

THÔNG TIN ĐỜI SỐNG

Tháng 6 Số 73

発行 呉市国際交流協会

〒737-8501 呉市中央4丁目1-6

呉市役所1階 国際交流センター

TEL 0823-25-5607 FAX 0823-25-5530

http://kurekiea.com E-mail kure-ies@eagle.ocn.ne.jp

Những chú ý cần thiết tới độ nóng trước và sau mùa mưa - Chú ý cảm nhiệt!

Cảm nhiệt là việc mất cân bằng giữa lượng muối và lượng nước trong cơ thể dẫn tới nhiệt độ cơ thể tăng gây ra chóng mặt, tê cứng chân tay và đau đầu... nếu bệnh tình xấu đi có thể ảnh hưởng tới tính mạng. Trẻ em và người cao tuổi dễ phát bệnh, ngoài ra, cho dù ở yên trong nhà cũng vẫn có thể phát bệnh nên cần hết sức lưu ý.

《(Những trọng điểm để phòng tránh)》

● Sử dụng khéo léo điều hòa và quạt điện, không nên để độ ẩm trong phòng vượt quá 28 độ ● Uống nước đầy đủ cho dù không khát ● Khi ra ngoài, mặc quần áo thoáng mát không gây gò bó cơ thể ● Không làm gì quá sức, nghỉ ngơi thích hợp ● Ăn uống đủ chất và vận động điều độ

▼ Liên hệ: *Shobokyoku-keibo-ka* 0823-26-0313

Từ ngày 02/07 (thứ hai): Tiếp nhận việc xin miễn trừ phí bảo hiểm hưu trí quốc dân

Trường hợp với lý do như thất nghiệp hoặc thu nhập thấp nên việc đóng phí bảo hiểm hưu trí quốc dân trở nên khó khăn thì có thể xin miễn trừ.

▼ Nơi đăng ký: *Hoken-nenkin-ka*, *Shimin-madoguchi-ka* hoặc các trung tâm *Shimin-Center*

▼ Những đồ cần thiết: Những thứ có thể chứng minh bản thân như con dấu, sổ hưu, mã số cá nhân, bằng lái xe. Trường hợp có lý do thất nghiệp thì cần Giấy chứng nhận thôi việc hoặc Giấy chứng nhận tư cách thụ hưởng bảo hiểm thất nghiệp.

※ Có mức tiêu chuẩn về giới hạn thu nhập của người đăng ký, chủ hộ, người phụ thuộc. Người đã đăng ký năm ngoái tiếp tục đăng ký thì có thể không cần phải làm thủ tục.

▼ Liên hệ: *Hoken-nenkin-ka* 0823-25-3157

Thủ tục nhận tiền trợ cấp khuyến khích nhập học các trường mẫu giáo tư thục

Trợ cấp một phần chi phí nhập học, chi phí chăm sóc đối với người bảo hộ có trẻ đáp ứng các yêu cầu nhất định và đang học tại trường mẫu giáo tư thục (trường mẫu giáo được thành lập dựa trên Luật Giáo dục trường học).

Chúng tôi đã gửi thông báo tới tất cả các trường mẫu giáo trong thành phố nên hãy xác nhận nội dung cụ thể của các điều kiện.

▼ Đăng ký: Nộp trực tiếp các giấy tờ cần thiết tới trường mẫu giáo mà trẻ đang học

※ Trường hợp đơn đăng ký không được gửi tới các trường mẫu giáo ngoài thành phố thì hãy liên hệ tới *Koshodate-shien-ka*.

▼ Liên hệ: *Kosodate-shien-ka* 0823-25-3254

Từ ngày 02/07 (thứ hai) tuyển người vào ở các tòa nhà thị doanh (Nhà cho người có thu nhập thấp của Thành phố)

▼ Đối tượng:

- Người đăng kí trên 20 tuổi (Vị thành niên đã kết hôn cũng có thể đăng kí).
- Thu nhập của hộ gia đình dưới mức tiêu chuẩn.
- Không còn nợ thuế thị dân hoặc tiền nhà thị doanh.
- Người đăng kí, người thân ở cùng không thuộc các phe nhóm bạo lực.

梅雨明け前後の暑さに要注意 熱中症に気をつけて!

熱中症は、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温上昇、めまいや手足のしびれ、頭痛などがおこり、ひどくなると命に関わる場合があります。子どもや高齢者が発症しやすく、また、家の中でじっとしていても発症することもあるので注意が必要です。

《予防のポイント》

● 部屋の温度が28度を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使う

● のどが渇かなくてもこまめに水分を補給する

● 外出するときは、体を締め付けない涼しい服装で出かける

● 無理をせず適度に休憩を取る

● 日頃から栄養バランスのよい食事と適度な運動を心がける

▼ 問合せ先 消防局警防課 0823-26-0313

7月2日(月)から受け付け 国民年金保険料の免除申請

失業や所得が少ないなどの理由で、国民年金の保険料を納めることが困難な場合は、保険料免除の申請ができます。

▼ 申請場所 保険年金課・市民窓口課または各市民センター

▼ 必要なもの 印鑑・年金手帳・個人番号のわかるもの・免許証など本人確認ができるもの・失業を理由とする場合は離職票または雇用保険受給資格者証

※ 申請者・世帯主・配偶者の所得制限などの基準があります。昨年度継続申請した人は手続き不要の場合があります。

▼ 問合せ先 保険年金課 0823-25-3157

私立幼稚園就園奨励費補助金の手続き

私立幼稚園(学校教育法により設置された幼稚園)に通園し、一定の要件を満たしている幼児の保護者に対し、入園料・保育料などの一部を補助します。

市内各幼稚園でお知らせを配布しますので、要件など詳しい内容を確認してください。

▼ 申込 必要書類を直接通園している幼稚園へ提出

※ 市外の幼稚園などで申請書が配布されない場合は、子育て支援課に連絡してください。

▼ 問合せ先 子育て支援課 0823-25-3254

7月2日(月)から市営住宅入居者募集

▼ 対象

● 申込者が20歳以上(未成年でも結婚している人は可)

● 世帯の収入が基準以下

● 市民税と市営住宅の家賃を滞納していないこと

● 申込者本人・同居親族が暴力団員でないこと

▼Đăng ký: 02/07 (thứ hai) ~ 10/07 (thứ ba), gửi qua đường bưu điện đến Kuresen (〒737-0051 Chuo 3-2-5).

※ Công bố các tòa nhà vào ngày 02/07 (Thứ Hai). Hướng dẫn tuyển (Đơn đăng ký) có tại *Jutaku-seisaku-ka* (tương đương sở nhà đất ở VN) và các chi nhánh.

▼Giấy tờ cần thiết: Đơn đăng ký và 2 tấm bưu thiếp để thông báo mã số bóc thăm và kết quả bóc thăm (đã dán sẵn tem 62 yên).

※ Đối với những người có trùng mã số bóc thăm thì cần thêm các giấy tờ khác để thẩm tra tư cách vào nhà.

▼Liên hệ: Kuresen 0823-32-2488

Thông tin sự kiện

Jagachan Matsuri

Hãy cùng mọi người ăn uống, nhảy múa, vui chơi và bổ sung dinh dưỡng cho tim và cơ thể nào! Lễ hội gồm việc mua bán những món ăn làm từ khoai tây, các chương trình sân khấu, bán hàng từ thiện, góc trưng bày và trải nghiệm...

▼Thời gian: 08/07 (Chủ Nhật) 10:00~15:30

▼Địa điểm: *Hiro-Kaikan*, Trung tâm *Hiro Community Center*

▼Liên hệ: *Oimo-o-aisuru-kai* 0823-73-0491

Kenmin-no-hama-Kamagari Sự kiện của Biển

●Mở cửa bãi tắm biển

Có nhiều sự kiện vui nhộn như tìm kho báu hay trải nghiệm miễn phí trò *Stand Up Paddle Board* (đứng trên thuyền trên tấm ván lướt sóng).

▼Thời gian: 08/07 (Chủ Nhật) 9:30~

▼Địa điểm: Bãi tắm *Kenmin-no-hama-Kamagari*

▼Chi phí: Miễn phí

▼Liên hệ: *Kagayaki-no-Yakata* 0823-66-1177



●Cuộc thi bịt mắt đập dưa hấu

▼Thời gian: Thứ Bảy các ngày 14, 21, 28/07 và 04, 11, 18/08 13:00~

▼Số lượng: 10 người mỗi người (ưu tiên người tới trước)

▼Đăng ký và tập hợp: Hãy tới Phòng thông tin tổng hợp bãi tắm *Kenmin-no-hama-Kamagari* cho tới trước giờ bắt đầu các ngày tổ chức (Bắt đầu tiếp nhận từ 12:00~)

▼Chi phí: 500 yên/người

▼Liên hệ: *Kagayaki-no-Yakata* 0823-66-1177

Thời gian mở cửa bể bơi mùa hè ※ Bể bơi *Niko* đang đóng cửa.

●Bể bơi *Ondo* (*Ondo-cho Minami-ondo*) 10:00~16:00

●Bể bơi *Kawajiri-Higashi* (*Kawajiri-cho Higashi*) 10:00~17:00

●Bể bơi *Shimo-kamagari* (*Shimo-kamagaricho Shimojima*) 12:00~17:00

●Bể bơi *Yutaka* (*Yutaka-cho Ocho*) 10:00~16:00

▼Chi phí: Trên 18 tuổi - 200 yên, Học sinh cấp 3 trở xuống - 100 yên

▼Thời gian: 20/07 (Thứ Sáu) ~ 31/08 (Thứ Sáu)

▼Liên hệ: *Sports-Kaikan* 0823-22-1264

Khóa học dành cho trẻ em vào kỳ nghỉ hè - Nhập môn Cờ vây

▼Đối tượng: Học sinh tiểu học. 15 người (ưu tiên đăng ký trước)

▼Thời gian: 30/07 (Thứ Hai), 31/07 (Thứ Ba), 01/08 (Thứ Tư), 02/08 (Thứ Năm) 10:30~11:30 (tổng 4 lần)

▼Chi phí: Miễn phí

▼Địa điểm: Trung tâm *Kawajiri-Machizukuri-Center*

▼Đăng ký: Từ 9:00 giờ ngày 07/07 (Thứ Bảy), tiếp nhận trực tiếp tại quầy giao dịch cùng trung tâm

▼Liên hệ: Trung tâm *Kawajiri-Machizukuri-Center* 0823-87-3311

▼申込 7/2(月)~10(火)に, 郵送でくれせん(〒737-0051 中央 3-2-5)へ

※物件は 7/2(月)に公表。募集案内(申込整理票)は, 住宅政策課・各支所にもあります。

▼必要書類 申込整理票と抽選番号・抽選結果通知用はがき(必ず 62 円切手を貼付)

※抽選当選者は, 入居資格本審査のために別途書類が必要です。

▼問合せ先 指定管理者 くれせん 0823-32-2488

イベント情報

じゃがちゃん祭り

みんなで食べて踊って遊んで, 心と体に栄養をつけましょう。ジャガイモ料理などの販売, ステージ発表, バザー, 展示, 体験コーナーなどがあります。

▼日時 7/8(日) 10:00~15:30

▼場所 広会館・広コミュニティセンター

▼問合せ先 おいもを愛する会 0823-73-0491



県民の浜蒲刈 海のイベント

●海開き

宝さがしやスタンドアップパドルボード(SUP)無料試乗会などイベントが盛りだくさん。

▼日時 7/8(日) 9:30~

▼場所 県民の浜蒲刈 海水浴場

▼料金 無料

▼問合せ先 輝きの館 0823-66-1177



●スイカ割り大会

▼日時 7/14・21・28, 8/4・11・18 の土曜日 13:00~

▼定員 各 10 人(先着)

▼申込・集合 当日開始時間までに, 県民の浜蒲刈 海水浴場ビーチ総合案内所へ(12:00~受付開始)

▼料金 1 人 500 円

▼問合せ先 輝きの館 0823-66-1177

夏のプール開場期間 ※二河プールは休園中です。

●音戸プール(音戸町南隠渡) 10:00~16:00

●川尻東プール(川尻町東) 10:00~17:00

●下蒲刈プール(下蒲刈町下島) 12:00~17:00

●豊プール(豊町大長) 10:00~16:00

▼料金 18 歳以上 200 円, 高校生以下 100 円

▼期間 7/20(金)~8/31(金)

▼問合せ先 スポーツ会館 0823-22-1264



夏休み子ども講座 将棋入門

▼対象 小学生. 15 人(先着)

▼日時 7/30(月)・31(火), 8/1(水)・2(木) 10:30~11:30

▼料金 無料 (全 4 回)

▼場所 川尻まちづくりセンター

▼申込 7/7(土)9:00 から, 直接同センター窓口で受け付け

▼問合せ先 川尻まちづくりセンター 0823-87-3311

