

NOTICIAS DE HAMURA

Sección de Información Pública (Kōhō kōchōka)

〒205-8601 Tōkyō to Hamura-shi Midorigaoka 5-2-1

Tel. 042-555-1111

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

Edición en Español

15 de agosto del 2012

Preparado por el grupo "Latinos al día"

Distribución Gratuita

PARTICIPAMOS EN EL ENTRENAMIENTO DE PREVENCIÓN CONTRA SISMO

(Bōsai kunren ni sankashiyō. kugatsu futsuka(nichiyōbi)wa sōgō bōsai kunren).

Este año el día 2 de setiembre a partir de las 9:00 a.m. en el patio de la escuela primaria Nishi de Hamura que será el lugar principal de esta práctica, simultáneamente se estará realizando en 18 diferentes lugares dentro de la ciudad.

Tenemos que aprender a protegernos para poder proteger a nuestra familia. Hagamos lo posible para que la familia participe en este entrenamiento.

※ En caso de mal tiempo se suspendería la actividad y los encargados estarían comunicando a los ciudadanos a las 7:30 a.m. por altavoz y por correo electrónico.

El objetivo es observar a las familias y a los grupos de distintas áreas como actuarían en una situación similar.

①**Ante todo asegurarse uno mismo.** Si sucediera un terremoto lo primero que debemos hacer es protegernos bajo una mesa o escritorio resistente. Tengan en cuenta la hora, lugar y la situación de cada miembro de su familia y realice su práctica.

②**Asegúrese de haber apagado el fuego** en caso de haber tenido la cocina prendida. Después de haberse asegurado de esto inmediatamente apague la llave general de la luz y la llave del gas.

③**Entrenamiento para refugiarse.** en caso que en el vecindario el fuego se esté propagando y fuera necesario ir a los lugares de refugio. Las familias deberán asegurar la ruta hacia los refugios y la forma de comunicación que tendrían con su familia.

④**Participe con la Organización de Previsión contra desastre.** En cada grupo de barrio donde se realizará el entrenamiento habrá práctica de fuego dando lugar a prácticas como apagar el fuego, primeros auxilios, etc. Es muy importante que participe para aprender y poder actuar.

⑤**Si no pudiera regresar a casa.** De producirse un terremoto se suspendería la circulación del tráfico, no pudiendo regresar a su hogar ese mismo día si la distancia fuera más de 20 kms. Si decidiera regresar caminando asegúrese la ruta que seguir y de alguna manera haga saber a su familia. Informes en Seikatsu Anzenka Bōsai kakari.

TU ERES UN HOMBRE DEL ESPACIO ! (Kodomo uchūhaku Uchūjinwakimida).

CINE del 17 al 26 de agosto a las 10:00a.m. y a las 2:00p.m. en el hall del centro Yutorogi.

Los días 19 y 25 de agosto de 2:00 a 4:20p.m. "Hayabusa" cine sobre personas sobresalientes (podrá entrar al hall desde la 1:30 p.m.). Hay capacidad para 854 niños.

PLANETARIO del 17 al 26 de agosto en 6 horarios: (6 veces al día, 20 minutos por vez) de 10:00a.m., 11:00a.m., 1:00p.m., 2:00p.m., 3:00p.m. y 4:00p.m. en el pequeño hall del centro Yutorogi dirigido a alumnos de primaria hasta estudiantes de secundaria superior, también podrán participar los padres. La capacidad es para 60 personas. Si los inscritos sobrepasaran la capacidad se llevará a cabo un sorteo. Para recibir las entradas deberán estar a las 9:30 a.m. para los dos primeros turnos y 0:30p.m. para los siguientes horarios.

Comité de apoyo experimental de estudios para el niño de las ciudades de Ōme, Fussa, Hamura, Mizuho y de Okutama. Cuentan con el apoyo del Centro Espacial (JAXA).

Para mayor información puede llamar al centro Yutorogi ☎570-0707 (día de descanso: lunes).

AVISO SOBRE CIERRE TEMPORAL DE LOS CENTROS DE NATACION Y DE DEPORTE POR RENOVACION DE LOCAL

(Supotsu sentā Suimingu sentā rinjikyūkan no oshirase)

CENTRO DEPORTIVO...Desde el 1 de setiembre al 31 de marzo.

※El campo de juego e implementos de alquiler podrán solicitar acercándose a la ventanilla de 9:00a.m. a 5:00p.m.

※La sala de entrenamientos podrá usarse desde enero hasta marzo en el horario de 9:00a.m. a 5:00p.m.

※El club deportivo(Hamusupo) en la ventanilla del 1er piso y la oficina de la NPO Hōjin Hamurashi Taikukyōkai Jimukyoku en el segundo piso, atenderán normalmente.

CENTRO DE NATACION...Desde el 1 de octubre al 3 de enero.

※La sala de entrenamientos y el salón de reuniones atenderán normalmente.

El programa deportivo se está repartiendo en el centro deportivo, centro de natación, la biblioteca, Yutorogi y en el primer piso de la municipalidad.

INFORMES: Centro deportivo ☎555-0033.

NOTICIAS DEL CENTRO DE APOYO FAMILIAR

(Kosodate ōen nyūsu)

Cursillo para aprender a jugar y divertirse con sus hijos en base a la comunicación.

DIRIGIDO A los padres con sus niños de 1 año de edad hasta etapa preescolar que residan en Hamura.

LUGAR Salón de recreaciones en el sótano del centro Yutorogi.

FECHA domingo 30 de setiembre desde las 9:30 a.m. hasta el mediodía.

TARIFA completamente gratis.

CAPACIDAD para 15 familias.

INSCRIPCION Desde el 17 de agosto en el centro Yutorogi de 9:00a.m. a 5:00p.m..

INFORMES Centro de Apoyo da asistencia familiar (Kodomo katei shien sentā) ☎578-2882, Centro Yutorogi ☎570-0707.

INVESTIGACION SOBRE LA SALUD DE LOS ASEGURADOS

(Wasureteimasenka? Tokutē kenkō shinsa ~ nenni ichido no metabo check~)

La investigación sobre la salud de los asegurados es hasta el 31 de octubre. Después de la quincena de mayo se ha enviado a sus domicilios la encuesta, que es un cuestionario de preguntas e indicaciones. El examen para las personas de 40 a 74 años de edad que esten inscritas en el seguro de salud nacional. Para las personas mayores a los 75 años también se les ha enviado de la misma forma. Este exámen es gratuito.

El examen se lleva a cabo para observar si existe síndrome del metabolismo. Este examen ayuda a encontrar cualquier problema y así evitar enfermedades mayores. Para evitar problemas en el organismo, deberá llevar una vida saludable con una buena dieta alimenticia, haciendo deporte y si es el caso se encontrara una enfermedad poder tomar las medidas necesarias a tiempo.

Para mayor información comunicarse con el Centro de salud.



SERIE Nº4. MANERA DE ESCOGER LOS ARTEFACTOS DE POCO CONSUMO ELECTRICO.(Shirizu setsuden tokushūdayonkai~shōene seihinno jozuna erabikatahen~).

OTRA VEZ ECONOMIZANDO ENERGIA(Mōichido Setsuden)

Cambiar los aparatos electrodomésticos de aire acondicionado, refrigeradora que tenemos; las bombillas de iluminación por LED, que consumen menos energía eléctrica y por ende los gastos.



Al comprarlos, fijarse en la etiqueta "consume poca energía", estas etiquetas son de color verde o naranja.



Si desea tener más información sobre estos aparatos puede entrar en la página web de Hamura. Mayor número de ☆ mayor ahorro de energía eléctrica. Además, depende el tamaño del cuarto, el número de miembros de familia para elegir un aparato adecuado.

Informes en Kankyōhozenka Kankyōhozen kakari.

PASEO EN OMNIBUS DE 2 DIAS Y 1 NOCHE SHIZEN KYŪKAMURA TOUR EN OMNIBUS DE OTOÑO (HOJAS ROJIZAS DE OTOÑO)

**(Hamura shi Shizen Kyūkamura ippaku futsuka bus tour) (Aki no bus tour 「Kōyō meguri」
28 y 29 de octubre.**

En pleno otoño tendrán oportunidad de conocer Naraijuku; el jardín de manzanas Akeno(entrada libre solo se pagará las manzanas que cogieran); Masudatomi radium line; Tsūsenkyō; Mizugaki visitor center(compras y almuerzo libre), Hamura shi shizen Kyūkamura(hospedaje) ☎0120-47-4017. Yatsugatake Kōgen line, Naraijuku.

Comidas: la cena el primer día, desayuno el segundo día.

Precios: Yatsugatake ¥12,800, Kiyosato¥13,800.

Capacidad: 35 personas.

Inscripciones e informes: Desde el día lunes 3 de setiembre al viernes 5 de octubre, a partir de 9:30 a.m. a 4:30 p.m. por teléfono a Keiō Kankō Tōkyō Minami Shiten ☎03-5919-4831(Sr.Udagawa, Sr.Kikushima).

REGISTRO DE PERROS Y NO OLVIDE LA INYECCION DE LA RABIA (Inu no tōroku to kyōkenbyō chusha wo wasurezuni)



Si decidiera criar un perro de más de 91 días de nacido, tiene que registrarlo dentro de los 30 días de comenzar a criarlo y deberá ser vacunado una vez al año. Las personas que crían perros deberán cumplir con la ley de lo contrario se les sancionará con una multa.

Para recibir la vacuna se debe solicitar en la municipalidad. Una vez vacunado recibirá una licencia o permiso, una constancia de haber sido vacunado que deberá conservar. En caso de extravío solicitar un duplicado del mismo.

Ejemplo de doble registro: En caso cambiara de nombre. En caso cambiara de dueño.

Lo que necesita para registrar al perro: ¥3000 (comisiones), constancia o certificado de que ha recibido la inyección de prevención contra la rabia.

En el mes de marzo se le envía el aviso sobre la inyección de prevención contra la rabia, ¥550 (comisiones). Comisiones por duplicado ¥1,600 Hoja para recibir la inyección de prevención contra la rabia ¥340.

Para mayores detalles Kankyō Hozenka Kankyō Hozen kakari.

SEGURO Y PENSIONES (Hoken Nenkin)

ENVIO DEL AVISO ATENCION MEDICA DEL SEGURO NACIONAL DE SALUD(Kokumin kenkō hoken iryōhi tsuchi no sōfu).

En el mes de junio a los asegurados del Seguro Nacional de Salud que hubieran utilizado más de ¥3,000 por atención médica en el mes de mayo, se les estará enviando un aviso. La cantidad anotada corresponde al 10% de los gastos médicos, no incluye gastos de cama, etc.

※ Es solamente un aviso, no es necesario realizar ningún tipo de trámite.

Informes: Shiminka Hoken kakari.

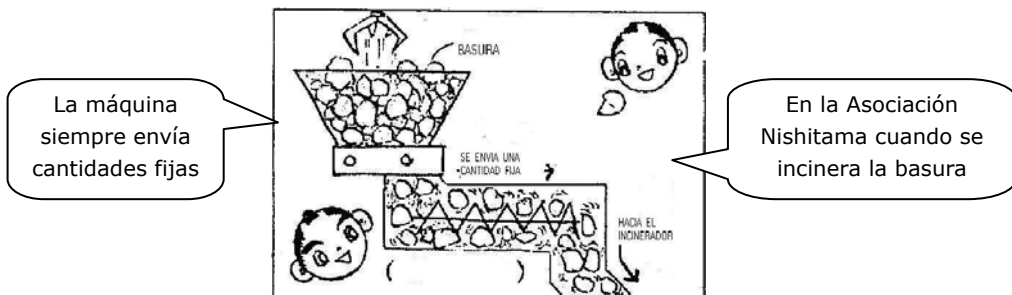


HERMANOS TAMAGAWA (Tamagawa Kyōdai)



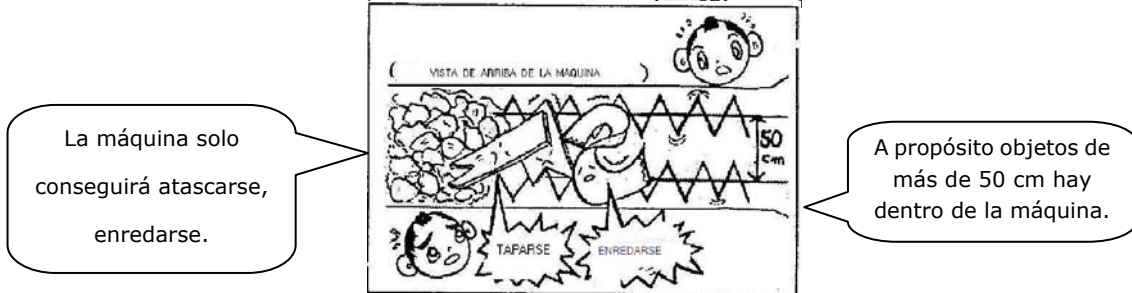
Eso, está relacionado con el incinerador.

¿Por qué la basura incinerable debe medir menos de 50



La máquina siempre envía cantidades fijas

En la Asociación Nishitama cuando se incinera la basura



La máquina solo conseguirá atascarse, enredarse.

A propósito objetos de más de 50 cm hay dentro de la máquina.



Por tal razón, objetos con más de 50cm no deben meter en la bolsa de basura.

Esa es la causa de las avería.

CRIANZA (Kosodate)

■ ACTIVIDAD DE DESCANSO PARA PADRES SOLOS(Hitorioya katei kyuyō home jigyō 「shukuhakuhi josei」).

Actividad recreativas para padres solos en Shizen Kyūkamura, la ciudad subvencionará una parte de los gastos de hospedaje.

Período: Desde el 15 de agosto del 2012 hasta el 31 de enero del 2013. Los menores de 18 años cumplidos hasta el 31 de marzo del 2013.

□ **Importe de la subvención:** padres y estudiantes de secundaria superior ¥2,500; estudiantes de primaria ¥1,600.

□ **Cantidad de uso:** Un hospedaje por un día por familia solamente una vez.

Informes: Kosodate Shienka Shien kakari.

■ **PRESENTACION DE DECLARACION DE ACTUALIZACION DE SU SITUACION PARA EL SUBSIDIO PARA LA CRIANZA DEL NIÑO (Jidō fuyō teate nado no genkyōtodoke no teishutsu wo).**

A principios del mes de agosto se estarán enviando los formularios para la actualización de datos de su situación para el subsidio sobre la crianza del niño. Si no lo presentara en la fecha indicada se le suspenderá el pago de la ayuda y la emisión de tarjeta de atención médica. Las personas que aún no lo hayan presentado favor de hacerlo lo más pronto posible.

Informes y presentación de la declaración en Kosodate Shienka Shien kakari.

CENTRO DE NATACION (Suimingu sentā) ☎ 579-3210

PROGRAMA ACTIVIDADES FISICAS A PARTIR DEL MES DE SETIEMBRE (Kugatsu kara no fitness program).

Aeróbicos suaves Al compás de la música se realizarán ejercicios de movimientos del cuerpo. Los principiantes podrán participar.

Fecha: Los días martes de 11:00 a.m. hasta el mediodía. (excepto los días feriados).

Lugar: Sala de entrenamientos en el segundo piso.

Capacidad: 20 personas.

Costo: ¥500 por vez.

Necesitará llevar: ropa cómoda, zapatillas para usar dentro de los salones, bebida, toalla.

SENTIR EL CUERPO RENOVADO CON GIMNASIA CHINA (Karada sukkiri chūgoku taisō).

Al compás de la música se realizarán movimientos más rápidos que Taikyokuken, gimnasia saludable. También tendrá el efecto de la división del cuerpo de residuos y rigidez en el cuello, la prevención del lumbago.

Fecha: todos los miércoles desde las 9:30 a.m. hasta las 10:30 a.m. (excepto los días feriados).

Lugar: En el salón N°2 en el segundo piso.

Capacidad: 20 personas.

Costo: ¥500 por vez.

Necesitará llevar: ropa cómoda adecuada para hacer ejercicios, bebida, toalla.

PILATIS en estas clases se prepara los músculos internos, pelvis, arregla las deformaciones de la columna vertebral del cuerpo,

Fecha: Los días jueves de 11:00 a.m. hasta el mediodía. (excepto los días feriados).

Lugar: Sala de entrenamientos en el segundo piso.

Capacidad: 20 personas.

Costo: ¥800 por vez.

Necesitará llevar: zapatillas para usar dentro de los salones, ropa cómoda, bebida, toalla.

EJERCICIOS SENCILLOS (Step exercises).

Dirigido a principiantes. Teniendo como punto principal subir y bajar un pedestal.

Se realizan ejercicios para quemar la grasa corporal y entrenamientos musculares.

Fecha: Los días viernes de 2:00 p.m. hasta las 3:00 p.m. (excepto los días feriados).

Lugar: Sala de entrenamiento en el segundo piso. **Capacidad:** 20 personas. **Costo:** ¥500 por vez.

Necesitará llevar: ropa cómoda, zapatillas para usar dentro de los salones, bebida, toalla.

ANIMANDOSE CON LOS AEROBICOS (Shikkari aero) La clases de aeróbicos suaves como principios básicos, para luego pasar a estas clases que se dictarán ejercicios que promueven el efecto de la quema de la grasa corporal.

Fecha: Los días viernes de 7:00 p.m. hasta las 8:00 p.m. (excepto los días feriados). **Lugar:** Sala de entrenamiento en el segundo piso. **Capacidad:** 20 personas. **Costo:** ¥500 por vez.

Necesitará llevar: ropa cómoda, zapatillas para usar dentro de los salones, bebida, toalla.

INSCRIPCIONES Para todas las clases, el mismo día directamente en la recepción del sauna en el segundo piso.

CLASE DE AQUABICS (Acuabics [suichūaerobics])

Personas mayores de 16 años que deseen hacer ejercicios dentro del agua, no es necesario que sepan nadar para participar.

Se darán clases de aeróbicos se dictarán dentro del agua.

Fecha: los días jueves a partir del 6 hasta el 27 de setiembre desde las 3:00 p.m. hasta las 3:50 p.m.

Lugar: en la piscina. **Costo:** que residan o trabajen en Hamura ¥ 400 y para las personas de otras ciudades ¥ 600.(Incluye la entrada y seguro).

Capacidad: 35 personas en orden de llegada.

Traer: ropa de baño, gorro, toalla, etc.

Inscripciones: el mismo día entre las 1:50 p.m.~ 2:50 p.m. en la recepción frente a la piscina.

TERCER CURSILLO DE CAMINATA EN EL AGUA (Dai sankai suichū wōkingu kōshūkai).

Las clases se dictarán a partir del día miércoles 12 de setiembre de las 1:00 p.m. a 1:50 p.m.

Número limitado para 30 personas mayores de 16 años de edad.

Costo: para las personas que residan o trabajen en Hamura ¥400 y para las personas de otras ciudades ¥ 600.

Traer: ropa y gorro de baño, toalla, etc.

Inscripciones: el mismo día en la recepción de la piscina de 11:50 a.m. hasta las 0:50 p.m.

CENTRO RECREATIVO HIGASHI

(Higashi Jidōkan) ☎570-7751

Festival (Wakuwaku kid's matsuri).

Habrán trabajos, juegos de bingos, yoyo, etc.

Fecha: El día sábado 8 de setiembre desde las 10:00 a.m. hasta el mediodía y de 1:00 p.m. hasta las 3:00 p.m. **Entradas:** ¥ 100 una persona /grupo, hasta el día 5 de setiembre en cada centro recreacional. **Cantidad limitada:** 180.

※ Habrán lugares gratis.

El centro no abrirá a partir del mediodía del día anterior para realizar los preparativos.

El día del evento abrirá a las 10:00 a.m. y cerrará a las 3:00 p.m.

CENTRO RECREATIVO NISHI (Nishi Jidōkan) ☎554-7578

Juegos en las noches de verano(Obakeyashiki)

Participen a finales del verano en los juegos en el centro recreativo.

Fecha: 31 de agosto de 2:00 p.m. a 4:00 p.m. y el 1^o de setiembre de 10:00 a.m. hasta el mediodía y de 2:00 p.m. a 4:00 p.m.

CENTRO DE SALUD (Hoken Sentā) ☎555-1111

PROTEGIENDO LOS DIENTES CON FLUOR IONICO (Fussoion dōnyū).

Se le aplicará el flúor iónico para proteger la dentadura contra la caries.

Fecha y hora: entre el día lunes 10 ~ sábado 15 de setiembre a partir de las 9:30a.m.

Recepción: de 9:15 a 10:30 a.m.

Lugar: en el Centro de salud.

Dirigido: A los niños desde los 3 años hasta el 3er. año de primaria.

Costo: completamente gratis.

Traer: toalla para secarse la baba, un gancho de colgar ropa y la hoja de inscripción.

※ El día sábado 15 de setiembre es para los estudiantes de primaria, rogamos preveer el congestionamiento.

※ Si no hubiera lugar para estacionar su automóvil, dirigirse al estacionamiento de la municipalidad por favor.

※ Si no tuviera la hoja de inscripción podrá solicitarlo y llenarlo el mismo día.

※ Los niños deberán ir acompañado de su padre o apoderado.

Ir directamente al Centro de salud.

SEGUNDO EXAMEN DE DESCARTE DE CANCER AL ESTOMAGO, APARATO RESPIRATORIO (DESCARTE DE CANCER AL PULMON, TUBERCULOSIS) (Dainiki. Igan kokyūki 「Haigan. Kekkaku」 kenshin)

El segundo examen de descarte de cáncer al estómago, aparato respiratorio (descarte de cáncer al pulmón, tuberculosis).

Fechas: El examen será el miércoles 26, sábado 29 y domingo 30 de setiembre a partir de las 7:30 a.m. hasta el mediodía (no se podrá escoger la hora).

La hora será anotada en la tarjeta para recibir el examen.

Lugar: Centro de salud.

Dirigido: Personas desde los 40 años de edad que residan en la ciudad de Hamura.

※ Las personas que se encuentren en los siguientes casos no podrán someterse a estos exámenes:

- ① Las personas gestantes, o la que tuvieran alguna posibilidad de estar embarazada.
- ② La persona que padece de enfermedad del estómago o de los pulmones y estuvieran en tratamiento.
- ③ Las personas que en su centro de trabajo se sometiera a examen médico.

Capacidad: 100 personas por fecha.

Costo: Totalmente gratis en el Centro de Salud

En el examen: Se les tomará radiografía al estómago y a los pulmones así como el examen de esputo

Inscripción: A partir del miércoles 15 de agosto hasta el lunes 3 de setiembre. ① Llenando el formulario establecido en el Centro de salud (excepto los días sábados y domingos). ② Es necesario llenar los datos en la tarjeta postal y enviarla por correo.

※ Los formularios para la inscripción se distribuyen en el Centro de salud, en el primer piso de la municipalidad, en los anexos de la municipalidad, bajándolo del home page.

PRECAUCIONES

Se puede someter a los exámenes del estómago, respiratorio, tuberculosis al mismo tiempo.

※ Para el examen del estómago, no deberá comer, ni beber después de las 9:00 p.m. del día anterior.

※ Para el examen de esputo anotar el motivo por qué desea someterse al examen y ① tener flema mezclada con sangre (en los últimos 6 meses), ② (Cantidad de cigarros/día) x (cuántos años) = más de 400. ※ Miembro de la familia que desee tomar el examen.

(anverso)	(reverso)
Codigo postal 205-0003 Hamura shi midorigaoka 5-5-2. Hamura shi Hoken Center. Gan kenshin tantō.	■ Nombre (Furigana), Fecha de nacimiento, Dirección, número de teléfono, ■ Fecha que desee elegir. ○ primera opción.....anotar el día. ○ segunda opción.....anotar el día. ■ Examen al que desee someterse. Solamente del estómago, solo respiratorio. Ambos del estómago y respiratorio. ■ Si desea o no un examen del esputo. ※ Explicar la razón.

IREUNAMONOS! PAGINA DE LOS NIÑOS

(Minna atsumare! Kodomo no pēji)

En esta oportunidad, se presentarán las cosas necesarias que deberíamos tener en caso ocurriera un desastre. Todos pensemos sobre Prevención contra desastres.

Informes Kōhō Kōchōka Kōhō kakari.

El día del entrenamiento de prevención contra desastres(Kugatsu tsuitachiha bōsai no hi)

¿Sabe usted por qué se dice que el primero de setiembre es el Día de prevención contra desastres? Hace 80 años el primero de setiembre de 1923 se produjo el terremoto en la zona este del país (región de kantō), para que no se olviden de este suceso se determinó el día primero de setiembre "Día de prevención contra desastres". Y en el terremoto ocurrido el 11 de marzo del 2011 en la zona este del país no olvidarse de los daños producidos.

Lo más importante es saber que hacer si ocurriera uno de estos fenómenos.

¿Auto ayuda, ayuda mutua, asistencia pública (Jijo Kyōjo kōjotte)?

El trabajo de todos es muy importante.

Uno mismo Protegerse para salvarse. Asegurar los muebles los objetos para que no se caigan en caso de movimientos. Para estos casos, contar con las provisiones como agua, comida en la casa.

Ayuda mutua Ayudarse entre las personas de alrededores, vecinos.

Llevarse bien con las personas vecindarias, participar en las actividades de las asociaciones de barrio.

Asistencia pública El apoyo de los municipios, prefectura de policía, compañía de bomberos, etc.

¡Conversemos con la familia!

Si ocurriera un desastre, ¿cuál sería la mejor manera de actuar?

◎ ¿En dónde se encuentra el lugar de refugio?

Si el sismo fuera de gran intensidad, etc. si permanecer en las casas sería un peligro, movilizarse al lugar de refugio más cercano temporalmente.

Si se produjera un incendio, posiblemente la familia no se encuentre junta en ese momento. Saber a que refugio acudir, fijar en dónde se reuniría la familia.

◎ ¿Qué deberá llevar cuando llegue el momento de refugiarse?

Para cuando el servicio de agua, de luz, el gas se suspendieran.

Tener lleno depósitos de agua, alimentos, pilas, etc.

Y lo que tener en el momento de ir a refugio, mochila, etc.chequear regularmente el vencimiento de consumo de los productos.

¡Participemos en los entrenamientos de prevención contra desastres!

En la ciudad de Hamura todos los años en el mes de setiembre, el cuerpo de entrenamientos de bomberos de la ciudad los está efectuando actualmente. Este año el entrenamiento será al día domingo 2 de setiembre.

Si ocurriera un incendio, protegerse uno mismo, cooperar con la gente de la zona. En qué podría ayudar, etc? PARTICIPEMOS EN LOS ENTRENAMIENTOS DE PREVENCIÓN CONTRA LOS DESASTRES.

ATENCIÓN MÉDICA DOMINGOS Y FERIADOS (Sólo emergencias)

(Hachigatsu kōhan no kyūjitsu shinryō)

Fecha		H O S P I T A L / TELEFONO				D E N T I S T A/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	WAKAKUSA IIN	579-0311	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	KATŌ SHIKA CLINIC	554-8887
26	Do	OZAKI CLINIC	554-0188	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	OZAWA SHIKA CLINI	579-1500

※ El horario de atención de cada centro médico podría variar.

※ Servicio las 24 horas del día (en japonés) ☎03-5272-0303 (Tōkyō to iryōkikan annai service "Himawari"). 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.**