

## 1. Décimo segundo eventos relacionados con el Festival Utamaro

Se llevarán a cabo varios eventos relacionados con el Festival Utamaro en toda la ciudad , centrados en la calle principal Kuranomachi durante 16 días , del 11 al 26 de Noviembre.

En especial , el sábado 11 de Noviembre se realiza el (Utamaro Douchu) , donde personas vestidas con kimonos y vestidas como figuras del período Edo desfilan por las calles.

A partir de la 1 pm en uzumanamigawa , a las 3 pm por cerca del museo de muñecos puede observar la exposición del Ukiyo-e del pintor famoso Utamaro

Además , el día 11 y 12 de Noviembre durante 2 días , se llevará a cabo el 22º Festival Kuranomachi Furusato

La Asociación de Intercambio Internacional de la Ciudad de Tochigi , está cooperando con el establecimiento de puestos de comida de países extranjeros como Vietnan , Nepal , Srilanka , Filipinas ,Korea y Brasil en la plaza frente al Museo de Muñecos , con el tema ( Sekai Gurume Yokochou ).

También tendremos un rincón donde puedan sentarse y comer tranquilamente , así para que disfruten de la comida y del Festival.

## 2. Acerca de (Vamos todos a experimentar la Prevención de Desastres !!)

El Sábado 9 de Diciembre , de 10 : 00 am ~ 1 : 00 pm , habrá un evento para tener la experiencia sobre la prevención de desastres , en el Centro Comunitario de Minagawa Jounai chou de la Ciudad de Tochigi.

El contenido del evento incluye un simulacro de sacudida en el que usted puede protegerse inmediatamente imaginando un terremoto que ocurre en el lugar donde se encuentra en ese momento , experiencia en la recepción de un centro de evacuación , experiencia en el manejo de suministros de evacuación , cocina para la prevención de desastres y una oportunidad de experimentar el temblor , de un gran terremoto real. Puede experimentar una variedad de cosas , incluido el uso de un degenerador sísmico , experimentar una evacuación de humo y usar un extintor de incendios de agua.

Es necesario crear conciencia diariamente sobre la prevención de desastres , y en este evento los niños pueden disfrutar aprendiendo juntos.

La participación será gratuita. La inscripción comienza a las 9 : 30 am , pero si completa el registro antes de las 10 : 00 am , las primeras 100 personas recibirán regalos.

Si llueve el día del evento , se realizará el Domingo 10 de Diciembre ,

Por favor , participen con nosotros.

### 3. Usted sabe sobre la tuberculosis ?

Sabes qué tipo de enfermedad es la tuberculosis ? La tuberculosis es una enfermedad infecciosa causada por *Mycobacterium tuberculosis*. Cuando una persona con tuberculosis tose o estornuda , inhala las bacterias de la tuberculosis contenidas en las gotitas en sus pulmones , lo que resulta en una infección tuberculosis.

Incluso si están infectados , no todos enfermarán. Además , a menos que una persona infectada enferme , el virus no puede transmitirse a otras personas. Cuando su sistema inmunológico está debilitado debido a la fatiga , el estrés o una enfermedad , puede desarrollar tuberculosis.

Una vez que se enferme , tendrá fiebre leve , tos ,flema , y dolor en el pecho. Los síntomas incluyen sensación de lentitud , cansancio fácil , pérdida de peso y pérdida del apetito.

Después de llegar a Japón , muchas personas desarrollan tuberculosis debido al estrés y la fatiga en un entorno desconocido. Si sus síntomas persisten por más de 2 semanas , busque atención médica.

Además , los Centros de Salud Públicos ofrecen consultas gratuitas sobre tuberculosis. La Asociación para la Prevención de la Tuberculosis ofrece consultas telefónicas multilingües gratuitas para los extranjeros que viven en Japón.

La tuberculosis es una enfermedad que puede curarse si se detecta a tiempo , y se trata con medicación diaria. Los costos médicos del tratamiento de la tuberculosis están cubiertos con fondos públicos. Si piensas que tendrás la tuberculosis , no se desespere , y consulte inmediatamente a una institución médica o centro de salud público !!

## 4. Vamos prevenir de la gripe Influenza

La influenza es una infección respiratoria causada por el virus de la influenza. En Japón, las epidemias de gripe suelen producirse desde finales de Diciembre hasta Marzo, pero este año el número de personas que han contraído la gripe ya han aumentado y han iniciado las epidemias de la gripe influenza.

La principal vía de infección de la gripe es la transmisión por pequeñas gotas que salen de la boca al toser o estornudar.

Cuando estás infectado aparecen síntomas repentinos como, fiebre alta, dolor de cabeza, dolor en las articulaciones, y dolor muscular en período de incubación de 24 a 27 horas.

La gripe se caracteriza por complicaciones como bronquitis y neumonía, que fácilmente pueden provocar una enfermedad grave, y los ancianos corren especial riesgo de enfermarse gravemente.

La vacunación contra la influenza no puede prevenir completamente la aparición de la enfermedad, pero puede prevenir la gravedad de los síntomas y reducir el riesgo de muerte.

Después de recibir la vacuna, se necesitan aproximadamente 2 semanas para desarrollar resistencia al virus de la influenza, y la efectividad de la vacuna dura aproximadamente de 2 semanas a 5 meses después de la vacunación.

Para prevenir la gripe, es importante cubrirse la boca y la nariz con una mascarilla o un pañuelo al toser o estornudar, lo que se denomina etiqueta de la tos.

Si tiene fiebre u otros síntomas, llame y consulte a su médico encargado.