

広報ひこね (ベトナム語版)
BẢN TIN CỘNG ĐỒNG

KOHO HIKONE 8



Trang Bản tin cộng
đồng Koho Hikone



Trang Facebook
tiếng Việt



Trang Web thành
phố Hikone

Tháng 8/2026

- Thông báo, Sức khỏe – phúc lợi (Trang 3-4)
- Văn hóa thể thao, Khám sức khỏe trẻ sơ sinh & trẻ nhỏ (Trang 5)
- Nuôi dạy trẻ - giáo dục (Trang 6-7)
- Tư vấn, Thông tin sức khỏe (Trang 7-8)
- Tin tức bóng đá, Giải marathon thành phố Hikone (Trang 9)
- Cách xử lý rác, v.v. (Trang 10)



Liên hệ	Số điện thoại
Tòa thị chính Hikone	0749-22-1411 (Tổng đài)
Ban chính sách nhân quyền (Để nói chuyện với thông dịch viên của chúng tôi, hãy gọi số bên phải.)	0749-30-6113

Quý vị có thể yêu cầu thông dịch viên tiếng Việt tại quầy hướng dẫn tổng hợp (tầng 1) của Tòa thị chính Hikone. Quý vị cũng có thể nói chuyện với thông dịch viên của chúng tôi qua điện thoại.

Hãy nói “**BETONAMUGO TSUYAKU ONEGAI SHIMASU** (Xin hãy gọi thông dịch tiếng Việt)” tại Tòa thị chính hoặc khi gọi điện qua tổng đài.

Phiên bản tiếng Việt này của Bản tin cộng đồng KOHO HIKONE được phát hành hàng tháng.

Bản tin cộng đồng ngoại ngữ này hiện có tại:		
• Trung tâm phúc lợi Hikone	• Nakachiku Kominkan	• TRIAL Hikone
• Thư viện thành phố Hikone	• “Gyomu Super” (Toga-cho)	• Inaechiku Kominkan
• Tòa thị chính Hikone tầng 1	• Beisia Hikone	• Mega Don Kihote Toyosato
• AEON TOWN Hikone	• Bệnh viện Hikone Shiritsu	• DonKihote Hikone

DỊCH VỤ THÔNG DỊCH

Dịch vụ thông dịch của chúng tôi được cung cấp tại Tòa thị chính Hikone.

Vui lòng nói “*Betonamugo-tsuyaku-onegai-shimasu*” 【べとなむご つうやく おねがいします】 tại quầy hướng dẫn tổng hợp của Tòa thị chính. Giờ mở cửa: ngày thường **9:00 – 16:45**

*Phiên dịch tiếng Việt: thứ 3, 5, 6 hàng tuần.

Thời gian dịch vụ thông dịch của chúng tôi có thể thay đổi.



LỚP HỌC TIẾNG NHẬT Ở HIKONE

XIN HÃY GỌI ĐIỆN TRƯỚC KHI ĐẾN



NGÀY	THỜI GIAN	ĐỊA ĐIỂM	LIÊN LẠC	HỌC PHÍ
Thứ bảy (Từ ngày 13 tháng 9~) (14:00-16:00)		Naka-chiku Kouminkan	Hikone Kokusai Kouryu-kai VOICE ☎ 090-5156-6916	Miễn phí
Thứ hai ~ thứ sáu	① 9:30 - 10:50 a.m. ② 11:00 - 12:20 p.m. ③ 13:30-14:50 p.m. ④ 15:00-16:20 p.m. ⑤ Lớp học ONLINE (1h vào trưa hoặc tối)	Innovation Office (NAYASHICHI)	Lớp học tiếng Nhật Weekday ☎ 070-5661-7345	200 yên/ 1 lần
Thứ bảy Tuần 1, 3, 4	10:00 - 11:30	Higashi-Chiku Kouminkan	Hikone Unesco kyoukai (đối tượng: từ trẻ nhỏ đến học sinh trung học phổ thông) Lớp học tiếng Nhật cho trẻ em “JUMP” (người phụ trách: Ebata) ☎ 090-2384-9760	200 yên/ 1 lần

• Học viện tiếng Nhật motherlake (Mazaleku nihon gakuin)

Đang mở lớp học dành cho người lần đầu học tiếng Nhật. Để biết thông tin chi tiết xin vui lòng liên hệ!

Địa điểm: Omi furusato kaikan

Số điện thoại: học viện tiếng Nhật motherlake ☎ 0749-47-3447

THÔNG BÁO

HỘI CHỢ VIỆC LÀM SHIGA HÈ 2026

Đây là buổi hội thảo giới thiệu việc làm với sự tham gia của 60 công ty trong tỉnh.

Thời gian: ngày 5 tháng 8 (thứ tư) 10 : 00~16 : 20

Địa điểm: khách sạn Kusatsu Estopia (thành phố Kusatsu)

Đối tượng: người dự định tốt nghiệp đại học, v.v, từ tháng 3/2027 trở đi, người đang tìm việc sau khi tốt nghiệp trong vòng 3 năm, người đang tìm việc dưới 35 tuổi

Liên hệ: Shiga job park (hello work hỗ trợ mới tốt nghiệp Shiga) ☎077-563-0301



PHIÊN CHỢ BUỔI CHIỀU & TỐI Ở HIKONE

Với khẩu hiệu “An toàn thực phẩm”, “Hàng địa phương tiêu thụ tại địa phương”, “Hàng thủ công”, phiên chợ bán các loại rau địa phương, đậu phụ, món ăn từ cá hồ, các mặt hàng thủ công, v.v.

Thời gian: Ngày 23/8 (Chủ nhật) 15:00~20:00

Địa điểm: Đền Gokoku (Osuecho, Shiga)

MỞ CỬA CẤP THẺ MY NUMBER VÀO NGÀY LỄ

Mở quầy tiếp nhận riêng cho các thủ tục liên quan đến thẻ My Number như cấp mới, gia hạn, cài lại mặt khẩu, v.v..

Thời gian: Ngày 13 tháng 9 (chủ nhật), từ 9:30 - 13:00

(Thời gian tiếp nhận: 9:30 - 12:30)

Địa điểm: Tầng 1 tòa nhà chính Tòa thị chính (Motomachi)

Đặt lịch hẹn: Người đến nhận thẻ cần phải đặt lịch hẹn trước bằng cách gọi điện hoặc điền form trên web (QR code)

Cần mang theo: Giấy tờ xác minh danh tính, v.v.

Thông tin khác: Hãy chắc chắn liên hệ trước nếu có điều gì chưa rõ.

Liên hệ: Ban Dịch vụ đời sống (Raifu sabisu-ka) ☎30-6151 FAX: 22-1398



HÃY CÙNG TƯỞNG NIỆM CÁC NẠN NHÂN VÀ CẦU NGUYỆN CHO HÒA BÌNH VÀO NGÀY XẢY RA VỤ NÉM BOM NGUYÊN TỬ

Để tưởng niệm các nạn nhân đã mất trong vụ ném bom nguyên tử tại Hiroshima và Nagasaki và cầu nguyện cho hòa bình vĩnh viễn trên thế giới, xin mọi người hãy dành một phút mặc niệm vào thời khắc quả bom nguyên tử được thả xuống (phát nổ)

【Thành phố Hiroshima】 ngày 6 tháng 8 (thứ năm) 8 : 15

【Thành phố Nagasaki】 ngày 9 tháng 8 (chủ nhật) 11 : 02

Thông tin khác: trên trang web Tp Hikone có giới thiệu những thông tin hữu ích phục vụ việc tìm hiểu, học tập về bom nguyên tử và hòa bình.

Liên hệ: Ban tổng vụ ☎30-6100 FAX:22-1398

VÀO NGÀY 29 THÁNG 8 (THỨ BẢY), TRUNG TÂM DỊCH VỤ KHÁCH HÀNG VỀ PHÍ CẤP THOÁT NƯỚC SẼ TAM THỜI ĐÓNG CỬA

Đối với các thủ tục tại quầy như đăng ký mở hoặc ngừng sử dụng dịch vụ cấp thoát nước, thanh toán tiền phí và tiếp nhận yêu cầu qua điện thoại, xin vui lòng thực hiện từ ngày 30 (chủ nhật) trở đi.

Liên hệ: Ban nghiệp vụ cấp thoát nước ☎22-2722 FAX: 24-4054

TUẦN LỄ TĂNG CƯỜNG “TƯ VẤN NHÂN QUYỀN TRẺ EM” TRÊN TOÀN QUỐC

Nhân viên cục pháp vụ và Ủy viên bảo vệ nhân quyền sẽ tiếp nhận tư vấn về mọi vấn đề liên quan đến quyền trẻ em như bắt nạt, bạo lực thể chất, ngược đãi, bỏ học, v.v. (tư vấn miễn phí, giữ bí mật tuyệt đối).

Thời gian: ngày 28/8 (thứ sáu)~ngày 3/9 (thứ năm) 8 : 30~19 : 00
(thứ bảy, chủ nhật : 10h00~17h00)

[Điện thoại tư vấn (gọi miễn phí)] 0120-007-110

Liên hệ: Ban bảo vệ nhân quyền Cục pháp vụ thành phố Otsu ☎077-522-4673

THAY ĐỒNG HỒ NƯỚC (TỪ THÁNG 8~THÁNG 12)

Trong số các đồng hồ nước, những đồng hồ đến thời hạn kiểm định theo Luật đo lường sẽ được tiến hành thay thế (trừ các đồng hồ tham khảo do cá nhân tự lắp đặt).

▶ người dân không cần phải có mặt khi tiến hành thay thế đồng hồ (ngoại trừ trường hợp đồng hồ đặt trong nhà, v.v.), nhưng nhân viên thi công sẽ đi vào khuôn viên nhà.

▶ việc thay thế sẽ được thực hiện bởi nhân viên của đơn vị thi công có mang theo “量水器取替業務従事者証=Giấy chứng nhận người thực hiện công tác thay thế đồng hồ” do thành phố cấp.

▶ người sử dụng không phải trả chi phí cho việc thay thế.

Liên hệ: Trung tâm dịch vụ khách hàng về phí cấp thoát nước thành phố HikoneHikone

☎ 27-2802 FAX: 27-2803

SỨC KHỎE – PHÚC LỢI

MỞ “HỘI CHỢ VIỆC LÀM CÔNG VIỆC PHÚC LỢI”!

Tổ chức các khu vực giới thiệu nơi làm việc do nhân viên các đơn vị thực hiện và khu vực tư vấn cá nhân, nhằm hỗ trợ hoạt động tìm việc trong lĩnh vực phúc lợi.

Thời gian: ngày 27 tháng 8 (thứ năm) 13 : 30~15 : 30

Địa điểm: Proseed Arina HIKONE (Koizumi-cho)

Đối tượng: người có nguyện vọng làm việc tại những nơi có liên quan đến phúc lợi nằm trong khu vực koto (phía đông hồ) (gồm: Tp Hikone, Aisho-cho, Toyosato-cho, Kora-cho, Taga-cho), v.v.

Liên hệ: Ban xúc tiến phúc lợi cao tuổi ☎ 24-0828 FAX: 24-5870

VĂN HÓA THỂ THAO

GIẢI ĐẤU GIAO HỮU TRƯỚC MÙA GIẢI CỦA SHIGA LAKES

Shiga Lakes tổ chức trận đấu giao hữu trước mùa giải tại thành phố

Hikone.

Thời gian: ▶ ngày 29/8 (thứ bảy) với đội Fukui blowinds

▶ ngày 30/8 (chủ nhật) với đội vs Ryukyu golden kings

※trận đấu của các ngày bắt đầu lúc 14h05

Địa điểm: Proseed Arina HIKONE (Koizumi-cho)

Khác: để biết chi tiết, vui lòng xem trang web của Shiga Lakes

Liên hệ: CTCP Shiga Lakes Bộ phận phụ trách vé ☎0120-976-509

(thứ ba~thứ sáu 10 : 00~17 : 00)



KHÁM SỨC KHỎE TRẺ SƠ SINH & TRẺ NHỎ (đặt lịch trước)

▶ Không có giấy thông báo riêng đến từng cá nhân, vì vậy quý vị vui lòng xác nhận những thông tin cụ thể như: đồ vật cần mang theo và thông tin chi tiết về đặt lịch, v.v, tại trang web của thành phố Hikone/ App Hikone suku suku (bằng cách quét mã QR code bên dưới).



Nhóm tuổi	Ngày khám (tháng 9)	Đối tượng khám
10 tháng tuổi	Ngày 8 (Thứ ba)	Các bé sinh từ 16/10~31/10 năm 2025
	Ngày 16 (Thứ tư)	Các bé sinh từ 1/11~15/11 năm 2025
1 năm 6 tháng tuổi	Ngày 11 (Thứ sáu) Ngày 18 (Thứ sáu)	Các bé sinh trong tháng 2 năm 2025
2 năm 6 tháng tuổi	Ngày 10 (Thứ năm) Ngày 17 (Thứ năm)	Các bé sinh trong tháng 2 năm 2024
3 năm 6 tháng tuổi	Ngày 7 (Thứ hai) Ngày 14 (Thứ hai)	Các bé sinh trong tháng 2 năm 2023

※ Đối với trẻ 1 tháng tuổi & 4 tháng tuổi vui lòng đến khám tại các cơ sở y tế.

※[Cách thức đặt hẹn khám sức khỏe trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ]

Thông qua App: **Hikone Suku Suku** (QR code→)

Địa điểm: Kusunoki centa (Hassaka-cho)

Liên hệ: Ban sức khỏe mẹ và bé (Boshi hoken-ka)

☎ 0749-24-3931 FAX 0749-24-5870



▶ Thông tin liên hệ nếu bạn cần đặt lịch hỗ trợ phiên dịch tiếng Việt trong ngày khám:

Trung tâm hỗ trợ người nước ngoài Hikone - Ban chính sách nhân quyền TP. Hikone

☎0749-30-6113

☆ NUÔI DẠY TRẺ - GIÁO DỤC ☆

HỖ TRỢ GIA ĐÌNH CHA HOẶC MẸ ĐƠN THÂN

Có nhiều chế độ hỗ trợ gia đình cha hoặc mẹ đơn thân như ở bảng dưới đây.

Để tiến hành các loại hỗ trợ, có các giới hạn chẳng hạn như giới hạn về thu nhập hoặc điều kiện áp dụng, giới hạn số tiền hỗ trợ. Vui lòng liên hệ các ban để biết thông tin chi tiết! Ngoài ra, ngay cả trước khi trở thành gia đình cha/mẹ đơn thân, Ban hỗ trợ trẻ em & thanh thiếu niên cũng có tư vấn trước khi ly hôn. Nếu như có nguyện vọng, vui lòng liên lạc cho chúng tôi trước khi đến.

Chủ đề	Nội dung	Liên hệ
Có điều phiền não/ khó khăn	Chuyên viên hỗ trợ tự lập mẹ con/cha con, hoặc chuyên viên xúc tiến phúc lợi gia đình cha hoặc mẹ đơn thân ở các địa phương sẽ tư vấn.	Ban hỗ trợ trẻ em & thanh thiếu niên  49-2251 FAX 26-1768
Hỗ trợ liên quan đến thỏa thuận chi phí nuôi con	Chúng tôi hỗ trợ chi phí cho việc lập văn bản công chứng về thỏa thuận tiền nuôi dưỡng hoặc nộp đơn hòa giải tại Tòa án gia đình. Vui lòng nộp đơn đăng ký hỗ trợ trong vòng 6 tháng kể từ khi lập văn bản công chứng (hoặc sau khi hòa giải thành công).	
Tư vấn việc làm / chuyển việc	Đối với người có nguyện vọng đi làm/chuyển việc, nhân viên chương trình hỗ trợ tự lập gia đình cha/mẹ đơn thân sẽ liên kết với các cơ quan có liên quan để tiến hành hỗ trợ liên quan đến việc làm.	
Lấy chứng chỉ	[Tiền hỗ trợ tập huấn đào tạo giúp tự lập cho gia đình cha hoặc mẹ đơn thân] Hỗ trợ một phần tiền học phí cho người đã học khóa tập huấn đào tạo để lấy chứng chỉ hoặc kỹ năng để đi làm (nếu có thể nhận tiền trợ cấp tập huấn đào tạo của chế độ bảo hiểm việc làm, sẽ được chi trả số tiền chênh lệch).	
	[Tiền trợ cấp thúc đẩy đào tạo nghề cao hơn cho gia đình cha hoặc mẹ đơn thân] Chi trả tiền trợ cấp thúc đẩy tập huấn trong một khoảng thời gian nhất định khi đang học nghề cho người học nghề ở trường đào tạo lấy chứng chỉ những ngành y tá, điều dưỡng phúc lợi, giáo viên mầm non, v.v...cần phải tập huấn một thời gian để có thể đi làm.	
Cho mượn tiền đi học, v.v.	[Cho vay vốn phúc lợi cho mẹ con, cha con và góa phụ] Có chương trình cho vay vốn để trang trải chi phí học tập như chuẩn bị nhập học, học phí khi con của gia đình đơn thân học trung học phổ thông (cấp 3) hoặc đại học.	
Chi trả trợ cấp nuôi con (Jido fuyo teate)	[Chi trả trợ cấp nuôi con] Trợ cấp dành cho cha/mẹ đơn thân do ly hôn, v.v, hoặc người thay mặt cha mẹ nuôi dưỡng trẻ em.	
Tạo địa điểm dành cho trẻ em	Có địa điểm để giao lưu với người lớn và sinh viên đại học của địa phương, thông qua việc hỗ trợ học hành và cung cấp bữa ăn cho đối tượng là học sinh cấp 2, v.v.	

Trợ cấp phí y tế	Hỗ trợ phần phí y tế trong phạm vi áp dụng của bảo hiểm y tế mà cá nhân tự trả khi đi khám tại cơ sở y tế.	Ban bảo hiểm hưu trí ☎ 30-6136 Fax:22-1398
Giảm thuế	Người có tổng thu nhập năm trước dưới mức tiêu chuẩn, và có con cùng sinh kế, có thể sẽ được khấu trừ do là cha/mẹ đơn thân cho phần thuế thu nhập và thuế dân trú. Nếu tổng thu nhập năm trước dưới mức tiêu chuẩn, có thể sẽ được miễn thuế cư trú.	Ban thuế vụ ☎ 30-6140 Fax:22-3052

TUYỂN SINH TRƯỜNG TORIIMOTO GAKUEN (TRƯỜNG TIỂU HỌC VÀ TRUNG HỌC CƠ SỞ LIÊN THÔNG) NĂM HỌC 2027

Đối tượng: học sinh vào tiểu học, trung học cơ sở năm học 2027 có đăng ký cư trú trong thành phố

Giới hạn số lượng: khoảng 20 người mỗi cấp tiểu học và THCS

Thời gian tuyển sinh: từ ngày 1/12/2026 (thứ ba)~ngày 21/1/2027 (thứ năm)

< Buổi tham quan trường > ngày 16/9 (thứ tư), ngày 17/9 (thứ năm), ngày 18/9 (thứ sáu)

< Buổi giải thích dành cho phụ huynh > ngày 18/9 (thứ sáu) 14 : 45~15 : 45

Địa điểm: Trường THCS Toriimoto (Toriimoto-cho)

Thông tin khác: Thông tin chi tiết như cách thức đăng ký, v.v, vui lòng xem trang wen Tp Hikone.

Liên hệ: Ban giáo dục trường học ☎24-7973 FAX: 23-9190

LỚP HỌC TRẺ EM HÃY CÙNG LÀM XÀ PHÒNG TRONG SUỐT

Hãy chào đón các bạn từ trường trung học công nghiệp Hachiman của tỉnh, và cùng làm xà phòng trong suốt độc đáo của riêng mình.

Thời gian: ngày 19 tháng 8 (thứ tư) 13 : 00~14 : 30

Đối tượng: học sinh tiểu học & THCS (Hs tiểu học có phụ huynh đi cùng)

Giới hạn: 15 người (ưu tiên thứ tự đăng ký) **Chi phí:** 500 yên

Đăng ký: qua điện thoại hoặc đến trực tiếp từ ngày 4/8 (thứ ba)~12/8 (thứ tư)

Địa điểm/liên hệ: Trung tâm trẻ em (Hinatsu-cho) ☎28-3645 FAX: 28-3646



TƯ VẤN

(Ngày tư vấn không bao gồm các ngày nghỉ lễ)

Tư vấn về Pháp luật bởi luật sư (cần đặt lịch trước)	THỨ SÁU, Ngày 28/8 13:00 - 16:00 ※5.500 yên/1 lần (Bắt đầu nhận đặt lịch từ 9:00, Thứ tư, Ngày 19/8) Mỗi lần tư vấn là 30 phút/người	Ban xúc tiến Phát triển Cộng đồng Hikone (Machi zukuri suishin-ka)	☎0749-30-6117
Tư vấn qua điện thoại về Akiya (nhà trống)	THỨ HAI → THỨ SÁU 10:00 – 18:00	Văn phòng ngân hàng Akiya (nhà trống) thành phố Hikone (Maetani san)	☎0749-23-2123

Tư vấn phục hồi sức khỏe cho bệnh nhân ung thư	THỨ HAI → THỨ SÁU 9:00 – 16:00 (Ưu tiên người đặt trước)		
Tư vấn cá nhân để làm việc trong quá trình điều trị ung thư	- Hỗ trợ tìm việc Thứ tư, Ngày 2/9 13:30 – 15:30 (chỉ dành cho người đặt trước) - Hỗ trợ tiếp tục làm việc Thứ tư, Ngày 19/8 13:30 – 15:30 (chỉ dành cho người đặt trước)	Trung tâm tư vấn ung thư bệnh viện thành phố (Shiritsu Byoin)	☎0749-22-6050
Tư vấn về sự phát triển (khuyết tật) (cần đặt lịch trước)	THỨ HAI → THỨ SÁU 8:30 – 17:15 (chỉ dành cho người đặt trước)	Trung tâm hỗ trợ phát triển	☎0749-26-8282
Tư vấn phát triển ngôn ngữ	THỨ HAI → THỨ SÁU 8:30 – 17:15 (chỉ dành cho người đặt trước)		
Tư vấn về đời sống tiêu dùng	THỨ HAI → THỨ SÁU ① 9:00 – 12:00 ② 13:00 – 16:15	Trung tâm đời sống tiêu dùng thành phố Hikone	☎0749-30-6144
Tư vấn nhân quyền bằng ngoại ngữ qua điện thoại	THỨ HAI – THỨ SÁU 9:00 – 17:00 (không bao gồm cuối năm đầu năm)		☎0570-090-911
Tư vấn về tai nạn giao thông	THỨ BA & THỨ NĂM 9:00-12:00, 13:00-16:00	Trung tâm tư vấn tai nạn giao thông tỉnh Chi nhánh Hikone	☎0749-27-2230
Tư vấn gia đình và tư vấn cuộc sống liên quan đến trẻ em và thanh thiếu niên (thói quen sinh hoạt, tự cô lập, ngược đãi, v.v.)	THỨ HAI – THỨ SÁU 9:00 - 16:45	Bộ phận tư vấn trẻ em & thanh thiếu niên Ban hỗ trợ trẻ em & thanh thiếu niên	☎0749-26-0994
Đường dây nóng tư vấn bắt nạt	THỨ HAI – THỨ SÁU (trừ lễ, cuối năm đầu năm) Sáng 9:00 - chiều 5:00	Ban hỗ trợ trường học, nhân quyền và phòng chống bắt nạt	☎0749-24-7977
Tư vấn phụ nữ về DV, v.v.	THỨ HAI – THỨ SÁU (trừ lễ, cuối năm đầu năm) 9:00-16:45	TT trẻ em & gia đình Tp Hikone (Ban hỗ trợ trẻ em và thanh thiếu niên Trung tâm phúc lợi thành phố Hikone)	☎0749-49-2251

THÔNG TIN SỨC KHỎE

HÃY KIỂM TRA VIỆC TIÊM CHỦNG TRONG KỲ NGHỈ HÈ

Tiêm chủng định kỳ ở trẻ em đã được định sẵn thời gian như: mũi vắc xin sởi/rubella chỉ có thể tiêm trong vòng 1 năm trước khi vào tiểu học, hay mũi tiêm giai đoạn 2, hỗn hợp 2 loại vắc xin thì tiêm vào năm thứ 6 tiểu học, v.v. Ngoài ra, xin hãy tận dụng kỳ nghỉ dài và nhanh chóng đi tiêm các loại như vắc xin viêm não Nhật Bản hoặc vắc xin HPV.

Liên hệ: Ban xúc tiến sức khỏe ☎24-0816 FAX 24-5870

TIẾN LÊN NÀO REILAC!

Liên hệ: Phòng xúc tiến hợp tác J-League

☎22-5955 (Nằm trong Ban thúc đẩy thể thao) FAX: 23-2660



Hãy cổ vũ thật nhiệt tình tại sân vận động Heiwado HATO!

Ngày 9 tháng 8 (chủ nhật) vào lúc 18h30 với đội FC Gifu (Trận đấu khai mạc giải J-League)

Ngày 30 tháng 8 (chủ nhật) vào lúc 18h30 với đội Gainare Tottori

HÃY CHẠY XUYỀN QUA HIKONE MÙA THU! GIẢI CHẠY MARATHON THÀNH PHỐ HIKONE LẦN THỨ 39 TỔ CHỨC VÀO NGÀY 8 THÁNG 11 (CHỦ NHẬT)

Tuyển người tham gia chạy

Đối tượng: học sinh tiểu học trở lên

Giới hạn số lượng: 3,000 người [ưu tiên theo thứ tự đăng ký]

(Cự ly 3km: 800 người, cự ly 5km: 600 người, cự ly 10km: 1,600 người)

Địa điểm: Sân vận động Heiwado HATO và các tuyến đường xung quanh thành Hikone

Lệ phí: 1,900 yên~4,800 yên (khác nhau tùy theo từng hạng mục)

Đăng ký: qua web form (mã QR) từ ngày 15/7 (thứ tư)~ngày 4/9 (thứ sáu)

Tặng áo phong thiết kế riêng
in hình Hikonyan!



Tuyển tình nguyện viên hỗ trợ

Đăng ký: gọi điện hoặc qua web form (mã QR) từ ngày 15/7 (thứ tư)~ngày 31 tháng 8 (thứ hai)

※không nhận đăng ý đối với người chưa thành niên.



Tặng mũ thiết kế riêng của giải
đấu có hình Hikonyan! (mẫu thiết
kế được công bố trên Instagram)



Liên hệ: Văn phòng ủy ban tổ chức giải marathon
thành phố Hikone (thuộc Ban xúc tiến thể thao)

☎22-5955 FAX: 23-2660

Instagram

Từ giải đấu lần này, ban tổ chức mở tài khoản Instagram.
Tài khoản sẽ cung cấp các thông tin và thông báo mới nhất
liên quan đến giải. Rất mong nhận được sự quan tâm và theo dõi
của quý vị!



@HIKONECITYMARATHON

BẠN CÓ THỂ BẮT ĐẦU TỪ BÂY GIỜ!
KHUYẾN NGHỊ ĐỂ GIẢM BỚT CHẤT THẢI!!

Liên hệ: Ban môi trường sống ☎ 30-6116 FAX: 27-0395

CHỦ ĐỀ LẦN 13: GIẢM THIỂU RÁC HỮU CƠ BẰNG 3 CÁCH ③ DÙNG HẾT

Khoảng 30% rác đốt cháy của thành phố Hikone là rác thải hữu cơ. Hãy cùng giảm thải thực phẩm bằng 3 cách (để ráo nước-ăn hết-dùng hết)!

Lần này , chúng tôi xin giới thiệu nội dung thứ 3 trong 3 cách : “Dùng hết”

3 cách	☐ Làm ráo nước	☐ Ăn hết	☒ Dùng hết
--------	---------------------------------------	---------------------------------	--

Dùng hết: hãy dùng hết nguyên liệu thực phẩm, không để lãng phí.

Gợi ý ①: Kiểm tra bên trong tủ lạnh

►Dùng hết trước khi quá hạn dùng ngon nhất hoặc hết hạn tiêu dùng

Gợi ý ②:Không mua quá nhiều

►Kiểm tra tủ lạnh trước khi mua và chỉ mua thứ cần thiết theo dự định

Gợi ý ③:Tận dụng hết nguyên liệu bằng cách sáng tạo các món ăn mới

►Dùng hết bằng cách nấu các món biến tấu bằng đồ ăn và nguyên liệu còn thừa



◀ Cơ quan bảo vệ người tiêu dùng Nhật Bản đã giới thiệu 1.000 công thức nấu ăn để không lãng phí nguyên liệu thực phẩm.

Lợi ích	►Có thể hạn chế việc lãng phí chi phí thực phẩm.
	►Lượng rác giảm, dễ mang vác hơn.
	►Giảm việc sử dụng túi rác chỉ định.

►**Hạn dùng ngon nhất:** là thời hạn mà sản phẩm vẫn giữ chất lượng tốt nhất để thưởng thức. Dù quá thời hạn này, sản phẩm không nhất thiết sẽ hỏng hoặc không ăn được nữa ngay, nhưng nên sử dụng hết khi còn ở trạng thái ngon nhất.

►**Hạn tiêu dùng:** là thời hạn mà sau khi hết hạn, không nên tiếp tục ăn nữa. Thông tin này thường được ghi trên các loại thực phẩm dễ hư hỏng. Sau khi mở bao bì, dù vẫn còn trong thời hạn ghi trên nhãn, bạn cũng nên sử dụng càng sớm càng tốt.