

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 Diciembre del 2008

Preparado por el grupo

"Latinos al día"

Distribución Gratuita

A TODA LA COMUNIDAD LATINA LES DESEAMOS UN FELIZ AÑO 2009



GRAN ENCUENTRO "JALANDO LA SOGA" (TSUNAHIKI TAIKAI)

Este gran encuentro se realizará el día 25 de enero. La ceremonia de inauguración será a las 12:15 pm. y el juego comenzará a la 1:00 p.m. en el Centro Deportivo en el hall Nº1. Cada grupo debe tener 8 personas(se pueden inscribir hasta 10 personas). Las inscripciones serán el día 11 de enero hasta las 5:00 p.m. llenando el formulario que le será entregado en el segundo piso del Centro Deportivo. La reunión para los grupos se realizará el día 16 de enero a las 7:30 p.m. en el Centro Deportivo en el salón de reuniones(kaigishitsu). Más información acercándose al 2do piso del Centro Deportivo telf. 555-1698.

MUSEO DE HAMURA

Se enseñará a preparar mayudamadango, el día 10 de enero completamente gratis desde las 10:00 a.m. hasta el mediodía en el salón de clase del museo Kyōdo de Hamura. Esta clase es para 10 niños de escuelas primarias, sin costo alguno. Deberán llevar a la clase un mandil, pañuelo para la cabeza y toallita para las manos. Las inscripciones para los interesados es a partir del día 17 de diciembre desde las 9:00a.m. acercándose al museo o llamando por teléfono al 558-2561.

LIDERAZGO DE MUJERES "LA COMUNICACIÓN"



En este cursillo se aprenderá técnicas para una buena comunicación la cuál se llevará a cabo el día 27 de enero de 1:30p.m. a 4:30p.m. en el Centro Yutorogi en el salón de clases Nº2. La capacidad es para 30 personas que vivan o trabajen en Hamura y el curso es completamente gratis. La profesora es la Sra. Ishikawa. Las inscripciones comenzarán el día 16 de diciembre comunicandose con el encargado de la sección de información(Kikakuka kikakutantō) de la municipalidad de Hamura por teléfono, fax o por correo electrónico.

Fax:554-2921 E-Mail: s101000@city.hamura.tokyo.jp

Habrá guardería para niños entre 1 año 6 meses hasta los 6 años(antes de ingresar a la escuela primaria) Hay capacidad para 6 niños y las inscripciones son por orden de llegada. Las inscripciones serán hasta las 5:00p.m. del día 15 de enero.

YUTOROGI

El Centro descansa los días lunes(si es feriado atiende). El horario de atención es de 9:00a.m.a 5:00p.m. Dirección: Hamura shi Midori Gaoka 1-11-5 Tel: 570-0707

Fax: 570-6422 E-Mail: s706000@city.hamura.tokyo.jp <http://www.hamura-tokyo.jp/>

La guía de eventos del Centro Yutorogi puede obtenerlo el día 15 de todos los meses de manera gratuita.



CINE El día 20 de diciembre desde las 6:30p.m. (a las 6:00p.m. se abre el hall) en el hall del sótano. La entrada es libre así como los asientos.

AVISO SOBRE LAS FECHAS DE DESCANSO DURANTE FIESTAS DE FIN DE AÑO Y NUEVO AÑO 2009 DE LAS DIFERENTES INSTITUCIONES EN LA CIUDAD DE HAMURA

Municipalidad: desde el 29 de Diciembre al 3 de Enero. Excepciones: En caso de nacimientos, defunciones, divorcios, etc, se atenderá por la entrada oeste (nishigawa).

Anexos de la municipalidad, Oficina de agua, Centro de consumo, Centro de salud: desde el 27 de Diciembre al 4 de Enero. Excepciones: 26 de diciembre hasta las 5:00p.m. en los anexos de la salida oeste de la estación de Hamura y de Ozakudai.

Centro Comunitario, Centro de atención de emergencia, Centro de Bienestar social, Conamore (dentro del Centro Yutorogi), Centro de voluntarios y ciudadanos de Hamura: desde el 29 de Diciembre al 3 de Enero. Excepciones: Conamore atenderá el 28 de diciembre hasta las 5:00p.m. La cafetería del Yutorogi atenderá hasta las 3:00p.m. El Centro de atención de emergencias atenderá el 31 de diciembre, 1 de enero y el 4 de enero.

Centro de Reciclaje: desde el 27 de Diciembre al 3 de Enero.

Yutorogi, Biblioteca, Centro deportivo, Centro de natación, Museo de Hamura: desde el 29 de Diciembre al 3 de Enero. Excepciones: En el centro de natación la piscina y la sauna atenderán hasta el 24 de diciembre. El cuarto de entrenamiento hasta el 28 de diciembre.

Centro de ayuda al niño y a la familia, Centro de ayuda al discapacitado, Asociación de ayuda y bienestar social, Centro de consultas sobre la educación: desde el 27 de Diciembre al 4 de enero.

Las Guarderías Higashi, Nishi, Sakura y Shiraume: desde el 28 de diciembre hasta el 4 de enero.

Los centros de recreación para el niño Chūō, Nishi y Higashi Jidōkan: desde el 29 de Diciembre al 3 de enero.

Gakudo Club: desde el 28 de Diciembre al 4 de Enero.

Zoológico: desde el 29 de Diciembre al 1 de Enero.

Fresh land Nishitama: desde el 30 de Diciembre al 1 de Enero.

BIBLIOTECA

OHANASHI NO HEYA (STORY TELLING) "Kobito to kutsuya", etc. entre las conversaciones que se van a tratar. Se les invita a participar a los padres de familia. Se realizará el día 20 de diciembre (sáb) partir de las 11:00 a.m. ※ Venga directamente.

BECA PARA ESTUDIANTES DE SECUNDARIA SUPERIOR (Ayuda extraordinaria) Se ofrece esta ayuda a los estudiantes que el próximo año en el mes de marzo estén finalizando los estudios secundarios, y estén viviendo en la ciudad por más de un año consecutivo.

No tengan pagos pendientes de impuestos, hayan cancelado el total de los recibos.

El importe de la ayuda es ¥ 60,000, el formulario de solicitud se presentará en la municipalidad al encargado de la sección de educación (Kyōikusōmukasōmugakari) hasta el 14 de enero.

COMMUNITY BUS "HAMURAN" No descansará.

Los días 30 de diciembre al 4 de enero (se considera el horario de días feriados), no habrá recorrido hasta el Hospital de Fussa.

CALENDARIO DE RECOJO DE LA BASURA LOS ULTIMOS DIAS DEL AÑO Y LOS PRIMEROS DIAS DEL PROXIMO AÑO

Lugares	Basura quemable	Basura no quemable (metal)	Plástico duro, botella de plástico.	Reciclable tipo A	Reciclable tipo B	Basura dañina	Envases y envolturas de plásticos		
Kawasaki, Tamagawa, Sēryū	30/12 (mar) especial. 5/1(lun)	9/1(vier) especial	26/12 (vier) 9/1(vier)	24/12(mi) 7/1 (mié)	23/12(mar) 6/1(mar)	19/12(vier) 16/1(vier)			
Hanehigashi		23/12(mar) 27/1(mar)	16/12(mar) 6/1(mar)	24/12(mi) 7/1(mié)	26/12(vier) 9/1(vier)	13/1(mar)			
Hanenaka		24/12(mié) 28/1(mié)	17/12(mié) 7/1(mié)	23/12(ma) 6/1(mar)	26/12(vier) 9/1(vier)	14/1(mié)			
Hanekami, Hanenishi		19/12(vier) 16/1(vier)	26/12(vier) 9/1(vier)	24/12(mi) 7/1(miérc)	23/12(mar) 6/1(mar)	9/1(vier) especial			
Ozakudai		14/1(miérc)	17/12(mié) 7/1(miérc)	23/12(ma) 6/1(mar)	26/12(vier) 9/1(vier)	24/12(mié) 28/1(mié)			
Shinmeidai 1,2 chōme		6/1(martes)	23/12(mars) 13/1(mar)	26/12(vie) 9/1(vier)	24/12(mié) 7/1(mié)	16/12(mar) 20/1(mar)			
Shinmedai 3,4 chōme		25/12(jue) 22/1(jue)	18/12(jue) 15/1(jue)	22/12(lun) 5/1(lun)	24/12(mié) 7/1(mié)	8/1(jue)			
Futabachō, Midorigaoka3 Chōme, Hanemusashino, Gonokami musashino, Kawasaki musashino		30/12 (mar) especial. 6/1(mar)	8/1(jue)	25/12(jue) 8/1(jue)	24/12(mi) 7/1(mié.)	22/12(lun) 5/1(lun)		18/12(jue) 15/1(jue)	29/12 (lun) especial
Fujimidaira			22/12(lun) 26/1(lun)	15/12(lun) 5/1(lun)	25/12(jue) 8/1(jue)	24/12(miér) 7/1(mié)		12/1(lun)	
Gonokami			12/1(lun)	15/12(lun) 5/1(lun)	24/12 (mi) 7/1(mié)	25/12(jue) 8/1(jue)		22/12(lun) 26/1(lun)	
Midorigaoka 1,2,4,5 chōme.	7/1(miérc)		24/12(mié) 14/1(mié)	22/12(lun) 5/1(lun)	25/12(jue) 8/1(lun)	17/12(mié) 21/1((mié)			
Sakaechō	17/12(mié) 21/1((mié.)		24/12(mié) 14/1(mié)	25/12(jue) 8/1(jue)	22/12(lun) 5/1(lun)	7/1(miér.)			

※ Horario especial, el recojo se efectuará en el horario acostumbrado, favor sacar la basura hasta las 8:00 a.m.

※ Horario especial: Basura quemable; metales y basura no quemable(algunas zonas); basura dañina(algunas zonas); envases y envolturas de plásticos.

※ El día 29 (lunes) Envases y envolturas de plásticos.(No confundir con basura reciclable tipo A y reciclable tipo B) bien limpio colocarlo en bolsa transparente o semitransparente para botar. Las latas y vidrios no podrán botarse.

En cuanto a las botellas de plástico, las bandejas de tecnopor blanco y envases de cartones de leche: Desde el día 30 hasta el día 4 de enero las cajas de recolección que se encuentran en los supermercados se cerrarán; reabriendo el día 5 de enero.

Basura de gran tamaño(sodai gomi)

Recojo en su domicilio En el centro de reciclaje se recepcionará las llamadas de basura de gran tamaño(sodai gomi) hasta el 26 de diciembre. Hay casos en que no se podrá recoger la basura hasta el siguiente año.

Llevar uno mismo la basura hasta el Centro de Reciclaje.

El horario de atención de lunes a viernes a partir de las 9:00 a.m. hasta las 4:00 p.m. (excluir 12:00 m. ~ 1:00 p.m.).

※ El último día de recepción es el día 26 de diciembre, reiniciando su atención desde el día 4 de enero

※ ¥ 20 por kilo (Unidad: 5 kgs. Importe mínimo ¥100, no necesitará de etiqueta adhesiva)

A partir del 5 de enero el recojo de basura será normal en sus domicilios. Si desean ir personalmente hasta el Centro de Reciclaje el último día de recepción es el día 26 de diciembre hasta las 4:00 p.m.

El calendario actual para el recojo de basura es vigente hasta el mes de marzo del 2009. El nuevo calendario correspondiente al período abril 2009 a marzo del 2010 se repartirán junto con el boletín de Hamura edición en japonés del 15 de marzo.

CENTRO DE NATACION (Swimming Center).

- Clase para estudiantes de primaria, todos los sábados desde el día 10 de enero hasta el 21 de febrero durante 7 clases, en dos horarios:

(A) A partir de las 11:00 a.m. ~1:00 p.m. y;

(B) A partir de las 2:00 p.m. ~ 4:00 p.m.

Para el horario A el límite es de 35 personas y para el horario B es de 25 personas; el valor del curso es de ¥ 2,500

- Clase para adultos, personas mayores de 16 años de edad, todos los domingos a partir del 11 de enero hasta el 15 de marzo en 10 clases de 7:00 p.m. hasta las 9:00 p.m.; podrán participar hasta 40 personas. El costo ¥ 8000.

Las inscripciones para ambas clases es del 16 al 28 de diciembre. Mayores detalles al 579-3210.

AYUDA PARA PERSONA CON IMPEDIMENTO, PERSONA CON ENFERMEDADES DE DIFICIL CURACION.

En el mes de diciembre se estará efectuando el depósito de la ayuda correspondiente, favor verificar el ingreso del dinero en su cuenta del banco.

Para mayores detalles llamar al Shōgai Fukushika Shōgai Fukushigakari.

CENTRO DE AYUDA PARA LA CRIANZA Y CUIDADO

TARJETA DE ATENCION MEDICA PARA PADRES SOLOS

Se les estará enviando la nueva tarjeta de atención a mediados del mes de diciembre, una vez llegada la tarjeta mencionada(color melocotón) favor devolver la tarjeta que estuvo usando a la Sección de Ayuda para la Crianza y Cuidado(Kosodate Shienka), lo puede hacer por correo 〒205-8601 no es necesario anotar la dirección.

Comunicar de inmediato si se presentara alguno de los siguientes casos:

① Si cambiara la situación familiar (números de personas)

② Si cambiara el contenido del seguro social de salud que estuviera inscrito.

- ③ Si tuviera que ingresar en alguna institución.
- ④ Si recibió la tarjeta de atención de incapacitado (shinshinshōgaisha no iryōsho)
- ⑤ Si no declaró que es casado (convive) o su situación es diferente.

※ Tener cuidado si no informara su situación, los gastos de la atención médica recibida se le cobraría en forma retroactiva.

Informes llamando a Kosodate Shienka shiengakari.

En el parque Musashino está prohibido prácticas de beisbol (Kōshiki yakyū), asimismo las prácticas de bateo; últimamente ha aumentado el número de personas que lo practican causando molestias a los demás usuarios. El parque es un lugar para uso de todos los ciudadanos. Respetemos las reglas!

CLASE DE COCINA

El día 17 de enero a partir de las 9:30 a.m. ~11:30 a.m. en la cocina del Centro Comunitario se dictará la clase gratis a padre-hijo hasta para 5 parejas por orden de inscripción. Deberán traer delantal, pañoleta para el cabello. Para mayor información llamar al 554-5586- fax 554-5862 Hamura Matsunoki hoikuen, o al correo electrónico hoikuen@nifty.com; [http:// www.hamura-matsunoki.ed.jp/](http://www.hamura-matsunoki.ed.jp/)

GRUPO DE BEISBOL JUVENIL "TIGER" DE HAMURA

Tiene interés en este deporte, puede inscribirse. Las prácticas se realizan todos los sábados, domingos y feriados de 8:00 a.m. a 5:00 p.m. en el patio de la escuela primaria Higashi y otros. La cuota mensual ¥1900. Informes con el Sr. Nakazato al tel. 554-9900, correo electrónico : haruchan-415@k5.dion.ne.jp

El próximo 1 de febrero estará celebrando sus 30 años aniversario.

CLASES DE INGLÉS (E.C.A)

Los interesados deberán ser desde estudiantes de secundaria superiores tendrán oportunidad de practicar el idioma mientras come, bebe se divertirá; se dicta los 2do sábados del mes de 7:00 p.m. a 9:00 p.m. en el Yutorogi, la cuota es de ¥1000 por vez. Detalles con Sr. Yamamoto, teléf. 090-6010-7146.

CLASES DE INGLÉS (E.E.C)

Las personas mayores de 18 años de edad que deseen hablar en forma natural, fluida el idioma. Venga lo estamos esperando! Todos los viernes a partir de las 10:00 a.m. en el Yutorogi, la cuota mensual ¥ 2000 y ¥2400 para textos. Detalles con Sr. Yamamoto, teléf. 090-6010-7146.

CURSILLO DE DIETA

No le entra los pantalones y desea volver a usarlos.

Desea que le digan que está linda.

Busca alguien para hacer juntos los ejercicios y conseguir su objetivo.

Prevención contra la obesidad

- ① 23 de enero. Eliminar la grasa (ejercicios)
- ② 30 de enero. Elaboremos el menú

Preparación de menú

- ③ 6 de febrero. Healthy cooking
- ④ 6 de marzo. Resumen de lo estudiado. Caminata

Todas las fechas son a partir de las 9:30 a.m. Las personas deberán ser menores de 64 años de edad.

PARA HACER EJERCICIOS Traer ropa ligera para hacer ejercicios, zapatillas para usar dentro y otro para fuera de los salones, toalla para secarse el sudor,

PARA COCINAR Traer pañoleta para el cabello, delantal, lápiz, papel, ¥300. Las inscripciones a partir del 16 de diciembre por teléfono o viniendo directamente al Centro.

CONTROL DE LA SALUD (DENSIDAD DE LOS HUESOS, FLUIDO DE SANGRE Y GRASA EN EL CUERPO)

Las personas interesadas en someterse a estos controles venga el día 20 de diciembre desde la 1:30 p.m. hasta las 4:00 p.m. al Centro Comunitario. Totalmente gratis. Información llamando al 578-1148 Sr. Hayashi.

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.
21	Do	OZAKU EKI MAE CLINIC 578-0161	FUSSA SHI HOKEN CENTER 552-0099	KATO SHIKA CLINIC 554-8887
23	Ma	FUTABA CLINIC 570-1588	ARAI CLINIC (MIZUHO MACHI) 557-0018	KANEKO DENTAL CLINIC 554-1503
28	Do	TSUTSUMI IIN 554-2418	FUSSA SHI HOKEN CENTER 552-0099	KUSAKA SHIKA 555-7793
29	Lu	HAMURA SANKEI BYŌIN 570-1130	TAISEI BYŌIN(FUSSA SHI) 551-1311	TSUSHIMA SHIKA IIN 579-1800
30	Ma	YANAGIDA IIN 555-1800	HIKARI CLINIC(FUSSA SHI) 530-0221	NAKANO SHIKA IIN 554-7053
31	Mi.	YAMAGUCHI NAIKA CLINIC 570-7661	HEIJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER 555-9999	HEIZŌ SHIKA IIN 554-0066
1	Ju.	IZUMI CLINIC 555-8018	HEIJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER 555-9999	HANENAKA SHIKA CLINIC 554-2202
2	Vi.	OZAKI CLINIC 554-0188	WATANABE IIN (FUSSA SHI) 553-0815	HAMURA SHIKA IIN 570-4618
3	Sá	WAKAKUSA IIN 579-0311	TAISEI BYŌIN(FUSSA SHI) 551-1311	FUKUDOME SHIKA IIN 555-7064
4	Do.	SHIOZAWA IIN 554-7370	HEIJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER 555-9999	MINAGAWA SHIKA CLINIC 555-8219

INFORMACION SOBRE LA SALUD

CLASE DE PREPARACION PARA LA FUTURA MADRE (Oya gakyū class) Se conversará sobre el embarazo, parto y la vida del recién nacido, los días 8, 15 y 29 de enero (total 3 clases), en el horario de 1:15 p.m. hasta las 4:00 p.m. en el Centro de Salud (Hoken Center). Traer libreta de madre-bebé (Bōshi oyako kenkō techō), papel y lápiz para tomar apuntes.

※Venir directamente al Centro.

※Personas a partir de 5 meses de gestación

※Abstenerse de traer criaturas.

EXAMEN MEDICO DE DESCARTE DE CANCER AL ESTOMAGO Y A LOS PULMONES Dirigido a las personas mayores de 40 años; encontrar el mal lo antes posible aumenta la posibilidad de curación. Es recomendable someterse a un examen médico por lo menos una vez al año, podrá elegir la fecha que le convenga ① 27 de enero a partir de las 8:00 a.m.

② 8 de febrero a partir de las 7:30 a.m. y

③ el día 20 de febrero desde las 8:00 a.m.

Para ① y ③ el límite de 50 personas y para ② de 100 personas.

El examen del estómago consiste en placa de rayos X;

para el examen de los pulmones placa de rayos X y examen de esputo para los fumadores y personas que deseen tomarlo.

Las inscripciones desde el día 16 de diciembre a partir de las 8:30 a.m. por teléfono o viniendo directamente al Centro de Salud.

Abstenerse las personas que pudieran someterse a estos exámenes en su centro de trabajo, etc.

PREVENCION CONTRA LA INFLUENZA PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD.

Las vacunas contra la influenza se podrá tomar hasta el 31 de enero del 2009, las personas mayores de 65 años de edad, las personas entre los 60 y 65 de años de edad que padecieran de enfermedades al corazón, riñón, aparato respiratorio, etc. (es necesario la constancia del examen médico o libreta de minusválido). Costo ¥ 2,200 (ver detalle en el boletín del 1 de octubre o en el home page).

NUMEROS DE TELEFONO IMPORTANTES

LUGAR	TELEFONO/FAX	LUGAR	TELEFONO/FAX
Municipalidad /Hoken Center	555-1111	Zoológico (Dōbutsu Kōen)	579-4041
Shizen Kyūkamura	0551-48-4017	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
Shōgai Gakushū Center	570-0707/570-642		
"Yutorogi"			