

Bản tin Tiếng Việt về cuộc sống tại thành phố Hiroshima

Hiroshima NOW

12

2023

Tiếng Việt No. 20

Hiroshima NOW là một bản tin được hình thành từ các bài báo lấy từ “Hiroshima Shimin To Shisei”, một tờ báo miễn phí do thành phố phát hành. Bản tin hàng tháng Hiroshima NOW được xuất bản bằng tiếng Anh, Trung Quốc, Bồ Đào Nha, Tây Ban Nha, Việt Nam và tiếng Nhật Bản đơn giản. Tất cả đều có trên trang web của chúng tôi (h-ircd.jp/) hoặc bản in tại các cơ sở công cộng.

“Hiroshima Shimin to Shisei” có thể xem trên trang web của thành phố. Nó cũng được dịch qua ứng dụng dịch tự động sang các ngôn ngữ (tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Việt, tiếng Philipin).

❖ Nếu bạn muốn nhận 「Hiroshima NOW」 qua e-mail hàng tháng, hãy gửi e-mail đến địa chỉ sau: internat@pcf.city.hiroshima.jp

Nội dung

- Phí bảo hiểm y tế quốc gia sẽ được giảm trong giai đoạn trước và sau khi sinh.
- Nếu muốn nhập học trường mẫu giáo từ tháng 4/2024: bắt đầu nhận đơn đăng ký trường mẫu giáo, v.v. lần thứ nhất
- Chú ý ngộ độc thực phẩm do norovirus
- Xem xét nguy hiểm và ngăn ngừa cháy nổ do điện
- Lịch thu gom rác vào ngày nghỉ lễ từ 29/12/2023- 3/1/2024 và tháng 1/2024
- Vắc xin ngừa vi rút corona chủng mới: Tiêm chủng vào mùa thu
- Tiếng Nhật hữu ích trong đời sống và những điều bạn nên biết về Nhật Bản:
Tiệc Tất Niên, Tiệc Tân Niên

Biên tập • Phát hành

Tổ chức Văn hóa Hòa bình Hiroshima, Ban Giao lưu Công dân Quốc tế
〒730-0811 Hiroshima Ken, Hiroshima Shi, Naka Ku Naka Shima Chou 1-15
Tel. 082-242-8879 Fax 082-242-7452
E-mail: internat@pcf.city.hiroshima.jp
Website: https://h-ircd.jp/vi/hiroshima_now



Phí bảo hiểm y tế quốc gia sẽ được giảm trong giai đoạn trước và sau khi sinh

産前産後期間の国民健康保険料の減額 「ひろしま市民と市政」 11月1日号(P4)

★ Đối tượng

Những người sinh con sau tháng 11 năm 2023 và đang tham gia Bảo hiểm Y tế Quốc gia

★ Thời hạn và nội dung được giảm

• Điều nào sẽ được giảm?

Đối với những người dự định sinh con hoặc đã sinh con và đang tham gia Bảo hiểm Y tế Quốc gia, "tỷ lệ thu nhập" và "tỷ lệ được bảo hiểm bình quân đầu người" sẽ được giảm phí Bảo hiểm Y tế Quốc gia từ tháng 1 năm 2024 trở đi.

• Thời hạn được giảm là bao lâu?

Phí bảo hiểm y tế quốc dân sẽ được giảm trong khoảng thời gian từ tháng trước tháng sinh* đến 2 tháng sau tháng sinh.

*Trường hợp đa thai (sinh đôi trở lên) số tiền sẽ giảm bắt đầu từ 3 tháng trước tháng sinh.

★ Về việc đăng ký

Vui lòng đăng ký tại Phòng Bảo hiểm và Hưu trí của văn phòng Quận hoặc văn phòng chi nhánh 6 tháng trước ngày sinh dự kiến.

Khi đến nộp hồ sơ vui lòng mang theo thẻ bảo hiểm và sổ tay sức khỏe mẹ con.

Liên hệ: Ban Bảo hiểm và Hưu trí Văn phòng Phường

Quận Naka 082-504-2555

Quận Asaminami 082-831-4929

Quận Higashi 082-568-7711

Quận Asakita 082-819-3909

Quận Minami 082-250-8941

Quận Aki 082-821-4910

Quận Nishi 082-532-0933

Quận Saeki 082-943-9712



Nếu muốn nhập học trường mẫu giáo từ tháng 4/2024: Bắt đầu nhận đơn đăng ký trường mẫu giáo, v.v. lần thứ nhất

保育園などの一次受け付けを開始 「ひろしま市民と市政」 11月15日号(P3)

Từ ngày 24 tháng 11 (Thứ Sáu), chúng tôi sẽ bắt đầu nhận đơn đăng ký cho những người muốn sử dụng trường mẫu giáo từ tháng 4 năm 2024.

★ Trẻ em có thể đăng ký nhập học

Đối với trẻ nhỏ mà cha mẹ không thể chăm sóc tại nhà vào ban ngày do công việc, bệnh tật, mang thai, sinh con, tìm việc, chăm sóc thành viên gia đình, v.v., trẻ em thuộc mục (1) hoặc (2) có thể xin vào trường mẫu giáo.


(1) Trẻ con muốn vào trường mẫu giáo từ tháng 4 năm 2024

(2) Trẻ con đã đăng ký nhập học trường mẫu giáo nhưng chưa có quyết định nhập học.

★ Trường mẫu giáo, v.v. mà bạn có thể đăng ký

- Trường mẫu giáo (công lập, tư lập)
- Trường mẫu giáo được nhận định (công lập, tư lập) loại 2 và 3
- Cơ sở chăm sóc trẻ em quy mô nhỏ (tư lập)
- Bộ phận kết nối khu vực của các cơ sở chăm sóc trẻ em



 Để biết chi tiết như tên cơ sở, vui lòng xem danh sách được phân phát tại các trường mẫu giáo, v.v. Hoặc xem trang web của Thành phố Hiroshima.

★ Tài liệu cần thiết

(1) Dành cho trẻ con muốn đăng ký mới từ tháng 4 năm 2024

Vui lòng nộp mẫu đơn đăng ký theo quy định và các tài liệu đính kèm như giấy chứng nhận cần thiết phải chăm sóc trẻ em.

Danh sách các tài liệu cần thiết và trường mẫu giáo có thể được tải xuống từ trang web của Tòa thị chính Hiroshima. Ngoài ra, bạn có thể lấy tại bộ phận phúc lợi văn phòng quận, văn phòng chi nhánh, trường mẫu giáo, v.v.

(2) Dành cho trẻ đã đăng ký vào trường mẫu giáo nhưng chưa có quyết định nhập học.

Ban Phúc lợi của văn phòng quận nơi có trường mẫu giáo mà bạn muốn đăng ký sẽ gửi cho bạn các tài liệu cần thiết.

★ Cách đăng kí

Vui lòng nộp các tài liệu cần thiết cho Phòng Phúc lợi của văn phòng quận nơi bạn sinh sống. Các đơn điện tử cũng được chấp nhận. (Để biết chi tiết, vui lòng xem trang chủ của Tòa thị chính Hiroshima.)

★ Thời hạn nhận đơn đăng ký

- Kỳ hạn nhận tại quầy phúc lợi văn phòng quận

Các ngày trong tuần (Thứ Hai đến Thứ Sáu), đến ngày 10 tháng 1 năm 2024 (Thứ Tư) 8:30-17:00

- Kỳ hạn nhận đơn điện tử

Thứ Sáu, ngày 22 tháng 12 năm 2023

★ Tiếp nhận vào ban đêm và ngày lễ

- Ngày 19 tháng 12 (Thứ Ba), ngày 5 tháng 1 năm 2024 (Thứ Sáu) 8:30-20:00

- Ngày 10 tháng 12 (Chủ Nhật) 9:30-16:00

★ Tiếp nhận lần thứ hai

Những người bảo lưu kết quả của đợt đăng ký đầu tiên hoặc những người không thể nộp đơn kịp thời vào đợt đầu tiên thì có thể nộp đơn ở lần tiếp nhận thứ hai.

Thời gian tiếp nhận hồ sơ đợt thứ 2

- Kỳ hạn nhận đơn tại quầy phúc lợi văn phòng quận

Từ thứ Hai ngày 19 tháng 2 năm 2024 đến thứ Hai ngày 26 tháng 2 năm 2024 (không tính thứ Bảy, Chủ Nhật và các ngày lễ) 8:30-17:00

- Kỳ hạn chấp nhận đơn điện tử

Từ Thứ Hai, ngày 19 tháng 2 năm 2024 đến Thứ Ba, ngày 20 tháng 2 năm 2024

★ Chấp nhận nhập học vào tháng 3

Nếu bạn muốn gửi con mình đến trường mẫu giáo từ tháng 3, vui lòng đăng ký trước Thứ Tư, ngày 10 tháng 1 năm 2024.

★ Q&A

Q Tôi có thể nộp đơn vào nhiều trường mẫu giáo không?

A Có thể. Vui lòng tư vấn với Phòng Phúc lợi của văn phòng quận.

Q Tôi có thể đăng ký vào trường mẫu giáo ngoài quận nơi tôi sinh sống không?

A Bạn có thể nộp đơn. Vui lòng nộp đơn tại Ban phúc lợi văn phòng khu vực gần nhất.

Q Tôi có thể tham quan trường mẫu giáo được không?

A Vui lòng liên hệ trực tiếp với trường mẫu giáo mà bạn muốn đăng ký.

Q Có dịch vụ giữ trẻ làm quen ※ không?

A Khi bạn hồi phục sau kỳ nghỉ chăm sóc trẻ hoặc bắt đầu đi làm, bạn có thể đăng ký nhập học trước hai tuần. Hãy sử dụng hai tuần này như thời hạn làm quen. ※Giữ trẻ làm quen là chương trình giúp trẻ và phụ huynh làm quen với cuộc sống ở trường mẫu giáo.

Liên hệ: Ban Phúc lợi Văn phòng quận

Quận Naka 082-504-2569

Quận Asaminami 082-831-4945

Quận Higashi 082-568-7733

Quận Asakita 082-819-0605

Quận Minami 082-250-4131

Quận Aki 082-821-2813

Quận Nishi 082-294-6342

Quận Saeki 082-943-9732

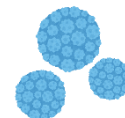
Hoặc xem trang web của Tòa thị chính Hiroshima.

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/83/5273.html> (chỉ có tiếng Nhật)



Chú ý ngộ độc thực phẩm do Norovirus

ノロウイルスによる食中毒に注意 「ひろしま市民と市政」11月15日号 (P3)



Norovirus có lực lây nhiễm mạnh, ngay cả một lượng nhỏ cũng có thể gây ra các triệu chứng như nôn mửa, tiêu chảy và sốt. Hãy nắm rõ đặc trưng và ngăn ngừa ngộ độc thực phẩm.

Norovirus phát sinh quanh năm nhưng đỉnh điểm dịch là từ tháng 11 đến tháng 2 khi không khí khô. Nó dễ xảy ra cho đến khoảng tháng Năm.

★ Đặc trưng của Norovirus

- ❑ Khử trùng bằng cồn không hiệu quả
- ❑ Có thể bị lây nhiễm khi ăn thực phẩm nấu với bàn tay có dính virus hoặc sờ nấu chưa chín kỹ.
- ❑ Khi bị nhiễm bệnh, các triệu chứng như nôn mửa, tiêu chảy, đau bụng và sốt sẽ xuất hiện từ 1 đến 2 ngày sau đó.
- ❑ Một lượng lớn Norovirus có trong phân và chất nôn của người nhiễm bệnh, cho dù họ có triệu chứng hay không.

★ Rửa tay cẩn thận là điều quan trọng

Khử trùng bằng cồn không có hiệu quả với Norovirus. Rửa tay cẩn thận bằng xà phòng có hiệu quả. Hãy rửa thật sạch, đặc biệt là những chỗ dễ sót lại vết bẩn, ví dụ như đầu ngón tay và giữa các ngón tay. Sẽ hiệu quả hơn nếu bạn rửa tay hai lần.

★ Bốn nguyên tắc phòng ngừa ngộ độc thực phẩm

(1) Không mang virus vào

Không nấu ăn khi cảm thấy không khỏe

(2) Không chạm vào virus

Rửa tay bằng xà phòng để tránh virus tiếp xúc với thực phẩm

(3) Gia nhiệt

Nấu chín kỹ các nguyên liệu bằng lửa

(4) Khử trùng

Khử trùng bằng thuốc tẩy clo



● Cách pha dung dịch diệt khuẩn bằng thuốc tẩy clo

< Vật dụng cần chuẩn bị >

Chai nhựa rỗng 1 lít

Thuốc tẩy clo (dung dịch 5% không pha loãng. Có bán tại các hiệu thuốc, v.v. Nếu bạn không biết loại nào, hãy hỏi nhân viên tại cửa hàng.)

< Cách làm >

1. Đổ một nắp thuốc tẩy clo vào chai nhựa.
2. Đổ đầy nước vào chai nhựa

< Cách sử dụng >

Sử dụng bằng cách nhúng ướt khăn giấy, v.v

< Chú ý >

- Đeo găng tay khi pha chế và sử dụng chất khử trùng.
- Pha chế dung dịch khử trùng ngay trước khi sử dụng.
- Dán nhãn hộp đựng chất khử trùng để tránh vô tình uống nhầm.



Liên hệ: Ban Y tế Thực phẩm Tel. 082-241-7434

Ngăn ngừa cháy nổ do điện

電気火災を防ぎましょう 「ひろしま市民と市政」11月15日号

Cháy nổ do điện là cháy nổ do thiết bị điện hoặc thiết bị nối dây điện gây ra. Những vụ cháy nổ do điện có xu hướng gia tăng trong những năm gần đây. Ngăn chặn hỏa hoạn do điện bằng cách kiểm tra các khu vực trong nhà hoặc nơi làm việc của bạn, nơi có nguy cơ cao về cháy nổ do điện.

★ Những điểm cần phòng tránh cháy nổ do điện

■ Kiểm tra mức tiêu thụ điện năng tối đa

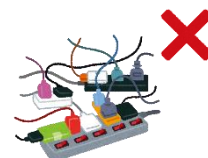
Dây điện có mức tiêu thụ điện năng tối đa cho biết chúng có thể được kết nối đến bao nhiêu watt. Nếu sử dụng quá nhiều điện, ổ cắm chân bạch tuộc có thể bị quá nhiệt và gây cháy.

*Ổ cắm chân bạch tuộc là trạng thái trong đó nhiều thiết bị điện được kết nối với một ổ cắm duy nhất.

■ Hãy thực hiện kiểm tra và vệ sinh định kỳ

Việc đặt dây điện dưới đồ nội thất có thể dễ dàng làm hỏng dây đồng của dây điện.

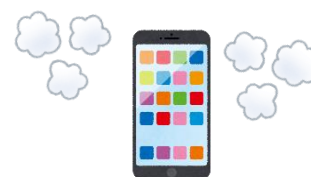
Dây điện bị đứt, phích cắm không được cắm chắc chắn và bụi tích tụ gần phích cắm có thể gây cháy.



★ Pin lithium ion

Pin lithium-ion được sử dụng trong điện thoại thông minh, máy tính và pin dự phòng. Nếu pin lithium-ion bị dẫn sốc, nó có thể sinh nhiệt hoặc gây cháy.

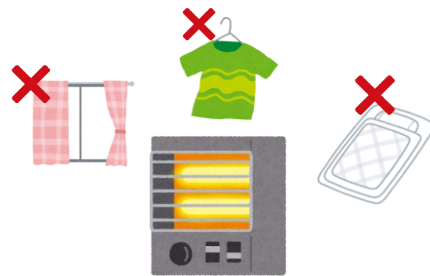
- Không làm rơi hoặc va đập vào điện thoại thông minh
- Nếu nhận thấy bất kỳ sự bất thường nào như sinh nhiệt hoặc trương phồng của pin lithium-ion, hãy ngừng sử dụng pin ngay lập tức.



★ **Cẩn thận với lò sưởi điện**

Lò sưởi điện cũng có thể gây cháy nếu tiếp xúc với vật dễ cháy.

- Không đặt bếp gần chăn đệm, rèm cửa
- Không sấy quần áo giặt trên lò sưởi



Liên hệ: Ban Phòng cháy chữa cháy 082-546-3476

Lịch thu gom rác vào ngày nghỉ lễ
từ 29/12/2023-3/1/2024 và tháng 1/2024
 12月29日～1月3日と2024年1月の祝日のごみの収集スケジュール

Lịch thu gom rác
○ . . . Có thể vứt rác. ✕ . . . Không thể vứt rác.

Ngày lễ, v.v.	Rác đốt được Chai PET và nhựa tái chế	Rác có thể tái chế, chất thải có hại Rác không cháy được Các loại nhựa khác
Ngày 29/12 (Thứ 6)	○	✕
Ngày 30/12 (Thứ 7) - Ngày 3/1 (Thứ 3)	✕	✕
Ngày 8/1 (Thứ 2)	○	○

*Xem trang web của Thành phố Hiroshima để biết thông tin về cách xử lý rác và các loại rác. →

Để biết chi tiết xin vui lòng gọi tới số điện thoại sau.

Liên hệ: Ban nghiệp vụ số 1 Tel. 082-504-2220



Vắc xin ngừa vi rút corona chủng mới: Tiêm chủng vào mùa thu
 新型コロナワクチン：秋開始接種を実施しています「ひろしま市民と市政」11月1日号（P3）

Đang thực thi tiêm ngừa Vắc xin ngừa vi rút Corona chủng mới đang tại các cơ sở y tế và các địa điểm tiêm chủng đại trà. Cần phải đặt lịch trước để được tiêm chủng.

* Việc tiêm chủng cho trẻ từ 6 tháng đến 11 tuổi phải được tiêm tại cơ sở y tế. Không thể tiêm chủng tại các địa điểm tiêm chủng đại trà.

Đối tượng: Những người từ 6 tháng tuổi trở lên đã hoàn thành đợt tiêm chủng đầu tiên (mỗi người chỉ tiêm một lần trong thời gian này).

Thời gian thực hiện: Đến Chủ nhật ngày 31/03/2024

Để biết thêm thông tin về các loại vắc xin được sử dụng, hãy xem trang web của Thành phố Hiroshima.

Vui lòng xem trang web của Tòa thị chính Hiroshima để biết thêm thông tin về việc tiêm chủng bắt đầu vào mùa thu, như các địa điểm tiêm chủng đại trà và loại vắc xin sử dụng.

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/korona/206315.html> (tiếng Nhật)



★ **Nếu có thắc mắc về vắc xin ngừa vi rút Corona mới, hãy liên hệ:**

- **Trung tâm cuộc gọi tiêm phòng virus Corona chủng mới của thành phố Hiroshima** (tiếng Nhật)

Tel. 082-298-0525

Thời gian: 8h30 đến 17h15 (Có thể gọi vào thứ 7, chủ nhật và ngày lễ.)

- **Trung tâm cuộc gọi tiêm phòng virus Corona chủng mới của tỉnh Hiroshima**

Tel. 082-513-2847 Fax 082-211-3006

Thời gian: 8h30 đến 17h30 (Có thể gọi vào thứ 7, chủ nhật và ngày lễ.)

*Có thể nói tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt, tiếng Philipin, tiếng Hàn và tiếng Bồ Đào Nha.

★ **Nếu có thắc mắc liên quan đến vi rút Corona chủng mới, hãy liên hệ:**

- **Hướng dẫn khám bệnh · Tổng đài tư vấn (chỉ có tiếng Nhật)**

Tel. 082-241-4566

* Chúng tôi nhận cuộc gọi 24 giờ mỗi ngày. Hãy gọi cho chúng tôi bất cứ lúc nào.

* Nếu bạn không hiểu tiếng Nhật, vui lòng liên hệ với "Quầy tư vấn cho người nước ngoài của Thành phố Hiroshima và Quận Aki".



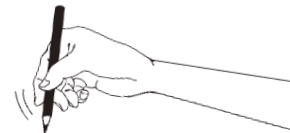
★ **Trang web của Tòa thị chính Hiroshima**

Nếu bạn muốn tìm hiểu thêm về vắc xin ngừa vi rút Corona (Covid-19) mới hoặc thông tin khác, vui lòng truy cập trang web của Tòa thị chính Hiroshima.

[Tiếng Nhật đơn giản] <https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/yasashii/159036.html>




Hữu ích
trong đời sống



Tiếng Nhật và những điều nên biết về Nhật Bản

Giới thiệu tiếng Nhật hữu ích khi sống ở Nhật Bản, mỗi tháng 1 cụm từ.

 Tiếng Nhật của tháng này: 忘年会 (Bounenkai) · 新年会 (Shinnenkai)

忘年会 (Bounenkai) - nghĩa là Tiệc Tất Niên.

新年会 (Shinnenkai) - nghĩa là Tiệc Tân Niên.

Tiệc Tất Niên: Là một bữa tiệc được tổ chức vào cuối năm (tháng 12). Đó là bữa tiệc được tổ chức để quên đi những vất vả, những điều không vui của năm vừa qua và chào đón năm mới với một tinh thần mới. Ở Nhật Bản có phong tục tổ chức Tiệc Tất Niên ở khắp mọi nơi vào dịp cuối năm. Có rất nhiều loại tiệc cuối năm khác nhau như tiệc cuối năm của công ty, tiệc cuối năm dành cho bạn bè, v.v..

Tiệc Tân Niên: Đây là bữa tiệc mừng năm mới đã đến và thường được tổ chức vào tháng một. Tiệc Tân Niên, giống như Tiệc Tất Niên, là một trong những phong tục độc đáo của Nhật Bản. Các bữa Tiệc Tân Niên được tổ chức với mục đích chào hỏi bạn bè hỗ trợ lẫn nhau trong năm nay, nhưng trong hầu hết các trường hợp, chúng được tổ chức chỉ với mục đích họp mặt và thưởng thức đồ ăn, thức uống.

Tiệc Tân Niên của một công ty được tổ chức nhằm mục đích đề ra mục tiêu trong năm, mong muốn công ty phát triển hơn nữa, tăng động lực cho nhân viên.

Cả Tiệc Tất Niên và Tiệc Tân Niên về cơ bản đều được tổ chức nhằm mục đích tôn vinh sự chăm chỉ lao động của một năm vừa qua hoặc đổi mới tinh thần trong năm mới đồng thời thưởng thức đồ ăn thức uống ngon. Cũng có người tham dự các bữa Tiệc Tất Niên và Tiệc Tân Niên nhiều lần. Các bạn lưu ý không nên uống quá nhiều bia rượu, ăn quá nhiều đồ ăn ngon, hãy tận hưởng mùa cuối năm, đầu năm nhé. Ngoài ra, tránh lái ô tô, xe máy hoặc xe đạp sau khi uống rượu.



Nếu bạn không hiểu ngôn ngữ và gặp khó khăn, vui lòng gọi đến Quầy Tư vấn cho Người nước ngoài tại Thành phố Hiroshima và Quận Aki.

Quầy tư vấn cho người nước ngoài tại thành phố Hiroshima và Quận Aki

Điện thoại: 082-241-5010

E-mail : soudan@pcf.city.hiroshima.jp

Các ngày có thể tư vấn: Thứ Hai - Thứ Sáu

(nghỉ vào ngày lễ, ngày 6/8, từ ngày 29/12 đến ngày 3/1)

Thời gian có thể tư vấn: 9:00 đến 16:00

Các ngôn ngữ có thể tư vấn: Tiếng Trung, Tiếng Tây Ban Nha, Tiếng Bồ Đào Nha, Tiếng Việt, Tiếng Anh, Tiếng Philipin

※ Ngày tư vấn tiếng Philipin là Thứ Sáu, Thứ Năm của tuần thứ nhất và thứ ba.