

女性が男性にチョコを渡す日本のバレンタインデー

Ngày Valentine ở Nhật, phụ nữ tặng sô-cô-la cho nam giới.

日本では、バレンタインデーに女性が好きな男性にチョコレートをあげます。また、男性の上司や先生、友人にあげる「義理チョコ」や、女性同士で渡し合う「友チョコ」という文化もあります。

Ở Nhật Bản, vào ngày Valentine, phụ nữ tặng sô-cô-la cho người đàn ông mà họ thích. Ngoài ra, còn có văn hóa tặng “sô-cô-la nghĩa tình” (giri-choco) cho cấp trên, thầy giáo, hoặc bạn bè nam, và “sô-cô-la bạn bè” (tomo-choco) mà phụ nữ trao tặng lẫn nhau.

「本命チョコ」とは？“Honmei choco”（本命チョコ）は gì

2月14日のバレンタインデーは世界的に「恋人たちの日」となっています。日本では、女性が男性にチョコレートをあげるのが特徴。2月になったとたん、日本各地のデパートやショッピングモール、スーパーマーケットでバレンタイン用の特別なチョコが売られ始めます。バレンタインにチョコを贈る習慣は、1960年ごろに始まった日本の菓子メーカーのキャンペーンがきっかけです。

Ngày 14 tháng 2 – Valentine – được xem là “Ngày của các đôi tình nhân” trên toàn thế giới. Ở Nhật Bản, đặc trưng của ngày này là phụ nữ tặng sô-cô-la cho nam giới. Khi vừa bước sang tháng 2, tại các trung tâm thương mại, khu mua sắm và siêu thị trên khắp Nhật Bản bắt đầu bày bán những loại sô-cô-la đặc biệt dành cho Valentine. Tập tục tặng sô-cô-la vào ngày Valentine bắt đầu từ khoảng năm 1960, xuất phát từ chiến dịch quảng cáo của các hãng bánh kẹo Nhật Bản.

日本のバレンタインデーには、女性が夫や恋人にチョコをあげるほか、恋人のいない女性が好きな人にチョコを渡して告白する日にもなっています。このようなチョコは本命の人にあげるチョコなので、「本命チョコ」と呼ばれています。

Vào ngày Valentine ở Nhật Bản, ngoài việc phụ nữ tặng sô-cô-la cho chồng hoặc người yêu, đây còn là ngày mà những phụ nữ chưa có người yêu tặng sô-cô-la cho người mình thích để tỏ tình. Loại sô-cô-la được tặng cho người đặc biệt như vậy được gọi là “honmei choco” – “sô-cô-la chính tình”.

義理チョコ“Giri choco”（義理チョコ） nghĩa là “sô-cô-la nghĩa tình

恋愛対象ではない男性の上司や同僚、先生、友人などにあげるチョコを「義理チョコ」と言います。これは、日ごろお世話になっていることへの感謝を表すために贈ります。Sô-cô-la được tặng cho những người đàn ông không phải là đối tượng yêu đương, như cấp trên, đồng nghiệp, thầy giáo hay bạn bè, được gọi là “giri choco” (sô-cô-la nghĩa tình). Loại sô-cô-la này được tặng để bày tỏ lòng biết ơn đối với sự giúp đỡ thường ngày của họ.

友チョコ Sô-cô-la tình bạn

バレンタインデーに女性同士で贈り合うチョコのことを「友チョコ」と言います。男性の友人に贈る場合は「友チョコ」ではなく「義理チョコ」です。

Sô-cô-la mà phụ nữ trao cho nhau vào ngày Valentine được gọi là “tomo choco” (sô-cô-la bạn bè). Nếu tặng cho bạn bè là nam, thì không gọi là “tomo choco” mà là “giri choco” (sô-cô-la nghĩa tình).

中学校や高校でお菓子を持ってくることを禁止している学校でも、バレンタインデーだけは特別に持ってきてよいという学校もあります（先生も生徒からチョコレートをもraitたいからかもしれませんね）。この日は、女子学生が集まっていろいろな種類のチョコを交換します。

Ở một số trường trung học cơ sở và trung học phổ thông, mặc dù việc mang bánh kẹo đến trường bị cấm, nhưng chỉ riêng ngày Valentine thì có trường cho phép mang đến như một ngoại lệ (có lẽ vì thầy cô cũng muốn nhận sô-cô-la từ học sinh). Vào ngày này, các nữ sinh tụ tập và trao đổi nhiều loại sô-cô-la khác nhau.

私は昔、留学生としてコンビニでアルバイトをしていたとき、仲の良い日本人の先輩女性と一緒にバレンタインデーに勤務しました。仕事が終わって外に出ると、その先輩がカバンからすてきな紙袋を取り出し、「はい、チョコレート」と言って私にくれました。

Ngày xưa, khi tôi là du học sinh và làm thêm tại một cửa hàng tiện lợi, tôi đã làm việc cùng với một tiền bối nữ người Nhật mà tôi thân thiết vào ngày Valentine. Khi kết thúc công việc và bước ra ngoài, tiền bối đó lấy ra từ túi xách một túi giấy xinh xắn và nói: “Này, sô-cô-la,” rồi đưa cho tôi.

私はそのとき初めて先輩から「友チョコ」や「義理チョコ」について教えてもらいました。そして、自分も「友チョコ」をもらえて、とてもうれしく思いました。

Lúc đó, tôi lần đầu tiên được tiền bối giải thích về “tomo choco” và “giri choco”. Tôi cũng rất vui vì đã nhận được “tomo choco” cho riêng mình.

自分チョコ “Socola cho chính mình”

「自分チョコ」や「マイチョコ」はその名の通り、自分のために買うチョコです。独身女性が「がんばっている自分へのごほうび」として、普段買わないような高級チョコやバレンタイン期間限定の特別なチョコを買うケースがよくあります。

“Jibun choco” hay “my choco” đúng như tên gọi, là sô-cô-la mà bạn mua cho chính mình. Thường các phụ nữ độc thân mua những loại sô-cô-la cao cấp hoặc sô-cô-la đặc biệt chỉ có trong dịp Valentine như một “phần thưởng cho bản thân vì đã cố gắng”, những loại mà họ thường không mua trong sinh hoạt hàng ngày.
「ホワイトデー」に男性から女性に返礼

“Quà đáp lễ từ nam giới tặng cho nữ giới vào ngày White Day”

日本では3月14日は「ホワイトデー」と呼ばれ、男性がバレンタインデーのお返しをする日です。お返しはチョコレートやクッキー、キャンディーなどが一般的ですが、本命の女性に対してはアクセサリなど高価なものをプレゼントする男性もいます。

Ở Nhật Bản, ngày 14 tháng 3 được gọi là “White Day” – là ngày mà nam giới đáp lễ lại vào dịp Valentine. Những món đáp lễ thường là sô-cô-la, bánh quy hoặc kẹo, nhưng với những người phụ nữ đặc biệt (honmei), cũng có những nam giới tặng những món quà đắt tiền như trang sức.

バレンタインデーに先輩から「友チョコ」をもらった私は、その日にお返しができなかったの、ホワイトデーにお返しをプレゼントしました。先輩にチョコを渡すと、「めっちゃ（とても）うれしい！」と喜んでくれました。

Vì tôi không thể đáp lễ ngay vào ngày Valentine sau khi nhận “tomo choco” từ tiền bối, nên tôi đã tặng quà đáp lễ vào White Day. Khi đưa sô-cô-la cho tiền bối, chị ấy vui vẻ nói: “Vui quá đi!” và rất hạnh phúc.

日本でのバレンタインデーの贈り物は、恋人同士に限らず、まわりの人たちに感謝の気持ちを伝えるという意味があります。小さなチョコですが、感謝を込めて渡すと、人間関係に良い影響を与えてくれるかもしれませんね。

Những món quà vào ngày Valentine ở Nhật Bản không chỉ dành cho các cặp tình nhân, mà còn mang ý nghĩa bày tỏ lòng biết ơn đến những người xung quanh. Dù là những viên sô-cô-la nhỏ, nhưng khi trao với tấm lòng biết ơn, có thể mang lại ảnh hưởng tích cực đến các mối quan hệ giữa con người với nhau.

未来へつなげる大切なヒント

Những gợi ý quan trọng để kết nối tới tương lai

資格外活動はダメ！

ルールを守って安心安全な実習生活を

Không được làm “Hoạt động ngoài tư cách lưu trú. Hãy tuân thủ đúng quy định để có cuộc sống thực tập an toàn và yên tâm

皆さんは、「技能実習生」として日本に来ていますね。

この在留資格は「日本の会社で仕事をしながら技術を学ぶため」のものなので、働けるのは「決められた会社」だけです。他の会社やお店でアルバイトをしたり、お金をもらって仕事をしたりすることは、法律で禁止されています。これを「資格外活動」といいます。

皆さんは既に知っていることばかりかもしれませんが、今月は資格外活動の禁止について改めて知識を深めていきましょう。

Mọi người sang Nhật với tư cách “Thực tập sinh kỹ năng” đúng không?

Tư cách lưu trú này là “để vừa làm việc tại công ty Nhật vừa học kỹ thuật”, vì vậy mọi người chỉ được làm việc tại công ty đã được quy định. Làm thêm ở công ty khác, quán ăn, hoặc nhận tiền để làm bất kỳ công việc nào khác đều là hành vi bị pháp luật cấm. Điều này được gọi là “Hoạt động ngoài tư cách lưu trú”. Có thể tất cả đều đã nghe rồi, nhưng trong tháng này, chúng ta hãy cùng tìm hiểu kỹ hơn về việc cấm hoạt động ngoài tư cách lưu trú.

どうして資格外活動をしてはいけないのか？

Vì sao không được làm hoạt động ngoài tư cách lưu trú?

日本では、外国人がどんな目的で日本に来ているかによって、できることが決まっています。例えば、留学生は勉強が目的なので、特別な許可がないと働けません。皆さんの場合は「技能実習」が目的です。技能実習は、決められた会社でしかしてはいけ

ないことになっていますので、そこでもし皆さんが自由に他のところで働いてしまうと、日本での在留制度が混乱して公正な労働環境が守れなくなってしまう、賃金の不公平や安全管理の問題、労働条件の悪化などが起きる恐れがあります。

そのために日本では皆さんの安全を守るため、資格外活動を厳しく禁止しています。

Tại Nhật Bản, tùy vào mục đích đến Nhật của người nước ngoài mà quyền hạn được cho phép sẽ khác nhau.

Ví dụ, Du học sinh có mục đích là học tập nên không được làm việc nếu không có giấy phép đặc biệt. Trong trường hợp của mọi người, mục đích là “Thực tập kỹ năng”. Vì vậy, chỉ được thực tập tại công ty đã được quy định.

Nếu mọi người tự ý làm việc ở nơi khác, thì hệ thống quản lý người nước ngoài sẽ bị rối loạn, môi trường lao động công bằng sẽ không được bảo vệ, có thể xảy ra các vấn đề như chênh lệch tiền lương, an toàn lao động, điều kiện làm việc xấu đi, v.v. Để bảo vệ an toàn và quyền lợi của thực tập sinh, Nhật Bản quy định cấm tuyệt đối hoạt động ngoài tư cách lưu trú.

もし資格外活動をしてしまったら？

Nếu lỡ làm hoạt động ngoài tư cách lưu trú thì sao？

資格外活動をすると、どうなってしまうのでしょうか？

まず資格外活動をしたということが入管（出入国在留管理庁）に知られると、皆さんのところに働いた場所や時間、報酬の有無などの調査が入ります。

そこで不法就労とみなされると在留資格が取り消され、皆さんの国に帰らなければならなくなってしまう。もし皆さんが将来もう一度日本に来たいと思っても、来られなくなるかもしれません。

また、資格外活動と知りながら働かせた雇用主や皆さんの友だちも法律違反となり、罰せられてしまいます。「少しだけだから」「お金が欲しいから」と思っても、資格外活動は絶対にしてはいけません。

Nếu bị cơ quan xuất nhập cảnh (Nyukan) phát hiện họ sẽ tiến hành điều tra nơi làm việc, thời gian làm, có nhận tiền hay không. Nếu bị xác định là lao động bất hợp pháp, tư cách lưu trú có thể bị hủy, các bạn có thể bị trục xuất về nước, sau này muốn quay lại Nhật cũng có thể không được cấp visa

Ngoài ra, người thuê các bạn làm, hoặc bạn bè giới thiệu việc cũng sẽ bị coi là vi phạm pháp luật.

Cho dù chỉ nghĩ rằng “làm chút thôi”, “muốn có thêm tiền”, v.v. thì Hoạt động ngoài tư cách lưu trú là tuyệt đối không được làm.

お金に困ったときは

Nếu thiếu tiền phải làm sao?

日本で生活しているときに、お金が足りなくて大変なときもあるかもしれません。

でも困ったときは一人で悩まず、皆さんの組合や会社の人に相談してください。皆さんが悩まないよう、正しい方法でサポートしてくれます。

たとえ皆さんの信頼のおける友だちや知り合いからの誘いだとしても、慣れない異国の生活では危険や誘惑がたくさんあるということを肝に銘じて、少しでも疑問に感じたらまずは相談、を心がけましょう。

Trong thời gian sống tại Nhật, đôi khi mọi người có thể gặp khó khăn về tiền bạc.

Nhưng đừng lo lắng một mình, hãy trao đổi với nghiệp đoàn hoặc công ty, các bạn sẽ được hỗ trợ theo cách hợp pháp và an toàn.

Dù bạn bè quen biết rủ rê, hãy luôn nhớ rằng cuộc sống ở nước ngoài có nhiều nguy hiểm và cám dỗ. Nếu cảm thấy bất an hoặc có điều gì nghi ngờ, hãy trao đổi trước với nghiệp đoàn hoặc công ty.

最後に一言

Cuối cùng, tôi xin nói một lời.

皆さんは、どうして日本に来ましたか？

日々の仕事が大変で決心が鈍りそうになったときは、いつでも皆さんの「日本に来た理由」を思い出してください。そして、決められた期限までしっかり技能実習をやり遂げてください。

資格外活動の禁止は、日本で頑張る皆さんを守るためのルールでもあります。繰り返しになりますが、どんな理由があっても資格外活動は絶対にしてはいけません。法律を守り、安全で安心な実習生活を送りましょう。

Các bạn đến Nhật Bản vì lý do gì?

Khi công việc hằng ngày quá vất vả khiến quyết tâm của bạn trở nên lung lay, hãy luôn nhớ đến “lý do mà các bạn đã quyết định sang Nhật”. Và hãy cố gắng hoàn thành đầy đủ chương trình thực tập kỹ năng cho đến đúng thời hạn đã được quy định.

Việc cấm hoạt động ngoài tư cách lưu trú cũng là một quy định để bảo vệ các bạn đang cố gắng làm việc tại Nhật Bản. Tôi xin nhắc lại, dù với bất kỳ lý do nào, tuyệt đối không được làm việc ngoài tư cách cho phép.

Hãy tuân thủ pháp luật và cùng nhau trải qua một cuộc sống thực tập an toàn, yên tâm.

何よりも安全最優先

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

外国人労働者の事故が増えています！

～ なぜ外国人の事故が多いのか？ ～

Số vụ tai nạn lao động của người nước ngoài đang tăng lên!

～ Vì sao người nước ngoài gặp tai nạn nhiều hơn? ～

1. 外国人労働者の労働災害発生状況

Tình hình tai nạn lao động của người lao động nước ngoài

日本で働く外国人が増える中、労働災害も増えています。厚生労働省のデータによると、労働災害で4日以上休んだ外国人労働者は、2018年の2,847人から2024年には6,244人に増加しました。わずか6年間で2.2倍に増えています。そのうち技能実習生が1,874人、特定技能が810人を占めました。現場での外国人労働者の事故は、深刻な状況となっています。

Cùng với việc số lượng người nước ngoài làm việc tại Nhật Bản tăng lên, tai nạn lao động cũng đang gia tăng.

Theo dữ liệu của Bộ Y tế – Lao động – Phúc lợi Nhật Bản, số lao động nước ngoài bị tai nạn lao động phải nghỉ từ 4 ngày trở lên đã tăng từ 2.847 người vào năm 2018 lên 6.244 người vào năm 2024.

Trong vòng 6 năm, con số này đã tăng 2,2 lần. Trong đó Thực tập sinh kỹ năng 1.874 người, lao động kỹ năng đặc định 810 người

さらに「事故にあう確率(千人当たりの発生率)」を見てみましょう。

Tình trạng tai nạn của người lao động nước ngoài tại các công trường đang trở nên rất nghiêm trọng.

Tỷ lệ gặp tai nạn (tính trên 1.000 người)

全労働者: 2.30

技能実習: 3.98 (全労働者の約 1.7 倍)

特定技能: 3.91 (全労働者の約 1.7 倍)

Tất cả người lao động: 2.30

Thực tập sinh kỹ năng: 3.98

(cao gấp khoảng 1,7 lần)

Kỹ năng đặc định: 3.91

(cao gấp khoảng 1,7 lần)

つまり、技能実習生や特定技能の外国人労働者は、日本人よりも約 1.7 倍、労災事故にあう確率が高いのです。

Điều đó có nghĩa là thực tập sinh và lao động kỹ năng đặc định có nguy cơ bị tai nạn lao động cao hơn người Nhật khoảng 1,7 lần.

2. 外国人の事故が多い2つの理由

Hai lý do chính khiến người nước ngoài dễ gặp tai nạn

① 日本語が難しい

Khó khăn về tiếng Nhật

日本の職場では、作業の説明や指示が日本語で行われるため、外国人労働者が内容を十分理解しないまま作業を進めてしまうことがあります。また、標識や掲示物も日本語で書かれているため、注意喚起の意味が伝わらず、危険を見落とすケースもあります。こうした理解不足が事故につながる要因となっています。

Tại nơi làm việc ở Nhật Bản, việc giải thích công việc và đưa ra chỉ thị đều được thực hiện bằng tiếng Nhật. Vì vậy, nhiều lao động nước ngoài không hiểu đầy đủ nội dung, nhưng vẫn tiếp tục công việc.

Ngoài ra, biển báo, thông báo, và các chỉ dẫn an toàn cũng đều viết bằng tiếng Nhật, khiến người lao động có thể không hiểu nội dung cảnh báo, dẫn đến bỏ sót những nguy hiểm.

Sự thiếu hiểu biết này là một trong những nguyên nhân lớn gây ra tai nạn.

②安全意識が十分とは言えない

Ý thức an toàn chưa đầy đủ

3. 重大事故ゼロを目指して

Hướng tới mục tiêu “0 tai nạn nghiêm trọng”

事故は一瞬の油断から起こります。皆さんは、まず、次の3点を心がけてください。

Tai nạn có thể xảy ra chỉ trong một khoảnh khắc bất cẩn. Mọi người hãy luôn ghi nhớ 3 điểm sau:

いつも安全を一番に考える

Luôn đặt an toàn lên hàng đầu

指示や説明が分からないときは必ず確認する

Nếu không hiểu chỉ thị hoặc lời giải thích, phải hỏi lại ngay

ヘルメット、安全帯などの保護具や作業着を正しく着用する

Luôn mang đúng và đầy đủ trang bị bảo hộ

(mũ bảo hộ, dây an toàn, quần áo bảo hộ...)

実習生の皆さんへ Gửi đến tất cả các thực tập sinh

自分と母国の家族のために、重大事故ゼロを実現しましょう！

Vì bản thân mình và gia đình ở quê hương,

hãy cùng nhau cố gắng để đạt được “0 tai nạn nghiêm trọng”!

第 33 回外国人技能実習生日本語作文コンクール

Cuộc thi Viết luận tiếng Nhật lần thứ 33 dành cho Thực tập sinh kỹ năng nước ngoài

日本は何色ですか？

Nhật Bản có màu gì?

最近、SNS上で「日本は何色ですか？」という問いが、在日ベトナム人の間で話題になっています。「ピンク」と答える人もいれば、「黒」と語る人もいます。同じ国に暮らしていても、見える色は人それぞれです。この問いは、日本での生活に対する一人ひとりの感じ方を表しているかもしれません。

Gần đây, câu hỏi “Nhật Bản có màu gì?” đang trở thành chủ đề nóng trong cộng đồng người Việt tại Nhật trên mạng xã hội. Có người trả lời là “Hồng”, nhưng cũng có người nói là “Đen”. Dù cùng sinh sống ở một đất nước, màu sắc mỗi người nhìn thấy lại khác nhau. Câu hỏi này có lẽ thể hiện cách cảm nhận cuộc sống ở Nhật của từng cá nhân.

まず、「日本はピンク色」と感じる人たちがいます。日本は経済的に発展しており、治安も良く、公共サービスも充実しています。そういった安定した環境の中で生活することは多くの発展途上国出身の人々にとって魅力的に映ります。特に、以前は円高で、働くことでベトナムの家族に仕送りし、生活を支えることができました。私の友人の中にも、日本に来てから貯金を増やし、家族の家を建て替えたり、弟や妹の学費を払ったりした人がいます。努力すれば結果が出る、そんな環境に希望を感じ「日本はピンク色だ」と語る気持ちもよく分かります。

Đầu tiên, có những người cảm thấy “Nhật Bản có màu hồng”. Nhật Bản là một quốc gia phát triển về kinh tế, an ninh tốt và dịch vụ công cộng đầy đủ. Cuộc sống trong một môi trường ổn định như vậy trở nên hấp dẫn đối với nhiều người đến từ các nước đang phát triển. Đặc biệt, trước đây đồng Yên mạnh, việc đi làm giúp họ có thể gửi tiền về hỗ trợ gia đình ở Việt Nam và trang trải cuộc sống. Trong số bạn bè tôi, có những người sau khi đến Nhật đã tăng được tiền tiết kiệm, xây lại nhà cho gia đình hoặc chi trả học phí cho em trai, em gái. Cảm giác hy vọng trong một môi trường mà nỗ lực sẽ mang lại kết quả, khiến họ nói “Nhật Bản có màu hồng” là điều tôi hoàn toàn thấu hiểu.

しかし、その一方で、「日本は黒い」と感じる人もいます。なぜなら、実際に日本で生活してみると、理想と現実のギャップに苦しむ場面が多くあるからです。例えば、日本に来るために大きな借金をし、その返済に追われながら長時間働く日々。仕事のストレスや人間関係の悩み、さらに日本語がうまく話せないことによるコミュニケーションの壁、これらはすべて、外国人にとって大きなプレッシャーです。近年は円安が進み、物価も上昇し、以前のように貯金がしやすい状況ではなくなっています。

Tuy nhiên, mặt khác, cũng có những người cảm thấy “Nhật Bản có màu đen”. Bởi vì trên thực tế, khi sinh sống tại Nhật, có rất nhiều trường hợp họ phải vật lộn với khoảng cách giữa lý tưởng và thực tế. Chẳng hạn như những ngày dài làm việc để trả nợ một khoản tiền lớn đã vay để đến Nhật. Những căng thẳng trong công việc, những lo lắng về mối quan hệ cá nhân, và rào cản giao tiếp do không thể nói tốt tiếng Nhật, tất cả đều là áp lực lớn đối với người nước ngoài. Gần đây, đồng Yên liên tục mất giá, giá cả cũng tăng lên, không còn là tình trạng dễ dàng tiết kiệm như trước nữa.

また、日本での生活は孤独との戦いでもあります。文化や考え方の違いに戸惑い、何かに悩んでも気軽に相談できる相手がいらないという状況は、精神的なストレスにつな

がります。私自身も、来日したばかりのころは、言葉も環境もすべてが不安で、「本当にこの選択は正しかったのだろうか」と悩んだこともあります。そういった経験から、「日本は黒色だ」と感じる人がいても不思議ではありません。

Hơn nữa, cuộc sống ở Nhật Bản còn là một cuộc chiến với sự cô đơn. Sự bối rối vì khác biệt về văn hóa và cách suy nghĩ, cùng với việc không có ai để tâm sự thoải mái khi gặp khó khăn, dẫn đến căng thẳng về tinh thần. Bản thân tôi, khi mới sang Nhật, mọi thứ từ ngôn ngữ đến môi trường đều đáng lo ngại, và tôi đã từng tự hỏi “Lựa chọn này của mình có thực sự đúng không?”. Từ những kinh nghiệm đó, không có gì lạ nếu có người cảm thấy “Nhật Bản có màu đen”.

では、「日本は何色なのか?」という問いに対して、私はこう考えます。

Vậy, đối với câu hỏi “Nhật Bản có màu gì?”, tôi nghĩ như thế này:

その答えは、自分の心のあり方や経験によって変わるものです。確かに、日本での生活は楽なことばかりではありません。しかし、苦労の中にこそ、学びや成長があります。毎日、少しずつ前に進むことで、たとえ今は「黒」に見える景色も、やがて「ピンク」に変わるかもしれません。

Câu trả lời sẽ thay đổi tùy thuộc vào tâm thái và kinh nghiệm của chính mình. Chắc chắn, cuộc sống ở Nhật không chỉ toàn là những điều dễ dàng. Tuy nhiên, chính trong khó khăn lại có sự học hỏi và trưởng thành. Bằng cách tiến lên từng chút một mỗi ngày, ngay cả khung cảnh hiện tại đang có vẻ “Đen” cũng có thể chuyển thành “Hồng” trong tương lai.

これは私が自分で選んだ道です。だからこそ、後悔せず、今できることに全力を尽くしたいと思っています。人生の色は、他人が決めるものではなく、自分自身で描いていくものです。

Đây là con đường mà tôi đã tự chọn. Chính vì vậy, tôi muốn dồn hết sức lực cho những gì mình có thể làm ngay bây giờ mà không hối hận. Màu sắc cuộc đời không phải do người khác quyết định, mà là do chính bản thân mình vẽ nên.

毎日の一歩が、未来の自分を作ると信じています。小さな努力を積み重ねることで、どんな色でも自分の色に変えることができる。私はそう信じています。

Tôi tin rằng mỗi bước đi hàng ngày sẽ tạo nên chính mình của tương lai. Bằng cách tích lũy những nỗ lực nhỏ, chúng ta có thể biến bất kỳ màu nào thành màu của chính mình. Tôi tin là như vậy.