

1. Sobre la información de ayuda de desastres de la ciudad de Tochigi

Debido al tifón No 19 , la ciudad de Tochigi fue suveramente dañada. Hay muchos residentes extranjeros que están en problemas , por dañar sus casas , y automóviles inundados.

El ayuntamiento informa a las personas afectadas la información sobre el apoyo a través de la página de internet , Twitter , Facebook , por la radio FM kurara y otros medios.

El apoyo incluyen , la recolección de desechos de barro y arena , desinfección de casas inundadas , envío de voluntarios para limpiar la casa y consultas para encontrar una nueva casa.

También utilicen la información en Facebook de la asociación internacional de tochigi en Inglés y Español.

## **2. Información sobre el trabajo del ayuntamiento durante las vacaciones del fin de Año y su recolección de basuras**

El ayuntamiento de Tochigi estará cerrado , desde el sábado 28 de Diciembre hasta el 5 de Enero del próximo año. Durante este período , no se puede utilizar el servicio de emisión de certificados en la tienda de conveniencia.

Las notificaciones de nacimiento, registro de matrimonio, notificaciones de defunción etc. Quedarán en la sala de seguridad , esquina del sur oeste del 1er piso del ayuntamiento.

También la basura se recolecta de acuerdo con el calendario de recolección. Este año la recolección de basura normal funcionará hasta el 31 de Diciembre y el proximo año empieza el 4 de Enero.

Así que entre el 1 de Enero y 3 de Enero no habrá función de recolección , por favor pedimos la comprensión y colaboración.

### 3. Sobre el pago de primas de pensión de seguro nacional

La prima de pensión nacional para este año es de 16,410 ienes por mes. El pago para el servicio de pensión de Japón se pueden pagar desde el banco, con un comprobante enviado por el correo o tiendas de conveniencia.

El servicio de pensión de Japón está ordenando a las personas que no pagan sus primas de pensión incluso, por teléfono, haciendo visita, por medio de informaciones é otros.

Si lo deja sin pagar, es posible que le cobren los pagos atrasados y pueden quitarse sus bienes de quien le corresponde pagar el seguro.

Si su ingreso es bajo, y es difícil pagar las primas del seguro, consulte con la división médica de seguros de la oficina principal del ayuntamiento o la división de vidacívica de cada sucursal general.

#### 4. Sobre la prevención de la gripe Influenza

Está siendo cada vez más frío. Tengamos cuidado con la gripe en esta temporada. En cuanto a la gripe , las medidas de prevención son las siguientes : Lavarse las manos cuando lleguen de la calle.

Cuando esté seco el aire , se vuelve más susceptible a la gripe , mantenga la habitación a una humedad del 50 % al 60 % y evite salir en local donde tengan mucha gente.

Cuando salgas , trate de evitar el horario donde tengan muchas gentes.

Comer comida balanceada , para que aumente la resistencia y crear fuerza física que prevenga la infección.

Prevenir usando máscaras.

Tomemos la vacuna contra influenza.

Si tendrá fiebre repentina de más de 38 grados , dolor de cabeza , dolor en las articulaciones , dolor muscular , tos , dolor de garganta , síntomas de nasal , etc , consulte a un médico lo antes posible.