

# NOTICIAS DE HAMURA

Publicado por la Ciudad de Hamura

Redaccion: Kōhōkōchoka

〒205-8601 TOKIO TO, Hamura-shi, Midorigaoka 5-2-1

Tel. 042-555-1111 Fax. 042-554-2921

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

**Edición en Español**

15 de mayo de 2010

Preparado por el grupo

"Latinos al día"

*Distribución Gratuita*

**※ LAS INFORMACIONES, SERVICIOS, CLASES QUE SE DAN EN LAS INSTITUCIONES QUE SE MENCIONAN EN ESTE BOLETIN SON EN EL IDIOMA JAPONES.**

## **SEMANA DEL AGUA POTABLE DESDE EL 1º AL 7 DE JUNIO**

**(Rokugatsu tsuitachikara nanokawa suidō shūkan ~ suidōni yoseru shinrai nomu anshin~)**

Actualmente los ciudadanos de Hamura tienen la tranquilidad y seguridad de poder beber la rica agua potable de nuestra ciudad. La Oficina del servicio de agua potable con su control y administración hace posible ésto. Durante esta semana las personas que visitaran las instalaciones de la Oficina de servicio de agua potable recibirán una botella de "Mizu Hamura" y los niños pequeños recibirán globos.

### **VISITA A LAS INSTITUCIONES DE SERVICIO DE AGUA**

- **Hai suitō** (nombre de la institución) La visita se podrá realizar entre el 1º y el día 7 de junio viniendo directamente a la Oficina de servicio de agua entre las 9:00 a.m. hasta las 4:00 p.m.

- **Jōsuijo** (nombre de la institución) La visita los días 5 y 6 de junio entre las 9:00 a.m. hasta las 4:00 p.m viniendo al Jōsuijo (costado de la piscina al aire libre Suijō kōen, que se encuentra por la salida oeste de la estación de Hamura).

Informes llamando al Suidōjimusho ☎554-2269.

## **CENTRO DE ESTUDIOS Y LAS ACTIVIDADES DEL CIUDADANO DEL NETTOWĀKU "HIROBA"**

**(Shōgai gakushū to shiminkatsudō no nettowāku shi [hiroba] sōkan)**

Con el esfuerzo del Centro de Estudios y las actividades del ciudadano se ha iniciado la edición de "Hiroba" desde el mes de abril, boletín que reúne informaciones de cinco ejemplares que se distribuyen en la ciudad actualmente y saldrá el día 15 de cada mes llegando a todos los hogares.

Más detalles en Shōgai gakushūka shōgai gakushū kakari ☎570-0707.

## **ACTIVIDAD PARA EMBELLECCER LA CIUDAD EN PRIMAVERA**

**(Gogatsu nijūsannichi Haru no shinai issei bikaundō hana ippaiundō)**

Esta actividad se realizará en todos los barrios de la ciudad el día 23 de mayo. Limpiemos nuestra calles, parques y sembraremos muchas flores. El día indicado los vecinos desde temprana hora hasta las 9:00 a.m. de la mañana estarán juntando la basura incinerable y no incinerable para dejar limpia las calles.

Más detalles llamando Seikatsu kankyōka seikatsu kankyō kakari. Sangyō kasseika suishinshitsu nōgyō kankō shinkō kakari. Hamura shi kankō kyōkai.

## **CAMBIOS EN LA TASA IMPOSITIVA Y OTROS DEL SEGURO NACIONAL DE SALUD**

**(Kokumin kenkō hokenzē zēritsu nado no henkō)**

**Seguro Nacional de Salud (Kokumin kenkō hoken towa)**, las personas inscritas en el Seguro Nacional de Salud se benefician con los servicios en cuanto a tratamientos, atenciones médicas; éstos son posibles con los fondos obtenidos por el pago de impuestos y seguros de los ciudadanos.

**La tasa impositiva del seguro nacional de salud(kenkō hokenzē zēritsu nado no kaitē)**, ha sido rectificadada a partir del año 22.

**Bajos ingresos**, a las personas con ingresos familiares muy bajo podrán ser recategorizados para sus pagos dependiendo de los ingresos del año anterior.

**Rebaja en las cuotas del seguro nacional de salud para las personas despedidas (Kaikō nadode shitsugyō shitakata no hokenzē kēgen)**, para las personas que hubieran sido despedidas de sus centros de trabajos después del 31 de marzo del año 21, podrán solicitar que las cuotas de sus pagos sean reducidas debiendo reunir algunos requisitos.

**Cambios en la forma de pago a través de deducciones del seguro de jubilación y pensiones (Tokubetsu bishū 「nenkinkara no hikiotoshi」 nōfu hōhō henkō dekimasu)**, las personas menores de 64 años de edad que están inscritas en el Seguro Nacional de Salud y no desean efectuar los pagos a través de las deducciones del seguro de jubilación; al cumplir los 65 años de edad sus pagos del seguro no serán deducidos de las pensiones siempre que cambie el número de cuenta bancaria. Informes: Hoken nenkinka hoken kakari.

### **¡ CUIDADO NO OLVIDE EL PAGO DE IMPUESTOS!**

**(Zēkin no osame wasureni chūi! Tainō shobun wo kyōkachū)**

Han olvidado el pago de impuestos correspondiente al año fiscal 2,009 aún están a tiempo de efectuar el pago. Los pagos de impuestos, seguro de salud, etc. que efectúan los ciudadanos forman parte de los fondos para ofrecer los servicios de tratamientos médicos en caso de enfermedad, accidentes de los ciudadanos.

Las personas que tienen sus pagos atrasados y no informan, ni consultan su situación ponen en peligro de embargo sus ahorros de dinero, sueldos, inmuebles, etc. después de minuciosa investigación.

Más detalles en Nōzēka nōzētantō.

## **USO DE LAS INSTALACIONES EDUCATIVAS DE LA CIUDAD**

**(Shinai no hoiku shisetsu nado no katsuyō wo)**

### **GUARDERIAS CON RESPALDO DE LA MUNICIPALIDAD**

En la ciudad de Hamura aparte de las guarderías oficiales, existen otras guarderías que tienen igualmente respaldo oficial.

※ Mayor información en cada instalación educativa.

**NINTEIKODOMOEN** Jardines de Infancia con respaldo oficial, brindan sus servicios de cuidados y de apoyo sin sufrir cambios en el sistema como jardines de infancia. La ciudad cuenta con tres instalaciones de este tipo.

ASUNARO	Ozakudai 1-6-32	☎ 570-1558
TAMAGAKUIN YŌCHIEN	Midorigaoka 1-15-8	☎ 554-6023
GONOKAMI YŌCHIEN	Midorigaoka 1-10-10	☎ 554-6878

**NINSHŌHOIKUJO** Guarderías con respaldo oficial, ofrecen cuidados temporalmente. Existen tres instalaciones de estas en la ciudad.

CHURIPPU HOIKUJO	Futabachō 2-14-15	☎ 554-0102
DONGURI NO IE HOIKUJO	Shinmeidai 3-3-12	☎ 579-1215
ASUNARO (NINTEI KODOMO EN)	Ozakudai 1-6-32	☎ 570-1558

**KATEIFUKUSHIIN** Señoras tituladas en educación que han trabajado como profesoras de Hoikuen(guarderías) o de Yōchien(jardín de la infancia particular) pertenecen al Bienestar Social Familiar y prestan servicio de guardería en sus casas. Cuidan a niños desde las 8 semanas de nacidos hasta los 3 años de edad. El horario es de 8:30 a.m. ~ 5:30 p.m. 9 horas al día (excepto los domingos, feriados, fines y comienzos del año).

El costo es de ¥33,000 mensuales, no incluye la comida, pañales, etc.

Existen ocho instalaciones de éstas en nuestra ciudad.

Sekiguchi Retsuko	Hanekami 1-20-11	☎ 554-7279
Hara Ayako	Hanenaka 1-1-11	☎ 554-9457
Shimizu Yumiko	Hanehigashi 1-28-30	☎ 555-6041
Nakayama Kayoko	Hanenishi 2-7-1	☎ 555-6952
Aoki Meiko	Hanenaka 1-5-14	☎ 555-5565
Osonoi Hisako	Hanenaka 2-1-6	☎ 578-2789
Morita Teruko	Hanehigashi 1-30-28	☎ 578-2052
Mori Noriko	Shinmeidai 3-32-12	☎ 555-9265

Informes y detalles en Hoikuka hoiku kakari.

## **SEMANA DE INSPECCION NACIONAL POR BOTAR LA BASURA ILEGALMENTE (GOMI FUHŌTŌKI KANSHI UĪKU)**

Desde el 30 de mayo, que se celebra el "Día que no se bota basura" (Gomi zero no hi) hasta el 5 de junio, que se celebra el "Día del medio ambiente"(kankyō no hi), se celebrará la semana de inspección nacional sobre la basura que se bota ilegalmente, en todo el país. Debemos colaborar y participar.

Informes: Seikatsu Kankyōka Seikatsu Kankyō kakari.

## **PRIMER CURSILLO SOBRE COMO PREPARAR SALSA DE SOYASHŌYŪ (DAI IKKAI SHŌHI SĒKATSU KŌZA "MUKASHINAGARA NO SHŌYUZUKURI")**

El cursillo "La maravilla de fermentar los alimentos" se llevará a cabo el día 26 de mayo de 10:30 a 12:00 p.m. en el segundo piso del Centro del servicio al consumidor. La capacidad del cursillo es para 40 personas y completamente gratis. Habrá servicio de guardería para 5 niños de 1 año y medio hasta niños en edad preescolar, el costo de este servicio es de ¥50 por niño. La inscripción será hasta el día

20 de mayo llamando por teléfono al centro. La visita a la fábrica "Yugeta" de siyao de Saitama se llevará a cabo durante los días 3 y 4 de junio (20 personas por día). Todos los participantes deberán reunirse en la municipalidad de Hamura a las 8:45 a.m. y la hora de partida hacia la fábrica en Saitama será a las 9:00 a.m. El costo será de ¥100. Se deberá llevar almuerzo y bebida. Las inscripciones serán desde el día 17 de mayo a las 8:30 a.m. llamando al Centro del servicio al consumidor ☎555-1111. A la hora que se inscriban deberán elegir uno de los dos días.

### **CAMARAS COMO MEDIDA PREVENTIVA EN HAMURA (BŌHAN KAMERA NO SECCHI UNYŌ JŌKYŌ)**

Se pone en conocimiento que en la ciudad han sido colocadas cámaras preventivas contra la delincuencia en diferentes lugares tales como: Municipalidad, Biblioteca, Centro Deportivo, Centro de Natación, Yutorogi, Museo de Hamura, Centro infantil Higashi (Jidōkan), Centro infantil Nishi (Jidōkan), en el parque Suijō, Parque zoológico, anexo de la municipalidad de la salida oeste de la estación de Hamura, en todos los colegios de primaria y secundaria de la ciudad, Centro Comunitario, Centro de Bienestar, Ikoinosato.

Informes: Shomuka Hōsē kakari.

### **PRIMERO DE JUNIO, DIA DE LOS DEFENSORES DE LOS DERECHOS DEL HOMBRE (ROKUGATSU TSUITACHI WA 『JINKEN YŌGO IINNOHI』 )**

Se podrá hacer consultas sobre sus derechos el tercer jueves de cada mes de 1:30 a 4:30 p.m. totalmente gratis. La consulta en el mes de junio será el día 17 en el salón de consultas del primer piso de la municipalidad de Hamura. Mayores informes llamando al encargado de consultas de la sección de información al ciudadano.

### **MANEJEMOS BICICLETA TENIENDO MUCHO CUIDADO (JITENSHA NO ANZEN RIYŌ WO!)**

Para manejar bicicleta debemos tener en cuenta las reglas de manejo por su seguridad y la de los demás.

1. La bicicleta debe regirse por las reglas de tránsito.
2. Hay que manejar para el lado izquierdo de la calzada.
3. Si esta manejando en las aceras deberá dar pase a los transeúntes.
4. Cumplir con las reglas : no debe manejar ebrio, no deberá subir más de una persona, por las noches deberá manejar con la luz prendida, etc.
5. Ponerle casco de seguridad a los niños.

Informes: Seikatsu anzenka kōtsū bōhan kakari.

### **CRIANZA (KOSODATE)**

#### **INSCRIPCION PARA RECIBIR AYUDA ECONOMICA ESPECIAL POR CRIANZA Y EDUCACION (Jidō ikusē teate no shinsē gogatsu sanjūichinichi made).**

La inscripción deberá realizarse hasta el día 31 de mayo para poder recibir esta asignación desde el mes de junio.

**La asignación por educación (Jidō ikusē teate)** es aplicable hasta los 18 años de edad en el caso

de ser huérfanos de padre o madre, hijos de padres divorciados o por tener desventaja física (grado 1 y 2) o por tener la libreta Ai (Ai no techō) con grado 1, 2 ó 3. El pago es mensual y la asignación es de ¥13,500.

**La asignación por educación (para personas con desventajas físicas) (Jidō ikusē teate-shōgai teate)** dependiendo del grado de incapacidad (del 1 al 4) hasta los 20 años, la asignación es de ¥15,500 ó ¥12,500.

Para una información más detallada puede comunicarse con el encargado de la sección de ayuda para la crianza del menor (Kosodate shienka shien kakari).

## **EDUCACIÓN (KYŌIKU)**

### **EXPERIMENTANDO EL TRABAJO (Chūgakusē no shokuba taiken gakushū no jisshi)**

Estudiantes del 2do. año del Colegio de Secundaria Nº2 de la ciudad de Hamura, experimentarán lo que significa el trabajo como práctica escolar en diferentes lugares de la ciudad durante una semana (17 al 21 de mayo). Por las mañanas, ellos irán directamente al centro de trabajo. Esperamos el apoyo y colaboración de todos ustedes.

Informes en la sección de Orientación (Shidōshitsu).

### **SUBSIDIO PARA EL ESTUDIO DE ESCOLARES (shūshoku enjo shinsēwa gogatsu sanjūichinichi made).**

Está abierta la inscripción para aplicar a una ayuda escolar. Este subsidio es aplicable a familias que tengan problemas económicos y que sus hijos esten cursando primaria (shōgakkō) hasta 3er. año de secundaria (chūgakkō). Este documento ha sido repartido en los colegios a todos los niños y que deberá llenar y entregar hasta el 31 de mayo en el colegio o en la municipalidad en la sección de educación. Para mayor información comunicarse con la Sección de educación de asuntos administrativos (Kyōiku sōmuka gakumu kakari).

## **TRADICIONES CULTURALES PARA NIÑOS**

### **(DENTŌ BUNKA KODOMO KYŌSHITSU)**

#### **CLASES DE BAILE JAPONÉS PARA NIÑOS (Dentō bunka nihon buyō kodomo kyōshitsu)**

Este curso está dirigido a alumnos de primaria y secundaria totalmente gratis.

Fechas (total 15 clases): 20 de junio; 11 y 25 de julio; 1, 15 y 22 de agosto; 5 y 26 de septiembre; 3 y 10 de octubre; 21 y 28 de noviembre; 12 de diciembre; 30 de enero y 13 de febrero del año 2011 todas las fechas se realizan los días domingo de 1:30 a 3:30 p.m.

Lugar: "Yutorogi" en el salón de prácticas (rihāsarū shitsu).

Las inscripciones se podrán hacer enviando una tarjeta postal con respuesta de ida y vuelta anotando su dirección, nombre, nombre de la escuela, año escolar y clase, nombre del padre o apoderado, número de teléfono a ☎205-0011 Hamura shi gonokami 1-12-3 Sra. Matsumoto, debiendo llegar hasta el día 12 de junio(\*).

#### **CLASES DE CEREMONIA DE TE JAPONÉS PARA NIÑOS (Kodomo sadō kyōshitsu)**

En este curso solo podrán participar 10 personas entre estudiantes de primaria y de secundaria (de sobrepasar el número de inscritos se realizará un sorteo), totalmente gratis.

Fechas (total 10 clases): 4, 11 y 25 de julio; 1, 15 y 29 de agosto; 5 y 26 de septiembre; 3 y 10 de octubre todas las fechas se realizarán los días domingo a partir de las 9:00 a.m. hasta las 12:00 m.

Lugar: "Yutorogi" washitsu (Salón oriental Yutorogi)

Las inscripciones se podrán hacer enviando una tarjeta postal con respuesta de ida y vuelta anotando su dirección, nombre, nombre de la escuela, año escolar y clase, nombre del padre o apoderado, número de teléfono a 〒205-0003 Hamura shi midorigaoka 1-5-23 Sra. Yoshida, debiendo llegar hasta el día 20 de junio(\*)

### **CLASES DE ARREGLO DE FLORES PARA NIÑOS (Dentō bunka Ikebana kodomo kyoshitsu)**

Dirigido a estudiantes de primaria. Límite de 20 alumnos. El curso consta de 13 clases que se dictarán en el Yutorogi sōsakushitsu 1 (salón de manualidades Nº1) en las siguientes fechas: 24 de julio; 7 y 21 de agosto; 11 y 25 de setiembre; 16 de octubre; 27 de noviembre, 11 y 25 de diciembre; 15 de enero y 5, 6 y 19 de febrero, todas a partir de las 10:00 a.m. hasta las 12:00 m. El costo de ¥500 por clase. Las inscripciones se pueden realizar enviando una tarjeta postal con respuesta de ida y vuelta con su dirección, nombre, nombre de la escuela, año escolar, nombre de padre o apoderado, número de teléfono a 〒205-0002 Hamura shi Sakaechō 2-7-8 Sra. Takeda, Las inscripciones deberán llegar hasta el día 30 de junio(\*)

(\*)Mayores informes llamando al Yutorogi, Shōgaigakushū shōgaigakushū kakari. Teléfono 570-0707.

## **Bienestar social (FUKUSHI)**

### **CURSO DE GIMNASIA PARA EVITAR LAS CAÍDAS DE LAS PERSONAS MAYORES (Tentō yobō taisō kyōshitsu).**

Estas clases se llevarán a cabo durante el mes de junio los días 4, 11, 18 y 25 de 1:30 a 2:30p.m. en el hall Nº3 del Centro Deportivo de Hamura para personas mayores de 65 años que estén preocupados por las posibles caídas que pudieran tener por sus actividades(en total 4 clases los días viernes). La capacidad del curso es para 30 personas que puedan asistir a todas las clases. Este curso es completamente gratis. Deberán traer toalla para secar el sudor, ropa cómoda para realizar sus ejercicios y bebida. Las inscripciones comenzarán el día 17 de mayo a las 9:00 a.m. llamando al encargado de la sección de bienestar social para las personas mayores(Kōrēfukushi kaigoka chiikihōkatsu shien sentā).

※Esta clase se volverá a dar en setiembre, diciembre y en marzo del próximo año.

## **CENTRO DE NATACION (SWIMMING CENTER)☎579-3210**

**AQUAROBICS** Se darán clases de aeróbicos dentro del agua los días jueves 3, 10, 17, 24 de Junio y 1º, 8, 15, 22 de julio desde las 3:00 hasta las 3:50 p.m. para todas aquellas personas mayores de 16 años que deseen hacer ejercicios dentro del agua, no es necesario que sepan nadar para participar. Las personas que residan o laboren en Hamura deberán abonar ¥ 400 y para las personas de otras ciudades ¥ 600. La capacidad es para 35 personas en orden de llegada y las inscripciones serán el mismo día entre las 2:00 ~ 2:50 p.m. en la recepción frente a la piscina. Traer ropa de baño, gorro, toalla, etc.

### **SEGUNDO CURSO DE CAMINATA DENTRO DEL AGUA (Dai nikai suichū wōkingu kōshūkai)**

Este curso se va a realizar el día 26 de junio desde las 10:00 hasta las 10:50 a.m. en la piscina del centro de natación. La capacidad de este curso es para 30 personas en orden de llegada. Las personas que residan o laboren en Hamura deberán abonar ¥ 400 y para las personas de otras ciudades ¥ 600.

(incluye seguro y entrada). Las inscripciones serán el mismo día entre las 9:00 ~ 9:50 p.m. en la recepción frente a la piscina. Traer ropa de baño, gorro, toalla, etc. Para mayor información llamar al Centro de Natación.

## **CURSO DE TIRO CON ARCO PARA JOVENES (JUNIA KYŪDŌ TAIKEN KYŌSHITSU) ☎555-9255**

Para alumnos de 5to de primaria hasta 3er año de secundaria que deseen experimentar este deporte. Este curso se realizará el día 12 de junio de 2:00 a 4:00 p.m. en el campo de tiro con arco(Los alumnos de primaria deberán ir con una persona mayor).

※También puede asistir personas mayores. El costo del curso es gratis. No hay inscripción anticipada.

## **SALUD (Kenkō) ☎555-1111**

### **CLASES PARA PREPARAR A LOS NUEVOS PADRES (Akachan jumbi kurashu ryōshin gakkyū)**

Se realizará en 2 horarios el día 6 de junio. De 10:00a.m. a 12:00m. y de 2:00 a 4:00p.m. en el Centro de Salud de Hamura. Pueden asistir ambos padres o sólo uno de ellos. Cada clase tiene capacidad para 15 grupos en orden de llegada y es completamente gratis. Se hablará sobre cómo bañar al bebe, cómo se debe de cambiar los pañales, cómo preparar su biberón y sobre su crianza. Se deberá traer la libreta de control de la madre(Boshitechō), la libreta para el padre, el librito guía de crianza que viene dentro del juego de la libreta de control del embarazo y lo suficiente para tomar apuntes. Para mayor información llamar o acercarse al Centro de salud personalmente.

**CLASE ESPECIAL DE MENUS PARA BEBES (Mogumogu kyōshitsu~rinyūshoku chūki.goki kyōshitsu)** Se llevará a cabo el día 10 de junio de 10 a 11:30 a.m. en el Centro de Salud(Hoken Center) dirigido para padres de bebes nacidos entre agosto y octubre del año 2009. La capacidad es para 15 grupos en orden de inscripción. La inscripción será desde el 19 de mayo desde las 8:30a.m. llamando por teléfono o acercándose personalmente al Centro de salud de Hamura.

### **EXAMEN PARA DESCARTE DE CANCER DE MAMAS (Nyūgan Kenshin)**

Mujeres a partir de los 40 años que residan en Hamura, podrán someterse a este examen desde el 1 de junio hasta el 28 de diciembre, en el Hospital Público de Fussa (Kōritsu Fussa Byōin) desde las 8:20a.m.(el examen dura 1 hora y 30 minutos más o menos); las inscripciones se realizarán en el Centro de Salud (Hoken Center) para 600 personas (de 1 a 8 personas por día por orden de inscripción) desde el día 19 de mayo por teléfono o acercándose personalmente. Costo: ¥ 1,600. Se tomará radiografía de mamas.

### **EXAMEN GRATUITO PARA DESCARTE DE CANCER AL UTERO (Shikyūgan Kenshin)**

Para mujeres a partir de los 20 años , que residan en Hamura. Podrán someterse a este examen desde el 1 de Junio hasta el 28 de noviembre, sin costo alguno. Las inscripciones serán desde el 19 de mayo acercándose personalmente o llamando por teléfono al Centro de Salud (Hoken Center). Los Centros Médicos autorizados en esta oportunidad: Clínica de Ginecología y Obstetricia Saegusa (Saegusa Sanfujinka) y la Clínica de Ginecología y Obstetricia Ogata(Ogata Sanfujinka Clinic) y en la Clínica para damas Yorimitsu(Yorimitsu Ladys Clinic).

**EXAMENES DE DESCARTE DE CANCER AL ESTOMAGO Y PULMONES (Igan Kenshin , Haigan Kenshin)** Totalmente gratis en el Centro de Salud (Hoken Center), para personas desde los 40 años de edad que residan en la ciudad de Hamura. Se les tomará radiografía al estómago y a los pulmones así



como el exámen de esputo para quienes lo deseen. El exámen será tomará en dos fechas: 20 de junio a partir de las 7:30 a.m. para 100 personas y el 1 de julio a partir de las 7:30 a.m. para 50 personas No podrán someterse a estos exámenes las personas gestantes, las que tuvieran alguna posibilidad de estar embarazadas y los que padecieran de enfermedad al estómago, pulmones y estuvieran en tratamiento. Las inscripciones serán por teléfono o viniendo personalmente desde el día 18 de Mayo a partir de las 8:30 a.m. (Excepto sábados, domingos y feriados del calendario).

**CURSO PARA LOS CABALLEROS "Fácil, rico y alimenticio"** Este curso de tres días está dirigido para un total de 20 personas por orden de llegada en el Centro de Salud.

9 de Junio "Mucha verdura, comida fácil de preparar" desde las 9:30 a.m. hasta las 12:30p.m. Traer mandil, pañuelo para la cabeza, libreta para tomar apuntes y ¥300 para los ingredientes.

15 de Junio "Mucho ejercicio para la buena circulación de la sangre" desde la 1:30 p.m. hasta las 4:00p.m. Traer ropa cómoda para hacer deporte, toalla para el sudor, zapatillas para usar dentro del local y otro par para usar fuera de él y libreta para tomar apuntes. Este día es gratuito.

16 de Junio "Comida hindú" desde las 9:30 a.m. hasta las 12:30 p.m. Traer mandil, pañuelo para la cabeza, libreta para tomar apuntes y ¥300 para los ingredientes.

Las inscripciones serán por teléfono desde el día 17 de mayo a partir de las 8:30 a.m. llamando por teléfono al Centro de salud.

### ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS (Sólo emergencias)

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.	
16	Do	SHIOZAWA IN	554-7370	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	WATANABE SHIKA IIN	570-1688
23	Do	TAKIURA IIN	555-2655	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	HONDA DENTAL CLINIC	554-4184
30	Do	YOKOTA CLINIC	554-8580	HEIJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER	555-9999	ASAHI KŌEN DŌRI SHIKA IIN	555-7904

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

※ Servicio las 24 horas del día ☎03-5272-0303 (Tokio 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.**