

# 《耳よい情報》

みみよいじょうほう  
(知って得する情報)

がいこくじん みな こま  
**外国人の皆さん、困ったときは、まず**  
がいこくじんそうごうそうだん さいたま でんわ  
**「外国人総合相談センター埼玉」に電話を！**

SIAでは、在住外国人の皆さんの様々な問題（生活や仕事、結婚や離婚、ビザ、子どもの教育など）に関する相談や情報提供に、相談員が月～金曜日の毎日、8か国語とやさしい日本語で対応しています。また、専門家による入管相談（毎週、月・水・金曜日）、労働相談（毎週、火曜日）、法律相談（原則毎月1回、第4木曜日・予約による来所相談のみ）も行っています。困ったときは、まず、お気軽に「相談センター」にお電話ください。（\*TEL.048-833-3296, 9:00am～4:00pm）

SIAのホームページで“Help”を読んでください！

この“Help”も、今号から11年目に入ります。第1号は2002年5・6月号でした。各市町村の外国人登録窓口、東京入管さいたま出張所、各地の日本語教室や公民館、その他様々な場所に置かせていただいておりますが、皆さん、手に入れることはできていますか。もし、定期的に手に入れることが難しい場合は、SIAのホームページを開けば、25号以降のバックナンバーも含めて、4言語とやさしい日本語でいつでも読むことができます。インターネットができる人は、ぜひ活用してください。（\* <http://www.sia1.jp/multi/helpindex.html>）

しん しぜんさいがい ぞく  
**<新シリーズ> ~自然災害に備えて~**  
よるね あいだ じしん そな  
**(1)「夜寝ている間の地震に備えて」**

「東日本大震災」から1年以上が過ぎて、あの時のショックが、私たちから少しずつ薄れかけているように思います。埼玉県は比較的災害が少ない県と言われていますが、大地震はいつ起きるかわかりません。「災害は忘れたころにやってくる」と言われています。油断をしないで、ふだんから、地震に備えて、できることはしておきましょう。

まず、夜寝ているときに地震が起きた場合に備えて、寝るときにはいつもそばに、懐中電灯、ラジオ、（必要な人は）眼鏡、携帯電話、（割れたガラスなどを踏んで怪我をしないように）スリッパや靴などを置いておく習慣をつけましょう。

ざいだんほうじん さいたまけんこくさいこうりゅうきょうかい  
**財団法人 埼玉県国際交流協会 (SIA)**  
しゅうらわくきたうらわ  
〒330-0074 さいたま市浦和区北浦和5-6-5  
浦和合同庁舎3階  
TEL.048-833-2992 FAX.048-833-3291

# Informações

Pequenas informações  
para alegrar o seu dia!

Quando encontrarem-se em dificuldades, ligue para o Centro de Consulta Geral de Saitama!

Na SIA, de segunda à sexta são fornecidas informações e realizadas consultas com atendimento em 8 idiomas e em japonês compreensível, em relação aos diversos problemas enfrentados pelos residentes estrangeiros (cotidiano, trabalho, casamento, divórcio, vistos, educação e outros). E conta com profissionais consultores sobre assuntos da Imigração (todas as segundas, quartas e sextas-feiras), sobre Leis Trabalhistas (todas as terças-feiras) e sobre Legislação (a princípio, uma vez por mês, toda 4ª quinta-feira, somente através de reservas). Em caso de se encontrar em dificuldades, ligue sem cerimônia para o Centro de Consultas. (\* Fone: 048-833-3296, das 9:00 às 16:00 horas).



Leiam o "HELP" no site da SIA

"Help" completa o seu 11º ano de publicação. Sua primeira edição foi em 2002, referente aos meses de Maio e Junho. O Help encontra-se nos balcões de registro de estrangeiros das prefeituras, na sucursal do Departamento de Controle de Imigração de Saitama, classes de japonês, Centros Comunitários dos bairros e outros locais. Será que vocês tem conseguido encontrá-lo? Caso tenham dificuldades, acessem o site da SIA onde poderão ler as publicações, a partir da 25ª edição, com um vocabulário japonês compreensível com tradução em 4 idiomas. (\* <http://www.sia1.jp/multi/helpindex.html>)



**Nova Série - Prevenção de desastres naturais**

**(1) Em caso de ocorrência de terremoto durante a noite, quando estivermos dormindo**

Já se passou um ano após o Grande Terremoto da Região Leste do Japão e o choque ocasionado na época parece estar se dissipando aos poucos. Saitama é considerada uma província onde há poucos desastres naturais, mas é imprevisível a ocorrência de um grande terremoto. Dizem que os desastres naturais ocorrem quando já estamos esquecidos deles. Não devemos nos descuidar e vamos fazer os preparativos habituais de acordo com o nosso alcance.

Para prevenção, antes de tudo vamos nos habituar a deixar uma lanterna, rádio, óculos (para quem necessita), celular e chinelos ou sapatos (para evitar ferimentos com estilhaços de vidros) perto do local onde dormirmos para quando ocorrer um terremoto durante a noite.



**Associação Internacional de Saitama (SIA)**

3 F Urawa Godo Chosha, 5-6-5 Kitaurawa,  
Urawa-ku, Saitama-shi, Saitama-ken 330-0074  
E-mail: [sia@sia1.jp](mailto:sia@sia1.jp) URL: <http://www.sia1.jp>