



# Como andar en bicicleta y prevenir accidentes.....

En FICEC nos damos cuenta de los accidentes entre bicicletas. El porcentaje de estos accidentes en Saitama es el mas alto de todo Japón. La compensacion monetaria por estos accidentes asciende a 40-60 millones de yenes. Por lo tanto, manejemos la bicicleta con seguridad.

La bicicleta es un vehículo (vehículo ligero) La manejas correctamente?

● **PUNTO 1** En principio, deben circular por la calle! Cuando hay una division entre calle y banqueta, las bicicletas deben de circular en el lado izquierdo de la calle. Siempre!

● **PUNTO 2** Las siguientes son excepciones:

- ① Donde haya señales que lo permitan sobre la banqueta.
- ② Para niños menores de 13, adultos de mas de 70 y discapacitados.
- ③ Cuando de acuerdo al tráfico, sea inevitable circular por la banqueta.

● **PUNTO 3** Los niños deben usar casco . Muchos accidentes causan daños cerebrales. Niños menores de 13, siempre deberán traer puesto el casco, es por su protección.

● **PUNTO 4** Haga señas con la mano derecha ★ Cuando de vuelta a la derecha, extienda el brazo horizontalmente. ★ Izquierda, doble el codo en angulo de 90 grados con la palma al frente. ★ Para parar, baje el brazo derecho diagonalmente..

★ **Cosas a checar diario**

- ① la presión de las llantas esta bien?
- ② los frenos funcionan?
- ③ la luz, sirve?
- ④ el timbre, esta bien?
- ⑤ las cintas reflejantes?

## Reglas básicas para evitar prisión o multas



★ No se permite conducir ebrio, al igual que en los autos. El castigo a esto sería de carcel hasta por un año y multa hasta por 1,000,000 ¥

★ No se permiten 2 personas en la bicicleta, a menos que una tenga mas de 16 y otro menos de 6 en un asiento seguro. La multa puede ser hasta de 20,000 ¥



★ No circular paralelamente con amigos.

Esta prohibido a menos que haya una señal permitiéndolo. Como en lo anterior la multa puede ser hasta de 20,000 ¥

★ Cuando circule por la noche, deberá traer luz adelante y atrás (algo reflejante por atrás esta bien) de la bicicleta.

La multa puede ser hasta de 50,000 ¥



★ Cuando el semáforo este en rojo, deberá parar, al igual que los autos. Una vez que confirme que es seguro seguir, continúe. ¥

El castigo a esto sería de carcel hasta por tres meses y multa hasta por 50,000 ¥

★ No se permite circular con sombrilla o hablar por el celular. Es muy peligroso circular sin las manos en el manubrio. No lo haga.

La multa puede llegar hasta los 50,000 ¥



**Hágase un examen contra el cancer de estómago para tener tranquilidad.**

En este tipo de examen, se le revisará si su estómago parece sano o parece estar en riesgo a contraer cáncer.

En el examen sanguíneo se busca: una bacteria llamada “H. Pylori” o el “Pepsinogeno”, si uno de ellos esta presente, se le hará una endoscopia para observar con mas detalle.

Si el cancer de estómago se descubre temprano, se puede tartar facilmente.

Le sugerimos se haga este examen por favor.

◆ Cuando---de junio a noviembre

◆ Donde---Clinicas de Fujimi-Shi, Fujimino-Shi, Miyoshi-Machi (pregunte al Centro de Salud 049 - 252 - 3771 o consulte el sitio web de cada ciudad).

◆ Para quienes---mayores de 40 años, cada 5 años (e.g. 40, 45, 50, 55--)

◆ Costo---500 ¥ ◆ Acudir---Directamente a las instituciones médicas.

※ Pudiera ser que alguien no sea elegible. Para mas información llame: 049-252-3771

**Ley de Inmigración (cambios)**

**“ No haga caso a rumores.” Parte 1**

**Falso ①** Si un residente permanente se divorcia o pierde al esposo japonés, le cancelan su residencia.

**Correcto** ⇒ No se la cancelan.

**Falso ②** el derecho de residencia permanente es dado a quienes la Oficina de Inmigracion les avisa. Sin este aviso, uno no puede solicitar este derecho

**Correcto**⇒ Para el derecho a residencia permanente, la oficina NO envía avisos antes de la solicitud.

Primero que nada, necesitas solicitar en persona.

**Falso ③** Si alguien se casa con un japonés, el estatus de la residencia permanente cambia por el estatus de esposa de japonés.

**Correcto** ⇒ El derecho de residencia permanente permanece sin cambios al casarse con un japonés/a.

**Como prevenir la insolación**

Si el cuerpo no esta acostumbrado a altas temperaturas, es muy facil insolarse aun estando en casa.

Si usted suda siempre, puede controlar su temperatura. Eso puede prevenir la insolación.

Los ancianos casi no sudan, si tienen calor y sed, necesitan tomar agua frecuentemente.

Para prevenir la insolación:

1. Tome agua con frecuencia.
2. Si se siente raro, vaya al hospital
3. Tenga cuidado con el calor
4. Usen su aire acondicionado de manera efectiva

**Clases de natación en Fujimi Garden Beach**

Estamos seguros que te gusta la alberca en verano.

Habrà clases de natación para niños del 4to al 6to grado que no sean buenos para nadar.

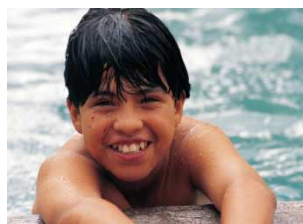
Dias: 8/6(lun) 8/7(mar) 8/8(mier)

Costo: 500 ¥ ( incluye seguro)

Cupo: 20 niños

Informes: Fujimi Garden Beach

(049-254-4349)



**No olvide renovar para la ayuda**

Aquellos que reciben ayuda económica, no olviden renovarla. La ciudad ya les envió por correo los avisos en julio. Tienen hasta fines de agosto para poder renovar esta ayuda en la ventanilla de Sección de Ayuda al Niño. Acuda por favor!

[www.ficec.jp/living/](http://www.ficec.jp/living/)

Por favor lea la Guia para la Vida Diaria en seis idiomas en nuestro sitio web.