

台越照護華語 10-基礎級

文藻外大



高雄榮總



台灣長照產業跨域整合與場域實踐之研究-
以跨國移工文化適應與專業照護技能升級為例

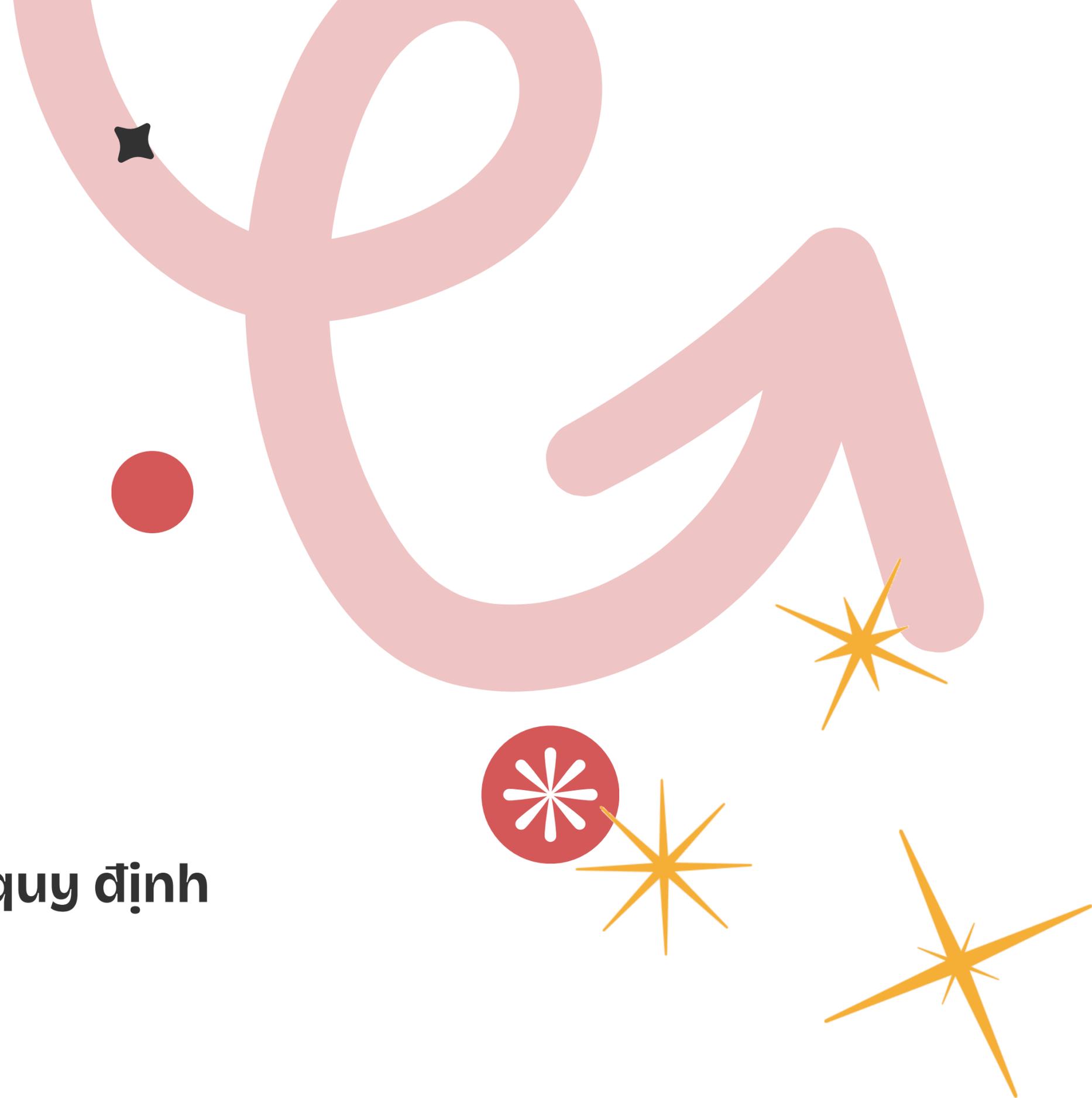
越南照護員在台灣-
生活x工作x文化

華語學院 林雪芳 / 新管學院 廖俊芳
文藻外語大學 2025 越南學伴團隊



第10單元：生活安排與規則

Bài 10 | Sắp xếp sinh hoạt và quy định



教學目標 | Mục tiêu học tập

能用簡單中文說明每日作息與時間安排。

- Có thể nói về sinh hoạt hằng ngày và thời gian biểu bằng tiếng Hoa đơn giản.

能理解並遵守基本生活規則與照護規定。

- Hiểu và tuân thủ các quy định sinh hoạt và chăm sóc cơ bản.

能用禮貌語氣提醒、說明或請對方配合。

- Nhắc nhở và giải thích quy định bằng giọng lịch sự.

中文	拼音	越文
作息	zuòxí	sinh hoạt
規定	guīdìng	quy định
時間	shíjiān	thời gian
早上	zǎoshàng	buổi sáng
中午	zhōngwǔ	buổi trưa
下午	xiàwǔ	buổi chiều
晚上	wǎnshàng	buổi tối
半夜	bànyè	nửa đêm
一大早	yí dà zǎo	sáng sớm
睡覺	shuìjiào	ngủ
休息	xiūxi	nghỉ ngơi
準時	zhǔnshí	đúng giờ

句型練習 |
Luyện mẫu câu

早上七點起床。

Zǎoshàng qī diǎn qǐchuáng.
Bảy giờ sáng thức dậy.

中午十二點吃飯。

Zhōngwǔ shí'èr diǎn chī fàn.
Mười hai giờ trưa ăn cơm.

下午要休息。

Xiàwǔ yào xiūxi.
Buổi chiều cần nghỉ ngơi.

晚上九點睡覺。

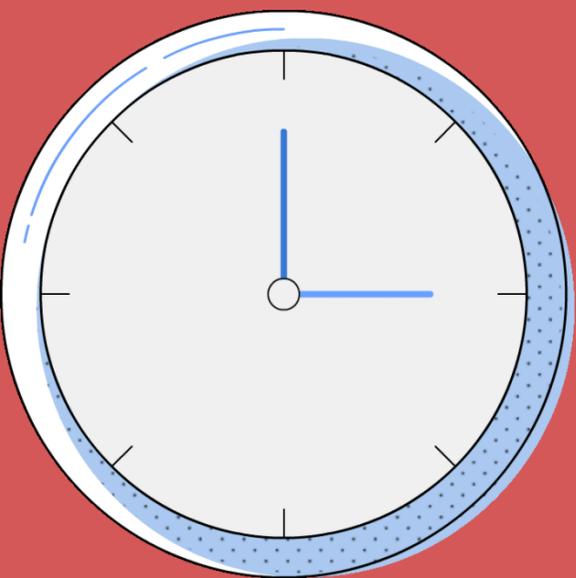
Wǎnshàng jiǔ diǎn shuìjiào.
Chín giờ tối đi ngủ.

請準時。

Qǐng zhǔnshí.
Xin đúng giờ.



情境對話 |
Hội thoại
tình huống



👩⚕️: 這是每天的作息。

Zhè shì měitiān de zuòxí.

Đây là sinh hoạt hằng ngày.

👨: 幾點吃飯?

Jǐ diǎn chī fàn?

Mấy giờ ăn cơm?

👩⚕️: 中午十二點，晚上六點。

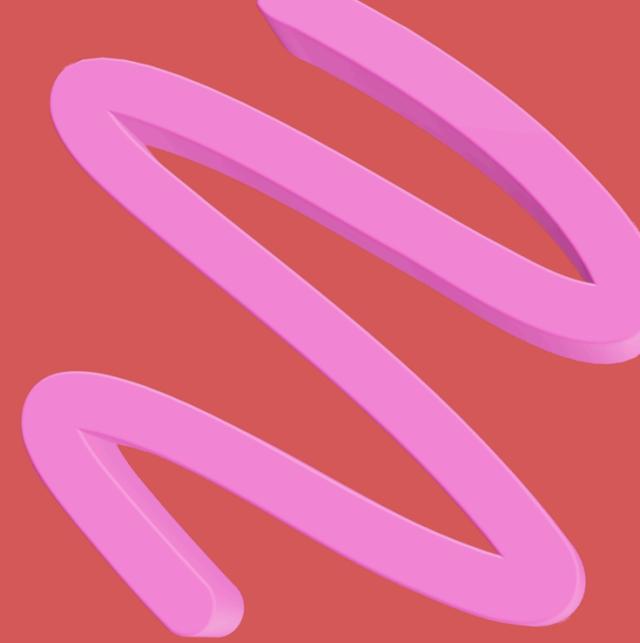
Zhōngwǔ shí'èr diǎn, wǎnshàng liù diǎn.

Mười hai giờ trưa, sáu giờ tối.

👨: 好，我知道了。

Hǎo, wǒ zhīdào le.

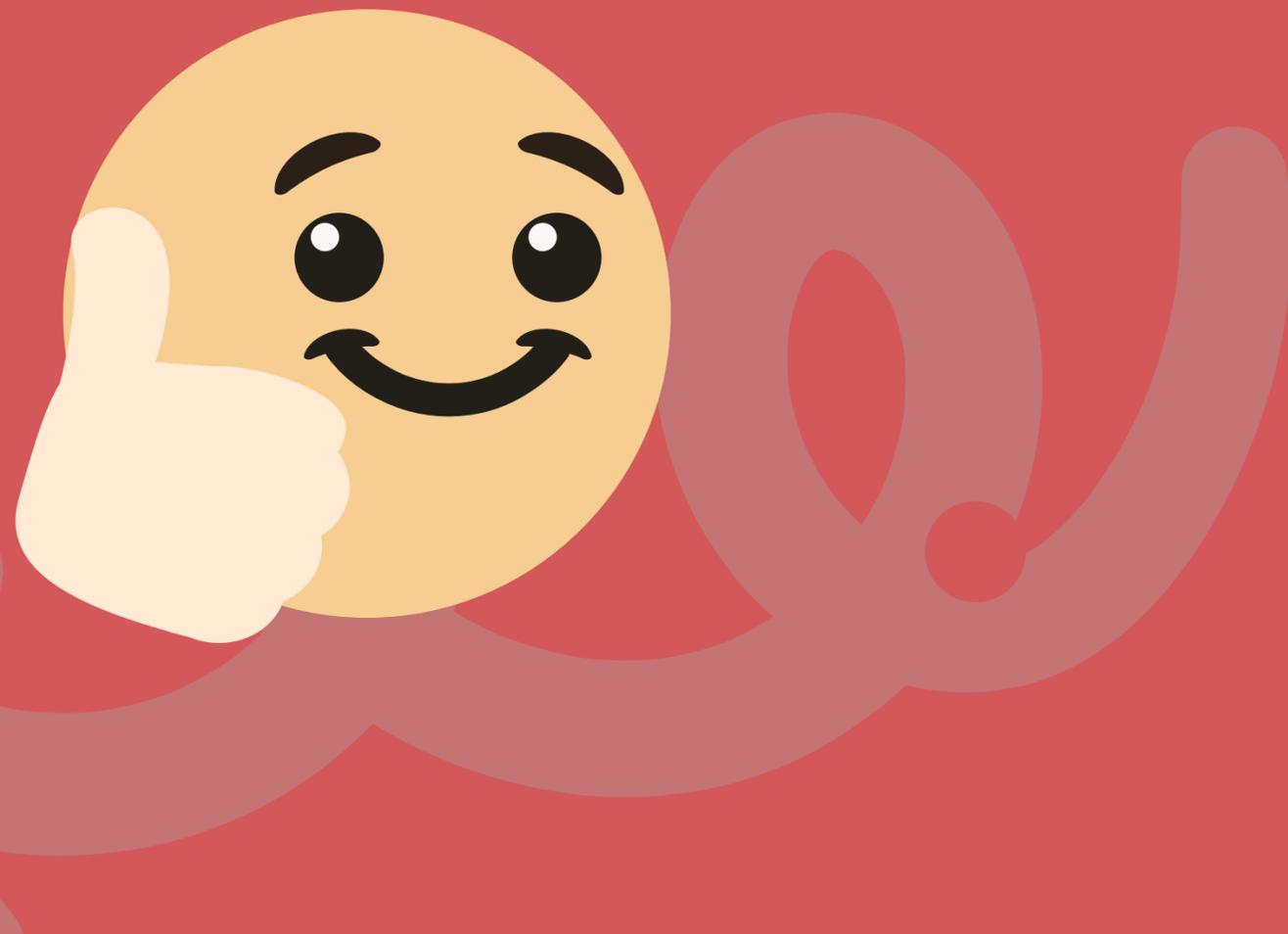
Được, tôi biết rồi.



延伸學習 | Mở rộng học tập

一天作息 |

Sinh hoạt trong ngày



中文	拼音	越文
起床	qǐchuáng	thức dậy
刷牙	shuā yá	đánh răng
洗臉	xǐ liǎn	rửa mặt
吃飯	chī fàn	ăn cơm
吃藥	chī yào	uống thuốc
休息	xiūxi	nghỉ ngơi
散步	sànbù	đi dạo, tản bộ
洗澡	xǐ zǎo	tắm
看電視	kàn diànshì	xem TV
睡覺	shuìjiào	ngủ

延伸學習 | Mở rộng học tập

時間說法 |

Cách nói thời gian

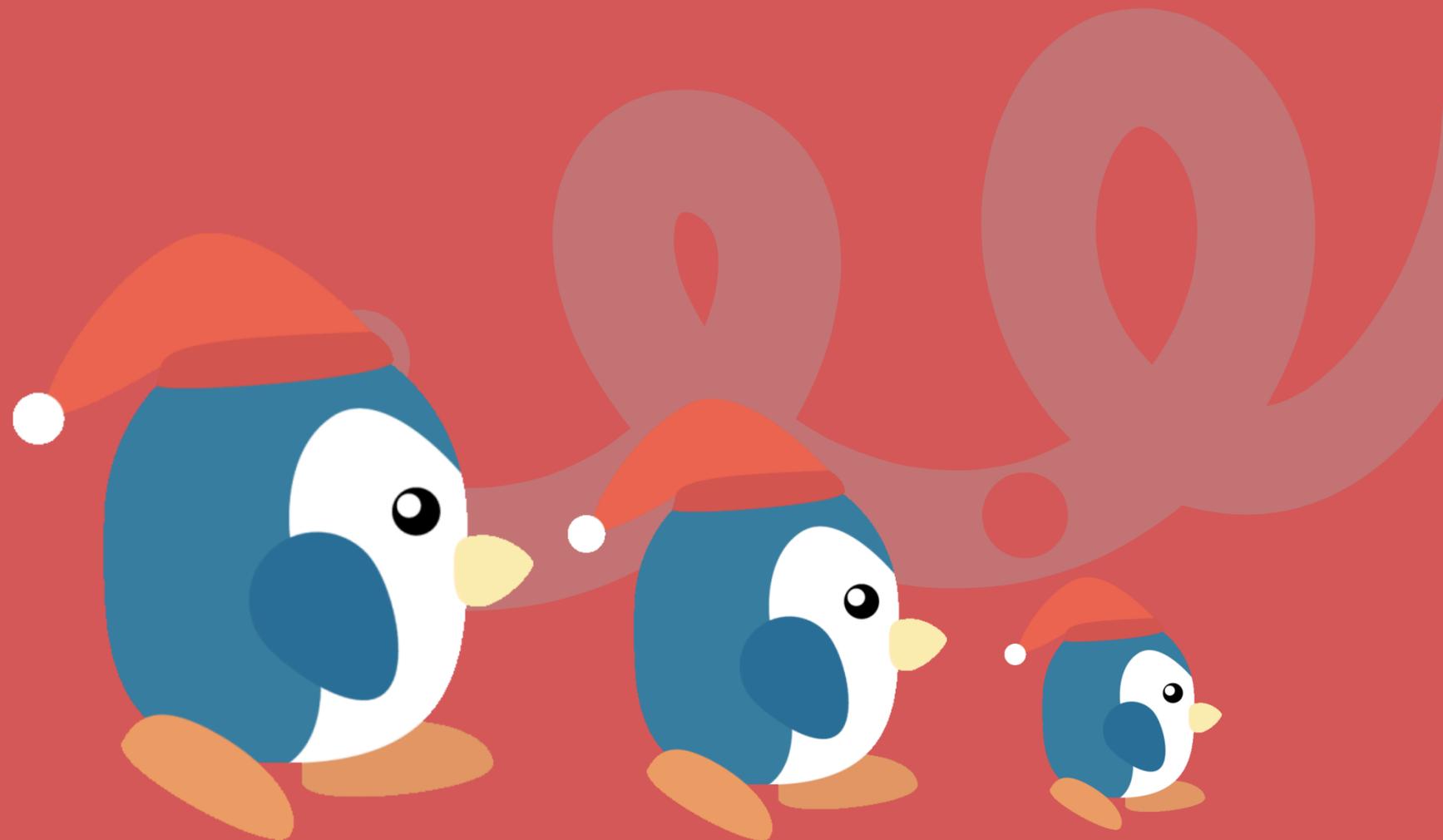


中文	拼音	越文
幾點	jǐ diǎn	mấy giờ
一點	yì diǎn	một giờ
兩點	liǎng diǎn	hai giờ
三點	sān diǎn	ba giờ
六點	liù diǎn	sáu giờ
九點	jiǔ diǎn	chín giờ
十二點	shí'èr diǎn	mười hai giờ
早上	zǎoshàng	buổi sáng
中午	zhōngwǔ	buổi trưa
下午	xiàwǔ	buổi chiều
晚上	wǎnshàng	buổi tối
準時	zhǔnshí	đúng giờ
晚到	wǎn dào	đến muộn

延伸學習 | Mở rộng học tập

生活規則 |

Quy định sinh hoạt



中文	拼音	越文
請安靜	qǐng ānjìng	xin yên lặng
不要吵	bú yào chǎo	đừng làm ồn
請排隊	qǐng páiduì	xin xếp hàng
請洗手	qǐng xǐ shǒu	xin rửa tay
不要抽菸	bú yào chōu yān	đừng hút thuốc
不可以跑	bù kěyǐ pǎo	không được chạy
不可以大聲	bù kěyǐ dà shēng	không được nói to
要戴口罩	yào dài kǒuzhào	cần đeo khẩu trang
要準時	yào zhǔnshí	phải đúng giờ
要配合	yào pèihé	phải phối hợp

延伸學習 | Mở rộng học tập

提醒用語 |
Câu nhắc nhở



中文	拼音	越文
請慢慢來	qǐng màn màn lái	xin từ từ thôi
小心	xiǎo xīn	cẩn thận
不要急	bú yào jí	đừng vội
等一下	děng yí xià	đợi một chút
可以了	kě yǐ le	được rồi
好了	hǎo le	xong rồi
坐一下	zuò yí xià	ngồi một chút
站起來	zhàn qǐ lái	đứng lên
休息一下	xiū xi yí xià	nghỉ một chút
聽我說	tīng wǒ shuō	nghe tôi nói

延伸學習 | Mở rộng học tập

禮貌溝通用語 |

Câu nói lịch sự



中文	拼音	越文
當然!	dāngrán	tất nhiên rồi!
可以	kěyǐ	được/có thể
不可以	bù kěyǐ	không được
知道了	zhīdào le	biết rồi
沒問題	méi wèntí	không vấn đề
我會注意	wǒ huì zhùyì	tôi sẽ chú ý
拜託一下	bàituō yíxià	xin nhờ một chút
請記得	qǐng jìde	xin hãy nhớ
我了解	wǒ liǎojiě	tôi hiểu
麻煩你	máfan nǐ	làm phiền bạn