

1 Sobre la información de prevención de desastres

A partir del Junio de este año , la forma de transmitir información de prevención de desastres sobre inundaciones y deslizamiento de tierra han sido cambiada.

Así que sería muy importante para saberen qué momento debemos evacuarse del nivel de alerta.

Cuando salga el nivel 4 todos deben evacuarse. La ciudad emitirá recomendaciones de condena e instrucciones.

Hable con su familia y vecino para que no atrase para evacuarse. Además revisemos el lugar e instrucciones para la alerta.

La última información sobre prevención de desastres y clima se pueden encontrarse en noticiero TV , radio y SNS.

Para más información entre en la pág de web de la ciudad de Tochigi , en Twitter o Facebook.

2 Exámen de salud para niños que ingresan a la escuela primaria en abril del próximo año

Será realizado el exámen de salud para niños que ingresan a la escuela primaria en abril del 2020 , a mediado de Septiembre a Octubre.

Los sujetos son , niños nacidos el 2 de Abril del año 2013 y 1 de Abril del año 2014.

La fecha del control de salud depende de la escuela primaria a la que van a ingresar.

Se enviará un aviso de la junta escolar al tutor del niño , y de acuerdo a información pedimos que hagan sus consultas.

En caso tendrán algún inconveniente y no puedan recibir la notificación , por favor llámenos a la división de salud y almuerzo , al tel 0282 - 21 – 2482.

3 Sobre medidas de estrés

Si usted no está en buena condición , o se siente mal , eso todo puede ser debido al estrés.

Si continúa haciendo lo mejor sin darse cuenta de su propio estrés , pueden perder su estado de ánimo

Entonces conozcamos el signo de estrés.

La señal del corazón es frustrarse y enojarse , llorar de repente o sentirse deprimido y desmotivado. También dificulta la interacción con las personas y las evitan.

Los signos del cuerpo serán dolor en el cuerpo , rigidez en los hombros , dolores de cabeza y dolor abdominal , insomnio , pérdida de apetito y alimentación excesiva.

Tenga en cuenta su estrés lo antes posible , tome un descanso u obtenga un diagnóstico del médico temprano.

Es importante no trabajar demasiado duro solo.

4 Sobre festival de fuegos artificios del Kuranomachi

El día sábado 7 de Septiembre , será realizado el 6to festival de fuegos artificios del Kuranomachi , a partir de las 15 : 00 hs hasta 22 : 00 hs en la orilla del rio Nagano gawa.

Además del escenario de canto y la actuación de batería japonesa , se lanzarán 5000 fuegos artificios a partir de las 7 : 00 PM.

Disfrutemos de los fuegos artificios de la ciudad de Tochigi , al final del verano de este año.