

# Sổ tay sinh hoạt-phòng chống thiên tai dành cho người nước ngoài

がいこくじん      せいかつ      ぼうさい  
- 外国人のための生活・防災ハンドブック -



## ■ Mở đầu

■はじめに

ようこそ大泉町へ。

## Chào mừng bạn đến huyện Oizumi!

この本は、大泉町に住んでいる外国人の皆さんが、より安心で快適な生活を送れるように作ったものです。この本に書いてあることをよく読んで、日本のルールやマナーについて学びましょう。

Cuốn sách đã được biên soạn để giúp người nước ngoài sống ở thị trấn Oizumi sống một cuộc sống thoải mái hơn. Đọc những điều được liệt kê trong cuốn sách này một cách cẩn thận để tìm hiểu về các quy tắc, quy định và cách cư xử xã giao ở Nhật Bản.

**【大泉町多文化共生コミュニティセンター】**

### 【 Trung tâm cộng đồng sống đa văn hóa huyện Oizumi】

ここでは、外国人の皆さんに生活に必要な情報を提供したり、相談を受けたりしています。生活の中で困ったことがあれば、相談に来てください。

Tại đây chúng tôi cung cấp thông tin cần thiết và tiếp nhận tư vấn liên quan đến đời sống của người nước ngoài. Nếu bạn gặp khó khăn trong đời sống, hãy đến đây để được tư vấn.

場所：群馬県邑楽郡大泉町吉田 2011-1

時間：8:30~18:30

Tel: 0276-62-6066

Địa điểm: 2011-1 Yoshida, Oizumi-machi, Oura-gun, Gunma-ken

Thời gian: 8:30-18:30

Tel: 0276-62-6066

言葉：ポルトガル語の通訳があります。その他の言葉は翻訳機を使ってお話しします。

Ngôn ngữ: có người phiên dịch tiếng Bồ Đào Nha. Các ngôn ngữ khác chúng tôi sử dụng máy phiên dịch để nói chuyện.

## Mục lục

### 目次

#### 暮らしのマナー編

### Nghi thức xã giao trong lối sống hàng ngày (P4-7)

自治会に入りましょう

1 Tham gia Hiệp hội cộng đồng địa phương ..... (P4)

音

2 Tiếng động ..... (P5)

ごみの出し方

3 Cách bỏ rác ..... (P5)

交通ルールやマナー

4 quy tắc giao thông và cách cư xử ..... (P6)

ペット

5 Con vật nuôi ..... (P7)

#### 知っておくと役に立つ制度編

### Phần chế độ hữu ích cần biết ..... (P8-19)

税金

1 Tiền thuế ..... (P8)

子育て・教育

2 Nuôi con, giáo dục ..... (P10)

健康保険・年金

3 Bảo hiểm y tế, bảo hiểm xã hội ..... (P13)

防災

4 Phòng chống thiên tai ..... (P15)

## ■ Để tất cả cùng sống thoải mái

■ みんなで快適に生活するために

日本で暮らしていくためには、色々なルールやマナーを守る必要があります。外国人の皆さんにとっては、戸惑うことも多いかもしれませんが、町からのお知らせを見たり、近所の人たちや友だちなどに教わりながら、ルールを守るようにしましょう。

Để sinh sống tại Nhật Bản, bạn cần tuân theo nhiều quy định, phép tắc công cộng. Người nước ngoài có thể gặp nhiều điều lúng túng nhưng các bạn hãy xem thông báo của huyện, nghe theo sự hướng dẫn của hàng xóm hay bạn bè để tuân theo các quy định.

自治会に入りましょう

## 1 Tham gia Hiệp hội cộng đồng địa phương



自治会は、地域に住む人たちが清掃や防災訓練、住んでいる人たち同士の交流のためのイベントなどを行っている会です。

Hiệp hội cộng đồng địa phương là một nhóm người sống trong cộng đồng; họ tiến hành các hoạt động làm sạch, tham gia vào các cuộc thực tập thiên tai, và tổ hợp các sự kiện tương tác giữa những người sống ở đó.

近所の人たちが出し合ったお金で活動しています。

Tổ hoạt động bằng tiền phí do người dân đóng góp.

自治会に入ると、町からのお知らせなどが届くようになります。

Gia nhập hội tổ dân phố, bạn sẽ nhận được thông báo vv.. từ chính quyền huyện.

もしもの時、地域のひとと助け合えるよう、自治会には必ず入りましょう。

Hãy chắc chắn tham gia vào Hiệp hội cộng đồng địa phương để bạn có thể giúp đỡ lẫn nhau với những người trong cộng đồng của bạn trong trường hợp khẩn cấp.

おと音

## 2 Tiếng động



日本では家と家の距離が近いので、大きな音は近所の人々の迷惑になりますので、お互いに気をつけましょう。

Ở Nhật Bản nhà cửa xây rất sát kề nhau, vì vậy gây tiếng động lớn sẽ làm phiền hàng xóm. Các bạn hãy chú ý không làm ồn.

ごみの出し方

## 3 Cách bỏ rác

大泉町では、家庭から出るごみを「燃えるごみ」「燃えないごみ」「資源ごみ」の3種類に分別して、決められたごみ捨て場に出すルールがあります。

Thị trấn Oizumi quy định rằng mọi người nên phân loại rác thải gia đình thành ba loại: rác dễ cháy, "rác không cháy và" rác có thể tái chế "và bạn phải đặt rác tại trạm được chỉ định.

ごみの種類によって、集める曜日が決まっています。ごみ収集カレンダーで収集日を確認をして、当日の朝8時30分までに出示しましょう。

Ngày thu gom rác được xác định bởi loại chất thải. Vui lòng xác nhận ngày thu gom được chỉ định trong lịch thu thập và đưa nó vào nhà ga trước 8:30 sáng cùng ngày.

収集日ではない日や、収集日の前日の夜にごみを出してはいけません。

Đừng bỏ rác vào những ngày không được chỉ định là ngày thu gom và vào đêm trước ngày thu gom.

ソファやベッドなどの大きなごみは、収集できません。自分で清掃センターに持って行きましょう。

Rác kích thước lớn như ghế sofa hoặc giường vv... sẽ không được thu gom. Bạn hãy tự mang đến trung tâm vệ sinh xử lý rác.

また、家電製品（テレビ、洗濯機、冷蔵庫、エアコン）はごみとして出せません。業者において、リサイクル料を払って回収してもらいましょう。

Bạn không được vứt các loại đồ điện (tivi, máy giặt, tủ lạnh, điều hòa) ra bãi rác sinh hoạt. Bạn hãy gọi doanh nghiệp thu gom, trả tiền phí tái chế rác để họ thu gom giúp.

## 交通ルールやマナー

# 4 quy tắc giao thông và cách cư xử

車を運転するときはしっかりと交通ルールを守りましょう。無免許での運転やお酒を飲んだら運転は絶対にしてはいけません。

Hãy tuân thủ luật lệ giao thông khi bạn lái xe. Tuyệt đối không lái xe khi không có bằng lái hay lái xe khi uống rượu bia.

また、事故に備えて、任意保険に加入しておきましょう

Hãy mua bảo hiểm tùy chọn để phòng trường hợp sự cố xảy ra.

自転車も車両のひとつです。暗くなったら必ずライトをつける、お酒を飲んだら運転しないなど、ルールを守りましょう。

Xe đạp cũng là một loại phương tiện. Hãy tuân thủ luật lệ giao thông như bật đèn khi đi xe đạp trời tối, không đi xe đạp khi uống rượu vv...

また、自転車を運転する人のための保険もあります。

Có loại bảo hiểm dành cho người đi xe đạp.

## ペット

### 5 Con vật nuôi

犬を飼うときは町に登録の届出をし、毎年、狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。

Khi bạn nuôi chó bạn phải đăng ký với chính quyền huyện, hàng năm bạn phải cho chó đi tiêm phòng bệnh dại.

散歩のときなどはペットのフンは必ず持ち帰って処分しましょう。

Khi cho chó đi dạo bạn phải mang phân chó về nhà xử lý.

一度ペットを飼い始めたら家族の一員として最後まで面倒を見ましょう。

Một khi bạn có thú cưng, hãy chăm sóc thú cưng của bạn như một thành viên trong gia đình cho đến khi nó chết.



し 知っておくと役に立つ制度編

## Phần chế độ hữu ích cần biết

ぜいきん  
税金

### 1 Tiền thuế



ぜいきん は皆さんの生活をより良くするために使われている大切なお金ですので、必ず納めましょう。

Tiền thuế là số tiền quan trọng được sử dụng cho cuộc sống của mọi người tốt đẹp hơn, bạn nhất định phải đóng thuế đầy đủ.

ぜいきん はらえないときは、そのままにせず、すぐに役場に相談に行きましょう。

-Khi không trả được tiền thuế, bạn đừng để yên như vậy mà hãy xin tư vấn ngay với tòa thị chính huyện.

【会社をやめたとき】

【 Khi nghỉ việc công ty 】

昨年分の住民税が残っている場合、残りをまとめて最後の給与から控除してもらい会社に納めるか、自分で残りの分を役場に支払います。

Trường hợp còn nợ thuế thị dân của năm ngoái, bạn hãy đóng góp số thuế còn lại cho công ty khấu trừ từ tháng lương cuối cùng, hoặc bạn đi nộp số thuế còn lại trực tiếp cho tòa thị chính huyện.

【帰国するとき】

【 Khi về nước 】

納める必要がある住民税や国民健康保険税などが残っている場合がありますので、全額納めてください。

Có thể còn lại thuế cư trú và thuế bảo hiểm y tế quốc gia mà bạn cần phải trả, vì vậy vui lòng thanh toán đầy đủ..



**税金を納めないとうなるか**

### 【 Nếu không đóng thuế bạn sẽ thế nào 】

税金を期限までに納めないと、延滞金などが加算されたり、給与などが差し押さえられたりすることもあります。

**Nếu bạn không đóng thuế đúng kì hạn, bạn sẽ bị tính thêm tiền phạt trì hoãn thuế, và bị khấu trừ trực tiếp từ lương.**

**確定申告**

### 【 kê khai xác định thuế 】

毎年2月16日から3月15日は、確定申告の期間です。

**Thời kỳ kê khai xác định thuế hàng năm từ ngày 16 tháng 2 đến ngày 15 tháng 3.**

確定申告とは、前の年1年間の所得と、それにかかる税金を計算して、税務署に申告書を提出することです。

**Kê khai xác định thuế là việc tính toán thu nhập một năm trước đó và thuế đánh vào thu nhập đó rồi nộp tờ kê khai xác định cho cơ quan thuế sở tại.**

自営業の人や二つ以上の会社から給料をもらっている人、マイホームを購入した人は、自分で申告を行う必要があります。

**Những người tự kinh doanh, những người nhận lương từ hai công ty trở lên, những người mua nhà riêng phải tự mình kê khai xác định thuế.**

申告は必ず行いましょう。

**Bạn nhất định phải kê khai xác định thuế.**

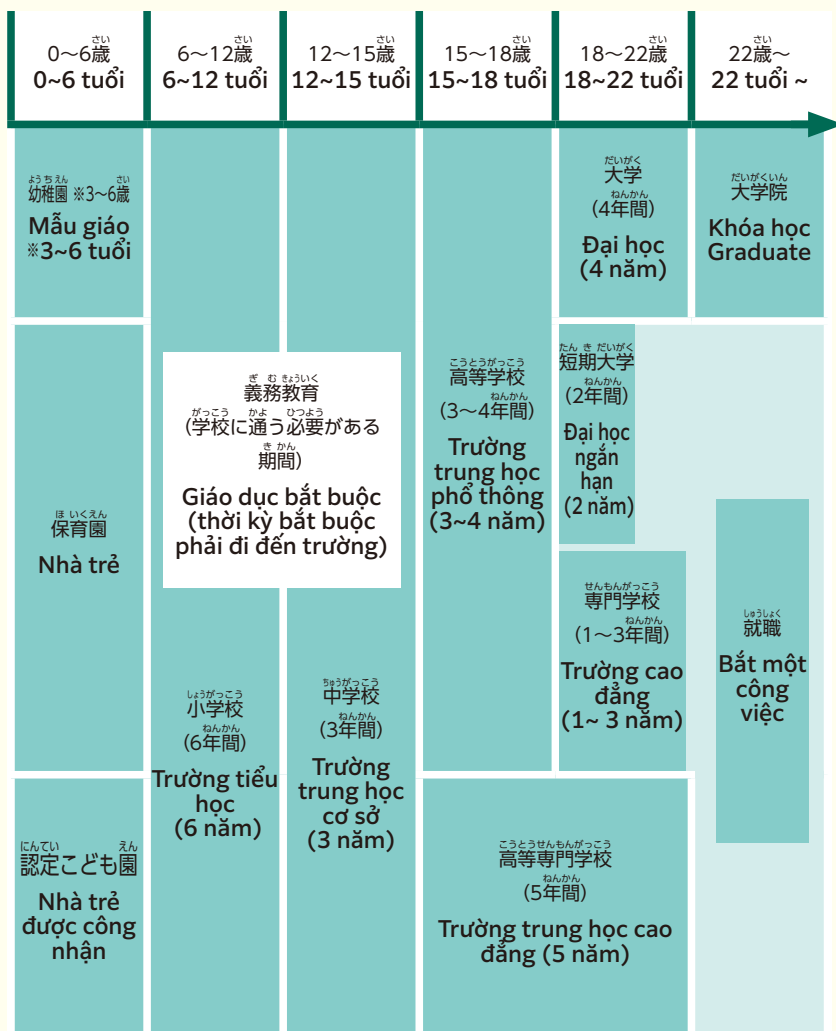


## 2 Nuôi con, giáo dục



にほんのきょういく けいいくのせいど  
日本の教育・保育の制度

### Chế độ giáo dục, mẫu giáo tại Nhật Bản



外国人の子もたちは、就学の義務はありませんが、本人と親の希望があれば入学することができます。子どもたちの将来のため、子どもに同じ環境で継続して教育を受けさせましょう。

Trẻ em nước ngoài không bắt buộc phải đi học trên cơ sở bắt buộc, nhưng họ có thể vào trường nếu trẻ em và cha mẹ muốn, cho tương lai của trẻ em, đó là mong muốn rằng họ tiếp tục nhận được giáo dục trong môi trường tương tự.

公立小中学校では、授業料はかかりませんが、給食費や教材費などは親が支払う必要があります。

Trường tiểu học và cơ sở công lập không tính học phí, nhưng phụ huynh phải trả tiền ăn trưa và tài liệu giảng dạy.

子どもを学校に通わせるためにはとてもお金がかかりますので、早いうちから準備しておきましょう。

Cho con em đi học rất tốn kém vì vậy bạn hãy chuẩn bị tiền từ sớm.

また、子どもがより良い学校生活を送るためには、本人はもちろん、親も日本語を勉強することがとても大切です。

Thêm nữa để trẻ em có một đời sống học đường tốt, không chỉ bản thân trẻ mà cả phụ huynh cũng cần phải học tiếng Nhật.

## 母子・健診

### Khám sức khỏe · mẹ con

妊娠したときは、すぐに役場に相談しましょう。

Khi bạn có thai, hãy đến ngay tòa thị chính huyện để được tư vấn.

母子健康手帳は、病院に行くとき必要になりますので、必ずもらって、大切に保管しましょう。

Kể từ khi Cẩm nang sức khỏe bà mẹ và trẻ em là cần thiết để đi gặp bác sĩ (trong một phòng khám hoặc bệnh viện), bạn nên có nó được phát hành và lưu giữ ở một nơi an toàn.

子どもが生まれる前の妊婦健診や、生まれた後の乳幼児検診や予防接種はとても大切です。

子どもの健康のために必ず受けましょう。

Nó là rất quan trọng để có một kiểm tra mang thai trước khi đứa trẻ được sinh ra và để nhận được một trẻ sơ sinh kiểm tra

và tiêm chủng sau khi sinh.

Hãy chắc chắn để có một kiểm tra sức khỏe cho sức khỏe của con bạn.

じどうてあて じどうふようてあて  
児童手当・児童扶養手当

### Trợ cấp trẻ em, Trợ cấp nuôi con

児童手当は、日本に住む15歳までの子どもを持つ保護者に支給されるものです。

Tiền trợ cấp nhi đồng được cấp cho những người nuôi dưỡng trẻ em dưới 15 tuổi sinh sống tại Nhật Bản.

児童扶養手当は、ひとり親世帯で、18歳までの子どもを持つ父母や養育者に支給されるものです。

Tiền trợ cấp nuôi dưỡng nhi đồng được cấp cho cha mẹ hoặc người nuôi dưỡng trẻ dưới 18 tuổi trong gia đình cha hoặc mẹ đơn thân.

じどうてあて じどうふようてあて じゆきゅう ひと まいとし かい げんきょうとび だいしほつ  
児童手当や児童扶養手当を受給している人は、毎年1回、現況届を提出しなければなりません。

げんきょうとび だいしほつ てあて う  
現況届を提出しないと手当を受けることができなくなります。

Người nhận trợ cấp nhi đồng hay trợ cấp nuôi dưỡng nhi đồng phải xuất trình giấy khai báo tình trạng hiện tại 1 lần hàng năm. Nếu không nộp giấy khai báo tình trạng hiện tại, người đó sẽ không được nhận trợ cấp nữa.



## 3 Bảo hiểm y tế, bảo hiểm xã hội



けんこう ほけん  
健康保険

### Bảo hiểm y tế

3か月より長く日本に住む資格がある人は、必ず健康保険に加入しなければなりません。病気やケガをしたときに、健康保険に入っていないと、病院で多額の治療費を払わなければならなくなります。

Người có tư cách lưu trú ở Nhật từ 3 tháng trở lên nhất thiết phải gia nhập bảo hiểm y tế. Khi bạn bị đau ốm thương tật nếu bạn không đóng bảo hiểm y tế bạn sẽ phải trả chi phí điều trị vô cùng cao tại bệnh viện.

健康保険には、会社などの健康保険と国民健康保険があり、会社などの健康保険に加入していない人は、国民健康保険に加入しましょう。

Có hai loại bảo hiểm y tế, đó là bảo hiểm được hỗ trợ bởi công ty và bảo hiểm y tế quốc gia, và những người không có bảo hiểm y tế do công ty cung cấp nên tham gia bảo hiểm y tế quốc gia.

国民健康保険では、次のようなときは役場で手続きが必要です。

Đối với bảo hiểm y tế quốc dân, bạn phải làm thủ tục tại tòa thị chính huyện trong các trường hợp sau.

■国民健康保険に加入するとき

Khi gia nhập bảo hiểm y tế quốc dân

■加入している人が亡くなったとき

Khi người gia nhập bảo hiểm chết đi

■加入している人に子どもが生まれたとき

Khi một đứa trẻ được sinh ra cho hội viên

■ 他たの市町村しちやうそん てんしゆつへ転出てんしゆつまたは帰国きこくするとき

**Khi bạn chuyển sang một đô thị khác hoặc trở về quê nhà**

■ 会社かいしやなどの健康保険けんこうほけんに加入かにゆうしたときや会社かいしやなどの健康保険けんこうほけんを抜けるぬとき

**Khi gia nhập bảo hiểm y tế của công ty hoặc rút khỏi bảo hiểm y tế của công ty**

年金

## Kế hoạch lương hưu

高齢こうれいになったり、ケガけがをして障害しょうがいが残のこって働けなくなった時はたらなどに、お金かねを支給しきゆうするための制度せいどです。

Lương hưu là một hệ thống để cung cấp tiền khi bạn trở thành cũ, bị thương, và không thể làm việc do khuyết tật.

外国人がいこくじんでも、3か月げつより長く日本にほんに滞在たいざいする20~60歳さいの人は加入かにゆうしなければなりません。

Người nước ngoài, ở Nhật bản lâu hơn ba tháng và trong độ tuổi từ 20 và 60 phải gia nhập hệ thống lương hưu.

65歳さい以上の人がもらえる老齢年金ろうれいねんきんは最低さいてい10年間ねんかん加入かにゆうしている必要があるなど、支給しきゆうには条件じょうけんがあります。

Người 65 tuổi trở lên để được nhận bảo hiểm xã hội cho người cao tuổi phải đạt điều kiện như đóng bảo hiểm xã hội ít nhất 10 năm trở lên vv...

また、6か月げつ以上いじょう保険料ほけんりょうを納めた外国人がいこくじんが帰国きこくした場合ばあい、2年ねん以内いであれば脱退一時金だつたいいちじきんの請求せいきうができます。

Ngoài ra, nếu một người nước ngoài đã trả phí bảo hiểm trong hơn sáu tháng, khi trở về quê nhà của mình, họ có thể yêu cầu một khoản phí rút tiền trong vòng hai năm kể từ ngày rút.

## 4 Phòng chống thiên tai



日本は地震や台風などの災害が多い国です。災害はいつどこで起きるか分かりませんので普段から備えておくことが大切です。

Nhật Bản là quốc gia nhiều thiên tai như động đất, bão vv... Thiên tai có thể xảy ra bất cứ lúc nào nên bạn cần chuẩn bị sẵn sàng từ lúc bình thường.

### 準備

#### Chuẩn bị

災害が起きたときのために、普段から準備や情報収集をしておきましょう。

Hãy chuẩn bị và thu thập thông tin trước từ lúc bình thường để phòng khi thiên tai xảy ra.

3日分くらいの食べもの、飲みものや、懐中電灯、薬などは、いつでも持ち出せるようまとめて袋に入れておきましょう。

Để đáp ứng các nhu cầu trong khoảng ba ngày, bạn nên đóng gói thực phẩm, uống, đèn pin, thuốc, vv trong một túi mà bạn có thể lấy nó ra bất cứ lúc nào.

また、家の近くの避難所の場所を確認しておきましょう。

Thêm nữa, hãy xác nhận trước địa điểm trại lánh nạn gần nhà mình.



## Thông tin

じしん おおあめのお 地震や大雨が起きたときには、まずじょうほう あつ 情報を集めましょう

**Khi động đất hay mưa lớn xảy ra, trước tiên hãy thu thập thông tin**

- ・テレビやラジオ、インターネットなどでかくにん 確認する

**Xác nhận từ tivi, radio, internet vv...**

- ・ぼうさい 防災マップをみる

**Xem bản đồ phòng chống thiên tai**

- ・にほんご 日本語が分かる友だちにれんらく 連絡する

**Liên lạc với bạn bè biết tiếng Nhật**

また、たぶん かきょうせい 多文化共生コミュニティセンターのホームページでは、さいがい お 災害が起きたとき、ひなん 避難するためのじょうほう 情報を多言語で出しています。

**Thêm nữa, trang chủ của Trung tâm cộng đồng sống đa văn hóa có đưa thông tin nhiều thứ tiếng để lánh nạn khi thiên tai xảy ra.**





## Lánh nạn

さいがい お じ ぶん み まち じ ちたい じょうほう じたが ひなん  
災害が起きたときは自分の身を守るために、自治体などの情報に従い、避難しましょう。

**Khi thiên tai xảy ra để giữ tính mạng bản thân bạn hãy tuân theo thông tin của chính quyền huyện và đi lánh nạn.**

### じしん お 地震が起きたときは

Trong trường hợp có một thảm họa, để tự bảo vệ mình, hãy theo các thông tin của chính quyền địa phương, vv, trước khi di tản.

おお じしん お じょう ぶ つくえ した み かく  
大きな地震が起きたときは、まずは丈夫な机などの下に身を隠しましょう。

**Xảy ra một trận động đất: Khi một trận động đất lớn xảy ra, lần đầu tiên ẩn mình dưới một bàn vững chắc.**

とびら ひら だっしゅつこう かく ほ  
扉がゆがんで開かなくなってしまうこともあるので、脱出口を確保しておきましょう。

**Có trường hợp cửa bị cong vênh không mở được, vì vậy bạn hãy đảm bảo đường thoát ra.**

きゅう そと と だ じ けん しゅう い たし ぶ ひなん  
急に外に飛び出すと危険ですので、周囲をよく確かめ、揺れがおさまってから避難しましょう。

**Kể từ khi nhảy đột ngột ở bên ngoài là nguy hiểm, bắt đầu di tản bằng cách kiểm tra xung quanh một cách cẩn thận, và chờ cho đến khi lắc giảm xuống, nếu cần thiết.**

きけん おちている ばあい 室内でも靴などを履いて動きましょう。

**Trong một số trường hợp, những điều nguy hiểm có thể rơi từ trên và nằm trên sàn nhà, mang giày khi di chuyển trong nhà.**

くるま なか くるま と せ ひなん かぎ  
車の中にいたときは、まず車を止めてエンジンを切りましょう。避難するときは鍵をつけたままにしておきましょう。

**Khi bạn đang ở trong ô tô, trước tiên hãy tắt động cơ, dừng xe lại. Khi đi lánh nạn hãy để nguyên chìa khóa trong xe.**

## Cấp độ cảnh báo

おおあめ ふ ととき さいがい きけん ど すうじ ずり  
大雨が降った時の災害の危険度を数字で表しています。

Những rủi ro của thiên tai trong trường hợp có mưa lớn được xếp hạng theo thứ tự số.



けいさつ しゅうぼう つうほう  
警察・消防への通報のしかた

Làm thế nào để báo cáo cho cảnh sát và sở cứu hỏa

いざという時のために警察・消防への連絡のやり方を覚えましょう

Tìm hiểu cách liên hệ với cảnh sát và sở cứu hỏa trong trường hợp khẩn cấp

じけん じご けいさつしよ  
事件、事故のとき：警察署 (Tel : 110)

Khi có sự cố, tai nạn: sở cảnh sát (ĐT: 110)

かじ びょうき しょうぼうしよ  
火事、ケガ、病気のとき：消防署 (Tel : 119)

Hỏa hoạn, thương tích, bệnh tật: sở cứu hỏa (ĐT: 119)





ベトナム語版

発行：大泉町役場企画部多文化協働課（大泉町多文化共生コミュニティセンター）

〒370-0523 群馬県邑楽郡大泉町吉田 2011 番地の 1

TEL / 0276-62-6066

HP / <http://www.oizumi-tabunka.jp/>

発行日：2020年2月



Cooperation in translation by JAPAN INTERNATIONAL COOPERATION CENTER(JICE)  
この本は、一般財団法人自治体国際化協会の助成により作成しました。