

2012

BOLETÍN INFORMATIVO DE LA MUNICIPALIDAD

8

KOUHOU NAGAHAMA

スペイン語版

Emitido y publicado por Shimin Kouhou-shitsu de la Municipalidad de Nagahama
Shiga-ken Nagahama-shi Takada-cho 12-34 Tel.: 0749-62-4111 Fax.: 0749-63-4111

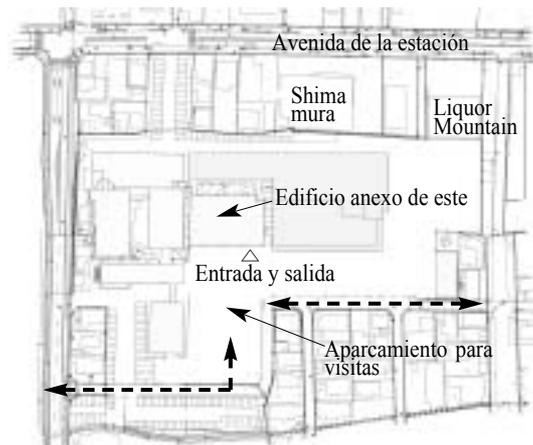
市役所東別館への進入路が変わります

La alteración del acceso al edificio anexo de este de la Municipalidad (Higashi Bekkan)

Debido a la construcción del nuevo edificio de la Municipalidad, el acceso a la Municipalidad en coche es como derecho mencionado. Les solicitamos su entendimiento y su colaboración.

*El período es del mediados de agosto al final de octubre

Información: Chousha Seibi-shitsu Tel.:65-6907 (en japonés)



日々の節電にひと工夫

¡ Vamos a ahorrar electricidad de varias maneras !

Este verano también, hay previsión de falta de energía eléctrica. Para prevenir el calentamiento global de la Tierra, todos tenemos que ser conscientes de que debemos ahorrar energía eléctrica en la vida diaria. Les solicitamos que colaboren activamente en ahorrar electricidad para reparar este país a hijos y a nietos.

La lista de chequeo del ahorro de energía

	Las maneras de ahorrar energía eléctrica	Resultado	Check
Aire acondicionado	Ajustar el aire acondicionado al 28 grados. (resultado en caso de cambiar del 26 al 28 grados)	10%	<input type="checkbox"/>
	Reducir la entrada de los rayos de sol que entran por ventanas utilizando con las persianas de bambú y cortinas de plantas como calabaza amarga, dondiego, etc.	10%	<input type="checkbox"/>
	Utilizar ventilador sin aire acondicionado cuanto pueda.	50%	<input type="checkbox"/>
Refrigerador	Ajustar la temperatura de fuerte a la media, no abrir la puerta muchas veces ni poner mucha comida adentro.	2%	<input type="checkbox"/>
Televisión	Ajustar el modo de bajo consumo de energía, bajar el grado de la iluminación y apagar las luces cuando no necesitar. (resultado en caso de pasar del modo regular al de bajo consumo y reducir las horas de uso en 2/3)	2%	<input type="checkbox"/>
Iluminación	Apagar las luces innecesarias.	5%	<input type="checkbox"/>
“Washlet”	Utilizar la función del OFF o temporizador de bajo consumo para agua caliente si hay. Si no, desenchufar.	menos de 1%	<input type="checkbox"/>
Aparato de hacer arroz	Hacer el arroz suficiente para un día con la función de temporizador mañana por la mañana y conservarlo en refrigerador.	2%	<input type="checkbox"/>
Energía Standby	Cortar la toma corriente principal de los aparatos. Cuando no utilizar durante mucho tiempo, desenchufar.	2%	<input type="checkbox"/>

■ Hay otras ideas como siguientes:

-Limpiar el aire acondicionado una vez a dos semanas.

-Ventilar y sacar el aire caliente al volver a casa y poner el aire acondicionado.

-En caso de usar lavavajillas, quitar manchas y ajustar el modo de bajo consumo de energía. Así, podrá ahorrar agua y electricidad y mantener el Lago Biwa limpio.

-Bañarse uno tras otro en hogar para no calentar agua ni consumir mucha energía.

■ Durante el horario de las 13 a las 16, que son las horas punta de mayor consumo, hay otras medidas como siguientes:

-Salir junto con la familia para no gastar mucha electricidad en hogar.

-Pasar tiempo junto con la familia en la misma habitación sin usar aires acondicionados en cada habitación.

-Evitar el uso de aparatos electrodomésticos como plancha, microondas, lavavajillas, aspiradora, etc. que consumen mucha electricidad.

-En vez de apagar la televisión, estudiar, leer libros, etc.

Información: Kankyō Hozen-ka Tel.:65-6513

9月1日よりポリオ予防接種が不活化ワクチンに変わります

A partir de Septiembre, el tipo de vacunación preventiva de Polio va a cambiar

	Antes		A partir de Septiembre
Tipo de vacuna	Vacuna atenuada	→	Vacuna inactivada
Número de vacunas	2 veces	→	4 veces (3 de la primera vacunación y 1 refuerzo)
Manera de vacunarse	Vacunación colectiva	→	Vacunación individual (en las instituciones médicas)
Período de realización	En primavera y otoño	→	Durante el año

El período recomendado de la vacunación es ...

Los bebés entre 3 y 12 meses para la primera vacunación. Para el refuerzo de la primera etapa, 1 vez con intervalo de 12 a 18 meses después de terminar la primera vacunación.

Hasta antes de cumplir los 90 meses (7 años y 6 meses), podrán recibir las vacunas inactivadas aunque no hayan recibido antes las vacunas atenuadas. Para recibir todas las vacunas necesarias, es necesario recibirlas con intervalo de más de 20 días entre las dosis. ¡ Vamos a empezar a vacunarse lo más pronto posible !

Los que ya hayan recibido la vacunación atenuada una vez...

Deberán recibir vacuna inactivada tres veces. (2 de la primera vacunación y 1 de refuerzo)

Actualmente, se puede recibir sólo 2 vacunas de la primera vacunación.

*Confirme el récord de la vacunación con la libreta de madre e hijo y preste atención en lo que va a pasar o cambiar desde ahora.

ほけんだより

GUÍA DE SALUD Kenkou Suishin-ka Tel.: 65-7779, Hoken Center Takatsuki Bunshitsu (al lado de la sucursal de Takatsuki) Tel.:85-6420

EXAMEN PEDIÁTRICO / ORIENTACIÓN Realizado en Hoken Center de Azai y de Takatsuki

El horario de inscripción para los exámenes es entre las 13: 00 a las 14: 15.

Favor esperar en cola hasta las 13: 00, la hora de recepción después de rellenar el formulario.

Traer<Para todos>Boshi-techou (libreta de salud de madre e hijo), Cuestionario de Sukoyaka-techou.

<Solamente para examen de 1 año y 8 meses>Cepillo de dientes y un vaso

<Solamente para examen de 2 años y 8 meses>Cepillo de dientes, un vaso y el resultado del examen de oído

<Solamente para examen de 3 años y 8 meses>Cepillo de dientes, un vaso y la orina del niño (en un recipiente limpio)

*Los lugares son designados por su barrio pero en caso de que reciba los exámenes pediátricos, realice la inscripción hasta 2 días antes del día de examen.

Examen	Destinados a (los nacidos en ...)	Niños de Nagahama, Azai y Biwa	Traductor		Niños de Torahime, Kohoku, Kinomoto, Yogo y Nishiazai	
4 meses	01 ~ 15 de abril /2012	20 de agosto	○	Azai	23 de agosto	Takatsuki
	16 ~ 30 de abril /2012	22 de agosto				
	01 ~ 15 de mayo /2012	19 de septiembre	○		27 de septiembre	
	16 ~ 31 de mayo /2012	28 de septiembre				
10 meses	01 ~ 15 de octubre /2011	24 de agosto	○		28 de agosto	
	16 ~ 31 de octubre /2011	30 de agosto				
	01 ~ 15 de noviembre /2011	21 de septiembre	○		20 de septiembre	
	16 ~ 30 de noviembre /2011	27 de septiembre				
1 año y 8 meses	01 ~ 15 de enero/2011	11 de septiembre	○		18 de septiembre	
	16 ~ 31 de enero /2011	12 de septiembre				
2 años y 8 meses	01 ~ 15 de enero/2010	06 de septiembre	○	13 de septiembre		
	16 ~ 31 de enero/2010	07 de septiembre				
3 años y 8 meses	01 ~ 15 de enero /2009	04 de septiembre	○	3 de septiembre		
	16 ~ 31 de enero /2009	05 de septiembre				

Orientación sobre embarazo, bebés y crianza con traductor

Fecha: 17 de agosto/de 9:30 a 11:00 En Sunsun Land Jifukuji-cho 4-36 *Realice la inscripción al 65-7779 (Kenkou Suishin-ka) hasta 2 días antes de la orientación.

VACUNACIÓN COLECTIVA BCG Realizado en Hoken Center de Azai y de Takatsuki

El horario de inscripción para los exámenes es de las 13: 00 a las 14: 15. La lista de llamadas será colocada a las 13: 00.

Traer: Libreta de salud de madre e hijo, libreta de vacunación del país (quien lo tenga), termómetro, bolsa plástica para guardar zapatos y cuestionario para vacunación (que trae en Sukoyaka techou).

Vacuna	La edad de vacunación y el modo	Fecha
BCG (Tuberculosis)	Niños de los 3 meses cumplidos a menos de los 6 meses de edad. *Como el plazo de la vacunación es corto, procure recibirla cuanto antes.	6 de septiembre en Takatsuki 18 de sep. en Azai con traductor

VACUNACIÓN INDIVIDUAL 個別予防接種

La vacunación individual se realiza en cada institución médica.
<Manera de inscripción> Necesita reservar una cita. Reserve directamente en la institución médica. Confirme las instituciones médicas que realizan las vacunaciones en el calendario de vacunación o en la página web de la Municipalidad.

<Costo> gratis (el gasto de vacunación de niños que sobrepasen la edad destinada deberían pagar los padres.)

<Las vacunaciones preventivas regulares> Sarampión, Rubéola, D.P.T, Vacuna combinada de D.T. y Encefalitis Japonesa.

<Las vacunaciones preventivas facultativas> Vacuna preventiva contra el cáncer de cuello uterino, vacuna de Hib y vacuna antineumocócica. <Traer> Boshi-techou (libreta de salud de madre e hijo) y Hoken-shou (salud de madre e hijo) y Hoken-shou (libreta o tarjeta del seguro de salud) Información : Kenkou Suishin-ka Tel.:65-7779

*Las destinadas a la vacunación preventiva del cáncer de cuello uterino para este año 24 de Heisei: Las estudiantes del primer grado de Chuugakkou al tercer grado de Koukou y las del segundo grado de Koukou y que hayan empezado a vacunarse hasta antes del 31 de marzo de 2012.

Cuando otra persona va acompañada a los niños para recibir las vacunas, necesitará llevar carta poder. El formulario de carta poder está disponible en Kenkou Suishin-ka y en las instituciones médicas.

長浜米原休日急患診療所 **Aviso del consultorio de emergencia de Nagahama-Maibara Días de atención**

Fechas de consulta : El 26 de agosto, 2, 9, 16, 17, 22, 23 y 30 de septiembre Horario de consulta : De las 9:00 a las 18:00

Horario de recepción : De las 8:30 a las 11:30 y de las 12:30 a las 17:30 Lugar : 1181-2, Miyashi-cho

(En Hoken Center de Miyashi, la ruta 8 en frente del Hello Work) Tel.:65-1525 (en japonés)

Especialidades : Clínica general y pediatría

*Traiga la tarjeta del Seguro, la ficha del subsidio médico del bienestar (marufuku) y la libreta de medicinas al consultar.

Información: Kenkou Suishin-ka Tel.: 65-7779

節電の夏 熱中症に注意!

¡ Tenga cuidado con las enfermedades por el calor !

En julio y agosto, son los meses puntos cuando suelen sufrirse las enfermedades por el calor. Sobre todo, durante el período con la alta temperatura y mucha humedad y cuando sube la temperatura drásticamente, es necesario tomar mucho cuidado. Si tenga los siguientes síntomas, hay posibilidad de que esté sufriendo las enfermedades por el calor.

Leve	Regular	Grave
Vértigo, mareo, dolor de músculos y no para de sudar	Dolor de cabeza, náuseas, sentir flojo, estar en un marasmo	Perder conciencia, tener convulsiones, tener alta fiebre, no saber responder bien, no saber caminar ni correr bien

Si hay posibilidad de estar sufriendo las enfermedades por el calor...

Llevar a la persona a un sitio más fresco

Quitarse las ropas y enfriarse el cuerpo

Tomar agua y sal

*En caso de que no consiga tomar agua por si mismo ni tenga conciencia, llamar a la ambulancia..

Para prevenir de las enfermedades por el calor...

1. Tomar líquidos y sal. Aunque no tenga sed, tomar suficiente líquido. Tomar sal también después de sudar mucho.

2. Ajustar la temperatura de habitaciones.

-Evitar la entrada de los rayos solares utilizando las cortinas o persinas. -Ajustar la temperatura de habitaciones utilizando ventiladores y aires acondicionados sin economizar demasiado cuando haga calor y haya humedad.

3. Tener mucho cuidado al salir. -Usar las paraguas de sol o sombrero e intentar hacer pausas con frecuencia para descanso.

Hay posibilidad de que sufra las enfermedades por el calor no sólo cuando realice actividades físicas en ambientes externos sino también en ambiente interno. Cuando se sienta mal, consulte a médico lo más pronto posible.

Información: Kenkou Suishin-ka Tel.:65-7779 (en japonés)

平成25年新成人を祝うつどい **Ceremonia de celebrar los 20 años de edad en 2013**

[Fecha y horario] El 13 de enero (dom) del año 2013, a partir de las 13:00.

[Lugar] Los que viven en regiones de antigua Nagahama, Azai y Biwa: en Nagahama (Nagahama Royal Hotel) Los que viven en regiones de antigua Torahime, Kohoku: en Torahime(Torahime Bunka Hall) Los que viven en regiones de Kinomoto, antigua Takatsuki, Yogo y Nishi Azai: en Kinomoto Stick Hall)

[Dirigidos a] Personas nacidas entre el 2 de abril del año 1992 y el 1 de abril del año 1993 que sean de la Ciudad de Nagahama o residentes.

[Aviso] Los que tengan su dirección registrada dentro de la ciudad, recibirán una carta de invitación a mediados de noviembre. En caso de que tengan dirección registrada fuera de la ciudad debido al estudio o trabajo, también podrán participar a la ceremonia. En este caso, deberán avisarnos por teléfono.

[Para más información] Shougai Gakushuu - Bunka Sports Tel:65-6552

次の手当てを受給している人は現況届、所得状況届を提出してください

Los que reciban los siguientes subsidios, por favor, preséntese Genkyou todoke o Shotoku joukyou todoke (Notificación de verificación de la situación actual o la de situación actual de la renta)

Estas notificaciones sirven para confirmar la renta del año anterior y el derecho a recibir subsidio. Rogamos que lo presente en agosto cada año. Si no presenta la notificación, hay caso de que no lo pueda recibir. Preséntesela sin falta.

Nombre do subsidio alvo	Documento a ser presentado	Período para entrega	Lugar de entrega	
Jidou Fuyou Teate / Subsidio para la crianza de hijos sustentados solamente por madre o padre	Genkyou Todoke	1º ~ 31 de agosto	Kosodate Shien-ka	Fukushi Seikatsu-ka de las sucursales
Tokubetsu Jidou Fuyou Teate / Subsidio especial para menores con alguna discapacidad	Shotoku Joukyou Todoke	13 de agosto ~10 de septiembre	Shougai Fukushi-ka	
Tokubetsu Shougai-sha Teate / Subsidio especial para personas discapacitadas				
Shougaiji Fukushi Teate / Subsidio de bienestar social para niños discapacitados				
(Keikateki) Fukushi Teate/ Subsidio de bienestar social				

Más informaciones sobre: Jidou Fuyou Teate en Kosodate Shien-ka Tel.: 65-6514

Otros subsidios en Shougai Fukushi-ka Tel.: 65-6518

簡単にかわいくお弁当作りに挑戦!

Bonito y fácil de hacer

¡Vamos a aprender cómo hacer un "obentou"!



En Japón, hay varias ocasiones como excursiones e eventos deportivos en que necesitamos llevar un "obentou (comida para llevar)".

Pero usted se pregunta a sí mismo: "¿ cómo se hace un obentou?" o "¿ qué hay que hacer para que se vea bonito?" Este curso es para usted.

Con un poco de técnica, es fácil hacer un "obentou kawaii". Estas técnicas son simples y vamos a aprender juntos.

Curso: 『Kawaii Obentou』

Fecha y horario: El sábado, 8 de septiembre de 2012 a partir de las 10:00

Lugar: Nagahama Shimin Kouryuu Center (salón de cocina)

Profesora: Junko Kawase

Material necesario: Delantal

Costo de participación: 500 yenes (ingredientes incluidos)

Destinados a: Residentes extranjeros de Nagahama

Capacidad: 16 personas (por orden de inscripción)

Inscripciones: Asociación Internacional de Nagahama (NIFA) por teléfono o FAX. Teléfono / FAX: 63-4400 (excepto los jueves)

Los que no hablen el japonés, favor llamen al 65-8711 Depto. Shimin Kyoudou Suishin de la Municipalidad de Nagahama.



あっぱれ祭り2012

Appare Matsuri 2012 (Fiesta de Yosakoi)

[Fecha y horario] El sábado, 1 de septiembre. De las 9:00 a las 21:00.

*En caso de lluvia: 2 de septiembre (domingo) **[Lugar]** Azai Bunka Sports Kouen (Ooyori-cho)

Los 36 grupos de Shiga y fuera de Shiga participarán. Disfrute de su danza y música de varias generaciones.

Participación de un grupo de niños de la nacionalidad extranjera Oh!Mi Amigo Yosakoi Soran.

[Para más información] Nagahama Appare Matsuri 2012 Jikkou Iinkai (dentro de Cámara de comercio e industria de Azai (Nagahama-shi, Uchiho-cho Tel.: 74-0194) <http://www.appare-matsuri.com>

長浜・木之本警察署からのお知らせです

Aviso de las comisarías de Nagahama y de Kinomoto

¿Respetas a los peatones en las calles? Dentro de la Prefectura de Shiga, el número de los accidentes de coche está aumentando, sobre todo, al cruzar las calles. Cuando hay gente que va a cruzar o está cruzando pasos de peatones, los conductores están obligados a parar ante paso de peatones y hacerle cruzar. Información:Shimin Kyoudou Suishin-ka Tel.:65-8722

税のお知らせ

AVISO SOBRE PAGO DE IMPUESTOS DE MES DE SEPTIEMBRE

2ª cuota de Shikenminzei (Impuesto residencial)

4ª cuota de Kokumin Kenkou Hokenryou (Prima del Seguro Nacional de Salud)

4ª cuota de Kaigo Hokenryou (Prima del Seguro de cuidados de la tercera edad)

Al recibir las facturas de pago, intente pagar en las instituciones financieras, oficinas de correo o tiendas de conveniencia hasta el día 1 de octubre de 2012.