

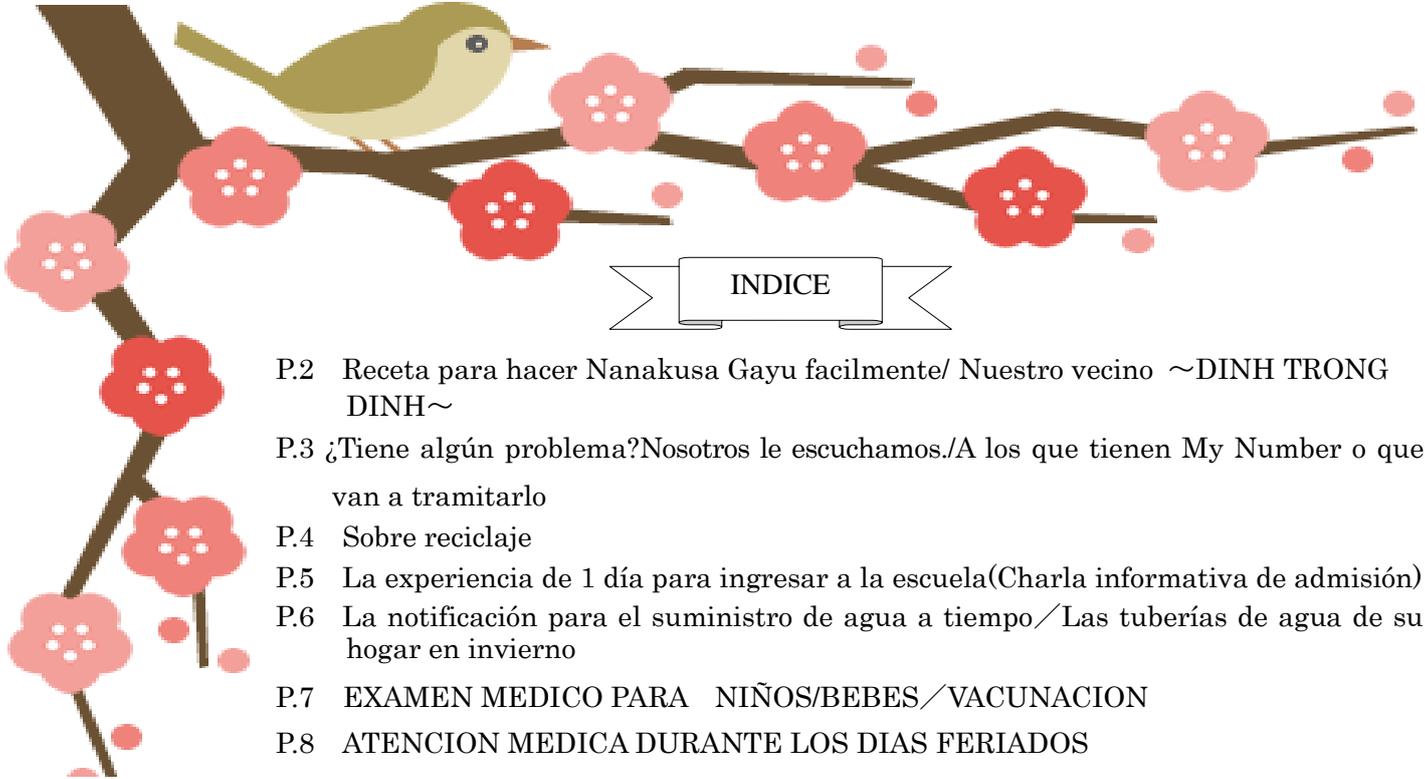
# News

2017 Invierno

No.90

Boletín Multilingüe

Español



- P.2 Receta para hacer Nanakusa Gayu facilmente/ Nuestro vecino ~DINH TRONG DINH~
- P.3 ¿Tiene algún problema? Nosotros le escuchamos./ A los que tienen My Number o que van a tramitarlo
- P.4 Sobre reciclaje
- P.5 La experiencia de 1 día para ingresar a la escuela (Charla informativa de admisión)
- P.6 La notificación para el suministro de agua a tiempo / Las tuberías de agua de su hogar en invierno
- P.7 EXAMEN MEDICO PARA NIÑOS/BEBES / VACUNACION
- P.8 ATENCION MEDICA DURANTE LOS DIAS FERIADOS

## < Tradiciones del Año Nuevo >

Comer Nanakusa Gayu (sopa de arroz con 7 hierbas) el 7 de enero es una tradición japonesa que viene desde la era Heian (entre el año 794~1185 dc).

Se prepara y se come en el comienzo del año poniendo 7 hierbas en OKAYU (la olla de arcilla con arroz). Comer este plato simboliza que al ingerir las plantas hace que sus propiedades revigorantes entren en su cuerpo que le dará un año de salud y paz. Significa también un reposo al estómago luego de haber ingerido una rica cena.

Antiguamente se recogía las hierbas en el calles pero esta costumbre está desapareciendo. Hoy día los Supermercados las venden ya enpaquetados.

Aunque no tengamos las 7 hierbas, que tal hacer este plato con los ingredientes más consumidos como nabo, rábano, espinaca y la cebolla y darle al estómago un descanso?

※OKAYU es un arroz bastante suave preparado con mucha agua.

~Ingredientes~

Arroz cocido . . . 100 g (2/3 de una taza japonesa) (puede ser sobra de arroz)

Agua . . . 300cc (Pueden aumentar la cantidad de agua conforme les guste)

7 hierbas . . . Cantidad al gusto (1 paquete de Nanakusa)

Sal . . . al gusto



～Receta para hacer Nanakusa Gayu facilmente～

① Sacar la piel del nabo y del rábano y picarlos y lavar las hojas con agua.

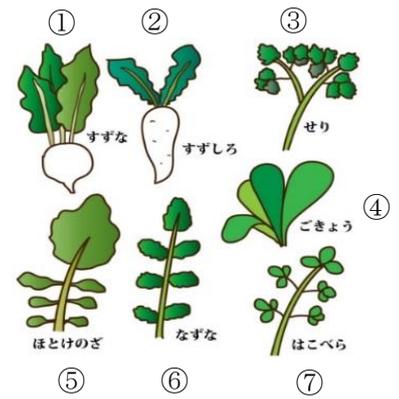
Cocinar levemente en agua y sal sacarlos de la olla y picarlos.

② Poner agua con arroz en la olla, tapar y hervir a fuego fuerte.

③ Cuando empiece a hervir, destape, baje el fuego y introduzca el nabo y el rábano cuidandose para que no derrame.

④ Cuando tenga consistencia de pasta, ponga las hojas tempere con sal y ya está listo.

Nanakusa de Primavera



Cuidados : En ② y ③ deberá revolverlos para que no se queme durante el cocimiento

Nanakusa de Primavera

① Suzuna(nabo) ②Suzushiro(rábano) ③Culantro ④Kogyo ⑤Hotokenosa ⑥Nazuna ⑦Hakobe

### <Nuestro vecino ~DINH TRONG DINH~>

Hoy les presentamos a **DINH TRONG DINH** que es traductor vietnamita del Boletin News Letter de Inuyama.

**Q. Cuando viniste a Japón? Cuéntenos también el motivo.**

A. Vine a Japón como Trainee por 2 años. El motivo fué para comprender mejor la cultura japonesa. Trabajo em Japón en donde experimenté muchas cosas y estude muchos asuntos. Desde que llegé, estudio el idioma y la cultura japonesa.

**Q. Como te parece la vida en Japón? Qué alegrías o dificultades has tenido?**

A. La vida en Japón es muy tranquila. La primera impresión fué en tren. Los trenes de aqui son rápidos, prácticos, limpios, seguros y principalmente puntuales.

El transporte japonés es muy eficiente y seguro. De inicio no sabia el japonés por eso fué difícil todo. Pero tuve un buen compañero y los japoneses que me ayudaron y pronto pude acostumbrarme al trabajo y a la vida. Los profesores en particular me enseñaron japonés y muchas otras cosas. La vida en Japón es cada dia mas interesante.

**Q. Como disfrutas su fines de semana?**

A. Hago muchas cosas en los fines de semana. Los sabados estudio japonés por cuenta y me encuentro con los vecinos. Los domingos estudio en una clase de voluntarios de Inuyama. Después me voy a las casas de amigos de Inuyama y Kakamigahara para charlar y divertirnos. Además participo en actividades voluntarias tambien. Cuando hay feriados me voy con los amigos a viajar a muchos sitios.

**Q. Finalmente un mensaje a los residentes de esta ciudad.**

A. Japón es un bello país. Desde que aqui estoy tuve muchas experiencias interesantes. Agradezco mucho a todos. Vietnam es también un bello país. Los vietnamitas somos amables y la comida muy rica. Visitenos.



# ¿Tiene algún problema? Nosotros le escuchamos.

## Consulta y apoyo mediante asistente social multicultural

Los asistentes sociales multiculturales ofrecen consulta y apoyo a las personas con raíces en el extranjero.

Si tiene algún problema dentro de su vida en Japón, llámenos. Pensemos juntos una posible solución.

**Teléfono**  
**052-961-7902**

- Discreción absoluta
- Consulta gratuita

### Idiomas y horario

#### Español:

Lunes a viernes, de 13:00 a 18:00

#### Portugués, japonés:

Lunes a sábado, de 10:00 a 18:00

#### Inglés:

Lunes, martes, jueves y viernes, de 13:00 a 18:00

#### Filipino/tagalo:

Miércoles, de 13:00 a 18:00

#### Chino:

Lunes, de 13:00 a 18:00

(Excepto feriados y fin de año (29/dic al 3/ene))



## Asociación Internacional de Aichi



460-0001 Nagoya-shi Naka-ku Sannomaru 2-6-1  
Aichi Pref. Gov. Sannomaru Annex Bldg., 1F

TEL: 052-961-7902

E-mail: sodan@aia.pref.aichi.jp

FAX: 052-961-8045

URL: <http://www2.aia.pref.aichi.jp/>

### <A los que tienen My Number o que van a tramitarlo>

A los que tramitaron la renovación de zairyu card, necesitan tramitar el cambio de período de estadia en el My Number y para eso deberá ir a la Sección de Registro Civil (Shimin-ka).

Además, a los que van a tramitar el My Number y si el período de estadia es de menos de 30 días deberán tramitar la extensión del período de zairyu card primero pues el My Number demora cerca de 30 días para expedición.

### 【Cosas a traer】

Renovación・・・Zaryu card, My number, Contraseña del My Number

Tramitación・・・Zairyu card, 1 foto 3x4 (sacada en menos de 6 meses, de frente, sin gorro, sin nada en el fondo)

La validez de My Number es conforme abajo

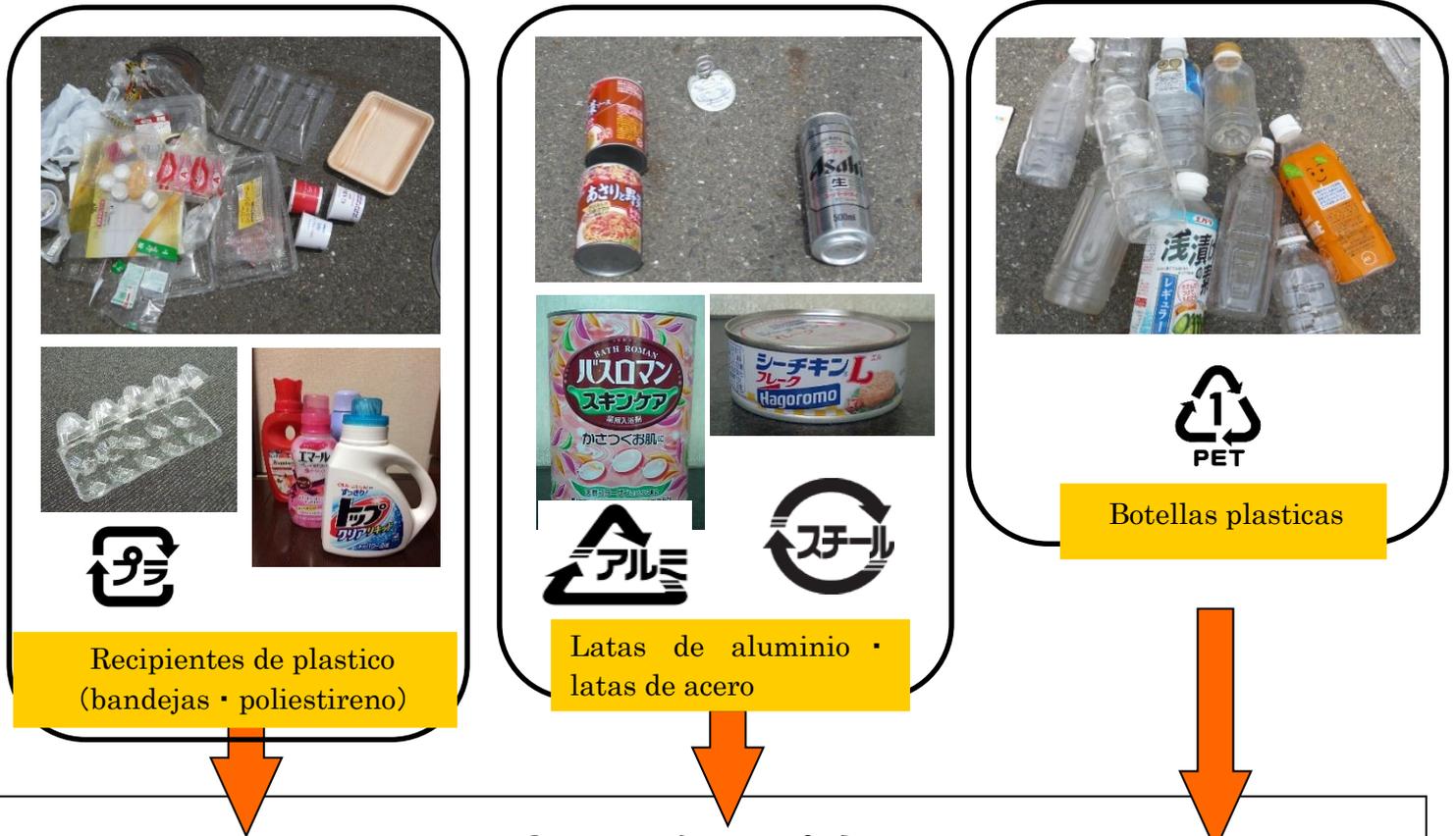
Tipo de visa	Período
Permanente especial ó Permanente	Valido hasta el decimo cumpleaños desde la emisión (los menores de 20 años es en su quinto cumpleaños)
Otros	Durante el período de vigencia de Zairyu card

\* Caso pase el período de validez no podrás renovarlo por eso les solicitamos atención

◇Informaciones: Municipalidad de Inuyama Shimin-ka ☎ (0568) 44-0303

3 (español)

## < Sobre reciclaje >



### Se puede reciclar

Les solicitamos las siguientes colaboraciones de ①~④. ① Lavar bien ② Separar bien ③ No botar junto con basura incinerable ④ Ponerlos en los cestos indicados por la zona de colección

### Cestos indicados



**Para que se pueda utilizar con eficiencia los limitados recursos renovables, por favor colabore en el reciclaje**

## La experiencia de 1 día para ingresar a la escuela (Charla informativa de admisión)



### INGRESO A LA ESCUELA PRIMARIA

Para los niños nacidos del 2 de abril 2011 al 1 de abril del 2012



### INGRESO A LA ESCUELA SECUNDARIA

Para los niños nacidos del 2 de abril de 2005 al 1 de abril de 2006

En cada escuela, tal como se muestra en la siguiente tabla a continuación, se llevará a cabo la experiencia de 1 día para ingresar a la escuela (charla informativa de admisión) para los nuevos estudiantes.

- ※ Ese día, por favor, venga con su hijo
- ※ Por favor tráigalo también para la ceremonia de ingreso del mes de abril, después de que a mediados de enero le llegue la información (aviso de admisión)

### La experiencia de 1 día para ingresar a la escuela (charla informativa de admisión) lista de

Nombre de la Escuela	Fecha del Evento	Horario de Recepción	Lugar de Recepción	Hora de Cierre Programada	Teléfono
Inuyama kita Shougakkou	Miércoles 7 febrero	De 8:00 a 8:20 am.	Gimnasio	9:30 am.	61-2234
Inuyama Minami Shougakkou	Jueves 1 febrero	De 1:20 a 1:40 pm.	Gimnasio	2:50 pm.	61-2231
Joutou Shougakkou	Viernes 2 febrero	De 1:00 a 1:30 pm.	Gimnasio	2:30 pm.	61-2501
Imai Shougakkou	Se llevará a cabo el examen médico para la inscripción en la escuela (5 de octubre)				61-2191
Kurisu Shougakkou	Viernes 26 enero	De 12:20 a 12:30 pm.	Entrada delantera	3:00 pm.	61-0580
Haguro Shougakkou	Viernes 2 febrero	De 1:10 a 1:30 pm.	Gimnasio	2:45 pm.	67-0046
Gakuden Shougakkou	Viernes 2 febrero	De 10.00 a 10:20 pm.	Gimnasio	11:15 am.	67-1005
Ikeno Shougakkou	Jueves 18 enero	De 1:20 a 1:30 pm.	Sala del dpto. de economía doméstica	3:00 pm.	67-0544
Higashi Shougakkou	Viernes 2 febrero	De 1:00 a 1:20 pm.	Gimnasio	2:45 pm.	67-5400
Inuyama Nishi Shougakkou	Martes 6 febrero	De 1:10 a 1:25 pm.	Gimnasio	2:30 pm.	62-8280
Inuyama Chuugakkou	Jueves 8 febrero	De 1:00 a 1.10 pm.	Gimnasio	4:00 pm.	61-2409
Yootoo Chuugakkou	Jueves 8 febrero	De 1:30 a 1:55 pm.	Gimnasio	3:45 pm.	61-0501
Nanbu Chuugakkou	Jueves 8 febrero	De 1:10 a 1:30 pm.	Gimnasio	4:00 pm.	67-0030
Toubu Chuugakkou	Jueves 8 febrero	De 1:00 a 1:20 pm.	Gimnasio	3:15 pm	67-7401

※ Para ingresar a la escuela primaria o secundaria, es necesario enviar los documentos a la municipalidad. Si aun no los ha presentado, por favor comuníquese con la División de educación escolar (Gakkou kyouiku-ka).

◇ Informaciones : Municipalidad de Inuyama - División de educación escolar. ☎ (0 5 6 8) 4 4 - 0 3 5 0

## ◇La notificación para el suministro de agua a tiempo◇

Con tiempo póngase en contacto con el Centro de atención al cliente para el suministro de agua, lo antes posible, ya sea cuando deje de utilizar el servicio de agua o cuando empiece a usarlo, cuando se mude o cambie de residencia. También puede comunicarse por teléfono.

Centro de atención al cliente para el suministro de agua ☎ (0 5 6 8) 6 1 - 8 7 1 1

## ◇Las tuberías de agua de su hogar en invierno◇

### ● Debemos tener mucho cuidado con el frío de la noche

Cuando la temperatura cae por debajo de los -4 grados las tuberías de agua se congelan y pueden reventar. Esto ocurre especialmente en los siguientes casos.

- ① Cuando la tubería de agua está al descubierto
- ② Cuando la tubería de agua se encuentra al lado norte del edificio
- ③ En donde el viento sopla fuertemente a la tubería de agua

### ● Como proteger contra el frío

1.- Envuelva la tubería con material de aislamiento térmico. Debido a que el grifo es fácil de reventar, envuélvalo por completo como lo muestra la imagen.



2.- Por favor utilice algo que tenga a la mano, un pedazo de tela, ropa etc. Envuélvalo luego con vinilo desde arriba para que estos no se mojen.



3.- Coloque una manta o paño dentro de la caja del medidor, luego coloque encima un cartón. Por favor mantenga el interior de la caja del medidor.

Por favor, manténgalo de tal manera que se pueda hacer la lectura del medidor.



### ● Cuando la tubería de agua se rompe

Primero cierre la llave de agua del medidor para que no siga saliendo agua, luego por favor solicite la reparación a la empresa de construcción de equipos de abastecimiento de agua (tienda de construcción)

### ● Cuando la tubería de agua se congela y el agua no sale

Coloque una toalla en el área congelada, y aplique agua tibia lentamente hasta que se descongele. Cuando se aplica agua caliente, tenga cuidado porque la tubería de agua se puede romper.



◇Informaciones: Municipalidad de Inuyama, departamento de agua. ☎ (0 5 6 8) 6 2 - 9 3 0 0

## < EXAMEN MEDICO PARA NIÑOS/BEBES >

\* El formulario de chequeo médico se envía por correo a la familia con el nombre del niño.

\*Cada chequeo de salud se puede recibir de forma gratuita.

- ◇ **Examen médico para niños de 4 meses** (las parturientas se harán los exámenes de salud dental simultáneamente)
- Contenido: Medida corporal, medicina interna, hablar de la comida de los bebés, consulta sobre el cuidado de los niños
  - Hora de recepción: De 1:00 a 1:15 pm.
  - Lugar: Centro de Salud
  - Objetos personales: Libreta de salud materno-infantil
  - \* También se puede consultar sobre la leche materna y otras leches.



- ◇ **Examen médico para niños de 1 año y 6 meses**
- Contenido: Medida corporal, medicina interna, consulta dental, aplicación de fluoruro (interesado) consulta de cuidado de niños
  - Hora de recepción: Por separado le estaremos avisando la hora individualmente
  - Lugar: Centro de Salud
  - Hora de implementación: Desde la 1:00 pm. hasta .....
  - Objetos personales: Libreta de salud materno-infantil, formulario de chequeo médico enviado por adelantado, cepillo de dientes

◇ **Examen médico para niños de 3 años**

- Contenido: Medida corporal, medicina interna, consulta dental, aplicación de fluoruro (interesado), consulta de cuidado de niños
- Hora de recepción: Individualmente le estaremos avisando la hora
- Lugar: Centro de salud
- Hora de implementación: Desde la 1:00 pm hasta ....
- Objetos personales: Libreta de salud materno-infantil, formulario de chequeo médico enviado por adelantado, muestra de orina para su análisis médico, cepillo de dientes

## < VACUNACION >

### \*Precauciones al recibir diferentes tipos de vacunas

- Para las vacunas vivas (\*BCG, \*MR, \*Varicela, paperas, rotavirus)  
→Dejar un espacio de 4 semanas (más de 27 días)
- Para la vacuna inactivada (\*Hepatitis B, \*Hib, \*Streptococcus pneumoniae, \*Vacuna cuádruple, \*Vacuna doble, \*Encefalitis japonesa, \*Influenza)  
→ Dejar un espacio de 1 semana (más de 6 días)

Si va inocular una vacuna del mismo tipo, observe por favor el intervalo de inoculación prescrito para cada vacuna.

\*La vacunación es gratuita. Pero, está limitada para aquellas personas que tienen un certificado de residencia en la ciudad de Inuyama y llevaron a cabo un examen preliminar en la ciudad de Inuyama.

### ① Vacuna viva BCG (vacunación masiva)

- Lugar: Centro de Salud
- Edad objetivo: Desde los 5 meses a menos de 8 meses (1 inoculación)
- Horario de atención: Desde la 1:15 hasta la 1:30 pm.
- Objetos personales: Libreta de salud materno-infantil, formulario de examen preliminar de la vacuna BCG
- \* Vacunarlos tan pronto sea posible después de los 5 meses de edad.



### ② Vacuna inactivada contra la hepatitis B (vacunación individual)

- Lugar: Instituciones médicas (Con la excepción de Inuyama · Fusou · Kounan · Ooguchi, es necesario hacer tramites con las instituciones medicas de antemano)
- Edad de vacunación promedio: A partir de los 2 meses de nacido \*Hasta alcanzar los 9 meses desde su nacimiento  
\*Alcance: Incluyendo el dia anterior (ejemplo) los nacidos el 15 de enero pueden ser vacunados del 14 de Marzo al 14 de octubre
- Método de vacunación: Si ponen 2 vacunas hacerlo con un intervalo de 27 días a más.  
Poner 1 vacuna a intervalos de más de 139 días a partir de la tercera inoculación.

◇ Informaciones: Centro de Salud ☎ (0 5 6 8) 6 1 - 1 1 7 6

## ATENCION MEDICA DURANTE LOS DIAS FERIADOS

### (Durante el día)

- ▼ Lugar: Clínica para la atención de emergencias de la ciudad de Inuyama:  
Inuyama shi, Goroumaru higashi 1-70. ☎ (0568) 62-8100
- ▼ Atención: Mañana desde 8:30 - 11:30 am (Consulta a partir de las 9:00 am)  
Tarde desde 1:30 - 4:15 pm (Consulta a partir de las 2:00 pm)



### (Durante la noche)

- ▼ Lugar: Las instituciones médicas que se encuentran de turno
- ▼ Atención: Desde las 5:00 hasta las 8:00 pm.

		MEDICINA INTERNA			CIRUGIA		
M	D	CENTRO MEDICO	TELF.	BARRIO	CENTRO MEDICO	TELF.	BARRIO
1	1	Clínica familiar Yui	68-3311	Gakuden	Clínica Kuwabara	61-1118	Zyoutou
	2	Clínica Okabe	62-7121	Inuyama	Clínica Dermatológica Yamamoto	62-6855	Inuyama
	3	Clínica Itsuki	62-3101	Inuyama	Clínica Funabiki	62-8811	Zyoutou
	7	Clínica familiar Yui	68-3311	Gakuden	Clínica Dermatológica Takeuchi	61-7311	Inuyama
	8	Clínica Okabe	62-7121	Inuyama	Otorrinolaringología Niwa	67-6868	Haguro
	14	Clínica Itsuki	62-3101	Inuyama	Otorrinolaringología Kobayashi	61-3154	Inuyama
	21	Clínica del Corazón Sawada	62-5556	Inuyama	Clínica Dermatológica Takeuchi	62-7511	Inuyama
	28	Clínica Med. Gral. Itatsu	67-6333	Gakuden	Cirugía Ortopédica Takuya	69-1800	Gakuden
2	4	Clínica Miyata	67-5566	Haguro	Clínica Matsumura	61-1488	Inuyama
	11	Clínica Kurokawa Sukoyaka	61-0083	Inuyama	Oftalmología Kobayashi	62-7278	Inuyama
	12	Clínica Med. Gral. Sumire	68-0025	Gakuden	Cirugía Ishihara	62-2855	Inuyama
	18	Hosp. de la estación Oeste de Inuyama	61-2017	Inuyama	Clínica de la Madre Feliz	63-4103	Zyoutou
	25	Medicina interna Murakami	62-2201	Inuyama	Oftalmología Miyata	61-0200	Inuyama
3	4	Clínica Zyounan	61-0132	Inuyama	Hospital Satou	67-7660	Haguro
	11	Clínica Andou	61-0316	Inuyama	Clínica Kuwabara	67-1118	Zyoutou
	18	Cirugía Ortopédica Miyasaki Med. Gral.	68-0461	Haguro	Cirugía Ortopédica Kawamura	61-1134	Gakuden
	21	Clínica Med. Gral. Yoshida	62-9222	Inuyama	Clínica Dermatológica Yamamoto	62-6855	Inuyama
	25	Clínica Andou	62-8881	Zyoutou	Clínica Funabiki	62-8811	Zyoutou

**Información: Municipalidad de Inuyama, Kenkou suishinka (División de Promoción de la Salud) (shimin kenkoukan) (Pabellón de la Salud de los Ciudadanos). ☎ (0568) 63-3800**

Inuyama NewsLetter Published by Inuyama City Hall 〒484 - 8501 Aichiken Inuyamashi Oaza Inuyama Aza Higashihata 36  
 Edited by Inuyama International Association  
 〒484 - 0086 Aichiken Inuyamashi matsumotocho4-21 Inuyama International Tourism Center 『Freude』  
 TEL : (0568) 61-1000 FAX : (0568) 63-0156 E-mail : [iia@grace.ocn.ne.jp](mailto:iia@grace.ocn.ne.jp) HP : <http://iiea.info>

Staff : (English) Kusakabe Kazuro, Uchimura Hidetomo, Shibata Atsuyuki, Yasumura Megumi, Tanaka Miki,  
 Nakamura Yoriko, The Church of Jesus Christ of Saints Latter-day, Guenter Walter  
 (Spanish) Carlos Tawara, Ruiz Bulnes Ricardo Arturo, Hishikawa Chiduko, Kuwagaki Michelle  
 (Portuguese) Marcos Yara, Terano Hide, Bruno Sueishi, Edison Kakihara  
 (Chinese) Wu huixing, Fujimura kaen, Harita Misako, Fukuta kazue, Takamori Yuko, Sun jiao, Ten ru  
 (Viet-Nameese) Dinh Trong Dinh, Nguyen Duy Lap, Tran Thi Huong, Duong Thi Quynh, Nguyen Van Kien