

# GUIA VIVIENDO EN UEDA





## “上田市へようこそ”

上田市で生活される外国人の皆さんは、住み慣れた母国を離れ、言葉や習慣などいろいろな面で異なる国での生活に、不安や心配が絶えないことと思います。

そうした不安や心配が少しでも無くなるように上田市の行っている各種の行政サービスや市民として日常生活を快適に過ごすための情報を、概要ではありますがこのガイドブックにまとめました。

このガイドブックの活用により、一日でも早く上田市での生活に慣れていただくとともに、地域との積極的な交流を図っていただき、外国人市民と日本人市民との共生する社会への実現に一歩でも近づけばと考えています。

上田市



## “¡Bienvenidos a la Ciudad de Ueda!”

Al vivir tan lejos de su propio país, podrá sentir alguna ansiedad y preocupación sobre la vida en el Japón donde el idioma y la vida cotidiana podrán ser diferentes de aquéllos de su país natal.

Esta guía es un bosquejo de varios servicios administrativos provistos por la Ciudad de Ueda para hacer su vida aquí más cómoda y para disminuir sus ansiedades y preocupaciones se ven lo más posible.

Una lectura eficaz de esta guía le ayudará a hacerse acostumbrado/a a la vida en la Ciudad de Ueda rápidamente y le permite actuar entre sí libremente dentro de su vecindad. Esta guía también tiene la intención de traernos un paso más cercano a una sociedad en la cual ambos residentes extranjeros y japoneses pueden vivir juntos.

Ciudad de Ueda

### ガイドブックの利用にあたり

- \* 掲載されている各施設は、ほとんどが日本語の対応だけです。ご利用・お問い合わせをする場合は、できるだけ日本語のできる方を通してお願いします。
- \* 上田市役所、丸子・真田・武石地域自治センターの業務時間は、8:30～17:30です。  
(休日：土曜・日曜・祝日・12月29日～1月3日)
- \* 上田市役所本庁舎1階の「外国人総合相談窓口」は、ポルトガル語での対応ができます。
- \* この本の内容は、おおむね2006年10月現在のものです。法律の改正などにより、手続の方法などが変更になることがありますのでご注意ください。

### — Cómo Usar Esta Guía —

- Las facilidades alistadas en la guía proveen principalmente los servicios en japonés solamente. Si utiliza esas facilidades o quiere preguntar sobre sus servicios, sírvase hacer así con una persona quien pueda hablar japonés.
- El Municipio de Ueda, y los centros gubernamentales locales de Marujo, Sanada y Takeishi están abiertos desde las 8:30 a las 17:30.  
(Las oficinas se cierran los domingos, sábados y fiestas nacionales, así como del 29 de diciembre al 3 del enero.)
- Los “Servicios de Consultas para Extranjeros” en el primer piso del edificio principal en el Municipio de Ueda pueden proveer los servicios en portugués.
- El índice de esta guía es hasta el octubre de 2006. Sírvase notar que algunos procedimientos descritos en esta guía podrán cambiar debido a las revisiones de las leyes.

# もくじ

## I 緊急

- 110番 (警察) ..... 2
- 119番 (消防) ..... 4
- 災害 ..... 6

## II 行政サービス

- 外国人登録 ..... 8
- 在留手続き ..... 10
- 出生・婚姻・離婚・死亡 ..... 12
- 印鑑登録 ..... 12
- 税金 ..... 14
- 国民健康保険 ..... 16
- 国民年金 ..... 16
- 福祉 ..... 18
- 高齢者福祉 ..... 20
- 市営住宅 ..... 20
- 相談窓口 ..... 22
- 翻訳・通訳 ..... 22

## III 医療・健康

- 医療機関 ..... 24
- 健康診断 ..... 24
- 母子保健 ..... 26

## IV 保育・教育

- 保育園・幼稚園 ..... 28
- 小学校・中学校 ..... 30
- 集中日本語教室「虹のかけはし」 ..... 30
- 日本語教室 ..... 30

## V 労働

- 雇用に関する相談 ..... 32
- 就労に関する相談 ..... 32

## VI 日常生活

- 自治会 ..... 34
- 交通機関 ..... 34
- ごみ ..... 36
- 電気 ..... 38
- ガス ..... 38
- 水道 ..... 40
- 銀行 ..... 40
- 郵便 ..... 42
- 電話 ..... 44
- 民間アパート ..... 44
- 運転免許 ..... 46
- 車に関する諸手続き ..... 46

## VII 施設ガイド・地域マップ

- 施設ガイド ..... 48
- ◆ 地域マップ
  - 真田地域 ..... 54
  - 上田市街地 ..... 56
  - 上田地域 ..... 58
  - 丸子・武石地域 ..... 60

## VIII 上田市のイベント

# Índice

## I Emergencias

- 110 (Policía) ..... 3
- 119 (Incendio) ..... 5
- Desastres ..... 7

## II Servicios Administrativos

- Registro de Extranjeros ..... 9
- Procedimientos del Estado de Visado y Período de Permanencia ..... 11
- Nacimiento, Matrimonio, Divorcio, y Defunción ..... 13
- Registro de Sello ..... 13
- Impuestos ..... 15
- Seguro de Salud Nacional ..... 17
- Pensión Nacional ..... 17
- Asistencia Social ..... 19
- Asistencia Social Para los Ancianos ..... 21
- Alojamiento Publico del Municipio ..... 21
- Servicios de Consulta ..... 23
- Traducción e Interpretación ..... 23

## III Servicios Medicos y Salud

- Instalaciones Médicas ..... 25
- Controles de Salud ..... 25
- Maternal y Salud de Niño ..... 27

## IV Educación

- Parvularios (Guarderías) y Jardines de Infancia ..... 29
- Escuelas Primarias y Secundarias ..... 31
- Curso Intensivo de japonés “Niji-No-Kakehashi” ..... 31
- Clase de Japonés ..... 31

## V Empleo

- Consultas Relacionadas al Empleo ..... 33
- Consultas Relacionadas al Empezar a Trabajar ..... 33

## VI Vida Diaria

- Asociaciones de Vecindario ..... 35
- Instalaciones de Transporte ..... 35
- Eliminación de Basura y Reciclaje ..... 37
- Electricidad ..... 39
- Gas ..... 39
- Agua ..... 41
- Bancos ..... 41
- Servicios de Correo ..... 43
- Teléfonos ..... 45
- Apartamentos Privados ..... 45
- Licencia de Conducir ..... 47
- Procedimientos Relacionados al Automóvil ..... 47

## VII Guía de Instalaciones y Mapas Locales

- Guía de Instalaciones ..... 49
- ◆ Mapas locales
  - Área de Sanada ..... 55
  - Centro de la ciudad de Ueda ..... 57
  - Área de Ueda ..... 59
  - Áreas de Maruko y de Takeshi ..... 61

## VIII Eventos de la Ciudad

# I Emergencias

Si se ve envuelto en un accidente de tráfico o es la víctima en un accidente de tráfico o es la víctima de un crimen, marque 110 (policía) inmediatamente. En caso de incendio u otras emergencias (enfermedades repentinas o lesión grave), marque 119 para que llegue el Equipo de bomberos.

- \* Los números 110 y 119 son comunes en toda la parte del Japón, disponibles las 24 horas al día, y gratuitamente.
- \* Si llama desde un teléfono móvil, sírvase asegurarse de informar el lugar (dirección, edificios cercanos, etc.), así como el número de teléfono móvil.

## Accidentes de Tráfico y Crimen (Policía): Marque 110.

Si requiere la ayuda de la policía o desea reportar un crimen, marque 110 inmediatamente. Reporte tales detalles con tranquilidad y precisamente cuándo ocurrió el incidente, dónde ocurrió, y qué ocurrió, así como su dirección, nombre y número de teléfono.

Cuando sea posible, sírvase solicitar a alguno quien pueda hablar japonés para llamarle a la policía. Sírvase hablar **despacio y claramente**. Lo siguiente es una conversación de muestras.

Policía	Ud.
“¿Cuál es el problema?” -Doushimashitaka?	“Ha sido un accidente de tráfico (pelea, robo y secuestro).”
“¿Dónde ocurrió el problema?” - Basho wa dokodesuka?	-Koutsujiko(Kenka · Dorobou · Yuukai) desu. - en frente de (cerca de) _____ en la Ciudad de Ueda.” - Uedashi no _____ no mae (chikaku) desu. (Reporte qué está cerca del área.)
“¿Cuándo ocurrió el problema?” - Itsu desuka?	“Ahora mismo,.” “Ocurrió _____ minutos antes.” - Tatta ima desu. _____ fun gurai maedesu.
“¿Cuál es su nombre?” - Anata no namae wa?	“Mi nombre es _____.” - _____ desu.
“¿Cuál es su número de teléfono?” - Denwabangou wa?	“El número es _____.” - _____ desu.

- \* Si no es una emergencia, sírvase ponerse en contacto con la comisaría de policía, caja de policía o agente de policía más cercano.

**Comisaría de Policía de Ueda: 5-4-44 Tokiwagi, Ciudad de Ueda Tel: 22-0110**

**Comisaría de Policía de Maruko: 224-3 Kamimaruko, Ciudad de Ueda Tel: 42-0110**

## ◆ Ordenanzas de la Circulación

Aquéllos que manejan deben observar estrictamente todas las ordenanzas de la circulación del Japón y manejar seguramente para evitar los accidentes..

### Prevención Contra Accidentes de Tráfico

- ① Nunca maneje mientras está ebrio/a.
- ② Observe los límites de velocidad.
- ③ Reduzca la velocidad antes de las curvas.
- ④ Chequé que es seguro proceder en las intersecciones.
- ⑤ Rendimiento a los peatones para proteger su seguridad safety.
- ⑥ Siempre lleve su cinturón de seguridad.

## ◆ Accidentes de Tráfico

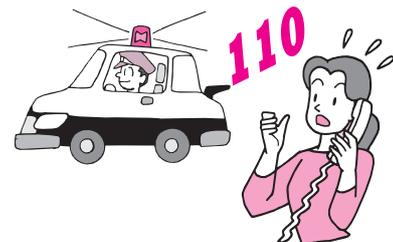
Los siguientes procedimientos se deben tomar en caso de un accidente de tráfico..

- ① Si hay lesiones, llame una ambulancia inmediatamente. (Marque 119.)
- ② Mueva los carros a un lugar seguro para prevenir los accidentes adicionales de ocurrir.
- ③ Llame inmediatamente la comisaría de policía (Marque 110) y reporte el accidente en caso de que es un accidente que resulta en muerte o lesión, reporte los detalles del accidente.
- ④ Confirme el nombre, dirección, número de teléfono y placa de la matriculación de la(s) otra(s) parte(s) implicada(s).
- ⑤ Si hay algunos testimonios, apunte sus nombres e información de contacto.
- ⑥ Póngase en contacto con su compañía de seguros

### <Servicios de Consulta del Accidente de Tráfico>

**Seikatsu-Kankyo-ka, Municipio Tel: 23-5120**

**Oficina de Consejo del Accidente de Tráfico Tel: 23-1260**



## Incendio, Ambulancia y Salvamento (Equipo de Bomberos): Marque 119.

En caso de incendio, enfermedad repentina o lesión grave causada por un accidente de tráfico, marque 119 y reporte la situación (que hay un incendio, una ambulancia se requiere o el salvamento es necesario). En caso de incendio, asegúrese de reportar claramente la localidad, su nombre y su número de teléfono donde puede ponerse en contacto. En el caso de una emergencia, incluya la información sobre su sexo, edad y síntomas. Si usa un teléfono otra cosa que un teléfono móvil, es más fácil determinar su localidad, si es posible, solicite a una persona quien pueda hablar japonés para llamar al Equipo de bomberos para Ud. Sírvase hablar **despacio y claramente**. Lo siguiente es una conversación de muestra.

Equipo de bomberos	Ud.
“¿Incendio o salvamento de emergencia?” - Kaji desuka? Kyuukyuu desuka?”	“Es un incendio.” - Kaji desu.
<b>En caso del incendio</b> “¿Qué se incendia?” - Nani ga moete imasuka?”	“Una casa (fábrica o apartamento) se incendia.” - Ie (Koujou · Apaato) ga moete imasu.
<b>En caso de una emergencia</b> “¿Cual es el problema?” - Doushimasitaka?”	“Es una emergencia.” - Kyuukyuu desu. “Una enfermedad repentina (lesión o accidente de tráfico)” - KyuuByou (Kega · Koutsujiko) desu. “_____ hace daño (No puedo respirar; La persona no es consciente).” - _____ ga itai desu. (Ikiga kurushii · Ishikiga nai)”
“¿Cual es la localidad?” - Basho wa doko desuka?”	“En frente de (cerca de) _____ en la Ciudad de Ueda” - Uedashi no _____ no mae (chikaku) desu. (Reporte qué está cerca del área.)
«¿Cual es su nombre?” - Anata no namae wa?”	“Mi nombre es _____.” - _____ desu.
“¿Cual es su número de teléfono?” - Denwabangou wa?”	“Mi número de teléfono es _____.” - _____ desu.



### ◆ En Caso de Incendio

- Si descubre un incendio, marque 119 inmediatamente, grite “Kaji! (¡Incendio!)” en voz alta para avisar a la gente cercana.
- Si es un incendio pequeño, puede apagarlo con un balde de agua o un extinguidor de incendios. Sin embargo, si el incendio es grande y peligroso, vacíe el área inmediatamente.
- Es una buena idea de recordar cómo utilizar un extintor de incendios.

### ◆ Prevención de los Incendios

En la Ciudad de Ueda, los incendios ocurren más frecuentemente en invierno..

Debe tener cuidado especialmente al utilizar los calefactores.

A continuación se encuentran las precauciones cotidianas para la prevención de los incendios.:

- No deje los materiales inflamables alrededor de la casa.
- No lance los cigarrillos o fume en la cama.
- No deje el lugar con fuego solo, en particular en la cocina.
- No coloque los materiales inflamables cerca de los calefactores.
- Chequee que todos las válvulas de gas, electricidad etc. que se han agapagados antes de salir o ir a la cama.

### ● Cómo utilizar un extintor e incendios.



- ① Tire el pasador.
- ② Retenga la manguera.
- ③ Apriete la palanca, mientras apunta la manguera a la localidad del incendio...

### [Centro Médico de Emergencia de los Niños de la Ciudad de Ueda]

- Cuando la condición de un niño quien es de 15 años de edad o más joven empeora súbitamente de noche, los primeros auxilios se pueden recibir..
- Antes de venir al hospital, sírvase llamar (desde las 7 pm hasta las 10:30 pm).
- Sírvase tener a alguien que reciba la llamada en japonesa para Ud., si sea posible.

**Centro Médico de Emergencia de los Niños de la Ciudad de Ueda**

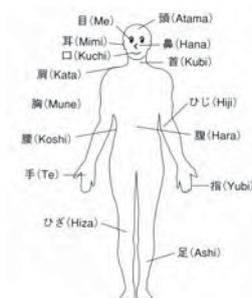
**1-27-21 Midorigaoka, Ciudad de Ueda (Hospital de Nagano) Tel. 21-2233**

**(De lunes a Sábado: De las 8 pm a las 11 pm)**

**(Cerrado: Domingos y feriados nacionales, del 14 al 16 de agosto y del 30 de diciembre al 3 de enero)**

### Frases japonesas para emergencias:

- Tengo dolor en \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_ ga itai. desu.
- Tengo fiebre. Netsu ga arimasu.
- Tengo mareo. Memai ga shimasu.
- Tengo alergia. Arerugi ga arimasu.
- Estoy embarazada. Ninshin shite imasu.
- Tengo seguro de salud. Hoken ni haitte imasu.



# Desastres

## 1 Terremotos

Los terremotos ocurren frecuentemente en Japón. Se debe preparar por si acaso, ya que no podemos predecir cuándo un terremoto ocurra.

### (1) En Caso de un Terremoto

- ① Busque un refugio debajo de los pupitres fuertes o las camas. Quédese tranquilo/a y protéjase.f.
- ② Apague las estufas, y cierre las válvulas de gas..
- ③ Abra las puertas y ventanas, y encuentre una vía para escaparse.
- ④ Puesto que los grandes temblores de tierra se asientan en un minuto poco más o menos usualmente, mire atrás a sus alrededores. No se aterrorice y corra afuera. Quédese tranquilo/a. .
- ⑤ Si el escape se hace necesario, no use su carro. Escape a pie solamente con lo que es necesario..

## 2 Lluvias Fuertes y Tifones

“Temporada de lluvia” ..... La temporada de lluvia ocurre desde junio a julio con lluvias fuertes. Las inundaciones pueden ocurrir a causa de la cantidad de las lluvias torrenciales en una área localizada.

“Tifones” ..... Los tifones ocurren entre julio a octubre y se acompañan por las lluvias torrenciales y los vientos fuertes..

### (1) En Caso de las Lluvias Fuertes y Tifones

- ① Preste atención a la información de el tiempo. La televisión y radio, y asegúrese de que la información es correcta.
- ② Si hay inundaciones desde los ríos que se desbordan, las rocas que caen o los derrumbamientos de tierras, escape de inmediato.

### (2) Desastres de tierra, de suelo y Signos Preliminares

- ① Flujo de escombros: Ésto ocurre cuando las piedras y el lodo desde la ladera y las montañas se arrastran a causa de las largas lluvias torrenciales.

#### <Signos Preliminares>

- Estruendo desde la montaña
- Caen los niveles de agua del río, aun cuando continúan las lluvias.
- El flujo de río se hace impuro y el despojo del mar arranca a fluir aguas abajo.
- El suelo huele tal cual se está pudriendo.

- ② Rocas que caen: Ésto ocurre cuando el agua de lluvia se cola en los precipicios, que se hace tiernos y empieza a suspender rápidamente.

#### <Signos Preliminares>

- Es impura el agua desde el precipicio es impuro.
- El agua freática y los fuentes se paran de fluir.
- Hay grietas en los taludes y ha cambiado la forma de precipicio.
- Las piedras pequeñas empiezan a caer.
- Se oyen los sonidos desde el precipicio.

- ③ Huaicos: Ésto ocurre cuando las luvaias se caen en las arenas que tienen las leves características geológicas y los taludes se aflojan y mueven lentamente hacia abajo con la influencia y la gravedad del agua freática.

#### <Signos Preliminares>

- Las grietas aparecen en la tierra.
- Se hacen impuros el agua de pozo y los torrentes motañosos.
- El agua corre a chorros desde el precipicio y los taludes,
- Las casas y las paredes muestran las grietas.
- Los árboles y los polos empiezan a incendiarse.

## 3 Preparación para los Terreotos y las Inundaciones

- ① Confírmese que se encuentran los refugios de escape y las rutas para tomar allí. Por lo general, los refugios son los espacios libres cerca de las escuelas, las comunidades de centro y la residencia.
- ② Confírmese los ítems que son necesarios si debe pasar el tiempo en un refugio y asegúrese de que son disponibles para tomar con ud. una emergencia.

### Lista de Ítems de Emergencia

Alimentos (galletas, latas de conserva, tallarines, etc.), agua potable, ítems de primeros auxilios (solución antiséptica, vendas,medicinas, etc.), linternas, radios portátiles, baterías, vestuario, artículos higiénicos (toallas, papeles de seda, jabones, etc.), encendedores, cuchillos, guantes, cascos, mantas y otros

### <Para preguntas sobre desastres>

Sección de Asuntos Generales de la Municipalidad Tel: 23-5332

## Nacimiento, Matrimonio, Divorcio, y Defunción

Procedimientos en Japón se encuentran en lo siguiente. Los reportes se deben hacer a la embajada o consulado de su propio país.

### 1 Notificación de Nacimiento

Si un bebé nace durante su permanencia en Japón, la notificación de nacimiento debe ser relatada 14 días después del nacimiento al Ayuntamiento. Una forma de notificación de nacimiento es emparejada con una partida de nacimiento publicada por un doctor.

Los documentos siguientes son requeridos:

- ① Notificación de Nacimiento
- ② Guía de Salud de Madre/Hijo
- ③ Certificado de Seguro Nacional de Salud (sólo suscriptores)
- ④ Tarjeta de Registro de Extranjero o pasaporte

◆ **Se requiere que el niño que se queda en Japón durante 60 o más días después del nacimiento obtenga una Tarjeta de Registro de Extranjero. Además, el estado de visado también debería ser obtenido dentro de 30 días después del nacimiento**

### 2 Notificación de Matrimonio

Si ambos candidatos son residentes extranjeros y se casan en Japón, por favor presente un certificado del matrimonio al Ayuntamiento. Usted necesitará los documentos siguientes presentando la información:

- ① Certificado de matrimonio
- ② Certificado de capacidad legal para matrimonio
  - Este es un documento que demuestra que las dos personas han completado las exigencias para el matrimonio. Este es publicado por una embajada o consulado.
  - Si los documentos son escritos en un idioma extranjero, por favor presente una traducción firmada y sellada por el traductor.
  - Pueden haber países que no publican certificados que demuestran la capacidad legal para el matrimonio. En este caso, por favor póngase en contacto con el Ayuntamiento.
- ③ Prueba de ciudadanía (pasaporte, otro)
- ④ Tarjeta de Registro de Extranjero

### 3 Notificación de Divorcio

En caso del divorcio entre dos residentes extranjeros, ya que las exigencias de divorcio se diferencian entre países, por favor pida informes a la embajada de su país, consulado, o Ayuntamiento en cuanto a los procedimientos necesarios.

### 4 Notificación de la Defunción

Por favor presente la notificación de la defunción al Ayuntamiento dentro de siete días después de la muerte. Los documentos siguientes son requeridos:

- ① La Notificación de la Defunción (Este será presentado juntos con el certificado de defunción firmado por un doctor.)
  - ② Tarjeta de Registro de Extranjero del difunto (para ser devuelto al Ayuntamiento)
  - ③ Tarjeta de Seguro Nacional de Salud del difunto (sólo suscriptores)
- ◆ Si el difunto será cremado o sepultado en Japón, por favor aplíquese al Ayuntamiento para el permiso.  
◆ Por favor pregunte a su embajada o consulado si usted desea sepultar el permanecer del difunto en su país de origen.

< Para preguntas en cuanto a nacimientos, matrimonios, divorcio, o defunción >

**Ayuntamiento de Shimin-Ka TEL: 23-5334**

## Registro de Sello

En Japón, un sello personal (inkan o hanko en el japonés) es generalmente usado en el lugar de firmas. Este sistema de registro de sello es para certificar oficialmente un sello personal individual.

Para contratos importantes, como el registro de un carro o comprando o vendiendo bienes y raíces, o para confirmar la identidad de una persona, su sello que es registrado con la Ciudad de Ueda y el certificado de registro de sello puede ser requerido.

### 1 Como Registrar

- El candidato es requerido tener 15 años o más y han completado su registro de extranjero.
- Aquellos que desean registrar un sello personal deberían traer el sello y la Tarjeta de Registro de Extranjero.
- Registrando un sello, usted recibirá “una Tarjeta de Residente de Ueda.” Este es necesario al publicar la prueba y debería ser guardado en un lugar seguro.
- Cuando se registra un sello por primera vez, el costo es 300 yenes. Los nuevos derechos de matriculación costarán 400 yenes.

### 2 Acerca de Sellos Registrados

- Sólo un sello por persona puede ser registrado. Dos personas o más no pueden registrar el mismo sello.
- La impresión del sello debería medir de 8 a 25 mm en la longitud (forma cuadrada)
- Los sellos inadecuados, como sellos de hule, sellos rotos, o sellos que no tienen impresiones claras, no pueden ser registrados.

### 3 La Emisión de Certificado del Registro del Sello

- Por favor traiga su “Tarjeta de Residente de Ueda” para arreglar la emisión del certificado de registro de sello en el Ayuntamiento o centros de administración municipal. El costo para el certificado de registro de sello es 300 yenes.
- Las máquinas automáticas pueden publicar certificados de registro de sello si una contraseña es registrada.  
Las máquinas automáticas están siendo puestas en el 1er piso del Ayuntamiento, el Pabellón de Creación de Ueda y el centro de administración municipal de Maruko.

< Para preguntas en cuanto a registros de sello >

**Ayuntamiento de Shimin-Ka TEL: 23-5334**

**Centros de Gobierno Locales • Maruko TEL: 42-1052 • Sanada TEL: 72-0154 • Takeshi TEL: 85-2827**

## Impuestos

El sistema de impuesto japonés consiste en impuestos nacionales (pagado al gobierno nacional) e impuestos locales (pagado a una ciudad o prefectura).

Toda la gente que reside en Japón tiene una obligación legal de pagar impuestos sin tener en cuenta su nacionalidad.

Los impuestos deberían ser pagados para crear una sociedad en la cual usted puede vivir en salud y comodidad.

### 1 Impuestos de Ingresos (Impuesto Nacional)

- (1) El impuesto sobre los ingresos es un impuesto por ingresos individuales y es aplicado al ingreso imponible total que permanece después de restar deducciones y exenciones de todo el ingreso imponible por el período de un año.
- (2) Si una compañía retiene el impuesto del sueldo y sobresueldo cada mes, el impuesto sobre el ingreso del empleado asalariado es ajustado al final de año cuando el sueldo final es pagado.
- (3) El impuesto sobre los ingresos puede ser devuelto para empleados asalariados que deben archivar sus propias declaraciones de renta.

<Para Preguntas>

Oficina de Impuestos de Ueda TEL: 22-1234

### 2 Impuesto de Habitante Local (Impuestos de Municipalidad/Prefectura)

- (1) Este impuesto es pagado por aquellos que viven en la Ciudad Ueda desde el primero de enero y está basado en ingresos de alguien a partir del año anterior.
- (2) La cantidad fiscal es calculada basada en su declaración de ingresos. En caso de trabajadores asalariados, la cantidad fiscal es calculada basada en informes de pago de sueldo presentados por el patrón.
- (3) Las Declaraciones de impuestos de Habitantes Locales pueden ser hechas en el ayuntamiento o las divisiones fiscales de centros de administración municipal. A partir del 16 de febrero hasta el 15 de marzo, la posición para declaraciones es un sistema por separado y usted es animado a visitar temprano durante este período.  
No es necesario declarar impuestos de la residencia haciendo las vueltas finales para el impuesto sobre los ingresos.
- (4) Por favor coloque la cantidad fiscal deliberada enviada según el aviso fiscal. Para empleados asalariados, los patrones sacan el impuesto de residencia del sueldo cada mes, y la cantidad es pagada a la ciudad directamente, en vez de el empleado.

### 3 Impuesto de Vehículo Ligero (Impuesto Municipal)

- (1) Este impuesto es impuesto a los dueños de motocicletas y carros con una capacidad de 660cc o menos a partir del 1 de abril.
- (2) Por favor note que aun si usted no usa su vehículo, este impuesto será impuesto hasta que usted haga preparativos para la disposición del vehículo.

### 4 Impuesto de Automóvil (Impuesto Prefectura)

- (1) Este impuesto de un año es impuesto a los dueños de automóviles con una capacidad de 660cc o más, el 1 de abril de cada año.
- (2) Si el nombre del dueño no es cambiado vendiendo o transfiriendo la propiedad del vehículo, el vehículo y el dueño serán sujetos para cobrar los impuestos que debe indefinidamente.
- (3) Incluso si usted no usa su vehículo, este impuesto será impuesto hasta que usted haga preparativos para la disposición del vehículo.
- (4) Si su dirección cambia, es necesario cambiar la dirección en el certificado de inspección del vehículo.

<Para Preguntas>

División de Impuestos, Oficina Regional de Josho Regional Office TEL: 25-7117

### 5 Impuesto al consumo (Impuesto de National/Prefectura)

Este impuesto es impuesto a la compra de todos los bienes y servicios. La tasa impositiva es de el 5 %, que es incluido en todos los precios.

### 6 Pago de Impuesto

- (1) Los impuestos deberían ser pagados dentro de un límite de tiempo fijo.
- (2) Si usted deja de pagar dentro del período especificado, usted debe pagar un precio de aviso de continuación y atrasos aparte de su cantidad fiscal original.
- (3) Para preguntas en cuanto al pago de impuestos, por favor póngase en contacto con el Shuno-Kanri-Ka.

### 7 Certificados de Impuestos de la Ciudad

Los certificados para impuestos municipales se encuentran en el recuadro de abajo. Por favor asegúrese de tener su sello personal y Tarjeta de Registro de Extranjero con usted, obteniendo certificados.

Aplicando vía el poder, se requiere una carta de abogado.

Tipo de Certificado	Propósito	Honorarios (una copia)	Donde Obtener la Copia
Certificados para Impuestos	Solicitudes de Visa, Apoyo de Hijos, concesiones, otro	300 yenes	• Zeimu-Ka, Ayuntamiento de la Ciudad de Ueda • Centros de Gobierno Locales • Biblioteca de Información de Ueda
Certificado de Pago de Impuestos	Solicitudes de Visa, Solicitudes de Mover, otro	300 yenes	• Shuno-Kanri-Ka, Ayuntamiento de la Ciudad de Ueda • Centros de gobierno Local • Biblioteca de información de Ueda
Certificado Según Impuestos de propiedad	Financiamiento registro, otro	300 yenes	• Zeimu-Ka, Ayuntamiento de la Ciudad de Ueda • Centros de gobierno Local

< Para preguntas en cuanto a impuestos municipales >

Ayuntamiento de Zeimu-Ka TEL: 23-5115

Centros de gobierno Local • Maruko TEL: 42-1030 • Sanada TEL: 72-0154 • Takeshi TEL: 85-2827

< Para preguntas en cuanto a pagos de impuestos municipales >

Ayuntamiento de Shuno-Kanri-Ka TEL: 23-5117

Centros de gobierno Local • Maruko TEL: 42-1028 • Sanada TEL: 72-0154 • Takeshi TEL: 85-2827

## Seguro de Salud Nacional

Si usted se somete al tratamiento médico debido a enfermedad o herida, usted tendrá que pagar gastos médicos altos. El programa de Seguro Nacional de Salud es un sistema de cooperación mutuo en cuales los asegurados pagan primas regularmente (impuesto de seguro nacional de salud) a fin de reducir tal costo médico.

Se requiere que aquellos que tienen una Tarjeta de Registro de Extranjero y quienes han obtenido un permiso para vivir en Japón durante al menos un año, pero quienes no se afilian al programa de seguro médico en su lugar de trabajo, se afilian al programa de Seguro Nacional de Salud.

### 1 Requisitos

- Tarjeta de Registro de Extranjero
- El certificado de seguro nacional de salud para el seguro nacional de salud (si uno de sus miembros de familia ya se ha afiliado al programa de seguro nacional de salud)
- El carnet de identidad publicado por su patrón (Este es requerido para aquellos que trabajan en un lugar de trabajo y no se han afiliado al programa de seguros sociales.)
- Libreta de banco para aquellos que desean hacer transferencias automáticas (excluyendo cuentas de correos) y sello personal.

### 2 Certificado de Salud Nacional y Beneficios

Un Certificado de Seguro Nacional de Salud es entregado al asegurado. Por favor traiga este certificado con usted cuando usted visita al doctor. El asegurado puede recibir el tratamiento médico pagando el 30 % del costo de asistencia médica. Cuando los honorarios pagados para el tratamiento exceden un cierto límite en el período de un mes, la cantidad excedida puede ser reembolsada más tarde y después de que un niño nace también puede ser recibido un dinero (nacimiento y suma global de cuidado de los niños).

### 3 Impuesto de Seguro Nacional de Salud

- Se requiere que todos los suscriptores paguen el Impuesto de Seguro Nacional de Salud sobre la base de los ingresos del año anterior y el número de la gente por casa. Los honorarios anuales son divididos en pagos y pueden ser pagados en el ayuntamiento, bancos, y correos.
- La notificación para el Impuesto de Seguro Nacional de Salud es enviada al encargado de la casa.
- El Impuesto de Seguro nacional de salud debe ser pagado después de la fecha de solicitud del registro de extranjero, mudando a la Ciudad de Ueda, o la fecha de dejar el Sistema de Seguros Social en su lugar de trabajo, no después de la fecha de petición para el Seguro Nacional de Salud.
- El impuesto de seguros debería ser pagado hasta la fecha límite. Si la fecha límite para el pago pasa sin el pago, ciertas medidas pueden ser tomadas que puede incluir la emisión de certificados de seguros a corto plazo, la devolución de certificados de seguros (que le pondrá entonces en una posición para pagar el costo completo de tratamiento médico), prohibiéndole recibir el seguro, o el asimiento de la propiedad.
- Por favor póngase en contacto con el Ayuntamiento de Kokuho-Nenkin-Ka, si usted tiene preguntas en cuanto al pago.

### 4 Retiro del Seguro de Salud Nacional

Si usted se mueve a otra municipalidad o deja Japón, el Certificado de Seguro Nacional de Salud publicado por la Ciudad Ueda será inválido. Por favor devuelva este a la ciudad. Al devolver el certificado, el impuesto de seguros restante será colocado. Usted debe reportar la retirada al Ayuntamiento de Kokuho-Nenkin-Ka.

#### < Para preguntas en cuanto a Seguro Nacional de Salud >

**Ayuntamiento de Kokuho-Nenkin-Ka**

**TEL: 23-5118**

**Centros de Gobierno Local**

**• Maruko TEL: 42-1053 • Sanada TEL: 72-0154 • Takeshi TEL: 85-2827**

## Pensión Nacional

En la vida, la gente se hace vieja y es incapaz de trabajar. Ellos también pueden hacerse minusválidos o morir. En tales casos, los beneficios de pensión serán pagados al asegurado y a la familia a fin de guardar La estabilidad Familiar.

Se requiere que aquellos que están entre los años de 20 y 59 y tienen una Tarjeta de Registro de Extranjero se afilien a este programa de pensión. Usted puede hacer los arreglos requeridos ante el Ayuntamiento. Si usted se ha afiliado al Seguro de Pensión de los Empleados, usted no tiene que afiliarse a la Pensión Nacional.

### 1 Primas y Beneficios

- (1) Las primas deberían ser pagados dentro del vencimiento del pago con la notificación enviada por la oficina de seguros social (nacional).
- (2) Si usted paga los premios durante un período fijo, usted puede recibir beneficios de pensión nacionales a la edad de 65 años. Si usted se hace minusválido debido a enfermedad o herida, los beneficios de pensión sólo pueden ser pagados si las exigencias especificadas son cumplidas. Si el asegurado muere, la familia del difunto puede recibir la pensión.

### 2 Pago de Retiro de Suma global

Si un residente extranjero que ha pagado primas durante seis meses o más regresa a su país, la persona puede recibir un pago de suma global si él/ella hace una petición dentro de dos años después de la fecha de la vuelta a su país. Antes de salir de Japón, por favor obtenga "una forma de inscripción para el pago del retiro de suma global" en la Oficina de Seguros Social o el Ayuntamiento de Kokuho-Nenkin-Ka. Por favor póngase en contacto con lo siguiente para detalles.

#### <Para preguntas acerca de Pensión Nacional >

**Oficina del Seguro Social de Komoro**

**TEL: 0267-22-1080**

**Ayuntamiento de Kokuho-Nenkin-Ka**

**TEL: 23-5118**

**Centros de gobierno Local**

**• Maruko TEL: 42-1053 • Sanada TEL: 72-0154 • Takeshi TEL: 85-2827**

## Asistencia Social

Hay varias clases de sistemas de asistencia social y los sistemas principales son descritos aquí. Si usted quiere recibir beneficios de estos sistemas, se requiere que usted tenga una Tarjeta de Registro de Extranjero.

### 1 Asistencia de Niños

#### (1) Concesión de Niños

Esta concesión es pagada a aquellos criando a un niño (o niños) hasta el sexto grado en la escuela primaria. Sin embargo, si usted tiene ingresos encima de la cantidad especificada de ingresos, esta concesión no está disponible.

Los procedimientos requeridos deben ser arreglados cuando usted tiene a un nuevo bebé (o bebés), se mueve a la Ciudad de Ueda, o salen fuera de la Ciudad de Ueda.

#### (2) Concesión para Criar a los Niños

Esta concesión es pagada a madres (o personas que crían a un niño o niños en el lugar de sus madres) quiénes crían a un niño (o niños) no viviendo con el padre debido al divorcio o la muerte de el padre o niño (o niños) cuyo padre es con severidad impedido, y menor de edad de 18 (hasta el 31 de marzo después del cumpleaños de 18 años). Sin embargo, si usted tiene ingresos encima de la cantidad especificada de ingresos, esta concesión no es pagada ni es reducida. Si usted es también elegible para la pensión pública, esta concesión no será pagada.

#### (3) Concesión para Criar un Niño Especial

Esta concesión es pagada a quienes crían a un niño mentalmente o físicamente minusválido o niños menores de 20 años de edad. Sin embargo, si usted tiene ingresos encima de la cantidad especificada de ingresos o el niño o niños viven en una institución de bienestar lejos de su casa, esta concesión no estará disponible.

### 2 Servicios de Asistencia para Minusvalidez

#### (1) La Entrega de Guías

Varias guías son publicadas para minusvalidez físicamente y mentalmente para recibir el uso de varios servicios de bienestar.

- Guía para Físicamente Minusválido: Para físicamente lisiados
- Asistencia Médica y Guía de Educación: Para lisiados con aprendizaje.
- Salud y Guía de Bienestar para el Discapacitado Mental: Para mentalmente lisiados

#### (2) Concesiones para Minusvalidez

Las concesiones requeridas para ayudar a los estilos de vida del minusválido son proporcionadas.

- Concesión Especial para el Minusválido: Esta concesión es pagada a la recepción con severidad a lisiados de la edad de 20 años o más quiénes requieren siempre el cuidado de enfermería.
- Concesión de Bienestar para Niños Minusválidos: Esta concesión es pagada a niños con severidades minusválidas (menores de 20 años de edad) quiénes requieren siempre el cuidado de enfermería.
  - \* **Ambas concesiones son limitadas según los ingresos.**

#### (3) Servicios de Apoyo en Casa

Este sistema provee apoyo para los lisiados en casa.

- Servicio de Ayuda en Casa: Envían a asistentes a las casas de las personas con severidad minusválida para ayudar con sus vidas diarias, como quehaceres de la casa y el cuidado con enfermería. Este servicio es limitado según el grado de invalidez.
- Cuidado de Tiempo Corto: Las instalaciones con enfermeras cuidan y proveen cariño a los de severidad minusválida durante un período corto de tiempo, cuando la persona principal de cuidado no puede cuidar de él/ella temporalmente.

#### (4) Subsidiarios de Costos Médicos

Si las personas siguientes reciben la asistencia médica con el seguro social en instituciones médicas, el apoyo es proporcionado para el pago individual de gastos. Este sistema es limitado según el grado de invalidez e ingresos.

- Físicamente y mentalmente lisiados (personas mayores o niños)
- Niños de 0 a 6 años de edad (antes de que entran en la escuela primaria)
- Personas Mayores con ingresos bajos entre los 65 años y 70 años de edad.
- Personas mayores solteros entre los 65 años y 70 años de edad.
- Madres y niños en familias que sean madre soltera
- Padres y niños en familias que sean padre soltero

#### <Para preguntas acerca de Asistencia Social>

Ayuntamiento de Fukushi-Ka TEL: 23-5130

Centros de Gobierno Local • Maruko TEL: 42-1118 • Sanada TEL: 72-2203 • Takeshi TEL: 85-2067

## Asistencia Social Para los Ancianos

### 1 Servicio de Apoyo al Estilo de Vida

Este sistema apoya las actividades diarias de los ancianos mayores de 65 o más.

#### (1) Apoyo al Estilo de vida con Servicio Ayuda en Casa

La ayuda en casa asiste a la gente de 65 años o más a quienes no son elegibles para el cuidado a largo plazo, con cosas como cocinar, ir de compras, lavar ropa, etc.

#### (2) Cuido Diario Correspondiendo a Cada estilo de Vida

Las guarderías proporcionan servicios como baños, comidas, y la recreación para la gente de 65 años o más quienes no son elegibles para el seguro de cuidado a largo plazo.

#### (3) Servicio de Comida

Los almuerzos son entregados diariamente a las casas de la persona mayor de edad y así averiguar de su salud. El requisito para este servicio es que el mayor de edad (65 años o más) además de ser soltero, o quienes tengan problema de hacer o conseguir comidas.

#### (4) La Instalación de Sistemas de Alarma de Emergencia

Los sistemas de alarma de emergencia son instalados en casas donde las personas mayores solteros de 65 años o más viven. Este sistema tiene un enlace directo a la estación de bomberos en caso de emergencias, como enfermedad repentina, accidentes, y o incendios.

#### (5) Apoyo Ligero en la vida Diaria

Este servicio proporciona el apoyo ligero, como limpiar la nieve y el mantenimiento alrededor de la casa, a aquellos que tengan 65 años o más viviendo en el alojamiento residencial libre de impuestos.

#### (6) Lavado y Seca del Futón

Este servicio proporciona el apoyo a aquellos que tienen la dificultad en la presentación de sus futones para secar. El objetivo para este servicio es aquellas personas de 65 años o más.

## 2 El Cuido de Seguros de Largo Plazo para los Ancianos

Este sistema extensamente social apoya el cuidado del anciano. Los residentes extranjeros que tienen 40 años o más y han sido residente por el periodo de un año o más deberían afiliarse a este sistema de seguros.

### (1) Procedimientos para Inscripción

Aquellos ancianos de 65 años o más deberían presentar "una forma de calificación" en el Koreisha-Kaigo-Ka cuando se mudan a la Ciudad de Ueda.

Aquellos de 40 a 64 años de edad pueden obtener su tarjeta de seguros sin cualquier procedimiento después de inscribirse en el seguro médico.

### (2) Uso de Servicios de Cuido

A fin de solicitar los servicios, es necesario para ser reconocido como necesitado de la enfermería del cuidado.

Después de reconocer que Ud. es necesitado, puede empezar a usar los servicios.

### (3) Recompensas

Las recompensas para aquellos ancianos de 65 años o más son calculadas sobre la base de sus ingresos y otros artículos. El pago de la recompensa puede ser hecho por la transferencia automática o con una cuenta de pago.

Los premios para aquellos de edad 40 a 64 son incluidos en las recompensas en los cuales ellos son matriculados, o en impuestos de seguro nacional de salud.

### <Para preguntas acerca de Asistencia Social de los Ancianos>

#### Ayuntamiento de Koreisha-Kaigo-Ka

TEL: 23-5131 (Servicio de Apoyo del Estilo de Vida) TEL: 23-6246 (El Seguro de Cuido de Largo Plazo para los Ancianos)

Centros de Gobierno Local • Maruko TEL: 42-0015 • Sanada TEL: 72-4700 • Takeshi TEL: 85-2119

## Alojamiento Publico del Municipio

La Ciudad de Ueda posee aproximadamente 1,900 complejos de alojamiento municipales en 44 áreas. Los arrendatarios son determinados por lotería que son realizados cada tres meses en junio, septiembre, diciembre y marzo.

El alquiler es calculado basado en los ingresos totales de los miembros de la familia. Los honorarios de servicios comunes y gastos para electricidad, gas, y agua son individualmente pagados por los arrendatarios.

### 1 Requisitos Para Vivir en Alojamiento del Municipio

(1) Los candidatos deben cumplir todas las exigencias siguientes:

- Las personas que no tienen una casa
- Las personas que residen o trabajan en la Ciudad de Ueda
- La persona que puede vivir junto con su familia (a personas que son solteras también puede permitirseles residir en el alojamiento municipal)
- Las personas que no tienen unos ingresos de casa totales que exceden el estándar especificado
- Las personas que pagan impuestos municipales

(2) Además, requieren a dos consignatarios (garantes). Según principios, ellos deberían tener la nacionalidad japonesa, hablar el japonés, tener ingresos, y pagar impuestos municipales.

### 2 Documentos Requeridos para la Solicitud

- Formulario de inscripción
- Certificado de Confirmación de Registro de Extranjero
- Los documentos que certifican sus ingresos
- Certificado de pago fiscal
- Los documentos que certifican otros hechos

### <Para preguntas acerca de Alojamiento de Municipio>

Ayuntamiento de Jutaku-Ka TEL: 23-5430

Centros de Gobierno Local • Maruko TEL: 42-3287 • Sanada TEL: 72-4331 • Takeshi TEL: 85-2793

\* También suministramos el alojamiento de prefectura. Por favor póngase en contacto con la División de Arquitectura, Oficina Regional de Josho para más información.

### <Para información acerca de Alojamiento de Prefectura>

División de Arquitectura, Oficina Regional de Josho TEL: 23-1260

## Servicios de Consulta

Podemos responder a las preguntas acerca de servicios administrativos y vida diaria.

Servicio de Consulta	Tiempo	Idioma	Dirección, Teléfono
Ayuntamiento de Shimin-Kyodo-Ka, Centro de Consulta General para Residentes Extranjeros	Lunes a Viernes 8:30 a 17:30	Portugués	1-11-16 Ote, Ciudad de Ueda TEL: 23-5334
Asociación de Intercambio Internacional de la Ciudad de Ueda (en la esquina del Intercambio Internacional, Ueda Freía Centro Fukushi)	Lunes a Viernes 13:00 a 16:00	Portugués (Martes solamente)	3-5-1 Chuo, Ciudad de Ueda TEL: 25-2630
División Internacional de Asuntos de la Prefectura de Nagano	Lunes a Jueves 8:30 a 17:15 Viernes 8:30 a 11:30	Portugués, Chino, Coreano, Inglés	692-2 Minaminagano, Ciudad de Nagano TEL: 026-232-3413
Asociación de la Prefectura de Nagano para Promocionar Intercambio Internacional (ANPIE)	Lunes a Viernes 9:00 a 17:30	Portugués, Chino, Tailandés, tagalog, Inglés	692-2 Minaminagano, Ciudad de Nagano TEL: 026-235-7186

Hay también varios servicios de consulta dentro de la ciudad incluso aquellos para consejo legal, accidentes de tráfico, orientación de salud, y criar niños, entre otros.

## Traducción e Interpretación

### 1 Traductores de Idioma

Los Interpretes traducen e interpretan el contenido de información administrativa de la Ciudad Ueda y servicios. Este servicio es usado para traducir e interpretar documentos necesarios e información a fin de promover el mayor entendimiento mutuo entre residentes con nacionalidades japonesas y extranjeras. Si no es para el objetivo de ganar dinero, cualquier residente puede usar este servicio.

**Idiomas que ofrece: portugués, español, chino, coreano, tailandés, indonesio, inglés, otro**

- Cuando hay una petición de interpretación o traducción, el contenido de la petición será examinado y un Traductor apropiado, que este registrado con la Ciudad de Ueda, será llamado.
- El pago recomendado es perfilado abajo, sin embargo, el pago debería ser ajustado según el contenido de la petición entre el Traductor y la persona que solicita el servicio.
- Tal vez no habrá intérpretes disponibles para algunas lenguas.

	Paginas, Tiempo, Otro	Cantidad
Traducción	A4, 1 página	2,000 yenes
Interpretación	Una Hora	1,000 yenes

<Para Información>

**Ayuntamiento de Shimin-Ka TEL: 23-5334**

### 2 Asociación de Prefectura Nagano para Promover el intercambio Internacional (ANPIE) Traducción y Servicios de Interpretación

Este es una traducción y el programa de interpretación realizado por la Asociación de la Prefectura Nagano para Promover el Cambio Internacional (ANPIE).

**Idiomas de objetivo: portugués, chino, Coreano, tailandes, Tagalog, inglés, otro**

- El trabajo de traducción excluye el contenido que es avanzado o enfocado por especialidad e incluye cartas sencillas, mensajes, o información en cambio internacional y cuestiones multiculturales.
- En un principio, la traducción es hecha en una base de honorarios. Los gastos (incluso el impuesto al consumidor) se describen abajo.
- Los servicios de interpretación están disponibles sólo para organismos públicos (excluyendo organizaciones relacionado a la prefectura).

	Paginas, Tiempo, Paginas, Otro	Cantidad
Traducción	A4, 1 página	4,200 yenes
Interpretación	Una Hora	3,000 yenes (Cargos de Transporte son separados) También se incluye tiempo de viaje.

<Para Información>

**Asociación de Prefectura Nagano para Promover Cambio Internacional (ANPIE)**

**TEL: 026-235-7186**



# III Servicios Médicos y Salud

## Instituciones Médicas

Usted debería familiarizarse con las instituciones médicas cerca de su casa y lugar de trabajo en caso de enfermedad o herida. Usted está llamado a ponerse en contacto con cada institución, cuando las horas de consulta se diferencian. Si usted tiene una tarjeta de seguro médico o el certificado, por favor traiga esto con usted y lleva a una persona que puede entender el japonés para acompañarle cuando consulte al doctor.

### Importante:

Para buscar instituciones médicas que proporcionan servicios en inglés, por favor vaya al sitio siguiente:  
Nagano Red de Información Médica: (<http://www.qq.pref.nagano.jp/qq/men/qqtpmenult.aspx>)

### ◆ Información en Cuanto a Instituciones Médicas que están Abiertas durante Vacaciones y por la noche

- (1) Este servicio proporcionará la información sobre instituciones médicas que usted puede visitar durante vacaciones o por la noche. El servicio está disponible en japonés.
- (2) Esta información es sólo para aquellos que tienen síntomas leves. En emergencias o casos críticos, por favor llame una ambulancia (Marque 119) para la ayuda.
- (3) Recomendamos que usted use este servicio con una persona que puede entender el japonés.

Red de Información de Emergencia de la Ciudad de Ueda (TEL: 26-0119, 38-0119)

Página de inicio de Ciudad de Ueda (Doctores disponibles por las tardes, vacaciones; dentistas y farmacias)

(<http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/tobani.html>)

Ciudad de Ueda Sitio Telefónico Móvil (<http://www.city.ueda.nagano.jp/hp/i/index.html>)

Emergencia de Prefectura de Nagano Servicio de Información Médico (área de Toshin TEL: 0120-890-421)

## Controles de Salud

La Ciudad de Ueda proporciona varios servicios médicos para promover estilos de vida sanos para residentes.

- \* Los residentes extranjeros que tienen un certificado del registro extranjero son cubiertos.
- \* Para detalles, por favor póngase en contacto con su centro de área local, porque la información puede diferenciarse.

Tipo	Edades Aplicadas (Edades dentro del año fiscal)	Contenido
Ayuda de control física	Suscriptores de seguro nacional de salud (35 años o más)	Ayuda después de controles físicos y cerebrales
Ayuda de control cerebral	35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, 70, 75 años	
Rayo X de pecho para tuberculosis	Personas mayores de 65 años	Rayos X pulmonares
Control de asistencia médica general	Se diferencia según el área	Medidas de cuerpo, análisis de sangre, examen, otro
Control de virus de hepatitis	Las personas que desean someterse al control de salud general	Análisis de sangre
Prueba para cáncer de mama	Se diferencia según el área	El control de pecho hecho por el doctor (visual, palpación) (una ultrasonografía será tomada si es necesario)
Mamografía	Se diferencia según el área	Rayos X de pecho (Una vez cada dos años)
Prueba para cáncer del útero	Se diferencia según el área	El examen de las células de la cerviz (la Citología será hecha si es necesario.)
Prueba para cáncer de estómago	Se diferencia según el área	Rayos X de estómago
Prueba para cáncer pulmonar	Personas con más de 40 años	Rayos X pulmonares
Prueba para cáncer intestinal grande	Se diferencia según el área	Inspección de sangre en heces (Dos días)
Prueba para cáncer de próstata	Hombres con más de 50 años	Análisis de sangre
Prueba para osteoporosis	Se diferencia según el área	Prueba de densidad de hueso
Chequeo de salud general (Fushime-kenshin)	Personas mayores de 40 años	Ayuda para varios honorarios de chequeo
Prueba para enfermedad periodontal	Se diferencia según el área	Prueba e información en enfermedad periodontal

- \* Usted compartirá en una parte de los honorarios de prueba a excepción de algunos exámenes.
- \* Varias consultas en salud y clases en la salud están también disponibles.

### <Para Información>

Ayuntamiento de Kenko-Suishin-Ka TEL: 28-7123 · 7124

Centros de Gobierno Local

• Maruko TEL: 42-1117 • Sanada TEL: 72-9007 • Takeshi TEL: 85-2067



## Maternidad y Salud Infantil

- \* Los residentes extranjeros que tienen un certificado del registro extranjero son cubiertos.
- \* Para detalles, por favor póngase en contacto con su centro de área local, porque la información puede cambiar.

### (1) Guía de Salud de Madre/Niño

- Si usted dará a luz en Japón, por favor obtenga la notificación del embarazo en una institución médica y preséntelo al Centro Médico a usted le será entregado entonces una Guía de Salud para Madre e Niño(a). (Esta guía debe registrar la historia de crecimiento de su bebé y vacunaciones.)
- Si usted requiere una guía en un idioma extranjero (inglés, portugués, chino, español, indonesio, y tailandés), por favor presenta una petición.

### (2) Chequeos de Salud General para Mujeres Embarazadas

Si usted tiene chequeos de salud en una institución médica mientras esta embarazada, usted puede recibir la ayuda financiera para los gastos de hasta dos pruebas. Las hojas de examen son publicadas con la Guía de Salud para Madre e Niño(a).

### (3) Chequeos de Salud para Infantes

Los chequeos de salud son realizados para comprobar la salud y crecimiento de el niño.

Los chequeos son hechos apartir de los cuatro meses, 10 meses, 1 año y seis meses, dos años, y tres años. Sin embargo, las fechas, los procedimientos, y los artículos a traer se diferencian según la región.

Para más detalles, por favor póngase en contacto con cada área directamente.

#### <Para Información>

Ayuntamiento de Kenko-Suishin-Ka TEL: 23-8244

Centros de Gobierno Local

• Maruko TEL: 42-1117 • Sanada TEL: 72-9007 • Takeshi TEL: 85-2067

### (4) Vacunas para Niños

Las personas que han completado su registro de extranjero pueden usar este servicio.

Tipo		Contenido	Edad Aplicable	
Inoculaciones de Grupo	BCG	Una vez	De tres a seis meses.	Gratis para los menores de tres meses.
	Polio	Dos veces en un periodo de seis semanas o más.	Tres a nueve meses	Gratis para los menores de siete años y seis meses de edad.
Inoculaciones de Individuo	Difteria, tosferina, tétano	Vacuna de tres-veces en un periodo de tres a ocho semanas, y después de un año, una vacuna adicional.	Tres a nueve meses.	
	Sarampión, sarampión	Una vez	Uno a menos de dos años de edad.	
		Una vez	Cinco a menos de siete años de edad, edad de un niño en guardería o kinder.	
Encefalitis japonesa	Dos vacunas en un periodo de una a cuatro semanas, y una sola vacuna adicional después de un año.	Tres a cuatro años.	Gratis para niños menos de siete años de edad y seis meses de edad.	

**Inoculaciones de grupo:** Éstos son realizados en centros sociales y otras posiciones en un grupo. Las listas y las posiciones serán proporcionadas en “el Boletín de noticias de Ciudad de Ueda.”

**Aplicación:** 13:30 a 14:10

**Que traer:** La Guía de Salud de Madre/Niño, hoja de pregunta (el inglés, el chino, el portugués, y las versiones en español están disponibles. Por favor aplíquese al Kenko-Suishin-Ka de antemano.)

**Inoculaciones individuales:** Éstos son realizados en instituciones médicas designadas dentro de la ciudad. Las listas y las posiciones serán proporcionadas por notificaciones enviadas individualmente y en el “Hoken Goyomi” publicadas por el Kenko-Suishin-Ka. Usted debe citarse de antemano por teléfono para las vacunaciones.

**Aplicación:** El Tiempo es diferente según las instituciones médicas. Usted esta llamado a comprobar los procedimientos para solicitar vacunaciones de antemano.

**Que traer:** La Guía de Salud de Madre/Niño, hoja de pregunta (el inglés, el chino, el portugués, y las versiones en español están disponibles. Por favor aplíquese al Kenko-Suishin-Ka de antemano), el termómetro.

- \* No hay ningún intérprete. Por favor vaya con una persona que puede hablar el japonés porque habrá algunas preguntas hechas en cuanto a la salud del niño. Antes de someterse de una vacunación, por favor compruebe la condición de salud de su niño.

#### <Para información>

Ayuntamiento de Kenko-Suishin-Ka TEL: 28-7123

Centros de Gobierno Local

• Maruko TEL: 42-1117 • Sanada TEL: 72-9007 • Takeshi TEL: 85-2067

## Párvulos (Guarderías)

Los encargos de Guardería proveen cuidado y cariño a infantes y niños menores de edad en escuela primaria cuando los padres no pueden cuidar de ellos durante el día por la razón que sea, por ejemplo los padres si trabajan o si hay una enfermedad en la casa para ello. Se requiere que infantes y niños tengan una Tarjeta de Registro de Extranjero a fin de poder aplicar.

### 1 Procedimientos de Solicitud

- ① Si usted desea colocar a su niño en una Guardia desde abril, por favor aplique con cinco meses de anticipación. Es posible entrar en un jardín de infancia durante el año escolar si hay suficiente lugar, por lo tanto, después del procedimiento de aplicación, por favor hable de este con la persona apropiada. Excluyendo emergencias, puede no ser posible recibir a un niño en medio del año escolar.
- ② Por favor siga los procedimientos de aplicación en los centros de Kenko-Fukushi-Ka locales en Maruko, Sanada, y Takeshi. Los requisitos de aplicación a presentar son los siguientes:
  - Aplicación de la Guardería (Por favor presente este en el momento de la aplicación)
  - Constancia de Empleo
  - Recibos de pago de impuesto sobre la renta del año anterior o declaración de renta final (la Prueba del pago fiscal del impuesto de residencia del año anterior es necesaria si la persona no se ha registrado en la Ciudad Ueda el 1 de enero del año anterior.)
- ③ Aplicando a una Guardería en medio del año escolar, primero decida a qué escuela desea enviar a su niño (a) y luego, solicite la aplicación. Por favor aplique antes del 15 del mes anterior para la fecha cuando usted desea tener a su niño en el parvulario.

### 2 Matricula Escolar de Las Guarderías

La matricula de las Guarderías son calculadas en base al impuesto sobre la renta del año anterior del padre. Para aquellos que no tienen el impuesto sobre la renta a partir del año anterior, las matriculas son calculadas usando la información fiscal a partir del año antes de esto.

### 3 Otro

- Los sistemas especiales para cuidado de niños de horas extras y cuidado de niños temporal están también disponibles.
- En caso de que usted decida terminar la aplicación de la Guardería o su niño abandona la escuela debido a una transferencia fuera de la ciudad, por ejemplo, por favor póngase en contacto con la Guardería, Hoiku-Ka, y el Kenko-Fukushi-Ka de Maruko, Sanada, y centros de administración municipal Takeshi.

#### <Para información acerca de las Guarderías>

**Ayuntamiento de Hoiku-Ka TEL: 23-5132**

**Centros Locales en cada área • Maruko TEL: 42-1118 • Sanada TEL: 72-2203 • Takeshi TEL: 85-2067**

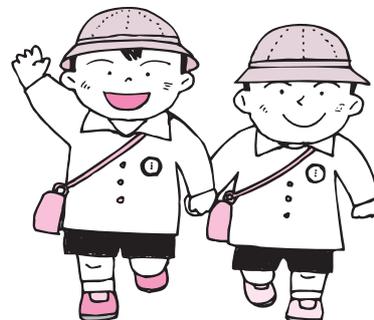
## Jardines de Infancia

Los jardines de infancia aceptan niños de tres años hasta niños de escuela primaria. Los niños van al jardín de infancia durante cuatro horas cada día. Por favor pregúntele para detalles, cuando hay jardines de infancia tanto públicos como privados en la Ciudad Ueda, y los métodos de aplicación ya que los honorarios se diferencian.

#### <Para información acerca de Jardines de Infancia>

**Jardines de Infancia Públicos Oficina del Área de Educación de Maruko TEL: 42-1044**

**Jardines de Infancia Privados Por favor informase en el Jardín directamente.**



## Escuelas Primarias y Secundarias

### 1 Sistema de Educación Japonés

- (1) El sistema de educación japonés consiste en escuelas primarias (seis años) e institutos de enseñanza secundaria (tres años), que son obligatorios. Los candidatos pueden continuar a la escuela preparatoria después de graduarse en el instituto de enseñanza secundaria. El año escolar comienza en abril y finaliza el marzo siguiente.
- (2) A los niños de residentes extranjeros no los obligan a asistir a la escuela elemental e institutos de enseñanza secundaria en Japón, sin embargo, de ser deseado, el niño puede entrar o ser admitido a la escuela en la mitad de trimestre.

### 2 Formalidades de Entrada

- (1) Cuando un niño alcanza la edad escolar, la escuela enviará una notificación. Para aplicar, por favor traiga el certificado del candidato de registro extranjero y sello personal a la mesa directiva de Educación de la Ciudad de Ueda, y presente un formulario de inscripción en la entrada.
- (2) La colocación es determinada por la mesa directiva de Educación, de acuerdo con la edad del niño.

### 3 Matriculación de Escuela

- (1) La matrícula y los pagos de libro de texto de la escuela elemental e institutos de enseñanza secundaria son gratis, sin embargo, los gastos para almuerzos escolares y provisiones deben ser pagados por los padres.
- (2) El almuerzo escolar es servido durante la hora de comer y almuerzos traídos de casa no es necesario prepararlos.

### 4 Otro

Por favor póngase en contacto con la escuela si usted vuelve a casa o es transferido o se muda a otra ciudad.

#### <Para información>

**Gakko-Kyoiku-Ka, Mesa Directiva de Educación TEL: 23-5101**

**Oficinas de Educación en cada área. • Maruko TEL: 42-1044 • Sanada TEL: 72-2655 • Takeshi TEL: 85-2030**

## Curso Intensivo de japonés “Niji-No-Kakehashi”

El Curso de japonés Intensivo consiste en una aula donde el japonés puede ser intensivamente estudiado durante un período corto de tiempo, cuando un niño (principalmente de América Latina) quién se ha trasladado en elemental o instituto de enseñanza secundaria y no entiende el japonés inmediatamente después de llegar a Japón. Este programa ayuda a los estudiantes a adaptarse a la escuela en una etapa temprana adquiriendo el japonés y por un entendimiento del sistema escolar. Hay variaciones individuales por edad y adquisición de lengua, sin embargo, en tres a seis meses, el estudiante puede volver a su escuela primaria o instituto de enseñanza secundaria.

### 1 Procedimientos

Por favor envíe una petición a la ciudad de la mesa directiva de Educación de la Ciudad de Ueda.

### 2 Gastos

Como con la matrícula de las escuela elemental e institutos de enseñanza secundaria, no hay ningún honorario en esta clase. Los gastos para materiales de enseñanza y gastos de almuerzo escolares son los únicos gastos adicionales pagados por los padres.

### 3 Otro

- (1) Como principio, se espera que padres o un familiar dejen y recojan a sus niños en la clase.
- (2) Puede haber lista de espera debido a la capacidad del cuarto y el número de estudiantes.

#### <Para Preguntas acerca de “Niji-No-Kakehashi”>

**Mesa Directiva de Gakko-Kyoiku-Ka TEL: 23-5101**

## Clases de Japonés

Este es una lista de clases japonesas para residentes extranjeros. Para preguntas en cuanto a contactos, etc., por favor póngase en contacto con cada uno directamente.

Nombre de clase	Día y Tiempo	Lugar
Himawari-No-Kai	Sábado (10:00 a 11:30)	Chuo Kominkan
Club de Nihongo “Sakura”	Miércoles (19:30 a 21:00)	Ueda Sozokan
Josho Nihongo Koza	Domingos (tres veces al mes) (13:30 a 15:00)	Ueda Sozokan
Minori-No-Kai	Sábados (13:15 a 14:30)	Shimin Plaza “U”
Oya-To-Ko-No-Nihongo Kyoshitsu	Domingos (10:00 a 12:00)	Centro de Fureai Fukushi
Yuai Maruko	Sábados (10:00 a 11:30)	Centro Voluntario de Maruko

#### <Para Información acerca de clases de japonés>

**Ayuntamiento de Shimin-Ka TEL: 23-5334**

**Asociación Internacional de Intercambio de Ueda TEL: 25-2630**

## 1 Consultas Relacionadas al Empleo

### (1) Cuando usted busca trabajo

- ◆ Es necesario tener el estado de visado apropiado para trabajar en Japón.
- ◆ Varios servicios están disponibles para residentes extranjeros en “Hello Work,” incluso la orientación de carrera, información en empleos disponibles, y mediación con patrones. El sistema en línea está relacionado con aproximadamente 600 oficinas de “Hello Work” en todo el país e información de trabajo puede ser buscado a escala nacional. Además, una esquina de servicio de empleo para residentes extranjeros ha sido establecida y los intérpretes están disponibles en los días siguientes y tiempos.

Idioma	Día	Tiempo
Portugués	Lunes	13:00 a 17:00
	Viernes	13:00 a 17:00
Chino	Jueves	13:00 a 17:00

- Horas de oficina para “Hello Work” son de 8:30 a 17:15 (Cerrado: los sábados, los domingos, fiestas nacionales y vacaciones del fin del año). El estado de visado y el período de residencia serán comprobados y se solicita que usted traiga su pasaporte y Tarjeta de Registro de Extranjero con usted cuando usted visita.
- Visitando “Hello Work,” por favor vaya a la recepción primero donde usted llenará una forma de solicitud de empleo. Basado en la información proporcionada en la forma de solicitud de empleo, le preguntarán sobre su tipo de trabajo deseado y condiciones de trabajo. Sus capacidades (calificaciones, licencias, experiencia, etc.) y aptitud serán consideradas la información de empleos que estrechamente hacen que sus peticiones serán buscadas.

### (2) Cuando usted Renuncia

Un sistema de seguro de desempleo está en operación en Japón. Este sistema pretende proporcionar la estabilidad a personas actualmente empleadas y proporciona subsidios de pago a aquellos que están desempleados a fin de proporcionar la estabilidad en sus vidas diarias y promover su regreso al trabajo. Los subsidios de pago son cubiertos por el seguro que los empleados y los negocios pagan. Si usted es empleado en Japón, el seguro debe ser pagado sin tener en cuenta la nacionalidad. Si usted es empleado en una compañía y no paga en el esquema de pago, por favor póngase en contacto con “Hello Work” después del empleo.

Si las condiciones siguientes son cumplidas, cuando renuncia, usted puede recibir subsidios de pago después de la fecha de su renuncia hasta un año, y las ventajas pueden ser recibidas al límite para un número decidido de días.

- ① La confirmación que la persona ya no es asegurada.
- ② Que la persona esté en una situación donde él o ella no puedan trabajar, aunque él o ella posean la intención y la capacidad.
- ③ Que la persona, en principio, haya pagado el seguro durante más de seis meses, un año antes de la fecha de la renuncia.

Para solicitar el seguro de empleo, por favor traiga los documentos siguientes a “Hello Work” después de la renuncia: ① constancia de la renuncia, ② tarjeta de seguro, ③ sello personal, ④ constancia de residencia y edad (Tarjeta de Registro de Extranjero, otro), ⑤ dos fotos recientes, ⑥ y libreta de ahorros (con su nombre).

#### <Para Información>

“Hello work” de Ueda (Oficina de Empleo Publico de Seguro de Ueda) 2-4-70 Tenjin, Ciudad de Ueda TEL: 23-8609

## 2 Consultas Relacionadas al Empezar a Trabajar

La Oficina de Estándares de Labor de Inspección de Ueda puede responder al siguiente.

- Cuando las condiciones de trabajo son diferentes que el acuerdo.
- Cuando una persona ha sido de repente despedida de un trabajo.
- Cuando a una persona le ha dicho la compañía a la cual ellos han sido enviados que ellos no son “necesarios” y han sido despedidos.
- Cuando el dinero de horas extras no ha sido recibido, aunque las horas extras hayan sido trabajadas.
- Cuando la paga no es recibida.
- Cuando ni los chequeos, ni la higiene segura es practicada, hasta en condiciones de trabajo arriesgadas.
- Cuando la información es necesaria en cuanto a calificaciones necesarias de comenzar el trabajo en campos peligrosos como con carretillas elevadoras y grúas.
- Cuando una persona ha sido herida durante horas que viajan a diario o en el trabajo y la compañía no ha respondido, aunque haya sido consultado.
- Cuando una persona ha sido intimidada, acosada sexualmente en el lugar de trabajo.

### ◆ Seguro por Accidente de Trabajo (Compensación de Trabajo)

- (1) Este es un sistema que proporciona la compensación cuando una persona ha sido herida o ha caído enferma durante horas de trabajo o ha tenido cambios, y si los problemas permanecen o la persona muere de tales heridas.
- (2) En principio, patrones que emplean a una persona obligando a afiliarse a este esquema.
- (3) Todos los trabajadores, incluso empleados regulares, trabajadores de media jornada, empleados temporales, y aquellos que son empleados cada día, sin tener en cuenta la nacionalidad, son cubiertos conforme a este esquema (incluso aquellos que realizan trabajo un sólo día es cubierto por el seguro.)
- (4) El pago para este seguro es hecho completamente por el patrón (compañía).

#### <Para Consultas>

Lugar	Idioma	Día (Tiempo)	Teléfono
Departamento Estándar de Labor de Kantoku-Ka, Oficina de Labor de Nagano	Portugués	Lunes, Miércoles (9:00 a 17:00)	026-223-0553
Oficina de Estándar de Labor de Ueda de Kantoku-Gakari,		Lunes a Viernes (8:30 a 17:15)	0268-22-0338

## Asociaciones de el Vecindario

Las asociaciones de vecindad son las asociaciones de los residentes voluntarios que son organizadas en cada área, con el objetivo de promover el intercambio entre la gente que vive en la misma área, el desarrollo del área, y mejorar servicios de asistencia social. La mayor parte de residentes se afilian a asociaciones de vecindad. Las asociaciones de vecindad incluyen grupos más pequeños también, que son arreglados por la gente que vive cerca uno del otro.

### 1 Actividades Principales

#### ◆ Prevención de el Crimen

Las luces son instaladas y mantenidas a fin de prevenir el delito durante horas de la tarde y promover la seguridad del área.

#### ◆ Prevención de Desastre

La prevención de desastre es promovida por taladradoras de desastre y fuego.

\* **Cuando los desastres como terremotos e inundaciones ocurren, encontrando instalaciones manejadas por los organismos rectores locales, incluso comunidad y salones públicos, se hacen los primeros refugios. La distribución de arroz y las provisiones son hechas por las organizaciones locales. En caso de un desastre, es necesario cooperar con personas que son cercanas. El intercambio y la cooperación con vecinos de cada quien deberían ser valorados en este tiempo.**

#### ◆ Actividades y Recreaciones Deportivas

Actividades culturales, encuentros atléticos se encuentran, y los festivales son realizados para promover el intercambio entre residentes en el área.

#### ◆ Limpieza y Recursos para Reciclar en el área

Las actividades como la limpieza de caminos, zanjas y parques, la dirección de estaciones de desecho, y recolección de reciclables de casas son realizadas para crear un ambiente habitable para los residentes.

#### ◆ Anuncios Públicos

Los anuncios públicos y la información de la ciudad son distribuidos.

#### ◆ Otras actividades, como Asociaciones de Niños, Club de Ancianos, Club de Deportes, y otros se llevan a cabo.

### 2 Como Asociarse

Es recomendación que usted se afilie a una asociación de vecindario a fin de familiarizarse con el área y llegar a conocer aquellos en su vecindad. Para aplicar, por favor póngase en contacto con el director de la asociación de el vecindario.

### 3 Cuotas de Membresía de la Asociación del Vecindario

Las cuotas de socio son calculadas en la base al gasto anual de la asociación y es pagado por familia. Los honorarios se diferencian en cada área. Para la información en los honorarios exactos, por favor póngase en contacto con su asociación de vecindario.

### 4 Asociaciones de Niños

Las Asociaciones de Niños son principalmente para niños de escuela primaria. Esta asociación conduce actividades de deportes y “ejercicios de radio” para promover la interacción entre niños y asegurar que ellos tienen una educación sana. Los honorarios de actividad pueden ser coleccionados, por ejemplo, como honorarios de asociación o como honorarios para criar el niño.

## Instalaciones de Transporte

### 1 Ferrocarriles

(1) El Tren Bala de JR (shinkansen), Tren de Shinano, y la línea de Bessho de Ueda Kotsu tienen recorridos en la ciudad.

(2) Puede comprar boletos en las ventanillas de boletos o en las máquinas en cada estación.

#### <Para Información>

- Estación de Ueda, Compañía Este del Ferrocarril de Japón TEL: 21-0657
- Estación de Ueda, Ferrocarril de Shinano TEL: 22-1400
- Estación de Ueda, Línea de Bessho, Ueda Kotsu TEL: 22-3612

### 2 Autobuses

(1) El Autobús de Joden y las compañías de Autobús Chikuma corren en la Ciudad Ueda. Compruebe el destino antes de la utilización.

(2) Subir al autobús del medio o la puerta de atrás y tomar un boleto del dosificador localizado en la puerta. Cuando usted quiera bajarse del autobús, presionar el botón cerca de la ventana para notificar al conductor.

(3) Bajándose del autobús, compruebe su boleto de número con la tarifa que aparece en la pantalla superior y colocar el dinero con el boleto de número en la caja de tarifa al lado del conductor.

#### <Para Información>

- Autobús de Joden TEL: 22-1504
- Autobús de Chikuma TEL: 22-2363

### 3 Taxis

Los taxis están disponibles en paradas de taxis o en todas partes en la calle y pueden ser aclamados levantando su mano. Usted también puede llamar para reservar un taxi para un precio adicional (Los cargos se aplican la noche última y temprano en la mañana.)

#### <Para Información>

- Ueda Kanko Jidosha TEL: 22-0200
- Taxi de Shioda Kanko TEL: 38-3151
- Taxi de Sugidaira Kanko TEL: 22-8484
- Taxi de Matsuba TEL: 23-1161
- Taxi de Ueda Dentetsu TEL: 22-0055
- Taxi de Showa TEL: 22-0400
- Taxi de Fujimori TEL: 35-0050

## Eliminación de Basura y Reciclaje

La recolección de basura se diferencia según el área donde usted vive. Por favor observe las reglas en su comunidad (el uso de bolsas de basura autorizadas, la inclusión de su nombre, separación, designación de días disponibles y sitios, etc.). La basura que ha sido clasificada incorrectamente no será recolectada. Se solicita de su cooperación y así nos ayude a reciclar y evitar los gastos del tratamiento de desecho.

### Eliminación de Basura

Tipo de Basura		Área de Ueda	Área de Maruko	Área de Sanada	Área de Takeshi
Basura Que se quema (Dispuesto en bolsas autorizadas locales y traído a la colección señalado durante los días designados)		La basura de cocina, el papel, los productos de cuero, futones, y los adornos de ramas/árbol ( se adjuntan en bolsas de 30 kg autorizados)	La basura de cocina, el papel, los productos de cuero, materiales aparte de algodón, y los adornos de ramas/árbol (adjuntan a bolsas de 30 kg autorizados)	La basura de cocina, el papel, los productos de cuero, futones, y los adornos de ramas/árbol (se adjuntan en bolsas de 30 kg autorizados)	La basura de cocina, el papel, los productos de cuero, futones, y los adornos de ramas/árbol (se adjuntan en bolsas de 30 kg autorizados) (se adjunta en una calcomanía autorizado)
Basura que no se quema (Dispuesto en bolsos autorizados locales y traído a la colección señalado durante días designados)	Plástico	Materiales que muestran la señal “  ”, styrene espuma, envolturas plásticas	Materiales que muestran la señal “  ”, styrene espuma, envolturas plásticas, otros productos plásticos, hule	Materiales que muestran la señal “  ”, styrene espuma, envolturas plásticas, otros productos plásticos, charolas de comida, hule	Materiales que muestran la señal “  ”, otros productos plásticos, hule, charolas de comidas de color, otro
	Basura que no se quema	El metal, la cerámica, los pequeños aparatos electrodomésticos, la vajilla de cristal, cosméticos, el cuero sintético, el caucho, los cubiertos y el cristal roto (se abrigan en el papel antes de eliminar), las bombillas, otro	El metal, la cerámica, las pequeñas aplicaciones de casa, la vajilla de cristal, cosméticos/del aceite, los cubiertos y el cristal roto (se abrigan en el papel antes de eliminar), las bombillas, latas de spray/aerosol (agujeros de perforadora en poder antes de disponer), prendedores que son ya no utilizables, latas (para la comida/bebida), botellas de cristal (para la comida/bebida, que son separados por el color en puntos de colección en cajas diferentes; no es necesario usar bolsos autorizados), baterías (lugar en la bolsa de plástico clara; no es necesario usar bolsos autorizados), otro	El metal, la cerámica, pequeñas aplicaciones de casa (menos de 5 kilogramos), vajilla de cristal, casos cosméticos, cubiertos y cristal roto (se abrigan en el papel antes de eliminar), las bombillas, latas de spray/aerosol (agujeros de perforadora en poder antes de disponer), prendedores que son ya no utilizables, latas (para la comida/bebida), botellas de cristal (para comer la bebida), botellas PET (quitan tapas y etiquetas plásticas), termómetros de tubos/baterías/mercurio fluorescentes (lugar en el bolso; no es necesario usar bolsos autorizados), otro	El metal, la cerámica, la vajilla de cristal, cubiertos (se abrigan en el papel antes de disponer), las bombillas, latas de spray/aerosol que son bandejas de alimento ya no utilizables, blancas, styrene espuma, latas (para la comida/bebida), botellas de cristal (para la comida/bebida), otro
Recursos reciclables (Traiga al reciclaje de centros de colección durante días designados)	Papel	Los periódicos, los prospectos de anuncio, las revistas, los libros, los bolsos de papel, las cajas de cartón, otro (cada uno debería estar ligado juntos según el tipo)	Los periódicos, los prospectos de anuncio, las revistas, los bolsos de papel, cajas de cartón (cada uno debería estar ligado juntos según el tipo), los pequeños productos de papel (a contenedores de punto de colección)	Los periódicos, los prospectos de anuncio, las revistas, los bolsos de papel, las cajas de cartón, otros productos de papel (cada uno debería estar ligado juntos según el tipo)	Los periódicos, los prospectos de anuncio, las revistas, los bolsos de papel, las cajas de cartón, otros productos de papel (debería ser traído a la estación de colección de desecho según el tipo)
	Tela	Los suéteres, las camisas, los pantalones, las sabanas, las toallas, otro (colocan en bolsas claras)	Productos de algodón (doblado y ligados juntos)	Puestos en bolsas claras	
	Vidrio	Bebidas, alimento, medicina	Separado a basura que no se quema	Separado a basura que no se quema	Separado a basura que no se quema
	Latas	Bebidas, alimento, medicina, cumbres/tapas de conservas alimenticias	Separado la basura que no se quema	Separado a basura que no se quema	Separado a basura que no se quema
	Botellas de PET	Los artículos que muestran la palabra “PET” (quitan tapas y etiquetas plásticas)	Los artículos que muestran la palabra “PET” (quitan tapas y etiquetas plásticas y pongan en contenedores de punto de colección)	Separado la basura que no se quema	Los artículos que muestran la palabra “PET” (quitan tapas y etiquetas plásticas y lugar en redes azules en estaciones de colección de basura)
	Basura venenosa/arriesgada	Los tubos fluorescentes, las baterías, los termómetros de mercurio, las latas de spray/aerosol, prendedores que no son utilizables	Los termómetros de mercurio (colocado en bolsos claros), tubos fluorescentes (los tubos directos deberían estar ligados; los tubos redondos deberían ser colocados en cajas a partir del tiempo de compra)	Separado la basura que no se quema	Los tubos fluorescentes, termómetros de mercurio (coloca en bolsos claros y etiquetado por sala y nombre de cabeza de familia)
	Otro		Espuma de Styrene, bandejas de alimento blancas (colocado en contenedores de almacenaje en puntos de colección)	Mantas (doblado y ligado de través)	
Basura abultada	Se puede quemar	Traer al centro de Limpieza de Ueda (Días Semanales: 8:30-11:45, 13:00-16:00)	Traer al centro de Limpieza de Maruko (Días Semanales: 9:00-11:30, 13:00-16:00)	Traer al centro de Limpieza de Ueda (Días Semanales: 8:30-11:45, 13:00-16:00)	Traer al centro de Limpieza de Maruko (Días Semanales: 9:00-11:30, 13:00-16:00)
	No se puede quemar	Póngase en contacto con la compañía de eliminación de basura	Contacta la compañía de eliminación de basura.	Elimina en locales autorizados en días designados.	Traiga a Takeshi Haikibutsu Shori-Jo (centro de eliminación de desperdicios) (jueves y domingos: 9:00-16:00)

\* Para eliminar televisiones, aire condicionados, maquinas de lavar, refrigeradores o congeladores, por favor llama la tienda donde compraste el producto (Cargos adicionales se aplicaran)

\* Folletos explicando como deshacerse de la basura son disponibles en ingles, portugués, español, chino, coreano, tailandés e indonesio en el área de Ueda. El área de Maruko tiene folletos en ingles y portugués.

<Para información acerca de eliminación de basura y reciclando>

Ayuntamiento de Haikibutsu-Taisaku-Ka TEL: 22-0666

Centros Locales en cada área

• Maruko TEL: 43-2131 • Sanada TEL: 72-0154 • Takeshi TEL: 85-2793

## Electricidad

Use aplicaciones sólo eléctricas que indican “100 V, 60 Hz.” Tenga cuidado usando aplicaciones eléctricas del extranjero.

### 1 Como Empezar a Usar Electricidad →

**<Compañía de Energía Eléctrica de Chubu, Inc. Escritorio de Información TEL: 84-2100>**

Si usted se mueve a la Ciudad Ueda y desea comenzar a usar la electricidad, por favor notifique a la Energía Eléctrica de CHUBU, Inc. de su dirección, nombre, número de teléfono, y Número de Cliente\*, así como el día que usted desea comenzar a usar la electricidad.

\* **Número de cliente: Este es escrito en la forma que cuelga en el metro o caja eléctrica.**

### 2 Pagos → <Ryokin-Ka, Oficinas Sucursales, Compañía de Energía Eléctrica de Chubu, Inc. TEL: 23-8209>

#### (1) Pagos Eléctricos

Las facturas de la luz serán enviadas cuatro o cinco días después de la lectura de el contador. El pago puede ser hecho en bancos, correos, tiendas de conveniencia (que son capaces de aceptar pagos para la Energía Eléctrica de Chubu, Inc.) o las sucursales del Compañía Eléctrica de Chubu, Inc.

Por favor asegúrese de pagar los gastos al rededor de la fecha indicada en la cuenta.

#### (2) Transferencia Automática

Usted puede pagar su cuenta eléctrica vía la transferencia automática de bancos designados u otras instituciones financieras.

Si la cuenta eléctrica anterior es transferida en el día de transferencia inicial que es aproximadamente 10 días después de la lectura de el contador, la cuenta del mes corriente será rebajada a 50 yenes\*. Si este método del pago es seleccionado, su número de cuenta, firma o sello personal que usted registró al banco y el número de cliente son requeridos. Usted debe pagar la cuenta usando el método de papel explicado en (1) por su parte o dos meses hasta que la aplicación de transferencia automática sea completada.

\* **Aplicable para usuarios de la electricidad de precio de metro, suministro de electricidad de voltaje bajo durante tiempos específicos, y electricidad de voltaje bajo suministran por tres horas.**

### 3 En el Caso de Corte de Energía Eléctrica →

**<Sucursal de la Oficina de Ueda, Compañía de Energía Eléctrica de Chubu, Inc. TEL: 22-1240>**

En caso de un corte de energía eléctrica o cuando demasiada electricidad está siendo usada, el cachón se apagará y la energía saldrá. Apague las aplicaciones que usted usaba y encienda el cachón de nuevo. En el caso que la electricidad no vuelva después de encender el cachón, por favor póngase en contacto con la compañía eléctrica.

### 4 Terminación de Servicios Eléctricos →

**<Compañía de Energía Eléctrica de Chubu, Inc. Escritorio de Información TEL: 84-2100>**

Si usted desea terminar los servicios de Energía eléctrica, por favor informe a la Sucursal de Ueda a la Compañía de Energía Eléctrica de Chubu, Inc., de su dirección, nombre, número de teléfono, número de cliente, informando que desean terminar el servicio, y su nueva dirección, si usted se mueve, cinco días antes de la fecha usted desea terminar los servicios. Un representante vendrá a su casa en la fecha que usted se mueve para el pago de su cuenta.

**<Para más Información>**

**Oficina Sucursal de Ueda, Compañía de Energía Eléctrica de CHUBU, Inc. 1-7-29 Chuo-ku, Ciudad de Ueda TEL 22-1240**

## Gas

Tanto natural como gas propano son suministrados en la ciudad. El tipo de gas que usted puede usar depende del área en la cual usted vive. Usted debe usar aplicaciones de gas que corresponden al tipo de gas que es suministrado, o esto puede causar un accidente serio. Si usted compra aplicaciones de gas o ya posee uno, o se mueve, por favor pregunte a la compañía de gas más cercana si la aplicación puede ser usada.

### 1 Como Empezar a Usar el Gas

Si usted se mueve a la Ciudad Ueda y desea comenzar a usar el gas natural, por favor póngase en contacto con el Gas Ueda (en el área Ueda) o Nagano Toshi Gas (en el área de Maruko). Un representante de la compañía de gas visitará su casa durante el día que usted se mueve e inspeccionará para asegurarse que no hay ninguna fuga de gas y que las aplicaciones de gas y los tubos de gas abren en buenas condiciones ante las válvulas de gas.

El Gas de Ueda y Nagano Toshi Gas le darán “una Guía de Seguridad para Usar el Gas Natural”, que está disponible en inglés, español, portugués, chino, coreano, y persa). Usted debería leerlo a fondo.

Para el uso de gas de propano, por favor póngase en contacto con la compañía de gas propano más cercana para más información.

### 2 Pago

- Ueda Gas hará lecturas de metro y coleccionará pagos cada dos meses (sin Embargo, las lecturas de metro serán hechas en el mes después de que usted comienza a usar el gas.)
- Nagano Toshi Gas hará lecturas de metro y coleccionará pagos cada mes.
- Honorarios de Gas puede ser pagado por la transferencia automática de su cuenta de banco o correos. Los representantes le darán un formulario de inscripción para la transferencia automática abriendo la válvula de gas. El pago también puede ser hecho en tiendas de conveniencia, bancos, o correos.
- Por favor pregunte a la compañía de gas propano más cercana sobre detalles de lecturas de metro y métodos de pago.

### 3 Si hay Un Escape de Gas

- Cierre todas las válvulas de gas.
- Abra todas las ventanas y puertas para ventilar el cuarto.
- NO usar el fuego.
- NO encender aparatos eléctricos.
- Cerrar la válvula de contador de gas.
- Avisar a la Compañía más cercana de gas.

### 4 Terminado el Servicio de Gas

Si usted desea terminar el servicio de gas, notificar a la compañía de gas al menos cinco días antes del día que usted desea parar el servicio. Un representante visitará su casa durante el día que usted se muda para comprobar su cuenta final.

**<Para información>**

**Gas Natural: Ueda Gas (Ueda área) 4-29-3 Tenjin, Ciudad de Ueda TEL: 22-0454**  
**Nagano Toshi Gas (Área Maruko) 3992 Shiokawa, Ciudad Ueda TEL: 42-4490**

**Gas Propano: Tienda más cercana de Gas Propano**

## Agua

### 1 Como Empezar a Usar los servicios de Agua

Si usted quiere comenzar a usar el servicio de agua, por favor visite el Eigyo-Ka, Jougesuido-kyoku (la división de costos del abastecimiento de agua y oficina de alcantarillado) antes del mediodía del día anterior que usted desea comenzar a usar el agua. Entonces usted necesitará su sello personal y 1,000 yenes, que es el precio para abrir el servicio de agua.

Entonces, usted también puede comenzar a pagar los honorarios de agua por la transferencia de banco automática. Por favor traiga su libreta de banco y su sello personal con el que usted abrió su cuenta bancaria.

Si el día antes del día que usted desea comenzar a usar el servicio de agua es vacacion, por favor haga su aplicación la primera jornada laboral antes de aquel día.

\* **Los servicios de agua en partes de Shioda y Kawanishi son hechos funcionar por la prefectura. Por favor póngase en contacto con el siguiente para aplicar.**

**Suplente Prefectura de Agua de Nagano, Compañía de Densan Compañía Ltd. TEL: 29-0810**

**El sistema de alcantarillado en esta área es hecho funcionar por la ciudad. Las aplicaciones al Jougesuido-kyoku no son necesarias, sin embargo, por favor nota que los gastos para servicios de agua y servicios de alcantarillado son facturados por separado.**

### 2 Pago de Cargos de Agua

Su factura de agua es calculada según la cantidad del agua usada por ánima de tubo durante un período de dos meses y es cobrada cada dos meses.

Si usted también usa el sistema de alcantarillado, los gastos serán facturados juntos con la cuenta de agua.

#### (1) Transferido Automático

Usted puede pagar cuentas por la transferencia automática de su cuenta bancaria o postal. Por favor solicite la transferencia automática en instituciones financieras, correos, el Eigyo-ka, o las Oficinas de Alcantarillado y Abastecimiento de Agua en los centros de administración municipal en cada área.

#### (2) Pagos de Agua

Las facturas de agua son enviadas en el mes después de lectura de metro. El pago puede ser hecho hacia el final del mes en instituciones financieras, correos, tiendas de conveniencia, el Eigyo-ka, o las Oficinas de Alcantarillado y Abastecimiento de Agua en los centros de administración municipal en cada área.

### 3 Cancelar los Servicios de Agua

Si usted termina los servicios de agua debido al traslado, etc., por favor proporcione el Eigyo-Ka, Jougesuido-kyoku o las Oficinas de Alcantarillado y Abastecimiento de Agua en los centros de administración municipal en cada área su nombre, dirección (donde usted usa los servicios de agua), la fecha para terminar el servicio, nueva dirección, y número de teléfono un día antes de la fecha que usted desea dejar de usar los servicios. El resto le será enviado más tarde. Si usted reside en partes de Shioda y Kawanishi, por favor póngase en contacto con Nagano Prefecturas Abastecimiento de Agua, Densan Compañía Ltd.

### 4 Problemas de Servicio de Agua

En caso de un problema con el servicio de agua, póngase en contacto con la tienda de fontanería más cercana o tiendas que realizan tales reparaciones. Esta lista le será enviada por la asociación de vecindad dos veces al año.

Si usted reside en un apartamento o casa alquilada, póngase en contacto con estas tiendas después de consultar con el propietario.

<Para información acerca de agua>

Eigyo-Ka

TEL 22-1313

Centro de Gobierno Local

• Maruko TEL 42-1128

• Sanada TEL 72-4253

• Takeshi TEL 85-2793

## Bancos

### 1 Abriendo una Cuenta

Usted puede aplicar a abrir una cuenta en mostradores bancarios. Se requerirá que usted presente su Certificado de Registro de Extranjero y su sello personal o firma. Es conveniente solicitar una tarjeta de dinero entonces. Si usted tiene una tarjeta de dinero, usted será capaz de retirar y depositar el dinero usando el ATM (cajeros automáticos) y CD (cajeros automáticos). Usted puede retirar el dinero en casi todos los bancos en Japón para un servicio de cargo.

### 2 Horas de Hábiles

Mostradores de Bancos: 9:00 a 15:00 (Cerrados en los Sábados, Domingos, y Días Festivos Nacionales)

ATM/CD: Horas de Operación diferente por bancos y sucursales. Las horas mas largas de operación en los bancos para retirar fondos son:

Días Semanales: 8:00 a 21:00

Sábados, domingos, Días Festivos: 8:45 a 19:00

También puedes usar tiendas para servicios bancarios.

### 3 Transferencia Automática

Este es un sistema por el cual los pagos son hechos por la transferencia automática de su cuenta a las cuentas de los beneficiarios. Los pagos como electricidad, teléfono, agua, e impuesto pueden ser pagados por este método. Solicitar este servicio, por favor pregunte a la institución financiera donde usted tiene su libreta de banco y sello personal.

### 4 Transferencia de Banco

Este es un sistema por el cual los pagos son hechos por la transferencia directa de su cuenta a las cuentas de los beneficiarios (personal o cuentas de compañía). Usted puede transferir el dinero directamente de su cuenta o en dinero efectivo. Para usar este sistema, usted debe saber el nombre del beneficiario, la sucursal, el número de cuenta, y el nombre del titular de la cuenta. Este sistema está también disponible en ATM usando su tarjeta de dinero.

### 5 Dinero Intercambio del Extranjero

Por favor pregunta en las sucursales de bancos para información en cuanto a cambio de divisas.

### 6 Pagos En Países Extranjeros

Si usted envía el dinero al extranjero, alambra transferencias son el método más común, en el cual el banco del remitente remite el pago a un banco extranjero. Por favor traiga su Tarjeta de Registro de Extranjero, porque la identificación es requerida.

## Servicios de Correo

El Correo provee cartas postales, ahorros postales y servicios de seguro.

**Horas Hábiles** (O: Servicios Postales F: Ahorrando Correo y servicios de seguro A: ATM/CD Horas de servicio)

Correo		Días Semanales	Sábados	Domingos, Días Festivos
Ciudad de Ueda Correo Central TEL: 23-2276	O	24 horas	24 horas	24 horas
	F	9:00 a 16:00	Cerrado	Cerrado
	A	8:45 a 21:00	9:00 a 19:00 *1	9:00 a 19:00 *1
Otras Oficinas de Correo	O	9:00 a 17:00	Cerrado	Cerrado
	F	9:00 a 16:00	Cerrado	Cerrado
	A	9:00 a 17:30	9:00 a 12:30 *2	Cerrado *3

\*1 Después de 17:00, solo pago de ahorros ordinarios pueden ser hechos

\*2 Algunas oficinas de correo están abiertas hasta 17:00

\*3 Algunas oficinas de correo están abiertas

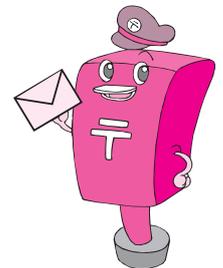
### 1 Correo Domestico

- Envíe una carta o tarjeta postal, déjelos caer en una caja con una señal de “〒” roja. Coloque un sello en todo el correo, a excepción de tarjetas postales de correos.
- Usted puede comprar sellos y tarjetas postales en correos o tiendas que tienen la señal de la marca “〒”.
- Si usted se mueve a una nueva posición dentro de Japón, informe el correo más cercano de la nueva dirección. Si usted informa el correo de la nueva dirección, correo dirigido a la dirección anterior será expedido a su nuevo lugar de la residencia durante un año.

### Estampillas Domesticas

	Tipo	Peso	Estampilla
Carta	Correo de tamaño Estándar*	Hasta 25g Hasta 50g	80 yenes 90 yenes
	Cartas de tamaño no estándar	Hasta 50g Hasta 100g	120 yenes 140 yenes
	Tarjetas de Carta (cartas-mini)		60 yenes
Postales	Postales de Tamaño Estándar		50 yenes
	Tarjetas Postales regresados		100 yenes

\* Cartas de tamaño Estándar: 14cm a 23.5cm de largo, 9cm a 12cm de ancho (Rectángulo), hasta 1cm de grueso y 50g en peso.



### 2 Correo Estándar Internacional

#### Estampillas Estándar de Correo Aéreo

Tipo	Área 1 *1	Área 2 *2	Área 3 *3
Estándar hasta 25g	90 yenes	110 yenes	130 yenes
Cartas hasta 50g	160 yenes	190 yenes	230 yenes
No Estándar hasta 50g	220 yenes	260 yenes	300 yenes
Cartas 51g a 2kg	330 a 2,150 yenes	400 a 3,410 yenes	480 a 4,990 yenes
Tarjetas Postales	70 yenes		
Cartas de Correo Aéreo	90 yenes		

\*1 Área 1: Asia, Guam

\*2 Área 2: Norte América, Centro América, Oceanía, Oriente Medio, Europa

\*3 Área 3: Sur América, África

### 3 Paquetes Internacionales

Los paquetes pueden ser enviados por cualquiera de los tres métodos siguientes: “Servicio de Paquetes Postales de Correo aéreo,” “Aereo Económico (SAL),” “o Servicio de Paquetes Postales de Correo vía Marítima.” Los plazos de entrega varían según velocidad de entrega y métodos.

Por favor rellene la información requerida en las etiquetas de paquete internacionales proporcionadas en el correo.

#### (1) Correo Aéreo de Paquetes

El correo aéreo es el más rápido de los tres métodos de la entrega. Los paquetes pueden ser entregados a sus destinos aproximadamente en una semana (excluyendo días requeridos para la autorización de aduana).

#### (2) Correo de Paquete Vía Marítima

Este es el método menos barato y más conveniente de la entrega para paquetes que no tienen que llegar rápidamente. Los gastos son aproximadamente un tercio del Servicio de Paquetes Postales de Correo aéreo.

#### (3) Aéreo Económico (SAL)

Los paquetes son manejados como el servicio de paquetes postales de correo aéreo entre Japón y el país de destino, pero son transportados como el correo de superficie dentro de cada país. Este método es más barato que el correo aéreo, pero más rápido que el correo vía marítima.

### 4 Servicio de Correo Expreso (EMS)

El Sistema Monetario Europeo es un modo rápido de enviar documentos y artículos en el extranjero. Estos artículos de mangos de servicio como la prioridad superior del recibo a la entrega y también pueden ser rastreados.

Cualquier artículo que es cubierto por el correo internacional puede ser enviado, pero los objetos de valor, como dinero efectivo o joyería, no pueden ser enviados por este servicio.

En caso de que el poste de Sistema Monetario Europeo que es manejado por el correo sea perdido, dañado o robado, un límite de 20,000 yenes será compensado. Cuando el precio del contenido excede 20,000 yenes, la compensación será además concedida hasta 2, 000,000 de yenes (50 yenes para cada 20,000 yenes).

<Para Preguntas>

Oficinas de Correo de Ueda: 2-2-2 Chuo-Nishi, Ciudad de Ueda TEL: 23-2276

## Servicio Telefónico

### 1 Teléfono Fijo

#### (1) Instalación

Si usted instala una nueva línea telefónica, por favor póngase en contacto con NTT directamente marcando 116. Las horas de oficina son de 9:00 a 21:00, incluso sábados, domingos, y fiestas nacionales. Póngase en contacto con este número también para transferencias y cancelaciones (Preguntas hechas por teléfono celular o PHS puede ser hecho a 0120-116-000.)

#### (2) Pago

Los gastos básicos y las llamadas son cobradas cada mes. Los gastos básicos consisten en el precio de conexión de línea telefónica y un precio de función adicional, que es una cantidad fija por mes. Los gastos para llaman son calculados por duración de llamada y distancia.

Las cuentas telefónicas pueden ser pagadas en instituciones financieras, como bancos, usando la cuenta telefónica enviada a usted o por la transferencia automática de instituciones financieras.

#### <Para Información>

**Para todos los servicios, póngase en contacto con el Centro de Servicio de Información NTT. Los servicios están disponibles en inglés, portugués, español, y coreano, y otras lenguas (lunes, miércoles, y viernes).**

**TEL 0120-36-4463 (Horas de oficina: 9:00-17:00, excepto los sábados, los domingos, y fiestas nacionales)**

### 2 Teléfonos Públicos

Las tarjetas telefónicas (naipes de teléfono de IC para teléfonos de público de IC-tipo) y monedas de 10 yenes o de 100 yenes pueden ser usados en teléfonos públicos.

### 3 Teléfonos Móviles

Hay varias compañías telefónicas móviles y varios proyectos de precio están disponibles. Si usted desea comprar un teléfono móvil, usted debe presentar su Certificado de Registro de Extranjero, pasaporte, libreta de banco, y el sello personal usado en la libreta de banco, así como otros documentos. Para detalles, por favor pregunte a la compañía telefónica móvil directamente.

### 4 Llamadas de Teléfono

#### (1) Marcando Directo

Usted puede llamar al extranjero marcando el número directamente.

Los teléfonos de hogar, teléfonos públicos de tipo digital grises que indican que es posible hacer al extranjero llamadas, y teléfonos públicos de IC-tipo pueden ser usados para hacer llamadas internacionales. Hay unas compañías telefónicas internacionales en Japón (IDC, JT, KDDI, NTT Com \*1, etc.). Los precios se diferencian por la compañía.

\*1 El NTT Com es la abreviatura de Comunicaciones NTT.

Al hacer una llamada internacional, siga los pasos siguientes.

IDC 0061	NTTCom 0033	+010 + Código de País + numero de teléfono
JT 0041	Otro	
KDDI 001		

\* Si el número que usted quiere marcar empieza "con 0", omita "el 0" (Algunos países no siguen este modelo.)

Si usted hace una llamada internacional de un teléfono móvil, usted debe aplicarse de antemano. Para detalles, póngase en contacto con su compañía telefónica móvil.

#### (2) Llamadas Asistidas por Operadora

Marcando "0051" usted estará relacionado con un operador KDDI, con quien usted puede solicitar el tipo de la llamada que usted desea hacer.

#### <Para información acerca de llamadas internacionales>

- IDC: 0120-03-0061
- JT: 0081-41
- KDDI: 0057
- NTT Com: 0120-54-0033

## Apartamentos Privados

Para alquilar un apartamento o una casa, es comun consultar con una inmobiliaria. El alquiler depende de la localización, la antigüedad del edificio, el número de cuartos, y/o de las instalaciones disponibles. Electricidad, gas y agua está generalmente instalados, sin embargo, los muebles y la cocina de gas/electrico no son incluidos y deben ser comprados por el residente.

- (1) Usted debe pagar alquiler por adelantado. Si usted decide alquilar el lugar, es necesario pagar el equivalente por lo menos de cinco meses de alquiler. Los detalles están abajo:
  - Depósito (Shikikin): Un depósito equivalente al alquiler de uno a dos meses se paga al propietario para garantizar el pago del alquiler. El depósito será utilizado a cualquier para pagar el alquiler en caso de atraso, y para la reparación de los daños causados dentro del lugar alquilado.
  - Dinero Dominante (Reikin): El equivalente a uno a dos meses de alquiler se paga al propietario como remuneración, después de que se termine el contrato. Esto no será devuelto.
  - Honorario Del Realtor (Tesuryo): Una comisión equivalente a un mes de alquiler se paga a la inmobiliaria para uso de impuestos de consumo.
  - Alquiler del primer mes: Un mes de alquiler (pago de los días no contable).
- (2) Si usted alquila una casa o un apartamento, usted debe firmar un contrato. Requieren a un garante que pueda firmar el contrato y garantizar el cumplimiento de ello. En muchos casos, el garante debe ser una persona que el propietario considera apropiado.
- (3) El pago del alquiler es hecho generalmente por transferencia automática.
- (4) Si usted decide dejar el apartamento, usted debe de notificar al propietario por lo menos un mes en adelantado.
- (5) Los propietarios que alquilan generalmente fuera de sus cuartos o casas a través de agentes de propiedades inmobiliarias

## Licencia de Conducir

Para conducir en Japón se requiere obtener la licencia internacional o tener la licencia de conducir de Japón. Solo la licencia internacional de Brasil no es válido en Japón.

### 1. Licencia internacional

La licencia internacional tiene validez por 1 año. La licencia es válido un año desde el día que llega a Japón. La licencia no se puede renovar en Japón.

### 2. Para canjear la licencia de su país a la licencia Japonesa.

Para canjear la licencia es necesario los siguientes requisitos,

- (1) Tener el carnet de extranjería de Nagano
- (2) La licencia tiene que estar vigente.
- (3) Haber residido más de 3 meses en el país que fué expedida la licencia.

Es necesario pedir una cita a Touhokushin centro de conducir o Chunanshin centro de conducir para dar el examen y llevar los documentos solicitados. El día del examen las instrucciones se realizarán en Japonés, la persona que no lo hable debe de asistir con un traductor. El examen escrito lo podran realizar en Japones, Ingles, Portugues, Español, Persiano, Tagalog, Thailanes, y Chino.

### 3. Para obtener la licencia Japonesa.

Para obtener la licencia Japonesa, tiene que recibir clases de conducir, práctico y teorico, en Touhokushin centro de conducir o Chunanshin centro de conducir. Luego aprobar el examen escrito realizado por NAGANOKEN KOAN IINKAI.

\* **En caso de que los documentos esten incompleto no podra dar el examen, favor de comunicarse con el centro de conducir para obtener más información sobre los documentos necesarios.**

#### <Para Informacion>

**División de Transportes, Policía de Ueda Tel: 22-0110**

**Touhokushin Centro de Conducir (Kawanakajima, Ciudad de Nagano Nakajima) Tel: 026-292-2345**

**Chuminamishin Centro de Conducir (Ooaza Souga, Ciudad de Shiojiri) Tel: 0263-536611**

## Procedimientos Relacionados al Automóvil

Para compra, venta, desecho o cambio de nombre del vehículo, es necesario registro en la delegación del ministerio de transporte (UMPAI SHIKYOKU) o en la oficina social de revisión tecnica vehículo (JIDOUSHA KENSA TOUROKU JIMUSHO).

Documentos generales:

- ◆ Solicitud escrita para cada caso (hoja OCR)
- ◆ Revisión tecnica de vehículo (SHAKENSHO)
- ◆ Certificado de sello (INKAN SHOUMEISHO)... Vigente por tres meses

Para el cambio de nombre de un vehículo es necesario el certificado de sello de las dos personas. Si su sello esta con su direccion antigua, se necesita el documento de confirmacion de su nueva dirección.

- ◆ Documento de transferencia
- ◆ Carta de poder, con su sello registrado.

Si es registrado personalmente es necesario llevar su sello.

- ◆ Certificado del lugar de estacionamiento del vehículo (SHAKOSHOUMEISHO) con validez de un mes de su emisión. Este documento se puede solicitar en la comisaría más cercana de su residencia.

#### <Para Informacion>

- **Delegacion del ministro de transporte de Nagano (ventanilla de registro)**  
**Direccion: Ciudad de Nagano, Nishiwada 1-35-5 Tel: 050-5540-2042**
  
- **Asociación de vehiculos para uso personal de Josho Nagano**  
**Direccion: ciudad de Ueda, Sumiyoshi 65 Tel: 0268-23-1875**

Informacion para vehículos ligeros:

- **Oficina de la asociación de vehículos ligeros de Nagano**  
**Direccion: ciudad de Nagano, Nishiwada 1-38-1 Tel: 026-244-4563**  
**Tel: 026-258-6061 (Anuncio telefonico)**

## Guía de Instalaciones

- Esta sección incluye una lista selecta de instalaciones en la ciudad de Ueda. Para la información sobre otras instalaciones, por favor entre en contacto con las instalaciones directamente o consulte con el ayuntamiento.
- La mayoría de las instalaciones proporcionan servicios en japonés. Al hacer investigaciones, tenga por favor alguien con usted que sepa hablar japonés.
- Para más preguntas sobre los procedimientos de las solicitudes, procedimientos del uso, épocas, tiempos y honorarios, por favor entre en contacto con la instalación directamente.

### ◆ Instituciones Oficiales

Instituciones Oficiales			
	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
①	Ayuntamiento de Ueda	22-4100	p56 D-5
②	Centro de la Área Autónoma de Hoden	35-2939	p59 C-8
③	Centro de la Área Autónoma de Shioda	38-3000	p58 D-4
④	Centro de la Área Autónoma de Kawanishi	31-2002	p58 C-3
⑤	Centro de la Área Autónoma de Maruko	42-3100	p61 C-8
⑥	Centro de la Área Autónoma de Sanada	72-2200	p54 E-5
⑦	Centro de la Área Autónoma de Takishi	85-2311	p61 D-6
⑧	Mesa Directiva de Educación de Ueda	23-5100	p56 E-4
④	Mesa Directiva de Educación de Maruko	42-1044	p61 C-8
⑥	Mesa Directiva de Educación de Sanada	72-2655	p54 E-5
⑭	Mesa Directiva de Educación de Takishi	85-2030	p61 D-6
⑨	Oficina de la Área Josho	23-1260	p57 D-9
⑨	Centro de Salud Pública de Ueda	23-1260	p57 D-9
⑩	Estación de Policía de Ueda	22-0110	p56 B-2
⑪	Estación de Policía de Maruko	42-0110	p61 B-8
⑫	Estación de Bomberos de Ueda Chuo	26-0019	p56 D-5
⑬	Estación de Bomberos de Ueda Nanbu	38-0119	p58 C-5
⑭	Estación de Bomberos de Ueda Tahoku	36-0119	p59 C-8
⑮	Estación de Bomberos de Kawanishi	31-0119	p58 C-3

	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
⑯	Estación de Bomberos de Maruko	42-0119	p61 C-8
⑰	Estación de Bomberos de Sanada	72-0119	p54 E-5
⑱	“Hello work” Ueda	23-8609	p56 E-4
⑱	Oficina de Estándares de Inspección de Labor de Ueda	22-0338	p56 E-4
⑲	Oficina de Impuestos de Ueda	22-1234	p56 B-4
⑳	Rama del Tribunal de Distrito Nagano de Ueda	22-0003	p56 C-4
⑳	Rama del Tribunal de la Familia Nagano	22-0003	p56 C-4
㉑	Rama de Ueda del Distrito Nagano Oficina de Asuntos Legal	23-2001	p56 B-4
㉒	Centro de Limpieza de Ueda	22-0666	p56 E-2
㉓	Centro de Limpieza de Maruko	43-2131	p61 C-7
㉔	Salón Funeraria de Oboshi	22-0983	p59 B-6
㉕	Salón Funeraria de Yodakubo	42-4851	p61 B-8
㉖	Oficina de Correos de Ueda	23-2276	p56 B-4
㉗	Rama de Ueda, Energia Eléctrica de Chubu	22-1240	p57 E-7
㉘	Gas de Ueda	22-0454	p57 F-7
㉙	Gas de Nagano Toshi	42-4490	p61 A-9

### ◆ Instituciones de los Hospitales y Médicos Públicos

Instituciones de Médicos Públicos			
	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
①	Hospital de Ueda	22-1890	p56 A-5
①	Centro Medico de Emergencia de la ciudad de Ueda	21-2233	p56 A-5
②	Hospital de Maternidad de la ciudad de Ueda	22-1573	p56 B-3
③	Hospital de Ando	22-2580	p56 C-5
④	Hospital de Ueda	22-3580	p57 E-7
⑤	Hospital de Kawanishi	38-2811	p58 C-4
⑥	Hospital de Neurología y Cirujano de Kobayashi	22-6885	p59 C-7
⑦	Hospital de Shioda	38-2221	p58 D-4

	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
⑧	Hospital de Tikumaso	22-6611	p59 B-7
⑨	Hospital de Hanazono	22-2325	p56 C-5
⑩	Hospital de Yanagisawa	22-0109	p56 C-5
⑪	Hospital de Maruko Chuo Sogo	42-1111	p61 B-8
⑫	Hospital de Kakeyu	44-2111	p60 C-3
⑬	Hospital de Kakefu Misayama	44-2321	p60 D-1
⑭	Hospital de Takizawa	35-0305	p61 A-9
⑮	Clínica de Takeshi	85-3308	p61 D-6

### ◆ Escuelas

Escuelas Primarias			
	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
①	Escuela Primaria de Seimei	22-0804	p56 D-5
②	Escuela Primaria de Higashi	22-0105	p57 D-10
③	Escuela Primaria de Nishi	22-0419	p56 B-3
④	Escuela Primaria de Kita	23-1621	p57 A-6
⑤	Escuela Primaria de Shiroshita	23-0708	p59 C-6
⑥	Escuela Primaria de Shiojiri	22-1904	p58 B-5
⑦	Escuela Primaria de Kawabe	22-5008	p58 C-5
⑧	Escuela Primaria de Kangawa	22-5302	p59 C-7
⑨	Escuela Primaria de Kamishina	22-0652	p59 B-7
⑩	Escuela Primaria de Hoden	22-4004	p59 B-8
⑪	Escuela Primaria de Higashi Shioda	38-2717	p58 D-5
⑫	Escuela Primaria de Naka Shioda	38-2515	p58 D-4
⑬	Escuela Primaria de Shioda Nishi	38-0900	p58 D-3
⑭	Escuela Primaria de Urasato	31-2001	p58 C-3
⑮	Escuela Primaria de Kawanishi	31-2014	p58 C-4
⑯	Escuela Primaria de Minami	25-3721	p58 C-5
⑰	Escuela Primaria de Maruko Chuo	42-2112	p61 C-8
⑱	Escuela Primaria de Nishiuchi	44-2300	p60 C-4
⑲	Escuela Primaria de Maruko Kita	42-2424	p61 B-8
⑳	Escuela Primaria de Shioyama	35-0070	p61 A-9
㉑	Escuela Primaria de Osa	72-2012	p55 E-6
㉒	Escuela Primaria de Soehi	73-2312	p54 D-5
㉓	Escuela Primaria de Motohara	72-2068	p54 F-5
㉔	Escuela Primaria de Sugadaira	74-2014	p55 B-6
㉕	Escuela Primaria de Takeshi	85-2013	p61 D-6

Escuelas Secundarias			
	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
⑳	Escuela Secundaria de Daiichi	21-2680	p59 C-7
㉑	Escuela Secundaria de Daini	22-0103	p56 D-5
㉒	Escuela Secundaria de Daisan	22-1622	p59 B-6
㉓	Escuela Secundaria de Daiyon	22-2753	p59 C-6
㉔	Escuela Secundaria de Daigo	22-3076	p59 B-7
㉕	Escuela Secundaria de Dairoku	22-5013	p58 C-4
㉖	Escuela Secundaria de Shioda	38-2501	p58 D-4
㉗	Escuela Secundaria de Maruko	42-2268	p61 B-8
㉘	Escuela Secundaria de Maruko Kita	42-2445	p61 B-8
㉙	Escuela Secundaria de Sanada	72-2023	p54 E-5
㉚	Escuela Secundaria de Sugadaira	74-2014	p55 B-6
㉛	Escuela Secundaria de Yodakubo Nanbu	85-2332	p61 D-7

Escuelas Preparatorias, Universidades y otros			
	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
㉜	Escuela Preparatoria de Ueda	22-0002	p57 E-6
㉝	Escuela Preparatoria de Ueda Someyaoka	22-0435	p57 A-8
㉞	Escuela Preparatoria de Ueda Higashi	22-0101	p57 E-10
㉟	Escuela Preparatoria de Ueda Chikuma	22-7070	p58 B-5
㊱	Escuela Preparatoria de Ueda Nishi	22-0412	p58 B-5
㊲	Escuela Preparatoria de Maruko Shugakkan	42-2827	p61 B-8
㊳	Escuela Preparatoria Internacional de Sakura	39-7707	p58 D-4
㊴	Escuela Especial de Ueda	35-2580	p59 D-7
㊵	Universidad de Mujeres Ueda	38-2352	p58 D-5
㊶	Instituto Prefectura de Tecnología de Nagano	39-1111	p59 D-6
㊷	Facultad de Tejido de Ciencia y Tecnología, Universidad de Shinshu	21-5300	p57 F-10
㊸	Universidad de Nagano	39-0001	p58 D-5

## ◆ Instalaciones Publicas

Salones Publicas y Culturales				
	Nombre de Instalación	Contorno de la Instalación	Teléfono	Área
1	Salón de Ciudadanos de Ueda	Salón (1330 asientos), salón de juntas, salón estilo Japonés y otros	22-0762	p56 D-4
2	Salón Cultural de Ueda	Salón (500 asientos)	22-0760	p57 D-9
3	Ueda Sozokan	Salón (500 asientos), salón de juntas, salón comunitaria, gimnasio, piscina planetario, salón de computación y otros	23-1111	p58 C-5
4	Salón Cultural de Maruko	Salón (800 asientos), salón de juntas, salón estilo Japonés y otros	42-0001	p61 C-8
5	Salón de Shinshu Kokusai Ongakumura "Kodama"	Salón (300 asientos), salón de juntas y otros	42-3436	p61 A-8
6	Salón Cultural de Sanada	Salón Grande, salón de juntas y otros	72-2655	p54 E-5

Salón Comunitario (Kominkan) e instalaciones de juntas				
	Nombre de Instalación	Contorno de la Instalación	Teléfono	Área
2	Chuo Kominkan	Salón grande de juntas, sala de juntas, salón de cocinar, salón de artes gráficos y otros	22-0760	p57 D-9
7	Kangawa Distrito Kominkan	Salón Grande, salón de juntas, salón de cocinar y otros	25-1682	p59 C-7
8	Seibu Kominkan	Salón Grande, salón de juntas, salón de cocinar y otros	27-7544	p56 B-3
9	Shiojiri Distrito Kominkan	Salón Grande, salón de juntas, salón de cocinar y otros	27-9836	p58 B-5
10	Jonan Kominkan	Salón Grande, salón de juntas, salón de cocinar y otros	42-7618	p58 C-5
11	Uenogaoka Kominkan	Salón Grande, salón de juntas, salón de cocinar y otros	24-0659	p59 B-7
12	Shioda Kominkan	Salón Grande, salón de juntas, salón de cocinar y otros	38-6883	p58 D-4
13	Kawanishi Kominkan	Salón Grande, salón de juntas, salón de cocinar y otros	22-5004	p58 C-4
4	Maruko Kominkan	Salón Grande de juntas, salón de juntas, salón estilo Japonés, salón de exhibición y otros	42-3147	p61 C-8
6	Sanada Kominkan	Salón Grande, salón de juntas y otros	72-2655	p54 E-5
14	Takeshi Kominkan	Salón Comunitaria, salón de juntas, salón de cocinar y otros	85-2030	p61 D-6
15	Centro de Mejora de Ambiente agrícola	Salón Multiuso, salón de juntas, salón de cocinar, pista de tenis y otros	35-2840	p59 C-8
16	Centro Cultural de Maruko	Salón de juntas	42-2213	p61 C-8
17	Centro de Ciudadanos de Nagase	Salón Grande, salón estilo Japonés y otros	42-5122	p61 B-8

Formación de Centros				
	Nombre de Instalación	Contorno de la Instalación	Teléfono	Área
18	Centro Técnico de Formación de la ciudad de Ueda	Salón de Lectura, alojamientos y otros	39-1555	p59 D-6
5	Centro de Formación de Aprendizaje de Vida	Salón de Lectura, alojamientos y otros	42-6039	p61 A-8

Instalaciones de empleo y asistencia social				
	Nombre de Instalación	Contorno de la Instalación	Teléfono	Área
19	Centro de asistencia de los Trabajadores de Ueda	Salón de Juntas, salón estilo Japonés y otros	24-7363	p57 C-6
20	Hogar de Juventud Trabajadores de la ciudad de Ueda	Salón de Juntas, salón de ejercicio, salón de cocinar y otros	22-7117	p56 D-5
21	Trabajo de Sol de Ueda	Salón Multiuso, salón de juntas, pista de tenis y otros	38-9000	p59 D-6
22	Shimin Plaza "U"	Salón de juntas, salón estilo Japonés, salón de cocinar y otros	27-2988	p57 D-9
23	Centro de Trabajadores de Asistencia de Maruko	Salón de juntas y galería	43-2786	p61 C-8

Bibliotecas y centros de información				
	Nombre de Instalación	Contorno de la Instalación	Teléfono	Área
24	Biblioteca de Ueda	Biblioteca, salón de lectura, salón de juntas y otros	22-0880	p57 D-9
3	Biblioteca de Ueda, Rama de Sozokan	Biblioteca, salón de lectura, y otros	27-1758	p58 C-5
25	Biblioteca de Información de Ueda	Biblioteca, salón seminario, rincón de Internet y otros	29-0210	p57 F-6
26	Biblioteca de Maruko Kaneko	Salón de lectura, salón de estudiar, y otros	42-2414	p61 B-8
6	Biblioteca de Sanada Kominkan	Salón de Biblioteca	72-2655	p54 E-5
14	Biblioteca de Takeshi Kominkan	Salón de Biblioteca	85-2030	p61 D-6
27	Centro de Información Multimedia de la ciudad de Ueda	Galería, salón seminario, salón y otros	39-1000	p59 D-6

Instalaciones Sociales relacionados a la Asistencia			
	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
28	Centro de Fukushi	27-2025	p57 C-6
13	Centro Social de Asistencia de Kawanishi	22-5004	p58 C-4
29	Centro Social de Asistencia de Ancianos de la ciudad de Ueda	22-4119	p56 E-1
30	Aizomekaku	38-2100	p58 D-3
31	Estación de Maruko	42-1118	p61 B-8
32	Centro Social de Asistencia de Ancianos de Maruko	42-5122	p61 B-8
33	Centro de Asistencia de Sanada Sogo	72-2998	p54 E-5
34	Centro Social de Asistencia de Ancianos de Sanada	72-3877	p54 E-5
35	Centro Social de Asistencia de Ancianos de Takeshi	85-2214	p61 D-6
36	Biblioteca Braille	22-1975	p57 D-9

Instalaciones relacionadas al seguro			
	Nombre de Instalación	Teléfono	Área
①	Centro de la Área de Salud de Ueda (dentro del Ayuntamiento de Ueda)	23-8244	p56 D-5
37	Centro de Salud de Madre/hijo	38-3149	p58 D-4
31	Centro de Salud de Maruko (dentro de la estación de Maruko Freai)	42-1117	p61 B-8
6	Centro de Salud de Sanada (dentro de la Sanada Kominkan)	72-9007	p54 E-5
38	Centro de Salud de Takeshi	85-2067	p61 D-6

## ◆ Instalaciones Deportivas

Gimnasios				
	Nombre de Instalación	Tipos de Deportes	Teléfono	Área
①	Gimnasio del Parque Ruina de Castillo de Ueda	Básquetbol, bádminton, tenis, futsal y otros	22-8699	p56 D-4
②	Gimnasio Atlético del parque natural Sogo	Voleibol, básquetbol, bádminton, futsal y otros	38-7195	p58 D-5
③	Gimnasio del Bosque del Ciudadano	Voleibol, básquetbol, bádminton, futsal y otros	23-0363	p59 B-9
④	Gimnasio Social de Kawanishi	Voleibol, básquetbol, bádminton y otros	22-5004	p58 C-4
⑤	Gimnasio Social de Uenogaoka	Voleibol, básquetbol, bádminton y otros	24-0659	p59 B-8
⑥	Gimnasio de Mruko Sogo	Básquetbol, bádminton, tenis, futsal y otros	43-2250	p61 B-8
⑦	Gimnasio del Área Norte de Maruko	Básquetbol, bádminton, voleibol, voleibol suave y otros	42-3263	p61 B-8
⑧	Gimnasio de Ooshio	Básquetbol, voleibol, bádminton y otros	43-2250	p60 C-4
⑨	Gimnasio de Sanada	Voleibol, básquetbol, bádminton, futsal y otros	72-2655	p54 E-5
⑩	Gimnasio de Takeshi	Voleibol, básquetbol, bádminton y otros	85-3061	p61 D-6
⑪	Centro de Formación de Tsuijihara	Voleibol, bádminton y otros	85-2030	p60 D-4

Canchas de Béisbol, terrenos de multi propósito y otro				
	Nombre de Instalación	Tipos de Deportes	Teléfono	Área
①	Parque de Ruina de Castillo de Ueda	Cancha de béisbol, tierra atlética, pista de tenis y otros	22-8699	p56 D-4
⑫	Tierra Someyadai	Cancha de béisbol	22-8699	p59 B-7
⑬	Orilla del Río	Cancha de béisbol, campo de fútbol, campo de golf de mazo	22-8699	p59 C-6
⑭	Parque Conmemorativo Antiguo de la batalla y pista de tenis	Cancha de béisbol, cancha multi propósito, pista de tenis, cancha de multi propósito cubierta	22-0695	p58 B-5
②	Parque Atlético Natural	Cancha de multi propósito, campo de golf de mazo y cancha de multi propósito	38-7195	p58 D-5
③	Parque Forestal del ciudadano	Cancha de multi propósito, pista de tenis, campo de golf de mazo y otros	23-0363	p59 B-9
⑮	Tierra de Maruko Sogo	Cancha de béisbol, campo de fútbol, pista de tenis y otros	43-2250	p61 B-8
⑯	Tierra de Oishi	Cancha de béisbol, campo de fútbol	43-2250	p61 A-8
⑰	Tierra de Higashiuchi	Cancha de béisbol, campo de fútbol, pista de gateball cubierta	42-2250	p61 C-6
⑰	Tierra de Maruko Hokubu	Cancha de béisbol, campo de fútbol	42-3263	p61 B-8
⑱	Parque de Sol de Sugadaira	Campo de multi propósito, campo atlético, campo de golf de mazo y otros	61-7090	p55 B-7
⑲	Parque Atlético de Sanada	Cancha de béisbol, campo de fútbol, pista de tenis, pista de gateball cubierta	72-2655	p54 E-5
⑳	Parque Atlético de Sebagawa de tierra	Cancha de béisbol, campo de fútbol	72-2655	p54 D-5
㉑	Greenfield	Tierra de césped	74-2003	p55 B-6
㉒	Tierra de Sugadaira-Kogen	Tierra de césped	74-2003	p55 B-6
㉓	Tierra de Takeshi Sogo	Cancha de béisbol, campo de fútbol, pista de tenis, pista de gateball y otros	85-2030	p61 D-6

Piscinas (albercas)				
	Nombre de Instalación	Tipos de Deportes	Teléfono	Área
⑳	Parque de Ruina del Castillo de Ueda, piscina, piscina infantil		24-9814	p56 D-4
㉕	Piscina Infantiles de Zaimokucho		24-9814	p57 D-9
㉖	Piscina infantil de Shiroshita		24-9814	p58 C-5
㉗	Piscina del Parque Atlético Natural		38-6200	p58 D-5
㉘	Piscina de Yodakubo		42-6249	p61 C-7
㉙	Aqua Plaza Ueda (Piscina Cubierta)		26-2626	p58 B-5
㉚	Kurhaus Kakeyu (Aguas Naturales calientes)		44-2131	p60 C-3
㉛	Fureai Sanada-kan (Aguas Naturales calientes)		72-2500	p54 E-5

Áreas de Esquí				
	Nombre de Instalación	Tipos de Deportes	Teléfono	Área
㉜	Recurso de Esquí de Sugadaira-Kogen	Se abre desde el principio de diciembre a marzo	74-2003	p55 B-7
㉝	Recurso de Esquí de Banshogahara	Se abre de mediados de diciembre a marzo	86-2213	p60 E-2

Otras Instalaciones Deportivas				
	Nombre de Instalación	Tipos de Deportes	Teléfono	Área
㉞	Campo de golf de mazo de Shioda-no-sato	Campo de Golf de mazo	39-4455	p58 E-4
㉟	Campo de Golf de mazo de Tenkazan	Campo de Golf de mazo	42-1134	p61 B-9
㊱	Campo de Golf de mazo forestal de Takeshi	Campo de Golf de mazo	85-2222	p61 D-6
③	Instalaciones en el parque forestal del ciudadano	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Washiba Sanso (instalaciones de alojamientos), bungalow, sitio de campamento</li> <li>• Patín de hielo (camino de carros go-kart en tiempo de verano)</li> <li>• Arena de equitación</li> </ul>	23-0363 27-9396 28-5020	p59 B-9
㊲	Takeisi Suguri Keikoku Midori-no-hiroba	Sitio de campamento, bungalow, y otros	86-2003	p60 E-3

# SANADA MAP

A

B

C

D

E

F

NAGANO SHI

CHIKUMA SHI

Soehigawa

SANADA CH

Senbagawa

SANADAMACHI SOEHI

SAKAKI MACHI

SANADAMACHI MOTOHARA



SUZAKA SHI

A

B

C

D

E

F

SUGADAIRA KOGEN

SUGADAIRA KOGEN

Sugadaira Dam

Toritoge

GUNMA KEN  
TSUMAGOI MURA

SANADAMACHI OSA

Kangawa

HT

HT

↑ Nagano

← Ueda

Arai

● CVS

Kangawa

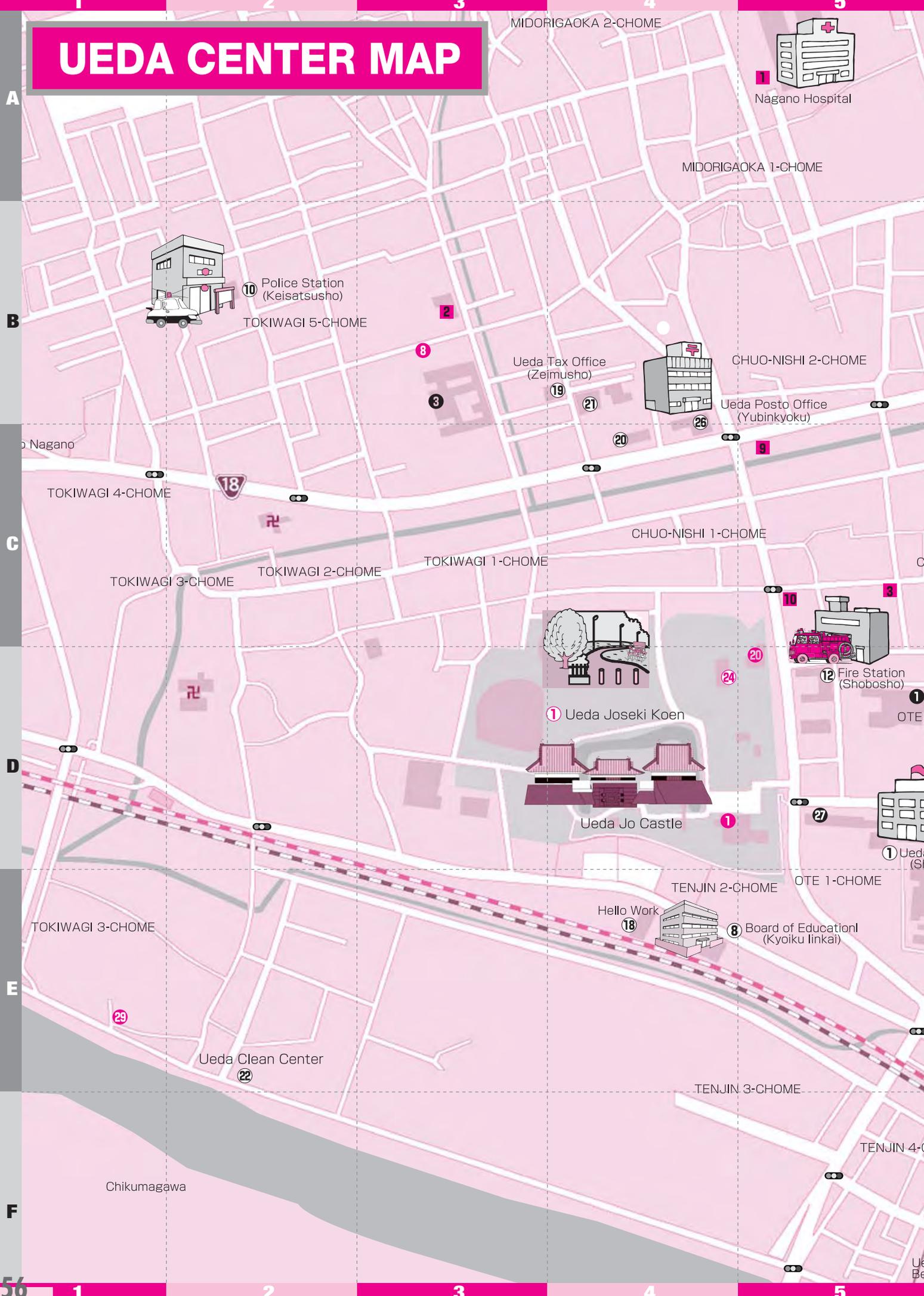
→ Sugadaira



- ⑥ Sanada Chiiki Jichi Center
- ⑰ Sanada The Fire Department
- ③⑤ Sanada Junior High School
- ⑥ Sanada Bunka Kaikan
- ③③ Sanada Sogo Fukushi Center
- ③④ Sanada Rojin Fukushi Center
- ⑨ Sanada Taiikukan
- ⑰ Sanada Undo Koen
- ③⑩ Fureai Sanada Kan

TOMI SHI

# UEDA CENTER MAP



R18 Ueda Bypass



A

B

C

D

E

F

4

38

CHUO-KITA 2-CHOME

CHUO-KITA 1-CHOME

CHUO-HIGASHI

To Ueda Sugadaira I.C.



Fureai Fukushi Center

28

Banco do Brasil

CHUO 6-CHOME

CHUO 4-CHOME

CHUO 5-CHOME

CHUO 2-CHOME

CHUO 3-CHOME

Godo Chosha

9

36

Chuo Kominkan

2

24

22

To Tomi



NTT

Unnomachi

City Office (Iiyakusho)

37

CHUO 2-CHOME

ZAIMOKUCHO 1-CHOME

2

CHUO 1-CHOME

4

LIVIN

27

39

CHUO 1-CHOME

TOKIDA 3-CHOME



JR Ueda Station

Shinshu University

47

TENJIN 1-CHOME

TOKIDA 2-CHOME

JUSCO

FUMIIRI 2-CHOME

Ueda Dentetsu Ssho-Line

TOKIDA 1-CHOME

28

CHIKUMA SHI

# UEDA MAP

SAKAKI MACHI

A

CHIKUHOKU MURA

B

KAMIMUROGA

C

SHIMOMUROGA

D

AOKI MURA

E

F

SHIMOSHIOJIRI

KAMISHIOJIRI

R18 U

Nishiueda Station

Ueda oohashi

AKIWA

SHIMONOJO

NAKANJO

Furufune b

UEDAHARA

GOS

KOZUMI

TSUIJI

YOSHIDA

FUKUTA

KABATAKE

URANO

OKA

NIKOTA

HOYA

KOJIMA

KODO

HONGO

NAKANO

SHIMONOGO

YAGISAWA

MAITA

JUNIN

GOKA

BESSHO ONSEN

SINMACHI

MAEYAMA

NOGURA

TEDUKA

KOASO

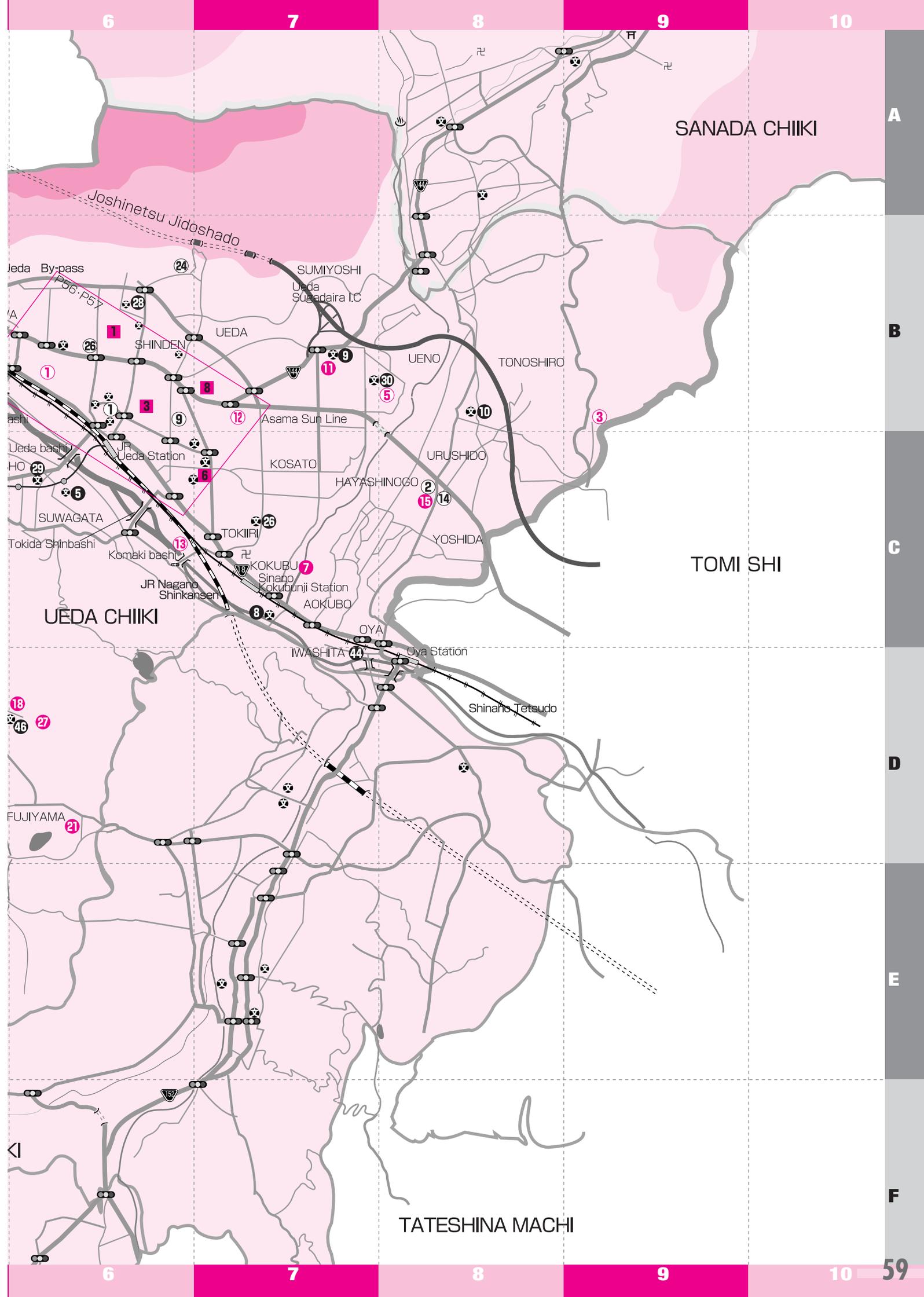
Hiraiji Tunnel

MARUKO CHII

SANADA CHIKI

TOMI SHI

TATESHINA MACHI



1

2

3

4

5

# MARUKO • TAKESHI MAP

A

B

C

D

E

F

AOKI MURA

HIRAI

KAKEYU ONSEN

NISHIUCHI

TAKESHI KAMIHONIRI

MATSUMOTO SHI

Takeshitoge

TAKESHI CHIKI

Utsukushigahara

Misayama Tunnel

13

29

12

18

8

11

32

36

60

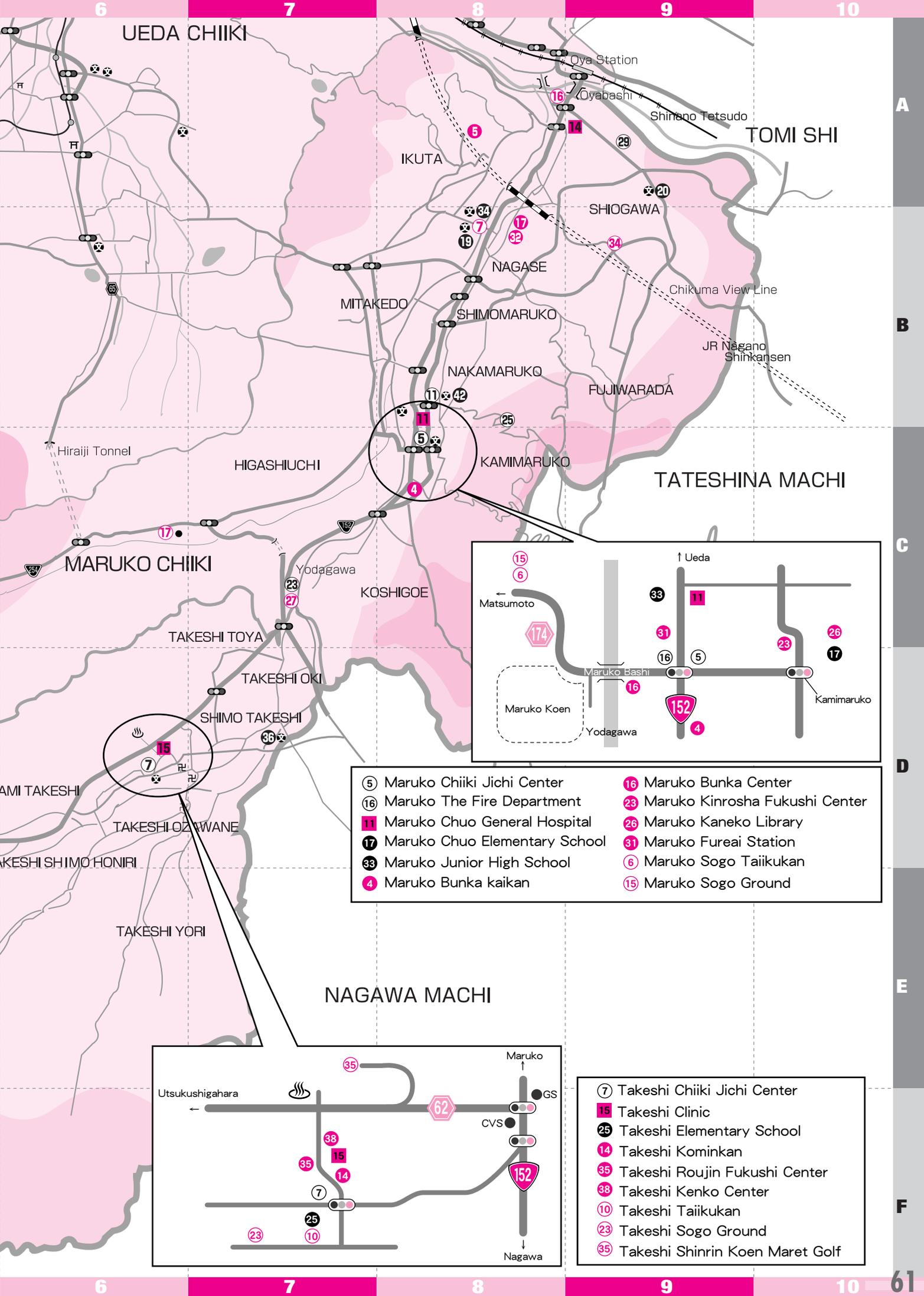
1

2

3

4

5



UEDA CHIIKI

TOMI SHI

TATESHINA MACHI

NAGAWA MACHI

- |                                 |                                  |
|---------------------------------|----------------------------------|
| ⑤ Maruko Chiiki Jichi Center    | ⑩ Maruko Sogo Taiikukan          |
| ⑬ Maruko The Fire Department    | ⑪ Maruko Sogo Ground             |
| ⑭ Maruko Chuo General Hospital  | ⑫ Maruko Bunka Center            |
| ⑮ Maruko Chuo Elementary School | ⑬ Maruko Kinrosha Fukushi Center |
| ⑯ Maruko Junior High School     | ⑭ Maruko Kaneko Library          |
| ⑰ Maruko Bunka kaikan           | ⑮ Maruko Fureai Station          |
|                                 | ⑯ Maruko Sogo Taiikukan          |
|                                 | ⑰ Maruko Sogo Ground             |

- |                                   |
|-----------------------------------|
| ⑦ Takeshi Chiiki Jichi Center     |
| ⑮ Takeshi Clinic                  |
| ⑲ Takeshi Elementary School       |
| ⑳ Takeshi Kominkan                |
| ㉑ Takeshi Roujin Fukushi Center   |
| ㉒ Takeshi Kenko Center            |
| ㉓ Takeshi Taiikukan               |
| ㉔ Takeshi Sogo Ground             |
| ㉕ Takeshi Shinrin Koen Maret Golf |

A  
B  
C  
D  
E  
F

## VIII Eventos de las Ciudades

Mes	Evento	Local
Abril	Festival de Flor de Cerezas del Castillo de Ueda (hasta el final de abril) Isshin Sama No Hiwatari (festival de fuego) Festival de Ueda Sanada Pesca en Tsukeba (hasta finales de mediados de octubre)	Parque Castillo de Ueda Lugar Sagrado de Takeshi Isshin Parque Castillo de Ueda Ri� de Chikuma
Mayo	Caminando en fuego, Caminando en espadas	Lugar sagrado de Hakuja
Junio	Renacimiento de Shinshu Festival Country de Sugadaira-Kogen Festival de Luciérnaga Festival de Lavanda (hasta el principio de julio) Tiempo de Inicio de Pesca de Ayu (hasta agosto)	Shinsu Kokusai Ongaku Mura Sugadaira-Kogen Kitsunezuka Shinsu Kokusai Ongaku Mura Ri� Chikuma
Julio	Tomar No Nobori Ajisai Matsuri (Festival Hydrangea) Festival de Ueda Gion Ueda Wasshoi	Bessho Onsen Arruinas de Castillo de Shioda Centro de la ciudad Centro de la ciudad
Agosto	Tanabata (Festival de Estrellas) Hanabi Taikai (Festival de fuegos artificiales) Shinshu Bakusui CORRER en el ri� Yoda Maruko Dodonko Festival de Sanada Festival de verano de Takeshi Castillo de Ueda Ruin Noh Kakashi Matsuri (Festival de espantapájaros)	Distrito comercial de Unno-machi Todos los locales en la ciudad El Ri� Yoda Distrito comercial de Kami Maruko Parque Atlético de Sanada �rea de Takeshi Ueda Kominkan Inaguratanada
Septiembre	Brasil Inaka Matsuri (Festival de country de Brasil) Platillos de champiñones de Matsutake	Sitio de la escuela secundaria antigua de Daiichi �rea de Shioda
Octubre	Maratón saludable de Ueda Tomoshihi-no-sato Ekiden Relevo del camino Caminanta Tributal de Sanada Yukimura	�rea de Ueda �rea de Takeshi áreas de Ueda/Sanada
Noviembre	Festival Intercambio Internacional Festival de película de Castillo Ueda	Chuo Kominkan Salón Cultural de Ueda y otros
Diciembre	Apertura del Recurso de Esquí de Sugadaira-Kogen Apertura de Recurso de Esquí de Banshogahara Kori Toro Yume Kigan (Festival de Linterna) Ninen Mairi	Sugadaira-Kogen Recurso de Esquí de Banshogahara Alrededor de Monju-do en Kakeyu Onsen Lugares Sagrados alrededor de la ciudad
Enero	Yokado Ennichi (Feria Yokado)	Templo de Shinano Kokubunji
Febrero	Setsubun, Mamemaki (Ceremonia de dispersar frijoles celebrando el inicio de primavera)	Lugar Sagrado de Kitamuki Kannon, Ikushima Tarushima
Marzo	Suisen Matsuri (Festival de Narciso) Chie-no Dango (Ceremonia de dispersar pelotas de Arroz rojo y blanco)	Shinsu Kokusai Ongaku Mura Kitamuki Kannon

◆ Para la información en otros acontecimientos en la Ciudad Ueda, por favor ref rarse a anuncios públicos.

## 上田市生活ガイドブック(スペイン語版)

発行日 2007年3月  
編集 上田市市民協働課  
発行 上田市外国籍市民支援会議  
印刷 中沢印刷株式会社

Publicado en: Marzo 2007  
Editado por: Shimin-Kyodo-Ka  
Publicado por: Ueda Shi Gaikokuseki Shimin Shien Kaigi



宝くじは  
豊かさ築く  
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

El dinero utilizado para la lotería son para cosas de valen.