|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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. |