

外国語情報コーナー

今月は「あげおワールドフェア2014スタッフ・参加者募集」(9ページ参照)と「熱中症に気を付けましょう」(36ページ参照)です。 ※内容は一部要約しています。

 **AGEO City official website** <http://www.city.ageo.lg.jp/>

English

英語

Staff & Participants for Ageo World Fair

The 22nd "Ageo World Fair" will be held at *Bunka Center* on Monday, October 13 (national holiday). Some 30 countries participate in this event every year. We recruit volunteer staff for organizing this event as well as individuals and organizations for making presentations. If you are interested in international exchange and/or organizing the event, or if you engage in international activities and wish to present them, we encourage you to participate. To sign up, contact the Ageo Global Association (AGA) Secretariat (City Hall Annex #3, 1F, 10 a.m. ~ 4 p.m., Monday, Thursday, or Friday). Tel.780-2468/Fax775-9819 /E-mail office@aga-world.com

Heat Stroke

With temperature exceeding 35 °C, the number of people who are taken to hospital by ambulance due to heat stroke sharply increases. Even when you are indoors doing nothing, you may suffer from heat stroke if the room temperature and humidity get high. So be careful! Drinking adequate liquids is the most effective way to prevent heat stroke. Drinking water or tea is usually enough to stay hydrated, however, after heavy sweating, it's recommended to drink sports drinks. You are also encouraged to set the air-conditioner temperature at 28 °C and pay attention to the humidity of your room so that it won't exceed 70%.

→ *Kenkouzoushin-Ka(Nishi Hoken Center)* Tel.774-1411/Fax776-7355

For more information

Please contact *Shiminkyodosuishin-Ka* (in English or Japanese) at 775-3548 (Fax 775-9819) or "Hello Corner" (counseling service for non-Japanese residents in English) held every Monday 9:00 a.m. ~12:00 p.m. Hello Corner publishes a monthly newsletter called "Hello Corner News" to inform non-Japanese residents of events in Ageo and tips on living in the city. It is posted on Ageo City website. (It will be sent to you by mail if you live in Ageo and wish to have it delivered to your house.)

Português

ポルトガル語

Procura-se Participantes & Staff para Ageo World Fair

O 22º Ageo World Fair será realizado dia 13 de outubro (2ª feira feriado nacional) no *Ageo Bunka Center*. Como todos os anos espera-se participação de aproximadamente 30 países. Procura-se voluntários para participarem como staff na organização do evento ou grupos ou individualmente para preparar diversas exposições. Se você possui interesse sobre intercâmbio internacional e/ou organização de evento, ou se você está empenhado em atividades internacionais

e quiser fazer sua apresentação, venha participar conosco nesta festa. Inscrições na Secretaria da Associação Internacional de Ageo (AGA), prefeitura de Ageo Anexo 3, térreo, de 10h00~16h00 às segundas, quintas e sextas-feiras. Tel.780-2468/Fax775-9819 /E-mail office@aga-world.com

Cuidado com a Insolação

Quando a temperatura ultrapassa os 35 °C aumenta número de pessoas que são vítimas de insolação. Mesmo estando dentro de casa em estado de repouso, a alta temperatura ambiente e também a umidade relativa do ar fazem as pessoas sofrerem de insolação. É preciso muita atenção. Para evitar a insolação beba líquidos frequentemente. Se você normalmente bebe água ou chá também é bom, mas se estiver transpirando excessivamente é aconselhável tomar sport drink.

Aconselhamos utilizar o ar condicionado a temperatura de 28 °C. Tome cuidado para que a umidade relativa do ar não ultrapasse 70%.

→ *Kenkouzoushin-Ka(Nishi Hoken Center)* Tel.774-1411/Fax776-7355

Para maiores informações

Favor contactar *Shiminkyodosuishin-Ka* (inglês/japonês) Tel. 775-3548 / Fax 775-9819 ou a "Hello Corner" (balcão de atendimento para estrangeiros). Consultas em português todas às 2as.feiras, de 13h00~16h00). A Hello Corner publica mensalmente o informativo "Hello Corner News" em língua estrangeira onde poderão ser encontrados informações gerais do cotidiano e eventos de nossa cidade. Ver o site da prefeitura de Ageo (para aqueles que quiserem receber o informativo em sua casa deverão fazer assinatura).

Español

スペイン語

Se convocan participantes y personales voluntarios de Ageo World Fair

La vigésima segunda Ageo World Fair 2014 Fiesta Mundial "Ageo World Fair 2014" se celebrará el lunes 13 de octubre (día feriado) en *Bunka Center*. Cada año cuenta con unos 30 países participantes. Se convocan participantes y personales voluntarios para organizar este evento. No importa que sean grupos o individuales. Anímese a participar y trabajar con nosotros si tiene interés en el intercambio internacional o en la planificación del evento, o quiere presentar actividades de su grupo. Inscripción e información: Secretaría de la AGA (Edificio 3 del Ayuntamiento de Ageo, 1ra planta), lunes, jueves y viernes, 10 a 16 horas. Tel.780-2468 / Fax775-9819 /E-mail office@aga-world.com

Golpe de calor "Nechuu-shou"

Cuando la temperatura pasa 35 grados se aumenta notablemente el número

de personas trasladadas de forma emergente al hospital debido al golpe de calor. Hay veces en que, aún estando en casa tranquilo, se nos da este síndrome, porque nos afectan la humedad y la temperatura en casa. Para prevenir este mal, es recomendable tomar líquido con frecuencia. Está bien que tome agua o té, sin embargo, cuando suda mucho, lo mejor será tomar bebida que contenga minerales o sal. Cuando se usa el aire acondicionado, se recomienda que pongan la temperatura del aparato a 28 grados centígrados. Y también es menester saber que la humedad de la habitación no se excede del 70%.

→ *Kenkouzoushin-Ka (Nishi Hoken Center)*: Tel. 774-1411 / Fax 776-7355

Para más información

Sírvanse ponerse en contacto con *Shiminkyodosuishin-Ka* en japonés o en inglés (Tel.775-3548 / Fax775-9819) o con "Hello Corner" (servicio de consulta para los residentes extranjeros en español) que tiene lugar todos los lunes, de 9 a 16hrs (de 12 a 13hrs descanso). Hello Corner publica la revista mensual "Hello Corner News" para los residentes extranjeros en español en la que podrán obtener informaciones varias tales como eventos, informaciones útiles para la vida cotidiana. Se pone en la página web de la Ciudad de Ageo. Y también se manda por correo a los que la desee si vive en Ageo.

中文

中国語

上尾世界交流大会招募参加者和志愿者

将于10月13日(星期一·国定假日)在文化中心举行第22届「上尾世界交流大会」。每年大概有30个国家参加。这次招募企画及运营方面的志愿者同时招募希望参展个人和团体。如果您对国际交流有兴趣或现在正在从事国际交流活动并愿意介绍活动内容的人,请向上尾市国际交流协会(AGA)报名(AGA事務局 市役所第三別館1楼 每星期一・四和五 上午10点~下午4点) Tel.780-2468 / Fax775-9819 E-mail office@aga-world.com

中暑症

当气温超过35度,因为中暑送医急救的人剧增。因为屋子里的温度和湿度非常高,即使只在家里不外出也会发生中暑的可能性,要特别注意。

为了预防中暑,分次多补充水分有效方法。平常喝水或茶即可,但是出大汗时推荐喝运动饮料。使用空调时最合适的温度为28度。同时屋子里的湿度最好维持在70%以下。 →健康増進課(西保健中心 Tel.774-1411 / Fax776-7355)

详细情况请在以下机关询问

市民协动推进课775-3548(英语或日语) 传真775-9819 或外国人询问窗口,每星期一,下午1点~4点(汉语)。「你好消息」(Hello Corner News)是上尾市外国人咨询窗口每月为外籍市民发行的月报。向您介绍在市内举行的各种活动及有关生活信息。「你好消息」还登载在上尾市网页上,您可以随时阅读。(您如果在市内居住,还可以申请邮寄)