

目から鱗！これがニッポンの当たり前？

マイバッグを使って暮らしに生活にエコロジー

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

Sử dụng mybag vì môi trường sinh thái

皆さんは、エコバッグについてどれくらい知っていますか？また、普段持ち歩いている人は、どのくらいいるのでしょうか？エコバッグは、「エコロジー(ecology: 自然環境)」という言葉が由来となっていて、“ecology”の“eco”と「袋」という意味の“bag”が合わさって出来た言葉です。「自然環境のために考えられ、作られた袋」というもので、急速に普及しているものの1つです。今月はマイバッグ運動について学び、エコバッグに関する知識を深めていきましょう。

Các bạn hiểu về túi mua đồ thân thiện với môi trường như thế nào ạ? Và hơn nữa, thường ngày có nhiều người cầm theo túi này không? Ecobag đến từ ecology: môi trường sinh thái, người ta tạo từ mới bằng thay bag “cái túi” và đuôi eco thành từ mới ecobag là loại túi thân thiện môi trường, nó nhanh chóng trở thành một sản phẩm thịnh hành. Tháng này chúng ta cùng học hỏi về chiến dịch mybag nhé, và cùng hiểu sâu hơn về túi thân thiện môi trường ecobag.

～マイバッグ運動とは～ Chiến dịch vận động mybag

マイバッグ運動とは、スーパーやコンビニなどのお店で買い物をする際に袋(この袋のことをレジ袋と呼びます)を受け取らず、自分で買い物袋(マイバッグ)を持参・使用するように呼びかける環境保護活動のことです。

お店で買い物をすると、買ったものを入れるためのレジ袋がもらえますね。しかしそれは無料ではなく、実際にはわずかにお金がかかることがあります。

レジ袋の有料化が始まったのは2020年7月からで、小・中サイズのレジ袋は1枚3円、大サイズのレジ袋は1枚5円、特大サイズのレジ袋は1枚7円程になります。小さい金額ですが、毎回購入していると結構な金額となります。

そこで、このレジ袋の代わりに買い物袋として広く普及するようになったのが、エコバッグです。

今ではこのエコバッグを携帯する「マイバッグ運動」が当たり前の時代になっていて、もはや私たちの外出時のマストアイテムとなりつつあります。

Chiến dịch mybag là hoạt động bảo vệ môi trường qua việc không sử dụng túi của siêu thị hay cửa hàng combini khi mua hàng ở đó, mà ta dùng túi của mình đem tới gọi là mybag.

Khi ta mua đồ ở cửa hàng thì đồ mua được cho vào túi đúng không ạ. Nhưng túi đó sẽ không phải là miễn phí nữa mà thực tế sẽ mất tiền. Việc túi mua đồ bắt đầu phải trả tiền từ tháng 7 năm 2020, với túi loại nhỏ và trung thì 1 cái giá 3 yên, túi to là 5 yên, loại to nhất là 7 yên. Dù là số tiền bé nhưng hàng ngày ta đi mua đồ cộng lại sẽ thành số tiền khá lớn.

Do vậy, túi ecobag được sử dụng thịnh hành thay thế cho túi mua đồ.

Ngày nay việc cầm ecobag theo mình và “chiến dịch mybag” trở thành điều hiển nhiên của thời đại, và chẳng mấy chốc nó trở thành thứ đồ thông thái (smart item) mỗi khi ta ra ngoài.

～レジ袋が地球環境に与える影響～

Ảnh hưởng của túi mua đồ tới môi trường trái đất

それでは、なぜ今まで無料にしていたレジ袋を有料化したのでしょうか？

最大の理由は、マイバッグ運動の目的にあります。

レジ袋の主な材料は、プラスチックです。様々なものに形を変えられるプラスチックは私たちの暮らしにおいて欠かせないものですが、プラスチックが生産・焼却されればされるほど地球環境を脅かすことになっていることも事実です。環境省の計算によると、レジ袋を生産・焼却すると1枚当たり約61gの二酸化炭素が発生するそうです。二酸化炭素は地球温暖化の最大の要因といっても過言ではありません。日本では年間でおよそ300億枚のレジ袋が消費されているので、もしこのレジ袋がすべて焼却処理されると、単純計算で1兆8,300億gもの二酸化炭素が発生することになります。

Vậy vì sao cho tới giờ túi mua đồ miễn phí lại trở thành mất tiền? Lý do lớn nhất đó là mục tiêu vận động của chiến dịch mybag

Nguyên liệu chính sản xuất ra túi nylon mua đồ là nhựa. Nhựa là nguyên liệu không thể thiếu trong cuộc sống của chúng ta như có thể thay đổi hình dạng để sản xuất ra rất nhiều loại sản phẩm, nhưng trên thực tế việc sản xuất và đốt nhựa lại gây ảnh

hưởng môi trường nghiêm trọng. Theo tính toán của Bộ môi trường với việc sản xuất hay đốt một túi nhựa sẽ gây thải ra 61g CO₂. Và CO₂ không phải nói quá, nó là nguyên nhân lớn nhất gây nên tình trạng trái đất nóng lên. Ở Nhật hàng năm có tới 30 tỷ túi nilon được tiêu thụ, và nếu tất cả số túi này được thiêu hủy thì tính đơn giản sẽ phát sinh 10,830 tỷ gram CO₂. Hơn nữa, do túi nilon này nhẹ nên dễ bị bay phát tán, và nó có đặc tính không thể phân hủy trong tự nhiên được.

また、レジ袋は軽いので 飛散しやすく、自然には分解されないという特徴があります。海や山などの行楽地では、これが散乱ごみとなって環境に悪影響を与えるとともに、野生動物が誤飲して死んでしまうなどの被害が出ています。

このように、地球環境を脅かす可能性のあるレジ袋を有料化にすることによって、人々に少しでも環境問題に関心を持ってもらおうと施策を打ったのです。

Tại những khu vui chơi, resort như biển, sông, nếu túi bị phát tán ra sẽ cùng với việc ảnh hưởng xấu tới môi trường mà còn có thể dẫn tới thiệt hại gây chết cho các động vật hoang dã nếu chúng ăn phải.

Như vậy, nhờ việc đánh phí lên túi nilon mua đồ thứ có khả năng gây hại cho môi trường trái đất, mà chính sách mong muốn người dân dần quan tâm hơn về vấn đề môi trường.

～さいごに～ Cuối cùng

レジ袋が有料化されることで、実際に人々の環境への関心が高まってきました。一人ひとりがエコバッグを使うことで大量に生産・焼却されるレジ袋を減らせば、環境保護に貢献が出来ます。

またエコバッグ1枚あたり安いものですと 300 円程で買えるので、買い物のたびに毎回レジ袋を買うよりも節約にもなります。デザインや形もバリエーション豊かなので、持っているだけでも楽しくなりそうですね！

エコバッグを持つことで、地球環境にとっても皆さんにとってもたくさんのメリットが得られます。ぜひこの機会に自分だけのマイバッグを見つけ、携帯する習慣を身に付けてください。

Nhờ việc đánh phí lên túi nilon mà thực tế quan tâm của người dân tới môi trường đã được nâng cao lên. Từng người từng người một sử dụng ecobag thì việc sản xuất lớn hay thiêu hủy túi nilon cũng giảm đi sẽ cố gắng hiến cho việc bảo vệ môi trường. Hơn nữa ecobag với mỗi túi ta có thể mua với giá 300 yên thì mỗi lần đi chợ ta dùng nó sẽ tiết kiệm hơn khi dùng túi của cửa hàng.

Có nhiều mẫu mã và màu sắc phong phú nên việc cầm túi theo cũng có thể vui nhỉ!
Từ việc đem theo ecobag, đối với môi trường trái đất và với bản thân chúng ta cũng có rất nhiều ưu điểm. Nhân dịp này các bạn hãy tìm cho mình một mybag và tạo thói quen đem đi với mình nhé.

未来へつなげる大切なヒント

Gợi ý quan trọng dẫn tới tương lai.

「分からない」ことは分かるまで確認しよう！

Hãy xác nhận điều mình “không hiểu” cho tới khi hiểu rõ nhé!

皆さんは、仕事や生活において分からないことを質問できていますか？分からないことを理解せず、放置していませんか？分からないことを分からないまま放置してしまうと、後になって大きなミスや事故につながる危険性があります。自分の仕事に責任を持って取り組むためには、まず分からないことを放置せず、きちんと内容を理解することが重要です。

Các bạn có biết đặt câu hỏi với những điều mình không hiểu trong công việc và cuộc sống không ạ? Với những điều bạn không hiểu bạn có để nguyên không? Nếu ta cứ để nguyên như vậy thì sau này có thể nguy hiểm dẫn tới tai nạn hay lỗi lớn. Để có trách nhiệm với công việc mình làm, thì trước hết là không nên để nguyên điều không hiểu mà quan trọng là cần hiểu thật rõ nội dung của nó khi làm việc.

次の中で1つでもあてはまった人は、要注意！

Cần chú ý với những ai đúng từ 1 trong các điều dưới đây

分かっていない(理解していない)のに「分かった」と言ってしまう

Dù không hiểu (không lý giải được) nhưng lại nói là “em đã hiểu”

分からなかったけど、聞くことができない

Dù đã không hiểu nhưng lại không thể hỏi

どうせ聞いても分からないし

Cho dù hỏi thì cũng không hiểu

なぜ、このような心理状態になってしまうのでしょうか？

Vậy, vì sao lại có tình trạng tâm lý như thế này ạ?

その場では本当に分かったと思った

Thực ra lúc đó nghĩ là đã hiểu thật

質問することが恥ずかしい

Xấu hổ không muốn hỏi

日本語でのコミュニケーションが苦手、言葉の意味が分からない

Do giao tiếp bằng tiếng Nhật còn kém nên không hiểu nghĩa từ

分からないと言うと評価が下がると思っている

Nếu nói không hiểu thì sợ bị đánh giá thấp

会社の人々が忙しそうなので、質問することが迷惑だと思った

Do người công ty bận rộn nên nghĩ hỏi sẽ gây phiền cho người ta

理由は様々だと思いますが、指示が分からない(理解していない)まま、仕事をしてしまうと事故やケガを引き起こしたり、不良品を作ってしまうなどのリスクがあります。「分からないときは、分かるまで確認する」という習慣を身につけましょう。

「分かっている」状況とは、最初から最後まで一人で作業ができるということです。

Tuy có rất nhiều lý do nhưng nếu cứ để vậy không hiểu (không lý giải được) chỉ thị mình nhận thì khi làm việc đó có thể sẽ gây tai nạn và gây thương tích, hoặc có rủi ro làm ra sản phẩm lỗi.

Các bạn hãy tập thói quen “khi không hiểu thì xác nhận lại cho tới khi hiểu đúng” nhé. Việc “hiểu rồi” có nghĩa là một mình mình có thể hoàn thành công việc từ đầu đến cuối.

分からないと思ったことはすぐに質問する

Cần hỏi ngay điều mình nghĩ mình không hiểu

指示を受けたり、説明を聞いているときに、分からないと思ったことがあれば、その場ですぐに質問しましょう。「後で聞けばいい」と考えていると、質問する機会を逃してしまいます。そして、質問をするときは、事前に整理して、シンプルかつ具体的に聞くようにしましょう。「何が分からないか分からない」ときは、そのことを正直に伝え、初めから説明してもらいましょう。

Khi nhận chỉ thị và khi ta nghe giải thích, nếu có điều gì ta không hiểu rõ thì hãy hỏi ngay tại nơi đó. Nếu ta nghĩ “lát nữa hỏi cũng được” là ta mất đi cơ hội hỏi. Và khi hỏi điều ta không hiểu cần sắp xếp trước và hãy hỏi đơn giản, cụ thể nhé. Khi “không hiểu là mình không hiểu cái gì” thì hãy truyền đạt lại đúng như vậy và nghe giải thích lại từ đầu nhé.

確認作業を怠らない Không được lười biếng xác nhận kiểm tra công việc

「簡単な仕事だし、確認はいらないだろう」と自分で判断してしまうと、トラブルの原因になります。どんな些細なことでも確認するようにしましょう。言葉の壁もあり、本当に「分かった」と思っている、実は誤解だった…ということもあるので、「自分が理解している内容」を先輩や上司に確認しましょう。

指差し確認も効果的です。自分が作業をしているところを先輩に見てもらうのも良いでしょう。

Nếu tự mình phán đoán “vì công việc đơn giản nên có thể không cần xác nhận” thì có thể trở thành nguyên nhân gây vấn đề. Dù là điều nhỏ nhặt thế nào đi nữa cũng cần phải xác nhận nhé. Dù có thể có rào cản ngôn ngữ, nhưng dù nghĩ thật tẻ là “hiểu” thì thực tế cũng có việc ta hiểu nhầm, nên hãy xác nhận nội dung “bản thân hiểu điều đó” với senpai hay là cấp trên nhé.

Việc dùng ngón tay xác nhận cũng là một cách hiệu quả. Khi mình làm việc mình có thể nhờ senpai kiểm tra giúp cũng được.

まとめ Tóm tắt

仕事をしていて、不明な点や疑問があることは、決して恥ずかしいことではありません。

分からないことを隠したり、そのまま放置してしまうの方がとても無責任な行為で、周囲からの信用を失ってしまいます。分からないことを理解することはむしろ自分自身を成長させてくれるチャンスです。積極的に質問をしていきましょう。

Khi làm việc, khi có điều không hiểu rõ và nghi nghi thì nhớ là không được xấu hổ ngại hỏi. Nếu ta giấu điều ta không hiểu và để nó đó thì đó là hành vi rất vô trách nhiệm, và có thể bị mất sự tin tưởng với xung quanh. Khi ta hiểu được điều mình không rõ nó sẽ là cơ hội để ta trưởng thành. Các bạn hãy tích cực hỏi nhé.

何よりも安全最優先

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

5Sと安全な職場づくり

5S và việc tạo nên nơi làm việc an toàn

～ 日本人が5Sを大切に理由 ～

～ Lý do người Nhật coi trọng 5S～

1. 5Sとは何か 5S là gì

まず、5Sについて確認しましょう。Trước hết chúng ta cùng kiểm tra về 5S nhé.

整理 (Seiri): 必要な物と不要な物を分け、不要な物を処分する。

Sàng lọc (Seiri): Sàng lọc những đồ cần và đồ không cần đến, bỏ đồ không cần đi.

整頓 (Seiton): 必要なものを、取りやすく返しやすく並べ、表示する。

Sắp xếp (Seiton): Sắp xếp đồ cần sử dụng lại dán biển hiệu để dễ lấy, dễ trả.

清掃 (Seisou) : 職場・機械・工具を清掃するだけでなく、異常がないか点検する。

Sạch sẽ (Seisou): Không chỉ lau dọn công trường, máy móc và dụng cụ mà kiểm tra có gì bất thường không.

清潔 (Seiketsu) : 3S(整理・整頓・清掃)を維持する。

Săn sóc (Seiketsu): Săn sóc duy trì 3S (Sàng lọc, Sắp xếp, Sạch sẽ)

躰 (Shitsuke) : ルールや規則を守る習慣をつくる。

Săn sàng (Shitsuke): Săn sàng tạo thói quen tuân thủ nguyên tắc và luật lệ.

これらを徹底することで、安全で効率的な職場環境が作られます。5Sは全ての改善活動の土台になるもので、工場や建設現場だけでなく病院や学校でも導入されています。

Từ việc triệt để thực hiện những điều trên có thể tạo nên môi trường làm việc an toàn và hiệu quả. Do 5S là nền tảng cho hoạt động cải tiến, do vậy không chỉ ở công xưởng, công trường xây dựng mà cả bệnh viện và trường học cũng thực hiện 5S.

2. 5Sができていない職場では事故が多い

Nơi không thực hiện được 5S thường xảy ra nhiều tai nạn

整理・整頓が行き届いていない職場では、散乱している物に衝突したり躓いて転倒したりするリスクが高まります。

Sàng lọc・Sắp xếp không được thực hiện tốt ở xưởng làm thì khả năng cao xảy ra việc vấp trượt ngã do đồ đạc để lộn xộn.

清掃・清潔が不十分な職場では、床にこぼれた油や水に滑って転倒する事故が起こります。また、機械や工具が汚れて突然故障したりすることが事故の原因になります。

Sạch sẽ・Săn sóc không thực hiện đầy đủ, như để dầu mỡ, nước dính trên sàn gây tai nạn khi trơn trượt ngã. Hơn nữa, máy móc dụng cụ để bụi bặm sẽ là nguyên nhân gây tai nạn vì máy đột ngột bị hỏng hóc.

躰が徹底されていない職場では、従業員の「ルールを守ろう」という意識が低く、事故やトラブルが多発します。

Sẵn sàng nếu không được thực hiện triệt để ở nơi làm sẽ cho ta thấy người làm có ý thức thấp về việc “tuân thủ nguyên tắc”, và là nơi có thể xảy ra nhiều tai nạn và các vấn đề.

3. 5Sで安全な職場をつくる DÙNG 5S tạo nên nơi làm việc an toàn

5Sの徹底は、安全な職場をつくるために不可欠です。不要なものを排除し(整理)、全てのものが所定の位置にある状態を保つ(整頓)ことで、作業者は安全かつ効率的に作業を進めることができます。

また、清掃を徹底し職場や機械を清潔に保つことは、滑りやすい床や機械のトラブルといった事故の原因を取り除くために重要です。そして、これらを実行するために、従業員がしっかりルールを守る(躰)ことが必要です。

Để có nơi làm việc an toàn thì việc triệt để làm 5S là không thể thiếu được. Những thứ không cần thiết cần vứt bỏ đi (sàng lọc), và tất cả mọi thứ phải được cất xếp bảo quản đúng chỗ của nó (sắp xếp), như vậy người làm việc mới có thể làm việc an toàn và hiệu quả được.

Hơn nữa, nơi làm việc triệt để được lau dọn sạch và máy móc được bảo quản sử dụng sạch sẽ là điều rất quan trọng để có thể loại bỏ các nguyên nhân gây tai nạn từ nền nhà dễ trượt, hay máy móc gặp hư hỏng.

Và để thực hiện những điều này, công nhân viên cần phải luôn tuân thủ nguyên tắc quy định đặt ra (sẵn sàng).

4. 5S=躰=日本人が大切にしていること 5S= Sẵn sàng=là việc người Nhật luôn coi trọng

皆さんは日本に来たとき、「日本はきれい」と感じませんでしたか？ 私たち日本人は子どもの頃から「道にゴミを捨ててはいけません」、「部屋を片付けなさい」などと指導されます。これは5Sの考え方と同じです。日本人にとって5Sは生活に根付いたとても大切なことなのです。

皆さんも、職場で、寮で、毎日5Sを実行してください。

Các bạn khi đến Nhật, có cảm thấy “Nhật Bản rất sạch đẹp” không ạ? Chúng tôi người Nhật ngay từ khi nhỏ đã được hướng dẫn “không được phép vứt rác ra đường”, “phải dọn dẹp phòng”. Những điều này cũng giống như suy nghĩ về 5S. Với

người Nhật thì 5S là điều rất quan trọng gắn liền gốc rễ trong cuộc sống.
Các bạn cũng vậy nhé, chúng ta cùng thực hiện 5S hàng ngày ở nơi làm việc và KTX
nhé.

実習生の皆さんへ Gửi các bạn TTS thân mến

仕事で、生活で、毎日5Sを実行して、習慣にしてください！

Các bạn hãy tập thói quen thực hiện 5S hàng ngày trong công việc và trong cuộc
sống