



Centro de JICA Hokkaido (JICA Hokkaido, Sapporo)

Dirección: Minami 4-25, Hondori 16-chome, Barrio Shiroishi,
Ciudad de Sapporo, Prefectura de Hokkaido,
003-0026, Japón

Teléfono: 81-11-866-8383

FAX: 81-11-866-8358

("81" es el código de país para Japón
y "11" es el código de área local.)



Guía de las instalaciones *del* **Centro de JICA Hokkaido**



¡Bienvenidos a Hokkaido, Japón!



ようこそ Yokoso!

Bienvenidos al Centro de JICA Hokkaido (Sapporo).

Nos complace tenerlos a Ustedes aquí en Japón y esperamos que su estadía con nosotros sea cómoda e inolvidable.

Fundado en 1996, el Centro consiste en las instalaciones de alojamiento y capacitación para participantes del curso de capacitación de JICA, así como la Plaza Global de Hokkaido la cual sirve como una base de participación ciudadana en cooperación internacional.

Siéntase como en casa, y ¡disfrute interactuando con otros participantes y ciudadanos japoneses!



¡El personal de JICA les da la bienvenida!



Hola, mi nombre es Utarin.
Soy grulla de Manchuria,
vivo y trabajo como guía del
Centro de JICA. Vamos a hacer
un recorrido alrededor del
Centro, ¡Siganme!



Área de recepción



Sala de estar



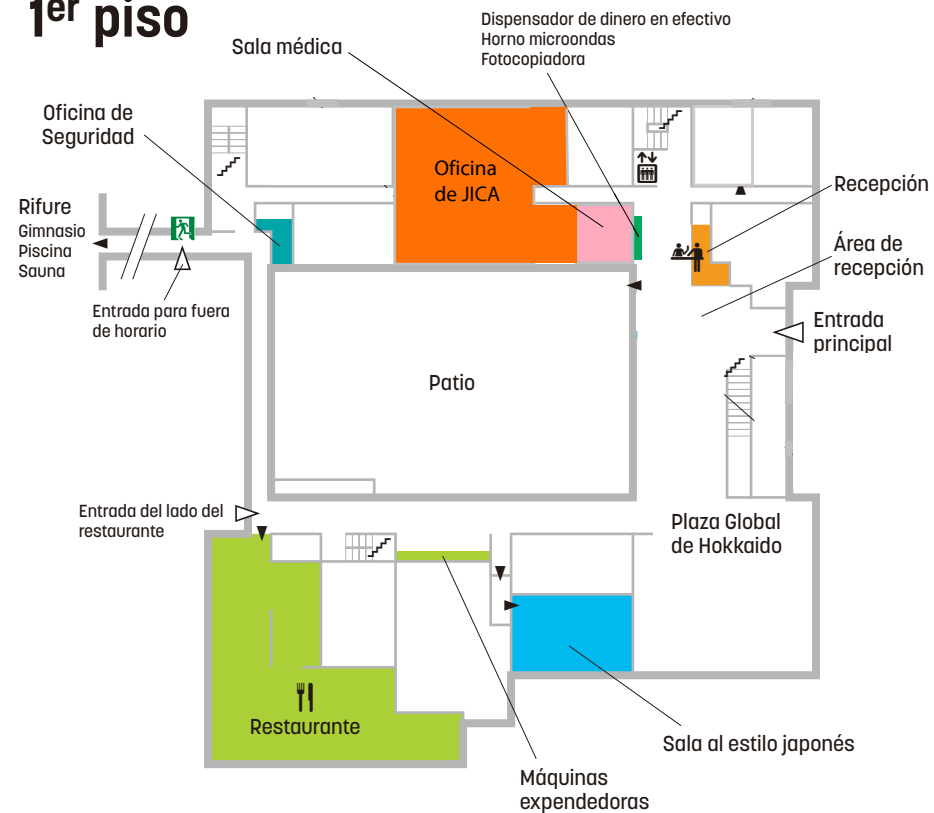
Habitación para huéspedes

Contenidos

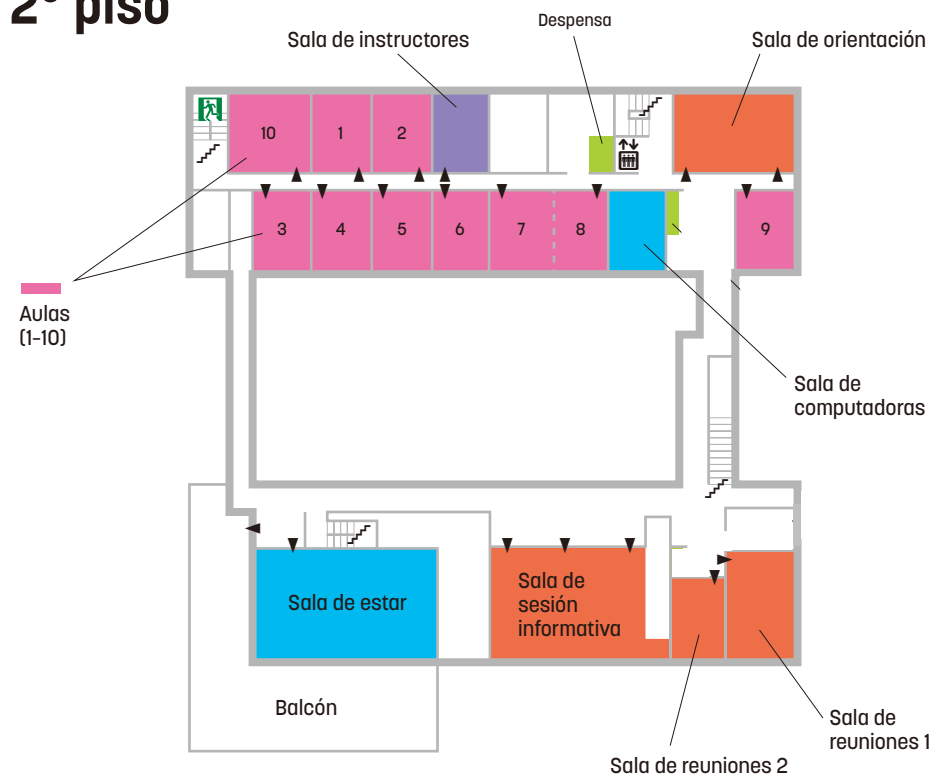
Página 4	Mapa del piso	い
Página 6	Llegada y registro de entrada	ろ
Página 8	Instalarse en su habitación	は
Página 10	Comer	に
Página 13	Sacar dinero en efectivo	ほ
Página 14	Salir	へ
Página 20	Utilizar otras instalaciones y equipos	と
Página 25	Sentirse mal	ち
Página 26	Partida y registro de salida	り
Página 27	Índice	ぬ
Página 28	Mapa de área	る
Página 29	Mapa del centro de la ciudad	を

Mapa del piso

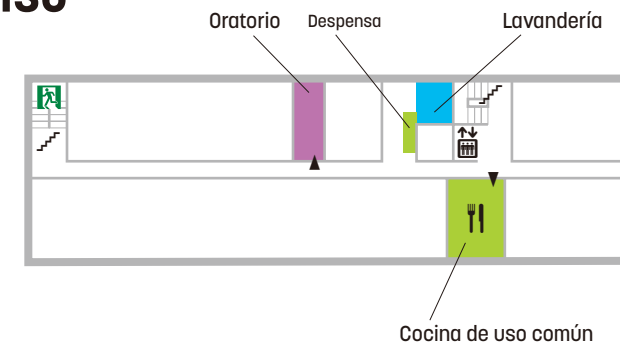
1er piso



2º piso



3er piso



Para la comodidad y conveniencia de todos

El Centro de JICA Hokkaido es una instalación de alojamiento para participantes extranjeros de JICA quienes están aquí para estudiar. Para la comodidad y conveniencia de todos los participantes, por favor respete lo siguiente.

- ⊗ No haga ruido en los corredores y espacios comunes.
- ⊗ No coloque afiches o volantes en el edificio sin permiso.
- ⊗ No invite a visitantes de fuera a su habitación.

Llegada y registro de entrada

3

La recepción se atiende entre las 7:00AM y 11:00PM. El horario de apertura de la entrada principal es el mismo.

Cuando Usted llegue al Centro de JICA el primer día, tiene que registrarse en la recepción para recibir la llave de su habitación y cualquier instrucción necesaria del Centro de JICA.



Recepción (1^{er} piso)

La recepción **PUEDE**

✓ Manejar las llaves de la habitación

Cuando salga, por favor deje la llave en la recepción.

✓ Transferir llamadas

Se transfieren llamadas nacionales e internacionales recibidas a su extensión.

✓ Recibir paquetes

El destinatario debe ser participante de JICA.

Nota: Favor de considerar siempre la diferencia de horas cuando solicita a su familia o amigos que lo llamen.

✓ Ofrecer custodia de equipaje temporal

Usted puede dejar en custodia sus maletas y equipaje que no necesite andar cuando va de viaje de estudio u otros recorridos.

✓ Prestar los siguientes artículos

Zapatos para gimnasio para uso en Rifure



Capote de 2 piezas



Botas para lluvia



Secadora de pelo



Plancha



Humidificador para uso en invierno



Abrigo, gorra y guantes de invierno



Tacos de nieve antideslizante



Adaptadores para llevar a los viajes de estudio



Nota: NO lleve afuera los adaptadores instalados en su habitación.

La recepción **NO puede**

NO Cambiar moneda

Hay Plaza de Cambio de Divisas del Banco de Hokkaido en el área de Odori, y Traveler cerca de la estación de Sapporo. [Véase la página 13 y 29.](#)

NO Ofrecer servicios postales

Para enviar cartas o paquetes, vaya a la oficina postal cercana. [Véase la página 28.](#)

NO Sacar monedas

Del dispensador de dinero en efectivo instalado en el Área de recepción, únicamente se puede sacar billetes. Si necesita monedas, tendrá que ir al Banco SMBC en el área de Odori. [Véase la página 13 y 29](#)

NO Guardar sus objetos de valor

Utilice la caja de seguridad en su habitación cuando salga.

NO Vender artículos sanitarios como el champú, jabón, etc.

Prepare estos artículos Usted mismo.

3

Instalarse en su habitación

Notas importantes

⊘ No fumar

Está prohibido fumar en las habitaciones y balcones.

⚠ Emergencia

Contáctese con la recepción en caso de enfermedades inesperadas en fines de semana. En caso de incendios, terremotos o cualquier otro desastre, evacue lo rápido posible por las vías de evacuación siguiendo las instrucciones del personal.

⚠ Para su seguridad

Una vez instalado, verifique el mapa de la puerta para conocer las vías de evacuación y la ubicación de los extintores de fuego.



¡Verifique las vías de evacuación!



Lo que brindamos

✓ Televisor y reproductor de DVD

En cada habitación hay instrucciones del uso. También puede tomar prestado DVD de la Sala de estar.



Colección de DVD en la Sala de estar (2° piso)

✓ Caja de seguridad

Guarde sus objetos de valor en la caja de seguridad de su habitación.



Nota: La distribución de la habitación puede ser asimétrica a la suya.

✓ Conexión a Wi-Fi

Está disponible el servicio de Wi-Fi en cada habitación. El nombre del usuario y la contraseña cambiarán diariamente. Favor de revisarlos en el tablero de información.

¡Revise el nombre del usuario y la contraseña todos los días!



✓ Teléfono

Usted puede hacer llamadas internas a otras habitaciones, recepción y Oficina de JICA.

✓ Servicio de limpieza de la habitación

Diariamente se limpia la habitación y los basureros y se cambian las alfombras de baño. Las sábanas se cambian una vez a la semana.

Súmele a los esfuerzos de JICA amigables con el medio ambiente

⚠ Separe los residuos a descartar para mantener un ambiente sano.

⚠ Deposite las latas de aluminio, botellas de vidrio y botellas PET en el basurero ubicado en la despensa de cada piso.

En su habitación



En la despensa



⚠ Reduzca el consumo de electricidad y agua apagándola cuando no se usa.

Comer

En el restaurante de JICA

El restaurante está abierto al público y también utiliza el personal de JICA.

Se dispone de la comida japonesa, internacional y comida certificada Halal, y el menú cambia diariamente.



Restaurante de JICA (1^{er} piso)

Desayuno

**Horario: 7:00AM - 8:30AM de lunes a viernes
8:00AM - 9:30AM fines de semana**

Se brinda al estilo buffet o cantina.

El desayuno está incluido en la tarifa de alojamiento.

Firme el formato al lado de la caja antes de desayunar.

Almuerzo

Horario: 11:30AM - 2:00PM

Favor de elegir entre el menú y pagar con tarjeta de comida o en efectivo. Véase la siguiente página para mayores detalles de la tarjeta de comida.

La última llamada de almuerzo es a las 1:30PM.

Cena

Horario: 5:30PM - 8:30PM

Favor de elegir entre el menú y pagar con tarjeta de comida o en efectivo. La última llamada de cena es a las 8:00PM.

Repostería

Usted puede utilizar la tarjeta de comida para comprar postres.

Se dispone de la lista en la caja del restaurante.



Alcohol

Usted también puede comprar cerveza en el restaurante.

Recuerde consumir con moderación.

Tarjeta de comida

✓ Para el pago de almuerzo y cena

Cuando Usted se registre en la recepción, le dará una tarjeta de comida. Utilice esta tarjeta para pagar el almuerzo y/o la cena en los Centros de JICA.

La tarjeta emitida en Sapporo se acepta también en otros restaurantes de los Centros de JICA si Usted hace viajes de estudio.



Tarjeta de comida



⚠ Tarjetas de comida extraviadas

No podemos compensar ninguna pérdida por el extravío de su tarjeta de comida.

⚠ No hay reembolso del saldo restante

El saldo restante NO es reembolsable. Usted puede comprar postres en el restaurante.

¿Por qué no los prueba como souvenirs?

Preparar su propia comida

✓ Horno microondas

Utilice el horno microondas en el Área de recepción para calentar la comida.

SIN EMBARGO, NO caliente comida envuelta con papel aluminio O comida cruda como carne y pescado crudo y huevos.

Horario: 7:00AM - 11:00PM



Papel aluminio Pescado crudo Huevo

✓ Cocina de uso común

El espacio de la cocina de uso común se encuentra en el 3^{er} piso.

Horario: 10:00AM - 9:00PM

(El horario puede cambiar durante el Ramadán.)



Cocina de uso común (3^{er} piso)

Cómo utilizar la cocina de uso común

Pida la llave en la recepción

No se requiere reservación, pero se recomienda.

Tome prestados los cuchillos

Se prestan otros utensilios de cocina en la cocina de uso común.

Cocine su comida

Detergente, esponja y toalla de papel de cocina están en la cocina.

Limpie y restaure

Después del uso, asegúrese de limpiar y restaurar todas las cosas como estaban originalmente.

Sacar dinero en efectivo

Billetes

✓ En el Área de recepción de JICA

Del dispensador de dinero en efectivo instalado en el Área de recepción, se puede sacar únicamente billetes.

Horario: 24 horas operado



Dispensador de dinero en efectivo en el Área de recepción (1^{er} piso)

Monedas

⇒ Vaya al Banco SMBC

Favor de ir al Banco SMBC en el área de Odori si desea sacar monedas.

En el Banco, los cajeros automáticos tienen instrucciones en inglés.



Nota: Para sacar monedas, el horario de servicio de los cajeros automáticos es limitado como lo siguiente.



Horario: 8:45AM - 6:00PM de lunes a viernes

(No hay servicio los fines de semana y días feriados.)

Ubicación: 2-2, Kita 1-jo, Nishi 4-chome, Barrio Chuo, Ciudad de Sapporo

⇒ Véase la página 29.

Cambio de moneda

Vaya a la Plaza de Cambio de moneda del Banco de Hokkaido en el área de Odori y Travelex cerca de la estación de Sapporo.

⇒ Plaza de Cambio de moneda

Horario:
10:00AM - 7:00PM de lunes a viernes
10:00AM - 5:00PM sábados, domingos y festivos

Ubicación: 2^o piso subterráneo, Edificio Hinode, Minami 1-jo, Nishi 4-chome, Barrio Chuo, Ciudad de Sapporo

⇒ Véase la página 29.

⇒ Travelex

Horario: 10:00AM - 6:00PM
Abierto los 7 días de la semana
Ubicación: ASTY45 1^{er} piso, 1, Kita 4-jo, Nishi 5-chome, Barrio Chuo, Ciudad de Sapporo

⇒ Véase la página 29.

Salir

Reglas básicas

Tome la llave de la habitación

No se olvide de tomar la llave cuando salga de la habitación.
La puerta se bloquea automáticamente.



Deje la llave en la recepción

Deje la llave de su habitación en la recepción cada vez que salga del Centro de JICA.
Si pierde la llave, posiblemente aplicaremos un cargo por reemplazo.



Ahora, ¡vamos!

En metro

➡ Véase la página 16.



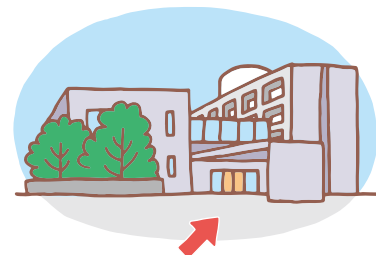
En autobús

➡ Véase la página 18.



Regrese antes de las 11:00PM

La entrada principal y la entrada del lado del restaurante estarán cerradas de 11:00PM a 7:00AM fuera del horario de apertura.



Abierta de 7:00AM a 11:00PM



- Notifique a la recepción de antemano.
- Llame a la recepción (tel.: +81-011-866-8383) antes de las 11:00PM si va a regresar tarde o decide hacerlo el mismo día.
- Utilice la puerta de la Oficina de seguridad (entrada para fuera de horario).
➡ Véase la página 4.

Si quiere pasar la noche fuera

⊘ Pasar la noche fuera SIN AVISAR: ¡PROHIBIDO!

JICA se encarga de arreglar el alojamiento para su estadía en Japón.

⚠ Si quiere pasar la noche fuera por razones privadas

- Utilice el enlace de Forms a continuación para enviar su formulario de solicitud.

Nota: Usted deberá entregar el formulario al menos 7 días hábiles antes de hacerlo.



Formulario de solicitud

Cómo usar el metro

La estación de metro más cercana al Centro de JICA es la estación de Nango Juhatchome (T16 / 南郷18丁目) de la Línea Tozai.

Consulte el mapa de área para direcciones desde el Centro de JICA hasta la estación.

[Véase la página 28.](#)



Rótulo de la estación de Nango Juhatchome

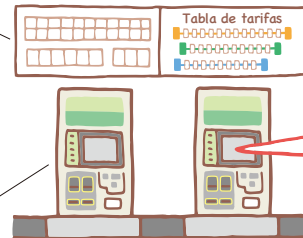
En la estación



Las tarifas del servicio de metro de Sapporo varían dependiendo de la distancia recorrida (Ej.: Desde la estación de metro de Nango Juhatchome hasta Sapporo/Odori, la tarifa es de 290 yenes).

Tablero de tarifas

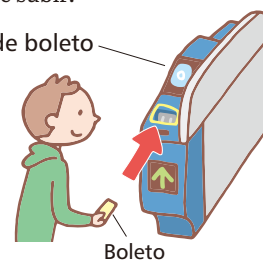
Máquina de boletos



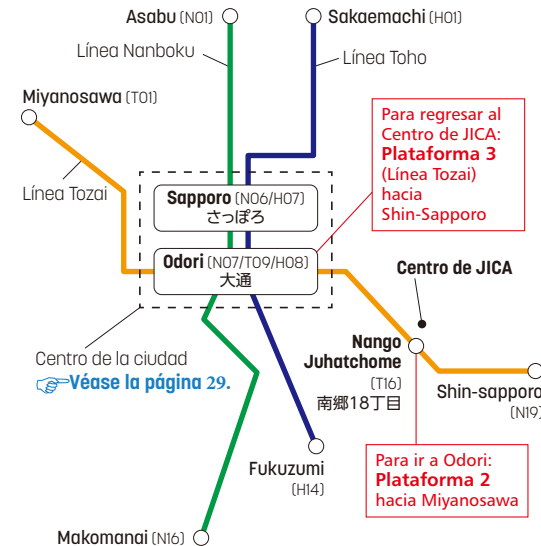
Usted tiene que comprar un boleto en la máquina expendedora de boletos. Pulse el botón "English" en la pantalla táctil para cambiar el idioma y siga las instrucciones.

Inserte el boleto y asegúrese de recuperarlo en el otro extremo de la máquina (más o menos un metro más adelante) ya que lo necesitará en la estación de destino. Espere hasta que bajen los pasajeros antes de subir.

Puerta de boleto



Líneas de metro en Sapporo



Pase de un día para fines de semana

El pase DoNiChika (520 yenes) es conveniente para viajar en Sapporo los fines de semana y días feriados. ¡Esto permite subir al metro de Sapporo ilimitadas veces todo el día!



Cómo usar el autobús

La parada de Autobús JR Hokkaido (JHB) más cercana al Centro de JICA es Shimoshiroishi (下白石).

Usted también puede ir a la estación de Sapporo en Autobús JR Hokkaido. La estación de Sapporo es la última parada. (La tarifa hasta la estación de Sapporo es de 210 yenes.)

Nótese que las siguientes instrucciones son para Autobús JR Hokkaido.

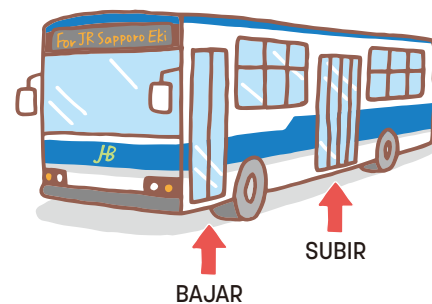


Rótulo de la parada de autobús Shimoshiroishi

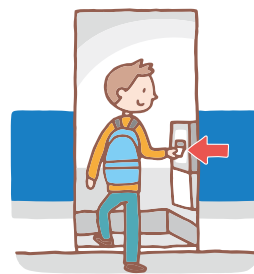
Ir a la estación de Sapporo en AUTOBÚS



Suba al autobús por la puerta central.



Tome el boleto de número desde la máquina emisora de boletos al lado de la puerta.
La tarifa de autobús se basa en este boleto.



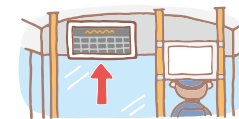
Ponga su pago en la caja junto con el boleto de número.



Si necesita monedas, utilice la máquina cambiadora de dinero puesta al lado del conductor del autobús (de un billete de 1.000 yenes a monedas, o de una moneda de alta denominación a monedas de baja denominación).

Si desea **BAJAR** en las paradas que no sea la estación de Sapporo...

- Pulse el botón de parar en la pared del autobús después de escuchar el anuncio de la próxima parada. No hay anuncio en inglés.
- Revise el número de su boleto de número y la tarifa indicada en el tablero electrónico de adelante.

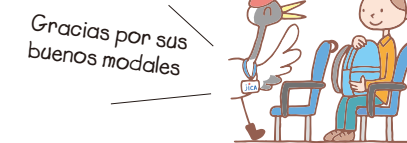


Las tarifas de autobús varían dependiendo de la distancia recorrida.

Mientras esté a bordo

⚠ Evite las conductas que molestan a otros pasajeros
(Ej.: Hablar por teléfono celular, hablar en voz alta, etc.)

⚠ Baje la mochila de su espalda, y nunca la ponga en el asiento del lado.
Póngala en sus rodillas para que los demás pasajeros puedan utilizar el asiento.



⚠ No se mueva dentro del autobús mientras esté en movimiento.

🚫 No se permite fumar adentro.

Utilizar otras instalaciones y equipos

Disponibles en el Centro de JICA

✓ Computadoras

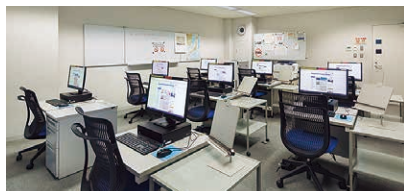
Usted puede utilizar las computadoras de la Sala de computadoras y del Área de recepción. Usted no necesita reservación para el uso. También están disponibles las impresoras instaladas en cada lugar durante el siguiente horario.

Horario en la Sala de computadoras:

7:00AM - 11:00PM

Horario en el Área de recepción:

24 horas



Computadoras en la Sala de computadoras (2º piso)

✓ Fotocopiadora

Hay una fotocopiadora en el Área de recepción.

Fotocopias

Pida la tarjeta de fotocopias en la recepción.

Impresión

No es necesario pedir la tarjeta de fotocopias para imprimir desde las computadoras.

Escaneo

Los datos escaneados aparecerán como icono en el escritorio de las computadoras del Área de recepción.

Horario: 7:00AM - 11:00PM



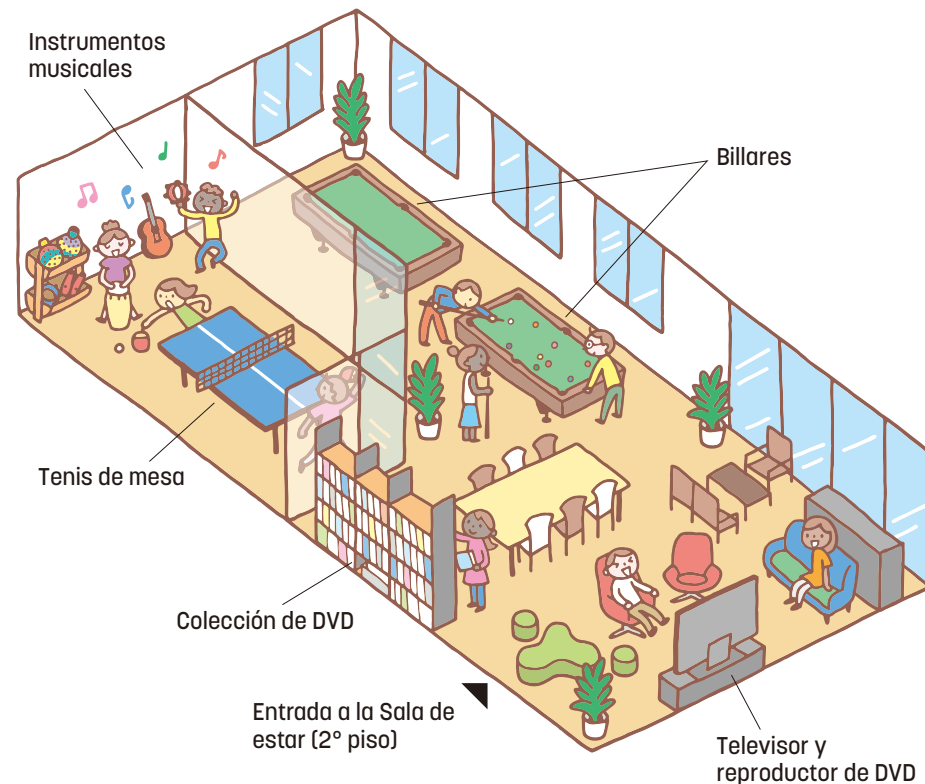
Computadores y fotocopiadora en el Área de recepción (1º piso)

✓ Sala de estar

Disfrute jugando billares, tenis de mesa y tocando instrumentos musicales. También están instalados un televisor y un reproductor de DVD. También Usted puede tomar prestado DVD de la Sala de estar para verlo en su habitación.

No se requiere reservación.

Horario: 7:00AM - 11:00PM



✓ Lavandería

Están disponibles las lavadoras y secadoras de uso gratuito. Utilice estos equipos para lavar su ropa y toallas prestadas de la recepción.

Las sábanas se cambian una vez a la semana, sin embargo, a Usted le toca lavar las toallas utilizando las instalaciones de la lavandería. Favor de preparar detergente Usted mismo.

Horario: 8:00AM - 10:00PM



Lavandería (3º piso)

RIFURE (Salón Internacional de Deportes de Sapporo)

¿Le gustaría hacer algo de ejercicio? O ¿necesita resolver la falta de ejercicio?

Entonces, solo camine por el corredor de acceso y vaya a RIFURE equipado con un gimnasio de entrenamiento, una piscina y una cancha deportiva. Es gratuito para participantes de JICA.

Horario: 10:00AM - 9:00PM

Cerrado: El 3er lunes de cada mes

(Si ese lunes cae un feriado nacional, al día siguiente.)

Antes de ir

Contáctese con la recepción del Centro de JICA antes de las 8:00PM. Le entregarán boletos de admisión gratis para utilizar las instalaciones de RIFURE. También Usted puede alquilar zapatos de gimnasio, gorro y gafas de natación, sin embargo, deberá traer su propio traje de baño.



Gimnasio



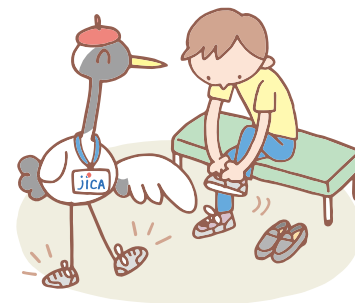
Piscina de natación



Cancha deportiva

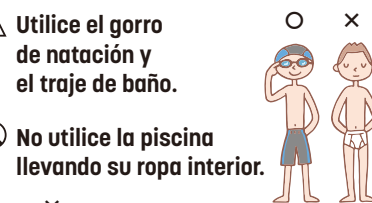
En el gimnasio

- ⚠ Cambie sus zapatos a los zapatos de gimnasio en RIFURE.
- ⊘ No camine por el corredor de acceso con zapatos de gimnasio.



En la piscina

- ⚠ Utilice el gorro de natación y el traje de baño.
- ⊘ No utilice la piscina llevando su ropa interior.



- ⊘ Remueva cualquier joya y maquillaje.



- ⚠ Tome ducha antes de entrar en la piscina.



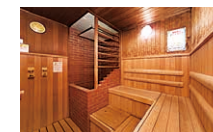
- ⊘ No tome fotos o videos.



Utilice el casillero con moneda para guardar su ropa y otros objetos personales.

En la sauna

- ⚠ Utilice la toalla de baño o traje de baño.
- ⚠ Tome ducha después de utilizar la sauna antes de entrar en la piscina.



Sauna

No está permitido el uso único de la sauna. La sauna es para usuarios de la piscina y el gimnasio.

Sentirse mal

Sala médica

☑ Coordinador clínico

La Sala médica está abierta durante el siguiente horario. El coordinador clínico puede atender consultas de salud y coordinar el arreglo necesario para visitar el hospital o clínica. El coordinador clínico también puede acompañarle cuando necesita salir a comprar medicamentos sin receta médica en una farmacia.

Nota: El coordinador clínico no es un doctor ni enfermero.

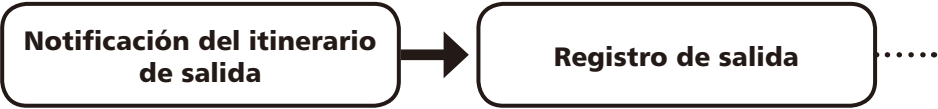
Horario: 9:30AM - 5:45PM



Contáctese con la recepción si se enferma durante el fin de semana.

Partida y registro de salida

¡Gracias por quedarse con nosotros!



Le informarán sobre su vuelo de regreso en la reunión con la agencia de viajes durante su estadía en el Centro de JICA.

La hora de registro/recogida variará dependiendo del itinerario de su vuelo y de la disponibilidad del Centro de JICA.

Hora de salida:
En principio, a las 10:00AM.

Registro de salida más tarde
Si su hora de recogida es después de las 10:00AM, Usted podrá utilizar su habitación hasta la hora de recogida. En ese caso, le informaremos.



Revise dos veces

- ☒ Regrese la llave de la habitación a la recepción.
- ☒ Regrese la tarjeta de comida a la recepción.*
- ☒ Regrese DVD a la Sala de estar.
- ☒ Regrese cualquier objeto prestado a su lugar original.
- ☒ Ponga en el basurero cualquier cosa que quiera deshacer.

*Si Usted va a hospedarse en otro Centro de JICA después de salir del Centro de JICA de Sapporo, Usted puede llevar su tarjeta de comida.

Índice

Artículos de alquiler		
Abrigo, gorra y guantes de invierno.....	7	
Adaptador	7	
Botas para lluvia	7	
Capote de 2 piezas.....	7	
Cuchillo y tijeras de cocina	12	
Humidificador	7	
Plancha	7	
Secadora de pelo	7	
Tacos de nieve antideslizante	7	
Zapatos para gimnasio, gorro y gafas de natación	7	
Comer y beber		
Alcohol	11	
Almuerzo	10	
Cena	10	
Cocina de uso común	12	
Comida rápida	28	
Desayuno	10	
Horno microondas	12	
Repostería	11	
Restaurante de JICA	10	
Sushi	28	
Tarjeta de comida.....	11	
Compras		
Calle de compras techada	29	
Electrodomésticos.....	29	
Farmacia	28	
Librería.....	29	
Supermercado	28	
Tienda de 100 yenes	28	
Tienda de conveniencia.....	28	
Tienda de descuento.....	29	
Tienda libre de impuestos	29	
Tiendas de segunda mano	29	
Dinero		
Cambio de divisas	7, 13, 29	
Sacar billetes	13	
Sacar monedas.....	13, 29	
Emergencia		
Evacuación	8	
Sala médica.....	25	
En su habitación		
Caja de seguridad	8	
Separación de residuos	9	
Servicio de limpieza de la habitación	9	
Televisor y DVD.....	8	
Equipaje		
Ofrece custodia de equipaje temporal ..	6	
Instalaciones y equipos		
Billares	21	
Colección de DVD	21	
Computadoras	20	
Fotocopiadora.....	20	
Gimnasio (Rifure)	23	
Instrumentos musicales.....	21	
Lavandería	21	
Piscina (Rifure)	22	
Rifure	22	
Sala de estar	20	
Sauna (Rifure)	23	
Televisor y reproductor de DVD	21	
Tenis de mesa.....	21	
Objetos de valor		
Caja de seguridad	7, 8	
Recepción		
Aplicación para pasar la noche fuera ..	15	
Llave de la habitación	6	
Transferencia de llamadas	6	
Registro de entrada		
Llegada y registro de entrada.....	6	
Registro de salida		
Partida y registro de salida	26	
Salir		
Autobús	16, 28, 29	
Horario de apertura de la entrada.....	15	
Información turística.....	29	
Metro.....	16, 28, 29	
Pasar la noche fuera.....	15	
Servicio postal		
Para enviar carta o paquete	7, 28	
Telecomunicaciones		
Conexión a Wi-Fi	9	
Teléfono	4, 6, 9	

Mapa de área



Mapa del centro de la ciudad

