# 多言語情報コーナー （令和７年１２月号）

## 1. Pangangalap ng mga Fire Brigade Volunteers ng Lungsod.

Ang Tochigi City Fire Brigade Volunteers ay araw-araw na nangangasiwa upang mapangalagaan ang kaligtasan at seguridadng ating komunidad, base sa diwa ng "Protekhan Ko ang Sarili kong Lungsod". Kabilang sa mga volunteer groups nito ay ang mga karaniwang empleyado, mga self-employed na mamamayan, mga estudyande ng universidad at iba pang mga tao ng lahat ng kasarian na nagtutulungan upang matiyak ang kaligtasan ng lokalidad. Bilang serbisyo sa pinakamalapit na komunidad ay may mahalagang papel na gagampanan ang mga volunteers sa pagbibigay proteksyon sa lokalidad sa panahon ng emergency o sakuna.

Subalit sa mga nakaraang taon, patuloy ang pagbaba ng bilang ng mga bagong recruits sa Volunteer Fire Brigade. Ang lungsod ay patuloy na nangangalap ng mga volunteers para sa Fire Brigade sa kanilang mga gawain.Ang kwalipaikasyon ay dapat 18 taong gulang pataas at naninirahan, natratrabaho o nag-aaaral sa lungsod. Maaari din na lumahok ang mga dayuhang residente. Gayunpaman, ay may mga kondisyon na dapat may kahusayan sa pagsasalita ng wikang hapon, may wastong reputasyon at rekomendasyon sa kinabibilangang neighborhood association o "Jichi Kai". Sila ay may natatanging tungkulin bilang miyembro ng Fire Brigade Volunteer at part time na empleyado ng lokal na pamahalaan. Bagamat may limitasyon sa kanilang gagawin bilang dayuhan, inaasahan na gaganap silang mga interpreter para sa iba pang mga dayuhang residente para sa kamalayan sa kampanya tungkol sa pag-iwas sa sunog at iba pang sakuna.

Sa kasalukuyan, may pitong residenteng dayuhan ang Fire Brigade Volunteer ang Tochigi City.

Ito ay isang pagkakataon upang maki-isa sa komunidad, magamit ang kasanayan, maasahan ng iba para sa kapakanan ng lahat lalo na ng mga taong mahahalaga sa kanila.

Sa mga indibidwal na interesado, mangyaring makipag-ugnayan lamang sa General Affairs Division ng Fire Department ng Lungsod gayundin sa Tochigi International Community.

## 2. Paunawa ng Munisipiyo Tungkol sa Kanilang Serbisyo sa Katapusan at Simula ng Susunod na Taon.

Ang City Hall, kasama na ang mga ibat ibang sangay ng tanggapan nito ay magkakaroon ng holiday mula ika-27 ng Disyembre hanggang ika-4 ng Enero ng susunod na taon.Ang isusumite na dokumento gaya ng Birth, Marriage, Death Certificates at iba pang dokumento ng pamilya ay maaaring ibigay sa kanilang security office sa south west corner ng unang palapag ng main building ng city hall.
Ang pagkolekta ng basura ay gagawin ayon sa na-schedule sa calendar ng garbage collection na ika-27,29,30 at 31 ng Disyembre at magpapatuloy sa ika-5 ng Enero.
Ang pagdala ng basura direkta sa Tochigi Clean Plaza ay tatanggapin sa mga nasabing araw mula alas 8:30 hanggang alas 4:30 ng hapon maliban sa ika-31 ng Disyembre na hanggang sa alas 12:00 ng tanghali lamang. Gaya ng palaging ginagawa, ihiwalay ng wasto ang mga basura na dadalhin sa nasabing tapunan ng lungsod lalo na ang mga lithium batteries na nagiging sanhi ng sunog.
Ang bayad sa dadalhin na basura ay 250yen kada 10kgs at limitado lamang sa mga basura na galing sa tahanan ng mga naninirahan na residente ng lungsod. Hindi na kailangan na gamitin ang mga itinalagang plastic bags ng basurahan. Ilagay lamang ito sa mga transparent na plastic bags upang malaman ang mga nilalaman nito. Sundin lamang ang mga tagubilin ng mga kawani ng pasilidad na at ibaba ang pinagbuklod-buklod na basura ayon sa uri ng mga ito.

### 3. Tungkol sa Pag-iwas sa Influenza.

Ang flu o kung tawagin natin ay trangkaso ay isang respiratory infection sanhi ng flu virus na dapat ituring na naiiba sa karaniwang sipon. Ang pangunahing dahilan ng pagkakahawa sa impeksyon na dulot ng flu virus ay ang pagsagap ng maliliit na patak ng droplets mula sa bibig ng isang umubo o bumahin na taong may ganitong karamdaman. Pagkatapos ng pagkahawa ay lalantad ang mga sintomas gaya ng biglaang paglagnat, pagsakit ng ulo, ng kasukasuan, kalamnan, kasunod ng 24 hanggang 72 na oras ng incubation period. Ang isang katangian ng Flu ay ang posibilidad na humantong ito sa mga komplikasyon tulad ng bronchitis o ng pneumonia at maging malala. Bagamat ang pagpapabakuna ay hindi lubos na mapigilan ang pagkakaroon ng flu, makakatulong ito upang maiwasan ang paglala ng mga sintomas. Ang duration kung kailan ganap na tumatagal ang bisa ng bakuna ay sinasabing humigit kumulang dalawang linggo hanggang 5 buwan pagkatapos ng pagpapabakuna.Mahalagang magpabakuna bago ang peak season ng trangkaso.

Ang mga respiratory infections gaya ng Influenza ay maaaring maiwasan sa pamamagitan ng masusing pagpapatupad ng mga pangunahing hakbang sa pagkontrol sa pagkalat ng trangkaso gaya ng etiketa sa pag-ubo, paghuhugas ng kamay, pag-iwas sa malapitang pakikisalamuha,mataong lugar sa maliit na espasyo. Nararapat din na may bentilasyon ang silid at palagiang paggamit ng face mask. Kung hindi maayos ang pakiramdamdam ay huwag na lamang lumabas. Kung nagkaroon ng sintomas na lagnat at iba pa ay mangyaring tumawag at kumunsulata muna sa isang pagamutan bago magpunta rito.