

NOTICIAS DE HAMURA

Hamura Fureai Chiiki Zukuri Kōsha

5-2-1 Midorigaoka, Hamura-shi, 205-0003 TOKYO

Tel. 042-579-2211/ Fax 042-579-2212/e-mail fureai@t-net.ne.jp

Junio 2007

Preparado por el grupo "Latinos al día"

NOTA: Las informaciones por teléfono se ofrecen en Japonés.

Distribución Gratuita

CUIDEMOS EL MEDIO AMBIENTE

Con pequeños cambios en nuestra vida cotidiana estaremos protegiendo nuestro planeta. Problemas actuales como la contaminación del medio ambiente, la destrucción de la capa de ozono, etc. son problemas a nivel mundial y que preocupan a la comunidad. Qué es lo que podemos hacer en estos momentos? Aquí algunas recomendaciones.

En las habitaciones *Mantener el sistema de calefacción a 20°C y el aire acondicionado como máximo 28°C. *Cambiar el fluorescente de luz blanca a la luz amarilla. Apagar las luces no necesarias y desconectar el televisor y el aire acondicionado si tendrá largas horas sin uso.

En la cocina *Llenar la refrigeradora sólo con lo necesario. *Desconectar hervidores de agua eléctricos y termos eléctricos al no ser usados.*Al lavar los utensilios de cocina usar el agua a temperatura mínima posible.

En el supermercado *Al ir de compras llevar sus propias bolsas. *Comprar productos que tengan la marca ecológica.

En el cuarto de baño *Utilizar el agua sobrante del ofuro para el lavado de ropa. *Mantener el ofuro tapado.

*El asiento eléctrico del baño mantenerlo a baja temperatura.

En el automóvil *Calentar el motor solo si es necesario, asimismo no arrancar ni acelerar innecesariamente. *Mantener la presión del aire de las llantas moderadamente.

CONSULTAS

Preocupaciones, dudas, que tengan acerca de asuntos con su pareja, divorcio, maltrato, relación en el centro de trabajo, etc. podrán hacer su consulta previa cita (reservar la cita con un mes de anticipación).

En la municipalidad de Hamura - Fukushi Jimusho soudan shitsu el 1er 3er y 5to miércoles del mes a partir de la 1:30 p.m. hasta las 4:30 p.m. Las inscripciones en kōhō kōhōka 1er. piso sōdan gakari.

En la municipalidad de Fussa -Shimi sōdan shitsu, el 2do. y 4to. miércoles a partir de las 9:00 a.m. hasta la 1:00 p.m. Las inscripciones en Hishokōhōka kōhō kōchō gakari.

LUCIERNAGAS EN HAMURA

El 23 de junio a partir de las 7:00 p.m. podrán apreciar el resplandor de aproximadamente cien luciérnagas en Asojinjakaryu, el lugar de reunión la entrada de Ikoinosato.

ZOOLOGICO

Grupo de tiro al arco (Kyūdo) harán sus demostraciones en espacio abierto y observarán la tecnología tradicional transmitida a través de tiempos. El día 3 de junio a partir de las 11:00 a.m. ~ y a partir de las 2:00 p.m.~ para más detalles llamar al parque.

Nature game, jóvenes universitarios estarán guiando esta actividad el 17 de junio de 1:00 hasta las 3:00 p.m. Te gustaría pasar una tarde divertida jugando y estudiando a la vez; podrán participar hasta 30 personas.

Rally de preguntas, se irán haciendo preguntas sobre los animales y al responder podrán pasar a la siguiente posta. Esto se llevará a cabo los días 9 y 10 de Junio en dos grupos cada día de 10:30 a.m. a 12:00 m. y de 1:30 p.m. a 3:30 p.m. Costo ¥ 50 hasta estudiantes de secundaria superior (kōkō) y ¥ 100 adultos.

Concurso de fotos Dibujos de los animales, de la locomotora, etc los trabajos se recibirán hasta el 30 de junio. Totalmente gratis hasta alumnos de secundaria superior y ¥200 los demás participantes.

COSECHA Y TRILLADO DEL ARROZ

Completamente gratis los niños de primaria y secundaria podrán conocer mas acerca del proceso del arroz. Esta actividad se realizará los días 9 y 10 de junio a partir de las 8:30 a.m. en el campo de sembrío de arroz de Hanenaka 4. Deberá venir con ropa adecuada para estas labores. Para más información acercarse o llamar al Jidō Seishōnenka Seishōnengakari.

YUTOROGI

Curso de Computación (Word nivel intermedio) los días 6, 13, 20 y 27 de Julio desde las 10:00a.m. hasta las 12:00m en la sala Kōza shitsu 2; el costo es de ¥1,500. Para inscribirse deberá enviar una tarjeta postal de ida y vuelta (ofuku hagaki) anotando su dirección, nombre, edad, número telefónico y si requiere de persona para el cuidado de su niño.

Takara Kuji bunka kōen 『Leningrado Kunitachi Ballet ~ Karei naru classic · ballet · highlight』 en la sala principal el 2 de agosto de partir de las 6:30 p.m. Las entradas estarán en venta el día 2 de junio en el local y el día 3 de junio en: Sport Center, Marufuji, (Hamura, Fussa, Ohme), Tama Shinbunsha TEL 0120-61-3737 ticket service. Yamaha Music Nishi Tokio Tachikawa Ten TEL 042-523-1431.

Concierto de Shamisen (instrumento típico japonés) se realizará el 16 de junio desde 0:30p.m. hasta la 1:00 p.m. y totalmente gratis, finalizado el concierto podrán participar en una clase de 30 minutos de duración.

DESDE KYŪKAMURA

En aire puro y verde de una meseta luminosa que da la bienvenida al inicio del verano cuando Kiyosato está refrescándose para la fiesta natural !Venga lo estamos esperando, anímese! Exhibición de los trabajos en cerámica de Izumi san a partir del 1 de junio. (El ingresó a la escuela superior en la especialidad de cerámica después de jubilarse.

Informes llamando al 0120-47-4017 0551-48-4017 URL <http://hamura-kyukason.jp/>

LA BASURA EN DIA DE LLUVIA

Basura reciclable A, se dividen en dos grandes grupos: papeles diversos y ropa.

- Papeles diversos (periódicos, revistas, cartones) aunque esten mojado se puede reciclar, atar con sogas y dejar en el lugar acostumbrado, por ningún motivo cambiar el lugar.
- Prendas, no sacar en caso de lluvia así lo cubriera con bolsa plástica hay posibilidad de que se mojara y no se podría reciclar.
- Los recibos, cartas, documentos privados cortarlos en tamaño pequeño y botarlos como reciclables o como basura quemable.
- La ropa interior, medias, manchadas botar como basura quemable.

Plástico: Revisar la marca (プラ)

- **Si tuviera la marca** se botarán en bolsas de los supermercados transparentes o semi-transparentes *Lavar los depósitos antes de botarlo.
- **Si no tuviera la marca** deberá fijarse por el espesor y dureza. En caso de plástico sea delgado y/o flexible se botará como basura quemable (bolsa de color azul pagable que se utiliza en la ciudad de Hamura) y en caso de plástico grueso o duro se colocará en bolsa de supermercado transparente o semi-transparente.

Más detalles llamando a Seikatsu kankyōka kankyōgakari.

OSHABERIBA

El tema "El tiempo de mamá" desde las 10:00 hasta las 11:30 a.m. el día 14 en el Chūō Jidōkan, el día 8 en el Nishi Jidōkan, el día 19 en el Higashi Jidōkan. Informes llamando al Kodomo Katei Shien Center.

SERVICIO DE BIENESTAR FAMILIAR

(Katei Fukushi Iin)

Cuidado de bebé desde 0~2 años saludables, para las madres que trabajan; el horario para el cuidado es el reglamentado a partir de 8:30 ~ 5:30 p.m. El costo mensual ¥ 33,000

※ No incluye comida, pañales, etc. Mayor información llamando al Hoikuka Hoikugakari.

ASIGNACION PARA CUIDADO Y CRIANZA DEL NIÑO

Para las personas que están recibiendo las ayudas; a mediados del mes de junio se estarán depositando las ayudas correspondientes a los meses de febrero~ mayo, favor confirmar los depósitos. Cualquier duda llamar al Kosodate Shien ka Shiengakari.

TARJETA PARA ATENCION MEDICA

La tarjeta para atención en los hospitales de las personas de tercera edad es válida hasta el 30 de junio transcurrida la fecha no podrá ser utilizada; acercarse a Hoken Nenkin y devolver la tarjeta vencida. La nueva tarjeta regirá a partir del 1 de julio, pueden realizar el trámite las personas nacidas antes del 30 de junio de año 1937 (Showa 12). Más detalles llamando al Hoken nenkin hoken gakari/ Tokio To Fukushi Hokenkyoku Iryōjyoseika jyoseigakari TEL 03-5320-4282

DEPORTE, RECREACION

Hacer deporte y eliminar toxinas nos hará sentir mejor al mismo tiempo que nos relacionamos, dirigido para las personas que tienen impedimentos físicos o psicosomáticos. El día 24 de junio se realizará esta actividad a partir de las 10:00 a.m. en el Sports Center dai ichi hall. Traer zapatillas limpias para usar dentro de los salones. Más informes al Shōgai Fukushika Shōgaifukushigakari.

CLASES DE COMPUTACION

Nivel Básico para principiantes costo: ¥3,000

9 y 10 de junio de 1:00 a 4:00 p.m.

Programa Word en Japonés para principiantes costo: ¥3,000

12, 13 y 14 de junio de 10:00 a 12:00 a.m.

23 y 24 de junio de 1:00 a 4:00 p.m.

Programa Word en Japonés costo: ¥3,000

10 y 11 de julio de 6:00 a 9:00 p.m.

Programa Excel para principiantes costo: ¥3,000

19, 20 y 21 de junio de 10:00 a 12:00 a.m.

30 de junio y 1 de julio de 1:00 a 4:00 p.m.

Programa Excel costo: ¥3,000

17 y 18 de julio de 6:00 a 9:00 p.m.

Power Point para principiantes costo: ¥3,000

9 y 10 de junio de 1:00 a 4:00 p.m.

Access para principiantes costo: ¥5,000

14 y 15 de julio de 1:00 a 5:00 p.m.

Access costo: ¥5,000

21 y 22 de julio de 1:00 a 5:00 p.m.

Las clases se realizarán en el Centro de ayuda social (Fukushi Center). La capacidad es para 10 personas. Las inscripciones serán el 5 de junio (para las personas que trabajan en la ciudad de Hamura) y 6 de junio (para los residentes de Hamura) a partir de las 9:00 a.m. Mas informaciones en el Fukushi Center. El Texto se cobrará aparte. Más información llamando al Fukushi Center al telf. 579-6425.



INSCRIPCION PARA SORTEO DE VIVIENDAS DE HAMURA

Los interesados en las viviendas de la ciudad de Hamura podrán recabar y entregar los formularios



a partir del día 4 hasta el 11 de junio desde las 8:30 a.m. hasta las 7:00 p.m. (sábados y domingos hasta las 5:00 p.m.) en el 2do piso de la municipalidad de Hamura. Lugares de las viviendas a sortear : Sakae Cho Danchi, Tamagawa Danchi, Mihara Danchi, Masaka Danchi, Hanekami Danchi. El sorteo será el día 18

de junio. Las personas que se presenten a este sorteo podrán esperar por una casa hasta el día 30 de Junio del año 2008.

SWIMMING CENTER

AQUAROBICS Los días jueves 7, 14, 21 y 28 de Junio de 3:00 a 3:50 p.m. Las inscripciones serán el mismo día de 2:00 a 2:50 p.m. en la recepción. La capacidad es para 35 personas a partir de los 16 años de edad.

CAMINATAS EN EL AGUA diversos tipos y formas correctas de caminar, entrenamientos para fortalecer y afirmar los músculos. Esta clase se realizará el sábado 23 de junio de 10:00 a 10:50 p.m. La capacidad es para 30 personas a partir de los 16 años de edad.

Las inscripciones el mismo día de 9:00 a 9:50 p.m. en la recepción, Costo para cualquiera de las clases: ¥ 400 para los que residen en Hamura y ¥600 para las personas que residen en otras

ciudades. Traer ropa de baño, gorro, toalla.

PROGRAMA PARA PRACTICAS DEPORTIVAS INDIVIDUALES DE JUNIO

El Sports Center está abierto a personas que vivan o trabajen en Hamura. Venga a practicar el deporte de su predilección, dependiendo de la hora habrá entrenadores presentes para cuando los necesite. De acuerdo a la categoría, traiga ropa para hacer deportes, zapatos deportivos limpios para usar dentro de los salones, pelotas de tenis de mesa, plumillas de badminton, etc.



Deporte	Días y Horas
Badminton	: Viernes de 6:00 p.m. a 10:00 p.m.(Instructor a partir de las 7:30)
Tenis	: Miércoles de 6:00 p.m. a 10:00 p.m. (Instructor a partir de las 7:30)
Indiaka	: 2do. y 4to. Martes de 6:00 p.m. a 10:00 p.m. (Instructor a partir de las 7:30)
Tenis de mesa	: Todos los días (Con instructor los sábados de 7:00 a 10:00 p.m.)



CUENTOS EN LA BIBLIOTECA

La lectura de variados cuentos para escolares de primaria se realizará el día 16 de junio a partir de las 11:00a.m.

Los cuentos para niños en edad preescolar será mediante teatro en papel y se llevará a cabo el día 9 de junio a partir de las 11:00 a.m.

Para mayor información llamar a la biblioteca.

PAGINA DE LOS NIÑOS

HIGASHI JIDŌKAN

JUGUETES HECHOS A MANO "TARJETAS MAGICAS"

Padrán construir sus propios juguetes en este pequeño curso en la cual esta vez se trata de tarjetas mágicas el día 9 de junio en dos grupos : de 10:00 ~ y de 1:00p.m. ~ completamente gratis. Esta actividad está dirigida por el grupo de voluntarios "Nejimawari" y pueden participar alumnos hasta el 3er. año de primaria.

COCINA:ENSALADA DE UDON Dirigido a estudiantes de primaria que residan en la ciudad de Hamura, el 16 de junio desde las 9:30 hasta las 11:30 a.m. Traer toalla para las manos, zapatillas limpias para usar dentro de los salones, pañoleta para el cabello, delantal, bebida y ¥60 para materiales. Las inscripciones serán desde el 5 hasta el 13 de junio de 9:00a.m. a 4:30 p.m. para 20 personas y deberá venir o llamar personalmente la persona interesada.



NISHI JIDŌKAN Se está recibiendo la inscripción de niños para que integren el club de computación y participen en las diferentes actividades de este durante un año todos los 4tos sábados del mes de 2:00 a 4:00p.m. El día 24 de junio será la clase de explicación sobre el club. Pueden participar alumnos desde 3er año de primaria a 3er año de secundaria. La capacidad es para 8 niños en orden de llegada. Las inscripciones serán a partir del 2 al 8 de junio desde las 9:00a.m. a 5:00p.m. llamando o viniendo al jidōkan personalmente.

YUTOROGI CENTER Se ha elegido una serie de películas para que se diviertan los niños, entre ellas "7 estrellas", etc. Totalmente gratis el día 10 de junio de 10:30 a 11:30a.m.

TELEVISION HAMURA EN EL MES DE JUNIO

Se presentará en el canal de cable de la ciudad de Hamura algunas actividades que se llevan a cabo en los colegios de primaria y secundaria de esta ciudad.

Esta vez le toca el turno a dos de ellos, al Colegio de Educación Primaria Sakae (Sakae Sho Gakkō) y al Colegio de Educación Secundaria 2 (Dai Ni Chu Gakkō).

GUIA PARA LA SALUD

EXAMENES DE DESCARTE DE CANCER AL ESTOMAGO Y PULMON Para



los ciudadanos de Hamura que hayan cumplido 40 años. El examen médico se realizará en el Hoken Center. Para el examen del estómago se harán análisis y se tomarán rayos X. Para el examen del pulmón se tomará rayos X y examen de esputo (solo para las personas que lo deseen). Las mujeres embarazadas o que crean estarlo; las personas que tengan enfermedades del estómago o pulmón no podrán hacerse este examen. Fecha: Junio 26 (Martes) desde las 8:00 a.m. La capacidad es para 50 personas y el examen es gratuito. La inscripción es el 5 de junio desde las 8:00 a.m.



Los ciudadanos de Hamura que hayan cumplido 40 años. El examen médico se realizará en el Hoken Center. Para el examen del estómago se harán análisis y se tomarán rayos X. Para el examen del pulmón se tomará rayos X y examen de esputo (solo para las personas que lo deseen). Las mujeres embarazadas o que crean estarlo; las personas que tengan enfermedades del estómago o pulmón no podrán hacerse este examen. Fecha: Junio 26 (Martes) desde las 8:00 a.m. La capacidad es para 50 personas y el examen es gratuito. La inscripción es el 5 de junio desde las 8:00 a.m.

EXAMENES MEDICOS para descarte de Hepatitis, Cáncer al intestino grueso y examen dental,



desde el 1ro.de junio al 31 de Julio para los ciudadanos de Hamura con edades que oscilen entre los 40 y 64 años a la fecha. Para las personas mayores de 65 años, los exámenes serán entre los meses de setiembre y octubre. Para el examen dental se

deberá llamar anticipadamente al consultorio elegido para pedir cita Estos exámenes son completamente gratuitos y se podrán tomar solo en los centros autorizados que se detalla a continuación:

Centros Médicos	Teléfonos	Centros Médicos	Teléfonos
Tsutsumi Iin	554-2418	Matsubara Naika Iin	554-2427
Matsuda Iin	554-0358	Shiozawa Iin	554-7370
Takiura Iin	555-2655	Yokota Clinic	554-8580
Sakae chō Shinryōjo	555-8233	Yamakawa Iin	554-3111
Hamura Sōgo Shinryōjo	554-5420	Ozaku eki mae clinic	578-0161
Ozaki Clinic	554-0188	Wakakusa Iin	579-0311
Yamaguchi Naika Clinic	570-7661	Nishitama Iin	554-0838
Izumi Clinic	555-8018	Yanagida Iin	555-1800
Hamura Sankē Byōin	570-1130	Hamura Sēkēgeka rheumatic clinic	570-1170
Manabe Clinic	554-6511	Shinai Ganka Iin	554-7019

Centros médicos dentales	Teléfonos	Centros médicos dentales	Teléfonos
Kaneko Dental Clinic	554-1503	Nishi Tōkyō Shika Iin	554-6480
Takada Shika Iin	555-5903	Nozaki Shika Clinic	555-3316
Okikura Shika	555-4331	Inoue Shika Iin	554-7735
Ikoma Shika Hamura Shinryōjo	555-3139	Tsushima Shika Iin	579-1800
Uno Shika Iin	555-8241	Honda dental clinic	554-4184
Ozawa Shika Clinic	579-1500	Honda Shika Iin	554-5902

Moriya Shika Iin	555-9872	Kusaka Shika	555-7793
Fukutome Shika Iin	555-7064	Masuda Shika Iin	551-8686
Asahi Kōen dōri Shika Iin	555-7904	Nakano Shika Iin	554-7053
Katō Shika Clinic	554-8887	Hēzō Shika Iin	554-0066
Usui Shika Iin	579-1199	Watanabe Shika Iin	570-1688
Minakawa Shika Clinic	555-8219	Hanenaka Shika Clinic	554-2202
Hamura Shika Iin	570-4618	Yano Shika Iin	555-3363
Inagaki Shika	555-6018		

ATENCIÓN MÉDICA DOMINGOS Y FERIADOS (Sólo emergencias)

Fecha		HOSPITAL / TELEFONO				DENTISTA/TELEFONO	
		9:00 a.m. – 5:00 p.m.		5:00 p.m. – 10:00 p.m.		9:00 a.m. – 5:00 p.m.	
3	Do	HAMURA SANKĒ BYŌIN	570-1130	HĒJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER	555-9999	MASUDA SHIKA IIN	551-8686
10	Do	TSUTSUMI IIN	554-2418	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	INAGAKI SHIKA CLINIC	555-6018
17	Do	MATSUBARA NAIKA IIN	554-2427	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	WATANABE SHIKA IIN	570-1688
24	Do	MATSUDA IIN	554-0358	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	YANO SHIKA IIN	555-3363

NUMEROS DE TELEFONO IMPORTANTES

LUGAR	TELEFONO/FAX	LUGAR	TELEFONO/FAX
Municipalidad /Hoken Center	555-1111	Zoológico (Dōbutsu Kōen)	579-4041
Shizen Kyūkamura	0551-48-401	Higashi Jidōkan	570-7751
Community Center	554-8584/554-8589	Nishi Jidōkan	554-7578
Fukushi Center	554-0304	Chūo Jidōkan	554-4552
Sports Center	555-0033/554-9974	Sangyō Fukushi Center "Wing-i"	579-6425
Swimming Center	579-3210/579-3212	Suidō Jimusho	554-2269
Biblioteca	554-2280/554-2800	Policía de Fussa	551-0110
Museo Kyōdo	558-2561/558-9956	Centro de Reciclaje	578-1211
Hamura Fureai Chiiki Zukuri Kōsha	579-2211/579-2212	Shōgai Gakushū Center "Yutorogi"	570-0707/570-6422

VENTANILLA DE CONSULTAS PARA EXTRANJEROS (Sōdan madoguchi)

El segundo y cuarto viernes de cada mes (excepto feriados), de 1:00 a 4:00 p.m. **Idiomas:**



Español, Inglés, Coreano y Filipino. Su consulta puede ser de cualquier índole, y se garantiza absoluta confidencialidad. **Cita previa.** La ventanilla funciona en el segundo piso del edificio detrás del Community Center. Informaciones y citas al Hamura Fureai Chiiki Zukuri Kōsha.

☎ 205-0003 Tokio to Hamura Shi Midorigaoka 5-2-1, si desea por fax al 042-579-2212 o al correo electrónico fureai@t-net.ne.jp

