

신주쿠뉴스

新宿ニュース



외국어판 홈페이지 <http://www.city.shinjuku.tokyo.jp/foreign/korean/>

각 담당부서에 문의할 경우는, 일본어로 문의하시기 바랍니다

제 13 호

2008 년 6 월 25 일 발행

발행 신주쿠 지역문화부 문화관광국제과

전화 : 03-5273-3504

FAX : 03-3209-1500

우 160-8484 도쿄도 신주쿠구 가부키초 1-4-1



스포츠로 건강관리



신주쿠구에는 유아에서 어른에 이르기까지 모두가 즐겁게 운동할 수 있는 시설이 있습니다.

이번에는 스포츠와 건강관리를 위한 공간으로 이용할 수 있는 시설을 소개합니다. 평소에 적절하게 몸을 움직여 건강을 유지할 수 있도록 합니다.

① 신주쿠 스포츠센터 (오오쿠보 3-5-1)



토야마공원의 숲으로 둘러싸인, 조깅 코스 · 트레이닝 룸 · 온수 풀 등의 시설과 지인과 함께 농구, 배드민턴 등을 즐길 수 있는 대형 체육관이 있습니다. 온수 풀

은 유아도 이용할 수 있습니다.

또한 볼 액서사이즈 · 요가 · 아쿠아빅스 · 홀라 댄스 등 다양한 교실을 운영하고 있습니다 (유료). 각 교실에서는 전문강사가 참가자의 수준과 체력 등을 배려하여 세심하게 조언을 해 줍니다.

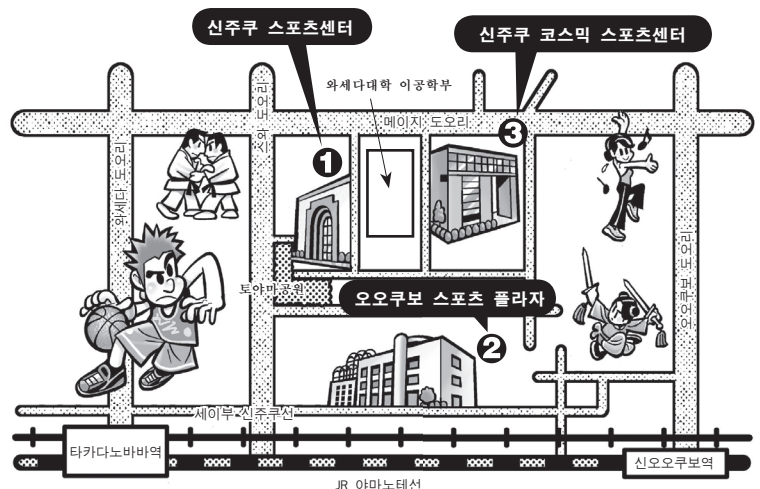
전화	03-3232-0171(일본어만 대응)
이용시간	오전 9시 ~ 오후 10시
휴관일	매월 4째 월요일(휴일인 경우 그 다음 날), 연말연시(12월 29일 ~ 1월 3일), 임시 휴관일
교통안내	JR · 도쿄 메트로 토자이선 · 세이부 신주쿠선 「타카다노바바」에서 도보로 10분

② 오오쿠보 스포츠 플라자 (오오쿠보 3-7-42)

테니스와 탁구 등 스포츠 이외에도 바둑 · 장기 · 노래방 등 다양한 문화활동을 즐길 수 있습니다. 50조(畳) 넓이의 다다미 방에 무대가 설치되어 있어 댄스와 무용 등의 발표 공간으로서 이용 가능. 초등학교 이하 어린이를 위한 놀이방도 있습니다.



전화	03-5285-1477(일본어만 대응)
이용시간	오전 9시 ~ 오후 10시
휴관일	매월 3째 월요일(휴일인 경우 그 다음 날), 연말연시(12월 29일 ~ 1월 3일), 임시 휴관일
교통안내	JR · 도쿄 메트로 토자이선 · 세이부 신주쿠선 「타카다노바바」에서 도보로 10분



③ 신주쿠 코스믹 스포츠센터 (오오쿠보 3-1-2)

대형 체육관, 온수 풀, 무술도장, 다목적 스튜디오 등 다양한 시설이 있습니다. 풋살, 배구, 탁구 등의 스포츠와 연극, 댄스 등의 문화활동에 이용할 수 있습니다. 온수 풀은 일반용과 어린이용으로 나뉘어져 있어 나이 어린 어린이도 연습할 수 있습니다.



전화	03-3232-7701(일본어만 대응)
이용시간	오전 9시 ~ 오후 10시
휴관일	매월 2째 월요일(휴일인 경우 그 다음 날), 연말연시(12월 29일 ~ 1월 3일), 임시 휴관일
교통안내	JR · 도쿄 메트로 토자이선 · 세이부 신주쿠선 「타카다노바바」에서 도보로 17분

레가스포 (스포츠 강좌)

신주쿠 코스믹 스포츠센터에서는 요가와 건강 스트레칭, 기공 태극권, 다이어트 복싱 등의 강좌를 개최하고 있습니다. 참가비는 1회 400엔, 원하는 시간에 원하는 횟수만큼 수강할 수 있으며, 신청은 필요 없습니다. 탁아 서비스(전화 예약제 1인 300엔)도 있으므로 육아 중인 분도 안심하고 레슨을 받을 수 있습니다.

※ 강좌시간, 종류 등 자세한 내용은 문의해 주십시오.

에이사의 에너지로 여름 더위를 날려버립니다!

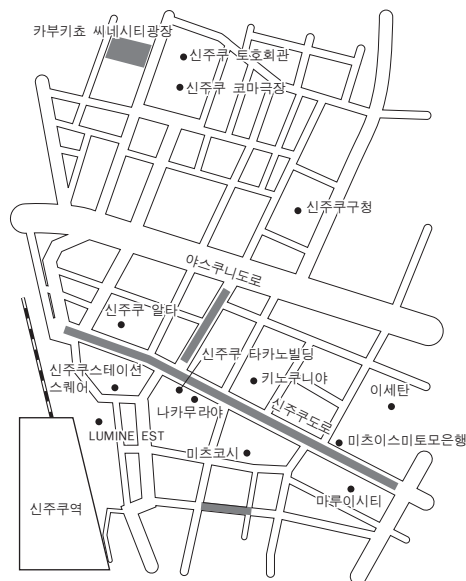
일 시 7 월 26 일 (토)

오후 1시 30분 ~ 9시 예정 (소량의 비일 경우 실시)

※신주쿠도로는 오후 1시 30분 ~ 5시 30분에 실시합니다.

행 사 장 신주쿠도로, 카부키쵸 씨네시티광장 외

문의 신주쿠역 앞 상가진흥조합 03-3352-6713



유카타 차림으로 오세요 **파리시장**

7 월 23 일 (수) 24 (목) 오후 6 시 ~ 10 시

젠코쿠지(비사문천)를 중심으로 「파리시장」이 열립니다. 주홍색 열매가 선명한 파리 화분과 납량 비어가든이 열립니다. 유카타 입어보기 서비스와 카구라자카 거리걷기 안내 서비스도 있습니다. 유카타 차림으로 내 집과 같은 분위기를 즐겨보세요!



토쿄메트로 토자이선
카구라자카



문의 탄스마치 특별출장소 03-3260-1911
<http://www.syoutengai-web.net/kagura/maturi14.htm>

열기 넘치는 **아와오도리 춤**

7 월 25 일 (금) 26 일 (토) 오후 7 시 ~9 시

에서 시작된 봉오도리 춤으로, 현재는 일본 각지에서 널리 행해지고 있습니다. 샤미센과 피리, 북의 경쾌한 가락에 맞추어 수십 명의 그룹이 춤을 추며 행진합니다. 카구라자카의 열기를 느껴보세요.

축제의
클라이막스
는 올해로
37 회째를
맞이하는
아와오도리
춤. 아와오
도리 춤은
토쿠시마현

「신쥬쿠구 다문화공생 실태조사」 보고서를 다국어로 발행

구내에는 주민의 약 10%를 차지하는 3만 여명의 외국인이 살고 있습니다. 구에서는 이 특성을 적극적으로 수용하여 국적과 민족이 다른 사람들이 서로의 문화적 차이를 존중하고 서로 이해하면서 함께 살아갈 수 있는 다문화공생의 도시 만들기를 추진하고 있습니다.

이 조사에서는 앙케이트와 인터뷰를 통해 일본인과 외국인으로부터 현황과 요망사항을 듣고, 향후의 행정 서비스에 활용할 기초 데이터를 정리했습니다.

그 결과를 바탕으로 향후 교류의 장을 더욱 확대하고 다국어 정보제공 등을 통해 서로의 문화와 습관을 더욱 잘 이해할 수 있도록 노력해 가겠습니다.

보고서 (외국어 다이제스트 버전)는 일본어 (후리가나 포함), 영어, 중국어, 한국어로 발행합니다. 구청이나 특별출장소, 신주쿠다문화공생프라자에서 무료로 배포하며, 외국어버전 홈페이지에서도 열람할 수 있습니다.

문의처 문화관광국제과 문화관광국제계
03-5273-3504

2009 년 4 월에 구립 초·중학교에 입학할 희망하는 분께

일본에서는 초등학교 6 년간, 중학교 3 년간 합계 9 년간, 나이로는 만 6 세에서 15 세가 의무교육으로 지정되어 있습니다. 외국인인 일본 초·중학교에 취학해야 할 의무는 없지만, 현재 약 450 명에 가까운 학생이 공부하고 있습니다.

또한 일본의 초등학교를 졸업하지 않으면 일본의 중학교에 입학할 수 없으므로 주의해야 합니다. 입학을 희망할 경우에는 [신청방법]에 따라 기재사항을 참고로 수속을 밟아 주십시오.

그리고 초·중학교에 입학하는 신입생을 대상으로 학교를 선택할 수 있는 제도가 있으며, 통학구역 이외의 선택 가능한 학교를 희망할 수 있습니다. 통학구역 이외의 선택 가능한 학교를 희망하는 분께는 신청 시에 학교 선택표를 드립니다.

또한 9 월에 초등학교, 10 월에 중학교가 학교를 공개하는 날을 정합니다. 이날 실제 교육현장을 볼 수 있습니다. 일정 등에 대한 자세한 내용은 문의해 주십시오.

【초등학교 입학대상자】

2002 년 4 월 2 일 ~ 2003 년 4 월 1 일에 태어난 자

【중학교 입학대상자】

1996 년 4 월 2 일 ~ 1997 년 4 월 1 일에 태어난 자

【신청기간 (학교선택표 제출기간)】

초등학교 입학은 9 월 1 일 (월) ~ 30 일 (화)

중학교 입학은 10 월 1 일 (수) ~ 10 월 31 일 (금)

【신청방법】

사전에 학교운영과에서 보내 드린 「통지서」와 입학을 희망하는 본인의 외국인등록증명서를 가지고 교육위원회 학교운영과로 가십시오. 일본어를 하지 못하는 분은 일본어를 할 수 있는 분과 함께 오십시오.

【신청·문의】 학교운영과 03-5273-3089

신주쿠 일본어교실 (9 월 ~ 12 월) 학습자 모집



먼저 인사를 비롯한 일상생활에 필요한 초급 일본어를 배워봅시다! 교실에 빈 자리가 있으면 도중이라도 참가할 수 있습니다.

대 상 입문 초급레벨. 일상생활에서 일본어를 필요로 하는 분. 신주쿠에 주거, 근무, 재학 중인 분을 우선. 단, 중학생 이하는 참가할 수 없습니다.

일 시 월요일 ~ 금요일. 주 1 회 교실과 주 2 회 교실이 있습니다. 요일은 장소에 따라 다릅니다. 학습시간은 오전 9 시 30 분 ~ 11 시 30 분, 오후 6 시 30 분 ~ 8 시 30 분 (목요일만).

장 소 신주쿠다문화공생프라자를 포함한 구내 8 개소

참 가 비 주 1 회 교실 / ¥ 2,000-
주 2 회 교실 / ¥ 4,000-

신 청 8 월 8 일 (금) 까지 엽서나 팩스로 아래 주소로 신청
「주소, 이름 (후리가나), 전화번호, 국적, 「일본어교실 참가희망」을 기재해 주십시오. 결과는 전원에게 8 월 22 일 (금) 까지 우편으로 알려 드립니다.

문 의 신주쿠다문화공생프라자
우 160-0021 가부키초 2-44-1 하이지아 11 층
TEL 03-5291-5171
FAX 03-5291-5172

여름에는 열사병에 주의합니다

고온 다습한 일본의 여름에는 더위로 체력이 약해지는 사람이 많습니다. 열사병은 신체의 체온조절능력이 더위를 이겨내지 못할 경우 발생합니다. 열사병은 증상이 다양하며 증상이 심하면 생명을 위협할 수도 있지만, 예방법을 미리 알아두면 막을 수 있습니다.



【열사병의 증상】

현기증 · 실신, 근육 경직, 대량 발한, 두통 · 구역질 · 구토 · 허탈감, 의식장애 · 경련 · 손발의 운동장애, 고체온 등

【예방법】

- 잘 때 지나치게 냉방 온도를 낮추지 않는다.
- 땀벌에서 활동할 경우에는 얇은 흰색 의복을 착용하고, 통기성이 좋은 모자를 쓴다.
- 외출할 때는 직사광선을 막아주는 검정색 양산을 쓴다.
- 약간 혈렁한 옷을 입어 통풍을 좋게 하고, 열 방산을 촉진한다.
- 운동 전이나 휴식을 취할 때에는 스포츠 드링크 등을 마신다.

【열사병 증상이 있을 경우】

- ① 그늘이나 냉방 중인 실내로 피난시킨다.
 - ② 옷을 벗기고 피부에 물을 뿌리고 부채질을 하거나 얼음을 이용하여 몸을 식힌다.
 - ③ 의식이 확실할 경우에는 차가운 물 등을 마시게 한다.
- ★ 증상이 심할 경우에는 신속하게 구급차를 부르고 현장에서 바로 몸을 식혀야 합니다.

토막상식 풍경?



바람이 불면 흔들려서 소리가 나는 방울로서 여름에 집 처마 등에 달아둡니다. 풍경 소리는 많은 일본인에게 시원함을 느끼게 하는 소리로, 걸모양 또한 차가운 물이나 금속을 연상케 하는 색으로 만들어진 경우가 많습니다. 습하고 더운 일본의 여름을 조금이라도 쾌적하게 지내기 위해 풍경을 달아보는 것은 어떨까요?

함께 살아가는

다문화공생이란 국적이나 민족 등이 다른 사람들이 서로의 문화적 차이를 인정하고 서로 이해하며 함께 살아가는 것입니다.

여기에서는 다문화공생의 최전선을 리포트합니다.

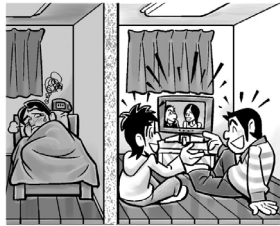
일본에 거주하는 외국인이 늘어가는 가운데 언어 차이로 인한 커뮤니케이션 부족이나 서로의 문화와 생활습관 차이에 대한 이해부족으로 이웃과 예상치 못한 문제가 발생할 수 있습니다.

신주쿠에는 일본에서의 생활과 문제로 고민하는 외국인이 가볍게 상담할 수 있는 창구가 있습니다. 상담원이 영어·중국어·한국어 등의 각국 언어로 상담하며 무료로 문제해결을 위한 조언을 해 주고 있습니다. 이번에는 이웃간에 발생할 수 있는 문제의 사례와 대처방법을 상담원에게 물어보았습니다.

생활에 유익한 정보 이웃간의 문제를 예방합시다!

맨션이나 아파트에서의 소음 문제

소음 문제의 주요 원인으로는 「텔레비전과 스테레오, 청소기, 세탁기 소리, 「악기연주」, 「큰 대화소리」, 「도어 개폐음」, 「발소리」, 「의자를 끄는 소리」 등을 들 수 있습니다. 평소 생활 속에서 무의식 중에 내는 생활 소음이 이웃의 반감을 사서 문제를 일으키는 경우도 있습니다.



문제를 미연에 방지하기 위해서는 먼저 소음을 내지 않도록 노력하는 것이 중요합니다. 벽이 얇은 맨션이나 아파트에서는 상상 이상으로 옆방이나 위층의 생활 소음이 들립니다. 소리는 벽과 바닥을 지나 옆집까지 울리게 되므로, 가구 밑에 소음방지 시트를 붙이고, 세탁기는 벽에서 떨어진 곳에 설치하는 등의 대처가 필요합니다. 이웃에게 피해가 가지 않도록 서로가 배려하도록 합시다.



▲신주쿠 구청 본청사 1층에 있는 것이 필요합니다. 외국인 상담창구

또한 이웃이나 주변 사람들과 충분한 커뮤니케이션을 하는 것도 중요합니다. 소음 문제는 국적에 관계없이 일어나는 문제입니다. 평소부터 커뮤니케이션을 통해 서로의 생활습관을 이해하는

요리로 인한 냄새 문제

평소 말아본 적이 없는 냄새나 익숙하지 않은 냄새가 풍긴다면 여러분은 어떻게 생각할까요? 아마 악취로 느낄 수도 있을 것입니다. 향신료를 많이 사용하는 카레, 김치, 남프라 등의 냄새는 일본인에게 익숙하지 않아 악취로 느낄 경우가 있습니다. 반대로 일본인이 풍기는 생선구이 등의 냄새를 외국인이 악취로 느낄 수도 있을 것입니다. 요리를 만드는 이에게 악의가 없었다고 할지라도 문제의 원인이 될 수 있습니다.



▲신주쿠다문화공생프라자의 외국인 상담코너



조언

일본의 식문화에 익숙하지 않아 집에서 자국의 요리를 만드는 외국인은 많을 것이라 생각합니다. 만든 요리를 이웃과 나눠먹는 등의 방법으로 자국 요리에 대해 조금이라도 공감할 수 있는 커뮤니케이션을 도모하는 것이 중요합니다.

조언

- ①밤에 텔레비전을 보거나 음악을 들을 때 볼륨을 줄이거나 헤드폰을 사용합니다.
- ②청소기·세탁기는 밤 8시경까지 사용을 끝내도록 합시다.
- ③밤에는 시끄럽지 않게 가능한 한 조용히 합시다.
- ④의자나 책상은 끌지 않도록 주의합시다.
- ⑤도어를 조용히 열고 닫읍시다.

외국인 상담창구 (신주쿠 구청 본청사 1층)

상담일시 오전 9시 30분~12시, 오후 1시~4시 30분
 대응언어 영어 월~금요일 TEL 03-5272-5060
 중국어 월·수·금요일 TEL 03-5272-5070
 한국어 화·목요일 TEL 03-5272-5080

외국인 상담코너

(신주쿠다문화공생프라자) TEL 03-5291-5171

상담일시 오전 10시~12시, 오후 1시~5시
 (접수는 오후 4시 30분까지)

월	화	수	목	금
한국어 (오후만)	중국어 태국어	영어 ※휴관일 (제2·4주 요일)은 제외	영어 중국어 미얀마어	한국어 영어(제3주 요일만)

※체류자격·생활상담(일본어대응만)은 제2금요일 오후 6시 30분~8시 30분에 하고 있습니다.