

NOTICIAS DE HAMURA

Sección de información pública (Kōhō ka)

〒205-0003, Tōkiō To, Hamura-shi, Midorigaoka 5-2-1

Tel. 042-555-1111

e.mail: s102000@city.hamura.tokyo.jp

Edición en Español

Preparado por el grupo "Latinos al día"

15 de Junio 2011

Distribución Gratuita

INSCRIPCIONES PARA PARTICIPAR EN EL Nº36 FESTIVAL DE VERANO DE HAMURA (Dai sanjūrokkai Hamura natsumatsuri sankasha boshū)

FESTIVAL DE HAMURA Día y hora: 30 de julio y 31 de Julio de 3:00 a 8:30p.m. Lugar: En los alrededores de la estación de Hamura(Higashiguchi). Dependiendo del clima puede haber cambios o cancelación. Organizadores: Comité del Festival de Hamura(Dai sanjūrokkai Hamura natsumatsuri jikōiinkai).

BAILE NINBA (NINBA ODORI) Se realizará el día sábado 30 de julio frente a la estación de Hamura. Podrán participar grupos de más de 5 personas.

※La ropa a vestir es libre.

PRESENTACION ARTISTICA Invitamos a todas las personas de diferentes nacionalidades a participar en este evento anual. Pueden inscribirse en forma particular como también grupal, presentando bailes, teatro,música, etc.

※Si excediera el número de inscritos la cantidad prevista, se realizará un sorteo.

STAFF DE VOLUNTARIOS Las personas que deseen ayudar en los arreglos y en la limpieza del lugar.

ALQUILER DE PUESTOS DE VENTA PARA EL FESTIVAL DE VERANO Podrán alquilar estos puestos para ventas de comida o artículos. La inscripción será hasta el día 24 de junio a las 5:00 p.m. llenando el formulario personalmente acercándose al Centro de Industria y Comercio de Hamura(Hamura Shōkōkai) en donde le darán los datos del pago y que tipo de comercio se puede presentar así como recibir el visto bueno del Centro de Salud(control de sanidad).

Inscripciones en general hasta el día 30 de junio a las 5:00 p.m.por e-mail o directamente en Sangyō Kasseika suishinshitsu.

La distribución de los formularios de inscripción en shiyakusho nishi bunshitsu 2kai Sangyō Kasseika suishinshitsu o descargándolo del home page.

Informes: Dai sanjūrokkai Hamura natsumatsuri jikōiinkai jimukyoku

■ Sangyō Kasseika suishinshitsu(shiyakusho nishi bunshitsu 2kai).

e-mail: s206000@city.hamura.tokyo.jp

■ Hamura shi shōkōkai ☎555-6211.

30va COMPETENCIA DE DEPORTE DE LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS (Dai sanjūikkai shōgaisha spōtsu rekuriēshon no tsudoi)

Esta competencia se realizará el día 26 de junio de 10:00a.m. hasta el mediodía en el hall Nº1 del Centro deportivo de Hamura. Dentro del programa habrán muchas competencias y juegos. Por favor en lo posible asistir a este encuentro con ropa cómoda para hacer deporte y zapatillas limpias para usar dentro del centro.

Informes: Shōgai fukushika shōgai fukushi kakari.

CLASE DE VELAS Y PAN

(Shōtengaide kyandoruyapanwo tsukuttemimasenka)

Estas clases se realizarán el día 3 de julio en el Centro de ventas de Mami (MAMI SHOPPING CENTER) en el centro comunitario de Fujimidaira.

El horario para la clase de velas será a las 11:00a.m., 1:00 y a las 3:00p.m. (20 alumnos por clase) y podrán inscribirse el mismo día.

El horario para preparar pan será a las 10:00a.m., mediodía, 2:00 y 4:00p.m. (12 alumnos por clase) y la inscripción será hasta el 30 de junio. Estas clases están dirigidas a los alumnos de primaria. Deberán traer ¥500 para la clase de las velas y para la de pan ¥500 y mandil. Podrá inscribirse llamando por teléfono al Centro de ventas Mami (Toriichi)telf. 554-7789.

Informes Sangyō Kasseika suishinshitsu shōkōgyō shinkō kakari.

EDUCANDO A LOS NIÑOS DE LA ZONA

(Chiiki de kodomo wo sodateru)

En la zona del colegio de primaria Fujimi, siempre tenemos actividades en donde los alumnos puedan participar. A ésta zona pertenecen los vecinos de Midori gaoka 1, Midori gaoka 2, Gonokami higashi, Gonokami naka y Shinmeidai. Estas 5 zonas comunitarias se unen para realizar 3 grandes actividades.

Campamento de verano en el colegio que se realiza en día sábado en las vacaciones de verano y en el cual los niños pasan una noche fuera de casa, preparan curry (carē), realizan juegos y luego la fogata en medio del patio del colegio. Todo ésto gracias a la ayuda de los vecinos de las zonas mencionadas, a los profesores, a la asociación de padres de familia (PTA) con el fin de que los niños se diviertan y tengan gratos recuerdos de su época de escuela.

Gran encuentro de Soft ball y Kick base Se dan grandes encuentros. Actualmente ya se están preparando para el próximo encuentro, con las constantes prácticas para los encuentros que ya están por llegar.

Gran encuentro de cometas Comienza en febrero con la construcción de éstas cometas en el centro comunitario de midorigaoka y en el parque Fujimi. Luego el concurso de la mejor cometa y para terminar el gran encuentro de elevar las cometas.

Otros eventos Entre junio y octubre la experiencia en la siembra con la participación de los niños.

En julio con la participación de los jóvenes con las actividades de limpieza en la zona.

En noviembre el festival de los niños.

Mayor información con el encargado de la sección apoyo a la niñez y juventud (Jidōsēshōnenka Jidōsē shōnen kakari).

MUSEO KYŌDŌ (Kyōdō hakubutsukan)

Exposición de adornos de Tanabata que se celebra el día 7 de julio. Puede acercarse al museo desde el 25 de junio hasta el 7 de julio de 9:00 a 6:00p.m. para escribir su deseo más preciado en los papelitos de colores, colgarlos y que durante la noche del 7 de julio con la ayuda de la estrella se puedan cumplir. La entrada es libre.

Mayores informes llamando al museo telf. 558-2561.

SEMINARIO: APRENDAMOS EN LA ISLA HACHIJŌ SOBRE EL MEDIO AMBIENTE

(Hachijōjimade kankyō ni tsuitemanabō! Hamurashi kankyōkyōshitsu sankasha boshū)

Este seminario está dirigido a niños que cursen 5to. y 6to.año de primaria. Se realizará entre los meses de julio y setiembre, la capacidad es para 40 personas y el costo es de ¥7,000. Los formularios de inscripción se distribuyen en el segundo piso de la municipalidad en la sección de protección del medio ambiente. La inscripción será hasta el 14 de julio desde las 9:00 a.m. hasta las 5:00p.m.

Programa: Del 21 al 23 de julio...Reunión y entrevista de padres

13 de agosto...Desde las 10 a.m. apertura del seminario(conocimientos sobre medio ambiente y orientación)

22 de setiembre...Reunión a las 7:30 p.m.

23 de setiembre...Orientación, naturaleza,aguas termales.

24 de setiembre...Buceo,etc

25 de setiembre...Llegada.

22 de octubre... Clausura del seminario (Exposición sobre lo aprendido en el viaje).

※ Dependiendo del clima podría producirse cambios en el programa.

EVITEMOS EL RECALENTAMIENTO DE LA TIERRA EVITANDO EL USO DE DESCARTABLES

(Riūsu shokkiwotsukatte chikyūondankawo bōshi shiyō)

Comienza la época de las parrilladas y aumenta el uso de platos y utensilios descartables que como bien sabemos aumenta la cantidad de basura y no favorece al cuidado para evitar el calentamiento de la tierra.

El proyecto para usar estos utensilios está tomando fuerza, va a ser posible prestarse estos utensilios de forma gratuita y así proteger el medio ambiente.

SI AL BOTAR LA BASURA NO QUEMABLE ES DEMASIADA CANTIDAD (ikkaini dasugominoryōga ootokiwa seikatsukankyōka ni renrakushitene!)

Si al botar la basura no quemable la cantidad es demasiada por favor se pide avisar a la sección del medio ambiente, no es sólo por la cantidad sino por las personas que recogen la basura en sus puertas.

DESDE JULIO CAMBIOS EN LA ATENCIÓN AL PÚBLICO LOS SÁBADOS Y DOMINGOS EN LA MUNICIPALIDAD DE HAMURA

(Shichigatsukara shiyakusho no do.nichi madoguchi kaichō toriatsukaugyōmu)

A partir del mes de julio habrán cambios en las secciones que hasta ahora habían atendido los días sábados y domingos.

Secciones que atenderán como hasta ahora los días sábados y domingos

Sección del Ciudadano, sección de imposición de impuestos, sección de contabilidad, sección de pago de contribuciones, sección de seguro de pensiones, sección de administración de la educación.

Secciones que atenderán sólo en las épocas de mayor afluencia de público los días sábados y domingos

Sección de bienestar social, sección de asistencia social para el impedido físico, sección de bienestar social para las personas de la tercera edad, sección de ayuda para la crianza del niño y la familia, sección para jóvenes y niños y la sección de guarderías.

El horario de atención es de 8:30 a.m. hasta el mediodía (la recepción es hasta las 11:45a.m.) y de 1:00p.m. a 5:15p.m. (la recepción es hasta las 5:00p.m.).

- El horario de atención será de 8:30 a.m. a 12:00m. (se recepciona hasta las 11:45 a.m.)
- El horario de atención por la tarde será de 1:00p.m. a 5:15p.m. (se recepciona hasta las 5:00p.m.)
- Los sábados y domingos se atenderá normalmente pero los días feriados y durante el período del 29 de diciembre hasta el 3 de enero, no se atenderá.
- Hay algunos trámites que no se podrán realizar ni sábado ni domingo. Informarse con el encargado de la sección.

Para cualquier información con el encargado de la sección de planeamiento (Kikakuka kikaku tantō).

OCASION OPORTUNIDAD DE UNIR HOMBRES Y MUJERES BUSCANDO EL FUTURO ~ LA SEMANA DEL 23 AL 29 DE JUNIO

**(~Chance wo wakachi、 mirai wo hirakō~Rokugatsu nijūsannichi kara nijūkunichiwa
「Danjo kyōdo sankaku shūkan」)**

La igualdad entre hombres y mujeres se celebra en el Japón todos los años en el mes de junio durante una semana desde el 23 de junio del 2001 (Heisei 13). Esta actividad tiene como objetivo el desarrollo de la ciudad con la colaboración de la comunidad sin distinción de sexo ni edades.

LA CIUDAD TRATA(Shi no torikumi).

La ciudad de Hamura hizo un llamamiento a las personas de ambos sexos en el año 1997(Heisei 9). En el año 2002 (Heisei 14) inicia el plan de trabajo de hombres y mujeres en conjunto.

ASPIRANDO IMAGEN DEL FUTURO (Mezasu shōraizō).

Que en la ciudad de Hamura pueda una persona desenvolverse y ser capaz de vivir sola. Hombres y mujeres ser autosuficientes en ese sentido. Tener conciencia y tomar la responsabilidad de vivir en la sociedad sin depender de alguien.

5 PRINCIPIOS (Itsutsu no kihon rinen).

- ① Respeto al derecho del hombre y mujer.
- ② Respeto a la sociedad, sistema de costumbres.
- ③ Todos cada uno Participación conjunta en la vida cotidiana. Toma de decisiones políticas.
- ④ Respeto a las actividades familiares. Autosuficiencia y compatibilidad.
- ⑤ Cooperación internacional como un ciudadano global.

Progreso del plan en el tercer piso Kikakuka madoguchi, en el primer piso en Sējōhō corner de la municipalidad, biblioteca y en el home page de la ciudad.

Informes: Kikakuka kikakutantō.

SEGURO Y JUBILACION (Hoken Nenkin)

SISTEMA DE ATENCION MEDICA PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD. SISTEMA PARA REDUCIR EN PARTE LOS GASTOS MEDICOS (Goki kōrēsha iryō sēdo. Iryōhi no futan wariai to kēgen sēdo).

CARGO DE UNA PARTE DE LOS GASTOS MEDICOS(Iryōhi no ichibu futan). El sistema de tratamiento médico de las personas de tercera edad según sea el ingreso los gastos médicos podría variar de 10 ó 30%.

Pago del 10% en los gastos médicos para las personas que su ingreso anual (*1) estuviera debajo de 1'450,000 yenes.

Pago del 30% en los gastos médicos para las personas que su ingreso anual(*1) estuviera sobre 1'450,000 yenes.

(*1) Cada año se revisa el ingreso económico y se efectúan los cálculos para los pagos después de efectuar las deducciones que correspondiera a cada uno.

El ingreso anual que determinará el porcentaje del 10% ó 30%.

APLICACION DE UNA SOLICITUD DE UN INGRESO STANDARD (Kijun shūnyū tekiyō shinsē)

Las personas que paga el 30% podrían cambiar al 10% después de la revisión.

① En caso de una persona asegurada. (*2) Si el ingreso del año anterior no sobrepasó ¥3'830,000, sin embargo el ingreso hasta fines del mes de julio del año 22 correspondería al ingreso anual de un año anterior.

• Si en la familia hubiera persona entre 70~74 años de edad, su ingreso anual y el asegurado (*2) no sobrepasó ¥5'200,000

② En caso de dos o más personas aseguradas.

•(*2) Ingreso total sobre el impuesto a la renta correspondiente al año anterior de las dos personas fue menor de ¥ 5'200,000.

REDUCEN OTROS GASTOS MEDICOS (Sono hokano futan kēgen) El ingreso económico anual y las condiciones de la enfermedad determinan además reducir los gastos del tratamiento médico.

En caso de hospitalización (Gendogaku tekiyō · hyojun futangaku gengaku nintesho)

Si todos los miembros de la familia fueran personas exoneradas en el pago de impuestos. En caso de hospitalización podrían presentar la solicitar para reducir los gastos (comidas, consultas externas, hospitalización) siendo aplicado desde el primer día de la presentación.

Por una comida ¥ 260.

(*3) Ingreso bajos II(*3), hospitalización dentro de los 90 días ¥210.

Ingresos bajos, hospitalización más de los 91 días ¥160.

Ingreso bajos I (*4), ¥100

GASTOS QUE DEBERA CUBRIR EL ASEGURADO, CANTIDAD MENSUAL(Jiko futan gendogaku[getsugaku]).

Por lo general (10%) ¥ 44,400.

(*3) Ingresos bajos II ¥ 24,600.

(*4) Ingresos bajos I ¥ 15,000.

(*3) Ingresos bajos II todos los miembros de la familia esten exonerados del pago de impuestos.

(*4) Ingresos bajos I todos los miembros de la familia esten exonerados del pago de impuestos y que ingreso anual del asegurado sea menor de ¥800,000 o esté recibiendo pensión de jubilado especial.

Enfermedad de tratamiento médico prolongado (Tokutē shipperyōyō juryōshō)

Este sistema aplicado también para casos de pacientes con enfermedades de tratamientos largos y que haya recibido su certificado de Tōkyō goki kōrēsha iryō kōiki rengō.

Para las enfermedades consideradas para este caso, favor hacer la consulta. Siendo considerado desde el primer día de su reconocimiento.

Informes Hoken nenkinka kōrē iryō nenkin kakari.

NIEBLA TOXICA FOTOQUIMICA (Kōkagaku smog ga hassēshiyasukunarimasu)

La niebla tóxica fotoquímica, alteraciones que sufre la mezcla del gas que expiden los automóviles y los rayos del sol. Cuando haya advertencia de la niebla tóxica fotoquímica sentirá molestias en los ojos, aparecerá dolor en la garganta y el cuerpo en malas condiciones. Trate en lo posible no salir a la calle.

※ En en home page de Tōkyō kankyōkyoku es posible ver la información, asimismo se puede obtener el servicio de información por correo electrónico a través de computadora o del teléfono celular.

※ Detalles en home page de Tōkyō kankyōkyoku.

Informes en Kankyō hozenka kankyō hozen kakari.

RESULTADOS DE LA INVESTIGACION DE LA CALIDAD DEL AGUA DEL 2,010 (Hēsē 22 nendo suidōsui no suishitsu kensa kekka)

La calidad del agua de nuestra ciudad de acuerdo a las investigaciones efectuadas en el año 22 el resultado está debajo de la tabla promedio indicada, confirmando la seguridad.

Se puede ver más detallado en el homepage.

RESULTADOS DE LA INVESTIGACION DE RADIACION (Hōshanō no sokutē kekka)

A continuación se detalla los resultados de la mediciones de la radioación.

Unidad: Becquerel/kilogramo.

Fecha del análisis	Análisis realizados		
	Radioactividad Yodo 131	Radioactividad Cesium 134	Radioactividad Cesium 137
2 de junio(jueves). 7:00 a.m.	11	11	10
Valor indicado (※1)	Más de 300	Más de 200	
Valor indicado (※2)	Más de 100	---	

※1 Cifra limitada permitida en los alimentos, establecida por el Comité de seguridad de energía nuclear.

※2 Cifra limitada permitida en el agua potable a ingerir para los lactantes.

Informes : Suidōjimusho ☎554-2269.

AYUDA ECONOMICA PARA REPARACION EN HOGARES QUE SUFREN INFILTRACION DE AGUA(Usuishintō shisetsu secchihi no josē).

Ayuda económica parcial para los hogares que el techo de sus viviendas se haya caído por causa de la lluvia y requiera de reparación. La oficina de administración de servicio de agua y alcantarillado puede controlar el agua de la ciudad proveniente de la lluvia y del agua deteriorada, pero el agua sucia que deriva de las casas tiene que ser resuelto por cada ciudadano.

Informes: Gesuidōka kōmu kanri kakari.

IMPUESTOS (Zēkin)

OBTENER FORMULARIO DE SOLICITUD RELACIONADOS CON IMPUESTOS DE LA CIUDAD, DESCARGANDO DEL HOME PAGE(Shizē ni kansuru shinsēyōshi no download).

Los formularios de solicitud de impuestos se pueden obtener descargándolo del home page. Informes en la sección de gravámen (Kazēka).

SILVER JINZAI SENTĀ KARA

CURSILLO DE MANUALIDADES (Shuge kōshūkai).

Utilizando una corbata se hará una carterita (si se coloca un cuerda o pita resultaría un bolso).

Fecha: El 6 de julio de 10:00 a.m. hasta las 3:00 p.m.

Costo: ¥700 para materiales.

Lugar: Silver Jinzai sentā.

Nºlimitado: de 20 de personas.

Inscripciones: desde el 16 de junio directamente en Silver Jinzai sentā. ☎554-5131.

DESDE LA JUNTA DE ASISTENCIA BIENESTAR SOCIAL SOCIAL

(Shakai fukushi kyōgikaikara)

CONMEMORANDO BODAS DE ORO (Kinkonshiki wo mukaeru fūfu e).

Las parejas que contrajeron matrimonio entre el 1º de enero al 31 de diciembre de 1961 (Showa 36) este año están cumpliendo 50 años de vida matrimonial. Se aprovechará para la celebración el Día de los ancianos y la conmemoración de Bodas de Oro; podrán inscribirse hasta el día viernes 8 de julio por teléfono ó directamente con el encargado en la Junta de asistencia bienestar social (Shakai fukushi kyōgikai sōmuka sōmukakari).

※ Las parejas que deseen tener fotografía conmemorativa deberán abonar ¥3,000 e inscribirse.

ACTIVIDAD PARA PADRE Ó MADRE SOLO CON SUS HIJOS (Hitori oya katēkyūyō hōmu jigyō sankasha boshū).

Para los hogares con solo uno de los padres e hijos hasta en educación secundaria se realizará un paseo a Tōkyō Disneyland el día domingo 21 de agosto.

Capacidad: Límite para 90 personas(de sobrepasar el número limitado se procederá a un sorteo, dando preferencia a las personas que participaran por primera vez).

Costo: Adultos ¥ 3,800; estudiantes de secundaria ¥ 2,200; los niños en edad preescolar y estudiantes de primaria ¥ 1,100 y para los menores de 4 años será gratis.

Inscripciones: Desde el día 16 de junio hasta el 8 de julio a partir de las 9:00 a.m. hasta las 5:00 p.m. por teléfono, por correo o personalmente.

En caso de inscripción por correo, enviar una tarjeta postal anotando (dirección, nombre de los participantes, edad, año escolar, número telefónico).

Envío de solicitud Shakai fukushi kyōgikai sōmuka chiiki fukushi kakari 〒 205-0002 Hamura shi sakaechō 2-18-1. Los formularios se distribuirán en la Junta de asistencia social de la zona (Shakaifukushi kyōgikai).☎554-0304.

A todas las personas inscritas les llegará un aviso comunicando los resultados.

Informes en Shakaifukushi kyōgikai.☎554-0304.

CONSULTA TEMPORAL DE LA RECEPCION DIGITAL TERRESTRE (Chidegi rinji sōdan corner no kaisetsu). La recepción de la transmisión análoga finalizará el 24 de Julio dando inicio al sistema digital. Por este motivo, se abrirá una ventanilla para este tipo de consultas.

Fecha: Desde el 15 junio hasta el 26 de agosto a partir de las 9:00 a.m. hasta las 5:00 p.m. (excepto del mediodía hasta la 1:00 p.m.) los días laborables (en el mes de julio se atenderá los sábados y domingos).

Informe Somusho Tōkyō to nishi terebi jushinsha shien sentā (Digi sopo Tōkyō nishi). ☎042-716-2525 (Días laborables de 9:00 a.m. a 9:00 p.m. Sábados y domingos de 9:00 a.m. a 6:00 p.m.).

CURSILLO DE SALUD PARA LOS CIUDADANOS [Para no llegar a ser diabético o si llegara a ser diabético] (Shimin kenkō kōza 「Tōnyōbyō ni naranai tameni, tōnyōbyō ni natte shimattara」).

Fecha: El 25 de junio de 2:00 a 4:00 p.m.

Lugar: El hospital de Ōme en el tercer piso del ala sur (Ōme shiritsu sōgo byōin minamitō 3kai kōdō).

Costo: gratis.

※ Ir directamente al lugar donde se dictará el cursillo.

Informes Nishitama ishikai ☎ 0428-23-2171.

VENTANILLA DE CONSULTA ESPECIAL PARA DAMNIFICADOS DEL SISMO (Shinsaihisaisha nado tokubetsu sōdan madoguchi kaisetsuchū).

En la oficina de Hello work de Ōme se ha abierto una ventanilla de consulta especial para los damnificados; ofreciendo información de los trámites necesarios.

Horario: Todos los días de 8:30 a.m. hasta las 5:15 p.m.

Damnificados del sismo ocurrido en la parte este del país, los que se encuentren en lugares de refugios por haber sido afectados en la explosión del centro radioactivo de la prefectura de Fukushima, los que hubieran perdieron sus trabajo o quedaron suspendido en sus labores.

※ También las personas incapacitadas, estudiantes, etc.

Informes en Hello work de Ōme ☎0428-24-8609.

BIBLIOTECA (Toshokan) ☎554-2280

APRECIACION DE LAS HIERBAS (Hābu kanshōkai).

El día 2 de julio desde las 11:00 a.m. hasta las 3:00 pm. las personas que deseen apreciar hierbas aromáticas de lavanda y otras podrán dirigirse a la azotea de la biblioteca de la ciudad. Es totalmente gratis.

CENTRO RECREATIVO DEL OESTE (Nishi jidōkan) ☎554-7578

CLASE DE COCINA BOLA DE ARROZ FRIO (Tedukuri 「mai」 onigiri).

Fecha: 9 de Julio de 10:00 a.m. hasta el mediodía.

Dirigido: desde estudiantes de primaria hasta jóvenes de 18 años.

Número limitado: 20 personas por orden de inscripción, dando preferencia a los residentes.

Costo: ¥70. **Traer:** delantal, pañoleta para el cabello, toalla para secar las manos, zapatillas para usar dentro de los salones. **Inscripción:** Del 1^o al 8 de julio desde las 9:00 a.m. hasta las 5:00 p.m. por teléfono o directamente el centro recreativo.

CENTRO DE SALUD (HOKEN CENTER) ☎555-1111

CLASE DE PREPARACION PARA EMBARAZADAS (Shussan junbi class – hahaoya gakkū).

▼ **Días y horas:** Se dictarán en tres clases los días jueves 7, 14 y 28 de julio a partir de la 1:15 hasta las 4:00 p.m.

Lugar: El Centro de salud.

Dirigido: Las personas en estado de gestación que residan en la ciudad.

Traer: Su libreta de madre-bebé (boshi techō), lápiz y papel para tomar apuntes.

※ Ir directamente al Centro de salud.

※ Aprovechar tomar las clases en su mejores condiciones, se recomienda lo antes posible.

※ La persona que tuviera que llevar a su niño a las clases, deberá hacer la consulta con anticipación.

DONACION DE SANGRE Y REGISTRO PARA DONACION DE MEDULA OSEA (Ai no kenketsu oyobi kotsuzui bank donā tōroku ni gokyōryoku wo).

Día y horas: Dirigirse el día 8 de julio a partir de 10:00 a.m. a mediodía y a partir de la 1:15 p.m. hasta las 3:45 p.m.

Lugar: Parqueo del lado oeste de la municipalidad.

La cantidad para donar 200ml. 400ml.

Donación de sangre: La cantidad de sangre en el organismo humano sufre alteraciones disminuyendo debido a cambio de la estación, por lo que solicitamos la colaboración de los ciudadanos. Los donantes deberán ser entre 16 y 69 años de edad (las personas mayores de 65 años de edad deberán haber donado sangre anteriormente entre los 60 y 64 años de edad).

Registro para donación de médula ósea: Las personas que se registren deberán tener entre 18 y 54 años de edad, recibirán una breve explicación de aproximadamente 20 minutos al respecto, además se le extraerá 2ml de sangre.(※)

※ Ir directamente a la entrada principal de la municipalidad.

CLASE DE PREPARACION DEL BEBE (Akachan junbi class [ryōshin gakkū]) ~ Dirigido a padres y madres.

Desearía experimentar cómo bañar al bebé, prepararle la leche, manera de cambiar el pañal; es recomendable que la pareja asistan a las clases, se les hablará todo lo relacionado con el recién nacido y la forma de crianza en general.

Día y horas: el día 24 de julio ① 10:00 a.m.~ mediodía ② 2:00 p.m.~4:00 p.m.

Traer: libreta de salud de madre-hijo (Boshi kenkō techō), útiles, chichioya handbook(que fue entregado junto con el boshi kenkō bag).

Lugar: ※Ir directamente al Centro de Salud.

※Se podrán inscribir hasta 15 parejas por teléfono o por orden de llegada.

Totalmente gratis.

Informes por teléfono o personalmente en el Centro de salud de Hamura.

CURSO DE COCINA Y EJERCICIOS PARA VARONES

(Ryōri to undō no 「kenkō shikō! Otoko juku」)

Para los principiantes en la cocina y principiantes ejercicios. “Delicioso, saludable y divertido” tema escogido especialmente para ellos.

El curso se dictará en 3 fechas podrá asistir a una o dos de ellas si no pudiera a todas.

13 de julio de 9:30 a 0:30 p.m.

Costo: ¥300 para ingredientes.

Traer pañoleta para el cabello, delantal y libreta para tomar apuntes.

Utilizando abundante verdura, se preparará un plato bajo en calorías.

19 de julio de 2:00 a 4:00 p.m.

Gratis.

Traer ropa cómoda para hacer ejercicios, toalla para secarse el sudor.

Se jugará utilizando serbatana, como antiguamente para recordar.

20 de julio de 1:30 a 4:30 p.m.

Costo: ¥300 para ingredientes.

Traer pañoleta para el cabello, delantal y libreta para tomar apuntes.

Lugar: Centro de salud.

Dirigido: a los residentes varones de la ciudad.

Número limitado: 20 personas por orden de inscripción, dando preferencia a los que participarán todos los días.

Inscripción: A partir del 16 de junio desde las 8:30 a.m. por teléfono o directamente el Centro de salud.

※ Las personas que lo deseen traer su sopa de frijol del soya (misoshiru) bajo en sal 50ml. el primer y tercer día.

ATENCIÓN MÉDICA DOMINGOS Y FERIADOS (SOLO EMERGENCIAS)
(Rokugatsu kōhan no kyūjitsu shinryō)

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.	
19	Do	OZAKI CLINIC	554-0188	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	NAKANO SHIKA IIN	554-7053
26	Do	YANAGIDA IIN	555-1800	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	NOZAKI SHIKA CLINIC	555-3316

El horario de atención de cada centro médico podría variar, por favor sírvase cerciorarse.

※ Servicio las 24 horas del día ☎03-5272-0303 (Tōkiō to iryō kikan annai service “Himawari”) en japonés.

Informes en el Centro de salud.

※ **INFORMAMOS QUE LA MUNICIPALIDAD DE HAMURA TIENE SERVICIO EN EL IDIOMA ESPAÑOL LOS DIAS LUNES, MIERCOLES Y VIERNES EN EL HORARIO DE 9:00 a.m. ~ 4:00 p.m.**