

TSUKUBA Boletín Trimestral

Verano 2023

Español

Publicado en: 15 de junio
del 2023
Por: Oficina de Intercambio
Internacional,
Municipalidad de Tsukuba

¡Se llevará a cabo el Festival Tsukuba 2023!

El festival se llevará a cabo después de cuatro años.

Hay muchos eventos planeados: un gran desfile de Mikoshi y Nebuta, un área llena de comidas gourmet en la ciudad, etc. Venga a disfrutar los últimos días de vacaciones de verano!

Fecha: sábado 26 y domingo 27 de agosto del 2023

Lugar: Alrededor de Tsukuba Express "Estación de Tsukuba"

Para más información: <https://www.matsuri-tsukuba.com/>



La información turística de la ciudad de Tsukuba está publicada en varios idiomas en la página web "MATCHA" para los turistas que visitan Japón.

<http://matcha-jp.com/jp/tsukuba> (JP)

<http://matcha-jp.com/en/tsukuba> (ENG)

¡Volveremos a realizar la actividad "Pequeño Científico" este año!

Pueden participar en exposiciones y eventos celebrados en los 35 institutos de investigación en la ciudad de Tsukuba. Compruebe si necesita hacer una reserva antes de visitar y no olvide de llevar un pasaporte específico al participar. Se puede obtener el pasaporte en las escuelas primarias y secundarias de la ciudad de Tsukuba o en el ayuntamiento de Tsukuba.



Período de actividad : 22 de Julio (Sábado) – 31 de Agosto (Jueves) del 2023



Hay un subsidio para aquellos que compren un casco nuevo para niños o una bicicleta para llevar dos niños preescolares.

A partir del 1 de abril de 2023, los esfuerzos para usar un casco de bicicleta se volvieron obligatorios. Para andar en bicicleta de manera segura, use un casco para proteger su cabeza.

● Hay un subsidio al comprar un casco de bicicleta para niños de hasta 18 años que viven en la ciudad de Tsukuba.

- Se requiere una solicitud antes de la compra.
 - Monto del subsidio: mitad del monto de la compra (máximo 2,000 yenes)
 - Los cascos correspondientes al subsidio son los que tienen una de las marcas mostradas en el cuadro de la derecha.
- * El subsidio finalizará tan pronto como se agote el presupuesto.

MARCAS CORRESPONDIENTES →



● Bicicleta con dos asientos para llevar niños preescolares

Con el fin de reducir la carga económica de las familias que tienen hijos, ayudaremos con una parte de la compra de bicicletas con dos asientos para llevar niños preescolares.

- Requisitos: Aquellos que cumplen con las siguientes tres condiciones:

- (1) viven en la ciudad de Tsukuba.
- (2) tienen dos o más hijos preescolares.
- (3) no tienen atrasos en el pago de impuestos.

- Monto del subsidio: mitad del costo de la compra (máximo 20,000 yenes)

- Contacto: Oficina Comunitaria de transporte (サイクルコミュニティ推進室)

Saikuru-community suishin-shitsu



Solicitud de Julio para viviendas municipales/prefecturales

- Período de la solicitud: del 4 de julio (martes) al 14 de julio (viernes)

Si hay muchas solicitudes, se realizará un sorteo. Al ser admitida la solicitud, podrá mudarse en octubre.

- Para más información: Centro de Administración de Viviendas de la Prefectura de Ibaraki (Tel: 029-853-1369, 3-18-3 Takezono, ciudad de Tsukuba [dentro del Takezono Shopping center])

Sistema de Pago Especial de Cuotas de la Pensión Nacional para Estudiantes

Si los ingresos del estudiante son inferiores a una cantidad determinada y es difícil pagar las primas del Seguro Nacional de Pensiones, existe un sistema especial que le permite posponer el pago de las primas del seguro.

• Se requiere una solicitud cada año fiscal.

- Cómo solicitar: Envíe por correo o traiga el formulario de solicitud junto con una copia de su tarjeta de identificación de estudiante o su certificado de inscripción a la División Médica y de Pensiones del Ayuntamiento de Tsukuba.

*Si ha recibido una carta de Pensiones de Japón, envíe la postal adjunta "Formulario de solicitud" si no hay cambios en la información de la solicitud del año anterior. Para más detalles, consulte el sitio web del Servicio de Pensiones de Japón.

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/plainjapanese/1016178/14035.html> (JP)

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/english/1015282/13992.html> (ENG)

¡Pague a tiempo los impuestos municipales y primas de los seguros!

Los impuestos municipales y las primas de los seguros se calculan de acuerdo con sus ingresos durante el año anterior y se envía un aviso sobre el pago de impuestos o seguros. Puede pagarlo en un Kombini, banco, oficina de correos, etc. Tenga en cuenta que el plazo de pago varía según el tipo de los impuestos y de los seguros. Consulte el sitio web para obtener una lista de los plazos de pago para el año fiscal 2023.

Japonés fácil: <https://www.city.tsukuba.lg.jp/plainjapanese/1016178/14035.html>

Inglés: <https://www.city.tsukuba.lg.jp/english/1015282/13992.html>

En el primer piso del edificio comunitario del Ayuntamiento de Tsukuba

¡Reanudamos el uso del espacio abierto y el espacio para niños!

¿Alguna vez has estado en el edificio comunitario ubicado al lado del Ayuntamiento de Tsukuba? No se pudo utilizarlo durante aproximadamente 2 años debido al COVID-19. Pero, ¡Ya lo están utilizando a partir de abril! En el primer piso del edificio comunitario, están disponibles: salas de reuniones y conferencias con previa reserva, un espacio abierto sin reserva donde se puede entrar y salir libremente, y un espacio para niños donde pueden jugar con sus hijos.

- Horario: 8:30-22:00

- Días cerrados: del 29 de diciembre al 3 de enero. También habrá días cerrados temporalmente. En ese caso informaremos en el sitio web de la ciudad.

- Se puede utilizar el estacionamiento del ayuntamiento, Gratis hasta por 2 horas.

- Se permite comer y beber solo en el espacio abierto. Sin embargo, está prohibido traer comida con sopa o líquido como fideos instantáneos en taza y otros.



Tenga cuidado con el golpe de calor y el moho en verano.

El verano en Japón se caracteriza por una humedad muy alta. Cuando hay mucha humedad, no se puede liberar el exceso de calor del cuerpo y se vuelve fácil de acumularlo, por lo que el riesgo de golpe de calor aumenta incluso cuando la temperatura no esté tan alta. El golpe de calor se diagnostica cuando se producen mareos, aturdimiento, calambres, náuseas y desmayos temporales. Antes del verano, intente tener más oportunidades de sudar de forma natural para que sea más fácil regular la temperatura corporal debido al sudor, de esta manera su cuerpo podrá soportar el "golpe de calor". Recomendamos que beba agua con frecuencia poco a poco. Además, en los días en que se sienta caliente y húmedo, ventile y deshumidifique, encienda el aire acondicionado y use el ventilador para evaporar bien el sudor.

Como las lluvias duran mucho tiempo durante la temporada de lluvias, solemos secar la ropa en el interior de la casa, esto hace que aumente la humedad y facilite la formación del moho. En cuanto a los armarios en los que tienden a acumular la humedad, intente abrir la puerta y ventile con el aire del ventilador.

Tenga cuidado con la intoxicación alimentaria

Durante la temporada de lluvias, tenga cuidado con la intoxicación alimentaria. Mantenga sus utensilios y cocina limpios en todo momento. Acostúmbrese a lavar y desinfectar las manos antes de cocinar. Almacene los alimentos a baja temperatura y caliéntelos bien cuando los cocine. El vinagre tiene un alto efecto bactericida, por lo cual recomendamos desinfectar su lonchera (caja para bento) limpiándola rápidamente con vinagre antes de empacar su almuerzo.

¡Probemos "ciruela"! (Ume)

La ciruela está llena de ácido cítrico, que tiene un fuerte poder antibacteriano y es eficaz para recuperarse de la fatiga.

Debido a lo que contiene, es conocido como un ingrediente adecuado para sobrevivir al caluroso verano. El licor de ciruela y el Umeboshi se han utilizado como alimentos en conserva desde la antigüedad. También son populares como jarabe y mermelada que se empapan las ciruelas en miel o azúcar en piedra.



¡Recomendamos una receta para combatir este verano!

Ingredientes:

2 cucharadas de algas saladas finamente picadas (塩昆布/SHIO-KOMBU),

2 pepinos, 1 cucharada de aceite de sésamo.

Preparación:

- Cortar el pepino en trozos del tamaño de un bocado.

- Poner todos los ingredientes en una bolsa y amasar la bolsa con las manos.

- También es delicioso picar Umeboshi y agregarlo. ¡Póngalo en un plato y listo!

El pepino es un vegetal que tiene un efecto refrescante en el cuerpo. Recomendamos probarlo en un día caluroso.



¿Has oído hablar sobre la Feria de reciclaje en Tsukuba?

Es un mercado de reciclaje organizado por voluntarios varias veces al año en la ciudad de Tsukuba. Hay varios objetos expuestos como ropa, productos diversos, electrodomésticos, etc. La entrada es gratuita. El lugar es Central Park que se encuentra al lado de la estación de Tsukuba, y se realiza cada año en marzo, mayo, septiembre y noviembre. Se requiere inscripción previa en el sitio web para vender. También estamos buscando personal de voluntariado. <http://t-recyclemarket.main.jp> (en inglés en algunas partes)

¡Este mercado de reciclaje ganó el gran premio en la "Categoría de ODS de Tsukuba (Iniciativas que conducen a la solución de problemas locales)" de los Premios de los ODS de Tsukuba!



El sitio web de la ciudad ha sido renovado.

En marzo de 2023, el sitio web de la ciudad de Tsukuba se renovó por completo. Ahora puede ver el sitio web de la ciudad de Tsukuba en 9 idiomas. (inglés, chino simplificado, chino tradicional, coreano, español, portugués, vietnamita, indonesio y tailandés)

↓ Seleccione el idioma en la parte superior derecha de esta pantalla y haga clic en "Traducir".



↓ La página se traducirá tal cual.



Este boletín es traducido por estudiantes internacionales/intercambio de la universidad. El trabajo del Coordinador de Intercambio de Estudiantes Internacionales incluye la traducción de boletines en varios idiomas y presentaciones de sus países en las escuelas primarias y secundarias de la ciudad. ¡Actualmente estamos buscando personal de intercambio en inglés, coreano, tailandés, portugués, español e indonesio! Si desea participar, comuníquese con la División de Promoción Internacional de la Ciudad (029-883-1313).

Ciudad de Tsukuba

Oficina de Consulta para Extranjeros

- Días de atención: de lunes a viernes
- Horario: de 8:30 a 17:15
- Lugar: Ayuntamiento de Tsukuba 5F
- Teléfono: 029-883-1313
- Idioma disponible: Japonés, Inglés y Chino.

◇ El sitio web multilingüe de la ciudad de Tsukuba se puede ver en inglés, chino, coreano y japonés sencillo.

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/english/index.html>



◇ El boletín multilingüe está disponible en inglés, chino, coreano, tailandés, portugués, español, indonesio y vietnamita.

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/english/1015289>

