

1. Sobre la enfermedad mental

Anteriormente , la enfermedad mental era un problema para ciertas minorías. Pero ahora , cualquier persona , sin importar la edad que tenga , puede enfermarse mentalmente.

La enfermedad mental no sería ninguna enfermedad que se puede dejarse de lado. Todos pueden obtener esa enfermedad con diversos valores y formas de vida que llevamos , también en diversos tipos de estrés en el hogar , la escuela , trabajo , etc.

Las enfermedades mentales incluyen esquizofrenia y trastornos del estado de ánimo.

Con la esquizofrenia , puede sentir algo que realmente no tiene , escuchar sus malas palabras o rumores , o volverse reacio a conocer gente y retirarse.

Pero esta bien. Puede controlar y recuperarse de sus síntomas mientras continúa tomando medicamentos y haciendo rehabilitación. Llevando esta enfermedad mucha gente trabaja.

Los trastornos del estado de ánimo , no importa lo que haga no son divertidos , aburridos , y dan ganas de morir. Cuando piensa , de repente siente mucha tensión , habla y compra cosas caras.

Pero esta bien. Si toma medicamentos , descansa , recibe asesoramiento y continúa el tratamiento , puede vivir como siempre.

Si cree que puede estar enfermo , hay muchos lugares para consultar. En la ciudad de Tochigi , un consejero especializado brinda asesoramiento sobre salud mental con cita previa.

La enfermedad mental no es algo especial , es una enfermedad familiar. Incluso si tiene una enfermedad , no es nada especial. Es importante para nosotros saber más sobre las enfermedades mentales

y comprender y apoyar correctamente a las personas con enfermedades mentales.

2. Acerca de la orientación comercial de fin de año y año nuevo

El ayuntamiento permanecerá cerrado desde el martes 29 de Diciembre hasta el Domingo 3 de Enero del 2021 , tanto para la oficina principal como para las sucursales generales.

Agradecemos su comprensión y cooperación.

Durante ese tiempo , las notificaciones tales como notificaciones de nacimiento , notificaciones de matrimonio y notificación de defunción se guardarán en la sala de seguridad en la esquina sur oeste del primer piso del edificio principal del gobierno del ayuntamiento.

Además , recolectaremos basura durante el fin de año y Año nuevo según el calendario de fechas de recolección. Del día 1 al 3 de Enero no habrá recolección.

Si en caso lleva su basura directamente a Clean Plaza , el día 31 funcionará de 8:30 am hasta medio día. Luego iniciamos el próximo año recién el 4 de Enero como de costumbre.

Llevar basura al final del año está muy concurrido. Por favor , permítase un montón de tiempo. Además , use sin falta su máscara.

3. Sobre el cuidado con la influenza

Es importante señalar que la influenza tiene más síntomas sistémicos que los resfriados comunes , y puede causar bronquitis o neumonía que pueden agravarse.

Como medida de precaución , para prevenir la infección y la transmisión , primero vacúnese antes de que comience la epidemia.

Este año , la influenza podría ser una epidemia con el nuevo corona virus. Al igual que con el nuevo corona virus , se infectará de igual manera que la influenza , así que asegúrese de usar máscara para la tos. También , asegúrese de lavarse las manos con frecuencia y desinfectarlas con el alcohol cuando regrese a casa o antes de las comidas.

Si usted cree que fue infectado , no debe irse a la escuela ni a su trabajo esforzado.

Si no sabe en cual institución médica consultar , llame al centro de consulta.

Si tendrán síntomas de fiebre , llame a su institución médica. El teléfono es 0570-052-092.

La fiebre es indistinguible del nuevo corona virus. Asegúrese de consultar por teléfono antes de ir directamente a una institución médica.

Para los extranjeros , utilice la nueva línea directa de coronavirus para los que viven en la ciudad de Tochigi , donde puedan consultar en su idioma nativo.

Este será el número de teléfono para extranjeros que viven en la ciudad de Tochigi , 028-678-8282 atendemos las 24 horas.

4. Sobre acerca del concurso de luz y sonido 2020

Desde la salida este de la estación Tobu Shin – Ohirashita , se mostrarán más de 100,000 iluminaciones en el cielo nocturno invernal en el Plats Ohira.

El período será a partir del 1 de Diciembre hasta 11 de Noviembre , del PM 17: 00 hasta PM 10:00 hs.

Este año disfrute de iluminaciones reconfortantes , manteniendo la distancia social.

Pedimos también su cooperación para usar sus máscaras.