ベトナム語

Ơ~i!

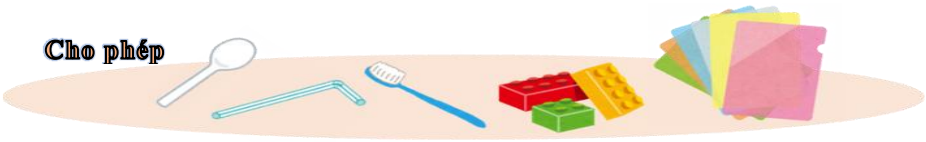
Phát hành: Trung tâm giao lưu quốc tế Thành phố Utsunomiya (UIP)
Biên tập: Hiệp hội giao lưu quốc tế Thành phố Utsunomiya NPO (UCIA)
Tel. 028-616-1563
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp
Tầng 5, Omotesando Square Utsunomiya 4-1-1 Phố Baba, thành phố Utsunomiya

Số 229
Phát hành ngày 10/10/2026

Mục lục Trang 2: Cách ho kéo dài đó liệu có phải là triệu chứng của bệnh Lao?
Trang 3: Tổ chức lễ mừng cho các em bé 3,5,7 tuổi. Các điểm ngắm lá đỏ đẹp ở Utsunomiya, Tuần lễ ẩm thực Utsunomiya...
Trang 4: Phỏng vấn Anh Furqon tới từ Indonesia, các dịch vụ của Trung tâm giao lưu quốc tế

Cách phân loại rác tài nguyên sẽ thay đổi từ tháng 4 năm 2027

Từ trước tới nay, các loại rác nhựa mà thành phố Utsunomiya thu gom chỉ là các loại bao bì, hộp đựng làm từ nhựa. Từ tháng 4 năm 2027 trở đi, các loại "sản phẩm từ nhựa" đều được thu thập. Để giảm thiểu rác thải, rất mong nhận được sự hợp tác của tất cả người dân.



⇒ Rác thải nhựa mới thuộc đối tượng được thu gom phải là 100% làm từ nhựa. Những sản phẩm từ nhựa nhưng lẫn cả kim loại hoặc cao su thì vẫn không được thu gom.
⇒ Những đồ nhựa bị dính dầu mỡ hoặc đất, bẩn thì rửa sạch rồi hãy đưa đi thu gom.
Nếu để bẩn thì sẽ không được thu gom.

【Mọi chi tiết xin liên hệ】Ban giảm thiểu rác thải ☎028-632-2413

Khi đi làm thủ tục theo nhóm từ 5 người trở lên tại Shiyakusho, hãy đặt trước!

Khi tới Utsunomiya Shiyakusho làm thủ tục chuyển địa chỉ...mà đi theo đoàn từ 5 người trở lên thì hãy đăng kí trước qua chức năng đăng kí trên trang chủ của thành phố. Hãy đăng kí trước 4 ngày so với ngày tới làm việc. Nếu không đăng kí trước sẽ phải xếp hàng chờ đợi rất lâu.

- Ngày thứ: Từ thứ 2 tới thứ 6
  (Thứ 2 hoặc các ngày sau ngày nghỉ thường có xu hướng đông)
- Thời gian: 9:00～16:00
  (Lưu ý không thể đặt lịch vào khoảng thời gian từ 12:00～13:00 giờ)
- Địa điểm: Utsunomiya Shiyakusho, Bộ phận tiếp dân. (Các bộ phận một cửa tại ngoài Shiyakusho không thực hiện đăng kí trước được.)

Hãy đăng kí bằng mã QR sau

【Lưu ý】

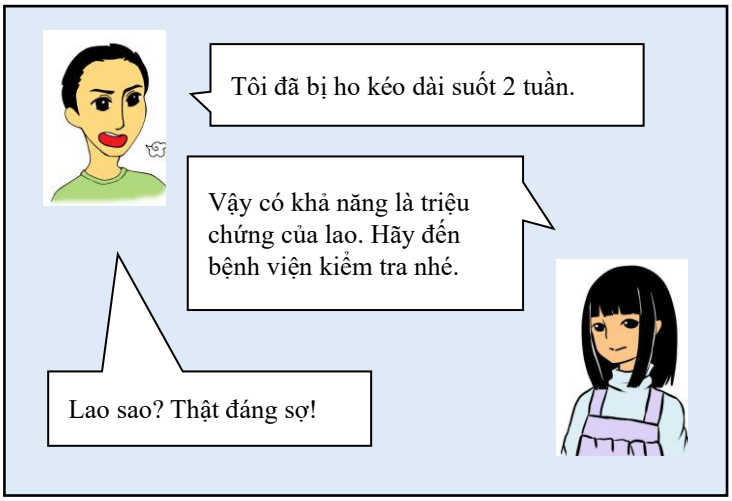
・Khi tới làm thủ tục trực tiếp, hãy mang Thẻ lưu trú và hộ chiếu (Trường hợp khi nhập cảnh không có đóng dấu của hải quan, hãy mang vé máy bay xác định được ngày nhập cảnh tới để làm thủ tục.)
・Khi uỷ quyền cho người đại diện tới làm thủ tục, thì người đại diện cần mang hồ sơ cụ thể, xác định được tên, địa chỉ và mang theo giấy uỷ quyền tới làm thủ tục.
・Khi tới Shiyakusho vào ngày đã đăng kí, hãy tới máy phát thứ tự làm thủ tục, ấn nút "Đã đăng kí" để nhận số thứ tự làm thủ tục và tới quầy gặp cán bộ hành chính.

【Mọi chi tiết xin liên hệ】Bộ phận Dân chính - Nhóm Quản lý Cư trú ☎028-632-2271

Thông tin cuộc sống

Cách ho đó, liệu có phải Lao?

～Những điều lưu ý để sống khoẻ mạnh tại Nhật Bản～



■ Lao là căn bệnh như thế nào？

Lao là căn bệnh viêm nhiễm, chủ yếu ở phổi, do vi khuẩn lao gây ra. Bệnh khởi phát với các triệu chứng giống như cảm lạnh.

■ Bệnh lao lây truyền qua đường không khí.

Khi người mắc bệnh lao phổi đang đào thải vi khuẩn ho hoặc hắt hơi, vi khuẩn sẽ phát tán vào không khí; nếu người khác hít phải chúng thì sẽ bị lây nhiễm.

■ Hãy đến bệnh viện kiểm tra khi có những triệu chứng sau đây.

Nếu bạn bị ho, có đờm, sốt nhẹ hoặc cảm thấy mệt mỏi kéo dài hơn hai tuần, hãy đến bệnh viện để kiểm tra xem có mắc bệnh lao hay không. Nếu bệnh lao trở nên nghiêm trọng, bạn sẽ cần phải nhập viện điều trị trong thời gian dài. Việc đi khám sớm là rất quan trọng để ngăn chặn bệnh trở nặng và tránh lây lan sang gia đình hay bạn bè.

■Làm thế nào để điều trị？

Bệnh lao có thể được chữa khỏi nếu uống đều đặn các loại thuốc theo chỉ định mỗi ngày trong khoảng 6 tháng. (Ngoài ra còn có chế độ hỗ trợ chi phí điều trị bệnh lao tại bệnh viện).

■Khi gặp khó khăn, hãy tham khảo ý kiến của Trung tâm Y tế cộng đồng tại nơi mình đang sống.

Tại các trung tâm y tế cộng đồng ở Nhật Bản, các chuyên gia y tế (nhân viên y tế chuyên trách) sẽ đến thăm hỏi và tư vấn, đồng thời hỗ trợ để người bệnh được điều trị đúng cách và chữa khỏi bệnh lao.

「Khi có lo lắng hãy trao đổi! Chúng tôi có thể tư vấn, trả lời bằng nhiều ngôn ngữ khác nhau.
※Các ngôn ngữ có thể đáp ứng (14 ngôn ngữ)

Nguồn: Hiệp hội Phòng chống Lao (Tổ chức Tài chính Công ích)

【Mọi chi tiết xin liên hệ】 Trung tâm Y tế Thành phố Utsunomiya – Phòng Y tế Dự phòng – Nhóm Phòng chống Bệnh truyền nhiễm ☎028-626-1115

Sự kiện vui vẻ ♫♪

Salon giao lưu quốc tế♪

🕒 Ngày 24 tháng 10 (T7) 16:00～18:00

Thứ 7 tuần 4 hàng tháng

☺ Là sự kiện giao lưu vui vẻ với nhiều người từ quốc gia trên thế giới.

¥ Miễn phí

@ Trung tâm giao lưu quốc tế thành phố Utsunor

☎ (4-1-1-5F Phố Baba)

028-616-1563

Tổ chức lễ cho các em bé 3,5,7 tuổi

🕒 Ngày 8 tháng 11(CN) 13:30～16:30

☺ Trải nghiệm sự kiện truyền thống của Nhật Bản để chúc mừng các em bé lên 3, lên 5, lên 7 tuổi.

¥ Bố mẹ: 1,000 yên・ trẻ em: 300 yên (tiền quần áo lễ phục)

Số lượng 15 người

@ Trung tâm giao lưu quốc tế thành phố Utsunomiya (Tầng 5, sô 4-1-1, phố Baba)

Đăng kí Hiệp hội giao lưu quốc tế thành phố Utsunomiya

☎028-616-1870

Email: ucia@ucia.or.jp

Các điểm ngắm lá đỏ đẹp ở Utsunomiya

	Công viên trung ương tỉnh Tochigi	Chùa Oya	Viện bảo tàng Utsunomiya
Vẻ đẹp nổi bật	Có thể cùng lúc thưởng thức vẻ đẹp của hồ nước mang phong cách Nhật - Âu cùng sắc lá thu rực rỡ của nhiều loài cây phong phú.	Sự tương phản giữa cây cầu đỏ và sắc lá mùa thu tạo nên một khung cảnh tuyệt đẹp. Những điểm nhấn tại đây bao gồm bức tượng Quan Âm Hòa Bình khổng lồ cùng nhiều bức tượng đá khác.	Bạn có thể đồng thời thưởng thức nghệ thuật, văn hóa và sắc lá thu tuyệt đẹp trong khu vườn rộng lớn.
Thời điểm	Giữa tháng 11～ đầu tháng 12	Đầu tháng 11～ giữa tháng 11	Đầu tháng 11～cuối tháng 11
Địa chỉ	2-50 Mutsumicho	1198 Oyamachi	1077 Nagaokacho
Bãi đỗ xe	Bãi đỗ xe miễn phí	Bãi đỗ xe có phí (Miễn phí cho khách lễ chùa)	Bãi đỗ xe miễn phí

Hội trợ về giáo dục dinh dưỡng Utsunomiya

🕒 Ngày 25 tháng 10 (Chủ nhật) 10:00～15:00

☺ ・Sự kiện trên sân khấu
Cuộc thi nấu các món ăn với Cà chua
・Các quầy hàng (Booth)
Các booth trải nghiệm và thưởng thức thực phẩm
・Quầy đóng dấu♪

@ Vòm đèn khổng lồ (light cube, đồi đèn chum Miya)

☎ Văn phòng Ủy ban Thực hiện Hội chợ Giáo dục Dinh dưỡng Utsunomiya.
Tel: 028-626-1128

Trung tâm khuyến học Kita Shougai

🕒 Ngày 24 tháng 10 (T7)11:30～16:00

☺ ・Triển lãm các tác phẩm của tổ chức khuyến học
・Cửa hàng mô phỏng
・Biểu diễn văn nghệ...

@ Trung tâm phúc lợi Tochigi
(1-10-6 Wakakusa)

☎ Trung tâm khuyến học Kita shougai
028-621-7745

Phỏng vấn

Anh Furqon đến từ Indonesia

Cùng lắng nghe những chia sẻ từ anh Furukon tới từ Indonesia về lý do anh sang Nhật, cuộc sống của anh hiện nay, những nét đặc trưng của Indonesia và thành phố Malang, cũng như những điều anh trân trọng và những dự định trong thời gian tới.

Halo, Rek! (Nghĩa là xin chào trong tiếng Vaja)

UCIA: **Anh Furqon đến Nhật Bản khi nào?**

FURQON: Tôi đã đến Nhật Bản cách đây vài năm. Tại Indonesia, 90% số ô tô là xe Nhật, và tôi cho rằng xe Nhật có chất lượng và kỹ thuật vượt trội. Tôi cũng nghe nói người Nhật luôn tuân thủ quy tắc và trân trọng con người, nên tôi đã quyết định tìm kiếm cơ hội việc làm và đến Nhật.

UCIA: **Khi tới Nhật anh thấy thế nào?**

FURQON:Sau khi đến Nhật Bản, tôi đã dành 6 tháng để học tiếng Nhật và tham gia khoá học việc. Nhờ đó, tôi đã có thể bắt đầu làm việc với tư cách là kỹ sư thiết kế cơ khí và hiện đang làm việc với vai trò kỹ sư thiết kế hệ thống điều khiển. Trong thời gian khả năng tiếng Nhật còn hạn chế, cấp trên đã tận tình chỉ bảo. Tôi đang được làm việc trong một môi trường rất tốt.

UCIA: **Anh có giao lưu với hàng xóm, bạn bè không?**

FURQON: Tôi sống cùng gia đình trong một khu căn hộ. Tôi thường trò chuyện với những người hàng xóm sống cùng tòa nhà; ngoài ra, có một bà cụ sống gần đó rất tốt bụng và luôn quan tâm, chu đáo với tôi.

UCIA: **Indonesia là một đất nước như thế nào?**

FURQON:Indonesia có 17.000 hòn đảo, là nơi sinh sống của nhiều dân tộc và có khoảng 700 phương ngữ. Ngôn ngữ chung là tiếng Indonesia, nhưng ở quê tôi, mọi người nói tiếng Java.

UCIA: **Quê hương của anh Furqon là ở đâu?**

FURQON: Jawa thành phố Malang trên đảo Java. Malang là một nơi có khí hậu mát mẻ. Thành phố này có nhiều công trình kiến trúc lịch sử được xây dựng từ thời thuộc địa Hà Lan, biển và núi non tuyệt đẹp, cùng rất nhiều trường đại học.

UCIA: **Những điều anh đang trân trọng là gì?**

FURQON:Từ khi đến Nhật, tôi bắt đầu quan tâm đến những người xung quanh và luôn trân trọng tinh thần biết quan tâm, thấu hiểu người khác.

UCIA: **Những điều anh dự định làm trong thời gian tới là gì?**

FURQON:Tôi muốn được học hỏi thêm về các công nghệ tiên tiến và đóng góp cho thế giới. Ngoài ra, tôi muốn đến thăm Hokkaido, Tottori và Kyoto.

UCIA: **Anh Furqon, Suwun!** (Xin cảm ơn)

Các dịch vụ của Trung tâm quốc tế thành phố Utsunomiya（**UIP**）

Tư vấn tổng hợp nhiều ngôn ngữ

※ Chúng tôi sử dụng máy biên – phiên dịch để đáp ứng các ngôn ngữ ngoài các thứ tiếng

		Tiếng TBN	Tiếng BĐN	Tiếng Việt	Tiếng Trung	Tiếng Thái	Tiếng Anh
U I P ☎028-616-1564	15:00-18:00	Thứ 2	Thứ 2 tuần 1, tuần 3		Thứ 3	Thứ 4	Thứ 6
		Chủ nhật tuần 4（Theo lịch hẹn）					
Shiyakusho ☎028-632-2834 （Theo thời gian quy định）	9:00-12:00	Thứ 5		—	—	—	Thứ 5
	14:00-17:00	Thứ 5		Thứ 5 tuần 2	Thứ 5 tuần 3	Thứ 5 tuần 1	—

Người cung cấp minh hoạ: Kaneko Saya, Usui Yurika, Nemoto Natsuki

Công khai UCIA LINE

Line UCIA chia sẻ thông tin về các sự kiện giao lưu thú vị cũng như các thông tin hữu ích cho cuộc sống. Hãy kết bạn với chúng tôi để cập nhật những thông tin này nhé.

Báo "Ơ~i" được phát hành bằng tiếng Nhật đơn giản, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Thái và tiếng Việt. Quý độc giả cũng có thể xem nội dung này trên trang web của Hiệp hội Giao lưu Quốc tế thành phố Utsunomiya (UCIA): https://www.ucia.or.jp