

가족의 건강은 “행복의 출발점”

큰 병에 걸리지 않기 위해서는 시마치무라의 건강진단을

병은 슬그머니 사람의 불행을 먹을 거리로 해 신체를 좀 먹어 갑니다. 예방이야말로 행복의 출발점. 꼭 시마치무라가 실시하는 저렴하게 할 수 있는 건강진단을 받아 주세요.

여러분은 매년 건강진단을 받고 있습니까? 귀찮다든가 어떻게 신청하는 것인지 모른다는 이유로 몇 년이나 건강진단을 받지 않은 사람도 있는 것은 아닐까요. 직장 등에서 건강진단을 해 주는 경우는 괜찮습니다만 직장에서의 검진이 없는 사람, 자영업인 사람, 전업 주부 등은 무심코 뒷전으로 넘기기 쉽습니다. 특히 몸 여기저기 아프기 시작하기 쉬운 40 대 이후는 연 1 회 정도는 건강진단을 받으시다. 시마치무라가 실시하는 무료 또는 저액의 건강진단을 활용해 주세요. 대다수의 시마치무라에서는 40 대 이후를 대상으로 해 이러한 건강진단을 실시하고 있습니다. 그러나, 시마치무라에 따라서는 그보다 더 젊은 사람을 위한 건강진단 서비스가 있는 경우도 있습니다. 일반적인 건강진단에서는 체중·신장 측정, 혈압, 혈액검사, 뇨검사, 심전도, 흉부 X 레이 검사, 문진 등을 실시합니다. 이것은 지역의 보건 센터 등에서 행해지고 있습니다. 그것과는 별도로 위암, 대장암, 자궁암, 유방암 등, 특정의 병에 대한 검진도 행해지고 있습니다. 이것은 시가 지정하는 병원에 가면 저렴한 비용으로 검사를 할 수 있습니다.

이러한 의료 서비스에 대해서는 대상자에게 시마치무라로부터 연락이 오거나 공보에 게재하고 있습니다. 만약 모르는 경우는 시마치무라의 보건의료 센터 등에 문의합시다. 대다수의 시마치무라에서는 이러한 검사를 1 년 내내 하고 있는 것이 아니라 대개 6 월부터 11 월에 걸쳐서의 반년 사이에 실시하고 있는 것 같습니다. 또, 실제로 몸에 이상이 있는 경우에는 보건의료 센터에서 개별적으로 건강 상담을 해도 되는 시마치무라도 있습니다. 몸에 이상이 있거나 건강에 대해 불안하지만 어떤 의사에게 가야 할지 모르는 경우는 우선 이러한 건강 상담을 해 보는 것도 좋을 것입니다. 한편, 언어나 비자문제로 이러한 시마치무라의 건강진단에 가는 것이 마음이 내키지 않는 분도 있겠지요. 도시지역에서는 가끔 외국인 지원 단체 등이 주최하는 외국인을 위한 건강진단을 하는 일이 있습니다. 이것은 시마치무라나 공적 기관과는 완전히 별도의 지원 단체가 실시하는 것으로 통역도 있고 상담하러 오는 사람이 부담없이 상담할 수 있게 하며 동시에 회장에서 비자 상담 등을 실시하고 있는 경우도 있습니다. 비자가 없는 경우 공적 보험에도 가입하지 못하고 치료비도 들기 때문에 몸의 이상을 무심결에 참아 버리기 쉽습니다만 이러한 건강진단을 이용하여 병이 가벼울 때 치료하기를 바라는 마음입니다.

● 후지미노국제교류센터에서는 가지각색의 생활상담을 받고 있습니다



후지미노
국제교류센터가
새 주소로
이전했습니다

여러분들과 친숙하게 지내온 「후지미노국제교류센터」가 8월 26일 새 주소로 이전했습니다. 새 주소는 후지미노시 오오이 2-15-10입니다. 전화, F A X 번호는 바뀌지 않습니다. 상세한 지도는 최종페이지를 참고로 해 주세요.

www.ficcc.jp/foreign/

● 「인포메이션후지미노」의 과월호를 보실 수 있습니다.

편부가정에도 아동부양수당이 지급됩니다.!!

평성 22년 8월 1일부터 편부가정에도 아동부양수당이 지급되게 되었습니다.

홀 부모의 가정에서 아이를 기르고 있는 일정의 소득 제한 이하인 분이 대상입니다.

수당을 받으려면 신청이 필요합니다.

● **신청·지급시기**

7월 31일까지로 지급을 받게 되는 조건에 해당되는 분은 11월 30일까지 신청을 하면 8월분부터 지급됩니다.

● **수당금액**

소득금액과 양육비의 정도에 따라 정해집니다. 신청할 분은 필요한 서류를 받고 싶을 때나 지불되는 금액을 알고 싶을 때는 가까운 관공서에 있는 「육아 지원과」에 문의하세요.

알고 계십니까? 파워 업된 「외국인종합상담센터사이타마」

지금까지 외국인시민의 든든한 상담창구였던 「외국인헬프데스크」와 「외국인지원상담센터」를 하나로 모아 「외국인종합상담센터사이타마」라는 이름으로 되어 파워업 되었습니다. 8개 국어에 대응할 수 있습니다. 상담 내용은 생활 전반으로부터 전문적인 일까지를 커버하고 있습니다. 예약제이므로 전화 : 048-833-3296 으로 예약해 주십시오.

접수는 월에서 금요일 오전 9시부터 4시 (12시~13시는 제외)까지 입니다.

장소는 케헙토후쿠우라와역서쪽출구하차 도보 10분 거리에 있는 사이타마현 우라와합동청사 3층에 있는 사이타마국제교류협회

센터 「일본어교실」의 이벤트로 유카타와 소면을 즐기는 모임을 가졌습니다.

8월 5일 「일본어교실」에서는 후지미노시의 명물 “칠석마즈리”에 맞추어 「유카타입기체험」을 했습니다. 센터의 일본어교실에서는 계절에 따른 이벤트를 실시하고 있으니 인포메이션정보를 매월 확인해 주십시오.

● **간다 아유무의**

외국적시민의 눈·신기한 일본인의 풍습

이번은 화장실의 매너에 대해 이야기하고자 합니다.

어느 날 도쿄의 어떤 지하철의 역 화장실에 들어갔을 때의 일 「화장지는 변기에 버려주세요」라고 일본어는 물론 중국어와 한글로 쓰여진 종이를 발견했습니다.

일본에서 태어나 자란 사람들로서는 「그 이외에 어디에 버려!」라고 추궁할 지 모르지만 실은 화장지를 수세식 화장실 변기에 버릴 수 있는 나라는 그렇게 많지 않다고 하는 것을 여러분은 알고 계세요?

일본은 하수도가 발달한 것은 물론 화장지가 녹는 기술(실제로는 물에 녹는 것이 아니고 분해된다고 합니다)이 높다는 것이 제일의 이유인 것 같습니다. 적응 능력에는 약간의 자신을 가지고 있던 나조차도 해외를 방문했을 때에 좀처럼 익숙해지지 않는 것이 화장실 문제였습니다

(지금까지 내가 방문한 아시아 국가는 모두가 화장지를 변기에 버릴 수 없는 나라였습니다) 당연하다고 생각한 수세식 화장실이나 워슈렛트(자동으로 엉덩이를 씻어 주는 것도 일본 독자적인 기능일지도 모릅니다) 실은 세계에 자랑할 수 있는 일본의 최신 기술일지도 모릅니다.

후지미노역 주변이 10월부터 자전거 등의 방치금지구역으로 되었으니 주의를!

10월 1일부터 후지미노역 부근에 자전거나 오토바이 등을 두면 철거됩니다. 보관되었을 경우 인수하려면 자전거는 1000엔, 오토바이는 2000엔이 듭니다. 가까운 곳에 정규의 주륜장이 있으니 그곳을 이용하도록 합시다. 도난신고서가 제출된 경우는 보관되어도 무료입니다. 자세한 것은 후지미노 시청도로과 (220-2072)에 문의해 주세요.

www.ficec.jp/living/

● 6개국어판 생활가이드를 게재하고 있습니다.