

Bản tin sinh hoạt dành cho ngoại kiều

VIVA! ひめじ

vol. **50**
51

Việt ngữ

2014.10



Lễ hội trong năm của Harima	• • • • • P1 ~ P4
Hỗ trợ nuôi con của thành phố Himeji	• • • • • P5、 P6
Lịch đồ rác dùng cho các gia đình thông thường	• • • • P7、 P8
Sự chuẩn bị phòng khi thiên tai	• • • • • P9 ~ P11
Học tập tiếng Nhật	• • • • • P12
Cửa sổ tư vấn	• • • • • P13、 P14

Bản đính kèm • • • Việc cấp cứu và khám chữa bệnh vào ngày nghỉ và ban đêm,
Bảng thu thập thông tin
(Hãy lấy ra và sử dụng)

春 Xuân

Tháng 3

◆ Lễ hội giao lưu quốc tế Mùa Xuân (Egret Himeji)

Có nhiều tiết mục mang màu sắc quốc tế như: Hội thi hùng biện Tiếng Nhật cho người nước ngoài, quầy Café, khu triển lãm.v.v...

Tháng 4

◆ Hội ngắm hoa ở đền Himeji (Quảng trường San no Maru, công viên Nishi no Maru)

Tail lễ hội ngắm hoa anh đào sẽ có biểu diễn văn nghệ, đánh trống và đàn koto. Ngoài ra, Lễ hội ngắm hoa buổi tối thì có thể ngắm cảnh chiếu đèn vào hoa sakura ở trong thành.



◆ Lễ hội Senhime Botan

(Cuối tuần của cuối tháng 4 tại vườn Himejijou Senhime Botan-en)

Tháng 5

◆ Lễ hội Thành Himeji

(Otemaedoori, công viên Otemae)

Là lễ hội lớn nhất Himeji được bắt đầu từ năm 1947 nhờ vào sự ủng hộ của người dân. Mỗi năm được tổ chức vào tháng 8, nhưng bắt đầu từ năm 2015 sẽ đổi sang tháng 5. Nổi tiếng với đoàn diễu hành hay Banshuyondo, các điệu nhảy tổng hợp.

◆ Lễ hội Aioi Pe-ron

(Ngày chủ nhật cuối cùng, ở Vịnh Aioi-shi Aioi)

* * Lễ hội theo mùa * *

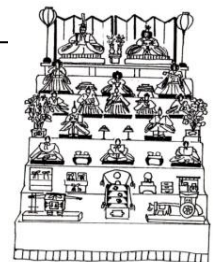
Là nghi lễ dâng đồ cúng được tổ chức vào lúc giao mùa để trừ tà và cầu nguyện cho sức khỏe, có vụ mùa bội thu, con cháu đầy đàn.

Lễ hội Hina 3 tháng 3

Còn được gọi là mùa Hoa đào 'Momo no sekku' vì được trang trí bằng hoa đào. Người ta bày đồ cúng như bánh dẻo (*hishi mochi*), búp bê *hina*, cắm hoa đào để cầu nguyện sức khỏe và sự trưởng thành của bé gái.



Hishi mochi

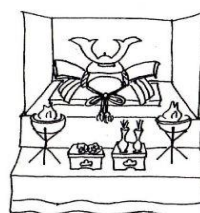


búp bê hina

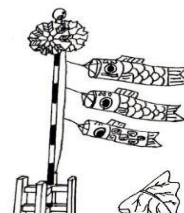
Lễ hội Tango 5 tháng

Cây cờ trang trí sẽ được cắm vào cột, là lễ hội để đuổi trừ bệnh, treo hình cá chép cho nó đứng lên, trong nhà trang trí hình mũ *kabuto* hay hình nộm *musya*, cúng dâng lên bánh dẻo (*kawashimochi*) để cầu cho bé trai được trưởng thành khỏe mạnh.

Ngày nay, được coi là ngày lễ của đất nước, Ngày Thiếu nhi.



kabuto



koinobori



kashiwamochi

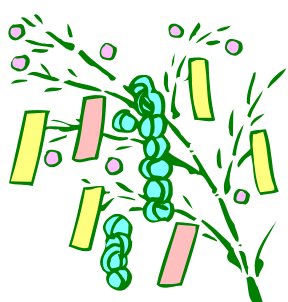




Hạ

Lễ vu lan 7 tháng 7

Trước đây, Lễ được tiến hành vào tối ngày 7 tháng 7 âm lịch để đón lễ *Obon*. Những tờ giấy màu hay tước giấy có ghi lời cầu nguyện được treo vào cây trúc.



Cây trúc

* * Lễ Obon * *

Là lễ hội được tiến hành vào khoảng trước sau ngày 15 tháng 8 ở các địa phương. Lễ hội *Obon* là lễ hội được cho là linh hồn của tổ tiên sẽ trở về theo ánh sáng. Cũng có những địa phương đốt đèn lồng và treo trước nhà.

Lễ hội sẽ tiến hành ở các địa phương, làng, phố.

Obon

Người tham gia sẽ quay quanh đài cao được dựng giữa hội trường và nhảy múa vòng quanh theo tiếng sáo và trống.



Tháng 6

◆ Lễ hội Yutaka

(ngày 22~24, Osakabejinza)

Là lễ hội người ta mặc Yukata được tiến hành từ năm 1742.



◆ Lễ hội Yasutomi Ajisai

(Chủ nhật hạ tuần tháng 6, công viên Yasutomi Ajisai)

◆ Lễ hội Wanuke

(ngày 30, Harimanokuni Sohsha)

Tháng 7

◆ Hồ bơi Himeji Shimin sẽ được mở

(Từ thứ 7 tuần thứ nhất tháng 7~Chủ nhật tuần thứ nhất tháng 9)



◆ Lễ hội Himeji Minato hội bắn pháo bông trên biển

(ngày thứ bảy cuối cùng, cảng Shikama)

Bắn khoảng 3,000 phát pháo bông, có thể xem cuộc diễu hành thả lửa trên biển.

◆ Lễ hội Iehima Tenjinjinja

(ngày 24 · 25, Ieshimajinza)

Tháng 8

◆ Lễ hội Pe-ron Bouze

(thứ 7 tuần đầu tháng 8, trong cảng cá Bouze nishinoura)

1 đội 20 người sẽ ngồi thuyền Pe-ron và hợp sức với nhau để đưa thuyền.

秋 Thu

Tháng 9

◆Hội ngắm trăng (Hội trường Himejijou San no Maru, Koukoen)

Có thể vừa xem diễn nhạc trống Nhật và đàn *koto* ,vừa có thể ngắm trời sao và thành Himeji

Tháng 10

◆Lễ hội mùa thu Himeji

《Các lễ hội quan trọng 》

☆Ebisunomiya tenman Jinza (ngày 8, 9)

☆Matsubara Hachiman Jinza (ngày 14, 15)

☆Ooshio Tenmangu (ngày 14, 15)

☆Usuki Hachiman Jinza (ngày 21, 22)

◆Lễ hội giao lưu quốc tế Himeji

(công viên Otemae)

Là lễ hội được triển khai với mục đích giao lưu giữa người dân thành phố và các bạn ngoại quốc sống tại Himeji được tổ chức từ năm 1996.

◆Lễ hội âm nhạc quốc tế Rupon

(Thành phố Himeji, Thành phố Ako)

Tháng 11

◆Lễ hội Taishi Asuka Furusato

Matsuri (Ngày 3, tại Asuka Hall)

◆Lễ hội Kokoro no Matsuri

(ngày 11, Tại bên trong các Shiyakusho)

◆Lễ hội Shimotsuki Taisai

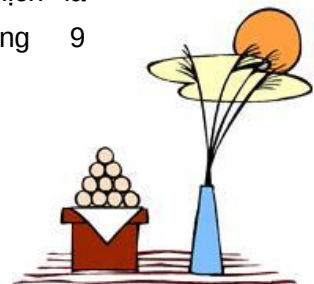
(từ ngày 13 đến 16 , Harimanokuni Sohsha)

Được gọi là lễ hội Himeji , và là lễ hội cuối trong mùa lễ hội mùa Thu của Banshu.

* * Ngắm trăng * *

Vào giữa mùa thu âm lịch 15 tháng 8 được gọi là [Chuusyuu no meigetsu]. Vào ngày này, vẫn còn tập quán cũ là cúng bánh dango và trang trí hoa Cỏ lau để ngắm trăng.

※ Tháng 8 âm lịch là khoảng vào tháng 9 dương.



* * Lễ hội mùa thu * *

Tháng 10 ở các địa phương của Banshu, tiến hành lễ hội mùa thu. Lễ hội này là lễ hội cảm tạ việc thu hoạch vụ mùa kéo dài từ mùa xuân đến mùa thu.



* * Shichigisan * *

Ngày 15 tháng 11 đến Jinza để cúng vái. Cầu nguyện cho sự trưởng thành của trẻ, con gái 3 tuổi, con trai 5 tuổi, con gái 7 tuổi.



冬 Đông

* * Đêm giao thừa * *

Có phong tục ăn mì *Soba* vào ngày 31 tháng 12 để cầu nguyện sống lâu trường thọ.



Vào đêm giao thừa, chuông chùa được gõ và gọi là [*Joya no kane*]. Để tẩy trần hết phiền muộn và vui vẻ đón tết thì chuông sẽ được gõ 108 cái.

* * Tết nguyên đán * *

Là ngày cầu nguyện cho một năm mới tốt đẹp và cảm tạ cho một năm cũ trôi qua một cách thuận lợi.

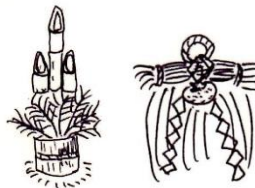
★ Ngày mừng một

Là lễ hội khi vào năm mới khởi hành đi Chùa và Đền thần.



★ *Kadomatsu*, *Shimenawa*

Được treo ngoài cửa ra vào để đón vị thần của năm.



★ *Kagamimochi*

Là vật trưng bày để đón điều tốt lành vào nhà nên người ta sẽ trưng bày *omochi* ở trong nhà.



★ *Osechi*

Bắt nguồn là món ăn để cúng tế thần thánh.

Mỗi một món ăn sẽ nói lên những mong nguyện của con cháu như: mùa màng bội thu, con cháu đầy đàn...



Tháng 12

◆ *Ako gishi sai* (ngày 14, thành phố Ako)

◆ *Wanuke shinji*

(ngày 31, Harimanokuni Sohshya)

Để một năm được trong sạch, chui qua dây to được quấn trước cửa 3 vòng và sau đó đi vào viện chính để cúng vái.

Tháng 1

◆ Lễ hội *Hátu Ebisu*

(ngày 14~16, Harimanokuni Sohshya)

Cầu nguyện cho trong nhà bình an, buôn bán phát đạt.

◆ *Syosya no Onioi*

(ngày 18, Syoshazan Engyoji)

◆ Lễ thành nhân

(ngày thành nhân, thứ hai của tuần thứ hai)

Tháng 2

◆ Lễ hội Xuân phân (ngày 3)

«hội trường chủ yếu»

☆ Harimanokuni Sohshya

☆ Himeji Jinza

☆ Hirominesan Hiromine Jinza

☆ Syoshazan Engyoji



◆ *Zuiganji no Oni-oni*

(ngày 11, Masuiyama zuiganji)

Tiến hành điệu nhảy đầy mãnh lực của *Aka-oni* và mang theo *taimatsu* của *Ao-oni*

◆ Lễ khai trương công viên

Ayabeyama bairin

(ngày 11 tháng 2~ngày 21 tháng 3,
Thị trấn Tatsuno-shi, Mitsu-cho)

Hỗ trợ nuôi con của thành phố Himeji

Khi Có Em Bé

●**Sổ tay sức khỏe mẹ con...**Sổ tay sức khỏe mẹ con là sổ tay quan trọng để ghi lại tình trạng sức khỏe của người mẹ và em bé từ khi có thai và sau khi sinh. Khi đã xác nhận có thai, hãy sớm làm thủ tục để nhận sổ tay sức khỏe mẹ con. Trong sổ tay này còn kèm theo vé trợ cấp khám và theo dõi sức khỏe của bà bầu. (Trường hợp là ở Himeji-shi)



Để nhận được 「Sổ tay sức khỏe mẹ con」 ... (khi phụ nữ mang thai sống ở Himeji-shi)

Lấy giấy tờ đăng ký mang thai ở khoa sản, nộp giấy đăng ký vào các trung tâm khám sức khỏe của Himeji Shi, hay phòng sinh (có 6 địa điểm trong thành phố)

Thời gian nhận đăng ký : Ngày thường 8 : 35~17 : 20

(trừ thứ 7, chủ nhật, ngày lễ và từ ngày 29/12~ngày 3/1)

※Chỉ có Minami Hoken Senta là nhận đơn đăng ký vào ngày thứ 7

※ Sổ tay sức khỏe mẹ con có nhiều phiên bản ngôn ngữ khác nhau. Chính người mang thai đến nhận sổ vì khi đó có tư vấn, trao đổi một số vấn đề liên quan như: tình trạng mang bầu, sinh sản.....

Trợ cấp chi phí kiểm tra sức khỏe phụ nữ mang thai

Vé trợ cấp kiểm tra sức khỏe phụ nữ mang thai (1 tờ 8,500 yên, 13 tờ 5,000 yên). Chỉ được sử dụng 1 vé cho mỗi lần khám thai định kỳ. Trong trường hợp, khoản tiền vượt quá giới hạn trợ cấp thì chính người đó sẽ phải chi trả số tiền vượt quá. Tại một số bệnh viện, trung tâm và phòng khám phụ khoa không sử dụng được vé trợ cấp (như ngoài địa phận Himeji Shi). Khi đó, người khám thai trả tiền khám thai định kỳ, sau đó có thể làm giấy đăng ký hoàn tiền lại sau khi sinh trong vòng 3 tháng. Vì vậy nhất định phải giữ lại hóa đơn khi thanh toán tiền.

Nơi tư vấn : Hokensho kenkoka (Phòng sức khỏe Ban bảo vệ sức khỏe) TEL 079-289-1641

●**Chế độ nhận tiền một lần khi sinh và nuôi con...**Người ngoài bảo hiểm như bảo hiểm sức khỏe hay bảo hiểm quốc dân hay người được nuôi dưỡng khi sinh con thì, sẽ được nhận chế độ trợ cấp tiền một lần.

Khoản trợ cấp : 420,000 yên (cũng có thể là 390,000 yên)

※Về chi tiết giấy tờ đăng ký, người sinh con hãy đến tham vấn ở các phòng bảo hiểm sức khỏe.

※Về việc yêu cầu thanh toán chi phí sinh con cũng có chế độ là cơ quan ý tế thay thế sản phụ để tiến hành thủ tục (Khi sinh con trong nước). Vì chi phí sinh và chăm sóc có thể trả trực tiếp cho cơ quan y tế cho nên khi xuất viện không nhất thiết phải trả toàn bộ chi phí sinh. Nếu phụ nữ sinh con muốn sử dụng chế độ này thì hãy thảo luận với bệnh viện, phòng sinh nơi mình dự định sinh.

●Ở Himeji-shi có mở nhiều lớp học và thảo luận liên quan đến việc nuôi con.

Hãy xem chi tiết ở Himeji-shi Wakuwaku Child

<http://www.city.himeji.lg.jp/waku2child>



Khi sinh em bé



- Giấy khai sinh** Phải làm giấy khai sinh trong vòng 14 ngày kể từ ngày sinh. Làm thủ tục tại cửa tiếp nhận làm hồ sơ ở nơi sinh, nơi thường trú, địa chỉ trong hộ khẩu.

- Lấy quốc tịch**

- (1) Trường hợp bố hoặc mẹ là người Nhật

Con có thể lấy quốc tịch Nhật. Nếu bố hoặc mẹ là người nước ngoài và muốn lấy quốc tịch của nước đó thì hãy hỏi Đại sứ quán, Tổng lãnh sự quán của nước đó tại Nhật.

- (2) Trường hợp cả bố và mẹ mang quốc tịch nước ngoài

Không thể lấy được quốc tịch Nhật. Tùy theo luật pháp của đất nước bố mẹ mà thủ tục khác nhau. Trước đó, hãy hỏi Đại sứ quán, Tổng lãnh sự quán của nước đó tại Nhật.

Ngoài ra, trẻ em mang quốc tịch nước ngoài nhưng cư trú tại Nhật thì cần phải làm thủ tục xin cư trú tại Nhật. Hãy đến làm thủ tục tại văn phòng hành chính Quản lý xuất nhập cảnh tại nơi sinh sống trong vòng 30 ngày kể từ ngày sinh.

< Mọi thắc mắc liên hệ > Cục quản lý xuất nhập cảnh Osaka Chi nhánh Cảng Himeji
TEL 079-235-4688

- Trợ cấp trẻ em** Đây là phí chi trả hỗ trợ cho người nuôi dưỡng trẻ em đến hết cấp 2. Hãy làm thủ tục xin cấp khi sinh em bé hoặc khi chuyển từ nơi khác đến.

- Chế độ hỗ trợ phí y tế cho trẻ sơ sinh (từ 0 tuổi đến lớp 3)**

Đây là chế độ dành cho những trẻ tham gia Bảo hiểm sức khỏe, khi đi khám ở các bệnh viện, cơ sở y tế bằng Thẻ bảo hiểm thì sẽ được hỗ trợ chi phí. Vì cần phải xuất trình thẻ chứng nhận đối tượng được hưởng phí y tế nên hãy đăng ký trước.

< Phòng hành chính >

Trung tâm dịch vụ - Ủy ban thành phố - Trụ sở ủy ban ở trước nhà ga

- Kiểm tra sức khỏe trẻ sơ sinh** Miễn phí

Đến thăm trẻ sơ sinh Y sĩ sẽ đến nhà thăm, đo chiều dài, cân nặng và trả lời những thắc mắc liên quan đến chăm sóc trẻ.

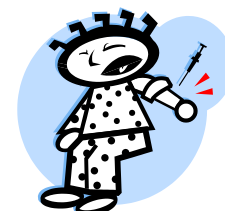
Khám sức khỏe cho trẻ 4 tháng, 10 tháng tuổi Phiếu khám cho những trẻ thuộc đối tượng sẽ được gửi đến. Hãy mang trẻ đến khám tại cơ sở y tế trong thời gian quy định được ghi trong giấy.

Khám sức khỏe cho trẻ 1 tuổi 6 tháng, trẻ 3 tuổi Giấy thông báo thời gian, địa điểm sẽ được gửi đến. Hãy đến khám tại cơ sở y tế được chỉ định.

< Chi tiết liên hệ > Hokensho kenkoka (Phòng sức khỏe Ban bảo vệ sức khỏe) TEL 079-289-1641

- Tiêm phòng**

Tiêm phòng rất cần thiết cho sự phát triển của trẻ. Chính vì thế hãy kiểm tra tuổi và thời kỳ tiêm phòng để tiêm phòng sớm cho trẻ. Những loại tiêm phòng miễn phí thì cần phải có phiếu tiêm phòng (tem). Phiếu tiêm phòng sẽ được gửi đến Ban bảo vệ sức khỏe nên hãy lưu giữ cẩn thận.



< Chi tiết liên hệ > Hokensho Yoboka (Ban bảo vệ sức khỏe Phòng tiêm phòng) TEL 079-289-1635

Năm 2014(Từ tháng 4 /2014 tới tháng 3/2015)
Lịch đồ rác dùng cho các gia đình thông thường

Những người kinh doanh cửa hàng ăn uống không dùng lịch này.



Mọi thắc mắc về việc đồ rác, xin liên hệ tới phòng thúc đẩy tái chế. ☎221-2404
http://www.city.himeji.lg.jp (Hoặc có thể tham khảo bằng danh sách các địa chỉ giải đáp thắc mắc ở mặt sau).

●Những thứ thành phố thu gom (rác thải gia đình) ※Không tiến hành thu gom rác cháy được bao gồm: bao bì nhựa, giấy tổng hợp vào các ngày 3, 4, 5 tháng 5 ngày 1, 2, 3 tháng 1 .

Rác cháy được

Thứ thứ mỗi tuần

Rác bếp
(rác cháy được hãy để cho thật ráo nước)
(vụn rau ,bã trà)

Các loại rác cháy được khác

Đĩa CD
Hộp đựng đĩa

Băng video

Tã giấy

Giấy than

Giày dép,guốc ,cặp da ,mảnh gỗ,xác hoa ,vỏ ốc,bật lửa dùng 1 lần,băng cát sét,băng video,thủ nhồi bông ,các loại tã giấy ,các loại giấy không tái chế được (ví dụ như giấy than,v.v...)đĩa CD ,đĩa MD (chú ý) Đối với loại tã giấy, cần xử lý các chất thải có trong tã giấy trước rồi cho tã giấy vào túi sau đó bỏ theo loại rác cháy được.

Bao đựng rác ,chất thải.

Bao bì nhựa ,
hộp nhựa

Thứ mỗi tuần

Bột xốp.

Bao túi đồ ăn snack

Vỏ hộp trứng

Các loại nắp

Mắc nhãn

Các loại bao đựng,khay, nút, chai lọ,túi đựng, vải vóc,vỏ hộp, Sủi bọt xtiren.

※Các loại giấy gói và đồ đựng có đầu

※Bao bì đồ ăn có thể xử lý như rác dễ cháy.

※Phân loại bao bì có dính đồ ăn vào loại rác cháy được .

Bao đựng rác ,chất thải.

Giấy hỗn hợp

Thứ tuần thứ và tuần thứ

Các loại giấy có thể tái sinh.

Các loại giấy đều có thể tái sinh được ngoại trừ các loại giấy gói,bao đựng bằng giấy ,các loại hộp giấy ,thùng giấy ,giấy gói hộp.(Các loại giấy copy,giấy viết ,bưu thiệp ...)

※Phân loại những bao bì có dính đồ ăn vào loại rác cháy được .

Bao đựng rác chất thải.

Tháng 4	Tháng 7	Tháng 10	Tháng 1
Ngày	Ngày	Ngày	Ngày
Ngày	Ngày	Ngày	Ngày
Tháng 5	Tháng 8	Tháng 11	Tháng 2
Ngày	Ngày	Ngày	Ngày
Ngày	Ngày	Ngày	Ngày
Tháng 6	Tháng 9	Tháng 12	Tháng 3
Ngày	Ngày	Ngày	Ngày
Ngày	Ngày	Ngày	Ngày

Những điều cần chú ý

●Xin hãy bỏ rác cháy được vào bao rác được quy định dành cho rác cháy được .Rác bao bì nhựa ,hộp nhựa thì bỏ vào bao rác được quy định dành cho rác bao bì nhựa hộp nhựa .Rác giấy thì bỏ vào bao giấy rồi hãy mang đi bỏ rác .

●Xin bỏ rác ở nhà bỏ rác cháy được của khu phố .

●Xin bỏ rác ra **trước 8 giờ sáng của ngày thu gom rác** ,(đối với những khu vực thu gom rác vào buổi tối ,xin vui lòng bỏ rác **trước 10 giờ đêm** của ngày thu gom rác)

Đối với chất thải thiếu đốt ngoài trời, có một bộ phận ngoại lệ mà trong pháp luật nghiêm cấm bỏ. Đừng làm phiền đến những người dân sống xung quanh khi bỏ chất thải

Rác khổ lớn
(1 tháng 2 lần)

Tháng 4 Tháng 5 Tháng 6 Tháng 7 Tháng 8 Tháng 9 Tháng 10 Tháng 11 Tháng 12 Tháng 1 Tháng 2 Tháng 3

Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày

Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày Ngày

Những điều cần chú ý

●Vứt rác ở điểm quy định vứt rác khổ lớn của khu phố

●Vứt rác **trước 8 giờ sáng của** ngày thu gom rác (tuy nhiên ,nếu sống ở những khu vực tự trị có quy định thời gian vứt rác sớm hơn 8 giờ thì phải tuân theo quy định đó)

Đồ Vật bằng gỗ
(phá ra ,bỏ lại thành bó)

Đồ dùng bằng gỗ (bàn ghế giường tủ v.v...)miếng ván,hộp gỗ ,cửa kéo bằng gỗ dán giấy,màn bằng lau,các vật dụng có vật liệu chủ yếu là gỗ.

Các đồ vật hỗn hợp kim loại

Các loại rác được làm từ nhựa tổng hợp

Các loại chăn thảm (Dùng dây chắc chắn cột lại kĩ càng)

Tro ,đồ gốm (đồ seto) — các loại thủy tinh không thuộc loại chai đựng thực phẩm và nguyên liệu nấu ăn (bỏ vào các túi chắc chắn)

Đồ vật đựng thực phẩm và nguyên liệu nấu ăn

Các loại chai rỗng (đổ ,rửa sạch bên trong ,bỏ nắp ,hoặc nút chai ,rút ra khỏi túi).

Chai nhựa (Rửa sạch, tháo nhãn mác dính kèm trên nắp, phá hủy)

Hộp giấy (rửa sạch ,mở ra phơi khô)

Các loại Bình , Can, Thùng bằng kim loại (đổ bỏ hết bên trong ,mở nắp ,khí bỏ rác không gửi miệng bao rác)

Pin khô

Đồ vật đựng thực phẩm và nguyên liệu nấu ăn

Các loại chai rỗng (đổ ,rửa sạch bên trong ,bỏ nắp ,hoặc nút chai ,rút ra khỏi túi).

Chai nhựa (Rửa sạch, tháo nhãn mác dính kèm trên nắp, phá hủy)

Hộp giấy (rửa sạch ,mở ra phơi khô)

Các loại Bình , Can, Thùng bằng kim loại (đổ bỏ hết bên trong ,mở nắp ,khí bỏ rác không gửi miệng bao rác)

Pin khô

●Các loại giấy cũ (Xin vui lòng hợp tác với chương trình thu gom tập thể .Ở những khu vực không có chương trình này thì xin bỏ rác vào “ngày thu gom rác khổ lớn”)

Giấy báo
(Bao gồm cả tờ rơi quảng cáo)

Bìa Cactông

Các loại tạp chí
(bao gồm cả sách)

Nhằm tái chế các loại giấy cũ (báo chí, tạp chí, giấy các tông) hoạt động một cách ổn định trong tỉnh, theo chế độ tặng tiền hỗ trợ cho các đoàn thể thu gom nguyên liệu tái chế, sẽ trao tiền hỗ trợ tương ứng (5yen/kg) cho các đoàn thể thu gom như hội tự trị, hội trẻ em, hội phụ huynh học sinh (PTA)...

Với sự hỗ trợ của các đoàn thể, phần lợi nhuận sau khi bán phần thu gom giấy cũ, sẽ được dùng như tiền hỗ trợ để duy trì các hoạt động nội bộ của đoàn thể, và là tài sản quan trọng của tỉnh. Chế độ hoạt động của tiền hỗ trợ của tỉnh sau khi thu tái chế giấy cũ là trao 2 lần/ năm. Mọi chi tiết liên hệ, Khoa tái chế (221-2406)

●Đối với những khu vực không có đoàn thể thu gom...Hãy tập hợp rác vào những nơi đã được quy định, theo những ngày đã quy định trước tại từng khu vực.

●Đối với những khu vực không có đoàn thể thu gom...Hãy tập hợp các đồ tái chế vào 「ngày đồ rác lớn」 .

●Các loại 「Báo chí」 「Tạp chí」 「Giấy các tông」 , hãy dùng dây buộc chặt theo hình chữ thập.

● Những đồ bán lại ở địa phương (bán cho những người mua đồ cũ)

Đối với những đồ vật làm bằng kim loại nhôm.

●Gom các đồ vật thành từng nhóm hàng, sau đó mang đến chỗ quy định vào những ngày mà trong tỉnh được quy định.

●Những đồ không thể bán được tại địa phương, đối với những đồ vật làm bằng kim loại nhôm thì cho vào phân loại 「thùng rỗng」

●Những đồ vật thành phố không thu gom (không đưa vào nhà máy rác được)

Các thiết bị điện gia dụng:

Máy tính dùng trong gia đình

Ti Vi (bao gồm TV tinh thể lỏng ,TV plasma) tủ lạnh ,máy điều hòa(bao gồm cả bộ phận gắn bên ngoài),máy giặt ,máy sấy quần áo,sẽ không được thu gom như loại rác lớn ,xin hãy mang đến trung tâm xử lý rác loại lớn của thành phố .Xin vui lòng liên hệ cửa hàng bán lẻ hay đại lý xử lý ở gần nơi bạn ở (tham khảo mặt sau)

Máy tính dùng trong gia đình có thể để cho hãng sản xuất thu gom lại.

Về phương pháp thu gom, liên hệ tới hiệp hội thu mua, tái chế máy vi tính
http://www.pc3r.jp (03-5282-7685)
(Tham khảo mặt sau)

Rác nguy hiểm

Hãy nhờ cửa hàng nơi mình mua đồ vật đó lấy lại

Bình ga,bình nén khí,bình cứu hỏa,lốp xe,bình ắc quy,sơn còn sót lại,xăng dầu, thuốc kích thích, chiếu,kết sắt dựng tiền,dàn piano, xe máy v.v...

Dầu thải Ắc quy Vỏ bình khí nén Gas Chiếu Tủ sắt Đàn piano Xe máy

Rác với khối lượng nhiều

Đối với rác sau khi di chuyển chỗ ở, những vật nặng trên 50Kg, các loại gỗ tạp , nhánh cây sau khi cắt tỉa thì không được bỏ chỗ đồ rác thông thường.

Phương pháp 1: Tự phân loại rác, rồi mang rác đến ECO PA-KU ABŌSHI (xin tham khảo ở mặt sau)
Mọi chi tiết xin liên hệ ECO PA-KU ABŌSHI (Tel 272-5540)

Phương pháp 2: Liên hệ đến những cơ sở thu gom rác đã được thành phố công nhận (có tồn phí)
Mọi chi tiết liên hệ, Khoa tái chế (221-2404)

Rác thải từ hoạt động kinh doanh

Đối với rác thải từ hoạt động kinh doanh thì theo luật pháp quy định ,người kinh doanh phải có nghĩa vụ xử lý rác đó.

Phương pháp 1: Lập kế hoạch tái sử dụng ,tái nguyên vật liệu hóa.

Phương pháp 2: Tự xử lý

Phương pháp 3: Nhờ những người thu mua đồ cũ đã được thành phố công nhận(mất lệ phí)

Bản lưu năm 2014

【Phân loại ra thì là tài nguyên ,trộn lẫn thì là rác.】

※Xin xem mặt sau

Sự chuẩn bị phòng khi thiên tai

Thiên tai xảy ra khi nào, ở đâu, diễn ra như thế nào, chúng ta không thể nào biết chính xác được. Khi xảy ra cần phải nắm bắt được thông tin chính xác, bình tĩnh trong hành động. Chính vì thế, ngày thường phải chuẩn bị đầy đủ những điều này.



Hãy Cùng Nhớ Từ Ngữ Chuyên Dùng

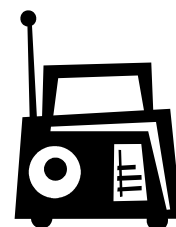
Khi có dấu hiệu của mưa lớn, gió mạnh, sóng thần .v.v. Đài khí tượng sẽ phát đi chú ý hoặc cảnh báo cùng với đó chủ tịch phường, xã sẽ đưa ra những thông tin cần thiết cho địa phương của mình.

- ★ 警報 (Keihou) ...Trường hợp có thể xảy ra tai họa nghiêm trọng, Đài khí tượng sẽ phát đi thông tin cảnh báo.
- ★ 避難勧告 (Hinankankoku) ...Khuyến cáo người dân đi lánh nạn, rời khỏi địa phương
- ★ 避難指示 (Hinanshiji) ...Chỉ thị sẽ được phát khi sự nguy hiểm của bão, lụt lội, xạc lở đất đá...đến gần áp sát. Theo chỉ thị, mọi người lập tức di chuyển đến nơi lánh nạn. (Có tính bắt buộc hơn Hinankankoku)

Đây là những thông tin quan trọng liên quan đến tính mạng . Chúng ta hãy nhớ rõ cả chữ hán và cách phát âm. Hơn thế nữa, mặc dù không liên quan đến những điều trên nhưng khi có cảm giác nguy hiểm chúng ta hãy lập tức lánh nạn.

Các trang web liên quan đến phòng chống thiên tai .

Đài khí tượng	http://www.jma.go.jp/jma
Himeji Bousai Plaza	http://www.city.himeji.lg.jp/syoubou/plaza
Himeji Bousai Web	http://www.city.himeji.lg.jp/bousai
Hito to Bousai Mirai Center	http://www.dri.ne.jp



Chúng ta sẽ được nhận những thông tin về thời tiết, cảnh báo lánh nạn , động đất

khi đăng ký Email ở “Himeji Bosai Net-bin (hòm thư phòng chống thiên tai Himeji)” từ trang web Phòng chống thiên tai thành phố Himeji .

SẤM SÉT

Xung quanh trở nên tối mịt bởi những đám mây đen dày, xuất hiện tiếng Goro goro của sấm, sấm có khả năng rớt xuống, khi nghe được âm thanh này thì ngay lập tức tìm nơi an toàn trú ẩn trong các tòa nhà. Không được đứng gần dưới gốc cây vì đây là nơi nguy hiểm và không được che dù.



Ý thức phòng thiên tai hàng ngày

- ① Mỗi ngày nghe chương trình radio FM hay FM genki (79.3 MHz) để nhận được thông tin từ địa phương.
- ② Đọc kỹ các thông tin từ các tạp chí được phát hành từ các đoàn thể hay tạp chí của Himeji VIVA!
- ③ Tham gia các lớp học tiếng Nhật để nhận được nhiều loại thông tin.
- ④ Tham gia sinh hoạt hội nơi mình đang sống và tích cực tạo mối quan hệ sâu rộng với những người xung quanh.
- ⑤ Tham gia các sự kiện giao lưu Quốc Tế và trao đổi thông tin cùng với nhiều người.

Nói chuyện trước với Gia đình

★ Đồ dùng phòng nạn để ở đâu ? Mang đi cái gì, ai sẽ mang đi ?

Nơi để [] Người mang []

★ Xác định nơi lánh nạn, cách di chuyển

[]

★ Quyết định theo tuần tự những nơi tập trung ưu tiên.

1. [] 2. [] 3. []

★ Cách liên lạc khi các thành viên gia đình ở xa nhau ?

[]

(『12saikara no hisaishagaku』 nhà xuất bản NHK)

※Xác nhận nơi lánh nạn . . . Phòng quản lý nguy cơ TEL: 079-221-2200

※Xác nhận sự an toàn của người thân . . . Đường dây nóng thiên tai 171

Túi mang đi phòng khi bất thường

Để có thể lánh nạn dễ dàng, sử dụng túi xách 2 quai, đặt sẵn những vật dụng cần thiết vào và đặt ở nơi dễ nhìn thấy.

Thức uống, Điện thoại, Radio, Quần áo, Thực phẩm, Đồ quý giá, Đèn pin, Passport, Thẻ lưu trú...



VÒI RỒNG

Gió thổi cực mạnh, nhà cửa bị phá vỡ trong khoảnh khắc, xe ô tô bị cuốn lên không trung, những hiện tượng này được gọi là vòi rồng. Chú ý sự thay đổi bất thường của sấm sét, mây, gió. Khi thấy xuất hiện những cuộn mây đến gần thì lập tức tìm lánh nạn ở tầng hầm hoặc các tòa nhà vững chắc.



Sự chuẩn bị phòng khi thiên tai

ĐỘNG ĐẤT – SÓNG THẦN

Nhật Bản là nước có nhiều động đất, sau khi động đất ở dọc bờ biển có thể bị sóng thần ập vào. Để có thể giảm thiểu tổn thất cần chú ý những điều sau:

- ① Khi xảy ra động đất, trước hết tìm nơi an toàn ở trong nhà lánh nạn. thảm mềm, mền là những thứ bảo vệ đầu khỏi các vật dụng rơi trúng. Khi đang ở ngoài thì phải chú ý sự rơi rớt của máy nhà, bảng hiệu, bức tường...
- ② Khi hết run, để không bị hỏa hoạn hãy tắt lò nấu nướng, lò sưởi ...
- ③ Sau khi động đất, thường xuất hiện sóng thần, dư chấn nên phải theo dõi radio, Tivi để có thông tin kịp thời
- ④ Tuy theo trường hợp mà lánh nạn ở trại lánh nạn, trường hợp không biết ở đâu thì hãy xác nhận ở phường xã, trang chủ trên internet.



Biểu hiệu: Tòa nhà tránh Sóng thần



Nơi lánh

Tai hại bởi Bão – Mưa lớn – Lở đất

Ở Nhật, từ tháng 8 đến tháng 10 thường hay có bão phát sinh. Có khi bị lở đất, ngập nước dẫn đến nhiều thiệt hại.



- ① Khi bão đến gần, theo dõi thông tin dự báo đầy đủ, ngừng đi ra ngoài, đóng chặt cửa trong ngoài.
- ② Chuẩn bị sẵn đèn cây, đèn pin, điện thoại, radio phòng khi bị cúp điện.
- ③ Trường hợp có cảnh báo hay chỉ thị lánh nạn thì hãy lập tức đến nơi lánh nạn.

Mưa lớn cục bộ

Trong khoảng thời gian ngắn mưa lớn dữ dội ở địa hình hẹp được gọi là mưa lớn cục bộ.

Khi có cảm giác như những điều phía dưới thì hãy lập tức tìm nơi an toàn lánh nạn.

- ① Nước kênh đực, có cành nhánh cây trôi.
- ② Có không khí lạnh thổi đến, bầu trời tối đi.
- ③ Có hạt mưa lớn, mưa đá.



Lớp tiếng Nhật dành cho người nước ngoài

※Tháng 10 năm 2014

◆Lớp tiếng Nhật “Sơ cấp”, “Trung cấp”

Là lớp tiếng Nhật do các giáo viên có bằng cấp giảng dạy. Tuyển sinh theo từng học kỳ (3 tháng • lần)

【Địa điểm】 Tầng 4 của Egret Himeji 【Học phí】 3,000 Yên/1 học kỳ + Tiền sách giáo khoa

【Thời gian】 Lớp Sơ cấp : Chủ Nhật, một trong các giờ 10:30~12:00 • 13:00~14:30 • 15:00~16:30

Lớp Trung cấp : Thứ bảy 10:30~12:00

◆Nihongo Hiroba

Là lớp thực hành hội thoại tiếng Nhật bằng những nhóm nhỏ với giáo viên tình nguyện

【Địa điểm】 Nihongo Hiroba, Tầng 4 của Igure Himeji 【Học phí】 Miễn phí

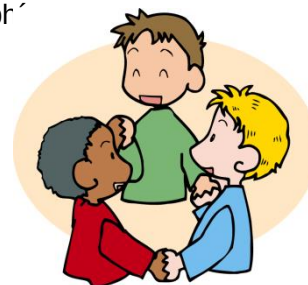
【Thời gian】 Thứ năm, thứ sáu, Chủ Nhật

【Địa chỉ liên lạc】 TEL 079-282-8950

(Trung tâm giao lưu quốc tế văn hóa Himeji)

E-mail info@himeji-iec.or.jp

Web <http://www.himeji-iec.or.jp>



Các lớp tiếng Nhật khác

Tên	Thời gian	Địa chỉ liên lạc
Hello Nihongo	Chủ Nhật 13:30~15:30	Tel. 080-1409-4244 (Giáo viên: Okada)
JouTou Kyoshitsu	Thứ năm 19:00~20:30	Tel. 079-223-0970 (Giáo viên: Yamasaki, Trường đại học Himeji Dokkyo)
JouTou Terakoya	Thứ bảy 13:30~15:30	Tel. 079-238-3442 (Giáo viên: Nakanishi)
JouTou Machi Hoshuu Kyoshitsu	Thứ bảy 13:30~15:00	Tel. 079-282-0921 (Giáo viên: Kanagawa, trường tiểu học Higashi)
Nihongo Saron Wa	Thứ sáu 19:00~20:30	Tel. 079-282-8950 (Trung tâm giao lưu quốc tế văn hóa Himeji)
Gambarou Nihongo	Chủ Nhật 14:00~16:00	Tel. 090-2194-3102 (Giáo viên: Matsuda)
Betonamu In Himeji	Chủ Nhật 19:30~21:00 (Nghỉ Chủ nhật của tuần đầu tiên mỗi tháng)	Tel. 079-238-3027 (Giáo viên: Matsuba)
Himeji Jinken Network Gaikokugo Kouza	Thứ sáu (tuần thứ 2 và thứ 4) 19:00~21:00	Tel. 090-1134-2861 (Giáo viên: Kaneda)

Cửa sổ tư vấn

Tên tổ chức	Nội dung tư vấn	Số điện thoại	Ngày giờ làm việc	Ngôn ngữ
Trung tâm giao lưu quốc tế thành phố Himeji	Mọi mặt về đời sống	079-287-0820	hàng ngày 8:35~17:20	Tiếng Anh
Hiệp hội giao lưu văn hóa quốc tế thành phố Himeji	Thủ tục hành chính	079-221-2107 (UBND thành phố Himeji, trung tâm tư vấn dân)	Thứ 3 13:00~16:00	Tiếng Bồ đào nha Tiếng Tây ban nha Tiếng Trung quốc
Hiệp hội giáo dục phúc lợi Asia, văn phòng tị nạn, chi nhánh Kansai	Mọi mặt về đời sống ※Đối tượng là người tị nạn và gia đình của họ.	079-221-2759 (UBND thành phố Himeji, trung tâm tư vấn dân)	Thứ 3 tuần 2, 4 10:00~12:00 13:00~16:00	Tiếng Việt
		078-361-1720	Thứ 2~6 9:30~12:30 13:30~17:00	Tiếng Việt Tiếng Anh
Hiệp hội giao lưu quốc tế tỉnh Hyogo. Trung tâm thông tin người nước ngoài trong tỉnh.	Mọi mặt về đời sống Tư vấn pháp luật	078-382-2052	Thứ 2~6 9:00~17:00 Tư vấn pháp luật: thứ 2 hàng tuần. Phải hẹn trước (13:00~15:00)	Tiếng Anh Tiếng Trung Tiếng Tây ban nha Tiếng Bồ đào nha
Trung tâm giao lưu quốc tế thành phố Kobe Trung tâm giao lưu	Mọi mặt về đời sống. Tư vấn chuyên môn (xuất nhập cảnh, cư trú, thủ tục hành chính)	078-291-8441	Thứ 2~6 10:00~12:00 13:00~17:00 (tư vấn chuyên môn phải hẹn trước)	Tiếng anh (thứ 2~6) Tiếng trung (thứ 2~6) Tiếng hàn, triều tiên (thứ 6) Tiếng bồ đào nha (thứ 3, 5) Tiếng việt (Thứ 2, 4) Tiếng tây ban nha (thứ 3, 5) Tiếng Philippin(thứ 4)
Sở ổn định việc làm công cộng thành phố Himeji Ban tuyển dụng người nước ngoài	Giới thiệu việc làm	079-222-4431	Thứ 2~6 8:00~12:00 13:00~17:15	Tiếng anh, tiếng bồ đào nha, tiếng tây ban nha (thứ 2, 4 từ 10:00~12:00 13:00~17:00) Tiếng trung (thứ 5 tuần 1,3,5 13:00~16:00) Tiếng việt (thứ 5 tuần 2,4 13:00~17:00)
Trung tâm thông tin tổng hợp người nước ngoài đang cư trú tại Nhật (Kobe)	Xuất nhập cảnh, cư trú	0570-013904 (nếu gọi điện thoại IP,PHS, từ nước ngoài 03-5796-7112)	Thứ 2~6 8:30~17:15	Tiếng anh Tiếng trung Tiếng bồ đào nha Tiếng tây ban nha Tiếng hàn quốc
Mạng cứu trợ người nước ngoài NGO Kobe	Mọi mặt về đời sống	078-232-1290	Thứ 6 13:00~20:00 (tiếng trung đến 18:00)	Tiếng anh Tiếng tây ban nha Tiếng bồ đào nha Tiếng tagarogu Tiếng trung
Trung tâm cộng sinh đa văn hóa Hyogo	Y tế, bảo hiểm sức khỏe	078-453-7440	Thứ 6 13:00~18:00	Tiếng bồ đào nha Tiếng tây ban nha Tiếng anh Tiếng nhật

Tư vấn hỗ trợ đa ngôn ngữ bởi “ Himeji Hatsu Sekai”

Thời gian : Chủ Nhật tuần thứ 2 và tuần thứ 4 mỗi tháng 14 : 00~17 : 00
Địa điểm : Phòng Tư vấn hỗ trợ, tầng 4, Igure Himeji (trong góc thư viện)
Ngôn ngữ : Tiếng Anh, Trung, Tây Ban Nha, Bồ Đào Nha, Việt Nam, Nhật Bản
Điện thoại : 079-287-0821 (Chỉ ngày tư vấn hỗ trợ) E-mail: fromhimeji@msn.com
Phí tư vấn hỗ trợ : Miễn phí
Ngoài tư vấn hỗ trợ, tùy từng trường hợp chúng tôi sẽ giới thiệu luật sư, hỗ trợ kèm theo (như đi cùng đến bệnh viện, công sở,...)

“Himeji Hatsu Sekai” là tổ chức phi lợi nhuận (NPO) hoạt động trên 20 năm trong việc hỗ trợ, tư vấn trong sinh hoạt cho người nước ngoài. Phương châm của chúng tôi là “Think globally, act locally. (Suy nghĩ rộng, làm việc theo chiều sâu)”

Nội dung tư vấn hỗ trợ

- Giúp đỡ giải thích thông tin, nộp giấy tờ của thủ tục hành chính
- Giúp đỡ trong xin Tư cách lưu trú, Bảo hiểm xã hội, bảo hiểm sức khỏe, Y tế, Kết hôn, Ly hôn,...
- Giải quyết vướng mắc trong công việc, thủ tục khi thất nghiệp, tìm việc (thông tin tìm người, cách ghi hồ sơ)
- Tư vấn hỗ trợ khi chuyển trường, thi vào cấp 3, giới thiệu lớp học tiếng Nhật



Tuyển người tình nguyện

Tư vấn hỗ trợ cho người nước ngoài đang sống tại thành phố chúng ta là rất cần thiết. Đây là hoạt động cũng làm cho bạn trưởng thành lên, nếu bạn có quan tâm, năng lực và thời gian xin vui lòng liên hệ với chúng tôi.

Địa chỉ liên hệ : Himeji Hatsu Sekai, Người đại diện Takashima Toshio TEL: 080-5360-4297

「VIVA!ひめじ」 số 52 dự định phát hàng vào tháng 3. Chúng tôi rất mong nhận được những ý kiến đóng góp cũng như cảm tưởng của các bạn. Xin vui lòng liên hệ với chúng tôi theo địa chỉ ở trang cuối.

Đã nhờ sự phiên dịch và kiểm bản thảo của quý vị.

Tiếng Anh: Uesugi Taizo, Oba Mihoko, Takimoto Satoko, Togo Ayumi, Hara Akiko, Catherine Burgemeister
Tiếng Trung: Uekawa Yuka, Zhou Yan fen, Zhu Xiang Yu, Tachibana Keiko, Fang Jie, Li Guo, Le Mei Hui, Zeng Ning.
Tiếng Bồ Đào Nha: Kunimitsu Yu, Lúcia M. M. Shimizu, Takinami Eni, Nagao Misaki, Ohsato Seiji
Tiếng Tây Ban Nha: Coronado Hashizumi Lucrecia, Sonoda Takeshi, Horii Saori, Yoshii Shizuka
Tiếng Việt: Hoang Nam Phuong, Huynh Tien Thong, Phan Thi Minh Xuan, Trinh Xuan Truong, Tran Thi Gai, Pham

Chúng tôi chỉ đăng tên quý vị đã cho phép. Cảm ơn sự hợp tác của quý vị !

※ **Hãy lấy tờ giấy này cùng với Bảng thu thập thông tin để sử dụng.**

Việc cấp cứu và khám chữa bệnh vào ngày nghỉ và ban đêm

Nội khoa, khoa nhi, khoa mắt, khoa tai mũi họng ※ Có thể xem trước số người đang chờ đợi thông qua địa chỉ: http://www.neconome.com/110310	<u>Trung tâm cấp cứu vào ngày nghỉ và ban đêm.</u> TEL: 079-298-0119 Nội khoa, khoa nhi: Từ 21 giờ tối nay đến 6 giờ sáng hôm sau. Chủ nhật, ngày lễ, ngày 15 tháng 8, ngày 31 tháng 12~ngày 3 tháng 1 Từ 9:00~18:00
Khoa răng	<u>Trung tâm bảo vệ sức khỏe răng-miệng, hiệp hội nha khoa Thành phố Himeji.</u> TEL: 079-288-5896 Chủ nhật, ngày lễ, 14~15 tháng 8, 30 tháng 12 ~ 3 tháng 1: Từ 9:30~ 12:00
Khoa ngoại chỉnh hình	Khoa ngoại chỉnh hình trưa chủ nhật (Chế độ luân phiên) Khi cần khám chữa bệnh khẩn cấp vào ngày nghỉ và ban đêm thì hãy gọi điện thoại liên lạc tới trung tâm.
Điện thoại tư vấn (khoa nhi) ※ Trường hợp trẻ em bị bệnh cấp tính hoặc bị thương mà không biết có cần phải đưa đi bệnh viện hay không thì hãy gọi điện thoại để được tư vấn.	<u>Số điện thoại tư vấn khám chữa bệnh khẩn cấp: 079-292-4874</u> Thứ 2 đến thứ 7: Từ 20:00~ 24:00 Chủ nhật và ngày lễ: Từ 9:00~ 18:00 hoặc Từ 20:00~ 24:00 <u>Số điện thoại tư vấn cấp cứu khám chữa bệnh cho trẻ em khu vực tỉnh Hyogo</u> TEL #8000 hoặc 078-731-8899 Thứ 2 đến thứ 7: Từ 18:00~ 24:00. Ngày lễ, chủ nhật, ngày đầu năm cuối năm (Tết dương lịch): Từ 9:00~ 24:00
Tìm kiếm trên mạng	Chúng ta có thể tìm bệnh viện hoặc cơ sở khám chữa bệnh gần nhà thông qua hệ thống thông tin của các cơ sở y tế, bệnh viện của tỉnh Hyogo.

※ **Những giấy tờ cần mang theo khi đi khám chữa bệnh**

Thẻ bảo hiểm sức khỏe, Giấy chứng nhận người được trợ cấp viện phí (Chẳng hạn như Phiếu ưu đãi khám chữa bệnh miễn phí cho người già, trẻ em...)

Sổ theo dõi việc sử dụng thuốc, sổ theo dõi khám chữa bệnh,

Sổ sức khỏe bà mẹ trẻ em, sổ tiêm chủng dự phòng, sổ nuôi con (khi đi khám ở khoa nhi)

Trường hợp khẩn cấp thì gọi xe cấp cứu: 119

Khi gọi xe cấp cứu, thì chúng ta cần phải bình tĩnh, khai báo chính xác những thông tin như:

Địa chỉ nơi bệnh nhân đang ở, Số điện thoại liên lạc, tình trạng bệnh nhân.

Khi giải thích tình trạng bệnh, hãy dùng thông tin về bệnh trong 「Bảng thu thập thông tin」 ①~③



トゥー バイ ゴー チュン トイ セー セム セット トイン チャン コー テェ ロイ チョー ディ ベン ヴィエン

Từ bây giờ chúng tôi sẽ xem xét tình trạng cơ thể rồi chở đi bệnh viện.

これから体の状態を確認して、病院に搬送します。

チュン トイ セー ズンザイ ナイ デ サック ニャン ノイ ズン トゥオン ティック ホアック ベン クア ベン ニャン

Chúng tôi sẽ dùng giấy này để xác nhận nội dung thương tích hoặc bệnh của bệnh nhân.

この用紙を使ってあなたのけがや病気の内容を確認します。

シン ディエン ニュン ディエウ カン ティエット ホアック シン チー ヴァオ ダイ

Xin điền những điều cần thiết hoặc xin chỉ vào đây.

必要な事項を書くか、指さしてください。

Chuyện gì đã xảy ra?

何がおこりましたか。

Bị thương

けが

- | | |
|--|------------|
| ☐ bị té | ころんだ |
| ☐ từ trên cao rớt xuống | 高いところから落ちた |
| ☐ chấn thương mạnh | 強く打った |
| ☐ bị cắt | 切った |
| ☐ bị đâm | ものが刺さった |
| ☐ bị phỏng | やけどをした |
| ☐ ngoài ra | その他 |

Bệnh đột ngột

急な病気

- | | |
|---|------------|
| ☐ đau | 痛み |
| ☐ đau hoài | ずっと痛い |
| ☐ Có lúc đau và có lúc không đau | ときどき痛い |
| ☐ đau như bị xiết | 締め付けるような痛み |
| ☐ đau như bị đâm | 刺すような痛み |
| ☐ đau lâm râm | にぶい痛み |
| ☐ nếu cử động thì đau | 動かすと痛い |

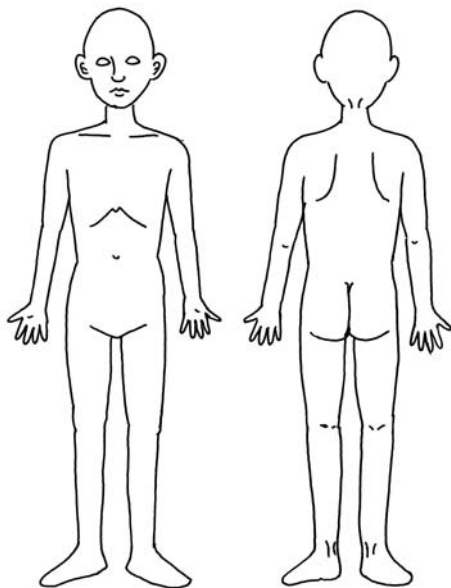
- | | |
|--|------|
| ☐ chảy máu | 出血 |
| ☐ nhiều | たくさん |
| ☐ không nhiều lắm | 中くらい |
| ☐ ít | 少し |

- | | |
|---|-----|
| ☐ ói | 嘔吐 |
| ☐ thức ăn | 食べ物 |
| ☐ máu | 血液 |
| ☐ những thứ khác | その他 |

- | | |
|------------------------------------|-------|
| ☐ khó chịu | 気分が悪い |
| ☐ chóng mặt | めまい |

- | | |
|---|-----------|
| ☐ tiêu chảy | 下痢 |
| ☐ có lẫn máu | 血がまじっている |
| ☐ không có lẫn máu | 血はまじっていない |
| ☐ màu | 色 |
| ☐ đỏ | 赤 |
| ☐ đen | 黒 |
| ☐ nâu | 茶色 |

- | | |
|--|-----------|
| ☐ khó thở | 息苦しい |
| ☐ tim đập thành thịch | 心臓がどきどきする |
| ☐ tê | しびれる |
| ☐ co giật | けいれん |
| ☐ có sốt | 熱がある |



THÔNG TIN VỀ BỆNH NHÂN

患者の情報

tên họ

氏名

tuổi (ngày tháng năm sinh)

年齢 (生年月日)

quốc tịch

CI 国籍

ngôn ngữ dùng

言語

tiếng Nhật

日本語

☐ biết

できる

☐ biết chút ít

少しできる

☐ không biết

できない

nơi liên lạc (số điện thoại)

電話番号

NHỮNG BỆNH TỬ TRƯỚC ĐẾN NAY これまでにかかった病気など☐ huyết áp cao

高血圧

☐ bệnh tiểu đường

糖尿病

☐ ung thư

がん

☐ bệnh gan

肝臓病

☐ bệnh tim

心臓病

☐ bệnh về não

脳の病気

☐ suyễn

喘息

BÁC SĨ THƯỜNG KHÁM

かかりつけ医

☐ có (

)

ある

☐ không

ない

DI ỨNG☐ có

アレルギー

ある

☐ thuốc

薬

☐ thức ăn

食べ物

☐ những thứ khác

その他

☐ không

ない

THUỐC ĐANG UỐNG☐ có

現在飲んでいる薬

ある

☐ không

ない

dành cho phụ nữ

女性のみ

☐ đang có thai

妊娠している

☐ đang có kinh

生理中である

XỬ LÝ

処置

Từ bây giờ sẽ tiến hành những việc bên dưới:

これから、以下のことを行ないます。

☐ đặt ống vào khí quản

気管内挿管

☐ thở dưỡng khí

酸素吸入

☐ hô hấp nhân tạo

人工呼吸

☐ xoa bóp tim

心臓マッサージ

☐ ngừng máu

止血

☐ truyền nước biển

点滴

☐ nếu gãy xương .v.v... thì buộc sơ lại

固定 (骨折などの)

☐ xử lý vết thương

傷の処置

ダー ティム ドウック ベン ヴィエン テップ ニャン チョ ネン バイ ゴー セー チョー トイ ドー

Đã tìm được bệnh viện tiếp nhận, cho nên bây giờ sẽ chờ tới đó.

受け入れ病院が決まったので、これから搬送します。

ゴアイ ベン ニャン ラ コー テェ テュム モット グオイ ディ クン ヴォイ セ クー カップ

Ngoài bệnh nhân ra, có thể thêm 1 người đi cùng với xe cứu cấp.

救急車には患者さんのほかに、もう一人いっしょに乗ることができます。

アイ コー テェ ザイ ティック ドウオック トイン チャン ベン クア ベン ニャン ティ シン モイ レン セ

Ai có thể giải thích được tình trạng bệnh của bệnh nhân thì xin mời lên xe.

患者さんの状態を説明できる人が乗ってください。

全身		Toàn thân			
頭	Đầu	胸	Ngực	性器	Cơ quan sinh dục
首	Cổ	乳房	Vú	そけい部	Háng
うなじ	Gáy	乳首	Đầu vú	脚（下肢全体）	Chân
肩	Vai	みぞおち	Chấn thủy	もも	Đùi
Chúng tôi sẽ	Cánh tay dưới	腹	Bụng	膝	Khớp đầu gối
上腕	Cánh tay trên	わき腹	Hông, sườn	膝頭	Đầu gối
前腕	Tay	へそ	Rún	脚（膝から下）	Ống quyển
ひじ	Cùi chỏ	背中	Lưng	ふくらはぎ	Bắp chân
手首	Cổ tay	腰	Hông	すね	Ống chân
わきの下	Nách	尻	Mông		

顔	Mặt	手	Tay	足	Chân
目	Mắt	親指	Ngón cái	足首	Cổ chân
鼻	Mũi	人さし指	Ngón trỏ	つま先	Đầu ngón chân
口	Miệng	中指	Ngón giữa	足ゆび	Ngón chân
唇	Môi	薬指	Ngón áp út	足の甲	Mu bàn chân
歯	Răng	小指	Ngón út	足の裏	Lòng bàn chân
舌	Lưỡi	手の甲	Mu bàn tay	かかと	Gót chân
耳	Tai	爪	Móng		
あご	Cằm	手のひら	Lòng bàn tay		

内臓など		Nội tạng			
骨	Xương	肺	Phổi	肝臓	Gan
筋（筋肉）	Bắp thịt	食道	Thực quản	腎臓	Thận
血管	Huyết quản	胃	Bao tử	膀胱	Bàng quang
脳	Não	小腸	Ruột non	尿道	Đường tiểu
心臓	Tim	大腸	Ruột già	子宮	Tử cung
気管	Khí quản	肛門	Hậu môn	膣	Âm hộ

検査	KIỂM TRA		
体温	Nhiệt độ cơ thể	心電図	Kiểm tra tim
脈拍	Mạch	超音波検査	Kiểm tra siêu âm
血圧	Huyết áp	コンピューター断層撮影（CT）	Chụp tiết diện bằng vi tính (CT)
尿検査	Kiểm tra nước tiểu	磁気共鳴断層撮影（MRI）	Chụp tiết diện bằng từ tính (MRI)
血液検査	Kiểm tra máu	内視鏡検査	Kiểm tra nội soi
X線検査	Chụp quang tuyến X	カテーテル検査	Kiểm tra Katheter (đút ống vào cơ thể)

診療科目	CÁC KHOA		
内科	Khoa nội	産婦人科	Khoa sản phụ
外科	Khoa ngoại	泌尿器科	Khoa tiết niệu
整形外科	Khoa chỉnh hình ngoại	脳神経外科	Khoa thần kinh não ngoại
眼科	Khoa mắt	精神科（神経科）	Khoa thần kinh
耳鼻咽喉科	Khoa tai mũi họng	麻酔科	Khoa gây mê
皮膚科	Khoa nhi	放射線科	Khoa quang tuyến
形成外科	Khoa thẩm mỹ ngoại	歯科	Khoa răng
小児科	Khoa da	口腔外科	Khoa miệng ngoại