

技能実習生新聞

発行人: 東海愛知経営支援協同組合
第 102 号
発行日: 2026 年 5 月 1 日

通 知

技能実習や日常生活で困っていること、不安なことがあったら、すぐに以下の通訳に電話し相談してください。

久手堅：070-1664-5732 (中国)

Trang：070-6580-7638 (Việt Nam)

Ngoc：090-9752-0650 (Việt Nam)

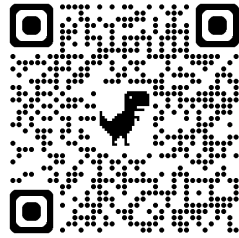
Monica：080-4632-1665 (Indonesia)

Oiwa：090-6093-0349 (Indonesia)

ぎのうじっしゅうせいへのおしらせホームページ

ぎのうじっしゅうにかんする だいじな おしらせを
けいさいしています。まいにち あさとするに このホーム
ページをチェックしてください。

「試験練習問題集ページ」もこのホームページ
から アクセスできます。



<https://toukaiaichi-ksk.com/>

★ 技能移行試験について

1号技能実習生は、1号半年後辺りから初級の技能評価試験が始まります。

2号技能実習生は、2号2年目の半年後辺りから専門級の技能評価試験が始まります。

技能移行試験もどんどん厳しくなってきました。最近1号技能実習生で試験に合格できず、再試験を受ける人が増えています。再試験で不合格だと帰国しなければなりませんし、会社にも迷惑を掛けます。

試験が近くなってきたら、試験問題を配布します。勉強のために技能実習生のおしらせホームページもありますので、しっかり勉強して必ず試験に合格してください。勉強は誰の為でもなく自分の為です。試験を軽く見ていると不合格になります。

何のために日本に来ているかとよく考えて、自分の初心を忘れないで、一生懸命頑張ってください。

日本での楽しい経験があなたを待っています。

★ 勉強のコツ

- ① 文字だけ暗記するはダメ。問題の意味をちゃんと理解しないと、問題文が少し変わったら解答できない。
- ② よく目にする簡単な問題から覚える。次に苦手な問題、最後に難しい問題を覚えよう。
- ③ 勉強仲間を作ろう！互いに励まし、知識を交換できる仲間がいたら勉強が楽しくなるはず。
- ④ 最近では過去問題から出ていない問題も多いようです。ですから、過去問題は全て正解するようにしましょう。

★ Về các kì thi chuyển giai đoạn

Các bạn thực tập sinh kĩ năng 1 sẽ có kì thi đánh giá kĩ năng sơ cấp sau khoảng 6 tháng đào tạo.

Các bạn thực tập sinh kĩ năng 2 sẽ có kì thi đánh giá kĩ năng chuyên môn sau khoảng 2 tháng tính từ năm thứ 2.

Các kỳ thi chuyển giai đoạn ngày càng trở nên nghiêm ngặt hơn. Gần đây các bạn thi trượt kỳ thi chuyển giai đoạn năm nhất, và phải thi lại đang tăng lên. Nếu trượt kỳ thi lại thì bạn sẽ phải về nước và làm phiền đến công ty.

Khi gần đến kỳ thi chúng tôi sẽ phát tài liệu học cho các bạn. Ngoài ra còn có trang thông tin dành cho thực tập sinh để học tập, hãy nghiêm túc học hành và vượt qua kỳ thi. Học không phải vì ai khác mà vì chính các bạn. Nếu xem nhẹ kỳ thi thì bạn sẽ thi trượt.

Hãy nghĩ lại lý do mình sang Nhật để làm gì, đừng quên mình của những ngày đầu tiên, hãy chăm chỉ học tập.

Những trải nghiệm vui vẻ ở Nhật đang chờ đón các bạn.

★ Các mẹo học

- ① Đừng chỉ nhớ mỗi các từ đơn, mà phải hiểu đúng nghĩa của câu hỏi, vì khi câu hỏi thay đổi một chút sẽ không làm được.
- ② Học hỏi từ những vấn đề đơn giản bạn thường gặp. Tiếp theo, hãy nhớ những điều mà bạn thấy khó nhớ.
- ③ Hãy rủ nhau cùng học nhóm. Việc học tập sẽ vui hơn nếu có những người bạn có thể động viên lẫn nhau và trao đổi kiến thức.
- ④ Gần đây đề thi ra khá nhiều những câu hỏi mà không có trong các lần thi trước. Vì vậy, hãy chắc cố gắng có thể làm được hết những câu hỏi trong tập đề.

★ 交通ルールを守りましょう

4月から青切符制度が導入・施行されています。罰金の場合は、刑が確定すると前科がつきます。自転車の場合、悪質な危険運転でなければ、これまでは捕まることもなく大目に見られることがありましたが、反則金制度では、その場で警察官が交通違反の事実や反則金額等を記入した交通反則通知書（いわゆる青切符）を交付し、反則行為の告知が行われます。反則金を支払うことで、刑事訴追（前科がつくこと）を免れることとなります。

皆さんは交通ルールを守っていますか。罰金は金額の多少にかかわらず、いずれも皆さんが働いて得た大切なお金です。無駄にしないためにも、交通ルールを守りましょう。

★ Hãy tuân thủ luật giao thông

Từ tháng 4, chế độ “vé xanh” đã được áp dụng và thực thi. Đối với trường hợp bị phạt tiền theo hình sự, khi bản án được xác định, bạn sẽ có tiền án. Đối với xe đạp, trước đây nếu không phải là hành vi lái xe nguy hiểm nghiêm trọng thì thường không bị bắt và được bỏ qua. Tuy nhiên, với chế độ xử phạt vi phạm, tại chỗ, cảnh sát sẽ lập “giấy thông báo vi phạm giao thông” (gọi là vé xanh), ghi rõ hành vi vi phạm và số tiền phạt, đồng thời thông báo vi phạm. Bằng cách nộp tiền phạt này, bạn sẽ tránh bị truy cứu trách nhiệm hình sự (tức là không bị ghi tiền án).

Mọi người có đang tuân thủ luật giao thông không? Dù số tiền phạt nhiều hay ít, đó đều là số tiền quý giá mà các bạn đã làm việc vất vả mới có được. Để không lãng phí, hãy tuân thủ luật giao thông.

★ 変化する気温に対応する

5月になり暖かくなってきます。近年は暑い日もあります。もうすぐ夏に入ります。

初めて日本の夏を味わう実習生がたくさんいるでしょう。以下のことに注意して下さい。

- ① 体が昼の長さに慣れていないので疲れやすくなります。寝不足は仕事に影響しますので、夜遅くまで遊ばないでください。睡眠はしっかりととりましょう。
- ② 夜と昼の温度差が大きい日があります。服装で調整しましょう。
- ③ 夏はあついで、汗をかきやすいです。かならず毎日シャワーを浴びて清潔を保つこと。
- ④ 空気が乾燥して燃えやすいので、火の取り扱いに注意しましょう。外出前や寝る前は必ず消火をチェックしてください。

★ Ứng phó với sự thay đổi thời tiết

Tháng 5 thời tiết bắt đầu ấm lên. Những năm gần đây cũng có những ngày rất nóng. Mùa hè sắp đến gần.

Chắc sẽ có nhiều bạn lần đầu trải nghiệm mùa hè ở Nhật. Hãy chú ý những điều sau:

- ① Cơ thể chưa quen với thời gian ban ngày dài nên dễ mệt mỏi. Thiếu ngủ sẽ ảnh hưởng đến công việc, vì vậy không nên chơi khuya. Hãy ngủ đầy đủ.
- ② Có những ngày chênh lệch nhiệt độ giữa ngày và đêm lớn. Hãy điều chỉnh trang phục cho phù hợp.
- ③ Mùa hè rất nóng nên dễ ra mồ hôi. Hãy tắm mỗi ngày để giữ vệ sinh sạch sẽ.
- ④ Không khí khô nên dễ xảy ra cháy. Hãy cẩn thận khi sử dụng lửa. Trước khi ra ngoài hoặc trước khi đi ngủ, hãy kiểm tra đã tắt lửa hay chưa.

★ ごみ問題

最近ごみの捨て方が悪い人がいます。(例) 価格の安い「プラスチック製容器包装」専用のごみ袋に生ごみや缶などを入れる。

決められた日(曜日)に出さない等。全て外国人が悪いと思われています。正しく出してください。

わからない場合は、会社の日本人や通訳に聞いてください。

★ Vấn đề vứt rác

Gần đây có những người vứt rác không đúng cách. (Ví dụ) Cho rác hữu cơ hoặc lon vào túi rác chuyên dụng dành cho “bao bì nhựa” loại rẻ. Hoặc không bỏ rác đúng ngày (thứ) quy định. Những hành vi này khiến mọi người nghĩ rằng tất cả người nước ngoài đều làm sai. Hãy vứt rác đúng quy định. Nếu không hiểu, hãy hỏi người Nhật trong công ty hoặc phiên dịch.

最近の出来事

居る実習生は自転車をダメな場所に置いて、鍵もかけませんでした。そのため、自転車が盗まれました。警察に報告しても、見つからないかもしれません。このような場合には、みなさんはどうしますか？自転車は会社が通勤用のために貸しています。もしなくしたら、これから何で会社に来ますか？また、会社にお金を払う必要があるかどうかについても考えてますか。ですから、自転車は必ず指定された場所に置いてください。使用しないときは必ず鍵をかけてください。

皆さんは何のために日本に来ましたか？働いてお金を貯めるためではないでしょうか？それなのに、遅刻したり早退したり、何日も連続で休んだりする人がいるのはなぜでしょうか。体調不良の場合は、すぐに会社へ連絡・許可を取り、できるだけ早く病院に行ってください。組合や会社と相談せずに自己判断で行動することは絶対に避けてください。より深刻な問題につながる可能性があります。

先月、組合の寮において、周りの方より「夜遅くまでカラオケをして、うるさくて、寝られません」というクレームがありました。もしあなたが翌日早朝から仕事に行かなければならないのに、周りの方がうるさくて、眠れなかったら、どのように感じますか？疲れた状態で出勤することになり、大変ですよ。いやな気持ちになりますよね。ですから、自分の楽しみだけでなく、周りの人のことも考えることも大切です。夜10時以降はカラオケをせず、洗濯機やドライヤーなどの大きな音が出るものを使用せず、大きな声で話したり笑ったりしないでください。

5月にはゴールデンウィークという長い休みがあります。会社によって休みの日数は異なり、短いところもあれば、1週間ほど休みになるところもあります。必ず自分の会社の勤務スケジュールを確認し、休みを間違えないようにしてください。間違えると、仕事の進行に影響が出たり、会社に迷惑をかけてしまいます。また、長期休暇中に旅行などで長期間外出する場合は、事前に会社へ報告し、許可を得てください。会社は皆さんをご家族からお預かりしている立場であり、安全を守る責任があります。何も言わずに外出してしまうと、万が一トラブルが発生した際に、会社が皆さんの居場所を把握できず、対応が難しくなります。皆さんの安全と周囲への配慮のため、ルールを守って行動してください。さらに、長期連休中に会社の許可なく友人や恋人を寮に連れてくることは禁止されています。寮は会社の所有物です。会社の許可を得ずに連れてきた場合、その方は不法侵入とみなされる可能性があります。

NHỮNG SỰ VIỆC GẦN ĐÂY

Có bạn thực tập sinh để xe đạp lung tung ở không được quy định và không khoá xe nên đã bị trộm mất xe. Dù có báo cảnh sát thì cũng có khả năng không tìm lại được. Trong trường hợp như vậy, các bạn sẽ làm thế nào? Xe đạp là tài sản công ty cho các bạn mượn để đi làm, nếu làm mất, các bạn sẽ đi làm bằng phương tiện gì, và các bạn có nghĩ sẽ đền lại cho công ty hay không. Các bạn lưu ý, phải để xe ở đúng nơi quy định và luôn phải khoá xe khi không dùng.

Các bạn sang Nhật vì điều gì? Có phải sang để làm việc và tiết kiệm tiền hay không? Tại sao có những bạn lại đi muộn, về sớm, hay nghỉ làm nhiều ngày liên tục? Nếu là vì lí do sức khỏe, hãy nhanh chóng thông báo, xin phép công ty, và đi bệnh viện sớm nhất có thể. Tuyệt đối không tự ý hành động theo ý mình mà chưa có sự bàn bạc, thảo luận với nghiệp đoàn và công ty, tránh những hậu quả nặng nề hơn.

Tháng trước, tại ký túc xá của nghiệp đoàn đã có phản ánh từ những người xung quanh rằng: “Thực tập sinh hát karaoke gây mất trật tự đến khuya làm ảnh hưởng đến giấc ngủ của mọi người.” Hãy thử nghĩ, nếu hôm sau bạn phải đi làm từ sáng sớm mà mọi người xung quanh lại ồn ào khiến bạn không ngủ được, bạn sẽ cảm thấy như thế nào? Bạn sẽ phải đi làm trong trạng thái mệt mỏi, rất vất vả đúng không? Và cũng sẽ cảm thấy khó chịu đúng không? Vì vậy, đừng chỉ nghĩ đến niềm vui của bản thân, hãy quan tâm đến những người xung quanh. Các bạn chú ý, sau 10 giờ tối, tuyệt đối không hát karaoke, không sử dụng các thiết bị gây tiếng ồn lớn như máy giặt, máy sấy tóc, không nói chuyện hay cười lớn tiếng.

Tháng 5 có kỳ nghỉ dài gọi là Tuần Lễ Vàng. Tùy theo công ty mà số ngày nghỉ sẽ khác nhau, có nơi nghỉ ngắn, có nơi nghỉ khoảng 1 tuần. Hãy kiểm tra lịch làm việc của công ty mình để tránh nhầm ngày nghỉ. Nếu nhầm, sẽ ảnh hưởng đến tiến độ công việc và gây phiền hà cho công ty. Ngoài ra, trong thời gian nghỉ dài, nếu bạn đi du lịch hoặc ra ngoài trong thời gian dài, hãy báo trước và xin phép công ty. Công ty đang ở vị trí thay mặt gia đình quản lý các bạn và có trách nhiệm đảm bảo an toàn cho các bạn. Nếu tự ý ra ngoài mà không báo cáo, khi xảy ra sự cố, công ty sẽ không thể biết bạn đang ở đâu và sẽ rất khó xử lý. Vì sự an toàn của bản thân và sự quan tâm của những người xung quanh, hãy tuân thủ quy định khi hành động. Ngoài ra, trong kỳ nghỉ dài, việc tự ý dẫn bạn bè hoặc người yêu vào ký túc xá mà không có sự cho phép của công ty là bị cấm. Ký túc xá là tài sản của công ty. Nếu đưa người lạ vào mà không xin phép, bạn của bạn cũng có thể bị coi là xâm nhập bất hợp pháp.