

クリスマス・年末・年始 注意事項

2025/12/1
ビジネスアシスト事業協同組合



技能実習生(特定技能外国人)の皆さん、2025年も残すところあと数日となりました。2025年はどのような年でしたか?たくさんの事を学び、たくさんの事に挑戦出来ましたか?

一日一日を大事にし、将来のビジョンを持ち、目標に向かって突き進めるよう、毎日を大切に過ごしましょう。皆様の家族のご健勝とご多幸を心から祈願します。

クリスマス・年末年始とお祝いムードが上がってくる時期ですので、下記事項を注意するようにしてください。くれぐれも迷惑行為を行わないように徹底願います。

●インフルエンザ、ノロウイルス、コロナウイルス対策



- ・手洗い、うがい、マスクの着用、アルコール消毒の噴霧を継続してください。
- ・多くの人が集まる場所ではマスクを着用しましょう。
- ・市外、県外への外出は、必ず連絡をしてください。無断での外出はやめましょう。
- ・体調の異変があった場合はすぐに会社の人に連絡してください。

●体調管理



- ・クリスマス・年末年始で仕事量が増えています。しっかり休息を取りましょう。
- ・次の日が仕事の場合は、早めの就寝をしましょう。※夜のスマホは控えましょう。
- ・熱や体調不良時はすぐに会社に連絡しましょう。
- ・降雪時や路面凍結時は自転車の運転は禁止です。ケガをしないように注意しましょう。

●パーティーやお祝い時の注意



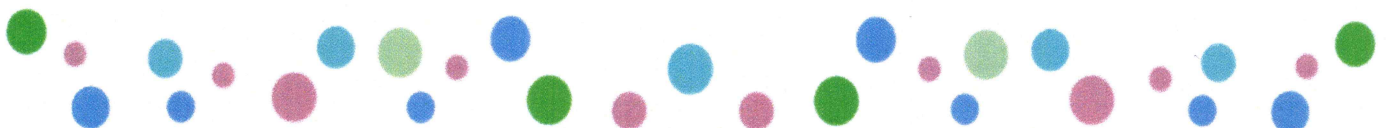
- ・隣の部屋、隣の住民の方の迷惑になる行為はしない事。(騒ぐ、音楽、ミラーボール 等)
- ・部屋で休んでいる人もいますので、大きな声で騒がないでください。
- ・万が一、苦情等の連絡が入ったら、寮・社宅を出て行ってもらいます(寮規定に従って)
- ・年末年始はゴミの日が特殊です。カレンダーを確認し、ルールを守りましょう。

●年末年始の休暇がある企業の実習生



- ・外泊する際は必ず行先を連絡してください。無断での外泊はしないでください。
- ・県外等へ旅行、遊びに行った場合はくれぐれも感染症予防を徹底願います。
- ・部屋は定期的に換気をしてください。暖房の消し忘れに注意ください。
- ・年末に1年の部屋の汚れを掃除しましょう。日本では年末に「大掃除」をします。

技能実習のルール・会社のルール・日本の社会のルールを守りましょう。ルールを守っている実習生は組合も会社もあなたを守れますが、ルールを破る実習生は組合も会社もあなたを守れません。社会人としての自覚を持ちましょう。





Nội dung chú ý dịp Giáng sinh, đầu năm và cuối năm

Ngày 1 tháng 12 năm 2025
Nghị đoàn BusinessAssist



Các bạn thực tập sinh, tokuteiginou thân mến, chỉ còn ít ngày nữa là kết thúc năm 2025. Các bạn đã trải qua năm 2025 như thế nào? Các bạn đã học được nhiều điều, đã thử thách bản thân được nhiều thứ hay chưa? Hãy tận dụng tối đa thời gian mỗi ngày, có tầm nhìn cho tương lai và nỗ lực hướng tới mục tiêu của bạn. Chúng tôi chân thành chúc gia đình bạn sức khỏe.

Vì kỳ nghỉ Giáng sinh và Năm mới là thời điểm mà tâm trạng ăn mừng tăng cao nên các bạn hãy lưu ý những điểm sau. Hãy cố gắng hết sức để không gây ra bất kỳ rắc rối nào.

● Các biện pháp phòng ngừa virus corona, cúm, norovirus



- Thực hiện rửa tay, súc miệng, đeo khẩu trang, khử khuẩn đúng qui định.
- Đeo khẩu trang ở nơi tập trung đông người như nhà ăn,...
- Hãy liên lạc báo cáo khi muốn đi chơi ra khỏi huyện, tỉnh. Không tự ý đi mà không báo cáo.
- Nếu thấy không khỏe, hãy liên hệ ngay với người công ty.

● Quản lý sức khỏe



- Nhiều công ty có lượng công việc tăng đặc biệt vào dịp Giáng sinh, cuối năm đầu năm. Hãy nghỉ ngơi đầy đủ để làm việc được tốt.
- Nếu ngày hôm sau là ngày làm việc, hãy đi ngủ sớm.
- ※ Vui lòng hạn chế sử dụng điện thoại vào ban đêm.
- Nếu thấy không khỏe, sốt,... Hãy liên lạc ngay với công ty.
- Cấm đi xe đạp khi trời có tuyết hoặc đường đóng băng. Hãy cẩn thận để không bị thương.

● Chú ý khi tổ chức tiệc hoặc ăn mừng



- Không có hành động làm phiền đến phòng bên cạnh, đến người dân sống xung quanh. (làm ồn, bật nhạc to, bật đèn chiếu sáng,...)
- Có những người khác đang nghỉ ngơi trong phòng, nên đừng nói to và làm ồn.
- Trường hợp bị phản nản, có thể bạn sẽ phải rời khỏi kí túc (theo qui định của kí túc xá).
- Ngày vứt rác vào dịp cuối năm có thể đặc biệt không theo thường lệ. Hãy kiểm tra lịch vứt rác và làm đúng theo qui định.

● Thực tập sinh của công ty có nghỉ lễ cuối năm đầu năm



- Hãy chắc chắn liên lạc về địa điểm đến khi bạn đi ra ngoài và trở lại.
- Không trở lại khi không được phép.
- Lưu ý rằng có thể bạn phải xét nghiệm PCR khi bạn về từ ngoài tỉnh, hãy hiểu rõ nội dung này.
- Nhớ thông gió thường xuyên. Không quên tắt máy sưởi khi đi ra ngoài.
- Hãy dọn dẹp kí túc sạch sẽ. Ở Nhật có truyền thống tổng vệ sinh vào dịp cuối năm.

Hãy cùng nhau tuân thủ nguyên tắc của người thực tập sinh, nguyên tắc của công ty, nguyên tắc của xã hội Nhật Bản. Thực tập sinh tuân thủ nguyên tắc thì nghị đoàn và công ty có thể hỗ trợ được, thực tập sinh phá vỡ nguyên tắc thì không thể hỗ trợ được. Hãy có hành động đúng đắn tự giác với tư cách là người đã bước ra ngoài xã hội.