

# 《耳よい情報》

みみよいじょうほう  
し とく 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1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 ぞご  
**<新シリーズ> ～自然災害に備えて～**  
よるね あいだ じしん ぞな  
**(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だと言われているようですが、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、地震に備えて出来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。

## ～Oído a Esto～

**Datos Interesantes  
Para Ustedes Amigos**

Si se encuentran en problemas o tienen alguna duda primero llámenos a “la Ventanilla General de Consultas para los Extranjeros”



La SIA ofrece a todos los residentes extranjeros el servicio de información sobre problemas de la vida cotidiana, casamiento y divorcio, trámite de visas, sistema educativo y otros. Atención de lunes a viernes en 8 diferentes idiomas. Además asesoramiento con personas especializadas en temas de inmigración los días lunes, miércoles y viernes. Especialistas en temas laborales a su disposición todos los martes y consultas con abogados una vez al mes básicamente todos los cuartos jueves. Es necesario una previa reservación. Por ende, si se encuentra en problemas no escatime en llamarnos y consultar a la Ventanilla General de Consultas para Extranjeros.

☎ 048-833-3296 9:00am～4:00pm

La edición de “Help” a su disposición en la web de la SIA

Con este número de “Help” entramos al 11vo año de publicación. Siendo la primera edición el de los meses de mayo y junio del 2002. Durante estos 10 años el informativo “Help” ha estado a su disposición en las ventanillas de registro de extranjería de los municipios, oficina de inmigración, escuelas de idiomas y centros comunitarios. Esperamos que haya estado a su alcance. En caso sea un poco dificultoso obtenerla, los invitamos a visitar la página web de la SIA. Podrá disfrutar de las 25 ediciones anteriores las cuales se encuentran a su disposición en 4 idiomas.

\* <http://www.sia1.jp/multi/helpindex.html>



< Nueva serie >

～Preparémosnos ante los Desastres Naturales～  
**(1) “Cómo prepararnos cuando ocurre un terremoto mientras dormimos”**

Ya ha pasado más de un año desde que ocurrió el “Gran desastre de Higashi Nihon” y para algunos lamentablemente ya ha quedado un poco en el olvido. La prefectura de Saitama no suele tener muchos desastres naturales. Sin embargo todos se encuentran preocupados por la venida del pronosticado gran terremoto. Se suele decir que “el desastre ocurre cuando uno se olvida”. Por ende no debemos descuidarnos y estar prevenidos ante cualquier desastre. Por ende en caso ocurra un sismo cuando estemos durmiendo, debemos de tener siempre cerca de



nuestras camas: una linterna, radio, de ser necesario gafas, teléfono celulares y sandalias o un par de zapatos entre otros por lo que existe la posibilidad de que en el suelo se encuentren vidrios rotos y otras cosas más.

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)**  
さいたまけん しゅうらわくきたらわ  
〒330-0074 さいたま市浦和区北浦和5-6-5  
うらわごうどうちようしゃ かい  
浦和合同庁舎3階  
TEL.048-833-3296 FAX.048-833-3600

**Asociación 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>