

१. नेच्युउस्योउ (हीटस्ट्रोक) रोकथाम गर्ने उपायहरुको बारेमा जानकारी !

नौलो कोरोना भाईरस संक्रमण रोकथामका उपायहरु भैरहेको अवस्थामा, यो बर्षको गृष्म ऋतुमा, अन्य बर्षहरु भन्दा बढि हीटस्ट्रोक देखि अधिक सावधान रहन आवश्यक छ भनेर भनिएको छ ।

“नयाँ जीवनशैली” अनुसार, मुखबाट निस्कने छिटाहरु फैलनबाट रोकथाम गर्न मास्कको प्रयोग गर्न महत्वपूर्ण छ, तर गर्मी मौसममा, मास्क प्रयोग गरिरहँदा, हीटस्ट्रोक हुने खतरा छ ।

घर बाहिर निस्केको बेलामा, अर्को व्यक्ति संगको दूरी २ मिटर भन्दा बढि छ भने, मास्क खोल्ने गरौं ।

मास्क प्रयोग गरिरहेको बेलामा, शरीरलाई तनाव पुर्याउने काम अथवा तीव्र गतिका खेलकूद कम गरौं ।

यस बाहेक, हीटस्ट्रोकको धेरै जसो घटनाहरु, घर भित्रै भईरहेकाछन् । घाँटी नसुकेपनि, पटक-पटक पानी अथवा तरल पदार्थ सेवन गर्ने गरौं ।

गर्मी बढेमा. कोठा भित्र, एअरकंडीशन बढि प्रयोग गर्ने गरिन्छ । तर, एअरकंडीशनले कोठा भित्रको हावा बाहिर र बाहिरको नयाँ हावा भित्र हाल्ने काम गर्न सक्दैन ।

त्यसैले एअरकंडीशन प्रयोग गर्दाखेरी, संक्रमण रोक्न, झ्याल खोल्ने, भेन्टिलेशन पंखा चलाउने गरेर कोठाको हावा फेर्ने गरौं ।

हीटस्ट्रोक, कोशिस गरेमा रोकथाम गर्न सकिन्छ । हीटस्ट्रोक बच्न सदा सावधान रहनुहोस् ।

२. सन् २०२१ सालको नर्सरी स्कूल, अधिकृत बाल संस्था र साना चाईल्ड केअर सुविधाहरुमा भर्ना सम्बन्धि जानकारी !

आउँदो बर्ष देखि उपरोक्त सुविधाहरुमा आफ्ना बालबालिकालाई भर्ना गराउन इच्छुक व्यक्तिहरुको आवेदन दर्ता यो बर्षको सेप्टेम्बर महिना देखि शुरु हुने जानकारी गराईन्छ ।

उपरोक्त सुविधाहरुको स्थल भ्रमण, प्रत्येक सुविधाहरुको योजना अनुसार यहि बर्षको अगस्त महिना देखि आयोजना गरिन्छ । सहभागी हुन इच्छुक व्यक्तिहरुलाई अग्रिम आवेदनको आवश्यकता पर्नेछैन तर तोकिएको दिनमा उपस्थित हुन सकिन्छ ।

नर्सरी स्कूलमा भर्ना आवेदन लिईने अवधि, सेप्टेम्बर महिनाको १ तारिक देखि ३० तारिक सम्म रहेको जानकारी गराईन्छ । आवेदन दर्ता गराउने स्थानहरुमा, तोचिगी शियाकुस्यो प्रधान कार्यालयको दोश्रो तल्लाको होइकु-का (नर्सरी शाखा), प्रत्येक सोउगोउ शिस्योको सिमिन् सेइकाचु-का रहेकाछन् । प्रत्येक सुविधाहरुमा सीधै सम्पर्क गरि आवेदन दिन पनि सकिन्छ ।

अधिकृत बाल संस्था र साना चाईल्ड केअर सुविधाहरुमा भर्ना आवेदन, अधिकृत बाल संस्थाको किन्डरगार्टन तर्फ, सेप्टेम्बर महिनाको १ तारिक देखि जहिलेपनि दर्ता लिईन्छ ।

अधिकृत बाल संस्थाको नर्सरी तर्फ र साना चाईल्ड केअर सुविधाहरुको भर्ना आवेदनको दर्ता भने सेप्टेम्बर महिनाको १ तारिक देखि ३० तारिक सम्म मात्र लिईनेछ ।

आवेदनको लागि सम्बन्धित सुविधाहरुमा सीधै सम्पर्क राख्नुहोला ।

नौलो कोरोना भाईरस संक्रमण आदिको कारणले गर्दा, सुविधाहरुको स्थल भ्रमण तथा भर्ना आवेदन आदिको समयतालिकामा परिवर्तन आउन सक्ने हुनाले सम्बन्धित सुविधाहरुमा सोधपूछ गर्नुहोला ।

३. राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमाकरको सूचना पठाईने बारे जानकारी !

शियाकुस्योबाट, यहि जुलाई महिनाको १५ तारिक, यस बर्षको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमाकर को सूचना पठाईनेछ । उक्त सूचना पुगेपछि, शियाकुस्यो, बैंक, पोष्टअफिस तथा कन्भिनियन्स स्टोरहरुमा गई, भुक्तानी गर्नुहोला ।

आफ्नो बैंक खाताबाट भुक्तानी गरिरहनु भएका व्यक्तिहरुको बीमाकर चाँही, प्रत्येक भुक्तानी म्याद भित्र खाताबाट भुक्तानी लिईन्छ ।

पहिलो किस्ताको भुक्तानी गर्ने म्याद यहि जुलाई महिनाको ३१ तारिक हो ।

निम्नलिखित व्यक्तिहरुको स्वास्थ्य बीमाकरको एकभाग छूट पाउन सक्छन् ।

नौलो कोरोना भाईरस संक्रमणको कारणले, घरमूलीको बार्षिक आमदानी गतबर्षको भन्दा ३०% भन्दा बढि घटेका व्यक्तिहरु र गतबर्ष ताइफून् नं.१९ ले, आफु बसेको घरको भुइँतल्ला भित्र बाढी पसेको अथवा घरको आधा भाग भन्दा बढि नष्ट भई क्षति भएको व्यक्तिहरुले यो सुविधा पाउन सक्छन् ।

यसरी बीमाकर भुक्तान गर्न अत्यन्तै गाह्रो परेको खण्डमा, तोचिगी शियाकुस्यो सिमिन्जेइकामा सम्पर्क राखि परामर्श लिन सकिन्छ ।

४. तोचिगी नगर अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाको कार्यालय अन्यत्र सर्ने बारे जानकारी !

यहि जुलाई महिनाको १ तारिक देखि, तोचिगी-शि शिमिन् कोउर्युउ सेन्टर (तोचिगी नगर नागरिक केन्द्र) को उदघाटन संगै, तोचिगी कोकुसाई कोउर्युउ क्योउकाई (तोचिगी नगर अन्तर्राष्ट्रिय संस्था) को कार्यालय, उक्त शिमिन् कोउर्युउ सेन्टरको तेश्रो तल्लामा सर्ने भएको कुरा जानकारी गराईन्छ ।

नयाँ कार्यालयमा, यहि जून महिनाको २३ तारिक देखि, काम संचालन शुरु गरिएकोछ ।

शिमिन् कोउर्युउ सेन्टर, इरिफुनेच्योउको कुरानोमाचि नर्सरी स्कूल संगै पश्चिम पट्टिको ४ तल्ले भवन हो । यो भवन, तोचिगी च्युउओउ स्योउगाक्कोउ (तोचिगी केन्द्रिय प्राथमिक विद्यालय) को अगाडी पट्टि, हाल, निर्माणाधीन भवनको दक्षिण पट्टि अवस्थित छ ।

कोकुसाई कोउर्युउ क्योउकाईमा, तोचिगी नगरमा बसोबास गरिरहेका विदेशी नागरिकहरु सबैको समस्या र चिन्ताका बिषयहरुको समाधान गर्नका लागि परामर्श-डेस्क स्थापना गरिएकोछ ।

यस बाहेक, ज्युउमिन्ह्योउ (निवास प्रमाणपत्र), स्युस्सेई स्योउमेइस्यो (जन्मदर्ता प्रमाणपत्र), कोन्ई स्योउमेइस्यो (विवाहदर्ता प्रमाणपत्र) आदि कागजातहरुको अनुवाद गर्ने कामहरु पनि गरिन्छ ।

कार्यालय खुल्ने दिन र समय, विदाका दिनहरु बाहेक, सोमबार देखि शुक्रबार बिहान ९ बजे देखि साँझ ५ बजे सम्म रहेकोछ ।

कृपया यसलाई प्रयोग गर्न नहिचकिचाउनुहोला।