

Sección de Relaciones Públicas del Municipio de Sakura

☎043-484-6103(RRPP)/043-484-1111(recepción) * Fax: (043) 486-8720 * E-mail:koho@city.sakura.lg.jp

“Hola Sakura”, es un resumen en español del periódico quincenal “Koho Sakura” del municipio.

La publicación del boletín es mensual; las personas que deseen se lo podemos remitir sin costo alguno via correo o por e-mail.

La atención en el idioma español son los jueves de 9:00am. a 12:00pm. y de 1:00pm. a 5:00pm.

Municipio de Sakura: <http://www.city.sakura.lg.jp>

(imprimido en el papel reciclado)

MEDIDAS QUE DEBEMOS DE TOMAR PARA PROTEGER NUESTRAS VIDAS

Cada año en varias regiones ocurren daños causados por las tormentas e inundaciones a gran escala; como el tifón y las fuertes lluvias del año pasado que azotaron la ciudad de Sakura y las lluvias torrenciales en el mes de julio que causaron grandes daños principalmente en la región de Kyushu.

En caso de ocurrir un desastre ante el estado imprevisible de acabar con el coronavirus, es necesario tomar las medidas de evacuación teniendo en cuenta evitar propagar la infección.

Habitualmente pensemos juntos en familia ¿Qué preparación es necesaria para salvar vidas ante un desastre?

TENGAMOS CUIDADO CON EL CONTAGIO DEL COVID-19

Debemos de poner en práctica el nuevo estilo de vida, tomar medidas para prevenir la infección y evitar infectar a otros.

Por favor verifique una vez más:

- *Abstenerse de salir
- *Ventilación
- *Lavarse las manos
- *Protocolo al toser



外出控え



換気



手洗い



咳エチケット

Evitar las 3 cosas:

- *Evitar los lugares cerrados
- *Evitar la aglomeración
- *Evitar lugares estrechos



密閉回避



密接回避



密集回避

PUNTOS DE EVACUACIÓN ANTE EL COVID-19

La palabra “hinan” en japonés que significa refugiarse, ponerse a cubierto, de acuerdo a los kanji “hi + nan” quiere decir en español “evitar + dificultad”.

Como principio las personas que se encuentran en lugares peligrosos deben ser evacuadas ante un desastre, incluso con la pandemia del coronavirus.

>No es necesario que vayan al lugar de refugio las personas que se encuentran en un lugar seguro.

>No solamente están los lugares de refugio designados por el municipio, considere la posibilidad de evacuar a hogares seguros de familiares o conocidos.

>Verificar los lugares de peligro, conozca el método de evacuación, los lugares de evacuación y las zonas de peligro de la región donde habita.

>Prepárese en caso de corte de luz y de agua en abastecerse de agua, comestible, inodoros de emergencia, etc., durante al menos 3 días para toda la familia, si es posible para 1 semana como referencia.

>Al momento de evacuar lleve tapa boca, desinfectante y termómetro.

COOPERE CON LAS GESTIONES DEL LUGAR DE REFUGIO

Ante la pandemia del coronavirus, las reuniones de gran cantidad de personas en un ambiente cerrado aumenta el riesgo de propagación.

En los lugares de refugio es necesario cumplir con los protocolos de aislamiento.

Se llevarán a cabo las gestiones tomando las diversas medidas de prevención de infección, desinfectar periódicamente los lugares que la gente suele tocar, ventilar, etc.

Consulte las precauciones para vivir en un centro de evacuación.

>Asegúrese de usar la mascarilla

>Lávese las manos y desinfectese

>Separe los zapatos, sandalias de uso del baño y de uso interior y exterior

>Guarde suficiente distancia con las otras personas del refugio

>Cada cual tiene que limpiar y desinfectar su espacio

>Cada cual tiene que llenar y guardar la lista de control de salud

>Si no se siente bien, consulte con el personal

※Si usted es uno de los refugiados y se encuentran en buen estado de salud, por favor coopere con la administración.

CUÁNDO EVACUAR? ASEGÚRESE DE EVACUAR EN LOS NIVELES DE PRECAUCIÓN 3 Ó 4

En caso de haber peligro de desastre debido a las lluvias torrenciales, anunciaremos la información meteorológica de prevención de desastre. La ciudad tomará como referencia con dicha información, anunciará las informaciones sobre evacuación empleando los “niveles de precaución”.

Tomemos medidas para protegernos, el tiempo que sale la información meteorológica para la prevención de desastre, comprender lo que ésto significa y evacuar tan pronto como sienta el peligro.

Estado atmosférico	Información de la Agencia Meteorológica de Japón	Información de la ciudad	Medidas de los ciudadanos	Nivel de precaución
Lluvia torrencial desde varios días aproximadamente 1 día antes	Información de alerta temprana		-Prestar atención a la información meteorológica. -Adquirir información meteorológica reciente	1
Lluvia torrencial del medio día hace unas horas	Información de alerta de lluvia torrencial Alerta de inundación, etc.		-Verificar las ventanas, contraventanas y el exterior de la casa -Verificar los lugares de refugio, etc. -Inspección de espera de emergencia -Prepararse para la evacuación	2
Lluvia torrencial de varias horas hace alrededor de 2 horas	[nivel 3 de precaución] Información correspondiente Alerta de lluvia torrencial Alerta de inundación, etc.	Prepararse para la evacuación. Inicio de la evacuación para adultos mayores	EVACUACIÓN PARA ADULTOS MAYORES Y OTROS -No acercarse a lugares peligrosos -Si hay algo diferente de lo habitual, avise al municipio, etc.	3
Lluvias torrencial de cada cierto tiempo	[nivel 4 de precaución] Información correspondiente -Información de alerta ante un desastre por deslizamiento de tierra -Información de peligro de desbordamiento, etc.	Aviso de evacuación Instrucción de evacuación (urgente)	TODOS DEBEN DE EVACUAR	4
	[nivel 5 de precaución] Información correspondiente -Señal especial de lluvia torrencial -Información sobre ocurrencia de un desbordamiento, etc.	Información sobre la ocurrencia de un desastre	TOME LAS MEDIDAS PARA PROTEGER SU VIDA En caso de ser peligroso salir, quédese en un lugar seguro como el segundo piso de la casa. (asgúrese de la seguridad en el interior)	5

Qué es la información equivalente al nivel de alerta?

Es la información a la que los residentes pueden tomar como referencia para decidir su evacuación.

Por más que se emita la información equivalente al nivel de alerta, no significa necesariamente que se anuncie el mismo nivel de aviso de evacuación en la misma zona al mismo tiempo.

INFORMACIÓN RELACIONADA CON EL COVID-19

Hasta el 18 de agosto se reportaron 121 número de infectados en la ciudad de Sakura de los cuales el 66% de los contagiados fueron mayores de 50 años.

Del 19 de junio, fecha en que se levantó la cuarentena hasta el 18 de agosto se confirmaron 91 infectados, lo que eleva el total a 121 casos. De 26 personas infectadas en el mes de julio, la situación aumentó a 64 personas en 18 días del mes de agosto.

Una de las razones del incremento de personas infectadas es que claramente se debe a la infección masiva y de contacto concentrados en karaoke y restaurantes de entretenimiento.

El riesgo de infección nos rodea. Para prevenir que se expanda la infección les pedimos a cada persona que tomen aún más las medidas de precaución y que sean cautelosos.

8 puntos que tienen que tener en cuenta dentro del hogar, si hay sospecha que algún miembro de la familia esté infectado

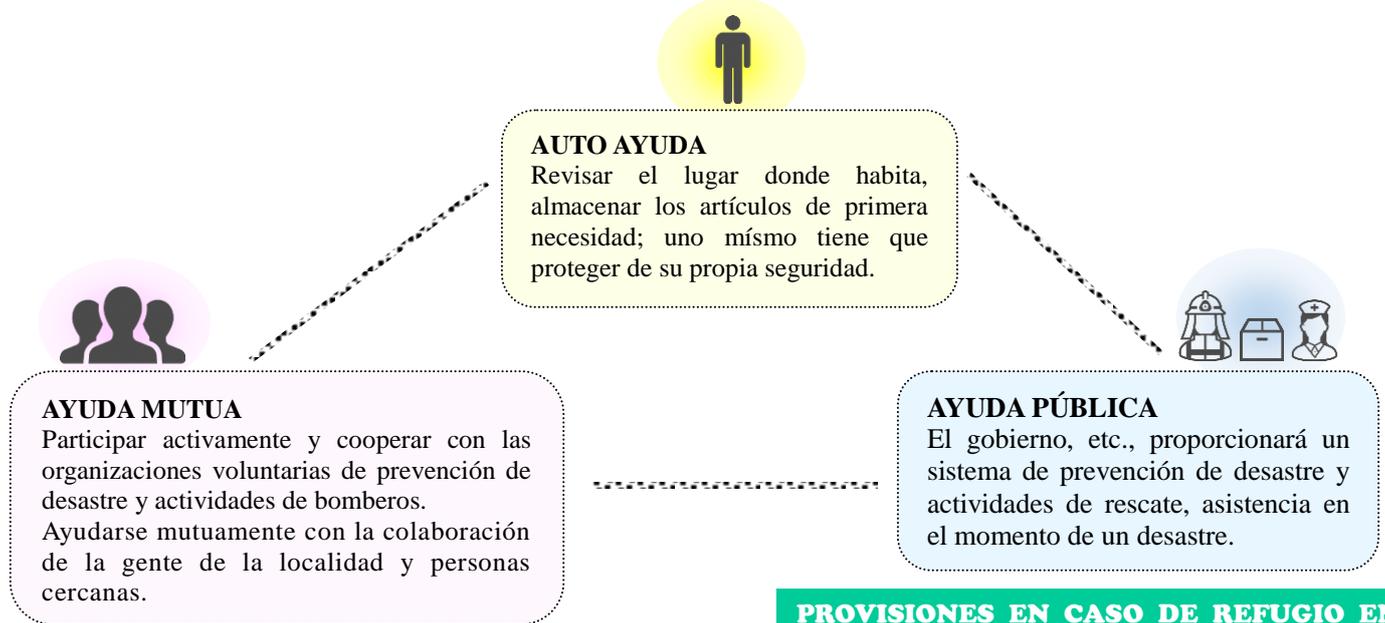
- ① Separe la habitación ② Que sea limitado el número de personas para atender al infectado
- ③ Ventilar regularmente la habitación ④ Desinfecte las áreas que fueron tocadas por el paciente ⑤ Lave la ropa del infectado
- ⑥ Usar mascarilla ⑦ Lávese las manos diligentemente ⑧ Desechar la basura hermeticamente

EJEMPLAR ESPECIAL SOBRE LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN ANTE UN DESASTRE

Ante un desastre natural ni la fuerza humana podría detenerlo, sin embargo se pueden reducir los daños causados por el desastre con una prevención habitual.

Para poder actuar con calma en caso de una emergencia, es importante prepararse siempre ante un desastre ya sea individual, en el hogar o con la comunidad local.

Con el objetivo de mejorar la capacidad regional de prevención de desastre



LA PREPARACIÓN DE LOS ARTÍCULOS DE EMERGENCIA

● Ejemplos de artículos de emergencia

- Agua
- Comestible
(alimentos que no requiera cocinar, mínimo para 3 días)
- Casco de seguridad
- Prenda de vestir, ropa interior
- Impermeable
- Linterna de bolsillo
- Radio portátil
- Batería portátil
- Artículos de primeros auxilios
- Guantes
- Medicamentos de primeros auxilios
- Utensilios para lavarse la cara, cepillo de diente, pasta dental
- Toalla
- Chinelas (uwabaki)

« Medidas para evitar la infección »

- Tapa boca
- Desinfectante de manos
- Termómetro
- Tissue húmedo
- ※ Llevar juntos los objetos de valor como: dinero en efectivo, la libreta de banco, tarjeta de salud, etc.



PROVISIONES EN CASO DE REFUGIO EN EL HOGAR

- Bebidas (una persona 3 litros por día)
- Comestible (para 3 días a una semana o más, enlatados que no necesite cocinar, alimentos precocinados, etc.). En lo posible dejar listo para 1 semana, agua potable, comestible para 3 días.
- Artículos de primera necesidad (tissue, papel higiénico, rap, bolsa para basura, baño portátil, etc.)

● Almacenar bien el stock de viveres (de emergencia)

Si compra un poco más de los productos y alimentos que usa a diario en casa, podría sacarle de apuros ante un desastre.

LA FORMA DE VERIFICAR EL ESTADO EN CASO DE UN DESASTRE

● Servicio de mensaje en caso de desastre

Es un servicio para que puedan comunicarse sin dificultad con los familiares, amigos, etc. al momento de un desastre.

[Dial de mensaje para uso en caso de desastre "171"]

Use un teléfono o celular, deje su mensaje en la grabadora; lo puede verificar si usa el dial 171.

Puede maniobrar siguiendo la guía.

> Registro de mensaje **171** → **1**

Marcar el número de teléfono de casa u otro → grabar el mensaje

> Escuchar el mensaje **171** → **2**

Marcar el número de teléfono de casa u otro → verificar el mensaje

※ Los días 1 y 15 de cada mes pueden probar.

[Tablero de mensaje para uso en caso de desastre] Verificar su seguridad a través del sitio móvil

Pueden registrar mensaje de texto hasta 100 caracteres y las informaciones de seguridad en las zonas de desastre.

Las información de seguridad registrada pueden confirmarlo a través de otras compañías telefónicas de celulares, smartphone y/o computadora.

PAGO DE IMPUESTO EN SEPTIEMBRE

Último plazo: miércoles 30 de septiembre



- * Impuesto al seguro nacional de salud (kokumin-kenko-hokenzei)
- * Primas del seguro de asistencia pública (kaigo-hokenryo) / Primas del seguro por gastos médicos para las personas mayores adultas (koki-koreisha-iryo-hokenryo) > 3ra. fase
- Consulta sobre el pago ☎(484)-6118 Sección del seguro de salud para las personas adultas mayores ☎(484)-6136
- Sección de asistencia social para personas mayores adultas ☎(484)-6187

INFORMACIÓN SOBRE LA SALUD PARA LA MADRE Y EL NIÑO 2020

CONSULTA	LUGAR	HORARIO	AGOSTO
Las clases de maternidad para los padres	Seibu k.c.	9:00 a 12:00/ 13:00 a 16:00	domingo 6
Consulta para lactantes de 4 meses, nacidos en abril del 2020	Kenko k.c.	Está escrito en la guía particular	martes 15
	Seibu k.c.		viernes 11
	Nambu h.c.		jueves 17
Clases mogu mogu para los bebés de 8 meses, nacidos en diciembre del 2019 (es necesario inscribirse)	Kenko k.c.	13:10 a 15:25	miércoles 23
	Seibu k.c.	9:05 a 11:20	miércoles 16
	Nambu h.c.		jueves 17
Revisión para los niños de 1 año 6 meses, nacidos en marzo del 2019	Kenko h.c.	Por favor verificar en el cuestionario clínico	miércoles 2
	Seibu k.c.		jueves 24
	Nambu h.c.		miércoles 9
Revisión para los niños de 3 años, nacidos en marzo del 2017	Kenko h.c.	Por favor verificar en el cuestionario clínico	jueves 3
	Seibu k.c.		viernes 25
	Nambu k.c.		jueves 10
Revisión dental para los infantes Para los niños nacidos en septiembre del 2017 y marzo del 2018 ※ *Las personas que deseen consultar sobre el desarrollo de las palabras	Se suspende hasta marzo del 2021 para los niños de 2 años		
	Kenko h.c.	Por favor verificar en el cuestionario clínico	*martes 1
	Seibu k.c.		*lunes 14 viernes 18
Nambu k.c.	*lunes 7		
Suku suku, consultas sobre el desarrollo del niño. (es necesario inscribirse)	Kenko k.c.	9:00 a 12:00	jueves 17
Consultas sobre salud para adultos (es necesario inscribirse)	Seibu k.c.	9:30 a 11:30	martes 8
	Nambu k.c.		viernes 18



VACUNA CONTRA EL ROTAVIRUS

A partir del 1 de octubre se iniciará la inoculación rutinaria de la vacuna contra el rotavirus para los niños nacidos desde el 1 de agosto.

El rotavirus, es un virus que causa gastroenteritis o infección intestinal; incluye vómitos, diarrea acuosa severa, se podría observar fiebre de aproximadamente en 30 a 50%. Otros síntomas incluyen el vomito, diarrea, acompañado de deshidratación y convulsión, insuficiencia renal, encefalopatía y otras complicaciones que podrían requerir hospitalización. Esta vacuna tiene como objetivo prevenir la gastroenteritis grave por rotavirus.

«vacuna contra la enfermedad infecciosa rotavirus»

Existe 2 tipos de vacuna contra el rotavirus. Ambas se administran por vía oral y cualquiera de las vacunas se aplica por un número prescrito de veces.

●Vacuna contra el rotavirus humano atenuada por vía oral

Beneficiarios: Para los niños de 6 a 24 semanas de nacidos
Método de aplicación: Administrados 2 veces por vía oral a intervalos de más de 27 días

●Vacuna oral pentavalente contra el rotavirus atenuada

Beneficiarios: Para los niños de 6 a 32 semanas de nacidos
Método de aplicación: Administrados 3 veces por vía oral a intervalos de más de 27 días

El plazo de vacunación es fijo, las vacunas posteriores no son posibles así sea por su cuenta.

Por favor traten de vacunarse lo más temprano a la llegada de la temporada.

Sección de promoción de la salud
☎(485)6711 (kenko zoshinka)

VACUNACIÓN Y EXAMEN MÉDICO INFANTIL DE ACUERDO A LA PROGRAMACIÓN

Algunos padres no están llevando a sus hijos a las instituciones médicas para la vacunación y examen médico infantil por temor al brote de infección del COVID-19.

Es necesario tener cuidado con la propagación de la infección del coronavirus en las consultas, sin embargo retrasar la vacunación aumentaría el riesgo de infección grave; por lo que recomendamos recibirlo en la fecha prevista.

Por qué no es bueno retrasar la vacunación y el examen médico infantil?

El tiempo de vacunación se determina en función a la edad propensa a enfermedades infecciosas como la tosferina, meningitis, etc., especialmente a los lactantes de 2 meses.

El examen médico infantil es una oportunidad importante para que la madre pueda consultar y comprobar periódicamente sobre el estado de salud de su niño.

No vacile en consultar algún médico, enfermera, obstetra, etc.

Se puede llevar a un lactante a la vacunación y el examen médico infantil?

Las instituciones médicas y lugares de revisión están tomando todas las medidas para evitar la infección del COVID-19, ya sea en la desinfección y ventilación en los lugares y horarios de vacunación.

En lo posible reserve con anticipación. Hay también instituciones médicas en donde puede consultar en otro horario y lugar que los pacientes generales.

Por favor antes de la revisión tomarse la temperatura y asegúrese de estar en buena condición física.

Al regresar a casa lávese las manos y también de su bebé, tome las medidas adecuadas contra la infección.

Sección de promoción de la salud
☎(485)6711 (kenko zoshinka)