

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?

日本人の気質・文化 おもてなし

Văn hóa và tính cách người Nhật Omotenashi

「おもてなし」は、東京オリンピック以来関心が高まった言葉ですが、意味を理解されている方はどのくらいいるのでしょうか。

「おもてなし」とは、「もてなし」に丁寧語「お」をつけた言葉で、その語源は「表裏なし」、つまり、表裏のない「心」でお客様をお迎えするという意味を持っています。

「もてなし」は西暦 1,000 年頃(平安時代)に発祥した茶の湯(抹茶を作り客人に振る舞う場所のこと)から始まったと言われ、客や大切な人への気配りや心配りをする精神が築かれた世界に誇れる日本の文化といえます。

Từ “Omotenashi” được quảng bá và được nhiều quan tâm từ Olympic Tokyo nhưng chúng ta có nhiều người hiểu được từ này không ạ?

“Omotenashi” là từ trước hết là lịch sử thêm từ “O” trước “motenashi”, nguyên nghĩa là “không có mặt sau”, nghĩa là việc tiếp đón khách mà “tấm lòng” không có hai mặt.

“Motenashi” được cho rằng khởi nguồn từ thời Heian năm dương lịch 1000 từ tiệm trà (nơi tiếp đón khách dùng trà xanh), có thể nói đó là văn hóa của Nhật Bản niềm tự hào trên thế giới về tinh thần tiếp đón khách và người quan trọng với đầy tấm lòng và sự quý mến.

おもてなしとは？ Vậy Omotenashi là gì?

おもてなしとは、どの人にも同じ態度をとるのではなく、相手に「どうしたら喜んでもらえるか、満足感を得てもらえるだろうか」を考え行うことを指します。

例えば、家に友だちを招くとき、玄関を片付けてスリッパを準備することや、トイレや洗面所の清掃とハンドソープの補充、好きな食べ物を把握しておくことなど、相手にきづかれなくても不快な思いをさせず、喜んでもらいたいという気持ちを持つことが大切なのです。

Omotenashi chỉ việc không phải đối với ai cũng cùng một thái độ tiếp đón, mà tùy vào đối tượng để tiếp đãi để “như thế nào thì người đó thấy vui lòng và cảm giác mãn nguyện”. Ví dụ, khi mời bạn tới nhà, điều rất quan trọng là chuẩn bị tấm lòng tiếp khách để khách được vui, như ta chuẩn bị dép đi trong nhà trước cửa, hay làm sạch đẹp nhà vệ sinh, bồn rửa mặt, chuẩn bị nước soap rửa tay, hay chuẩn bị đồ ăn khách thích, để người khách đó không cảm thấy không vui mà cũng không thấy ngại.

日本では、旅館やホテルで季節に合った食材を選び、最大限おいしく食べられるように配慮がされています。また、ホテルではお客様の名前を覚えたり、前回の宿泊情報から誕生日を把握しケーキのサプライズをしてくれたりと、お客様の見えないところや知らないところで配慮や努力があります。

Ở Nhật, các nhà nghỉ hay khách sạn đều lựa chọn thực phẩm phù hợp theo mùa cố gắng để phục vụ khách tối đa những gì được ăn ngon nhất. Hơn nữa, khách sạn còn nhớ tên khách, họ có thể sử dụng thông tin đã nhập từ trước mà chuẩn bị những món quà bất ngờ như bánh sinh nhật, hay họ cũng cố gắng để không làm khách khó khăn với điều gì không nhìn thấy, không biết.

### みんなができる「おもてなし」のコツ

Một số chú ý để tất cả chúng ta có thể thực hiện “Omotenashi”

「笑顔」

Tươi cười

おもてなしの心を表現するために絶対に外すことが出来ないのが「笑顔」です。

笑顔を作ることは簡単なことと思われがちですが、実際には緊張したり急いでいたり何か悩んでいると、笑顔は自然には出てきません。

ポイントは、笑顔を作るときにただ口を開くだけではなくリラックスをして口角を上げること、目じりを下げることが大切です。

イメージは口を「い」の形にして、頬から持ち上げるように意識してみましょう。

慣れないうちは、好きな食べ物や、大好きな人などを想像して練習するとうまく作れますよ。

Tấm lòng của Omotenashi để thể hiện được thì tuyệt đối không thể bỏ qua “sự tươi cười” được. Chúng ta hay nghĩ rằng việc tạo nên khuôn mặt tươi cười rất dễ, nhưng

thực ra khi ta vội vàng, hay căng thẳng hay có gì lo lắng thì không thể nào có được khuôn mặt tươi cười tự nhiên được.

Điểm chú ý là khi tạo khuôn mặt tươi cười thì điều quan trọng là không chỉ là miệng cười mà góc độ miệng cũng cần thư thái, đuôi mắt hạ xuống chút.

Bạn hãy hình dung ra miệng sẽ hình chữ “い”, má được nâng lên chút. Nếu không quen thì bạn hãy thử tập nhé khi mình ăn đồ ăn ngon hay tưởng tượng tới người mình rất thích, bạn sẽ có khuôn mặt tươi cười chân thật.

## 「あいさつ」

### Chào hỏi

おもてなしの基本はあいさつです。気持ちの良いあいさつには必ず笑顔がついてきます。無表情なあいさつと言葉だけでは相手に冷たい印象を与えてしまいます。あいさつするときは「笑顔」と「相手に視線を向ける」ことをプラスすると明るい印象を与えることが出来るでしょう。顔が笑顔でも相手に視線が向いていないと好印象を与えることはできません。相手のことを思いやる心で、視線を合わせてあいさつすることが大切です。

Điều cơ bản trong Omotenashi là việc chào hỏi. Với việc chào hỏi để tạo đối phương cảm giác dễ chịu thì rất cần có khuôn mặt tươi cười. Nếu chào hỏi chỉ có lời nói mà không có biểu hiện gì sẽ làm cho đối phương nhận thấy sự lạnh lùng. Khi chào hỏi ta thêm “tươi cười” và “nhìn mắt về đối phương” thì sẽ tạo được ấn tượng rất tốt. Dù ta tươi cười nhưng không nhìn vào mắt đối phương thì cũng không thể truyền đạt được ấn tượng tốt. Vậy khi chào hỏi hãy hướng tới đối phương với tấm lòng và nhìn ánh mắt họ rất quan trọng.

## 「言葉づかいと身だしなみ」

### Cách dùng từ ngữ và diện mạo

そして、おもてなしをするときは言葉づかいや身だしなみにも注意しましょう。

相手に不快感を与えてしまうような言葉づかいや身だしなみをしないようにすることが重要です。丁寧な言葉遣いや清潔な身だしなみを心がけましょう。

Hơn nữa ta cần chú ý tới ngôn từ sử dụng và diện mạo khi thể hiện Omotenashi.

Rất quan trọng để không gây ra điều gì khó chịu từ lời nói và trang phục diện mạo.

Ta nên dùng từ ngữ lịch sự và chú ý trang phục chỉnh tề nhé.

最後に Cuối cùng

おもてなしの形は1つではありません。相手が心地よく過ごせることを理解し、最大限の歓迎の気持ちをもって対応することがおもてなしなのです。

相手のことを思いやる日本人の文化と精神が詰まっている「独自のおもてなし」精神を実践し広げていきましょう。

Omotenashi không chỉ có một ý nghĩa. Omotenashi là việc đón tiếp, tiếp đãi khách mà ta hiểu được cần để khách thoải mái nhất, và ta có một tấm lòng chào đón khách nhất.

Các bạn hãy có tấm lòng tới khách và tích cực thực hành tinh thần “Omotenashi của riêng mình” có chứa đựng tinh thần và văn hóa của người Nhật nhé.

未来へつなげる大切なヒント

Gợi ý quan trọng dẫn tới tương lai.

台風や大雨の災害に備える

Chuẩn bị cần thiết khi có bão và mưa lớn

皆さんは、台風や大雨による様々な被害、またそれに備えた準備や対策を考えていますか？台風や大雨は、多くの被害をもたらします。最悪の場合、命を落とす可能性があるほどです。今月は台風や大雨による被害を理解し、身を守り、最小限に抑えるためにはどのような準備や対策が必要になるのか知り実践していきましょう。

Các bạn thường có hay nghĩ tới những thiệt hại gây ra do bão và mưa lớn, cũng như việc chuẩn bị hay những biện pháp khi xảy ra không ạ? Bão và mưa lớn gây ra nhiều thiệt hại. Trong trường hợp xấu nhất có thể lấy đi cả tính mạng người. Tháng này, chúng ta cùng tìm hiểu về các thiệt hại do bão và mưa lớn gây ra, các bạn hãy bảo

vệ bản thân và tiếp thu những thông tin cần thiết để chuẩn bị và có biện pháp giảm thiểu nhất thiệt hại có thể gặp nhé.

台風や大雨による被害 Những thiệt hại do bão và mưa lớn

台風や大雨のときは洪水、暴風、高波、高潮などが引き起こされます。

長く続く場合には川の氾濫や土石流、がけ崩れ、地すべりといった人の命にかかわる災害も起きる可能性が高いので、台風や大雨のときは外出することは控えましょう。

ではこうした被害から身を守り、受ける被害を最小限にするにはどのような準備や対策が必要でしょうか？

Khi bão và mưa lớn xảy ra sẽ kéo theo các thiên tai như lụt lội, gió lớn, sóng cao, hay thủy triều cao. Nếu tình trạng kéo dài sẽ gây ra tràn sông, sạt lở đất, sập lún có khả năng cao gây ảnh hưởng tới tính mạng con người, vì vậy khi có bão và mưa lớn ta không nên ra ngoài trời.

Vậy từ những thiệt hại như vậy làm thế nào để bảo vệ mình và chuẩn bị trước cũng như có những biện pháp hạn chế tối thiểu những thiệt hại có thể gây ra?

被害から身を守る準備や対策 Chuẩn bị và biện pháp bảo vệ mình khỏi thiệt hại

情報を得る Tiếp nhận thông tin

台風や大雨は天気予報を見ることで、いつ発生するのか知ることができます。

毎日、天気予報を確認する習慣をつけ、いつ事前準備が必要になるのか把握しましょう。

また、台風の規模や住む場所によっては避難が必要になる場合があるので、自治体のハザードマップを確認し予想される被害、逃走経路、避難場所を把握しましょう。さらに、台風や大雨が来ている日は防災放送にも注意しましょう。

Khi thấy dự báo thời tiết có bão và mưa lớn thì ta biết được khi nào sẽ xảy ra.

Hàng ngày, ta nên có thói quen xem dự báo thời tiết và biết được khi nào thì cần chuẩn bị trước. Hơn nữa, do tùy quy mô bão và địa chỉ sinh sống mà biết cần đi lánh nạn hay không, bạn hãy nắm bắt trước những thông tin như bản đồ thiên tai của khu

phổ, dự đoán thiệt hại, biết đường chạy lánh nạn, biết địa điểm lánh nạn. Hơn nữa, ngày bão và mưa to đến thì hãy chú ý nghe phát thanh về thiên tai nhé.

#### 事前準備 Những chuẩn bị trước cần có

台風や大雨のとき、外に買い物に行けなくなり、水道や電気、ガスなどが使えなくなる可能性があります。仮にそうなった場合、食事に困らないように乾パンや缶詰などの非常食、ペットボトルの水を備蓄しておきましょう。電気やガスを使わずに食べられる食料と3ℓの水を最低でも三日、できたら一週間分あると良いです。

これ以外にも「非常用持ち出し袋」という防災用品のセットがあると安心です。これらの備えがあれば、災害時でも食料や生活に困る心配事が減るでしょう。

Khi có bão và mưa to ta sẽ không thể ra ngoài mua đồ được, và cũng có thể mất điện, nước, gas. Nếu chẳng may điều đó xảy ra thì để ta không gặp khó khăn về đồ ăn thức uống, thì ta nên dự trữ sẵn đồ khi khẩn cấp, như bánh hộp, đồ hộp, nước uống. Vì mất điện và gas nên nếu được thì cần chuẩn bị đồ ăn nước uống tối thiểu cho 3 ngày với độ 3 lít nước, nếu được thì dự trữ cho 1 tuần thì tốt.

Ngoài ra nếu có một set đồ dùng khi khẩn cấp gọi là “túi chứa đồ khẩn cấp” sẽ an tâm hơn. Với những chuẩn bị này thì khi có thiên tai ta cũng giảm được chút lo lắng về đồ ăn và sinh hoạt.

#### 家を保護する Bảo đảm an toàn nhà ở

台風のときは皆さんが家の中で待機せざるを得ない場合があります。その際は、家を保護して、家に身を守ってもらうことが大切です。例えば、強風で家の窓に物が飛んできて窓ガラスが割れる恐れがあります。そういうときのために、窓ガラスが割れないように段ボールや養生テープを貼ることで窓を保護できます。また、「飛散防止フィルム」というものを貼るのもお勧めです。

Khi có bão có thể ta phải ở trong nhà. Lúc đó việc đảm bảo an toàn nhà ở để bảo vệ mình rất quan trọng. Ví dụ, gió to có thể đồ bay đập vào cửa sổ làm vỡ cửa. Như vậy để cửa kính không vỡ ta cần chuẩn bị trước bảo vệ nó bằng gián bìa giấy hay gián bang dính bảo vệ. Hơn nữa, cũng có thể gián “phim bảo vệ vỡ”.

#### まとめ Tóm tắt

台風などの災害による被害を受けない為には、事前準備が重要です。事前の備えをしないと、大きな被害を受け、最悪の場合は命を落とす可能性があります。日本は自然災害が多い国です。その為、台風だけでなく地震などの日本で発生しうる災害に備

えましょう。そうすることで、日本で順調かつ安全に暮らすことができます。ここで紹介した事例以外にも事前に準備をするといいいことがたくさんあるので、皆さんも調べてみましょう。

Để tránh thiệt hại do bão đem tới, việc chuẩn bị trước rất quan trọng. Nếu ta không chuẩn bị gì và khi gặp thiên tai lớn có thể xấu nhất là mất tính mạng. Nhật Bản là nước chịu nhiều thiên tai. Do đó không chỉ với bão mà ta cần chuẩn bị khi có động đất nữa. Nhờ đó mà cuộc sống ở Nhật có thể thuận lợi và an tâm được. Ngoài những ví dụ giới thiệu ở đây còn có rất nhiều cách chuẩn bị đồ dự trữ, các bạn cũng thử tìm hiểu nhé.

## 何よりも安全最優先

Hơn bất cứ điều gì AN TOÀN ưu tiên hàng đầu!

## トラブル時の対応について

Biện pháp xử lý khi vấn đề xảy ra

～ 事件事例から学ぶ ～ ～ Học từ tai nạn ～

今月は、外国人材の事故体験に関するインタビューから、安全確保のための教訓を学びましょう。

Tháng này từ phỏng vấn các bạn nước ngoài gặp tai nạn lao động, ta hãy học lại về đảm bảo an toàn nhé.

## 事故の状況 Nội dung tai nạn

A(日本で働く外国人Aさん): 皆さん、こんにちは。私の名前はAです。私の体験が皆さんの安全に役立つことを願っています。

A (Bạn A là người nước ngoài làm việc ở Nhật): Xin chào các bạn. Mình tên là A. Từ tai nạn mình gặp phải mong giúp cho các bạn thêm bài học về an toàn.

I(インタビュアー): Aさん、あなたが経験した事故について教えていただけますか？



I (người phỏng vấn): Chào bạn A, bạn có thể kể về tai nạn bạn đã gặp không ạ?

A: はい。私は食品加工工場のおにぎり製造現場で働いています。先日、ご飯を投入する機械が不調で、ご飯がおにぎりの型からこぼれていました。そこで、ご飯を型に入れようと、あわてて機械に手を入れたところ、腕がはさまれ骨折してしまいました。

A: Vâng, mình làm trong nhà máy chế biến thực phẩm làm cơm nắm. Hôm vừa rồi, do máy đưa cơm ra gặp trục trặc, cơm bị rơi ra khỏi khuôn. Lúc đó mình định đặt cơm lại lên khuôn thì do vội mà cho tay vào máy, cánh tay bị kẹp và gãy xương.

### 事故から得た学び

#### Bài học từ tai nạn

I: それは大変でしたね。ケガの具合はいかがですか？

Ôi vậy sợ quá. Vết thương của bạn sao rồi?

A: 大分良くなり、仕事にも復帰しました。

Giờ cũng đã đỡ nhiều rồi, mình đã quay lại làm việc.

I: それは良かったです。それで、あなたはこの事故からどんな学びを得ましたか？

Vậy thì tốt quá. Từ tai nạn này bạn học được điều gì?

A: 改めて、「トラブルが起きても落ち着いて対応すること」と、「動いている機械には手を入れてはいけないこと」が、大切だと感じています。

Lần nữa mình thấy được sự quan trọng của “xử lý bình tĩnh khi có vấn đề xảy ra” và “không được cho tay vào máy móc đang hoạt động”.

I: 具体的にはどういったことが教えていただけますか？

Bạn có thể giải thích cụ thể được không?

A: 私は、機械のトラブルに気付いたとき、すぐに指導員に報告するべきでした。だけど、あわてて自分で解決しようとして、機械に手を入れたことが問題でした。

Mình khi nhận ra máy có vấn đề cần phải báo ngay cho người hướng dẫn. Nhưng lúc đó vội vàng định tự xử lý thì việc cho tay vào máy là không được.



I: それはとても重要なポイントですね。

Điểm này rất quan trọng nhỉ.

外国人財へのメッセージ Lời nhắn gửi tới nhân lực nước ngoài

I: 日本で働く外国人財にメッセージをいただけますか？

Bạn có thể nhắn nhủ tới các bạn lao động nước ngoài không?

A: はい。私のような事故を防ぐために、皆さんは自分の安全を何よりも優先して欲しいと思います。おにぎりは作り直すことができますが、私たちの身体のケガは、取り返しのつかないものです。また、機械のトラブルなどが発生した場合に、自分では対応せず、直ちに指導員に報告してください。

Vâng. Để tránh tai nạn như mình đã gặp phải, mình nghĩ các bạn cần ưu tiên trước nhất là sự an toàn của bản thân. Ta có thể làm lại nắm cơm, nhưng khi bị tai nạn rồi thì không thể quay lại được. Do đó, khi máy xảy ra vấn đề, thì không được tự mình xử lý mà cần ngay lập tức báo cho người hướng dẫn.

I: その言葉は心に深く刻まれますね。貴重な経験をお話していただき、ありがとうございました。あなたと、日本で働く全ての外国人財の安全を願っています。

Lời nhắn của bạn được in sâu trong lòng nhỉ. Cảm ơn bạn đã giới thiệu về trải nghiệm này. Chúng tôi luôn cầu mong cho bạn và các bạn lao động người nước ngoài làm việc ở Nhật được an toàn.

注) 上記文章と写真は、実際の事事例を基に作成したフィクションです。

CHÚ Ý) Hình ảnh và nội dung trên được hư cấu dựa trên ví dụ tai nạn thực tế.

実習生の皆さんへ Các bạn TTS thân mến

- ・動いている機械には絶対に手を入れてはいけません
- ・大きなトラブルが起きたら、自分の判断で対応せず、すぐに指導員に報告してください
- ・Tuyệt đối không được cho tay vào máy đang chạy

- Khi có vấn đề xảy ra thì không được tự mình xử lý mà hãy ngay lập tức báo cho người hướng dẫn.