

# GUÍA PARA VIVIR EN LA CIUDAD DE KATŌ (VERSIÓN DE BOLSILLO)



Instituciones médicas P1

Prevención ante desastres naturales P2

Basura P3-4

Reglas de tránsito y Reglas para la vida diaria P5

Registro de información personal y Contactos de emergencia P6

Frases útiles en japonés P7



Para ver la información desde su teléfono inteligente escanee el código QR.

**Emisión Marzo de 2020**  
**Revisado en marzo de 2022**

**Ciudad de Kato / NPO Asociación Internacional de Kato**

# Instituciones Médicas

En caso de enfermarse o lesionarse, por favor acuda a un hospital o clínica que cuente con el departamento adecuado para tratar sus síntomas.

## Cosas que necesita llevar con usted cuando vaya al hospital o clínica

Tarjeta de número personal (my number) con el carnet de seguro médico integrado o certificado de afiliación al seguro médico (en caso de tener).

- Tarjeta de seguro de salud
- Tarjeta de residencia
- Carnet de medicinas
- Tarjeta de paciente
- Dinero



- \* Le recomendamos que acuda acompañado por alguna persona que hable japonés pues podrían no entenderlo si habla un idioma extranjero
- \* Le recomendamos que antes de salir de casa confirme vía telefónica con la institución médica correspondiente

## Busque un hospital

- Puede buscar hospitales de la ciudad de Katō en la Página principal de la Asociación Médica de la ciudad de Ono y ciudad de Katō (Fig.1)  
<http://www.onoKatō-med.or.jp/jikangai.html> (en Japonés)



- Sistema de información sobre instituciones médicas de la prefectura de Hyōgo: Puede buscar hospitales que se encuentren dentro de la prefectura de Hyōgo (En japonés e inglés)  
<http://web.qq.pref.hyogo.lg.jp/hyogo/>



## Buscar consultas médicas de emergencia durante días de descanso

- Existen instituciones médicas que brindan servicio los sábados y días de descanso (domingos, feriados, etc.)  
⇒ Modo de confirmar: Página principal de la Asociación Médica de la ciudad de Ono y ciudad de Katō (Fig. 2)

(Fig.1) Haciendo click aquí podrá ver la lista de hospitales de la ciudad de Katō

ON&KATO MEDICAL ASSOCIATION  
小野市・加東市医師会

医療機関の検索 小野市 **加東市** 専門科 専門科 地図検索

休日・時間外診療 (小野市・加東市)  
本日 ○月○日 (○)  
内科: ○○○病院  
明日 ○月○日 (○)  
内科: ○○○診療所  
今月以降の当番表

(Fig. 2) Favor de confirmar aquí

# Prevención ante desastres naturales

En caso de desastres naturales recopile información confiable de la televisión, radio, correos electrónicos, etc. y a partir de eso tome las medidas correspondientes.



## Durante lluvias torrenciales y/o tifones

- (1) Permanezca en el interior y en la medida de lo posible procure no salir.
- (2) No se acerque a lugares peligrosos como ríos, cerros, estanques, arrozales, canales, etc



## Cuando ocurra un sismo

- (1) Proteja su cabeza colocándose debajo de alguna mesa o cúbrala con alguna mochila.
- (2) Cuando se haya calmado el sismo apague fuentes de calor.
- (3) Abra la puerta y asegure una salida.
- (4) Guarde la calma y no salga corriendo.



## En caso de evacuación

Cuando se emita una orden de evacuación o cuando ocurra un gran terremoto, diríjase a un centro de evacuación designado o a la casa segura de un amigo. En caso de que fuera peligroso trasladarse hasta al albergue designado, diríjase hacia algún lugar seguro cercano y permanezca ahí.

## Puntos de cuidado

- (1) Verifique no deje alguna fuente de calor encendida (Cierre la llaves del gas y baje los interruptores eléctricos)
- (2) Use ropa cómoda y algún sombrero o casco para proteger su cabeza.  
Use zapatos cómodos que mantengan protegidos sus pies, por ejemplo calzado deportivo.
- (3) Al caminar por alguna área inundada, lleve consigo un palo o bastón y úselo para verificar que no haya agujeros ni depresiones.
- (4) Manténgase alejado de lugares peligrosos como caminos estrechos, cercas, postes telefónicos, ríos y vías fluviales.



## Lista de artículos para emergencias

Aliste artículos necesarios para al menos 3 días y colóquelos dentro de una mochila



## Cómo registrarse a la red de prevención de desastres de Hyōgo

La prefectura de Hyōgo y la ciudad enviarán información de alta emergencia así como de sismos, alertas climáticas y prevención de emergencias a través de correos electrónicos y de la aplicación.

### Registrarse a la red de prevención de desastres de Hyōgo.

- Enviando un correo electrónico a “fc@bosai.net”
- Enviando un correo electrónico usando el código QR



### Aplicación de la red de prevención de desastres de Hyōgo

- Descargar usando el código QR.

Google Play



App Store





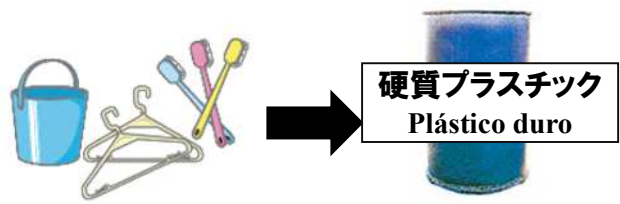

# Basura

## ○Cómo sacar la basura

Por favor saque su basura a los lugares designados hasta las 8:30 am en los días de recolección establecidos y de la manera especificada.

Cuando saque la basura por favor revise antes el “Calendario de recolección de basura de la ciudad de Katō”. (El calendario de recolección de basura de la ciudad de Katō, lo puede encontrar en el 1er piso del ayuntamiento en la División de Medio Ambiente y Vida Cotidiana o en el “Rincón de Información EETOKO de Kato” ubicado en el 2do piso de Yashiro Shopping Park Bio )

\*En algunas áreas residenciales los días y la forma de tirar la basura pueden variar por lo que le pedimos que consulte cada detalle con el administrador a cargo.

Se recolectan todos los martes y viernes	Se recolectan todos los miércoles
<p>○燃えるごみ ○Basura incinerable</p> <p>*Quitar el exceso de agua de los residuos orgánicos o de sobras de comidas Basura orgánica, papel no reciclable, productos de caucho, etc.</p> 	<p>○プラスチック類の「容器」と「包装」 ○Envases y envolturas de plástico</p> <p>Bandejas, envases, bolsas, vasos, tapas, etc.</p> <p>←Objetos con esta marca</p>  <p>Saque la basura después de quitar la suciedad.</p>
<p>Por favor utilice las <u>bolsas de basura designadas de Katō</u> ⇒ Puede comprarlas en 1er piso del ayuntamiento en el área de Medio Ambiente y Vida Cotidiana o en los distribuidores de bolsas de basura designadas de Katō.</p>	
Se recolectan una 1 vez al mes	
<p>○硬質プラスチック ○Plástico duro</p> <p>*Objetos plásticos excepto bandejas y envolturas de plástico Botes de plástico con un tamaño menor a 30cm, ganchos, cepillos de dientes, juguetes, cucharas, etc.</p> 	<p>○缶・小型金属類 ○Latas y metales pequeños</p> <p>*Lavar el interior de las latas vacías, quitar la suciedad Latas vacías, latas de productos enlatados, sartenes y ollas de metal, etc.</p> <p>←Objetos con esta marca</p> 

## Se recolectan 1 vez al mes

### ○びん(無色・茶色・その他)

#### ○Botellas de vidrio (transparentes, color café, otras)

\*Retire la tapa y enjuague el interior

\*Sepárelas por colores y colóquelas dentro del contenedor

Botellas de vidrio de alimentos, bebidas, condimentos, etc.



### ○ペットボトル

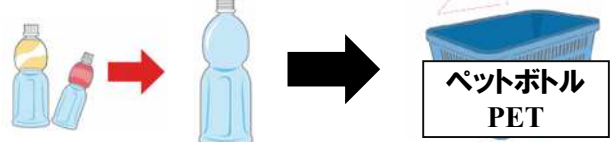
#### ○Botellas de PET

\*Retire la tapa y la etiqueta y enjuáguelas con agua

\*Las tapas y etiquetas se consideran envases y envolturas plásticas

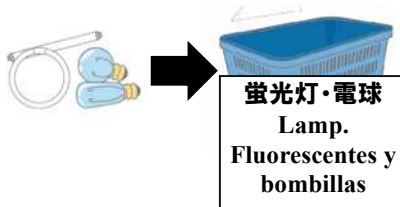


←Objetos con esta



### ○蛍光灯・電球

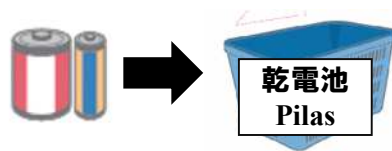
#### ○Lámparas fluorescentes y bombillas (focos) eléctricas



### ○乾電池

#### ○Pilas y baterías

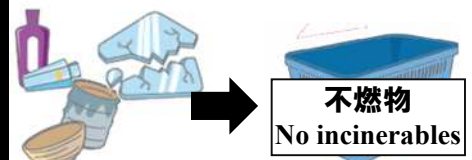
\*No coloque pilas ni baterías recargables, tampoco pilas de forma de botón



### ○燃えないごみ(不燃物)

#### ○Basura no incinerable

Cerámica, cristalería, recipientes de cosméticos



### ○No se puede sacar basura grande

Por favor consulte a un proveedor autorizado por la ciudad de Katō o bien, llévala al Centro de Limpia ONO.

Centro de Limpia ONO: Tel. 675-1316 Tenjincho, Ono City 538-1 ☎0794-62-6250

Por ejemplo:



Electrodomésticos pequeños



Bicicletas



Futones



Cajoneras etc.

### ○Tenga en cuenta los siguientes puntos cuando saque la basura

A la basura que no respete las reglas de separación se le colocará una etiqueta roja y no será recolectada.

改善をお願いします

【収集できない理由】

分別ができていません。

破袋プラ  ビン・ヤトモノ  金属類

紐・布  生ごみ  炬燵ごみ

ペットボトル  電池

指定袋を使用していません。

2重袋をしないでください。

汚れています。

その他

年 月 日 (確認)

年 月 日 (再確認)

年 月 日 加東市生活環境課

改善しました。

Por favor revise que hayan recolectado su basura.

#### Ejemplos de problemas frecuentes

1. No usar las bolsas designadas
2. Meter latas y botellas en la bolsa de basura incinerable

# Reglas de tránsito y Reglas para la vida diaria

Respetemos bien las reglas básicas para no encontrarnos ni ocasionar accidentes de tráfico.

## Reglas de tránsito

- Dar prioridad a los peatones cuando viaje en automóvil o en bicicleta.
- El significado de los colores de los semáforos es el siguiente
  - Azul ⇒ Puede avanzar
  - Amarillo ⇒ Deténgase
  - Rojo ⇒ Deténgase
- En los cruces donde haya semáforos, cruce de acuerdo a ellos.
- En los lugares donde haya semáforos, mire a ambos lados y verifique antes de cruzar.
- En las noches, use materiales reflejantes y considere usar ropa de colores claros.

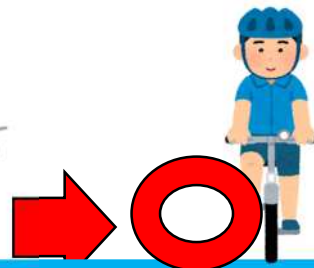


## Reglas peatonales

- Camine siempre por la banqueta. En los lugares donde no las hubiera, camine del lado derecho de la calle.

## Reglas para bicicletas

- Circule por el carril del lado izquierdo. No pueden ir dos personas en la misma bicicleta ni tampoco pueden ir dos bicicletas en paralelo.
- No conduzca mientras va usando su móvil, teléfonos inteligentes o algún equipo parecido, tampoco maneje llevando sombrillas abiertas.
- En los pasos a nivel o en los lugares donde se indica un alto, siempre mire cuidadosamente hacia ambos lados.
- Por la noche, intente encender lo antes posible sus luces.
- Por favor adquiera un seguro para bicicletas.
- No monte en bicicleta si ha bebido alcohol.
- Utilice casco al momento de montar en bicicleta.



## Reglas para la vida diaria

Mientras esté viviendo en la comunidad, tenga en cuenta los siguientes puntos.

### Ruidos de la vida diaria

- En las áreas residenciales o en los complejos de departamentos, los ruidos que usted haga dentro de su vivienda podrían escucharse en la vivienda vecina.
- Trate de hacer el menor ruido posible durante altas horas de la noche y durante horas muy tempranas del día.  
Por ejemplo: conversaciones en voz alta, ruidos de la televisión, aparatos de música, lavadoras, etc.

### Cómo usar las áreas comunes de los complejos residenciales

- Las escaleras y los pasillos son áreas comunes para uso de todos, no puede colocar cosas personales.

自分の情報を記入しましょう(できるだけ日本語で書こう)  
Escriba su información personal  
(En la medida de lo posible, escríbalo en japonés)

なまえ  
名前:

Nombre:

じゅうしょ  
住所:

Dirección:

かいしゃ  
会社:

かいしゃ れんらくさき  
/ 会社の連絡先:

Empresa:

/ Contacto de la empresa:

せいねんがっぴ  
生年月日:

こくせき  
/ 国籍:

Fecha de nacimiento:

/ Nacionalidad:

せいべつ  
性別:

けつえきがた  
/ 血液型:

Sexo:

/ Tipo de sangre:

あれるぎー  
アレルギー:

Alergias:

の くすり  
飲んでいる薬:

Medicina que tome actualmente:

しゅうきょう  
宗教:

はな げんご  
/ 話せる言語:




Religión:

/ Idiomas que hable:

いえ いちばんちか していひなんじょ  
家から一番近い指定避難所:

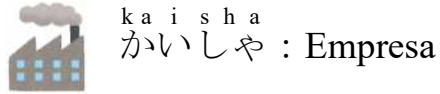
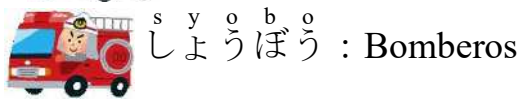
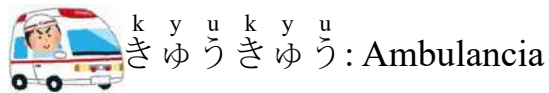
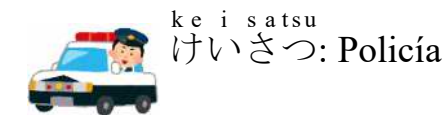
Albergue más cercano desde su casa:

## Contactos de emergencia

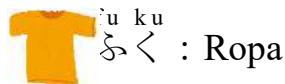
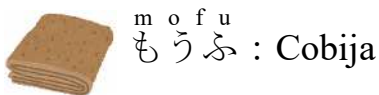
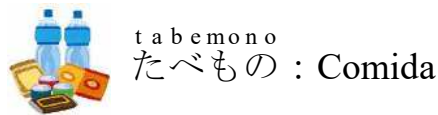
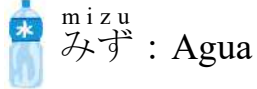
-  En caso de crímenes (violencia, robos) o accidentes de tráfico  
⇒ Policía: **Marque al 110**
-  En caso de incendios, enfermedades repentinas, lesiones o accidentes de tráfico  
⇒ Ambulancia: **Marque al 119**
-  日常生活で相談したいこと、国際交流イベントに参加したい場合  
En caso de querer consultar sobre asuntos de la vida diaria o si quisiera participar en algún evento de intercambio internacionales  
⇒ N P O 法人加東市国際交流協会 (通称K I A)  
NPO Asociación de Intercambio Internacional de la ciudad de Katō  
(alias KIA) **0795-42-6633**  
Dirección: C.P. 673-1431 Ciudad de Katō, Yashiro 1126-1  
Parque comercial Yashiro Bio 2do piso  
EMAIL: [kia@Katōkokusai.org](mailto:kia@Katōkokusai.org)  
Horario de atención: 9:00-18:00  
Descanso: domingo, lunes, festivos, el 2do martes de cada mes, feriado de año nuevo

# 役にたつ日本語 : Frases útiles en japonés

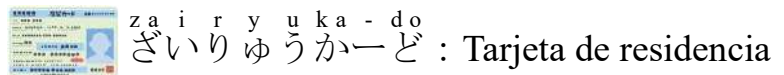
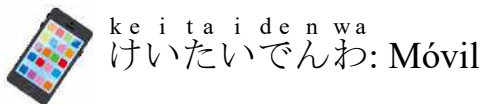
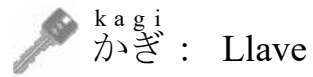
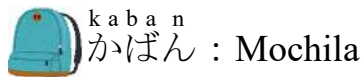
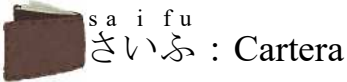
• ○○に <sup>ni den washite kudasai</sup> でんわしてください。 : Por favor llame a



• ○○が <sup>ga hoshi i desu</sup> ほしいです。 : Quiero



• ○○を <sup>o nakushimashita</sup> なくしました。 : Perdí



• ○○が <sup>ga i ta i desu</sup> いたいです。 : Me duele

- ① <sup>a ta ma</sup> あたま : Cabeza
- ② <sup>me</sup> め : Ojo
- ③ <sup>k u c h i</sup> くち : Boca
- ④ <sup>k u b i</sup> くび : Cuello
- ⑤ <sup>n o d o</sup> のど : Garganta
- ⑥ <sup>u d e</sup> うで : Brazo
- ⑦ <sup>m u n e</sup> むね : Pecho
- ⑧ <sup>o n a k a</sup> おなか : Estómago
- ⑨ <sup>a s h i</sup> あし : Pierna
- ⑩ <sup>s e n a k a</sup> せなか : Espalda
- ⑪ <sup>k o s h i</sup> こし : Espalda baja
- ⑫ <sup>o s h i r i</sup> おしり : Trasero

