



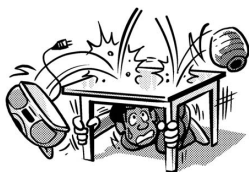
有备无患 地震对策

日本是一个地震多发的国家。为了防止宝贵的生命与财产受到地震的伤害,需要平时就做好准备。事前要确认避难场所、准备好避难用品。

咨询 危机管理室危机管理系 03-5273-4592

在家里碰上地震时的心得

1 确保人身安全



3 不要慌张 张张地跑出去



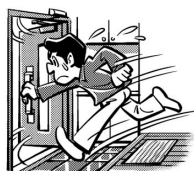
5 注意不要受伤



2 迅速关闭火源



4 大门全都打开



6 听取正确的信息



常见疑问Q&A

Q① 房子倒塌时怎么办?

—附近的小学·中学等作为避难所,受灾的人们可以住宿。这里准备了食品与毛毯等生活用品。
※避难场所请通过区发行的面向外国人的生活信息杂志“①出现紧急情况时”的卷末地图来确认。

Q② 发生灾害时的信息如何获得?

—要时刻注意来自区政府、消防署、警察署、避难所的信息。电视方面,NHK的新闻会以第二声道播放英语。广播方面,NHK第二与AFN进行英语广播,此外INTER FM使用包括英语在内的10国语言(英语、日语、汉语普通话、韩国·朝鲜语、印尼语、他加禄语、葡萄牙语、西班牙语、

泰国语、法语)进行广播。如携带小型收音机则更为方便。

Q③ 请告诉我哪有语言相通的医院。

—东京都保健医疗信息中心(03-5285-8181 每日 上午9时~下午8时)免费提供可以使用外语接诊的医院与医疗机构的信息服务

Q④ 受灾时出现被盗等情况时,哪里可以问询?

—请向警视厅外国人困难问询站(03-3503-8484)拨打电话。该站使用13国语言(英语、汉语普通话、广东话、韩国·朝鲜语、泰国语、西班牙语、法语、德语、葡萄牙语、波斯语、乌尔都(巴基斯坦)语、他加禄语、俄语)在星期一至星期五的上午8时30分至下午5时接受问询。

参考:东京都生活文化局东京都外国人受灾信息中心“Q&A手册”

进行多文化防灾训练



外国人与日本人一起在大久保小学进行防灾训练。观看避难所训练与体验地震模拟车与烟房,进行灭火、应急医

疗等消防、医疗训练。口译志愿者也会参加。

日期 10月29日(星期六)

下午1时~3时30分(预定)

会场 大久保小学(大久保1-1-21)

问询 新宿文化·国际交流财团 03-3341-2255

秋天去参加大新宿区祭典吧

10月1日(六)~16日(日)

祭典期间区内各地接连举办活动，新宿街头充满祭典气氛！

【问询】

大新宿区祭典执行委员会事務局 03-5273-4069

♪ 新宿艺术天国游行

以小学、高中、大学的吹奏乐团为中心，夹杂着民族娱乐表演等总共870名队员组成的游行队伍。今年还有再现当年从韩国来到日本的朝鲜通信使的游行队伍。

日期 10月9日(日) 上午11时10分~

游行路线 新宿大街·明治大街十字路口→新宿大街→Alta大楼前→人行天桥→新宿站西口→工学院大学前

♪ 互动交流节 2005

在8处广场上，有孩子们喜欢的迷你蒸汽小火车·动物园、体验印染工艺、围棋·将棋与古代游戏教室、国际交流角、各种模拟店等。在2处舞台上还有举办大量诸如和太鼓与日本传统曲艺、爵士乐演奏等有趣的活动！

日期 10月16日(日) 上午10时~下午4时

会场 都立户山公园(大久保地区)



艾滋病

您是不是觉得“与我没关系”？

世界艾滋病日(每年12月1日)是1988年WHO出于防止出现世界规模的艾滋病蔓延与消除对患者·感染者的歧视·偏见的目的而确定下来的。以世界艾滋病日为契机，让人们掌握关于艾滋病与性传播疾病(STI)的正确知识，努力做好预防。

♥ 新宿区的HIV问询、检查 (西新宿保健中心)

● 艾滋病电话问询 03-3369-7110

英语、葡萄牙语、西班牙语、泰国语接待。可以匿名·免费问询。

问询日 每周四(泰国语为第2·4个星期四)

下午1时~5时

● HIV抗体检查 03-3369-7110

日语、英语、葡萄牙语、西班牙语、泰国语问询。也同时进行STI(梅毒、衣原体感染症、淋病)检查。可匿名·

免费接诊。

检查日 原则上是每月第2·4个星期四(10月是第1·3个星期四)

下午1时~2时30分

会场 西新宿保健中心(新宿区西新宿7-5-8)

♥ 艾滋病预防财团电话服务

03-5521-1177

日语、英语、西班牙语、葡萄牙语、泰国语、汉语、韩国·朝鲜语、他加禄语服务。请使用按钮电话。

问询日 每日 24小时

♥ HIV与人权信息中心东京分部

03-5259-0256

英语服务。 问询日 每周六上午11时~下午2时

看护保险法已有部分修改

看护保险是以40岁以上人士作为参保对象、承担保费，在认定为需要看护时，报销部分已付费用(原则为十分之一)以享受看护服务的制度。在新宿区进行了外国人登记、入境之初的滞留期间原则上在1年以上的人士有义务加入看护保险。

看护保险设施等的使用费用变化

通过修改看护保险法，从10月份起，特别养护老人之家等设施及短期逗留的住宿费(滞在费)与伙食费、日间服务·走读式恢复训练的伙食费不属于看护保险的范围对象，属于自费。

问询 看护保险课支付系 03-5273-4176

真是没办法！乱停乱放自行车

10月22日~31日 进行全国站前乱停乱放自行车清理宣传活动

乱停乱放自行车是造成道路狭窄、妨碍人们通行与形成交通堵塞的原因。特别是对于高龄者与残疾人来说，存在着危险。此外，在发生灾害时，会堵塞避难通道，妨碍救助活动。

请不要将自行车乱停乱放在路上，请停放在各站周围的自行车停车场。有些停车场可以使用1天。

另外，有时会对乱停乱放的自行车进行清理。

问询 道路与绿化课自行车对策系

03-5273-3896

体育休闲2005 免费

10月10日(星期一·体育日) 上午9时~下午5时

在这一体育活动中,能让人们体验日本古代武术的长刀与富于动感的功夫、格斗游戏等!同时,体育中心游泳池与健身房也免费开放。当天请直接前往会场。

会场 体育中心(大久保 3-5-1)

Cosmic 中心(大久保 3-1-2)

询问 新宿区终身学习财团 03-3232-7701

高田马场骑射比武的展示 免费参观

流镞马(骑射比武)是指在奔驰的马上用鸣镞射3个靶子的武艺。在古代,武士们为了锻炼,经常开展这个活动,但是,现在这个活动多被作为神社一种祭奠活动而开展。请您一定观看这个古意盎然的传统的流镞马。

※当日便可站着观看。



日期 10月10日(星期一·体育日) 下午2时~

会场 都立户山公园箱根山地区

询问 新宿历史博物馆 03-3359-2131

第2次世界欢乐聊天场 亲子同乐的交流! 免费

育儿与学校,都用您的本国语来自由地说吧。可当天参加。

对象 在区内居住、上学的外国人亲子20组、日本人亲子10组(父母、子女也可单独参加),也有未入学儿童·婴幼儿的托儿服务。

日期 10月8日(星期六) 上午10时~12时

会场 Cosmic 中心(大久保 3-1-2)

询问 新宿区终身学习财团内

欢乐执行委员会事務局 03-3232-7701

图画与书籍连接的交流之轮 友好城市儿童·学生作品交流展~ 免费进场

新宿区与国内外的城市进行友好交往,开展各种各样的交流活动。今年也汇集了来自希腊共和国莱夫卡斯州、中华人民共和国北京市东城区、长野县高远町等友好城市与新宿区的孩子们的大约350副绘画、书法作品。

何不通过孩子们的作品来感受这些国家的国情、传统·文化呢?

展示日程 10月7日(星期五)~10日(星期一·节假日)

上午10时~下午7时※最后一天截至下午5时

会场 新宿站西口活动角(西新宿1)

主办 新宿文化·国际交流财团 后援 新宿区

协办 东京都道路整備保养公社

询问 新宿多文化交流广场 03-5291-5171

新宿区 休闲漫步

花园神社靠近歌舞伎町,在这个町,富有风情的饮食店鳞次栉比,从东京地铁新宿三丁目站步行仅5分钟左右。

神社让人感到安详宁静,不过每个周日这里举办露天古董市场,来这里淘宝的人络绎不绝。花园神社与传统曲艺有着不解之缘,院内竖有记录曲艺家姓名的木栅栏,此外还设有剧场。

每年11月的酉日(今年主祭是9日与21日。前夜祭是8日与20日),花园神社的繁华到达顶峰。从新宿区政府到神社,夜摊连绵不断,来买竹耙形吉祥物的游客与享受快乐气氛的人们络绎不绝。在关东地区,这一天在各个大鸟神社也举办酉日集市,而花园神社的这一处,每年有60万人到访,是山手线一带首屈一指的热闹地方。

花园神社 第2届



装饰了一整面墙的竹耙形吉祥物值得一看!



西市

西市为一种从江户时代一直延续至今的、祈祝鸿运当头、飞黄腾达、生意兴隆的仪式。

共同生活

多文化共同繁荣最前线

“多文化共同繁荣最前线”是向那些积极致力于建设与外国人共同生活的社区的人们提供要点、进行介绍。第2次探访了“国际交流沙龙”，这一沙龙是在自然的交谈中增进对相互的文化的理解。

超越国界的聊天会

想与各国的人们做朋友、想说日语、对不同的文化有兴趣...向有着这样想法的您推荐每月举办的“国际交流沙龙”！

赶紧先看看8月份的沙龙。



在自由、舒畅的气氛中交流不同文化

下午6时，志愿服务人员开始接待来客并准备会场。横田先生笑着说：“从当志愿者开始已经3、4年了。还是在向外国人士介绍茶道时得知这个沙龙的存在，后来就一直参加...因为喜欢与年轻人一起活动。”“为了介绍日本文化，在沙龙里也沏过茶呢。”他还说道。

7时，沙龙开始了！日本人与外国人陆续聚集在一起，“我想能不能用英语聊天呢”、“我在学习韩国语，想用韩国语聊天”...没有让人头痛的开会致辞与自我介绍。自然而然地，人们形成一个个的小圈子，端着茶水、拿着小点心，开始聊天了。

日语与外语相混的交流

梁先生说：“想学做日本料理，特别是寿司，从韩国来了1个月了”。宇都先生正在学习韩国语，他是第1次参加沙龙，梁先生与他一会儿说韩国语，一会儿说日语，聊得越来越起劲。

另一方面，在女性圈子里，“韩国年轻人很喜欢滨崎步”、“日本女性为什么都那么瘦啊？”，这些话题也让聊天气氛活跃起来。

日本人也有发现，“在韩国，人们很重视上下关系。因此即使是没有血缘关系，对年长的人也很尊敬，有时会叫‘哥哥’、‘姐姐’”。

中田先生说，“只提供时间与地点，按照时间的推移、人员的流动来自由运营，这就是长盛不衰的秘诀呀”。1999年创立之初就来沙龙帮忙的松浦先生



各位担任志愿者的专家



总结到，“多数时候能来70人。时间过得很快快乐哟。请务必移足到访，给沙龙带来新的人流”。

参加国际交流沙龙吧

时 间 每月第二个星期五 下午7时~8时30分

会 场 新宿多文化交流广场
(歌舞伎町2-44-1Hygeia 11楼)

参加费用 每位200日元

咨询处 新宿多文化交流广场
03-5291-5171

新宿多文化交流广场的通知

生活规则讲座您知道吗？日本的习惯&礼节

在日本生活中有哪些不知道的地方呢？在讲座中介绍日常生活中的礼节。遵守诸如垃圾的处理方法、自行车的放置方法、店铺的摆放方法等规则，与邻居和睦相处吧！（有韩语口译员）

日 期 11月11日（星期五）下午3时~5时

会 场 新宿多文化交流广场
(歌舞伎町2-44-1 Hygeia 11楼)

对 象 35名（日本人也可以参加）

申请·问询 希望参加的人士请于11月10日前致电广场（03-5291-5171）。（到达的先后顺序）