विदेशी बासिन्दाहरूको लागि समाचारपत्र

# MIA calendar

## 2026 साल जुलाई ～ सेप्टेम्बर


公益財団法人
武蔵野市国際交流協会
（MIA）
〒180-0022
MusashinoshiSakai2-14-1Swing9F
tel.0422-36-4511 fax.0422-36-4513
https://mia.gr.jp/
कार्यालय समय: मंगल शनि 9 बजे - 5 बजे सम्म
(वर्ष को अन्त्य, नयाँ वर्ष , राष्ट्रिय दिवस बिदा)


☆बिषय तालिका ☆


अभिभावक/ बच्चा सहभागी ! अन्तर्राष्ट्रिय बाल क्लब ......पे. 1
प्राथमिक बिधालयका विधार्थीहरुमा बहुसांस्कृतिक आदानप्रदान 2026 गर्मी कोर्ष
MIA इभेन्ट क्यालेन्डर ......पे. 2
जापानिज कोर्स . परामर्श सत्र ......पे. 3
MIA तथा अन्य संस्थाहरू, र मुसाशिनो शहरको जानकारी ....पे. 4

## 5 वर्षदेखि प्राथमिक बिधालयका बिधार्थीहरुका लागि गर्मी बिदा विशेष कार्यक्रम

**गर्मी बिदाको प्रोजेक्टका लागि पनि एकदम राम्रो !**

**स्थानीय क्षेत्रमा बहुसांस्कृतिक अनुभवहरूको आनन्द लिनुहोस् ♪**

**नि:शुल्क**

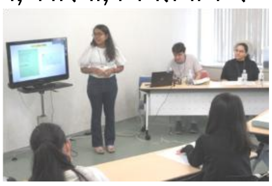
### अभिभावक/ बच्चा सहभागी ! अन्तर्राष्ट्रिय बाल क्लब ! सांस्कृतिक अनुभव कोर्ष

- सहभागी हुन सक्ने व्यक्तिहरु: 5 बर्ष देखि प्राथमिक विधालयका बिधार्थीहरु र अभिभावक 20 जना (निवेदक) ※1o वर्ष माथिका बालबालिकाहरु एक्लै पनि सहभागी हुन सक्नुहुन्छ।
- बिषय: टर्कीको अभिवादन, रमाइला खेलहरु आदि
- प्रस्तुतकर्ता: Mr. Utku Aksoy (टर्की, बिदेशी बिधार्थी)

- कहिले: 7/18(शनि) 10:00-11:00
- कहाँ: सुईङ्ग बिल्डिंग 11F
- आबेदन: 7/16 (बिहि) 17:00 सम्म वेबसाइट

### प्राथमिक विधालय बहुसांस्कृतिक आदानप्रदान कार्यक्रम 2026 गर्मी कोर्ष

- सहभागी हुन सक्ने व्यक्तिहरु: प्राथमिक विधालय 4～6 कक्षाका 12 जना (पहिले आउने, पहिलो प्राथमिकता)
  ※ अभिभावकहरुले पनि अवलोकन गर्न सक्नुहुन्छ ।
- बिषय: बहुभाषिक अनुभव, बहुसांस्कृतिक कुराकानी, क्विज, अन्तरक्रिया
  ※प्राथमिक बिधार्थीहरुले पनि प्रश्न सोध्न सक्नुहुनेछ ।
- प्रस्तुतकर्ता: बिदेशी बिधार्थी(काजाकिस्तान, कोरिया, भियतनाम र लाओसबाट)(योजना)

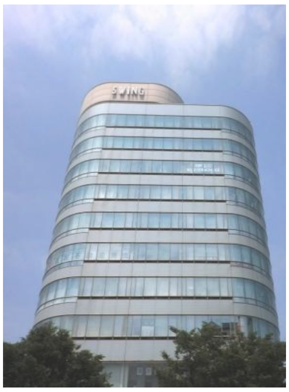


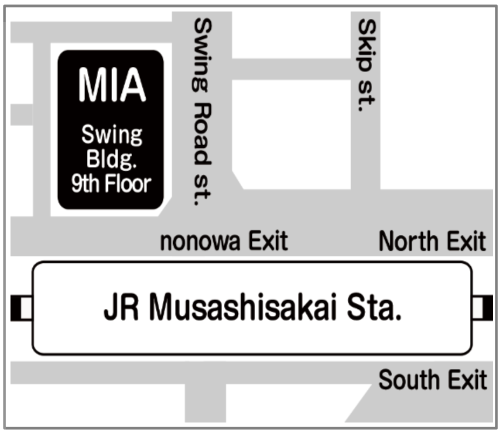
- कहिले: 8/1(शनि) 13:30-15:00
- कहाँ: MIA बैठक कक्ष
- आबेदन: 7/29 (बुध) 17:00 सम्म वेबसाइटबाट

### Access

- **JR Chuo Line or Seibu Tamagawa Line**
  मुशासी साकाई स्टेसन
  स्पेसल र्यापिड यो स्टेसनमा रोक्दैन ।
- उत्तर ढोकाबाट निस्केर बाया तर्फ 1 मिनेट दुरीमा छ

**nonowa**बाट निस्किनु भएमा दाया तर्फ निस्किने बित्तिकै छ ।





## जापानीज मातृ भाषा नभएका आमाबाबु र बालबालिकाको लागि उच्च माध्यमिक बिधालय प्रवेश सबन्धि परामर्श जानकारी र व्यक्तिगत परामर्श पनि छ ।

- **कहिले: 7/12(आइत)** **पहिलो सत्र (चाइनीज • तागालग • थाई भाषा र अन्य) 13:00～15:00**
  **दोस्रो सत्र (नेपाली • अँग्रेजी • बंगाली भाषा र अन्य) 15:00～17:00**
  ① र ② मा कुनै एकमा सहभागी हुन सक्नुहुनेछ ।
- **कति: 15 समुह (पहिलो आउने पहिलो प्रथिमकताबाट)**
- **कहाँ: सुईङ्ग बिल्डिंग 10F र 11F**
- **सहभागी शुल्क: 500 येन (गाइडबुक शुल्क)**
- **आबेदन: 7/9 (बिहि)सम्म फोनबाट वा वेबसाइटबाट**
  **0422-36-4511 mia@coral.ocn.ne.jp**

जानकारी साथै सिनियरहरुको अनुभव र सोधपुछ पनि गर्नसकिनेछ

व्यक्तिगत(बुथ) सल्लाह पनि

---

**9/12 - 10/31**
**(हरेक शनिवार)**
**10:00-12:00**

भेतनामी भाषा
कुराकानी आदान प्रदान कक्ष
**Mr. Tran Quan Khai** (भेतनाम)

भेतनामी भाषाका सरल सजिलो भाषा सिकौं र कुराकानी गरौं । त्यहाँ सांस्कृतिक परिचय पनि हुनेछन् ।

- कहाँ: सुईङ्ग बिल्डिंग 9F MIA बैठक कक्ष
- सहभागी हुन सक्ने व्यक्तिहरु :
  ①②③भित्र पर्ने व्यक्तिहरु
  ①18 वर्ष वा सोभन्दा माथिका ② भेतनामी भाषा कहिल्यै नपढेका ③ साधारण जापानिज भाषा बुझ्नेहरु 18 जना
- कति:साधारण6,000येन /MIAसदस्यहरुका लागि 4,000येन
- आबेदन 8/25(मंगल) सम्म (गोलाप्रथाबाट)

---

**9/26 (शनिवार)**
**11:00-14:00**
नेपाली घरेलु खाना कक्ष

**Ms. Suwal Laxmi Shova** (नेपाल)

संगै म:म: बनाउने र परिचय गराइने ।

- कहाँ: निसीकुबो कम्युनिटी सेन्टर भान्छा कोठा
- सहभागी 18 वर्ष वा सोभन्दा माथिका 12 जना
- कति: साधारण 2,000**येन**/MIAसदस्यहरुका लागि 1,000**येन**
- एप्रोन र बोकेर लग्न मिल्ने बट्टा ल्याउनुहोला
- आबेदन 9/10(बिहि) 17:**00** सम्म

---

**10/3 (शनिवार)**
**14:00-15: 30**
**नि:शुल्क**

विश्वको बारेमा जान्नुहोस् !
विश्वका मानिसहरूसँग अन्तरक्रिया गर्नुहोस् !
सिंगापुर
**Mr. Lim Si Wei** (सिंगापुर)

सिंगापुरको कुरा , जीवन, संस्कृति र जापानको जीवन आदिको बारेमा कुराकानी गरिनेछ ।

- कहाँ: सुईङ्ग बिल्डिंग 10F
- सहभागी संख्या 25 जना
- आवेदन 10/1(बिहि)सम्म

※ फोनबाट पनि आबेदन लिईनेछ ।

---

## मुसाशिनो FM (78.2MHz)

समाचार **MIA**बाट सोमबार-शुक्रबार **10:30-10:35**
**MIA** प्लाजा हरेक महिनाको चौथो शनिवार **18:00-18:30**

MIAको मुसाशिनो रेडियोमा 2 वटा कार्यक्रम छन् !
♪♪♪

---

* खानाको इभेन्ट सबन्धमा एक दिन अगाडी र सोहि दिन क्यान्सेल गरेको खण्डमा सहभागी शुल्क फिर्ता हुने छैन ।
* यदि सहभागीहरूको संख्या क्षमता भन्दा बढी भयो भने, पहिलो पटक सहभागीहरूलाई प्राथमिकता दिई गोलाप्रथा गरिनेछ ।

कार्यक्रमहरु क्यन्सेल वा सामग्री परिवर्तन हुन सक्नेछ । यदि सामग्रीमा कुनै परिवर्तन भएको खण्डमा जानकारी वेबसाइटमा राखिनेछ।

**[व्यक्तिगत जानकारीको प्रयोग र सुरक्षाको बारेमा]** आवेदनको समयमा प्राप्त व्यक्तिगत जानकारी केवल कार्यक्रम आवेदन स्वीकृति, गतिविधि सम्बन्धी सम्पर्क र प्रशिक्षकलाई सहभागीहरूको जानकारी प्रदान गर्ने उद्देश्यका लागि मात्र प्रयोग गरिनेछ। व्यक्तिगत जानकारीको संरक्षण सुनिश्चित गर्न, यसलाई अन्य कुनै उद्देश्यका लागि प्रयोग गरिने छैन वा तेस्रो पक्षलाई प्रदान गरिने छैन ।

# जापानिज कोर्ष ☎ 0422-36-4511 https://mia.gr.jp/foreigner/japanese

① **बिदेशीहरुको लागी M IAजापानिज कोर्ष**
बिहिबार 10/1～12/3
शुक्रबार 10/2～12/4
शनिवार 10/3～12/5

・संख्या 20 जना
・समय 10:00-12:00
・कक्षा 10 पटक
・शुल्क 6,000 येन

बिहिबार, शुक्रबार बच्चाको हेरचाह सुबिधा पनि छ। शुल्क 600 येन लाग्नेछ।

② **पहिलोपटकको जापानिज कोर्ष(संवाद/अक्षर)**
बिहिबार 9/3～11/19
शनिवार 9/5～11/21

・संख्या 10 जना
・समय ☆18:30-20:30(बिहि)☆
☆13:00-15:00(शनि)☆
・कक्षा 12 पटक
・शुल्क 1,200 येन ※ पुस्तक शुल्क(1,430 येन)

प्राथमिक र जुनियर हाई स्कूलका बिधार्थीहरुको लागि अध्ययन सत्र (सहयोगी कोर्ष) निशुल्क ☎0422-36-4511

| प्राथमिक र जुनियर हाई स्कूलका विधार्थीहरुको लागि सहयोगी कोर्ष | कहिले | |
|---|---|---|
| | ① 9/9-12/23 हरेक बुधबार<br>※ 9/23 को दिन बिदा<br>② 9/11－12/18 हरेक शुक्रबार<br>① र ② दुवैमा 15:30-17:00<br>10जना | ■ स्थान MIA बैठक कोठा<br>＊सार्वजनिक प्राथमिक र माध्यमिक बिधालयमा पढ्ने बिधार्थी ।<br>＊ बिचबाट पनि सहभागी हुन सकिन्छ MIA मा सल्लाह गर्नुहोला । |

## MIAपरामर्श सत्र ☎ 0422-56-2922 https://mia.gr.jp/foreigner/consultation

वकिल, मानसिक र मानोबैज्ञानिक आदी सबन्धित विशेषज्ञहरूले तपाईंहरुसंग परामर्श गर्नेछन् । अनुवादक रहने छन् । कुराकानी गोप्य राखिने छ ।
बुकिङ नि:शुल्क

**7/25 (शनि)/8/29(शनि) /9/26(शनि) ・समय: 13:00－16:00 ・सुईङ्ग भवन 9F**

9 भाषाहरुमा परामर्श@MIA नि:शुल्क/ MIAलाई फोन गर्नुहोस् वा हामीकहाँ आउनुहोस् । अनुवाद र अनुवादक सेवाहरूमा पनि सहयोग गर्छौं ।

| जापानिज・अंग्रेजी・चाइनिज・नेपाली・कोरियन | | मंगल, बुध, बिहि, शुक्र, शनि 9:00-5:00 | |
|---|---|---|---|
| स्पेनिस भाषा | दोस्रो मंगलबार 3:00-5:00<br>(7/14, 9/8) | नर्वेजियन भाषा | दोस्रो बुधबार 2:00-4:00<br>(7/8, 8/12, 9/9) |
| रसियन भाषा | दोस्रो शुक्रबार 10:00-12:00<br>(7/10, 8/14, 9/11) | जर्मनी भाषा | तेस्रो मंगलबार 2:00-4:00<br>(7/21, 8/18, 9/15) |

**MIA देखि बाहेकको परामर्श सत्र । सेवा नि:शुल्क हो ।**

| कहिले | कहाँ | सम्पर्क |
|---|---|---|
| 7/18 (शनि)<br>13:00-16:00<br>＊बुकिङ 6/26 सम्म | सेतागाया कु सेइज्योउ 6-2-1<br>सेइज्योउ हल (किनुता कुमिनखान)<br>स्युउखाइ सिचु | सेतागाया कु बुनका・कोकुसाइखा<br>03-6304-3439 |
| 8/30 (आइत)<br>13:30-16:00<br>＊बुकिङ 8/23 सम्म | बुनक्योउ कु खासुगा 1-16-21<br>बुनक्योउ सिबिक्कु सेन्टर 5Fखाइगी सिचु<br>※अनलाइन(zoom)बाट पनि सहभागी हुन सकिनेछ। | बुनक्योउ तागेनगो सपोर्ट नेटवर्क<br>E-mail: bunkyotagen5sn@gmail.com |
| 9/12 (शनि)<br>14:00-17:00<br>＊बुकिङ 9/6 सम्म | हिगासीमुरायामा सी नोगुची च्यो 1-46<br>हिगासीमुरायामा सी सिमिन स्टेसन<br>सानपारुने 2F कान्भेसन हल | हिगासीमुरायामा सी सिमिन सोउदान कोउरयूका<br>042-393-5111 |

**नि:शुल्क**

**बुकिङ नपर्ने**

＊मुसाशिनो शहरमा बसोबास गर्ने एक वर्ष पुगेका वा दुई वर्ष पुग्न लागेका बालबालिकाहरूले भाग लिन सक्छन् । बिचमा पनि सहभागी हुनसक्छन् ।

## चिबिक्को ल्याण्ड वान

टनेल, भऱ्याङ र स्लोपजस्ता ठाउँहरुमा खेल्न सकिन्छ।

- कहिले: 7/10 (शुक्र) र 9/11 (शुक्र) 10:30 - 11:30
- कहाँ: साकुराजुचुमी जिदोखान पहिलो तल्लाको हल
- सोधपुछ: साकुराजुचुमी जिदोखान **TEL 0422-53-2206**

**नि:शुल्क**

**बुकिङ नपर्ने**

**＊मुसाशिनो सीमा बस्ने 0 वर्ष देखि पाँचवर्ष सम्मका बालबालिका र अभिभावकहरु सहभागी हुन सकिनेछ ।**

## मिजुमिजु ल्याण्डको [आसोबेरु दोउसुइजोकुकान]

साँच्चिकै पानीमा बस्ने जीवहरूसँग खेल्न सक्नुहुन्छ ।

- कहिले: 8/6 (बिहि) 10:00 - 11:30
- कहाँ: 0123 किचिजोजी
- सोधपुछ: 0123 किचिजोजी
- TEL 0422-20-3210

## मुसासिनो सहरमा बस्ने व्यक्तिहरुमा जीवनयापनमा गाह्रो भएका व्यक्तिहरु

आफ्नो समस्या वा चिन्ताको बारेमा परामर्श गर्नुहोस्

मुसासिनो सहर
स्वास्थ तथा कल्याण बिभाग
जीवन तथा कल्याण विभाग
जीवनयापन परामर्शक

**सोमबार～शुक्रबार**

**8:30-17:00**

**0422-60-1254**

## [मारिनबा एण्ड पियानो चम्किलो गर्मीको कन्सर्ट]

तोइकुरोनको कन्सर्ट अभिभावक र बच्चाहरूले सँगै बसेर रमाइलो लिन सक्नेछन् ।

- कहिले: 8/26(बुध) 10:00 - 11:15
- कहाँ: 0123 हाराप्पा
- आवेदन/सोधपुछ: 0123 हाराप्पा
  TEL 0422-56-3210

## अप्रिलदेखि साइकलका ट्राफिक नियमहरू परिवर्तन भएका छन् !

नियम पालना गरेर साइकल चलाऔ ।

ट्राफिक नियम उल्लङ्घनका उदाहरण: ट्राफिक सिग्नल उल्लङ्घन गर्नु, छाता ओढेर साइकल चलाउनु,,सडकको दायाँबाट साइकल चलाउनु, इयरफोन आदि प्रयोग गर्दै साइकल चलाउनु, पैदलमार्गमा बिस्तारै नचलाउनु आदि ।

थप जानकारीका लागि ट्राफिक प्रहरी को वेबसाइट हेर्नुहोस् ।
URL:https://www.npa.go.jp/bureau/traffic/bicycle/portal/system.htm

**नि:शुल्क**

मुसाशिनो शहरले बढ्दो महँगीको भार कम गर्न र गर्मीको मौसमको गर्मीबाट जोगिन यस वर्ष गर्मीका 4 महिनासम्म खानेपानी शुल्कको आधारभूत शुल्क नि:शुल्क गरेको छ।

थप जानकारीका लागि "सिहो मुसाशिनो" को 6/1 को अंक हेर्नुहोस्।

## ◆MIA सूचना◆

MIA र साकुराजुचुमी जिदोखानमिलेर कार्यक्रम आयोजना गरेकाछौं ।

### विदेशी आमाबुबा र बच्चाहरूको अन्तरक्रिया कार्यक्रम

- सहभागी हुन सक्ने व्यक्तिहरु: मुसाशिनो सीमा बस्ने बिदेशी मूल भएका व्यक्तिहरु वा बच्चाहरु ※ वयस्क मात्र पनि सहभागी हुन सक्नुहुन्छ ।
- कहिले: 9/10(बिहि) 10:30 - 11:30
- कहाँ: सुईङ्ग बिल्डिंग 11F रेन्बो सारोन
- आवेदन/सोधपुछ: MIAमा फोनबाट वा वेबसाइटबाट

TEL **0422-36-4511**

MIAडाटा
2026-6-1
हाल सदस्यहरु 444जना
विदेशी सदस्यहरु 742 जना (70 देश ·क्षेत्रहरुबाट)

＊MIA क्यालेन्डर ［सरल जापानिज भाषा］मा लेखिएको छ।