

NOTICIAS DE HAMURA

Publicado por la Ciudad de Hamura

Edición en Español 2009

Redaccion: Kōhō Kōchōka

1 de setiembre

〒205-8601 Tokio To, Hamura shi, Midorigaoka 5-2-1

Preparado por el grupo

Tel.042-555-1111

“Latinos al día”

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

Distribución Gratuita

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

PARTICIPEMOS EN EL ENTRENAMIENTO DE PREVENCION CONTRA SISMO

KUGATSU MUIKA (NICHİYŌBI) HAMURASHI SŌGŌ BŌSAI KUNREN

Participa con la Organización de prevención contra el desastre. El tema este año “Preparémonos si ocurriera una catástrofe”

Este año el día 6 de setiembre a partir de las 9:00 a.m. en el patio de la escuela secundaria No.3 de Hamura será el lugar principal de esta práctica, simultáneamente se estará realizando en 18 diferentes áreas dentro de la ciudad.

Protegerse uno y a la familia. Hacer lo posible para que la familia participe en el entrenamiento.

※ En caso de mal tiempo se suspendería la actividad y la Organización de prevención contra el desastre estaría comunicando a los ciudadanos a las 7:30 a.m. o la Información de emergencia a través del correo electrónico.

Más detalles llamando a Seikatsu Anzenka Bōsai kakari.

El cuerpo encargado tiene como objetivo medir a las familias, a los grupos de distintas áreas como actuarían en una situación similar.

☆ SUPONIENDO UN TERREMOTO DE MAGNITUD 6:

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 Apague el fuego.

Después de haberse asegurado, inmediatamente apagar la luz, cerrar la llave del gas evitando la salida de ésta.

③ Entrenamiento para refugiarse. Si hubiera instrucciones de refugiarse porque en el vecindario el fuego se está 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 Prevención 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.

PREVENGA LA CAIDA DE LOS MUEBLES EN CASO DE DESASTRE

(KAGU TENRAKUBŌSHI KIGU WO ZENSETAI TAIZŌ NI MUSHŌ DE HAIFU SHITEIMASU)

SOLICITUD SOLO UNA VEZ POR FAMILIA

Esta oportunidad de poder asegurar los muebles en los hogares esta limitado al presupuesto con que se cuente; por eso en lo posible presentarlo con anticipación. Para personas de la tercera edad o personas con impedimentos. Según información recibida, en el sismo ocurrido el 11 de agosto de este año en la zona del mar este muchas familias habían tomado precauciones de fijar sus muebles.

Más detalles en Seikatsu Anzenka Bōsai kakari.

CURSILLO PREVENIR LA INFLUENZA INCREMENTANDO LAS DEFENSAS DEL ORGANISMO E INGERIR LO ADECUADO

SHŌHI SEIKATSU KŌZA: INFLUENZA YOBŌ NO TAME NO SAIKIN YA VIRUS NO SHINNYŪKARA
MIWOMAMORU (MENEKI) TO (SHOKU)

El día 25 de setiembre a partir de las 10:00 a.m. en el Centro del Consumidor se dictará este cursillo totalmente gratis y podrán participar hasta 60 personas por orden de llegada.

※ En el boletín del Centro del Consumidor se publicó el cursillo para el día 18 de setiembre, por inconveniente del profesor la fecha fue cambiada. ※ Habrá cuidado hasta para 5 niños (entre 1 año y antes de ingresar a la escuela) para quienes lo deseen, abonando ¥50 por concepto de merienda. Las inscripciones hasta el día 17 de setiembre por teléfono al Centro del Consumidor (Shōhi Seikatsu Center) con anticipación ☎555-1111

62 AVO. FESTIVAL DEPORTIVO DE HAMURA

(DAI ROKUJYŪNIKAI HAMURASHI SHIMIN TAIKUSAI)

El festival será el día domingo 11 de octubre en parque Fujimi de Hamura, en el caso de lluvia se realizará el día lunes 12.

Informes NPO Hōjin Hamurashi Taiiku Kyōkai Jimukyoku (2do.piso del Centro Deportivo)☎555-1698

SHIZEN KYŪKAMURA

KOYOMI YU EN SETIEMBRE

Baño de pino

INFORMACION DE LOS EVENTOS EN EL MES DE SETIEMBRE

① FESTIVAL DE MEJIMAGURO Los días 5 y 19 de setiembre la cena podrán comer todo lo que puedan de atún.(gratis)

② HULA HULA WORK SHOP 22 de setiembre (martes) 5:00 ~5:45 p.m y de 8:00 ~ 8:45 p.m.

③ HULA FESTA, MEL HULA HORA DEL SHOW Hula hula y banda hawaiana estarán realizando su presentación el día 23 de 9:00 a.m.~ 2:30 p.m.

※ La música es exclusivamente para bailar el Melhula hula.

INFORMACION DE EVENTO EN EL MES DE OCTUBRE

El Festival de Atún a realizarse en 17 de octubre.

Mayores detalles en Shizen Kyūkamura ☎ 0120-47-4017 ☎0551—48-4017

INFORMACION DE LOS EVENTOS EN EL PARQUE ZOOLOGICO

(DÖBUTSU KÖEN EVENT JÖHÖ)

ALMUERZO DE LOS PINGUINOS ¡Le gustaría dar de comer a los Funbolt pingüinos! Será a partir de las 11:00 a.m. y a partir de las 2:30 p.m. Costo ¥ 200 (por taza).

TOUR "ALIMENTANDO A LOS ANIMALES" Con el criador de animales como guía se efectuará este tour para darle de comer a la jirafas, aves acuáticas, pingüinos y monos japonés. Habrá dos horarios desde las 10:30 a.m. y desde la 1:30 p.m. El costo ¥ 500 (por canasta), límite de 20 personas.

DANDO DE COMER A LOS REBAÑOS

¡Le gustaría dar los alimentos a las cabras! Habrá dos horarios en la mañana a partir de las 11:00 a.m. y por la tarde a partir de las 2:00 p.m. Costo ¥ 200 (por vaso), límite de 25 personas.

RINCON DE LA AMISTAD

No le gustaría tocar a los cuyes, pollitos y sentir la piel de estos animalitos.

Desde las 10:00 a.m. hasta las 11:30 a.m. y desde 1:30 p.m. hasta las 3:00 p.m. El número de personas es limitado. Es totalmente gratis. Solo deberá pagar la entrada al parque.

※ Podría producirse cambios o suspenderse lo programado dependiendo de la condiciones del clima y los animales.

Informes en el Parque Zoológico☎ 579-4041

SETIEMBRE "CONSOLIDACION EN LA SEPARACION DE BASURA QUEMABLE"

KUGATSUWA (MOYASERUGOMI BUNBETSUKYÖKA GEKKAN)

En el mes de setiembre nos proponemos "La disminución de la basura quemable".

Todavía hay personas que tiran con la basura incinerable lo que es reciclable, en esos casos esa bolsa de basura no será recogida y le pegarán un aviso "TENER MAS CUIDADO"

SUGERENCIA PARA SEPARAR LA BASURA

En el caso de papeles depende el tipo de ellos, los que pueden ser reciclados y contengan informaciones personales (cortar la parte privada y desecharlo con la basura quemable) y el resto puede botarse junto con papelería reciclable. Mayores detalles con el encargado Seikatsu Kankyōka Seikatsu Kankyō kakari.

SINDROME METABOLICO

(HITOGOTOTO OMOTTEIMASENKA? NAIZÖSHIBÖ SHÖKÖGUN~METABOLIC SINDROME~ DAI IKKAI)

Ultimamente se escucha el Síndrome metabólico. Saben en realidad su significado?

- SINDROME METABOLICO NO ES SOLAMENTE TENER GRASA ALREDEDOR DE LAS PAREDES ESTOMACALES.

No solo esas personas que tienen la barriga sobresaliente padecen de este mal.

En realidad se incluye a las personas que tienen las paredes internas de sus intestinos cubierta de grasa.

- ① Persona con anormalidad en la grasa corporal.
- ② Presión alta.
- ③ Anormalidad en el azúcar en la sangre.

las personas que coincida con dos a más respuestas; dentro de su organismo corre riesgo de obstrucción del paso del fluido sanguíneo.

- NO HAY SEÑALES, NI SINTOMAS CUANDO SE OBSTRUYE EL PASO DEL FLUIDO SANGUINEO

La obstrucción del paso del fluido sanguíneo no da dolor, ni algún otro síntoma, ni señales. Si no se preocupa y lo deja, afectarán el corazón y luego el cerebro pudiendo producir un paro cardíaco o derrame cerebral.

- Someterse a un chequeo médico por lo menos una vez al año.
- ¿Se ha sometido al chequeo médico especial?

Todas las personas mayores de 40 años de edad inscritas en el Seguro Nacional de Salud dependiendo de los resultados obtenido en el examen médico gratuito podrían someterse a un examen médico especial en los centros médicos autorizados dentro de la ciudad hasta el 31 de octubre.

Pormenores en el boletín del 15 de agosto edición en japonés y español.

Informes al respecto en Hoken Nenkin Hokenkakarari.

COLABORE CON LA COLECTA VERDE

(MIDORI NO BŌKIN NI GOKYŌRYŌKU WO)

Desde el 1º de setiembre (martes) hasta el 31 de octubre (sábado) será la colecta verde en las instituciones públicas de las ciudades y municipalidades; el dinero que se recaude durante los dos meses que dure la colecta se utilizará para el arreglo de los jardines, parques, zonas verdes en Tokio. ¡ESPERAMOS SU COLABORACION!

Mayores detalles con el encargado de Kankyō Hozenka Kankyō Hozen kakari.



PRÁCTICAS EN LA BASE AEREA YOKOTA

(YOKOTA KICHI NO ENSHŪ)

Entre los días lunes 14 y viernes 18 de setiembre están programadas las prácticas en la Base Aérea Americana Yokota. Durante estos días se escucharán ruidos de sirenas, silbatos, transmisiones, por lo que rogamos la comprensión de los ciudadanos. Informes en Kikakuka Kikaku tantō.

SOLICITUD DE PAGO EN EFECTIVO POR UNICA VEZ O AYUDA ESPECIAL PARA CRIANZA

(TEIGAKU KYŪFUKIN OYOBI KOSODATE ŌEN TOKUBETSU TEATE NO SHINSEI)

La presentación de solicitud de pago en efectivo por única vez o ayuda especial para crianza es hasta el 18 de setiembre (fecha del matasello o sello de recepción); pasada esa fecha no podrán efectuar la presentación.

Horario de recepción de lunes a viernes a partir de las 8:30 a.m. hasta las 5:00 p.m. (excluye 12:00 m. A 1:00 p.m.) en el salón de reuniones 202 del segundo piso de la Municipalidad.

Informes en Teigaku Kyūfukin tantō. ☎ 554-8311

EVENTOS DE SEGURIDAD VIAL

(KŌTSŪ ANZEN NI KAN SURU EVENT)

CURSILLO DE SEGURIDAD VIAL

En el salón pequeño del Centro de Cultura "Yutorogi" se realizará los días 10 y 11 de setiembre a partir de las 7:00 p.m.~8 p.m. (la recepción a partir de las 6:30 p.m.)

※ El parqueo para autos es limitado, abstenerse de venir con automóvil. ※ Venir directamente al local.

FESTIVAL DE SEGURIDAD VIAL

Se realizará el día 19 de setiembre a partir de las 2:00 p.m. en el salón principal del Centro de Cultura Yutorogi. Habrá shows, canciones. ※ Venir directamente al local.

CAMPAÑA DE SEGURIDAD VIAL DE OTOÑO A NIVEL NACIONAL

Comprenderá entre los días 21 y 30 de setiembre.

El slogan este año "Tranquilos, manejen en las calles, autopistas con mucho cuidado"

Proteger a las personas de la tercera edad contra accidentes.

- ① Proteger a los transeúntes y personas que monten bicicletas de accidentes, especialmente al atardecer y en la noche cuando la visibilidad se vuelve confusa.
- ② Utilizar el cinturón de seguridad el conductor y las personas que lo acompañaran en caso de menores de edad el cinturón que les correspondiera de acuerdo a su edad.
- ③ No conducir en estado de ebriedad.
- ④ Protejamos a los conductores de motocicletas.

Para mayores detalles Seikatsu Anzenka Kōtsū Bōsai kakari.

SEGURO DE SALUD, SEGURO DE JUBILACION

(HOKEN, NENKIN)

RENOVACION DE LA TARJETA DEL SEGURO NACIONAL DE SALUD

Las personas inscritas en el Seguro Nacional de Salud se les enviará hasta mediados del mes de setiembre las nuevas tarjetas por correo certificado, las tarjetas que tienen actualmente es válida hasta el 30 de setiembre. Las tarjetas de seguro nacional de salud se renuevan cada dos años.

Más información en Hoken Nenkin Hoken kakari.

EMISION DE TARJETA DE SEGURO NACIONAL DE SALUD POR CORTO PERIODO

A las personas con pagos del seguro nacional de salud pendientes con más de un año y que contengan mora se le emitirá la tarjeta del seguro nacional de salud con 6 meses de duración.

Favor efectuar el pago correspondiente antes del vencimiento.

Si continuara la morosidad en los pagos; tendría que devolver la tarjeta y además los gastos de atención o tratamiento médico serían asumidos por usted.

Informes en Hoken Nenkin Hoken kakari.

BIENESTAR SOCIAL (FUKUSHI)

RENOVACION DE PASE PARA OMNIBUS

Los pases de ómnibus para las personas de la tercera edad vencerán el 30 de setiembre. El canje de los pases se podrán realizar del día 1 al 4 de setiembre y del 28 al 30 de setiembre desde las 10:00 a.m. hasta las 4:00 p.m. en el primer piso de la municipalidad salón No. 101.

※ Fuera de estas fechas el canje lo podrá efectuar en la Oficina de Administración de Omnibús o en Centro de las personas de tercer edad los cinco primeros días laborables del mes.

PASE DE OMNIBUS DE TOKIO PARA PERSONAS DE TERCERA EDAD

Las personas mayores de 70 años de edad pueden inscribirse para obtener el pase que le permitirá hacer uso del servicio en la Ciudad de Tokio.

Mayores detalles ☎03-5308-6950 Tokio Bus Kyōkai Silver Bus Senyō (Días laborables de 9:00 a.m. hasta las 5:00 p.). Hamura Shi Kōrē Fukushi Kaigoka Kōrē Fukushi kakari.

CRIANZA

CHARLAS DEL MES DE SETIEMBRE "LAS PATALETAS" es el tema de este mes y se realizará desde las 10:00 hasta las 11:30a.m. en diferentes fechas en los centros de recreación infantil (Jidōkan): el día 10 en el Chūo Jidōkan, el día 11 en el Nishi Jidōkan, el día 15 en el Higashi Jidōkan. No es necesario inscribirse con anticipación. Más informes llamando al Kodomo Katei Shien Center al ☎ 578-2882.

AVISO DE LA CASA DEL CENTRO DE LAS PERSONAS DE LA TERCERA EDAD FESTIVAL POR EL 18 ANIVERSARIO En este festival habrá bazar, exposición de caligrafía, pintura, arreglo de flores(Ikebana), exposición de trabajos de arte, presentación de clases de computación, consultas sobre la salud, etc. El festival será el día 12 y 13 de setiembre de 10:00 a.m. a 2:00 p.m. Las consultas sobre salud serán el día 12 desde las 10:00 a.m. y el bazar el día 13 desde las 11:00 a.m. Para mayor información puede llamar al ☎ 554-5131.(Shiruba- jinzai center).

AVISO DEL CUERPO DE BOMBEROS DE FUSSA

CURSILLO DE PRIMEROS AUXILIOS El día 9 es el día de la Emergencia y del 6 al 12 se celebra la semana de primeros auxilios. Si está interesado en conocer como auxiliar en caso de problema respiratorio, masajes al corazón, AED, etc podría llevar este cursillo. Se realizará el día 9 de setiembre(miércoles) desde las 9:00a.m. en el Cuartel del Cuerpo de Bomberos de Fussa. El costo es de ¥1,400 (por el texto). Para mayor información se deberá llamar al encargado de la sección de Emergencias del Cuerpo de Bomberos de Fussa(Fussa Shōbōsho Keibouka Kyūkyū kakari) ☎ 552-0119.

CENTRO DE CONSULTAS DE EMERGENCIA En este centro de consultas podrán responder a cualquier interrogante que tenga sobre alguna enfermedad, hospitalizaciones, tratamientos en los hospitales asi como advertencias sobre alguna ayuda económica en los hospitales. Mayor información con el encargado de la sección de Emergencias del Cuerpo de Bomberos de Fussa(Fussa Shōbōsho Keibouka Kyūkyū kakari) ☎ 552-0119.

CONSULTAS SOBRE LOS DERECHOS HUMANOS PARA PERSONAS CON IMPEDIMENTOS FISICOS Y PARA LAS PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

Del 6 de al 12 de setiembre de 8:30a.m. a 7:00p.m.(Sábados y domingos de 10:00a.m. a 5:00p.m.) En el centro de Derechos Humanos de Tokio. Puede llamar por teléfono a los siguientes números para su consulta: 03-5213-1372 ó al 03-5213-1373
Para mayor información llamar a Asuntos de Derechos Humanos del Ministerio de Justicia ☎ 03-5213-1366.

CAMPAÑA DE TOKIO CONTRA LOS SUICIDIOS

CONSULTAS EN LA CIUDAD En Hamura se atenderán consultas en el Centro de Salud (Hoken Center) llamando al ☎ 555-1111

CONSULTAS ESPECIALES EN TOKIO

Consultas especiales (durante 24 horas) el día 12 de setiembre desde las 6:00a.m. hasta las 6:00a.m del día 14 de setiembre llamando al ☎03-5286-9090

Consultas Hotline contra los suicidios desde el día 9 hasta el día 11 de setiembre de 10:00a.m. a

10:00p.m. llamando al ☎03-3261-4350

Llamada gratuita para consultas sobre como detener el suicidio (durante 24 horas) el día 10 de setiembre desde las 8:00a.m. hasta el día 11 de setiembre hasta las 8:00a.m. llamando al ☎0120-738-556

Consulta especial sobre su preocupación en cuanto al trabajo los días 10 y 11 de setiembre desde las 9:00 a.m. hasta las 7:00 p.m. llamando al ☎0570-00-6110

GRAN CONVENCION EN TOKIO SOBRE LOS SUICIDIOS

Esta gran convención se llevará a cabo el día 13 de setiembre de 1:30 a 5:00p.m. en el Centro de Ciencias y Arte. La capacidad es para 400 personas.

Para mayor información llamar al Centro de Salud de Hamura ☎555-1111

FABRICANDO SU PROPIO LIBRO

Se dará una clase de como fabricar su propio libro para el uso que desee, como el de sus propias memorias, su vida, como cancionero, para su recetario etc. Esta clase se dará el día 30 de setiembre de 1:00 a 4:00p.m. en la biblioteca de Hamura en el 2do piso en el Salón de Voluntarios(Borantia shitsu). la capacidad es para 15 personas en orden de inscripción y el costo es de ¥500. Desde el día 1 hasta el 16 de setiembre se pondrá en exhibición ejemplos de libros para que pueda darse una idea de los trabajos. Deberá traer para el día de la clase su manuscrito con un grosor de 1 a 2 cm. y en formato A4 ó B5.

Las inscripciones serán desde el día 1 de Setiembre desde las 10:00 a.m. llamando por teléfono o acercandose personalmente a la Biblioteca de Hamura.☎554-2280

FRESH LAND NISHITAMA ☎570-2626

“DIA DE LA TERCERA EDAD” Este evento es para las personas mayores de 70 años para los cuales el ingreso a los baños (ofuros) tendrán un descuento 50% desde los días 19 al 23 de setiembre.

CLASES DE YOGA son los días jueves de todas las semanas de 1:30 a 2:30p.m.

CLASE DE BAILE HAWAIANO Los días miércoles de 1:00~2:00p.m.

CLASE DE PILATES Los días viernes de 1:00~2:00p.m.

El costo es de ¥800 por clase para las personas que residan en las ciudades de Hamura, Ōme, Fussa y Mizuho y para las de otras ciudades el costo es de ¥1,100. El precio incluye 3 horas(hora de clase y Ofuro). Mayores detalles en el home page de la ciudad de Hamura.

CENTRO DE SALUD - GUIA PARA LA SALUD ☎555-1111

EXAMEN DENTAL Exámenes gratuitos para personas mayores de 65 años desde el 1 de setiembre hasta el 31 de octubre. Puede acercarse a cualquiera de los consultorios de la ciudad de Hamura que pertenezca a la Asociación de Médicos de Hamura llevando consigo la tarjeta de salud(Hokensho).

EXAMENES DE DESCARTE DE CANCER AL INSTENTINO GRUESO Y EXAMENES DE DESCARTE DE HEPATITIS Hasta el día 31 de Octubre para los ciudadanos mayores de 40 años acercándose a cualquiera de los consultorios de la ciudad de Hamura que pertenezca a la Asociación de Médicos llevando consigo la tarjeta de seguro de salud (hokensho).

COMO CUIDARSE DE LA NUEVA INFLUENZA Alejarse de sitios muy concurridos, usar mascarilla, llevar pañuelo o tissue para usarlo a la hora de toser o estornudar y asi evitar contagios, lavarse bien

las manos y enjuagarse la boca después de regresar de la calle.

ESPACIO INFANTIL

CENTRO RECREACIONAL INFANTIL CHŪŌ(CHŪŌ JIDŌKAN) ☎554-4552

CLASE DE JUGUETES HECHOS A MANO. Totalmente gratis y está dirigido a niños en edad preescolar hasta estudiantes del 3er. año de primaria. Esta clase se realizará el día 12 de setiembre en dos horarios a partir de las 10:00 a.m. y desde la 1:00 p.m. La actividad está dirigida por el grupo de voluntarios "Nejimawashi". La inscripción será el mismo día de la clase.

PREPAREMOS CARAMELO el 20 de setiembre de 10:00 ~ 11:30 a.m. podrán inscribirse desde estudiantes de educación primaria hasta los 18 años. La capacidad es para 20 personas en orden de inscripción. Traer zapatillas para usar en el salón(uwabaki), delantal, toalla para las manos, pañoleta para cabello, bebida (té) y ¥70 para los ingredientes. Las inscripciones serán desde el 3 al 13 de setiembre desde las 9:00 a.m. hasta las 5:00 p.m. La persona que asistirá a la clase deberá llamar o acercarse personalmente al Centro de Recreación Chūō.

CENTRO RECREACIONAL INFANTIL HIGASHI(HIGASHI JIDŌKAN) ☎570-7751

FESTIVAL DE LOS NIÑOS

Se realizará el día 23 de setiembre de 10:00 a 12:00m y de 1:00 a 3:00p.m. La entrada será de ¥100 con una capacidad de 180 personas. Las entradas se venderán desde el día 4 al 18 de setiembre e los diferentes centros recreacionales.

BIBLIOTECA(Toshōkan) ☎554-2280

CUENTOS PARA NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR El 12 de setiembre a partir de las 11:00 a.m. se presentará Teatro panel "Makkuro nerino".

CUENTOS PARA NIÑOS EN EDAD ESCOLAR El 19 de setiembre "Historias de terror" a partir de las 11:00 a.m.

YUTOROGI ☎570-0707

PELÍCULAS PARA NIÑOS el 13 de setiembre desde las 10:30 a.m. hasta las 11:30 a.m. sin costo alguno. Se proyectará 4 películas cortas.

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS

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.	
6	Do	MATSUDA IIN	554-0358	HEIJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER	555-9999	USUI SHIKA IIN	579-1199
13	Do	SHIOZAWA IIN	554-7370	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	UNO SHIKA IIN	555-8241

※ El horario de atención de cada centro médico podría ser diferente, tomar las precauciones debidas.

※ Tokyo To Iryōkikan Annai Service (Himawari) presta servicio las 24 horas del día ☎03-5272-0303. Informes en el Centro de Salud.

※ **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.**