

目から鱗！これがニッポンの当たり前？

Mở mang tầm mắt! Đó là điều đương nhiên ở Nhật?

日本人が大切にしている身だしなみ！？

Đó là điều đương nhiên ở Nhật?

みなさんは初対面の人と会うとき、相手にどんな印象をもってもらいたいですか？また、初対面の人のだらしないう格好で来たらどんな印象をもちますか？外見は相手の第一印象を決める大きな要素です。そして、外見から相手の中身を判断することもよくあります。相手の気持ちを考え、お互いに気持ちよく接することができるように身だしなみを整えることが大切です。身だしなみの当たり前は国や文化によっても異なるため、日本の当たり前を知ることから始めましょう。毎日適切な身だしなみができているかを確認しましょう。

Các bạn trong lần đầu tiên gặp mặt muốn tạo ấn tượng gì với đối phương? Hơn nữa, với người mới gặp lần đầu có vẻ ngoài không lôi thôi thì đem lại ấn tượng như thế nào? Vẻ ngoài là một yếu tố rất lớn quyết định ấn tượng đầu tiên về đối phương. Hơn nữa, mọi người thường hay đánh giá bản chất bên trong của người khác dựa vào vẻ bề ngoài. Hãy nghĩ đến cảm giác của đối phương, chúng ta hãy chú ý diện mạo và trang phục để có thể tạo cho cả hai bên có được cuộc gặp gỡ tiếp xúc tốt đẹp. Về diện mạo và trang phục thì tùy mỗi quốc gia và nền văn hoá mà khác nhau, chúng ta bắt đầu từ việc biết về những điều thông thường ở Nhật nhé. Hãy kiểm tra xem hàng ngày mình có chú ý trang phục diện mạo phù hợp không nhé.

職場で見せてはいけない部分

Những thứ không được để thấy ở công sở

日本人は「入れ墨」に対して否定的な考えを持っているため、ほとんどの会社で入れ墨を入れることが認められていません。入れ墨を入れることが認められていても、業務中は見えないように隠すことが当たり前です。また、素足で職場に行くことも相手に対する気遣いがないと捉えられるため、ストッキングや靴下を履いて素足を見せないようにしましょう。

Người Nhật có suy nghĩ tiêu cực về “hình xăm”, hầu hết các công ty không chấp nhận người có hình xăm. Cho dù có công nhận thì việc đương nhiên là khi làm việc phải dấu nó lại. Hơn nữa, đi làm hở chân thì có thể bị cho là không coi như đối phương có mặt ở đó, do vậy để không hở chân không các bạn hãy đem tất hoặc bít tất dài nhé.

職場でのメイクも大事

Trang điểm cũng là điều quan trọng ở công sở

日本の職場では服装以外にメイクをすることも相手への敬意を表すために重要です。メイクをすると清潔感が感じられ、第一印象が良くなります。ただし、派手な色の化粧品や濃いメイクは避け自然な仕上がりになることがポイントです。実際に先輩や従業員の方のメイクを見て職場の雰囲気合ったメイクをしましょう。また、ひげを定期的に剃ったり寝ぐせを直したりして常に清潔感を意識しましょう。

Ở nơi làm việc của Nhật ngoài trang phục thì việc trang điểm để tỏ ý kính trọng đối phương cũng là điều quan trọng. Trang điểm làm cho người ta có cảm giác giúp diện mạo gọn gàng và giúp ấn tượng đầu tiên tốt hơn. Tuy nhiên chú ý tránh việc trang điểm đậm, dùng màu rực rỡ mà chỉ làm tự nhiên. Thực tế, các bạn hãy nhìn trang điểm của senpai và công nhân viên để hợp với môi trường nơi mình làm nhé. Các bạn nam thì có ý thức về việc định kỳ cạo râu, sửa lại đầu tóc khi mới ngủ dậy để tạo diện mạo trang phục gọn gàng nhé.

室内で帽子を被るのはマナー違反？

Việc đội mũ trong phòng là không lịch sự?

ひと昔前の日本では、レストラン、映画館、会社、学校など、室内にいる場合は帽子を脱ぐことが当たり前でした。帽子を脱ぐことが品格ある行動だと考えられていたからです。最近では室内で帽子を被ったままでもマナー違反ではないと認識されることもありますが、基本的には、食事中や会社の会議では帽子を脱ぐ方がよいです。職場で帽子を脱ぐべきかわからないときはその都度会社の人に質問し、自分流のルールを作らないように注意しましょう。

Ở Nhật từ trước tới giờ, khi vào nhà hàng, ở rạp chiếu phim, công ty hay trường học, khi vào phòng là bỏ mũ ra như một lẽ đương nhiên. Vì cho rằng việc bỏ mũ ra là hành động rất có phẩm giá. Gần đây cũng nhiều suy nghĩ cho rằng vào phòng đội mũ buổi họp của công ty thì nên bỏ mũ ra sẽ tốt hơn. Ở nơi làm việc bỏ mũ có phải bắt buộc hay không thì lúc đó các bạn hãy hỏi người công ty nhé, và chú ý đừng tạo ra quy tắc của riêng mình.

基本的な身だしなみの3つのポイント

Ba điểm cơ bản chú ý về trang phục diện mạo

ここまで紹介した例以外にも日本には細かい当たり前があります。私生活での服装や髪型は自由ですが、職場では会社のルールを守る必要があります。職場での身だ

しなみの基準は職種・企業によって異なりますが、一般的には以下の3点が重要なポイントです。

Ngoài những điều đã giới thiệu thì ở Nhật còn có nhiều ví dụ chi tiết coi như là điều đương nhiên. Trang phục đầu tóc thuộc về đời sống cá nhân là tự do, nhưng tại nơi làm việc, sự tuân thủ quy định của công ty rất cần thiết. Về trang phục diện mạo nơi làm việc sẽ tùy từng ngành nghề, công ty mà khác, nhưng thông thường có 3 điểm sau đây là quy định cơ bản.

①清潔感

臭いや汚れなどで相手に不快感を与えないこと

①Sự gọn gàng sạch sẽ

không gây ra cho người khác cảm giác về hôi và dơ

②調和

職場の雰囲気と身だしなみが合っていること

②Hài hoà

tùy môi trường nơi làm việc mà có diện mạo trang phục phù hợp

③機能的

動きやすく、安全に仕事ができること

③Tính năng

dễ di chuyển, làm việc an toàn được

「この服装は日本だとどう思われるのだろうか？」と疑問に思ったときは、周りの人を見たり会社の人に質問したりして一つずつ覚えていきましょう。身だしなみのマナーは国によって異なるため、不適切な身だしなみによって悪い印象や評価を受けることはもったいないです。周りの人と良い関係を維持するために、日本の当たり前を学び、理解し、適応するよう努力しましょう。

Khi các bạn thắc mắc “không biết trang phục này mặc ở Nhật thì bị nghĩ sao không?” thì hãy nhìn người xung quanh mình hoặc hỏi người công ty rồi nhớ dần dần nhé. Do trang phục diện mạo mỗi nước mỗi khác, nhưng để bị ấn tượng xấu về nó làm cho đánh giá về mình xấu đi thì rất đáng tiếc. Để tạo dựng và duy trì quan hệ

tốt với những người xung quanh, chúng ta cùng nỗ lực học hỏi những điều đương nhiên ở Nhật, hiểu nó và vận dụng nó tốt trong cuộc sống nhé.

未来へつなげる大切なヒント

Gợi ý quan trọng dẫn tới tương lai.

ゴミ出しのルールを守る大切さ

Việc quan trọng về tuân thủ quy định bỏ rác

みなさん、これまで日本で生活してきた中で一番驚いた日本の文化は何ですか？

先輩たちの話を聞くと「ゴミ出しのルール」という答えを多く聞きます。みなさんは普段からルールを守って、ゴミを分けて出せていますか？日本での生活に少しずつ慣れ、仕事や私生活が充実するにつれて、ゴミ出しのルールを忘れて自己流のゴミの出し方になっていませんか。

もう一度、自分の住んでいる自治体のゴミ出しルールを確認し、ルールを守った生活を心がけましょう。

Đối với các bạn điều gì gây ngạc nhiên nhất trong văn hoá của Nhật, trong suốt thời gian ở Nhật tới giờ? Chắc các bạn nghe câu trả lời “quy định bỏ rác” từ các senpai của mình là nhiều nhất. Các bạn hàng ngày có tuân thủ quy định bỏ rác và làm phân loại rác chứ? Khi quen dần với cuộc sống ở Nhật và cùng với việc ổn định công việc và đời sống cá nhân, các bạn có quên đi quy định bỏ rác mà bỏ rác theo cách của mình không? Hãy một lần nữa kiểm tra lại quy định bỏ rác ở khu vực mình sống và chú ý tuân thủ nhé.

なぜゴミの分別が必要な？ ヴィ sao phân loại rác là cần thiết?

私たちは生活していくなかで不要になったものをゴミとして出していますが、ゴミの中には「資源として再利用できるもの」がたくさんあります。例えば、古紙は段ボールや絵本に再利用できますし、ペットボトルは卵パックやトレイなどに生まれ変わります。ゴミを正しく分別することで多くの資源が再利用され、その結果ゴミの量を減らすことができます。またゴミの処理にはたくさんのお金が必要です。このお金は税金という形で住民一人ひとりが負担することになります。環境のため、お金の負担を減らすためにもゴミを分別することが必要です。

Chúng ta thường vứt những thứ không cần thiết trong cuộc sống nhưng, trong rác còn có rất nhiều “tài nguyên tái sử dụng” được. Ví dụ, giấy cũ như thùng carton và sách báo có thể tái sử dụng được, hoặc chai nhựa được tái sinh từ vỏ đựng trứng hay các khay nhựa. Khi phân loại rác đúng cách thì rất nhiều tài nguyên được tái sử

dụng và kết quả là lượng rác thực sự được giảm đi rất nhiều. Hơn nữa, việc xử lý rác tốn kém rất nhiều tiền. Số tiền đó là tiền thuế mà mỗi công dân tự gánh vác. Vì môi trường và để giảm số tiền phải chi trả thì phân loại rác rất cần thiết.

自分が住む町を安全な環境にする Làm nơi mình sống trở thành một nơi môi trường an toàn

ルールを守らずにゴミを出すと、カラスがゴミを荒らしたり、火事の原因になったり、不法投棄が増加するなど、ゴミの集積所付近の住環境が悪くなります。

住環境が悪い状態が続くと、しっかり安全管理されていないという認識が広まり、より大きな犯罪に繋がる可能性があります。ゴミ出しのルールをきちんと守ることは犯罪のない安全な住環境を作る重要な要素の一つです。近隣の方と一緒に、自分の住む場所の安全を守っていくという意識を持つようにしましょう。

Nếu bỏ rác không tuân thủ quy định, thì quạ sẽ kéo tới bới tung rác, có thể gây ra nguyên nhân cháy và việc vi phạm về bỏ rác tăng lên sẽ làm xấu đi môi trường sinh hoạt xung quanh khu vực bỏ rác. Nếu tiếp tục để tình trạng môi trường sinh hoạt xấu đi, thì nhận thức về việc quản lý an toàn khu vực không được thực hiện sẽ bị lan rộng và sẽ có khả năng liên quan tới tội phạm ở quy mô lớn hơn. Việc tuân thủ nghiêm ngặt quy định bỏ rác là một yếu tố rất quan trọng để tạo nên một môi trường sinh hoạt an toàn không tội phạm. Cùng với những người xung quanh, các bạn hãy có ý thức luôn bảo vệ nơi sinh hoạt của mình được an toàn nhé.

近隣トラブルを防ぐ Phòng tránh vấn đề rắc rối xung quanh khu vực sinh sống

近隣の方と良好な関係を保つことは、今住んでいる場所に住み続けるためにとても大切です。ゴミ出しのルールを守らないと、近隣から苦情が出てしまい、その苦情が続くと寮を出ていかなければならないこともあります。寮を退去する場合、新しい寮を探す時間がかかったり、契約料・敷金・礼金・契約手数料・2ヶ月分の家賃など、たくさんの費用もかかります。これらすべてを自分で行うことはとても大変です。会社の人にもたくさんの迷惑をかけることになります。このようなことにならないよう、ゴミ出しのルールを守って近隣トラブルを防ぎましょう。

Việc có được quan hệ tốt với người xung quanh là rất quan trọng để mình có thể sống lâu dài ở nơi mình đang ở. Nếu không tuân thủ quy định bỏ rác và người sống quanh bạn có thể than phiền và việc than phiền này liên tục sẽ có thể dẫn tới việc phải ra khỏi ký túc. Nếu phải ra khỏi ký túc sẽ tốn rất nhiều tiền và thời gian, như thời gian đi tìm nhà mới, tiền phí ký hợp đồng mới, phí đặt cọc, tiền lễ, tiền thủ tục ký hợp đồng, và hai tháng tiền nhà trả trước. Những việc này phải tự mình thực hiện nên rất mệt mỏi. Hơn nữa cũng sẽ gây phiền cho công ty. Để những việc này không

xảy ra các bạn hãy tuân thủ quy định bỏ rác, tránh gây vấn đề rắc rối trong khu vực mình sinh hoạt nhé.

ルールを守り続ける Luôn tuân thủ quy định

ゴミ出しのルールがわからなくなったときは、自治体のホームページを確認するか、会社の人に質問してください。自分の推測で間違ったゴミの出し方をすると、回収してもらえないことがあります。「一度ぐらいルールを守らなくても問題ない」と考える人もいるかもしれませんが、一度起こしたルール違反を周りの人はよく覚えています。改善しても信用が取り戻せるとは限りません。自分のため、周りのために、正しいゴミの分け方・出し方を習慣づけ、ルールを守り続けましょう。

Khi không hiểu cách bỏ rác các bạn hãy kiểm tra trên trang web của khu vực mình sống hoặc hỏi người công ty nhé. Nếu mình tự suy đoán và bỏ rác sai cách thì rác đó sẽ không được thu gom đi. Cũng có thể có người nghĩ “không tuân thủ 1 lần thì cũng không sao”, nhưng dù chỉ 1 lần làm sai thì người xung quanh họ cũng rất nhớ. Cho dù có cải thiện tốt hơn nhưng cũng không chắc là sự tin tưởng sẽ quay trở lại được. Do vậy, vì bản thân, vì người xung quanh các bạn hãy quen cách bỏ rác và phân loại rác đúng, và luôn tuân thủ quy định nhé.

何よりも 安全最優先

Hơn bất cứ điều gì

AN TOÀN ưu tiên hàng đầu!

まず、安全意識を高めよう！

Trước hết, hãy nâng cao ý thức an toàn!

先月は「実習生の事故が増加している理由」として、①実習生の安全意識が不十分、②実習生にとって日本語が難しい、ということを説明しました。今月は「安全意識」について考えてみましょう。

Bản tin tháng trước chúng tôi đã giải thích với các bạn về “lý do tai nạn lao động trong TTS tăng lên” là ①TTS còn thiếu ý thức về an toàn ② Đối với các bạn TTS thì tiếng Nhật còn khó. Tháng này chúng ta cùng suy nghĩ về “ý thức an toàn” nhé.

1. 事故を防ぐために最も大切なことは？

1. Điều quan trọng nhất để tránh tai nạn là gì?

写真はベトナムで撮影しました。皆さんはこの作業を見てどう感じますか？

「危ない!」「問題ない」「少々危険だが注意すれば大丈夫」など様々な感想があると
思います。

この作業には危険が潜んでいます。それは、「保護メガネをしていないので目を火傷
するかもしれない」、「作業着の袖をまくっているので腕を火傷するかもしれない」とい
うことです。

残念ながら東南アジアの国々では、この写真のように安全意識が不十分な作業者を
よく見かけます。そして、重大事故も多いです。

事故を防ぐためにまず、安全に関する意識を高めてください。安全は何よりも大切に
す。

Hình ảnh này được chụp ở Việt Nam. Các bạn suy nghĩ gì khi nhìn hình ảnh đang
làm việc này? Chắc có nhiều ý kiến như “nguy hiểm!”, “không hề gì”, hay “hơi nguy
hiểm chút nhưng chú ý thì không sao”.

Trong thao tác công việc này tiềm ẩn rất nhiều nguy hiểm. Như “có thể bỏng mắt do
không đeo kính bảo hộ”, hay “có thể bị bỏng cổ tay do xắn tay áo lên”.

Điều rất đáng tiếc là ở nhiều nước Đông Nam Á thường bắt gặp công nhân viên làm
việc thiếu ý thức an toàn như hình ảnh này. Hơn nữa, tai nạn lớn cũng xảy ra nhiều.

Để phòng tránh tai nạn trước hết, hãy nâng cao ý thức về an toàn. An toàn quan
trọng nhất hơn bất cứ điều gì.

2. 保護具を正しく着用する

2. Mặc đồ bảo hộ đúng cách

皆さんの職場ではどんな保護具が必要ですか？

① 建設現場や工場に必要な保護具

ヘルメット、帽子、安全帯、保護メガネ、安全手袋、安全防護マスク、作業着など

② 食品加工工場に必要な保護具

衛生帽子、衛生手袋、切創防止手袋、マスク、長靴、エプロン、衛生白衣など

重大事故の多くは保護具を正しく着用しないことが原因で起きています。それぞれの
保護具を着用しないリスクを指導員の方に教わってください。そして必ず保護具を着
用し、事故を予防してください。

Nơi các bạn làm việc yêu cầu đồ bảo hộ lao động nào?

① Đồ bảo hộ lao động cần cho các bạn làm trong công trường xây dựng và nhà máy như là

Mũ bảo hộ, mũ vệ sinh, đai an toàn, kính bảo hộ, bao tay an toàn, giày an toàn, khẩu trang bảo hộ và trang phục lao động.

② Đồ bảo hộ lao động cần cho các bạn làm trong nhà máy chế biến thực phẩm như là

Mũ vệ sinh, găng tay vệ sinh, bao tay chống bị cắt, hay khẩu trang, giày ủng, tạp dề hay áo choàng vệ sinh trắng.

Nhiều tai nạn lớn xảy ra với nguyên nhân do mặc đồ bảo hộ lao động không đúng cách. Các bạn hãy nhờ người hướng dẫn dạy cho biết về những rủi ro nếu không mặc đồ bảo hộ lao động. Các bạn luôn nhớ, phải mặc đồ bảo hộ lao động khi làm việc để phòng tránh tai nạn.

3. 作業前に「今日の危険」を確認する

3. Trước khi làm việc hãy kiểm tra “những nguy hiểm trong công việc hôm nay”

皆さんはどんな気持ちで作業を始めていますか？

何も考えずに作業を始める人が多いと思います。また、心や体に不安を抱えながら作業をする人もいます。そのような時に事故が起こります。

作業前に1分間心を落ち着けて、「今日の危険なポイント」と「自分の心身のコンディション」を確認してください。それだけで重大事故にあう確率は大きく減ります。

私たちは安全対策の一環として、「Safety Card」を使った「作業前安全チェック」を奨励しています。是非、皆さんも実行してみてください。

Các bạn thường bắt đầu công việc với tâm trạng như thế nào?

Tôi nghĩ có nhiều người không suy nghĩ gì mà bắt tay vào làm luôn. Ngoài ra chắc cũng có người vừa làm việc vừa có tâm trạng bất an và cơ thể mệt mỏi. Trong tình trạng đó làm việc sẽ xảy ra tai nạn.

Trước khi làm việc khoảng 1 phút hãy thật bình tâm và kiểm tra “điểm nguy hiểm trong ngày làm việc hôm nay” và “tình hình tâm thể trạng của mình”. Chỉ với điều nhỏ vậy cũng có thể giảm đáng kể khả năng xảy ra tai nạn lớn.

Như một biện pháp quản lý an toàn chúng tôi khuyến khích các bạn sử dụng “Safety Card – Thẻ an toàn” để “kiểm tra an toàn trước khi làm việc”. Các bạn hãy thử sử dụng thẻ nhé.

(注) Safety Card についてのお問い合わせは、組合担当者までお願い致します。

(Lưu ý) Liên quan tới Safety Card, xin các bạn hãy liên hệ với người phụ trách nghiệp đoàn.

実習生の皆さんへ Gửi các bạn TTS thân mến

いつも安全を一番に考えてください。

Hãy luôn suy nghĩ an toàn là số 1.

いつも正しく保護具を着用してください。

Hãy luôn mặc đồ bảo hộ lao động đúng cách.