วารสาร

ส.น.ญ.น.

สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่น ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขาภาคเหนือ

タイ王国元日本留学生協会国王陛下御支援団体北部支部

ปีที่ 28 ฉบับที่ 1 พฤษภาคม 2567 – ธันวาคม 2567

แนะนำคณะกรรมการบริหารสมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่น ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขาภาคเหนือ (ปีบริหาร 2567 - 2569)

ประธาน

ผศ.ดร.ธนียา เจติยานุกรกุล
คณะวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

รองประธานฝ่ายพัฒนาองค์กรและกิจการพิเศษ

ผศ.ดร.พีระวุฒิ วงศ์สวัสดิ์
ข้าราชการบำนาญ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

รองประธานฝ่ายบริหารทรัพย์สินและต่างประเทศ

ผศ.ดร.จารึก สิงหปรีชา
คณะเศรษฐศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

รองประธานฝ่ายสมาชิกสัมพันธ์และนายทะเบียน

ผศ.ดร.เฉลิมพล คงจิตต์
วิทยาลัยศิลปะ สื่อ และเทคโนโลยี
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เลขาธิการและฝ่ายกิจการภายใน

นายเก่ง หาญวิริยะพันธุ์
บริษัท AIES Corporation Limited

กรรมการบริหารฝ่ายสาราณียกรและรองเหรัญญิก

รศ.ดร.อัญชลี วรรณสาร
คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กรรมการบริหารฝ่ายเครือข่าย

รศ.ดร.เศรษฐ์ สัมภัตตะกุล
สำนักบริการวิชาการ
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กรรมการบริหารฝ่ายกิจกรรมต่างประเทศ

ผศ.ดร.ภก.สมจริง รุ่งแจ้ง
คณะเภสัชศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กรรมการบริหารฝ่ายสื่อสารองค์กรและสมาชิก

ผศ.ดร.อักษรา ทองประชุม
คณะสาธารณสุขศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กรรมการบริหารฝ่ายกิจการพิเศษ

อ.อัณณ์ชญาณ์ กุลชนาเกียรติ
มูลนิธิส่งเสริม
และพัฒนาการศึกษาไทย-ญี่ปุ่น (TJEDF)

กรรมการบริหารฝ่ายวิเทศสัมพันธ์

อ.จิระพงศ์ ไชยชาววงศ์
วิทยาลัยบริหารศาสตร์
มหาวิทยาลัยแม่โจ้

กรรมการบริหารฝ่ายกิจกรรมเพื่อสังคม

ผศ.ดร.สุริยะ ทองมุณี
คณะวิศวกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กรรมการบริหารฝ่ายภาษาและศิลปวัฒนธรรม

รศ.ดร.จิรันธนิน กิติกา
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กรรมการบริหารฝ่ายวิชาการสมาคมและรองเลขาธิการ

น.ส.วราภรณ์ เนตรศิลป์
สถานกงสุลใหญ่ญี่ปุ่น ณ นครเชียงใหม่

เจ้าหน้าที่สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่น ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขาภาคเหนือ

ผู้จัดการ

น.ส.สุขุมาล สุกโชติรัตน์

เจ้าหน้าที่ธุรการ

น.ส.สุทธิดา รัตนวัฒนาพร

แม่บ้าน

น.ส.บังอร โปธิ

สารบัญ

contents

- **สารจากประธาน ส.น.ญ.น.** 4
- **บทความ 1 : สัพเพเหระ** 5

  โดย นาด-ยา
- **บทความ 2 : ปีม้าไฟ ความเชื่อ และอัตราการเกิด** 10

  โดย บัณฑิต ประดิษฐานุวงษ์
- **บทความ 3 : Vegan in Tokyo** 13

  โดย Maneki-Neko
- **บทความ 4 : ญี่ปุ่นเริ่มใช้แบงค์ใหม่ในรอบ 20 ปี** 18
- **แนะนำสมาชิกใหม่** 23
- **ข่าวประชาสัมพันธ์** 25

จาก...ฝ่ายสาราณียกร

สวัสดีปีใหม่ 2568 ค่ะ วารสารฉบับนี้เป็นฉบับแรกของคณะกรรมการบริหารชุดใหม่ ส.ณ.ญ.น. วาระปี พ.ศ. 2567-2569 ซึ่งรูปแบบอาจต่างไปจากเดิมเล็กน้อยโดยกิจกรรมและความเคลื่อนไหวของสมาคมฯ ในแต่ละเดือน ได้นำเสนอสมาชิกผ่าน Newsletter ประจำเดือนไปแล้ว ซึ่งสามารถติดตามย้อนหลังได้ทุกฉบับผ่านหลายช่องทาง (ดังแนบด้านล่าง) และหากท่านใดต้องการรับเป็นเล่มก็สามารถแจ้งเข้ามาเป็นรายบุคคลได้นะคะ ยินดีส่งให้ถึงบ้านค่ะ

วารสารฉบับนี้จึงได้เน้นเนื้อหาที่เป็นบทความจากท่านสมาชิกที่ส่งมาแบ่งปันกัน ทั้งเรื่องราวที่ประทับใจ เรื่องอาหารการกิน รวมถึงบทความที่น่าสนใจและคิดว่าเป็นประโยชน์ต่อสามชิก ดิฉันขอขอบพระคุณ **ผศ.นาฏยา ตนานนท์ ผศ.ดร.เบญจมาศ นิลสุวรรณ์** และ **คุณบัณฑิต ประดิษฐานุวงษ์** สำหรับบทความที่นำส่งมาให้พวกเราอ่านด้วยนะคะ หากท่านใดต้องการแบ่งปันเรื่องราวต่างๆ ให้สมาชิกรับทราบหรือช่วยเหลือกัน ก็สามารถส่งมาที่อีเมล์ด้านล่างได้นะคะ ด้วยความยินดีที่จะเป็นสื่อกลางเชื่อมความผูกพันธ์ระหว่างสมาชิกของสมาคมฯ ชาวเหนือทุกคนค่ะ

ท้ายนี้ ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยได้โปรดคุ้มครองให้ทุกท่านมีสุภาพกาย สุขภาพใจที่แข็งแรง ประสบความสุขความเจริญ แคล้วคลาดจากภัยอันตรายทุกประการเทอญ

ด้วยความเคารพ

รศ.ดร.อัญชลี วรรณสาร
สาราณียกร
e-mail : kdantra@gmail.com

Facebook
สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่นฯ
สาขาภาคเหนือ

Website
www.ojsatn.or.th

Line Official

สมัครสมาชิก
ส.น.ญ.น.

ฝ่ายสาราณียกร
รองศาสตราจารย์ ดร.อัญชลี วรรณสาร

ข้อมูลภาพประกอบหน้าปก
ร้านอาหารในเมือง Atami
รูปต้นฉบับจาก ผศ.นาฏยา ตนานนท์

สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่น ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขาภาคเหนือ
3/3 ถ.สามล้าน ต.พระสิงห์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200
โทรศัพท์ 053-272331
E-mail : ojsatn@gmail.com
Website : www.ojsatn.or.th
Facebook : สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่นฯ สาขาภาคเหนือ

สารจากประธาน

ผศ.ดร. ธนียา เจติยานุกรกุล
ประธานสมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่นในพระบรมราชูปถัมภ์สาขาภาคเหนือ

เรียน สมาชิก ส.น.ญ.น. ทุกท่าน

เนื่องในโอกาสปีใหม่ 2568 ดิฉันขอถือโอกาสนี้อวยพรให้สมาชิกทุกท่าน มีสุขภาพแข็งแรง มีความสุข ความสดชื่น และความสมหวังดังใจปรารถนา

เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว จากปี 2528 นับรวมอายุได้ 40 ปี ที่สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่นในพระบรม ราชูปถัมภ์สาขาภาคเหนือของเรา ซึ่งจัดตั้งด้วยการรวมกลุ่มรุ่นพี่อาวุโส นำโดย **ผศ.นพ.ถาวร รัตนศิริ คุณอภิชาติ สุจริตรักษ์ คุณจันทร์ดี ชัยรัตน์ ผศ.ดร.สุชาติ จิรพรเจริญ** และ **ผศ.นาฏยา ตนานนท์** ในช่วงแรกของการจัดตั้ง ใช้ชื่อ "สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่น สำนักงานภาคเหนือ" ต่อมาเปลี่ยนเป็น "สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่น ในพระบรม ราชูปถัมภ์ สาขาภาคเหนือ" รวมทั้งสิ้นเป็นเวลา 9 ปี ปัจจุบันสมาคมฯ มีสมาชิก จำนวน 390 คน

งานวารสาร เป็นตำนานของสมาคมฯ สาขาภาคเหนือที่ได้รับการกล่าวขานชื่นชมจากสมาชิกทั้งภายในและภายนอกสมาคมฯ ปี 2530 สาราณียกรท่านแรก คือ **คุณพัชรินทร์ จันทร์สุขเศรษฐ์** ผู้เบิกนำเปิดเล่มวารสารฉบับ ปฐมทัศน์ โดยมีวัตถุประสงค์เป็นสื่อกลางส่งข่าวสารความเคลื่อนไหวระหว่างสมาชิกกับสมาคมฯ และ สมาชิกกับ สมาชิก ฉบับต่อมาสาราณียกรของวารสาร มีรายนามดังต่อไปนี้ **คุณสมชาย เผ่าจินดา รศ.เบญจางค์ ใจใส แดร์ อาร์สลานิออง คุณไพศาล ภิโลคำ คุณภัณฑิรา สิงห์ไตรภพ อาจารย์มาลินี วรรณวงศ์ คุณชนัญญา มหาพรหม อาจารย์จิระพงศ์ ไชยซาววงค์ รศ.ดร.อัญชลี วรรณสาร** และ **รศ.ดร.จิรันธนิน กิติกา**ตามลำดับ คุณค่าของวารสาร ควรได้รับการบันทึก อนุรักษ์และสืบสานอย่างต่อเนื่อง ผ่านตัวอักษรและภาพถ่าย

ในรอบกรรมการบริหาร 2567-2569 นี้ ทีมบรรณาธิการ นำโดย **รศ.ดร.อัญชลี วรรณสาร** สาราณียกร จะสานต่อ รังสรรค์พัฒนาวารสารในรูปแบบวารสารอิเล็กทรอนิกส์เป็นหลัก แต่ยังคงจัดทำเล่ม On Demand On Member เมื่อพิจารณาเห็นถึงความรู้ความสามารถ ของเหล่านักเรียนเก่าญี่ปุ่น ซึ่งเพียบพร้อมด้วยองค์ความรู้ ประสบการณ์ในทุกกลุ่มสาขาวิชา และหลากหลายวิชาชีพ วารสาร ส.น.ญ.น.จึงเป็นพื้นที่ให้นักเรียนเก่าญี่ปุ่นและ ผู้อ่าน ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันตลอดชีวิต จากเนื้อหาสาระเรื่องใกล้ตัวในชีวิตประจำวัน อันเกี่ยวข้องกับ เศรษฐกิจ เทคโนโลยี การเกษตร สิ่งแวดล้อม อาหาร สุขภาพ การท่องเที่ยว สังคม วัฒนธรรม ประเพณี ทั้งที่เป็น ของประเทศไทยและประเทศญี่ปุ่น รวมถึงเรื่องเล่าที่น่าสนใจต่างๆ จากท่านสมาชิก และสมาชิกกิตติมศักดิ์

สมาคมฯ ขอขอบพระคุณ ผู้เขียนทุกบทความ สำหรับความมีน้ำใจ ความมุ่งมั่น ตั้งใจ และแบ่งปัน ด้วย การฝากผลงานบทความของท่านไว้กับวารสารของสมาคมฯ ตลอดถึงข้อเสนอแนะจากสมาชิกและผู้อ่าน จะทำให้ วารสาร ส.น.ญ.น. ตอบโจทย์อย่างมีคุณค่าเป็นประโยชน์ และทรงคุณภาพมากยิ่งขึ้น

ด้วยความเคารพ
ผศ.ดร.ธนียา เจติยานุกรกุล

สัม-เพ-เห-ระ

สัพ-เพ-เห-ระ จากญี่ปุ่น

โดย นาด-ยา

ไปญี่ปุ่นคราวนี้ได้วางแผนล่วงหน้าเกือบครึ่งปี ถามว่าทำไมต้องวางแผนล่วงหน้านานขนาดนั้น เพราะถ้าเป็นคนที่ยังทำงานประจำ การวางแผนลาล่วงหน้านานๆ เป็นสิ่งจำเป็น เพราะการไปต่างประเทศนานกว่า 10 วันจะต้องมีการสะสมวันลา จะลาพักผ่อนผสมลากิจ หรือลาป่วยก็ว่ากันไป แต่เมื่อผู้เขียนมักจะพูดอยู่เสมอว่า Everyday is my holiday แล้ว การวางแผนล่วงหน้านั้นจำเป็นอย่างไร

การวางแผนล่วงหน้าในยุคที่เกือบทุกประเทศต้องการเงินจากการท่องเที่ยวเพื่อเป็นรายได้เข้าประเทศแบบนี้ นักท่องเที่ยวที่วางแผนการเดินทางล่วงหน้าจะได้เปรียบ เพราะจะซื้อตั๋วเครื่องบินทั้งในประเทศและต่างประเทศถูกกว่า ที่พักก็ถูกกว่า และสามารถเลือกที่พักที่ชอบและถูกใจมากกว่าการจองแบบ กระชั้นชิด โดยคราวนี้ผู้เขียนตั้งใจจะเดินทางไปยัง Tokyo เพื่อ **หนึ่ง**-ไปเยี่ยมโรงเรียนเก่าและเที่ยวกับเพื่อนเก่า **สอง**-ไปกินและกิน และ **สาม**-ไปพักผ่อนแบบสบายๆ ไม่ต้องรีบเที่ยวรีบกินแบบนักท่องเที่ยว

เมื่อไปโตเกียวก็เข้าสู่ฤดูหนาวแล้ว แต่อากาศแปรปรวนทำให้หนาวช้ากว่าทุกปี โชคดีที่ก่อนไปหิมะเริ่มตกลงมาบนยอดเขาฟูจิ หลายคนที่เห็นรูปที่ผู้เขียนส่งมาทางไลน์จะตอบกลับไปด้วยความดีใจว่า ในที่สุดฟูจิซังก็ได้สวมหมวกแล้ว เย้ๆ

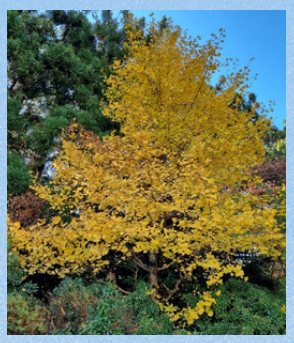
พูดถึงแท็กซี่ญี่ปุ่นดูแปลกตาสวยงามเพราะเปลี่ยนมาใช้รถยนต์ยี่ห้อ Nissan ทรงกล่องสี่เหลี่ยมสีดำมากขึ้น ถามคนขับที่ขึ้นจากสนามบิน Haneda ไปยังที่พัก บอกว่าคงเปลี่ยนช่วงที่ญี่ปุ่นเป็นเจ้าภาพการแข่งขันโอลิมปิกเมื่อประมาณ 5 ปีที่แล้วมั้ง แต่ที่ผู้เขียนสบายใจที่สุดคือนอกจากจะได้นั่งรถแท็กซี่ใหม่สีดำเงาวับแล้ว ภายในรถสะอาดคนขับแท็กซี่แต่งกายสุภาพพูดจาก็สุภาพ และเมื่อบอกว่าจะไปไหนก็จะปักหมุดแล้วตรงดิ่งไปส่ง โดยผู้โดยสารไม่ต้องกังวลว่าคนขับจะไม่กดมิเตอร์แล้วขับรถวกวนเพื่อเรียกค่าโดยสารแบบโหดๆ เหมือนที่เป็นข่าวอยู่ในบ้านเรา

Fuji San เมือง Kawaguchiko จังหวัด Yamanashi

ขาไปจากเชียงใหม่ ผู้เขียนแลกไมล์ของสายการบินไทยจ่ายค่าภาษีสนามบินเพียง 885 บาท และเมื่อไปต่อเครื่องบินของสายการบินไทยไปญี่ปุ่นเช่นเดียวกัน ก็สามารถเช็คทรูกระเป๋าเดินทางได้เลย แถมยังได้ที่นั่ง long leg ได้ทานอาหารแบบชั้นธุรกิจ ได้นั่ง Lounge ที่สนามบินสุวรรณภูมิอีก แต่พอจะขึ้นเครื่องต่อไปยังสนามบิน Haneda กลับต้องรออีกกว่าครึ่งชั่วโมง ทำให้กำหนดการที่จะถึงสนามบิน Haneda ประมาณ 4 ทุ่มครึ่งกลายเป็น 5 ทุ่มครึ่ง และกว่ากระเป๋าเดินทางจะออกมาจากสายพานก็เที่ยงคืนพอดี ความตั้งใจที่อยากจะประหยัดเงินลากกระเป๋าขึ้นรถไฟไปยังที่พัก ก็ต้องเปลี่ยนไปเป็นขึ้นแท็กซี่ไปยังที่พักแทน เอาเป็นว่าไปญี่ปุ่นคราวนี้คุณภาพของแท็กซี่ก็ยังน่าประทับใจทุกที่ทุกเมืองที่ไป

ถามว่าได้ไปเที่ยวกับเพื่อนและได้ไปเยี่ยมโรงเรียนเก่าไหม ตอบว่าได้ไปโรงเรียนเก่า (คนญี่ปุ่นชอบเรียกมหาวิทยาลัยว่าโรงเรียน) คนญี่ปุ่นก็คือคนญี่ปุ่นซึ่งสุภาพทั้งกริยาท่าทางและการแต่งกาย เมื่อบอกว่าเป็นศิษย์เก่ามาเยี่ยมโรงเรียน เจ้าหน้าที่ที่นั่งอยู่ในป้อมยามหน้าประตูของมหาวิทยาลัยซึ่งออกแบบดูกลมกลืนกับอาคารของโรงเรียน ก็รีบบอกด้วยใบหน้ายิ้มแย้มพร้อมกล่าวว่า **โดโซะ โดโซะ**

มหาวิทยาลัย Sophia หรือ **上智 大学** ที่ผู้เขียนได้กลับไปเยี่ยมเยียน



เข้าไปในโรงเรียนไม่รู้จักใครสักคน ร้านค้าของสหกรณ์ที่เคยชอบไปเดินซื้อของซื้อเครื่องเขียนได้ย้ายไปอยู่ชั้น 5 ของอาคารสูงกว่า 10 ชั้น รวมทั้งห้องอาหารของนักศึกษาก็ย้ายขึ้นไปอยู่บนตึกสูงด้วยกัน เดินชมต้นแปะก๊วยสีทองอร่ามแล้วไปแวะโบสถ์ของโรงเรียนก็อิ่มเอมใจแล้ว จึงออกไปทานอาหารกลางวันที่ร้านใกล้สถานีรถไฟ

ส่วนเพื่อนเก่าที่นัดจะขับรถพาไปแช่ Onsen ที่แมนชั่นของเธอ ที่เมือง Kusatsu จังหวัด Gunma ที่มีชื่อเสียงเรื่อง Onsen กลับล้มป่วยนอนติดเตียงอย่างหน้าสะเทือนใจ เพราะเธอเป็นผู้หญิงรูปร่างสูงเพรียวกระฉับกระเฉง และทำงานจิตอาสาสอนภาษาญี่ปุ่นให้เด็กนักเรียนต่างชาติ ที่หอพักนานาชาติ Komaba มาโดยตลอด ความไม่แน่นอนก็คือความไม่แน่นอนจริงๆ เสียดายเป็นอย่างยิ่งที่ไม่ได้ไปเยี่ยมเพื่อน เพราะเธอเพิ่งย้ายโรงพยาบาลและไม่สามารถติดต่อกันได้อีก

เมื่อไม่ได้ไปเมือง Kusatsu จังหวัด Gunma แล้ว ผู้เขียนก็เลือกที่จะไป Onsen ที่เมือง Atami (熱海) แทน โดยเดินทางจากที่พักกลางเมือง Tokyo ขึ้นรถไฟใต้ดินไปต่อรถไฟบนดินสาย Tokaido ไปอีกเกือบสองชั่วโมง ลงที่สถานี Atami พอดี

ต้องขอบอกว่าตัดสินใจไม่ผิดที่เลือกไปเมืองนี้ (ไม่ใช่เพราะเราคุ้นชื่อ อาบ อบ นวด Atami แถวคูเมืองเชียงใหม่ตั้งแต่เด็กๆ) แต่เพราะ Atami เป็นเมืองชายทะเล อาหารทะเลสดอร่อย และที่สำคัญเป็นเมืองที่ขึ้นชื่อ Onsen แห่งความงาม เพราะคุณสมบัติของน้ำที่อ่อนโยนต่อผิวและช่วยบำรุงผิวพรรณ ช่วยบำบัดโรคเกี่ยวกับผิวหนังและอาการฟกช้ำด้วยก็ว่ากันอย่างนั้น

ผู้เขียนชอบเมือง Atami มาก เพราะไม่คลาคล่ำด้วยนักท่องเที่ยวต่างชาติ สงบ สะอาด ตามสไตล์ญี่ปุ่น และอาหารทะเลสดอร่อยมาก ได้ทานปลาซาบะชิ้นโตไม่มีกลิ่นคาวเลยแม้แต่นิด ในร้านอาหารเล็กๆ แบบชาวบ้านริมทะเล อาหารสดเหมือนขึ้นมาจากอวนแล้วเสิร์ฟบนโต๊ะอาหารทันทีเลย

Set ปลาซาบะ เมือง Atami สด อร่อยจากทะเลข้างหลังร้าน

ที่ถูกใจที่สุดคือที่พักชื่อ Rakuten Stay สะดวกสบายได้แช่ Onsen ในห้องอาบน้ำรวมจนหนำใจ และที่สำคัญคือห้องพักดีมากกว้างขวาง สะอาด และมีของใช้ให้ครบทุกอย่าง มีบาร์ฟรีให้ช่วงเช้า 7.00 - 10:00 นาฬิกา ส่วนช่วงกลางคืนตั้งแต่ 18.00 - 22:00 นาฬิกา ถ้าจะถามว่ามีอะไรให้ดื่มให้กินบ้างต้องถามกันหลังไมค์เพราะยิ่งเขียนจะยิ่งยืดยาว อ้อ! ลืมบอกว่าที่พักที่นี่ ไม่มีพนักงานคอยดูแล ทุกอย่างต้องติดต่อผ่าน คอมพิวเตอร์หมด พวกลุงๆป้าๆ อาจจะไม่ค่อยชอบใจระบบที่พักแบบนี้นัก

Rokuten stay ที่พักในเมืองAtami

สรุปการไปญี่ปุ่นครั้งนี้ ผู้เขียนบรรลุความตั้งใจเพียงครึ่งๆ กลางๆ คือ **หนึ่ง**-ได้ไปเยี่ยมโรงเรียนเก่า แต่ไม่ได้เที่ยวกับเพื่อน **สอง**-ได้กินและได้กิน อิ่มอร่อยทุกมื้อจนน้ำหนักขึ้นคนละ 2 กิโลกรัม **สาม**-ที่ต้องการไปพักผ่อนแบบสบายๆ ไม่ต้องไปแย่งกินแย่งเที่ยว ก็กลายเป็นแบบผสมผสานคือได้แว๊บไปเที่ยวทะเลสาบ Kawaguchiko เมือง Yamanashi ซึ่งเป็นที่ตั้งของภูเขา (ไฟ) Fuji ซึ่งสูงที่สุดในประเทศญี่ปุ่น และยังมีรูปทรงที่สวยงามที่สุดด้วย โดยในช่วงที่ผู้เขียนไปนั้นอุณหภูมิตอนกลางคืนติดลบ 1-2 องศา แต่ตอนกลางวันอากาศดีมากท้องฟ้าสดใส มองเห็น Fuji san ชัดเจนไม่ว่าจะเดินไปทางไหนของเมือง เสียเพียงอย่างเดียวคือนักท่องเที่ยวเต็มเมืองเดินกันขวักไขว่ ซึ่งนอกจากทำให้การเดินทางหรือการเข้าชมสถานที่ต่างๆ ต้องใช้เวลาเข้าคิวนานมากแล้ว คนท้องถิ่นเองก็ต้องอดทนกับนักท่องเที่ยวที่เดินสะเปะสะปะไปตามที่ต่างๆ และเมื่อเห็น Fuji san ชัดๆ สวยๆ ก็อดไม่ได้ที่จะหยุดถ่ายรูปจนสร้างความลำบากใจให้คนในพื้นที่ ดังที่เคยเป็นข่าวใหญ่มาแล้ว

เวลาที่ผู้เขียนไปญี่ปุ่นแต่ละครั้ง สิ่งที่ประทับใจไม่เคยเปลี่ยน คือเรื่องขยะกับห้องน้ำ รวมถึงการใช้พื้นที่สาธารณะของคนญี่ปุ่น ผู้เขียนคงไม่ต้องลงรายละเอียดเพราะมีคนเขียนถึงเรื่องเหล่านี้มากมายแล้ว แต่จะทำอย่างไรให้เราเคยชินกับการหาถังขยะไม่เจอตามที่สาธารณะทั่วๆ ไป หลายคนบ่นว่าอยากจะแอบทิ้งหรือซุกตามซอกตามหลืบต่างๆ ก็ไม่กล้าเพราะไม่มีใครทำกัน ไปห้องน้ำสาธารณะเช่นในสถานีรถไฟ ห้องน้ำจะไม่เลอะเทอะหรือทิ้งกระดาษชำระเกลื่อนกราดเต็มพื้น

ผู้เขียนเคยเห็นแม่ชาวญี่ปุ่นถอดรองเท้าให้ลูกสาวตัวน้อยออกก่อนที่เธอจะให้ลูกสาวลุกขึ้นยืนบนเบาะที่นั่งในรถไฟใต้ดิน เช่นเดียวกับที่เคยเห็นแม่วัยสาวชาวญี่ปุ่นก้มลงใช้ผ้าขนหนูเช็ดขนมที่ลูกสาวทำหล่นลงบนพื้นรถไฟอีกเช่นกัน หลายคนบอกว่าการเลี้ยงดูในครอบครัวสำคัญสุดจนกลายเป็นนอมของสังคม ทำให้อดเหลียวหน้าเหลียวหลังมองดูบ้านเราไม่ได้ว่าเราพลาดตรงไหนหรือเปล่านะ จึงได้แต่คิดอยากให้เป็นอย่างโน้นหรือแบบนี้บ้าง เอ้า! ขุดเอาซอฟพาวเวอร์มาสู้ดูซิ

สถานที่ทิ้งขยะ ที่สวนสาธารณะ Ueno จัด Street food คนสามารถซื้อแล้วยืนทานได้ตามโต๊ะที่ตั้งไว้ทั้งกลางแจ้งและในเต็นท์ ทานเสร็จเอาไปทิ้งที่ Eco station ที่มีเจ้าหน้าที่ยืนประจำคอยบอกคนที่ไม่แน่ใจว่าจะทิ้งลงถังไหนกันแน่

ปีม้าไฟ ความเชื่อ และอัตราการเกิด

ปีม้าไฟ ความเชื่อ และอัตราการเกิด

บัณฑิต ประดิษฐานุวงษ์

หลายคนคงรู้ว่าญี่ปุ่นก็มีปีนักษัตรเหมือนไทย นอกจากปีแกะ (ของไทยเป็นปีแพะ) และปีหมูป่า (ของไทยเป็นปีหมู) เท่านั้นที่ต่างกัน แต่หลายคนอาจไม่รู้ว่านอกจากปีนักษัตรแล้ว ชาวญี่ปุ่นยังเอาเรื่องธาตุมาผนวกกับปีนักษัตรมาใช้ในการทำนายดวงชะตา ซึ่งรับเอาความเชื่อมาจากจีน โดยธาตุจะมี 5 ธาตุ คือ ธาตุไม้ ธาตุไฟ ธาตุดิน ธาตุทอง และธาตุน้ำ และแต่ละธาตุยังแบ่งเป็นหยางกับหยิน ทำให้รวมเป็น 10 ธาตุ (ญี่ปุ่นเรียก จิกกัง) เมื่อผนวกกับ 12 นักษัตรและ 10 ธาตุ ทำให้แต่ละปี มีปีนักษัตรและธาตุอย่างที่เราชอบเรียกว่า ปีมังกรทอง ปีเถาะทอง คือคนไทยไม่ว่าปีไหนก็เป็นทองไปหมด ความจริงแล้วปีที่ผ่านมาคือ พ.ศ. 2566 เป็นปีเถาะธาตุน้ำที่เป็นหยิน และปี 2567 เป็นปีมังกรธาตุไม้ที่เป็นหยาง ไม่ใช่ปีเถาะทองหรือมังกรทองแต่อย่างใด และปีนี้ก็เป็นปีงูธาตุไม้ที่เป็นหยิน (乙巳) ไม่ใช่ปีงูทองอีกเช่นกัน

การผนวกปีนักษัตรและธาตุนี้รวมกันออกมาได้ทั้งหมด 60 แบบ หรือ 60 ปี ดังนั้นคนญี่ปุ่นจึงถือว่าการครบปีเกิดที่ตรงกับนักษัตรและธาตุครบถ้วนเมื่ออายุ 60 จึงมีการเฉลิมฉลองกันอย่างยิ่งใหญ่ แต่สิ่งสำคัญจะเกิดขึ้นในปีหน้า เพราะจะเป็นปีม้าไฟที่คนญี่ปุ่นเรียกว่า **ฮิโนเอะอูมะ** (丙午) คือเป็นปีม้าธาตุไฟที่เป็นหยาง คนจีนจะถือว่าปีม้าไฟจะเป็นปีที่มีภัยธรรมชาติมากเป็นพิเศษ แต่พอความเชื่อนี้ตกมาถึงญี่ปุ่น คนญี่ปุ่นไปถ่ายทอดเป็นว่า ปีม้าไฟจะมีไฟไหม้มาก ซึ่งก็เป็นความเชื่อที่ถ่ายทอดมาจากประเทศจีน มีการดัดแปลงเล็กน้อย

แต่ต่อมาภายหลัง พบเอกสารหลังปี พ.ศ. 2205 ที่กล่าวถึง **“คนที่เกิดปีม้าไฟทั้งชายหญิง จะฆ่าคู่สมรส” “ให้หลีกเลี่ยงลูกสะใภ้หรือลูกเขยที่เกิดปีม้าไฟ”** ตั้งแต่นั้นมาญี่ปุ่นจึงมีภาพลักษณ์ต่อคนที่เกิดปีม้าไฟที่ไม่ดีโดยไม่ได้จำกัดเพศ ครั้นหลังปี พ.ศ. 2269 มีแต่เอกสารที่กล่าวถึงแต่ผู้หญิง ตั้งแต่นั้นมาจึงมีการว่าร้ายแต่ผู้หญิงที่เกิดปีม้าไฟเท่านั้น

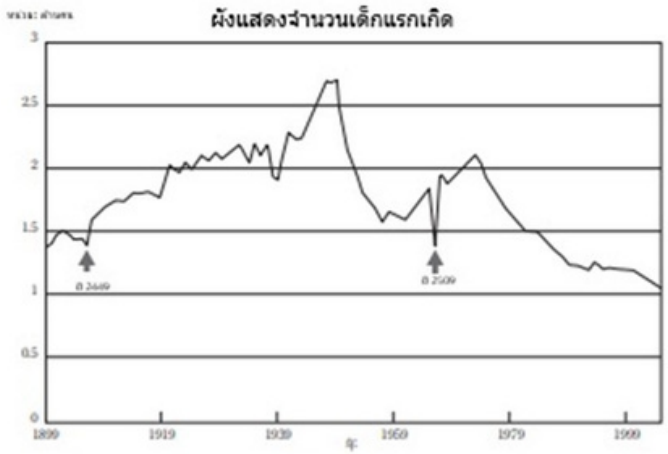
โศกนาฏกรรมของผู้หญิงที่เกิดปีม้าไฟ

มีละครคาบูกิที่บอกเล่าเรื่องราวของหญิงสาวชื่อ **“โอชิจิ”** ซึ่งได้พบกับผู้ชายจนรักกัน เมื่อครั้นหนีจากไฟไหม้ครั้งใหญ่ในเอโดะจึงได้ก่อคดีเผาบ้านเพื่อจะได้พบกับชายคนรัก แล้วในที่สุดก็โดนโทษเผาจนตาย ทุกคนบอกเล่าต่อกันว่าโอชิจิเกิดปีม้าไฟ แต่ความจริงแล้วยังไม่มีความชัดเจนเกี่ยวกับเรื่องนี้ เพราะความเชื่อนี้ทำให้หญิงสาวที่เกิดในปี พ.ศ. 2449 เมื่อถึงอายุที่เหมาะจะออกเรือน ก็สิ้นหวังหาคู่ชีวิตไม่ได้จนต้องฆ่าตัวตาย

ภาพจาก : https://en.wikipedia.org/wiki/Yaoya_Oshichi

พอถึงปีม้าไฟ อัตราการเกิดลดลง

ด้วยความเชื่อเช่นนี้จึงทำให้คนญี่ปุ่นหลีกเลี่ยงที่จะมีลูกในปีม้าไฟ เช่นเมื่อปีม้าไฟในปีพ.ศ. 2449 จำนวนเด็กแรกเกิดมีแนวโน้มลดลง จากนั้นรอบ 60ปีถัดมาคือปีม้าไฟใน พ.ศ. 2509 จำนวนเด็กแรกเกิดในญี่ปุ่นนั้นลดลงกว่าปกติถึง 4.9 เปอร์เซ็นต์ แต่ในปีพ.ศ. 2510 กลับเพิ่มขึ้นถึง 5.7 เปอร์เซ็นต์ อย่างไรก็ตามมีสถิติพบว่าเด็กที่เกิดในปี 2509 (ปีม้าไฟครั้งที่แล้ว) ส่วนใหญ่เป็นลูกคนแรกถึง 50.9 เปอร์เซ็นต์ อาจเป็นเพราะดีใจที่จะได้ลูกซึ่งเป็นลูกคนแรกมากกว่าที่จะกลัวอาถรรพ์ แต่หากถ้าเลือกได้ก็จะเลือกไม่ให้เกิดปีม้าไฟหรือเปล่า



ปีหน้าจะเป็นอย่างไร

ปีหน้า (พ.ศ. 2569) เป็นปีม้าไฟที่จะเวียนมาบรรจบอีกครั้ง ที่จริงแล้วแม้จะไม่มีเรื่องปีม้าไฟมาข้องเกี่ยว ญี่ปุ่นก็มีจำนวนเด็กแรกเกิดลดลงทุกปีอยู่แล้ว และถ้ายังมีความเชื่อว่าไม่อยากให้ลูกเกิดปีม้าไฟอีกจะเกิดอะไรขึ้นบ้าง ญี่ปุ่นมีสถิติจำนวนเด็กแรกเกิดใหม่น้อยที่สุดต่อเนื่องมาหลายปี โดยในปี 2566 ก็ทำสถิติต่ำสุดอยู่ที่ 7.27 แสนคน ซึ่งในปี 2567 ก็คาดว่าจะลดลงอีก ส่วนปี 2568 จะเป็นอย่างไร ก็ขึ้นอยู่กับความเชื่อเรื่องปีม้าไฟจะยังฝังอยู่ในความคิดของคนรุ่นใหม่อยู่หรือไม่ ส่วนคนที่แต่งงานกับคนญี่ปุ่นแล้ว หากพ่อแม่ฝ่ายญี่ปุ่นมาขอร้องว่าอย่าเพิ่งมีลูกกันในปีหน้า 2569 ก็ขอให้เข้าใจเขาด้วยนะครับ ซึ่งถ้าจะมีก็มีให้ทันปีนี้ก็แล้วกัน

VEGAN FOOD

กระแสความนิยมอาหาร “วีแกน” ในโตเกียว

โดย Maneki Neko (September 2024)

เมื่อเร็วๆ นี้บทความใน Nikkei Asia ได้รายงานถึงการทานอาหารวีแกน[1] ว่าเป็นกระแสใหม่ในญี่ปุ่น โดยพบว่ามีกระแสบางอย่างเกี่ยวกับอาหารวีแกนที่เริ่มเปลี่ยนไปในโตเกียว ปกติอาหารหลักในประเทศญี่ปุ่นมักจะเป็นปลา อาหารทะเลและเนื้อสัตว์เป็นหลัก ถ้าให้ลองเดาว่าอาหารวีแกนญี่ปุ่นจะมีหน้าตาเป็นอย่างไร ก็คงจะหนีไม่พ้น สลัดผักสด ข้าวเปล่า สาหร่าย ผักดอง หรือเต้าหู้เย็น แต่พอนึกไปถึงน้ำซุปแบบญี่ปุ่นที่มักจะมีปลาโอแห้งเป็นส่วนประกอบหลัก ผู้รับประทานสายเคร่งอาจจะถึงกับชดน้ำซุปไม่ได้เลยรึเปล่านะ?

นอกเมืองใหญ่อย่างโตเกียว เกียวโต และโอซาก้า ผู้คนส่วนใหญ่อาจจะยังไม่ค่อยคุ้นกับคำว่า “Vegan” ด้วยซ้ำไป แต่ในเมืองโดยเฉพาะโตเกียวช่วงภายหลังการระบาดใหญ่ของ Covid-19 ซึ่งมีนักท่องเที่ยวต่างชาติที่หลั่งไหลเข้ามาหลังจากที่เริ่มเปิดประเทศอีกครั้ง อีกทั้งคนในเมืองส่วนหนึ่งเริ่มมีความตระหนักรู้เกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศโลกมากขึ้น จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้กระแสการกินวีแกน หรือ “Veganism” เริ่มเป็นที่รู้จัก โดยในวงการคนทำอาหารเองก็เริ่มปรับตัวรับกระแสอย่างช้าๆ ตัวอย่างเช่น เมนูประจำชาติของญี่ปุ่นอย่าง “ราเมน” ตามร้านอาหารใหญ่ก็เริ่มมีอาหารในเวอร์ชั่น “plant-based” โดยเปลี่ยนจากหมูเป็นเนื้อถั่วเหลืองแทน และเปลี่ยนจากน้ำซุปปลาโอแห้งมาเป็นน้ำซุปผัก ส่วนตามร้านคาเฟ่เก๋ๆ ในโตเกียวก็เริ่มมีการนำนมจากพืชมาชงในเครื่องดื่มอย่างเช่น มัทฉะลาเต้ และคำพูดที่ว่า **“ฉันกิน Vegan”** ตามที่นักท่องเที่ยวชาวตะวันตกพูดเวลาสั่งอาหารก็เริ่มจะคุ้นหูกันมากขึ้น

แม้ว่าในภาพรวมแล้วเมนูอาหารวีแกนจะหาทานยากกว่าเมื่อเทียบกับอาหารญี่ปุ่นปกติ แต่ก็มีเมนูอาหารวีแกนปรากฏขึ้นเรื่อยๆ ในย่านที่ทันสมัยที่สุดของโตเกียว ตัวอย่างของความสร้างสรรค์ของร้านกาแฟและร้านอาหารที่จะนำมาเล่าสู่กันฟังต่อไปนี้ มาจากร้านบางส่วนที่บุกเบิก “การปฏิวัติอาหารวีแกน” ที่เล็กแต่ทรงพลังของโตเกียว

ร้านอิซากายะวีแกน ร้านอิซากายะ (Izakaya) เป็นร้านอาหารสไตล์ญี่ปุ่นที่คนทำงานอาจจะแวะไปสังสรรค์หลังเลิกงาน ผู้ประกอบการญี่ปุ่นเกิดความคิดว่าอยากให้ลูกค้ามีทางเลือกในการสั่งอาหารวีแกนเมื่อไปทานอาหารนอกบ้านในโตเกียว ขณะเดียวกันก็สามารถนั่งชื่นชม วัฒนธรรมอิซากายะ แบบดั้งเดิมของญี่ปุ่นที่มีบรรยากาศร้านเล็กๆที่มีความเป็นกันเองและมีบรรยากาศของการแบ่งปันด้วย ร้านอิซากายะหนึ่งซึ่งตั้งอยู่ใจกลางย่านชิบูย่าได้สร้างสรรค์เมนูที่ให้ชาววีแกนได้ลองชิม “ไก่ทอดคาราอาเกะ” (karaage) ซึ่งเป็นเมนูโปรดของชาวญี่ปุ่นอยู่แล้ว ไก่ทอดคาราอาเกะร้านนี้เป็นเมนูวีแกนที่ทำมาจากโปรตีนถั่วเหลืองที่ทางร้านคิดค้นขึ้น มีความชุ่มฉ่ำและมีรสชาติเข้มข้นเหมือนไก่ทอดแท้ๆ มีซอสราดบนไก่มีหลายแบบ รวมทั้งซอสมายองเนสยูซุรสเผ็ด

[1] วีแกน (Vegan) ต่างจากมังสวิรัติ(Vegetarian) ตรงที่มังสวิรัติจะหลีกเลี่ยงเนื้อสัตว์พวกหมู ปลา ไก่ แต่ยังคงทานไข่และผลิตภัณฑ์นม ส่วนวีแกนนั้นจะเป็นการทานอาหารที่มาจากพืช (plant-based) เท่านั้น โดยหลีกเลี่ยงอาหารที่มาจากสัตว์ทั้งหมด รวมถึงน้ำผึ้ง

ร้านใจกลางย่านช้อปปิ้งของชิบูย่าแห่งนี้ออกแบบร้านให้เลียนแบบบรรยากาศท้องถิ่นที่อบอุ่นของอิซากายะในเมืองเล็กๆ ส่วนรายการอาหารในเมนูก็เช่น ไก่คาราอาเกะแบบวีแกน เกี๊ยวซ่า และเต้าหู้ผัดรสเผ็ด (Mapo tofu) เสิร์ฟพร้อมข้าวสวย ผักดอง และซุป ซึ่งให้เยอะและราคาก็เป็นมิตรถูกใจนักเดินทาง

นำวัฒนธรรมชนบทมาสู่ร้านอาหารในโตเกียว มีร้านใต้รางรถไฟของสถานีอากิฮาบาระ (Akihabara) ที่พลุกพล่านแห่งหนึ่งนำเอารสชาติของชนบทญี่ปุ่นมาสู่โตเกียว เมนูของร้านได้นำ “โชจินเรียวริ” (Shojin Ruori) ซึ่งเป็นอาหารที่ทำมาจากพืชที่พระสงฆ์บนภูเขา (ที่เรียกว่า ยามาบุชิ) ของจังหวัดยามากาตะ มารับประทานกันในรูปแบบใหม่ที่ทันสมัย (อาหารโชจินเรียวริสอนว่าอาหารที่มาจากภูเขานั้นมีความศักดิ์สิทธิ์ การรับประทานผักสดจากภูเขาและใช้เวลาอยู่ท่ามกลางธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์จะทำให้ร่างกายได้รับพลังจิตวิญญาณจากทั้งภายในและภายนอก) อาหารของร้านใช้เต้าหู้และพืชผักที่ปลูกภายในประเทศ มีเต้าเจี้ยวมิโสะ (Miso) และธัญพืชมาเป็นส่วนประกอบเพื่อให้ได้รสชาติและเนื้อสัมผัสที่หลากหลาย อาหารอุดมไปด้วยคุณค่าทางโภชนาการ โดยจัดแบบ “ชุดอาหารเทโชกุ” (Teishoku) ให้ผู้รับประทานได้ลิ้มลองอาหารจานเล็กๆที่หลากหลาย เช่น ผักดองตามฤดูกาล ซุป เต้าหู้ทอด ผักย่าง หรือเมนูที่ดูเข้าใจง่ายก็มี เช่น ไก่ทอดวีแกน[2] เบอร์เกอร์และแกงกะหรี่วีแกน ซึ่งมีการจัดวางอย่างสวยงามบนจานเซรามิกแบบดั้งเดิมอีกด้วย

เมนูประจำวันของชาวญี่ปุ่นในแบบวีแกน เมื่อกล่าวถึงเมนูคลาสสิคของชาวญี่ปุ่น ก็นึกถึง “ราเมน” ที่ร้านราเมนแบบวีแกนมีอยู่ร้านหนึ่งซ่อนตัวอยู่เหนือร้านสะดวกซื้อใกล้ทางเข้าศาลเจ้าเมจิ (Meiji Jingu Shrine) ร้านนี้มีเมนูราเมนหลายแบบทั้งราเมนเผ็ด ราเมนโชยุ และราเมนทงคัตสึ (tonkotsu) โดยแต่ละแบบจะปรุงด้วยเนื้อชาชูจากถั่วเหลือง (Soy-meat chashu) และน้ำซุปดาชิ (dashi) จากผัก มีซุปไข่ตุ๋นแบบดั้งเดิมของเกียวโตแบบวีแกน และนอกจากเมนูดั้งเดิมแล้วยังมีการนำเอาอาหารที่ได้รับอิทธิพลจากต่างประเทศอย่าง “บะหมี่เครัน” (Keiran noodle) ที่ได้รับอิทธิพลจากโปรตุเกส เป็นเมนูเบาสบายท้องซึ่งร้านใช้แผ่นฟองเต้าหู้ (yuba) แทนไข่ เติมน้ำซุปใส เมื่อผสมกับบะหมี่ไร้กลูเตนที่นุ่มเด้ง ถือเป็นทางเลือกแทนราเมนที่ดีต่อสุขภาพแต่มีรสชาติอร่อยไม่แพ้กัน เมนูใหม่ๆยังมี เบอร์เกอร์วีแกน มันฝรั่งทอดราดชีสและน้ำเกรวี่ และของหวานแบบวีแกน เช่น พุดดิ้งนมถั่วเหลืองและมูสเค้กด้วย ร้านนี้ได้กลายมาเป็นร้านยอดนิยมที่ไม่ค่อยเป็นความลับในหมู่นักท่องเที่ยวและคนในท้องถิ่นในช่วงปีที่ผ่านมา

ภาพจาก https://www.tsunagujapan.com/th/12-vegan-ramen-restaurants-tokyo/

[2] ไก่ทอดวีแกนทำจากพืชเลียนแบบไก่ทอด ซึ่งก็คือเต้าหู้ผสมกับแป้งสาลีหรือพวกถั่ว ทำให้คนทานวีแกนได้มีโอกาสทานเมนูจานโปรดที่อร่อยและดีต่อใจ (comfort food)

ภาพจาก : Nikkei Asia (ร้าน Vegan Bistro Jangara)

คาเฟ่วีแกนในบรรยากาศแบบญี่ปุ่น ร้านคาเฟ่ริมถนนเล็กๆ ที่เงียบสงบ ตกแต่งภายในร้านแบบร่วมสมัย มีสวนญี่ปุ่นสไตล์เก่า และมีสวนหินสไตล์เซน (zen) และมีพนักงานเสริ์ฟสวมชุดกิโมโน (kimono) แต่ร้านอยู่ใกล้กับแหล่งชอปปิ้งชื่อดังของฮาราจูกุ (Harajuku) จึงเป็นจุดที่เหมาะแก่การนั่งพักผ่อนหย่อนใจระหว่างช้อปปิ้ง มีเมนูวีแกนที่เป็นขนมหวานญี่ปุ่นแบบดั้งเดิมหลากหลายชนิด เช่น ขนมดังโงะ (dango) ที่มีความนุ่มฟู ซุปถั่วแดงหวานโอชิรุโกะ (oshiruko) กับโมจิ พร้อมด้วยเครื่องดื่มจากพืชหลากหลายชนิด ตั้งแต่นมเม็ดมะม่วงหิมพานต์ไปจนถึงน้ำผลไม้ตามฤดูกาลที่ทำเอง ร้านกาแฟนี้อยากชู “วัฒนธรรมการทำอาหารที่เน้นการมีส่วนร่วม ความปลอดภัย และความเป็นส่วนหนึ่ง” โดยได้รับแรงบันดาลใจจากอาการแพ้แล็กโทสของตัวเจ้าของร้านเอง

ภาพจาก : Nikkei Asia (ร้าน Vegan Bistro Jangara)

ร้านอาหารญี่ปุ่นและซูชิวีแกน เช่น ที่ร้านดังชื่อร้าน Gonpachi (สาขา Nishi-Azabu) ร้านนี้เป็นที่รู้จักกันดีในฐานะแรงบันดาลใจให้กับฉากต่อสู้ในชุดแทร็กสูทสีเหลืองอันเป็นเอกลักษณ์ของนักแสดง Uma Thurman ในภาพยนตร์เรื่อง "Kill Bill" ของ Quentin Tarantino ในปี 2003 แต่เมื่อไม่นานมานี้ ร้านสาขานี้ก็สร้างชื่อเสียงให้กับตัวเองในชุมชนวีแกนของโตเกียวด้วยเช่นกัน ร้านอาหารแห่งนี้ตั้งชื่อตามซามูไร ชิราอิ กอนปาจิ (Shirai Gonpachi) ซามูไรในตำนานแห่งศตวรรษที่ 17 ซึ่งเป็นตัวละครยอดนิยมในโรงละครคาบูกิ เมนูดั้งเดิมของร้านเน้นไปที่อาหารแบบอิซากายะยอดนิยม เช่น ปลาย่าง บะหมี่โซบะ และยากิโทริ ร้านได้ทำการปรับเปลี่ยนเมนูเหล่านี้ให้เหมาะกับกลุ่มลูกค้าสมัยใหม่ที่เน้นอาหารจากพืชเป็นหลัก โดยมี “ซูชิผัก” ตามฤดูกาล “คาเวียร์ผัก” “เทมปุระผัก” และ “ยากิโทริแบบวีแกน” สำหรับมื้อค่ำก็มีร้านซูชิระดับหรูที่เปิดตัวชุดอาหาร “Vegan's Paradise” เป็นการจัดจานอย่างมีศิลปะ เสิร์ฟพร้อมผักดอง สลัด และซอสหลากสีสัน พ่อครัวยังเตรียมอาหารให้ตรงหน้าในสไตล์ “โอมากาเสะ” (Omakase) แท้ๆ ด้วย ซึ่งคิดว่าจะทำให้ชาววีแกนรู้สึกสนุกกับการออกมาทานอาหารที่ร้านซูชิ

ภาพจาก : Nikkei Asia (ร้าน Alaska Zwei)

ร้านอาหารแบบวีแกนสำหรับดินเนอร์คนเดียวอย่างสงบสุข ในตรอกแคบๆ ในย่านนากาเมกุโระ (Nakameguro) อันทันสมัยของโตเกียว มีร้านอาหารวีแกนแบบเรียบง่ายโดยให้บริการอาหารชุดอาหารกลางวันในราคาสมเหตุสมผล โดยปริมาณอาหารนั้นค่อนข้างเยอะและมีผักสดหลากสีสันให้เลือกรับประทาน ทำเลร้านที่เงียบสงบ การออกแบบแบบเปิดโล่ง และนโยบายที่เป็นมิตรกับสัตว์เลี้ยง ทำให้ร้านกาแฟแห่งนี้เป็นที่นิยมในบรรดาคนออกมาทำงานนอกสถานที่และลูกค้าที่ชอบรับประทานอาหารคนเดียว เมนูอาหารมื้อกลางวัน เช่น แกงกะหรี่ ขนมปังสไตล์เวียดนาม สลัด และข้าวกล้องที่เสิร์ฟพร้อมเต้าหู้ทอดกรอบ ผักดอง ซุป และอาหารจานเคียงตามฤดูกาล นอกจากนี้ คาเฟ่นี้ยังเสิร์ฟเครื่องดื่มแปลกใหม่หลากหลายทำจากพืช เช่น ลาเต้นมถั่วเหลืองและขิง (Soy ginger latte) และไอศกรีมซอฟต์เซิร์ฟนมถั่วเหลืองราดด้วยซอสผลไม้

ธุรกิจอาหารของญี่ปุ่นกับการรุกตลาดวีแกน เมื่อเร็วๆนี้ยังมีรายงานข่าวจากจังหวัดโทคุชิมะว่า ผู้ประกอบการร้านอาหารญี่ปุ่นเตรียมนำธุรกิจ “เนื้อจากพืช” ที่เพิ่งเริ่มต้นเข้าสู่ตลาดสหรัฐอเมริกา ธุรกิจญี่ปุ่นบางเจ้ามีแผนทำการตลาดผลิตภัณฑ์ “เนื้อสัตว์ทางเลือก” ที่เป็นมิตรต่อชาววีแกน โดยเน้นที่เนื้อสัมผัสและรสชาติที่ใกล้เคียงกับเนื้อสัตว์มากกว่าเต้าหู้ โดยเน้นว่าเป็นผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติและไม่ได้ผ่านการดัดแปลงพันธุกรรม ข่าวธุรกิจรายงานข่าวที่ผู้ประกอบการธุรกิจของญี่ปุ่นเริ่มเปิดตัวไส้กรอกแฟรงก์เฟอร์เตอร์ที่ทำจาก “เนื้อทางเลือก” ผลิตภัณฑ์เนื้อแฮมเบอร์เกอร์ และเกี๊ยวซ่าซึ่งทำจากข้าวฟ่างที่เก็บเกี่ยวจากจังหวัดโทคุชิมะ และปัจจุบันบริษัทญี่ปุ่นยังสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่ๆ เป็นสเต็กแฮมเบอร์เกอร์จากพืช ซึ่งระบุว่ามีโซเดียมน้อยกว่าเนื้อวัวถึง 65% และมีไขมันน้อยกว่าเนื้อวัวถึง 55% และมีแผนส่งออก “เนื้อสัตว์ที่เป็นมิตรต่อวีแกน” ไปยังยุโรปและตะวันออกกลางด้วย

กระแสความสนใจในอาหาร “วีแกน” อาหารทำจากพืช หรือวีแกนในญี่ปุ่น กำลังค่อยๆได้รับความนิยมขึ้นมาอย่างช้าๆ พร้อมกับความตระหนักรู้เรื่องปัญหาสภาพภูมิอากาศเปลี่ยนแปลง โลกร้อน และการดูแลสุขภาพ เช่นเดียวกับในอีกหลายประเทศที่ผู้คนก็เริ่มใส่ใจว่าอาหารการกินนั้น จะช่วยให้สุขภาพของผู้คนและโลกของเราดีขึ้นได้อย่างไร ถ้านำมาผสมผสานกับความสร้างสรรค์และประยุกต์เข้ากับอาหารดั้งเดิมที่อร่อยและวิถีการกินของผู้คนดังตัวอย่างจากญี่ปุ่น ก็น่าจะทำให้กระแสนี้ได้รับความสนใจต่อเนื่องไปอีกนาน

ข้อมูลอ้างอิง :
https://thehiddenjapan.com/yamabushimountainmonks/
https://asia.nikkei.com/Life-Arts/Life/A-guide-to-Tokyo-s-vegan-revolution2
https://asia.nikkei.com/Business/Food-Beverage/Japan-grilled-steak-operator-to-offer-plant-based-meat-in-U.S

“ธนบัตรญี่ปุ่นรุ่นใหม่”

ธนบัตรญี่ปุ่นรุ่นใหม่

ญี่ปุ่นมีกำหนดการเริ่มใช้ธนบัตรมูลค่า 10,000 เยน 5,000 เยน และ 1,000 เยน รูปแบบใหม่ในวันที่ 3 กรกฎาคม 2024 ธนบัตรรุ่นใหม่นี้มีการใช้เทคโนโลยีต่อต้านการปลอมแปลงที่พัฒนามายาวนานกว่า 150 ปี จุดสำคัญที่สุดคือ เป็นธนบัตรรุ่นแรกของโลกซึ่งใช้เทคโนโลยีโฮโลแกรมสุดล้ำแสดงภาพบุคคลแบบ 3 มิติ

ธนบัตร 10,000 เยน (แบบใหม่)

ธนบัตร 10,000 เยนรุ่นใหม่ ด้านหน้าเป็นภาพของชิบุซาวะ เออิจิ (Shibusawa Eiichi) ส่วนด้านหลังเป็นภาพสถานีโตเกียว

ชิบุซาวะ เออิจิ (ค.ศ. 1840-1931) บุคคลสำคัญซึ่งเป็นผู้ก่อตั้งธนาคารแห่งแรกของญี่ปุ่น และยังเป็นที่รู้จักในนาม **“บิดาแห่งเศรษฐกิจญี่ปุ่นยุคใหม่”** ผู้สนับสนุนทฤษฎี **“การรวมกันของเศรษฐกิจและศีลธรรม (แนวคิดที่เน้นทั้งเศรษฐกิจและศีลธรรม)”** และมีส่วนร่วมในการก่อตั้งบริษัทต่างๆ กว่า 500 แห่ง

ธนบัตร 5,000 เยนรุ่นใหม่ ด้านหน้าเป็นภาพของสึดะ อุเมะโกะ (Tsuda Umeko) ส่วนด้านหลังเป็นภาพดอกฟูจิ (ดอกวิสทีเรีย) ที่บานสะพรั่งในช่วงเดือนเมษายน-พฤษภาคมของทุกปี

สึดะ อุเมะโกะ (ค.ศ. 1864-1929) เป็นนักศึกษาต่างชาติหญิงคนแรกของญี่ปุ่นที่ไปเรียนต่ออเมริกาในปี 1871 จากนั้น ได้ทุ่มเทพลังในการส่งเสริมการศึกษาของสตรีชาวญี่ปุ่น และในปี 1900 ได้ก่อตั้ง Joshi Eigaku Juku โรงเรียนกวดวิชาเอกชนสตรี (ปัจจุบันคือมหาวิทยาลัยสึดะ) ซึ่งมุ่งเน้นการศึกษาของสตรีในระดับอุดมศึกษา

ธนบัตร 5,000 เยน (แบบใหม่)

ธนบัตร 1,000 เยน (แบบใหม่)

ธนบัตร 1,000 เยนรุ่นใหม่ ด้านหลังเป็นภาพคลื่นยักษ์นอกฝั่งคานากาวะ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของภาพชุด Thirty-six Views of Mount Fuji (36 ทิวทัศน์ของภูเขาไฟฟูจิ) ภาพพิมพ์ไม้ซึ่งเป็นผลงานของคัทสึชิกะ โฮคุไซ (Katsushika Hokusai) จิตรกรชื่อดังระดับโลกในสมัยเอโดะ ส่วนด้านหน้าเป็นภาพของคิตะซาโตะ ชิบะซาบุโร (Kitasato Shibasaburo) (ค.ศ. 1853-1931) นักแบคทีเรียวิทยาคนแรกของโลก ผู้ซึ่งประสบความสำเร็จในการเพาะเชื้อแบคทีเรียที่ก่อให้เกิดโรคบาดทะยักในภาวะปลอดเชื้อ รวมทั้งพัฒนาวิธีการป้องกันและรักษาโรคบาดทะยักด้วย

ญี่ปุ่นเริ่มใช้เหรียญ 500 เยนรุ่นใหม่เมื่อเดือนพฤศจิกายน 2021 นี้ แต่ข้อพึงระวังคือปัจจุบัน (ปี 2024) อาจใช้กับเครื่องจำหน่ายสินค้าอัตโนมัติหรือเครื่องจำหน่ายตั๋วรถไฟในสถานีรถไฟบางส่วนไม่ได้ โดยเหรียญ 500 เยนรุ่นใหม่ได้นำเทคโนโลยีป้องกันการปลอมแปลงใหม่ซึ่งมี **“โครงสร้างเหรียญ 3 ชั้น 2 สี”** มาใช้และยังเพิ่ม **“รอยหยักแนวทแยงแบบพิเศษ”** ตรงขอบเหรียญด้วย นี่เป็นเงินเหรียญสกุลเงินแรกของโลกที่ใช้เทคโนโลยีป้องกันการปลอมแปลงเหล่านี้

สำหรับธนบัตรรุ่นเดิมที่มีอยู่นั้น ญี่ปุ่นกำหนดว่าธนบัตรยังมีผลใช้ชำระหนี้ได้ตามกฎหมาย ไม่จำกัดเวลา เว้นแต่จะมีมาตรการทางกฎหมายพิเศษออกมา ดังนั้น **พึงระวังพวกมิจฉาชีพมาหลอกลวงว่า “ปัจจุบัน ธนบัตรรุ่นเก่าใช้ไม่ได้”** ด้วยนะคะ ตอนแลกเงินเยนลองตรวจดูว่าธนบัตรที่แลกนั้นเป็นรุ่นเก่าหรือรุ่นใหม่ หากชอบสะสมสกุลเงินรุ่นต่างๆ ก็เก็บธนบัตรทั้งรุ่นเก่าและรุ่นใหม่ไว้เป็นที่ระลึกได้ค่ะ ไหนๆ พูดถึงธนบัตรรุ่นใหม่ไปแล้ว เราลองมาระลึกถึงธนบัตรรุ่นเก่าสมัยที่พวกเราเคยใช้กันหน่อยนะคะ

เหรียญ 500 เยน (แบบใหม่)
เริ่มใช้ในปี 2021 **แต่ใช้กับตู้จำหน่ายสินค้าอัตโนมัติบางเครื่องไม่ได้**

ธนบัตร 10,000 เยน (แบบเก่า)

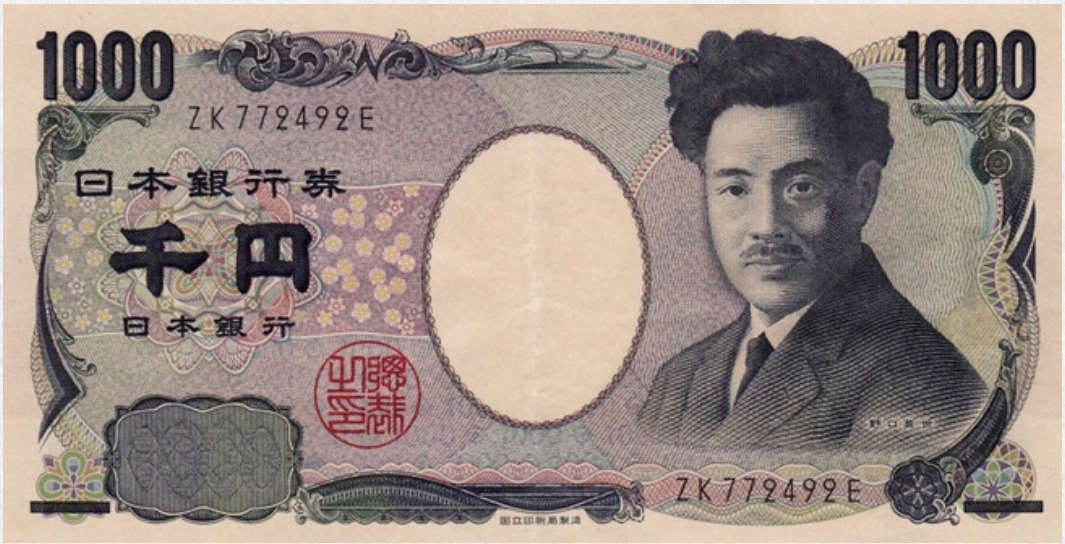
บุคคลสำคัญที่ปรากฏอยู่บนธนบัตรใบละ 10,000 เยน แบบเก่าก็คือ ท่าน Fukuzawa Yukichi เป็นบุคคลสำคัญต่อวงการการศึกษาของญี่ปุ่นเป็นอย่างมาก เป็นผู้แต่งตำราเรียน เป็นนักเขียน ผู้สร้างแนวคิดปฏิรูปเมจินำญี่ปุ่นสู่ยุคใหม่ และยังเป็นผู้ก่อตั้งมหาวิทยาลัย Keio, หนังสือพิมพ์ Jiji-Shinpo และก่อตั้งสถาบัน National Institute for Study of Infectious Diseases อีกด้วย นอกจากนี้ท่านยังเป็นบุคคลแรกที่แปลพจนานุกรม จากภาษาอังกฤษ-จีน เป็น อังกฤษ-ญี่ปุ่น และที่สำคัญไปกว่านั้นท่านยังเป็นคนคิดค้นตัวอักษร vu (ヴ), va (ヴ) ใช้ในการออกเสียงแบบภาษาอังกฤษให้คนญี่ปุ่นได้ใช้มาจนถึงทุกวันนี้

สุภาพสตรีผู้ที่ปรากฏอยู่บนธนบัตรใบละ 5,000 เยน ของญี่ปุ่นมีชื่อว่า **“Higuchi Ichiyo”** เป็นกวีหญิงคนแกที่มีความสำคัญในยุคเมจิ (ระหว่างปี ค.ศ.1868-1912) และมาจนถึงยุคปัจจุบันด้วย เชี่ยวชาญด้านการเขียนเรื่องสั้น มีจุดเด่นคือการใช้ภาษาญี่ปุ่นโบราณชั้นสูง ทำให้แตกต่างจากนักเขียนทั่วไปในยุคนั้น ซึ่งยากต่อการนำไปแปลและยากต่อการอ่านด้วยเช่นกัน ส่วนของผลงานของท่านมีไม่เยอะเท่าไหร่เพราะท่านเสียชีวิตในวัยเพียง 24 ปีเท่านั้น แต่ผลงานและเรื่องราวชีวิตของท่านก็ส่งผลกระทบต่อวงการวรรณคดีญี่ปุ่นและได้รับการยกย่องมาจนถึงปัจจุบัน ท่านเป็นสุภาพสตรีบุคคลสำคัญลำดับที่ 3 ที่ได้ถูกนำภาพมาประทับลงบนธนบัตรฉบับละ 5,000 เยนของญี่ปุ่น ทำให้รู้ว่าคนญี่ปุ่นให้ความสำคัญกับการอ่านมากแค่ไหน

ธนบัตร 5,000 เยน (แบบเก่า)

ธนบัตร 2,000 เยน

ธนบัตร 2,000 เยนมักหายากและไม่ค่อยได้เห็นบ่อยนัก บางทีมาเที่ยวญี่ปุ่นแล้วอาจจะไม่ได้ผ่านมือเลยสักใบก็มี เพราะนี่เป็นธนบัตรที่พิมพ์ออกมาในปี 2000 เพื่อเป็นที่ระลึกในการประชุม G8 ครั้งที่ 26 มีจำนวนที่พิมพ์ออกมาไม่เยอะ ถ้าได้รับมาก็สามารถใช้ได้ปกติ แต่ก็จัดว่าเป็นของหายากอย่างหนึ่งของญี่ปุ่นเลยทีเดียว ด้านหนึ่งของธนบัตรเป็นรูปประตูของปราสาท Senri ใน Naha ที่ Okinawa รวมถึงภาพดอกไม้สวยงาม อีกฝั่งหนึ่งจะเป็นรูปจากในนิยายเรื่อง Hikaru Genji และภาพวาดของ Murasaki Shikibu กวีสุภาพสตรีที่แต่งเรื่องนี้



ธนบัตร 1,000 เยน

บุคคลสำคัญที่ปรากฏในธนบัตรใบละ 1,000 เยนก็คือ Noguchi Hideyo นายแพทย์ผู้มีบทบาทสำคัญของวงการแพทย์ในญี่ปุ่นและทั่วโลก เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านโรคแบคทีเรีย โดยในปี 1911 ท่านยังเป็นผู้ค้นพบโรคซิฟิลิส (Syphilis) ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคอัมพาตได้ และยังเป็นผู้วิจัยโรคไข้เหลือง โดยตั้งสมมติฐานว่าโรคไข้เหลืองเกิดจากการติดเชื้อไวรัส ไม่ใช่เกิดจาการติดเชื้อแบคทีเรีย ซึ่งท่านต้องใช้เวลาหลายปีในการพิสูจน์สมมติฐานนี้ และยังได้พัฒนาวัคซีนต้านโรคไข้เหลืองซึ่งได้ถูกนำมาใช้ในภายหลัง

ภูมิหลังของท่านมีความน่าสนใจมาก ท่านเกิดที่เมือง Inawashiro ในจังหวัด Fukushima ในปี 1876 เมื่อมีอายุได้ขวบครึ่ง ท่านประสบอุบัติเหตุตกลงไปในเตาผิงไฟ ทำให้มือ แขน และเท้าด้านซ้ายทั้งหมดถูกไฟครอก แต่ไม่ได้รับการรักษาเพราะหมู่บ้านอยู่ห่างไกลและไม่มีแพทย์ ต่อมาในปีค.ศ.1883 เมื่อท่านได้มาเรียนที่โรงเรียน Mitsuwa จึงได้รับการช่วยเหลือโดยการเข้ารับการผ่าตัดครั้งใหญ่ทำให้กลับมาใช้ชีวิตได้อย่างปกติกว่า 70% นับแต่นั้นมาท่านได้ตั้งปนิธานไว้ว่าจะเป็น “หมอ” เพื่อช่วยเหลือคนที่ลำบากให้ได้ จึงเป็นเรื่องราวที่น่ายกย่องและเป็นกำลังใจให้กับคนที่กำลังท้อแท้นะคะ

ที่มา https://matcha-jp.com/th/10516

และ http://www.krobkruengjapan.com/bank-note-jp/

แนะนำสมาชิกใหม่

ส.น.ญ.น.

ชื่อ - สกุล	สถานบันศึกษา/อบรม ที่ญี่ปุ่น	อาชีพปัจจุบัน	ประเภทสมาชิก
นายวทัญญู ศรีอุทัย (ทุน MEXT)	Kyoto University of Education	อาจารย์สอนภาษาญี่ปุ่น มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่	สามัญ
นางสาวภาสินี หอมนาน (The Ship for Southeast Asian and Japanese Youth Program (SSEAYP))	The Ship for Southeast Asian and Japanese Youth Program (SSEAYP)	นักศึกษา คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	วิสามัญ
ผศ.ดร.พุทธรักษ์ จรัสพันธุ์กุล (ทุน MEXT)	Kyoto University	อาจารย์ภาควิชาวิศวกรรมโยธา คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	สามัญ
นางสาวปิยนันท์ เลิศทวิวงศ์ (ทุนส่วนตัว)	Kyoto Career College of Foreign Languages	อาชีพอิสระ	สามัญ
นายกิตติพงษ์ หล้าหนัก (ทุน MEXT)	Tohoku University	อาจารย์สอนภาษาญี่ปุ่น โรงเรียนนวมินทราชูทิศ พายัพ จังหวัดเชียงใหม่	สามัญ
ดร.สุภาพร ธรรมขัน (ทุน SAST and Research Assistance Funded by Osaka University)	Osaka University	อาชีพอิสระ	สามัญ
ผศ.ดร.ภก.เอกลักษณ์ อินทรกษา (ทุน MEXT)	Kanazawa University	อาจารย์ภาควิชาวิทยาศาสตร์เภสัชกรรม คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	สามัญ

แนะนำสมาชิกใหม่

ส.น.ญ.น.

ชื่อ - สกุล	สถานบันศึกษา/อบรม ที่ญี่ปุ่น	อาชีพปัจจุบัน	ประเภทสมาชิก
ผศ.ดร.รุ่งนภา มาละเสาร์ (ทุน The Ichiro Kanehara Foundation, Research Fellowship for Young Scientists (DC2) from Japan Society for the Promotion of Science (JSPS))	Ohoku University	อาจารย์ภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่	สามัญ
นายจิราวุฒิ สุพรศิลป์ (ทุนมหาวิทยาลัยพี่น้อง)	Osaka Kyoiku University	ครูสอนภาษาญี่ปุ่น รงเรียนหางดงรัฐราษฎร์อุปถัมภ์ จังหวัดเชียงใหม่	สามัญ
นางสาวสาวิตรี ชุนศักดิ์ (อบรมการสอนภาษาญี่ปุ่น)	Japan Foundation ณ Japan Foundation Saitama	อาจารย์สอนภาษาญี่ปุ่น โรงเรียนสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่	วิสามัญ

ข่าวประชาสัมพันธ์กิจกรรมสมาคมฯ

- การประกวดสุนทรพจน์ภาษาญี่ปุ่น ระดับอุดมศึกษาในเขตภาคเหนือประจำปี 2568

ขอเชิญชวนสมาชิกและผู้สนใจทุกท่าน เข้าร่วมชมและเป็นกำลังใจให้ผู้ผ่านการคัดเลือกจำนวน 20 คนในการเข้าประกวดสุนทรพจน์ภาษาญี่ปุ่นระดับอุดมศึกษาในเขตภาคเหนือ ครั้งที่ 18 รอบคัดเลือกใน**วันเสาร์ที่ 15 กุมภาพันธ์ 2568 เวลา 08.30 ถึง 16.00 น. ณ ห้องประชุมอินทนิล ชั้น1 สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (UNISERV)** ถนนนิมมานเหมินท์ ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยผู้ชนะเลิศจะได้รับทุนการศึกษาเป็นระยะเวลา 1 ปี ณ มหาวิทยาลัยโซเฟีย ประเทศญี่ปุ่น และมีรางวัลลำดับอื่นๆ อีกมากมาย นอกจากนี้ผู้เข้าชมจะได้รับของที่ระลึกจากการจับรางวัลหางบัตรอีกด้วย

ประชาสัมพันธ์คอร์สเรียนภาษาญี่ปุ่น

หลักสูตรภาษาญี่ปุ่นพื้นฐาน

- เรียนแบบกลุ่ม (4 คนขึ้นไป) คอร์ส 24 ชั่วโมง
  ระดับ BJ1 - BJ6 4,500 บาท/คน
  ระดับ IJ1 - IJ6 5,500 บาท/คน
- เรียนรายบุคคล คอร์ส 20 ชั่วโมง (ทุกระดับ)
  ผู้เรียน 1 คน 12,000 บาท
  ผู้เรียน 2-3 คน 8,000 บาท/คน

หลักสูตรสนทนาภาษาญี่ปุ่น

- เรียนแบบกลุ่ม คอร์ส 30 ชั่วโมง
  ผู้เรียน 4 คนขึ้นไป 9,000 บาท
- เรียนรายบุคคล คอร์ส 20 ชั่วโมง
  ผู้เรียน 1 คน 12,000 บาท
  ผู้เรียน 2-3 คน 8,000 บาท/คน

ติวเข้ม!! พร้อมเข้าสอบ JLPT

ระดับ N5 - N2

ติวสอบ JLPT คอร์ส 30 ชั่วโมง

- เรียนแบบกลุ่ม (4 คนขึ้นไป)
  ระดับ N5 4,500 บาท/คน
  ระดับ N4 5,500 บาท/คน
- เรียนรายบุคคล
  ระดับ N5 18,000 บาท/คน
  ระดับ N4 21,000 บาท/คน

ติวสอบ JLPT คอร์ส 48 ชั่วโมง

- เรียนแบบกลุ่ม (4 คนขึ้นไป)
  ระดับ N3 19,200 บาท/คน
  ระดับ N2 21,600 บาท/คน
- เรียนรายบุคคล
  ระดับ N3 38,400 บาท/คน
  ระดับ N2 43,200 บาท/คน

- **สนใจคอร์สเรียนติดต่อ**
  สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่น ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขาภาคเหนือ
  3/3 ถ.สามล้าน ต.พระสิงห์ อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50200
  เวลาทำการ วันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 09.00 - 18.00 น.
  วันเสาร์ถึงวันอาทิตย์ เวลา 09.00 - 16.00 น.
  เบอร์โทรศัพท์ 053-272-331 อีเมล ojsatm@gmail.com
  เว็บไซต์ www.ojsatn.or.th เฟสบุ๊ค สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่นฯ สาขาภาคเหนือ

Facebook
สมาคมนักเรียนเก่าญี่ปุ่นฯ
สาขาภาคเหนือ

Website
www.ojsatn.or.th

Line Official

สมัครสมาชิก
ส.น.ญ.น.