

# 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

1 de Febrero del 2009

Preparado por el grupo

"Latinos al día"

*Distribución Gratuita*

## YUTOROGI

**GRUPO FOLKLÓRICO POPULAR** de la Prefectura de Toyama "**KAZE NO OWARA**" se presentará por sexta vez en nuestra ciudad, en el Shōgai Gakushū Center YUTOROGI (hall principal) el 4 de abril (sáb.) en dos horarios: 4:45 p.m. y 7:30 p.m. Lo invitamos a que se deleite de la música y de la danza japonesa. Entradas a la venta a partir del 5 de febrero de 9:00 a.m. a 5:00 p.m. en el Centro Yutorogi. El valor de las entradas: ¥500 hasta estudiantes de kōkō y ¥1000 adultos. Más detalles llamando Sangyōkassaikeishinshitsu nōgyōkankōshinkōgakari.

**CURSO DE COMPUTACION** (PASOKON KŌZA WORD OUYO) Elaboración de propagandas, volantes. El curso, que consta de 4 clases, se dictarán los días 6,13, 20 y 27 de marzo desde las 10:00 a.m. hasta las 12:00 m. La capacidad es para 15 personas y el costo es de ¥1500. Para las personas que requieran de guardería para que cuiden de su niño deberán pagar ¥500 adicionales por vez (incluye un lonche). Para inscribirse deberá enviar una tarjeta postal con respuesta pagada anotando el nombre del curso, dirección, nombre, edad, número de teléfono, no olvide indicar "SI" o "NO" requiere cuiden a su niño. Las inscripciones deberán llegar hasta el día 15 de febrero.

## 31vo GRAN ENCUENTRO DE SALTO CON SOGA.

(DAI SANJYŪIKKAI NAWATOBI TAIKAI)

Este encuentro del salto con sogas es tradicional en el invierno y se llevará a cabo el día 21 de febrero desde las 9:30a.m. hasta las 12:00m en el Centro deportivo sala 2(Sports Center Dai 2 Horu) totalmente gratis. Venir con ropa cómoda, traer la sogas y zapatillas limpias para usar en el salón. Más informaciones llamando al Centro deportivo telf.555-0033.

## SEGURO CONTRA ACCIDENTES DE TRANSITO

"CHOKOTTO KYŌSAI"

A este Seguro pueden aplicar todas las personas que residan en la ciudad de Hamura incluyendo a las personas de nacionalidad extranjera. Las inscripciones comienzan el 2 de febrero hasta el 31 de marzo. El seguro tiene vigencia desde el 1 de abril del año 2009 hasta el 31 de marzo del 2010. Existen dos tipos de seguro: "A" con un costo de ¥ 1000 y "B" con un costo de ¥ 500. Mayores detalles comunicarse con el encargado de la sección de seguridad de tránsito (Seikatsuanzenka Kōtsūbōhan gakari).

## SEMINARIO DE COMPUTACION

(PASOKON SEMINA- SEITO BOSHŪ)

Podrán inscribirse hasta 10 personas por curso; las personas dedicadas a negocios el 5 de febrero; y para las personas que residen o laboran en la ciudad partir del día 6 de febrero.

※ EL SEMINARIO SE DICTA EN EL IDIOMA JAPONES

LA INFORMACION EN TODAS LAS INSTITUCIONES SE BRINDA EN EL IDIOMA JAPONES.

CURSO	FECHA y HORA	DETALLE	COSTO	TEXTO
Word Nivel Básico- Introducción de Redacción de documentos(2ó 3 días).	Desde el día 10 hasta el 12 Febrero (10:00a.m~12 :00m.)	Clase básica, tabulación. Documento a imprimir, la inserción de ilustración a colores.	¥3000	¥2100
	Los días 14 y 15 de febrero (1p.m.~4 :00p.m.)			
	Los días 3 y 4 de marzo(1:00 p.m~4:00p.m.)			
Word Aplicación- Introducción de Redacción de documentos (2días)	Los días 17 y 18 de marzo (6:00 p.m.~9:00p.m.)	Estructurar la página para ser utilizada en el momento de elaboración de una frase larga, la inserción de figura, de la etiqueta de dirección.	¥3000	¥2100
Excel-NivelBásico (2 ó 3 días).	Los días 17 ~ 19 de febrero (10 :00a.m.~12:00m.)	Entrada de los datos, tabulación, una hoja de cálculo, la inserción de gráfico.	¥3000	¥2100
	Los días 28 de Febrero y 1 de marzo(1:00p.m~4:00p.m)			
	Los días 10 y 11 marzo(1:00 p.m~4:00p.m.)			
Excel Aplicación (2 días)	Los días 24 y 25 de marzo (6:00 p.m~9:00p.m.)	Aplicación gráfico	¥3000	¥2100
Aplicación de acceso, clase principiante (2 días)	Los días 21 y 22 de febrero (1:00 p.m~5:00p.m.)	Diversas funciones, análisis aplicación y administración de datos en Excel.	¥5000	2,100
Aplicación de acceso (2 días)	Los días 14 y 15 de marzo (1:00 p.m~5:00p.m.)		¥5000	¥2310
Power point (2 días)	Los días 24 y 25 de febrero (1:00 p.m.~4:00 p.m.)	Formato para presentación en reuniones.	¥3000	¥2100
Power point ejecutivo (1 día)	El día 7 de marzo (1:00p.m.~5:00 p.m.)		¥2000	¥2625

### BOTAR LA BASURA INCORRECTAMENTE SERIA MULTADO Y PENADO

Arrojar la basura en forma indebida es un delito sin embargo hay muchas personas que tiran éstas en los ríos, parques, caminos, terrenos, etc. caprichosamente será multado y severamente sancionado con trabajo forzado. Una vez contaminada el agua de los ríos es muy difícil su recuperación

### FEBRERO "SEPARACION DE BASURA QUEMABLE"

(NIGATSU MOYASERUGOMI BUNBETSU KYŌKA GEKKAN TOSHIMASU)

En el mes de noviembre de 2008, se efectuó una campaña con el fin de separar correctamente la basura quemable, lamentablemente no resultó aumentando el porcentaje en los resultados. Nuevamente en el mes de febrero se efectuará la campaña, esperamos que colaboren.

Recomendaciones para separar correctamente la basura:

- 1) Colocar en cada habitación 3 basureros. Uno para papeles, revistas, envolturas de dulces, periódicos "Basura reciclable A"; otro para los envases de plásticos limpios "Basura reciclable B" y el último

para papel tissúe, etc "Basura Incinerable"

2) Los residuos de la comida por lo general tiene 80% de agua, escurrir el líquido antes de tirar.

3) La publicidad, propaganda por correo se bota con la revista, papeles.

Los documentos privados cortarlos o triturarlos para botarlo con papeles, revistas.

4) Plásticos sucios, limpiarlos y lavarlos si fuera necesario antes de botarlo como reciclable.

5) Comprar lo necesario (lo que va a consumir) así evitará tener que botarlo.

### BIENESTAR SOCIAL (FUKUSHI)

#### ATENCION Y CUIDADOS QUE REQUIERE UNA PERSONA

Esta clase dirigida a los residentes de Hamura que asisten a algún familiar que necesita de cuidados especiales, si fuera el caso de que esa persona no pudiera caminar y se viera obligado a depender de una silla de ruedas para movilizarse. No le gustaría aprender las técnicas del manejo. Esta vez aprenderemos el manejo seguro de la silla de ruedas para ayudar y dar los cuidados a esa persona que necesita de ella para movilizarse. La clase se dará el día 25 de febrero(miércoles) de 1:00 p.m. a 3:00 p.m. en el Fukushi Center Borantia Katsudōshitsu. Costo ¥ 150 (por concepto de bebida)

※ La persona que participara por primera vez, ponerse en contacto antes.

Contactarse con Kōreifukushikaigoka Chiikihoukatsushien Center

### CRIANZA DEL NIÑO (KOSODATE)

OSHABERIBA TEMA: "OYATSU · NANI WO AGETERU?" (Merienda · Qué invitar?)

Chūo Jidōkan el día 12 de febrero (jueves)

Nishi Jidōkan el día 13 de febrero (viernes)

Higashi Jidōkan el día 17 de febrero (martes).

Todas las fechas a partir de las 10:00 a.m. hasta las 11:30 a.m. No es necesario inscribirse, venir directamente al centro de recreación. Para mayor información llamar a Centro de Apoyo al Niño y la familia (Kodomokateishien Center) ☎578-2882

### AYUDA PARA LACTANCIA DEL NIÑO Y CRIANZA

(JIDŌTEATE · JIDŌIKUSEITEATE NO SHIKYU)

En el mes de febrero se estará depositando la ayuda correspondiente a los meses de octubre ~ enero. Favor de verificar el depósito del dinero en su cuenta.

### ENTRENAMIENTO EN LA BASE AEREA DE YOKOTA

(YOKOTA KICHI NO ENSHŪ)

En la Base Aérea de Yokota se realizará las prácticas, maniobras acostumbradas los días 4, 5 y 6 de febrero produciendo ruido que perturbaría la tranquilidad de los vecinos. Pedimos su comprensión.

Cualquier pregunta al respecto con el encargado de la Sección de Planificación (Kikakuka kikakutantō)

### DEPORTE (SUPOTSU)

CENTRO DE NATACION (SWIMMING CENTER)

PISCINA – NATACION LECCIONES DE SALTO CON MEDICION DE TIEMPO Para personas que vayan a competir y quieran aprender la forma de saltar y medir su tiempo. Estas clases se realizarán los días 5,12,19 febrero de 4:00 a 6:00p.m. cada clase cuesta ¥500 (no incluye la entrada ni el seguro); la inscripción es por orden de llegada directamente en la piscina. Para mayor información llamar al centro.

SALA DE ENTRENAMIENTOS MUSCULARES se realizarán los días martes de 7:00 p.m. á 8:00 p.m. para 20 personas; el costo ¥800. La inscripción en la recepción del sauna.

EJERCICIOS FÁCILES, ENTRENAMIENTOS MUSCULARES Se enseñarán ejercicios muy sencillos de realizar. Estas clases serán los días jueves de 1:30 p.m. a 2:30 p.m. la capacidad es para 20 personas

por orden de llegada, para la inscripción deberá adquirir su ticket en la máquina y dirigirse a la sala de entrenamientos.

APRENDAMOS A BALANCEAR NUESTRO CUERPO utilizando pelota de plástico, se harán ejercicios los días jueves desde las 7:00 p.m. hasta las 7:45 p.m. el costo ¥500 por vez. La inscripción en la recepción del sauna para 20 personas.

## VIVIENDAS PUBLICAS (TOEI JŪTAKU NYŪKYO BOSHŪ)

TOEI JŪTAKU Viviendas para familias con sólo uno de los padres, familias con miembros con impedimentos, familias con muchos hijos, familias con ingresos muy bajos, familias con miembros en



sillas de rueda, ancianos. Los requisitos y formularios para la inscripción los podrá encontrar en el panfleto de las viviendas, el cual estará disponible en el Kanrika del segundo piso de la Municipalidad (sábados y domingos en la recepción del primer

piso) y en sus extensiones desde el 2 hasta el 12 de febrero (Salida oeste de la estación de Hamura, Mitsuya kaikan, Ozakudai renrakujo). Sólo se aceptarán inscripciones que hayan sido enviadas hasta el 16 de febrero (fecha de correo). Envíe sus inscripciones a Tōkyō-to jūtaku kyōkyū kōsha boshū center. Informaciones al Tōkyō-to jūtaku kyōkyū kōsha boshū center, 0570-010810 (hasta el 12 de febrero). Fuera de estas fechas, llame al 03-3498-8894/Hamura shi-Shisetsukeikakuka kanzaikakari.

## PAGINA DE LOS NIÑOS (KODOMO NO PAGE)

**HIGASHI JIDŌKAN** HAGAMOS UN ARCO FLECHA Y EL TABLERO se realizará el día 14 de febrero a partir de las 10:00 a.m. y desde la 1:00 p.m. para los estudiantes hasta el tercer año de primaria, sin costo alguno. Mayores detalles llamando al Higashi Jidōkan ☎570-7751.

**CHŪO JIDŌKAN** PREPAREMOS PAN DE MELON, el día 22 de febrero desde las 10:00 a.m. hasta las 11:30 a.m. el curso dirigido a estudiantes de primaria hasta personas de 18 años de edad. Los participantes deberán traer zapatos para usar dentro del local (uwabaki), delantal, pañoleta para el cabello, secador, toalla, bebida; ¥60 para ingredientes.

Las inscripciones desde el 3 al 15 de febrero por teléfono o viniendo directamente al Jidōkan ☎554-4552.

**NISHI JIDŌKAN** FESTIVAL DE LOS NIÑOS Con comida, juegos, trabajos manuales, etc. el 28 de febrero a partir de las 10:00 a.m. hasta las 3:00 p.m. la entrada ¥100 por persona (hasta 200 personas), la venta de los tickets del 1 al 18 de febrero en el mismo local, informes en el mismo Jidōkan ☎554-7578.

**BIBLIOTECA** CUENTOS PARA NIÑOS en edad pre escolar, esta vez teatro panel "Kumasan kumasan nani wo miteruno?" y otros el 14 de febrero a partir de las 11:00 a.m. sin costo alguno.

**YUTOROGI** PELICULAS PARA NIÑOS "Yuki onna, Jigokunosoubei, Chiisana viking biscuit Hokkyokuno bōken, entre otras" sin costo alguno ☎570-0707.

## FRESHLAND NISHITAMA

GUIA DE LOS CURSILLOS que se dictan

HULA HULA Todos los miércoles de 1:00 p.m. ~ 2:00 p.m.

CURSO DE YOGA Todos los jueves de 1:30 p.m. ~ 2:30 p.m.

CURSO DE PILATIS Todos los viernes de 2:00 p.m. ~ 3:00 p.m.

El costo del curso por vez ¥800 para los residentes en la ciudad de Hamura, Ohme, Fussa y Mizuho; y ¥1100 para los que provienen de otras ciudades.

※ El costo incluye el curso y un baño de ofuro. (aproximadamente 3 horas en total)

Detalles llamando al Freshland Nishitama ☎570-2626.

CURSO AL CONSUMIDOR El día 20 de febrero (viernes) a partir de la 1:30 p.m. hasta las 4:00 p.m. en el Shiminkaikan de Fussa se estará realizando un curso en donde se preparará fideos de harina de trigo (gyūnyū udon). Capacidad para 24 personas el costo ¥100. Traer delantal, pañoleta para el cabello, secador, libreta para tomar apuntes. Inscripciones e información en Mizuhomachi Sangyōshinkōka shōkōgakari ☎557-7633.

INMUNOLOGIA DEL ANCIANO Curso que se dará en el Yutorogi el 28 de febrero de 2:00 ~ 4:00 p.m. totalmente gratis, capacidad para 220 personas.

Detalles llamando a ☎0428-23-2171 Nishitama Ishikai jimukyoku.

### INFORMACION DE LA SALUD (KENKŌ INFORMATION)

VACUNA PREVENTIVA SARAMPION Y RUBEOLA PARA ALUMNOS QUE ESTEN CURSANDO EL PRIMER AÑO DE SECUNDARIA Y EL TERCER AÑO DE SECUNDARIA SUPERIOR (Genzai chūgakkō ichinensei, Kōkō sannensei los estudiantes que actualmente esten cursando el primer año de secundaria y el tercer año de secundaria superior deberán tomar las vacunas de refuerzos (3era. 4ta.dosis) hasta el el 31 de marzo totalmente gratis, pasaDa esta fecha tendrá que pagar por recibir la vacuna. En lo posible recibirla con tiempo.

※ los estudiantes que no tuviera la hoja para efectuar la vacunación acercarse al Centro de Salud (Hoken Center) portando su Bōshitechō.

Tipos	Dirigido a:	Fecha límite
Tercera	Estudiantes del primer año de secundaria nacidos entre el 2 de abril de 1995 y el primero de abril de 1996.	31 de marzo (martes)
Cuarta	Estudiantes del tercer año de secundaria superior nacidos entre el 2 de abril de 1990 y el primero de abril de 1991.	

Centros médico autorizados donde efectuar la vacunación:

Centros médicos	Teléfonos	Centros médicos	Teléfonos
Yanagida Iin	555-1800	Sakaechō shinryōjo	555-8233
Tsutsumi iin	554-2418	Yamakawa Iin	554-3111
Matsubara Naika Iin	554-2427	Hamura Sōgo Shinryōjo	554-5420
Shiozawa Iin	554-7370	Ozaku ekimae clinic	578-0161
Matsuda Iin	554-0358	Ozaki clinic	554-0188
Takiura Iin	555-2655	Wakakusa Iin	579-0311
Yokota clinic	554-8580		

### EXAMEN MEDICO DENTAL PARA EMBARAZADAS (NINSHIN SHIKASHINDAN)

Las personas que estuvieran embarazadas podrán efectuar su chequeo dental gratis solamente una vez durante su período de gestación en los centros médicos autorizados detallados a continuación:

Centros médicos	Teléfonos	Centros médicos	Teléfonos
Kaneko dental clinic	554-1503	Nishi Tokio 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 Hamurashinryōjo	555-3139	Tsushima shika iin	579-1800
Uno shika iin	555-2841	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	Heizō shika iin	554-0066
Usui shika iin	579-1199	Watanabe shika iin	570-1688
Minagawa shika clinic	555-8219	Hanenaka shika clinic	554-2202
Hamura shika iin	570-4618	Yano shika iin	555-3363
Inagaki shika	555-6018		

Traer su libreta de madre-hijo(Bōshitechō), tarjeta de seguro de salud (hokensho).

### ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS (NIGATSU 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.	
1	Do	FUTABA CLINIC	570-1588	HEIJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER	555-9999	HAMURA SHIKA IIN	570-4618
8	Do	TSUTSUMI IIN	554-2418	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	FUKUDOME SHIKA IIN	555-7064
11	Mi	MATSUBARA NAIKA IIN	554-2427	MARUNO IIN (MIZUHO MACHI)	556-5280	YANO SHIKA IIN	555-3363
15	Do	MATSUDA IIN	554-0358	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	WATANABE SHIKA IIN	570-1688

### 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"Yutorogi"	570-0707/570-642	Shimin Katsudō Borantia Center Hamura	578-5252

※ LE INTERESARA SABER 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.