



# XIN CHÀO OKAYA

Trung tâm giao lưu quốc tế tổ chức xúc tiến văn hóa thành phố Okaya  
TEL:(0266)24-3226 FAX : (0266)24-3229  
〒394-0029 Tầng 1 trụ sở tòa thị chính cũ 8-1 Saiwaichō-Okaya  
E-mail: oiea@oiea.jp URL: www.oiea.jp  
2020年 2020年 秋号 số ra mùa thu (ベトナム語)

このニュースレターは(公財)おかや文化振興事業団国際交流センターが外国籍市民の皆様に日本の文化をお伝えしながら、様々な生活に役立つ情報を提供しようと季節ごと年4回発行しております。Bản tin điện tử (newsletter) do trung tâm giao lưu quốc tế thuộc tổ chức xúc tiến văn hóa thành phố Okaya phát hành 1 năm 4 lần theo từng mùa nhằm quảng bá văn hóa Nhật Bản đồng thời cung cấp các thông tin hữu ích về cuộc sống đến cư dân có quốc tịch nước ngoài sống tại thành phố. ご意見、お問い合わせは上記へお寄せください。Mọi ý kiến đóng góp, thắc mắc xin gửi về địa chỉ liên lạc ở trên.

## ★★★新しい生活スタイルを！★★★

Xây dựng lối sống mới

Mùa covid 19

普段の生活で気を付けること。

Những điều cần chú ý trong đời sống thường ngày

- ★人と離れる
  - ★マスクをつける
  - ★手を洗う
  - ★Giữ khoảng cách
  - ★Đeo khẩu trang
  - ★Rửa tay
- với người khác

### スポーツする時、イベントへ参加するとき

#### Khi tham gia lễ hội, thể thao

- たくさん集まらない、くっつかない
- Không tiếp xúc, không tụ tập đông
- 公園等、すいた時間や場所を選ぶ
- Chọn thời gian, địa điểm vắng người như công viên...
- 狭い部屋での長居は避ける
- Hạn chế ở lâu trong phòng chật
- ジョギングは少人数で Chạy bộ với số lượng ít người
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン
- Hát hò hay cổ vũ cần giữ khoảng cách hoặc tổ chức online

### 買い物 Mua sắm

- 通販も利用 Mua sắm qua mạng
- 1人または少人数ですいた時間に
- Đi 1 mình hoặc ít người vào khung giờ vắng người
- 電子決済の利 Thanh toán bằng ví điện tử
- 計画をたてて素早く済ます
- Lên kế hoạch trước để mua đồ nhanh chóng
- レジに並ぶときは、前後にスペース
- Giữ khoảng cách trước sau khi chờ thanh toán

### 食事の時 Khi ăn uống

- テイクアウト、デリバリーの利用
- Sử dụng dịch vụ mua mang về hoặc giao đồ ăn tại nhà
- 食べ物を分け合わず、個々に
- Không ăn chung, mỗi người có 1 phần riêng
- 会話は出来るだけ避ける
- Hạn chế nói chuyện khi ăn

### 電車やバスを使うとき Khi sử dụng xe buýt hoặc tàu

#### điện

- 会話は控えめに Hạn chế nói chuyện
- 混んでる時間は避ける
- Tránh giờ cao điểm

# Cách vứt rác thải sinh hoạt

## — 家庭ごみを出すときに心がける5つのこと —

5 điều cần chú ý khi vứt rác thải sinh hoạt

1

ごみ袋はしっかり縛って封をしましょう！ Hãy buộc chặt và kín túi đựng rác

ごみが散らからず、ごみ袋を運びやすくなります。Rác không bị rơi vãi ra, túi rác dễ vận chuyển hơn.



2

ごみ袋の空気を抜いて出しましょう！ Hãy làm xẹp không khí trong túi rác rồi mới vứt.

ごみ袋を運びやすくし、収集車での破裂を防止できます。Túi rác dễ vận chuyển hơn, phòng tránh việc rách túi trên xe thu rác.



3

生ごみは水切りをしましょう！ Hãy làm ráo nước rác thải tươi sống!

ごみの量が減らすことができます。Có thể làm giảm được lượng rác.



4

普段からごみの減量を心がけましょう！ Chú ý làm giảm lượng rác thải mọi nơi mọi lúc!

食品をすべて食べきるなどごみを出さないことも大切です。Việc ăn hết đồ ăn để không vứt ra thành rác là rất quan trọng.

5

住んでる地域の分別・収集ルールを確認しましょう！ Hãy xác nhận cách phân loại và nguyên tắc thu gom rác của khu vực mình đang sinh sống.

粗大ごみの持ち込みを停止している場合や、資源物の分け方・出し方が普段と異なる場合があります。また、マスクなどのごみのポイ捨ては絶対にやめましょう。Có những trường hợp cấm vứt rác thải công kênh, hay cách phân loại và vứt rác tái chế khác với rác bình thường. Ngoài ra tuyệt đối không được vứt rác, khẩu trang bừa bãi.

新型コロナウイルスなどの感染症の感染者またはその疑いのある方の使用済みマスク等の捨て方  
Cách vứt khẩu trang đã dùng của những người nhiễm hoặc có nghi ngờ nhiễm virus Corona chủng mới

- ごみ箱にごみ袋をかぶせ、いっぱいにならないようにしましょう！
- Bọc túi bóng vào thùng rác, không để thùng rác bị đầy!
- ごみに直接触れることのないよう、しっかり縛って出しましょう！
- Để tránh tiếp xúc trực tiếp với rác thì hãy buộc thật chặt trước khi vứt!
- ごみを捨てたあとは、しっかり手を洗いましょう！
- Sau khi vứt rác hãy rửa tay thật sạch!

