

AUGUST NEWS LETTER



子ども世界の文化体験会 Children's Exchange Program
**親子で楽しむ
 アフリカンリズム**



親子のための夏休み企画は、今年もノリの良いリズムで子ども達に人気のイベント、アフリカンリズムです。躍動感あふれるアフリカンドラムのリズムとダンスで夏の思い出をつくりませんか♪小学生以下の親子が対象です。

- [体験指導とお話] ムクナバンド (コンゴ民主共和国 他)
- ◆日時: 8月25日(土)14:00-15:30 (13:30開場)
 - ◆場所: 三鷹駅前コミュニティセンター地下1階
 - ◆対象: 小学生以下の親子 子どもだけでも参加できます。(小学生未満は保護者同伴) ◆定員: 先着80名
 - ◆参加費: 無料 *学生・外国籍の方の当日ボランティアサポーター募集中!

Our summer vacation event for parents and children this year will again be our popular African rhythm event featuring engaging rhythms that will have the kids dancing. Would you like to make good memories during this summer vacation? This event is for children of elementary schools age and under.

- [Lectures held by] Mukuna Band
- ◆ Open to+ Elementary school students by themselves with their parents.
 - ◆ Time: August 25 (Sat) 14:00-15:30 (doors open at 13:30)
 - ◆ Location: Mitaka ekimae community center
 - ◆ Availability: First 80 people ◆ Admission: Free
- *Students and foreign residents volunteer staff are wanted to support this event!



今年也为家长和孩子准备了精彩的暑期活动，那就是因轻快的节奏和愚昧的旋律而广受孩子们欢迎的非洲旋律。一起来享受非洲鼓的充满动感的旋律和舞蹈，留下夏天的回忆吧。以小学生以下的孩子和其家长为对象。
 [体验的指导和解释]穆库纳乐团
 日期: 8月25日(周六)下午2点~3点半 (1点半开门)
 地点: 三鹰车站前交流中心地下1层
 对象: 小学生以下的孩子和其家长。只有小学生也可以参加。(未上小学的孩子需要家长的陪同)
 定员: 先到的80位 参加费: 免费

올해도 부모와 자녀를 위한 인기 여름 이벤트는 '아프리카 리듬'입니다. 약동감 넘치는 아프리카 드럼의 리듬과 춤으로 올여름의 추억을 만들어 보세요. 참가대상은 초등학교 이하의 어린이와 부모입니다.
 [체험지도 및 설명] 무쿠나 밴드(콩고 민주공화국 외)
 ◆ 일시: 8월 25일(토) 14:00-15:30 (13:30 개장)
 ◆ 장소: 미타카 에키마에 커뮤니티센터 지하 1층
 ◆ 대상: 초등학교 이하의 부모와 자녀, 자녀만 참가해도 됩니다. (초등학교 미만은 보호자 동반)
 ◆ 정원: 선착순 80명 ◆ 참가비: 무료
 * 학생 · 외국국적 자원봉사자 모집중!



お知らせ **日本の夏を過ごすにあたって ◆Summer in Japan**

★**熱中症にご注意ください**★
 昨年引き続き今年の夏も東日本大震災の影響で、各地で節電をしています。そのため、通常の夏より、熱中症にかかりやすいと言われています。外出の際は以下の点に気をつけましょう。・直射日光下の長時間滞在を避ける・水分と適度な塩分の補給をまめに行う・無理せず、体調に異変を感じたら首などを冷やし、休息をとりましょう。

★**Precautions Against Heat Stroke**★
 Power conservation measures will also be in place this year due to the Great East Japan Earthquake. When you go outside, please keep in mind precautions to prevent heat stroke. -I- Do not stay in the sun for long periods. -II- Hydrate yourself and don't forget to take adequate amount of sodium. -III- Do not overwork yourself, cool off your neck, and have a rest in the shade if you feel sick/tired.



★**请注意预防中暑**★
 受到东日本大地震的影响，今年夏天也将像去年一样在各地实行节电措施。因此，据说和往常的夏天比起来，更会有发生中暑的可能性。您出去时，请留意如下几点；请勿长时间停留在直射阳光下。要适当补充水分和盐分。请勿太勉强，您觉得身体不适，把颈部冷却，要休息。

★**열사병에 주의하세요**★
 작년에도 이어 올 여름에도 동일본 대지진의 영향으로 곳곳에서 절전을 실시하고 있으므로 예년보다 훨씬 열사병에 걸리기 쉽다고 합니다. 외출시에는 다음과 같은 점에 주의합니다. 오랜시간 직사광선에 노출되지 않도록 주의한다. 적당한 수분과 염분 섭취 · 무리하지 말고 신체에 이상을 느끼면 목 등의 열을 식히고 휴식을 취한다.

まいとしやく まんにん らいじょう だい みたかこくさいこうりゅう
 毎年約4~5万人が来場する大イベント、三鷹国際交流
 フェスティバルのボランティア・スタッフを募集します。
 外国籍の方は、テントショップエリアで文化を伝える「セ
 ンター・テント」で、ぜひ自分の国や文化を紹介してくだ
 さい。民族舞踊や音楽の演奏ができる方のお申し出、お待
 ちしております！その他、イベントの運営に携わってみた
 い方、事務局までお声掛けください。皆さまのご協力、
 お待ちしています！

Volunteers are needed for the Mitaka International Exchange Festival. This is the biggest event among our annual events, and expected to have about 50,000 visitors every year. Calling all internationals who can hold traditional music or dance performances! Please introduce your culture at the *Central Tent* that are located at each of the tent booth sections. Please help us and let's have fun on the festival day!

Volunteers are needed for
 Mitaka International Exchange Festival!
MISHOP フェスティバル
ボランティア募集!!



募集能来每年都有约4、5万人到场参加的大型活动——三鷹国际交流节帮忙的志愿者朋友。请外国籍的朋友一定到介绍世界各国文化的帐篷区「中心区域」来介绍一下自己的国家和文化。非常欢迎能够表演民族舞蹈和音乐演奏的朋友前来报名。另外想要对活动运作方面提供帮助的朋友，请与事務局联系。期待各位的到来与协助！

매년 약 4~5만 명의 입장객으로 성황을 이루는 빅이벤트인 미타카 국제교류 페스티벌의 자원봉사자 및 스텝을 모집하고 있습니다.
 외국국적 분들에게서는「센터테ント」에서 자기나라의 문화를 소개해 주세요. 민속춤이나 음악연주가 가능한 분도 모집하고 있습니다. 자세한 내용은 MISHOP 홈페이지/자원봉사활동·활동소개/페스티벌 실행위원회에서 확인하시기 바랍니다. 여러분의 많은 협력을 부탁드립니다.

引っ越しの時の手続きが変わります

7月9日から「外国人住民に係る住民基本台帳制度」が始まりました。これに伴い別の市町村に引越
 しする際には、お住まいの市区町村にて「転出届」
 の手続きを、新たに住む市区町村にて「転入届」の
 手続きをする必要があります。国外転出の際にも
 「転出届」が必要です。また、同一市区町村内での
 引越しの際には「転居届」が必要となります。

お住まいの市区町村で行政サービスを受けられる
 よう、正確に届け出をおこなってください。

外国人住民に係る住民基本台帳制度に関するお問い合わせ先

電話番号: 0570-066-630(ナビダイヤル)
 03-6301-1337(IP電話、PHSから)

受付時間: 8:30-17:30(土日祝日、年末年始を除く)

開設期間: 2012年4月2日~2013年3月29日まで

対応言語: 日本語、英語、中国語、
 韓国語、スペイン語、
 ポルトガル語



Administrative Procedures Upon Moving Will Change

The Basic Resident Registration System effecting foreign residents came into force on July 9. This change means that you will need to carry out procedures to notify both the municipality you are leaving and the new municipality you are moving to when moving to a new municipality. You also need to give notice when you are moving out of the country or when moving within the same municipality. These procedures are necessary to ensure you can receive local government services. Inquiries regarding the new system can be made to 0570-066-630 (free-dial), 03-6301-1337 (IP phones and PHS) from 8:30-17:30 on business days from April 2, 2012 to March 29, 2013.

搬家时须办理的手续将发生变更

从7月9日开始，针对外国人居民将实行居民基本登记制度。因此，在迁居到其它市区町村时，须向在住的市区町村提交「迁出报告书」，并向新居住地所在的市区町村提交「迁入报告书」。迁居到国外的情况下也要提交「迁出报告书」。另外，在同一市区町村内进行搬迁时须提交「迁居报告书」。为了您能在所在市区町村更享受方便的待遇。请在迁居市办理好所有手续。

外国人居民基本登陆制度咨询处
 电话号码: 0570-066-630(导航电话) 03-6301-1337(IP电话、PHS)
 受理时间: 8:30-17:30(周六周日、年末年初、法定节假日除外)
 开设时间: 2012年4月2日~2013年3月29日

이사할 때의 수속이 변경됩니다

7월 9일부터 외국국적 주민과 관련된 주민기본대장 제도가 시작되었습니다. 이에 따라 다른 시군으로 이사할 경우에는 거주했던 시군에서 「전출신고」를, 새로 이사하는 시군에서는 「전입신고」를 해야 합니다. 국외전출의 경우에도 「전출신고」가 필요합니다. 또한 동일한 시군내에서 이사할 경우에는 「전거(이전)신고」가 필요합니다. 거주하는 시군에서 행정 서비스를 받을 수 있도록 정확한 신고를 하시기 바랍니다.

외국국적 주민과 관련된 주민기본대장제도에 관한 문의처
 접수시간: 8:30-17:30(토, 일, 공휴일, 연말연시 제외)

전화번호: 0570-066-630(자동응답) 03-6301-1337(IP 전화, PHS)
 개설기간: 2012년 4월 2일~2013년 3월 29일까지

申込み・問い合わせ
Inquiries to
 报名・咨询
 신청・문의

公財) 三鷹国際交流協会 (MISHOP)
 Mitaka International Society for HOspitality
 (公財)三鷹国际交流协会 (MISHOP) 事務局
 (공재)미타카국제교류협회(MISHOP)사무국

〒181-0013 三鷹市下連雀3-30-12
 三鷹市中央通りタウンプラザ4階
 Tel 0422-43-7812
 E-mail mishop@parkcity.ne.jp
<http://www.mishop.jp/>

