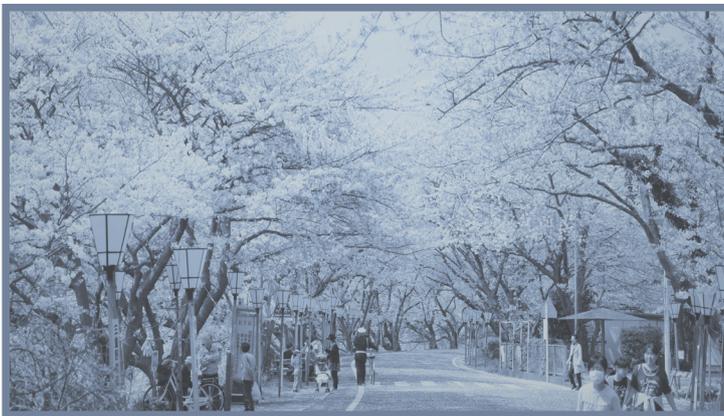


# Guía para vivir en Fujieda

生活ガイドブック「スペイン語版」



## ÍNDICE

Prevención de Catástrofes

1

Procedimiento de Cambio de Dirección

3

Como Obtener Ayuda Médica

5

Salud Infantil, Consultas y Vacunas

8

Libreta de Beneficiario y Ayudas Infantiles

12

Educación en Japón

14

Como Separar y Desechar la Basura

15

Asuntos Laborales

18

Impuestos

22

Ventanillas de Consulta

24

Municipalidad de Fujieda

(8:30 ~ 17:15)

〒 426-8722

Fujieda shi Okadeyama 1-11-1

Tel: 054-643-3111

[www.city.fujieda.shizuoka.jp](http://www.city.fujieda.shizuoka.jp)

# Prevención de Desastres

Todos los años se producen en Japón catástrofes naturales, que provocan la pérdida de muchas vidas y bienes. Los desastres naturales a gran escala pueden causar enormes daños en una amplia zona; y su recuperación requiere de muchos años y grandes esfuerzos.

Por esta razón, es importante que el gobierno nacional, los gobiernos locales, las instituciones pertinentes y nosotros mismos, nos preparemos para las catástrofes tomando medidas, participando en simulacros de prevención de catástrofes, con el fin de proteger nuestras vidas y bienes valiosos.

## ■ Como informar en caso de incendio o emergencia

### ○ Marque el 119, y cuando se produzca la llamada, avise claramente:

En caso de incendio: "Kaji desu, Fujieda shi no \_\_\_\_\_ ga moeteimasu"  
(Hay un incendio. Se está produciendo un incendio en \_\_\_\_\_.)

En caso de emergencia, llame también y diga:

Accidente: "Jiko desu, Fujieda shi \_\_\_\_\_ no chikaku desu."  
(Hay un accidente cerca a \_\_\_\_\_.)

Watashi no namae wa (mi nombre es) => \_\_\_\_\_.

※ Por último, comuníquese el nombre y número de teléfono de la persona que llama.



### ○ Póngase en contacto con nosotros para obtener información sobre la catástrofe

Información sobre catástrofes Marque el 0180-995-099 (orientación en japonés)

### ○ Centro de información médica de Emergencia 24 horas

Número de teléfono: 0800-222-1199

### ○ Centro Regional de Emergencias Médicas Shida Haibara (Fujieda shi Seto Araya 362-1)

Teléfono : 054-644-0099 (Medicina Interna y Pediatría)

Horario de apertura: de lunes a viernes y festivos de 19.30 a 22.00 horas.

Sábado y domingo 19:30 - 7:00 del día siguiente

(Tenga en cuenta que en algunos días, sólo pediatría está disponible después de las 22:00 horas. Por favor, verifique anticipadamente)



### ○ Centro de urgencias del Hospital General de la Ciudad de Fujieda (servicio de 24 horas)

Dirección: Fujieda shi, Surugadai 4-1-11 Surugadai

Teléfono: 054-646-1111

Horario de apertura: de 9.00 a 17.00 horas

(Consulte la página web o el "Boletín Informativo de Fujieda", que se publica el día 20 de cada mes, para conocer el médico de guardia)



## ■ Atención multilingue

### ○ Idiomas admitidos (21 idiomas)

Inglés, chino (mandarín), coreano, tailandés, vietnamita, indonesio, tagalo, nepalí, ruso, español, alemán, francés, italiano, portugués, malayo, myanmar, jemer, mongol, cingalés, hindi Bengalí.

Al llamar se le comunicará con un traductor, así que no cuelgue el teléfono.

## ■ Preparación antes de un terremoto

### ○ Casas resistentes

Asegúrese que su familia sepa donde evacuar y cómo ponerse en contacto con usted en caso de catástrofe, Prepare suministros de emergencia. Los suministros de emergencia deben dividirse en dos categorías: 1)"artículos de emergencia", como alimentos de emergencia, agua potable, ropa, que deben guardarse en una mochila para poder acceder a ellos rápidamente. También sería necesario las 2)"provisiones de emergencia", que deben guardarse para que duren una semana aproximadamente.

Es importante realizar una evaluación sísmica de su casa para saber si puede resistir un terremoto.

- Si tiene alguna duda póngase en contacto con la División de Construcción y Vivienda de la municipalidad de Fujieda (Toshikeikakuka). Tel: 054-643-3481.

- En caso de terremoto, los muebles y objetos puedan caerse. Para evitar lesiones, asegure sus muebles.

También es aconsejable preparar una provisión de alimentos y agua potable para 7 días. También mantenga la bañera llena de agua y cúbrala con una tapa para poder conservarla para muchos otros fines.

## ■ Cuando se produce un terremoto

- Protégete bajo un escritorio o una mesa.
- Cuando deje de temblar, apague rápidamente el fuego.
- Abra las ventanas, puertas y entradas para asegurar las salidas.
- No salgas corriendo con pánico.

※ En caso de terremoto, su primera prioridad debe ser protegerse a usted mismo.

## ■ Lugares de refugio

Los "lugares designados" para la evacuación de emergencia son lugares donde la gente puede evacuar para proteger su vida temporalmente, mientras que "los refugios designados para la evacuación" son lugares donde la gente puede vivir temporalmente si sus casas están dañadas. Es aconsejable consultar el sitio web de la ciudad o ponerse en contacto con el Centro de Gestión de Crisis de la ciudad.

## ■ Mapa de riesgo de desprendimiento de tierras e inundaciones

El mapa de riesgo de desprendimiento de tierra, describe los posibles daños causados por inundaciones y también, información sobre la evacuación en caso de que los ríos Oi, Setogawa, Asahikawa, Hanashi, Tochiyama y Kiya se desborden debido a las precipitaciones de lluvia.

## ■ Información sobre la prevención de desastres

### ○ Ministerio de Tierra, Infraestructura, Transporte y Turismo

En caso de catástrofe, visite los siguientes sitios web para obtener información importante sobre catástrofes, condiciones meteorológicas, centros de evacuación y otros.

Puede encontrar información en 8 idiomas. Consulte el siguiente enlace ó código QR.

[www.mlit.go.jp/river/bousai/olympic/index.html](http://www.mlit.go.jp/river/bousai/olympic/index.html)



### ○ Agencia meteorológica

Información sobre el tiempo. Terremotos, tsunamis y volcanes. Información en 14 idiomas.

Consulte el siguiente enlace, ó el código QR de la izquierda: [www.jma.go.jp/jma/indexe.html](http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html)

### ○ Aplicación de smartphone para la prevención general de desastres, de la provincia de Shizuoka

Informaciones de emergencia, hasta la comprobación de mapas de peligro, pasando por el aprendizaje de la prevención de catástrofes y la formación en materia de evacuación. La aplicación para smartphones tiene funciones útiles en momentos de catástrofe. Está disponible en nueve idiomas. Inglés, portugués, chino, español, tailandés, vietnamita, tagalog,

indonesiano y coreano. Visite el siguiente enlace o Código QR: [www.pref.shizuoka.jp/bousai/application.html](http://www.pref.shizuoka.jp/bousai/application.html)

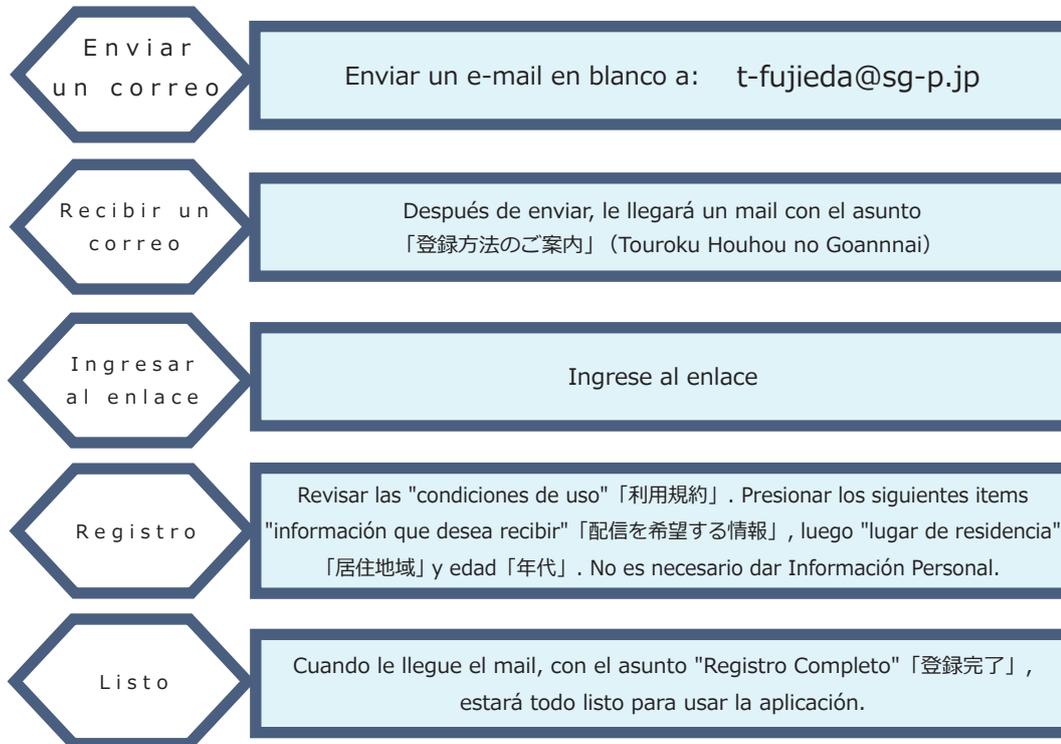


## ■ Sobre el "Kick off mail"

La ciudad de Fujieda ofrece un servicio de correo electrónico llamado "Kick-off Mail", utilizando la función de correo electrónico. Este sistema proporciona información sobre prevención de catástrofes, terremotos, condiciones meteorológicas, etc., así como el contenido de la emisión de la radio, anuncios y eventos del municipio. También se proporcionará información que se ajuste a sus necesidades en tiempo real.

La inscripción es fácil y gratuita. ¡Inscríbase!

○ Como inscribirse al "Kick off Mail":



## Procedimientos de Cambio de Dirección

### ■ Llegada desde fuera del país

Si viene de fuera del país, traiga su tarjeta de residencia y pasaporte. Si llega de fuera de Japón, debe hacer el trámite de registro en la municipalidad de Fujieda dentro de los 14 días siguientes. Si irá a vivir en Fujieda con su familia, deberá presentar un certificado original de nacimiento o de matrimonio expedido por su país de origen, así como una traducción del mismo.

Documentos Necesarios
Zairyu Card (tarjeta de residencia)
Pasaporte
Certificados adicionales + Traducción al Japonés

### ■ Ingreso a Fujieda desde otra ciudad

Haga el trámite de salida de ciudad (tenshutsu todoke), en su municipio. Luego, en un plazo de 14 días, lleve su tarjeta de residencia (zairyu card) y Mynumber (en caso de no tener My number, es necesario un certificado de mudanza), al municipio de Fujieda.

Para registrarse en familia, será necesario presentar algunos documentos adicionales como, certificados de nacimiento, matrimonio, etc.

Estos documentos tendrán que ser originales (no copia), y llevar su traducción al Japonés.

Documentos Necesarios
Zairyu Card (tarjeta de residencia)
My Number (los que tienen)
certificado de mudanza (Los que no tienen My number)
Certificados adicionales + Traducción al Japonés

## ■ Cambio de dirección dentro de la ciudad

Dentro de los 14 días al ingresar al nuevo lugar, traiga su tarjeta de residencia (zairyu Card) y su My number (sólo si lo tiene) y realice el procedimiento de cambio de domicilio. Si el jefe de familia del nuevo domicilio es extranjero, es posible que tenga que presentar un certificado expedido por el país de origen que demuestre su parentesco con el jefe de familia (por ejemplo, certificado de nacimiento o de matrimonio) y una traducción del mismo.

Documentos necesarios
Zairyu Card
My Number Card (las personas que tienen)
Certificados expedidos por su país de origen + Traducción

## ■ Salida de la ciudad

Si va salir de Fujieda, por favor traiga su tarjeta de residencia (zairyu card) y My Number Card (solo si lo tiene) para completar los procedimientos de mudanza. Puede solicitar el trámite de mudanza al menos un mes antes de vivir en el nuevo municipio. Para el trámite de cambio de dirección, es necesario su nueva dirección, y si tiene tarjeta de Seguro Nacional de Salud (kokumin kenko hoken), también será necesario presentarla. Después del trámite, se le entregará un certificado de salida de la ciudad (tenshutsu shoumeisho), a las personas que no tengan My Number Card. Este certificado será necesario para hacer el trámite de cambio de dirección en la ciudad a donde se mude.

Documentos necesarios
Zairyu Card
My Number Card (las personas que tienen)
Seguro de Salud (los que estén afiliados)

## ■ Salida del país

Si va a vivir fuera de Japón por más de un año, traiga su zairyu card y su My Number Card (si lo tiene) para hacer el trámite de salida del País. Debe llevar consigo el Zairyu Card, cuando salga de Japón.

Documentos Necesario
Zairyu Card
My Number Card (las personas que tienen)

## ■ Registro de sello (inkan)

Mayores de 15 años que estén en el "Registro Básico de Ciudadano", pueden registrar su sello. Los documentos a traer serían: Sello, documento de identidad con foto (my number, zairyu card, licencia de conducir, etc)

El costo es de 300 yenes. Sellos que no estén a su nombre, de goma, fáciles de deformarse, no se podrán registrar. Para más detalles, consulte al municipio.



## ■ Registro de nacimiento, matrimonio y otros

Registro de nacimiento	Es obligatorio informar dentro de los 14 días siguientes al nacimiento (la fecha de nacimiento se cuenta como día 1). Infórmese previamente sobre la cualificación del declarante para hacer el trámite. Traiga consigo el sello personal del declarante, el manual de salud materno-infantil (Boshi Techo), pasaportes de ambos padres, tarjetas de residencia de los padres (zairyu card) y la tarjeta del Seguro Nacional de Salud (kokumin kenko hoken) de la madre biológica.
Registro de matrimonio	En caso de matrimonio de extranjeros, la forma de rellenar las solicitudes, los certificados necesarios, etc. es diferente según la nacionalidad de cada uno. Por lo tanto, es necesario consultar a la sección encargada (shimin-ka) con anticipación. Tel: 054-643-3123
Registro de divorcio	Dependiendo de la nacionalidad, en algunos casos no se podrá solicitar el trámite de divorcio relacionadas a ciudadanos extranjeros. Además, es posible que se le pida presentar diferentes certificados y documentos; así que consulte con anticipación en la sección encargada (shimin-ka).
Registro de defunción	Está obligado a notificar el fallecimiento en un plazo de 7 días a partir del momento en que se tuvo el conocimiento del mismo (el día en que se tiene conocimiento del fallecimiento se cuenta como día 1). Infórmese previamente sobre la cualificación de declarante. Por favor, traiga el sello del declarante y la tarjeta de seguro medico (kokumin kenko hoken) del fallecido, si las tiene.

※ Tenga en cuenta que la cremación es el método más común en Japón. El entierro es extremadamente difícil.

## ■ Sobre el My Number

Todos los que tengan registro de residencia, se les ha otorgado el "My Number" de 12 dígitos.

También todo recién nacido ó quien ha llegado del extranjero, también puede solicitar la "tarjeta My Number", en el municipio, llevando la notificación de su número personal (tsuchi card). Este My Number Card puede utilizarse como documento de identidad oficial. La tarjeta caduca después de 10 años, ó al expirar el período de su visa. No deje vencer el período de validez del documento. Si ha renovado su visa, también haga el procedimiento de actualización del Mynumber, en la Municipalidad. Si desea actualizar el My Number, luego de haber vencido la fecha de validez, tendrá que pagar una tasa adicional.



## Como Obtener Ayuda Médica

### ■ Atención en los centros médicos

En Japón, hay una gran variedad de instituciones médicas, como clínicas y hospitales generales. Las funciones de las instituciones médicas se dividen según la urgencia de la enfermedad o lesión, para que todos puedan recibir atención médica con tranquilidad. La función principal de los grandes hospitales, es tratar a los pacientes con un alto grado de urgencia (enfermedades o lesiones que ponen en peligro la vida). Si se siente mal y desea acudir a un médico, debe ir primero a una clínica o consultorio local cercano. Sin embargo, si derrepente se siente mal en la noche, un domingo o un día festivo y necesita atención médica inmediata, debe acudir a un médico de guardia, al Centro Médico Regional de Emergencia Shita Haibara. Si está inconsciente o sangra profusamente y su estado es de riesgo vital inmediato, llame a una ambulancia inmediatamente.

Nota: Para evitar la propagación del covid-19, llame a su doctor de cabecera anticipadamente, para informar sobre sus síntomas y averiguar cómo acudir al médico.

### ■ Instituciones médicas en Fujieda

#### 【Hospital General de Fujieda】

El Hospital General de Fujieda, es un hospital local de cuidados agudos con un enfoque particular en el tratamiento del cáncer y la atención de emergencias. Si quiere ver a un médico en el Hospital General de Fujieda, primero debe ir a una clínica o consultorio local y pedir una carta de presentación (shoukaijyo).

-Dirección : Fujieda-shi Surugadai 4-1-11 - Teléfono : 0 5 4 - 6 4 6 - 1 1 1 1



#### 【Centro Regional de Emergencias de Shida-Haibara】

Este centro ofrece servicios de emergencia de medicina interna y pediatría por la noche, que no requieren hospitalización.

Llame al hospital e infórmeles de sus síntomas antes de acudir. Por favor, llevar también su tarjeta de seguro, tarjeta de beneficiario y registro de medicamentos.

Dirección: Fujieda Setoaraya 3 6 2 - 1 Teléfono: 0 5 4 - 6 4 4 - 0 0 9 9

Horarios: Lunes a Viernes 7:30pm - 10am - Sábado y Domingo 7:30pm - 10am

Tenga en cuenta que los sábados y domingos, de 22 a 7 horas, sólo se pueden ofrecer servicios pediátricos. El horario de apertura puede estar sujeto a cambios.

Consulte la página web de la ciudad de Fujieda para más detalles.



## ■ Enlaces para buscar instituciones médicas en Fujieda

### OTRAS INSTITUCIONES MÉDICAS

Para encontrar un centro médico en Fujieda, visite el sitio web de la Asociación Médica de Shida.

<https://www.shida.shizuoka.med.or.jp/institutions/>

### MÉDICO DE GUARDIA EN DÍAS FESTIVOS

Para encontrar un centro médico en días festivos, ingrese a alguno de los enlaces de abajo.

[www.city.fujieda.shizuoka.jp/benri/tobani/html](http://www.city.fujieda.shizuoka.jp/benri/tobani/html)

[www.shida.shizuoka.med.or.jp/holidays/](http://www.shida.shizuoka.med.or.jp/holidays/)

## ■ Especialidades donde acudir según los síntomas

Los hospitales se especializan en diferentes departamentos y usted debe acudir al hospital adecuado en función de sus síntomas. Utilice la siguiente tabla para ayudarle a encontrar un profesional médico.

## ■ Guía para saber las especialidades médicas

Medicina Interna	Gastro- enterología	Acidez, náuseas y vómitos, dolor abdominal, diarrea, estreñimiento, pérdida de apetito con pérdida de peso, radiografías gástricas anormales en el examen médico, sangre oculta en heces.
	Medicina respiratoria	Tos, flema, esputo con sangre, dificultades respiratorias (disnea), radiografía de tórax anormal en la revisión
	Cardiología	Dolor en el pecho, opresión en el pecho, desmayos, palpitaciones, presión arterial alta, arritmia, ECG anormal en el examen médico.
	Riñón	Hinchazón (edema), diuresis abundante o ligera, proteinuria en las revisiones.
	Diabetes Endo- crinología	Sed, micción abundante, sudoración abundante y temblor de los dedos, pérdida de peso a pesar de tener buen apetito, azúcar alta en las revisiones.
	Sangre	Fiebre alta inexplicable, inflamación de los ganglios linfáticos, facilidad para sangrar, múltiples dolores articulares, anemia en la exploración, recuento anormal de glóbulos blancos.
	Neurología	Dolor de cabeza, entumecimiento, mareo, olvido, temblores, calambres, desorientación, debilidad, desgaste muscular, pérdida de coordinación, aturdimiento.
Cirugía	Cirugía gastro- enterológica	Cirugía de enfermedades esofágicas, gastrointestinales, hepáticas, biliares y pancreáticas. Cirugía endoscópica.
	Glándula mamaria Cirugía Endocrina	Bultos en las mamas, masas en la garganta
	Neurocirugía	Dolor de cabeza, alteración de la conciencia, convulsiones, parálisis, entumecimiento, mareo, trastorno del habla, lesión en la cabeza
	Cirugía cardiovascular	Venas hinchadas, miembros inferiores dolorosos, cojos o hinchados, miembros inferiores dolorosos e incapacidad para caminar después de un tiempo, ulceración fácil de las piernas
	Cirugía plástica - Cirugía estética	Reparación de deformidades corporales causadas por deformidades congénitas, traumatismos o cirugía del cáncer (reconstrucción mamaria, reconstrucción facial, etc.).
	Proctología	Defecación dolorosa, heces con sangre, movimientos intestinales anormales, hemorroides, etc.
	Obstetricia	Embarazo, parto y fertilidad
Ginecología	Amenorrea, menstruación irregular, cólicos menstruales, molestias premenstruales, dolor en la parte baja del abdomen, hemorragia, flujo abundante, flujo vulvovaginal, picor, dolor o molestia. Síntomas del sistema nervioso (incluidos síntomas de la menopausia). Dolor al orinar, enfermedades de transmisión sexual (ETS) y problemas sexuales.	
Cirugía ortopédica	Lesiones como roturas de huesos, dislocaciones, esguinces y contusiones. Síntomas reumáticos como dolor en las rodillas, los hombros u otras articulaciones, el cuello, la espalda o las caderas, o rigidez de las manos al despertarse por la mañana. Heridas que provocan hemorragias.	
Psiquiatría medicina psicosomática	Insomnio, ansiedad, depresión, trastornos alimentarios, alucinaciones y delirios, olvidos, epilepsia, esquizofrenia, neurosis, depresión, enfermedad de Alzheimer, trastornos de la personalidad, absentismo escolar, problemas de salud mental en niños, etc.	
Oftalmología	Picor o dolor de ojos, lagrimeo, visión borrosa, dificultad para ver de lejos, dificultad para ver de cerca, ver un objeto extraño, rango de visión extraño, mucha secreción ocular, un objeto extraño en el ojo, un objeto que golpea el ojo, etc.	
Otorrino laringología	Dolor de oídos, picor de oídos, secreción de los oídos, oídos tapados, pitidos en los oídos, pérdida gradual de la audición, pérdida repentina de la audición, mareos, secreción nasal, estornudos, nariz tapada, secreción nasal con pus o sangre, dolor de nariz, mejillas hinchadas, mejillas doloridas, hemorragias nasales, dolor de garganta dificultad para tragar, voz ronca, etc.	
Urología	Micción frecuente, micción dolorosa, aumento o disminución de la diuresis, incontinencia urinaria, daños en el pene vesicouretral, dolor o hinchazón del glande del prepucio, masa peneana, aumento del escroto, dolor escrotal, disfunción eréctil, infertilidad masculina Problemas de eyaculación, semen con sangre, etc.	
Dermato- logía	Diversas erupciones cutáneas en la piel, picor en la piel, lesiones pigmentadas (negras, blancas, azules, amarillas, moradas), anomalías capilares, anomalías en las uñas, tumores cutáneos, etc.	

## ■ Consulta general para discapacitados

Para que las personas con discapacidad puedan llevar una vida independiente según sus capacidades y aptitudes. La ciudad de Fujieda proporciona apoyo integral y sistemático a las personas con discapacidad, familiares, cuidadores y otros; que incluye consultas, suministro de información necesaria y otros apoyos, y la asistencia necesaria para proteger sus derechos. Para más información, consulte a:

División de apoyo para la autosuficiencia Tel: 054-643-3149 - Centro de apoyo de Fujieda Tel: 054-643-3131

## ■ Certificado de discapacidad física, rehabilitación y discapacidad mental

Este certificado se expide a personas con discapacidades físicas, intelectuales o mentales.

Existen los siguientes sistemas de ayuda en función del tipo y grado de discapacidad:

- ① Diversas prestaciones, incluido el subsidio especial por discapacidad
- ② Ayuda médica
- ③ Pago de prótesis y otros gastos
- ④ Descuentos en tarifas de JR, autobús, taxi y avión
- ⑤ Deducción de algunos tipos de impuesto.
- ⑥ Otros ※ Para más información, llame a la División de Autoayuda (jiritsushienka:054-643-329)



## ■ Seguro nacional de salud

### ○ Sistema del seguro nacional de salud

El sistema de seguro médico de Japón es un "sistema de seguro universal", esto significa que, en principio, todos debemos estar cubiertos por algún tipo de seguro médico público. Existen tres tipos principales de seguros médicos públicos:

- (1) Seguro médico Social, que se obtiene como empleado o funcionario, a través de su empleador (shakai-hoken).
- (2) Seguro médico para los autónomos, agricultores, pesqueros y jubilados (Kokumin Hoken) .
- (3) Seguro médico para mayores de 75 años y personas de 65 a 74 con determinadas discapacidades (koukikoureisha iryohoken).

### ○ ¿Quiénes pueden ingresar?

Los asegurados del Seguro Nacional de Salud no deben estar inscritos en ningún otro seguro médico público. Las personas que reciben asistencia pública tampoco pueden afiliarse. Además, los extranjeros que hayan residido legalmente en Japón durante más de tres meses y tengan domicilio registrado, pueden optar a la cobertura del Seguro Nacional de Salud.

### ○ Debe solicitar y cancelar el seguro nacional de salud en un plazo de 14 días.

Si está dentro del Seguro nacional de Salud (kokumin hoken) en Fujieda y va mudarse a otra ciudad, también debe realizar el trámite en su nueva ciudad. Tenga en cuenta que si ha salido del seguro social (shakai hoken), y desea ingresar al seguro nacional (kokumin hoken), es necesario que traiga el certificado de salida del seguro social "shakai hoken no dattai renrakuhyo" . Así mismo, el pago del Seguro Nacional, será calculado, a partir del día siguiente al que salió del seguro social. Si sale del país, es necesario que haga el trámite de salida del Seguro Nacional, sino, se le continuará cobrando. Para más información, contacte la Sección del Seguro Nacional y Pensiones de Fujieda (Tel: 054-643-3303).

### ○ Prestaciones del seguro nacional de salud

Si presenta su tarjeta del Seguro Nacional de Salud podrá recibir tratamiento médico con un coste del 30% del coste total. Los niños en edad preescolar y los mayores de 70 años pueden pagar el 20% del costo. También podría recibir un subsidio de asistencia médica, un subsidio de maternidad y de sepelio si lo solicita.

### ○ Deberá pagar la tasa del seguro nacional de salud.

La tasa del Seguro Nacional de Salud se calcula por hogares y se basa en la edad, número de personas, ingresos y bienes. El método de cálculo del Seguro Nacional de Salud, difiere de un municipio a otro. Por favor, asegúrese de pagar el impuesto antes de la fecha de vencimiento. Si no paga la tasa de seguro durante más de un año, se le puede pedir que devuelva la tarjeta de seguro.

**○ Si tiene más de 40 años, está obligado a someterse a una revisión médica específica una vez al año. Si cumple los requisitos, la ciudad le enviará un boleto.**

## ■ Seguro médico para personas mayores

Los mayores de 75 años (incluidos los mayores de 65 años que tengan certificadas ciertas discapacidades) que estén registrados como residentes en la ciudad de Fujieda están cubiertos por el seguro médico. Si presenta su tarjeta a una institución médica, puede recibir tratamiento médico con un coste del 10% de los gastos médicos (30% para quienes tengan unos ingresos equivalentes a los de un trabajador en activo). También puede recibir atención médica de alto coste y asistencia en gastos funerarios en caso de fallecimiento. El valor del Seguro médico, se determina en función de los ingresos de cada asegurado. Por favor, asegúrese de pagar en la fecha acordada. Si tiene un retraso de más de un año, se le puede pedir que devuelva su tarjeta de seguro.

## ■ Certificado de solicitud de importe máximo

Si el importe abonado en la institución médica para el tratamiento de enfermedad o lesión supera el importe máximo establecido, la diferencia se abonará como gastos de atención médica de alto coste al solicitarlo posteriormente. Sin embargo, si tiene un certificado de aplicación del importe máximo, puede presentarlo en la institución médica junto con su tarjeta de seguro cuando acuda al hospital, y sólo tendrá que pagar "hasta el importe máximo" establecido. Deberá solicitar un Certificado de Aptitud para la Cobertura de Importe Máximo.

También, no debe estar atrasado con el pago del Seguro Nacional de Salud. La documentación necesaria es:

- Tarjeta de seguro nacional de la persona.
- Documento que muestre su Número personal "My number", del solicitante y jefe de familia.
- Documentos de identidad del solicitante (zairyu card, permiso de conducir, etc.).
- Si la solicitud lo hace un tercero, será necesario una carta poder escrita por el interesado.

Para más información, consulte con la Sección de Seguro Nacional de Salud y Pensiones (Tel: 054-643-3349).

○ Si tiene Seguro Social (shakai hoken), póngase en contacto con su empresa.

## ■ Seguro de asistencia

○ ¿Se ha preguntado alguna vez qué haría si usted o un familiar necesitara de cuidados?

El sistema de seguro "kaigo Hoken", brinda asistencia a personas que lo necesiten. Se puede solicitar en el municipio; si se lo aprueban, podrá utilizar dichos servicios sin problemas. Si tiene 65 años o más, y está certificado, puede utilizar el seguro de asistencia, independientemente del motivo por el que necesite los cuidados. Sin embargo, si la causa es por acción de terceros (como un accidente de tráfico) deberá notificarlo a la municipalidad. Hay que tener en cuenta que las personas entre 40 y 64 años son aquellas que han sido certificadas como necesitadas de cuidados de enfermería debido a una enfermedad.

Para más información, contacte con la Sección de Atención y Bienestar de Fujieda "fukushika" (Tel: 054-646-0294).

# Salud Infantil, Consultas y Vacunas

En la prefectura de Shizuoka residen extranjeros de más de 125 países y regiones, con una gran diversidad de idiomas, culturas y religiones. Cuando las madres proceden del extranjero, suelen sentirse ansiosas por el embarazo y el parto en un entorno desconocido, ya que no hablan el idioma y tienen pocas personas a las que recurrir.

## ■ Cuando sepa que está embarazada

Cuando se entere que está embarazada, deberá presentar en el Centro de Salud (hoken centa) un "Formulario de Informe de Embarazo" (ninshintodokedesho). Se le entregará un ejemplar del Manual de Salud Materno-Infantil (Boshikenkoutecho), que contiene un registro de su salud y del desarrollo de su bebé. Así mismo, también recibirá un "formulario de chequeo de salud del bebé" (nyuyoujikenkoshinsahyo), "manual de vacunación" (yobousesshutecho) y un "formulario de chequeo de salud de embarazo y maternidad" (ninpu-sanpukenkoushinsatoujyukenhyo).

- Lugar: Centro de salud de Fujieda "Hoken Centa" (Fujieda-shi minami surugadai 1-14-1)
- Recepción: Lunes a Viernes de 9:00am – 11:30am
- Documentos a traer: Manual de Salud Materno-Infantil (boshikenkoutecho), Formulario de informe de embarazo (Ninshintodokedesho), Documento de Identidad (Zairyu card, licencia de conducir, etc).



- A los que ingresan a la ciudad de Fujieda: Manual de Salud Materno-Infantil (boshikenkoutecho), "formulario de chequeo de salud del embarazo y la maternidad" emitido por su anterior ciudad.
- Se proporcionará asesoría sobre salud y orientación sobre su estilo de vida. Si es necesario, visitaremos su hogar.
- Si usa el formulario de chequeo médico para mujeres embarazadas y lactantes, parte del costo será subsidiado.
- Un profesional del cuidado de niños visitará el domicilio de las madres que acaban de dar a luz para apoyar en el cuidado del recién nacido y así poder criar a sus hijos con tranquilidad.
- Cuando nazca su bebé, tendrá que enviar el formulario de notificación de nacimiento (Shusho tsuchihiyo) adjunto a su Manual de Salud Materno-Infantil (boshitecho).
- ※ Hay un buzón en la Sección de Registro Civil (Shiminka), para hacer el envío.
- Una enfermera/partera pública visitará su domicilio para comprobar el estado del niño y la madre; también le explicará los futuros servicios de salud materno-infantil.

## ■ Exámen de salud infantil

Para las revisiones de salud de los 4 y 10 meses, hay que pedir cita en un centro médico (véase el calendario de salud). Tiene que llevar el formulario de chequeo médico (kenkoshinsahyo) y Manual de Salud Materno-Infantil (boshikenkotecho). En el Centro de Salud se realizarán revisiones médicas a los niños de 6 meses, 1 año 6 meses y 3 años. Se le enviará una carta aproximadamente un mes antes de la revisión, especificando la fecha y hora.

## ■ Ayuda médica para niños

○ Por favor, póngase en contacto con la División del Niño y Familia (kodomo kateika) de la municipalidad de Fujieda para obtener más información sobre el subsidio de gastos médicos para niños.

※ División del niño y familia (Kodomo kateika) Tel: 054-643-3241

	Aptos	Condiciones	Coste
Chequeo médico	0 hasta 18 años (Hasta el primer 31 de marzo después de cumplir 18 años)	Ser ciudadano de Fujieda y tener tratamiento médico (Tratamiento del seguro)	500yenes / 1 vez (Hasta 4 veces al mes)
Hospitalización			Gratis

○ Por favor, póngase en contacto con la División del niño y familia (kodomo kateika) de la municipalidad de Fujieda para obtener más información sobre el subsidio de gastos médicos para la lactancia de bebés prematuros.

El subsidio cubre parte de los gastos médicos de los bebés prematuros que deben ser hospitalizados.

○ Para más información sobre ayudas médicas en Shizuoka, contacte al Centro de Salud (Hokenjyo). (Tel: 054- 644-9276)

## ■ Consultas médicas

Lugar : Centro de salud de Fujieda (Hoken Centa:054-644-9276) ※ Con excepción de las consultas médicas itinerante

Consulta permanente de salud		Asesoría nutricional (con reserva)
[Infantes - Adultos]	Lunes a Viernes Recepción: 9am – 11:30am	Lo atenderá un nutricionista
[ A d u l t o s ]	Lunes a Viernes Recepción: 1pm – 3:30pm	Jueves 1:00pm - 3:00pm Viernes 9:00am - 11:00am
Consulta de salud itinerante		Consulta dental (con reserva)
[Infantes - Adultos]	Tercer Miércoles de cada mes Recepción: 9:30am – 11:00am	Lo atenderá un
[ L u g a r ]	Centro de Bienestar de Fujieda 2 piso (kisumire)	higienista dental
[ N e c e s a r i o ]	Toalla de baño (Se usará para la medición del niño)	Llame para más detalles

## ■ Vacunas

Las vacunas se administran para proteger a los niños de enfermedades y mantenerlos sanos. Los niños deben ser vacunados cuando están en buenas condiciones físicas.

○ Llevar Formulario (yoshinhyo)

※ Si no lo tiene, puede conseguir uno en el centro médico Manual de Salud Materno-Infantil (Boshikenkoutecho)

○ Costo Gratuito (Niños que estén dentro de la edad estipulada)

○ Centros médicos concertados (véase el calendario sanitario) ※ Se requiere cita previa

Tipos		Edad designada	Forma de vacunación
Rotarix	Rotarix	6 semanas 0 días a 24 semanas 0 días de edad	Dos dosis a intervalos de al menos 27 días
	Rotateq	6 semanas 0 días a 32 semanas 0 días de edad	Tres dosis a intervalos de al menos 27 días
Hib		De 2 meses a menos de 5 años	Tres dosis a intervalos de 27 días o más, y una dosis a intervalos de 7 meses o más después de la tercera dosis.
Antineumocócica de niños		De 2 meses a menos de 5 años	Tres dosis a intervalos de al menos 27 días. Una dosis entre los 12 y 15 meses de edad. (Deje un intervalo de al menos 60 días después de la tercera dosis).
Hepatitis B		De 2 meses a menos de 1 año de edad	2 dosis a intervalos de 27 días o más, 1 dosis a un intervalo de 139 días o más después de la primera dosis.
Combinada 4 tipos		De 3 meses a menos de 7 años 6 meses de edad	Tres dosis a intervalos de al menos 20 días. Después de la tercera vacunación, una vacunación con un intervalo de 1 a 1.5 años.
BCG		Menos de 1 año de edad	Una vacuna entre los 5 y 8 meses de edad.
Sarampión y rubéola mixto		1ra: De 1 a menos de 2 años de edad	1 dosis
		2da: Último año de guardería	1 dosis
Varicela		De 1 a menos de 3 años	2 dosis a intervalos de 6 meses a 1 año
Encefalitis japonesa		1ra: De 3 años a menos de 7 años 6 meses	2 dosis a intervalos de 6 a 28 días, 1 dosis 1 año después de la segunda dosis
		2da: 4 año de primaria	1 dosis
Combinado2 tipos		2da: 6 año de primaria	1 dosis
Prevención de cáncer de cuello de uterino		Niñas de 6 año de primaria a 1 año de bachillerato (koukou)	Cervarix : Un mes después de la primera dosis, se administra la segunda; seis meses después de la primera dosis, se administra la tercera.
			Gardasil : 2 meses después de la primera dosis, la segunda; 6 meses después de la primera dosis, la tercera.

※ Para más información, llame a la Municipalidad de Fujieda (kenko zoushinka). Tel: 054-645-1111

## ■ Aulas para papá y mamá · Aula de nutrición pre-mamá (Apto para padres primerizos)

	Aula para papá y mamá (recomendado también para los papás)	Aula de nutrición pre-mamá (Papás también pueden participar)
Horario	1:10pm – 3:30pm (Recepción: A partir de la 1pm)	10:00am – 12:00m
Contenido	Se habla acerca de los bebés y la lactancia, la experiencia el embarazo y el cuidado de los niños, etc.	Se habla acerca de la alimentación durante el embarazo, etc.
Necesario	Manual de Salud Materno-Infantil (Boshikenkoutecho), lápiz	Manual de Salud Materno-Infantil (Boshikenkoutecho), lápiz

## ■ Tratamiento de fluor

No es necesario pedir cita para aquellos que deseen hacerlo el día de su revisión de salud de 1 año y 6 meses. En caso contrario, concierte una cita por teléfono.

- Todas las revisiones se realizan los miércoles de 13:30 a 15:30 horas.
- A partir de 1 año 6 meses, aplicar 4 veces a intervalos de 6 meses (hasta antes que el niño cumpla 4 años).
- Llevar el manual de Salud Materno-Infantil (Boshikenkoutecho)

※ Es necesario pagar 400 yenes (solo la primera vez), en efectivo o mediante Paypay

## ■ La vida después del parto

Tras el nacimiento de un bebé, los días pueden ser muy ajetreados y agotadores. Esto se debe a que tu cuerpo está agotado por el parto y tu bebé llora queriendo decirte algo, independientemente de como te sientas o como esten tus horarios.

A veces su pañal está mojado, a veces está con hambre o simplemente quiere llorar. Todo pasa muy rápido, tienes que cambiar un pañal, alimentar a tu bebé, cambiar nuevamente el pañal, acostarlo y luego cambiar de pañal nuevamente. El agotamiento puede hacer que te sientas deprimida, frustrada e incluso con ganas de llorar; pero todas experimentamos esto. Es normal que te cueste cuidar a tu bebé. Podrá ser tu hijo o hija, pero recién acaban de conocerse. Se necesitará tiempo para adaptarse uno al otro. No te asustes si tu bebé llora, simplemente trata de encontrar tu propia manera de lidiar con él. No intentes hacerlo todo sola, busca apoyo en los demás.



[Nihongo wo Oboemasho - Aprendamos Japonés]

Namae	Nombre	Hajimete no gekkei no nenrei	Edad de la primera menstruación
Seinengappi	Fecha de nacimiento	Ichiban saigo no gekkei	Última menstruación
Nenrei	Edad	Gekkei wa jyuncho desuka	Menstrua normalmente
Jyusho	Dirección	Gekkei shuuki	Ciclo menstrual
Denwa	Teléfono	Ryo	Cantidad
Kokuseki	Nacionalidad	Gekkeitsu	Dolor menstrual
Gengo	Idioma	Itamidome	Alivio de dolor
Tsuyaku	Traductor	Shikyu kinshu	Fibroides uterinos
Shincho	Altura	Ransounou shu	Quistes ováricos
Ninshin mae no taijyu	Peso antes de embarazo	Ichou no byouki	Problemas gastrointestinales
Hoken	Seguro	Kanzou no byouki	Enfermedades del hígado
Seiri ga tomatta	Paro la menstruación	Shinzou no byouki	Enfermedades del corazón
Hakike	Náuseas	Jinzou no byouki	Enfermedad renal
Ninshin kamo shirenai	Quizás esté embarazada	Koujyousen no byouki	Enfermedad de la tiroides
Seiri ga kisokuteki ni konai	Menstruación irregular	Kouketsuatsusho	Hipertensión
Seiri no toki onaka ga itai	Dolor de estómago cuando menstruo	Tonyoubyou	Diabetes
Gaiinbu ga kayui	Picazón en la vulva	Zensoku	Asma
Onaka ga itai	Me duele la barriga	Ninshin shita koto arimasuka	¿Ha estado alguna vez embarazada?
Funin ni tsuite kikitai	Quiero saber sobre infertilidad	Bunben	Parto
Hajimete no gekkei	Primera menstruación	Keichiku bunben	Parto vaginal
Kansensho	Infección	Teiousekkai	Cesárea
Rinbyou	Gonorrea	Arukoru shoudoku ga tsukaeru	Puede utilizar alcohol desinfectante
Kuramijia	Chlamydia	Yuketsu dekiru	Puedo recibir una transfusión de sangre
Baidoku	Sífilis	Ishi no seibetsu no kibou ga aru	Quiero elegir el género del médico a tratar
Senkei Conjiroma	Condiloma acuminado	Oinori no jikan no kibou ga aru	Quiero un horario para poder orar
Seiki herupesu	Herpes genital	Oinori no basho no kibou ga aru	Quiero un lugar para orar
Shujyutsu uketa koto arimasuka	¿Alguna vez se operó?	Arerugi wa arimasuka	¿Tiene usted alguna alergia?
B gata kanen	Hepatitis B	Jintsu	Dolores de parto
Kekkaku	Tuberculosis	Hasui	Ruptura de fuente
Torikomomasu	Trichomonas	Shinsatsuken	Tarjeta médica
Yuketsu wo uketa koto ga arimasuka	¿Ha recibido alguna vez una transfusión de sangre?	Pajama nado no iryou	Pijamas u otras prendas de vestir

# Libreta de Beneficiario y Subsidios Infantiles

## ■ Admisión en escuelas infantiles y centros infantiles acreditados

Las guarderías son centros de bienestar infantil que se ocupan de los niños cuando los padres no pueden cuidar de sus hijos durante el día debido a su trabajo. En la ciudad hay 69 escuelas infantiles públicas y privadas y guarderías acreditadas, algunas de las cuales ofrecen servicios de guardería ampliada y atención temporal de emergencia.

## ■ Admisión en jardines de infancia

Los jardines de infancia están abiertos a niños de 3 a 5 años. Si tiene alguna duda sobre la admisión, póngase en contacto directamente con las guarderías. La mayoría de las guarderías también ofrecen atención nocturna.

## ■ Centro de apoyo familiar de Fujinosato

Es una actividad de apoyo mutuo en la que "los que quieren ayudar" con el cuidado de los niños y los que "quieren recibir ayuda" con el cuidado de los niños se convierten en miembros del centro y se ayudan mutuamente con el cuidado hasta la edad de ingreso a la escuela primaria. Para utilizar este servicio, es necesario registrarse previamente. Para más detalles, póngase en contacto con el Centro de Apoyo Familiar de Fujinosato. (Tel: 054-643-6611)

## ■ Centro comunitario de apoyo a la infancia

Con el fin de ayudar a las familias con bebés y niños pequeños, se ofrece asesoría sobre el cuidado de niños, información de instalaciones, apoyo a los círculos de cuidado de niños, conferencias, etc. Todo esto en 14 lugares dentro de la ciudad.

## ■ Pago a tanto alzado para el parto y el cuidado de los hijos

Si está afiliado al seguro de Salud Nacional, y tiene un bebé (de 4 meses (85 días) o más de embarazo, puede recibir 420.000 yenes por hijo como pago único. Si desea utilizar el sistema de pago directo a las instituciones médicas en el momento del pago a tanto alzado por el parto, deberá realizar previamente los trámites en la institución médica. Para más información, póngase en contacto con la división de Seguro Nacional de Salud y Pensión de la Ciudad de Fujieda (Tel: 054-643-3349).

## ■ Subsidio infantil

La asignación por hijo se abona a quienes cuidan de un hijo desde los 0 años hasta antes de terminar la escuela secundaria (el primer 31 de marzo después de que el hijo cumpla 15 años). El subsidio se abona a partir del mes siguiente al de la solicitud. Para recibir la prestación, hay que presentar una solicitud. La solicitud debe presentarse en un plazo de 15 días a partir del nacimiento del niño o de su traslado al país. Tenga en cuenta que si presenta la solicitud fuera del plazo, es posible que no pueda recibir la prestación correspondiente al mes atrasado. Puede solicitar el subsidio para niños en la municipalidad de Fujieda, en la oficina de Okabe, ó mediante correo.

○ Valor del Subsidio

Edad	Subsidio Infantil (por mes)	Prestaciones especiales por encima del límite de ingresos (por mes)
Menores de 3 años	15,000 yenes	5,000 yenes
A partir de los 3 años y antes de terminar la escuela primaria (primer y segundo hijo)	10,000 yenes	5,000 yenes
A partir de los 3 años y antes de terminar la escuela primaria (tercer hijo)	15,000 yenes	5,000 yenes
Estudiantes de Secundaria	10,000 yenes	5,000 yenes

## ■ Sistema de subsidio de gastos médicos para las familias de madres e hijos

El subsidio está disponible para los hogares exentos del impuesto sobre la renta que tienen una madre soltera, un padre soltero o un hijo (menor de 20 años) sin padres.

Período de subvención va desde el día siguiente a la presentación de la solicitud hasta el 30 de junio del año siguiente (para las solicitudes presentadas entre enero y junio, el periodo de subvención finaliza el 30 de junio del mismo año.

Las solicitudes de renovación se aceptan en junio de cada año. Para solicitarlo, diríjase a la División del niño y familia de la municipalidad de Fujieda o a la Sucursal del municipio de Fujieda en Okabe. (Kodomo katei-ka)

## ○ Detalles de la ayuda

	Por visita al médico	Por internación
Valor a pagar	500 yenes por visita Hasta 4 veces al mes. A partir de la quinta visita será gratis. (Si el importe es inferior a 500 yenes, se cobrará)	Gratis Gastos médicos no cubiertos por el seguro y Las comidas y los gastos médicos no cubiertos por el seguro correrán a cargo del paciente.

### ■ Plan de subsidio de gastos médicos para la atención de bebés prematuros

Este sistema proporciona prestaciones médicas a los bebés prematuros que necesitan ser hospitalizados. Menores de un año, y niños prematuros que un médico considere que necesitan atención hospitalaria en una institución médica. Parte de los gastos médicos cubiertos por el seguro será subsidiada. (Información : 054-643-3241)

### ■ Subsidio infantil por dependiente

Este subsidio es para madres y padres de hogares monoparentales que mantienen a sus hijos, hasta el primer 31 de marzo después de cumplir 18 años (si el padre o la madre del hijo están divorciados, incapacitados, detenidos o abandonados), así como a los responsables que no son los padres. Sin embargo, existe un límite de ingresos. Para recibir la pensión alimenticia, es necesario solicitar su aprobación. Se requieren varios documentos para la solicitud. (Información : 054-643-3241)

### ■ Sistema de subsidio de gastos médicos para familias monoparentales

Cuando las "madres e hijos de familias monoparentales", los "padres e hijos de familias monoparentales" o los "hijos sin padres" que mantienen a los menores de 20 años acuden a un hospital, se subvenciona el importe de los gastos de bolsillo que paga el seguro. Sin embargo, el subsidio sólo está disponible para los hogares exentos de impuesto sobre la renta o los hogares con un importe de impuesto sobre la renta de 0 yenes. (Información : 054-643-3241)

### ■ Sistema de prestaciones de autosuficiencia para familias monoparentales

## ○ Ayuda a la subsistencia sistema de prestaciones de educación y formación

Este sistema ofrece ayuda padres de familia monoparentales que realizan cursos para adquirir cualificaciones útiles para el empleo.

## ○ Promoción de la formación profesional superior y de apoyo a la finalización de estudios

Sistema por el cual madres y padres de hogares monoparentales reciban una "ayuda para su formación profesional". Para más detalles, contacte con el municipio de Fujieda. (Información : 054-643-3241)

## ○ Tarjeta de beneficiario de gastos médicos para niños

Fujieda subvenciona los gastos médicos de niños hasta 18 años, con el fin de recibir tratamiento médico adecuado.

## ○ Documentos necesarios:

- Formulario de solicitud (disponible en la oficina municipal)
- La tarjeta del seguro médico de su hijo
- Documento de identidad del solicitante(zairyu card, permiso de conducir, etc.)

### ■ Tarjeta de beneficiario de gastos médicos para niños

Es un sistema para reducir la carga de gastos médicos. Si presenta la tarjeta del seguro de enfermedad y la tarjeta de beneficiario de gastos médicos para niños en una institución médica, recibirá una reducción. Para más detalles, póngase en contacto con la División de la Infancia y la Familia. (Tel: 054-643-3241)

### ■ Sistema de subsidio de gastos médicos para niños

Fujieda subvencionará los gastos médicos de niños hasta los 18 años, para que puedan recibir tratamiento médico.

- El subsidio está a disposición del tutor del niño (beneficiario).
- De 0 hasta 18 años de edad, y que tenga dirección registrada en el municipio de Fujieda.

Nota: Los hijos no son elegibles si están casados, viven en un hogar que recibe asistencia pública, ó reciben subsidios para gastos médicos de personas gravemente discapacitadas (niños).

# Educación en Japón

## ■ Sobre la educación escolar en Japón

**-Sobre la educación preescolar:** La educación preescolar se imparte en jardines de infancia para niños pequeños desde los tres años hasta que entran en la escuela primaria.

**-Educación obligatoria:** La enseñanza obligatoria dura nueve años. (de los 6 a 15 años)

**-Sobre la educación primaria y secundaria:** Los niños pueden entrar a la escuela primaria, a partir del primer día de abril, después de cumplir los seis años.

Una vez terminada la escuela primaria, los alumnos pueden acceder a la escuela secundaria, donde reciben tres años de educación. Para los niños con discapacidades, hay escuelas especiales (de primaria, secundaria y preparatoria).

**-Educación superior:** La enseñanza superior la imparten principalmente las universidades y escuelas superiores. Hay universidades donde se estudia de 2 a 5 años. Además, hay institutos de formación profesional (senmon gakkou) para desarrollar habilidades necesarias para trabajar.

Guardería (ほいくえん)
Jardín Infantil (ようちえん)
Escuela Primaria (しょうがっこう)
Escuela Secundaria (ちゅうがっこう)
Secundaria Superior (こうとうがっこう)
Universidad (だいがく)

## ■ Vida escolar (escuela primaria y secundaria)

-El número de horas de clase por día varía según el día de la semana y el grado. La escuela suele estar cerrada los sábados y domingos. La jornada escolar suele durar 45 minutos en primaria y 50 minutos en secundaria. En las escuelas primarias, el profesor encargado (tannin sensei) enseña la mayoría de asignaturas. En las escuelas secundarias, el profesor cambia por cada asignatura.

-Muchas escuelas ofrecen almuerzos escolares como parte de sus actividades educativas. Es habitual que los alumnos se encarguen de servirse el almuerzo y limpiar después de haber comido.

※ Si hay algún motivo de salud o religioso que le impida comer determinados alimentos, consulte con el profesor encargado.

※ En las escuelas japonesas, los alumnos comparten la responsabilidad de limpiar su propia aula e instalaciones.

※ Después de las clases, los alumnos pueden participar en actividades deportivas y culturales si lo desean.

## ■ Escuela primaria y secundaria

-A finales de enero se envía por correo la información sobre la matriculación en las escuelas primarias a los padres de los niños (de 6 años) que entrarán en ellas el 1 de abril. Para más información, póngase en contacto con la División de Política Educativa del Consejo de Educación de la Ciudad de Fujieda.

(Número de teléfono: 054-643-3271)

-A finales de enero se enviará a los padres de los niños que entrarán en la escuela secundaria a través de sus escuelas primarias información sobre la inscripción en la escuela secundaria. Para más información, póngase en contacto con la División de Política Educativa del Consejo de Educación de la Ciudad de Fujieda.

(Número de teléfono: 054-643-3271)

-Los procedimientos son requeridos para inscribirse en las escuelas primarias y secundarias de la ciudad de Fujieda. Acuda a la División de Política Educativa con el pasaporte, tarjeta de residencia y sello personal. Para más información, contacte con la División de Política Educativa del Consejo de Educación de la Ciudad de Fujieda.

(Número de teléfono: 054-643-3271)

-Procedimientos para el traslado a una nueva escuela primaria o secundaria: Si cambia de domicilio por mudarse dentro de la ciudad, deberá trasladarse a una escuela del distrito escolar de su nuevo domicilio. Solicite el cambio de domicilio en la Sección de Registro Civil (Shiminka).

(Si cambia de dirección, será transferido a la escuela conforme a su nueva dirección. Posteriormente, tendrá que realizar los trámites necesarios, tanto en su nuevo centro educativo como en el anterior.



## ■ En caso de cambio de dirección hacia fuera de la ciudad

Solicite el cambio de dirección en la Sección de Registro Civil (shiminka), luego vaya a la Sección de Educación.

Después, diríjase a su nueva escuela para realizar los trámites. (Información: 054-643-3271)

- Las clases de apoyo especial para niños con discapacidades y otras necesidades especiales puedan recibir una orientación educativa detallada. Hay 13 escuelas primarias y 9 secundarias en la ciudad. (Información: 054-643-3135)

-La ayuda al estudiante está disponible para las familias que tienen dificultades financieras para pagar los gastos educativos, como el material escolar, los almuerzos escolares y los gastos médicos. Los procedimientos de solicitud deben llevarse a cabo en cada escuela primaria y secundaria. (Información: 054-643-3045)

-Para los niños que acaban de llegar a Japón y tienen dificultades para entender el idioma japonés, hay un instructor especializado para la adaptación del niño. (Información: 054-643-3135)

## ■ Instructores de adaptación para niños "gaikokujin jidouseito tekiou shidouin"

### ¿Tiene un hijo con raíces extranjeras que está preocupado por su vida escolar?

La ciudad de Fujieda ofrece apoyo a los estudiantes extranjeros que necesitan enseñanza del idioma japonés en las escuelas primarias y secundarias, ayudándoles a aprender las reglas básicas, modales y el idioma en la vida escolar.

Hay tres "Instructores de Adaptación para niños extranjeros" en Fujieda. Ellos visitan las escuelas primarias y secundarias y dan clases durante una hora aproximadamente una vez a la semana a cada estudiante que lo necesite.

(El número de clases es flexible en función del tiempo que el alumno lleve en Japón y de su estado de adaptación).

## Como Separar y Desechar la Basura

Con el objetivo de fomentar el reciclaje y la eliminación de residuos adecuadamente, la ciudad de Fujieda recolecta la basura doméstica en cinco categorías: 1. Basura quemables, 2. Envases y embalajes de plástico, 3. Astillas de madera y ramas de poda, 4. Materiales de Papeles y 5. Residuos no quemables.

## ■ Cumplamos con las reglas de desecho de la basura

- La basura debe depositarse en el lugar designado antes de las "8:00 am" del día señalado.
- Si deposita la basura después que se haya recolectado, no se podrá recoger hasta la siguiente fecha designada.
- El punto de recolección lo gestiona cada asociación de vecinos. Si no sabe dónde tirar la basura o cuáles son las normas para hacerlo, póngase en contacto con un miembro de la asociación ó con la empresa administradora del apartamiento.
- Consulte el "calendario de recolección de residuos domésticos" para conocer las fechas designadas.



La basura con este adhesivo no se puede recolectar. Si ha tirado esta basura, llévela a casa, compruebe las instrucciones de separación y deséchela de forma correcta.

Para consultas, llame al área encargada (Seikatsu Kankyōka) Tel: 054-643-3681

## ■ Basura quemable

Debe depositarse en el punto de recolección dos veces por semana, y por lo general en no debe ser más de tres bolsas.-Coloque la basura en bolsas de plástico transparentes o semitransparentes, con la boca de las bolsas atada.

-Escorra bien los líquidos de los residuos de comida y comprimalos de tal forma que una vez dentro de la bolsa pueda sostenerlo con una sola mano.

-Devuelva la hierba al suelo o deje que se seque antes de desecharla.

-Por favor, pliegue o enrolle los futones, las alfombras, etc. antes de desecharlos.

-Corte las partes mecánicas de las alfombras calentables y deséchelas como "recursos no quemables".

-Deseche los productos de plástico, productos de goma, telas y papel no reciclable como "residuos quemables".

-Los objetos que sean demasiado grandes, que no quepan en el vehículo de recolección (más de 1m de ancho y 30cm de diámetro), deben llevarse directamente a la planta de limpieza de Takayanagi.

-Deseche los materiales reciclables como: papel periódico, revistas, cartón, etc., el día recolección de "materiales de papel".

-Deseche los fuegos artificiales, encendedores y otros artículos explosivos, después de haberlos consumido y mojado.

-Por favor, no quemar la basura. La incineración al aire libre, está prohibida.

## ■ Cómo eliminar los residuos médicos domésticos

Deben desecharse como residuos quemables, pero para evitar accidentes, tenga en cuenta lo siguiente:

Las agujas de autoinyección de insulina deben colocarse dentro del estuche de agujas proporcionado, luego debe sellarlo en un paquete de papel o en una botella de plástico, marcado con [ 在 ] para indicar que se trata de residuos médicos y desecharlos como "residuos quemables". Las bolsas de plástico, los tubos y los catéteres deben sellarse en bolsas de plástico y desecharse como "residuos quemables".

-Deseche los residuos médicos domésticos como residuos quemables, incluso si están marcados como plástico 「プラ」.

-Si aún queda algún líquido en el envase, no pueden ser desechados en el cubo de la basura.

-Las agujas y los objetos punzantes deben eliminarse en un centro médico.

## ■ Lugares donde los residuos de alimentos se recogen por separado

Escorra bien los líquidos de los residuos de comida antes de colocarlos en las bolsas especiales para residuos de comida (bolsa amarillas). No utilice bolsas dobles, ya que esto puede causar problemas en la máquina de proceso de basura. Por favor, deseche los residuos de alimentos antes de las 8 de la mañana del mismo día que se desecha la basura quemable, y no los mezcle con la basura quemable.



## ○ Lo que no puede eliminarse como residuos de alimentos

Los siguientes artículos no pueden eliminarse como residuos de alimentos. Por favor, sepárelos y deséchelos adecuadamente: Papel de aluminio, baluns, tapas, palillos desechables, redes, flores cortadas, hierbas, paquetes de té, filtros de café, periódicos, toallitas húmedas, huesos gruesos de cerdos y vacas, cuerda, tablas de kamaboko, pinchos de bambú, palillos de dientes, gomas elásticas, medicamentos, cigarrillos, objetos metálicos y objetos rotos.

## ○ Si se le acaban las bolsas de basura

Una vez cada año, se distribuyen 120 bolsas a cada hogar, por medio de la asociación de barrio, etc. Si se le acaban las bolsas, contacte a la División de Vida y Medio Ambiente (Seikatsu Kankyo-ka) para que le proporcionemos más bolsas.

## ■ Envases y empaques de plástico

Los envases y envolturas de plástico es el recipiente o bolsa que contuvieron un producto, y que esté marcado con la marca de plástico (プラ). Por favor, no utilice bolsas dobles, ya que esto puede causar problemas en la máquina de proceso. Las partes sucias, deben enjuagarse ó limpiarse ligeramente y escurrirse. Si el recipiente tiene manchas de aceite ú otros olores que son difíciles de eliminar, deséchelos como "basura quemable". No es necesario separar por tipo. Póngalos en una bolsa de plástico transparente o semitransparente y ate la boca. Por favor, no bote la basuras en caso de vientos fuertes, átelas a otras bolsas, para evitar que se dispersen. Los residuos médicos domésticos deben eliminarse como "residuos quemables", incluso si están marcados con plástico.



★★ Bandejas ★★

Se incluyen bandejas blancas y de color

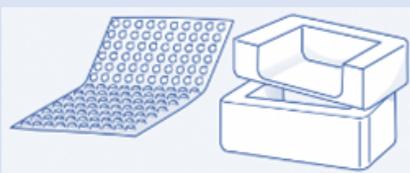


★★ Empaques y recipientes ★★



★★ Tubos, frascos ★★

Por favor, consuma el contenido antes de descargarlo



★★ Bolsas y envoltorios de plástico ★★

No es necesario quitar las etiquetas de precio, las adhesivos, etc.



★★ Redes ★★



★★ Bolsas y envoltorios de plástico ★★

No es necesario quitar las etiquetas, adhesivos, etc.



★★ Botellas y tapas ★★

Por favor, consuma todo el contenido antes de desecharlo.  
Por razones de seguridad, retire la tapa y la boquilla antes de desecharlos.

## ■ Residuos de madera y podas

Los residuos de madera y las ramas de poda deben atarse con cuerda de papel, cordel o alambre y desecharse en no más de tres fardos, el día designado, en el punto de recolección. Maderas, cuadradas (hasta 1m de longitud y 10cm de diámetro), tablas (hasta 1m de longitud x 30cm de ancho y 10cm de diámetro). Agrupar las ramas de los árboles (se puede dejar las hojas) con una longitud máxima de 1m x 30cm de diámetro. Los muebles de madera deben desmontarse y descargarse en piezas planas. Las partes metálicas deben ser retiradas siempre que sea posible. Corte los trozos grandes de ratán en manojos antes de desecharlos. Coloque los trozos pequeños de madera, las astillas, las ramas, las hojas, etc. en bolsas de plástico, etiquetadas como "residuos de madera", no deseche más de tres bolsas.

### Lo que no hay que poner

Hierba, bambú, paja y vides vegetales  
Madera contrachapada tratada con plástico, metal o vinilo que no se puede eliminar

## ■ Papel

El papel debe eliminarse una vez por quincena (los miércoles designados), atados con hilo de papel blanco. Por favor, no utilice cuerdas de plástico. Por favor, no los ponga en bolsas de plástico. Retire cualquier objeto extraño, como materiales metálicos, plástico o celofán.

### Lo que no hay que poner

-Fotos, álbumes, vasos de papel y otros papeles resistentes al agua.  
-Papel procesado con carbón, papel térmico, vinilo, aluminio, etc.  
-Papel carbón, papel térmico, vinilo, aluminio, etc.  
-Papel manchado de aceite, tapas de fideos de taza, etc.  
-Papel maloliente como el de las cajas de incienso.

(1)Papel Periódico: Por favor, junte los insertos (publicidad que va dentro del periódico).

(2)Cartón: Dóblelos y átelos. Si tiene una gran cantidad, deséchelos directamente en los establecimientos designados.

(3)Revistas y periódicos diversos: Revistas, libros de bolsillo, catálogos, cajas vacías, papel de regalo, tarjetas, etc.

-Colócalos en bolsas de papel y ate las bocas con hilo de papel blanco.

-Colócalos en cajas vacías de caramelos, etc. (Por favor, no utilice cajas de cartón)

- Retire objetos insertados en las revistas o catálogos. (Por favor, retire la tela de encuadernación etc.)

- Agruparlo y atarlo con una cuerda de papel blanco.

(4)Envases de papel (cajas de bebidas de leche o jugo) - Se debe abrir, lavar y secar. Cortar la tapa de plástico y eliminarlo como residuo quemable.

## ■ Residuos no quemables

Se desecha una vez al mes (en la fecha establecida). Deposite la basura reciclable e incombustible en el punto de recolección designado. Por favor, separe los residuos conforme a las siguientes categorías y dépositelos en los cestos designados:

Botellas	Por favor, clasifique en 3 colores (transparente, marrón, otros colores) -Los frascos de cosméticos deben colocarse en la cesta de frascos de cosméticos. -Las botellas rotas también deben clasificarse por colores. -Retire las tapas de las botellas. -Las botellas que contienen pesticidas u otros productos químicos no pueden descargarse.
Latas de aluminio	Las latas deben ser limpiadas. Los botes de spray deben ser perforados y desechados en la "basura de latas de hierro". Por favor, no los aplaste fuertemente.
Residuos grandes no quemables	Bicicletas, estufas, videograbadoras, ventiladores, equipos de música, hornos microondas, purificadores de aire, etc. Las estufas de aceite y los termoventiladores se deben vaciar escurriendo la parafina y poniéndolos boca abajo.
Metales	(1) Metales y pequeños electrodomésticos: Perchas, relojes, ollas, sartenes, huesos voluminosos, etc. (2) Chatarra fina de hierro: Clavos, cuchillas de afeitar, agujas, tapas metálicas, etc.
Latas de hierro	Latas de aerosol (hierro y aluminio), latas vacías de jugo y confitería, latas conserva, cubos, etc.
Botellas de plástico	Envases de refrescos, bebidas alcohólicas, salsa de soja, mirin, etc. marcados con PET. Los tapones y las etiquetas deben llevar la mención "Envases y embalajes de plástico". 1 Retire siempre el tapón y la etiqueta. 2 Enjuague el interior. 3 Aplastar ligeramente.
Pilas (Baterías)	Las pilas recargables y de botón (níquel-cadmio, litio, etc.) deben desecharse por separado de las demás pilas. Si es posible, deseche las pilas de botón y recargables en las tiendas de electrodomésticos o de artículos para el hogar.
Lámparas y fluorescentes	Los productos de mercurio deben desecharse en una bolsa de plástico, con la boca cerrada. Las luces LED deben eliminarse como "pequeños electrodomésticos".
Aceite de tempura	Aceite de cocina (sólo de uso doméstico)
Cerámica	Cerámica (cuencos, adornos, etc.), esteras de tierra de diatomeas
Vidrio	Vidrio (vasos, placas de vidrio)
Frascos de cosméticos	1. Use todo el contenido. 2. Quitar la tapa y el pico. 3. Enjuagar con agua.

## ■ Instalaciones

○ Nombre	Risaikuru Center (Centro de reciclaje)
○ Dirección	Fujieda-shi Okabecho Uchitani 8 3 3 – 2
○ Teléfono	0 5 4 – 6 6 7 – 2 6 2 6
○ Atención	Lunes a viernes (sin atención los días festivos)
○ Horario	9:00 – 11:00 - 13:00 – 16:00
○ Costo	◇ Menos de 50kg Gratis Más de 50kg 146 yenes por cada 10 kilos



○ Nombre	Takayanagi Seisou Koujyo (Planta de limpieza de Takayanagi)
○ Lugar	Fujieda-shi Takayanagi 2 3 3 8 – 1
○ Teléfono	0 5 4 – 6 3 6 – 0 5 3 0
○ Atención	Lunes a viernes (sin atención feriados)
○ Horario	9:00 – 11:00 - 13:00 – 16:00
○ Cobro	◇ Menos de 50kg Gratis Más de 50kg 146 yenes por cada 10 kilos



## ■ Iniciativas en la ciudad de Fujieda

La ciudad de Fujieda es una de las ciudades que produce menos residuos per cápita en Japón. En el 2019 obtuvo el séptimo puesto con mejores resultados a nivel nacional. Este gran logro es gracias a la comprensión y cooperación de todos los ciudadanos. Aspiramos a ser la ciudad Número 1 a nivel nacional, haciendo un uso eficaz, de los limitados recursos y reduciendo la cantidad de basura.

### ■ Desechar la basura ilegalmente es un delito mayor!

- Desechar basura en carreteras, ríos, terrenos, etc. está prohibido por la "Ley de Eliminación de Residuos y Limpieza Pública".
- El vertido ilegal de residuos se castiga con una pena de prisión no superior a 5 años o con una multa no superior a 10 millones de yenes (no superior a 300 millones de yenes en el caso de las empresas), o con ambas.
- El propietario del terreno está obligado por ley a mantener limpio el terreno y a tomar medidas como la colocación de vallas y señales para evitar que tiren la basura. Cualquier consulta póngase en contacto con la policía local.

## Asuntos Laborales

### ■ Lo que hay que saber antes de comenzar a trabajar

Los extranjeros pueden trabajar en Japón dentro del ámbito del estatus de residencia que se les ha concedido. En cuanto a si pueden o no trabajar, hay tres categorías principales

**○ Tipos de estatus de residencia**, que le permite trabajar en el ámbito definido por su estatus de residencia: Diplomacia, Servicio Público, Profesores, Artes, Religión, Periodismo,

Trabajos Altamente Especializados, Administración de Empresas, Gestión Derecho, Contabilidad, Medicina, Investigación, Educación, Tecnología, Humanidades, Negocios Internacionales, Tránsito Interno, Enfermería, Entretenimiento, Habilidades Específicas, Prácticas Técnicas, Actividades Específicas (Work Holiday, Enfermeras, Trabajadores de Cuidado de Personas según la EPA)

**○ Estatus de residencia que regularmente no se permite el empleo**

- Actividades culturales, estada de corto plazo, estudios en el extranjero, formación, visitas familiares

**○ Estatus de residencia que no tienen limitaciones para trabajar**

- Residente permanente, conyuge de japonés y otro, conyuge de residente y otro, residente con límite de estada

### ■ En qué pueden trabajar

**○ Trabajador externo (hakenshain)**

- (1) El trabajador, firma un contrato de trabajo con una empresa contratista (empresa a la que pertenece).
- (2) El trabajador, es enviado a la empresa con quien se tiene un contrato de envío de trabajadores (hakensaki).
- (3) El trabajador, recibe instrucciones de la empresa a donde se envía los trabajadores (hakensaki) para trabajar.



## ○ Trabajadores por contrato (empleados con contratos de trabajo de duración determinada)

-Es alguien quien ha celebrado un contrato laboral con un empleador por un período fijo. En el caso de un contrato laboral de duración determinada, el propio contrato se termina automáticamente al final del periodo contractual. No obstante, el trabajador y la empresa pueden acordar la prórroga del contrato mediante una nueva firma del mismo.

-La duración máxima de cada contrato es (salvo en determinados casos) de tres años.

## ○ Trabajador de tiempo parcial (part-time)

Son aquellos que trabajan menos horas a la semana, que los trabajadores regulares (seishain) del mismo trabajo.

• Los trabajadores a tiempo parcial también están sujetos a diversas leyes laborales.

(1) Los trabajadores tienen derecho a vacaciones anuales retribuidas.

(2) Los empleados están cubiertos por el seguro de desempleo, el seguro de enfermedad y el seguro de pensiones sociales.

• Cuando una empresa contrata a un trabajador, tiene las siguientes obligaciones:

(1) Las condiciones de trabajo deberán estar claramente establecidas.

(2) En especial, hay 6 condiciones en las que se especialmene se necesita emitir documentos escritos.

Además de lo anterior, en el caso de los trabajadores a tiempo parcial y de los empleados contratados, la existencia de incrementos salariales, primas, subsidios de jubilación y servicios de consulta para asuntos relacionados con la mejora de la gestión del empleo, etc., también deben indicarse claramente por escrito en principio.

## ○ Personas que trabajan con contrato de externalización (gyoumu itaku)

Regularmente, cuando se trabaja bajo el nombre de "contrato de externalización (gyoumu itaku) o contratación externa (ukeoi)", la remuneración se paga por la realización de un trabajo recibido de un ordenante. Por lo tanto son tratados como "empresarios", y no están sujetos a las órdenes del ordenante, por lo que básicamente no tienen derecho a la misma protección que un "trabajador".

Sin embargo, aunque haya firmado un contrato bajo la denominación de "contrato de externalización" o "contratación externa", puede recibir protección como trabajador si se le considera "como tal" porque recibe instrucciones de su empleador en función de su trabajo. Si tiene alguna duda debe consultar a la Oficina de Inspección de Normas Laborales.

## ■ Contrato de trabajo

### ○ Alcance del trabajador

• Un trabajador es un empleado que trabaja bajo la dirección de un empleador y recibe un salario como remuneración. Tiene derecho a la protección de algunas leyes laborales "como la Ley de Normas Laborales".

• El hecho de que una persona sea o no un "trabajador" no depende del tipo de empleo. No sólo los empleados a tiempo completo, sino también los temporales, contratados y los de media jornada son, en general, "trabajadores".

### ○ Aclaración de las condiciones de trabajo

• La Ley de Normas Laborales japonesa estipula que las empresas están obligadas a informar claramente a los trabajadores sobre las condiciones de trabajo cuando suscriben un contrato laboral, para que los trabajadores no empiecen a trabajar sin conocer las condiciones de trabajo y tengan después problemas con la empresa. Para evitar problemas con la empresa tras la firma del contrato, la Ley de Normas Laborales japonesa exige que la empresa exponga claramente las condiciones de trabajo al trabajador en el momento de la firma del contrato.

• Especialmente, si el propio trabajador lo desea, la empresa puede aclarar los siguientes puntos por escrito mediante fax o correo electrónico:

① Cuando comienza y termina el contrato (Con respecto al período de contrato)

Existen dos tipos de contratos laborales: los de duración determinada y los que no lo son. La denominación del puesto de trabajo, como tiempo completo, contractual, a tiempo parcial u ocasional, no es suficiente para determinar si existe o no un periodo de contrato fijo. Asegúrese de conocer no sólo el nombre del trabajo, sino también la duración del propio contrato.

② Si celebra un contrato de duración determinada, deje en claro si habrá renovación o no.

③ Donde y qué tipo de trabajo se realizará (lugar de trabajo, tipo de trabajo)

④ Reglamento de los horarios de trabajo y de descanso (horas de inicio y finalización, periodos de descanso, vacaciones, etc.)

⑤ Cuánto se paga, cuándo y cómo se paga (determinación de los salarios, método de cálculo, forma de pago, etc.)

⑥ Normas sobre la terminación de un contrato de trabajo (incluidos los motivos de despido).

## ■ Prohibiciones en los contratos de trabajo

La Ley de Normas Laborales también establece lo que no se debe incluir en los contratos de trabajo.

① hacer que el trabajador pague una penalización en caso de que incumpla el contrato de trabajo, o estipular por adelantado el importe de la indemnización. Esto prohíbe fijar sanciones o estipular por adelantado la cuantía de los daños. Por esta razón, no está prohibido que la empresa reclame una indemnización por los daños reales causados por la intención o el descuido del trabajador sin prometer la cuantía de la indemnización.

② Prestar dinero a un trabajador con la condición de que trabaje, y hacer que éste lo devuelva deduciéndolo unilateralmente de su salario mensual.

③ Obligar a los trabajadores a reservar dinero para la empresa: Está prohibido obligar a los trabajadores a acumular. Sin embargo, en determinadas condiciones, se permite que un trabajador confíe a la empresa la gestión de sus ahorros por iniciativa propia, independientemente del contrato laboral.

## ■ Principio de igualdad salarial entre hombres y mujeres

Artículo 4 de la Ley de Normas Laborales: Los empresarios no podrán tratar a las trabajadoras de forma diferente a los hombres en lo que respecta a los salarios por el hecho de ser mujeres.

## ■ Si las condiciones de trabajo son diferentes a las prometidas

-Si ve que las condiciones de trabajo son diferentes a las que le prometieron cuando firmo el contrato, puede rescindirlos inmediatamente. Las condiciones de trabajo vienen determinadas por el contrato de trabajo entre el empresario y el trabajador, o por las normas de empleo de la empresa, y las normas mínimas están recogidas en la Ley de Normas Laborales. No es posible que la empresa modifique unilateralmente las condiciones de trabajo en perjuicio del trabajador sin su consentimiento después de que éste haya empezado a trabajar.

## ■ Prohibición del trabajo forzoso

Artículo 5 de la Ley de Normas Laborales: El empresario no podrá obligar a un trabajador a trabajar en contra de su voluntad mediante agresiones, amenazas, confinamiento u otra restricción no razonable de la libertad mental o física.

## ■ Horario de trabajo

El empleador no puede hacer que el empleado, trabaje más de 40 horas por semana (excluyendo las horas de descanso).

El empleador no deberá hacer que el empleado trabaje más de 8 horas por día, excluyendo los períodos de descanso.

※ Comentario: Según el Artículo N.32, inciso 4-2 de la Ley de Normas Laborales, se excluye estos incisos, para cuando exista recargo por horas extras en las empresas que hayan adoptado el sistema de jornada variable anual.

## ■ Descanso

El empresario deberá prever un período de descanso de al menos 45 minutos cuando la jornada laboral sea superior a 6 horas, y de al menos una 1 hora cuando la jornada laboral sea superior a 8 horas.

## ■ Vacaciones

El empresario deberá conceder al trabajador al menos un día libre a la semana.

## ■ Vacaciones anuales pagadas

El empresario deberá conceder al trabajador que haya trabajado de forma continua durante seis meses a partir de la fecha de contratación, y que haya asistido al 80% o más, de todas las jornadas de trabajo; un permiso retribuido de diez días laborables, bien de forma continuada o fraccionada.

Tabla de días de descanso remunerado (Yukyu)							
Años trabajados	0.5	1.5	2.5	3.5	4.5	5.5	6.5 a más
Días de descanso remunerado	10	11	12	14	16	18	hasta 20



※ Para más información, vea el código QR de la derecha o la página web de abajo ↓ ↓ ↓

<http://www.japaneselawtranslation.go.jp/law/detail/?vm=04&id=5&re=02>

## ■ Renuncia, despido y otros

### ○ Uno es libre de renunciar, pero también es importante que siga las siguientes reglas:

- ① Informe al encargado sobre su intención de renunciar con antelación.
- ② Notificar por escrito
- ③ Entregar sus funciones de trabajo.

-Si decide renunciar, primero debe averiguar cuál es el procedimiento en tu empresa.

-Si las normas de trabajo de su empresa estipulan un procedimiento de renuncia fijo, debe seguirlo.

-Si las normas de empleo de su empresa estipulan un procedimiento de renuncia, sígalo.

### ○ En el caso de un contrato de trabajo sin duración determinada

Si renuncia, su contrato se extinguirá, en principio, al cabo de dos semanas.

### ○ En el caso de un contrato laboral de duración determinada

Si el contrato tiene una duración superior a un año, el trabajador puede renunciar en cualquier momento durante la vigencia del mismo. Para seguir trabajando en el mismo lugar de trabajo tras la expiración del periodo contractual, es necesario celebrar un nuevo contrato laboral. Para seguir trabajando en el mismo centro laboral tras la expiración del contrato, es necesario celebrar un nuevo contrato laboral, que debe ser acordado por la empresa y el trabajador.

### ○ En caso de despido

-El despido es una terminación unilateral de un contrato laboral por parte de la empresa.

-Si el despido carece de motivos razonables objetivos y no se considera razonable en términos de normas socialmente aceptadas, el despido será inválido. En otras palabras, el despido no es algo que la empresa pueda hacer libremente.

-Además, la empresa debe indicar de antemano los motivos del despido en las normas de empleo.

-Si la empresa tiene intención de despedir a un trabajador, debe avisar con al menos 30 días de antelación o pagarle 30 días de salario; excepto en casos que sea imposible continuar la actividad por "razones inevitables", catástrofes naturales, o cuando el despido haya sido aprobado por las autoridades administrativas por razones imputables al trabajador.

### ○ Cese de la relación laboral

-"Termino de relación laboral" se refiere a la no renovación de un contrato de trabajo al final del periodo contractual.

-Es diferente al despido. (en el despido, la empresa rescinde unilateralmente el contrato de trabajo)

-La empresa debe avisar con un mínimo de 30 días a las siguientes personas cuando tenga intención de despedirlas:

- ① Persona cuyo contrato ha sido renovado tres veces o más
- ② Persona ha trabajado para la empresa durante más de un año.

-Por ejemplo, la empresa no puede suspender el empleo si no existe una razón objetiva o razonable para hacerlo. En caso de que no se apruebe el cese, se renovará el contrato de trabajo con las mismas condiciones laborales que antes del cese.

### ○ Despido por liquidación debido a condiciones económicas

Se produce cuando una empresa reduce el número de empleados por motivos como la recesión o la mala gestión.

La validez o invalidez del despido por liquidación se juzga en función de lo siguiente:

- ① Reducción del número de empleados ⇒ Reducción del número de empleados debido a recesión o mala gestión.
- ② Esfuerzos para evitar el despido ⇒ Se hicieron esfuerzos para evitar el despido por medios distintos al despido.
- ③ Selección del sujeto de despido por liquidación ⇒ Los criterios para decidir el sujeto de despido por liquidación son objetivos y razonables, y su funcionamiento es justo.
- ④ Procedimiento de despido ⇒ Se debe explicar al sindicato y a los trabajadores la necesidad del despido, su calendario, su escala y su método para lograr la comprensión del trabajador.

## ■ Hello Work

Hello Work es una entidad pública que pone en contacto a personas que buscan trabajo con empresas que buscan empleados. También ofrece asistencia gratuita para encontrar trabajo, orientación para redactar un CV, preparar una entrevista, tramitar el seguro de empleo y otros. También hay intérpretes para ayudar a los solicitantes de empleo extranjeros.

## ■ Hello Work de Fujieda

- Hello Work de Fujieda      ○ Dirección : 〒 426-0067 Fujieda-shi Maejima 1-7-10 BiVi 2 piso  
 ○ Lugar: Bivi Fujieda      ○ Horario : 10:00-18:00      ○ Teléfono : 054-636-2126

## ■ Balcón de servicios al extranjero

Oficinas de Hello Work con intérprete dentro de Shizuoka, ¡visita esta página ↓ ↓ ↓

[www.jsite.mhlw.go.jp/shizuoka-roudoukyoku/madoguchi\\_annai/gaikokuzin.html](http://www.jsite.mhlw.go.jp/shizuoka-roudoukyoku/madoguchi_annai/gaikokuzin.html)



## Impuestos

### ■ Impuesto municipal y provincial

El impuesto municipal es cobrado por la ciudad de Fujieda. Luego, una parte es destinado a la provincia de Shizuoka.

#### ○ Impuesto municipal y provincial

El impuesto municipal y provincial se paga al municipio donde estuvo registrado el 1ro de enero. Si ha tenido ingresos y ha estado registrado en la ciudad de Fujieda en tal fecha, tiene que pagar los impuestos a la misma ciudad. Tenga en cuenta que si no paga la tasa municipal de habitante (impuesto individual de habitante) que le corresponde, es posible que no se apruebe su solicitud de prórroga de estancia.

El importe del impuesto municipal sobre la vivienda (impuesto individual sobre la vivienda) que tiene que pagar está determinado por su salario y otros ingresos obtenidos entre el 1 de enero y el 31 de diciembre del año anterior.

#### ○ Hay dos formas de pagar el impuesto municipal de habitantes (impuesto individual de habitantes)

(1) Pago por el empleador en nombre del empleado (recaudación especial: tokubetsu choushu): La empresa deduce el impuesto municipal de habitante (impuesto individual de habitante) del salario por adelantado y lo paga a la ciudad de Fujieda. Esta es la regla general para los que trabajan para una empresa.

(2) Como pagar por sí mismo (recaudación ordinaria: futsu choushu): A mediados de junio de cada año, recibirá una carta (boleta de pago) de la ciudad de Fujieda pidiéndole que pague el impuesto municipal y provincial. Lleve esta boleta de pago a una institución financiera ó a una tienda de conveniencia y páguela.

#### ○ Si este es el caso, ¡tome nota!

**Si deja su trabajo:** Si deja su trabajo, tiene que cambiar de forma de pago de impuestos (de recaudación especial a recaudación ordinaria). Osea, si falta pagar una parte de los impuestos, usted mismo deberá realizar el pago mediante banco ó tienda de conveniencia.

**Si desea salir de Japón:** Debe designar a una persona que viva en Japón para que realice los trámites de pago de impuestos a su nombre, antes de salir del país. Tendrá que decidir y notificar su decisión al Municipio de Fujieda.

### ■ Pago de los impuestos municipales

En Fujieda hay que pagar los siguientes impuestos municipales: impuesto municipal y provincial, impuesto de bienes inmuebles, impuesto de vehículos ligeros y impuesto sobre seguro nacional de salud.

	Junio	Julio	Agosto	Setiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo
Impuesto municipal y provincial (Recaudación Ordinaria)		1ra fracción		2 da fracción		3 ra fracción			4 ta fracción	
Impuesto sobre inmuebles y proyección urbana	1ra fracción		2 da fracción		3 ra fracción			4 ta fracción		
Impuesto sobre vehículos ligeros	Única fracción									
Impuesto sobre Seguro Nacional de Salud			1 ra fracción	2 da fracción	3 ra fracción	4 ta fracción	5 ta fracción	6 ta fracción	7 ma fracción	8 va fracción

- Impuesto municipal se paga 4 veces, en julio, setiembre, noviembre y febrero.
- Impuesto sobre inmuebles, se paga 4 veces. En junio, agosto, octubre, enero.
- Impuesto a vehículos ligeros se paga 1 vez por año (en junio). Lo pagan las personas que tengan a su nombre un vehículo ligero (menor de 660cc).
- Impuesto sobre el seguro nacional de salud, se paga 8 veces por año, en agosto, setiembre, octubre, noviembre, diciembre, enero, febrero y marzo.

## ■ Información sobre la declaración de la renta y las sedes de la declaración de la renta

Todo residente en Japón (incluyendo extranjeros), si tiene un determinado nivel de ingresos, está obligado a pagar impuestos. Para obtener más información, póngase en contacto con la Oficina de Impuestos de Fujieda.

Dirección: Fujieda shi, Aoki 2 choume 36-17

Teléfono: 054-641-0680 (principal)

※ Si desea concertar una cita para venir a vernos, hágalo con anticipación.



## ■ Los que no están sujetos al pago de impuesto municipal y provincial

- Padres monoparentales, viudo ó viuda, discapacitado o menor de edad, y sus ingresos totales del año son menores a 1.350.000 yenes.
- Personas con ingresos menores a 380.000 yenes.
- Personas con carga familiar y bajos ingresos (para más detalles, infórmese en el municipio).

## ■ Seguro nacional de salud

En Japón, obligatoriamente se tiene que ingresar al seguro social (shakai hoken) ó al seguro nacional (Kokumin Hoken).

※ Hay excepciones, como las personas que tienen el seguro para el adulto mayo "kouki koureisha iryou hoken", ó las personas que estén en la ayuda universal "seikatsu hogo".

## ○ Solicite o cancele el seguro nacional de salud en el plazo de 14 días.

El ingreso al seguro nacional de salud, es a partir del día siguiente al que sale del seguro social (shakaihoken), si va hacer el trámite después, igualmente, el cobro será hecho desde el día siguiente al que salió del seguro social.

Para más información, póngase en contacto con la Sección de Seguro Nacional de Salud y Pensiones (Tel: 054-643-3303).

## ■ Pensión nacional

### ○ ¿Qué es el sistema nacional de pensiones?

Está diseñado para proporcionarle una vida estable a usted y a su familia en caso de no poder trabajar debido a la vejez, quede incapacitado como consecuencia de un accidente o una enfermedad, ó en caso de fallecimiento. El Plan Nacional de Pensiones está disponible para todas las personas entre 20 y 60 años que viven en Japón.



### ○ Procedimiento de suscripción

Notificar en el la sección de Seguro y Pensión Nacional (Kokuho Nenkin) del municipio de Fujieda.

### ○ Cómo pagar las primas

Puede pagar sus primas a finales del mes, en cualquier entidad financiera, tienda de conveniencia, mediante transferencia bancaria ó mediante cuenta de tarjeta de crédito. También existe un sistema de prepago acumulado, que permite pagar dos años, un año o medio año por adelantado y recibir descuentos en las primas.

### ○ Exención del pago de pensión

Si no puede pagar la pensión por dificultades económicas, puede solicitar una exención (exención total, exención de tres cuartos, exención de la mitad, exención de un cuarto) o un aplazamiento del pago si cumple determinados criterios. Además, existe un sistema de exención para el periodo anterior y posterior al parto.

### ○ Tipos de prestaciones

Pensión básica de vejez, pensión básica de invalidez, pensión básica de supervivencia y otras prestaciones exclusivas del sistema nacional de pensiones (pensión complementaria, pensión de viudedad, prestación global por fallecimiento).

## ■ Pago de la suma alzada por retiro (dattai ichikin)

Si estuvo afiliado al régimen nacional de pensiones, por al menos 6 meses y volvió a su país sin haber cobrado la pensión nacional. Un extranjero que haya abandonado el país puede recibir un pago único de retiro. La solicitud debe presentarse durante los dos años siguientes a la salida del país. Para más información, visite la página web del Servicio de Pensiones de Japón. Puede encontrar información en 14 idiomas diferentes. [www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment](http://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment).



## ■ Sistema de número personal (My Number)

Se ha emitido un número de identificación personal de 12 dígitos (My Number) para todas las personas con domicilio registrado en Japón. Podrá solicitar su tarjeta "My Number" tras realizar los trámites necesarios en la oficina municipal.

My Number Card es una tarjeta con foto que puede utilizarse como documento de identidad oficial. La fecha de caducidad de la tarjeta es el décimo cumpleaños o la fecha de expiración de su visado. Tenga en cuenta que desde el momento de la solicitud hasta el momento de la concesión pasa aproximadamente un mes, así que preste atención al tiempo del trámite.



## Ventanillas de Consulta

### ■ Lugares de consulta

Atención a consultas sobre la vida cotidiana, y otros.

Lugar: Fujieda Shiyakusho Higashikan 4piso Danjyo Kyodo Sankaku-Tabunka Kyouseika

Teléfono: 054-643-3198 (Lunes a Viernes de 8:30 a 5:15)



### ■ Ayuda pública para subsistencia (seikatsu hogo)

Si tiene dificultades para subsistir, no tiene ingresos debido a una enfermedad o lesión, ó si no puede pagar los gastos hospitalarios; usted podría recibir una ayuda pública para los gastos de hospitalarios y de manutención.

○ Unidad de apoyo para la autonomía personal (Jiritsu Shienka)

Dirección : 〒 426-8722 Fujieda-shi Okadeyama 1-11-1 Municipalidad de Fujieda Predio Oeste 1 piso

Teléfono : 054-643-3299 Sección de Bienestar Social (Seikatsu Fukushi Gakari)

Teléfono : 054-643-3161 Centro de Apoyo para la autonomía personal (Jiritsu Seikatsu Sapoto Centa)

### ■ Dinero para manutención

Las familias con bajos ingresos pueden pedir prestado cierto dinero para la mejora de su situación, si tienen dificultades temporales para subsistir. Existen préstamos para cubrir los gastos a las personas en situación complicada que no estén trabajando y/o que han perdido su empleo.

#### ○ Préstamos de emergencia y apoyo en general (KinkyuKoguchi Shikin- Sougou Shien Shikin Soudan)

Horario : 9:00 ~ 21:00 (Incluido sábado, domingo y feriados)

Teléfono : 0120-46-1999

#### ○ Consejo municipal de bienestar social de Fujieda (Fujieda-shi shakai fukushi kyogikai)

Dirección : 〒 426-8722 Fujieda-shi Okadeyama1-11-1 Municipalidad de Fujieda 1 piso

Teléfono : 054-643-3161 (Lunes a Viernes de 8:30 ~ 17:00)

### ■ Subsidio de vivienda (jyukyo kakuho kyufukin)

Si pierde su trabajo y sus ingresos bajan considerablemente, el municipio podría subsidiar el alquiler de vivienda de cualquier ciudadano (incluido extranjero). Básicamente se subsidiaría el alquiler durante 3 hasta 9 meses como máximo, al propietario.

#### ○ Centro de apoyo para la autonomía personal (jiritsu seikatsu sapoto centa)

Dirección : 〒 426-8722 Fujieda-shi Okadeyama 1-11-1 Municipalidad de Fujieda Predio Oeste 1 piso

Teléfono : 054-643-3161

## ■ Violencia Doméstica (DV)

Distintos tipos de violencia (VD) por parte del cónyuge o pareja incluye entre otras cosas la acción de asustar, manipular, controlar, violentar físicamente, violentar psicológicamente, violentar sexualmente y económicamente. Si cree que está experimentando alguno de estos problemas, usted puede consultar y recibir apoyo.



### ○ División de infancia y familia (kodomo mirai-ka)

Dirección : 〒 426-8722 Shizuoka-ken Fujieda-shi Okadeyama 1-11-1 Municipalidad de Fujieda Predio Oeste 4 piso  
Teléfono : 054-643-7227

### ○ Servicio de consultas DV Navy(#8008)

Si está sufriendo violencia doméstica por parte de su pareja y no sabe donde pedir ayuda, puede hacerlo en el "Servicio de Consulta DV Navy (#8008)". Se le transferirá la llamada automáticamente al centro de consultas más cercano respecto al lugar de donde esté llamando.  
Teléfono : #8008



### ○ Consultas DV + (plus)

¿Esto es Violencia Doméstica?, Quiero alejarme de mi pareja ahora mismo ¿qué debo hacer?... Todas estas consultas, las podrá hacer con especialistas y preguntar cualquier duda que tenga. Atención las 24 horas, en 10 idiomas. Si es necesario, se le brindará un lugar seguro donde vivir.  
Tel : 0120-279-889 Home Page : <https://soudanplus.jp/>



## ■ Asociación internacional de la provincia de Shizuoka

La Asociación Internacional de Shizuoka está encargada de ayudar a los residentes extranjeros en temas relacionadas con el estatus de residencia, trabajo, asistencia médica, bienestar y otros. Ayuda a resolver cualquier consulta, y atiende en portugués, español, filipino, inglés, vietnamita, chino, indonesio, coreano. También atenderán consultores japoneses.  
Teléfono : 054-202-3411 Home Page : [www.sir.or.jp/multiculture/](http://www.sir.or.jp/multiculture/)



## ■ Si necesita ambulancia llame al #119

Si tiene una emergencia, llame al #119 inmediatamente y solicite una ambulancia. Algunos de los Síntomas para solicitar una ambulancia rápidamente son:

### ○ EN ADULTOS

- Deterioro de conciencia Inconsciente o aturdido en demasía, sin fuerzas.
- Náuseas Náuseas intensas acompañadas de sudores fríos.
- Calambres Incapacidad para detener convulsiones o dificultad para recuperarse
- Atragantamiento Atragantarse con cosas, dificultades para respirar, pérdida de conocimiento.
- Herida Heridas con fuertes hemorragias y quemaduras extensas.
- Accidente En caso de accidente de tráfico, caída de altura, accidente acuático, etc.

### ○ EN NIÑOS

- Cara Cuando los labios son de color morado o la tez es evidentemente pálida.
- Cabeza Dolor en la cabeza, calambres, golpes en la cabeza, hemorragia, inconsciencia, etc.
- Pecho Tos severa, sibilancias, dificultades respiratorias o respiración débil
- Manos y pies Rigidez de las extremidades
- Estómago Diarrea o vómitos severos con pérdida de líquidos, pérdida de apetito y conocimiento, dolor abdominal severo, incapacidad para detener el vómito, sangre en las heces.

Si cree que está en peligro, no dude en llamar a la policía marcando el #110



この事業は、一般財団法人自治体国際化協会の助成事業により実施されています。