

THỜI SỰ SOJA

総社ベトナムミーズ

TIẾNG VIỆT

NO 21
02/2022



Mục lục

THÔNG TIN LIÊN QUAN ĐẾN VIRUT CORONA CHỦNG MỚI	1
LỊCH TRỰC Y TẾ	2
PHÒNG CHỐNG BỆNH THẬN VÀ SUY THẬN MÃN TÍNH	3
KHAI BÁO THUẾ THU NHẬP-	4
GÓI TRỢ CẤP CHO ĐỐI TƯỢNG THU NHẬP THẤP	4
TRỢ CẤP ĐẶC BIỆT 10 MAN YÊN CHO TRẺ EM	4
Lễ Thành nhân 2022 tại Soja	4

THÔNG TIN LIÊN QUAN ĐẾN VIRUT CORONA CHỦNG MỚI

BẮT ĐẦU TIÊM VẮC XIN LẦN 3

Ngày 8/01 Trung tâm y tế thành phố đã tổ chức tiêm ngừa vắc xin Chủng mới Corona lần thứ 3, đối tượng hướng đến là nhân viên làm trong lĩnh vực y tế. Từ nay, người trên 65 tuổi trở lên và các đối tượng khác sẽ lần lượt được tiến hành tiêm ngừa.

GIẤY CHỨNG MINH TIÊM VẮC XIN bản điện tử- HỘ CHIẾU VẮC XIN

Từ nay, bạn có thể tiến hành thủ tục cấp Giấy chứng nhận tiêm vắc xin- Hộ chiếu vắc xin bằng các thiết bị điện tử. Trên ứng dụng điện thoại, sau khi nhập mã số thẻ Mynumber, gửi yêu cầu cấp hộ chiếu vắc xin thì trên màn hình sẽ hiển thị Giấy chứng nhận tiêm ngừa vắc xin. Bạn hãy cài đặt ứng dụng và gửi yêu cầu cấp hộ chiếu vắc xin đi nhé.



App Store
(iOS)



Google Play
(Android)

TIÊM VẮC XIN LẦN 3 SỚM HƠN DỰ KIẾN

THỜI GIAN TIÊM

Vì một số thay đổi, thời gian tiêm vắc xin lần 3 sẽ được tiến hành sớm hơn dự kiến. Tham khảo bảng thông tin dưới đây. Tùy vào từng đối tượng thì chúng tôi sẽ lần lượt gửi phiếu tiêm ngừa. Sau khi kiểm tra nội dung hướng dẫn, bạn hãy đặt lịch hẹn trước nhé. Thông tin mới nhất sẽ được cập nhật trên trang thông tin điện tử của Shiyakusho, hãy theo dõi nhé.

Đối tượng	Thời gian tiêm
Đối tượng được ưu tiên - Nhân viên y tế, y bác sỹ, người cao tuổi, người bệnh	6 tháng kể từ khi tiêm vắc xin lần thứ 2
Người trên 65 tuổi trở lên	7 tháng kể từ khi tiêm vắc xin lần thứ 2
Các đối tượng khác	8 tháng kể từ khi tiêm vắc xin lần 2

LOẠI VẮC XIN SỬ DỤNG

Theo dự kiến, người đăng kí tiêm tại các cơ sở y tế sẽ sử dụng vắc xin Pfizer, người đăng kí tiêm tại điểm tiêm tập trung sẽ được tiêm vắc xin Moderna. Cụ thể hơn, bạn hãy kiểm tra nội dung hướng dẫn sẽ được gửi đến nhà nhé.

※ Trong đợt tiêm vắc xin lần 3 này, cả hai loại vắc xin đều đã được kiểm tra về hiệu quả, độ an toàn và hoàn toàn có thể tiêm được.

LỊCH TRỰC Y TẾ

- Cấp cứu ☎119
- Tổng đài trực y tế (máy hướng dẫn tự động) ☎92-1998
- Hội bác sỹ Kibi ☎93-5976
- Tư vấn 24/24 về cơ quan y tế, cấp cứu, cứu hỏa ☎93-1119

※Trường hợp không có Khoa nhi, Khoa ngoại,... trong phiên trực vì vậy liên lạc trước

※Khi gọi bằng điện thoại di động phải bấm mã vùng 0866

CHỦ NHẬT, NGÀY NGHỈ - 9:00~17:00

Thời gian	Cơ quan y tế- Địa chỉ-Điện thoại	
06/02- Cn	谷向内科 Pk nội khoa Tanimukai 井手 ☎94-8801	さかえ外科内科クリニック Pk nội ngoại khoa Sakae 真壁 ☎93-8800
11/02-lễ	原田整形外科 Pk Khoa nội-chỉnh hình Harada 井手 (すみれ薬局) ☎94-8881	渡辺医院 Y viện Watanabe 真壁 ☎92-7222
13/02-cn	平川内科クリニック Pk Nội khoa Hiragawa 久代 ☎96-2002	しおつか泌尿器科クリニック Pk khoa tiết niệu Shiotsuka 金井戸 (ザグザグ薬局総社東店) ☎90-0055
20/02-cn	薬師寺慈恵病院 Bv Yakushiji jikei 総社一丁目 (きび薬局) ☎92-0146	こうら整形外科- K.chỉnh hình Koura 中央六丁目 ☎90-2020
23/02-lễ	友野内科医院 Pk nội khoa Tomono 富原 (エスマイル薬局ほのぼの店) ☎92-8822	あさのクリニック Pk Asano 中央二丁目 (アイ薬局総社店) ☎93-8808
27/02-cn	森下病院 Bv Morishita 駅前一丁目 ☎92-0591	清音クリニック Pk Kiyone 清音三因 ☎94-4111
06/03-cn	泉クリニック Pk Izumi 小寺 (あんず薬局) ☎94-5050	角田医院 Y viện Sumida 中央三丁目 ☎93-1288

BỆNH VIỆN TIẾP NHẬN CẤP CỨU

(đêm muộn, ngoài giờ làm việc)

※Liên lạc bằng điện thoại trước khi đến

- 森下病院 Bv Morishita 駅前一丁目 ☎92-0591
- 薬師寺慈恵病院 Bv Yakushiji jikei 総社一丁目 ☎92-0146

TƯ VẤN CẤP CỨU CHO TRẺ EM

8000

Thứ 2~thứ 6: từ 7h tối đến 8h sáng ngày hôm sau.

Cuối tuần từ 6h tối đến 8h sáng ngày hôm sau.

BIỆN PHÁP PHÒNG NGỪA CORONA CHỪNG MỚI

- Rửa tay, sát khuẩn, thoáng khí, đeo khẩu trang thường xuyên
- Thực hiện nghiêm túc 3 Tránh : tránh tụ tập, tránh đông người, tránh tiếp xúc gần
- Đo thân nhiệt mỗi ngày, nếu có các biểu hiện của sốt, cảm cúm thì hạn chế đi làm, đi học, ra ngoài
- Hạn chế tụ tập ăn uống nơi đông người, thời gian dài
- Cho dù đã tiêm ngừa vắc xin thì cũng phải thực hiện biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm

※Liên lạc trước khi đến

※Khi gọi bằng điện thoại di động phải bấm mã vùng 0866

BUỔI TỐI –Thứ 4 + Thứ 6 Từ 19:00~21:00

Thời gian	Cơ quan y tế	Địa chỉ-(Nhà thuốc)	Điện thoại
02/02-t4	パーク ^{とうごう} 総合クリニック Pk Tổng hợp Paku	駅前二丁目 (トキワ ^{やっきょく} 薬局)	☎92-3661
04/02-t6	ながのびょういん ^{ながの} 長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92-2361
09/02-t4	いずみ ^{いずみ} 泉クリニック Pk Izumi	小寺 (あんず ^{やっきょく} 薬局)	☎94-5050
16/02-t4	おか ^{おか} 岡ハートクリニック Pk Oka Hato	岡谷	☎93-3033
18/02-t6	ながのびょういん ^{ながの} 長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92-2361
25/02-t6	ながのびょういん ^{ながの} 長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92-2361
02/03-t4	とものないかいいん ^{とものない} 友野内科医院 Pk nội khoa Tomono	富原 (エスマイル ^{やっきょく} 薬局ほのぼの店)	☎92-8822

NHA KHOA – 9 : 00~12 : 00

Thời gian	Cơ quan y tế	Địa chỉ-(Nhà thuốc)	Điện thoại
06/02-cn	やまて ^{やまて} 山手グリーン ^{しか} 歯科 Nha khoa Yamate Green	岡谷	☎92-8148
20/02-cn	みやお ^{しか} 歯科クリニック Nha khoa Miyao	真壁	☎92-0181
27/02-cn	むかえ ^{しか} 歯科・ ^{しょうにしか} 小児歯科 Nha khoa nhi Mukae	井手	☎31-8500
06/03-cn	むとう ^{しか} 歯科医院 Y viện nha khoa Mutou	総社	☎94-4118

Chuyên mục sức khỏe

PHÒNG CHỐNG BỆNH THẬN VÀ SUY THẬN MÃN TÍNH

Thận được đặt ở hai bên hông, là cơ quan quan trọng dùng để lọc máu, lọc nước tiểu, các chất không cần thiết trong cơ thể.

Bệnh suy thận là khi chức năng thận bị suy giảm, không duy trì hoạt động bình thường của cơ thể. Dần dà theo thời gian dài thì bệnh trở nên mãn tính, cuối cùng thì phải cấy ghép thận, chạy thận thường xuyên. Gần đây, cụm từ CKD- bệnh thận mãn tính được nhắc đến nhiều lần. Đây là tình trạng phát hiện điểm bất thường trong thận sau khi xét nghiệm máu và xét nghiệm nước tiểu, kéo dài từ 3 tháng trở lên. Khi bệnh thận mãn tính kéo dài thì dẫn đến bệnh suy thận mãn tính.

Người bệnh thường có biểu hiện như là chán ăn, mệt mỏi, phù nề. Khi bệnh trở nặng, người bệnh phải tiến hành lọc thận, phổi bị tích nước nên có biểu hiện khó thở. Khi đó người bệnh dễ mắc các bệnh khác như là bệnh tim mạch, viêm phổi, đột quỵ,...

Bởi vì bệnh thận và suy thận là nguyên nhân dẫn đến nguy cơ cao huyết áp, bệnh về tiết niệu, nên điều chỉnh lại thói quen sống, ăn uống, vận động là điều quan trọng. Bệnh thận mãn tính không có biểu hiện cụ thể nên khó phát hiện, để sớm phát hiện kịp thời bạn cần kiểm tra sức khỏe định kì. Trường hợp phát hiện lượng đạm trong nước tiểu cao hoặc chức năng thận suy giảm, hãy đến phòng khám nội khoa kiểm tra kĩ hơn.

Tùy vào từng giai đoạn bệnh mà bác sĩ, chuyên gia dinh dưỡng sẽ đưa ra lời khuyên giúp từng bước đẩy lùi bệnh suy thận, như là lượng muối trong thức ăn, vận động hợp lý.

すきもとたろう
Bác sĩ 杉本太郎 đến từ Hiệp hội bác sĩ Kibi

しよとくぜい かくていしんこく
KHAI BÁO THUẾ THU NHẬP- 所得税の確定申告

Hội trường khai báo xác định thuế thu nhập và khai báo trong thành phố về thuế bảo sức khỏe quốc dân – thuế thị tỉnh dân được tổ chức từ ngày 9/02(thứ 4) đến ngày 15/03(thứ 3) phòng hội nghị của Hội quán nhân dân Nishi, Showa, Sunroad Kibiji. Ngoài ra, từ ngày 24/01(thứ 2) đến ngày 15/03(thứ 3) tại AEON Kurashiki lầu 2 tổ chức khai báo thuế. Trường hợp cần hỗ trợ ngôn ngữ xin hãy liên hệ trước với nhân viên phòng Nhân Quyền- Xây dựng thành phố - 人権・まちづくり課.

Các bạn có thể tham khảo “hướng dẫn cách khai báo” hoặc xem trang chủ cục thuế quốc gia (国税庁ホームページ), làm theo hướng dẫn và in đơn khai báo, nộp bằng đường bưu điện hoặc khai báo điện tử (e-Tax) .



Liên hệ: 倉敷税務署 (☎086-422-1201) 税務課市民税係 (☎92-8234) 人権・まちづくり課 (☎92-8242)

GÓI TRỢ CẤP CHO ĐỐI TƯỢNG THU NHẬP THẤP

Hiện nay, các hộ gia đình thuộc diện được miễn đóng thuế thị dân năm 2021 hoặc các trường hợp thu nhập bị ảnh hưởng bởi đại dịch Corona được hỗ trợ gói trợ cấp 10 man yên.

Phương thức đăng kí

- ① Đối với hộ gia đình được miễn thuế thị dân thì hãy điền vào đơn xác nhận được gửi kèm trong phong thư, gửi bưu điện hoặc đem nộp trực tiếp tại quầy Phúc lợi xã hội- Shiyakusho
- ② Đối với hộ gia đình bị giảm thu nhập do đại dịch Corona thì cần nộp đơn xin trợ cấp và các giấy tờ cần thiết có liên quan, gửi bưu điện hoặc nộp trực tiếp tại quầy Phúc lợi xã hội- Shiyakusho

Thời hạn

- ① →3 tháng kể từ ngày nhận phong thư thông báo
- ② →thứ 6 ngày 30 tháng 9



Liên hệ 福祉課給付金専用窓口 ☎0866-92-8389、〒719-1192 中央一丁目1番1号

TRỢ CẤP ĐẶC BIỆT 10 MAN YÊN CHO TRẺ EM

Đến tháng 12/2021, gói trợ cấp 10 man yên cho trẻ em hoàn thành chuyển khoản đến cho những người đang nhận trợ cấp trẻ em của tháng 9. Ngoài ra, trường hợp trẻ em sinh từ tháng 10, học sinh dưới 18 tuổi thì cần nộp đơn để nhận trợ cấp.

Đối tượng : Trẻ em sinh từ 02/04/2003 đến 31/03/2022, trẻ được nhận trợ cấp hàng tháng từ năm 2021 chưa nộp đơn

Số tiền trợ cấp : 10 man yên/ trẻ

Phương thức nộp hồ sơ : Nộp đơn và các giấy tờ đính kèm theo bưu điện hoặc mang trực tiếp tại quầy tiếp nhận hồ sơ

※Tùy vào từng đối tượng khác nhau mà các giấy tờ đính kèm khác nhau, để biết thêm thông tin chi tiết xin hãy tham khảo trang thông tin của thành phố.

Hạn đăng kí : thứ 2 ngày 28 tháng 02 năm 2022

※Trường hợp các bé sinh từ tháng 2 đến tháng 3 thì không có hạn đăng kí, sau khi sinh bé thì cần nộp đơn càng sớm càng tốt.

Liên hệ こども課子育て支援係、☎0866-92-8268、〒719-1192 中央一丁目1番1号



Lễ Thành nhân 2022 tại Soja

Chủ nhật ngày 9 tháng 1, tại Trung tâm thể thao thành phố đã tổ chức Lễ thành nhân với khoảng 500 người tham dự. Trong buổi lễ, đại diện cho các bạn học sinh, sinh viên đã phát biểu mục tiêu và ước mơ hướng đến tương lai, bên cạnh đó là các phần trình diễn đặc sắc đến từ các bạn học sinh trường cấp 3 Soja và trường cấp 3 Nam Soja. Từ nay, các bạn trẻ từ 20 tuổi trở lên có thể đưa ra những quyết định cho riêng mình.