

¡Vamos a vivir con salud!

Debido al contagio del nuevo coronavirus, muchas de las personas no han realizado ejercicios debido a que pasaron en casa. ¡Vamos a mover el cuerpo y a mantenernos en salud!

“Radio Taiso”



Radio Taiso, es un ejercicio que cualquiera puede hacer fácilmente en casa. En Japón es algo muy familiar a través de la radio, la televisión y dentro de las instituciones escolares, es ampliamente conocido desde niños a adultos mayores. Al ejercitar todo el cuerpo con la música, se promueve el flujo sanguíneo, lo que tiene el efecto de mejorar la salud. También puede esperar un efecto dietético y embellecedor de la piel. Después de hacer gimnasia, te sentirás relajado. Por la televisión, (NHK E-tere) lo transmiten todos los días desde las 6:25 de la mañana. Por la radio, (NHK Radio Daiichi) lo transmiten todos los días desde las 6:30 de la mañana.

También lo puedes ver por YouTube: (<https://www.youtube.com/watch?v=feSVtC1BSeQ>)

Puedes hacerlo solo en 3 minutos. Disfrutemos haciendo este ejercicio juntos y mantengámonos saludables.

Eventos de Caminata (Chokotto Aruko Inuyama)



Este es un evento para caminar por Inuyama, está lleno de historia y cultura. Estaremos caminando durante aproximadamente 1 hora. La participación es gratuita. No es necesaria una solicitud. Diríjase por favor al lugar de concentración, antes de las 10 de la mañana. Un staff, vestido de ropa rosado, les estará esperando.

DIA	Ruta	Lugar de encuentro
11/30 martes	Alrededores del Narita san	Meiomon Nantojari Shusyajo (https://mapio.net/pic/p-31446690/)
12/15 miércoles	Owari Ryokudo	Kisogawa Inuyama Ryokuchi Koen kodomohiroba (https://www.city.inuyama.aichi.jp/shisetsu/koukyoshisetsu/1006233/1006236.html)
2/1 martes	Nakahimaike	Inuyama Shimin Kenkokan (Sara Sakura) Daiichi Chusyajo (https://www.city.inuyama.aichi.jp/kurashi/1000224/1000289/1002613/1000300.html)
3/2 miércoles	Jyoukamachi	Salida este de la estación de Inuyama, frente de Karakuri dokei

Fuentes termales y Baños públicos

¿Alguna vez, has estado en alguna fuente termal? Las aguas termales contienen muchos ingredientes naturales, que son buenos para el cuerpo y eficaz para mantener y mejorar la salud. También sentirá una tranquilidad al sumergirse y relajarse en las amplias aguas termales.



Hay baños públicos en la ciudad, en donde puede sentirse como si estuviera en una fuente termal. El Centro de Salud Ciudad de Inuyama, también tiene una fuente termal, llamada Sara Sakuranoyu.

(<https://www.city.inuyama.aichi.jp/shisetsu/koukyoshisetsu/1001383/1001585.html>)

También puede disfrutar del baño al aire libre y de la sauna. La atención es desde las 10h00 de la mañana hasta las 8h00 de la noche, la tarifa es de 520 yenes. Cerrado los lunes.



Información útil en caso de enfermedad o lesión

Una guía de apoyo para disfrutar de una vida segura y cómoda en la prefectura de Aichi

Soporte a la lengua extranjera

●Al buscar un hospital

1. Red de información médica de Aichi (<https://iryojoho.pref.aichi.jp/>)



※Aquí puede buscar los hospitales con soporte en lengua extranjera.

2. Guía médica de emergencia de Aichi (<https://www.qq.pref.aichi.jp/>)



※Aquí puede buscar hospitales de emergencia con soporte en lengua extranjera.

●Cuando quiera hablar de su enfermedad en su propia lengua

1. Cuestionario médico multilingüe (<https://www.kifjp.org/medical/>)



※Hay un cuestionario que puede informarle sobre su enfermedad en su propia lengua.

2. Sistema de interpretación médica de Aichi (<http://www.aichi-iryoku-tsuyaku-system.com/>)



※Responda al pedido del hospital y apoyaremos con la traducción del tratamiento médico.

※Este servicio tiene un número limitado de hospitales, confirmen por la página web o por

Cuestionario sobre reglas de

¿Conoce las reglas de tránsito para las bicicletas? ¿De qué lado de la calle debe conducir? ¿Cómo debo cruzar una intersección? ¿Qué hacer en un día lluvioso? Vamos a conocer y aprender las reglas con el video "Cuestionario sobre reglas de tránsito"



Chino



Inglés



Español



Indonesio



Portugués



Tagalo



Vietnamita



Japonés



Qué piensan los trabajadores extranjeros



Mr. Topan Dwi Sucyanto



Construcción · 2º año

「Que el respeto sea mutuo」



Mr. Doan Ba Hoang



Industria Cantera · 3º año

¿Qué dificultades tuvo cuando llegó a Japón?

Hoang: estudié mucho el japonés, pero de inicio no puede comprender nada de lo que se hablaba por los diferentes acentos, por lo que afectó en el trabajo también y siempre me regañaban. Tuve dificultades para separar la basura, tomar el tren y fueron varias las veces que me equivoqué. La gente fue amable y me enseñaban cuando les preguntaba. Llegó un tiempo donde extrañaba a mi familia.

Topan: el idioma japonés me fué difícil. Estudié hiragana, katakana y kanji antes de venir pero los japoneses hablan rápido. Por 3 meses no comprendí. Si dominamos el japonés muchas cosas se resuelven. Hablaba de las cosas buenas y las malas descuidadamente sin conocer la etiqueta japonesa. Mi empleador me enseñó a tener cuidado.

¿Te gustaría sugerir algo para que facilite en el trabajo?

Topan : tengo ganas de salir adelante por eso si me equivoco les pediría comprensión. No quisiera que los regaños afecten y me ponga inseguro. Quisiera me valoren y si me equivoco lo intentaré 1 ó 2 veces si es necesario y vean mi resultado de esfuerzo..

Hoang : quiero que me enseñen sin regañarme, y que respeten mi opinión desde que estamos todos esforzandonos. A veces tengo insatisfacciones. Seria bueno haber respecto mutuo.

¿Cuándo sientes satisfacción en su trabajo?

Topan : cuando alcanzamos el objetivo en la dificultad me siento feliz. Creo que los compañeros sienten lo mismo.

Hoang : me sentí feliz cuanto tuvimos un problema y por mi sugerencia pudimos solucionarlo. El objetivo nos hace personas indispensables para la empresa.

¿Quieres que te enseñen otra cosa, además del japonés ?

Topan : quiero que me enseñen sobre la cultura y hábitos japoneses, quiero estudiar para vivir en Japón.

Hoang : vivo 2 años pero no conozco la cultura y la vida en Japón. Nunca he ido a una casa japonesa. Quisiera visitar una, ya que nunca lo he experimentado.

Trabajar con japoneses no significa estar inserido junto a sus vidas por eso es natural que no se comprendan los hábitos y la cultura. (Entrevista/Asociación Internacional de Inuyama Tsuji Aiko Sept. 2021)

Café de Intercambio Multicultural

Un lugar para que extranjeros y japoneses puedan hablar francamente. Todos pueden participar independiente de su nacionalidad.

Fecha y hora: 14 de noviembre de 2021 13:00~15:00

Lugar: Centro de Convivencia de los Ciudadanos de Inuyama(Freude) Salas 204 · 205

Participación: ¥ 300. Miembros de la Asociación ¥ 200

○Número de participantes: 30, por orden de llegada. 15 extranjeros y 15 japoneses más ó menos.

Inscripción hasta el 11 de noviembre(jueves) por e-mail escriba su nombre, teléfono y nacionalidad.

Correo para inscribirse : iia@grace.ocn.ne.jp

Extranjeros que se dedican a estudiar en la Clase de Japonés de Inuyama



Mr. Nguyen Trung Huy

País : Vietnam

Llegada: marzo de 2020

Trabajo: Desarrollo en Sistema de red, proyectos, inspección y mantenimiento de sistemas eléctricos



Les voy a hablar de cuando llegué a Japón. Antes de venir a este país estudié el idioma por 4 meses. Creí que esto era suficiente para no pasar dificultades pero estuve equivocado. La razón era porqué de hecho, cuando conversaba no podía comprender absolutamente nada. Un niño de solo 3 años podía hablar un japonés mucho mejor que el mío y esto me puso en una presión y se me acumuló estrés. Pero, todos mis compañeros eran muy amistosos y me ayudaron. Por ejemplo, cuando no comprendía algo de japonés ellos me enseñaban con mucho interés. He hecho nuevos amigos en la clase de japonés y he progresado día a día en el idioma.

Mi sueño para el futuro es regresar a Vietnam y abrir mi propia tienda. Este objetivo quiero realizarlo dentro de un período de 5 años. Quiero seguir esforzandome día a día, y seguir aprendiendo junto con mis compañeros de la Clase de Japonés.

Unas onomatopeyas divertidas !

¿Qué significa onomatopeya? Es una palabra que expresa por sonido una condición ó movimiento. Si uno sabe las onomatopeyas japonesas la conversación se torna mas divertido. Pruébalo!

Peco peco: cuando uno tiene hambre



Nico nico: una sonrisa alegre



Waku waku: cuando el corazón palpita de emoción



Pica pica: Lustrado, con mucho brillo



Inuyama Multilingual News Impresión · Edición Asociación Internacional de Inuyama
〒484-0086 Aichi-ken Inuyama-shi Maatsumoto-cho 4-21 Inuyama Community Center "Freude"
Tel: (0568)48-1355 Fax: (0568)48-1356 HP: <http://iiea.info> E-mail: iia@grace.ocn.ne.jp

Traductores miembros voluntarios:

inglés: Kusakabe Kazuro, Shibata Atsuyuki, Yasumura Megumi, Steve McGuire, Uchimura Hidetomo

Español: Tawara Carlos, Ruiz Bulnes Ricardo Arturo, Saeki Liliana

Portugués: Yara Marcos, Akagi Kazunori, Akagui Mitsue, Yoshida Gisele

Chino: Harita Misako, Ten Ru, Sun Jiao, Yang Liya

Vietnamita: Hoang Manh Cuong, Ngo Van Tam

Tagalo: Higuchi Marita, Kawasaki Maria