多言語情報コーナー （令和８年１０月号）

1. තොචිගි නගරයේ සරත් සෘතු උත්සවයට සහභාගී වීම සඳහා විදේශීය පදිංචිකරුවන් බඳවා ගැනීම!

මෙය තොචිගි නගර ජාත්‍යන්තර හුවමාරු සංගමයේ නිවේදනයකි.

නොවැම්බර් මස 14 (සෙනසුරාදා) සහ 15 වැනි (ඉරිදා) දිනවල පැවැත්වෙන තොචිගි නගරයේ විශාලතම උත්සවය වන "තොචිගි සරත් සෘතු උත්සවය" සඳහා සහභාගී වීමට සහ ඒ සඳහා ඇති කරත්ත ඇදගෙන යාම සඳහා විදේශීය පදිංචිකරුවන් බඳවා ගනු ලැබේ.

සහභාගී වීමේදී ක්‍රම දෙකක් තිබෙන අතර A ක්‍රමය ලෙස එක්දින අත්හදා බැලීමක් සහ B ක්‍රමය ලෙස පැයක අත්හදා බැලීමක් ලෙස තෝරාගත හැකිය.

A,ක්‍රමය ලෙස එක්දින අත්හදා බැලීම සඳහා, 14 සහ 15 යන දින දෙකටම, පෙ.ව. 10:00 සිට ප.ව. 8:00 දක්වා පුද්ගලයින් පස් දෙනෙකු බැගින් පමණ බඳවා ගනු ලැබේ. සහභාගීවීමේ ගාස්තුව ලෙස දිනකට යෙන් 2,000 ක් වන අතර එයට ආහාර වෙල් දෙකක් සහ රක්ෂණයද ඇතුළත් වේ. ප.ව. 1 සිට ද සහභාගී වීමට ද හැකියාව ඇත.

B,ක්‍රමය ලෙස පැය 1ක සහභාගීත්ව අත්දැකීම සඳහා, 14 වන දින සවස 3 සිට සවස 4 දක්වා කාලයද 15 වන දින පස්වරු 2:30 සිට පස්වරු 3:30 දක්වා ද වන අතර දින දෙක සඳහාම ආසන්න වශයෙන් පුද්ගලයින් 10 සිට 15 දක්වා සහභාගී කරගනු ලැබේ. සහභාගීත්ව ගාස්තුව යෙන් 500 ක් වන අතර එයට තේ පානය සහ රක්ෂණය ඇතුළත් වේ.
සහභාගී වන විට, කරුණාකර සුවපහසු ඇඳුම් සහ සපත්තු පළඳින්න. අනෙකුත් සියලුම අවශ්‍ය උත්සව අයිතම ලබා දෙනු ලැබේ.

තොචිගි ප්‍රාන්තයේ පැරණිතම කරත්තය ආසන්න වශයෙන් වසර 178 කට පෙර, එදො යුගයේ අගභාගයේදී සාදන ලදී. එම කරත්තයේ ඉහලින් ඓතිහාසික චරිත සහ මිථ්‍යා වීරයන්ගේ විශාල රූපවලින් සරසා ඇත. රාත්‍රියේදී, සෑම කරත්තයක්ම ආලෝකමත් කර ඇති අතර අලංකාර දර්ශනයක් නිර්මාණය කරනු ලැබේ.

තොචිගි නගරයේ සාම්ප්‍රදායික සංස්කෘතිය ගැන ඉගෙන ගැනීමට සහ අසල්වාසී ප්‍රජාව සමඟ අන්තර් ක්‍රියා කිරීමට මෙය අපූරු අවස්ථාවකි.මෙම අවස්ථාවට සහභාගිවීම අගය කරනු ලැබේ

සහභාගී වීමට අයදුම් කිරීම සඳහා , කරුණාකර තොචිගි නගර ජාත්‍යන්තර වෙබ් අඩවියෙ බඳවා ගැනීමේ පිටුවේ ඇති ගූගල් පෝරමය පුරවන්න.

2. "පොදු මාර්ග" වල නීතිමය වේග සීමාව පැයට කිලෝමීටර 30 දක්වා අඩු කිරීම පිළිබඳව !

මෙය තොචිගි නගර ශාලා වෙබ් අඩවියෙන් නිවේදනයකි.

මෙම වසරේ සැප්තැම්බර් 1 වන දින සිට බලපැවැත්වෙන පරිදි, "පොදු මාර්ග" වල නීතිමය වේග සීමාව පැයට කිලෝමීටර 60 සිට පැයට කිලෝමීටර 30 දක්වා අඩු කර ඇත.

"පොදු මාර්ග" යනු ප්‍රධාන වශයෙන් ප්‍රදේශවාසීන් තම දෛනික ජීවිතය සඳහා භාවිතා කරන සාපේක්ෂව පටු මාර්ග වන අතර,මාර්ගයේ මධ්‍ය රේඛාවක් සහ වේග සීමා සලකුණු නොමැත. තොචිගි ප්‍රාන්තයේ මාර්ගවලින් ආසන්න වශයෙන් 70% ක් මෙම කාණ්ඩයට අයත් වේ.

මෙම නීතිමය සංශෝධනයට පෙර, නේවාසික ප්‍රදේශවල ඇති මාර්ග හෝ ළමුන් පාසල් වෙත යන මාර්ග ලෙස භාවිතා කරන පටු "පොදු මාර්ග" පවා ප්‍රධාන මාර්ගවල නීතිමය වේග සීමාව වන පැයට කිලෝමීටර 60 ක් ව තිබුණි.

කෙසේ වෙතත්, පටු මාර්ග හෙවත් "පොදු මාර්ග" වල වාහන සම්බන්ධ රථවාහන අනතුරු වලින් තුවාල ලැබූ හෝ මිය ගිය පදිකයින් සහ බයිසිකල්කරුවන් අනුපාතය ඉහළ මට්ටමක පවතින බවත්, වාහන සහ පදිකයින් අතර අනතුරු වලදී, වාහන වේගය පැයට කිලෝමීටර 30 ඉක්මවන විට පදිකයින් සඳහා වන මරණ අනුපාතය තියුනු ලෙස වැඩි වන බවත් හඳුනාගෙන ඇත.

මෙම "පොදු මාර්ග" වල රථවාහන අනතුරු වැළැක්වීමට සහ අනතුරකදී පදිකයින්ට සහ බයිසිකල්කරුවන්ට සිදුවන තුවාල අවම කිරීම සඳහා, "නේවාසික මාර්ග" වල නීතිමය වේග සීමාව පැයට කිලෝමීටර 30 දක්වා අඩු කර ඇත.

මධ්‍ය රේඛාවක් නොමැති මාර්ගවල පවා, පැයට කිලෝමීටර 40 ක් හෝ 50 ක උපරිම වේගයක් දැක්වෙන මාර්ග සංඥා තිබේ නම්, ඔබ එම වේගයෙන් ධාවනය කළ යුතුය.

කෙසේ වෙතත්, පැයට කිලෝමීටර 30 ක් දැක්වෙන මාර්ග සංඥා "පොදු මාර්ග" වල ස්ථාපනය කර නොමැත. "මැද රේඛාවක් නොමැති සහ වේග සීමා සංඥා නොමැති මාර්ග පැයට කිලෝමීටර 30 ක වේග සීමාවක් ඇති" බව සෑම පුද්ගලයෙකුම දැන සිටිය යුතුය.

නීත්‍යානුකූල වේග සීමාව පැයට කිලෝමීටර 30 ක් වන මාර්ගයක ඔබ පැයට කිලෝමීටර 60 ක වේගයෙන් රිය පැදවුවහොත් , ඔබ වේග සීමාව පැයට කිලෝමීටර 30 කින් උල්ලංඝනය කරනු ඇත.එහිදී දඬුවම් වශයෙන් ලකුණු 6 ක් කපාහරිනු ලබන අතර එමගින් දින 30 ක ක්ෂණික බලපත්‍ර අත්හිටුවීමක් ඇති කරනු ලැබේ. තවද, ඔබට මාස 6 කට අඩු සිර දඬුවමක් හෝ යෙන් 100,000 ක් දක්වා දඩයකට යටත් විය හැකිය.
කරුණාකර නීතිමය වේග සීමා නීති අනුගමනය කර ආරක්ෂිතව රිය පදවන්න.

3. වැඩිහිටියන් සහ ළමුන් සඳහා ලබා දෙන ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත සඳහා අර්ධ සහනාධාරය පිලිබඳව

තොචිගි ප්‍රාන්තය මගින් අගෝස්තු මස අග දී ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා පැතිරීයාම ආරම්භ වී ඇති බව නිවේදනය කළේය.

පෙර වසරවල ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා පැතිරීමේ උච්චතම කාලය සාමාන්‍යයෙන් ජනවාරි අග සිට මාර්තු මුල දක්වා වන වුවත්, කාලගුණය තවමත් උණුසුම්ව පවතින අතරතුර අගෝස්තු මාසයේ පැතිරීම අසාමාන්‍ය තත්වයකි.

තොචිගි නගරය ඔක්තෝබර් මස සිට නගරය තුළ සහයෝගී වෛද්‍ය ආයතනවලින් ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත ලබා ගැනීමේදී තොචිගි නගරයේ පදිංචිවී ඇති මෙම සහනාධාරය එන්නත් කරන අවස්ථාවේ වයස අවුරුදු 65 ට වැඩි සහ අවුරුදු 60 ට වැඩි 65 ට අඩු හෘද, වකුගඩු හෝ ශ්වසන ක්‍රියාකාරිත්වයට බලපාන ආබාධ සහිත අය ඇතුලත්ව ඔක්තෝබර් 1 සිට 2027 මාර්තු 31 දක්වා කාලය තුල යෙන් 3,500 ක සහනාධාරයක් ලබා දෙනු ඇත.නව කොරෝනා එන්නත සඳහා යෙන් 12,100 ක සහනාධාරයක් ලබා දෙනු ඇත. එන්නත් සඳහා ලබාදෙන සහනාධාර මුදල එන්නත් පිරිවැයට සමාන නොවන බව කරුණාවෙන් සලකන්න.එන්නත ලබාගන්න පුද්ගලයා ද යම් මුදලක් ගෙවිය යුතුය.එන්නතේ පිරිවැය සහ ලබාදෙන සහනාධාර මුදලේ වෙනස තමන් ගෙවිය යුතු අතර ඒ පිලිබඳව දැනුවත් වන්න.

තවද, තොචිගි නගරයේ ලියාපදිංචි පදිංචිකරුවන් වන මාස 6 සිට ප්‍රථමික පාසල් තුන්වන වසරේ දක්වා ළමුන් ද ඇතුලත්ව ඔක්තෝබර් 1 සිට 2027 පෙබරවාරි 28 දක්වා කාලය තුල මාස 6 සහ ඊට වැඩි නමුත් තවමත් ප්‍රාථමික පාසලේ නොමැති දරුවන්ට මෙම කාලය තුළ මාත්‍රා දෙකක් ලැබෙනු ඇති අතර ප්‍රාථමික පාසලේ පළමු ශ්‍රේණියේ සිට කනිෂ්ඨ උසස් පාසලේ තුන්වන වසරේ දක්වා දරුවන්ට මෙම කාලය තුළ එක් මාත්‍රාවක් ලැබෙනු ඇති අතර එක් මාත්‍රාවකට යෙන් 2,500 ක සහනාධාරයක් ලබා දෙනු ලැබේ. , සහනාධාර මුදලත් එන්නත් කිරීමේ පිරිවැයෙත් අතර වෙනස තමන් විසින් ගෙවිය යුතු අතර එම මුදල වෛද්‍ය ආයතනයේ අදාල කවුන්ටරයට ගෙවිය යුතුය.

තමන් විසින් ගෙවිය යුතු මුදලේ ප්‍රමාණය වෛද්‍ය ආයතනය අනුව වෙනස් වන බව කරුණාවෙන් සලකන්න. ඔබට එන්නත ලබා ගැනීමට අවශ්‍ය නම්, කරුණාකර කල්තියා වෙන් කරවා ගැනීමට වග බලා ගන්න.

4. ක්ෂය රෝගය වැළැක්වීම පිලිබඳව

මෙය තොචිගි ප්‍රාන්තයේ දකුණු සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයේ නිවේදනයකි.

සෑම වසරකම සැප්තැම්බර් 24 සිට සැප්තැම්බර් 30 දක්වා "ක්ෂය රෝගය සහ ශ්වසන ආසාදන වැළැක්වීමේ සතිය" ලෙස නම් කර ඇත. තොචිගි ප්‍රාන්තයේ දකුණු සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානය ආවරණය වන ප්‍රදේශය තුළ, විදේශීය උපන් ක්ෂය රෝග රෝගීන්ගේ අනුපාතය වසරින් වසර වැඩි වෙමින් පවතින අතර, තොචිගි ප්‍රාන්තය ජපානයේ සාමාන්‍යයට වඩා ඉහළ අනුපාතයක් පවතී. විශේෂයෙන්, පිලිපීනය, මියන්මාරය සහ ඉන්දුනීසියාව වැනි ආසියානු රටවල් ක්ෂය රෝග රෝගීන් වැඩි සංඛ්‍යාවක් සිටින කලාප වේ. විදේශයන්හිදී වෛරසය ආසාදනය වී ඇති අතර, ජපානයට ඇතුළු වූ පසු, ඔවුන්ගේ ජීවන පරිසරයේ සිදුවන වෙනස්කම් හේතුවෙන් ඔවුන්ගේ ප්‍රතිශක්තිය දුර්වල විය හැකි අතර එය රෝගය වර්ධනය වීමට හේතු වී ඇත.

ක්ෂය රෝගය යනු ආසාදිත පුද්ගලයින්ගේ කැස්ස සහ කිවිසුම් වල අඩංගු "ක්ෂය රෝග බැක්ටීරියා" ආශ්වාස කිරීමෙන් ඇති වන බෝවන රෝගයකි. ආසාදනය යනු අනිවාර්යයෙන්ම රෝගය වර්ධනය වීම යන්නෙන් අදහස් නොවේ. ඔබ ආසාදනය වී ඇති නමුත් රෝගය වර්ධනය නොවන්නේ නම්, අන් අයට ආසාදනය වීම ගැන කරදර විය යුතු නැත. රෝගය වර්ධනය වූ විට, රෝග ලක්ෂණ ඇතිවන අතර සති දෙකකට වඩා පවතින කැස්ස, සෙම, කාලයක් පවතින සුළු උණ, රාත්‍රීට දහඩිය දැමීම, බර අඩු වීම සහ ඇඟපත වේදනාව ඇතුළත් වේ. රෝගය වර්ධනය වුවද, අන් අයට ආසාදනය වීමට පෙර කලින් හඳුනාගත හොත්, රෝහල්ගත කිරීමකින් තොරව ප්‍රතිකාර කළ හැකිය.

කෙසේ වෙතත්, භාෂාව නොතේරීම, සෞඛ්‍ය සේවා පද්ධතිය පිළිබඳ අවබෝධයක් නොමැතිකම, ආර්ථික හේතූන් සහ සංස්කෘතික වෙනස්කම් හේතුවෙන්, රෝග ලක්ෂණ ඇති විට පවා පුද්ගලයින් වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීම ප්‍රමාද කළ හැකි අතර,එමගින් සිදුවන්නේ ක්ෂය රෝගය දරුණු වූ විට පමණක් සොයාගත හැකි වීමයි. වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගැනීම සහ රෝග විනිශ්චය ප්‍රමාද වීම නිසා සේවා ස්ථානවල සහ පාසල්වල වසංගත තත්වයක් ඇතිවීමට ද හේතු විය හැක.

වසංගත තත්වයක් වැළැක්වීම සඳහා කල් ඇතිව හඳුනා ගැනීම වැදගත් වේ. රෝග ලක්ෂණ නොමැතිව වුවද, ඔබේ වාර්ෂික සෞඛ්‍ය පරීක්ෂාව අතරතුර පපුවේ එක්ස් කිරණ පරීක්ෂණයක් කළ යුතුය. එසේම, ඔබේ සෞඛ්‍යයේ යම් වෙනසක් ඔබ දුටුවහොත්, එය "සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාවක්" ලෙස නොසලකා වහාම වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා ගන්න.