

မာတိကာ

စကားဦး	၉
အခန်း (၁)	
ဂျပန်နိုင်ငံ	
၁။ ဂျပန်နိုင်ငံ	၁၁
၂။ ဂျပန်လူမျိုးတို့၏ ဓလေ့ထုံးတမ်းများ	၁၉
၃။ ONSEN (သဘာဝရေပူစမ်းရေချိုးကန်)တွင် ရေချိုးရေစိမ်ခြင်း	၂၄
၄။ လူမှုကျင့်ဝတ်များ	၂၅
၅။ 5 S နှင့် KAIZEN	၂၈
၆။ စိတ်အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေခြင်း (Harassment)	၃၀
၇။ စက်ဘီးစီးသောအခါ လိုက်နာရမည့်စည်းမျဉ်းများ	၃၂
၈။ cလျင် (Jishin)	၃၃

အခန်း (၂)
ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း

၁။ လူအချင်းချင်း ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း (Communication)	၃၇
၂။ လူမှုဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်အောင်ပြောဆိုမှုစေရန် လိုက်နာရမည့်အချက်များ	၃၉
၃။ ရိပ်သာမှာနေထိုင်သူများ၏ ယုံကြည်မှု ရယူတည်ဆောက်ခြင်း	၄၁
၄။ ရိပ်သာမှာနေထိုင်သည့်သူများနှင့် ပြောဆိုဆက်ဆံရာတွင် သတိထားရမည့်အချက်များ	၄၃
၅။ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း ဝန်ထမ်းအချင်းချင်း ဆက်ဆံရေး	၄၆
၆။ အစီအရင်ခံခြင်း၊ ဆက်သွယ်အကြောင်းကြားခြင်း၊ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း	၄၈

အခန်း (၃)

ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းနှင့် ဝန်ထမ်းများ၏ရဲ့ တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းတာဝန်

၁။ KAIGO ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်း	၅၃
၂။ တစ်နေ့တာလုပ်ငန်းတာဝန်	၅၅
၃။ အဝတ်အစားလဲလှယ်ရာတွင် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခြင်း	၆၁
၄။ အစားအစာစားသောက်ရာတွင် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခြင်း	၆၃
၅။ ရေချိုးကန်စိမ်ခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ပေးခြင်း	၆၉
၆။ ဝန်ထမ်းအချင်းချင်း သတင်းအချက်အလက်များဖလှယ်ခြင်း	၇၄
၇။ သူ့မှာပြုအကူတစ်ယောက်အဖြစ် လိုက်နာရမည့်အချက်များ	၇၇

အခန်း (၄)

ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးဆိုင်ရာ အခေါ်အဝေါ်များ

၁။ ဘိုးဘွားရိပ်သာအမျိုးအစားနှင့်ဝန်ထမ်းဆိုင်ရာအခေါ်အဝေါ်များ	၈၁
၂။ လူ့ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ	၈၅
၃။ မဖြစ်မနေသိထားသင့်သော အခေါ်အဝေါ်များ	၈၈
၄။ ပြန်လည်သန့်စွမ်းလာအောင် ပြုစုစောင့်ရှောက်မှု	၉၄
၅။ ခန္ဓာကိုယ်ဟန်အနေအထားပြောင်းလဲပေးခြင်း	၉၆
၆။ ဆေးနှင့်ရှေးဦးသူ့မှာပြုဆေးသေတ္တာ	၉၈

အခန်း (၅)

ရိပ်သာတွင်နေထိုင်သူများနှင့် ပြောဆိုရမည့်စကားများ

၁။ ပြုစုစောင့်ရှောက်ရေးလုပ်ငန်းခွင်တွင် ပျူငှာစွာပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း	၁၀၁
၂။ ရိပ်သာဝန်ဆောင်မှုအသုံးပြုသူများနှင့် စကားပြောခြင်း (နံနက်)	၁၀၄
၃။ နေ့စဉ်ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း	၁၀၇

၄။ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးရသည့်အခြေအနေအလိုက် ပြောဆိုဆက်ဆံခြင်း	၁၁၇
၅။ စကားစမြည်ပြောဆိုမှုအတွက် လေ့လာစရာ နမူနာများ	၁၂၄
၆။ ဆေးစစ်ခြင်းနှင့်ဆေးကုသရာတွင် ပြောသည့်စကားများ	၁၃၇

အခန်း (၆)

ရိပ်သာတွင် ပြောဆိုဆက်ဆံသည့် စကားလုံးများနှင့် အခေါ်အဝေါ်များ

၁။ ရိပ်သာတွင်ပြောဆိုဆက်ဆံသည့်စကားလုံးများ	၁၄၁
၂။ ရိပ်သာရှိနေရာ၊ ပစ္စည်းကိရိယာများဆိုင်ရာအခေါ်အဝေါ်များနှင့်ဝန်ထမ်းဆိုင်ရာအခေါ်အဝေါ်များ	၁၄၄
၃။ အလုပ်စနစ်	၁၄၈
၄။ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ	၁၅၀
၅။ ဖြီးလိမ်းပြင်ဆင်ရာတွင် ကူညီခြင်းနှင့် အစားအစာစားသောက်ချိန်တွင်ကူညီခြင်း	၁၅၄
၆။ စားသောက်ဖွယ်စာရင်း	၁၅၆
၇။ နေ့လယ်စာ၊ ညစာ	၁၆၁
၈။ အဝတ်အစားလဲရာတွင်ကူညီခြင်း	၁၆၄
၉။ အညစ်အကြေး/မစင်စွန့်ရာတွင် ကူညီခြင်း	၁၆၅
၁၀။ ရေချိုးခြင်းနှင့် ခုတင်ပေါ်တွင်ရေပတ်တိုက်ခြင်း	၁၇၂
၁၁။ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာကူညီခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အနေအထားပြောင်းရာတွင်ကူညီခြင်း	၁၇၆
၁၂။ သွားလာလှုပ်ရှားရာတွင်ကူညီခြင်း (ဘီးတပ်ကုလားထိုင်)	၁၇၇
၁၃။ ရောဂါလက္ခဏာ	၁၇၉
၁၄။ ပြန်လည်ကျန်းမာသန့်စွမ်းလာအောင် လုပ်ဆောင်ခြင်း	၁၈၃
၁၅။ ခံစားချက်	၁၈၆
၁၆။ အမှားများနှင့် ပြဿနာတက်ခြင်း	၁၈၉
၁၇။ သတင်းပို့ခြင်း၊ ဆက်သွယ်ပြောကြားခြင်းနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း	၁၉၀

အခန်း (၇)

လုပ်ငန်းခွင်နှင့် သက်ဆိုင်သောစကားများ

၁။ အလုပ်ခန့်ခြင်းနှင့် သက်ဆိုင်သောစကားလုံးများ	၁၉၅
၂။ လုပ်ငန်းခွင်နှင့်သက်ဆိုင်သောစကားလုံးများ	၁၉၉
၃။ လစာပေးချေမှုနှင့်သက်ဆိုင်သောစကားလုံးများ	၂၀၄
၄။ ATM နှင့်သက်ဆိုင်သောစကားလုံးများ	၂၀၉
၅။ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်နှင့်သက်ဆိုင်သောစကားလုံးများ	၂၁၁
၆။ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်နှင့် သက်ဆိုင်သောစကားလုံးများ	၂၁၃
၇။ အလုပ်ပိတ်ရက်ရှည်ကာလအတွင်း လိုက်နာရမည့်အချက်များ	၂၁၄

အခန်း (၈)

လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံများ

၁။ အလုပ်သင် သင်တန်းသူနှင့်သင်တန်းသားများ အတွေ့အကြုံ	၂၁၉
၂။ ဝန်ထမ်းများအတွေ့အကြုံ	၂၄၀

