

やさしいにほんご

2024/06

〇熱中症に気を付けましょう

日本の夏は暑く、湿度が高いです。
 暑い日は外へ行かず、涼しい場所で
 過ごしましょう。水やスポーツ

ドリンクなどをたくさん飲みましょう。

もし、体調が悪くなったときは、周りの人に助けて
 もらいましょう。



〇こまったときには相談してください

生活していて、わからないこと、困ったことがあれば
 相談をしてください。お金はいりません。

直接、たはら国際交流協会に来るか、電話やメール
 などで相談もできます。

〇たはら国際交流協会

曜日・時間：火曜日～日曜日 10:00～17:00

〇電話 0531-22-2622

〇E-mail info@tahara-tia.jp

〇Google Forms



田原市 広報秘書課 0531-22-0138

たはら国際交流協会 0531-22-2622

中国語／中文

2024/06

〇请注意不要中暑

日本の夏天很热，湿度很高。炎熱的
 日子不要去外边，在凉爽的地
 方度过吧。一定要多喝水和运动
 饮料。如果感到身体不舒服的话，
 向周围的人请求帮助。



〇遇到困难时，请咨询

在生活中，如果遇到不明白，困难的事情时请咨询。
 是免费的。

可以直接去国际交流协会咨询，也可以通过电话或邮件
 等进行咨询。

〇田原国际交流协会

日期・时间：周二～周日 10:00～17:00

〇电话 0531-22-2622

〇E-mail info@tahara-tia.jp

〇Google Forms



田原市宣传部 0531-22-0138

田原国际交流协会 0531-22-2622

クメール語／ខ្មែរ

2024/06

〇ប្រយ័ត្នសន្សំដោយត្រូវកំដៅខ្លាំងពេក!!

រដូវក្ដៅនៅប្រទេសជប៉ុនគឺ ក្ដៅហើយសើម!
 នៅពេលខាងក្រៅក្ដៅខ្លាំង សូមចូលក្រោមម្លប់
 ឬកន្លែងក្រដាក់ ដើម្បីការពារខ្លួនអ្នក។
 សូមផឹកទឹកឱ្យបានច្រើន ឬភេសជ្ជៈប៉ូវកម្លាំង។
 ប្រសិនបើអ្នកមានអារម្មណ៍មិនស្រួលខ្លួននៅពេលក្ដៅខ្លាំង
 សូមសុំជំនួយពីអ្នកជុំវិញខ្លួន។



〇ពេលមានបញ្ហាសូមពិគ្រោះ

ប្រសិនបើមានអ្វីមួយដែលអ្នកមិនយល់
 ឬប្រសិនបើអ្នកមានបញ្ហាក្នុងជីវិតប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក
 សូមសុំជំនួយ។ មិនត្រូវការលុយទេ។
 អ្នកអាចមកដោយផ្ទាល់ទៅកាន់សមាគមអន្តរជាតិតាហារ៉ាក់
 ឬអ្នកអាចពិគ្រោះតាមទូរស័ព្ទ ឬអ៊ីមែល។

〇សមាគមប្តូរប្រាក់អន្តរជាតិតាហារ៉ាក់

ថ្ងៃ/ពេលវេលា: ពីថ្ងៃអង្គារដល់ថ្ងៃអាទិត្យ 10:00~17:00

〇 ទូរស័ព្ទ 0531-22-2622

〇 អ៊ីមែល info@tahara-tia.jp

〇 ទម្រង់ Google



ក្រុងតាហារ៉ាក់ ផ្នែកលេខាធិការទំនាក់ទំនងសាធារណៈ 0531-22-0138

សមាគមអន្តរជាតិតាហារ៉ាក់ 0531-22-2622

2024/06

ベトナム語／Tiếng Việt

○Cẩn thận kéo bị say nắng nhé.

Mùa hè ở Nhật rất nóng và ẩm.

Vào những ngày nóng như thế thì đừng đi ra ngoài hoặc hãy trú tạm vào những nơi mát mẻ nhé.

Nhớ là uống thật nhiều nước hoặc nước thể thao. Nếu mà thấy người không được khỏe thì hãy gọi những người xung quanh nhờ giúp đỡ nhé.



○Hãy nhờ tư vấn khi gặp khó khăn.

Nếu có khó khăn hay có điều gì không hiểu trong quá trình sinh hoạt thì hãy liên hệ với chúng tôi để được tư vấn miễn phí.

Bạn có thể liên hệ qua điện thoại, qua mail hoặc hỏi trực tiếp tại văn phòng hiệp hội giao lưu quốc tế Tahara.

- Hiệp hội giao lưu quốc tế Tahara
Giờ làm việc: Thứ 3～Thứ 6, từ 10:00～17:00
- Điện thoại: 0531-22-2622
- E-mail info@tahara-tia.jp
- Google Forms



2024/06

英語／English

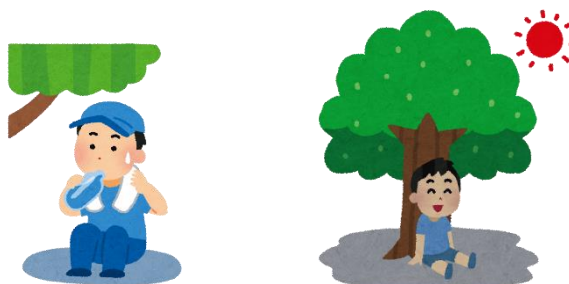
○Be aware of the heat stroke!!

Summer in Japan is HOT and HUMID!

When it's hot and humid outside, please stay inside or cooler place to protect yourself.

Drink plenty of water or hydration drink.

If you feel sick when it's hot, please ask for help.



○When you need help, you can ask TIA

When you need help, you can ask for advice about anything at TIA. It's free of charge.

You can come to TIA, call, or email for the advice.

- Tahara International Association (TIA)
Days and Time: Tuesday-Sunday 10am-5pm
- Tel 0531-22-2622
- E-mail info@tahara-tia.jp
- Google Forms



2024/06

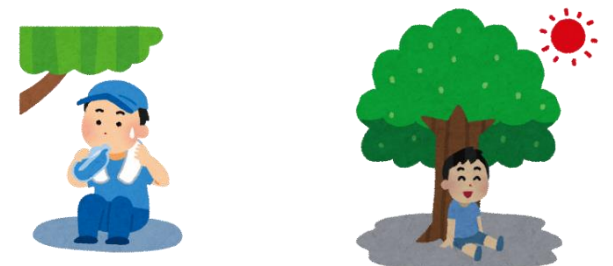
インドネシア語／Bahasa Indonesia

○Hati-hati serangan panas!

Saat musim panas di Jepang suhu akan menjadi panas dan lembab.

Ketika suhu sedang panas lebih baik berada di dalam ruangan atau ke tempat yang lebih sejuk. Banyak minum air atau minuman ion.

Apabila anda merasa tidak enak badan, minta tolonglah pada orang di sekitar anda.



○Konsultasikan masalah Anda

Konsultasikan masalah kehidupan sehari-hari, atau jika ingin bertanya tentang apapun GRATIS!

Silakan datang langsung ke kantor Tahara International Association atau hubungi kami melalui telepon dan email.

- Tahara International Association (TIA)
Hari dan Jam: Selasa s/d Minggu 10.00 s/d 17.00
- Telepon 0531-22-2622
- E-mail info@tahara-tia.jp
- Google Forms

