

COMUNICADO-おしらせ



Área de Sasagawa, Takahanadaira y Yogou

スペイン語

Edición en español  
20 DE JUNIO DEL 2014  
YOGOU CHIKU SHIMIN CENTER  
TEL 321-2021  
homepage <http://yogou-mie.com/>



親子ヘルシー料理教室

## Curso de cocina saludable para padres e hijos

“Divirtámonos junto a nuestros hijos, preparando estos platos para luego deleitarnos divertidamente”

¡El menú será la sorpresa del día!

**Fecha:** 26 de Julio (Sábado) de 9:30 a 13:00

**Participantes:** niños de primaria y su responsable

**Lugar:** Yogou Chiku Shimin Center Sala de cocina 2F

**Profesor:** Yogou Health Mate

**Costo:** 600 yenes, niños 300 yenes (ingredientes)

**Cupos:** 24 personas (entre hijos y responsables)

**Traer:** Delantal, paño para cubrirse la cabeza, paños para las manos y paño para limpiar las mesas.

**Inscripciones:** hasta el 23 de Julio (Mie.), por teléfono o directamente al “Yogou Chiku Shimin Center” ☎ 321-2021

**Organiza:** Yogou Health Mate



Barrio de Sasagawa

## Fureai Kouza Curso de integración

笹川地区 ふれあい講座

A través de este curso, vamos a profundizar las relaciones entre los ciudadanos del barrio, conversando y divirtiéndonos juntos.

El contenido de este curso actualmente es el “Shodou” (Caligrafía Japonesa) (practicaremos escribir “Kanjis” con lápices y pinceles). Las personas que estén interesadas pueden venir, ¡vengan con sus vecinos y practiquemos juntos!

Día y hora:

19 de Julio (Sáb) de 14:30 a 16:30  
(todos los terceros Sábados del mes)

Participantes:  
Lugar:

Ciudadanos que viven en Sasagawa  
en el nuevo “Salon de Integración Multicultural”  
(antiguo Salón de Integración Internacional)

Tarifa:

Gratis (traer 3 lápices o en caso de tener, un “Shodou setto” (kit de Shodou))

Información:

Con el Sr. Tanaka o el Sr. Sekijima

☎ 059-322-6811

E-mail : [kyouseimodel@city.yokkaichi.mie.jp](mailto:kyouseimodel@city.yokkaichi.mie.jp)

### “Sasagawa Roujin Kurabu”

Les estamos muy agradecidos por retirar la mala yerba de los jardines del Yogou Chiku Shimin Center, el día 11 de Junio. Quedó todo limpio, ¡muchas gracias!

# ¡Muchas gracias!

### “Hino Chinbokukai”

Les estamos muy agradecidos por plantar flores de verano en los jardines del Yogou Chiku Shimin Center, el día 14 de Junio. Los jardines quedaron muy bonitos, ¡muchas gracias!

観光案内所と市民窓口サービスセンターが火曜も開館に

## El “Centro de Información Turístico” y el “Shimin Madoguchi Service Center” (Centro de atención al ciudadano), atenderá también los Martes

A partir del 1 de Julio, el “Oyasumi Dokoro Yosomi Chaya” (Centro de Información Turístico) y el “Shimin Madoguchi Center” (Centro de Atención al Ciudadano), a excepción del descanso de fin y comienzo de año, **trabajará sin descanso** (en la actualidad es cerrado todos los Martes).

Horarios de atención: 10:00 a 19:00

### ◆Oyasumi Tokoro Yosomi Chaya (Centro de información Turístico)

Aquí encontrará Panfletos de Turismo de varios tipos. También podrá probar el té que es producido en Yokkaichi.

Mayor información al “Yokkaichi Kankou Kyokai” (Asociación Turística de Yokkaichi) ☎ 357-0381.

### ◆Shimin Madoguchi Service Center (Centro de Atención al Ciudadano)

Aquí se atienden solicitudes de Juminhyou, Kazei Shoumeisho, Koseki (solo los registrados en Yokkaichi) y registro de nacimientos, casamientos y defunciones.

Mayor información al Shimin Madoguchi Service Center ☎ 359-6521

### “Kankou Suishin Shitsu” (Dpto. De promoción turística)

Tel. 354-8176 FAX 354-8307

### “Shiminka” (dpto. del ciudadano)

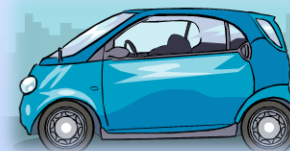
Tel. 354-8152 FAX 359-0282

あなたの車がねらわれているかもしれません!



## ¡Tu carro puede estar en la mira de los ladrones!

Recientemente, dentro de la zona de Sasagawa han aumentado las víctimas de daños a sus autos o robos de objetos dejados dentro de los autos.



### Para no convertirte en víctima de estos delitos:

- No dejes objetos de valor dentro del carro
- Asegurarte que el carro este bien cerrado
- En lo posible, no estaciones tu auto en lugares donde sea difícil vigilarlos



Mayor información: Yogou Kouban ☎ 322-5850

笹川地区防災訓練が行われました。

## Se realizó el simulacro de terremoto en Sasagawa



El domingo 1 de Junio, en “Sasagawa Nishi Kouen” (Parque Sasagawa Nishi) se realizó el simulacro de terremoto del Barrio de Sasagawa. Muchos de los participantes experimentaron el carro simulador de terremotos, el simulador de humo, primeros auxilios y el uso de extinguidores. **“Participar del entrenamiento es muy importante para no desesperarse en el momento necesario”** fue el comentario de una persona que participó primera vez en el entrenamiento de primeros auxilios, que fue dado por uno de los bomberos.

Cuando un desastre ocurre, es importante salir ileso y ponerse a salvo uno mismo, solo así es que luego podremos ayudarnos mutuamente entre vecinos. Mediante el simulacro de desastres, prepárate bien para que puedas asegurar tu integridad personal.



熱中症に注意しましょう!

## Cuidado con la insolación



El pico mas alto del número de insolaciones es entre Julio y Agosto, conozcamos mas sobre el tema para podernos proteger mejor.

### ¿Que es la insolación (necchuushou)?

La insolación se produce al perder el equilibrio de líquidos y sales del cuerpo debido al calor. Las personas que no están acostumbradas al calor, las personas obesas, niños, ancianos, personas enfermas o de no muy buena salud, tienen que tener un especial cuidado.

### Insolación, puntos para una buena prevención

- Haga que sea difícil, que la temperatura se eleve en la habitación donde se está, para esto puede utilizar el aire acondicionado, ventiladores, cortinas o simplemente ventilando el lugar frecuentemente.
- Use gorros, sombreros o parasoles al salir a la calle, vaya por la sombra, descanse cada cierto tiempo y use ropas ventiladas o absorbentes
- Aunque no sienta sed, tome líquidos de vez en cuando, y si suda mucho también tiene que reponer sales. Haga un seguimiento a su salud.

### Insolación, síntomas y como proceder

Si hay sospechas de Insolación (mareo, las piernas débiles, dolor de cabeza, sensación de vómito, dolores musculares, etc.) , lleva a esta persona a un lugar fresco, enfría su cuerpo y dale de beber agua. Si esta persona pierde el conocimiento o no puede tomar líquidos por su propia cuenta, debes llamar a la ambulancia. Pide ayuda a las personas que están cerca y haz lo posible por auxiliarlo lo mas rápido posible.

También puedes verlo aquí: <http://www5.city.yokkaichi.mie.jp/>

Información: Yokkaichi Shiyakusho Kenkou Tzukurika Kenkou Tzukuri kakari

☎ 059-354-8291