

VIVA! ひめじ

Grupo voluntario que edita la revista informativa
de la Asociación Internacional de Himeji
URL <http://www.himeji-iec.or.jp>

< Traducción: Lengua Española > Mayo de 2006 No.17

<Persona>Entrevista : Sr.Remy Mukendi Nkongolo	···P1
¿Qué es el Hokenjo?	···P2 - 4
Información de los eventos	···P5
Aviso de la Asociación Internacional de Himeji	···P6

<Gente> Sr.Remy Mukendi Nkongolo (de los suburbios de Kinsasha, Congo)

Pregunta: ¿Cuál ha sido el motivo de su venida a Japón?

Sr.Remy: Vine a Japón hace 18 años como misionero.

Estudié japonés durante 2 años en Osaka. Vivía en Tokio cuando era estudiante en la Universidad de Sophia. También he vivido en Kurashiki y Hiroshima.



P: Nos puede decir algo brevemente, sobre la lengua y la cultura de Congo.

Sr. Remy: Usamos la lengua francesa. Los niños estudian francés desde la escuela primaria regularmente. El deporte más popular en Congo es el fútbol. El alimento básico de Congo es el pan que está hecho de harina de maíz. Condimentamos la comida con sal y usamos carnes, pescados y verduras. No usamos ingredientes especiales. Es muy simple.

P: ¿Qué ha estudiado en Congo?

Sr. Remy: He estudiado filosofía y teología en la Universidad. Hice mi tesis de graduación sobre filosofía oriental.

P: ¿Qué actividades realiza en Japón?

Sr. Remy: He trabajado en la asociación Internacional como empleado temporal. Tengo la oportunidad de dar cursos en diversos lugares, para presentar a Congo por pedido de la asociación Internacional. También he participado en el festival internacional de intercambio. Cuando estudiaba en Universidad de Sophia, saqué la licencia de profesor de japonés. También puedo traducir y hacer de intérprete de francés. Ahora acabo de abrir mi propia oficina.

P: Hablando de Congo, en Japón el Sr. John Muwete Muluaka es famoso, no?

Sr Remy: Yo lo conozco personalmente y tenemos la misma edad.

El sr.Remy tiene su página web. Los interesados pueden verla ,así podrán conocer más detalladamente sobre él.

<http://www.HeartySpirit.com>



1 Al quedarse embarazada

○BOSHIKENKOUTECHOU (Libreta de maternidad) y YOBOUCESSYUTECHO (Libreta de vacunación)

Al quedarse embarazada reciba la “Libreta de maternidad”. Es importante para registrar el estado de salud de la madre y su bebé durante el embarazo y después de dar a luz. Se expide también la “Libreta de vacunación y crianza”. Esta es necesaria cuando se vacuna al bebé, por eso se debe guardar con cuidado. Estas se ofrecen en ocho versiones (inglés, coreano, chino, tailandés, tagalo, portugués, indonesio y español) las podrán encontrar en el registro de extranjeros de la sección civil (shiminka) o en los centros de salud.

○Manera de solicitar

Presente una solicitud (notificación del embarazo) y reciba las libretas de maternidad y vacunación en el centro de salud, la sección civil de la municipalidad, sucursales, centro de servicios municipales o las oficinas regionales. Se puede recibir la solicitud en cualquier tocoginecólogo o ventanillas mencionadas. Es necesario mantener “La libreta de vacunación y crianza” hasta que el niño tenga 13 años.

No hay versiones multilingüas, pero hay explicaciones escritas en seis idiomas (inglés, coreano, chino, tagalo, portugués, y español)

2 Cuando haya nacido el bebé

○Visita de una enfermera de sanidad pública

Llenar los papeles de notificación de nacimiento al registrar a su bebé en la municipalidad. Una enfermera de sanidad pública visitará su casa dentro de los 28 días para aconsejarle sobre la crianza del bebé y también contestará a sus preguntas.

○Consulta sobre la salud del bebé

Si tienen preocupaciones por la crianza del bebé o quieren hacer amistades, consúltelo con el centro de sanidad o el centro de oficina de salud. Fecha de la consulta varía según los lugares. Se puede consultar sobre el crecimiento del bebé, forma de crianza, nutrición, etc.

○Chequeo médico del bebé

La ciudad de Himeji realiza un chequeo médico para los bebés 4 veces al año.

Aprovechen estas oportunidades para saber el estado de salud del bebé y consultar sobre la crianza también

- Chequeo médico para bebés de 4 meses (Hasta el día anterior a cumplir los 5 meses)
- Chequeo médico para bebés de 10 meses (Hasta el día anterior a cumplir los 11 meses) puede hacerlo en los establecimientos Médicos o pediátras cuándo reciba el aviso. Tiene que reservar la fecha del chequeo por su cuenta. La consulta consiste en: preguntas sobre la salud del bebé, chequeo médico, y consulta sobre la crianza.

Todo es gratuito.

- Chequeo médico para bebés de 18 meses (Antes de los 2 años)
- Chequeo médico para niños de 3 años.
(Antes de los 4 años)

Lugar: Centro de asistencia, centro de servicio de sanidad

Manera de informar: individualmente

Fecha: está escrita en la notificación



Consiste en:preguntas sobre la salud, control de peso y estatura, chequeo por un pediatra, chequeo dental, consulta sobre crianza, exámen de orina, control de la vista y el oído (sólo los que tienen 3 años)

Costo:Es gratuito (Es pago en las Instituciones Médicas,hospitales)

Llevar la “Libreta de maternidad” , JYUSHINKEN (tarjeta de consulta) y MONSHINHYO (cuestionario clínico).Además es necesario también el exámen de orina y la encuesta del control de la vista y oído para los niños de 3 años.

3 Sobre la vacunación

(1) Sarampión y Rubéola

A partir del 1 de abril de 2006 se ha modificado la regla de vacunación.Las vacunas contra el sarampión y la rubéola será una vacuna doble, que incluyen las dos enfermedades. Se aplicarán dos veces divididas en etapas(la primera, y la segunda).

Tipo de vacunas	aplicación	frecuencia
Primera vacuna doble de Sarampión y Rubéola (Primera etapa de MR)	Niños de 12 meses a 24 meses Niños que no han recibido la vacuna contra Sarampión ni Rubéola hasta el 31 de marzo de 2006.	Una vez
Segunda vacuna doble de Sarampión y Rubéola (Segunda etapa de MR)	Los niños de 5 años con menos de 7 años que todavía no ingresan en la escuela primaria (El período de vacunación es un año antes de entrar en la escuela primaria 4/1~3/31) Esta vacuna es para los niños que han recibido la primera etapa. También pueden recibirla los que no han recibido ninguna de las vacunas.	Una vez

(2) Tipo de vacuna y tiempo de vacunación

Si vacuna a su niño dentro del plazo determinado, podrá recibirla en forma gratuita en Himeji. Aplicar las vacunas dentro de la edad fijada de vacunación, lo antes posible.

(Lo marcado así se recomienda vacunar a los niños hasta los 3 años)

①Vacunación individual podrán aplicárselas en los hospitales o consultorios médicos que ofrecen vacunaciones

● BCG La edad estándar : de 3 a 6 meses (edad posible de vacunación : de 0 a menos de 6 meses)

● Triple (Difteria, Tos ferina, Tétano) primera etapa:la edad estándar : de 3 a 12 meses(edad posible de vacunación : de 3 meses a menos de 90 meses)

adicionales de la primera etapa:una vez, al menos 6 meses después de aplicadas las vacunas de la primera etapa, después de los 12 meses hasta los 18 meses.

nota···La vacuna adicional triple es una suplementaria de las 3 primeras de la primer etapa. Vacunen a los niños lo antes posible con un intervalo de 1 a 1 año y medio, .

●Combinada (Difteria, Tétanos)

segunda etapa, la edad estándar : 12 años (edad posible de vacunación : 11 años y 12 años)

●Sarampión y Rubéola primera etapa la edad estándar : de 12 a 24 meses de nacido

segunda etapa la edad estándar : de 5 años a menos de 7 años de nacido (edad posible de vacunación:1 año antes de entrar en la escuela primaria)

●Sarampión

la edad estándar : de 12 meses a menos de 24 meses (para quiénes ya hayan contraído la Rubéola o se hayan puesto la vacuna contra la Rubéola)

●Rubéola

la edad estándar : de 12 a menos de 24 meses (se podrán vacunar los que ya hayan contraído el Sarampión o se hayan vacunado contra el Sarampión

nota...Esta vacuna es gratuita sólo para los niños de 1 año a 7 años y 6 meses, desde el 1 de abril de 2006 hasta 31 de marzo de 2007.

●primera y segunda etapa de Encefalitis japonesa Esta vacuna está suspendida desde el 30 de mayo de 2005.

②Vacuna en grupo

●Poliomielitis tiempo de vacunación:alrededor de mayo y octubre

la edad estándar : de 3 a 18 meses (edad posible de vacunación : de 3 meses a menos de 90 meses de nacido) .Informaciones en la sección de prevención de Centro de Salud

Tel: 079-289-1635



4 Sobre el SIDA

Los pacientes y personas infectadas de SIDA están aumentando en el mundo y se teme el aumento de su contaminación. Sin embargo, es posible prevenir su contagio porque este es un virus débil. El Centro de salud está realizando actividades para promover la educación contra el SIDA, tratando de eliminar la discriminación y el prejuicio contra los pacientes infectados.

○Puede hacerse el examen médico gratuito y guardaremos estricto anonimato

○Debe realizarse después de 12 semanas de tener sospechas de un posible contagio.

(No se puede examinar correctamente antes de la 12 semanas)

	Hora y día del examen y consulta	lugar	Resultado del examen
Examen médico en días laborables	Jueves 9:00~11:00 (No necesita reservar) ※Está cerrado los feriados, el fin del año y el Año Nuevo (12/29~1/3)	Segundo piso del edificio oeste de Centro de Salud	Los jueves 1 semana después de del examen 9:00~11:00 Se avisará directamente a la persona que se ha examinado.
Examen médico por la noche	17 de mayo de 2006, 19 de julio, 20 de septiembre, 15 de noviembre 17 de enero de 2007, 14 de marzo los miércoles 18:30~19:30	Segundo piso del edificio oeste de Centro de Salud	El resultado del examen rápido, se notificará 30 minutos después en el mismo lugar donde fue hecho el examen
Examen médico en los días de descanso	2 de Julio de 2006 (domingo) , 23 de diciembre (sábado, feriado) Es necesario reservar (Es posible reservar en forma anónima.) tel 079-289-1635	Sala de seminario, 4 piso de Egret Himeji	El resultado del examen rápido, se notificará 30 minutos después en el mismo lugar donde fue hecho el examen.

○Consulta por teléfono para extranjeros (inglés, chino, español y portugués)

tel: 078-382-2052

Día y hora : de lunes a jueves 13:00~17:00 ※Está cerrado los días de fiesta.

Además en el Centro de Salud se pueden hacer consulta sobre minusválidos, deficiencia mental, enfermedades incurables, información sobre epidemias y se ofrecen también muchas otras actividades.

INFORMACION DE EVENTOS” FESTIVAL DE VERANO”



Festival de verano del santuario de “SOSHA”

10,Julio(lunes)17:00- /11(martes)17:00-

Lugar;Santuario de HARIMANOKUNI SOSHA

El día 11 desde las19:00horas se hace el“YUDATE”

Esta ceremonia de purificación “Yudate” consiste en rociar agua caliente con ramas de bambú, esto lo hacen las Miko, chicas solteras que trabajan en el santuario . Al ser mojados con el agua se cree que se espantan todos los males y enfermedades,teniendo un año lleno de salud. Se podrá disfrutar también de karaoke y Bon Odori(danza de verano).

MINATOMATURI(Festival del puerto) previsto para fines de julio(el año pasado fue el 30,julio 19:30-)

Lugar:Puerto de Himeji (hay servicios de autobuses gratis de ida y vuelta, desde la estación de Shikama, línea Sanyo)

Se podrán ver muchos fuegos artificiales.

※ No hay aparcamiento.

Festival del castillo de Himeji 5,agosto(sabado)/6(domingo)

Lugar;Alrededor de plaza Sannomaru .Calle Otemae

Esta es la fiesta más grande en Himeji, hay un desfile,también se invita a todos a participar en el baile.

El día 5 por la tarde, se presentará teatro“Nou “en el fondo se podrá apreciar el castillo iluminado. Las localidades de pie son gratis.



Séptimo festival YOSAKOI en Himeji 5,Agosto(sábado) Desfile, víspera del festival.

6,Agosto(domingo) 9:00~21:00

Lugar:Calle OTÉMAE,Parque SIROMIDAI y otros.

YOSAKOI es un balie originario de KOUCHI. Se usa un instrumento llamado NARUKO,y se baila con él tocándolo.La fiesta YOSAKOI se está celebrando en diversos lugares de Japón.Algunos grupos locales de danzas bailarán y competirán mutuamente.Este año se celebrará junto con el festival del castillo..Se prevee mucha animación.

61Festival nacional de atletismo . 「Fiesta nacional de atletismo NOJIGIKU」

30,septiembre(sábado)~10,octubre(martes)

La fiesta nacional de atletismo se celebra una vez al año.Este año será en HYOGO. En Himeji también se harán algunas competiciones.Los ganadores se reunirán en cada zona.Se espera mucha animación

Entrada libre.

<Información de las pruebas deportivas y sedes>

- BALONCESTO <Hombres>Gimnasio central 1deOctubre(domingo)~4deOctubre(miércoles)
- TENIS de pelota blanda<Hombres y mujeres> Cancha de tenis de HIROHATA
3deOctubre(martes)~4deOctubre(miércoles)
- JUDO Kenritsu Budokan (Todas las categorías) 6deoctubre(viernes)~9deoctubre(lunes)
- RUGBY<Hombres y niños> Centro de deportes y pista de atletismo(Kyugisupootsu centaa.Rikujoukyougijou)
5(jueves),6(viernes),8(domingo),9(lunes), de octubre
- BEISBOL de pelota blanda campo de béisbol del centro de deporte en Kodera. 6de octubre(viernes)~8de octubre(domingo)

*Para más detalles ver la información pública,por favor.

En la biblioteca del centro de intercambio internacional de Himeji, tenemos libros, periódicos y revistas útiles para el intercambio internacional y entendimiento mutuo, también ofrecemos servicio de internet.

- C e r r a d o: una vez al mes (el día no está fijo), y durante las vacaciones de fin de año y año nuevo (28 /12 al 4/1)
- Emisión del carné de la biblioteca: para quienes viven, trabajan o estudian en Hyogo. (Presentar el registro de extranjeros, o la licencia de conductor. Es válido solamente para el propio interesado)
- Lectura de materiales en diversas lenguas: Japan Times (Inglés), International Press (portugués y español), HIEP HOI (Vietnamita) etc.
- Servicio de internet: Una vez al día por persona (por una hora)
※ Está prohibido el acceso a las páginas web inapropiadas o el uso de juegos.
- Préstamo y devolución de libros: hasta cinco libros por persona incluidas las revistas, durante dos semanas.



Lugar: Egret Himeji 4to.piso 68-290, Honmachi, Himeji
Tel: 079-287-0820 URL : <http://www.himeji-iec.or.jp>

Noticias: FM Genki (79.3MHz) comienza el programa de radio vietnamita en junio.

Todos los domingos PM15:00~PM15:05 Se ofrecen informaciones de la vida cotidiana y los eventos en Himeji.

***Notas de la redacción ***

En dos oportunidades hemos publicado artículos sobre el Centro público de salud, ¿qué les ha parecido? Será una buena oportunidad visitar el centro para el cuidado de su propia salud y la de sus hijos. En Himeji hay varios festivales en junio y agosto. Podrán disfrutar de los festivales tanto los niños como los adultos. Vean las informaciones de los eventos y participen. 「V I V A ! ひめじ」 No.18 será publicado en octubre. ¡¡ No se lo pierdan!!

Esperamos sus opiniones o comentarios.

Asistentes de traducción y correctores nativos

Inglés: Yoko Yamaguchi, Megumi Tsuji, Satoko Izumi, Miharu Nagao, Kathy Wakamatsu

Chino: Li Jilin, Chen Jie, Tsogt, Sun Chuanxi, Tomoko Seo

Portugués: Kozue Higashimura

Vietnamita: Ken Ishida, Nguyễn, Hiroko Kajiwara

Español: Aki Saito, Toshiyuki Hotta, Tomoko Hamada, Saori Horii, Tomoko Watanabe,
Alicia Ohtani

Ponemos solo los nombres de quienes permitieron publicarlos. Agradecemos su ayuda.

Buscamos asistentes que deseen colaborar con 「V I V A ! ひめじ」 para traducir y corregir.

Les rogamos a los interesados ponerse en contacto con nosotros.

Información

Asociación internacional de Himeji

Egret Himeji 3F 68-290, Honmachi, Himeji, 670-0012

TEL: 079-287-0820 FAX: 079-287-0824

Mailto: kokusai@city.himeji.hyogo.jp