

**DANH MỤC HỌC VIÊN CẦN MANG THEO KHI XUẤT CẢNH ĐI THỰC TẬP  
TẠI NHẬT BẢN**

Tiền	かね お金
1	Mang theo 10,000 yên tiền mặt  1万円 <small>まんえん</small> かならず準備する (札・小銭入れのある小さい財布に入れる) ( 1 Ví, 1 Balô xách tay, 1 túi đeo)
Trang phục	衣類 いるい
2	Áo vét ( 1 Cái) (dùng trong trường hợp lạnh)      スーツ (1着) <small>ちやく</small>
3	Áo khoác dày ( 1 Cái)    Áo khoác vừa ( 1 Cái)      ジャンパー (1着) <small>ちやく</small> ジャケット (1着) <small>ちやく</small>
4	Áo len ( 1 Cái)      セーター (1着) <small>ちやく</small>
5	Quần dài <small>なが</small> 長ズボン 2 Cái Quần Âu Đen, 1 Cái Quần Bò ( Ai không muốn mang quần bò cũng được).
6	Đồ ngủ (Có thể mặc khi tập thể dục)      パジャマ (2 Bộ quần áo)
7	Áo lót trắng ( 5 Cái)      下着(半袖) (5枚) <small>したぎ はんそで</small> * 手荷物に 1 枚入れる。 <b>Đề 1 chiếc vào balô</b>
8	Quần lót ( 5 Cái)      パンツ (5枚) <small>まい</small> * 手荷物に 1 枚入れる。 <b>Đề 1 chiếc vào balô</b>
9	Tất ( 5 Đôi)      靴下 (5足) <small>くつした そく</small> * 手荷物に 1 足入れる。 <b>Đề 1 đôi vào balô</b>
10	Áo sơ mi trắng dài tay (2 cái), áo sơ mi trắng cộc tay ( 2 Cái) <small>ながそで</small> 長袖ワイシャツ(2枚)、 <small>まい</small> 半袖ワイシャツ(2枚) * 手荷物に 1 枚入れる。 <b>Đề 1 chiếc vào balô</b>
11	Áo sơ mi màu 白くないシャツ <small>しろ</small> Cộc tay ( 1 Cái) <small>はんそで</small> 半袖 (1枚) / <small>ながそで</small> Dài tay (1 Cái) <small>まい</small> 長袖 (1枚)
12	Áo phông cộc tay ( 3 Cái) <small>はんそで</small> 半袖 T シャツ <small>まい</small> (3枚) Quần đùi( 2 Cái) 半ズボン( 2 枚)
13	Cà vạt ( 2 Chiếc)      ネクタイ (2本) <small>ほん</small> Cà vạt khác màu đen và không được quá lòa lẹt      1 本は黒だめ&派手だめ <small>くろ はで</small>
14	Mũ lưỡi trai (dùng khi hoạt động) ( 1 Chiếc)      帽子 (運動用) <small>ぼうし うんどうよう</small> <b>Khi xuất cảnh đi giày tây đen. Giày thể dục để vào vali</b>
15	Giày tập thể dục <small>うんどうぐつ</small> 運動靴 (1そく) ( 1 Đôi)
16	Khẩu trang y tế 使い捨てマスク (30枚) (30cái) * 出発の時、2-3枚手荷物 <b>Đề 2-3 cái vào balô</b> Khẩu trang vải 布マスク (3 枚) (3cái)

Tên đồ	しなものめい 品物名
17	Khăn tắm (dùng khi tắm)      大きいタオル(2 枚) (風呂用) (2 Chiếc) 100cm x 60cm <small>ふるよう</small>
18	Khăn rửa mặt      小さいタオル(3 枚) 60cm x 30cm (3Chiếc)* 1 枚手荷物 <b>Đề 1 chiếc vào balô</b>
19	Bàn chải đánh răng (3cái)      歯ブラシ (3 本)      * 1 本手荷物 <b>Đề 1 cái vào balô</b>
20	Kem đánh răng(dùng trong 1 tháng)      練り歯磨き(1 本) <b>Đề vào vali</b> 大きいカバン <small>ね はみが</small>

21	Đồ cạo râu (5 cái) <sup>ひげそ</sup> 髯剃り (5本)	Đề vào vali	* 大きいカバン
22	Cắt móng tay (1 cái) <sup>つめき</sup> 爪切り (1つ)	Đề vào vali	* 大きいカバン
23	Xà phòng tắm( 1 Hộp) <sup>せっけん</sup> 石鹸 (1こ)		
24	Bột giặt dạng bột (dùng trong 1 tháng) <sup>せんたくようせんざい</sup> 洗濯用洗剤(1か月分) <sup>げつぶん</sup>	* 新品	chưa mở
25	Dầu gội đầu(dùng trong 1 tháng) シャンプー(1本) 330ml~500ml ( Không sử dụng chai dạng vòi )		
26-1	Khăn giấy (2 gói) テイッシュ (2つ) * 手荷物に1つ入れる。	Đề 1 gói vào balô	
26-2	Khăn mùi xoa (3 cái) ハンカチ (3枚) * 1 chiếc vào túi áo		
27	Kim khâu <sup>はり</sup> 針 2 Cái	Đề vào vali	* 大きいカバン
28	Chỉ (chỉ trắng, chỉ đen) <sup>いと</sup> 糸 (白、黒) <sup>しろ</sup> <sup>くろ</sup>		
29	Kéo nhỏ 小さいはさみ 1 Cái	Đề vào vali	大きいカバン
30	Cốc nhựa (không cần to lắm) プラスチックのコップ (1 Cái)	Đề 1 cái vào balô	
31	Ô, dù gấp <sup>お</sup> 折りたたみの傘 <sup>かさ</sup>	Đề 1 cái vào balô	(1 Cái) * 手荷物
32	Túi nilong (5 cái) ポリぶくろ	Đề 1 cái vào balô	30x20cm * 手荷物に1枚入れる
33	Đồng hồ đeo tay <sup>うでどけい</sup> 腕時計 (1 Chiếc)		
34	Túi xách nhỏ 手提げカバン		
<b>Đồ dùng văn phòng <sup>ぶんぼうぐ</sup> 文房具</b>			
35	Thước kẻ <sup>じょうぎ</sup> 定規 (30cm)		
36	Bút nhớ 蛍光ペン( Tối thiểu 1 Cái, Tối đa 3 Cái)、 Bút xóa <sup>しゅうせい</sup> 修正ペン( 1 Cái)		
37	Bút bi (đỏ, đen) (mỗi loại 2 cái) <sup>あか</sup> <sup>くろ</sup> ボールペン(赤、黒) 2 本ずつ		
38	Bút chì kim シャープペンシル (2 Cái)		
39	Ruột bút chì kim シャープペンシルのしん (1 Hộp)		
40	Bút chì (2 cái) えんぴつ (2本)		
41	Gọt bút chì(1 cái) えんぴつ削り (1個)		
42	Tẩy けしゴム (1 Cái)		
43	Vở mới (2 quyển) あたらしいノート (2 冊)		
44	Từ điển tiếng Nhật (Nhật Việt, Việt Nhật) <sup>にほんご</sup> <sup>じしょ</sup> <sup>にちえつ</sup> <sup>えつにち</sup> 日本語の辞書 (日越・越日) (1 Quyển)	Đề vào vali	
45	Đồng hồ báo thức <sup>めざ</sup> <sup>どけい</sup> 目覚まし時計 (1 Cái) * 電池をとって、大きいカバン (1 Viên Pin)		
46	Sổ ghi chép (2 cuốn) <sup>ちょう</sup> <sup>さつ</sup> メモ帳 (2冊)		* 1 quyển vào túi áo

## 注意 (Chú Ý) !

A) Cấm mang những cái không có trong danh sách kiểm tra.

チェックリストにない物は、持って行かないこと。

B) Nghiêm cấm mang đồ ăn, đồ uống. 食べ物、飲み物は持って行かないこと。

C) Những vật phải thu hồi tại trung tâm thì hãy cho vào túi nhựa và viết số lớp, họ tên trên túi.

(Vật thu hồi) Thẻ SIM, nước hoa, thuốc, thuốc bổ, tông-đơ.

センターで回収する物は、ビニール袋に一つにまとめて入れ、袋にクラス番号・名前を書くこと。

(回収物) SIM カード、香水、薬、サプリメント、バリカン

D) Thông báo cho gia đình và bạn của các bạn về ‘ Không nhận mang giúp đồ người khác sang Nhật từ trường, sân bay ’.

出発の前に、訓練校や、空港で誰からも預かり物をしないことを家族友人に話しておくこと

E) Vali đựng được 20kg là vừa. カバンは 20K g 用であること。

Không được mang hành lý xách tay lên máy bay quá 7kg

手荷物として 7k g 以上のものを飛行機内に持ち込まないこと

Hành lý xách tay

55×36×23cm

F) Khi đến trung tâm thì phải chuẩn bị sẵn ví, hộ chiếu, khăn tay, khăn giấy, sau đó cho vào túi nhỏ.

センターについたら、財布、パスポート、ハンカチ、ティッシュはポケットに入れて準備しておくこと。  
センターですぐチェックする。

Đề vào ba lô quần áo cho 1 lần thay (áo sơ mi, áo lót, quần dài, tất), khăn rửa mặt và cốc nhựa để tắm sau khi đến Trung tâm.

手荷物に、1 回分の着替え (シャツ、下着、ズボン、靴下)、タオル、コップを入れること。センター到着後に入浴するため。

G) Nghiêm cấm thực tập sinh mang theo thuốc uống. Tuy nhiên, đối với những thực tập sinh cần mang theo thuốc để chữa bệnh hiện tại đang mắc phải báo cáo với IM Japan.

薬を持って行かない。ただし、今病気で薬が必要な人は IM Japan に報告すること。

H) Phải luôn luôn có bút bi màu (đen, đỏ), Sổ ghi chép, đồng hồ đeo tay.

ボールペン (黒・赤)、メモ帳、腕時計、はいつも持っていること。

Đề vào túi đeo ngang  
hông dùng khi cần thiết

I) Người lên xe chỉ là thực tập sinh! バスにのる人は、じっしゅうせいだけ!

J) Nếu mang đồ điện thì nhớ chuẩn bị phích cắm chân dẹt và dùng được với điện áp 100V.

電子機器を持参する場合、日本の 100V の電圧に変換できるプラグを準備すること。