

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?

今日からできる！実践簡単節約術

Bạn có thể bắt đầu từ hôm nay! Thực tế đó là một kỹ thuật rất đơn giản!!

みなさんは、「お金の使い方」について考えたことはありますか？

お金があれば実現できることが、世の中にはたくさんあります。たとえば、おいしいものを食べたり、新しい場所へ行ったり、友だちと遊んだり。自分が本当に必要なことや使いたいことにお金を使うためにも無駄を省き、いざというときに「お金がない」ということをなくしたいですね。

Bạn đã bao giờ nghĩ nên sử dụng tiền của mình như thế nào chưa?

Trên thế giới này có rất nhiều thứ có thể có được nếu có tiền.

Ví dụ như ăn đồ ăn ngon, đi đến những địa điểm mới và vui chơi cùng bạn bè.

Bạn có thật sự muốn loại bỏ sự lãng phí, chỉ tiêu tiền vào những thứ bạn thực sự cần và muốn sử dụng, đồng thời bạn muốn tránh cảm giác “không có tiền” trong lúc khẩn cấp.

そのための手段の一つとして、「節約」があります。

Một cách để làm điều này đó là “tiết kiệm”.

節約とは「無駄を省いて切り詰めること」を意味します。

Tiết kiệm có nghĩa là “cắt giảm và loại bỏ lãng phí”.

毎日なんとなく買う100円のお菓子を1か月我慢すれば、月に3,000円近くのお金が残ります。3,000円あれば、お菓子よりおいしいものを食べることができます。

また、最近の日本の物価は上がり続けており、今後もこの状態が続くことが考えられます。これまで払っていたお金では、今と同じ生活を送ることができなくなる可能性があります。

そのためにも無駄を省くことは、これからの生活において非常に重要です。

Nếu bạn kiểm chế mua bánh kẹo với ¥100 mỗi ngày thì mỗi tháng bạn sẽ còn được khoảng ¥3.000. Và với ¥3.000 bạn có thể ăn được một món ngon hơn là bánh kẹo.

Hơn nữa ở Nhật Bản giá cả đang liên tục tăng và rất có thể tình trạng này sẽ còn tiếp tục trong thời gian tới. Bạn có thể không thể sống cuộc sống như hiện tại với số tiền mà bạn đang chi trả.

Vì vậy, việc loại bỏ sự lãng phí vô cùng quan trọng trong đời sống tương lai của chúng ta.

そこで今回は、皆さんが今すぐ実践できそうな、簡単にできる節約方法を紹介します。

Vì vậy lần này chúng tôi xin giới thiệu một số cách tiết kiệm tiền mà bạn có thể dễ dàng áp dụng ngay trong thực tế.

1. 自分が食べ切れるご飯の量を知っておく

Bạn cần biết lượng thức ăn mà bản thân có thể ăn

お腹が空いた状態でスーパーに行くと、ついつい多く買いすぎてしまいます。

おいしそうな匂いにつられて揚げ物を買ってしまった、すぐに食べられるスナック菓子やスイーツを買ってしまったという経験は誰にでもあることです。

お腹が空く時間を避けてスーパーに行くことで、買いすぎてしまうというのを防ぎ、無駄遣いを減らせます。

また、空腹時にスーパーに行かなければならないときは、買うものをリストアップしておくといでしょう。食事には、人それぞれに適した量があります。少なすぎることも、多すぎることも体にとってはよくありません。

必要なものとそうでないものを確認しながら買い物することも大切です。

Khi bạn đi siêu thị với cái bụng đói bạn sẽ mua quá nhiều.

Ai trong chúng ta cũng đều có kinh nghiệm lỡ mua đồ chiên vì mùi thơm của nó, hay mua đồ có thể ăn ngay như bánh kẹo, đồ ngọt.

Chỉ cần bạn tránh đi siêu thị trong lúc bụng đói, thì bạn có thể ngăn mình mua quá nhiều và giảm sự lãng phí tiền bạc.

Ngoài ra, nếu bạn phải đi siêu thị khi bụng đói, bạn nên lập danh sách những thứ cần mua. Cần có lượng thức ăn phù hợp cho mỗi người. Quá ít hay quá nhiều đều không tốt cho cơ thể. Điều quan trọng là kiểm tra xem bạn cần gì và không cần gì khi mua sắm.

2. サブスクリプションサービスを見直す

Xem lại đăng ký chi trả của các dịch vụ

毎月同じお金を払い、サービスを受ける「サブスクリプションサービス」を使っていますか？毎月同じ金額で、映画やドラマをたくさん見ることができたり、様々な音楽を聴くことができたりします。

このように便利で楽しいサービスですが、一方で無駄遣いの原因になっていることがあります。サブスクリプションサービスの多くが勝手に更新されるため、「もう利用していないのにずっとお金を支払っている」ということも考えられます。使っていないサービスにお金を払い続けることはもったいないですよ。

節約のためにも、自分のスマホを今一度確認してみるとよいでしょう。

Bạn đang có sử dụng các dịch vụ trong đó bạn phải trả số tiền như nhau hàng tháng hay không? Với cùng một số tiền hàng tháng, bạn có thể xem rất nhiều phim điện ảnh, phim truyền hình và nghe nhiều thể loại nhạc.

Mặc dù đây là một dịch vụ tiện lợi và thú vị nhưng nó cũng có thể là nguyên nhân khiến bạn lãng phí tiền bạc. Nhiều dịch vụ tự động gia hạn, do đó bạn có thể phải trả tiền cho chúng ngay khi bạn không còn sử dụng chúng nữa. Thật lãng phí khi tiếp tục trả tiền cho những dịch vụ mà bạn không sử dụng.

Để tiết kiệm tiền bạn nên kiểm tra lại điện thoại thông minh của mình một lần nữa.

終わりに Cuối cùng

二つの節約術を紹介しました。実践できそうでしたか？

Chúng tôi đã giới thiệu 2 cách để tiết kiệm tiền. Nó có thể áp dụng vào thực tế không?

正しい節約をするためには、自分にとって大切なものが何かを考える必要があります。

頑張っても食事にかかるお金を減らしても、栄養が足りなくなり、体調を壊してしまっは意味がありません。体を壊した状態が続けば、集中力がなくなり、新しい学びや技術を習得することも難しくなるでしょう。

健康や新たな学び、技術は、お金では手に入れることができない大切なものです。

Để tiết kiệm đúng cách, bạn cần nghĩ về những gì quan trọng và cần thiết đối với bạn.

Cho dù bạn có cố gắng giảm chi phí cho thực phẩm, nhưng sẽ chẳng có ý nghĩa khi cơ thể bạn không đủ dinh dưỡng với phá hoại sức khỏe bản thân. Nếu cơ thể tiếp tục bị tổn thương bạn sẽ mất khả năng tập trung và khó tiếp thu kiến thức cũng như kỹ năng mới.

Sức khỏe, học tập những kiến thức mới, công nghệ là những thứ quan trọng mà không thể mua được bằng tiền.

節約はあくまで「無駄を省く」ことです。本当に必要なことにはお金を使えるようにぜひ、皆さんにとって大切なものが何かを考えて、お金を使うよう心掛けてみてください。

Tiết kiệm chỉ có nghĩa là “loại bỏ lãng phí”. Để bạn có thể tiêu tiền vào những gì bạn thật sự cần. Hãy suy nghĩ về những gì quan trọng với bạn và cố gắng chi tiêu cho phù hợp.

未来へつなげる大切なヒント

MẸO QUAN TRỌNG CHO TƯƠNG LAI

指示をされていない作業はしない

Không thực hiện công việc khi không có chỉ thị

皆さんが、会社で初めて業務に就くときは、その業務のことは、何もわからないと思います。

これから自分が何をするのか、配属先の上司や業務リーダー、先輩から指示を受けて作業、業務を進めていくと思います。指示された作業や業務の内容をしっかりと理解して、作業や業務の進捗を上司やリーダー、先輩に報告をしながら進めていきます。

Khi các bạn bắt đầu đi làm tại công ty, có lẽ các bạn sẽ không biết gì về công việc đó. Từ giờ trở đi các bạn sẽ nhận chỉ thị từ cấp trên, người đứng đầu công việc, và các đồng nghiệp để thực hiện và tiến hành công việc. Các bạn cần phải hiểu rõ nội dung của các chỉ thị và báo cáo tiến độ công việc cho cấp trên, người đứng đầu, và các đồng nghiệp trong khi tiến hành công việc.

仕事に慣れると勝手に変更する！？

Thay đổi một cách tùy tiện khi quen việc!?

最初は、上司やリーダー、先輩の指示通り作業、業務をしていても少し慣れてくると自分勝手にやり易いやり方に変えたいと考え始めたりします。

Khi mới bắt đầu, bạn thực hiện công việc theo chỉ thị của cấp trên, người đứng đầu, và các đồng nghiệp. Tuy nhiên, khi đã quen việc hơn, bạn có thể bắt đầu nghĩ đến việc thay đổi cách làm việc theo ý mình.

これは、その人が就いている業界の職種、その業務内容、作業によっては、とても危険な行為となります。特に多くの人が連携して働いている建設業の現場、工場の現場、病院の治療現場、食品関連の現場などです。

Điều này có thể rất nguy hiểm tùy thuộc vào ngành nghề, nội dung công việc và loại công việc mà bạn đang làm. Đặc biệt là trong các lĩnh vực như xây dựng, nhà máy, bệnh viện, hoặc các cơ sở liên quan đến thực phẩm, nơi nhiều người cùng phối hợp để làm việc.

建設業や工場の現場では、多くの人が連携して作業や業務に携わっています。

指示されていないことを勝手にしてしまうと、まず、自分自身に危険がおよび、さらにその影響で周りにも危険な状況を作ってしまう可能性が高くなります。

Trong các công trường xây dựng và nhà máy, nhiều người làm việc cùng nhau để thực hiện công việc và nhiệm vụ. Nếu bạn thực hiện những việc không có chỉ thị một cách tùy tiện, trước tiên, bạn sẽ gây nguy hiểm cho chính mình, và sau đó, có thể gây ra tình huống nguy hiểm cho những người xung quanh.

また、病院や食品を扱う現場でも、業務前の準備から業務遂行、業務終了とその都度の規則や手順を正確に守ることが重要です。それを守らないと命の危険や大きな健康被害を与えてしまうこともあります。

勝手に手順の変更や指示以外の事をしては絶対いけません。

また、作業中に分からないこと、疑問点があれば必ず現場の上司などに確認し指示を受けることが必要です。

Tương tự, trong bệnh viện hoặc các cơ sở liên quan đến thực phẩm, việc tuân thủ chính xác các quy tắc và quy trình từ chuẩn bị, thực hiện đến hoàn thành công việc là rất quan trọng. Nếu bạn không tuân thủ, có thể gây ra nguy hiểm đến tính mạng hoặc các vấn đề sức khỏe nghiêm trọng. Bạn tuyệt đối không được thay đổi quy trình hoặc thực hiện những việc ngoài chỉ thị. Nếu có điều gì không rõ ràng hoặc có điểm nghi ngờ trong khi làm việc, bạn phải luôn xác nhận với cấp trên và nhận chỉ thị.

指示がないと動かない人！？ Những người không làm gì nếu không có chỉ thị!?

指示されないと何もしない、できないと「指示待ち人間」と呼ばれ低い評価をする仕事や会社もあります。指示されないと動かない、指示された仕事しか取り組まない人は、主体性に欠け自分で考え何も提案せずアイデアや解決策を持たないダメな人であるという考えがあるためです。

Có những công việc hoặc công ty mà người ta có thể bị đánh giá thấp nếu không làm gì nếu không có chỉ thị, và được gọi là "những người chờ chỉ thị". Những người chỉ thực hiện công việc được chỉ thị và không làm gì ngoài những chỉ thị đó thường bị coi là thiếu chủ động, không suy nghĩ độc lập, không đưa ra đề xuất, ý tưởng hoặc giải pháp.

Đến đây, chủ thể của mình từ suy nghĩ, hành động công việc, điều này rất quan trọng.

Tuy nhiên, điều này hoàn toàn khác với việc tự ý thay đổi công việc. Để thực hiện công việc một cách chủ động, báo cáo, liên lạc và tham vấn (Hōrensō) là những điều kiện cần thiết. Việc thực hiện các công việc không có chỉ thị một cách tùy tiện là rất nguy hiểm và có thể gây phiền toái cho những người liên quan. Thực hiện công việc theo chỉ thị và không làm những việc không có chỉ thị là một quy tắc trong công việc, khác với việc chỉ chờ chỉ thị.

Chủ thể của mình từ suy nghĩ, hành động công việc, điều này rất quan trọng.

Tuy nhiên, điều này hoàn toàn khác với việc tự ý thay đổi công việc. Để thực hiện công việc một cách chủ động, báo cáo, liên lạc và tham vấn (Hōrensō) là những điều kiện cần thiết. Việc thực hiện các công việc không có chỉ thị một cách tùy tiện là rất nguy hiểm và có thể gây phiền toái cho những người liên quan. Thực hiện công việc theo chỉ thị và không làm những việc không có chỉ thị là một quy tắc trong công việc, khác với việc chỉ chờ chỉ thị.

Chỉ thị thông thường của công việc, điều này rất quan trọng.

Thực sự, việc chủ động suy nghĩ và thực hiện công việc là rất quan trọng. Tuy nhiên, điều này hoàn toàn khác với việc tự ý thay đổi công việc. Để thực hiện công việc một cách chủ động, báo cáo, liên lạc và tham vấn (Hōrensō) là những điều kiện cần thiết. Việc thực hiện các công việc không có chỉ thị một cách tùy tiện là rất nguy hiểm và có thể gây phiền toái cho những người liên quan. Thực hiện công việc theo chỉ thị và không làm những việc không có chỉ thị là một quy tắc trong công việc, khác với việc chỉ chờ chỉ thị.

สรุป Tóm tắt

Chỉ thị thông thường của công việc, điều này rất quan trọng.

Tuy nhiên, điều này hoàn toàn khác với việc tự ý thay đổi công việc. Để thực hiện công việc một cách chủ động, báo cáo, liên lạc và tham vấn (Hōrensō) là những điều kiện cần thiết. Việc thực hiện các công việc không có chỉ thị một cách tùy tiện là rất nguy hiểm và có thể gây phiền toái cho những người liên quan. Thực hiện công việc theo chỉ thị và không làm những việc không có chỉ thị là một quy tắc trong công việc, khác với việc chỉ chờ chỉ thị.

Tuy nhiên, điều này hoàn toàn khác với việc tự ý thay đổi công việc. Để thực hiện công việc một cách chủ động, báo cáo, liên lạc và tham vấn (Hōrensō) là những điều kiện cần thiết. Việc thực hiện các công việc không có chỉ thị một cách tùy tiện là rất nguy hiểm và có thể gây phiền toái cho những người liên quan. Thực hiện công việc theo chỉ thị và không làm những việc không có chỉ thị là một quy tắc trong công việc, khác với việc chỉ chờ chỉ thị.

Việc thực hiện công việc và nhiệm vụ theo chỉ thị một cách cẩn thận và chính xác là rất quan trọng. Đồng thời, việc có ý tưởng cải tiến công việc để tiến bộ hơn cũng rất quan trọng. Tuy nhiên, việc thay đổi quy tắc, quy trình, hoặc cách làm việc một cách tùy tiện là sai lầm. Bạn cần phải chia sẻ, xác nhận, hiểu và nhận sự đồng ý và cho phép từ tất cả những người liên quan. Do đó, việc báo cáo, liên lạc, và trao đổi là rất quan trọng. Tuân thủ nghiêm ngặt quy tắc, quy định, và quy trình để tiến hành công việc một cách an toàn là điều cần thiết!

何よりも安全最優先

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

5Sと安全 ～5Sの徹底で安全な職場をつくろう！～

5S và an toàn

～ Hãy tạo ra một nơi làm việc an toàn bằng cách thực hiện triệt để 5S! ～

1. 5Sとは何か？ 1. 5S là gì?

日本の職場には「5S」という素晴らしい改善手法があります。5Sは、整理(Seiri)、整頓(Seiton)、清掃(Seiso)、清潔(Seiketsu)、躰(Shitsuke)の5つから成り立っています。これらを徹底することで、職場の安全性が飛躍的に向上します。

Nơi làm việc ở Nhật Bản có một phương pháp cải tiến tuyệt vời mang tên "5S". 5S bao gồm 5 yếu tố: sắp xếp (Seiri), chỉnh đốn (Seiton), dọn dẹp (Seiso), sạch sẽ (Seiketsu) và kỷ luật (Shitsuke). Bằng cách thực hiện triệt để các biện pháp này, an toàn tại nơi làm việc sẽ được cải thiện đáng kể.

2. 5Sができていない職場では事故が多い

2. Có nhiều tai nạn xảy ra ở nơi làm việc không thực hiện 5S.

整理(Seiri)・整頓(Seiton)

Sàng lọc (Seiri), Sắp xếp (Seiton)

材料や工具が散乱していると、躓いたり転倒したりするリスクが高まります。不要なものを処分し、必要なものだけを残すことで、職場がすっきりして事故のリスクが減少します。

Vật liệu và dụng cụ nằm rải rác làm tăng nguy cơ vấp ngã. Loại bỏ những vật dụng không cần thiết và chỉ giữ lại những gì cần sẽ giúp nơi làm việc gọn gàng và giảm nguy cơ tai nạn.

清掃(Seiso)

Vệ sinh (Seiso)

床に油や水がこぼれていると、滑って転倒するリスクが高まります。定期的な清掃で危険を予防することが大切です。また、機械や設備を日々清掃・点検することで異常を見つけ、機械の故障を未然に防ぐこともできます。

Dầu hoặc nước đổ ra sàn làm tăng nguy cơ trượt, té ngã. Điều quan trọng là ngăn ngừa nguy hiểm bằng cách vệ sinh thường xuyên. Ngoài ra, bằng cách vệ sinh và kiểm tra máy móc, thiết bị hàng ngày, bạn có thể phát hiện những bất thường và ngăn ngừa sự cố máy.

清潔(Seiketsu)

Sạch sẽ (Seiketsu)

一度整理・整頓・清掃された職場も、時間が経つと乱れてしまうことが多いです。いつも整理・整頓・清掃を良い状態に保つ仕組みをつくる必要があります。

Ngay cả những nơi làm việc từng được tổ chức, ngăn nắp và sạch sẽ cũng thường trở nên vô tổ chức theo thời gian. Cần phải tạo ra một hệ thống để giữ mọi thứ luôn ngăn nắp, gọn gàng và sạch sẽ.

躰(Shitsuke)

Kỷ luật (Shitsuke)

躰が徹底されていない職場はルールが守られていない職場です。ルールが守られないと事故が多く起こります。躰を繰り返すことで従業員がルールをしっかり守るようになり、事故が減少し、安全が維持されます。

Một nơi làm việc mà kỷ luật không triệt để là nơi làm việc không tuân thủ các quy tắc. Nhiều tai nạn xảy ra khi không tuân thủ các quy tắc. Kỷ luật lặp đi lặp lại sẽ khuyến khích nhân viên tuân thủ các quy tắc chặt chẽ hơn, giảm thiểu tai nạn và duy trì sự an toàn.

3. まとめ 3. Tóm tắt

5Sは単なる「お掃除活動」ではありません。安全な職場を築くための土台となるものです。

「ゴミが落ちていたら拾う」、「使ったものは元の場所に返す」など、だれでもできる簡単なことから始めてください。5Sの大切さを理解し毎日実践することで、安全に働くことができるようになります。

5Sの徹底で事故を予防しましょう！

5S không chỉ là “hoạt động dọn dẹp”. Đó là nền tảng để xây dựng một nơi làm việc an toàn.

Hãy bắt đầu bằng việc làm những việc đơn giản mà ai cũng có thể làm, chẳng hạn như “nhặt rác nếu nó bị rơi” hoặc “trả đồ đã sử dụng về vị trí ban đầu”, hãy bắt đầu từ những việc đơn giản mà ai cũng có thể làm được. Bằng cách hiểu tầm quan trọng của 5S và thực hành nó hàng ngày, bạn sẽ có thể làm việc an toàn.

Ngăn chặn tai nạn bằng cách thực hiện triệt để 5S!

実習生の皆さんへ Gửi tới tất cả các học viên

安全に働くために、毎日5Sを実践してください！

Hãy thực hành 5S mỗi ngày để làm việc an toàn nhé!

日本語学習攻略法

Phương pháp học tiếng Nhật

今月のテーマ

Đề tài tháng này

日本語の音楽を聴いて楽しく日本語を覚えよう！

Cùng nghe nhạc Nhật và cùng học tiếng Nhật vui vẻ nhé!

音やリズムに合わせて覚えようとするとう人間の脳が活発になり、印象に残りやすいと言われています。

さらに歌詞を見ながら聴くとより正確に単語や文章を覚えることができます。

Người ta nói rằng khi con người cố gắng ghi nhớ mọi thứ cùng với âm thanh và nhịp điệu, bộ não con người sẽ trở nên năng động hơn và dễ ghi nhớ mọi thứ hơn. Hơn nữa, nếu vừa nghe vừa nhìn lời bài hát, bạn sẽ có thể ghi nhớ từ, câu chính xác hơn.

次に歌詞の意味を理解しましょう

Cùng hiểu ý nghĩa của lời bài hát dưới đây nào

すぐに日本語訳をネットで調べずに歌詞の中にある分からない単語や理解できない文の文法を調べましょう。自分で歌詞の意味を理解することが勉強に繋がります。それでも分からなかったらネットで調べて、ノートにメモを取ってみましょう。あとから振り返りやすくなります。

Thay vì tra cứu ngay bản dịch tiếng Nhật trực tuyến, hãy kiểm tra ngữ pháp của những câu bạn không hiểu hoặc những từ bạn không hiểu trong lời bài hát. Tự mình hiểu được ý nghĩa của lời bài hát sẽ học hỏi được nhiều. Nếu bạn vẫn chưa hiểu, hãy tra cứu trên internet và ghi chú vào sổ tay. Sau này sẽ dễ dàng xem lại hơn.

最後は声を出して歌ってみよう

Cuối cùng thì hãy thử hát to lên nào.

曲をだいたい覚えたら次は声に出して歌ってみましょう。聞き流すだけではなく聞いてマネして歌うことでリスニング力・スピーキング力をより強化出来るでしょう。

曲のジャンルはどんなものでもいいです。日本のアニメに使われている曲はとても人気なので、知っているだけで沢山のひとと仲良くなるきっかけにもなるでしょう。

多くの曲を聴いて楽しく日本語を勉強しましょう！

Khi bạn đã thuộc lòng bài hát, hãy thử hát to lên. Bạn sẽ có thể củng cố hơn nữa kỹ năng nghe và nói của mình bằng cách nghe, bắt chước và hát thay vì chỉ nghe.

Bài hát có thể thuộc bất kỳ thể loại nào. Các bài hát được sử dụng trong phim hoạt hình Nhật Bản rất phổ biến nên chỉ cần biết đến chúng sẽ giúp bạn có cơ hội kết bạn với nhiều người.

Hãy cùng nghe thật nhiều bài hát và học tiếng Nhật vui vẻ nhé!

先輩が教える

日本語能力試験合格のヒケツ!

Học từ người đi trước

Bí quyết để đậu kì thi JLPT !

カインさん N3 合格 !

皆さん、こんにちは！私はミヤツミイツズ カインです。2023年7月の日本語能力試験でN3に合格しました。合格したときはとても嬉しかったです。

Chào mọi người! Mình tên là MYAT MYINTZU KHAING. Mình đã đỗ kì thi năng lực tiếng Nhật vào tháng 7 năm 2023. Sau khi thi đỗ thì mình rất vui mừng.

日本語の勉強は単語を書きながら覚えるようにしました。漢字を勉強するときにはとにかく書く練習をたくさんします。全部丸々な形のミャンマー語を勉強して来て、日本語の漢字を始めて見たときに難しいと感じました。形が全然違うし、書く練習にもなれなくて大変でした。1日分の漢字はその日に覚えて書く練習をします。文法と聴解は過去の問題集を探してそこからたくさん練習をしました。聴解は外国人の私にとって、少し不安でした。

Khi học tiếng Nhật, mình cố gắng ghi nhớ các từ bằng cách viết chúng. Khi học chữ kanji, mình luyện viết chúng rất nhiều. Mình đã học hoàn toàn bằng tiếng Myanma nên khi lần đầu nhìn thấy chữ Hán trong tiếng Nhật mình cảm thấy rất khó. Vì kiểu chữ hoàn toàn khác nên rất khó để luyện viết. Mình thường quy định sẽ ghi nhớ và luyện viết số lượng chữ Hán nhất định trong một ngày. Về ngữ pháp và nghe hiểu, mình thường tìm kiếm các bộ đề trước đây và luyện tập rất nhiều từ đó. Là người nước ngoài, mình hơi lo lắng về khả năng nghe hiểu.

しかし、YouTube から問題集を何回も練習したり、日常生活でも日本のアニメ、歌、ドラマなどを見たり聞いたりすることで日本語の聞き取りができるようになりました。読解も苦手でしたが、合格するために練習をたくさんしました。日本語学習のためにおすすめの教材などは特にはないです。楽しく勉強することが大事だと思います。

Tuy nhiên, mình đã có thể hiểu được tiếng Nhật bằng cách luyện làm cái bộ đề trên YouTube nhiều lần cũng như bằng cách xem và nghe phim hoạt hình, bài hát, phim truyền hình Nhật Bản, v.v. trong cuộc sống hàng ngày. Mình cũng không giỏi đọc hiểu nhưng để thi đậu mình đã luyện tập rất nhiều. Mình không giới thiệu đến các

bạn một tài liệu cụ thể nào cho việc học tiếng Nhật. Mình nghĩ điều quan trọng là phải vui vẻ trong khi học.

家族と離れて暮らす日本の生活は寂しいです。私は日本に半年住んで日本は思った以上に安全な国だと感じました。困ったときや行き先が分からないときは周りの人が優しく教えてくれてとても嬉しくて安心しました。日本に暮らして日本の野菜と果物の美味しさに感動しました。どれを食べても新鮮で衛生的だと思います。

Cuộc sống ở Nhật Bản khi rời xa gia đình thật sự rất cô đơn. Sau khi sống ở Nhật được nửa năm, mình cảm thấy Nhật Bản là một đất nước an toàn hơn mình nghĩ rất nhiều. Khi mình gặp khó khăn hoặc không biết phải đi đâu, những người xung quanh đã ân cần cho mình những lời khuyên khiến mình rất vui và nhẹ nhõm. Sống ở Nhật Bản, mình rất ấn tượng với độ ngon của rau củ quả Nhật Bản. Mình thấy cái gì cũng rất tươi và hợp vệ sinh.

今は患者さんのための食事を作る仕事をしております。今の仕事は自分が興味を持つほど勉強することがたくさんあります。仕事をしてグループワークの大切さがわかりました。国に帰ったら、日本の衛生を大切にすることを是非活かしたいと思いません。

Hiện tại mình đang làm công việc là nấu ăn cho bệnh nhân. Công việc hiện tại của mình có thể học được rất nhiều điều tới mức mình cảm thấy hứng thú với nó. Sau khi làm công việc này, mình đã hiểu được tầm quan trọng của làm việc nhóm. Sau khi về nước, mình muốn vận dụng những triết lý về vệ sinh an toàn thực phẩm của Nhật.

日本に来て自分はとても変わった思います。前と比べると仕事も生活も頑張っていると思います。仕事と勉強が出来るようにスケジュールをたて時間の管理をしています。はじめて仕事をしたときは日本人とコミュニケーションを取れないことや仕事の内容を理解できないことが心配でした。仕事の仲間たちが優しく教えてくれたおかげで仕事にも早く慣れることができたと思います。会社のみなさんには感謝の気持ちでいっぱいです。これからも仲良くして仕事を頑張っていきたいと思います。最後に私と同じ日本で働いているみなさんにどんなことがあっても諦めずに乗り越えて自分のゴールを忘れないで下さいと言いたいです。

Mình thấy mình đã thay đổi rất nhiều sau khi đến Nhật. So với trước đây, mình thấy mình đã và đang nỗ lực hơn cả trong công việc lẫn cuộc sống. Mình thường lập kế hoạch cho việc học và công việc và quản lý thời gian thực hiện nó. Khi mới bắt đầu công việc, mình rất lo lắng về việc không thể giao tiếp được với người Nhật hoặc không thể hiểu nội dung công việc. Nhờ có sự chỉ bảo tận tình từ đồng nghiệp mà mình đã có thể làm quen với công việc một cách nhanh chóng. Mình rất biết ơn mọi người trong công ty. Từ giờ trở đi mình cũng sẽ vẫn luôn cố gắng làm việc và hòa

đồng với mọi người. Cuối cùng, mình muốn nói với tất cả những người đang làm việc tại Nhật Bản như mình rằng dù có chuyện gì xảy ra cũng đừng bỏ cuộc, hãy vượt qua và đừng bao giờ quên mục tiêu của mình.