

2014

BOLETÍN INFORMATIVO DE LA MUNICIPALIDAD

8・9

KOUHOU NAGAHAMA

スペイン語版

Editado y publicado por Kikakubu Hisho Kouhouka de la Municipalidad de Nagahama
Shiga-ken Nagahama-shi Takada-cho 12-34 Tel.: 0749-62-4111 Fax.: 0749-63-4111

取り締まり強化！放置自転車

Reforzamiento de fiscalización de bicicletas abandonadas (prohibición de estacionamiento)

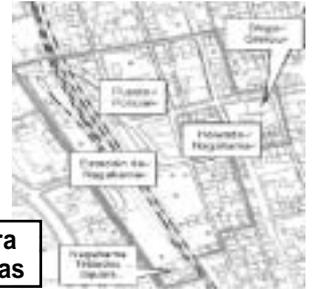
Reforzamos la fiscalización de bicicletas abandonadas en el área alrededor de la estación de Nagahama.

Plazo: Hasta el domingo 31 de agosto

Lugar: El área alrededor de la estación de Nagahama en donde está prohibido dejar las bicicletas.

Varios problemas podrían ser provocados por estacionamiento de bicicletas en los lugares prohibidos, pues no solo estorba el tránsito de peatones o sillas con ruedas, sino impide la entrada de los vehículos de emergencia. Estacionemos en los lugares designados por dicho propósito, y así mantendremos buen ambiente alrededor de la estación.

Información: Shimin Kyoudou Suishinka Tel.: 65-8722



Área prohibido para estacionar bicicletas

安心してお使いくださいジェネリック医薬品

Utilice los medicamentos genéricos sin preocupaciones

Medicamentos genéricos son un tipo de medicamentos que se distribuyen con un precio más económico, que se producen después del vencimiento de protección de patente de marca original. Posee la misma eficacia y seguridad con lo que es de marca. El uso de los medicamentos genéricos contribuye a la reducción de encargo de gastos médicos de pacientes y también a la restricción de gastos médicos enteros.

El tipo de medicamentos puede ser sustituido por los de genérico cuando no está anotado “✓” ni “×” en la espacio de [No puede cambiar], ni hay firma del médico [Hoken I Shoumei] en su prescripción médica.

Sin embargo hay casos que no se puede cambiar el tipo de medicamentos, de los de marca a los de genéricos. Por favor consulte a su médico de cabecera o a los farmacéuticos.

Mayor información: Hoken Iryouka Tel.:65-6512

健康保険の二重加入はありませんか？

Por favor confirme que usted no está afiliado a dos Seguros de Salud

En casos que un asegurado de Kokumin Kenkou Hoken se asocie al seguro de salud de empresa en donde empieza a trabajar, o sea reconocido como dependiente de un familiar que está afiliado a un seguro de salud, se necesita realizar el trámite de pérdida de calificación (cancelación) del Kokumin Kenkou Hoken (Seguro Nacional de Salud).

Si no realice el trámite, hay casos que le cobra el pago de cuota de los dos Seguros de Salud. Por favor realice el trámite cuanto antes.

Mayor información: Hoken Iryouka Tel.:65-6512

特定健診を受診しましょう

Vamos a aprovechar la oportunidad para realizar Tokutei Kenshin (los chequeos médicos específicos para asegurados de Kokumin Kenkou Hoken de Nagahama)

“No hay nada malo con mi salud.” o “Pienso que no tengo ningún problema porque no me siento mal ni he consultado al médico ultimamente.” Pensando así, ¿no ha dejado de realizar los chequeos médicos recientemente?

Según la lista de causas de óbito en Japón publicado por el ministerio de salud, trabajo y bienestar social en 2013, las enfermedades cardíacas ocupan el segundo lugar, y el cuarto es por las enfermedades cerebrovasculares. Estas dolencias son derivadas de las enfermedades relacionadas con estilo de vida como la hipertensión y la diabetes.

El Tokutei Kenshin es un examen médico para detectar y recibir tratamientos en una fase temprana para que las enfermedades no se agraven sin darse cuenta. Les recomendamos que realicen los chequeos médicos de Tokutei Kenshin por una vez al año para chequear su salud.

Destinados a: Los asegurados de Kokumin Kenkou Hoken de 40 a 74 de edad.

Modo de chequeos: Los de Sougou Kenshin (chequeo médico general colectivo) realizados por la municipalidad, o los que se realizan en las instituciones médicas individualmente.

*Para mayores detalles; véase la tarjeta de Jushinken enviada a las personas objetivas con el sobre de color naranja en finales de mayo y el panfleto informativo de Tokutei Kenshin.

Mayor información: Hoken Iryouka Tel.:65-6512

Causas de óbito

	causas de óbito
1°	Cáncer
2°	Enfermedades cardíacas
3°	Neumonía
4°	Enfermedades cerebrovasculares
5°	Senilidad

Extraído de la estadística vital de población 2013 del ministerio de salud, trabajo y bienestar social.

GUÍA DE SALUD ほけんだより Nagahama-shi Hoken Center-Kenkou Suishinka Kobori-cho 32-3 en 1º piso de Nagahama Well Center Tel.:65-7751 (Salud materna infantil) Tel.:65-7759 (Salud de adultos) Tel.:65-7779 (Otros) Hoken Center Takatsuki Bunshitsu (al lado de la oficina sucursal de Takatsuki) Tel.: 85-6420 (en japonés)

CHEQUEO PEDIÁTRICO / CONSULTAS

乳幼児健診・相談 **Horario de recepción:** De 13:00 a 14:15. Por favor esperen en orden hasta la hora de recepción (13:00).

Se deben llevar: Boshi Techou (libreta de salud de madre e hijo), cuestionario de Sukoyaka Techou (En el momento de la recepción, por favor entréguenos su Boshi Techou y la hoja de cuestionario. Prepárelos anticipadamente.)

*Al chequeo de 4 meses y 10 meses les informan servicio de "BOOK START".

<Chequeo para 1 año y 8 meses> Cepillo dental y un vaso

<Chequeo para 2 años y 8 meses> Cepillo dental, un vaso y hoja del resultado de examen auditivo.

<Chequeo para 3 años y 8 meses> Cepillo dental, un vaso y orina del niño (En un recipiente limpio)

*Los centros son designados según el barrio donde usted reside, sin embargo, si desea recibirlo en barrio diferente, se necesita reservar, a más tardar 2 días antes del día del chequeo. En Nagahama-shi Hoken Center, puede aprovechar el servicio de intérprete todas las fechas de chequeos.

Examen	Destinados a (Períodos de nacimiento)	Niños de Nagahama, Azai, Biwa y Torahime		Niños de Kohoku, Takatsuki, Kinomoto, Yogo y Nishiazai	
		Fecha	Local	Fecha	Local
4 meses	1 ~ 15 de abril/2014	21 de agosto	Nagahama-shi Hoken Center (En Nagahama Well Center) Con Intérprete	28 de agosto	Takatsuki Bunshitsu
	16 ~ 30 de abril/2014	27 de agosto			
	1 ~ 15 de mayo/2014	26 de septiembre		29 de septiembre	
	16 ~ 31 de mayo/2014	29 de septiembre			
10 meses	1 ~ 15 de octubre/2013	22 de agosto		29 de agosto	
	16 ~ 31 de octubre/2013	25 de agosto			
	1 ~ 15 de noviembre/2013	12 de septiembre		11 de septiembre	
	16 ~ 30 de noviembre /2013	24 de septiembre			
1 año y 8 meses	1 ~15 de enero/2013	10 de septiembre		9 de septiembre	
	16 ~ 31 de enero/2013	11 de septiembre			
2 años y 8 meses	1 ~ 15 de enero /2012	8 de septiembre	3 de septiembre		
	16 ~ 31 de enero /2012	9 de septiembre			
3 años y 8 meses	1 ~ 15 de enero /2011	1 de septiembre	2 de septiembre		
	16 ~ 31 de enero /2011	4 de septiembre			
Teléfono de contacto		Kenkou Suishinka Tel.: 65-7751		Hoken Center Takatsuki Bunshitsu Tel.: 85-6420	

Sodachikko Hiroba

そだちっこ広場 Horario de recepción: de 9:30 a 11:00 *No necesita reservar.

Vamos a hablar sobre el embarazo, la mama, la crianza y el desarrollo de niños, vacunaciones preventivas, sobre la odontología, la nutrición, la alimentación infantil, juegos y otras cosas que se preocupan acerca de la crianza etc. Responderemos las especialistas a las dudas o preocupaciones que usted tiene.

Destinados a... Embarazadas quienes residen en Nagahama, responsables de niños entre 0 y 6 años (pre-escolar).

Destinados a	Fecha	Intérprete	Lugar
Residentes de Nagahama, Azai, Biwa y Torahime	5 de sept.	○	Nagahama-shi Hoken Center (En Nagahama Well Center)
Residentes de Kohoku, Takatsuki, Kinomoto, Yogo y Nishiazai	26 de sept.		Takatsuki Bunshitsu

VACUNACIÓN COLECTIVA BCG

集団予防接種 **Recepción: De 13: 00 a 14: 15. No necesita recerva.**

Por favor esperen en orden si llegan antes de la hora de recepción. (13:00)

Se deben llevar : Libreta de salud de madre e hijo, termómetro y libreta de vacunación del país (Si la tiene) y cuestionario de vacunación (Está dentro de Sukoyaka Techou).

	Período de vacunación	Fecha	Intérprete	Lugar
BCG (Tuberculosis)	1 dosis. Niños desde 3 meses hasta 1 día antes de cumplir 1 año. (Modelo estándar: de 5 meses a 8 meses)	26 de agosto 30 de sept.	○	Nagahama-shi Hoken Center (En Nagahama Well Center)

VACUNACIÓN INDIVIDUAL

個別予防接種 Tratamiento en instituciones médicas

<Vacunación regular> Infección Hib, infección antineumocócica de niños, tetravalente (D.P.T y poliomiélitis inactivada), D.P.T., poliomiélitis inactivada, sarampión-rubéola, encefalitis japonesa, vacuna combinada de D.T.

*En la actualidad no se recomienda activamente la vacunación para la infección virus del papiloma humano (HPV. Prevención contra el cáncer de cuello uterino) según el aviso del país.

<Se deben llevar> Boshi-techou (libreta de salud de madre e hijo), Hokenshou (Tarjeta del seguro de salud). Cuando el acompañante no es su padre ni su madre ni algunos de los responsables del niño, es imprescindible una Carta Poder.

※Se necesita reservar. (Por favor llame a las instituciones directamente.)

Tarifa: Gratuito. Personas fuera de la edad destinada deben pagar su monto real.

Abierto: Agosto 24 y 31 Septiembre: 7, 14, 15, 21, 23, y 28**Horario:** 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**Dirección:** Kohoku Iryou Support Center "Medisapo"

(Miyashi-cho, 1181-2) Tel: 65-1525 (Sólo en japonés)

Observación: Se deben llevar tarjeta de seguro de salud (Hokenshou), tarjeta del subsidio médico del bienestar (Marufuku) y libreta de medicamentos.**Mayores informaciones:** Kenkou Suishinka Tel. 65-7779

不燃ゴミは中身が確認できる状態で出してください。

Forma de sacar basura no incinerable que permita la verificación

En algunos casos, basuras no incinerable eran depositadas con doble bolsa. Por ejemplo, basuras cubiertas con bolsas de arroz, de fertilizante etc., fueron colocadas en bolsas específicas.

Esta forma de depositar basura impide la verificación de latas de spray o mecheros mezclados dentro, y causaría problemas como incendio de camión de basura que pueda arriesgar la vida de los personales de recogida de basura.

Les solicitamos su comprensión y colaboración a los siguientes puntos abajo mencionados para la prevención de accidentes del momento de recogida de la basura.

● Forma de sacar la basura no incinerable

- Por favor escriba su nombre sobre las bolsas designadas para la basura no incinerable.

- No se recogen en casos que no pueden verificar el contenido desde exterior como basuras echadas en doble bolsa.

- Cuando saca objetos peligrosos como esquilas de vidrio, cuchillos etc. debe tomar medidas para la seguridad como cubrirlos con papeles, y anotar el contenido sobre la envoltura antes de colocar en las bolsas designadas.

● Forma de sacar latas de spray

- Remueva la tapa de plástico, abra una agujera, quite todo gas.

- Colóquelas en el contenedor señalado "Latas de Spray etc." en los días de recogida de basura reciclable.

- Latas de tinta deben estar agujeradas, y sáquelas como basura no incinerable.

● Forma de sacar recipientes de combustible (Latas de gasolina, Latas de aceite de motor etc.)

- Por favor confirme que su interior sea vacío.

- Colóquelos en el contenedor señalado "Latas de Spray etc." en los días de recogida de basura reciclable.

- Sus tapas deben sacar como basura no incinerable, separados con los recipientes mismos.

● Forma de sacar mecheros

- Colóquelos en el contenedor señalado "Mecheros" en los días de recogida de basura reciclable.

- No hay necesidad de romper. No obstante, trate de quitar el gas remanente.

Información: Kankyō Hozenka Tel.: 65-6513



Un ejemplo de la forma de depositar basura que impide la verificación del contenido

現況届、所得状況届を提出してください

Solicitamos a las personas beneficiarias de los subsidios; por favor entregue Genkyou Todoke (solicitud de actualización) o Shotoku Genkyou Todoke (declaración de situación actual de renta)

Los beneficiarios de subsidios en la tabla abajo deben entregar los documentos requeridos durante el plazo de recepción para que se confirmen la renta del año pasado y el derecho al subsidio. Les solicitamos que no olviden la entrega, porque si no entrega los documentos necesarios, no podrá recibir los subsidios.

Subsidio	Documento requerido	Plazo de recepción	Información y recepción	
Jidou Fuyou Teate (Subsidio para padre o madre soltero/a con hijos)	Genkyou Todoke (Solicitud de actualización)	(J)01/Ago.- (V)29/Ago.	Kosodate Shienka (Higashi bekkā, en primer piso)	Fukushi Seikatsuka del Hokubu
Tokubetsu Jidou Fuyou Teate (Subsidio especial para menores discapacitados)	Shotoku Joukyou Todoke (Declaración de situación actual de renta)	(L)11/Ago.- (Mier.)10/Sep.	Shougai Fukushika (Higashi bekkā, en primer piso)	Shinkoukyoku y oficinas sucursales de la Municipalidad
Tokubetsu Shougai Teate (Subsidio para discapacitados)				
Shougaiji Fukushi Teate (Subsidio bienestar para menores discapacitados)				
(Keikateki) Fukushi Teate (Subsidio bienestar social)				

*Atendemos en el período de Obon excepto el sábado y el domingo.

Información: Kosodate Shienka Tel. 65-6514 y Shougai Fukushika Tel.65-6518

9月税のお知らせ

AVISO SOBRE EL PAGO DE LOS IMPUESTOS DEL MES DE SEPTIEMBRE

La 2ª cuota de Shikenminzei (Impuestos prefectural y municipal)

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

La 4ª cuota de Kaigo Hokenryou (Prima del Seguro para Cuidados y Asistencia)

La 3ª cuota de Kouki Koureisha Iryou Hokenryou (Prima del Seguro Médico para personas mayores de 75 años)

Les solicitamos que efectúen el pago en las entidades financieras, las oficinas de correos o las tiendas de conveniencia hasta el 30 de septiembre de 2014.

Esta vez les explicamos los servicios disponibles por el momento del Kaigo Hoken según sus categorías.

*Habrá alteraciones conforme al cambio del sistema de Kaigo Hoken a partir del siguiente año fiscal. En abajo se explica los servicios principales.

Servicios en domicilio [Personas correspondientes: Youshien (Asistencia) 1, 2, Youkaigo (Cuidado de enfermería) 1, 2, 3, 4, 5]

Cuidado de enfermería con visitas (ayuda en el domicilio)

○*Houmon Kaigo* Cuidado por ayudantes (Home help Service)

Un ayudante a domicilio visita el domicilio del usuario para ofrecer asistencia y cuidados físicos (como de las comidas y para ir al baño), y otros servicios de asistencia de vida cotidiana (como limpieza y lavado de ropa).

○*Houmon Nyuuyoku Kaigo* Cuidado de aseo en el domicilio

○*Houmon Rehabilitation* Fisioterapia en el domicilio

○*Houmon Kango* Emfermero visitante

○*Kyotaku Ryouyou Kanri Shidou* Orientación para el mantenimiento de la salud a domicilio (doctor, odontólogo, farmacéutico etc.)

Servicio de internación a corto plazo (estancia corta)

○*Tanki Nyuusho Seikatsu Kaigo* Cuidado de enfermería de vida cotidiana de internación a corto plazo (estancia corta), Cuidado de enfermería médica de internación a corto plazo (estancia corta del tipo médico)

Pueden ingresar a un establecimiento para recibir los servicios de cuidado de enfermería de vida cotidiana y la fisioterapia.

Hay dos tipos de servicio: uno es que pueden recibir el servicio de cuidado de enfermería de vida cotidiana en un establecimiento de bienestar social de cuidado de enfermería, y otro es que puede recibir el servicio de cuidado de enfermería médica que se incluye la atención médica en un establecimiento médico.

Servicio para crear un medio ambiente en el cual cada individuo pueda vivir como esté en su hogar.

○*Tokutei Shisetsu Nyuukyosha Seikatsu Kaigo* Cuidado de enfermería diario para inquilinos en establecimientos especialmente designados

Los inquilinos de un hogar de ancianos no gratuito etc. pueden recibir el servicio de cuidado de enfermería como de comidas, de aseo, de capacitación funcional, y de atención médica.

Servicio de cuidado de enfermería en los establecimientos

○*Tsuusho Kaigo* Cuidado de enfermería con traslado (servicio diurno)

Los usuarios van a un establecimiento en una jornada diurna para recibir el servicio de cuidado de enfermería de la vida cotidiana, como de aseo, de las comidas etc..

○*Tsuusho Rehabilitation* Fisioterapia con traslado (cuidado diurno)

Servicio para apoyar la vida en el domicilio

○*Fukushi Yougu Taiyo* Alquiler de equipos para el bienestar

Pueden alquilar equipos para el bienestar como sillas de ruedas, bastones etc.. No obstante, hay casos que se limiten la utilización de este servicio dependiendo del nivel de cuidado de enfermería/asistencia.

○*Tokutei Fukushi Yougu Hambai* Compra de equipos para el bienestar especialmente diseñados (*)

Servicio para equipar el entorno de vida

○*Juutaku Kaishuuhi no Shikyuu* Suministro de costo para la reforma de la vivienda (*)

(*)Explicaremos los detalles en los artículos posteriores.

Servicios en los establecimientos [Personas correspondientes: Youkaigo (Cuidado de enfermería) 1, 2, 3, 4, 5]

○*Kaigo Roujin Fukushi Shisetsu (Tokubetsu Yougo Roujin Home)* Establecimientos de bienestar de cuidado de enfermería para personas mayores (centros especiales de cuidado para personas mayores)

Personas con dificultad de vivir en su hogar debido a la necesidad de cuidado de enfermería constante pueden ingresar a un establecimiento y recibir la ayuda para la vida cotidiana.

○*Kaigo Roujin Hoken Shisetsu (Roujin Hoken Shisetsu)* Establecimientos de salud de cuidado de enfermería para personas mayores (Establecimientos de salud para personas mayores)

○*Kaigo Ryouyougata Iryou Shisetsu (Ryouyou Byoushoutou)* Establecimientos médicos de cuidado de enfermería (cama de cuidado de enfermería etc..)

Servicios comunitarios [Personas correspondientes: Youshien 1, 2, Youkaigo 1, 2, 3, 4, 5]

En principio, los residentes de otra ciudad no pueden utilizarlos. *Los explicados abajo son solamente disponibles en Nagahama.

○*Ninchishou Taiougata Tsuusho Kaigo (Ninchishou Day Service)* Cuidado de enfermería con traslado para personas que padecen demencia (servicio diurno)

Personas mayores que padecen demencia pueden recibir la ayuda de vida cotidiana y capacitación funcional en una jornada diurna.

○*Ninchishou Taiougata Kyoudou Seikatsu Kaigo (Group Home)* Cuidado de enfermería de vida comunitaria para personas que padecen demencia (hogar grupal)

Personas mayores que padecen demencia ingresan a un hogar grupal y reciben la ayuda de vida cotidiana y capacitación funcional en un ambiente hogareño. (Personas correspondientes al nivel de Youshien (Asistencia) 1 no puede utilizarlo.)

○*Shoukibo Takinougata Kyotaku Kaigo* Cuidado de enfermería a domicilio multifuncional de pequeña escala

Pueden recibir el servicio multifuncional, que se ofrece principalmente en los establecimientos, combinando supervisión nocturna en un establecimiento y visita al domicilio.

○*Chiiki Micchakugata Kaigo Roujin Fukushi Shisetsu Nyuukyosha Seikatsu Kaigo (Shoukibo Tokubetsu Yougo Roujin Home)* Cuidado de enfermería de vida comunitaria para inquilinos de establecimientos de bienestar social de cuidado de enfermería para personas mayores (centros especiales de cuidado para personas mayores de pequeña escala)

Los inquilinos pueden recibir el servicio de cuidado de enfermería, de capacitación funcional, de atención médica.