

Introduction



北海道国際交流センター
Hokkaido International Foundation (HIF)

2025

■HIFについて <HIFအကြောင်း>

(一財) 北海道国際交流センターは函館に拠点をおき、北海道における人と人との交流を通じて国際相互理解教育の推進と世界の平和に貢献することを目的に、ボランティア団体から一般財団法人へと発展してきた団体です。

ホームステイプログラムを中心とした幅広い国際交流事業をはじめ、グローバルキャリア形成などの人材育成、若者や生活困窮者の就労・自立支援やボランティア・環境保護活動の情報発信など、多岐にわたる事業に取り組んでいます。

Hokkaido International Foundation/ဟော့ကိုင်းဒိုးနိုင်းငံတကာဖောင်ဒေးရှင်း (HIF) သည်

ဟကိုဒဲတဲကိုအခြေစိုက်၍ ဟော့ကိုင်းဒိုးနိုင်းလူ့အချင်းချင်းဆက်ဆံရေးဖလှယ်ခြင်းဖြင့်နိုင်ငံတကာအပြန်အလှန်နားလည်မှုပညာရေးကိုမြှင့်တင်ရန်နှင့်ကမ္ဘာ့ငြိမ်းချမ်းရေးကိုပံ့ပိုးကူညီရန်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်စေတနာ့ဝန်ထမ်းအဖွဲ့မှလူထုအကျိုးပြုလုပ်ငန်းများလုပ်ဆောင်သောအများပြည်သူအကျိုးပြုဖောင်ဒေးရှင်း အဖြစ်တိုးတက်လာသောအဖွဲ့အစည်းဖြစ်သည်။

ဒေသခံများ၏အိမ်၌နေထိုင်သင်ယူမှုအစီအစဉ်ကိုဗဟိုပြု၍ကျယ်ပြန့်သောနိုင်ငံတကာဖလှယ်ရေးလုပ်ငန်းများအပါအဝင်ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာအသက်မွေးဝမ်းကြောင်းတည်ဆောက်မှုကဲ့သို့သောလူ့စွမ်းရည်မြှင့်တင်မှု၊လူငယ်များနှင့်အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းအခက်အခဲရှိသူများအတွက်အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေရေးနှင့် ကိုယ်တိုင်ရပ်တည်နိုင်ရေးအတွက် အထောက်အပံ့ပေးခြင်း၊စေတနာ့ဝန်ထမ်း လှူရှားမှုများနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးဆိုင်ရာသတင်းအချက်အလက်များ ထုတ်လွှင့်ခြင်းစသည့် အမျိုးမျိုးသော လုပ်ငန်းများတွင် တက်ကြွစွာ ပါဝင်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

■ 在住外国人のための函館生活ガイドブック

ဟကိုဒတဲ၌နေထိုင်သောနိုင်ငံခြားသားများအတွက်လူနေမှုလမ်းညွှန်စာအုပ်

健康保険・年金・医療・日本語学習など暮らしに役立つ情報
ကျန်းမာရေးအာမခံ၊ပင်စင်၊ဆေးကုသမှု၊ဂျပန်ဘာသာသင်တန်းစသော
နေထိုင်မှုအတွက်အသုံးဝင်သောသတင်းများ

Hakodate Living Guide
for Foreign Residents 2025



Hakodate City



はこだて す
函館に住むみなさんの
せいかつ が い と ぶ っ く
生活ガイドブック2025
ざいじゅうがにこくじん はこだてせいかつ が い と ぶ っ く
在住外国人のための函館生活ガイドブック2025



はこ だて し
函 館 市

■ 函館市外国人生活相談窓口 ဟကိုဒတဲနိုင်ငံခြားသားများနေထိုင်မှုဆွေးနွေးကောင်တာ

★ どうやって連絡する？ ဘယ်လိုဆက်သွယ်ရမလဲ？ ★

- 電話(ဖုန်း) → 0138-86-6065
- メール(အီးမေးလ်) → hakodatelife@hif.or.jp
- facebook
- WeChat
- Instagram
- 窓口に来る (HIFရုံးသို့လာရောက်)



4 F

HIF၏လိပ်စာ
14-1 Motomachi, Hakodate



■ サポートについて

အထောက်အပံ့အကြောင်း

① 情報提供

- 日本の各種社会制度や生活習慣
- 暮らしに役立つ情報（銀行、お店など）
- 函館の文化、スポーツ、観光施設
- 病院などの医療についての情報
- 日本語教育の情報
- 函館のイベント、ボランティア情報

① သတင်းအချက်အလက်ပံ့ပိုးခြင်း

- ဂျပန်နိုင်ငံ၏စနစ်အမျိုးမျိုးနှင့် နေထိုင်မှုထုံးတမ်းများ
- နေ့စဉ်ဘဝတွင် အကျုံးဝင်သောသတင်းများ(ဘဏ်ဆိုင် စသဖြင့်)
- ဟကိုဒတဲ၏ယဉ်ကျေးမှုအားကစားနှင့် ခရီးသွားဆိုင်ရာ အဆောက်အအုံနေရာများ
- ဆေးရုံစသောဆေးကုသမှုဆိုင်ရာသတင်းအချက်အလက်များ
- ဂျပန်ဘာသာစကားသင်ကြားမှုသတင်းအချက်အလက်များ
- ဟကိုဒတဲရှိစေတနာ့ဝန်ထမ်းလှုပ်ရှားမှုများနှင့်ပွဲသတင်းအချက်များ

② 生活相談

- 日常生活を送るうえでの困りごとや悩みごと
- 函館で暮らして困ったこと（病院や子供の教育）
- トラブルが起きた時の相談（事故、対人問題など）

② နေထိုင်မှုဆိုင်ရာဆွေးနွေးမှုများ

- နေ့စဉ်ဘဝကိုဖြတ်သန်းရာ၌ကြုံတွေ့ရသောအခက်အခဲနှင့်စိုးရိမ်မှုပန်မှုများ
- ဟကိုဒတဲတွင်နေထိုင်ရာ၌ကြုံတွေ့ရသောအခက်အခဲများ(ဆေးရုံနှင့်ကလေးများ၏ပညာရေး)
- ပြဿနာများမတော်တဆမှုများဖြစ်ပွား၍ဆွေးနွေးမှု(မတော်တဆအမျိုးမျိုးနှင့်လူမှုရေးပြဿနာများ)



はこ だて し がい こく じん せい かつ そう だん まど ぐち 函 館 市 外 国 人 生 活 相 談 窓 口

はこだてし しゅうへん す がいこく かた た げんご むりよう そうだん うけたまわ
函館市と周辺に住む外国の方、多言語で無料相談を承ります
为居住在函馆及近郊的外国人提供免费外语咨询服务
函館市多文化共生・国際化推進業務委託事業 | 函館市多文化共生・国際化推進业务委託事业

相談のテーマ・咨询内容：



電話通訳サービス(無料)をご利用の場合は、これらの言語に対応しています

下述语言皆可使用免费电话翻译服务进行咨询

한국・ភាសាខ្មែរ・Tiếngviệtnam・Bahasa Indonesia・Tagalog・नेपाली・Português・Español
Lefrançais・اردو・українська・русский・Melayu・မြန်မာ/ไทย・Монгол・සිංහල・বাংলা・عربي

お問い合わせ・联系我们：

🕒 月曜～金曜 09:00～17:00・周一至周五 09:00-17:00

📞 0138-86-6065

✉️ hakodatelife@hif.or.jp

🌐 https://www.hif.or.jp/hakodatelife/info

📍 HIF又は函館市役所窓口で対面相談もできる。
您也可以到HIF或函馆市政府，面对面进行咨询。

北海道国際交流センター

〒040-0054 北海道函館市元町14-1

函館市企画部国際・地域交流課

〒040-8666 北海道函館市東雲町4-13



Facebook



Instagram



WeChat



HA KODATE CITY FOREIGN RESIDENTS' ASSISTANCE DESK

はこ だて し がい こく じん せい かつ そう だん まど ぐち
函 館 市 外 国 人 生 活 相 談 窓 口

We provide professional and multilingual consultations free of charge
to all foreign residents living in Hakodate City and surrounding areas
Hakodate City Multicultural Coexistence and Internationalization Promotion Commission Project

TOPIC OF CONSULTATIONS:



If you use a phone interpretation service, these languages are available:

한국・ភាសាខ្មែរ・Tiếngviệtnam・Bahasa Indonesia・Tagalog・नेपाली・Português・Español
Lefrançais・اردو・українська・русский・Melayu・မြန်မာ/ไทย・Монгол・සිංහල・বাংলা・عربي

CONTACT US:

🕒 Consultation Time: Monday-Friday 09:00-17:00

📞 0138-86-6065

✉️ hakodatelife@hif.or.jp

🌐 https://www.hif.or.jp/hakodatelife/info

📍 Visit HIF or Hakodate City Hall office for an in-person consultation at these addresses:

Hokkaido International Foundation
〒040-0054 Hokkaido, Hakodate,
Motomachi 14-1

Hakodate City International & Intercity Affairs
Section Planning Department
〒040-8666 Hokkaido, Hakodate,
Shinonome-cho 4-13



Facebook



Instagram



WeChat

■HIFの事業一覧

HIF ၏လုပ်ငန်းများ

国際交流(နိုင်ငံတကာနှီးနှောဖလှယ်ပွဲ)

- ・留学生向けホームステイプログラム
 - ・各種イベント、セミナー
 - ・NPO、NGO、ボランティアのサポート
 - ・日本語教室、日本語サロン
- (詳しくはJTSのウェブサイトをご覧ください)



- ・ နိုင်ငံတကာကျောင်းသားများအတွက်
ဒေသခံများ၏အိမ်၌နေထိုင်သင်ယူမှုအစီအစဉ်များ
 - ・ ပွဲများနှင့် ဆွေးနွေးပွဲများ
 - ・ NPO၊ NGO နှင့် စေတနာ့ဝန်ထမ်းများအတွက် ပံ့ပိုးကူညီခြင်း
 - ・ ဂျပန်ဘာသာစကားသင်တန်းနှင့် ဂျပန်စကားပိုင်း
- (*ဂျပန်ဘာသာစကားသင်တန်းနှင့် ဂျပန်စကားပိုင်းအတွက် အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို JTS ဝက်ဘ်ဆိုဒ်တွင် ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်)



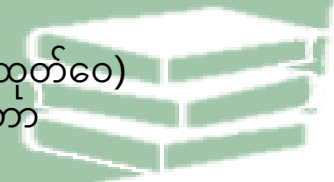
人材育成・自立支援 (အရည်အချင်းပျိုးထောင်ခြင်းနှင့် ကိုယ့်ဒူးကိုယ်ချန်နိုင်ရန်ထောက်ပံ့ခြင်း)

- ・ 生活就労サポート
- ・ 生活困窮者学習支援
- ・ にこにこ子ども食堂
- ・ 女性つながりサポート事業
- ・ အသက်မွေးဝမ်းကြောင်းနှင့် လူနေမှုဘဝထောက်ပံ့မှု
- ・ ဆင်းရဲနွမ်းပါးသူများအတွက်သင်ကြားမှုထောက်ပံ့များ
- ・ နီကိုနီကို ကလေးစားသောက်ခန်းမ
- ・ အမျိုးသမီးထောက်ပံ့လုပ်ငန်းများ



情報発信 (သတင်းဖြန့်ဝေခြင်း)

- ・ フリーペーパー「CLIP」
- ・ 函館市外国人生活相談窓口
- ・ 函館市亀尾ふれあいの里
- ・ "CLIP" အခမဲ့မဂ္ဂဇင်း(၂လလျှင်တစ်ကြိမ်ထုတ်ဝေ)
- ・ နိုင်ငံခြားသားများလူနေမှုဆွေးနွေးကောင်တာ
- ・ Kameo Farm



■ 日本語教室

ဂျပန်ဘာသာသင်တန်း



2025年度函館市 (2025 Hakodate)

にほんごきょうしつ

日本語教室

Japanese Class

受講生募集

For foreigners

受講料無料！

Free tuition!

2025年5月8日 (Thu) 開講 (Start)

月曜日 (Mon) 18:45～20:00 入門 (beginner)/初級 I (primary 1)

木曜日 (Thu) 9:45～11:00 読み書き (reading & writing)
11:15～12:30 入門 (beginner)/初級 I (primary 1)
18:45～20:00 初級 II (primary 2)

日曜日 (Sun) 10:30～11:45 初級 I (primary 1)

☆場所: 函館市青年センター Hakodate Seinen Center

千代台電停 徒歩1分 One minute walk from Chiyogadai tram stop

☆申し込み: 随時受付 Registration at any time

☆お問い合わせ・申し込み先 For more information and application, please contact us

函館市企画部国際・地域交流課

International & Intercity Affairs Section, City of Hakodate

TEL 0138-21-3619 FAX 0138-23-7604 hkd-intl@city.hakodate.hokkaido.jp

北海道国際交流センター (HIF)

Hokkaido International Foundation

TEL 0138-22-0770 FAX 0138-22-0660 info@hif.or.jp

函館日本語教育研究会 (JTS)

Japanese Teaching Society Hakodate

TEL 090-9627-5914 <https://takako9.wixsite.com/nihongo-jts/japanese-class>



■ ワークショップ・イベント

< အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများနှင့် ပွဲများ >

HIFは、留学生と在住外国人のための
ワークショップやイベントを開催しています。
いろいろなイベントを通じて国際交流を深めましょう

HIF သည် နိုင်ငံခြားသားကျောင်းသားများနှင့် နေထိုင်သူများအတွက် အလုပ်ရုံဆွေးနွေးပွဲများနှင့် ပွဲများကို ကျင်းပလျက်ရှိသည်။

အမျိုးမျိုးသော ပွဲများမှတစ်ဆင့် နိုင်ငံတကာနီးနှောဖလှယ်မှုကို တိုးမြှင့်ကြပါစို့။



■ これからのイベント < မကြာမီကျင်းပမည့်ပွဲများ >

7月12日 (土) ဇူလိုင်လ၁၂ရက်(စနေနေ့)

地球まつり ချုံခရူးမာကျွတ်ရီ (ကမ္ဘာပွဲတော်)

会場：函館市地域まちづくりセンター

နေရာ: Hakodate Chiiki Kouryu Machizukuri Center



■ これからのイベント < မကြာမီကျင်းပမည့်ပွဲများ >

8月11日 (月) သြဂုတ်လဘရက်(တနင်္လာနေ့)

夏野菜の収穫体験

နွေရာသီဟင်းသီးဟင်းရွက်ရိတ်သိမ်းခြင်းအတွေ့အကြုံ

会場：亀尾ふれあいの里

နေရာ: Kameo Fureai no Sato



■ これからのイベント < မကြာမီကျင်းပမည့်ပွဲများ >



※内容が変更になる場合がありますのでご注意ください。

HIF HP, SNSなどでイベント情報をお知らせします。

အကြောင်းအရာများနှင့်နေ့ရက်များပြောင်းလဲနိုင်ပါကြောင်းအသိပေးအပ်ပါသည်။

HIF ၏ HP(အင်တာနက်စာမျက်နှာ), SNS(လူမှုကွန်ရက်အကောင့်)တို့မှလည်း
ပွဲသတင်းများကိုအသိပေးအကြောင်းကြားလျှက်ရှိပါသည်။



CHECK!



■連絡先 <ဆက်သွယ်ရန်>

一般財団法人 北海道国際交流センター
〒040-0054 北海道函館市元町14-1

Hokkaido International Foundation
လိပ်စာ : 14-1 Motomachi, Hakodate, Hokkaido

- ဖုန်း : 0138-22-0770
- အီးမေးလ် : event@hif.or.jp
- HP : <http://www.hif.or.jp>



受付時間 : 月曜～金曜 9:00a.m.～5:30p.m.
ရုံးဖွင့်ချိန် : တနင်္လာနေ့မှသောကြာနေ့ထိ မနက်ဇနာရီမှညနေ၅နာရီ



[illegible]