

1. Para evitar un golpe de calor

A medida que aumenta cada año el número de días extremadamente calurosos que superan los 35 grados, también aumenta el número de personas que son transportadas a la sala de emergencias debido a un golpe de calor. Una forma de prevenir el golpe de calor es aclimatar el cuerpo al calor.

Comprenda la aclimatación al calor y tome medidas para prevenir el golpe de calor antes de que la temperatura realmente suba y aumente el riesgo de sufrir un golpe de calor.

Cuando las personas mueven el cuerpo, por ejemplo mediante el ejercicio o el trabajo, se produce calor dentro del cuerpo y la temperatura corporal aumenta. Cuando la temperatura corporal aumenta, el cuerpo regula la temperatura corporal liberando calor de la superficie del cuerpo al aire a través del calor evaporativo causado por la sudoración, el aumento del ritmo cardíaco y la dilatación de los vasos sanguíneos de la piel. Cuando ya no puede regular la temperatura corporal, el calor se acumula en el interior del cuerpo, provocando un aumento de la temperatura corporal y provocando un golpe de calor.

La aclimatación al calor varía de persona a persona, pero lleva desde unos pocos días hasta dos semanas. Antes de que haga calor, acostúmbrese al calor sudando y haciendo ejercicio como caminar o darse un baño tanto como pueda.

Cuando llega el verano y sube la temperatura, asegúrese de hidratarse frecuentemente, usar ropa fresca, evitar la luz solar, usar aire acondicionado

y permanecer en un lugar fresco. Además, manténgase en buena forma comiendo y durmiendo, preste atención a la información sobre el golpe de calor, como advertencias y alertas sobre el golpe de calor para sobrevivir al calor intenso.

2. Al desechar la basura no combustible, botes de aerosol, etc.

Al desechar basura no combustible, botes de aerosol, basura peligrosa y pequeños electrodomésticos en la estación de basura, le pedimos que utilice bolsas transparentes o bolsas traslúcidas que le permitan ver el contenido. Algunas personas usan bolsas traslúcidas que dificultan ver el contenido, como bolsas traslúcidas de color marrón, blanco lechoso o gruesas.

Como resultado, no es posible verificar el contenido de las bolsas durante la recolección de basura, y hay muchos incidentes de incendios en camiones de basura e instalaciones de procesamiento de basura debido a botes de aerosol, encendedores, pequeñas baterías recargables(baterías móviles, etc.) siendo mezclado.

Estos accidentes pueden causar daños a los camiones de basura y a las instalaciones de tratamiento de basura, deteniendo las operaciones de recolección y tratamiento de basura, y también pueden provocar accidentes graves que pueden amenazar la vida de los residentes locales.

Para evitar accidentes, no se podrán recoger las bolsas cuyo contenido no pueda controlarse fácilmente.

Además, escriba el nombre de la asociación de vecinos(el nombre de barrio), su nombre en las bolsas de basura.

Por favor coopere en la separación y eliminación correcta de la basura.

3. Respecto a visitas a las instalaciones para la admisión a la guardería en 2025

Se realizarán visitas guiadas a cada instalación para aquellos que deseen inscribirse en una guardería, una guardería certificada o una guardería de pequeña escala en 2025. No se requiere solicitud previa y algunas guarderías requieren reservaciones. Aproveche esta oportunidad para participar.

Está previsto que las solicitudes de admisión comiencen a partir de septiembre.

Las guarderías públicas de Kuranomachi, Ootsuka, Hakonomori, Ohira-nishi,

Ohira-minami Daiichi, Fujioka Heartland, Tsuga Yotsuba e Iwafune, así como la guardería certificada Nishikata Nakayoshi Kodomo-en estarán abiertas para visitas el miércoles 24 de julio. La recepción es a las 13:30 horas.

Los horarios de las visitas por guarderías privadas, guarderías certificadas y pequeñas guarderías varían según la instalación, así que consulte el sitio web de la municipalidad.

Al participar en la visita, traiga zapatillas y utensilios para escribir.

4. ¡Se emitirán nuevos billetes el 3 de julio de 2024!

A partir del 3 de julio de 2024 se emitirán nuevos billetes de 10.000, 5.000 y 1.000 yenes.

Esta es la primera vez en 20 años que la imagen y el diseño de los billetes cambian y, para evitar la falsificación, se ha añadido al diseño una nueva tecnología antifalsificación.

El anverso del nuevo billete de 10.000 yenes representa a Eiichi Shibusawa, de quien se dice que participó en el establecimiento de unas 500 empresas durante su vida y estuvo activo en los círculos empresariales.

El reverso representa el edificio de la estación Marunouchi de la estación de Tokio, que se representa un edificio histórico y ha sido designado como bien cultural importante.

El anverso del nuevo billete de 5.000 yenes representa a Umeko Tsuda, la primera estudiante internacional de Japón que jugó un papel decisivo en la educación superior de las mujeres modernas, incluida la fundación de la Universidad de Tsuda Juku actual, y el reverso muestra la glicina, una flor que ha sido popular durante mucho tiempo en Japón.

El nuevo billete de 1.000 yenes presenta en el anverso a Shibasaburo Kitazato, un bacteriólogo que desarrolló métodos para prevenir y tratar el tétanos y es considerado el padre de la medicina moderna, y en el reverso la obra maestra de Katsushika Hokusai, un artista de ukiyo-e del período Edo, “Treinta y seis vistas del monte Fuji: la gran ola frente a la costa de Kanagawa” está dibujada.

El tamaño de los billetes de 10.000 yenes, de 5.000 yenes y de 1.000 yenes son todos del mismo tamaño que los billetes emitidos actualmente.

La tecnología antifalsificación que se utilizará por primera vez en billetes nuevos es una técnica llamada *sukiire* o *sukashi*(marca de agua), en la que aparece una imagen cuando el billete se enfrenta a una luz. Hasta ahora, la marca de agua de los billetes era sólo un retrato, pero los nuevos billetes tienen un patrón continuo de pequeños diamantes en el fondo del retrato. Además, la cara dibujada en el holograma 3D se mueve según el ángulo de visión. Esta es la primera vez en el mundo que se utiliza la tecnología de hologramas 3D en los billetes.

Incluso después de que se emitan los nuevos billetes, podrá seguir utilizando los billetes emitidos actualmente, así que tenga cuidado con estafas como “sus billetes viejos ya no podrán utilizarse”.