

# Tierra

# Vol. 178

<スペイン語版>

## Contenido (内容)

- Sobre el embarazo y el parto (Ninshin・Shussan)
- Manual de acción al momento de ocurrir un Sismo (temblor, terremoto)
- Avisos de la Asociación Internacional de Yamato

妊娠・出産について  
地震発生時の行動マニュアル  
(公財)大和市国際化協会からのお知らせ



## Sobre el embarazo y el parto (Ninshin・Shussan)

妊娠・出産について



### Si queda embarazada ...

- Si le diagnostican el embarazo, debe presentar una Notificación de embarazo (Ninshin no todokede)\*1 en la ventanilla del "Centro de apoyo y consultas sobre la crianza de los hijos" (Kosodate nandemo sōdan・ōen sentā) ubicado en el 2.º piso del Centro de salud y bienestar de la ciudad de Yamato (Yamato-shi Hoken fukushi sentā). Después de hacer la notificación, recibirá lo siguiente:

- **Libreta de salud materno infantil (Boshi kenkō techō)\*2...** Registra el progreso del embarazo y el parto, así como el estado de desarrollo del niño.
- **Cupones de examen médico (Jushin-ken) subvencionado con fondos públicos, entre otros ...** Cupones para chequeo de salud de embarazadas (Ninpu kenkō shinsa no hojo-ken) (para 14 veces), Cupón para chequeo dental de embarazadas (Ninpu shika kenkō shinsa jushin-ken) (para 1 vez), Cupones para chequeo de salud posparto (Sango kenkō shinsa no hojo-ken) (para 2 veces). Cupones para las pruebas audiológicas neonatales (para 1 vez). Las mujeres con embarazos múltiples, como mellizos y trillizos, recibirán 3 cupones adicionales para chequeo de salud de embarazadas.

- \*1 Al notificar su embarazo necesitará presentar lo siguiente: Número personal (My number), un documento de identidad, el recibo de la consulta, la libreta o tarjeta del banco a nombre de la embarazada.
- \*2 También hay versiones en idiomas extranjeros de la Libreta de salud materno infantil (10 idiomas: Español, portugués, tagalo, chino, tailandés, inglés, coreano, indonesio, vietnamita y nepalí).

### ★ Informes

〒242-8601 Yamato-shi Tsuruma 1-31-7 Centro de Salud y Bienestar 2.º piso (Hoken fukushi sentā 2-kai)

Centro de apoyo y consultas sobre la crianza de los hijos de la ciudad de Yamato (Yamato-shi Kosodate nandemo sōdan・ōen sentā) Teléfono: 046-260-5675

### Después de dar a luz ...

#### 1 Presentar el Registro / Notificación de nacimiento (Shushō todoke) en la municipalidad.

- La persona que presenta la notificación es el padre o la madre, pero si no pudieran presentarse ninguno de los dos, puede ser la persona que vive con usted o el médico que estuvo presente en el parto, entre otros.
- Notificar a la municipalidad de Yamato dentro de los 14 días desde el día que nació el niño. Los documentos requeridos son tres: Registro / Notificación de nacimiento (Shushō todoke), Certificado de nacimiento (Shussei shōmeisho) (\*) y la Libreta de salud materno infantil (Boshi kenkō techō).
- \*El "Certificado de nacimiento" está impreso en la mitad derecha del Registro / Notificación de nacimiento. Sírvase traer el documento certificado por el hospital, etc. donde dio a luz.

### ★ Informes

〒242-8601 Yamato-shi Shimotsuruma 1-1-1

Municipalidad de Yamato Sección de los ciudadanos (Yamato shiyakusho Shimin-ka) Teléfono: 046-260-5111

### 妊娠したら...

- 妊娠の診断を受けたら、大和市保健福祉センターの2階にある「子育て何でも相談・応援センター」の窓口で妊娠の届出\*1をします。届出をすると、次のものが交付されます。

○ **母子健康手帳\*2 ...** 妊娠・出産の経過、子どもの発育状況を記録するものです。

○ **公費の補助が受けられる受診券など...** 妊婦健康診査の補助券(14回分)、妊婦歯科健康診査受診券(1回分)、産後健康診査の補助券(2回分)、新生児聴覚検査の補助券(1回分)。また、双子や三つ子など多胎妊婦の方は妊婦健康診査の補助券を3回分追加で交付します。

\*1 妊娠の届出をするときは、マイナンバーと身分証明、産婦人科を受診した時の領収書、妊婦名義の通帳もしくはキャッシュカードが必要です。

\*2 外国語版の母子健康手帳もあります。(10言語: スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、中国語、タイ語、英語、韓国語、インドネシア語、ベトナム語、ネパール語)

### ★問い合わせ

〒242-8601 大和市鶴間1-31-7 (保健福祉センター2階)

大和市 子育て何でも相談・応援センター 電話: 046-260-5675



### 出産したら...

#### 1 市役所に出生届を提出します。

届出人は、父、または母ですが、父または母が届出できないときは、同居人や出産に立ち会った医師等が届出人となります。

子どもが生まれた日から14日以内に大和市役所に届け出ます。必要な書類は ①出生届、②出生証明書(\*), ③届出人の印鑑、④母子健康手帳、

⑤国民健康保険証(加入者のみ)の5点です。

\*出生届の右半分に「出生証明書」が印刷されています。出産した病院等で証明してもらったものをお持ちください。

### ★問い合わせ

〒242-8601 大和市下鶴間1-1-1

大和市役所 市民課 電話: 046-260-5111



2 Solicitar un estado de residencia en la Agencia de Servicios de Inmigración (Oficina de Inmigración) (Shutsunyūkoku zairyū Kanrichō).

- Para obtener un estatus de residencia para el niño recién nacido, es necesario presentar una solicitud en la Agencia de Servicios de Inmigración (Oficina de Inmigración) (Shutsunyūkoku zairyū Kanrichō), dentro de los 30 días posteriores al nacimiento. Para más detalles, comuníquese con el Centro de Información general para residentes extranjeros (Gaikokujin zairyū sōgō infomēshon sentā).

☆ Informes

Centro de Información general para residentes extranjeros (Gaikokujin zairyū sōgō infomēshon sentā)

Teléfono: 0570-013-904 (Atención en 17 idiomas: Japonés, inglés, chino, coreano, español, portugués, vietnamita, tagalo, nepalí, indonesio, tailandés, camboyano, birmano, mongol, francés, cingalés, urdu).

3 Notificar a su país de origen.

- El nacimiento del niño se notifica al país del padre o de la madre. Para más detalles, comuníquese con su embajada o consulado en Japón para obtener más detalles, ya que los procedimientos difieren.

Asignación única por parto y crianza (Shussan ikuji ichiji-kin)

Cuando una mujer inscrita en el Seguro de salud dé a luz, se le otorgará una Asignación única por parto y crianza. (El monto puede variar según la Asociación de seguros de salud en la que esté inscrita). Incluso en caso de muerte fetal (Shizan) o aborto espontáneo (Ryūzan) también recibirá la asignación si el embarazo tiene 12 semanas o más.

☆ Sistema de pago directo (Chokusetsu shiharai seido)

Es un sistema por el cual las instituciones médicas, etc., solicitan y reciben, en nombre de las mujeres embarazadas, la Asignación única por parto y crianza. Como la Asignación única por parto y crianza se paga directamente a las instituciones médicas, no es necesario pagar el monto total de los gastos del parto en la ventanilla al salir del hospital.

☆ Sistema de recibo por poder (Uketori dairi seido)

Es un sistema por el cual la institución médica, etc. recibe directamente la Asignación única por parto y crianza, al momento de hacer la solicitud a la Asociación de seguros de salud, etc. a la que está afiliada la mujer embarazada.

☆ Informes

(Personas inscritas en el Seguro Nacional de Salud de la Ciudad de Yamato)

〒242-8601 Yamato-shi Shimotsuruma 1-1-1

Municipalidad de Yamato Sección de Seguros y Pensiones (Yamato shiyakusho Hoken Nenkin-ka) Teléfono: 046-260-5115

(Personas afiliadas a otros seguros sociales)

Sírvase ponerse en contacto con la Asociación de seguros de salud en la que está afiliado.

Apoyo para el parto/crianza de los hijos de la ciudad de Yamato

Con el fin de mejorar el apoyo para el parto y la crianza de los hijos, la ciudad no solo brinda apoyo para la planificación del parto utilizando guías de crianza, sino que también brinda apoyo económico para el embarazo y el parto subsidiando a las familias que crían niños.

○Monto del subsidio: 100,000 yenes (50,000 yenes al momento del embarazo y 50,000 yenes al momento del parto).

Embarazo: En el momento de la notificación del embarazo, después de entrevistarse con la embarazada, puede presentar su solicitud al Centro de consultas y apoyo para la crianza de los hijos (Kosodate nandemo sōdan・ōen sentā) del Centro de Salud y Bienestar (Hoken fukushi sentā).

Parto: Le entregaremos el Formulario de solicitud (Shinsei-sho) cuando visitemos a su bebé. Después de que nazca su bebé, envíe lo antes posible la Notificación de nacimiento (Shusse renraku-hyō)※1.

※1 Es una Tarjeta postal que viene con el Suplemento de la Libreta de salud Materno Infantil (Boshi kenkō techō bessatsu).

☆ Consultas

〒242-8601 Yamato-shi Tsuruma 1-31-7 Centro de Salud y Bienestar (Hoken fukushi sentā) 2.º piso.

Encargado de Salud Materno Infantil de la Sección de crianza de los hijos de la ciudad de Yamato (Yamato-shi Suku-suku kosodate-ka Boshi hoken-gakari) Teléfono: 046-260-5609

Subsidio por hijo (Jidō teate)

- Este subsidio se otorga a los padres o madres que están criando hijos que tienen registro de residencia en Japón hasta que se gradúan de la escuela secundaria.
- El monto del subsidio varía según los ingresos de la persona que cría al niño (Padre o madre) y la edad del niño. (Hay un límite de ingresos).
- Como regla general, los pagos se realizan 3 veces al año (Junio, octubre y febrero). Los padres recibirán el monto total de los 4 meses anteriores.
- Las solicitudes se aceptan en cualquier momento, pero los documentos de la solicitud pueden diferir según las circunstancias individuales, así que sírvase consultar en la ventanilla, etc.

2 出入国在留管理庁(入管)に在留資格の申請をします。

- 生まれた子どもの在留資格を取得するには、出生後30日以内に出入国在留管理庁(入管)へ申請する必要があります。詳しくは、外国人在留総合インフォメーションセンターにお問い合わせください。

☆問い合わせ

外国人在留総合インフォメーションセンター

電話: 0570-013-904 (17言語対応: 日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、

ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語、ネパール語、インドネシア語、タイ語、カンボジア語、ミャンマー語、モンゴル語、フランス語、シンハラ語、ウルドゥ語)

3 本国に届け出をします。

- 父または母の国籍国に子どもの出生を届け出ます。国によって手続きが異なりますので、詳しくは駐日大使館・領事館にお問い合わせください。

出産育児一時金

健康保険に加入している方が出産したときは、出産育児一時金が支給されます。(金額は加入の健康保険組合によって異なる場合があります。) 死産・流産でも妊娠12週以上であれば支給されます。

☆直接支払制度

出産育児一時金の請求と受取りを、妊婦などに代わって医療機関などが行う制度です。医療機関などへ直接支給されるため、退院時に窓口で出産費用を全額支払う必要がなくなります。

☆受取代理制度

妊婦などが加入する健康保険組合などに出産育児一時金の請求を行う際に、出産する医療機関などにその受取りを任せることにより、医療機関などへ直接出産育児一時金が支給される制度です。

☆問い合わせ

(大和市民健康保険に加入の方)

〒242-8601 大和市下鶴間1-1-1 大和市役所 保険年金課 電話: 046-260-5115

(その他社会保険に加入の方)

ご自身が加入している健康保険組合にお問い合わせください。



大和市出産・子育て応援事業

市は出産・子育てに関する支援を充実させるために、子育てガイドを使い出産の計画を立てる支援等をするほか、妊娠・出産にまつわる経済的支援をするため、子育て世帯への給付金の支給も行っています。

○支給額: 10万円(妊娠時・出産時に各5万円)

妊娠時...妊娠の届出時に、妊婦本人と面談した後、保健福祉センター内子育て何でも相談・応援センターで申請ができます。

出産時...赤ちゃん訪問時に、申請書をお渡します。赤ちゃんが生まれたら出生連絡票※1をできるだけ早めにご提出ください。

※1 母子健康手帳別冊についているハガキです。

☆問い合わせ

〒242-8601 大和市鶴間1-31-7(保健福祉センター2F)

大和市 すくすく子育て課 母子保健係 電話: 046-260-5609

児童手当

- 日本に住み登録のある中学校卒業までのお子さんを養育している父または母に対して支給されます。
- 養育している方(父または母)の所得や児童の年齢に応じて支給金額が異なります。(所得制限あり)
- 原則として支給は年3回(6月、10月、2月)前4か月分をまとめて支給します。
- 申請はいつでも受け付けますが、個々の事情により申請書類が異なる場合がありますので窓口等でご相談ください。

Edad del niño	こ ねんれい 子どもの年齢	Subsidio por hijo	じどうてあて 児童手当
Menor de 3 años	さいみまん 3歳未満	15,000 yenes	15,000円
3 a 12 años (Hasta la graduación de la escuela primaria)	さいしやうがっこうそつぎやう 3~12歳まで(小学校卒業まで)	10,000 yenes (A partir del 3er. hijo 15,000 yenes)	10,000円(第3子以降は15,000円)
12 a 15 años (Hasta la graduación de la escuela secundaria)	さいちやうがっこうそつぎやう 12~15歳まで(中学校卒業まで)	10,000 yenes	10,000円

※Está previsto que el Sistema sea revisado en el año fiscal 2024 (R6). Para obtener la reciente información consulte en Página Web de Yamato.

✳ Informes

〒242-8601 Yamato-shi Tsuruma 1-31-7 Centro de Salud y Bienestar 20. piso (Hoken fukushi sentā 2-kai)

Municipalidad de Yamato Sección de asuntos generales de los niños Encargado de subsidios de atención médica (Yamato shiyakusho Kodomo sōmu-ka Teate iryō-gakari)

Teléfono: 046-260-5608

※令和6年度に制度が改正される予定です。最新の情報は市のホームページを確認してください。

✳ 問い合わせ

〒242-8601 大和市鶴間1-31-7(保健福祉センター2階)

大和市役所 こども総務課 手当医療係 電話：046-260-5608

# Manual de acción al momento de ocurrir un Sismo (temblor, terremoto)

## 地震発生時の行動マニュアル

Quando ocurre un terremoto, el comportamiento adecuado de cada persona es importante para minimizar los daños. Le informaremos sobre la actitud que debe tener en caso de terremoto y los preparativos que puede realizar diariamente.

地震発生時に被害を最小限に抑えるには一人ひとりの適切な行動が重要です。地震が起きた時の心構えと、日頃からできる備えについてお知らせします。

### Actuar con calma

**Primeramente proteger su vida**

- Agacharse
- Meterse debajo de una mesa.
- Proteger la cabeza con los brazos o maletín.

**Al calmarse el movimiento**

- Rápidamente apagar el fuego
- Abrir las puertas y ventanas para poder salir

**Al refugiarse**

- Para proteger los pies de los vidrios quebrados ponerse los zapatos
- Bajar la llave general de luz y cerrar la llave principal del gas
- En caso que haya heridos, salvarlos con la ayuda de los vecinos
- No usar vehículos ! No usar teléfonos sólo en caso de emergencia !
- Sólo las cosas muy necesarias meterlos en el bolso y llevarlo consigo.

**Obtener información correcta y refugiarse**

- Obtener información correcta por la radio u otros medios
- Trasladarse al refugio provisional como los parques, entre otros. (El lugar escribirlo en un papel y colocarlo en la parte de afuera o dentro de la vivienda donde resalte).

**Colaborar con las personas de alrededor**

- Participar en las actividades de prevención de desastres por los voluntarios locales.
- Respetar las reglas de grupo en el refugio.
- No entrar a las viviendas dañadas (Por las réplicas se pueden destruir las viviendas)

**Ante un sismo (temblor) 地震発生!**

**Al ocurrir un sismo 地震発生**

**Después de 1 a 2 minutos 1~2分後**

**Después de 3 a 10 minutos 3~10分後**

**Después de 10 minutos a 12 horas 10分~半日後**

**Después de 12 horas a 3 días 半日~3日後**



**落ち着いて行動を**

**まずは身を守る**

- 身を低くする
- 机の下にもぐる
- うでやかばんで頭をおおう



**揺れが収まったら**

- すばやく火の始末をする
- ドアや窓を開けて脱出口を確保する



**避難するときは**

- 割れたガラスなどから足を守るために靴を履く
- プレーカー、ガスの元栓を切る
- けが人がいる場合は、隣近所と協力して助ける
- 車は使わない! 電話も緊急連絡のみ
- 必要な物のみをバッグに入れて持ち出す



**正しい情報収集と避難**

- ラジオなどで正しい情報を得る
- 公園などの一時避難場所へ移動する (行き先を紙に書いて家の外または中の目立つ場所に貼る)



**周りの人たちと協力する**

- 地域の自主防災会の活動に参加する
- 避難所でも集団のルールを守る
- 壊れた家に入らない(余震で家が壊れることがあります)





**Avisos de la Asociación Internacional de Yamato**

(公財)大和市国際化協会からのお知らせ

**Dirección:** Yamato-shi Fukami-nishi 1-3-17 Shimin Katsudou  
 Kyoten Betelgiusu Edificio norte 1er. piso  
**TEL:** 046-265-6051 FAX: 046-265-6052  
**Horario:** Lunes, miércoles y viernes, 1er y 3er sábado de 8:30 a 17:00  
 Martes y jueves de 8:30 a 20:15  
**E-mail:** pal@yamato-kokusai.or.jp  
**URL:** http://www.yamato-kokusai.or.jp

**住所:** 大和市深見西1-3-17 市民活動拠点ベテルギウス北館1階  
**電話番号:** 046-265-6051 **FAX番号:** 046-265-6052  
**開庁日:** 月曜、水曜、金曜、第1、3土曜 午前8時30分 - 午後5時  
 火曜、木曜 午前8時30分 - 午後8時15分  
**Email:** pal@yamato-kokusai.or.jp  
**ホームページ:** http://www.yamato-kokusai.or.jp



**ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE YAMATO**  
**Betelgiusu Edificio norte 1er. piso**  
 (公財)大和市国際化協会  
 市民活動拠点ベテルギウス北館1階

**Convocatoria para el Concurso de oratoria en japonés ¡Nihongo de hanasō!**

「にほんごで話そう！」日本語スピーチ大会 発表者募集

Estamos buscando participantes para el "19º Concurso de oratoria en japonés ¡Nihongo de hanasō!". Los concursantes recibirán certificados y recuerdos.

**Fecha y hora:** Domingo 14 de julio de 2024 de 13:30 a 16:00 (Previsto)

**Lugar:** Yamato-shi Hoken fukushi sentā

**Contenido:** Presentación de discursos en japonés por ciudadanos extranjeros o que tienen raíces extranjeras.

**Tema:** Libre ※Sin embargo, no se permiten discursos sobre política ni religión. (Ejemplos: ① Lo que pienso sobre vivir en Japón. ② Presentación de mi país de origen, etc.)

**Evaluación:** La evaluación se basará en 2 puntos: Expresividad y contenido del discurso.

**Requisitos:** Estudiantes de secundaria o mayores. Se dará prioridad a quienes vivan, trabajen o realicen alguna actividad en la ciudad.

**Nº. de participantes:** Aproximadamente 12 personas (En principio, hasta 3 personas de la misma empresa, escuela u agrupación).

**Solicitudes:** Se recibirán por orden de llegada a partir del lunes 22 de abril. Sírvase solicitar primero por teléfono. Para más detalles, rellene el Formulario de solicitud y envíelo a la Asociación Internacional.

「第19回にほんごで話そう！日本語スピーチ大会」に出場するスピーチ発表者を募集しています。出場者には、賞状や記念品等を贈呈します。

**日時:** 2024年7月14日(日) 午後1時30分~4時(予定)

**場所:** 大和市保健福祉センターホール

**内容:** 外国籍または外国につながる市民による日本語スピーチの発表  
**テーマ:** 自由 ※ただし、政治、宗教についてのスピーチはできません  
 (例: ①日本で暮らして思うこと ②母国の紹介など)

**審査:** 表現力とスピーチ内容の2点に基づき審査します。

**資格:** 中学生以上。市内在住、在勤、在活動の方を優先します。

**募集:** 12名程度(同一の会社、学校、団体からの申し込みは原則3名まで)

**申込み:** 4月22日(月)から先着順に受付けます。

まずはお電話でお申し込みください。

詳細は、申し込み用紙に必要事項を記入

して、国際化協会へご提出ください。



**Aula de japonés fácil (Kantanna nihongo kyōshitsu)**

かんたんな日本語教室

La Asociación Internacional de Yamato ofrece una clase de japonés todos los martes por la noche para que pueda disfrutar de la conversación en su trabajo y en su comunidad. Esta es una clase introductoria para principiantes para estudiar "japonés fácil". Si participa, ¿quizás pueda hablar en japonés fácil? Si está interesado, sírvase inscribirse en la Asociación Internacional.

**Fecha y hora:** Todos los martes de 18:00 a 20:00

**Lugar:** Salón de intercambio internacional (1.º piso del edificio norte de Betelgeuse) Kokusai kōryū saron (Beterugiusu Kitakan 1-kai)

**Profesor:** Yanaka Nihongo Lesson Profesora Izumi YANAKA

**Contenido:** Aprenderá patrones de oraciones, vocabulario, kanji, entre otros. Con el objetivo de poder mantener conversaciones en diversas situaciones de la vida diaria y presentar la cultura de su país de origen.

**Dirigido a:** Principiantes y personas de nivel intermedio.

**Costo:** 1,000 yenes por mes, 300 yenes por vez.

**Inscripción:** Se acepta la participación en cualquier momento.

大和市国際化協会では、毎週火曜日の夜に、職場や地域の人と会話を楽しむこと

とができるようになるための日本語教室を開いています。入門、初心者対象の

「簡単な日本語」を勉強する教室です。参加すれば簡単に日本語が話せるようにな

るかも?興味のある方は、国際化協会までお申し込みください。

**日時:** 毎週火曜日午後6時から8時まで

**場所:** 国際交流サロン(ベテルギウス北館1階)

**講師:** Yanaka Nihongo Lesson 谷中いずみ先生

**内容:** いろいろな生活の場面での会話や母国の文化紹介ができるようになる

ことを目標に、文型や語彙、漢字などを学びます。

**対象:** 初級・中級の方

**費用:** 1か月1,000円 1回300円

**申込み:** 随時参加を受け付けています。申し込みは不要です。

