

# Contents

- 2 日本語版
- 4 Bản tiếng Việt [ベトナム語版]
- 6 中文版 [中国語版]
- 8 Bersyon sa Pilipino [フィリピン語版]
- 10 Edisi Bahasa Indonesia [インドネシア語版]
- 12 ฉบับภาษาไทย [タイ語版]
- 14 ភាសាខ្មែរ [カンボジア語版]
- 16 မြန်မာဘာသာ မူ [ミャンマー語版]
- 18 Монгол хэл дээрх хувилбар [モンゴル語版]
- 20 English Version [英語版]

## こくごのもり

小学低学年の児童を対象に国語の楽しさを知ってもらおうと、イラストを多用してつくった問題で「毎日小学生新聞」に長期連載。

©毎日小学生新聞 複製、転用はできません

答えはP22にあります。

# Bạn Của Thực Tập Sinh Kỹ Năng

Số mùa mùa thu, 10/2020

## Cách phòng chống Cúm mùa và bệnh dịch do vi-rút corona chủng mới

Hiện nay (tháng 8/2020) đại dịch do vi-rút corona chủng mới đang hoành hành nhưng tại Nhật Bản, từ tháng 12 đến tháng 3 hàng năm còn có dịch cúm mùa nữa và hàng năm có tới 10 triệu người nhiễm cúm mùa. Bệnh cúm mùa và bệnh COVID-19 do vi-rút corona chủng mới cũng đều là **bệnh truyền nhiễm**. Chúng tôi mong rằng các bạn thực tập sinh cũng hãy lưu tâm tới việc ngăn ngừa lây nhiễm. Chẳng may bị nhiễm thì điều quan trọng là làm sao để được điều trị thích hợp và không để lây nhiễm cho người khác.

**Cúm** cũng có những biểu hiện tương tự như bị cảm, nhưng đặc điểm để nhận biết là cơ thể cảm thấy ớn lạnh đột ngột và sau đó nhiệt độ cơ thể tăng cao. Trong khi đó, **bệnh COVID-19 do vi-rút corona chủng mới** gây ra có các triệu chứng như sốt, ho, khó thở, ớn lạnh, đau mình mẩy, đau họng, vị giác và khứu giác bất thường...







Đây là việc lây nhiễm từ người sang người, thông qua các hình thức lây nhiễm như: lây nhiễm qua giọt bắn (người bị nhiễm bệnh khi hắt hơi, ho... thì vi-rút sẽ bắn ra ngoài theo những giọt bắn nhỏ li ti và nhiễm vào người khác qua đường miệng hoặc đường mũi) hoặc lây nhiễm do tiếp xúc (người lây nhiễm khi hắt hơi hoặc ho dùng tay để che miệng, sau đó sờ, nắm vào những vật dụng xung quanh thì vi-rút sẽ bám vào những vật đó. Người khỏe mạnh khi sờ nắm vào những vật này thì tay sẽ dính vi-rút và sẽ bị lây nhiễm dù không tiếp xúc trực tiếp với người bệnh).

Để tránh cho bản thân không bị lây nhiễm chúng ta hãy lưu ý những điểm sau: Sau khi trở về nhà hoặc trước và sau khi nấu ăn hay rửa tay thật kỹ (hoặc dùng dung dịch sát trùng có cồn để sát trùng tay cũng rất hiệu quả), hoặc tránh đi tới những nơi có nhiều người hoặc các khu phố buôn bán có nhiều người tập trung, thực hiện “3 không”, tức là “không tới nơi không thông thoáng khí, không tụ tập đông người và không tiếp xúc gần”. Khi nói chuyện với người khác nên giữ khoảng cách nhất định và đeo khẩu trang. Để tránh lây nhiễm cho người khác chúng ta nên đeo khẩu trang. Khi ho hoặc hắt hơi, nếu không có khẩu trang nên dùng giấy mềm hoặc khăn mù xoa hoặc cánh tay áo để bịt mũi, miệng. Các chuyên gia cũng cho rằng khi nói to hoặc thở mạnh khi vận động cũng làm tăng nguy cơ lây nhiễm. Khi bị sốt hoặc bị khó thở nghiêm trọng, hãy nghỉ việc và tránh đi ra ngoài cũng như tham dự các sự kiện đông người. Trong bảng dưới đây có những thông tin cho ta thấy có người bị lây nhiễm nhưng không có biểu hiện và khiến người khác bị lây nhiễm (lây nhiễm không có biểu hiện). Đây là điểm mà chúng ta cần lưu ý đối với căn bệnh do vi-rút corona gây ra lần này.

Để tự bảo vệ mình cũng như tránh lây nhiễm cho đồng nghiệp ở chỗ làm, mong các bạn thực hiện những điểm lưu ý trên để phòng tránh lây nhiễm cúm mùa cũng như vi-rút corona nhé.

	Cúm mùa	Vi-rút corona chủng mới
<b>Giai đoạn ủ bệnh</b>	1~2 ngày	1~14 ngày (Trung bình 5,6 ngày)
<b>Lây nhiễm không triệu chứng</b>	10% người bị lây nhiễm không triệu chứng thì lượng vi-rút trong cơ thể ít	Có tới 60% người bị lây nhiễm không triệu chứng thì lượng vi-rút nhiều, khả năng lây nhiễm cao
<b>Thời gian phát tán vi-rút</b>	Từ 5~10 ngày (đa phần từ 5~6 ngày)	Có thể tìm thấy gien di truyền của vi-rút trong thời gian dài nhưng thời gian phát tán vi-rút có khả năng lây nhiễm là trong vòng 10 ngày
<b>Điểm đỉnh khi vi-rút phát tán</b>	Sau khi phát bệnh 2 hoặc 3 ngày	Trước khi phát bệnh 1 ngày
<b>Vắc xin</b>	Có vắc xin, nhưng hiệu quả thay đổi tùy năm	Đang trong quá trình nghiên cứu bào chế. Hiện chưa có vắc xin nào cả

Trích dẫn từ “Khuyến cáo của (Pháp nhân) Hiệp hội Nghiên cứu Bệnh truyền nhiễm Nhật Bản trong phòng chống bệnh cúm mùa và COVID-19 trong mùa đông năm nay”

<p><b>Tham khảo thêm tại các đường dẫn sau</b></p>	<p>“Bạn của Thực tập sinh”, bản điện tử:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Thông tin đời sống &gt; Thông tin liên quan đến vệ sinh – sức khỏe</li> <li>Đường dẫn của Sổ tay Thực tập sinh kỹ năng</li> </ul> <p></p> <p> Biện pháp đối phó cúm mùa (Văn phòng thủ tướng)  <a href="https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/influenza.html">https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/influenza.html</a></p>	<p>Về việc lây nhiễm vi-rút corona chủng mới (Hiệp hội Thực tập kỹ năng Quốc tế)</p> <p></p> <p>Giành cho người nước ngoài sống ở Nhật (Thông tin liên quan tới bệnh dịch do vi-rút corona chủng mới) (Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi)</p> <p></p> <p> Thông tin về bệnh dịch do vi-rút corona chủng mới (Bộ Y tế - Lao động và Phúc lợi)  <a href="https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html">https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html</a></p> <p> Vi-rút corona chủng mới (NHK)  <a href="https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/">https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/</a></p>
--	--	--

## Thông báo Danh sách người đoạt giải “Cuộc thi Viết tiếng Nhật lần thứ 28 của Thực tập sinh- Tu nghiệp sinh người nước ngoài”

Xin cảm ơn các bạn đã gửi bài dự thi đến “Cuộc thi viết tiếng Nhật lần thứ 28 của Thực tập sinh – Tu nghiệp sinh người nước ngoài”.

Trong số 2,971 bài viết được gửi đến, qua việc tuyển chọn kỹ càng, đã có 28 bài viết đoạt giải (4 giải nhất, 4 giải nhì và 20 giải 3).

🔗 <https://www.jitco.or.jp/ja/service/competition.html>

✦ Giải nhất (4 bạn)

**Xin chúc mừng các bạn trúng giải**

Tên	Tiêu đề bài dự thi	Quốc tịch	Tên	Tiêu đề bài dự thi	Quốc tịch
HA THANH NHAN	マスクなんかいらぬ	Việt Nam	ZHANG QIAOMEI	愛は国境を越えて	Trung Quốc
LE THI YEN	小さな木	Việt Nam	XU HE	魅力的なルール	Trung Quốc

✦ Giải nhì (4 bạn)

LIU LICHENGCHUAN	完食	Trung Quốc	ZUN HAY MAR HNIN	綺麗な嘘	Myanmar
TRAN THI AI LY	看護師にエールを	Việt Nam	ZINAMIDAR SAINBILEG	私の100人のおばあちゃん	Mông Cổ

✦ Giải 3 (20 bạn)

KONG XIAOQING	友達ができました	Trung Quốc	NGUYEN THI THANH TRANG	私が24歳の時	Việt Nam
BATBAYAR BOLORCHIMEG	この世はねじで出来ている	Mông Cổ	BAT-UCHIR TSATSARSAIKHAN	挨拶の力とあの笑顔	Mông Cổ
CHEN QINGQING	夢は私のエンジン	Trung Quốc	DI JIA	夢に向かって	Trung Quốc
NITA YUNIAR	きれいになるということの意味	Indonesia	ZHANG HONGBO	日本の温泉	Trung Quốc
NGUYEN THI LIEU	心のドア	Việt Nam	XIAO LI	走り続ける	Trung Quốc
WANG XIYAN	親心	Trung Quốc	LI PING	味噌汁が深い	Trung Quốc
NGUYEN THI PHUONG	時雨	Việt Nam	LI SONG	梅の花に思うこと	Trung Quốc
PHAM THI HUONG LY	行列の習慣	Việt Nam	ON THI ANH NGUYET	20歳 – 初桜の季節	Việt Nam
TRAN THI NGOC TIEN	品質賞のMVPをもらったこと	Việt Nam	LE THI MAI TRANG	努力は報われる。	Việt Nam
NGUYEN THI HOAI	意志あるところに道あり	Việt Nam	DIMAS RIZAL MAULANA HASYIM	働き方改革は何ですか？	Indonesia

### Hãy hiểu tình cảm người Nhật qua manga

— Zuru zuru – Xi xoạp xi xoạp —



#### Cô Marui đột nhiên để ý tới tiếng húp khi ăn mì

Món mì ra-men của Nhật Bản không những được người Nhật thích thú mà người nước ngoài cũng rất thích. Có người còn nói “Niềm vui khi đến Nhật là được đi ăn ra-men”. Tuy nhiên trong văn hóa ẩm thực của người Nhật, khi ăn ra-men nhiều người thường húp mì xi xoạp. Nhưng nhiều người nước ngoài cho rằng khi ăn phát ra tiếng xi xoạp như vậy là khó coi hoặc không thể ăn phát tiếng như vậy. Các bạn thấy việc này ra sao?



Hãy điền vào những ô trống trong hình dưới đây những động từ chỉ hành động và trạng thái ở dạng nguyên thể để kết thúc câu. Động từ nguyên thể còn được gọi là “động từ dạng từ điển” vì khi tra từ điển, ta sẽ gặp động từ ở dạng này.  
 Các bạn hãy thử đọc to những động từ đó và khi kéo dài âm cuối ta sẽ thấy tất cả đều kết thúc bằng chữ “う” (u).  
 Thực tế khi sử dụng, chữ cuối của động từ được biến đổi tùy theo các thể khác nhau. Ví dụ: Động từ “ひく”, nghĩa là “kéo” dưới đây, ta có các dạng sau: “ひかない、ひきます、ひく、ひけば...” (hikanai, hikimasu, hiku, hikeba...)  
 Trong từ tin này, chúng tôi thường không dùng cách viết sử dụng thể nguyên dạng để kết thúc câu.

下面的词汇是表示动作、作用·存在等的动词的终止形。也是查国语词典的时候出现的词条。  
 读出声音来，把最后一个音拖长，无论哪个都是「ウ」。  
 实际使用时，像「ひかない、ひきます、ひく、ひけば……」等，词汇的终止形式会发生变化。本杂志中，比起终止形，其他形式使用得更多。

Ang mga salita sa ibaba ay ang pangwakas na anyo ng mga pandiwa na nagpapahayag ng mga aksyon, kilos, pag-iral at iba pa. Isa rin itong punong salita kapag titignan sa isang diksiyunaryong hapon.  
 Kung babasahin mo ito nang malakas at pahabain ang huling tunog, ang lahat ay magiging "U".  
 Kapag aktwal na ginamit mo talaga ito, magbabago ang pagtatapos ng mga salita, tulad ng 「ひかない、ひきます、ひく、ひけば……」 Ang mga pandiwa ay madalas na ginagamit sa iba pang mga form kaysa sa pangwakas na anyo.

Kata-kata di bawah ini merupakan bentuk akhir dari kata kerja yang mengungkapkan gerak, aksi dan keberadaan. Ini juga merupakan kata kepala saat mengacu pada kamus bahasa Jepang.  
 Jika Anda membacanya dengan mengeluarkan suara dan memperpanjang bunyi terakhir, semua berakhir dengan "u".  
 Akan tetapi, dalam penggunaan sebenarnya, akhirnya kata akan berubah, seperti "hikanai, hikimasu, hiku, hikeba, ...". Bentuk kata kerja lebih sering digunakan dalam bentuk lain daripada bentuk akhir.

คำด้านล่างเป็นรูปพจนานุกรมของคำกริยาที่แสดงถึงการเคลื่อนไหว การกระทำและการมีอยู่ เป็นคำหลักที่ใช้ดูเวลาเปิดหาคำศัพท์ในพจนานุกรมภาษาญี่ปุ่น หากอ่านออกเสียงและยืดเสียงตัวสุดท้ายออกจะพบว่า ทุกคำจะลงท้ายด้วยเสียง “อุ”  
 เวลาที่ใช้จริงก็จะเปลี่ยนเสียงลงท้ายคำเป็น “ฮิกันะอิ, ฮิคิมะซุ, ฮิคุ, ฮิเคะบะ.....” เป็นต้น ซึ่งคำที่ปรากฏในวารสารนี้มักจะใช้รูปอื่นเสียงมากกว่ารูปพจนานุกรม

ពាក្យខាងក្រោមនេះ គឺជាទម្រង់កិរិយាសព្វដើមដែលបង្ហាញអំពីចលនា សកម្មភាព ឬ សភាពជាដើម។ នៅពេលដែលអ្នកបើករចនាស្រុកសាសាជប៉ុន អ្នកក៏នឹងឃើញពាក្យនេះ។ នៅពេលដែលអ្នកអានបញ្ចេញសម្លេង ដោយបង្អួសបង្អួលដែលនៅខាងក្រោយគេ មួយណាក៏មានសម្លេង 「ウ」 ដែរ។ ជាក់ស្តែងនៅពេលដែលយើងប្រើប្រាស់ភាសាជប៉ុន ពាក្យដែលនៅចុងក្រោយគេគឺ 「ひかない、ひきます、ひく、ひけば……」 ។ រូបរាងរបស់កិរិយាសព្វគឺ ត្រូវបានគេប្រើជាញឹកញាប់ក្នុងទម្រង់ប្រាយផ្សេង ជាជាងទម្រង់ប្រាយកិរិយាសព្វដើម។

အောက်မှာပါတဲ့ စကားလုံးတွေဟာ ပြုခြင်း၊ ဖြစ်ခြင်း၊ ရှိခြင်းတွေကို ဖော်ပြတဲ့ကြိယာရဲ့ အဆုံးသတ်ပုံစံတွေပါ။ အဘိဓာန် မာဝိကာအဖြစ်သုံးတဲ့ စကားလုံးလည်း ဖြစ်ပါတယ်။  
 အသံထွက်ပြီးဖတ်တဲ့အခါ နောက်ဆုံး အသံကို ဆွဲပြောရင် အားလုံး 「ウ」 ဖြစ်ပါတယ်။  
 လက်တွေ့သုံးရာမှာ 「ひかない、ひきます、ひく、ひけば……」 စသဖြင့် စာလုံးရဲ့နောက်ဘက်ပိုင်း ပြောင်းလဲပါတယ်။ ကြိယာတစ်ခုကို အဆုံးသတ်ပုံစံထက် တခြားပုံစံတွေနဲ့ အသုံးပြုတာ ပိုများပါတယ်။

Дараах үгүүд нь үйлдэл болон нөлөөлөл, оршихуйг илэрхийлдэг үйл үгүүдийн үндсэн хэлбэр нь юм. Мөн энэ хэлбэр нь Япон хэлний тайлбар толины толгой үг болдог.  
 Дуу гарган уншиж, төгсгөлийнх нь авиаг сунгавал, бүгдээрээ “u/ウ” байна.  
 Харин бодитоор хэрэглэгдэхдээ, “hikanai/ひかない、hikimasu/ひきます、hiku/ひく、hikeba/ひけば...” гэх мэтчилэн үгийн төгсгөлийн хэлбэр нь өөрчлөгддөг. Үйл үг нь үндсэн хэлбэрээсээ илүү бусад хэлбэрээр хэрэглэгдэх нь их тохиолддог.

The words at the bottom are verbs that express a movement, action or existence in terminal form. The terminal form is also called dictionary form, because words appear in this form when you look them up in the dictionary.  
 Read them out loud and stretch the last sound. You will find that they all end with the “ウ” sound.  
 When actually using these verbs, however, the verb ending changes. For example, “ひく” may be used as “ひかない,” “ひきます,” “ひく,” “ひけば” and so on. In this way, verbs are used more frequently in forms other than the terminal form.

技能実習生・研修生向母国語情報誌 発行 公益財団法人 国際人材協力機構 (JITCO)  
**技能実習生の友** 総務部広報室  
 2020年10月 秋季号 〒108-0023  
 東京都港区芝浦 2-11-5  
 五十嵐ビルディング  
 2020年10月1日発行 電話 03-4306-1166 (ダイヤルイン)  
 JITCO ホームページ https://www.jitco.or.jp/