

《耳より情報》

みみよりじょうほう
し とく じょうほう
(知って得する情報)

にほんごきょうしつ さが かに 日本語教室の探し方

日本語をこれから学びたい、もっと上手になりたい、子どもの日本語や学習を支援してほしいなど、様々な目的で日本語教室を探している人は、SIAの「外国人総合相談センター埼玉」に電話して紹介してもらうこともできますが、以下のウェブサイトから自分で探すこともできます。

■日本語教室(市町村別)

<http://www.sia1.jp/pdf/nihongokyoushitsu.pdf>

■日本語を母語としない児童生徒(子ども)のための日本語教室

<http://www.sia1.jp/kodomonihongo.pdf>

■外国出身の親子向け“Coconico”(・小学校に入る前の子どもとお母さん/これから出産予定の外国出身者)

<http://www.sia1.jp/jigyos/kosodate.html>

たげんごじょうほうし 多言語情報紙は、SIAのホームページ上で

“Help”はこの66号が最後になり、次号から名前や発行回数も変わり、新しい多言語情報紙を発行する予定です。印刷したものが手に入りにくい人は、SIAのホームページにアクセスして読むことができます。ぜひ、過去の“Help”(バックナンバー)もあわせて読んで参考にしてください。

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

<シリーズ> (6) ~季節の健康対策~ 「春の花粉症対策」

日本では、30年ほど前から、春になると多くの人が花粉症(またはアレルギー性鼻炎)に苦しめられるようになりました。原因は、**スギ花粉**が一番多く、花粉症患者の70%を占めているそうです。そして、関東では、2月下旬から5月末まで飛び散り続けます。花粉の量は年によって違いますが、昨年の夏が猛暑だった影響で、今年は、関東と東北では花粉の量が非常に多いと言われています。最近では、日本人だけでなく在住外国人の皆さんの中にも、花粉症で苦しんでいる人を多く見かけるようになりましたが、皆さんは大丈夫ですか。

「くしゃみ・鼻水・鼻づまり」が花粉症の三大症状と言われていますが、**「目のかゆみ・なみだ目・結膜の充血」**など、症状が眼に現れることも多いようです。対策としては、「外出するときは、マスク、メガネ、帽子などを身に付け、できるだけ花粉との接触を避ける」、「帰宅したら、花粉をよく払い落とし、洗顔やうがいをして、家の中に花粉を持ちこまない」、「こまめに掃除機をかけて家の中の花粉を取り除く」、「ひどい時はお医者さんに相談する」、「自分にあった薬やサプリメントをのむ」などが考えられます。花粉症の人は、時期が過ぎるまで、どうぞがんばってください!

¡Oído a esto!

Datos Interesantes para
Ustedes Amigos

Cómo buscar una clase de japonés

Para los extranjeros que pretenden aprender o mejorar su nivel de japonés y los niños que deseen tener algún tipo de refuerzo o apoyo. La SIA a través de la Centro de Consulta General de Saitama pone a su disposición diversas informaciones sobre las clases de idioma en japonés. Disponible también en las siguientes páginas web:



■ Clases de idioma japonés (por cada municipio)

<http://www.sia1.jp/pdf/nihongokyoushitsu.pdf>

■ Clases de idioma japonés para niños extranjeros

<http://www.sia1.jp/kodomonihongo.pdf>

■ Clases de idioma japonés para padres e hijos extranjeros “Coconico” (Dirigido a los niños antes del ingreso a la escuela primaria y a las personas que se encuentran embarazadas)

<http://www.sia1.jp/jigyos/kosodate.html>

Información multilingüe mediante la website de la SIA

El informativo “Help” llega a su última edición 66. A partir de la próxima edición cambiará de nombre y el número de publicación por ende, tendrán una nueva revista en varios idiomas y con más información. La personas que tienen dificultad en obtener este informativo, les recomendamos acceder a la website de la SIA. Las antiguas ediciones están a su disposición en las siguientes páginas web.



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

(6) Medidas preventivas para la salud según la estación “Contra alergia al polen de primavera”

En Japón hace aproximadamente 30 años durante la época de primavera, muchas personas padecen de la denominada alergia al polen (rinitis alérgica) siendo esta muy tormentosa para todos. El 70% de los pacientes de alergia al polen proviene del cedro. En la región de “**Kantō**”, el polen de cedro se manifiesta a fines de febrero hasta fines de mayo. Según el año, la cantidad de polen que se esparce es diferente y por influencia del intenso verano del año pasado, se prevee que éste año en la región de “**Kantō**” y “**Tōhoku**” la cantidad de polen será muy mayor. Recientemente se aprecia que no sólo los japoneses sino también los extranjeros sufren de alergia al polen. ¿Ud. también padece de este problema? “**Estornudo • secreción nasal • nariz tupidita**” son los 3 síntomas de alergia al polen, además de la “**picazón de ojo • ojo lagrimoso • congestión conjuntiva**” son los síntomas que pueden aflorar. Para tomar medidas al respecto debemos de: “Al salir de casa utilizar máscara, gafas, sombreros y otros, evitando entrar en contacto con polen”, “al regresar limpiarse del polen, lavarse la cara y hacer gárgaras para no traer el polen hacia dentro de la casa”, “utilizar aspiradora continuamente y eliminar el polen dentro de la casa”. “Cuando el síntoma es grave, consulte al médico”. “tomar medicinas o suplementos apropiados”.

Mucha paciencia para las personas que lo padecen.
¡Ánimo hasta que finalice la temporada!



さいだんほうじん 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)
〒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

Asociación Internacional de Saitama (SIA)

3F Urawa Godo Chosha, 5-6-5 Kitaurawa,

Urawa-ku, Saitama-shi, Saitama-ken 330-0074

E-mail: sia@sia1.jp URL: <http://www.sia1.jp>

