

# Help

にほんご  
日本語・Español (汉语・English・Português)

## Boletín Informativo en 5 idiomas Para los Residentes en Saitama-ken

さいたまけん す やくだ こくご しょうぼう  
埼玉県に住むために役立つ5か国語による情報

★No.61★ Mayo—Junio 2012

はっこう さいだんほうしん さいたまけんこくごこうりゅうきょうかい  
発行：財団法人 埼玉県国際交流協会  
はっこうび ねん がつ なの か  
発行日：2012年5月7日



### ★ 主な内容 ★

- 【P.1】5・6月の季節を楽しもう！
- 【P.2】梅雨時の湿気対策あれこれ
- 【P.3】「外国人総合相談センター」への相談から  
Q.31) 新しい在留管理制度(2) 市区町村での手続
- 【P.4】耳より情報、新シリーズ「災害に備えて」(1)夜中の地震対策



### ★ Contenido ★

- 【P.1】“Disfrutemos de los meses de mayo y junio”
- 【P.2】 Medidas contra la humedad durante la temporada de lluvias
- 【P.3】 Centro de Consulta General de Saitama  
P. 31) El nuevo sistema de inmigraciones
- 【P.4】 Información General. Nueva serie. (1)  
Preparémosnos ante los desastres naturales

## 5・6月の季節を楽しもう！

しょうわ ひ ぶりかえきゅうじつ けんぽうきねんび  
昭和の日(4/29)、振替休日(4/30)、憲法記念日(5/3)、み  
どりの日(5/4)、こどもの日(5/5)に、土曜日・日曜日を加えた  
ながれんきゅう お みな  
長い連休(ゴールデンウィーク)も終わりましたが、皆さんは  
すこ  
どのように過ごされましたか。

5月は、一般的に青い空、暖かい初夏の陽ざし、爽やかな風、  
いろ さ さまざま はな しんりよく やまやま たう おわ  
色とりどりに咲く様々な花、新緑の山々、田植えが終わったば  
みどり た だの はるらんまん  
かりの緑のじゅうたんのような田んぼなどが楽しめる春爛漫  
うつく きせつ いっぽう じき こがつびよう  
の美しい季節です。一方で、この時期には「五月病」にかかる  
ひと しんにゅうしゃいん だいがく しんにゅうせい あたら かんきょう  
人もいます。新入社員や大学の新生入生などが、新しい環境  
てきおう げんいん さまざま せいしんてきしょうじょう  
に適應できないことなどが原因でかかる様々な精神的 症 状を  
い こがつびよう よ きせつ  
言います。五月病にかからないためにも、ぜひこの良い季節を  
せつきよくてき たの きぶんてんかん たと てんき  
積極的に楽しんで気分転換をしましょう。例えば、お天気  
よ こうえん で おち てあし  
の良いときには、公園などに出かけ、思いっきり手足を伸ばし、  
むねいっばいしんせん くらき す あお そら みあ いや  
胸一杯新鮮な空気を吸い、青い空を見上げたりして、嫌なこと  
くる すべ わす  
も苦しいことも全て忘れてしましましょう。

ところが、5月も下旬になると、長雨が降ることがありま  
つゆ ほんぼん まえ ぶ つづ あめ つゆ はし  
す。梅雨の本番の前ぶれのように降り続く雨で、「梅雨の走り」  
よ かつ ほんかくてき つゆ じき  
と呼ばれます。そして、6月になると、本格的な梅雨の時期が  
はじ とし つゆ い つゆ あ  
始まります。その年によって、「梅雨入り」も「梅雨明け」も  
じき あめ ぶ からつゆ とし  
時期はいろいろです。ほとんどあめが降らない「空梅雨」の年も  
にほん いなさくのうきょう つゆ じゅうよう  
ありますが、日本の稲作農業にとっては、梅雨は重要です。じ  
む あつ ひ つゆざむ い はだざむ  
めじめして蒸し暑い日もあれば、「梅雨寒」と言われる肌寒い  
ひ きちょう つゆ は ま おお たの  
日もありますが、貴重な「梅雨の晴れ間」を大いに楽しみましよ  
つゆそら うつく はな よ にあ  
う。また、梅雨空には、美しいアジサイの花が良く似合います。

## ¡Disfrutemos de los meses de mayo y junio!

Y llegaron a su fin las denominadas vacaciones de la “Semana de Oro”: Día de Showa (29 de abril), día sustituto (30 de abril), día de la Constitución (3 de mayo), día Verde (4 de mayo) y día de los niños (5 de mayo) sumando a esto los días sábados y domingos. ¿Cómo la han pasado ustedes? Esperamos que se hayan divertido mucho. Mayo es un mes hermoso, donde podemos disfrutar plenamente de la primavera con un cielo despejado, además de los rayos solares templados de verano, la llegada del viento refrescante, la variedad de coloridas flores, las montañas con un verdor radiante y la inmensa alfombra de campo verde en donde se siembran las plantaciones de arroz.



Por otra parte, en esta época suele surgir la enfermedad denominada “gogatsu-byō” o enfermedad del “mes de mayo”. Ésta posee un síntoma mental que se manifiesta por la dificultad en adaptarse a las nuevas circunstancias o retos, por ende los pacientes suelen ser nuevos empleados, los recién ingresados estudiantes universitarios entre otros. Para no caer en este tipo de enfermedad, aprovechemos esta magnífica temporada para divertirnos completamente: saliendo a dar un paseo por el parque ejercitando y estirando un poco las manos y los pies, respirando al máximo el aire fresco echando una mirada hacia el cielo azul. De esta manera podrán olvidarse de los momentos desagradables y amargos que a veces uno suele pasar.



Sin embargo, llegando a finales del mes de mayo, empieza a llover suavemente. Es una lluvia incesante como si esta fuese un presagio de la temporada de lluvia denominada “tsuyu no hashiri” (el comienzo de la época). Iniciando el mes de junio, comienza la verdadera temporada de lluvia. Cada año dicha temporada varía cuando aparece el denominado “tsuyu iri” y cuando termina el “tsuyu ake”. Existen años en que no llueve, o también denominado “kara tsuyu”, pero es sumamente importante que esto suceda para poder preservar el cultivo de arroz en Japón. Disfrutemos de los valiosos días soleados durante la temporada de lluvia a pesar de que existan días calurosos y con mucha humedad además también de los días frescos denominado “tsuyu zamu”. Según la manera de pensar de los japoneses se dice que “la lluvia del cielo da más brillo a la flor hortencia”.

