

THỜI SỰ SOJA

総社ベトナムーズ

TIẾNG VIỆT



NO 22
03/2022

MỤC LỤC

THÔNG TIN LIÊN QUAN ĐẾN VIRUT CORONA CHỦNG MỚI.....	1
LỊCH TRỰC Y TẾ ĐẶC BIỆT.....	2
HỖ TRỢ KHAI BÁO THUẾ CHO NGƯỜI NƯỚC NGOÀI	3
PHÒNG CHỐNG BỆNH TRÂM CẢM.....	4
ĐỔI TÚI GIẤY, HỘP GIẤY LẤY TÚI RÁC CHỈ ĐỊNH THÀNH PHỐ	5

THÔNG TIN LIÊN QUAN ĐẾN VIRUT CORONA CHỦNG MỚI

Đăng kí online để tiêm vắc xin tại đây



Liên hệ 市ワクチンコールセンター ☎ 0866 - 92-8356

HỘI THẢO VỀ BIỆN PHÁP ỨNG PHÓ TRƯỚC ĐẠI DỊCH CORONA CHỦNG MỚI

Ngày 24 tháng 1 tại cơ quan hành chính thành phố (Shiyakusho) trước tốc độ lây nhiễm mạnh mẽ của chủng mới Omicron, cần thực hiện các biện pháp thắt chặt y tế, các nhà chuyên môn về bệnh truyền nhiễm đã có cuộc hội thảo với nhau. Hội thảo được diễn ra qua hình thức online, với 15 vị chuyên gia từ trong và ngoài tỉnh tham gia. Hiện tại, chính quyền địa phương lo ngại, tình hình số lượng người nhiễm tăng cao, trường học, cơ sở y tế không thể duy trì hoạt động, các chuyên gia đồng ý kêu gọi người dân cần khám bệnh tại phòng khám hay bệnh viện phù hợp.

Gửi đến mọi người !

- ◆ Trường hợp người cao tuổi, người có bệnh lý nền, người có nguy cơ bị nhiễm bệnh cao, cần thực hiện triệt để các biện pháp phòng bệnh.
- ◆ Nhằm duy trì chế độ y tế, ứng với triệu chứng bệnh thì mọi người cần đến cơ sở y tế phù hợp để kiểm tra, thăm khám.

LỊCH TRỰC Y TẾ ĐẶC BIỆT

- 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
06/03-cn	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>いずみ 泉クリニック Pk Izumi</p> <p>こでら 小寺 (あんず薬局) ☎94-5050</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>すみだいいん 角田医院 Y viện Sumida</p> <p>ちゅうおうさんちょうめ 中央三丁目 ☎93-1288</p> </div> </div>
13/03-cn	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>ながのびょういん 長野病院 Bv Nagano</p> <p>そうじゃにちょうめ 総社二丁目 ☎92 - 2361</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>すぎう 杉生クリニック Pk Sugiu</p> <p>みす 三須 ☎92-0252 (かえで薬局)</p> </div> </div>
20/03-cn	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>みやしたないかいいん みやした内科医院 Pk nội khoa Miyashita</p> <p>まかべ 真壁 ☎95-2860 (サカエ薬局真壁店)</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>ぱーくとうごう パーク統合クリニック Pk Tổng hợp Paku</p> <p>えきまえにちょうめ 駅前二丁目 ☎92-3661 (トキワ薬局)</p> </div> </div>
21/03-lễ	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>きびじせいけいげか・ないか きびじ整形外科・内科リハビリクリニック</p> <p>Pk Phục hồi chức năng/nội khoa/chỉnh hình</p> <p>おかだに 岡谷 ☎93-1221 (スマイル薬局きびじ店)</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>たかすぎ 高杉こどもクリニック Pk trẻ em Takasugi</p> <p>いで 井手 ☎94-8839 (おかやま薬局総社東店)</p> </div> </div>
27/03-cn	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>やまもといいん やまもと医院 Pk Yamamoto</p> <p>みわ 三輪 (みわ薬局) ☎93-7773</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>しんりょう 診療ドクター すぎう 杉生 Pk Bác sỹ Sugiu</p> <p>もんで 門田 ☎92-5771</p> </div> </div>
03/04-cn	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>やくしじいん 薬師寺医院 Y viện Yakushiji</p> <p>ちゅうおういちちょうめ 中央一丁目 ☎93-6555</p> <p>(マスカット薬局総社店)</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>だんいん 旦医院 Pk Dan</p> <p>みなぎ 美袋 ☎99-1120</p> </div> </div>
<p>BỆNH VIỆN TIẾP NHẬN CẤP CỨU</p> <p>(đêm muộn, ngoài giờ làm việc)</p> <p>※Liên lạc bằng điện thoại trước khi đến</p> <p>もりしたびょういん 森下病院 Bv Morishita 駅前一丁目 ☎92-0591</p> <p>やくしじじけいびょういん 薬師寺慈恵病院 Bv Yakushiji jikei 総社一丁目 ☎92-0146</p>	<p>TƯ VẤN CẤP CỨU CHO TRẺ EM</p> <p># 8000</p> <p>Thứ 2-thứ 6: từ 7h tối đến 8h sáng ngày hôm sau.</p> <p>Cuối tuần từ 6h tối đến 8h sáng ngày hôm sau.</p>

※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
2/3-t4	友野内科医院 Pk nội khoa Tomono	とんぼら 富原 (エスマイル 薬局ほのぼの店)	☎92-8822
4/3-t6	長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92 - 2361
9/3-t4	旦医院 Pk Dan	美袋	☎99-1120
11/3-t6	長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92 - 2361
16/3-t4	みやした内科医院 Pk nội khoa Miyashita	真壁 (サカエ薬局真壁店)	☎95-2860
18/3-t6	長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92 - 2361
23/3-t4	やまもと医院 Pk Yamamoto	三輪 (みわ薬局)	☎93-7773
25/3-t6	長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92 - 2361
30/3-t4	杉生クリニック Pk Sugiu	三須 (かえで薬局)	☎92-0252
1/4-t6	長野病院 Bv Nagano	総社二丁目	☎92 - 2361

NHA KHOA — 9 : 00~12 : 00			
Thời gian	Cơ quan y tế	Địa chỉ-(Nhà thuốc)	Điện thoại
6/3-cn	むとう歯科医院 Y viện nha khoa Mutou	総社	☎94-4118
13/3-cn	むらき歯科医院 Y viện nha khoa Muraki	門田	☎93-9876
20/3-cn	吉井歯科医院 Y viện nha khoa Yoshii	総社一丁目	☎92-5370
27/3-cn	秋山第2歯科 Nha khoa số 2 Akiyama	とんぼら 富原	☎94-4777
3/4-cn	大村歯科医院 Y viện nha khoa Omura	中央一丁目	☎93-5576

HỖ TRỢ KHAI BÁO THUẾ CHO NGƯỜI NƯỚC NGOÀI

Bạn có thể thực hiện khai báo thuế tại phòng Nhân quyền- Xây dựng thành phố (Jinken- Machizukiri Ka) lầu 2-Shiyakusho ☎0866-92-8242

Từ 9h đến 16h, trừ ngày lễ, thứ 7, chủ nhật, có thông dịch hỗ trợ. Cần liên lạc trước.

Hạn đăng kí đến thứ 3 ngày 15 tháng 3 năm 2022

PHÒNG CHỐNG BỆNH TRẦM CẢM

Bệnh trầm cảm hay còn được gọi là *bệnh cảm cúm của trái tim*, là một bệnh phổ biến mà bất cứ ai cũng có thể mắc phải. Tỷ lệ nữ giới mắc bệnh là 10~15%, nam giới mắc bệnh là 5~12%, trong đó, tỷ lệ nữ đã từng mắc ít nhất một lần trong đời thì cao hơn. Hiện nay, do ảnh hưởng áp lực xã hội lớn như là đại dịch Corona,... nên số người mắc bệnh trầm cảm đang ngày càng tăng.

Bệnh trầm cảm không đến từ bất cứ nguyên nhân cụ thể nào, mà từ hàng loạt các nguyên nhân khác nhau. Khi bạn vừa trải qua một nỗi buồn, tinh thần suy sụp, theo thời gian thì cảm xúc được dung hòa trở lại. Thế nhưng, khi cảm xúc không thể điều chỉnh lại được, thời gian trôi qua nhưng bản thân vẫn còn đang đắm chìm trong nỗi buồn, dù cố gắng thế nào bạn vẫn chưa thể tiếp nhận điều

mới, có thể bạn đã mắc bệnh trầm cảm.

Các biểu hiện về mặt cảm xúc như buồn bã, không có động lực,... các biểu hiện trên cơ thể như là uể oải, dễ mệt mỏi, nặng đầu, chóng mặt,... có thể là lớp nguy trang hoàn hảo của bệnh trầm cảm. Khi các biểu hiện trên kéo dài không khỏi, bạn thử đến phòng khám nội khoa kiểm tra, trường hợp không phát hiện ra điều bất thường thì có thể là do bệnh trầm cảm.

Để phòng chống bệnh trầm cảm, mỗi ngày không tích tụ áp lực, nghỉ ngơi hợp lý, vừa thay đổi tâm trạng vừa giữ cân bằng cảm xúc, giúp *trái tim không bị cảm cúm*. Khi nghi ngờ bản thân mắc bệnh trầm cảm, bạn cần đến các phòng khám tâm lý để trao đổi thêm với bác sĩ, để *trái tim bị cảm cúm không trở nên viêm phổi*, nhanh chóng điều trị là điều cần thiết.

Bác sĩ なかにしけん 中田謙二 đến từ Hiệp hội bác sĩ Kibi



ĐỔI TÚI GIẤY, HỘP GIẤY LẤY TÚI RÁC CHỈ ĐỊNH THÀNH PHỐ

Các loại hộp giấy bánh, kẹo... mặc dù là rác cháy được nhưng cũng là nguồn rác tái chế đáng quý.

Tại thành phố Soja, khi bạn mang các loại rác giấy như túi giấy, hộp bánh kẹo bằng giấy,... thì có thể nhận lại túi rác chỉ định thành phố. Hãy bỏ vào túi giấy (trừ bao gạo bằng giấy), hoặc cột dây lại và mang đến địa điểm đổi rác.

Địa điểm đổi rác : Shiyakusho, cơ quan hành chính từng địa phương, nhà sinh hoạt cộng đồng phía Đông và phía Tây

Đối tượng :

Các loại rác không tiếp nhận được : giấy đã được gia công đặc biệt (*cốc giấy, đĩa giấy, hóa đơn,...*) , giấy bị bẩn, có mùi (*bao thuốc lá, hộp đựng trầm, nhang, hộp giấy bị bẩn,...*) , rác tài nguyên (*giấy báo, tờ rơi, thùng carton, vở học sinh, giấy hộp sữa, rác từ máy cắt giấy,...*)

Liên hệ かんきょうかび かいしんがかり 環境課美化推進係 ☎0866-92-8338

Các loại rác tiếp nhận được :



hộp bánh, kẹo bằng giấy, lịch, phong thư, bưu thiếp, túi giấy



hộp khăn giấy, lõi rappu, giấy gói quà

Hướng dẫn chi tiết tại



Năm 2021 có 19 112 người đăng kí và tiếp nhận 83 689 kg giấy

Đổi giấy tái chế

Vứt rác cháy được



Người dân

😊 Nhận được túi rác chỉ định

😞 Tiêu tốn túi rác



TP Soja

😊 Giảm chi phí xử lý rác

😞 Tăng chi phí xử lý rác



Môi trường

😊 Tái sử dụng được rác tài nguyên

😞 Tiêu tốn nguyên liệu