|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | ベトナム語 |
| 40 | 健康に注意しましょう | Xin chú ý đến sức khỏe |
| 健康のために、水分をとりましょう。体を動かすこと、睡眠をとることが大切です。災害が起きると、眠ることが難しくなったり、食べたくなくなることがあります。規則正しい生活をすることを意識しましょう。 | Để giữ sức khỏe, nên uống nhiều nước, vận động thân thể và ngủ rất là quan trọng.Nếu thiên tai xảy ra, sẽ trở nên khó ngủ, không muốn ăn.Nên ý thức sinh họat điều độ để giữ sức khỏe. |