

1. Tungkol sa Tochigi Autumn Festival.

Ang pinakamalaking event ng lungsod ang Tochigi Autumn Festival ay idaraos mula ika-11 hanggang ika-13 ng Nobyembre sa pangunahing kalsada ang Kura no Machi.

Ang pagdaraos ng Tochigi Autumn Festival ay nagsimula pa noong 1874 sa panahon ng Meiji period. Ngayon ay ginagawa lamang ito isang beses sa dalawang taon sa buwan ng Nobyembre. Ang napakarilag at naggagandahang paper floats o karosa na likha pa noong panahon ng Edo at Meiji periods ay ipaparada sa pangunahing kalsada ng lungsod na may backdrop ng mga iconic warehouses ng Tochigi City.

Ngayong taon ay muling gaganapin ang event na ito matapos ang apat na taon mula 2018 dahil sa epekto ng COVID19.

Ang mga mag-aaral ng mababang paaralan ang hihila ng floats sa ika-11 ng Nobyembre at sa ika-12 at ika-13 naman ay ang main event na gaganapin mula alas 9:30 ng umaga hanggang alas 8:00 ng gabi. Ipaparada ang mga karosa na pagmamay-ari ng ibat-ibang distrito ng lungsod na sinasabayan ng pagtutugtog ng mga tradisyonal at naiibang musikang hapon gamit ang plauta at tambol. Sa gabi ay iniilawan ang mga lanterns sa karosa na lalong nagpapaganda nito.

Ang event na ito ay isang magandang pagkakataon upang maranasan at malaman ang kasaysayan at kultura ng Tochigi City na ating tinitirahan.

Kapag pupunta sa pagdiriwang ay huwag kalimutang magsuot ng face mask, maging maingat at huwag sumigaw. Umiwas sa mga siksikan na lugar at panatilihin ang distansya sa iba pang manonood.

2. Tungkol sa Agarang J-alert Warning System.

Kung may posibilidad na may magpakawala ng ballistic missile na babagsak sa Japan ay inaanunso ito ng pamahalaan sa pamamagitan ng emergency alert system na kung tawagin ay J-alert. Dito ay patutunugin ang natatanging sirena at mensahe sa disaster prevention radios na maghahatid ng mga impormasyong pang emerhensiya mula sa pamahalaan. Ang ballistic missile ay maaaring marating ang tangkang lugar sa loob ng mas mababa pa sa 10 minuto pagkatapos pakawalan ito,

Kapag narinig ang mensahe ay manatiling kalmado at lumikas na kaagad. Kung nasa labas ay lumikas agad sa malapit na gusali o sa isang underground na lugar upang maiwasan ang pinsala na dulot ng pagsabog at ng mga debris. Kung walang gusali ay magtago lamang sa isang lilim at humiga sa lupa at takpan ang ulo.

Kung nasa loob naman ng tahanan ay lumayo sa bintana at lumipat sa isang silid na walang bintana. Kung nagmamaneho naman ng sasakyan ay kaagad na huminto sa isang ligtas na lugar at humiga sa lupa at takpan ang ulo.

Sa ika-16 ng Nobyembre ay magkakaroon ng pagsasanay o drill sa pag-aanunso ng J-alert sa buong bansa. At sa Tochigi City ay may mga broadcast sa pamamagitan ng mga outdoor speaker na naka-install sa may 185 na lugar ng lungsod.

Dapat malaman na ang J-alert ay isang natatanging babala upang maging handa sa paglikas sa pagkakataon ng emergency.

3. Tungkol sa Pag-iwas sa Influenza

Ang bilang ng mga nagkakaroon ng COVID19 ay bumababa na kamakailan at ang mga paghihigpit sa pagpasok sa Japan para sa mga dumarating na dayuhan ay pinaluwag na.

Gayunpaman, iminumungkahi ng mga eksperto na may mataas na posibilidad na ang COVID19 at Inluenza (trangaso) ay magkakasabay na lumaganap mula ngayon hanggang sa taglamig.

Sa mga nakalipas na dalawang taon ang bilang ng mga pasyente na nagkaroon ng Influenza sa Japan ay bumaba ng husto mula lumabas ang COVID19. Ngunit ito ay naayon sa dahilang lumiit ang porsyento ng mga taong immune sa Influenza virus.

Ang paglaganap ng Influenza ay karaniwang nangyayari sa katapusan ng Disyembre hanggang Marso. Kasama sa mga sintomas nito ay ang biglaang pagtaas ng lagnat, pananakit ng ulo, kasukasuan at kalamnan.

Ang pagpapabakuna sa Influenza ay hindi maaring ganap na mapigilan ang pagkakaroon ng sakit ngunit maiiwasan ang mga malulubhang sintomas na dulot nito.

Inaabot umano ng mga dalawang linggo pagkatapos matanggap ang pagpapabakuna para maging resistant sa Influenza virus. Kaya dapat magpapabakuna bago pa man ito lumaganap.

Walang restrictions sa pagitan ng agwat ng pagpapabakuna sa COVID19 at ng Influenza kung kaya mainam din na mabakunahan ng sabay.

Dahil ang pangunahing dahilan ng pagkakahawa sa Influenza ay sa pamamagitan ng “droplet infection”, gaya ng mga preventions sa COVID19 ay nararapat din ang palagiang pagsusuot ng facemask, paghuhugas ng kamay, pag-iwas sa malapitang pakikipag-usap, siksikan na lugar at silid na may mahinang bentilasyon. Gayundin, kapag masama ang pakiramdam ay iwasan na ang lumabas at kung nagkaroon na ng nabanggit na mga sintomas tulad ng lagnat, ay dapat ng tumawag at kumunsulta sa pinupuntahang pagamutan.