งโดยมากมักเป็นบริษัทผลิตเครื่องแต่งกาย นำสินค้าจากโรงงานมาเปิดร้านจำหน่ายเอง วันหยุดจะคึกคักไปด้วยผู้คนจำนวนมาก เพราะสามารถเดินช้อปปิ้งได้ทั้งวัน ส่วนใหญ่มักตั้งอยู่ตามสถานที่ท่องเที่ยวในต่างจังหวัดหรือชานเมือง หรือไม่กี่ตามริมถนนสายหลักที่มีทางด่วน สำหรับที่ญี่ปุ่นนั้น แม้จะชื่อว่าเอาต์เล็ต แต่ไม่ได้หมายความว่าสินค้ามีตำหนิที่นำมาขายถูกๆ ต้องพูดว่าไม่ค่อยมีสินค้าเกรดต่ำวางขายด้วยซ้ำ



アウトレットモールは、主に衣料品メーカーが工場からの商品を直接販売する店が複数集まったショッピングモールのことで、一日中買物が楽しめる場所として、休日にはたくさんの人で賑わいます。地方や郊外の観光地、高速道路などの幹線道路沿いなどにあることが多いです。日本の場合、アウトレットといっても、傷など問題のある商品が安く買える場所という意味はなく、格安の商品はあまり売られていません。

● プロレス มวยปล้ำอาชีพ

มวยปล้ำอาชีพเป็นมวยปล้ำที่เพิ่มอรรถรสแบบการแสดงโชว์เข้าไปด้วย ในญี่ปุ่นเป็นที่นิยมไม่เฉพาะในหมู่ผู้ชายเท่านั้น หลังๆ นี้ผู้หญิงที่ชอบดูก็เพิ่มมากขึ้น ญี่ปุ่นมีทีมมวยปล้ำอาชีพมากมาย ทีมดังๆ จะจัดการแข่งขันตามสนามใหญ่ๆ อย่างโตเกียวโดม ในขณะที่ตามเขตภูมิภาคจะมีทีมคนในพื้นที่ที่เหนียวแน่นกับท้องถิ่น และจัดการแข่งขันตามโรงยิม หรือที่จอดรถของศูนย์การค้าในท้องถิ่นนั้นๆ ซึ่งการแข่งขันของทีมเหล่านี้ส่วนใหญ่มักเข้าชมฟรี และเป็นสิ่งสร้างความบันเทิงให้แก่ทั้งผู้ใหญ่และเด็กได้เป็นอย่างดี

レスリングにショー的な要素を入れたプロレスは、日本では人気があり、最近では男性だけでなく、女性のファンも増えています。日本にはたくさんのプロレス団体があり、メジャーな団体は、東京ドームなど大きな会場で試合を行うこともある一方で、各地方には地域に密着したローカルな団体もあり、地域の体育館やショッピングセンターの駐車場などを会場にして、試合を行っています。こうした地域の団体の試合は観戦無料のことも多く、大人から子どもまでが気軽に楽しめる娯楽になっています。



日本の生活
TIPS● アニメで日本語を勉強する にほんご べんきょう เรียนภาษาญี่ปุ่นจากอะนิเมะ

อะนิเมะหรือหนังการ์ตูนของญี่ปุ่นมีแฟน ๆ ทั่วโลก และผู้ที่เริ่มเรียนภาษาญี่ปุ่นเพราะอะนิเมะก็มีมาก นอกจากนี้ในช่วงหลัง ๆ นี้ อินเทอร์เน็ตพัฒนาขึ้นจนสามารถดูอะนิเมะของญี่ปุ่นได้ง่าย ๆ จากทั่วทุกมุมโลก ผู้ที่เรียนภาษาญี่ปุ่นด้วยการดูอะนิเมะจึงเพิ่มขึ้นด้วย

ในเว็บไซต์ที่มีคลิปวิดีโออย่าง YouTube ก็มีผู้อัปโหลดอะนิเมะญี่ปุ่นอย่างถูกกฎหมายไว้ให้ชม บางเรื่องก็มีซับไตเติลภาษาต่างประเทศด้วย นอกจากนี้ยังมีบริการส่งคลิปวิดีโอแบบคิดค่าบริการให้ด้วย ถ้าทำสัญญาขอใช้บริการก็จะมีอะนิเมะให้ดูมากมาย หากสัมผัสกับเสียงภาษาญี่ปุ่นแบบในชีวิตจริงบ่อย ๆ ด้วยการดูอะนิเมะมาก ๆ ก็จะช่วยพัฒนาทักษะการฟังและการออกเสียงภาษาญี่ปุ่นได้ ผู้ที่สนใจอะนิเมะจึงควรลองหาอะนิเมะที่ดูได้จากเว็บไซต์ดู

日本のアニメは世界的にファンが多く、アニメをきっかけに日本語の勉強を始める人もたくさんいます。また最近では、ネットが発達し、日本のアニメを世界のどこからでも簡単に見ることができるようになっているので、アニメを見て日本語の勉強をする人も増えています。

YouTubeなどの動画サイトには、合法的にアップロードされた日本のアニメが公開されており、中には外国語の字幕が付いているものもあります。また、有料の動画配信サービスを契約すれば、たくさんのアニメが見られます。アニメをたくさん見て、生の日本語の音に多く接することで、日本語の聴解能力や発音能力を上達させることができます。アニメに興味がある人は、ネットの動画サイトで好きなアニメを探してみるといいでしょう。

● ちいき 地域の日本語教室 にほんごきょうしつ คอร์สภาษาญี่ปุ่นในท้องถิ่นต่าง ๆ

มีคอร์สภาษาญี่ปุ่นมากมายที่เปิดสอนสำหรับคนต่างชาติในญี่ปุ่นโดยเทศบาลเมืองหรือตำบลทั่วประเทศหรือสมาคมมิตรภาพนานาชาติ คอร์สภาษาญี่ปุ่นเหล่านี้ส่วนใหญ่มักบริหารงานโดยอาสาสมัครในท้องถิ่น จึงสามารถเรียนฟรีหรือไม่ก็คิดค่าเล่าเรียนถูกมากโดยปกติ คอร์สภาษาญี่ปุ่นที่บริหารงานโดยท้องถิ่นนี้มักเปิดสอนตามอาคารสาธารณะประโยชน์อย่างศูนย์กิจกรรมชุมชน (公民館) หรือคอมมูนิตีเซ็นเตอร์ โดยมีวันและเวลาสอนให้เลือกมาก วิธีการเรียนการสอนก็หลายหลากทั้งเรียนเป็นชั้นเรียน เป็นกลุ่ม หรือตัวต่อตัวเพื่อให้เข้ากับคนต่างชาติที่มีวิถีชีวิตต่าง ๆ กัน คอร์สเหล่านี้ไม่เพียงแต่สอนภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น แต่ยังเป็นโอกาสที่จะได้สร้างสัมพันธ์อันดีกับคนในท้องถิ่น อีกทั้งยังได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อชีวิตความเป็นอยู่ จึงอยากใหลองแวะเวียนไปดู



日本で生活する外国人のために、全国の市区町村や国際交流協会などによって、日本語教室が数多く開かれています。これらの日本語教室は、地域のボランティアが中心になって運営されているところが多いので、無料か非常に安い費用で参加することができます。地域が運営している日本語教室は、通常、週に1～2回、公民館やコミュニティーセンターなどの公共施設で開かれています。さまざまなライフスタイルの外国人に合わせて、教室が開かれる曜日や時間帯も多種多様でし、授業の形態も、クラス、グループレッスン、マンツーマンと、さまざまです。これらの日本語教室では、ただ日本語を勉強するだけでなく、地域の人たちと交流したり、生活に役立つ情報が得られたりするので、ぜひ一度のぞいてみるというでしょう。

日本の生活
TIPS● ^{こうみんかん} 公民館 ^{こうみんかん} ศูนย์กิจกรรมชุมชน

^{こうみんかん} 公民館 คืออาคารของส่วนรวมที่ศูนย์กิจกรรมของชุมชน ทำหน้าที่สร้างเครือข่ายด้านการให้ความรู้แก่คนในท้องถิ่น มีห้องหลายแบบทั้งห้องประชุม ห้องสมุด ห้องเอนกประสงค์ ห้องทำอาหาร และห้องทำงาน ฯลฯ สำหรับจัดกิจกรรมต่างๆ ที่สืบทอดกันมาในชุมชน ^{こうみんかん} 公民館 เปิดให้เข้าในราคาค่อนข้างถูก มักใช้จัดการเรียนการสอนอย่างภาษาญี่ปุ่นหรือทำอาหารหรือจัดกิจกรรมชมรมของกลุ่มคนในพื้นที่ หากไป ^{こうみんかん} 公民館 ไม่เพียงแต่จะได้มีโอกาสได้เรียนอะไรหลายอย่างเท่านั้น ยังเป็นโอกาสได้รู้จักและสร้างสัมพันธ์อันดีกับคนในท้องถิ่นผ่านคอร์สการเรียนต่างๆ อีกด้วย จึงควรลองหาข้อมูลเรื่อง ^{こうみんかん} 公民館 ของเขตที่อาศัยอยู่ด้วย

公民館は、地元住民の社会教育や地域のネットワーク作りを担う公的な施設です。和室、集会室、多目的ホール、調理室、工作室などいろいろな部屋があって、その地域に根ざしたさまざまな行事を行っています。公民館は、比較的安い値段で借りることができるので、日本語教室や料理教室などの講座が開かれていたり、地元の団体がサークル活動を行っていたりします。公民館に行けば、さまざまなことを学ぶ機会が得られるだけでなく、学習活動を通して地域の人とのふれあいやつながりを持つことができるので、住んでいる地域の公民館情報を探してみるといいでしょう。

● ^{りょうりきょうしつ} 料理教室 ^{こうみんかん} คอร์สสอนทำอาหาร

คอร์สสอนทำอาหารเป็นหนึ่งในคอร์สที่ได้รับความนิยมมากเป็นหนึ่งในกิจกรรมชุมชนที่เปิดสอนตาม ^{こうみんかん} 公民館 หรือคอมมูนิตีเซ็นเตอร์ หรือบางครั้งก็มีบริษัทเกี่ยวกับอาหารหรือบริษัทแก๊สมาช่วยสอนทำอาหารแบบจริงจังๆ จังๆ ทั่วประเทศ วันเวลาเรียน ค่าเรียน หรืออาหารที่สอนทำก็มีหลากหลายมาก มีทั้งคอร์สแบบให้ลองทำดูครั้งเดียว คอร์สทำอาหารที่บ้านของท้องถิ่นนั้น คอร์สทำอาหารในเทศกาลต่างๆ จึงสามารถเลือกได้ตามความสนใจ



料理教室は、人気の習いごとの1つです。地域活動の一環として公民館やコミュニティーセンターで開催されていたり、食品関係の会社やガス会社が本格的な料理教室を全国展開していたりします。料理教室は、1回だけの体験教室から、地域の郷土料理を学ぶ教室、年中行事に合わせた料理を作ってみる教室など、通う日数や値段、作る料理もさまざまな種類があるので、興味に合わせて選ぶことができます。

● ^{しやうどう} 書道 ^{しやうどう} การเขียนพู่กัน

^{しやうどう} 書道 หรือการเขียนพู่กันเป็นศิลปะความงามของตัวอักษรที่เขียนด้วยพู่กันและหมึกดำ ญี่ปุ่นมีชั่วโมงสอนเขียนพู่กันตั้งแต่ชั้นประถม และจัดเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา เช่น ให้เขียน ^{かぞ} 書き初め หรือการเขียนพู่กันครั้งแรกของปีมาส่งเป็นการบ้าน หรือจัดการแข่งขันเขียนพู่กันในโรงเรียน ฯลฯ ตาม ^{こうみんかん} 公民館 หรือคอมมูนิตีเซ็นเตอร์ในชุมชนต่างๆ มักเปิดสอนเขียนพู่กันฟรีอยู่บ่อยๆ เป็นที่ชื่นชอบของทั้งเด็กและผู้ใหญ่เลยทีเดียว

書道は、筆と墨で字を書き、文字の美しさを表現する芸術です。日本では小学校から書道の授業があって、お正月には「書き初め」の宿題が出されたり、校内で書道大会が開催されたりして、教育の一部に取り入れられています。地域の公民館やコミュニティーセンターなどには書道教室が数多くあって、子どもから大人まで気軽に書道を楽しんでいます。

● あいきどう 合気道 合気道

合気道เป็นหนึ่งในศิลปะการต่อสู้ดั้งเดิมของญี่ปุ่นเคียงคู่กับยูโดและคาราเต้ คิดค้นโดย Ueshiba Morihei โดยอาศัยพื้นฐานศิลปะการต่อสู้ดั้งเดิมของญี่ปุ่น ว่ากันว่าปัจจุบัน ผู้ฝึกหัดไอคิโดทั่วโลกมีอยู่ราว 1 ล้าน 6 แสนคน เป็นศิลปะป้องกันตัวที่มีเอกลักษณ์คือ ใช้พลังกำลังที่คู่ต่อสู้ทุ่มใส่เข้ามาเป็นแรงเหวี่ยงคู่ต่อสู้กลับ ด้วยเหตุที่ไม่มีการแข่งขันและไม่ต้องใช้พลังกำลังมาก จึงเป็นที่ชื่นชอบแม้นในหมู่ผู้หญิงและผู้สูงอายุเพราะฝึกได้ครั้งละนานๆ

合気道は、柔道や空手と並ぶ日本の武道の 1 つで、植芝盛平という人が日本古来の武道をもとに創設しました。現在、全世界の合気道人口は、約 160 万人ほどだと言われています。合気道の特徴として、相手が攻撃してくる力をかわしたり、その力を利用して相手を投げたりすることから、護身術としても知られています。試合がなく、強い力を必要としないことから、女性やお年寄りでも長く続けられる武道として、人気があります。



日本の生活
TIPS

● バーベキュー バาร์บีคิว



การย่างอาหารกินกันกลางแจ้งที่เรียกว่าบาร์บีคิวนั้นแพร่หลายกันมานานในประเทศ
ไม่ใช่เฉพาะที่ญี่ปุ่นเท่านั้น แต่บาร์บีคิวญี่ปุ่นมีลักษณะเฉพาะคือ

- ◆ แม้เนื้อสัตว์จะเป็นตัวหลัก แต่แป้งผักจำพวกฟักทอง หัวหอม ข้าวโพด และอาหาร
ทะเลอย่างกุ้ง ปลาหมึก หรือหอยด้วย
- ◆ ไม่ได้ปิ้งให้หมดก่อนแล้วค่อยกิน แต่ปิ้งไปกินไปเรื่อย ๆ
- ◆ ปกติมักกินยากิโซบะหรือโอนิกริย่างตบท้าย
- ◆ อุปกรณ์บาร์บีคิวมักไม่ใช่ของตัวเอง มักขอยืมจากสวนสาธารณะหรือที่ตั้งแคมป์
- ◆ หลายแห่งมีบริการเตรียมอุปกรณ์และวัตถุดิบให้ด้วย จึงสามารถไปมือเปล่าแล้วจ่าย
เงินเท่านั้นก็สนุกกับการกินบาร์บีคิวได้
- ◆ หลังๆ นี้ มีความนิยมแบบใหม่คือ "บาร์บีคิวกลางกรุง" ที่ให้บริการบนดาดฟ้าตึก
หรือเทอเรซ

屋外で、グリルで食べ物を焼いて食べるバーベキューは、日本だけではなくいろいろな国で行われる料理のイベントですが、日本のバーベキューには、次のような特徴があります。

- ◆ 肉が中心だが、肉だけでなく、かぼちゃ、たまねぎ、とうもろこしなどの野菜や、
エビ、イカ、貝などのシーフードも焼く。
- ◆ すべてを焼いてから食べるのではなく、焼いては食べ、焼いては食べ、を繰り返す。
- ◆ 最後に焼きそばや焼きおにぎりを食べることも一般的。
- ◆ バーベキューの道具は、自分の道具ではなく、公園やキャンプ場などですべてレ
ンタルすること多い。
- ◆ 道具や材料をすべて用意してくれて、手ぶらで行ってお金を払うだけでバーベ
キューが楽しめるバーベキュー場もある。
- ◆ ビルの屋上やテラスなどを使った「都会で楽しむバーベキュー場」の有料施設も、
最近人気が出ている。

● ^{そうざい}スーパーの惣菜コーナー กับข้าวสำเร็จรูปในซูเปอร์มาร์เก็ต

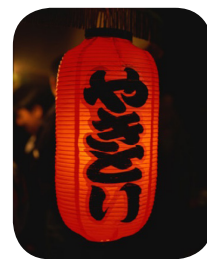
ซูเปอร์มาร์เก็ตมีมุมจำหน่ายกับข้าวสำเร็จรูปที่สามารถซื้อกลับไปกินได้
โดยไม่ต้องทำเอง กับข้าวที่ขายดีได้แก่ ของทอด (เช่น ไก่คาราอาเงะ ครีอกเก้
หรือ コロッケ ยากิโทริ ของต้ม สลัด เป็นต้น นอกจากกับข้าวที่มักทำกินเองที่
บ้านแล้ว ซูเปอร์มาร์เก็ตบางแห่งยังขายกับข้าวรสชาติต้นตำรับที่ทำที่บ้าน
ไม่ได้ง่าย ๆ อีกด้วย มุมจำหน่ายกับข้าวสำเร็จรูปจึงเป็นส่วนที่ขาดไม่ได้สำหรับ
คนทำงานยุ่งจนไม่มีเวลาทำกับข้าวกินเอง นอกจากนี้ คนที่ฉลาดเลือกโดยซื้อ
แค่นี้ก็น้อยไปเพิ่มเติมกับข้าวที่บ้านเพื่อให้ครบหมวดหมู่ก็มี เมื่อใกล้เวลา
ปิดร้าน จะลดราคาเพื่อไม่ให้ของเหลือด้วย

スーパーの総菜コーナーでは、調理されたおかずが売られていて、買って帰れば自分で調理しないでそのまま食べることができます。よく
売られているおかずは、揚げ物（からあげ、コロッケなど）、焼き鳥、煮物、サラダなどがあり、一般家庭でよく作るおかずだけでなく、家
ではなかなか作れない本格的な味の惣菜を売りにしているスーパーもあります。

総菜コーナーは、忙しくて自分で料理をする時間がない人にとってはありがたい存在です。また、栄養バランスを取るために料理を少し
だけ買い足したりするなど、上手に利用している人もいます。閉店時間が近づくと、総菜が売れ残らないように、割引セールが行われます。

● やきとり 焼き鳥 やกิโทริ

ยากิโทริเป็นไก่หนังชิ้นเล็กเสียบไม้แล้วนำไปปิ้ง ไม่ค่อยทำกินเองที่บ้าน แต่มักซื้อที่ทำเสร็จแล้วจากซูเปอร์มาร์เก็ตหรือร้านสะดวกซื้อ มากิน ไม่ก็กินเป็นกับแกล้มในร้านเหล้า ร้านที่ขายเฉพาะยากิโทริ เรียกว่า ยากิโทริ屋 ยากิโทริมีหลายประเภทตามส่วนของไก่ที่นำมาใช้ เช่น ตับไก่ปิ้งเรียกว่า レバー (มาจาก liver) เนื้อบริเวณคอไก่ปิ้งเรียกว่า เซせり เนื้ออกไก่ปิ้งเรียกว่า ささみ เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีเนื้อไก่เสียบคู่กับต้นหอมเรียกว่า ねぎま ไก่สับปั้นเป็นลูกกลมเรียกว่า つくね เหล่านี้ก็เป็นเมนูยอดฮิตเช่นกัน ส่วนการปรุงรสโดยหลักๆ ก็มี "เกลือ" กับ "ซอส" ซอสยากิโทริทำจากน้ำโชยุมาเพิ่มรสหวานเข้าไป



焼き鳥は鶏肉を小さく切り、木の串に刺して焼いた料理です。家庭で作ることは少なく、できたものをスーパーやコンビニなどで買って来たり、居酒屋のメニューとして食べたりします。焼き鳥専門の料理店は、「焼き鳥屋」と言います。

焼き鳥は、どの部位の肉を使うかによっていろいろな種類があり、肝臓を使った「レバー」、首の周りの肉を使った「せせり」、胸の肉を使った「ささみ」などがあります。また、鶏肉とねぎを交互に刺した「ねぎま」や、鶏の挽肉をボール状にした「つくね」などもポピュラーなメニューです。

焼き鳥の味付けにはおもに「塩」と「たれ」があり、「たれ」はしょうゆをベースに甘く味を付けたソースです。

● しょうみきげん しょうひきげん 賞味期限と消費期限 "วันที่ควรบริโภคก่อน" กับ "วันหมดอายุ"

อาหารที่ขายในญี่ปุ่นจะต้องระบุ "ควรบริโภคก่อน" หรือ "วันหมดอายุ" อย่างใดอย่างหนึ่งไว้ "ควรบริโภคก่อน" หมายถึง รับรองคุณภาพและรสชาติของอาหารจนถึงวันที่ระบุ หากเลยวันนั้นก็ไม่ถึงกับกินไม่ได้เลยทันที ในขณะที่ "วันหมดอายุ" หมายถึงกำหนดเวลาที่กินได้อย่างปลอดภัย มักระบุไว้กับอาหารที่เสียง่าย



日本で売られる食品には、「賞味期限」か「消費期限」のどちらかが表示されています。「賞味期限」は、その食品の品質や味に変化なく食べられる期限のことで、賞味期限が過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。これに対して「消費期限」は、その食品を安全に食べられる期限のことで、傷みの早い食品に表示されます。



● アレルギー表示 しょうじ การระบุส่วนผสมที่มักมีผู้แพ้

เวลาเลือกซื้ออาหาร ผู้ที่แพ้อาหารบางอย่างต้องดูฉลากสินค้าเพื่อเช็คว่ามีของที่แพ้ผสมอยู่หรือไม่ สำหรับที่ญี่ปุ่นนั้น มีกฎหมายว่า หากพวกอาหารแปรรูปที่บรรจุหีบห่อมีส่วนผสมใดใน 7 อย่างนี้คือ "ไข่ นม แป้งสาลี กุ้ง ปู ถั่วลิสง แป้งโซยะ" จะต้องระบุไว้ในฉลากสินค้า แต่บางครั้งชื่อส่วนผสมก็ได้ระบุตรงคำนั้น เช่น ไข่อาจปรากฏในคำว่า 厚焼き玉子 (ไข่หวานเนื้อหนา) ハムエッグ (แฮมกับไข่) หรือนมอาจปรากฏในคำว่า "เนย ไอศกรีม" ดังนั้น ผู้แพ้อาหารเหล่านี้จึงต้องระมัดระวังด้วย นอกจากนี้ ร้านขายกับข้าวสำเร็จรูปหรือข้าวกล่อง หรือร้านอาหารต่างๆ ไม่มีกฎบังคับว่าต้องระบุส่วนผสมที่อาจมีผู้แพ้จึงต้องสอบถามกับคนในร้านโดยตรง

食品アレルギーを持っている人が食べ物を買う場合、商品ラベルの表示を見て、アレルギーの材料が入っていないかどうか、確かめる必要があります。日本では、包装して売られる加工食品に「卵、乳、小麦、エビ、カニ、落花生、そば」の7品目のどれかが入っている場合は、必ず表示をしなければならない決まりがあります。ただし、表示される名称は決まっておらず、例えば、卵は「厚焼き玉子、ハムエッグ」など、乳は「ミルク、バター、アイスクリーム」などと表示される場合もあるので、そのアレルギーがある人は注意が必要です。また、お惣菜やお弁当などの店頭販売や、レストランなどの外食ではアレルギー表示の義務がありませんので、お店の人に直接確認する必要があります。

日本の生活
TIPS● お弁当 ^{べんとう} เบนโต(ข้าวกล่อง)

เบนโตหาซื้อได้ตามร้านสะดวกซื้อ ซูเปอร์มาร์เก็ต และร้านเบนโต แต่คนที่ทำเองจากบ้านเอาไปกินที่บริษัทก็มี กับข้าวในเบนโตที่นิยมกันได้แก่ ไข่หวาน ไก่ทอดคาราอาเงะ แฮมเบอร์เกอร์ สลัดมันฝรั่งบด เป็นต้น นอกจากรสชาติแล้ว ข้าวกล่องญี่ปุ่นส่วนใหญ่ยังให้ความสำคัญกับรูปลักษณ์ด้วย โดยจะใช้สีสันทากหลาย เช่น มะเขือเทศแดง ไข่หวานสีเหลือง ผักเขียว ข้าวขาว สาหร่ายหรืองาดำ นอกจากนี้ ยังมี "ของตกแต่งเบนโต" อีกมากมายหลายชนิดที่ช่วยสร้างสีสันให้กับข้าวดูน่ารักน่ากินมากขึ้น



お弁当はコンビニやスーパー、お弁当屋さんなどで買うこともできますし、家で作って会社を持って行く人もいます。お弁当の人気のおかずは、卵焼き、からあげ、ハンバーグ、ポテトサラダなどです。日本のお弁当は、味だけでなく、見た目も重視することが多く、赤いトマト、黄色い卵焼き、緑の野菜、白いご飯、黒いのりやゴマなどで、色のバランスを考えます。また、おかずをかわいく彩るための「お弁当グッズ」も、たくさんの種類が売られています。

● 卵焼き ^{たまごや} ทามาโกะยากิ (ไข่หวาน)

ทามาโกะยากิหรือไข่หวานเป็นอาหารที่คนญี่ปุ่นทำกินกันทุกบ้าน โดยกินกับข้าวเช้าหรือใส่ในเบนโต วิธีทำคือ ตีไข่แล้วเติมน้ำมันเกลือ โชยุ มิริน น้ำตาล และน้ำซุปลาดก จากนั้นใส่น้ำมันในกระทะ เทไข่ทีละนิด ม้วนไข่ให้เป็นก้อนกลมแล้วไข่เพิ่ม ทำซ้ำไปเรื่อย ๆ รสชาติอาจต่างกันบ้างแล้วแต่บ้าน แต่ดูเหมือนทางแถบคันโตจะออกหวาน เพราะใส่น้ำตาล ในขณะที่แถบคันไซจะเน้นใส่ดาชิจึงไม่หวานมาก นอกจากนี้ ยังมีแบบพลิกแพลงอีกหลายอย่าง เช่น ใส่ต้นหอมกับปวยเล้ง ใส่ชีสราส (ลูกปลาซาร์ดีน) กับเมนไทโกะ (ไข่ปลาทอด) เป็นต้น

卵焼きは日本人にとって定番の家庭料理です。朝ご飯にもよく出されますし、お弁当にもよく入っています。作り方は、よく溶いた卵に塩やしょうゆ、みりん、砂糖、出し汁などで味をつけてから、油を引いたフライパンに少しずつ卵を流し入れて、丸めるように焼いていきます。味付けは家庭によって違いますが、関東では砂糖を使った甘めの味付けが、関西では出し汁を使った甘くない味付けが好まれるようです。また、中にねぎやほうれん草、しらすや明太子など、いろいろな食材を入れたバリエーションもあります。

● お好み焼き ^お โอโคโนมียากิ (พิชซ่าญี่ปุ่น)

โอโคโนมียากิเป็นอาหารจานร้อนที่ทำโดยนำแป้งสาลีละลายน้ำแล้วใส่กะหล่ำปลี เนื้อสัตว์หรือพวกอาหารทะเลทอดบนกระทะเหล็กแบนที่เรียกว่า "เทปโปง" มีสองสไตล์คือแบบคันไซที่ผสมแป้งกับเครื่องเข้าด้วยกันแล้วจึงเทลงกระทะ กับแบบโอริชิม่าที่เทแป้งลงกระทะแล้วจึงโรยเครื่องบนแป้ง นอกจากนี้ ตามร้านโอโคโนมียากิในโอซากากับโอริชิม่านั้น ที่ร้านจะทำมาเสิร์ฟให้ แต่ร้านในโตเกียวโดยทั่วไปมักให้ลูกค้าทอดกินเองในกระทะเทปโปงที่โต๊ะ



นอกจากกินที่ร้านแล้ว สามารถทำกินเองที่บ้านได้ด้วย ตามร้านสะดวกซื้อจะมีโอโคโนมียากิแช่แข็งขาย เพียงอุ่นด้วยไมโครเวฟ ก็สามารถกินโอโคโนมียากิได้แบบไม่ยุ่งยากเลย

お好み焼きは、小麦粉を水で溶いた生地、キャベツと、肉、魚介類などの具を入れ、鉄板で焼いた料理です。生地と具を混ぜてから焼く関西風と、混ぜないで重ねて焼く広島風があります。また、大阪や広島のお好み焼き屋では、店の人が焼いてくれますが、東京のお好み焼き屋では、客が自席の鉄板で自分で焼いて食べるのが一般的です。

お店で食べるだけではなく、家で作ることもあります。コンビニでは、冷凍のお好み焼きも売られていて、電子レンジを使えば温めるだけで、気軽にお好み焼きを食べることができます。

▶ お好み焼きの作り方 วิธีทำโอโคโนมียากิ

1.



นำแป้งที่ละลายน้ำแล้วกับเครื่องใส่ชามคลุกเคล้าให้เข้ากัน

ボウルに入った生地と具をよく混ぜる。

2.



ใส่น้ำมันในกระทะเหล็กแบน (เทปิ้ง) แล้วเทส่วนผสมลงไป

鉄板に油を引き、鉄板の上に生地をのばす。

3.



พอผิวหน้าเริ่มแข็ง จึงใช้ตะหลิวพลิกกลับด้าน

表面が固まってきたら、へらを使って裏返す。

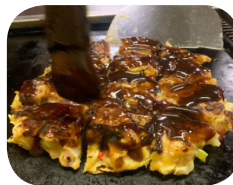
4.



ปล่อยให้สุกครู่ จึงพลิกกลับอีกครั้ง

しばらく経ったら、もう一度裏返す。

5.



ทาซอส

ソースを塗る。

6.



ราดมายองเนสตามชอบ แล้วโรยคัตสึโอบุชิและสาหร่าย เป็นอันเสร็จพร้อมเสิร์ฟ

お好みでマヨネーズをかけ、鰹節と青のりを振りかけて、できあがり。

● すき焼き สุกียากิ

เป็นอาหารหม้อไฟที่ใส่เนื้อวัวหันชิ้นบางกับผักและเตมรสด้วยพริกโชยุกับน้ำตาล นอกจากเนื้อวัวแล้ว บางท้องถิ่นหรือบางบ้านก็อาจใส่เครื่องอื่น ๆ ต่างกันไป แต่มักเป็นพวกผักกาดขาว เส้นบุก เต้าหู้ เห็ดเข็มทอง ต้นหอม เป็นต้น โดยทั่วไปเวลากินมักจุ่มโชยุที่เตรียมไว้ เนื่องจากใช้เนื้อวัวชิ้นดีหากจะกินกันในบ้านก็จะไม่ใช่มื้อประจำวันทั่วไป แต่จะเป็น "อาหารในโอกาสพิเศษ" ถ้ากินที่ร้านราคาจะค่อนข้างแพง แต่ก็มีร้านบางประเภทอย่างร้านกิวด้ง (ข้าวหน้าเนื้อ) สาขาต่าง ๆ ที่มีสุกียากิแบบง่าย ๆ ให้กินได้ในราคาย่อมเยา

薄く切った牛肉を、野菜などといっしょに焼き、しょうゆや砂糖で味付けした鍋料理です。牛肉以外の具材には、地域ごと、家庭ごとに違いはありますが、白菜、糸こんにゃく、豆腐、えのき、ねぎなどが使われます。食べるときに、生卵につけて食べるのが一般的です。高級な牛肉を使うことから、一般家庭で食べる場合は、日常的な食事ではなく、「ごちそう」というイメージがあります。レストランで食べるとかなり高い値段になりますが、牛丼のチェーン店など、簡単なすき焼きを安く食べられるところもあります。



● ちゃわんむ 茶碗蒸し ไข่ตุ๋น

ไข่ตุ๋นหรือ 茶碗蒸し เป็นของที่มักเสิร์ฟรวมอยู่ในอาหารญี่ปุ่นแบบเป็นชุด บางทีก็เสิร์ฟกับซูชิหรือเป็นอาหารจานเคียง ทำโดยตีไข่แล้วใส่น้ำซุปดาชิ จากนั้นใส่เครื่องแล้วนำไปนึ่ง เครื่องมักเป็นพวกเนื้อไก่ ลูกชิ้นปลา (かまぼこ) เห็ดหอม เห็ดเข็มทอง แปะก๊วย กุ้ง เป็นต้น เนื้อนุ่มคล้ายพุดดิ้ง จึงต้องใช้ช้อนเวลากิน (ไม่ใช่ตะเกียบ)

茶碗蒸しは、和食のコースなどの一部として、よく出される料理です。すしなどの付け合わせや、サイドメニューとして出されることもあります。卵を溶いたものに出し汁を加え、具を入れて蒸して作ります。具には、鶏肉、かまぼこ、しいたけ、えのき、銀杏、エビなどを入れます。プリンに似てやわらかいので、スプーンを使って食べます (お箸は使いません)。



● だし ดาชิ



だし (ซุปรดาชิ) เป็นน้ำซุปรที่ได้จากการนำปลาโอแห้งขูดฝอยที่เรียกว่า คัทสึโอบุชิ สำหรับคอมบุ ปลาตัวเล็ก ๆ ตากแห้ง เห็ดหอม ฯลฯ มาต้มจนออกรส ใช้เป็นตัวหลักในการปรุงรสอาหารญี่ปุ่น คำว่า "ดาชิ" ย่อมาจาก 煮出し汁 เขียนเป็นคันจิว่า だし汁 แต่ที่เขียน 出し汁 ก็มี เวลาทำอาหาร การนำส่วนผสมต่าง ๆ ข้างต้นมาต้มจนออกรสเป็นดาชิมีขั้นตอนยุ่งยาก ตามบ้านจึงหันมาใช้ "ผงดาชิ" ซึ่งแค่ละลายในน้ำร้อนก็ใช้ได้เลยกันเพิ่มมากขึ้น

だしは、鰹節、昆布、煮干し、しいたけなどの食材を煮てその成分が溶け出したスープで、日本料理の味付けの基本です。だしは「煮出し汁」が短くなった

ことばで、漢字で「出汁」と書きます。「出し汁」という言い方をすることもあります。

料理を作る際に、食材を煮てだしを取ることは手間がかかるため、家庭では、粉末状の、お湯に溶かしてすぐに使える「だしの素」を使うことも多くなっています。

● カップ焼きそば ยากิโซบะแบบคัพ

คัพนูดเดิ้ลซึ่งเพิ่งเดิมน้ำร้อนทิ้งไว้ 3-5 นาทีก็กินได้ถือกำเนิดขึ้นที่ญี่ปุ่นในปี 1971 และแพร่หลายไปทั่วโลกในปัจจุบัน มีหลากหลายยี่ห้อ ทั้งที่เป็นราเมนและอุด้ง ส่วนแบบยากิโซบะจะมีลักษณะเฉพาะคือพอใส่น้ำร้อนแล้ว ให้ออจนเส้นนิ่มแล้วเทน้ำออก คัพนูดเดิ้ลมีราคาถูก ทั้งยังเก็บได้นาน จึงเป็นประโยชน์มากเพราะสามารถเก็บไว้เป็นเสบียงยามฉุกเฉินได้

お湯を注いで3～5分待てば食べられるカップ麺／カップヌードルは、1971年に日本で生まれ、現在は世界に広がっています。カップラーメン、カップうどんなど、さまざまな商品が出ています。カップ焼きそばは、お湯を注いで麺がやわらかくなったら、お湯を捨てて作るのが特徴です。値段も安く、保存もきくカップ麺は、非常用食糧としても使うことができる、役に立つ食品です。



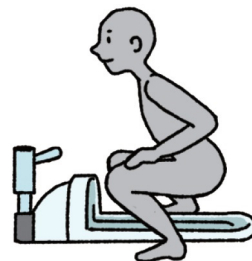
日本の生活
TIPS

● にほん 日本のトイレ ห้องน้ำในญี่ปุ่น

▶ わしき 和式トイレ ห้องน้ำสโตร์ญี่ปุ่น

ปัจจุบัน โดยทั่วไปญี่ปุ่นก็ใช้สุขภัณฑ์แบบชักโครก ส่วนโถสโตร์ญี่ปุ่นน้อยลงมากแล้ว แต่ในอาคารเก่าแก่หรืออาคารสาธารณะประโยชน์ต่างๆ ก็ยังมีให้เห็นอยู่บ้าง สุขภัณฑ์แบบญี่ปุ่นมีวิธีใช้ตามภาพประกอบ

現在、日本でも便器の形は洋式が一般的になり、和式トイレは非常に少なくなりましたが、古い建物や公共施設のトイレでは、まだ見かけることもあります。和式トイレは図のように使います。



▶ おんすいせんじょうべん 温水洗浄便座 ชักโครกน้ำอุ่น

ห้องน้ำแบบชักโครกสมัยนี้มี "ชักโครกน้ำอุ่น" ที่ฉีดล้างกันด้วยน้ำอุ่นมากขึ้น บางแห่ง ปุ่มกดต่างๆ จะเขียนด้วยภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น จึงอยากให้จำปุ่มหลักๆ ไว้หน่อย

- ◆ おしり (กัน) : ฉีดล้างกันด้วยน้ำอุ่น
- ◆ 止 (หยุด) : ปิดน้ำที่ฉีด
- ◆ 弱～強 (เบา～แรง) : ปรับความแรงของน้ำ
- ◆ 前～後 (หน้า～หลัง) : ปรับตำแหน่งหัวฉีดน้ำ
- ◆ ビデ (Bidet) : ปุ่มสำหรับสตรี



洋式トイレには、温かい水でお尻を洗ってくれる「温水洗浄便座」が付いていることも多くなりました。ボタンの表示には日本語しか書かれていない場合もあるので、大切なボタンを覚えましょう。

- ◆ 「おしり」：温かい水が出てお尻を洗います。
- ◆ 「止」：水を止めるときのボタンです。
- ◆ 「弱」～「強」：水の勢いを調節します。
- ◆ 「前」～「後」：水の出る位置を調節します。
- ◆ 「ビデ」：女性が使うボタンです。

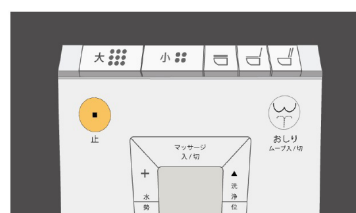
▶ みずなが 水を流す กดชักโครก

ชักโครกมีฟังก์ชันมากขึ้น วิธีกดชักโครกก็มีหลายหลากมากขึ้นด้วย เมื่อเสร็จธุระ อาจหาที่กดน้ำชักโครกไม่เจอ อย่างไรก็ตามให้ตั้งสติมองดูรอบๆ วิธีกดชักโครกมีดังนี้

便器の多機能化に伴って、水を流す操作方法も多様化しています。トイレを使ったあと、どのように水を流せばいいかわからないことがあるかもしれませんが、落ち着いて周りを見ましょう。水の流し方には、以下のようなものがあります。

- ◆ กดปุ่มที่หน้าปัดบนชักโครกน้ำอุ่น บนหน้าปัดจะมีคำว่า 大 (หนัก) 小 (เบา) เลือกกดตามความเหมาะสม

温水洗浄便座の操作パネルにあるボタンを押す
パネルに「大」、「小」のボタンがあったら、これを押します。



◆ รดน้ำที่ผนัง

บางที่ปุ่มกดชักโครกจะอยู่ที่ผนัง ปุ่มจะเขียนว่า 洗浄 (せんじょう) (ทำความสะอาด) หรือ 流す (なが) (รดน้ำ)

壁のボタンを押す

トイレの壁に、流すためのボタンがあるので、これを押します。ボタンには「洗浄」、「流す」などの文字が書いてありますので、これを頼りにするといいでしょう。



◆ ยื่นมือรับเซ็นเซอร์

เมื่อยื่นมือรับสัญญาณเซ็นเซอร์ ไฟสีแดงจะติด และน้ำจะไหล ยื่นมือค้างไว้สัก 2-3 วินาทีจนกว่าน้ำจะไหล

手をかざす

センサーに手をかざすと、赤いランプが付き、水が流れます。流れるまで 2-3 秒手を動かさずに待つのがポイントです。



◆ ปิดคันโยก

กรณีที่มีคันโยกแบบปุ่มอยู่ข้างถังชักโครก เมื่อปิดคันโยกนี้ น้ำจะไหล ที่คันโยกจะเขียนว่า 大→小 (だい→しょう) (หนัก→เบา) ดังภาพ

レバーを回す (スイッチ型)

トイレのタンクにスイッチ型のレバーが付いている場合、これをひねって水を流します。図のように、レバーに「大→小」と書かれています。

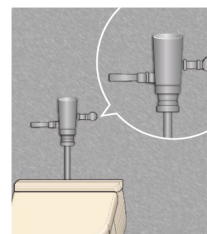


◆ โยกคันโยก

กรณีที่มีคันโยกยาวอยู่ข้างถังชักโครก เมื่อกดคันโยกลง น้ำจะไหล บางแบบอาจซ่อนอยู่หลังฝาถังชักโครก จึงต้องสังเกตให้ดี และโดยมารยาทควรใช้มือกด ไม่ใช่เท้าเหยียบ

レバーを押す (ハンドル型)

給水管に棒状のハンドルが付いている場合、これを押すことで水が流れます。トイレの蓋の裏側に隠れていることがありますので気をつけましょう。足ではなく手で押すのがマナーとされています。



▶ 呼び出しボタン ปุ่มเรียก



ปุ่มที่เขียนว่า 呼出 (よびだし) เป็นปุ่มฉุกเฉินที่ไว้ขอความช่วยเหลือกรณีเกิดเป็นอะไรในห้องน้ำ แต่ได้ยินว่ามีคนจำนวนมากกดผิดเพราะคิดว่าเป็นปุ่มกดชักโครกเนื่องจากเขียนด้วยภาษาญี่ปุ่นอย่างเดียว จึงอยากให้จำให้แม่นยำว่า ปุ่ม 呼出 (よびだし) เป็นปุ่มฉุกเฉินต้องระวังอย่าเผลอกดผิด

「呼出」と書かれたボタンは、トイレで気分が悪くなったりしたときなどに、助けを呼ぶための非常ボタンです。しかし、日本語しか書かれていない場合など、このボタンを流すためのボタンと間違えて押してしまう人がとても多くいるそうです。「呼出」は非常用のボタン、と覚えておいて、まちがって押さないようにしましょう。

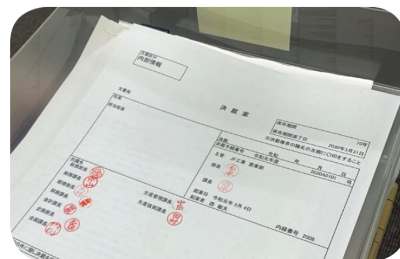
日本の生活
TIPS● いんかん
印鑑／ハンコ トラประทับ

ญี่ปุ่นใช้ตราประทับในหลายๆ กรณี นอกจากเวลายื่นเรื่องที่หน่วยงานรัฐหรือเปิดบัญชีธนาคารแล้ว ยังใช้กับเรื่องที่ไม่ทางการมากอย่างเวลาจับพัสดุหรือประทับในเอกสารงานเพื่อแสดงการรับทราบอีกด้วย แต่ละเมืองจะมีร้านรับทำตราประทับ และมีตราประทับนามสกุลต่างๆ ขายในราคาไม่กี่ร้อยเยน กรณีคนต่างชาติต้องสั่งทำ ซึ่งราคาจะขึ้นอยู่กับวัสดุที่ใช้และขนาด แต่ส่วนใหญ่มีราคาตั้งแต่ 2 พันเยนขึ้นไป

คนต่างชาติที่อยู่ในญี่ปุ่นใช้วิธีเซ็นชื่อแทนการใช้ตราประทับได้ก็มีไม่น้อย แต่ระเบียบของหน่วยงานหรือธนาคารแต่ละแห่งก็แตกต่างกันไป จึงอาจต้องใช้ขึ้นมากะทันหันก็เป็นได้ หลังๆ นี้ มีบริการรับทำตราประทับคนต่างชาติโดยใช้อักษรที่ขอซึ่งเป็นตัวภาษาอังกฤษ คาคาคานะ หรือคันจิก็ได้ คนต่างชาติที่แม้จะไม่ต้องใช้ในชีวิตประจำวันแต่ก็สั่งทำตราประทับของตัวเองก็มี

日本では、さまざまな場面でハンコが必要です。役所に書類を出すときや銀行に口座を開設するときだけでなく、宅配便の受け取りや仕事で書類を見たときに押す確認印など、簡単な用事にもハンコは使われます。町にはハンコ屋さんがあって、さまざまな苗字のハンコが数百円で売られています。外国人の名前の場合は、注文して作ることになります。その場合、材質や大きさなどにもよりますが、だいたい 2,000 円程度から作ることができます。

外国人は日本で生活する上で、ハンコがなくてもサインで済む場合も多いですが、役所や銀行の対応はそれぞれなので、急にハンコが必要になる場合もあるかもしれません。最近は外国人のハンコを、アルファベットやカタカナ、漢字など好きな文字で作るサービスもあるので、生活に必要でなくても自分のハンコを作ってみる外国人もいます。

● ゆうきゆうきゅうか
有給休暇 การลางานโดยไม่ถูกหักเงินเดือน

ตั้งแต่ 1 เมษายน 2019 เป็นต้นมา ญี่ปุ่นมีระบบว่าบริษัทจะต้องกำหนด "วันที่ลาได้โดยไม่ถูกหักเงินเดือน" โดยให้พนักงานที่เข้าทำงานมาไม่ต่ำกว่า 6 เดือน และปฏิบัติงานจริงไม่ต่ำกว่า ร้อยละ 80 ของช่วงเวลาดังกล่าวมีวันลาได้ 10 วันต่อปี นอกจากนี้ ยังกำหนดไว้ด้วยว่า บริษัทยังมีหน้าที่ต้องให้พนักงานทุกคนที่มีวันลาตั้งแต่ 10 วันขึ้นไปใช้วันลาอย่างน้อย 5 วัน กฎหมายนี้ครอบคลุมถึงพนักงานแบบสัญญาจ้าง พนักงานชั่วคราว (outsourcer) และพนักงานพาร์ทไทม์ด้วยโดยคำนวณจากระยะเวลาที่ทำงานต่อเนื่องและจำนวนชั่วโมงการทำงาน บริษัทที่ฝ่าฝืนจะถูกลงโทษจำคุกไม่เกิน 6 เดือน ถูกปรับไม่เกิน 3 แสนเยน

วันลานี้เป็นสิทธิในการลาหยุดของพนักงานกระทรวงสาธารณสุขและแรงงานจึงได้ตั้งหน่วยให้คำปรึกษาเป็นภาษาต่างประเทศทั่วญี่ปุ่น และมีหมายเลขโทรศัพท์รับปรึกษาเป็นภาษาต่างประเทศสำหรับผู้ใช้งานต่างชาติที่ทำงานในบริษัทที่ไม่ปฏิบัติตามกฎหมายนี้ด้วย

日本では、2019 年 4 月 1 日から「有給休暇」の取得が義務化されました。これは、入社から継続して 6 か月以上勤務していて、その期間の労働日の 8 割以上出勤している労働者に対して、会社は 10 日の年次有給休暇を与えなければならないという制度です。また、会社側の責任として、年間 10 日以上有給休暇があるすべての労働者に対して、最低 5 日は有給休暇を消化させなければならないことも決められています。契約社員、派遣社員やパート、アルバイトで働く人も、勤続期間や働く時間数によって適用されます。この決まりに反する会社には、懲役 6 か月以下 30 万円以下の罰金というペナルティも与えられます。

有給休暇は、労働者に与えられた休むための権利です。この制度が正しく運用されていない会社で働く外国人労働者のために、厚生労働省では、外国語で相談できる窓口を全国に設置していたり、外国語対応の電話相談ダイヤルを設けていたりします。

日本の生活
TIPS● にほん びょういん い
日本の病院に行く 去医院在ญี่ปุ่น

เวลาเป็นอะไรแล้วต้องให้หมอตรวจขณะอยู่ญี่ปุ่น จะต้องเลือกว่าจะตรวจกับหมอแผนกใดที่ตรงกับอาการป่วยของตัวเอง(ดูตารางประกอบ) อาจไปคลินิกเล็กๆ ในเมืองหรือตรงไปโรงพยาบาลใหญ่ๆ ที่ตรวจรักษาทุกโรคก็ได้ (หากแต่ถ้าไม่มีใบส่งตัวจากคลินิก อาจต้องเสียค่าธรรมเนียมพิเศษ)

日本で体調が悪くなって、医者に診てもらいたい場合、症状に合わせた診療科の医者を、自分で選んで行きます(表を参照)。町の小規模なクリニックに行くこともできますし、大きな総合病院に直接行ってもかまいません(ただし、クリニックの紹介状がない場合、別料金がかかります)。



เมื่อ去医院 จะมีขั้นตอนดังนี้

1. ติดต่อที่จุดต้อนรับ
2. กรอกรายละเอียดในแบบสอบถามอาการ
3. นั่งรอในที่ที่จัดไว้
4. เมื่อถูกเรียกชื่อจึงเข้าไปให้หมอตรวจในห้องตรวจ
5. เมื่อตรวจเสร็จก็ไปชำระเงิน
6. เมื่อชำระเงินจะได้รับใบสั่งยา
7. นำใบสั่งยาไปรับยาที่ร้านขายยาประเภท ちょうざいやっきょく 調剤薬局 ซึ่งรับจัดยาตามใบสั่งแพทย์
8. ชำระค่ายา

ร้านขายยาแบบ ちょうざいやっきょく 調剤薬局 ที่ไปรับยานั้นเป็นคนละหน่วยงานกับโรงพยาบาล แต่ที่สามารถรับยาในโรงพยาบาลได้เลยก็มี

病院に行ったら、次のような流れになります。

1. 受付をする。
2. 問診票に記入する。
3. 待合室で待つ。
4. 呼ばれたら、診察室に入り、医者の診察を受ける。
5. 診察が終わったら、会計をする。
6. 会計といっしょに、処方せんをもらう。
7. 処方せんを調剤薬局に持って行き、薬を受け取る。
8. 薬局で会計をする。

薬を受け取る調剤薬局は、病院とは別の施設ですが、病院の中で薬がもらえる場合もあります。

หากเป็นอะไรขึ้นมากะทันหันในช่วงนอกเวลาทำการของโรงพยาบาลทั่วไป (วันหยุดหรือช่วงกลางคืน) สามารถขอรับการรักษาได้ตามแผนกรับคนไข้กลางคืนหรือแผนกฉุกเฉินของโรงพยาบาลใหญ่ๆ แต่หากป่วยฉุกเฉินจริงๆ เรียกกรถพยาบาล อาจจะดีกว่า หมายเลขที่ใช้เรียกรถพยาบาลคือ 119 หรือถ้ามีใครอยู่แถวนั้น ก็ให้บอกเขาว่า きゅうきゅうしや 救急車を呼んでください (ช่วยเรียกรถพยาบาลให้หน่อย) ที่ญี่ปุ่นไม่คิดค่าบริการเวลาเรียกรถพยาบาล

หากไม่แน่ใจในภาษาญี่ปุ่นตัวเองตอนไปโรงพยาบาล ในชุมชนบางแห่งมีบริการช่วยเหลือล่ามโรงพยาบาลให้ หรือลองค้นสถานพยาบาลที่สามารถใช้ภาษาต่างประเทศได้จากเว็บไซต์ jnto.go.jp ของ JNTO (องค์การส่งเสริมการท่องเที่ยวญี่ปุ่น) ก็ได้

一般の病院の診療時間外（休日や夜中など）に急に具合が悪くなったときは、大きな病院の夜間対応窓口や救急対応窓口に行けば、見てもらえます。しかし、本当に急な病気のときは、救急車を呼びましょう。救急車を呼ぶ番号は「119」です。もし周りに人がいる場合は、「救急車を呼んでください」と言います。日本では、救急車を呼んでも料金はかかりません。

病院の日本語に自信がない場合は、各自治体で、病院の通訳などを紹介してくれる場合もあります。また JNTO (Japan National Tourism Organization) のウェブサイト (jnto.go.jp) では、外国語で利用できる医療機関を検索することができます。

しょうじょう しんりょうか

▶ 症状と診療科 おอาการของโรคและสถานพยาบาล

มีไข้ เจ็บคอ ไอ น้ำมูก ปวดศีรษะ ปวดท้อง ฯลฯ
発熱、のどの痛み、せき、鼻水、頭痛、腹痛など

→ ない か
内科 แผนกอายุรกรรม

กระดูกหัก แผลฟกช้ำ อาการแพลง
骨折、打撲、ねんざ

→ せいけいげ か
整形外科 แผนกศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์

อาการผิดปกติของช่องคอ จมูก และหู
のど、鼻、耳の異常

→ じび か、じびいんこう か
耳鼻科、耳鼻咽喉科 แผนกหูและจมูก แผนกหู คอ จมูก

ลมพิษ ผื่น
じんましん、かぶれ

→ ひふ か
皮膚科 แผนกผิวหนัง

อาการผิดปกติของตา
目の異常

→ がん か
眼科 แผนกตา แผนกจักษุ

อาการเจ็บป่วยทางจิต
心の病気

→ しんりょうない か
心療内科 แผนกจิตเวช

โรคทางนรีเวช การตั้งครรภ์
女性の病気、妊娠

→ ふじん か、さんふじん か
婦人科、産婦人科 แผนกนรีเวช แผนกสูตินรีเวช

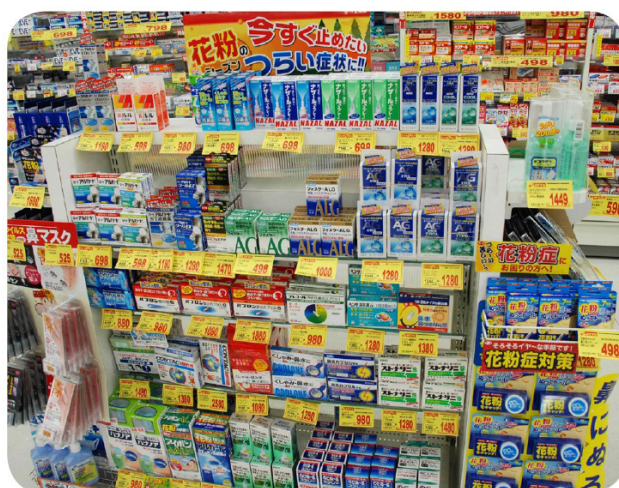
ฟันผุ ปัญหาเรื่องฟันผุ
虫歯、歯の問題

→ しか か
歯科 แผนกฟัน แผนกทันตกรรม

かふんしょう

● 花粉症 อาการแพ้ละอองเกสรดอกไม้

อาการแพ้ละอองเกสรดอกไม้เรียกว่า 花粉症（かふんしょう）เช่น อาจแพ้สนธิ์ดาร์ ทำให้คันตา จาม น้ำมูกไหล หรือคัดจมูก เป็นต้น ในช่วงราวมีนาคมถึงพฤษภาคมของญี่ปุ่น ละอองเกสรดอกไม้ของสนธิ์ดาร์จะปลิวฟุ้งไปทั่ว ทำให้คนที่แพ้ก็เพิ่มขึ้นด้วย คนที่จู้ ๆ ก็เกิดแพ้ละอองเกสรดอกไม้ขึ้นมาตอนเป็นผู้ใหญ่แล้วก็มามาก หรือบางคนเพิ่งเริ่มเป็นตอนมาญี่ปุ่น หากมีอาการดังกล่าวในฤดูใบไม้ผลิ ก็สงสัยไว้ก่อนเลยก็ได้ว่าแพ้เกสรดอกไม้ หากมีอาการแพ้จริง ๆ นอกจากไปหาหมอเพื่อรับยาแก้แพ้แล้ว ยังสามารถหาซื้อ "ผลิตภัณฑ์รับมือละอองเกสรดอกไม้" อย่างหน้ากากอนามัยหรือยาหยอดตาได้ตามร้านขายยาต่าง ๆ



花粉症は、スギなど植物の花粉に対するアレルギーで、目がかゆくなったり、くしゃみ、鼻水、鼻づまりの症状が出たりします。日本では、3月～5月ごろにスギの花粉が多く飛び、花粉症の症状が出る人も増えます。花粉症は、大人になってから急に症状が現れる人も多いし、日本に来てはじめて発症する人もいます。春にこのような症状が出た場合は、花粉症ではないかと疑ってみてもいいかもしれません。花粉症が出た場合、医者に行ってアレルギー薬の処方をしてもらうほか、薬局やドラッグストアに行けば、マスクや目薬など、さまざまな「花粉症グッズ」を買うこともできます。

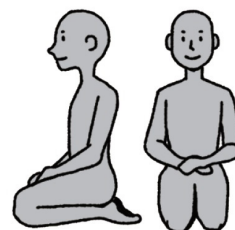
日本の生活
TIPS● わしつ すわ かた
和室での座り方 การนั่งในห้องแบบญี่ปุ่น

เวลานั่งในห้องปูเสื่อทาตามิอย่างห้องแบบญี่ปุ่น มีวิธีนั่งได้หลายแบบ

和室など、畳の部屋に座る場合、座り方がいろいろあります。

▶ せいざ 坐 坐 Seiza (นั่งบนส้นเท้า)

เป็นวิธีนั่งแบบทางการเวลานั่งในห้องที่ปูเสื่อทาตามิ หากต้องนั่งในห้องที่ปูเสื่อทาตามิ นั่งท่านี้ไม่เสียมารยาทแน่นอน แต่หากยังไม่ชิน จะทำให้เลือดที่เท้าเดินไม่สะดวก หรือเกิดชาที่ขาหรือเท้า หากนั่งต่อนาน ๆ เท้าจะชาจนไม่รู้สึกรู้สึทำให้ยืนไม่ได้ หากรู้สึกทรมาน ขอให้พูดว่า 足をくずしてもいいですか? (ขอยืดขาได้ไหมครับ) แล้วเปลี่ยนเป็นท่านั่งที่สบายขึ้น



畳の部屋に座る場合のフォーマルな座り方です。畳の部屋に座らなければならない場合、まずはこの座り方をすれば、失礼になることはありません。ただし、慣れていない人が正座をすると、足の血流が止まり、足がしびれてきます。そのまま長時間正座を続けると、足の感覚がなくなって、立てなくなってしまいます。つらいと感じたら、「足をくずしてもいいですか」と聞くなどして、ほかの楽な座り方に変えましょう。

▶ あぐら 坐 坐 Agura (นั่งขัดสมาธิ)

นั่งขัดสมาธิพูดเป็นภาษาญี่ปุ่นว่า あぐらをかく เป็นท่าที่ผู้ชายชอบนั่ง หลัง ๆ นี้ ผู้หญิงก็นั่งกันมากขึ้นโดยเฉพาะในกลุ่มคนอายุน้อย แต่คนที่คิดว่า "ผู้หญิงไม่ควรนั่งขัดสมาธิ" ก็ยังมีอยู่มาก

動詞では「あぐらをかく」といいます。男性がよくする座り方です。最近では若い人を中心に、女性でもこの座り方をする人が増えていますが、人によっては「女性はあぐらをかくべきではない」と考える人もまだ多くいるのも事実です。



▶ よこすわ 坐 坐 Yokoswa (นั่งพับเพียบ)

ดูเหมือนเวลาผู้หญิงขยับขาจากนั่งบนส้นเท้า มักเปลี่ยนมานั่งท่านี้

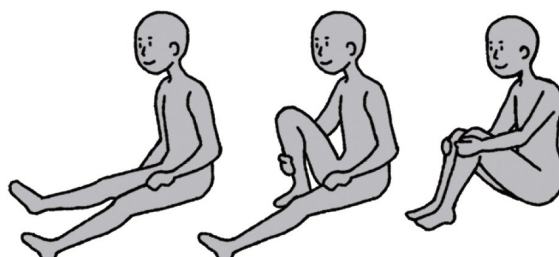
女性が足をくずして座る場合、この方法を使う人が多いようです。



▶ そのほかの坐り方 坐 坐 Tanangibanban (ท่านั่งแบบอื่นๆ)

ไม่ว่าจะนั่งยืดเท้าไปข้างหน้า นั่งชันเข่าข้างหนึ่ง หรือนั่งกอดเข่าแล้วแต่ไม่ใช่ท่านั่งในห้องที่ปูเสื่อทาตามิ

足を前に投げ出す、片膝を立てる、体育座りなどは、いずれも和室ではあまり一般的な座り方ではありません。



● お守り เครื่องราง

เครื่องรางของญี่ปุ่นหาซื้อได้ตามศาลเจ้าชินโตหรือวัดทางพุทธ มีหลายประเภทตามพรที่อยากขอ เช่น 家内安全 (ขอให้ครอบครัวปลอดภัย) 学業成就 (ขอให้สอบได้) 商売繁盛 (ขอให้การค้ารุ่งเรือง) 恋愛成就 (ขอให้ความรักสมหวัง) 等等。นี้ ผู้ที่ซื้อเครื่องรางสีสันทันและดีไซ์น่ารักไปเป็นของฝากก็มี แต่เชื่อกันว่าไม่ควรเก็บเครื่องรางไว้นานๆ เมื่อสมปรารถนาแล้ว ให้นำไปคืนที่ศาลเจ้าหรือวัดแล้วทำ お礼参り คือการแสดงการขอบคุณที่สิ่งศักดิ์สิทธิ์ช่วย



日本のお守りは、神社やお寺で買うことができます。願いの種類によって、「家内安全（家族が無事に暮らせますように!）」「学業成就（試験や受験に合格しますように!）」「商売繁盛（商売がうまくいきますように!）」「恋愛成就（恋愛がうまくいきますように!）」など、さまざまな種類があります。最近、色やデザインのかわいいお守りを土産として買う人もいますが、お守りを長い間ずっと持っているのはよくないことと考えられています。願いが叶ったときは、その神社やお寺にお守りを返して「お礼参り」をしましょう。

● 家族の呼び方 คำเรียกคนในครอบครัว

ในภาษาญี่ปุ่นมีคำที่พูดถึงพ่อแม่สองชุดคือ 父 กับ 母 และ お父さん กับ お母さん โดยทั่วไปจะอธิบายความแตกต่างว่า เมื่อพูดถึงครอบครัวตัวเอง จะใช้ 父 กับ 母 หากพูดถึงครอบครัวคนอื่น จะใช้ お父さん กับ お母さん แต่ในชีวิตจริง ยังขึ้นอยู่กับระดับความเป็นทางการของสถานการณ์และวัยของผู้พูดด้วย เวลาใช้ภาษาทางการในการทำงานหรือพูดกับคนที่อาวุโสกว่า ก็จะใช้ตามคำอธิบายข้างต้น แต่กรณีไม่เป็นทางการอย่างการคุยกันในกลุ่มเพื่อน โดยเฉพาะเมื่อคนพูดยังอายุน้อยอย่างนักเรียน คนที่ใช้ お父さん お母さん お兄さん お姉さん แม้จะพูดถึงพ่อแม่ตัวเองก็มีมากขึ้น เช่น มักพบเห็นนักกีฬาโอลิมปิกหนุ่มสาวพูดถึงพ่อแม่ตัวเองในการให้สัมภาษณ์หลังการแข่งขันว่า お父さん ดังนั้น เวลาได้ยินหนุ่มสาวญี่ปุ่นพูดคำว่า お父さん お母さん お兄さん お姉さん อาจต้องคิดดูดีๆ ว่าพูดถึงครอบครัวใคร

อย่างไรก็ตาม ไม่มีการเติม さん หลังคำเรียกคนในครอบครัวที่อายุน้อยกว่า เช่น 弟 (น้องชาย) 妹 (น้องสาว) 息子 (ลูกชาย) หรือ 娘 (ลูกสาว) เพื่อใช้พูดถึงคนในครอบครัวตัวเอง

日本語では、父親・母親を表すことばに、「父・母」と「お父さん・お母さん」と、異なる言い方があります。使い分けは、「自分の家族」の場合は「父・母」、「ほかの人の家族」の場合は「お父さん・お母さん」と一般的に説明されますが、実際には、場面のフォーマリティーや、話者の年齢などによって、使い分け方が異なります。仕事などのフォーマルな場合や、目上の人と話す場合は、前述のような使い分けがされますが、友だち同士などインフォーマルな場合や、特に話者が学生などの若い世代の場合は、自分の親について話すときも「お父さん・お母さん・お兄さん・お姉さん」が使われることも多くなっています。例えば、若いオリンピック選手が、試合後のインタビューで、自分の親のことを「お父さん」のように呼んでいる場面もしばしば見られます。若い日本人が「お父さん・お母さん・お兄さん・お姉さん」などのことばを使っているのを聞いたら、それはだれの家族のことを言っているのか、ちょっと考えてみましょう。

ただし、自分よりも下の人を表すことば（弟・妹・息子・娘など）には、「さん」を付けた形を自分の家族に対して使うことはありません。

日本の生活
TIPS

● にほんじん なまえ 日本人の名前 ชื่อของคนญี่ปุ่น

在日本นั้น เมื่อมีเด็กเกิดใหม่ จะต้องตั้งชื่อและแจ้งให้ทางการทราบภายใน 14 วัน ในการตั้งชื่อ ก็จะหาความหมายและเสียงอ่านของคันจิจากหนังสือเกี่ยวกับการตั้งชื่อ หรือศึกษาความเป็นมงคลของชื่อ

ความนิยมของชื่อเปลี่ยนไปตามยุคสมัย ในอดีต ชื่อผู้หญิงนิยมลงท้ายด้วย 子 ในขณะที่ชื่อผู้ชายมักมีตัวเลขตามลำดับพี่น้อง เช่น 一 หรือ 二 อยู่ด้วย แต่เดี๋ยวนี้มีน้อยลง หลังๆ นี้ คนนิยมตั้งชื่อเป็นคันจิตัวเดียว เช่น 蓮(レン) นอกจากนี้ ยังมีการกำหนดคันจิที่สามารถใช้ตั้งชื่อได้ด้วย แต่ไม่มีกฎเกณฑ์บังคับเสียงอ่าน ทำให้ชื่อที่อ่านยากๆ อย่าง 海音(カノン) 奏夢(リズム=rhythm) เพิ่มมากขึ้น



日本では赤ちゃんが生まれると、14日以内に名前を決めて役所に届けを出すことになっています。名前を決めるためには、名づけの本で漢字の意味や音を調べたり、姓名判断で運勢を調べたりします。

人気の名前は時代によって変化します。昔は「～子」がつく女性の名前や、生まれた順に「一、二」などの数字を入れた男性の名前がポピュラーでしたが、今では少なくなってきています。最近では、「蓮(レン)」など漢字1文字の名前が人気です。また名前に使える漢字は決まっていますが、読み方には制限がないため、「海音(カノン)」「奏夢(リズム)」のような、読み方が難しい名前が増えています。

● かんぱい 乾杯 การชนแก้ว



ธรรมเนียมในการกล่าวอะไรเล็กน้อยแล้วชนแก้วกัน เวลาดื่มเหล้านั้นมีอยู่ทั่วโลก ภาษาญี่ปุ่นจะกล่าวคำว่า Kampai ซึ่งเขียนเป็นคันจิว่า かんぱい โดยตัว 乾 แปลว่า "แห้ง" กับ 杯 แปลว่า "ถ้วย" แต่ไม่ได้แปลว่าจะต้องดื่มของในแก้วให้หมด หลังกล่าวคำว่า 乾杯 ต้องดื่ม 1 คำ แล้วจากนั้นก็ดื่มตามอรรถาัย

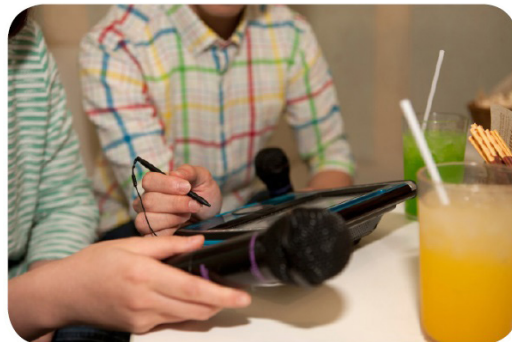
ตามงานเลี้ยงต่างๆ มักเปิดงานด้วยการชนแก้วหรือ かんぱい 乾杯 พร้อมกัน การชนแก้วเป็นสัญญาณเปิดงาน ดังนั้น โดยปกติ ทุกคนจะรอเปิดงานโดยไม่ดื่มอะไรจนกว่าจะกล่าว かんぱい 乾杯 พร้อมกัน ตามงานเลี้ยงทั่วไป คนที่เป็นต้นเสียงชวนแขกให้ชนแก้วมักเลือกจากผู้ที่อาวุโสที่สุดในงานหรือแขกรับเชิญ หลังตะโกนคำว่า かんぱい 乾杯 จะชนแก้วกับคนรอบๆ ดื่มเครื่องดื่ม 1 คำ แล้วปรบมือ

お酒を飲むときにあいさつをしてグラスを合わせる習慣は世界中にあります。日本語ではこのあいさつは「乾杯！」と言います。「乾杯」は「杯」を「乾かす」と書きますが、日本の場合、グラスの中の飲み物をすべて飲み干す必要はありません。乾杯のあとは、必ず一口飲まなければなりません、あとは自由に飲みます。

パーティーなどでは、はじめに全員で乾杯をして、会を始めます。この乾杯がパーティーのスタートの合図なので、乾杯をするまでは、飲まずに待っているのが普通です。また、パーティーでは、乾杯の発声をする人は、参加者の中で最も地位が高い人や、来賓の人などが選ばれます。乾杯の発声のあとは、周りの人とグラスを合わせ、一口飲んだら、拍手をすることもあります。

● **カラオケ** คาราโอเกะ

คาราโอเกะทำให้ทุกคนมีโอกาสได้ร้องเพลงแบบมีดนตรีด้วย เป็นสิ่งบันเทิงที่ถือกำเนิดในญี่ปุ่น ประเภทที่ร้องต่อหน้าคนทั่วไปที่ไม่รู้จักอย่างตามบาร์ต่างๆ ก็มี แต่ในปัจจุบัน กระแสความนิยมหลักคือ "คาราโอเกะบ็อกซ์" ซึ่งเป็นห้องเล็กๆ ที่ร้องฟังกันเฉพาะในกลุ่มตัวเอง คาราโอเกะบ็อกซ์เป็นสิ่งบันเทิงยอดนิยมเพราะใช้บริการได้อย่างสบายใจ เช่น นักเรียนชวนเพื่อนๆ ไปกันหลังเลิกเรียนหรือในวันหยุด คนทำงานก็ไปต่อกันหลังจากดื่มกันแล้ว นอกจากนี้ ในช่วงหลังๆ "คาราโอเกะบ็อกซ์เดี่ยว" สำหรับคนที่ไปร้องคนเดียวก็มีให้เห็นทั่วไปแล้ว



だれでも伴奏に合わせて好きな歌を歌うことができるカラオケは、日本で生まれた娯楽です。バーなどで、知らない人の前で歌う形式もありますが、現在では、仲間同士で小さな部屋に行って歌う「カラオケボックス」が主流になっています。カラオケボックスは、学生が放課後や休日に友だち同士で利用したり、社会人が飲み会のあとの2次会や3次会で利用したりなど、気軽に利用できる娯楽として人気があります。また、最近では、1人でカラオケボックスに行って歌う「1人カラオケ」も一般的になっています。

▶ **カラオケボックスの^{りょうほう}利用法** **วิธีใช้คาราโอเกะบ็อกซ์**

บางร้านอาจต่างออกไปบ้าง แต่โดยทั่วไปเป็นระบบดังนี้

店によって違いはありますが、だいたい以下のようなシステムです。

1. แจ้งจำนวนคนและระยะเวลาที่ต้องการใช้

คาราโอเกะบ็อกซ์มีทั้งแบบที่คิดค่าบริการตามระยะเวลาแบบ "ฟรีโหม" ที่คิดเหมาราคาเดียวเฉพาะในช่วงเวลาหนึ่ง สำหรับอาหารและเครื่องดื่มก็มีให้สั่งต่างหาก หรือประเภท 飲み放題 ที่สั่งเครื่องดื่มได้ไม่อั้น โดยรวมอยู่ในค่าห้องแล้วก็มี บริการต่างๆ แตกต่างกันไปตามวันและช่วงเวลา ดังนั้น หากแจ้งจำนวนคนและระยะเวลา พนักงานก็จะช่วยแนะนำโปรแกรมที่เหมาะสมให้ได้

人数と利用時間を言う

カラオケボックスのシステムには、時間ごとに料金がかかる方式と、ある時間の間なら同じ値段で利用できる「フリータイム」の方式があります。また、飲み物や食べ物は別に注文する場合のほか、飲み物が「飲み放題」として部屋代に含まれているプランもあります。曜日や時間帯によって、どのサービスがあるかは違いますので、受付で人数と利用したい時間を言えば、店の人がおすすめのプランを教えてください。

2. ลงชื่อขอใบให้

ให้ตัวแทนกลุ่มขอใช้ห้องโดยเขียนชื่อและที่อยู่ ซึ่งมักจะถูกถามว่า จะสมัครสมาชิกไหม ถ้าคิดว่าอาจมีโอกาสมาใช้บริการบ่อยๆ การเป็นสมาชิกจะทำให้ได้ส่วนลดในครั้งต่อไป และได้สะสมแต้มด้วย

受付をする

代表者が名前や住所などを書いて受付をします。このとき会員になるかどうかを聞かれます。もし、たくさん利用するかもしれないときは、会員になっておくと、そのあとの利用から、安い料金で利用できたり、ポイントがたまったりします。

3. ส่งอาหารหรือเครื่องดื่ม / เลือกเพลง

พอเข้าห้อง ก็จะสั่งเครื่องดื่ม หากไม่ใช่โปรแกรม "ดื่มได้ไม่อ้วน" โดยทั่วไปก็จะมีกฎว่าจะต้องสั่งเครื่องดื่มครบทุกคน การเลือกเพลงก็ใช้ระบบสัมผัสโดยกดหน้าจอบนแท็บเล็ตให้ส่งคำสั่งไปที่เครื่อง สามารถเลือกหาเพลงได้จากชื่อเพลง ชื่อนักร้อง หรือประเภทของเพลง หากต้องการสั่งอาหารหรือเครื่องดื่มเพิ่มระหว่างร้องเพลง ก็สามารถสั่งได้จากหน้าจอบนแท็บเล็ต หรือไม่ก็สั่งทางอินเทอร์คอมพิวเตอร์ที่ติดอยู่ใกล้ประตู

注文する／曲を入れる

部屋に入ったら、飲み物を注文します。飲み放題ではないプランの場合も、「ワンドリンク制」といって、必ずドリンクを1人1つ注文しなければならないことが一般的です。曲を入れるときは、歌いたい曲を、タブレットのようなタッチパネル式のリモコンで入力し、本体に転送します。曲は、曲名、歌手名、ジャンルなどから探すことができます。歌っている間に食べ物や飲み物を注文するときは、このタッチパネルから注文できるほか、部屋の入り口付近にあるインターホンをを使って注文することもできます。

4. ออกจากห้องก่อน

ก่อนหมดเวลาที่แจ้งไว้ 5 นาที พนักงานจะแจ้งให้ทราบทางอินเตอร์คอม หากต้องการร้องต่ออีก ก็สามารถขอต่อเวลาได้ถ้าไม่มีคนอื่นรอใช้อยู่ แต่หากไม่ต่อแล้ว พอจบเพลงที่กำลังร้อง ก็ให้ออกจากห้อง จากนั้นก็ไปที่แคชเชียร์ เพื่อชำระค่าอาหารและเครื่องดื่ม หรือค่าห้องที่ต่อเวลาในกรณีขอต่อเวลา

部屋を出る

利用時間の5分前になったら、店の人がインターホンで教えてくれます。もっと歌いたい場合は、ほかの人が待っていなければ、「延長」することができます。そのまま終わる場合には、そのとき歌っている曲を歌い終えたら、部屋を出ます。レジで料理や飲み物の料金、また利用時間を延長した場合の延長料金などを精算して払います。

● 寄せ書き คำฝากจากใจ

เวลาต้องลาจากกันเพราะต้องย้ายไปประจำสาขาอื่นหรือลาออก หรือเวลาจะเขียนคำอวยพรให้คนที่จะแต่งงาน ต่าง ๆ พรรคพวกจะร่วมกันเขียนอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ ลงในกระดาษแข็งแบบญี่ปุ่นที่เรียกว่า 色紙 หรือการ์ดเพื่อฝากให้เจ้าตัว คนญี่ปุ่นเรียกสิ่งนี้ว่า 寄せ書き การรวมพลอย่างเพื่อนร่วมงานมาเขียนด้วยกันจะช่วยให้ออกาสแก่ทุกคนอย่างทั่วถึงในการฝากข้อความ เช่น เมื่อเขียน 寄せ書き ให้คนที่แต่งงาน จะช่วยให้คนที่ไม่ไปร่วมพิธีแต่งงานสามารถแสดงความยินดีด้วยได้ กระดาษ 色紙 ที่นิยมใช้เขียน 寄せ書き เป็นกระดาษแข็งสีเหลี่ยมจตุรัสและมักมีขอบทอง บางครั้งก็ใช้ขอลายเซ็นคนดังมาประดับไว้ ผู้ที่ได้รับ 寄せ書き มักประดับไว้ที่ผนังห้องของตัวเอง

転勤や退職などのお別れのときや、結婚などのお祝いのときなどに、1枚の色紙やカードに複数の人がメッセージを書き込んで贈ります。これが「寄せ書き」です。会社の同僚など、グループの人がみんなで寄せ書きをすることで、多くの人がメッセージを寄せることができます。例えば、結婚祝いの寄せ書きは、結婚式に出席しない人も、お祝いの気持ちを伝えることができます。

寄せ書きに使われる「色紙」は、厚い正方形の紙で、たいてい金色の縁が付いています。色紙は、有名人のサインを飾るときなどにも使われます。色紙に書かれた寄せ書きは、もらった人は部屋の壁に飾ったりします。



Tips for life in Japan



A2

日本の生活
TIPS● ジェーポップ パフューム
J-POP / Perfume J-pop / Perfume

J-POP หมายถึงเพลงป๊อปของญี่ปุ่นในความหมายกว้างๆ รวมเพลงหลากหลายแนว ไม่ว่าจะเป็นเพลงร็อค โฟล์ค ป๊อป ไอดอล ฮิปปอป บางครั้งยังรวมถึงเพลงเองกะ (เพลงลูกทุ่งสไตล์ญี่ปุ่น) และเพลงอนิเมะด้วย

J-POP สามารถหาฟังได้ง่ายบนอินเทอร์เน็ต ใน Youtube มีวิดีโอที่อัปโหลดอย่างเป็นทางการจำนวนมาก สามารถรับชมได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย อีกทั้งถ้าใช้บริการฟังเพลงทางออนไลน์ จะสามารถดาวน์โหลดเพลงได้ในราคาถูก ฟังเพลงได้ไม่จำกัด โดยจ่ายค่าบริการเป็นรายเดือน

Perfume ที่ปรากฏในหนังสือเล่มนี้เป็นวงเกิร์ลกรุ๊ป 3 คน แนวเทคโนโลยีป๊อป มีชื่อเสียงจากท่าเต้นที่มีเอกลักษณ์และการแสดงบนเวทีที่ใช้เทคโนโลยีล้ำยุค



J-POP は日本のポップミュージックを広く指すことで、ロック、フォーク、歌謡曲、アイドル、ヒップホップ、テクノポップなど、いろいろなジャンルの音楽が含まれます。演歌やアニメソングを含める場合もあります。

J-POP はネット上で気軽に聞くことができます。YouTube には、公式にアップロードされた動画が多数あり、無料で視聴することができます。また、音楽配信サービスを使えば、曲ごとに安価にダウンロードしたり、月々の定額料金を払って聞き放題で聞いたりすることもできます。

本文に出てきた「Perfume」は、女性 3 人組のテクノポップグループで、特徴あるダンスと最新技術を使った舞台演出で注目されています。

● たある
食べ歩き 食べ歩き 食べ歩き 食べ歩き

食べ歩き ในที่นี้ไม่ได้แปลตรงตัวว่า "เดินไปกินไป" แต่หมายถึงการสนุกสนานกับการแวะเวียนกินอาหารในร้านอาหารหลายร้าน เช่น กินอาหารขึ้นชื่อของท้องถิ่นที่ไปท่องเที่ยว กินอาหารร้านดังหรือร้านเปิดใหม่ใกล้บ้าน

วิธีการสนุกกับ 食べ歩き มีหลายวิธี เช่น เข้าไปกินอาหารในร้านที่สนใจโดยไม่ต้องวางแผนล่วงหน้า หรือค้นหาร้านอาหารจากคู่มือท่องเที่ยวหรือหนังสือแนะนำร้านอาหาร บางคนเลือกที่จะกินอาหารประเภทใดประเภทหนึ่ง เช่น ราเมน หรืออาหารประจำชาติต่างๆ เป็นต้น รายการแนะนำอาหารในโทรทัศน์ก็ได้รับความนิยมไม่น้อย นอกจากนี้ยังมีหนังสือการ์ตูนที่มีเนื้อเรื่องเกี่ยวกับ 食べ歩き อีกด้วย

ここで言う「食べ歩き」は、食べながら歩くことではなく、いくつかの飲食店でいろいろな料理や食べ物を食べて回り、楽しむことです。旅行先などで、その土地の名物料理をいろいろ食べたり、家の近くの評判の店や新しくできた店をめぐるしたりします。

予定を立てずに気になる店に入ったり、事前にガイドブックやグルメ本などで調べておいた店に入ったりなど、いろいろな方法で食べ歩きを楽しむことができます。「ラーメン」や「各国料理」など、ジャンルを決めて食べ歩きをする人もいます。テレビでは、町の飲食店に入って料理を紹介する「グルメ番組」が人気です。また食べ歩きをテーマとしたマンガもあります。

● アニソン เพลงอะนิเมะ



ani-son singer Mizuki Ichiro
アニソン歌手 水木一郎

アニソン ย่อมาจาก アนิメソング (anime song) ซึ่งก็คือเพลงประจำหรือเพลงประกอบอะนิเมะ บางครั้งรวมถึงเพลงจากรายการซูเปอร์ฮีโร่ หรือวิดีโอเกม ในญี่ปุ่น อนิソン จัดเป็นแนวเพลงประเภทหนึ่ง คนนิยมนำมาร้องคาราโอเกะ จะเห็นคนร้องเพลงประเภทนี้ในร้านคาราโอเกะกันอย่างสนุกสนาน

アニソン เป็นที่นิยมในต่างประเทศจากความแพร่หลายของอะนิเมะในต่างประเทศ คนจำนวนมากอาจไม่รู้จักร J-pop แต่รู้จัก อนิソン บางเพลงได้รับความนิยมอย่างสูงในบางประเทศ เช่น เพลง "Voltes V" ที่โด่งดังในฟิลิปปินส์ นักร้อง อนิソン ได้รับความนิยมสูงในต่างประเทศเช่นกัน เวลาจัดงานแสดงคอนเสิร์ตจะมีบรรดาแฟน ๆ เข้ามาชมกันอย่างล้นหลาม

「アニメソング」を略して「アニソン」といいます。テレビや映画のアニメの主題歌や挿入歌として使われた歌などのことをいいます。特撮ヒーロー番組やゲーム関連の歌を含めることもあります。日本では、アニソンが音楽の1つのジャンルとして確立しています。カラオケでも人気が高く、アニソンを歌って盛り上がる場面がよく見られます。

日本のアニメが海外に広まるのに伴って、アニソンも海外で有名になっています。普通の J-POP はあまり知らないけれど、アニソンは知っている、という人もたくさんいます。また、フィリピンでの『ボルテス V』のように、特定のアニソンがある国で非常に有名になるという現象もときどきあります。アニソンを専門に歌う「アニソン歌手」は、海外でも人気が高く、コンサートをすると、ファンが大勢集まります。

エスエヌエス にほんごがくしゅう

● SNS の日本語学習グループ กลุ่มเรียนภาษาญี่ปุ่นทางโซเชียลมีเดีย

ในอินเทอร์เน็ตมีกลุ่มโซเชียลมีเดียหรือเว็บไซต์ที่ผู้เรียนภาษาญี่ปุ่นเข้ามาแลกเปลี่ยนข้อมูลกัน หรือไม่ก็เจ้าของภาษาหรือครูภาษาญี่ปุ่นเข้ามาตอบคำถามของผู้เรียนภาษาญี่ปุ่น เช่น ใน Facebook เมื่อมีผู้เรียนตั้งคำถามเกี่ยวกับภาษาญี่ปุ่น ก็จะมีกลุ่มครูภาษาญี่ปุ่นคอยตอบคำถามให้ เว็บไซต์อย่างเช่น HiNative หรือ Lang-8 มีชาวญี่ปุ่นมาตอบคำถามจากผู้เรียนหรือช่วยตรวจแก้ประโยคที่ผู้เรียนแต่ง ทั้งนี้ต้องมีการลงทะเบียน แต่ผู้เรียนสามารถใช้เป็นช่องทางการเรียนภาษาญี่ปุ่นได้ เพราะสามารถใช้บริการโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

インターネット上には、日本語学習者同士で情報を交換したり、日本語母語話者や日本語教師が学習者の質問に答えたりする SNS グループや WEB サイトがあります。例えば、Facebook には、日本語学習者が日本語に関する質問をすると、日本語教師が回答してくれるグループがあります。「HiNative」や「Lang-8」のようなサイトでは、学習者からの質問に母語話者が答えたり、学習者の書いた文章を母語話者が添削してくれたりします。いずれも登録が必要ですが、無料で利用することができますので、日本語学習に使うことができます。

日本の生活
TIPS● にほんじん
日本人とひげ 人ญี่ปุ่นกับการไว้หนวดเครา

ภาพพจน์หรือการยอมรับการไว้หนวดเคราของผู้ชายมีความแตกต่างกันตามแต่ละประเทศและยุคสมัย ในปัจจุบันชาวญี่ปุ่นยังไม่ค่อยยอมรับการไว้หนวดเคราเท่าไรนัก เมื่อเทียบกับต่างประเทศ หลังๆ นี้ แม้ว่าสังคมมีแนวโน้มยอมรับเรื่องการไว้หนวดเครามากขึ้นเรื่อยๆ เช่น ศาลวินิจฉัยว่าการไว้หนวดเคราเป็น "สิทธิส่วนบุคคล" อีกทั้งนักกีฬาที่ไว้หนวดเคราก็มีมากขึ้น แต่บางบริษัทยังมีกฎห้ามไว้หนวดเคราสำหรับบางประเภทงาน ในกรณีเกิดปัญหาว่า อยากไว้หนวดเคราแต่บริษัทมีกฎห้าม ควรสอบถามเหตุผลและพูดคุยกับทางบริษัทดู

男性のひげに対するイメージや許容度は、国によって、時代によって異なりますが、現代の日本では、海外に比べると、ひげはあまり好ましくない、と見なされるケースも多いようです。近年では、裁判で「ひげをはやすのは個人の自由」として認められたり、またスポーツ選手の間でひげをはやすことが増えてきたりして、社会的にひげが認められる方向に動いていますが、それでもなお、例えば職種によっては、会社が「ひげ禁止」の決まりを定めている場合などもあります。

もし、「自分はひげをはやしたいのに、会社の人から剃れと言われた」など問題が起こった場合には、その理由を聞いたりするなどして、よく話し合ってみましょう。

● あむろ な み え
安室奈美恵 Amuro Namie

อะมูโระ นามิเอะ เป็นนักร้องจากเกาะโอกินาวา เข้าสู่วงการในปี ค.ศ. 1992 ออกจากวงการในปี ค.ศ. 2018 เธอมีชื่อเสียงทั้งด้านร้องเพลง เต้นรำ และเป็นผู้นำแฟชั่น ในทศวรรษ 1990 วัยรุ่นจำนวนมากเลียนแบบการแต่งกายของเธอ พวกเขาถูกเรียกว่า アムラー

เพลงเด่นๆ ของเธอมีมากมาย เช่น "Can You Celebrate?" "Chase the Chance" และ "Hero" เพลงที่มียอดขายทะลุล้านก็มีไม่น้อย เธอเป็นที่ชื่นชอบทั้งเสียงเพลง แฟชั่น ท่าเต้น การแสดงสด แม้หลังจากออกจากวงการแล้วยังมีแฟนคลับติดตามจำนวนมาก นอกจากนี้ผู้หญิงมักจะเลือกเพลงของเธอมาร้องคาราโอเกะอีกด้วย

安室奈美恵は1992年にデビューし、2018年に引退した沖縄出身の歌手です。歌だけでなく、ダンスやファッションが注目され、1990年代には、安室のファッションをまねる若者が増え、「アムラー」と呼ばれて話題になりました。代表曲には、『CAN YOU CELEBRATE?』『Chase the Chance』『Hero』などがあり、ミリオンセラーも多数あります。

その楽曲やファッション、ダンス、ライブの演出などは高く評価されており、引退したあとも多くのファンがいます。また女性が歌うカラオケの定番曲にもなっています。

● みふね としろう しちにん さむらい
三船敏郎 / 七人の侍 Mifune Toshiro / เจ็ดเซียนซามูไร

มิฟูเนะ โตชิโร่ (ค.ศ. 1920-1997) นักแสดงชาวญี่ปุ่น ได้รับรางวัลด้านการแสดงมากมาย เช่น รางวัลนักแสดงชายยอดเยี่ยมจากเทศกาลภาพยนตร์นานาชาติที่เวนิส มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักแม้ในต่างประเทศ มีชื่อจารึกอยู่ที่ Walk of Fame ในฮอลลีวูดด้วย ภาพยนตร์เด่นของเขาได้แก่ 羅生門 (ราโซมอน) 七人の侍 (เจ็ดเซียนซามูไร) 用心棒 (โยจิโมโบ) และ 赤ひげ (คุงหมอบเคราแดง)

ภาพยนตร์เรื่อง 七人の侍 ออกฉายในปี ค.ศ. 1954 ผู้กำกับคือ คุโรซาวะ อากิระ มี มิฟูเนะ โตชิโร่ เป็นผู้แสดงนำ เป็นเรื่องของซามูไรเจ็ดคนที่ชาวนาจ้างมาให้ต่อสู้กับกลุ่มโจร ภาพยนตร์เรื่องนี้โด่งดังไปทั่วโลก ว่ากันว่ามียอดผู้ชมต่อวงการหนังทั่วโลกทีเดียว มีการนำมาสร้างใหม่หลายครั้ง





ปัจจุบันภาพยนตร์ที่ มิฟูเนะ โตชิโระ แสดงนำ เช่น เรื่อง ^{しちにん さむらい} 七人の侍 นั้นหาได้จากเว็บไซต์
ที่ให้บริการดูภาพยนตร์ในราคาย่อมเยา

三船敏郎(1920-1997)は日本の俳優です。ヴェネツィア国際映画祭男優賞のほか多くの映画賞を受賞し、海外にも広く知られています。また、ハリウッドのWalk of Fameにも名前が刻まれています。代表作には、『羅生門』『七人の侍』『用心棒』『赤ひげ』などがあります。

『七人の侍』は、1954年に公開された映画で、黒澤明が監督、三船敏郎が主演をつとめました。農民に雇われた7人の侍が野武士と戦うというストーリーで、世界中で高い評価を受け、世界の映画に影響を与えたと言われています。リメイクした作品も作られています。

現在、『七人の侍』をはじめとした三船敏郎主演の映画は、いくつかの動画配信サイトなどで安く見られるようになっています。

● コミュニティ誌 วารสารชุมชน

コミュニティ誌 (วารสารชุมชน) เป็นสิ่งตีพิมพ์ขนาดเล็ก มีเนื้อหาเกี่ยวกับข้อมูลต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อาศัยในชุมชนนั้น หรือจะเรียกว่า ทาวน์誌 (town journal), ฟรีเพอร์ (free newspaper) มีแจกฟรีที่สถานีรถไฟ เคาน์เตอร์สถานที่ราชการ ร้านหนังสือ หรือร้านสะดวกซื้อ ฯลฯ

เนื้อหาหลากหลาย ตั้งแต่ข่าวสารของร้านค้า อีเว้นต์ กิจกรรมในพื้นที่ แนะนำบุคคล สถานที่อำนวยความสะดวกต่างๆ เช่น สระว่ายน้ำ ห้องสมุด แนะนำกลุ่มกิจกรรมต่างๆ ในพื้นที่จนถึงแนะนำสถานที่ที่น่าสนใจ

ข้อมูลข่าวสารจากเอกสารนี้จะช่วยให้เราสามารถใช้ชีวิตในชุมชนอย่างสนุกสนานมากขึ้น



コミュニティ誌は、ある地域を中心にして、その住民に向けた情報を発信する小冊子で、「タウン情報誌」「フリーペーパー」などとも呼ばれます。駅、公共施設のカウンター、本屋、コンビニなどに無料で置かれています。

内容は、その地域の店の情報、イベントの告知、地域のサークル活動の案内などのほか、その地域で活動するグループや個人、施設を紹介したり、おすすめの場所を紹介したりなど、さまざまです。

コミュニティ誌を読んで、地域の情報を集めれば、日本の生活がより豊かなものになるかもしれません。

● 残業時間 ชั่วโมงทำงานล่วงเวลา

ญี่ปุ่นมีกฎหมายควบคุมเพดานชั่วโมงทำงานล่วงเวลา สูงสุดไม่เกิน 45 ชั่วโมงต่อเดือน และ 360 ชั่วโมงต่อปี มีผลบังคับใช้ตั้งแต่เดือนมกราคม ปี ค.ศ. 2019 (สำหรับองค์กรธุรกิจขนาดกลางถึงขนาดเล็กเริ่มใช้ตั้งแต่เดือนเมษายน ปี ค.ศ. 2020) และมีบทลงโทษขององค์กรที่ให้พนักงานทำงานล่วงเวลาเกินกว่าที่กำหนดไว้

ยิ่งกว่านั้นการให้พนักงานทำงานโดยไม่มีการจดบันทึก หรือไม่จ่ายค่าทำงานล่วงเวลา ซึ่งเรียกว่า ^{ざんぎょう} サービス残業 (ทำงานล่วงเวลาโดยไม่มีค่าตอบแทน) ก็ถือว่าผิดกฎหมายเหมือนกันถ้าที่ทำงานของคุณให้พนักงานทำงานล่วงเวลามากกว่าที่กฎหมายกำหนดไว้ หรือไม่จ่ายค่าทำงานล่วงเวลาให้ ควรรีบไปปรึกษาหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทันที

日本では、2019年4月から残業時間の上限が法律で決められ、原則として月45時間、年360時間を超えて残業することができなくなりました(中小企業は2020年4月から)。これに違反して労働者に残業をさせた企業は、罰が科される可能性があります。

また、きちんと記録を付けないで残業し、残業代が払われないものを「サービス残業」といいますが、これも法律違反になります。

もし、自分の会社で、残業時間が法律の上限より長かったり、また残業代が払われていないなどの問題があったりする場合には、すぐに関係の機関に相談しましょう。

日本の生活
TIPS

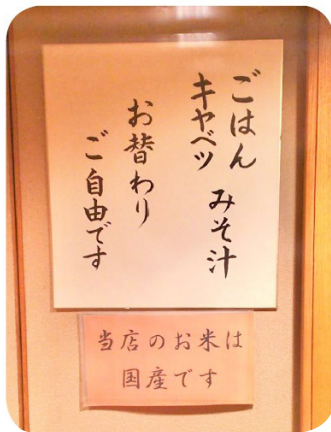
● ていしょく 定食 定食

ていしょく 定食 คืออาหารที่จัดเป็นชุด ประกอบด้วยอาหารจานหลัก กับข้าวสวย ชุปมิโซะ เครื่องเคียงอีก 2-3 ชนิด อาหารชุดมีคุณค่าอาหารครบถ้วน และราคาถูก มีเมนูหลากหลายชนิดตามอาหารจานหลัก เช่น อาหารชุดปลาอย่าง อาหารชุดหมูชุบแป้งทอด อาหารชุดแฮมเบิร์ก อาหารชุดซาซิมิ อาหารชุดเนื้อย่าง อีกทั้งยังมี 朝定食 (อาหารชุดเช้า) ที่ให้บริการในช่วงเช้า ส่วนใหญ่ประกอบด้วยไข่ สาหร่าย ปลาอย่าง ฯลฯ ซึ่งเป็นอาหารที่คนนิยมกินเป็นอาหารเช้า

定食は、メインの料理にご飯と味噌汁といくつかの副菜がセットになったメニューです。栄養のバランスが取れていて、安くお得というイメージがあります。メニューは、「焼き魚定食」「豚カツ定食」「ハンバーグ定食」「お刺身定食」「焼肉定食」など、メイン料理によって多くの種類があります。また卵、のり、焼き魚など、朝ご飯の定番を定食にして早い時間に提供する「朝定食」というものもあります。



● おかわり/大盛り 大盛り 追加อาหาร / ปริมาณมากเป็นพิเศษ



おかわり หมายถึงการกินหรือดื่มอาหารอย่างเดียวกันอีกครั้ง ในร้านอาหารญี่ปุ่น บางร้าน ลูกค้าที่สั่งอาหารชุดสามารถเติมข้าวสวยหรือซุปรมิโซะได้ไม่จำกัดจำนวนครั้ง โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายเพิ่ม ร้านอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น ร้านแฮมเบอร์เกอร์บางร้านก็สามารถขอเติมเครื่องดื่มได้เช่นกัน แต่ร้านประเภทนี้ในญี่ปุ่นมีไม่มากนัก

大盛り หมายถึงการตักข้าวสวยเสิร์ฟให้ลูกค้าในปริมาณมากกว่าปกติ นอกจากใช้กับข้าวสวยแล้ว ยังสามารถใช้กับราเมนและโซบะได้ด้วย ปกติต้องจ่ายแพงขึ้น แต่ร้านที่เก็บเงินในราคาปกติก็มี ถือว่าเป็นการให้บริการแก่ลูกค้า บางร้านมีการแบ่งลำดับการเพิ่มปริมาณเป็นหลายระดับ เริ่มตั้งแต่น้อยไปหามากดังนี้ 大盛り 特盛り デカ盛り メガ盛り ในทางตรงกันข้าม การตักอาหารเสิร์ฟในปริมาณน้อยกว่าปกติ เรียกว่า 小盛り หรือ 少なめ ส่วนการตักในปริมาณปกติเรียกว่า 並盛り หรือ 普通 เป็นต้น

「おかわり」は、同じものをもう一度食べる・飲むことをいいます。飲食店で定食などを頼んだとき、店のサービスとして、ご飯や味噌汁が「おかわり自由」のことがあります。その場合、無料で何度でもおかわりをすることができます。ハンバーガーなどファストフードの店でも、飲み物がおかわり自由の場合もありますが、日本ではあまり一般的ではありません。

「大盛り」は、ご飯を普通よりも多めに盛ってもらうことをいいます。ご飯だけでなく、ラーメンやそばなどにも使われます。大盛りは別料金がかかることが一般的ですが、店のサービスとして、大盛り無料という場合もあります。大盛りよりもさらに多く盛ったものを「特盛り」「デカ盛り」「メガ盛り」などのことばで表す店もあります。また、大盛りとは逆に、普通よりも少なく盛ってもらう場合は「小盛り」「少なめ」などといい、普通の盛り方を表す場合は「並盛り」「普通」などといいます。

● コーヒー／^{こうちゃ}紅茶 カフェ / ชาฝรั่ง

คนญี่ปุ่นนิยมดื่มทั้งกาแฟและชาฝรั่ง เวลาสั่งชาฝรั่งหรือกาแฟในร้าน พนักงานจะเสิร์ฟนมและน้ำตาลแยกต่างหาก เพื่อให้ลูกค้าใส่เองตามต้องการ ถ้าลูกค้าสั่งชาฝรั่ง พนักงานอาจจะถามว่าจะรับชานมหรือชามะนาว

กาแฟและชาฝรั่งที่ใส่น้ำแข็งจะเรียกว่า **アイスコーヒー** และ **アイ스티ー** ในร้านที่มีเมนูเครื่องดื่ม 2 ชนิดนี้ พนักงานจะถามลูกค้าว่าจะรับแบบร้อนหรือเย็น ตามปกติร้านจะเสิร์ฟทั้ง **アイスコーヒー** และ **アイ스티ー** โดยไม่ใส่นมหรือน้ำตาล แต่ให้ลูกค้าเติมเองตามความชอบของแต่ละคน



コーヒーと紅茶は日本でも広く飲まれています。飲食店でコーヒー、紅茶を頼んだら、通常はミルクと砂糖は別に提供され、自分の好みで入れます。紅茶は、注文時に「ミルクかレモンか」を聞かれる場合もあります。

コーヒー、紅茶に氷を入れ、冷たくして飲む飲み方が、アイスコーヒー、アイ스티ーです。このメニューがある飲食店の場合、注文のときに「ホットかアイスか」を選びます。アイスコーヒー、アイ스티ーの場合も、ミルクや砂糖が入っていないものが出され、自分の好みでとから入れる方式が一般的です。

● わさび わซาบิ

วาซาบิเป็นเครื่องปรุงรสชนิดหนึ่ง มีสีเขียว ใช้ใส่ในซูชิหรือซาซิมิ บางคนอาจไม่ชอบเพราะมีรสฉุนขึ้นจมูกที่เป็นเอกลักษณ์ โดยทั่วไป ซูชิจะใส่วาซาบิมาด้วย แต่ถ้าไม่ชอบ สามารถขอไม่ให้ใส่วาซาบิได้ ซูชิที่ไม่ใส่วาซาบินี้เรียกว่า **サビ抜き**



わさびはすしや刺身を食べるときにつける緑色の薬味です。独特の辛みと、鼻にツーンと抜ける刺激があるので、苦手な人もいます。にぎりずしには通常わさびが使われていますが、もし苦手な場合は、わさびを抜いて作ってもらうこともできます。わさびを抜いたすしのことを「サビ抜き」と言います。

● ^{じてんしゃ}自転車ルール กฎระเบียบการขี่จักรยาน

ดังที่ปรากฏในตัวอย่างว่า **今日は自転車で来たので、飲めないんです** (วันนี้ฉันขี่จักรยานมา เลยดื่มไม่ได้) กฎหมายจราจรของญี่ปุ่นกำหนดให้จักรยานเป็นยานพาหนะขนาดเล็ก ดังนั้นการขับขี่จักรยานหลังจากดื่มสุราจึงเป็นเรื่องผิดกฎหมาย

ตามหลักแล้วต้องขี่จักรยานทางด้านซ้ายของถนน แต่ในกรณีที่มีการจราจรหนาแน่นสามารถขับขี่จักรยานบนทางเท้าได้ เพื่อความปลอดภัยของผู้ขี่จักรยาน อย่างไรก็ตาม ทางเท้าเป็นพื้นที่สำหรับผู้เดินเท้าเป็นหลัก ดังนั้น ถ้าจะขี่จักรยานบนทางเท้า จะต้องระมัดระวังคนเดินเท้า นอกจากการขี่จักรยานหลังดื่มสุราแล้ว การซ้อนท้ายจักรยาน การกางร่ม การใช้โทรศัพท์มือถือ หรือการให้ผู้อื่นพ่วงระหว่างขี่จักรยานก็ทำไม่ได้เช่นกัน อาจถูกลงโทษโดยเสียค่าปรับหรืออื่นๆ ก็เป็นไปได้ เวลาขี่จักรยาน จึงขอให้รักษากฎจราจรด้วย

本文に「今日は自転車で来たので、飲めないんです。」とあったように、日本では、自転車は道路交通法で軽車両とされていますので、飲酒してからの運転は法律で禁止されています。

自転車は、原則的には車道を左側通行で走らなければなりません。車道の交通状況によっては、自転車の安全を確保するために歩道を走ることが認められますが、そのような場合でも歩道は歩行者優先なので、通行に注意しましょう。また、自転車に乗るときは、飲酒運転だけでなく、2人乗り運転、傘さし運転や携帯電話・イヤホンの使用などが禁止されています。罰金などのペナルティが与えられる場合もあるので、自転車に乗るときは交通ルールを守りましょう。

● いんしょくてん きつえん 飲食店での喫煙 การสูบบุหรี่ในร้านอาหาร



ในญี่ปุ่น การสูบบุหรี่ในร้านอาหารมีกฎหมายเข้มงวดขึ้นเรื่อย ๆ สำหรับไนโตเกียว ตั้งแต่เดือนเมษายน ค.ศ. 2020 ห้ามสูบบุหรี่ภายในร้านอาหารที่มีการจ้างพนักงาน กฎหมายนี้เป็นผลมาจากการรณรงค์ที่แพร่หลายทั่วโลก เพื่อปกป้องสิทธิของผู้ไม่สูบบุหรี่ อีกทั้งผู้สูบบุหรี่ในญี่ปุ่นมีแนวโน้มจะลดลงเรื่อย ๆ จึงคาดว่าร้านอาหารที่ห้ามสูบบุหรี่คงเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

日本では、飲食店における喫煙は年々厳しくなっています。東京都では 2020 年 4 月から、従業員を雇っている飲食店では原則屋内での喫煙は全面禁止になりました。これは、世界的に広がる受動喫煙に対するきびしい動きを受けたもので、日本全体の喫煙者の数も年々減ってきていることから、今後はより広まっていくことが予想されます。

● フライ อาหารประเภทชุบแป้งทอด

อาหารที่นำอาหารทะเลหรือผักมาชุบแป้งแล้วทอดเรียกว่า ฟลาย เป็นเมนูประจำร้านของร้านที่ขายอาหารชุด และเป็นที่ยู้งักกันดีที่สุดในบรรดาอาหารแบบ 洋食 ซึ่งเป็นคำที่ใช้เรียกอาหารสไตล์ตะวันตกที่ญี่ปุ่นดัดแปลงจากอาหารฝรั่งเศสต้นตำรับมาเป็นสไตล์ญี่ปุ่นตั้งแต่ทศวรรษที่ 1900 มีเมนูมากมายตามวัตถุดิบที่ใช้ทำอาหาร เช่น エビフライ (กุ้งชุบแป้งทอด) アジフライ (ปลาอะจิชุบแป้งทอด) イカフライ (ปลาหมึกชุบแป้งทอด) カキフライ (หอยนางรมชุบแป้งทอด) และ ミックスフライ (รวมมิตรชุบแป้งทอด) ซึ่งใช้วัตถุดิบหลายอย่างนำมาชุบแป้งทอด



ส่วนอาหารชุบแป้งทอดที่ชุบเกล็ดขนมปังด้วยก็มีหลายชนิดเช่น ถ้าเป็นเนื้อสัตว์จะเรียกว่า คัทสึ เช่น 豚カツ (หมูชุบแป้งทอด) チキンカツ (ไก่ชุบแป้งทอด) メンチカツ (หมูบดชุบแป้งทอด) หากแต่ความแตกต่างระหว่างคำว่า ฟลาย และ คัทสึ ยังไม่ค่อยชัดเจนนัก

魚介類や野菜にパン粉の衣をつけ、油で揚げた料理が「フライ」です。西洋料理をもとに、1900 年代以降に日本で独自に発展した「洋食」と呼ばれる西洋風料理の代表で、定食屋のメニューの定番となっています。材料によって、「エビフライ」「アジフライ」「イカフライ」「カキフライ」などがあります。このうちのいくつかを組み合わせる提供メニューが「ミックスフライ」です。

同じように、パン粉の衣をつけて油で揚げた料理でも、肉を材料に使ったものは、「カツ」と呼ばれます。「豚カツ」「チキンカツ」「メンチカツ」などがあります。ただし、「フライ」と「カツ」の区別はあまり明確なものではありません。

● いんしょくてん かいけい かた 飲食店での会計のし方 วิธีชำระเงินในร้านอาหาร

วิธีจ่ายเงินในร้านอาหารญี่ปุ่นต่างกันไปแล้วแต่ร้าน มีทั้งที่เดินไปจ่ายเองที่แคชเชียร์และจ่ายที่โต๊ะอาหาร ร้านที่มีโต๊ะแคชเชียร์ พนักงานจะนำใบเสร็จวางบนโต๊ะตอนนำอาหารมาเสิร์ฟที่โต๊ะ เมื่อลูกค้าจะออกจากร้าน จะนำใบเสร็จไปจ่ายที่โต๊ะแคชเชียร์ ส่วนร้านที่ไม่มี เมื่อกินอาหารเสร็จ ลูกค้าต้องแจ้งพนักงานว่า ต้องการจ่ายเงิน จากนั้นพนักงานจะนำใบเสร็จมาให้ และจ่ายเงินที่โต๊ะอาหารได้เลย

โดยทั่วไปร้านที่ให้ลูกค้าจ่ายเงินที่โต๊ะอาหารจะหรูหรา มีระดับมากกว่าร้านที่จ่ายเงินที่โต๊ะแคชเชียร์ นอกจากนี้ ยังไม่มีธรรมเนียมการให้ทิปแบบในประเทศทางยุโรปและอเมริกา ภัตตาคารหรือโรงแรมบางแห่งจะบวกค่าบริการ 10%

在กรณีที่มากินอาหารด้วยกันหลายคน อาจจ่ายรวมกันหรือแยกจ่ายก็ได้ แต่ถ้าเป็นช่วงเวลาที่มียูกค้าหนาแน่น ร้านอาจปฏิเสธการคิดเงินเป็นรายคนก็ได้ การจ่ายค่าอาหารโดยหารค่าอาหารตามจำนวนคนที่กิน เรียกว่า 割り勘 ซึ่งเป็นเรื่องปกติทั่วไปในญี่ปุ่น ในทางตรงกันข้าม การที่คนๆ หนึ่งจะจ่ายค่าอาหารให้คนอื่น ๆ เป็นเรื่องที่ไม่ค่อยปฏิบัติในญี่ปุ่น (บางครั้งผู้สูงวัยกว่าหรือผู้อาวุโสกว่าอาจจ่ายค่าอาหารให้คนอื่น แต่เป็นการแสดงน้ำใจ ไม่ใช่หน้าที่หรือธรรมเนียมปฏิบัติ)

日本の飲食店で会計をする方法は、店によって、レジで支払う場合とテーブルで支払う場合があります。店にレジがある場合は、食事が出されるときに伝票もテーブルに置かれますので、帰るときにその伝票を持ってレジで支払います。レジが見当たらない場合は、食事が終わったら店員に会計をしたいことを伝えて伝票を持ってきてもらいましょう。しばらくすると店員が精算に来てくれますので、テーブルで支払いを済ませます。

一般的に、テーブルで支払いをする店は、レジで払う店よりは高級な店のことが多いようです。また、主に欧米で見られるチップの習慣は日本にはありませんが、高級レストランやホテルなどでは会計に 10% 程度のサービス料が含まれることもあります。

複数人で食事をした場合、1 人がまとめて払うこともできますし、それぞれの人が別々に払うこともできます。ただし、混雑時などは、別々の会計を断られることもあります。大勢で食事をしたときなど、合計額を人数で割り、1 人 1 人がお金を払うことを「割り勘」といいます。日本では、「割り勘」が一般的で、逆にだれか 1 人がほかの人の分も全部払うという習慣は、あまりありません（年齢や関係などによっては、ごちそうしてもらえることもあります。あくまでも厚意であって、習慣や義務ではありません）。

● 飲食店のクーポン รับประทานอาหาร

รับประทานอาหารเป็นบริการชนิดหนึ่งของร้านอาหาร ใช้ลดราคาอาหาร รับเครื่องดื่มหรือของหวานฟรี วิธีรับคูปองมีหลายทาง เช่น ได้รับเวลาไปกินอาหารที่ร้าน ติดตามกับใบปลิวโฆษณาร้านหรือหนังสือพิมพ์ของชุมชน แจกตามหน้าสถานีรถไฟ หรือได้รับจากเว็บไซต์ แอปพลิเคชันต่าง ๆ

飲食店のクーポンは、店のサービスの 1 つで、それを使うと、飲食代が割引になったり、無料でドリンクやデザートがついたりします。クーポンは、店を利用したときにレジでもらえたり、広告チラシや地域のコミュニティ誌についていたり、駅前で配っていたりと、さまざまな場所で手に入れることができます。また WEB やアプリなどからも手に入れることができます。

● ドリンクバー “มุมเครื่องดื่ม”

ドリンクバー คือมุมเครื่องดื่มในแฟมิลีเรสเตอรนท์ แบบให้ลูกค้าบริการตัวเองและเลือกดื่มเครื่องดื่มได้ตามอัธยาศัย เมื่อสั่ง ดリンクบาร์ ลูกค้าจะสามารถเดินไปรินเครื่องดื่มได้แก้วหรือถ้วยนำกลับไปกินที่โต๊ะของตัวเอง ซึ่งโดยทั่วไปจะเติมกี่ครั้งก็ได้

ドリンクบาร์ นี้จะมีทั้งเครื่องดื่มร้อน เช่น ชาฝรั่ง กาแฟ และเครื่องดื่มเย็น เช่น ชาหรือน้ำผลไม้ บางร้านอาจมีชุปด้วย แต่บางร้านจะจัดชุปบาร์แยกออกไปและคิดค่าบริการต่างหาก

ระยะหลังนี้ นอกจากแฟมิลีเรสเตอรนท์แล้ว อินเทอร์เน็ต คาเฟ่ ร้านคาราโอเกะ ร้านฟาสต์ฟู้ดบางร้าน ร้านโคเตนซูชิ (ร้านซูชิแบบที่เสิร์ฟซูชิโดยวางบนรางที่หมุนไปตามที่นั่งลูกค้า) ที่มี ดリンクบาร์ ไว้บริการลูกค้าด้วยก็มี



ドリンクバーは、ファミリーレストランなどにあるセルフサービスのドリンクコーナーのことで、自分の好きな飲み物を自由に飲むことができます。ドリンクバーを注文したら、ドリンクコーナーまで行って、グラスやカップに自分で飲み物を入れて、席に戻ってから飲みます。何回でもおかわりできるのが一般的です。

ドリンクバーには、コーヒーや紅茶などの温かい飲み物、お茶やジュースなどの冷たい飲み物の両方があります。中にはスープがドリンクバーに置かれているお店もありますが、スープはスープバーとして別料金になっている店もあります。

最近ではファミリーレストランだけでなく、インターネットカフェやカラオケ店、一部のファストフードや回転ずしでもドリンクバーを置いている店があります。

日本の生活
TIPS

● ラーメン ラเมน

ラーメンは、中国の麺料理をもとに、日本で独自の発展をしてきました。現在、日本のラーメンは、世界に広がっています。

ラーメンは、スープを何で味付けをするかによって、「しょうゆラーメン」「塩ラーメン」「味噌ラーメン」などがあります。また、豚の骨からスープをとった白濁のラーメンを「豚骨ラーメン」と呼びます。

日本の各地には、地域ごとに特徴をもった「ご当地ラーメン」があります。例えば、福岡の「博多ラーメン」は豚骨スープと細い麺が特徴です。北海道札幌の「札幌ラーメン」は、味噌を使ったスープに、しばしばバターやコーンを入れます。福島県の「喜多方ラーメン」は、あっさりしたしょうゆ味のスープと太めの縮れ麺が特徴です。

● きょうどりょうり
郷土料理 食料 郷土料理

toriten とり天



kiritanpo-nabe きりたんぽ鍋



hitsumabushi ひつまぶし

それぞれの地域には、その土地の名物の料理があり、旅行の楽しみの1つになっています。本文に出てきた「とり天」は、鶏肉を天ぷらにした料理で、大分県の名物料理です。そのほかに、日本の有名な郷土料理には、例えば、秋田の「きりたんぽ鍋」、名古屋の「ひつまぶし」、香川の「讃岐うどん」、長崎の「ちゃんぽん」、沖縄の「ゴーヤチャンプルー」など、さまざまなものがあります。どの料理も、その土地で採れる食材を活用し、その地域で受け継がれてきた料理です。

それぞれの地域には、その土地の名物の料理があり、旅行の楽しみの1つになっています。本文に出てきた「とり天」は、鶏肉を天ぷらにした料理で、大分県の名物料理です。そのほかに、日本の有名な郷土料理には、例えば、秋田の「きりたんぽ鍋」、名古屋の「ひつまぶし」、香川の「讃岐うどん」、長崎の「ちゃんぽん」、沖縄の「ゴーヤチャンプルー」など、さまざまなものがあります。どの料理も、その土地で採れる食材を活用し、その地域で受け継がれてきた料理です。

● しょうゆ／ソース／つゆ／たれ ไชยุ／ซอส / น้ำจิ้มแบบไทย / น้ำจิ้ม

เครื่องปรุงรสมีหลายชนิด ไชยุเป็นเครื่องปรุงรสที่ใช้ในการปรุงอาหารญี่ปุ่นมากที่สุด ทำจากถั่วเหลือง นอกจากจะใช้จิ้มเวลากินซาซิมิ หรือซูชิแล้ว ยังใช้ปรุงรสอาหารญี่ปุ่นอื่นๆ อีก

ソース เป็นคำที่ยืมมาจากคำว่า sauce ในภาษาอังกฤษ คำว่า ソース ในภาษาญี่ปุ่นจะหมายถึง "black Worcestershire sauce" ที่ใช้กินกับอาหารประเภทซุบแบ่งทอด หรือไม้ก๊อช

ชนิดเดียวกันแต่ปรับความเข้มข้นให้เข้มข้นปานกลางที่เรียกว่า 中濃ソース และซอสที่กินกับ 豚カツ (หมูซุบแบ่งทอด) ในกรณีที่ต้องการพูดถึงซอสชนิดอื่นจะต้องระบุว่าเป็นซอสชนิดใด โดยเพิ่มคำอธิบายข้างหน้าคำว่า ソース เช่น タルタルソース(tartar sauce) ピーナッツソース (peanut sauce) デミグラスソース (demiglace sauce) つゆ คือเครื่องปรุงรสที่ทำจากไชยุผสมกับน้ำสต็อกเติมเหล้าสาเกหรือเหล้ามิริน ปกติจะบรรจุอยู่ในภาชนะก้นลึก ใช้สำหรับจิ้มเวลากินเทมปุระหรือโซบะ นอกจากจะใช้จิ้มอาหารแล้ว ยังใช้ในการปรุงรสอาหารญี่ปุ่นด้วย たれ คือน้ำจิ้มเหนียวข้นที่ใส่น้ำมันในถ้วยแบนใบเล็ก นอกจาก 焼き肉のたれ "น้ำจิ้มเนื้อย่าง" ごまだれ "น้ำจิ้มงา" ที่ใช้จิ้มซาบุมิแล้ว น้ำจิ้มที่กินกับอาหารแต่ละชาติในภาษาญี่ปุ่นก็เรียกกรวมๆ ว่า たれ



料理に味付けをする調味料には、さまざまなものがあります。

「しょうゆ」は日本料理で最もよく使われる調味料で、大豆から作られます。刺身やすしなどに直接つけるほか、日本料理の味付けに使われます。

「ソース」というのは英語の"sauce" からくることばですが、日本語で単独で「ソース」といった場合には、フライやカツにかける、黒いウスターソース、または、同じ系統のソースで濃さを調整した、中濃ソース、豚カツソースのことを指します。これ以外のソースをいう場合は、「タルタルソース」「ピーナッツソース」「デミグラスソース」のように、「～ソース」の前にことばを入れて、特定する必要があります。

「つゆ」というのは、しょうゆと出し汁を合わせ、酒やみりんなどで調整した調味料です。比較的深い器に入れて、料理を浸して食べるイメージで、天ぷらやそばを食べるとき、つゆにつけて食べます。料理を直接つけるだけでなく、日本料理の味付けにも使われます。

「たれ」は、平たい小皿に濃い目の液体が入れられ、料理をつけて食べるものをいいます。焼き肉をつける「焼き肉のたれ」や、しゃぶしゃぶの「ごまだれ」などのほか、各国料理で、料理をつけて食べる調味料は、日本語では広く「たれ」に分類されます。

● てまきずし ซูชิม้วนมือ



ซูชิมีหลายประเภท หนึ่งในนั้นคือ 巻きずし (ซูชิม้วน) ซึ่งทำโดยใส่เครื่องบนข้าวสวยที่รองด้วยสาหร่ายแล้วม้วน มีหลากหลายประเภท ชนิดที่ให้ผู้กินม้วนด้วยตัวเองเรียกว่า 手巻きずし ซึ่งทำง่ายไม่เสียเวลามาก จึงนิยมนำมากินเวลาจัดปาร์ตี้ที่บ้าน เครื่องที่ใส่มิหลายชนิด นอกจากอาหารทะเลต่างๆ เช่น ปลาทูน่าสด หรือปลาแซลมอนแล้ว ยังมีแตงกวา อาโวคาโด ไข่ม้วน คัมเบียว (น้ำเต้าปรงรส) ถั่วงอกโต เป็นต้น

すしの中でも、のりの上にご飯をのせ、その上に具をのせて巻いて食べるすしを「巻きずし」といいます。巻きずしの中でも、食べる人が自分で手の上で巻いて食べる巻きずしを、「手巻きずし」と言います。

手巻きずしは、簡単に作れて手間もあまりかからないことから、ホームパーティーのメニューとして人気があります。手巻きずしの具は、マグロやサーモン、エビなどの魚介類のほか、きゅうり、アボカド、卵焼き、かんぴょう、納豆などが使われます。

● や 焼きいも まんเผา

焼きいも คือมันเทศที่นำไปเผาทั้งหัวด้วยไฟอ่อนๆ ถ้าเผากับหินร้อนๆ จนสุก จะเรียกว่า 石焼きいも ซึ่งมีรสหวานกว่าเผาด้วยวิธีอื่น ในญี่ปุ่นพอถึงฤดูหนาวจะมีรถบรรทุกขาย 石焼きいも คนขายจะส่งเสียงร้องเรียกลูกค้าด้วยทำนองที่เป็นเอกลักษณ์ ผ่านเครื่องขยายเสียงว่า やきいも〜いしや〜きいも〜焼きたて〜 (มันเผาครับ มันเผาด้วยหิน มันเผาร้อนๆ ครับ) เมื่อได้ยินเสียงจากรถบรรทุกขายมันเผา ก็就知道เข้าสู่ฤดูหนาวแล้ว

ในบางจังหวัดอาจไม่ค่อยมีรถบรรทุกขาย 石焼きいも แต่สามารถหาซื้อมันเผาได้จากซุ้มขาย 石焼きいも ในซูเปอร์มาเก็ตได้ มันเผาที่ขายในซูเปอร์มาร์เก็ตเกิดเผาด้วยเครื่องปิ้งไฟฟ้า มีหลายราคาขึ้นอยู่กับขนาดของหัวมัน ตั้งแต่ 500-700 เยน (เวลาจะซื้อมันเผา ถ้าไม่รู้ว่ราคาเท่าไร ก็ใช้วิธีสั่งว่า 500円分ください "ขอมันขนาด 500 เยน" ก็ได้)



「焼きいも」は、サツマイモを丸のまま、弱火で時間をかけてじっくりと焼いた料理です。加熱の方法として、熱した石の中にもいもを入れて焼いたものを「石焼きいも」といい、普通に焼くよりも甘みが増すといわれています。日本では、冬になると、トラックの荷台などに石焼きいもの設備を載せて、焼きいもを売る人を見られます。スピーカーで「やきいも〜いしや〜きいも〜焼きたて〜」のような独特の節回しを流しながら、町中をゆっくり走る屋台は、冬の風物詩となっています。しかし、地方によっては最近このような車載の屋台の石焼きいもが減り、代わりにスーパーの食品売り場で、電気式の焼きいも機を使っ

た焼きいもコーナーが人気となっています。焼きいもは、大きさによって違いがありますが、だいたい1本あたり500円〜700円ぐらいです(値段が心配なときは、「500円分ください」のように言って頼むといいでしょう)。

● しゃぶしゃぶ しゃぶしゃぶ

しゃぶしゃぶ คืออาหารชนิดหนึ่ง เวลากินจะใช้ตะเกียบคีบชิ้นเนื้อที่แฉ่งๆ ทีละชิ้น นำไปแกว่งในน้ำซุป์ที่กำลังเดือดสองสามครั้ง เนื้อที่ใช้ทำしゃぶしゃぶปกติจะใช้เนื้อวัวหรือเนื้อหมู ในแถบคันไซนิยมใช้เนื้อวัว ส่วนแถบคันโตนิยมใช้เนื้อหมู ในเขต 北陸 ใช้เนื้อปลาบรู เรียกว่า ブリしゃぶ ในความรู้สึกของ

คนทั่วไป しゃぶしゃぶเป็นอาหารราคาถูกแพง แต่ระยะหลังนี้มีแฟรนไชส์ร้านしゃぶしゃぶแบบบุฟเฟ่ต์ราคาถูกเพิ่มมากขึ้น

เนื่องจากเนื้อและน้ำซุป์ しゃぶしゃぶ ไม่ค่อยมีรสชาติเท่าใดนัก เวลากิน しゃぶしゃぶ จึงมักจิ้มกับ 芝麻だれ (น้ำจิ้มรสชา) หรือ ポン酢 (น้ำส้มสายชูชนิดหนึ่ง) ระยะหลังนี้ しゃぶしゃぶ ในร้านอาหารมีการดัดแปลงน้ำซุป์ให้มีรสชาติหลากหลาย เช่น น้ำซุป์รสสุกี้ยากิ รสมะเขือเทศ รสแกงกะหรี่ เป็นต้น

หลังจากกิน しゃぶしゃぶ หมดเหลือแต่น้ำซุป์แล้ว คนญี่ปุ่นจะใส่เส้นอุด้งหรือเส้นบะหมี่ หรือใส่ข้าวกับไข่ในน้ำซุป์ที่เหลือ เพื่อให้ร่างกายได้รับคาร์โบไฮเดรต การกินอาหารหลักที่เป็นคาร์โบไฮเดรตในตอนท้ายแบบนี้เรียกว่า シメ เป็นหนึ่งในความสนุกของการกินอาหารแบบหม้อไฟทุกประเภทของญี่ปุ่นไม่เพียงแต่ しゃぶしゃぶ เท่านั้น



「しゃぶしゃぶ」は、薄く切った肉を箸で1枚ずつつまみ、沸騰した出し汁に数回くぐらせて食べる料理です。しゃぶしゃぶに使われる肉は、牛肉または豚肉が一般的で、関西では牛肉、関東では豚肉が多いようです。北陸では、ブリの切り身を使った「ブリしゃぶ」などもあります。

しゃぶしゃぶは、高級料理のイメージがありますが、最近では、食べ放題など比較的安価に食べられるチェーン店なども増えています。

しゃぶしゃぶの肉や出し汁自体にはあまり味がないので、芝麻だれやポン酢につけて食べるのが一般的です。しかし、最近では、特にチェーン店などを中心に、すき焼き風、トマト味、カレー味など、出し汁に味を付けて食べる食べ方も増えています。

しゃぶしゃぶの最後は、残った出し汁にうどんや中華麺などを入れたり、ご飯と卵を入れて雑炊にしたりなどして、炭水化物をとります。このように、最後に炭水化物の主食をとることを「シメ」といい、しゃぶしゃぶに限らず、日本の鍋料理の楽しみ方の1つとなっています。

日本の生活
TIPS

● 日本の観光地 1 (北海道 / 東京 / 京都 / 沖縄)

สถานที่ท่องเที่ยวของญี่ปุ่น 1 (ฮอกไกโด / โตเกียว / เกียวโต / โอกินาวา)

▶ 北海道 ฮอกไกโด

ฮอกไกโดเป็นจังหวัดที่อยู่เหนือสุดของญี่ปุ่น ยังมีธรรมชาติหลงเหลืออยู่มากมาย นักท่องเที่ยวสามารถเพลิดเพลินกับทิวทัศน์ภูเขา ทะเลสาบ น้ำตก สัตว์ป่า เป็นต้น ลานสกีในฤดูหนาว ปกคลุมด้วยหิมะอ่อนนุ่ม มีชื่อเสียงโด่งดังถึงต่างประเทศ อีกทั้งอยู่ใกล้แหล่งทำการประมงทางเหนือ จึงมีอาหารทะเลสดๆ หลายชนิด เช่น ปู ไช้หอยเม่น ปลาหมึก หอยเชลล์ ไช้ปลาแซลมอน ในเดือนกุมภาพันธ์ของทุกปีจะมีนักท่องเที่ยวหลังไหลมาชมงานเทศกาลหิมะที่ซัปโปโร



札幌 (ซัปโปโร)



北海道は日本のいちばん北にある都道府県です。

今でも多くの自然が残り、山や湖、滝、野生動物などの風景が楽しめます。冬には良質の雪でスキーができる地としても、海外から注目されています。また、北の漁場に近ことから、カニやウニ、イカ、ホタテ、イクラなどの新鮮な魚介類が食べられます。札幌では毎年2月に「さっぽろ雪まつり」が開かれ、多くの観光客で賑わいます。

▶ 東京 โตเกียว



秋葉原 (อาากิฮาบาระ)



浅草 (อะซากุสะ)



東京都庁 (ศาลาว่าการกรุงโตเกียว)

โตเกียวเป็นเมืองหลวงของญี่ปุ่น เป็นที่ที่ชาวต่างชาติส่วนใหญ่จะต้องมาเยือนเมื่อมาเที่ยวญี่ปุ่น โตเกียวมีอาณาเขตกว้างขวาง แต่ละพื้นที่มีเอกลักษณ์ของตัวเอง ชินจูกุ しんじゅく 新宿 เป็นแหล่งบันเทิงที่คึกคักที่สุดในโตเกียว มีร้านค้า ร้านอาหารจำนวนมาก ศาลาว่าการกรุงโตเกียวซึ่งตั้งอยู่ในชินจูกุ しんじゅく มีชั้นสำหรับชมวิวด้านทิศเหนือซึ่งเข้าชมได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย เป็นที่รู้จักในหมู่นักท่องเที่ยว นอกจากนี้ยังมีสถานที่ที่มีเสน่ห์ดึงดูดนักท่องเที่ยวอีกมากมาย เช่น อากิฮาบาระ あきはばら แหล่งขายอะนิเมะและอุปกรณ์คอมพิวเตอร์ อุเอะโนะ うえの ที่มีทั้งพิพิธภัณฑ์ หอศิลป์ และสวนสัตว์ อะซะกุสะ あさくさ ที่มีวัดเก่าแก่และบรรยากาศแบบเมืองเก่า โอเอไดบะ お台場 ย่านการค้าสมัยใหม่และสถานบันเทิง นอกจากนี้

ยังมีสถานที่ท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงอื่นๆ อีก เช่น 皇居 (พระราชวังอิมพีเรียล) こうきょ โตเกียวสกายทรี (โตเกียวสกายทรี) とうきょう โตเกียวดิสนีย์แลนด์ (โตเกียวดิสนีย์แลนด์) ตั้งอยู่ในจังหวัดชิบะ (ไม่ใช่โตเกียว)

日本の首都である東京は、外国人が日本を旅行する際、多くの人が訪れる場所になっています。東京といっても非常に広く、町ごとに、さまざまな特徴があります。新宿は、東京で最もにぎやかな繁華街で、多くの店や飲食店があります。新宿にある東京都庁には無料の展望台があり、観光客に人気です。そのほかに、アニメやコンピュータで有名な秋葉原、博物館や美術館、動物園がある上野、伝統的な寺と下町の風情のある浅草、新しい商業施設や娯楽施設が多くあるお台場など、魅力的な町がいろいろあります。これらのほか、皇居、東京スカイツリー、東京ディズニーランド (所在地は東京都ではなく千葉県) などが、観光地として有名です。

▶ 京都 เกียวโต

เกียวโตเป็นเมืองเก่า ได้รับสถาปนาเป็นเมืองหลวงในปี ค.ศ. 794 และเจริญรุ่งเรืองนับแต่นั้นมา มีวัดและศาลเจ้าชินโตมากมาย ในจำนวนนี้มีวัด 17 แห่งที่ได้ขึ้นทะเบียนมรดกโลก เป็นทรัพย์สินทางวัฒนธรรมของเมืองหลวงเก่าเกียวโต เช่น 金閣寺 (วัดทอง) 清水寺 (วัดคิโยะมิสุ-วัดน้ำใส) 龍安寺 (วัดเรียวอันจิ) ไม่ใช่เพียงแค่วัดเก่าแก่เท่านั้น แต่เกียวโตยังเต็มไปด้วยกลิ่นอายแบบญี่ปุ่นดั้งเดิม เช่น บรรยากาศบ้านเรือนแบบโบราณ อาหารเกียวโตดั้งเดิม เกอิชาในชุกกิโมโน จึงมีนักท่องเที่ยวจำนวนมากมาเยี่ยมชมไม่ขาดสาย

京都は794年に都が置かれ、それ以来、日本の中心的な都市として栄えてきた古い町です。京都には古いお寺や神社が数多くあり、特に金閣寺、清水寺、龍安寺など有名なお寺を含む17の施設が、「古都京都の文化財」として世界遺産に登録されています。お寺だけではなく、昔の古い町並みを残す地域や、伝統的な京料理、和服姿の「舞妓さん」など、日本ならではの魅力にあふれているため、現在も多くの観光客で賑わっています。



▶ 沖縄 โอกินาวา



โอกินาวาเป็นจังหวัดที่อยู่ใต้สุดของญี่ปุ่น ในสมัยโบราณมีชื่อว่า "ริวกิว" เป็นเกาะที่ยังคงวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์ไว้แม้จนทุกวันนี้ มีเครื่องบินบินเข้ามาจากทุกทิศในญี่ปุ่น ถ้าบินจากโตเกียวจะใช้เวลาประมาณ 3 ชั่วโมง จากโอซากาใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง ภูมิอากาศเป็นแบบกึ่งเมืองร้อน อากาศอบอุ่นตลอดปี ทะเลสวยงาม จึงมีชื่อเสียงในด้านแหล่งกีฬาทางน้ำ เช่น ดำน้ำตื้น ดำน้ำลึก เล่นน้ำทะเล เป็นต้น ราคาตั๋วเครื่องบินราคาเต็มไปโอกินาวามีราคาแพง แต่ถ้าจองตัวแต่เนิ่นๆ ในช่วงที่ไม่ใช่ฤดูท่องเที่ยว หรือใช้สายการบินราคาประหยัดก็จะสามารถซื้อตั๋วได้ในราคาถูก

沖縄は、日本のいちばん南の都道府県です。昔は「琉球」と呼ばれ、今も独自の文化が残っている島です。日本各地から飛行機が出ていますが、東京からは約3時間、大阪からは約2時間程度で行けます。また、亜熱帯性の気候で一年中暖かく、海がきれいなため、ダイビング、シュノーケリング、海水浴などのマリンスポーツが楽しめる場所としても有名です。

沖縄に行く飛行機は、正規料金のチケットは高額ですが、オフシーズンの時期に早めに予約したり、LCCを利用したりすれば、安く行けることもあります。

● 富士山および富士五湖周辺 ภูเขาฟูจิและทะเลสาบทั้งห้าของภูเขาฟูจิ

富士五湖 (ทะเลสาบทั้งห้าของภูเขาฟูจิ) ตั้งอยู่ทางทิศเหนือของภูเขาฟูจิ แถบบริเวณเชิงเขาด้านจังหวัดยามานาชิ เกิดจากลาวาจากการระเบิดของภูเขาไฟฟูจิ ไหลมาขวางกั้นทางเดินของแม่น้ำ เป็นสถานที่ชมภูเขาฟูจิที่ชื่อเสียง ตั้งอยู่ไม่ไกลจากโตเกียว นัก สามารถนั่งรถบัสจากชินจูกุ 新宿 ใช้เวลาเพียง 2 ชั่วโมง ทำให้มีคนมาท่องเที่ยวจำนวนมาก

ในบรรดาทะเลสาบทั้งห้าแห่ง ทะเลสาบที่ใหญ่และมีชื่อเสียงมากเป็นพิเศษคือ 河口湖 (ทะเลสาบคาวาอูจิ) และ 山中湖 (ทะเลสาบยามานากะ) ทะเลสาบทั้งสองแห่งนี้มีเรือชมทะเลสาบ หรือเช่าจักรยานขี่รอบทะเลสาบได้

ในอาณาบริเวณนี้มีจุดท่องเที่ยวมากมาย เช่น หอคิลปี สวนสาธารณะ รวมถึง 富士急ハイランド (สวนสนุกฟูจิควิลแลนด์) ซึ่งตั้งอยู่ข้างทะเลสาบคาวาอูจิ มีเครื่องเล่นต่างๆ ที่มีชื่อเสียง เช่น รถไฟเหาะ และยังมีน้ำพุร้อนที่สามารถใช้บริการแบบเข้าไปเย็นกลับ สามารถแช่ตัวในน้ำพุร้อนกลางแจ้งไปพร้อมกับชื่นชมทิวทัศน์โดยรอบได้ อาหารขึ้นชื่อในแถบทะเลสาบทั้งห้าของภูเขาฟูจินี้ เช่น อุด้งที่ทำด้วยน้ำจากภูเขาฟูจิ อาหารชื่อ ほうとう ซึ่งทำจากบะหมี่เส้นใหญ่แบนต้มกับผักและปรุงรสด้วยมิโซะ นอกจากนี้ยังมีปลาวาคาซางิและปลาเทราต์ที่จับได้จากทะเลสาบอีกด้วย



ほうとう (บะหมี่)

富士山の北側、山梨県側の麓には、富士山が噴火したときの溶岩で川がせき止められてできた「富士五湖」があり、富士山が見られる観光名所として人気があります。新宿からバスで約2時間と東京から比較的近いことも、多くの人が訪れる理由の1つです。

富士五湖のうち特に大きくて有名なのは「河口湖」と「山中湖」です。どちらもボートに乗ったり、レンタサイクルを借りてサイクリングしたりすることができます。

このエリアには、美術館や公園など、観光客向けのスポットもいくつかあり、また河口湖のそばにある「富士急ハイランド」は、ジェットコースターなどの絶叫マシンで知られています。日帰りで利用できる温泉施設もいくつかあり、富士山を見ながら露天風呂に入るところもあります。

富士五湖周辺の料理は、富士山の水を使って作ったうどんや、平たい太い麺を野菜といっしょに味噌で煮込んだ「ほうとう」という料理などが有名です。このほか、湖で採れたワカサギやマスなどの魚を使った料理も食べることができます。

● 高速バス Highway bus

高速バス คือรถบัสที่วิ่งระหว่างเมืองต่าง ๆ ในญี่ปุ่นกับสถานที่ท่องเที่ยว โดยใช้ทางด่วนเป็นหลัก ค่าโดยสารราคาถูกกว่าเมื่อเทียบกับรถชิงกันเซ็นหรือเครื่องบิน จึงเหมาะกับผู้ที่ต้องการเดินทางในราคาประหยัด โดยยอมเสียเวลาเล็กน้อย เช่น ในกรณีที่เดินทางระหว่างโตเกียวกับโอซากา ถ้าใช้เครื่องบินค่าโดยสารประมาณ 10,000-20,000 เยน ถ้าเป็นชิงกันเซ็นประมาณ 14,000 เยน แต่ถ้าเป็น 高速バス จะประมาณ 3,000-5,000 เยน ไม่เพียงแต่ราคาถูกเท่านั้น รถบัสนี้มักจะออกกลางคืน และถึงที่หมายในตอนเช้า จึงเหมาะกับผู้ที่ต้องการใช้เวลาให้คุ้มค่า



ระยะหลังนี้ 高速バス มีหลายประเภท ทั้งที่เน้นราคาถูก และที่เน้นความสบายในการโดยสาร เช่น ระยะทางระหว่างแถวที่นั่งกว้างกว่าปกติ แต่ราคาแพงขึ้นเล็กน้อย ผู้โดยสารสามารถเลือกได้ตามความต้องการของตน

ปกติ ตัวรถบัสจะจองล่วงหน้าทางอินเทอร์เน็ต แต่ก็ซื้อที่เคาน์เตอร์ในวันเดินทางได้ถ้ามีที่นั่งเหลือ

高速バスは、日本の各都市や観光地を結ぶバスで、高速道路を利用して移動します。新幹線や飛行機と比べて料金が安いので、時間がかかってもいいから安く移動したい、という人に向いています。例えば、東京と大阪の間を移動する場合、飛行機なら約10,000～20,000円、新幹線なら約14,000円かかりますが、高速バスなら3,000～5,000円で移動することができます。値段的に安さだけでなく、夜に出発し、朝に目的地に到着する夜行便が多いので、時間を有効に活用したいというニーズにも合っています。

最近では、同じ高速バスでも、値段的に安さを追求するものがある一方で、値段は少し高くなっても座席間のスペースなど車内の快適さに重点を置いたものもあり、自分のニーズに合わせて選ぶことができます。

高速バスの切符は、空きがあれば当日に窓口で買うこともできますが、インターネットで予約するのが一般的です。

● 日本の観光地 2 (日光／奈良／富山／長野)

สถานที่ท่องเที่ยวของญี่ปุ่น 2 (นิโก / นารา / โทยามะ / นางาโนะ)

▶ 日光 นิโก

นิโกเป็นสถานที่ท่องเที่ยวในจังหวัดโทชิเงะ อยู่ห่างจากโตเกียวไปทางเหนือประมาณ 150 กิโลเมตร ถ้านั่งรถไฟจะใช้เวลาประมาณ 2 ชั่วโมง มีแหล่งธรรมชาติและสถานที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ที่มีชื่อเสียงหลายแห่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ศาลเจ้าโตโชกุ 日光東照宮 ซึ่งเป็นที่ฝังศพของโชกุนทोकูงาวะ อิเอยาซึ 徳川家康 ได้ขึ้นทะเบียนมรดกโลก มีจุดเยี่ยมชมมากมาย เช่น 陽明門 (ประตูโยเมมง) ซึ่งประดับตกแต่งอย่างวิจิตร 三猿 (รูปปั้นลิงสามตัว) ที่มีชื่อเสียง เป็นรูปปั้นลิงปิดตา ลิงปิดหู ลิงปิดปาก หากขับรถจากศูนย์กลางของนิโกขึ้นไปตามถนนอิโรซะซากะ いろは坂 จะพบสถานที่ท่องเที่ยวธรรมชาติ เช่น ทะเลสาบ ป่าพรุ น้ำตก ภูเขา ฯลฯ สถานที่ท่องเที่ยวสำคัญคือ น้ำตกเคงอน 華厳の滝 ทะเลสาบชูเซ็นจิ 中善寺湖 อาณาบริเวณนี้เป็นแหล่งชมใบไม้เปลี่ยนสีที่มีชื่อเสียง เมื่อถึงฤดูใบไม้เปลี่ยนสี ถนน いろは坂 จะมีนักท่องเที่ยวมาชมแน่นขนัดจนรถติดขัดอย่างมาก



陽明門 (ประตูโยเมมง)



三猿 (รูปปั้นลิงสามตัว)

日光は、栃木県にある観光地で、東京から北に約 150km、電車で 2 時間ぐらいのところにあります。美しい自然と歴史的な史跡が有名で、特に徳川家康を祀った「日光東照宮」は、世界遺産にも登録されており、きらびやかな飾りで飾られた「陽明門」、「見ざる、聞かざる、言わざる」で有名な「三猿」の彫刻など、多数の見どころがあります。日光の中心部から「いろは坂」という道を上ると、湖や湿原、滝、山などの自然を楽しむエリアに出ます。観光名所として有名な「華厳の滝」や「中禅寺湖」があります。この辺りは紅葉の名所としても知られており、紅葉のシーズンになると、「いろは坂」は大渋滞になります。



ちゅうぜんじこ (ทะเลสาบชูเซนจิ)
中禅寺湖

▶ 奈良 นารา



とうだいじ (วัดโทไดจิ)
東大寺

ในร้านแถบนั้น เลี้ยงวางเหล่านี้ ความน่ารักของวางเป็นที่ชื่นชอบในหมู่นักท่องเที่ยวทั้งจากภายในและต่างประเทศ

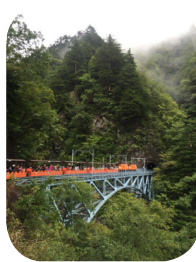
นาราได้รับการสถาปนาเป็นเมืองหลวงในปี ค.ศ. 710 เป็นที่รู้จักทั่วโลกว่าเป็นเมืองแห่งประวัติศาสตร์ สถานที่ที่มีชื่อเสียงคือ วัดโทไดจิ 東大寺 ซึ่งเป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูปโคโบดสึ 大仏 และศาลเจ้าคาสิงะไทชะ 春日大社 ซึ่งเป็นศาลเจ้าสำคัญทางประวัติศาสตร์ ใกล้วัดโทไดจิและศาลเจ้าคาสิงะไทชะ 春日大社 เป็นที่ตั้งของ นารา公園 (สวนสาธารณะนารา) ในสวนแห่งนี้ มีกวางป่าอาศัยอยู่จำนวนมาก ถึงจะเป็นกวางป่าแต่คุ้นเคยกับมนุษย์เป็นอย่างดี นักท่องเที่ยวมักซื้อขนม 鹿せんべい ที่มีขาย



な ー ら こ う えん (สวนสาธารณะนารา)
奈良公園

710 年に都が置かれた奈良は、歴史的な町として世界に知られています。中でも有名なのは、大仏のある「東大寺」や、歴史のある神社「春日大社」です。東大寺や春日大社の辺りは「奈良公園」で、野生の鹿が多数いることでも知られています。野生といっても人間によく慣れており、売店で売っている「鹿せんべい」を買って与えると、喜んで食べます。そのかわいらしい姿が、内外からの観光客に大人気です。

▶ 富山 Toyama



จังหวัด Toyama อยู่ติดทะเลญี่ปุ่น เป็นที่รู้จักกันว่าเป็นจุดตั้งต้นการปีนเขา 北アルプス (แอลป์ญี่ปุ่นด้านทิศเหนือ) ตั้งแต่ฤดูร้อนถึงฤดูใบไม้ร่วง นักท่องเที่ยวจากต่างประเทศนิยมมาท่องเที่ยวชมทิวเขาโดยใช้เส้นทาง 立山黒部アルペンルート หรือนั่ง 黒部峡谷トロッコ電車 (รถไฟชมทิวเขาเคียวโรเบะ) ไม่เพียงแค่วิวเขาเท่านั้น เนื่องจากจังหวัดนี้ติดชายทะเลจึงอุดมสมบูรณ์ไปด้วยอาหารทะเลสดใหม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ホタルイカ (หมึกหิ่งห้อย) 白エビ (กุ้งแก้ว) のどぐろ (ปลาคอดำ) 寒ブリ (ปลาคิมบuri) เป็นของขึ้นชื่อของจังหวัดนี้

日本海に面する富山県は、北アルプスの登山の拠点として知られています。夏から秋のシーズンには、「立山黒部アルペンルート」や「黒部峡谷トロッコ電車」などの山岳観光が、海外からの観光客に人気です。また、山だけでなく、海にも面していることから、新鮮な魚介類も豊富に採れます。特に「ホタルイカ」「白エビ」「のどぐろ」「寒ブリ」などの海産物は、富山名物として知られています。



▶ 長野 Nagano

จังหวัด Nagano เป็นที่รู้จักไปทั่วโลกจากการเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันโอลิมปิกฤดูหนาวในปี ค.ศ. 1998 จังหวัดนี้มีชื่อเสียงด้านกีฬาฤดูหนาว เพราะมีภูเขาสูงและหิมะนุ่มเป็นปุย ในช่วงฤดูร้อนจะคลาคล่ำไปด้วยผู้คนที่เดินทางมา



善光寺
วัด 善光寺

ตากอากาศบนที่ราบสูง หรือมาปีนเขา และยังมีบ่อน้ำพุร้อนจำนวนมาก นอกจากนี้ยังมีสถานที่ท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงระดับโลก เช่น วัดเซนโคจิ 善光寺 ซึ่งมีประวัติยาวนานมาตั้งแต่กลางศตวรรษที่ 7 และสวน 地獄谷野猿公苑 ซึ่งเป็นที่รู้จักจากการที่มีลิงแสมญี่ปุ่น (snow monkey) มาแช่น้ำพุร้อนอีกด้วย

長野は、1998年に冬季オリンピックが開かれたことで、世界中に知られるようになりました。山が多く、良質な雪のスキー場がたくさんあることから、ウィンタースポーツで知られていますが、夏期も、高原の避暑や夏山登山で賑わいます。温泉も多くあります。そのほかの観光地としては、7世紀半ばから続く、歴史のあるお寺の「善光寺」、温泉に入るサル（スノーモンキー）で知られる「地獄谷野猿公苑」などが、世界的に有名です。



● スキー／スキー場 スกี / ลานสกี



ปลอดภัยของตัวเอง ลานสกีในญี่ปุ่นมักมีน้ำพุร้อนอยู่ใกล้ๆ จึงสามารถแช่ตัวสบายๆ เพื่อผ่อนคลายในบ่อน้ำพุร้อนหลังเล่นสกีได้ นอกจากนี้ ในแต่ละท้องถิ่นจะมีของขึ้นชื่อประจำถิ่นให้ลิ้มรส ซึ่งเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งของการเล่นสกีในญี่ปุ่น

日本には、中部地方、東北地方、北海道を中心に、大小合わせて 500 以上のスキー場があります。雪国在住の場合は、スキーやスノーボードは冬のスポーツ、レジャーとして身近な存在です。東京などの都市部に住んでいる場合も、12 月から 3 月のスキーシーズンになると、バスツアーが数多く企画されるので、手軽にスキーに出かけることができます。バスツアーには、交通費以外にリフト券、スキーやウェアのレンタル費用が含まれているものもあり、若い人に人気です。ただし、はじめてスキーやスノーボードをする場合は、安全のためにも、まずはスキー教室に入るといいでしょう。

日本のスキー場は、近くに温泉地があることが多いので、スキーのあとに温泉にゆっくり浸かってリラックスすることができます。また、それぞれの地域で、その土地の名物の山の幸を味わったりすることも、日本のスキーの楽しみ方の 1 つです。



● ホテル／旅館／民宿／ゲストハウス โรงแรม / โรงแรมแบบญี่ปุ่น / มินซุคุ / เกสต์เฮาส์

ในญี่ปุ่นมีที่พักแรมหลายรูปแบบ

日本には、さまざまな形態の宿泊施設があります。

▶ ホテル โรงแรม

รูปแบบเหมือนกับโรงแรมในประเทศอื่น แต่โดยปกติ โรงแรมในประเทศจะคิดราคาต่อ 1 ห้อง ไม่ว่าจะเข้าพักกี่คน ค่าห้องยังคงเท่าเดิม แต่ในญี่ปุ่นมักจะพักห้องเดียว แต่ราคาอาจแตกต่างกันตามจำนวนคนที่เข้าพัก และเข้มงวดเรื่องเวลาเช็คอินและเช็คเอาท์ ถ้าเช็คอินก่อนหรือเช็คเอาท์หลังเวลาที่กำหนด จะต้องจ่ายค่าห้องแพงกว่าราคาปกติ (ถึงแม้ว่าไม่มีแขกอื่นใช้ห้องพักนั้นก็ตาม)

ส่วน บีสิเนสโฮเทล (business hotel) คือโรงแรมที่มีกลุ่มเป้าหมายเป็นคนที่เดินทางมาติดต่อกิจการ ไม่ใช่นักท่องเที่ยว โรงแรมประเภทนี้ห้องจะมีขนาดเล็ก อุปกรณ์ในห้องพักและบริการต่างๆ จะมีเท่าที่จำเป็น จึงค่อนข้างถูก

世界のいろいろな国にあるホテルとだいたい同じ形式です。ただし、海外では1部屋あたりの料金が決められていて、何人でも料金が変わらないことが普通ですが、日本の場合、1部屋を何人で使うかによって、値段が異なる場合があります。また、チェックインとチェックアウトの時間も厳格で、決められた時間よりも早く部屋に入ったり、遅く部屋を出たりする場合には、(たとえその部屋をほかに使う人がいなくても) 別料金を払わされるのが普通です。

観光用ではなく、出張で来た客を主なターゲットとした「ビジネスホテル」は、部屋を狭くし、設備やサービスを合理化したぶん、比較的安い値段で泊まります。

▶ 旅館 โรงแรมแบบญี่ปุ่น

โรงแรมแบบญี่ปุ่นส่วนใหญ่เป็นอาคารสไตล์ญี่ปุ่น ห้องพักรส่วนใหญ่เป็นห้องแบบญี่ปุ่น โดยปรกติค่าที่พัก 1 คืนจะรวมอาหาร 2 มื้อ คืออาหารเย็นในวันที่เข้าพักและอาหารมื้อเช้าในวันถัดมา ภายในอาคารจะมีที่อาบน้ำรวมให้ผู้เข้าพักใช้บริการ

旅館は日本的な建物が多く、和室が中心の宿泊施設です。宿泊は、その日の夕食と翌日の朝食が付いた「1泊2食付」の料金で提供されることが普通です。館内には、宿泊客が共同で利用できる「大浴場」があります。



▶ 民宿 มินซุคุ



มีขนาดเล็กกว่าโรงแรมหรือโรงแรมแบบญี่ปุ่น ส่วนใหญ่บริหารจัดการโดยครอบครัว และแทบทุกแห่ง ค่าที่พักจะรวมอาหาร 2 มื้อเหมือนกับโรงแรมแบบญี่ปุ่น แต่มักเป็นอาหารโฮมเมดทำโดยคนในครอบครัว ค่าที่พักถูกกว่าโรงแรมหรือโรงแรมแบบญี่ปุ่น แต่อุปกรณ์อำนวยความสะดวกและบริการมีน้อยกว่า 民宿 มักไม่ค่อยขึ้นทะเบียนในเว็บไซต์ของโรงแรมออนไลน์ ถ้าต้องการพัก จะต้องหาข้อมูลจากศูนย์ข้อมูลท่องเที่ยวในท้องถิ่น และถ้าจะจองล่วงหน้า ต้องค้นหาที่ติดต่อจากหนังสือท่องเที่ยวหรืออินเทอร์เน็ตแล้วโทรจอง

旅館やホテルほど規模が大きい宿泊施設で、家族で経営している場合が多いといえます。旅館と同じように、1泊2食付で提供されることがほとんどですが、料理は、その民宿の経営者が自ら作る家庭料理が中心です。ホテルや旅館に比べて値段が安いのが特徴ですが、設備やサービスなどは、そのぶん限られています。民宿は、インターネットのホテル予約サイトには登録していないことも多いので、現地の観光案内所で紹介してもらったり、前もって予約する場合は、ガイドブックやネットで調べてから、電話をかけて予約しなければならない場合もあります。

▶ ゲストハウス เกสต์เฮ้าส์

ตามสถานที่ท่องเที่ยวจะมีที่พักราคาถูกที่เรียกว่าเกสต์เฮ้าส์ 게스트ハウス ในเกสต์เฮ้าส์นี้ แยกแต่ละคนจะได้นอนคนละเตียง แต่ต้องพักรวมกันหลายคนในห้องเดียวกัน (การให้แยกที่ไม่รู้จักกันพักในห้องเดียวกันเรียกว่า 相部屋 มีห้องโถงและพื้นที่ส่วนกลางสำหรับให้แขกได้พบปะพูดคุยกัน ที่พักแบบนี้ไม่เพียงแต่ราคาถูกเท่านั้น ยังมีโอกาสทำความรู้จักกับคนอื่นได้ด้วย นับเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งของเกสต์เฮ้าส์

観光地には、安く泊まれる「ゲストハウス」という宿泊施設もあります。ベッドは1人1台割り当てられますが、同じ部屋を複数の客が使います(知らない客と同じ部屋を使うことを「相部屋」といいます)。また、サロンや交流スペースがあり、客同士で交流することもできます。安さだけではなく、ほかの人と知り合う機会が得られることも、ゲストハウスの魅力の1つです。

日本の生活
TIPS

しんかんせん きつぷ
新幹線の切符

ตัวรถซิงกันเซ็นหาซื้อได้จากเคาน์เตอร์ที่สถานีรถไฟสาย JR เครื่องขายตั๋ว หรือทางออนไลน์ ถ้าจะซื้อจากเคาน์เตอร์ต้องไปในเวลาทำการและอาจต้องเสียเวลาเข้าแถว แต่อาจจะสะดวกสำหรับคนที่ไม่คุ้นเคย เพราะเจ้าหน้าที่ที่เคาน์เตอร์จะช่วยเลือกเส้นทาง วันเวลา จำนวนผู้โดยสาร หรือประเภทที่นั่งให้ ในกรณีที่ซื้อตั๋วทางออนไลน์ จะต้องลงทะเบียนกับเว็บไซต์ของบริษัทเดินรถไฟฯ แต่มีข้อดีคือซื้อตั๋วได้โดยไม่ต้องเสียเวลารอ

เวลาขึ้นรถชิ่งกันเซ็นจะต้องมีบัตร 2 ใบ คือ
乗車券 กับ 特急券 乗車券 คือตั๋วรถสำหรับขึ้นโดย

รถไฟฟ้ามหานคร สายเฉลิมรัชมงคล (สายสีน้ำเงิน) มีบัตรโดยสารพิเศษที่เรียกว่า **ตั๋วรถด่วนพิเศษ** (Tokaido Tokaido Tokaido) ซึ่งสามารถใช้ขึ้นรถไฟด่วนพิเศษได้

特急券 (とっきゅうけん) ยังแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ 指定席券 (していせきけん) (ตั๋วแบบระบุที่นั่ง) กับ 自由席券 (じゆうせきけん) (ตั๋วแบบไม่ระบุที่นั่ง) 指定席券 (していせきけん) ต้องจองที่นั่งก่อนขึ้นรถ 自由席券 (じゆうせきけん) สามารถนั่งที่ไหนก็ได้ในตู้รถสำหรับผู้โดยสารที่ไม่ได้จองที่นั่ง ตั๋วชนิดนี้ราคาถูกกว่าตั๋วแบบระบุที่นั่ง แต่ถ้ามีผู้โดยสารแน่น อาจไม่มีที่นั่ง นอกจากนี้ยังมีตู้รถ green car (グリーン車) (shin) ซึ่งราคาแพงขึ้น แต่ที่นั่งกว้างขวางนั่งสบายและมีบริการพิเศษ ถ้าจะขึ้น green car จะต้องซื้อตั๋ว グリーン券 (green car ticket) (green car ticket) (green car ticket) เพิ่มอีก 1 ใบ

ตัวรถขงกันเซ็นจะเริ่มวางจำหน่าย 1 เดือนก่อนออกเดินทาง ตั้งแต่เวลา 10 นาฬิกาเป็นต้นไป หรือซื้อในวันเดินทางก็ได้ แต่ที่นั่งในเที่ยวที่ต้องการอาจเต็มได้ ดังนั้นเมื่อรู้กำหนดการเดินทางแล้ว ควรรีบจองตั๋วแต่เนิ่น ๆ



新幹線の切符は、JRの駅の窓口か自動券売機、インターネットなどで買うことができます。駅の窓口は、営業時間が決まっていたり並ばないといけなかったりしますが、乗りたい新幹線の乗車区間、日時、人数、座席の希望などについて窓口の人が1つずつ質問しながら切符を選んでくれるので、慣れていない人にとっては便利です。インターネットで買う場合は、鉄道会社のサイトに会員登録する必要がありますが、並ばなくても切符を買えるのが利点です。

新幹線に乗るときには、乗車券と特急券の2種類の切符が必要です。乗車券の料金は、電車に乗って移動するときに必ず払う運賃です。特急券の料金は、新幹線や特急電車など、普通の電車よりも早い特別な電車に乗るときに、プラスされる料金です。

特急券には、さらに指定席券と自由席券の2種類があります。指定席券は、乗る前にあらかじめ席を予約しておく切符です。自由席券は自由席車両のどこに座ってもいい切符で、指定席券よりは安いですが、混んでいるときは座れないこともあります。このほかに、「グリーン車」という車両もあり、さらにお金を払うことで、ゆったりとした座席と上質のサービスを受けられます。グリーン車には、グリーン券を購入しなければ乗ることができません。

新幹線の切符は、乗車日 1 か月前の午前 10 時から発売が開始されます。新幹線の切符は、乗る当日にも買うことはできますが、時期や時間帯によっては指定席が満席になって希望の切符が買えないこともありますので、予定が決まったらなるべく早く購入することをおすすめします。

● 日本の観光地 3 (大阪／ハウステンボス／高尾山／浄土ヶ浜)

สถานที่ท่องเที่ยวในญี่ปุ่น 3 (โอซากา / Huis Ten Bosch / เขาทาคาโอะซัง / หาดโจโดะงะฮามะ)

▶ 大阪 โอซากา

โอซากาเป็นเมืองหลักของภาคตะวันตกของญี่ปุ่น สถานที่ท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงมากที่สุดคือปราสาทโอซากา おおさかじょう หอคอยชื่อ つうてんかく 通天閣 ที่ตั้งอยู่ใน しんせかい 新世界 ซึ่งเป็นบริเวณที่มีบรรยากาศแบบโอซากายุคเก่า ถือเป็นแลนด์มาร์คของโอซากา ตึกสูงระฟ้า ชื่อ あべのハルカス สร้างในปี ค.ศ. 2014 สามารถชมทิวทัศน์เมืองโอซากาได้จากชั้นชมวิวที่อยู่สูงจากพื้นดิน 300 เมตร สำหรับที่พิพิธภัณฑ์บะหมี่ถ้วย カップヌードルミュージアム ผู้เยี่ยมชมจะได้ลองทำบะหมี่ถ้วยด้วยตัวเอง นอกจากนี้ยังมีพิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำขนาดใหญ่ ชื่อ かいゆうかん ไคยูคัง 海遊館 และ Universal Studios Japan (USJ) (ユニバーサルスタジオジャパン) ซึ่งเป็นที่นิยมในหมู่นักท่องเที่ยว



大阪城 (ปราสาทโอซากา)



หอคอย 通天閣



ตึก あべのハルカス

大阪は、西日本の中心の都市です。大阪の観光地としては、「大阪城」がまず挙げられます。また、「通天閣」は、「新世界」と呼ばれる下町の雰囲気を残す庶民的なエリアにあるタワーで、大阪を代表するランドマークとなっています。「あべのハルカス」は2014年に建てられた新しい高層ビルで、地上300mの展望台から大阪の町を見ることができます。「カップヌードルミュージアム」では、カップラーメン作りを体験することができます。

このほかに、大規模な水族館の「海遊館」や、テーマパークの「ユニバーサルスタジオジャパン (USJ)」などが、観光客に人気です。

▶ ハウステンボス Huis Ten Bosch



บ้านเรือนที่เห็นใน Huis Ten Bosch เป็นบ้านเรือนเก่าแก่ที่มีมาตั้งแต่สมัยเอโดะ แต่ความจริงแล้วอาคารเหล่านี้สร้างขึ้นหลังทศวรรษที่ 1990

ハウステンボスは、長崎県にあるテーマパークで、長崎駅から電車で1時間半、福岡から特急で1時間45分ぐらいで行けます。オランダをテーマにしており、オランダの町並みや、花畑、風車などが再現されています。また、オランダにとどまらず、さまざまなアトラクションや乗り物、ショーなどがあり、1日楽しむことができます。特に夜のイルミネーションは有名です。

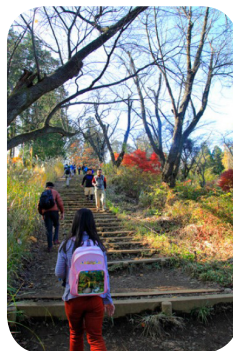
なお、長崎は江戸時代にオランダとの貿易が行われていた町であることから、ハウステンボスのオランダの町並みを、江戸時代から残る歴史的な町並みであると思っている外国人が多いそうですが、これらは1990年に建てられたものです。

Huis Ten Bosch เป็นชื่อสวนสนุกในจังหวัดนางาซากิ ถ้านั่งรถไฟจากสถานีนางาซากิจะใช้เวลา 1 ชั่วโมงครึ่ง ถ้าไปจากฟุกุโอะกะด้วยรถด่วนพิเศษจะใช้เวลาประมาณ 45 นาที จำลองมาในธีมประเทศเนเธอร์แลนด์ ทั้งบ้านเรือน สวนดอกไม้ กังหันลม นอกจากนี้ยังมีการแสดง เครื่องเล่น โชว์ต่างๆ ให้เพลิดเพลินได้ตลอดวัน โดยเฉพาะไฟประดับตอนกลางคืนก็มีชื่อเสียงมาก เนื่องจาก นางาซากิเป็นเมืองที่ทำการค้ากับเนเธอร์แลนด์ ในสมัยเอโดะ ทำให้ชาวต่างชาติจำนวนมากเข้าใจผิดว่า



たかおさん ▶ 高尾山 เขาทาคาโอะซัง

เขาทาคาโอะซัง ^{たかおさん} 高尾山 ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของโตเกียว สูงจากระดับน้ำทะเล 599 เมตร ตั้งอยู่ไม่ไกลจากโตเกียวและยังมีธรรมชาติอุดมสมบูรณ์ จึงมีนักท่องเที่ยวมาเดินป่าจำนวนมาก ถ้าใช้เคเบิลคาร์หรือกระเช้า จะขึ้นถึงยอดเขาได้ในเวลาสั้นๆ แต่ถึงจะเดินจากเชิงเขาขึ้นไป ก็สามารถถึงยอดเขาได้ในเวลา 1-2 ชั่วโมง ที่นี่จึงเป็นที่รู้จักคุ้นเคยของคนที่นี่อาศัยอยู่ในโตเกียว โรงเรียนประถมนิยมพานักเรียนมาเดินป่าที่นี่ หนังสือ Michelin Guide เคยจัดอันดับให้ที่นี่เป็นภูเขาระดับสามดาวในปี ค.ศ. 2007 หลังๆ นี้จึงมีปัญหาเรื่องคนพลุกพล่านมากเกินไป



高尾山は東京の西部にある標高 599m の山です。自然が豊富で、東京から気軽に行けるハイキング先として、多くの観光客が訪れます。また、ケーブルカーやリフトを利用すれば、比較的簡単に頂上に行くことができ、乗り物を使わないで歩いて登っても、麓から 1~2 時間で頂上に着くことができます。そのため、特に東京都民には親しまれており、小学生がよく遠足で訪れます。ただし、2007 年に「ミシュランガイド」で「三つ星」の観光地として紹介されたことから、最近では混雑が激しく、問題になっています。

じょうどがはま ▶ 浄土ヶ浜 หาดโจโดะงะฮามะ

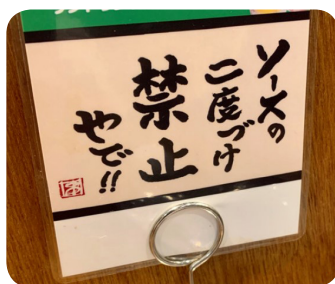


หาดโจโดะงะฮามะ ^{じょうどがはま} 浄土ヶ浜 ตั้งอยู่ในเมืองมียาโกะจังหวัดอิวาเตะ เป็นสถานที่เลื่องชื่อด้านทัศนียภาพอันงดงามที่มีหินกับทิวสน และทะเลกับหาดทราย สรรสร้างขึ้นจนเป็นที่รู้จักกันมากที่สุดของแถบโทโฮกุ หากนั่งเรือสำราญแวะเวียนไปตามหินผาและถ้ำก็จะชื่นชมทัศนียภาพของหาดแห่งนี้ได้โดยสะดวกและยังสามารถให้อาหารนกนางนวลหางดำบนเรือได้ด้วย พอเห็นนักท่องเที่ยวถือ "ขนมปังนางนวล" เดินขึ้นไปบนหาดฟ้าเรือ เหล่านกนางนวลหางดำจะบินกรูเข้ามาใกล้เพื่อกินขนมปังที่หาดแห่งนี้สามารถว่ายน้ำเล่นในฤดูร้อนได้ อีกทั้งยังเป็นแหล่งตกปลาที่มีชื่อเสียงอีกด้วย

浄土ヶ浜は、岩手県の宮古市にある海岸です。岩と松、海と砂浜が作る風景が美しく、東北地方を代表する景勝地です。岩や洞窟などをめぐる遊覧船に乗れば、浄土ヶ浜の風景が手軽に楽しめます。この船の上では、ウミネコの餌付けもできます。「ウミネコパン」というパンを買って船のデッキに出ると、たくさんのウミネコが寄ってきて、パンを食べます。浄土ヶ浜では、夏には海水浴も楽しめます。また、釣りの名所としても知られています。

● 串カツ คุชิคัตสึ

อาหารที่ทำโดยนำพวกเนื้อสัตว์ ผัก หรืออาหารทะเลมาเสียบไม้ ชุบแป้ง แล้วนำไปทอดมีชื่อเรียกว่าคุชิอาเงะ ^{くしあ} 串揚げ ในโอซากาโดยเฉพาะในย่านมินามิ ^{みなみ} ミナミ หรือชินเซไค ^{しんせかい} 新世界 ด้วยแล้ว นับว่าเป็นของขึ้นชื่อและรู้จักกันในชื่อ คุชิคัตสึ 串カツ ในโอซากามีร้านคุชิคัตสึ 串カツ หลายแห่ง ร้านที่มีชื่อเสียงจะมี



ลูกค้ามารอแน่นขนัด บางครั้งอาจต้องรอนานกว่า 1 ชั่วโมง ยิ่งในระยะหลังนี้

นักท่องเที่ยวในโอซาการู้จักคุชิคัตสึ 串カツ กันมากขึ้น ทำให้ยิ่งมีลูกค้าแน่นขนัดมากขึ้น เวลากินคุชิคัตสึ 串カツ จะจิ้มกับวูสเตอร์ซอสที่ใส่อยู่ในถ้วย ถ้วยซอสนี้จะต้องใช้ร่วมกับลูกค้าคนอื่น ดังนั้นถ้ากดคุชิคัตสึ 串カツ แล้ว ไม่ควรจิ้มน้ำจิ้มซ้ำอีกเพราะไม่ถูกสุขอนามัย กฎนี้เรียกว่า 二度づけ禁止 (ห้ามจิ้ม 2 ครั้ง) เป็นกฎที่รับรู้ทั่วญี่ปุ่น ดังนั้น เวลากินคุชิคัตสึ 串カツ ควรจิ้มน้ำจิ้มให้ทั่วในครั้งเดียว



肉や野菜、魚介類など、さまざまな具に竹製の串を刺し、衣をつけて油で揚げた料理を「串揚げ」といいます。大阪、特に「ミナミ」や「新世界」と呼ばれる地域では、この料理が名物となっており、「串カツ」と呼ばれています。大阪には、串カツの専門店がいくつもあります。有名店の場合、店に入るまでに1時間以上も並ぶなど、非常に混雑することがあります。最近では、大阪を訪れる外国人観光客に串カツが知られるようになり、混雑も激しくなっています。

串カツは、容器に入ったウスターソースに串を浸してから食べます。このソースはほかの人と共有なので、一度口に入れた串カツを、もういちどソースにつけることは衛生上よくないとされています。このルールを「二度づけ禁止」と言って、大阪の串カツ店のルールとして、全国的に知られています。串カツを食べるときは、一度に串全体をソースにつけるようにしましょう。

● たこ焼き たこ焼き

たこ焼き たこ焼き は、串揚げの一種で、小麦粉の生地を丸く成形し、タコなどの具を入れて専用の焼き型で焼き、丸いボールの形にした料理です。食べるときにはソースをかけ、鰹節や青のりをまぶして食べます。大阪が発祥の料理といわれ、大阪には多くのたこ焼き店があり、観光客に人気です。大阪以外でも、チェーン店のたこ焼き店で気軽に食べられますし、また、祭りの屋台の料理の定番にもなっています。



たこ焼きは、小麦粉の生地にはタコなどの具を入れて専用の焼き型で焼き、丸いボールの形にした料理です。食べるときにはソースをかけ、鰹節や青のりをまぶして食べます。大阪が発祥の料理といわれ、大阪には多くのたこ焼き店があり、観光客に人気です。大阪以外でも、チェーン店のたこ焼き店で気軽に食べられますし、また、祭りの屋台の料理の定番にもなっています。



● ゆば ฟองเต้าหู้



ゆば หรือ ฟองเต้าหู้ เป็นอาหารแปรรูปจากถั่วเหลืองด้วยการซ้อนเยื่อบาง ๆ ที่เกิดขึ้นเวลาต้มน้ำเต้าหู้ จากลักษณะเยื่อบาง ๆ ที่ลอยอยู่ในน้ำเต้าหู้ที่กำลังเดือด จึงเขียนด้วยอักษรคันจิว่า 湯葉 (แปลตรงตัวว่า “ไปไม่ในน้ำเดือด”) หรือ 湯皮 (แปลตรงตัวว่า “คลื่นบนน้ำเดือด”) สามารถทานทั้งอย่างนั้นได้เลย เรียกว่า 刺身ゆば หรือจะนำมาซ้อนกันหลาย ๆ แผ่นแล้วม้วนเป็นก้อนกลม เรียกว่า 巻きゆば หรือนำมาตากแห้ง เรียกว่า 干しゆば มักใช้เป็นวัตถุดิบในการทำอาหารเจในวัด ดังนั้น ゆば จึงเป็นอาหารขึ้นชื่อของเมืองที่มีวัดอยู่มาก เช่น เกียวโต นารา นิกโก

ゆばは、大豆の加工食品の1つで、豆乳を温めたときにできる薄膜をすくい上げて作ります。温めた豆乳に膜が張っていく様子から、漢字では「湯葉」や「湯波」と書きます。そのまま生で食べる刺身ゆばや、ゆばを何枚も重ねた巻きゆば、乾燥させた干しゆばなどの種類があります。ゆばは、お寺で食べる精進料理の材料としてよく使われていたことから、今でも京都、奈良、日光など、お寺が多くある地域の名物料理として知られています。



日本の生活
TIPS

● まつ みこし 祭りと神輿 งานเทศกาลและพาหนะของเทพเจ้า

แต่ละท้องถิ่นในญี่ปุ่นมีงานเทศกาลต่างๆ ตั้งแต่งานมีชื่อเสียงที่ดึงดูดนักท่องเที่ยวให้มาเยี่ยมชม จนถึงงานเล็กๆ ที่จัดในท้องถิ่น ในงานเทศกาลจะมีคนจำนวนมากช่วยกันแบก ^{みこし} 神輿 ไปรอบเมือง เชื่อกันว่า ^{みこし} 神輿 คือพาหนะของเทพเจ้า คนที่แบก ^{みこし} 神輿 นี้จะสวมเสื้อคลุม ^{はっぴ} หรือ ^{はんてん} พันแถบผ้า ^{はちまき} รอบศีรษะ ระหว่างแบกจะส่งเสียงร้องว่า ^{ソイヤ}、^{ソイヤ} หรือ ^{ワッショイ} ไปพร้อมกับเขย่า ^{みこし} 神輿 คนที่แบก ^{みこし} 神輿 นี้ บางแห่งจำกัดเฉพาะคนในท้องถิ่นเท่านั้น แต่มีบางแห่งที่เปิดรับใครก็ได้ที่สนใจเข้าร่วม หากสนใจจะลองแบก ^{みこし} 神輿



ให้ลองสอบถามไปยังผู้จัดตามสถานที่ติดต่อที่เขียนในโปสเตอร์ได้

日本各地には、さまざまな祭りがあります。観光客を集める有名な祭りから、町内で行われる祭りまで、さまざまです。

祭りのときは、神輿を大勢の人で担いで、町内を回ります。神輿は、神様の乗り物とされています。神輿を担ぐ人は、「はっぴ」「はんてん」という服を着て、「はちまき」を頭に巻きます。みんなで「ソイヤ、ソイヤ」または「ワッショイ」などのかけ声に合わせ、神輿を揺らしながら担ぎます。

神輿を担ぐ人は、地域や祭りによって異なります。昔からその地域に住んでいる人しか担げない場合もあるし、担ぎ手を広く募集していてだれでも参加できる場合もあります。神輿を担いでみたくなったときには、ポスターなど祭りのお知らせに書いてある連絡先に問い合わせをしてみましょう。

● ちょうないかい 町内会 คณะกรรมการชุมชน

^{ちょうないかい} 町内会 เป็นกลุ่มที่จัดตั้งโดยความสมัครใจของคนในพื้นที่ บางแห่งเรียกว่า ^{じちかい} 自治会 มีอยู่ทั่วประเทศญี่ปุ่น จุดประสงค์คือเพื่อเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างคนในท้องถิ่น และเพื่อจัดกิจกรรมของท้องถิ่นด้วยความราบรื่น มีกิจกรรมหลากหลาย เช่น ดูแลความสะอาด ป้องกันอาชญากรรม จัดงานประจำปีของท้องถิ่น บริหารชมรมผู้สูงอายุ ชมรมเด็ก เป็นต้น ผู้เข้าร่วมจะต้องจ่ายค่าบำรุง

ระยะหลังมีคนไม่เข้าร่วม ^{ちょうないかい} 町内会 เพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะคนในเมืองใหญ่ แต่การคบหาติดต่อกับคนบ้านใกล้เรือนเคียงอาจเป็นประโยชน์ต่อการใช้ชีวิต เช่น เวลาเกิดภัยธรรมชาติขึ้นถ้าเป็นสมาชิกใน ^{ちょうないかい} 町内会 ก็จะได้รับข้อมูลสำคัญต่างๆ เช่น ที่หลบภัย การรับแจกน้ำ หรือได้รับของจำเป็นในการหลบภัย

町内会（「自治会」と呼ぶ地域もあります）は、その地域に住む住民によって組織された任意の団体で、日本全国の市区町村にあります。住民同士が親睦を深めたり、地域の活動を円滑に行ったりするのが目的です。活動内容は、清掃活動、防犯活動、町内のお祭り、老人会や子ども会など、さまざまです。町内会に入ったら、「町内会費」を払います。

最近では、特に都市部で、町内会に入らない人が増えています。しかし、日頃から近所に住む人たちとコミュニケーションを取っておくことは、生活のうえで役に立つこともあります。例えば、自然災害などが発生したときに、避難所や給水などの必要な情報を得たり、避難物資をもらったりするのは、町内会に入っているとスムーズです。

● ちい き けいじばん かいらんばん 地域の掲示板／回覧板 ボードประกาศของชุมชน / หนังสือเวียน

บอร์ดประกาศของชุมชนจะติดตั้งอยู่ตามที่ตั้งต่าง ๆ ในเมืองเพื่อติดประกาศจากอำเภอ เทศบาล เมือง หรือ 町内会 บอร์ดนี้จะติดประกาศข้อมูลที่เกี่ยวข้องใกล้ชีวิตกับชีวิตความเป็นอยู่ในพื้นที่ เช่น ทำถนน ซ่อมท่อประปา กำหนดการเก็บขยะ ข่าวกเกี่ยวกับการป้องกันโจรขโมย ข่าวการเสียชีวิต เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมสาธารณะที่จัดในพื้นที่ใกล้เคียง เช่น งานเทศกาลของท้องถิ่น ตลอดจนข้อมูลที่ต้องคัดลอกเอกสารฝากประชาสัมพันธ์ เช่น งานจำพวกคอนเสิร์ตหรืองานแสดงละคร กิจกรรมชมรมต่าง ๆ ฯลฯ



นอกจากบอร์ดประกาศแล้ว ยังมีประกาศจาก อำเภอ เทศบาล หรือจาก 町内会 ในรูปแบบของหนังสือเวียนหรือ 回覧板 อีกด้วย หนังสือเวียนหรือ 回覧板 เป็นระบบที่แนบใบประกาศไว้กับกระดาษแข็งแล้วส่งเวียนไปตามแต่ละครัวเรือนให้ทราบเมื่อได้รับหนังสือเวียน 回覧板 แล้ว ต้องลงชื่อหรือประทับตรารับทราบเนื้อหาและส่งต่อไปบ้านถัดไป ส่วนจะต้องส่งต่อไปบ้านใดตามลำดับอย่างไร หรือจะต้องเจอตัวแล้วมอบให้กับมือเองหรือไม่นั้นแต่ละชุมชนจะกำหนดเอง ดังนั้น หากอาศัยอยู่ในชุมชนที่ใช้หนังสือเวียนหรือ 回覧板 ก็ขอให้ตรวจเช็คกฎระเบียบของที่นี่ไว้ด้วย



地域の掲示板は、市町村や町内会からのお知らせや、地域活動の広報のために、町のあちこちに設置されています。掲示板には、道路工事や水道管工事、ごみの収集計画、防犯情報、訃報など、地域生活に密着した情報が掲示されます。また、地域の祭りなど、近所で開かれる公共性の高いイベントの情報のほか、コンサートや演劇、サークル活動の案内など、民間の団体から寄せられた情報も掲示されます。

地域の掲示板とは別に、市町村や町内会のお知らせを「回覧板」として伝達する場合もあります。回覧板は、厚紙の板にお知らせの紙を挟み、これを各家庭に順番に回していくシステムです。回覧板をもらったら、確認のハンコを押したりサインをしたりして、次の家に回します。回覧板をどの家にどの順番で回すか、また直接会って手渡す必要があるかどうかなど、ルールは地域ごとに決められていますので、回覧板が使われる地域に住む場合は、ルールを確認しておきましょう。

● ちい き ぼうさいむせんほうそう 地域の防災無線放送 วิทยุชุมชนแจ้งข่าวภัยพิบัติ



วิทยุชุมชนแจ้งข่าวภัยพิบัติคือการกระจายเสียงผ่านลำโพงที่ติดตั้งอยู่ในเมืองหรือเครื่องรับสัญญาณวิทยุที่ให้ไว้ทุกครัวเรือนเพื่อแจ้งเตือนหรือแจ้งอพยพหนีภัยให้แก่ผู้คนในชุมชนในกรณีเกิดภัยพิบัติ นอกจากแจ้งเหตุภัยพิบัติแล้ววิทยุชุมชนยังแจ้งข่าวสารจากตำรวจ เช่น แจ้งเตือนให้ระวังโจรขโมย หรือตามหาคนที่สูญหาย รวมถึงประกาศจากอำเภอ เทศบาล เมือง หรือ 町内会 และประชาสัมพันธ์การจัด เทศกาลหรือกิจกรรมต่าง ๆ ดังที่ปรากฏในตัวอย่างเรียนอีกด้วย

ส่วนจะกระจายเสียงเรื่องใดบ้างและบ่อยเท่าใดนั้นแตกต่างกันไปตามแต่ละชุมชนหรือเทศบาล บางแห่งประกาศวันละ 2-3 ครั้งตามเวลาที่กำหนด บทบาทหน้าที่อีกอย่างหนึ่งของวิทยุชุมชนแจ้งภัยพิบัติก็คือ การกระจายเสียงดนตรีเพลงเด็กตอน 5 โมงเย็น (เวลาปรับเปลี่ยนตามฤดูกาล) เพื่อส่งสารว่า "หนูๆ กลับบ้านกันดีกว่า" การกระจายเสียงเหล่านี้เท่ากับเป็นการตรวจเช็คเป็นประจำว่าจะสามารถกระจายเสียงแจ้งทุกคนได้เมื่อเกิดภัยพิบัติจริง

防災無線放送は、災害のとき、注意報や警報、避難の案内などを地域の住民に知らせるため、町の中にスピーカーを設置したり、各家庭に受信機を置いたりして、そこから放送が流れるようにしたものです。しかし、災害のとき以外にも、防犯対策の呼びかけ、行方不明者の捜索依頼など、警察からの情報が流れたり、本文のように、市町村や町内会からのお知らせ、行事、イベントの案内などが流れたりもします。

どのぐらいの頻度で何を放送するかは、自治体や地域によって異なります。地域によっては、1日に2～3回、毎日決まった時間に放送を流すところもあります。また、毎日夕方5時ごろ(季節によって異なる)、童謡などのメロディとともに、「子どもはおうちへ帰りましょう」のメッセージを流すのも、防災無線放送の役割の1つです。これらは、災害が起こったときに放送が機能するよう、普段からチェックする意味もあります。

● はなびたいかい 花火大会 花火大会 花火大会

花火大会は、夏を中心に、日本の各地で行われます。公園や海岸、川の土手などを会場にしており、会場に行けば、打ち上げ花火を間近で見ることができます。また、屋台も出るので、祭りの雰囲気も楽しめます。

花火大会の規模や混雑具合はさまざまですが、有名で歴史のある花火大会の会場は、非常に混雑します。例えば、東京の「隅田川花火大会」や、新潟県長岡市の「長岡まつり大花火大会」などは、その日だけで100万人ぐらいの観客が集まります。時間ギリギリに行くと、歩くこともできないぐらいの混雑になるので、できるだけ早い時間から場所を確保することが大切です。花火大会によっては、花火がよく見られる指定席を有料で販売している場合もあります。



● みち えき 道の駅 道の駅 道の駅



道の駅 は、国道などの一般道路沿いにある商業・休憩施設で、高速道路のサービスエリアのような役割の施設です。駐車場、トイレ、レストラン、売店などがあります。

道の駅は、その地域の農産物や名物料理など、地元の品物を扱っているのが特徴で、地元の農産物の直売所や、地元の名物料理が食べられるレストラン、地元のお土産が買える売店などに力を入れているので、地域の観光拠点としての役割も担っています。中には、眺めのいい公園、資料館や博物館、温泉入浴施設などがある道の駅もあり、観光客で賑わっています。

道の駅は、その地域の農産物や名物料理など、地元の品物を扱っているのが特徴で、地元の農産物の直売所や、地元の名物料理が食べられるレストラン、地元のお土産が買える売店などに力を入れているので、地域の観光拠点としての役割も担っています。

道の駅は、その地域の農産物や名物料理など、地元の品物を扱っているのが特徴で、地元の農産物の直売所や、地元の名物料理が食べられるレストラン、地元のお土産が買える売店などに力を入れているので、地域の観光拠点としての役割も担っています。

中には、眺めのいい公園、資料館や博物館、温泉入浴施設などがある道の駅もあり、観光客で賑わっています。

● **ぼんおど 盆踊り** การเต้นรำบงโอดริ

ほんおど
盆踊り) เป็นงานเทศกาลที่จัดในช่วงที่เรียกว่า お盆
(เดือนสิงหาคม) ซึ่งตรงกับฤดูร้อน ผู้คนจะยืนล้อม วง<3
(นั่งร้าน) แล้วค่อยๆ เคลื่อนที่ทีละก้าวสองก้าวไปใน
ทิศทางเดียวกันพร้อมกับเต้นรำตามจังหวะเพลงและ
กลอง ท่าเต้นรำมีไม่กี่ท่า เต้นซ้ำไปมา ถ้าได้รู้สึกพักก็จะ
เต้นตามได้ ทุกคนสามารถร่วมเต้นได้ จึงอยากแนะนำ
ให้ลองเต้นดู ในลานกว้างที่จัดการเต้น หอนおど 盆踊り จะมี
เพลงลอยหลากหลายประเภทมาออกร้านจำนวนมาก ได้
บรรยากาศแบบงานเทศกาล แต่ถึงจะไม่เต้นเอง ก็สนุก
กับงานได้จากกรดูเขาเต้นรำกันหรือไม่ก็ซื้อของกินจาก
แผงลอย



盆踊りは、夏の「お盆」(8月)の時期あたりに行われる祭りです。やぐらの周りを囲むようにぐると輪になり、音楽と太鼓に合わせて踊りを踊りながら、一定の方向へ少しずつ進みます。踊りには短いパターンがあり、これを何度も繰り返せばよいので、少し見ていれば、すぐに踊ることができます。盆踊りはだれでも参加が可能なので、ぜひ踊りの輪に加わってみましょう。

盆踊りが行われる広場には、さまざまな屋台が出て、祭りの雰囲気味わえます。自分で踊らなくても、踊りを見たり、屋台で食べ物を買ったりして、祭りを楽しむのもいいでしょう。

● ゆかた 浴衣 ชุติยกาตะ



ชุดยูกาตะทำจากผ้าฝ้ายเนื้อบาง เป็นชุดกิโมโนที่วิธีใส่เรียบง่ายคือ แค่ม้วนผ้าโอบิ 1 ผืนพับลงไปก็ใส่ได้แล้วโดยไม่ต้องสวมชุดอื่นไว้ด้านใน มักใส่ในฤดูร้อน ทั้งยังเป็นชุดที่เรียกว่า 旅館 (โรงแรมแบบญี่ปุ่น) เตรียมให้แขกใส่เป็นชุดนอน ระยะเวลาหนึ่ง นั้หนุ่มสาวนิยมใส่ชุดยูกาตะไปร่วมงานเทศกาลฤดูร้อนหรืองานแสดงดอกไม้ไฟมากขึ้นเรื่อย ๆ

ชุดยูนิฟอร์มมีหลายราคา หลังๆ นี่มีร้านขายชุดยูนิฟอร์มทั้งผ้าโอบิและรองเท้านี่
เป็นเซ็ทในราคาถูก ลายผ้าก็มีตั้งแต่ลวดลายแบบดั้งเดิม ไปจนถึงแบบผสมผสานระหว่าง
ลายแบบดั้งเดิมกับลายแบบสมัยใหม่ มีวิดีโอสอนวิธีใส่ชุดยูนิฟอร์มอัฟโพลด์ไว้ให้ดูฟรีมากมาย
บนอินเทอร์เน็ต หากมีโอกาส ควรลองใส่สักครั้ง

浴衣は木綿の薄い着物で、素肌にそのまま、帯1本だけで着ることのできる簡単な着物です。夏の時期に着たり、旅館に泊まるときに寝間着として用意されたりします。最近では夏祭りや花火大会に浴衣を着て行く人が、男女ともに増えてきています。

浴衣の値段はさまざまですが、最近では、古典的な柄からモダンな和洋折衷の柄まで、さまざまな種類の浴衣が、帯や下駄などとセットで安く売られています。浴衣の着方を紹介する無料動画もネット上に多くアップロードされていますので、機会があったら一度着てみましょう。

● **ฟรีมาร์เก็ต** ตลาดนัดขายของมือสอง

フリーマーケット คือ ตลาดนัดขายของมือสองที่จัดตามสวนสาธารณะหรือในลานกว้าง เป็นที่นิยมในญี่ปุ่นเช่นกัน บางครั้งเรียกย่อๆ ว่า フリマ หรืออาจเรียกว่า 蚤^{のみ}の市^{いち} ตามคำแปลตรงตัวของ flea market (flea = 蚤^{のみ} = เห็บ) พูดถึงตลาดนัดประเภทนี้ในต่างประเทศจะนึกภาพตลาดที่เป็นศูนย์รวมของคนที่น่าโบราณวัตถุหรืองานศิลปะเก่าแก่มาขาย



แต่ ฟรีมาร์เก็ต ในญี่ปุ่นโดยทั่วไปจะเป็นตลาดที่คนทั่วไปนำของที่ไม่ใช้แล้วมาขายในราคาถูก มีลักษณะพิเศษดังนี้

- ◆ เปิดตามสวนสาธารณะหรือลานจอดรถขนาดใหญ่ตามเวลาที่กำหนด
- ◆ โดยหลักการแล้ว คนขายไม่ใช่ร้านค้า แต่เป็นคนทั่วไปที่ลงชื่อขอมาออกร้านขาย
- ◆ สินค้าที่นำมาขายส่วนใหญ่เป็นของใช้ในชีวิตประจำวันที่ไม่ใช้แล้ว เช่น เสื้อผ้า ของเด็กเล่น ไม่ค่อยมีงานศิลปะหรือโบราณวัตถุราคาแพง
- ◆ ไม่เก็บค่าผ่านประตู
- ◆ เวลาซื้อ ส่วนใหญ่มักมีการต่อรองราคากับคนขาย

公園や広場などで中古の品物を売り買いするフリーマーケットは、日本でも盛んです。日本語では「フリマ」と略されることもあります。日本語に訳して「蚤の市」ということばを使うこともあります。海外のフリーマーケットは、業者が古い骨董品や古美術品などを売り、こうした品物を買いたい人が集まるイメージですが、日本でフリーマーケットと言う場合、一般の人が不要品を安く売るための場を指すのが一般的です。日本のフリーマーケットは、次のような特徴があります。

- ◆ 公園や大型駐車場などで、定期的に開かれる。
- ◆ 基本的には、業者は出店しない。出店するのは、申し込みをした一般の人。
- ◆ 品物は、服やおもちゃなど日常の不要品が中心。高価な美術品や骨董品はあまりない。
- ◆ フリーマーケット会場には、入場料なしで入れる。
- ◆ 買うときには、売る人と値段の交渉をすることが多い。

日本の生活
TIPS

● 国際交流フェスティバル เทศกาลวัฒนธรรมนานาชาติ

องค์กรส่วนท้องถิ่นต่างๆจะจัดกิจกรรมประเภท 国際交流フェスティバル หรือ 国際交流まつり โดยให้หน่วยงานในสังกัดที่รับผิดชอบงานสร้างสัมพันธ์อันดีกับคนต่างชาติอย่าง 国際交流協会 เป็นแม่งาน มีจุดประสงค์เพื่อสร้างสัมพันธ์และความเข้าใจอันดีระหว่างคนต่างชาติดกับคนญี่ปุ่นที่อาศัยร่วมกันในพื้นที่นั้นๆ รูปแบบกิจกรรมมีหลากหลาย เช่น มหกรรมอาหารนานาชาติ การแสดงบนเวที เช่น การร้องเพลงหรือเต้นรำ เป็นต้น การออกร้านเฉพาะกิจกับเปิดแผงขายของ การประกวดสุนทรพจน์ของชาวต่างชาติ ฯลฯ สถานที่จัดงานมีทั้งแบบกลางแจ้ง เช่น สวนสาธารณะหรือลานกว้าง และแบบอาศัยพื้นที่กว้างๆ ในอาคารอย่างภายในฮอลล์ หรือศูนย์วัฒนธรรม คิดว่าถ้าลองค้นหาในอินเทอร์เน็ตโดยใช้คำว่า 国際交流まつり××市 น่าจะมีข้อมูลออกมามากมาย แต่ไม่อยากให้สนุกกับการไปร่วมงานเพียงอย่างเดียวเท่านั้น หากสมัครเป็นทีมงานจิตอาสา (ส่วนใหญ่ในเว็บไซต์จะประชาสัมพันธ์ "รับสมัครทีมงานจิตอาสา" อยู่) หรือจะสมัครเป็นผู้แสดงหรือกล่าวสุนทรพจน์ ก็น่าจะได้รับการฝึกที่ดีทีเดียว



© Saitama Tourism and International Relations Bureau (STIB) (公社) さいたま観光国際協会

国際交流協会など国際交流団体が主催する「国際交流フェスティバル」や「国際交流まつり」のようなイベントが、さまざまな自治体で開かれています。地域に住む外国人と日本人の交流や相互理解を目的にしたもので、内容は、各国料理大会、歌や踊りなどのステージパフォーマンス、模擬店や屋台での物品販売、外国人によるスピーチ大会など、さまざまです。会場は、公園や広場を使って屋外で開かれることもあるし、ホールや文化施設など、屋内のイベントスペースのようなところなどで開かれる場合もあります。

ネットで「国際交流まつり ××市」のように入れて検索すると、情報がいろいろ出てくると思います。会場に行ってみただけではなく、ボランティアスタッフとして参加したり (たいていウェブサイトに「ボランティアスタッフ募集」の案内が出ています)、パフォーマンスやスピーチをする側として参加したりすれば、よりよい経験になるでしょう。

● 日本語スピーチコンテスト การประกวดสุนทรพจน์ภาษาญี่ปุ่น



外国人による日本語スピーチコンテスト คือ การประกวดสุนทรพจน์ภาษาญี่ปุ่นของชาวต่างชาติ (บางครั้งก็ใช้ชื่อว่า สปีช大会 หรือ 弁論大会 มีหลายระดับ ตั้งแต่ระดับประเทศ ระดับภูมิภาค จนถึงระดับโรงเรียน หัวข้อการประกวดขึ้นอยู่กับการประกวดแต่ละแห่งจะกำหนด ขั้นตอนเริ่มจากรวบรวมความคิดเห็นจากมุมมองของชาวต่างชาติ ในประเด็นต่างๆ เช่น ความรู้สึกจากการเรียนภาษาญี่ปุ่น ความรู้สึกจากการอาศัยอยู่ในญี่ปุ่น นำมาเขียนเป็นเรียงความ แล้วกล่าวสุนทรพจน์ในสถานที่ประกวด

มีการการตัดสินจัดอันดับหรือมอบรางวัลให้ ผู้เข้ารอบนอกจากจะได้รับประกาศนียบัตรและโล่รางวัลแล้ว ยังจะได้รับรางวัลสมทบอื่นๆ อีก เช่น เงินรางวัล บัตรของขวัญร้านหนังสือ ผลิตภัณฑ์ในท้องถิ่นหรือของรางวัลจากผู้อุปถัมภ์การประกวดอีกด้วย

第8課 屋台はどこかわかりますか？

楽しい日本を
聞いてみよう

第14回 外国人による
日本語スピーチコンテスト

日時 / 2月16日(日)
午後1時30分～3時30分

場所 / 戸田市新曽南多世代交流館 さくらホール

問合せ / (公財)戸田市国際交流協会 事務局
TEL. 048-434-5690 (4線・日曜 048-11700)
FAX. 048-441-0170 E-mail. info@ciac.jp
戸田市新曽南多世代交流館 さくらホール
(戸田市新曽南多世代交流館 さくらホール 2階)

ตอนสมัครต้องส่งต้นฉบับเรียงความ ความยาวของต้นฉบับแล้วแต่การประกวดแต่ละแห่งจะกำหนด ดังนั้นจึงต้องอ่านรายละเอียดการสมัครแต่ละแห่งให้ละเอียด คุณสมบัติผู้สมัครก็แตกต่างกันเช่นกัน เช่น "เป็นผู้ที่มีภูมิลำเนาอยู่ในเมือง..." "อยู่ญี่ปุ่นไม่เกิน...ปี" แต่ขอเพียงไม่ได้ใช้ภาษาญี่ปุ่นเป็นภาษาแม่ ไม่ว่าใครก็สามารถสมัครเข้าร่วมได้ จึงอยากใหลองทำสิ่งที่ท้าทายความสามารถดูสักครั้งเพื่อแสดงผลสัมฤทธิ์ของการเรียนภาษาญี่ปุ่นของตนเอง

外国人による日本語スピーチコンテスト(「スピーチ大会」「弁論大会」などということもあります)は、大規模なものは全国レベルで、小規模なものは、市町村ごとのものや、日本語教室が行うものなど、いろいろなのが開かれています。スピーチのテーマは大会ごとに違いますが、日本語を勉強して感じたことや、日本に住んで感じたことなどをもとに、外国人の視点から自分の意見をまとめ、原稿にし、会場でスピーチします。スピーチは、審査員によって審査され、順位がつけられたり、賞が与えられたりします。入賞すれば、賞状や盾がもらえるだけでなく、賞金や図書カード、その地区の特産物や大会スポンサーの提供する商品など、副賞がもらえることもあります。

応募する際は、はじめにスピーチの原稿を書いて応募します。原稿やスピーチの長さなどは、大会によってさまざまなので、大会ごとの募集要項をよく読んで応募する必要があります。応募資格は、「××市在住の方」「日本での在住期間が×年以内」など大会によって違いますが、日本語を母語としない人であれば誰でも参加できるので、自分の日本語学習の成果として、ぜひ一度挑戦してみてください。

● たいかい カラオケ大会 ការប្រកួតរៀនភេទការ៉ាអូកេ

カラオケ大会 たいかい เป็นการประกวดที่ให้ผู้เข้าแข่งขันความสามารถในการร้องเพลงคาราโอเกะตามลำดับ มีหลายประเภท หลายระดับเช่นกัน บางรายการตั้งชื่อว่า のど自慢大会 じまんたいかい เจื่อนไซในการสมัคร ขึ้นตอน คำสมัคร เงินรางวัลหรือของรางวัลมีหรือไม่อย่างไร ขึ้นอยู่กับผู้จัดจะกำหนด สำหรับการประกวดใหญ่ระดับประเทศนั้น การประกวดที่ผู้สมัครต้องส่งคลิปเสียงร้องเพลงให้กรรมการตัดสินและต้องผ่านรอบคัดเลือกก่อน จึงจะได้เข้าประกวดในวันจริงก็มี ส่วนการประกวดระดับย่อยที่จัดในงานเทศกาลของพื้นที่หรืองานเทศกาลวัฒนธรรมนานาชาตินั้น บางรายการก็สมัครเข้าประกวดได้ทุกคน อีกทั้งบางรายการยังอนุญาตให้สมัครประกวดที่หน้างานได้ด้วย



カラオケ大会は、複数の出場者が順番にカラオケで歌を歌い、その上手さを競うイベントです。カラオケ大会も、さまざまな種類、規模のものが各地で行われています。「のど自慢大会」と呼ぶこともあります。応募の条件や手順、参加費が必要かどうか、賞金や賞品が出るかどうかなどは、大会によって違います。全国レベルの本格的な大会の場合、応募の際に自分の録音を送って予選を通過しなければ出場できないものもあります。一方、地域の祭りや国際交流フェスティバルなどに合わせて開かれる大会など、小規模なカラオケ大会の場合、誰でも気軽に応募し、出場できるものもあります。大会によっては、その場で飛び入りで参加できる場合もあります。

日本の生活
TIPS

● にほん しょうがつ 日本のお正月 เทศกาลปีใหม่ของญี่ปุ่น

เทศกาลปีใหม่กล่าวได้ว่าเป็นเทศกาลที่ใหญ่ที่สุดของญี่ปุ่นในรอบปี ในช่วงสิ้นปีจนถึงต้นปีบริษัทห้างร้านจะหยุดงาน ผู้คนจำนวนมากเดินทางกลับภูมิลำเนาของตนบ้าง ไม่ก็ใช้เวลาพักผ่อนกับครอบครัวอย่างสบายๆ หรือไปท่องเที่ยว ในช่วงปีใหม่มีสั่งที่ต้องทำตามประเพณีดั้งเดิมหลายอย่าง

お正月は、日本では1年のうち最も大きな年中行事と言えます。多くの人は、年末年始は仕事が休みになるので、田舎に帰ったり、家族とゆっくり過ごしたり、旅行に行ったりします。お正月には、伝統的な風習がいくつかあります。

▶ しょうがつかざ お正月飾り การประดับตกแต่งบ้านเรือนในเทศกาลปีใหม่

เมื่อใกล้ถึงเทศกาลปีใหม่ จะมีการประดับตกแต่งภายในเมืองและบ้านเรือน อย่างประจักษ์ ทั่วทั้งแกงคัง จะประดับ 門松 (ต้นสนที่ตั้งประดับที่รั้วบ้าน) และ しめ縄 / しめ飾り (เชือกศักดิ์สิทธิ์สำหรับปกป้องบ้านจากวิญญาณร้าย) ส่วนภายในบ้านก็จะประดับ 鏡餅 (ขนมโมจิทรงกลมซ้อนกัน) ไว้

お正月が近づくと、町や家にはお正月飾りが飾られます。門や玄関には「門松」や「しめ縄 / しめ飾り」が飾られ、家の中には「鏡餅」が飾られます。



▶ ねんがじょう ねんが 年賀状 / 年賀メッセージ ส.ค.ส. / ข้อความอวยพรปีใหม่



年賀状 คือ บัตรเขียนคำอวยพรปีใหม่ในรูปของไปรษณียบัตร โดยเขียนคำอวยพรในโอกาสปีใหม่ เช่น 明けましておめでとうございます หรือ 謹賀新年 หรือ 賀正 และเล่าสารทุกข์สุกดิบของตน พร้อมทั้งมีภาพสัตว์ประจักษ์นักษัตรของปีนั้นประกอบด้วย โดยส่งไปรษณีย์ในช่วงสิ้นปี จากนั้นไปรษณีย์จะเก็บรวบรวมไว้แล้วนำ ส.ค.ส. ทุกฉบับมาส่งให้ผู้รับในวันที่ 1 มกราคม แต่พออินเทอร์เน็ตแพร่หลาย คนส่ง ส.ค.ส. แบบไปรษณียบัตรก็ลดน้อยลงหันมาใช้แอปพลิเคชันแทน เช่น Messenger หรือ LINE อวยพรปีใหม่กันแทน หรือใช้วิธีโพสต์คำอวยพรปีใหม่ในโซเชียลมีเดียกันมากขึ้น

年賀状は、新年のあいさつを葉書に書いて送るものです。「明けましておめでとうございます」「謹賀新年」「賀正」などのことばと近況などを書いて、その年の干支の絵などを添えます。年賀状は、年末に投函し、1月1日にまとめて配達されます。しかし、インターネットの普及とともに、最近では葉書の年賀状は減り、代わって Messenger や LINE などのメッセージツールを使って新年のあいさつを交換したり、SNS の書き込みで新年のあいさつを済ませる人も多くなっています。

▶ おせち料理／お雑煮 Osechi / Ozooni



คนญี่ปุ่นจะกินอาหารพิเศษกันในเทศกาลปีใหม่ ที่โดดเด่นที่สุดก็คือ **おせち料理** ซึ่งจัดมาอย่างงดงามในกล่องอาหารซ้อนหลายชั้น (แบบปีนิต) และเสิร์ฟขึ้นโต๊ะเป็นมื้อแรกของปี อาหารในชุด **おせち料理** มีหลายสิบชนิด แตกต่างกันไปแต่ละท้องถิ่น ส่วนใหญ่มีความหมายเป็นมงคล เช่น **数の子** หมายถึง ขอให้มียู่อหลานมาก **黒豆** หมายถึง ขอให้ขยันขันแข็งในการทำงาน (มักแปลว่า ขยัน) **栗きんとん** เป็นแกลัดดีเหลืองทอง จึงหมายถึง ขอให้มั่งคั่งทองมากมาย

お雑煮 อาหารหลักอีกอย่างหนึ่งที่กินในช่วงปีใหม่ เป็นซุปลีไต้โมจิและเครื่องหลายอย่าง การปรุงรสและเครื่องที่ใส่มียากหลายมากขึ้นอยู่กับแต่ละท้องถิ่น เช่น แถบคันโตจะใช้ซุปลีไต้ปรุงรสด้วยโชยุ แต่แถบคันไซจะใส่มิโซะโมจิที่ใส่มิโซะที่เข้มข้นและลูกกลม ๆ ขึ้นอยู่กับท้องถิ่น

お正月には、特別な料理を食べます。その代表が「おせち料理」です。重箱に美しく詰められたおせち調理は、新年の最初の食卓に出されます。おせち料理に入れる料理は何十種類もあり、

地方によっても違いますが、例えば「数の子」＝子どもがたくさんできるように、「黒豆」＝まめに働けるように、「栗きんとん」＝金色の見た目からお金がたまるように、など、縁起をかつぐ意味のものが多くあります。

お雑煮は、スープの中に具と餅を入れたもので、やはりお正月を代表する料理です。お雑煮は地方によって味付けや具が非常にバラエティに富んでいます。例えば、関東では透明な出し汁にしょうゆで味付けをしたスープを使いますが、関西では味噌が入っています。餅の形も四角だったり丸だったり、地方によって違います。



▶ 初詣 初詣 การไปไหว้พระครั้งแรกของปี



初詣 หมายถึงการไปไหว้พระที่วัดหรือศาลเจ้าครั้งแรกของปี คนส่วนใหญ่จะไป **初詣** กัน วัดหรือศาลเจ้าที่มีชื่อเสียงจึงมีผู้คนแน่นขนัด ขนาดต้องเข้าแถวรอหลายชั่วโมงจึงจะได้ไหว้พระก็มี เราได้เห็นภาพคนที่ไปวัดตั้งแต่คืนวันที่ 31 ธันวาคมเพื่อ **初詣** โดยโยนเงินทำบุญที่เรียกว่า **お賽銭** ใส่กล่องทำบุญพร้อมกับเคาน์ดาวน์ปีใหม่ไปด้วย

お正月、1年の最初にお寺や神社にお参りに行くことを「初詣」といいます。多くの人が初詣に訪れるため、特に有名なお寺や神社は大混雑し、何時間も並ばないとお参りができないほどになることもあります。12月31日の夜から行き、新年のカウントダウンと同時に「お賽銭」を投げ、初詣をする光景も見られます

▶ ^{としだま}**お年玉** เงินแต่งงาน



เงินที่ให้แก่เด็ก ๆ ในเทศกาลปีใหม่มักรู้จักว่า お年玉 (としだま) เงินนี้จะใส่อยู่ในซอง お年玉袋 (หรือเรียกว่า ぽち袋 (ぽちぶくろ) จำนวนเงินขึ้นอยู่กับอายุของเด็ก และความสัมพันธ์ระหว่างผู้ให้กับผู้รับ แต่ว่ากันว่าส่วนใหญ่มาราว 1,000-5,000 เยน เมื่อมีการรวมญาติกันที่บ้านที่ต่างจังหวัดในเทศกาลปีใหม่นี้ เด็ก ๆ จะกลับบ้านที่ต่างจังหวัดด้วยความตื่นเต้นที่จะได้รับ お年玉 (としだま) จากผู้ใหญ่

お正月に子どもにあげるお金が「お年玉」です。お年玉は、現金を「お年玉袋」（「ポチ袋」ということもあります）に入れて渡します。1回にいくらぐらい入れるかは、子どもの年齢や、その子どもとの関係によりますが、だいたい1,000円～5,000円ぐらいと言われています。お正月に田舎で親戚の集まりなどがある場合、子どもは大人からお年玉がもらえることを楽しみに、田舎に帰ります。

● **せいじん ひ 成人の日** วันฉลองการบรรลุนิติภาวะ

成人の日 เป็นวันหยุดราชการที่กำหนดขึ้นเพื่อเฉลิมฉลองให้แก่ผู้ที่มีอายุครบ 20 ปีในปีนั้น ตรงกับวันจันทร์ที่สองของเดือนมกราคม ซึ่งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแต่ละแห่งจะจัดงานที่เรียกว่า 成人式 (แต่ในบางแห่งอาจจัดในฤดูใบไม้ผลิหรือฤดูร้อน) งาน 成人式 ส่วนใหญ่จะจัดในฮอลล์หรือโรงยิมของรัฐบาล มีคำกล่าวจากนายกเทศมนตรีหรือแขกผู้มีเกียรติ การบรรยายจากผู้มีชื่อเสียง การแสดงดนตรีและเต้นรำ เป็นต้น ผู้เข้าร่วมพิธีจะได้รับของที่ระลึก แต่สำหรับผู้บรรลุนิติภาวะในปีนั้นแล้ว สิ่งที่น่าตื่นเต็นกว่าการจะได้ร่วมพิธีคือการที่จะได้พบเพื่อนฝูงสมัยเรียนประถมหรือเรียนมัธยมที่ไม่ได้พบกันนานที่จะมาร่วมงานเช่นกัน

ผู้หญิงจะนิยมสวมกิโมโนที่เรียกว่า 晴着 (กิโมโนสีสดใสสำหรับงานพิธี) มาร่วมพิธีกันมากขึ้น ส่วนผู้ชายจะใส่ชุดกิโมโนหรือสูท ทุกคนจะแต่งกายหรูหรางดงามเพื่อถ่ายรูปเป็นที่ระลึกเนื่องจากเป็นโอกาสสำคัญครั้งเดียวในชีวิต

อนึ่ง สำหรับอายุที่ถือว่าบรรลุนิติภาวะนั้น ในญี่ปุ่นถือเกณฑ์อายุ 20 ปี มาเป็นเวลานาน แต่กฎหมายใหม่กำหนดว่าตั้งแต่ปี ค.ศ. 2022 เป็นต้นไป จะเปลี่ยนเป็นอายุ 18 ปี จึงคาดว่าการปกครองส่วนท้องถิ่นแต่ละแห่งอาจใช้เกณฑ์อายุในการเข้าร่วมพิธีบรรลุนิติภาวะแตกต่างกัน



「成人の日」は、1月の第2月曜日で、成人になった人を祝う国民の祝日です。成人の日には、各自治体では「成人式」が行われます（ただし、地方によっては、春や夏に行うところもあります）。成人式は、多くの場合、公営のホールや体育館などで行われ、市長や来賓などのあいさつ、有名人の講演、音楽や踊りなどの出し物などが行われます。また、出席者には記念品が配られます。しかし、新成人にとっては、式そのものよりも、そこに集まる小学校や中学校の同級生と、久しぶりに会って話すことが、大きな楽しみになっています。

成人式には、女性は「晴れ着」と呼ばれる着物を着ることが多くなっています。男性は、着物を着たり、スーツを着たりとさまざまです。一生に一度の機会として、華やかな着物やおしゃれな服を着て記念撮影をするのも、成人の日大切なイベントです。

なお、「成人」の年齢は、日本では長らく 20 歳でしたが、2022 年より、「成人」の年齢を 20 歳から 18 歳へと引き下げる法律が施行される予定です。これにともない、「成人式」の対象を何歳にするか、自治体によって対応が分かると予想されています。

● にほん ねんちゅうぎょうじ 日本にほんの年中行事 เทศกาลประจำปีของญี่ปุ่น

ญี่ปุ่นมีงานเทศกาลที่เป็นประเพณีสืบทอดมานานในทุกฤดูกาล

日本では、季節ごとに、伝統的な年中行事が行われてきました。

▶ ひな祭り เทศกาลวันเด็กหญิง



ひな祭り ตรงกับวันที่ 3 มีนาคม เป็นเทศกาลที่จัดเพื่ออธิษฐานให้ลูกสาวเติบโต มีสุขภาพแข็งแรง ในบ้านที่มีลูกสาวจะฉลองด้วยการประดับตุ๊กตา ひな人形 ในเทศกาลนี้ นอกจาก ちらしずし (ซูชิที่ไม่เป็นคำๆ แต่ดักข้าวที่ทำซูชิใส่ซามแล้วโรยหน้าด้วยเครื่องซูชิ) ที่ปรากฏในตัวอย่างแล้ว ยังกินขนม ひなあられ (ขนมแป้งกรอบ) และดื่ม 甘酒 (เหล้าหวาน) ด้วย 甘酒 มีทั้งที่ทำจากข้าว และทำจากส่าเหล้า แบบที่ทำจากข้าวนั้นถึงจะชื่อว่า "เหล้า" แต่ไม่มีแอลกอฮอล์ปนอยู่เลย



ひな祭りは3月3日で、女の子の成長を願う祭りです。女の子のいる家では、「ひな人形」を飾ってお祝いします。ひな祭りには、本文に登場した「ちらしずし」のほか、「ひなあられ」というお菓子を食べたり、「甘酒」を飲んだりします。「甘酒」は、米から作られるものと、酒粕から作られるものがあり、前者の場合、「酒」という名前ですが、アルコールはまったく入っていません。

▶ こどもの日 วันเด็ก



วันเด็กตรงกับวันที่ 5 พฤษภาคม เป็นวันหยุดราชการ มีที่มาจากเทศกาลที่จัดเพื่ออธิษฐานให้ลูกชายเจริญเติบโตมีสุขภาพแข็งแรงที่เรียกว่า 端午の節句 ในวัน 端午の節句 ชาวญี่ปุ่นจะแขวน 鯉のぼり (ธงรูปปลาคราฟ) ประดับตุ๊กตาที่เรียกว่า 五月人形 และกิน 柏餅 (โมจิห่อใบคาชิวะ) และ ちまき (โมจิห่อใบไผ่คล้ายขนมจ้าง) บางบ้านจะใส่ใบไอรุสในอ่างอาบน้ำ เรียกว่า 菖蒲湯



5月5日は「こどもの日」という祝日ですが、元になったのは、「端午の節句」という、男の子の成長を願う祭りです。端午の節句には、「鯉のぼり」をあげ、「五月人形」を飾ります。食べ物では、「柏餅」や「ちまき」というお菓子を食べます。また、菖蒲の葉を風呂に入れた「菖蒲湯」に入る家もあります。

▶ たなばた 七夕 เทศกาลทานาบาตะ



七夕 เป็นเทศกาลที่รับมาจากจีน ตรงกับวันที่ 7 กรกฎาคม ตามตำนานเล่าว่า นานมาแล้ว 織姫 (นางฟ้าทอผ้า) ธิดาของเทพแห่งท้องฟ้าเกิดตกหลุมรักกับชายเลี้ยงวัวชื่อ 彦星 จนละเลยการงาน เป็นเหตุให้เทพแห่งท้องฟ้าพิโรธและพรากทั้งสองให้อยู่ห่างกัน โดยมีทางช้างเผือกขวางกั้น ใน 1 ปี ทั้งสองคนจะได้พบกัน 1 ครั้ง ในวันที่ 7 กรกฎาคม

ในเทศกาลนี้ชาวญี่ปุ่นจะประดับกิ่งไผ่ด้วยกระดาษหลากสี และเขียนคำอธิษฐานใส่ในกระดาษสีที่ตัดเป็นแถบยาว เรียกว่า 短冊 นำไปแขวนที่กิ่งไผ่ ระยะเวลาหนึ่ง เมื่อใกล้ถึงเทศกาล 七夕 จะมีการนำกิ่งไผ่ประดับกระดาษหลากสีมาตั้ง

ไว้ตามสถานีรถไฟหรือศูนย์การค้า ใครจะเขียนคำอธิษฐานใส่ 短冊 มาประดับไว้ก็ได้

七夕は中国から伝わった祭りで、7月7日です。昔、天の神の娘である織り姫が、彦星という牛飼いの男と恋に落ち、2人は仕事をしなくなったことから、怒った天の神が2人を天の川で隔て、1年に1度、7月7日にだけ会えるようにした、という伝説に基づいています。

七夕には、笹の葉に色紙で作った飾りをつけて飾ります。また色紙を細長く切った「短冊」に願い事を書いて、笹の葉につけます。最近では七夕が近づくと、駅やショッピングモールなどに、飾りつけられた大きな笹が置かれていることがあり、だれでも短冊に願い事を書いて飾ることができます。

▶ クリスマス クリスマス



クリスマスはเทศกาลที่รับมาจากตะวันตก แต่กลายเป็นเทศกาลประจำปีของญี่ปุ่นไปแล้ว เมื่อใกล้ถึงเดือนธันวาคม สถานที่ต่างๆ ในเมืองจะประดับตกแต่งเป็นบรรยากาศคริสต์มาส มีการเปิดเพลงคริสต์มาส แต่เทศกาลคริสต์มาสในญี่ปุ่นแทบไม่เกี่ยวข้องกับศาสนาคริสต์ เป็นเทศกาลทางธุรกิจ คริสต์มาสไม่ใช่วันหยุดราชการ จึงกล่าวได้ว่าภาพลักษณ์ของวันนี้คือเป็นวันที่คู่รักหรือเพื่อนฝูงฉลองเฮฮากันอย่างสนุกสนาน เป็นวันที่ครอบครัวใช้เวลาร่วมกัน

ที่ญี่ปุ่น คนจะนิยมกินเนื้อไก่ในวันคริสต์มาส ร้านแฟรนไชส์ไก่ทอดในวันคริสต์มาสอีฟจะมีลูกค้าแน่นขนาดถ้าไม่จองล่วงหน้าจะไม่สามารถซื้อได้ บางบ้านจะให้ของขวัญแก่กัน หรือกินเค้กคริสต์มาส พอเลยวันคริสต์มาสเข้าสู่วันที่ 26 ธันวาคม ของประดับตกแต่งคริสต์มาสจะถูกเก็บหมดเพื่อเริ่มเตรียมรับเทศกาลปีใหม่

クリスマスは西洋から来た行事ですが、日本でも季節の年中行事として定着しています。12月が近づくと、町にはクリスマスの飾りが施され、クリスマスソングが流れます。ただし、日本でのクリスマスは宗教的な意味はほとんどなく、商業的な行事です。また、クリスマスは祝日ではないので、家族と過ごす日というよりは、恋人や友だちとイベントを楽しむ日、という色彩が強いと言えます。

日本では、クリスマスには鶏肉を食べることが多く、フライドチキンのチェーン店は、クリスマスイブの日は予約がないと買えないほど混みます。また、プレゼントを贈ったり、クリスマスケーキを食べたりする家もあります。クリスマスが過ぎて12月26日になると、町のクリスマスの飾りは一斉に撤去され、年末年始の準備が始まります。

● もち 餅つき 餅つき 餅つき 餅つき

餅 ทำโดยนำข้าวเหนียวที่หุงสุกใส่ครกแล้วตำด้วยสาก การตำโมจิในช่วงปลายปีเพื่อใช้ในเทศกาลปีใหม่มักเรียกว่า 餅つき สมัยก่อนจะมาชุมนุมกันทำโมจิที่บ้าน หรือทำโมจิที่บริษัท แล้วแจกจ่ายให้พนักงานนำกลับบ้าน แต่ปัจจุบันไม่เห็นภาพเหล่านี้แล้ว การทำโมจิกลายเป็นกิจกรรมส่งท้ายปีใหม่ของโรงเรียน 町内会 หรือองค์กรการค้าเสียส่วนใหญ่ กิจกรรมทำโมจิแบบนี้บางที่ก็เรียกว่า 餅つき大会 ทุกคนสามารถเข้าร่วมได้ บางแห่งจะแบ่งโมจิกันกินในที่นั้น หากมีโอกาสดลองหาประสบการณ์ดูสักครั้งก็น่าจะสนุกไม่น้อย



餅は、ふかした餅米を臼に入れ、杵でついて作ります。正月の餅を準備するため、年末に餅をつくのが「餅つき」です。昔は、親戚が集まって家で餅つきをしたり、会社で餅つきを行い、ついた餅を社員が持ち帰ったりしましたが、現在では少なくなり、餅つきはどちらかというと、学校や町内会、商業施設などの年末年始のイベントとして行われることが多くなりました。こうしたイベントでの餅つきは、「餅つき大会」と呼ばれることもあります。餅つき大会では、だれでも飛び入りで餅つきをすることができたり、ついた餅をその場で食べることができるものもあります。機会があったら、一度経験してみるとおもしろいでしょう。

日本の生活
TIPS

そうしき

● 葬式 葬式

ที่ญี่ปุ่น เมื่อมีผู้เสียชีวิตก็จะทำพิธีศพ เริ่มจากพิธี お通夜
ตอนค่ำ และพิธี 告別式 ในกลางวันของวันถัดมา โดยทั่วไปถ้าผู้ตาย
เป็นคนที่สนิทสนมกันจะเข้าร่วมทั้ง 2 งาน แต่ถ้าเป็นเพียงคนรู้จักก็
มักไปร่วมงานใดงานหนึ่งเท่านั้น

เวลาจะเข้าร่วมพิธีศพจะใส่ชุดไวท์ทักซ์ที่เรียกว่า 喪服 ถ้าไม่มีชุดไวท์ทักซ์ ควรใส่ชุดสีออกดำแบบสุภาพเป็นทางการ ผู้ชาย
ควรผูกเนคไทสีดำกับชุดไวท์ทักซ์ เนคไทสีดำนี้ผู้ชายทั่วไป เช่น ตามร้านสะดวกซื้อหรือร้านร้อยเยนแถวสถานีรถไฟ ผู้มาร่วม
งานศพจะมอบเงินที่เรียกว่า 香典 แก่เจ้าภาพ 香典 นี้จะใส่ในซองที่เรียกว่า 香典袋 ซึ่งหาซื้อได้จากร้านสะดวกซื้อหรือร้าน
ร้อยเยนเช่นกัน จำนวนเงินใส่ซองขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ของผู้ให้กับผู้ตาย ปกติตกราว 3,000-10,000 เยน

ถ้ามีโอกาสได้พูดคุยกับญาติผู้ตายในพิธีศพ จะทักทายว่า このたびはご愁傷さまでした (ขอแสดงความเสียใจด้วย)

ถ้าเป็นพิธีทางศาสนาพุทธ ผู้ร่วมงานจะทำการ 焼香 ซึ่งวิธีการแตกต่างกันขึ้นอยู่กับนิกาย แต่ตามปกติแล้วเริ่มจาก
ผู้ร่วมงานโค้งคำนับแสดงความเคารพต่อญาติผู้เสียชีวิต แท่นพิธีที่วางศพผู้ตาย และพระที่ทำพิธีตามลำดับ จากนั้นจึงหยิบ
ผงธูปขึ้นมาเล็กน้อย นำมาวางบนถาดในกระถางธูป จากนั้นหันหน้าไปทางแท่นพิธี แล้วพนมมืออธิษฐาน



日本では人が亡くなると、「葬式」を行います。葬式には、夕方から行われる「お通夜」と、次の日の昼間に行われる「告別式」がありますが、
親しい人が亡くなった場合は両方に、知り合いぐらいの場合にはどちらか一方に参列するのが一般的です。

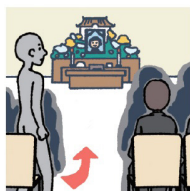
葬式に参列するときは、「喪服」と呼ばれる礼服か、喪服がなければなるべく黒っぽいフォーマルな服装で行きます。男性の場合、喪服
には黒いネクタイを締めますが、黒いネクタイは駅のコンビニや100円ショップでも買うことができます。葬式に行くときは、「香典」と呼ば
れるお金を持って行きます。香典は「香典袋」という封筒に入れて、名前や住所などを書いて持って行きますが、香典袋もコンビニや100円
ショップなどで買うことができます。香典の金額は、亡くなった人との関係にもよりますが、3千円～1万円ぐらいが一般的なようです。

葬式の場合、遺族と話す機会があるときは、「このたびはご愁傷さまでした」とあいさつをします。

仏教の葬式の場合、参列者は「焼香」をします。焼香のやり方は宗派によってさまざまですが、一般的には、遺族、亡くなった方が眠る
祭壇と僧侶に向かって礼をしてから、香木のかけらを少しつまんで香炉の炭の上にくべます。そのあと、祭壇に向かって両手を合わせてお祈
りをします。

▶ 焼香のしかた วิธี 焼香

1.



เมื่อถึงลำดับของตน
ให้ลุกขึ้นยืนแล้วเดิน
ไปที่หน้าแท่นพิธีที่
วางศพ

自分の順番が来たら、
いすから立ち上がって
祭壇の前に行く

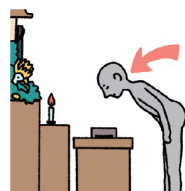
2.



หันไปทางญาติผู้ตาย
แล้วโค้งคำนับ
遺族に向かって礼をす
る

遺族に向かって礼をす
る

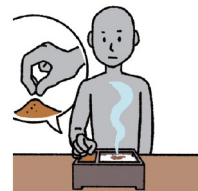
3.



หันไปทางแท่นพิธี
แล้วโค้งคำนับ
祭壇に向かって礼をす
る

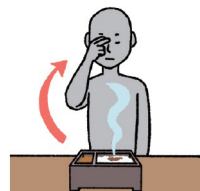
祭壇に向かって礼をす
る

4.



หยิบผงธูปด้วยนิ้ว 3
นิ้ว คือนิ้วโป้ง นิ้วชี้
และนิ้วกลาง
香木のかけらを親指、
人差し指、中指の3本
でつまむ

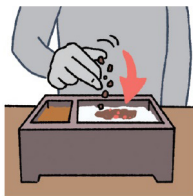
5.



ยกผงธูปขึ้นมาสูง
ระดับหน้าผาก
自分の額のあたりまで
持ってくる

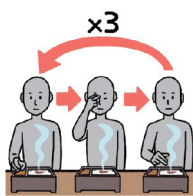
自分の額のあたりまで
持ってくる

6.



วางผงธูปลงในกระถาง
香木を香炉に落とす

7.



ทำข้อ 4-6 ซ้ำประมาณ 3
รอบ (จำนวนรอบแตกต่างกันขึ้นอยู่กับนิกาย)
上の4～6を3回ぐらい繰り返す (回数は宗派によって違うこともあります)

8.



หันไปทางแท่นพิธีแล้ว
พนมมือ
祭壇に向かって手を合わせる

9.



โค้งคำนับญาติผู้ตายอีกครั้งแล้วกลับไปยังที่นั่งของตน
もう一度遺族に礼をして、自分の席に戻る

● けいたいでんわ 携帯電話マナー มารยาทในการใช้โทรศัพท์มือถือ

ในญี่ปุ่น การคุยโทรศัพท์ในรถสาธารณะ เช่น รถไฟฟ้า รถเมล์ เป็นเรื่องไม่สมควร ในรถจะมีประกาศเตือนให้ปรับโทรศัพท์มือถือเป็น มานูมอด (silent mode) เพื่อไม่ให้เสียงสายเข้าดังรบกวนผู้อื่น การเดินไปพร้อมกับเล่นโทรศัพท์ไป (歩きスマホ) ก็อันตรายมาก ตามสถานีรถไฟจึงมีโปสเตอร์เตือนให้ระมัดระวัง อีกทั้งการใช้โทรศัพท์มือถือในระหว่างการขับขี่ยานยนต์หรือจักรยานยนต์เป็นเรื่องผิดกฎหมาย ผู้ฝ่าฝืนจะถูกลงโทษอย่างรุนแรง

日本では、電車やバスなどの公共交通機関の中では、携帯電話やスマートフォンでの通話を控えるのがマナーです。車内では、着信音や受信音が聞こえないよう「マナーモード」に設定するよう、車内アナウンスで求められます。町中を歩きながら携帯電話を操作する「歩きスマホ」も、大変危険な行為として問題になっていて、駅などには、注意喚起のポスターが貼られています。また、車やバイクの運転中に携帯電話やスマートフォンを使用した場合には、法律で厳しい罰則が科されます。



● けっこんしき 結婚式のパーティー งานแต่งงาน

รูปแบบพิธีแต่งงานในญี่ปุ่นมีหลากหลาย โดยทั่วไปหลังจากจัดพิธีในโบสถ์คริสต์หรือศาลเจ้าชินโต จะมีงานเลี้ยงฉลองสมรสแบบที่เรียกว่า 披露宴 หรือไม่กี่แบบ 結婚パーティー ในหมู่ญาติมิตรและเพื่อนฝูง งาน 披露宴 มักจัดในโรงแรม แขกที่ได้รับเชิญจะนำเงินที่เรียกว่า 祝儀 ไปด้วย ถ้าเจ้าภาพต้องการจัดงานที่บรรยากาศเป็นกันเอง ไม่ต้องมีพิธีตรองมากเท่า 披露宴 จะจัดงาน 結婚パーティー ในร้านอาหารแทน คู่แต่งงานบางคู่จัดงานเลี้ยง 結婚パーティー เป็นงาน 二次会 (งานปาร์ตี้รอบสองที่จัดต่อในวันเดียวกัน) หลังจบ 披露宴 แล้ว เนื่องจาก 結婚パーティー เสียค่าใช้จ่ายน้อยกว่า 披露宴 ที่จัดในโรงแรม และส่วนใหญ่มักให้ผู้เข้าร่วมจ่ายเพียงค่าเข้าร่วมงาน ดังนั้น โดยทั่วไปจึงมักเชิญญาติและผู้ใหญ่มางาน 披露宴 ส่วนเพื่อนฝูงจะเชิญมางาน 結婚パーティー

日本での結婚式の形態はさまざまですが、一般的には教会や神社などで式を挙げたあと、家族や親族、友だちを招待して「披露宴」や「結婚パーティー」を行います。披露宴はホテルの会場などを借りて行われることが多く、招待された人たちは「祝儀」というお金を包んで持って行きます。披露宴のようにかしこまらず、カジュアルでアットホームな雰囲気のパーティーを希望する場合は、レストランなどを貸し切って結婚パーティーを開きます。披露宴を行ったあとに、「二次会」としてパーティーを開くカップルもいます。結婚パーティーは、ホテルなどで行う披露宴よりも費用が安く、会費制で行われることが多いため、披露宴は親族やお世話になった人を中心に招待し、友人などはパーティーに招待する、というのも一般的です。

● お見舞い ការើមมៃ

ที่ญี่ปุ่นเวลาไปเยี่ยมผู้ป่วยในโรงพยาบาล ไม่ควรเอาดอกไม้ที่ปลูกอยู่ในกระถางไปเยี่ยมไข้ เพราะดอกไม้ที่มีราก ตรงกับภาษาญี่ปุ่นว่า 根付く ซึ่งเสียงพ้องกับคำว่า 寝付く ซึ่งแปลว่า "นอนยาว หลุกจากเตียงไม่ขึ้น" แต่ระยะหลังนี้ โรงพยาบาลไม่อนุญาตให้นำดอกไม้สดเข้าเยี่ยมแม้จะเป็นช่อดอกไม้ เพื่อป้องกันไม่ให้ผู้ป่วยติดเชื้อ นอกจากนี้ โรงพยาบาลที่เข้มงวดเรื่องอาหารผู้ป่วยบางแห่งอาจห้ามนำอาหารมาเยี่ยมไข้ไม่ว่าจะเป็นกรณีเจ็บป่วยหรือได้รับบาดเจ็บอะไรก็ตาม เพราะฉะนั้น ควรตรวจสอบกฎเกณฑ์ของโรงพยาบาลให้ดีกว่าจะไปเยี่ยมผู้ป่วยที่โรงพยาบาล

日本では、入院している人のお見舞いに鉢植えのお花を持って行ってはいけないと言われます。これは、根のある花は「根付く」＝「寝付く（ずっと寝ていて起きられない）」を連想させるからです。しかし最近では、入院患者への感染症予防などの理由で、切り花であっても、生花の持ち込みを禁止している病院が多くなっています。また、病气かけがにかかわらず、入院患者の食事制限に厳しい病院では、食べ物のお見舞い品を禁止している場合もあります。お見舞いに行く場合は、病院のルールを確認してから行くほうがいいでしょう。

● 新築パーティー งานฉลองขึ้นบ้านใหม่

เมื่อสร้างบ้านใหม่หรือซื้อคอนโดมิเนียมที่เพิ่งสร้างเสร็จ จะเชิญเพื่อนสนิท คนรู้จัก ญาติ เพื่อนบ้านมาร่วมงานเลี้ยงฉลองขึ้นบ้านใหม่ เรียกว่า 新築パーティー หรือ 新居お披露目会 เวลาบริษัทสร้างอาคารใหม่ก็มีการจัดงานเลี้ยงแบบนี้บ้างเหมือนกัน แต่จะจัดงานเลี้ยงหรือไม่ จัดงานใหญ่หรือเล็ก ขึ้นอยู่กับท้องถิ่น และแต่ละบุคคล ในกรณีที่จัดงาน มีทั้งที่จัดแบบทางการ โดยแจกบัตรเชิญให้แขก และจัดแบบกันเองโดยชวนคนสนิท ว่า "มาเที่ยวบ้าน"

ของขวัญที่มอบให้กับคนที่สร้างบ้านใหม่เรียกว่า 新築祝い โดยกรณีที่มอบให้ตอนไปงานฉลองขึ้นบ้านใหม่ก็มี แต่ถ้าไม่มีการจัดงานก็อาจแค่มอบของขวัญหรือเงิน

新しく家を建てたときや、新築マンションの部屋を買ったときなどに、親しい友人や普段お世話になっている人、親戚や近所の人などを新居に招いてパーティーをすることを、「新築パーティー」と言ったり、「新居お披露目会」などと言ったりします。会社などが新しいビルを建てた場合などにも行うことがあります。どの程度の規模のパーティーをするか、また、そもそもパーティーをするかしないかは、地方により、また個人によってさまざまです。パーティーをする場合も、招待状を出して正式なパーティーを行う場合もあれば、親しい人に「遊びに来て」と言って、カジュアルなパーティーをする場合もあります。

家を新築した人に贈るプレゼントを「新築祝い」と言います。新築祝いは、新築パーティーのときに持参することもありますし、パーティーがない場合は、プレゼントやお祝い金だけを贈ることもあります。

● 地方ごとの風習 ธรรมเนียมปฏิบัติแต่ละท้องถิ่น

ธรรมเนียมปฏิบัติการจัดงานเลี้ยงหรืองานฉลองอาจมีรูปแบบเฉพาะต่างไปกันตามแต่ละท้องถิ่น オートリ ซึ่งนำเสนอไปในตัวบท เป็นวิธีดื่มเหล้าที่สืบทอดกันในเกาะมียาโกะจิมะ จังหวัดโอกินาวา มีวิธีการดื่มที่เป็นเอกลักษณ์ คือ หลังจากที่ได้ 親 (ผู้ดื่มนำ) กล่าวขอความสันๆ จบแล้ว ผู้เข้าร่วมทุกคนจะดื่มเหล้า (เหล้า 泡盛 ผสมน้ำ) จากจอกเดียวกันทีละคนๆ ส่วนจังหวัดโคจิมีธรรมเนียมที่เรียกว่า 献杯 หรือ 返杯 คือ หลังจากที่ได้ผู้ที่อาวุโสน้อยกว่ารินเหล้าให้ ผู้ใหญ่ดื่มแล้ว ผู้ใหญ่จะรินเหล้าในแก้วเดิมคืนให้ผู้อาวุโสน้อยกว่าดื่ม

นอกจากวิธีดื่มเหล้าแล้ว วิธีรับประทานอาหาร วิธีจัดงานแต่งงาน งานศพ การฉลองเทศกาลประจำปีก็แตกต่างกันตามแต่ละท้องถิ่นเช่นกัน ถ้าอาศัยอยู่ในญี่ปุ่นอาจจะมีโอกาสได้รับประสบการณ์ต่างๆ เหล่านี้ได้



パーティーや宴会の風習には、地方ごとに独特のやり方がある場合があります。本文で紹介した「オートリ」は、沖縄県の宮古島に伝わるお酒の飲み方です。「親」がスピーチをしたあと、一つの小さいグラスを使って、参加者がみんなで順番にお酒（薄めた泡盛）を飲むのが特

徴です。このほか、例えば高知県では、「献杯」「返杯」という風習があり、目下の人が目上の人に酒を注いだあと、同じグラスに今度は目上の人が目下の人に酒を注いで返すという飲み方をします。

お酒の飲み方だけでなく、食べ物の食べ方、結婚式や葬式の行い方、年中行事の祝い方など、地方ごとに独特の風習ややり方があります。日本に住んだら、その地方の独特の風習を体験することになるかもしれません。

● フードコート フードコート

フードコート (フードコート) คือบริเวณกว้างๆ ที่มีซุ้มขายอาหารเล็กๆ แบบบริการตัวเอง ตั้งเรียงรายอยู่ มักอยู่ในศูนย์การค้า ซูเปอร์มาร์เก็ตขนาดใหญ่ จุดจอดพักรถบนทางด่วน หรือในสนามบิน เป็นต้น ในฟู้ดคอร์ทนี้จะมีร้านอาหารสารพัดประเภท เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด ราเมน แกงกะหรี่ พิซซ่า ไช้บะ อุด้ง ข้าวหน้าเนื้อ ซูชิ ทาโกยากิ พิซซ่าญี่ปุ่น



ลูกค้าจะเลือกสั่งอาหารร้านที่ถูกใจแล้วจ่ายเงิน และเมื่อได้รับอาหารแล้วจะนำไปนั่งกินที่โต๊ะที่เลือกตามใจชอบ ในฟู้ดคอร์ทขนาดใหญ่บางแห่งจะใช้ระบบแจกบัตรคิวให้ตอนสั่งอาหาร พออาหารเสร็จ จะปรากฏหมายเลขบัตรคิวนั้นบนป้ายไฟ หรือที่ใช้ระบบมอบกริ่งไร้สายให้ตอนสั่งอาหาร พออาหารเสร็จร้านจะส่งสัญญาณให้กริ่งนั้นดังก็มี นอกจากนี้ สำหรับญี่ปุ่นโดยทั่วไปแล้วเมื่อกินเสร็จ ภาชนะที่ใช้จะต้องนำไปคืนที่ของ へんきやくぐち 返却口 ด้วย



フードコートは、セルフサービス式の小さな飲食店が複数立ち並ぶ広いスペースで、ショッピングセンターや大型スーパー、高速道路のサービスエリア、空港などにあります。フードコートには、ハンバーガー、フライドチキン、ラーメン、カレー、ピザ、そば・うどん、牛丼、すし、たこ焼き・お好み焼きなど、さまざま飲食店があり、客は好きな店舗で注文と支払いをし、食事を受け取ったら、好きな席で食事をします。大型のフードコートの場合、注文時に番号の紙をもらい、食事ができたら電光掲示板で番号が表示されるシステムや、注文時に呼び出しベルを受け取り、食事が準備できたときにベルで合図されるシステムなどもあります。また、日本では、食べ終わった食器は自分で「返却口」返しに行くのが一般的です。

● お通し อาหารเช้า

เมื่อเข้าไปในร้านเหล้าแบบญี่ปุ่น พนักงานจะนำ おしぼり (ผ้าเย็น/ผ้าร้อน) มาให้พร้อมกับอาหารในจานเล็กที่เรียกว่า お通し หรืออีกชื่อหนึ่งคือ 突き出し มาเสิร์ฟให้ลูกค้าคนละ 1 จาน โดยไม่ต้องสั่ง อาจดูเหมือนเป็นบริการฟรีจากร้าน แต่ความจริงร้านจะคิดเงินค่า お通し ด้วย (ส่วนใหญ่ตักจานละ 300-500 เยน) ซึ่งได้ยินว่ามีไม่น้อยที่เกิปัญหากับนักท่องเที่ยวต่างชาติที่ไม่รู้ธรรมเนียมนี้ ในทำนองว่า "เอาอาหารที่ไม่ได้สั่งมาเสิร์ฟให้ แล้วโดนคิดเงิน" ในตัวบทได้อธิบายว่าอาหารจานนี้เป็นเหมือน "ค่าธรรมเนียมใช้โต๊ะ" ร้านอาหารในแหล่งที่มีลูกค้าเป็นนักท่องเที่ยวต่างชาติมากจะติดประกาศอธิบายให้นักท่องเที่ยวต่างชาติเข้าใจเรื่องที่ว่า "ในญี่ปุ่นไม่มีธรรมเนียมการให้ทิป จึงใช้วิธีเก็บค่าธรรมเนียมใช้โต๊ะจากลูกค้าแต่ละท่าน และเสิร์ฟอาหารให้ลูกค้าฟรีเพื่อเป็นการตอบแทน"



日本の居酒屋に入ると、はじめに「おしぼり」といっしょに「お通し」という料理の小鉢が出されます。「突き出し」と呼ぶこともあります。お通しは、注文しなくても出てくる料理で、1人1品提供されます。サービスのように見えますが、このお通しはたいてい有料です (だいたい300～500円ぐらいです)。この習慣を知らない外国人観光客との間で、「頼んでいない料理を一方的に出され、お金を払わされた」というトラブルになることが少なくないそうです。本文では「テーブルチャージのようなもの」と説明していましたが、外国人がよく訪れる観光地などでは、お通しについて貼紙をして、「日本にはチップの習慣がなく、かわりにテーブルチャージとして一人一人から料金をいただいています。そのかわりに料理を1品無料でサービスしています。」と告知し、外国人観光客に納得してもらっているところもあるそうです。

日本の生活
TIPS● ようきく
洋服のサイズ ขนาดเสื้อผ้า

▶ シャツ/上着 เสื้อเชิ้ต / เสื้อแจ็กเก็ต

โดยทั่วไปแล้ว เสื้อผ้าจำพวกเสื้อเชิ้ตหรือแจ็กเก็ตจะบอกขนาดด้วยสัญลักษณ์ S M และ L หากเรียงลำดับจากขนาดเล็กที่สุด ก็จะเป็น XS → S → M → L → LL (XL/2L) → 3L (XXL) สำหรับชุดกีฬา บางทีก็มีไซส์ O ด้วย ซึ่งหมายถึง Overlarge เท่ากับ LL

ส่วนขนาดเสื้อผ้าของผู้หญิง นอกจาก S M L แล้ว ยังมีวิธีเรียกแบบอื่นอีก เช่น ไซส์ 9 ไซส์ 11 เป็นต้น ควรจำไว้ว่าตามปกติแล้วไซส์ 7 เท่ากับไซส์ S ไซส์ 9 เท่ากับไซส์ M ไซส์ 11 เท่ากับไซส์ L และไซส์ 13 เท่ากับไซส์ LL

การบอกขนาดเสื้อด้วยสัญลักษณ์ S M และ L เป็นวิธีที่ใช้ในประเทศอื่นๆ เช่นกัน แต่ถึงจะใช้สัญลักษณ์เดียวกันขนาดก็อาจต่างกันขึ้นอยู่กับประเทศ เช่น ไซส์ L ของอเมริกาจะเท่ากับไซส์ LL ของญี่ปุ่น ในทางตรงกันข้าม ไซส์ L ของจีนจะประมาณไซส์ S-M ของญี่ปุ่น

วิธีระบุขนาดกับเกณฑ์ที่ใช้กำหนดขนาดแตกต่างกันไปตามแต่ละประเทศ และยังขึ้นอยู่กับผู้ผลิตด้วย ร้านส่วนใหญ่จึงมักมี "ตารางเทียบขนาด" ติดไว้ เวลาจะซื้อเสื้อผ้าควรปรึกษาพนักงานของร้านและลองใส่ดูก่อน



シャツや上着などの服は、S、M、L を使ってサイズを表示するのが一般的です。小さいほうから、XS → S → M → L → LL (XL / 2L) → 3L (XXL) となります。また、スポーツウェアの場合、「O」というサイズを使うこともあります (「O」=「Over Large」= LL)。

女性服の場合は、S、M、L 以外にも 9 号、11 号などの号数で表示されることもあります。一般的に、7 号が S サイズ、9 号が M サイズ、11 号が L サイズ、13 号が LL サイズと覚えておくといでしょう。

S、M、L の表示は日本以外でも使われていますが、同じサイズでも、国によって大きさが異なります。例えばアメリカ製品の L サイズは、日本のサイズで言うと LL ぐらいに相当しますし、逆に中国製品の L サイズは、日本の S ~ M ぐらいに相当します。

サイズの表示方法や基準は、国によって違いますし、メーカーによっても異なります。たいていの店には「サイズ対照表」が置かれています。洋服を買うときは、お店の人に相談しながら試着してみることをおすすめします。

▶ ズボン/スカート/ボトムス กางเกง / กระโปรง / เสื้อผ้าท่อนล่าง

โดยทั่วไป ขนาดกางเกงนอกจากบอกเป็นขนาด S M และ L แล้วยังบอกขนาดเอวเป็นหลักเซนติเมตร ถ้าไม่รู้ขนาดเอวของตัวเอง ก็ขอให้ทางร้านวัดให้ได้ แต่ถ้าเป็นสินค้าจากต่างประเทศ เช่น ผลิตในอเมริกา อาจระบุเป็นนิ้วแทนเซนติเมตร

เวลาเลือกซื้อกางเกงตามขนาดเอว แต่ความยาวไม่พอดี สามารถให้ร้านปรับแก้ความยาวให้ได้ การปรับแก้ขนาดของเสื้อผ้านี้เรียกว่า ^{なおし} お直し ถ้าแก้ที่ร้านที่ซื้อ ส่วนใหญ่ไม่เสียค่าใช้จ่าย ส่วนจำนวนวันที่ใช้ในการแก้ไขขึ้นอยู่กับร้าน มีทั้งที่แก้ไขเสร็จในวันนั้นในวันนั้นเลย และที่ใช้เวลาหลายวัน ถ้าอยากแก้ขนาดเสื้อผ้ามีสองที่ซื้อมา ก็สามารถเอาไปที่ร้าน ^{なおし} お直しショップ ที่อยู่ในเมืองได้ แต่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

ズボンのサイズは、S、M、L を用いたサイズのほかに、ウエストのサイズを cm を使って表すことが一般的です。自分のウエストがわからない場合は、店で測ってもらえます。アメリカ製など海外の製品だと、cm の代わりに inch の数字が書かれていることがあります。

ズボンをウエストに合わせて買った丈の長さが合わないときは、裾の長さを直してもらいます。服のサイズを直すことを「お直し」といいます。買った店で直すときは無料で直してもらえることが多く、お直しにかかる日数は、その日にすぐできる場合もあれば、数日かかる場合もあり、店によって異なります。また、中古で買った服やズボンを直したい場合などは、町の「お直しショップ」に持ち込んで、有料で直すことができます。

▶ < รองเท้า

ขนาดของรองเท้าจะวัดความยาวจากปลายเท้าจนถึงสันเท้าและแสดงเป็นเซนติเมตร นอกจากนี้ ยังอาจระบุความกว้างของรองเท้าด้วย EE EEE หรือ EEEE เป็นต้น (ยิ่งจำนวน E มีมากเท่าใดก็แสดงว่ายิ่งกว้างขึ้นเท่านั้น)

くつのサイズは、つま先からかかとまでの長さを cm を使って表します。また、足の横幅を、EE、EEE、EEEE など で表すことがあります (E が多いほど幅が広いです)。

● 緊急時の電話番号 緊急時の電話番号 หมายเลขโทรศัพท์เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน

หมายเลขโทรศัพท์ที่ต้องจำให้ได้ขณะอยู่ญี่ปุ่น คือ หมายเลข 110 กับ 119 หมายเลข 110 ใช้ติดต่อตำรวจ เป็นสายด่วนที่ใช้โทรแจ้งตำรวจเวลาเกิดเหตุฉุกเฉิน เช่น ประสบเหตุร้ายเวลาเจอโจรผู้ร้าย ประสบอุบัติเหตุ (กรณีที่เกิดเองเป็นคนทำให้เกิดอุบัติเหตุ) เมื่อโทรไปที่หมายเลข 110 อันดับแรก จะถูกถามว่า "事件ですか? 事故ですか? (แจ้งเหตุอาชญากรรมหรืออุบัติเหตุ) ส่วนหมายเลข 119 เป็นเลขหมายของสถานีดับเพลิง ใช้โทรแจ้งได้ทั้งเมื่อเกิดเหตุไฟไหม้และเมื่อต้องการเรียกรถพยาบาล เวลาโทรไปที่หมายเลข 119 คำถามแรกที่จะถูกถามคือ 火事ですか? 救急ですか? (แจ้งเหตุไฟไหม้ หรือเรียกรถพยาบาล) ทั้งหมายเลข 110 และ 119 หลังจากเจ้าหน้าที่ถามข้อมูลว่า ตอนนี้อยู่ไหน เหตุเกิดเมื่อไร สถานการณ์ตอนนี้เป็นอย่างไรรแล้ว จะถามชื่อและเบอร์โทรศัพท์ติดต่อ ขอให้ตั้งสติตอบให้ดี

ในกรณีที่ไม่สบายมากแต่ไม่ถึงกับเป็นเหตุฉุกเฉิน และตัดสินใจไม่ได้ว่าควรเรียกรถพยาบาลหรือไม่ ในบางพื้นที่คุณสามารถโทรไปที่หมายเลข #7119 ซึ่งเป็นหมายเลขของ 救急安心センター (ศูนย์คลีคลายเหตุด่วน) เล่าสภาพการณ์ที่เป็นอยู่และขอคำปรึกษาได้ว่าควรเรียกรถพยาบาลหรือไม่ หรือควรไปโรงพยาบาลด้วยตนเอง

อนึ่ง การเรียกรถพยาบาลในญี่ปุ่นไม่เสียค่าใช้จ่าย



日本で必ず覚えておかねばならない電話番号は、「110」と「119」です。「110」番は、警察の電話番号です。泥棒などの被害に遭ったとき、事故に遭ったとき(自分で事故を起こしたとき)など、緊急に警察に連絡することが必要なとき、この番号にかけます。110 番に電話すると、はじめに「事件ですか? 事故ですか?」と聞かれます。「119」番は、消防署の電話番号で、火事のときと救急車を呼ぶときの両方に使われる番号です。119 番に電話すると、はじめに「火事ですか? 救急ですか?」と聞かれます。110 も 119 も、現在の場所、いつ起こったか、今どのような状況かなどを聞かれたあと、自分の名前と連絡先を言います。落ち着いて答えましょう。

体調が非常に悪いけれど、あまり緊急ではなく、救急車を呼んだほうがいいのか判断が難しい場合、一部の地域では「#7119」という番号にかけると、「救急安心センター」に繋がります。現在の状況などを話し、救急車を呼んだほうがいいのか、自分で病院に行ったほうがいいのかなどを、電話で相談できます。

なお、日本では救急車の利用は無料です。

● ポイントカード บัตรสะสมแต้ม

ポイントカード (บัตรสะสมแต้ม) เป็นบริการหนึ่งของร้านค้า เมื่อลูกค้าซื้อสินค้าในร้าน จะได้รับแต้มตามราคาของที่ซื้อ และสามารถนำแต้มมาแลกสินค้าหรือใช้แทนเงินสดตอนซื้อสินค้าได้ บัตรสะสมแต้มมีหลายชนิด บางชนิดสามารถใช้ร่วมกับร้านอื่นได้ เช่น T ポイントカード หรือ Ponta カード บางชนิดสามารถใช้ได้เฉพาะในร้านที่ออกบัตรให้เท่านั้น เช่น บัตรสะสมแต้มของร้านขายปลีกเครื่องใช้ไฟฟ้า ร้านหนังสือ เป็นต้น บัตรนี้มีทั้งแบบติดแถบแม่เหล็ก หรือแบบที่ใช้ประทับตราบนบัตรกระดาษ ส่วนใหญ่

เมื่อซื้อสินค้าราคา 100 เยน จะได้รับคืนกำไร 1 แต้ม (เท่ากับ 1 เยน) แต่บางครั้งร้านค้าจะจัดรายการลดราคา โดยให้แต้มสะสม 2 เท่า เมื่อซื้อสินค้าในช่วงเวลาที่กำหนด หรือซื้อสินค้าที่ร่วมรายการ



ポイントカードは、店で買い物をしたら、買った値段に応じてポイントがつき、あとからそのポイントを商品に交換したり、買い物のときにお金と同様に使ったりすることができるサービスです。「T ポイントカード」や「Ponta カード」のように、複数の店で共通して使えるポイントカードもあれば、家電量販店や本屋など、ある店が独自に発行し、その店でのみ使えるポイントカードもあります。ポイントカードは磁気的に処理されるものもあれば、紙のカードにスタンプを押す場合もあります。

多くのカードでは、100 円の買い物に対して 1 ポイント (1 円分) がつくぐらいの還元率ですが、ある期間だけ、また特定の商品だけ、ポイントが 2 倍になったりするセールが行われるときもあります。

● ショッピングセンターのインフォメーション カウンเตอร์ประชาสัมพันธ์ในศูนย์การค้า

ในศูนย์การค้าขนาดใหญ่จะมีเคาน์เตอร์ประชาสัมพันธ์ เจ้าหน้าที่เคาน์เตอร์ประชาสัมพันธ์จะคอยให้ข้อมูลทุกเรื่อง แก่ลูกค้าเกี่ยวกับสถานที่ให้บริการต่างๆ ภายในศูนย์การค้า นอกจากนี้ยังให้บริการให้ความสะดวกอื่นๆ แก่ลูกค้าของ ศูนย์การค้า เช่น ทำหน้าที่ติดต่อกับฝ่ายรักษาความปลอดภัยในกรณีที่มีเด็กหายหรือของหายด้วย

大型ショッピングセンターには、たいていインフォメーションデスクが設置されています。インフォメーションにいるスタッフは、各フロアや館内施設などについての客からのあらゆる問い合わせに対応します。また、警備室と連携して迷子や落とし物の対応もするなど、ショッピングセンターのおもてなしサービスを担っています。

● セール ลดราคา

กิจกรรมขายสินค้าแบบล้างสต็อกในราคาถูกกว่าราคาปกติตามในร้านขายเสื้อผ้า ร้านขายปลีกเครื่องใช้ไฟฟ้า ร้านเฟอร์นิเจอร์และร้านอื่นๆ เรียกว่า เซール หรือ บาร์เกิน ร้านค้าในญี่ปุ่นมักจัดรายการในเดือนมกราคมและกรกฎาคม ซึ่งเป็นเดือนถัดจากเดือนที่โบนัสออก นอกจากนี้ยังมีการลดราคาแบบอื่นๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับฤดูกาล เช่น ^{かいてん} 開店セール (ลดราคาฉลองเปิดร้าน) หรือ ^{へいてん} 閉店・^{かいそう} 改装セール (ลดราคาก่อนปิดกิจการ / ปรับปรุงร้าน) ข่าวสารเกี่ยวกับการลดราคานี้สามารถหาได้จากเว็บไซต์ของห้างหรือวารสารของชุมชน

衣料品店、家電量販店、家具店などで、普段の定価よりも安い価格で大量に売り出しをする催しを「セール」や「バーゲン」と言います。日本では、ボーナスが出たあとの1月と7月によく行われます。また、季節に関係なく、新しいお店がオープンするときの「開店セール」や、反対に閉店や改装に伴う在庫整理のための「閉店・改装セール」などもあります。セールやバーゲンについての情報は、店のサイトや地域のコミュニティ誌などで探することができます。

● デパートの特設フェア เทศกาลพิเศษในห้างสรรพสินค้า

ศูนย์การค้าและห้างสรรพสินค้าจะจัดงานออกบูธขายสินค้าประเภทต่างๆ ตลอดปี โดยรวบรวมสินค้าตามธีมของงานนั้นมาจำหน่ายในช่วงเวลาหนึ่ง งานที่จัดบ่อยคืองานแฟร์ ที่เรียกว่า ^{ぶつさんてん} 物産展 หมายถึง งานขายสินค้าที่รวบรวมผลิตผลขึ้นชื่อหรือโดดเด่นของแต่ละท้องถิ่น โดยเฉพาะพวกอาหารมาจำหน่าย เช่น ^{ほっかいどうぶつさんてん} 北海道物産展 (ฮอกไกโดแฟร์) ^{きゅうしゅうぶつさんてん} 九州物産展 (คิวชูแฟร์) และยังมีงานขายสินค้าที่รวบรวม ^{えきべん} 駅弁 (อาหารกล่องที่วางขายตามสถานีรถไฟ) ขึ้นชื่อจากทั่วประเทศ นอกจากนั้น ยังมีงานแฟร์ที่จัดเชื่อมโยงกับเทศกาลหรือโอกาสต่างๆ เช่น ^{ばんたインフェア} バレンタインフェア (วาเลนไทน์แฟร์) ในเดือนกุมภาพันธ์ ^{しんじゅうフェア} 新入学フェア (เทศกาลต้อนรับเปิดเทอม) ในเดือนเมษายน ^{はは ひ} 母の日ギフトフェア (เทศกาลของขวัญวันแม่) ในเดือนพฤษภาคม รวมถึงกิจกรรมที่จัดตามฤดูกาล เช่น ^{しんしゅんはつばい} 新春初売りフェア (งานจำหน่ายสินค้าประเดิมศักราชใหม่) ^{なつ} 夏のボーナスフェア (งานจำหน่ายสินค้าต้อนรับโบนัสฤดูร้อน) ^{あき} 秋の新作フェア (งานเปิดตัวผลิตภัณฑ์ใหม่ในฤดูใบไม้ร่วง) เป็นต้น



ショッピングモールやデパートなどでは、1年を通してさまざまな特設フェアを行っています。期間限定で、そのときのテーマに合わせた商品が集められます。特に、「北海道物産展」や「九州物産展」のように、食べ物を中心に、ある特定の地域の名物や特産物をそろえたフェアを「物産展」と呼び、よく開かれます。日本全国の有名駅弁を集めた物産展などもあります。また、2月の「バレンタインフェア」や、4月の入学式に向けた「新入学フェア」、5月の「母の日ギフトフェア」など、行事に合わせて開かれるフェアや、「新春初売りフェア」「夏のボーナスフェア」「秋の新作フェア」のように、季節に合わせて開かれるフェアもあります。

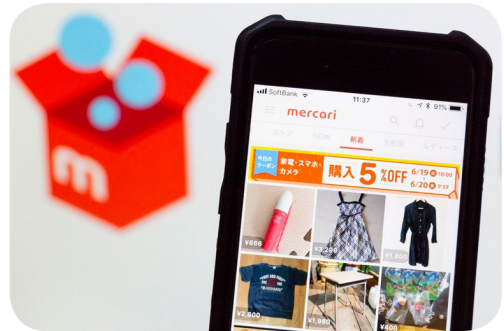
日本の生活
TIPS

● フリマサイト／フリマアプリ เว็บไซต์ตลาดนัดมือสอง / แอปพลิเคชันตลาดนัดมือสอง

フリマ ย่อมาจากคำว่า ฟรี-มาร์เก็ต ถ้าใช้บริการเว็บไซต์ของตลาดนัดของมือสอง (フリマサイト) หรือเว็บไซต์ประมูลของจำพวกเสื้อผ้า หนังสือ เครื่องใช้ไฟฟ้า จะซื้อสินค้ามือสองได้ในราคาถูก เว็บไซต์หลักที่ให้บริการประเภทนี้ ได้แก่ เมลคาลิ และ ヤクオフ เป็นต้น และสามารถใช้บริการผ่านแอปพลิเคชันในสมาร์ทโฟนหรือแท็บเล็ตได้ด้วย

เวลาต้องการขายของที่ไม่ใช้แล้ว ก็สามารถขายผ่านเว็บไซต์เหล่านี้ได้ ตอนจะขาย จะต้องลงทะเบียนสมัครสมาชิกก่อน แล้วจึงโพสต์รูป เขียนคำอธิบาย และตั้งราคาสินค้า แล้วกดปุ่ม 出品 (submit)

วิธีซื้อ รับสินค้า จ่ายเงิน หรือวิธีขายสินค้าของแต่ละเว็บไซต์จะแตกต่างกัน จึงต้องอ่านคำอธิบายให้ละเอียดก่อนใช้บริการ



「フリマ」は「フリーマーケット」の略です。服、本、電気製品など、インターネットのフリマサイトやネットオークションのサイトなどのサービスを使うと、中古の品物を安く買えます。こうしたサービスの代表的なものには、「メルカリ」や「ヤクオフ」などがあります。スマホやタブレットのアプリとしても提供されています。

いらなくなった品物を売りたいときも、これらのサービスを使って売ることができます。売るときは、会員登録をしたあと、品物の写真を撮り、説明文を書き、値段を決めて「出品」します。

品物の購入のし方、受け取り方、支払いのし方、出品のし方などは、それぞれのサービスによって異なりますので、説明をよく読んで利用しましょう。

● 値切り交渉 การต่อรองราคา

ในญี่ปุ่นแต่ละท้องถิ่นอาจแตกต่างกันบ้าง แต่โดยทั่วไปจะไม่ต่อรองราคาเวลาซื้อของในร้านค้า สินค้าในร้านแทบทุกชิ้นจะมีป้ายบอกราคาและซื้อขายตามราคาด้านนั้น

ยกเว้นเวลาซื้อเครื่องใช้ไฟฟ้าในร้านขายปลีกจะต้องต่อรองราคา ข้างป้ายราคาอาจมีข้อความเขียนว่า 他店より 1円でも高い場合はご相談ください (ถ้าแพงกว่าร้านอื่นแม้แต่เพียงเล็กน้อย สามารถเจรจากับเราได้) ในกรณีนี้ให้ลองต่อรองราคากับพนักงานโดยพูดว่า いくらになりますか? (จะได้ราคาเท่าไร) วิธีการที่ได้ผลดีคือให้ตรวจสอบราคาร้านอื่นจากอินเทอร์เน็ตเอาไว้แล้วเปิดจากสมาร์ทโฟนให้พนักงานดู

ในร้านขายปลีกเครื่องใช้ไฟฟ้า อาจต่อรองว่าจะให้แถมสะสม (เพื่อใช้ในการซื้อครั้งหน้า) แทนการลดราคา

日本では、地域などによって違いはありますが、基本的には店で値段を交渉する(値切る)ことは、あまりありません。店で売られているほとんどの品物には値段が書かれていて、その値段で売ります。

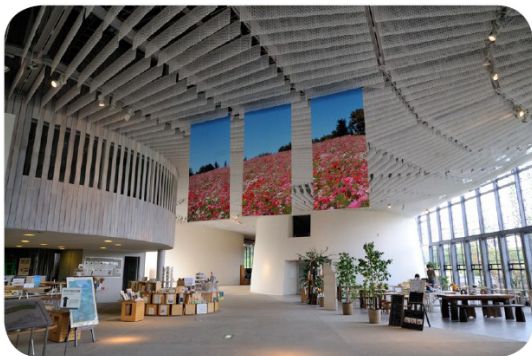
ただし、家電量販店で電気製品を買う場合は、例外的に、値切り交渉が前提となっています。店の値札の横に「他店より1円でも高い場合はご相談ください」のように書いてある場合もあります。こうした場合は、店員に「いくらになりますか?」などと言って、値段の交渉を試みましょう。他店での値段をネットで調べて、その場でスマホで示すと効果的です。

家電量販店では、値段を下げる代わりに、ポイントをつける(あとから買い物で使える)という交渉が行われる場合もあります。



日本の生活
TIPS● こうきょう ぶんかしせつ たいいくしせつ
公共の文化施設／体育施設

ศูนย์วัฒนธรรมชุมชนและศูนย์กีฬา



ในญี่ปุ่นมีศูนย์วัฒนธรรมแบบเดียวกับ さくらトピア ที่กล่าวถึง ในตัวบดตั้งอยู่ทั่วประเทศ ศูนย์เหล่านี้บริหารโดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น หมู่บ้าน ตำบล เมือง มีขนาดแตกต่างกัน โดยทั่วไปมักเป็นอาคารใหญ่ที่รวมทุกอย่างเอาไว้ หลักๆ ก็จะมีหอประชุมใหญ่ที่สามารถใช้จัดคอนเสิร์ตหรือการแสดง นอกจากนี้ยังมีหอสมุด พิพิธภัณฑ์ หอศิลป์ มุมแนะนำสถานที่ขึ้นชื่อหรือของดีประจำถิ่น มักจะใช้ชื่อว่า 文化センター (ศูนย์วัฒนธรรม) 文化会館 (หอวัฒนธรรม) 市民プラザ (ลานคนเมือง) เป็นต้น

นอกจากศูนย์วัฒนธรรมในแต่ละพื้นที่แล้ว ยังมีศูนย์กีฬาของชุมชน ซึ่งมักจะใช้ชื่อต่างๆ เช่น スポーツセンター (ศูนย์กีฬา) 市民体育館 (โรงยิมประชาชน) ประกอบด้วยโรงยิม สนามกีฬา สระว่ายน้ำ สนามฝึกศิลปะการต่อสู้ บางแห่งมีฟิตเนสและสถานอาบน้ำแช่ตัวด้วย ประชาชนในท้องถิ่นที่สามารถมาใช้บริการได้ในราคาถูก

ภายในศูนย์วัฒนธรรมและศูนย์กีฬา มีบริการโดบ้าง มีเงื่อนไขในการใช้บริการเป็นอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่กับแต่ละท้องถิ่นจะกำหนด แต่สถานที่เหล่านี้สร้างขึ้นเพื่อให้บริการแก่คนในพื้นที่ สามารถใช้บริการได้หลายวิธี ลองค้นหาคำว่าในชุมชนของคุณมีศูนย์บริการอะไรและจะใช้ประโยชน์ได้อย่างไรบ้าง



本文に出てきた「さくらトピア」のような、市町村などの自治体が運営する総合文化施設は、規模はさまざまですが、日本の各地にあります。このような公共の文化施設は、典型的には、音楽のコンサートや演劇の上演ができるホールを中心に、図書館、資料館、美術館、地域の名所や特産品などを紹介するインフォメーションコーナーなどが複合的に集まって、1つの大きな建物に入っています。「文化センター」「文化会館」「市民プラザ」などの名称がつけられています。

また、文化施設のほかに、公共の総合体育施設も各地にあります。こちらは「スポーツセンター」「市民体育館」など、さまざまな名称があります。体育館とグラウンド、プール、武道場などがあり、施設によってはジムや入浴施設が併設され、住民が安い利用料金で利用できる場所もあります。

文化施設も体育施設も、その中に何があるか、また利用するときにはどのような手続きが必要かなどは、市町村ごとに違いますが、地域の住民のために作られた公共施設なので、いろいろな方法で利用できます。自分の住む地域にどのような施設があり、どのように利用できるか、調べてみましょう。

● としょかん
図書館 หอสมุด

หอสมุดประชาชนในญี่ปุ่นมีทั้งที่บริหารโดยองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น หมู่บ้าน ตำบลหรือเมือง บริหารโดยจังหวัด และบริหารโดยรัฐ หอสมุดที่ใช้บริการได้ง่ายที่สุดในชีวิตประจำวัน คือ หอสมุดของหมู่บ้าน ตำบล หรือเมือง ซึ่งได้รวบรวมหนังสือไว้หลากหลายตามความสนใจของคนแต่ละวัยแต่ละพื้นที่ ทั้งยังมีหนังสือของนักเขียนยอดนิยมและหนังสือที่คนกล่าวขวัญถึงอีกด้วย



หอสมุดบางแห่งมีนิตยสาร หนังสือการ์ตูน และหนังสือที่เขียนด้วยภาษาต่างประเทศเช่นกัน หลายแห่งมีซีดีและดีวีดีด้วย สามารถยืมได้โดยไม่มีค่าใช้จ่าย หอสมุดที่สามารถใช้อินเทอร์เน็ตสืบค้นว่ามีหนังสืออะไรบ้างก็มีเพิ่มมากขึ้น บางแห่งจัดกิจกรรมต่างๆ เช่น กิจกรรมอ่านออกเสียง ฉายภาพยนตร์ ฯลฯ ถ้าจะใช้บริการหอสมุด โดยทั่วไปต้องลงทะเบียนทำบัตรสมาชิก เวลาที่จะไปใช้บริการครั้งแรก อย่าลืมนำบัตรประจำตัวที่ตรวจสอบที่อยู่ของคุณได้ติดตัวไปด้วย เช่น บัตรประจำตัวผู้พำนักชาวต่างชาติ ใบขับขี่ เป็นต้น

日本の公共図書館には、市町村立のもの、都道府県立のもの、国立のものなどがあります。日常的にいちばん気軽に利用できるのが、市町村立の図書館です。さまざまな年齢や背景の人が興味を持つ本を広く扱っていて、人気の作家や話題の本などもそろえています。

図書館には、雑誌やマンガ、外国語の本などを置いてあるところもあります。本だけではなく、CD や DVD などの映像資料を置いてあるところも多く、無料で借りることができます。どんな資料があるか、インターネットで検索できる図書館も増えました。朗読会や映画上映会などのイベントを開いている図書館もあります。

図書館を利用する場合は、利用登録をしてカードを作るのが一般的です。最初に利用するときは、在留カードや運転免許証など、住所が確認できる身分証明書を持っていくのを忘れないようにしましょう。

● やさしい日本語 にほんご ภาษาญี่ปุ่นแบบง่าย ๆ

やさしい日本語 にほんご หมายถึง ภาษาญี่ปุ่นที่ง่ายกว่าภาษาญี่ปุ่นทั่วไป โดยการใช้ตัวอักษร คำศัพท์ ไวยากรณ์แบบง่าย ๆ เพื่อให้ชาวต่างชาติที่ไม่ได้ใช้ภาษาญี่ปุ่นเป็นภาษาแม่สามารถเข้าใจได้ เช่น 火災が発生しました。避難してください。(เกิดเหตุเพลิงไหม้ขึ้น กรุณาหลบไปที่ปลอดภัย) ในภาษาญี่ปุ่นแบบง่าย ๆ จะพูดเพียง 火事です。逃げてください。(ไฟไหม้ หนีเร็ว)

ลักษณะเด่นของ ยะสาしい日本語 にほんご เช่น

- ◆ มีเสียงอ่านกำกับที่อักษรคันจิ ซึ่งเรียกว่า ふりがな หรือเขียนด้วยอักษรฮิระงานะ
- ◆ พยายามใช้คำศัพท์ง่าย ๆ ไม่ใช้ศัพท์ยาก ๆ
- ◆ ไม่ใช้ไวยากรณ์ยาก ๆ
- ◆ พยายามใช้ประโยคสั้น ๆ
- ◆ ไม่ใช้รูปยกย่องหรือถ่อมตน

やさしい日本語 にほんご จะใช้ในประกาศของทางการ เช่น ประกาศของหมู่บ้าน ตำบล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประกาศเตือนภัยพิบัติ อีกทั้งยังมีเว็บไซต์ข่าวที่ใช้ ยะสาしい日本語 にほんご ด้วย เนื่องจากชาวต่างชาติที่อาศัยในญี่ปุ่นใช้ภาษาหลากหลาย ประกาศของทางการจึงพยายามใช้ ยะสาしい日本語 にほんご ซึ่งเป็นภาษากลางที่ชาวต่างประเทศจำนวนมากเข้าใจได้

「やさしい日本語」は、日本語を母語としない外国人でも理解できるよう、文字や語彙、文法をコントロールして、普通の日本語よりも簡単にした日本語です。例えば、「火災が発生しました。避難してください。」は、「やさしい日本語」では「火事(かじ)です。逃(に)げてください。」のようになります。「やさしい日本語」の特徴には、

- ◆ 漢字にはふりがなを振る、またはひらがなで書く
- ◆ 難しいことばを使わず、できるだけ簡単な単語を使う
- ◆ 難しい文法を使わない
- ◆ できるだけ文を短くする
- ◆ 敬語を使わない

などがあります。

「やさしい日本語」は、市町村など公共のお知らせ、特に災害のときのお知らせなどに使われます。また、「やさしい日本語」で書かれたニュースサイトもあります。日本に住む外国人の母語はさまざまなので、できるだけ多くの外国人が理解できる共通語として、「やさしい日本語」が使われるようになってきています。

日本の生活
TIPS

● クリーニングサービス サービスの種類



เวลาจะส่งเสื้อผ้าไปซัก จะต้องนำเสื้อผ้าไปฝากไว้ที่ร้านด้วยตัวเอง และเมื่อถึงวันที่ซักเสร็จ ก็ต้องไปรับเอง ราคามีหลากหลายขึ้นอยู่กับร้านและพื้นที่ เสื้อผ้าที่ใช้ในชีวิตประจำวัน อย่างเสื้อเชิ้ตสีขาวหรือกางเกง ประมาณชิ้นละไม่กี่ร้อยเยน ส่วนชนิดพิเศษซึ่งซักเองที่บ้านไม่ได้ เช่น เสื้อหนัง เสื้อขนสัตว์แคชเมียร์ เสื้อขนเป็ด กิโมโน ฯลฯ ค่าซักหลายพันเยน จำนวนวันที่ใช้ก็แตกต่างกันแล้วแต่ชนิดของเนื้อผ้า ถ้าเป็นเสื้อเชิ้ตธรรมดาใช้เวลาประมาณ 2-3 วัน บางร้านมีบริการซักเสร็จในวันเดียวที่เรียกว่า 即日仕上げ

ร้านซักรีด มีบริการอื่นๆ นอกเหนือจากรับซักเสื้อผ้าด้วย บางร้านรับทำความสะอาดรองเท้า กระเป๋า และตุ๊กตาดักฝุ่นด้วย บางร้านรับปรับขนาดเสื้อผ้าที่ใส่ไม่ได้แล้ว ระยะเวลาหลังนี้ยังมีบริการหลากหลายมากขึ้น เช่น บางร้านมีบริการให้ยืมฟูกหรือรับฝากเสื้อโค้ตหรือเสื้อผ้าฤดูหนาวในช่วงที่ไม่จำเป็นต้องใช้ก็มี

クリーニングを出すときは、服を自分でクリーニング店に持って行って預け、できあがった日に取りに行きます。値段は店や地域によってさまざまですが、ワイシャツやズボンなどの日常の服は数百円ぐらい、レザーやカシミア、ダウン、着物など、家では洗えない特殊なものは、数千円ぐらいです。クリーニングにかかる日数も種類によって違いますが、普通のシャツならだいたい2-3日でできます。その日のうちに仕上がる「即日仕上げ」のサービスがある店もあります。

クリーニング店では、多様なサービスも行っています。衣類だけでなく、くつやバッグ、ぬいぐるみなどのクリーニングを行っている店もありますし、サイズが変わって着られなくなってしまった服をリフォームしてくれる店もあります。最近ではさらにサービス内容が多様化してきており、布団の貸し出しや、冬にしか着ないコートなどを一定期間保管してくれるサービスなどを行っている店もあります。

● たくはいびん 宅配便 サービス送ของถึงบ้าน

たくはいびん 宅配便 คือ บริการส่งของที่สามารถส่งให้ได้แทบทุกแห่งถ้าอยู่ในญี่ปุ่น บริการด้านนี้ของญี่ปุ่นจะส่งของถึงเร็วและไม่ผิดพลาด ทำให้มีคนใช้บริการจำนวนมาก สามารถใช้ได้หลายโอกาส เช่น ส่งกระเป๋าเดินทางจากสนามบินไปที่บ้านเมื่อกลับถึงญี่ปุ่น ส่งของฝากที่ซื้อระหว่างท่องเที่ยวไปที่บ้าน หรือให้ไปรับของที่สั่งซื้อทางแอปพลิเคชันของตลาดนัดมือสองตามที่ปรากฏในตัวอย่าง เวลาจะใช้บริการนี้ จะต้องนำของไปที่ร้านสะดวกซื้อ หรือถ้ามีศูนย์รับสินค้าของบริษัทส่งของอยู่ใกล้บ้าน ก็อาจนำของไปส่งที่นั่นได้ ตอนส่งสามารถเลือกได้ว่าจ่ายค่าส่งตอนส่งของ หรือตอนรับของ ค่าส่งขึ้นอยู่กับขนาดของของและระยะทาง และยังสามารถกำหนดวันเวลาที่ต้องการให้ของถึงที่หมายได้ด้วย



ตอนรับของ ถ้าไม่มีผู้รับ คนที่มาส่งของจะทิ้ง ふざいつち 不在通知 (ใบแจ้งรับ) ไว้ในตู้จดหมาย เมื่อได้รับใบแจ้งนี้แล้ว เราสามารถกำหนดวันเวลาส่งใหม่ได้ โดยอาจแจ้งทางโทรศัพท์ หรือแจ้งทางออนไลน์ก็ได้ นอกจากขอให้มาส่งอีกครั้งแล้ว ยังอาจเปลี่ยนให้ไปส่งที่ที่ทำงาน หรือร้านสะดวกซื้อใกล้บ้านก็ได้ด้วย

宅配便は、日本国内ならほとんどの場所に荷物を送ることができるサービスです。正確に早く荷物が届く日本の宅配便のサービスは、多くの人に利用されています。海外から日本に戻ったとき空港から自宅へ荷物を送ったり、旅行先で買ったお土産を直接家に送ったり、フリマアプリで買った商品の受け渡しに利用したりと、使い方はさまざまです。

宅配便を送る場合は、本文のように、コンビニに荷物を持ち込むのが普通です。近くに宅配業者のサービスステーションがある場合は、そこに持ち込むこともできます。荷物を送るときは、着払いか元払いを選びます。送料は、大きさと距離によって違います。また、送るときに、相手が受け取る日にちと時間を指定することができます。

宅配便を受け取るときに不在だった場合、「不在通知」が郵便受けに入れられます。これを見て、再配達の日時を指定します。電話をかけてもいいですし、インターネットで申し込むこともできます。また、自宅に再配達してもらう以外にも、職場に転送したり、近くのコンビニで受け取る設定にしたりすることもできます。

● リはつてん 理髪店 / びよういん 美容院

理髪店 / 美容院

在ญี่ปุ่น理髪店は2種類に分かれます。理髪店（理髪店）と床屋さん（理髪店）。違いは法律の違いですが、利用者の立場として、それほど区別する必要はありません。

理髪店（理髪店）は、日常のことは「床屋さん」と呼ばれます。ほかに「理容室」「散髪屋」などの言い方もあります。店の外に、赤、青、白の「サインポール」が出ているのが目印です。理髪店は美容院と違って、カットやシャンプーだけでなく、顔剃りができるのが特徴です。理髪店の客層の中心は男性ですが、女性が利用することもできます。一般的には予約なしで行きます。

美容院（美容室）は、シャンプー、カット、カラーリング、パーマだけではなく、ネイル、ヘッドスパ、マッサージ、浴衣や着物の着付けなどを行っている店もあります。客層の中心は女性ですが、美容院で髪を切る男性もたくさんいます。

理髪店や美容院でカットするときの値段は、店によってさまざまです。理髪店の場合、個人経営の店の場合は、1回3,000～4,000円ぐらいが一般的です。駅前や商店街などにある比較的規模の大きな理髪店では、1,500円～2,000円ぐらいでカット、シャンプー、顔剃りまでできる場所もあります。美容院は、カットのみの場合、だいたい1回2,000円～6,000円ぐらいですが、有名な美容師がいる店などは10,000円以上する場合もあります。

最近では、1回10分ぐらいの短時間で簡単にカットだけしてくれる理髪店や、カット・カラー専門の美容院も増えています。シャンプーをしない代わりに、1回1,000円程度の安い値段でカットしてもらうことができます。こうした店は、駅の中やスーパーの中、商店街などにあります。

理髪店や美容院の利用手順は、店により、髪型によりさまざまですが、代表的なものを以下に示します。

日本で髪を切るところは、大きく分けて「理髪店」と「美容院」に分けられます。違いは管轄する法律の違いですが、利用者の立場として、それほど区別する必要はありません。

理髪店は、日常のことは「床屋さん」と呼ばれます。ほかに「理容室」「散髪屋」などの言い方もあります。店の外に、赤、青、白の「サインポール」が出ているのが目印です。理髪店は美容院と違って、カットやシャンプーだけでなく、顔剃りができるのが特徴です。理髪店の客層の中心は男性ですが、女性が利用することもできます。一般的には予約なしで行きます。

美容院（美容室）は、シャンプー、カット、カラーリング、パーマだけではなく、ネイル、ヘッドスパ、マッサージ、浴衣や着物の着付けなどを行っている店もあります。客層の中心は女性ですが、美容院で髪を切る男性もたくさんいます。

理髪店や美容院でカットするときの値段は、店によってさまざまです。理髪店の場合、個人経営の店の場合は、1回3,000～4,000円ぐらいが一般的です。駅前や商店街などにある比較的規模の大きな理髪店では、1,500円～2,000円ぐらいでカット、シャンプー、顔剃りまでできる場所もあります。美容院は、カットのみの場合、だいたい1回2,000円～6,000円ぐらいですが、有名な美容師がいる店などは10,000円以上する場合もあります。

最近では、1回10分ぐらいの短時間で簡単にカットだけしてくれる理髪店や、カット・カラー専門の美容院も増えています。シャンプーをしない代わりに、1回1,000円程度の安い値段でカットしてもらうことができます。こうした店は、駅の中やスーパーの中、商店街などにあります。

理髪店や美容院の利用手順は、店により、髪型によりさまざまですが、代表的なものを以下に示します。

▶ 理髪店の利用法 りはつてん りようほう 理髪店の利用法

1. ไปที่ร้าน นั่งในที่นั่งรอ (ถ้าไม่มีคนรออยู่ก่อน จะได้ตัดเลย) เมื่อถึงคิวช่างจะเรียกจากนั้นให้ไปนั่งที่เก้าอี้ตัดผม

理髪店に行き、待合席に座ります (待っている人がいない場合は、すぐに呼ばれます)。自分の番になったら呼ばれますので、いすに行って座ります。

2. บอกช่างว่าอยากตัดผมทรงไหน ความยาวเท่าใด ใช้ปัตตาเลี่ยนหรือไม่ จากนั้นช่างจะตัดผมให้

どのような髪型にしたいか、具体的な長さや、バリカン使用の有無などを伝え、カットしてもらいます。

3. เมื่อตัดเสร็จ ช่างจะสระผมให้ ร้านตัดผมส่วนใหญ่จะติดอ่างล้างหน้าไว้หน้าเก้าอี้ตัดผม ลูกค้านั่งก้มศีรษะโน้มตัวไปข้างหน้าเพื่อสระผม

カットが終わったら、シャンプーをします。理髪店に多いのは、洗面台がいすの前にあり、前屈みになって下を向いてシャンプーをするスタイルです。

4. ถ้าจะโกนหนวด หลังจากสระผมเสร็จ ช่างจะเอนพนักเก้าอี้ไปข้างหลัง แล้ววางผ้าขนหนูร้อนบนใบหน้า หลังจากนั้นก็ใช้มีดโกนโกนหนวด เมื่อโกนหนวดเสร็จช่างก็จะปรับพนักเก้าอี้คืนตำแหน่งเดิม

顔剃りをする場合は、このあといすの背が倒され、顔に熱いタオルが置かれます。そのあと、カミソリを使って髭を剃ります。顔剃りが終わったら、いすの背が元に戻されます。

5. ช่างจะใช้ที่เป่าผมเป่าผมให้แห้ง แล้วตกแต่งทรงผมให้เข้าที่

ドライヤーで髪を乾かし、セットします。

6. เมื่อเสร็จแล้วก็ไปจ่ายเงินที่โต๊ะแคชเชียร์ บางร้านอาจให้บัตรสะสมแต้มด้วย

終わったら、会計に行って、お金を払います。ポイントカードをくれる店などもあります。

在ร้านที่ตัดผมอย่างเดียว เมื่อตัดผมเสร็จ ช่างจะใช้อุปกรณ์คล้ายเครื่องดูดฝุ่น ดูดเศษผมที่ติดอยู่บนศีรษะออก สำหรับการจ่ายเงิน บางร้านจะใช้ระบบให้ลูกค้าซื้อตั๋วที่เครื่องขายตั๋วตอนเข้าร้าน และยื่นตั๋วให้ช่างตอนจะตัดผม

カットのみの店の場合は、カットのあと、掃除機のようなもので頭についた髪の毛を吸い取ります。また会計も、店に入ったときに券売機でチケットを買い、髪を切るときに理髪師にチケットを渡す方式の店もあります。

▶ 美容院の利用法 びよういん りようほう 美容院の利用法

1. จองล่วงหน้าทางโทรศัพท์หรือทางออนไลน์ ร้านที่ไม่ต้องจองล่วงหน้าก็มีแต่อาจต้องรอนาน ดังนั้นจึงควรจองล่วงหน้าก่อนไป

事前に電話かネットで予約をします。予約なしでできる店もありますが、長い時間待たされることがあるので、予約してから行くといいいでしょう。

2. ไปที่ร้านตามเวลานัด แจ้งชื่อกับพนักงานรับลูกค้า ในกรณีที่ไปเป็นครั้งแรก อาจต้องกรอกชื่อและที่ติดต่อในแบบฟอร์มของร้านเพื่อทำประวัติลูกค้า

予約の日時に、美容院に行きます。受付スタッフに名前を伝えます。はじめて行く美容院の場合、カルテを作るために、フォームに名前や連絡先などを記入することもあります。



3. เมื่อพนักงานพาไปยังที่นั่งแล้ว ให้แจ้งกับช่างว่าต้องการทำผมทรงไหน ถ้ามีทรงผมที่ต้องการตัดอยู่ในใจ ก็นำรูปไปอธิบายด้วยก็ยิ่งดี

席に案内されたら、美容師にどんな髪型にしたいか伝えます。具体的なイメージがある場合は、写真などを持って行って説明するといでしょう。

4. หลังจากเลือกทรงผมได้แล้ว พนักงานจะพาไปยังเตียงสระผม (บางร้านอาจไม่สระผมให้ลูกค้าก่อนตัดผม)

髪型が決まったら、まずシャンプー台に案内されますので、シャンプーをします（カットの前のシャンプーをしない美容院もあります）。

5. กลับมายังที่นั่งแล้วเริ่มตัดผม ถ้าลูกค้าตัดผมหรือย้อมผมซึ่งกินเวลานาน บางร้านจะนำนิตยสารหรือเครื่องดื่มมาให้หลังตัดผมแล้ว บางร้านอาจสระผมให้ลูกค้าอีกครั้ง

カット台に戻り、カットをします。時間のかかるパーマやカラーリングの場合、雑誌や飲み物を持ってきてくれることもあります。カットのあと、もう一度シャンプーをすることもあります。

6. หลังจากเป่าผมจนแห้งแล้ว ช่างจะนำกระจกมาให้ตรวจสอบทรงผมที่ทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว

髪をドライヤーで乾かしたら、鏡で仕上がりを確認します。

7. เมื่อเสร็จแล้ว ลูกค้าจะไปจ่ายเงินที่เคาน์เตอร์ ช่างบางคนจะให้นามบัตรลูกค้าเอาไว้ ถ้าถูกใจฝีมือช่าง จะตัดครั้งต่อไปจะได้ระบุชื่อช่างตอนจอง

終わったら、受付で会計をします。担当美容師の名刺をくれることもあります。美容師が気に入ったら、次に来るときに予約で指名します。

がいこくじん ち こうきょう

● 外国人向けの公共サービス บริการของรัฐสำหรับชาวต่างชาติ

เนื่องจากมีชาวต่างชาติอาศัยอยู่ในญี่ปุ่นเพิ่มมากขึ้น องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นแต่ละแห่งจึงจัดหาวิธีต่างๆ เพื่อให้คนต่างวัฒนธรรมสามารถอยู่ร่วมกันได้ บางแห่งจัดตั้ง がいこくじん そうだん 外国人相談センター (ศูนย์รับปรึกษาปัญหาสำหรับชาวต่างชาติ) รับปรึกษาปัญหาเกี่ยวกับการใช้ชีวิต ขั้นตอนการยื่นเอกสารเรื่องต่างๆ เป็นต้น โดยสามารถปรึกษาด้วยภาษาหลากหลาย ศูนย์ฯ บางแห่งจัดการประชุมร่วม 3 ฝ่ายโดยให้ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านมาร่วมให้คำปรึกษาสำหรับปัญหาที่ต้องใช้ความรู้เฉพาะทาง เช่น กฎหมาย สังคมสงเคราะห์ การยื่นเรื่องขออาศัยอยู่ในญี่ปุ่น ฯลฯ ร่วมกับล่าม องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นบางแห่งยังขอให้อาสาสมัครทำหน้าที่เป็นตัวกลางแจ้งข้อมูล กฎระเบียบแก่ชาวต่างชาติ และถ่ายทอดความคิดเห็น ความต้องการของชาวต่างชาติให้แก่องค์กรอีกด้วย ดังนั้น ควรหาข้อมูลเกี่ยวกับบริการต่างๆ สำหรับชาวต่างชาติในพื้นที่ที่อยู่และเลือกใช้บริการเพื่อประโยชน์ของตนเอง



日本国内に在住する外国人の増加を受けて、各地方自治体では多文化共生のためのさまざまな取り組みを行っています。「外国人相談センター」のような名称で、多言語での相談窓口を設けている自治体も多くあります。

相談窓口では、生活上困っていることやさまざまな手続きのし方などについて、外国語で相談することができます。法律や福祉、在留手続きなどに関する専門的な相談については、各専門機関と通訳との三者通話ができるようになっていところもあります。また、民間のボランティアに委嘱して、外国人住民に行政情報や生活ルールを伝えたり、外国人住民からの意見や要望を自治体に伝達したりする橋渡し役を活用している自治体もあります。日本に住むときは、ぜひ自分が住む地域の外国人向け公共サービスについて調べて、有効利用してください。

日本の生活
TIPS

● クールビズ “Cool Biz”

在ญี่ปุ่น 由ปกติพนักงานบริษัทที่ทำงานในสำนักงานจะต้องใส่เสื้อนอก ผูกเนคไทมาโดยตลอด แม้ในช่วงอากาศร้อนในฤดูร้อนก็ตาม แต่ตั้งแต่ปี ค.ศ. 2005 เป็นต้นมา กระทรวงสิ่งแวดล้อมได้เริ่มแคมเปญชื่อ “Cool Biz” ที่ส่งเสริมให้ตั้งอุณหภูมิเครื่องปรับอากาศที่ 28 องศาและให้ทุกคนแต่งตัวด้วยเสื้อผ้า เนื้อบาง เพื่อลดก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ ซึ่งเป็นมาตรการลดโลกร้อน ระยะเวลาที่จัดแคมเปญนี้อยู่ในระหว่างเดือนมิถุนายนถึงเดือนกันยายน ในช่วงเวลานี้ พนักงานจะใส่เสื้อเชิ้ตแขนสั้นมาทำงานได้ ไม่ต้องใส่เสื้อนอก ไม่ต้องผูกเนคไท บางคนใส่เสื้อเชิ้ตฮาวายหรือเสื้อเชิ้ตแขนสั้นแบบดั้งเดิมของโอกินาวา ชื่อ คาริゆしウェア



日本では長年、オフィスワークをする会社員は、暑い夏の時期でもジャケットとネクタイを着用することが普通でした。しかし、温暖化対策でCO₂を削減する目的のため、2005年ごろから環境省が中心となって、冷房の設定温度を28度にして衣服の軽装化を推奨する「クールビズ」のキャンペーンを始めました。クールビズの期間はだいたい6月から9月の間で、この間はジャケットを着ないで、半袖シャツとノーネクタイで仕事をします。アロハシャツや、沖縄の伝統的な半袖シャツである「かりゆしウェア」で仕事をする人もいます。

● レジ袋とマイバッグ ถุงพลาสติกหูหิ้ว กับ ถุงส่วนตัว



ก่อนหน้านี้เวลาซื้อของตามร้านในญี่ปุ่น ลูกค้าน่าจะได้รับถุงพลาสติกหูหิ้ว โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย แต่ตั้งแต่เดือนกรกฎาคม ปี ค.ศ. 2020 เป็นต้นมา ลูกค้าต้องจ่ายเงิน ไม่ใช่แค่ถุงพลาสติกในซูเปอร์มาร์เก็ต ร้านสะดวกซื้อ ร้านขายยา หรือห้างสรรพสินค้าเท่านั้น แต่ถุงพลาสติกที่ได้รับเวลาซื้อของจากร้านเล็กๆ หรือถุงใส่อาหารที่น่ากลับมากินที่บ้านก็อยู่ในข่ายทั้งสิ้น เหตุที่ให้ลูกค้าจ่ายเงินค่าถุงพลาสติกนี้ ก็เพราะหวังว่า การลดปริมาณถุงจะช่วยหยุดยั้งมลภาวะในทะเล ลดก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ และลดปริมาณการใช้น้ำมันดิบได้

นอกจากนี้ ยังสนับสนุนให้ทุกคนพก ไม้แบ็ก หรือถุงใส่ของที่นำไปเองแทนการใช้ถุงพลาสติก ถุงที่แต่ละคนพกไปเองนั้นสามารถใช้ซ้ำๆ ได้หลายครั้ง จึงเรียกว่า ไม้แบ็ก (my bag : ถุงส่วนตัว) บ้างエコแบ็ก (eco bag : ถุงรักษ์โลก) บ้าง การพก ไม้แบ็ก ไม่ใช่ถุงพลาสติก เวลาซื้อของจะช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม ดังนั้นเวลาไปซื้อของ จึงควรพก ไม้แบ็ก ไปด้วย

日本ではこれまで、プラスチック製のレジ袋は買い物をしたときに無料でもらえることが多かったのですが、2020年7月から有料化が義務づけられました。これは、スーパー、コンビニ、ドラッグストア、デパートなどはもちろんのこと、個人の小さな店や外食の持ち帰りもすべて対象になります。レジ袋の有料化によりプラスチックごみを減らすことで、海洋汚染の抑制、CO₂の削減、石油の消費量の節約などが期待されています。

有料のレジ袋の代わりに、自分で買い物袋を持参することが推奨されています。くり返し使える自分の買い物袋は、「マイバッグ」あるいは「エコバッグ」と呼ばれます。買い物にマイバッグを持参し、レジ袋を使わないことで、環境保護につながります。買い物には、マイバッグを持って行くようにしましょう。

● ごみの分別 さんべつ การคัดแยกขยะ

ในแทบทุกท้องที่ในญี่ปุ่น จะเก็บขยะตามประเภทของขยะ เวลาทิ้งขยะในถังขยะที่วางอยู่ตามสถานีรถไฟหรือศูนย์การค้า ก็ต้องทิ้งตามประเภทขยะเช่นกัน วิธีแบ่งแยกประเภทขยะในแต่ละท้องที่อาจแตกต่างกันบ้าง แต่ส่วนใหญ่แยกประเภทดังนี้

- ◆ ขยะเผาได้ เรียกว่า 燃えるごみ หรือ 燃やすごみ หรือ 可燃ごみ
- ◆ ขยะเผาไม่ได้ เรียกว่า 燃えないごみ หรือ 燃やさないごみ หรือ 不燃ごみ
- ◆ ขยะรีไซเคิล เรียกว่า 資源ごみ
- ◆ ขยะขนาดใหญ่ เรียกว่า 粗大ごみ

โดยทั่วไป รถเก็บขยะจะมาเก็บขยะเผาได้สัปดาห์ละ 2 ครั้ง เก็บขยะเผาไม่ได้สัปดาห์ละครั้งหรือ 2 สัปดาห์ครั้ง ขยะรีไซเคิล เก็บสัปดาห์ละครั้งเช่นกัน

燃えるごみ (ขยะเผาได้) ได้แก่ ขยะสด กระดาษ เศษไม้ พลาสติก โฟม ผลิตภัณฑ์จากยาง เครื่องหนัง ฯลฯ 燃えないごみ (ขยะเผาไม่ได้) ได้แก่ แก้ว โลหะ เซรามิค ฯลฯ การแบ่งแยกว่า ขยะใดเป็นขยะเผาได้หรือเผาไม่ได้ ในแต่ละท้องที่อาจแตกต่างกันได้ จึงต้องระวัง

資源ごみ (ขยะรีไซเคิล) คือ ขยะที่นำไปใช้ใหม่ได้ เช่น ขวด กระป๋อง ขวดเพ็ท กระดาษใช้แล้ว (หนังสือพิมพ์ นิตยสาร กระดาษแข็ง กล่องกระดาษ เป็นต้น) บางท้องที่อาจแบ่งประเภทขยะรีไซเคิลย่อยลงมาอีก เช่น ต้องแยกทิ้งขวดเพ็ท กระป๋อง สแตนเลส กระป๋องอลูมิเนียม ขวดแก้วใส ขวดแก้วสี ในถังขยะคนละใบ ระยะเวลาทิ้ง ขูเปอร์มาร์เก็ตขนาดใหญ่บางแห่งจะเตรียมกล่องสำหรับทิ้งขยะรีไซเคิลตามประเภทไว้ สามารถนำขยะไปทิ้งได้

粗大ごみ หมายถึง ขยะที่มีขนาดใหญ่ ไม่สามารถใส่ในถุงขยะได้ เช่น เครื่องเรือน รถจักรยาน ฟูกที่นอน พรม ฯลฯ ขยะขนาดใหญ่นี้ไม่สามารถทิ้งพร้อมกับขยะอื่นได้ ต้องแจ้งให้พนักงานมาเก็บต่างหากโดยเสียค่าใช้จ่าย วิธีแจ้งให้มาเก็บ ขยะขนาดใหญ่ นอกจากใช้วิธีโทรศัพท์แจ้งเหมือนที่ปรากฏในดวงบทแล้ว มีหลายท้องที่ที่มีบริการรับแจ้งทางออนไลน์ด้วย นอกจากนี้ เครื่องใช้ไฟฟ้า เช่น เครื่องซักผ้า โทรทัศน์ เครื่องปรับอากาศ ตู้เย็น เครื่องปั่นผ้า หรือ คอมพิวเตอร์ จะไม่สามารถทิ้งเป็นขยะได้ ต้องติดต่อให้ร้านค้ามารับคืน



วิธีทิ้งขยะแบบนี้ แม้แต่สำหรับคนญี่ปุ่น ก็รู้สึกว่ายากซับซ้อน เป็นเรื่องที่ทำให้เกิดปัญหากับเพื่อนบ้านได้ง่าย บางท้องที่จึงทำคู่มือวิธีทิ้งขยะแจกจ่ายให้กับทุกครัวเรือนผ่านคณะกรรมการชุมชน และมีคำอธิบายวิธีการทิ้งขยะในโฆษณาของท้องที่ด้วย ทั้งหมดนี้มีคู่มือภาษาต่างประเทศด้วย เราทุกคนควรรักษาการทิ้งขยะ เพื่อจะได้ใช้ชีวิตในญี่ปุ่นได้อย่างราบรื่น และสบายใจ

日本のほとんどの自治体では、ごみは分別収集されています。駅やショッピングセンターなどにある公共のごみ箱も、ごみの種類ごとに分別して捨てるようになっています。ごみの分別のし方は自治体によってさまざまですが、おおまかな分け方としては、

- ◆ 燃えるごみ（「燃やすごみ」「可燃ごみ」ともいいます）
- ◆ 燃えないごみ（「燃やさないごみ」「不燃ごみ」ともいいます）
- ◆ 資源ごみ
- ◆ 粗大ごみ

などがあります。

ごみ収集車が回収に来るのは、「燃えるごみ」は週に2回、「燃えないごみ」は週に1回か2週間に1回、「資源ごみ」は週に1回ずつが一般的です。

「燃えるごみ」は、生ごみ、紙・木くず、プラスチック類、発砲スチロール、ゴム製品、革製品など、「燃えないごみ」は、ガラス類、金属類、陶磁器類などです。「燃える」「燃えない」の区別は自治体によって違うことがあるので注意が必要です。

「資源ごみ」は、びん、缶、ペットボトル、古紙（新聞、雑誌、段ボール、紙パックなど）のような、リサイクルが可能なごみです。自治体によっては「資源ごみ」を「ペットボトル」「スチール缶」「アルミ缶」「透明なびん」「色がついたびん」など、さらに細かく分類して捨てなければならないこともあります。最近では大手スーパーなどが回収ボックスを設けていて、そこで捨てられる場合もあります。

粗大ごみは、ごみ袋に入らないような大きなごみのことで、家具や自転車、布団、じゅうたんなどです。粗大ごみは定期的なごみ収集では引き取ってもらえず、有料での引き取りを個別に申し込まなければならないことがほとんどです。粗大ごみを申し込む場合は、本文のように電話で申し込むほか、インターネットで受け付けをしている自治体も多くなっています。また、洗濯機、テレビ、エアコン、冷蔵庫、衣類乾燥機などの家電製品、およびパソコンは、粗大ごみとして捨てることができず、店や業者に回収してもらう必要があります。

ごみの捨て方は日本人にとっても複雑で、近所トラブルにつながりやすい問題です。自治体ではごみの捨て方マニュアルを作成して、町内会を通じて各家に配布していますし、自治体のホームページでも説明が見られます。外国語のマニュアルも作成しています。日本で気持ちよく暮らすためには、ごみの捨て方ルールを守ることが大切です。

日本の生活
TIPS

● しぜんさいがい 自然災害とハザードマップ ภัยธรรมชาติ กับ แผนที่แสดงความเสี่ยงจากภัยธรรมชาติ

ในญี่ปุ่นมีภัยธรรมชาติหลายอย่าง เช่น ใต้ฝุ่น แผ่นดินไหว สึนามิ หิมะตกหนัก แต่ละพื้นที่มีภัยธรรมชาติต่างชนิดกัน เราสามารถตรวจสอบว่าพื้นที่ใดมีภัยธรรมชาติแบบไหนได้จาก ハザードマップ (แผนที่แสดงความเสี่ยงจากภัยธรรมชาติ) ซึ่งแต่ละพื้นที่จัดทำขึ้น ในแผนที่นี้มีทั้งแผนที่คาดการณ์ว่า ถ้าเกิดภัยธรรมชาติในพื้นที่นั้น บริเวณใดจะได้รับอันตรายระดับใด และระบุสถานที่หลบภัยและเส้นทางอพยพไว้ด้วย แผนที่นั้นนอกจากมีแจกที่สำนักงานเขตแล้ว ยังสามารถดาวน์โหลดได้จาก เว็บไซต์ของพื้นที่หรือชุมชนนั้น ๆ ด้วย หรือค้นหาจาก ハザードマップポータルサイト (Hazard Map Web Portal) ของ 国土交通省 (กระทรวงที่ดิน สาธารณูปโภค คมนาคม และการท่องเที่ยว) ระหว่างอยู่ในญี่ปุ่น ควรตรวจสอบว่าพื้นที่ที่ตนเองอาศัยอยู่นั้น มีโอกาสจะเกิดภัยธรรมชาติได้บ้าง ควรเตรียมตัวรับมืออย่างไร ถ้าเกิดภัยธรรมชาติขึ้นแล้วจะอพยพไปอยู่ที่ไหนได้บ้าง

日本では、地域によっても異なりますが、台風、地震・津波、大雪などの自然災害が発生することがあります。それぞれの地域でどのような自然災害が起きやすいかは、地方自治体が作成している「ハザードマップ」で調べることができます。ハザードマップには、その地域で自然災害が起きた場合、どのエリアでどの程度の被害が生じるかを予想した地図と、避難場所や避難経路などが記されています。ハザードマップは役所などで配布されているほか、各自治体のサイトからもダウンロードできますし、国土交通省の「ハザードマップポータルサイト」でも調べることができます。日本に住む場合は、自分の住む地域でどんな災害が起こる可能性があるか、そのために、どんな準備をしておいたらいいか、災害が起きたときはどこへ避難したらいいかなど、確認しておきましょう。

● ひじょうも だ ぶくろ ぼうさい 非常持ち出し袋と防災グッズ ฉุกเฉินและอุปกรณ์ที่ใช้เมื่อเกิดภัยธรรมชาติ

ทุกคนควรเก็บของใช้ที่จำเป็นเวลาเกิดภัยธรรมชาติ ใส่ไว้ใน ひじょうち だ ぶくろ 非常持ち出し袋 (ถุงฉุกเฉิน) และแขวนไว้ในที่ที่หยิบได้ง่าย เช่น ที่ทางเข้าบ้าน เพื่อที่ว่าเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินขึ้น จะได้หยิบใช้ได้ทันที ตามที่ได้อ่านในตัวอย่างว่า ในถุงฉุกเฉินควรใส่ น้ำและอาหารที่สามารถกินไปได้ 2-3 วัน กับยาที่ใช้ประจำ ไฟฉาย แบตเตอรี่มือถือ วิทยุ กระเป๋าหิ้ว ถุงมือผ้าเนื้อหนา อุปกรณ์ปฐมพยาบาล เครื่องกันฝน เงินสด ของมีค่า สำเนาพาสปอร์ต และบัตรประกันสุขภาพ เป็นต้น

非常時に必要になる防災グッズは、災害が起きて避難するときにすぐに持ち出すことができるように「非常持ち出し袋」に入れて、玄関などの持ち出しやすいところに常に置いておくことが推奨されています。本文にあったように、非常持ち出し袋には、数日間はしのげる水と食べ物と、いつも飲んでいる薬、懐中電灯、モバイルバッテリー、携帯ラジオ、軍手、ファーストエイドキット、雨具、現金や貴重品、パスポートや保険証のコピーなどを入れておくといいでしょ。



● マグニチュードと震度^{しんど} ขนาดและระดับความรุนแรงของแผ่นดินไหว

การแจ้งข่าวแผ่นดินไหวในญี่ปุ่นจะบอกขนาดด้วย แมกนิจูด^{しんโด} กับ 震度^{しんโด} (ความรุนแรง) แมกนิจูด เป็นมาตราที่ใช้บอกขนาดของแผ่นดินไหว ใช้เหมือนกันทั่วโลก ส่วน 震度^{しんโด} บอกความรุนแรงของการสั่นสะเทือน ณ บริเวณหนึ่งเมื่อเกิดแผ่นดินไหว 1 ครั้งจะมีค่าแสดงแมกนิจูด 1 ค่า แต่มีค่า 震度^{しんโด} หลายค่าขึ้นอยู่กับพื้นที่ วิธีบอก 震度^{しんโด} ในแต่ละประเทศจะแตกต่างกัน ญี่ปุ่นจะวัดโดยเครื่องตรวจจับแผ่นดินไหว แบ่งออกเป็น 10 ระดับ (ระดับ 0-7 ระดับ 5 และ 6 แบ่งเป็นแบบ "หนัก" และ "เบา") เกณฑ์แบ่งระดับ 震度^{しんโด} มีดังต่อไปนี้

日本の報道では、地震の大きさは「マグニチュード」と「震度」で表されます。「マグニチュード」は、地震そのものの規模を表す値で、世界共通に用いられています。一方、「震度」は、それぞれの地点で、地震による揺れがどのぐらいの大きさだったかを表します。1回の地震につき、「マグニチュード」は1つですが、「震度」は場所によってさまざまな値になります。震度の表し方は国によって違いますが、日本では震度計で観測した結果を10段階（震度0～震度7で、震度5と6はそれぞれ弱と強に分かれる）で表します。震度の目安は以下の通りです。

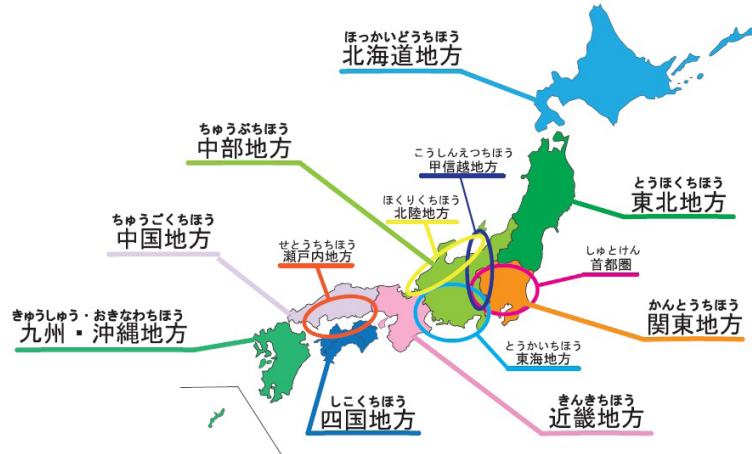
<ความรุนแรง 震度^{しんโด}>

ระดับ 0 震度 0 しんโด 0	คนส่วนใหญ่จะไม่รู้สึกแต่เครื่องตรวจจับแผ่นดินไหวสามารถจับได้ 地震計には記録されますが、人は揺れを感じません。
ระดับ 1 震度 1 しんโด 1	รู้สึกได้เฉพาะบางคนที่อยู่นิ่งๆ ในอาคาร 屋内で静かにしている人の中には、地震に気づく人がいます。
ระดับ 2 震度 2 しんโด 2	คนจำนวนมากที่อยู่นิ่งๆ ในอาคารรับรู้ได้ 屋内で静かにしている人の多くが、揺れを感じます。
ระดับ 3 震度 3 しんโด 3	คนส่วนใหญ่รับรู้ได้ คนที่หลับอยู่จะรู้สึกตัวตื่น ほとんどの人が、揺れを感じます。寝ている人の多くが目覚めます。
ระดับ 4 震度 4 しんโด 4	สั่นไหวอย่างรุนแรงจนแทบทุกคนตกใจ ของที่แขวนอยู่เช่น โคมไฟแกว่งอย่างรุนแรง ของประดับบ้านที่มีจุดศูนย์ถ่วงสูงอาจล้มได้ ほとんどの人が驚く揺れです。吊り下げられた電灯などは大きく揺れ、重心が高い置物が倒れることがあります。
ระดับ 5 เบา 震度 5 弱 しんโด 5 じゃく	คนส่วนใหญ่จะรู้สึกกลัว ทรงตัวเดินได้ยาก หนังสือในชั้นหนังสืออาจตกลงมาได้ 大半の人が恐怖を感じます。歩くのが難しくなります。本棚の本が落ちることがあります。
ระดับ 5 หนัก 震度 5 強 しんโด 5 ぎょう	โทรทัศน์ล้ม ถ้วยชามในชั้นวางหล่นลงมา กระดาษหน้าต่างแตก อิฐร่วงหลุดจากรั้ว ไฟดับ แก๊สหยุด น้ำประปาไม่ไหล テレビや食器が落ちたり、窓ガラスが割れたり、ブロック塀が倒れたりします。停電したり、ガスや水道が使えなくなったりします。
ระดับ 6 เบา 震度 6 弱 しんโด 6 じゃく	พื้นสั่นไหวจนยืนทรงตัวได้ยาก เฟอร์นิเจอร์เคลื่อนจากที่ กระเบื้องผนังบ้าน หน้าต่างกระจกพังร่วงหล่นลงมา อาคารอาจทรุดเอียงได้ 立っていることが難しくなる揺れです。家具が大きく動いたり、壁のタイルや窓ガラスが破損して落ちてきたりします。建物が傾くこともあります。
ระดับ 6 หนัก 震度 6 強 しんโด 6 ぎょう	ต้องใช้การคลานแทนการเดิน อาจถูกเหวี่ยงอย่างแรง ผนังหรือเสามีรอยปริร้าว บ้านเรือนพังล้มลง อาจเกิดแผ่นดินแยกตัวหรือภูเขาถล่ม 人は這わないと動くことができず、飛ばされることもあります。壁や柱にひびが入ったり、家が倒れたりします。地割れや山崩れが発生することがあります。
ระดับ 7 震度 7 しんโด 7	สั่นไหวรุนแรงจนทำให้เฟอร์นิเจอร์อย่างพวกโทรทัศน์ถูกเหวี่ยงกระเด็นไปไกล ดิ๊งทรุดเอียงหรือล้ม ไฟดับ แก๊สใช้ไม่ได้ น้ำประปาหยุดไหล ทางรถไฟและถนนพังเสียหาย ไม่สามารถใช้ชีวิตในเมืองได้ตามปกติ แผ่นดินแยกขนาดใหญ่ ภูเขาถล่มอย่างรุนแรง อาจทำให้สภาพพื้นที่เปลี่ยนแปลงไปได้ テレビなどの家具がはねて飛ぶぐらいの揺れです。ビルが傾いたり倒れたりします。電気、ガス、水道は止まり、鉄道や道路は破壊され、都市機能が失われます。大きな地割れや山崩れが発生し、地形が変わることもあります。

● 日本の地方区分 日本^{にほん}の地方区分^{ちほうくぶん} การแบ่งเขตในญี่ปุ่น

การแจ้งข่าวการเกิดแผ่นดินไหว หรือพายุไต้ฝุ่น จะแจ้งสถานที่เกิดเหตุโดยแบ่งญี่ปุ่นออกเป็นเขตต่างๆ อย่างคร่าวๆ ผู้อาศัยอยู่ในญี่ปุ่นควรจะตรวจสอบไว้ว่าตนอาศัยอยู่ในเขตใด

地震が起きたときの情報や、台風の進路などの情報には、日本の大まかな地方区分を表す「～地方」などの言い方が使われます。日本に住む場合には、自分の住む地域が何と呼ばれるか、調べておくといいいでしょう。



● 防災訓練^{ぼうさいくんれん} การซ้อมรับมือภัยพิบัติ

ตามบริษัทห้างร้านหรือโรงเรียนในญี่ปุ่นจะมีการซ้อมรับมือภัยพิบัติเป็นระยะๆ ซึ่งจัดโดย 町内会^{ちやうないかい} หรือคณะกรรมการชุมชนก็มี ถ้าอยู่ที่ห้างสรรพสินค้า ศูนย์การค้า โรงแรม หรือโรงพยาบาลตอนที่มีการซ้อม ก็อาจถูกเรียกให้เข้าร่วมซ้อมด้วย สถานที่หลายแห่งจะจัดซ้อมเตรียมรับมือภัยพิบัติ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในวันที่ 1 กันยายน ซึ่งเป็นวันป้องกันภัยพิบัติ (防災の日^{ぼうさいの日}) จะมีสถานที่หลายแห่งจัดการฝึกซ้อม ระหว่างอาศัยอยู่ในญี่ปุ่น คงมีโอกาสเข้าร่วมการซ้อมรับมือภัยพิบัตินี้หลายครั้ง

การซ้อมนี้จะจำลองสถานการณ์ว่า เมื่อเกิดแผ่นดินไหวหรือไฟไหม้ขึ้น ควรปฏิบัติตัวอย่างไร อพยพโดยใช้เส้นทางไหน ตรวจสอบจำนวนคนอย่างไร รวมถึงฝึกการใช้ถังดับเพลิง หัวฉีดน้ำดับเพลิง ให้สัมผัสเหตุการณ์เสมือนจริง เช่น ให้ลองอยู่ในห้องที่มีควันไฟ ให้สัมผัสการสั่นของแผ่นดินไหวระดับรุนแรงในรถบรรทุกที่ติดตั้งอุปกรณ์จำลองการเกิดแผ่นดินไหวที่เรียกว่า 起震車^{きしんしゃ} บางครั้งอาจฝึกวิธีช่วยเหลือคนบาดเจ็บหรือวิธีใช้ AED ในกรณีที่มีเจ้าหน้าที่ดับเพลิงเข้าร่วมการฝึกด้วย นอกจากจะให้ความเห็นต่อการฝึกซ้อมของเราแล้ว ยังจะอธิบายและบรรยายให้ฟังว่าควรปฏิบัติตัวอย่างไรเมื่อเกิดแผ่นดินไหวหรือไฟไหม้ด้วย

นอกจากการฝึกซ้อมนี้แล้ว ในชีวิตประจำวันเราก็ควรเตรียมพร้อมสำหรับการเกิดภัยพิบัติอยู่เสมอ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นบางแห่งอาจทำคู่มือแจกหรือสร้างเว็บไซต์อธิบายวิธีปฏิบัติตัวระหว่างเกิดภัยพิบัติให้ด้วย พยายามหาเวลาอ่านเท่าที่ทำได้จะช่วยให้มั่นใจขึ้น



日本の会社や学校では、定期的に防災訓練が行われます。また、防災訓練は、町内会で行われることもありますし、デパートやショッピングセンター、ホテルや病院などにいるときに防災訓練が行われ、いっしょに参加することになる場合もあります。特に9月1日の「防災の日」には、いろいろな施設で訓練が行われます。日本にいたら、何回か防災訓練を体験することになるでしょう。

防災訓練では、地震や火事のときに、どのように行動すればいいか、どのルートでどこに避難すればいいか、人数の確認はどのように行うかなどをシミュレーションします。また消火器や消火栓の使い方を練習したり、煙の部屋を体験したり、起震車で大きな地震の揺れを体験したりすることもあります。救護活動やAEDの使い方の訓練をする場合もあります。消防署の人が立ち会う訓練の場合には、消防署の人から、訓練の講評のほか、地震や火事のときどうすればいいか、説明や講義があることもあります。

訓練以外にも、普段から災害に備えておくことが大切です。災害時の対応について、マニュアルを配布したりサイトで公開したりしている自治体もありますので、できるだけ見ておくとう安心です。

日本の生活
TIPS● わだいこ
和太鼓 กลองญี่ปุ่น

わだいこ 和太鼓 คือ กลองแบบญี่ปุ่นดั้งเดิม มีหลายประเภท ตั้งแต่ขนาดใหญ่จนถึงขนาดเล็ก ใช้ในงานเทศกาลหรืองานแสดงศิลปะแบบดั้งเดิม แต่ละท้องถิ่นในญี่ปุ่นมีศิลปะการตีกลองที่สืบทอดในท้องถิ่น คนในท้องถิ่นบางคนเรียนรู้ศิลปะการตีกลอง 和太鼓 ตั้งแต่เรียนชั้นประถม การแสดงดนตรีโดยใช้ 和太鼓 จะแสดงเป็นกลุ่ม ตีกลองประสานเป็นจังหวะเดียวกัน มีชมรม กลุ่มนักแสดง 和太鼓 สมัครเล่นกระจายอยู่ทั่วญี่ปุ่น พวกเขาจะจัดการแสดงขึ้นมาเองหรือแสดงในงานเทศกาลต่างๆ



日本の伝統的な太鼓を「和太鼓」といいます。和太鼓には大きなものから小さなものまでいろいろな種類があり、祭りや伝統芸能で使われます。日本の各地には、その土地ごとの太鼓が伝承芸能として伝えられていて、そこに住む人は、小学生のときから和太鼓を習うこともあります。音楽としての和太鼓演奏では、いくつかの太鼓が合わさって、アンサンブルを奏でます。和太鼓を演奏するアマチュアのサークル、グループなども各地にあり、自主的なコンサートを開いたり、祭りで演奏したりしています。

● ほめられたとき เมื่อได้รับคำชม



เวลามีคนพูดกับคุณว่า 日本語が上手ですね (พูดภาษาญี่ปุ่นเก่งจัง) คุณจะตอบอย่างไรดี อาจแสดงความคิดเห็นโดยตอบว่า 本当ですか? (จริงหรือ ขอขอบคุณ) อย่างในตัวอย่างก็ได้ แต่ปกติแล้ว เมื่อได้รับคำชมในลักษณะนี้ คนญี่ปุ่นส่วนใหญ่จะตอบว่า いえ、まだまだです (ยังไม่เก่งหรอก) มักไม่ยอมรับหรือแสดงความภูมิใจเมื่อมีคนมาพูดถึงจุดดีของตน แต่จะพูดถึงตัวเองในด้านลบเอาไว้ก่อน ซึ่งก็คือ 謙遜 (การถ่อมตัว) การที่มีคนปฏิเสธว่า いえ、まだまだです (ยังไม่เก่งหรอก) そんなことないです (ไม่หรอก) とんでもない (ไม่เลย) เมื่อได้รับคำชมนั้น ก็เพราะมีคนญี่ปุ่นจำนวนไม่น้อยที่คิดว่า การถ่อมตัวถือเป็นคุณสมบัติที่ดีมากกว่าการโอ้อวดตัวเอง

ในทำนองเดียวกัน เวลาที่คนญี่ปุ่นเชิญแขกไปที่บ้านพร้อมทั้งเตรียมอาหารพิเศษไว้ต้อนรับมากมาย เจ้าของบ้านจะเชิญชวนให้แขกกินอาหารโดยพูดว่า 何もありませんが、どうぞ (ไม่มีอะไรดีหรอก แต่เชิญทานได้เลย) หรือตอนจะให้ของฝาก คนญี่ปุ่นบางคนอาจพูดว่า これ、つまらないものですが (ของพื้นๆ ธรรมดาเอง) การถ่อมตัวไม่ได้จำกัดอยู่ที่การพูดถึงตัวเองเท่านั้น บางครั้งรวมถึงคนในครอบครัวของตนด้วย เช่น เวลาที่มีคนชมลูกของตนว่า かわいいですね (น่ารักจัง) คนญี่ปุ่นอาจตอบในทางปฏิเสธว่า てもういい歳かきかひで、困ってるんですよ (แต่ว่าดีมากเกินไปไม่รู้จะทำยังไงเลย) เมื่อมีคนชมสามีของตนว่า すてきな人ですね (เป็นคนน่ารักนะ) อาจตอบว่า いえ、外では調子がいいんですけど、うちに戻ったら全然役に立たなくて (ไม่หรอก เวลาอยู่นอกบ้านก็ทำเป็นดี แต่เวลาอยู่บ้านไม่ได้เรื่องเลย) ดูเหมือนชาวต่างชาติที่ไม่คุ้นกับธรรมเนียมการถ่อมตัวแบบนี้จะรู้สึกแปลกใจอยู่บ่อยๆ

「日本語が上手ですね」と言われたとき、どう反応すればいいでしょうか。本文にあるように、「本当ですか？ありがとうございます」と喜びを伝えることもできます。しかし、日本人がこのようにほめられた場合は、「いいえ、まだまだです」のように答える人が多いと思われます。このように、自分のいい点を指摘されたときなど、それを認めたり誇ったりしないで、自分で自分のことを悪く言うことがあります。これを「謙遜」と言います。何かほめられたとき、「いいえ、まだまだです」とか「そんなことないです」「とんでもない」などと言って否定する人があるのは、日本では自慢するより謙遜するほうが美德であると考えた人が少なくないからです。

同じように、例えば、日本人の家で、家の人がたくさんのごちそうを準備したのに、これを「何もありませんが、どうぞ」と言ってすすめることがあります。またお土産などを渡すときに、「これ、つまらないものですが」と言って渡す人もいます。

謙遜は、自分のことだけではなく、自分の身内のことを言うときにも、ときどき使われます。例えば、自分の子どもを「かわいいですね」とほめられたときに、「でも、言うことを聞かない子で、困ってるんですよ」のように言ったり、自分の配偶者について「すてきな人ですね」と言われて、「いいえ、外では調子がいいんですけど、うちに帰ったら全然役に立たなくて」などと悪く言ったりして、謙遜の習慣のない外国人に驚かれることも多いようです。

● ほん 日本のテレビドラマ ละครทีวีญี่ปุ่น

ละครทีวีส่วนใหญ่จะไม่ยาวมาก คือจะมีความยาวตอนละ 50 นาทีและจบใน 10-12 ตอน จึงติดตามชมได้แบบสบายๆ นอกจากฉายทางทีวีแล้วหลังฉายไปได้สักพัก สถานีโทรทัศน์อาจจะอัปโหลดละครบางเรื่องในเว็บไซต์ของสถานีให้ดูฟรีด้วย หรือถ้าสมัครสมาชิกในเว็บไซต์ที่ให้บริการดูวิดีโอ ก็สามารถดูทั้งละครเก่าจนถึงละครเรื่องใหม่ล่าสุดทางอินเทอร์เน็ตได้ทุกเมื่อที่ต้องการ เว็บไซต์ที่ให้บริการรูปแบบนี้มีมากมาย เช่น "Netflix" "Hulu" "Amazon Prime" ซึ่งแต่ละเว็บไซต์ก็มีจุดเด่นของตน เช่น บางเว็บไซต์เน้นละคร บางเว็บไซต์เน้นอะนิเมะ หรือบางเว็บไซต์เน้นภาพยนตร์ โดยส่วนใหญ่จะตั้งระบบให้ทดลองดูฟรีระยะหนึ่ง หลังจากนั้นจึงสมัครสมาชิก

ในกรณีที่จะเรียนภาษาญี่ปุ่นจากละคร ถ้าเป็นละครแนวพีเรียด ภาษาที่ใช้ในละครจะเป็นภาษาเก่า จึงต้องระวังในจุดนี้ด้วย ส่วนละครที่เป็นเรื่องเกี่ยวกับอาชีพบางอาชีพที่มีลักษณะพิเศษ เช่น ละครสืบสวนหรือละครเกี่ยวกับวงการแพทย์ อาจมีศัพท์เทคนิคยากๆ นอกจากนี้ละครที่ฉากในเรื่องเป็นชนบท ตัวละครอาจพูดภาษาถิ่น ในช่วงแรกจึงควรเริ่มจากละครที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับชีวิตในยุคปัจจุบันจะดีกว่า

ถ้าดูละครจากเว็บไซต์เหล่านี้ จะมีคำบรรยายภาษาอังกฤษหรือภาษาญี่ปุ่นด้วย ซึ่งสามารถเรียนโดยดูละครพร้อมกับดูคำบรรยายประกอบได้ด้วย



日本のテレビドラマは、だいたい1回が50分程度、全部で10～12回ぐらいで終わる、比較的短いものが多いので、気軽に見ることができます。テレビだけではなく、放映されてから一定の期間、テレビ局のウェブサイトなどで無料で公開されている場合もあります。また、有料の動画配信サービスを契約すれば、古い名作ドラマから最新のドラマまで、好きなときにいつでもネットで見ることができます。動画配信サイトは、「Netflix」「Hulu」「Amazon Prime」などいろいろありますが、ドラマが多い、アニメが多い、映画が多いなど、それぞれ特徴があります。たいてい、無料で利用できる試用期間が設定されていますので、試してみてから契約することもできます。

ドラマを見て日本語を勉強する場合、古い時代を舞台にしたドラマだと、日本語の表現も昔の表現であることが多いので、注意が必要です。また刑事ドラマや医療ドラマなど、特殊な業界が舞台のドラマも、専門用語が難しいことがあります。また、地方を舞台にしたドラマだと、方言が使われている場合もあります。はじめは現代の日常的な生活を描いたドラマから始めるといいでしょう。

動画配信サイトを使うと、英語の字幕や日本語の字幕が表示できることがありますので、字幕を表示しながらドラマを見て勉強することもできます。

日本の生活
TIPS

しょくにん

● 職人 ช่างฝีมือ

職人^{しょくにん} คือ ผู้มีทักษะระดับสูงด้านงานฝีมือจากการฝึกฝนที่ยาวนาน และใช้ทักษะนั้นประกอบอาชีพด้านงานช่างหรืองานฝีมือต่างๆ สำหรับในญี่ปุ่นนั้น นอกจากช่างฝีมือ^{しょくにん} ที่ปรากฏในตลกรับแล้ว ยังมีช่างฝีมือที่ทำงานในวงการต่างๆ งานก่อสร้าง เช่น ช่างไม้ ช่างปูน งานหัตถกรรม เช่น งานรัก งานจักสานไม้ไผ่ งานผลิตสิ่งของที่ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การทำเสื่อตาตานิ ร่ม งานทำอาหาร เช่น การทำเทมปุระ ขนมหูญี่ปุ่น แต่ระยะหลังนี้คนหนุ่มสาวที่อยากเป็นช่างฝีมือมีน้อยลง เพราะต้องใช้เวลาในการฝึกฝนนาน และการฝึกหัดวิชาชีพที่มีความเข้มงวดด้วยเหตุนี้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นหรือองค์กรเอกชนที่ทำงานเกี่ยวกับศิลปะหัตถกรรมดั้งเดิม จึงหันมาเปิดโรงเรียนสร้างช่างฝีมือซึ่งสอนทักษะที่จำเป็นของช่างฝีมือ โดยใช้เวลาไม่กี่ปี



長年の修行で高度な技術を身につけ、その技術を使って手作業で仕事をする人のことを「職人」と呼びます。日本では、本文に出てきた「すし職人」以外にも、例えば大工や左官のような建築関係、漆や竹細工などの伝統工芸、畳、傘などの実用的な産業、天ぷらや和菓子などの飲食業など、さまざまな分野で職人が活躍しています。しかし最近では、修行に長い年数がかかることや、徒弟制度のきびしさから、職人を目指す若者が減ってきています。そのため、伝統産業を担う地方自治体や民間の会社などが、数年でひと通りの技術が学べる職人養成学校を開いている場合もあります。

そうべつかい

● 送別会 งานเลี้ยงอำลา

เมื่อจะออกจากบริษัทด้วยเหตุผลต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นย้ายสาขา ย้ายงาน หรือเกษียณ อาจต้องกล่าวอะไรเล็กๆ น้อยๆ ต่อหน้าคนอื่น ๆ ในวันสุดท้ายของการทำงาน คนในบริษัทจะมอบช่อดอกไม้ ของที่ระลึก กระดาษที่เขียนความรู้สึกของคนในบริษัทให้ งานเลี้ยงที่จัดเลี้ยงส่งให้กับคนที่จะออกจากบริษัทนี้เรียกว่า ^{そうべつかい} 送別会 มีทั้งที่จัดตามร้านอาหารหรือร้าน ^{いざかや} 居酒屋 (ร้านเหล้าแบบญี่ปุ่น) ทั่วๆ ไป และแบบที่จัดในห้องโถงใดห้องหนึ่งของบริษัทแล้วสั่งสุราอาหารมากิน อย่างไรก็ตาม จะจัดงานเลี้ยงอำลาหรือไม่ หรือจะจัดรูปแบบใดนั้นขึ้นอยู่กับบริษัท และข้อสำคัญยังขึ้นอยู่กับว่าคนผู้นั้นทำงานในบริษัทมานานกี่ปีด้วย

転職や転職、定年などの理由で会社を離れたり辞めたりするときには、最後の出勤日に、ほかの人の前で簡単なスピーチをすることがあります。会社の人々は、辞める人に花束を贈ったり、記念品を贈ったり、みんなで寄せ書きを書いて贈ったりします。

いなくなる人を送るためのパーティーを「送別会」と呼びます。一般のレストランや居酒屋などで行うこともありますし、会社の中の一室を会場にして、料理やお酒などを注文して開く場合もあります。ただし、送別会を行うかどうか、どんな形で行うかは、会社によって、また辞める人が何年ぐらい会社にいたかなどの要因によって、さまざまです。

● にほんご べんきょうほう 日本語の勉強法 วิธีเรียนภาษาญี่ปุ่น

การเรียนภาษาญี่ปุ่นโดยใช้สื่อการสอนชุดนี้จะจบลง
ในบทนี้ ตามที่ปรากฏในตัวบทแล้วว่า ยิ่งผู้ที่ใช้ชีวิตอยู่ใน
ญี่ปุ่นด้วยแล้ว การเพิ่มพูนความรู้ภาษาญี่ปุ่นต่อไปเรื่อยๆ
เป็นเรื่องสำคัญมาก การจะรักษาระดับความรู้หรือพัฒนา
ทักษะภาษาญี่ปุ่นให้ดียิ่งขึ้นนั้นจำเป็นจะต้องรู้จักเฝ้าหาวิธี
เรียนภาษาญี่ปุ่นต่อไปอีกเรื่อยๆ

วิธีเรียนรู้ภาษาญี่ปุ่นเพิ่มเติมมีหลายวิธี สำหรับคนที่
อาศัยอยู่ในญี่ปุ่น อาจสมัครเรียนคอร์สภาษาญี่ปุ่นที่กลุ่ม
หรือสมาคมมิตรภาพนานาชาติในท้องถิ่นจัดสอนโดยไม่
คิดค่าใช้จ่าย หรือจะฝึกภาษาด้วยตัวเองโดยการอ่านข่าวสาร
ในเว็บไซต์ ไม่ก็ดูละครหรืออะนิเมะภาษาญี่ปุ่น ซึ่งได้นำ
เสนอไปแล้วก่อนหน้านี้

นอกจากนี้ยังสามารถเรียนรู้ได้จากเว็บไซต์หรือแอปพลิเคชันสำหรับการเรียนภาษาญี่ปุ่น ซึ่งแทบทั้งหมดไม่มีค่าใช้จ่าย
เช่น ถ้าเข้าไปในเว็บไซต์ "Japanese learning portal site *NIHONGO e-na*" (nihongo-e-na.com) จะสามารถค้นหาเว็บไซต์
หรือแอปพลิเคชันตามวิชาหรือระดับที่ต้องการเรียนได้ ส่วน "e-learning website *JF Japanese e-Learning Minato*"
(minato-jf.jp) เป็นเว็บไซต์เพื่อการเรียนรู้ภาษาญี่ปุ่นด้วยตนเองเว็บไซต์หนึ่ง ซึ่งเจแปนฟาว์เดชันพัฒนาขึ้น โดยผู้เรียน
สามารถเลือกคอร์สเรียนได้ตามระดับความรู้และจุดประสงค์ของตน ต้องลงทะเบียนเพื่อเข้าใช้งานครั้งแรก จากนั้นสามารถ
ใช้งานได้ฟรี ทั้งยังสามารถกำหนดความเร็วในการเรียนของตนเอง จึงอยากเชิญชวนให้ผู้ที่อยากเรียนภาษาญี่ปุ่นเพิ่มเติม
ได้ทดลองใช้ดู

この教材での学習は、これで終わりますが、本文にもあったように、特に日本で生活する場合には、これからも日本語の勉強を続けていくことが大切です。日本語力を維持したり、もっと上達させていったりするためには、自分自身で主体的に日本語の学習を続けていくことが必要です。

日本語の勉強を続けたいとき、いろいろな方法があります。日本で暮らす場合は、市町村の国際交流協会などが開いているボランティア日本語教室を探して通うこともできます。また、自分でウェブサイトのニュースを読んだり、日本語のドラマやアニメを見て勉強する方法もあります。これらの方法については、これまでも紹介しました。

そのほかに日本語を勉強する方法として、日本語学習用のウェブサイトやアプリで勉強する方法があります。ほとんどの場合、無料で利用することができます。このようなサイトやアプリはいろいろありますが、日本語学習用のポータルサイト「*NIHONGO e-na*」(nihongo-e-na.com)に行けば、科目やレベルから、サイトやアプリを探することができます。調べてみるといいでしょう。

自分で日本語が勉強できるサイトの1つに、日本語eラーニングサイト「*JF にほんごeラーニング みなと*」(minato-jf.jp)があります。「みなと」は、国際交流基金が運営する日本語学習サイトで、自分のレベルや目的に合わせて、いくつかのコースから選んで学習を進めることができます。利用するには登録が必要ですが、一度登録すれば無料でコースに参加でき、また、自分の学習の進み方も管理できます。日本語の勉強を続けたい人は、ぜひ利用してみてください。

BE INSPIRED
BY THE JAPAN
WITHIN YOU



JAPAN FOUNDATION

JF Japanese e-Learning
みなと



JF Japanese e-Learning *Minato*

JF にほんごeラーニング みなと