ဂျပန်နိုင်ငံလူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးအေဂျင်စီမှကြီးမှူးကျင်းပသည်　出入国在留管理庁主催

မြန်မာစကားနဲ့ ပြောကြမယ်

တိုင်ပင် ဆွေးနွေး ပညာပေး အစီအစဉ်

対話型オリエンテーション（ミャンマー語）

ဂျပန်နိုင်ငံမှာ
နေထိုင်နေတဲ့
မြန်မာနိုင်ငံသားများအတွက်
日本に住んでいる
ミャンマー人のみなさん



လတ်တလော ဂျပန်နိုင်ငံကို
ရောက်လာကြတဲ့
မြန်မာနိုင်ငံသားများအတွက်
最近日本に来た
ミャンマーのみなさん

အစီအစဉ် プログラム	
ပထမပိုင်း 第1部	ဂျပန်နိုင်ငံ၏ စနစ်များအကြောင်း ရှင်းပြခြင်း 日本の 制度の 紹介
ဒုတိယပိုင်း 第2部	ဂျပန်ရောက်မြန်မာများ၏ အတွေ့အကြုံမျှဝေခြင်းနှင့် အမေးအဖြေ ကဏ္ဍ 日本に 暮らす ミャンマー人からの 体験談 & QAセッション

နားလည်သိရှိနိုင်တဲ့အချက်များ 学べること
ကျန်းမာရေးအာမခံ၊ဆေးစစ်ခြင်းနှင့် ကျားမ(ဖို့မ)ကျန်းမာရေး ဆောင်ရန်ရှောင်ရန်များ 健康保険、健診（病気の予防） からだとこころの健康

အတွေ့အကြုံရှိ ဂျပန်ရောက် မြန်မာများမှ အားလုံးသိထားသင့်တဲ့ အကြောင်းအရာတွေကို ပြောပြမယ်

ミャンマー人の先輩から、皆さんに知ってほしいこと！

ဂျပန်မှာ နေထိုင်သူ အချင်းချင်း တွေ့ဆုံ၊ လေ့လာ၊ ဝေမျှကြမယ်

日本に 暮らす 仲間と 出会い、学び、交流しましょう!

နေ့ရက် အချိန် 日時　2026 **10/4** တနင်္ဂနွေ 日曜日　**7-9pm** (JST: ဂျပန်အချိန်)

ပါဝင်နိုင်သူ 対象　ဂျပန်နိုင်ငံတွင် နေထိုင်နေသော မြန်မာနိုင်ငံသားများ၊ လတ်တလောရောက်ရှိလာသူများနှင့် ဂျပန်၏ နေ့စဉ်ဘဝနှင့် ထောက်ပံ့ရေးစနစ်များအကြောင်း ပိုမိုသိရှိလိုသူ မည်သူမဆို

日本に暮らすミャンマー人、日本での日常生活や支援サービスについて詳しく知りたい方

နေရာ 場所　အွန်လိုင်း オンライン　zoom

သတ်မှတ်ဦးရေ 定員　40 ဦး 40人

နောက်ဆုံး စာရင်းသွင်းရက် 申込〆切　9/27 တနင်္ဂနွေ 日曜日

ဒီ QR ကုဒ်ကိုဖတ်ပြီး စာရင်းသွင်းလိုက်ပါ！
申込みはこちら！

https://www.cinga.or.jp/now/9156/

世界をつなぐ。未来をつくる。
ISA 出入国在留管理庁
Immigration Services Agency
ဂျပန်နိုင်ငံ လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးအေဂျင်စီ

စုံစမ်းရန် 問い合わせ

CINGA တိုင်ပင် ဆွေးနွေး ပညာပေး အဖွဲ့
CINGA 対話型オリエンテーションチーム
orientation@cinga.or.jp