

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 de 2011

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.

COMO REALIZAR UNA FELIZ CRIANZA DE UN PADRE A SU HIJO

(Papawaikumen~papaga kosodate wo tanoshimu kotsutowa~)

Este año el forum tendrá como tema principal la crianza del padre a sus hijos. Que se llevará a cabo el día 19 de febrero de 2:00 a 3:30p.m. en el hall pequeño del Centro Yutorogi con capacidad para 250 personas en orden de llegada.

Habrá guardería para 10 niños desde un año y medio hasta los tres años.

Las inscripciones serán hasta el 9 de febrero por teléfono fax o E-mail. Fax:554-2921 Email:s101000@city.hamura.tokyo.jp.

Habrá traductor para personas sordomudas.

Informes: Kikakuka kikaku tantō.

CONOCE SOBRE DATE DOMESTIC VIOLENCE?

(Dēto DVtte shitteimasuka?)

Trata sobre la violencia doméstica, ya sea por sus esposos, novios, ex novios, etc. Problemas de adultos y parejas y que buscan una solución. Estas personas deberían realizar consultas lo más pronto posible.

Lugares de Consultas para mujeres con problemas

Generalmente las consultas son por problemas por su forma de vida, matrimonio, de sus hijos, de su novio ya sea por maltrato físico y psicológico, en sus relaciones de trabajo. Cualquier otra consulta puede hacerla tanto en la ciudad de Hamura como en Fussa .

HAMURA

DIAS DE CONSULTA	1er, 3er y 5to miércoles
HORAS DE CONSULTA	1:30 a 4:30 p.m.
LUGAR	Salón de consultas de la Oficina de bienestar social dentro de la Municipalidad de Hamura. (Fukushi jimusho sōdan shitsu)
INSCRIPCIONES	Con el encargado de la sala de consultas del ciudadano de la sección de información (Kōhō kōchōka shimin sōdan gakari) ☎555-1111

FUSSA

	2do y 4to miércoles
	9:00 a.m. a 1:00 p.m.
	Salón de consultas Nro 1 dentro de la Municipalidad de Fussa. (Dai 1 sōdan shitsu)
	Con el encargado de la secretaría de información (Hissho kōhōka Kōhō kōchō gakari) ☎551-1568
	Las consultas en japonés.

OTROS LUGARES PARA CONSULTAS(EN JAPONES)

Tōkyō Woman's plaza Todos los días de 9:00 a 21:00hrs ☎ 03-5467-2455

(Se descansa feriados de fin de año)

Tōkyō to josē center Todos los días de 9:00 a 20:00hrs ☎ 03-5261-3110

(Se descansa sábados, domingos, feriados calendario y feriados de fin de año)

Tōkyō to josē sōdan center tama shisho Todos los días de 9:00 a 16:00hrs ☎ 042-522-4232

(Se descansa sábados, domingos, feriados calendario y fin de año)

Kēshichō sōgō sōdan center Todos los días de 8:30 a 17:15hrs ☎ 03-3501-0110

(Se descansa sábados, domingos, feriados calendario y fin de año)

※ También puede hacer sus consultas en **Fussakēsatsusho sēkatsu anzenka** ☎ 551-0110

CONSULTAS NOCTURNAS EN CASOS DE EMERGENCIA

Kēsatsu (jikenhassēji) ☎ 110 **Tōkyō to josē sōdan center** ☎ 03-5261-3911

FORMAS DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

Violencia física : golpear, dar puñetes, patear, jalar de los cabellos, etc.

Violencia económica : No pagarle su salario, ser sumamente severo al administrar el dinero y el no trabajar.

Violencia sexual : Acto sexual en contra de su voluntad, impedir la concepción, provocar un aborto a la fuerza, etc.

Violencia psicológica : ignorar, insultar, estar a la mira de uno, dar órdenes imperativamente, etc.

AMOR Y VIOLENCIA SON COSAS MUY DIFERENTES,VIOLENCIA SIGNIFICA DELITO SUFRIR SOLO O CONFIARSE SOLAMENTE A LOS AMIGOS NO ESTA BIEN,LO MEJOR SERÍA QUE CONVERSE CON UN ESPECIALISTA EN ESTE CAMPO, EN LOS LUGARES DE CONSULTA

VENTA DE VALES DE COMPRA PERSONAS DE TERCERA EDAD, PERSONAS CON IMPEDIMENTOS

**(Hamura Nigiwai Shōhinken dai sandan Kōrei no kata, shōgai no aru kata e
no yoyaku senkō hanbai)**

Estos vales pueden ser usados en las tiendas de la ciudad de Hamura. Estos vales son llamados "NIGIWAI" y pueden ser usados en las tiendas afiliadas (lucen la banderola o posters en la puerta de entrada alusivos a estos vales nigiwai). Estos vales serán vendidos a partir del 27 de febrero.

- ◆ Por persona podrán adquirir hasta 3 talonarios(¥30,000)
 - ◆ Por el valor de ¥10,000 usted adquiere 22 vales de ¥500 para compras, es decir por¥11,000.
 - ◆ Las inscripciones para obtener estos vales será desde el 1 al 10 del febrero.
 - ◆ Los vales no se pueden comprar con tarjeta de crédito.
 - ◆ Los vales no se pueden cambiar por dinero.
 - ◆ Solo se pueden usar en las tiendas de la ciudad de Hamura.
 - ◆ En la edición de la quincena de febrero les daremos a conocer la venta para personas en general.
 - ◆ Las personas de la tercera edad y las personas con impedimentos físicos estos vales solicitarlo mediante una tarjeta de correo a: Hamura shi Shōkōkai. Deberán enviar todos sus datos como nombre, dirección, fecha de nacimiento, teléfono, cantidad de talonarios. El canje desde el 20~24 de febrero.
- Informes Hamura shi Shōkōkai ☎ 555-6211/Sangyō kasseika suishinshitsu keizai taisaku tantō.

ZOOLOGICO (Dōbutsukōen)

NACIO UNA JIRAFÁ La cría de la jirafa nació el 30 de diciembre entre 1:00 y 4:00a.m. en el parque zoológico de Hamura. Cuando pase el frío invierno ya podremos verla.

Informes Parque zoológico ☎579-4041

FEBRERO "SEPARACION DE BASURA QUEMABLE"

(Nigatsuwa moyaserugomi bunbetsu kyōka gekkan)

Nuevamente en el mes de febrero se efectuará la campaña para separar correctamente la basura, 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 tissue, 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.

Informes en Sēkatsu kankyōka sēkatsu kankyō kakari.

COMIENZA LAS INSCRIPCIONES PARA OBTENER EL SEGURO CONTRA ACCIDENTES DE TRANSITO "CHOKOTTO KYŌSAI"

(Kōtsūsaigaikyōsai "chokotto kyōsai", Hēsē nijūsannendo yoyaku uketsukenokaishi)

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 1 de febrero hasta el 31 de marzo. Para mayores detalles comunicarse con el encargado de la sección de seguridad de tránsito (Seikatsu anzenka kōtsūbōsai kakari).

Para la ayuda en el pago de la inscripción Kōrei fukushi kaigoka kōrei fukushi kakari, Shōgai fukushika Shōgai fukushi kakari.

LA OFICINA DE AGUA POTABLE CUMPLE 50 AÑOS DE FUNDACION

Gojūshūnen Hamura shi suidō jigyō 「Sedai wo koete tsuduku anzende antei shita suidō」

Shirizu Hamura 「mizu」 no tabi saishūkai.

FINAL DEL RECORRIDO DEL AGUA DE HAMURA A partir del mes de agosto pasado comenzó el recorrido del agua de Hamura que llega al final.

La ciudad de Hamura desde época antigua está relacionada con Tamagawajōsui, Maimaizuidō, etc. Por la celebración del 50 aniversario se estuvo dando a conocer por series hasta el momento que llega a sus hogares el agua de calidad, rica y segura.

De la partida desde el subsuelo hasta llegar a sus hogares el recorrido del agua no tarda un día, parece largo pero en realidad es rápido.

En adelante seguiremos brindando seguridad a los ciudadanos con el agua potable. Es muy importante que cuidemos el agua.

El sábado 5 de febrero a partir de la 1:30 p.m. en el Yutorogi se llevará a cabo la celebración de 50 aniversario de la Oficina de servicio de agua potable.

Se espera la asistencia de todos.

Informes Suidō jimusho ☎554-2269.

APOYO PARA MADRES SOLAS PARA LA CRIANZA DEL HIJO (Kosodate ōen nyūsu)

Curso de entrenamientos para madres solas que desean estudiar para poder trabajar.

■ El curso será pagado hasta el 20% del total (desde ¥4,001 hasta menos de ¥100,000) después de finalizar las clases.

Los cursos que se incluyen codificación médica, home helper, cocina, contabilidad, seguro de empleos especificado. Este último si es que no tiene derecho del beneficio a la Ley del seguro de empleo. por teléfono o directamente con el entrenamiento para la formación profesional. Cuidados de trabajadores, enfermería, terapeuta físico, barbero, peluquería y otros cursos que sean aprobados por el señor alcalde.

● ¥140,100 para los ciudadanos que estén exonerados de impuestos, ¥70,500 para los afectos a pago de impuestos.

● Finalizada la preparación de ingreso.

■ En cualquiera de los casos, los hijos menores de 20 años.

Esten recibiendo ayuda para la crianza.

Es necesario hacer antes la consulta, previa cita.

Informes Kosodate shienka shien kakari.

SHIZEN KYŪKAMURA

CALENDARIO DE BAÑOS EN EL MES DE FEBRERO

“Yākon no yu” este baño es bueno para el cutis.

INFORMACION DE LOS EVENTOS

DETERMINAR EL RANKING DEL LICOR DE OTRAS ZONAS

Esta vez se realizará el sexto concurso que será a partir del 1 de febrero al mediados del mes de marzo, costo ¥1,000.

Las inscripciones directamente en la recepción.

La temporada de nieve en Kiyosato por lo que se recomienda a las personas que visiten el lugar, por supuesto traer ropa adecuada y acondicionar el automóvil con lo necesario.

Informes en Shizen Kyūkamura ☎0120-47-4017 ☎0551-48-4017.

CRIANZA DEL NIÑO (Kosodate)

AYUDA PARA EL NIÑO Y LA CRIANZA (Kodomo teate · jidōikusē teate no shikyū)

Las ayudas por concepto de niño y de crianza del niño correspondiente a los meses de octubre a enero serán depositadas en las respectivas cuentas bancarias hasta el día 15 de febrero; favor de verificar el depósito del dinero.

Informes Kosodate shienka shien kakari.

OSHABERIBA el tema "Crianza por los padres" (Papa ikuji)

Chūo Jidōkan el día jueves 10 de febrero.

Higashi Jidōkan el día martes 15 de febrero.

Nishi Jidōkan el día viernes 18 de febrero.

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 Kodomo katēshien sentā ☎578-2882.

BIENESTAR (Fukushi)

23AVO. CAMPEONATO DE ASOCIACION DE CLUB DE PERSONAS DE LA TERCERA EDAD(Nijusankai Hamurashi rōjin kurabu rengō kai fukushi taikai)

El objetivo de este campeonato es motivar a integrar el club de las personas de la tercera edad.

Será el viernes 4 de febrero a partir de las 0:30 p.m.

El ingreso a partir del mediodía.

En el Yutorogi.

La entrada es libre.

Habrán espectáculos, show, etc.

Ir directamente al local.

Informes Kōrei fukushi kaigoka kōrei fukushi kakari.

CLASES PARA CUIDADOS (Kazoku kaigocha kyōshitsu)

¿SE ENCUENTRA EN APUROS? TIENE EN EL HOGAR PERSONA QUE REQUIERE DE CUIDADOS O QUE PADECE DE DEMENCIA SENIL~ (~Komattemasenka? Iede no kaigo ya ninchishō~)

Esta clase dirigida a los residentes de Hamura que asisten a algún familiar que necesita de cuidados especiales, ésta se dictará el día 23 de febrero de 1:30 a 3:00 p.m. en el Centro de bienestar social Salón de actividades de voluntarios (Fukushi sentā borantia katsudōshitsu)

La clase será dictada a 10 personas. Sin costo alguno.

Las inscripciones con anticipación por teléfono o directamente en Kōrē fukushi kaigoka chiiki hōkatsu shien sentā kakari.

COMO PREVENIR LAS CAIDAS POR FALTA DE FUERZA EN LOS PIES (Tentō yobō taisō kyōshitsu)

Se llevará a cabo cursos en donde se enseñará a prevenir las caídas, fortaleciendo los músculos de las piernas.

El curso consta de 4 clases los días viernes 4, 11, 18 y 25 de marzo de 1:30 a 2:30 p.m. en el gimnasio del Freshland Nishitama.

Para las personas mayores de 65 años que alguna vez hayan perdido la estabilidad de los pies, sufrido caídas y deseen aprender ejercicios, formas de caminar para prevenir estas caídas y fortalecer los músculos.

Cada curso tiene capacidad para 30 personas y si sobrepasara el número de inscritos se llevará a cabo un sorteo.

Deberá traer ropa deportiva, toalla para el sudor y bebida.

La inscripción e informes será a partir del día 2 de febrero desde las 9:00 a.m. llamando por teléfono a Kōrei fukushi kaigoka chiiki hōkatsu shien sentā kakari.

CLASE PARA PREVENCIÓN SOBRE LOS CUIDADOS Y CUIDADOS DE LA BOCA (Kaigo yobō kōenkai itsumademo okuchide tabete kaigo irazu)

Las personas que comen realizan su higiene bucal para mantener buena salud.

Estas clases para las personas que cuidan de personas que no pueden realizar su higiene por sí misma; se dictará el 11 de marzo de 2:00 a 4:00 p.m. en el salón principal en el Fukushi Sentā Fukushi sentā daikaigishitsu).

Para personas mayores de 65 años.

Limitado para 30 personas.

Las inscripciones a partir del 2 de febrero a partir de las 9:00 a.m. por teléfono o directamente en Kōrē fukushi kaigoka chiiki hōkatsu shien sentā kakari.

Las personas que traen automóvil podrán utilizar el parqueo del Centro de Salud.

CONVOCATORIA PARA LAS VIVIENDAS PÚBLICAS (Tōei jūtaku nyūkyōsha boshū)

■ CONVOCATORIA DE LAS VIVIENDAS SOLO PARA FAMILIAS(Point hōshiki ni yoru boshū jutaku 「kazoku mukenomi」)

Las viviendas se sortearán;

- ① familias con sólo uno de los padres,
- ② para personas de la tercera edad.
- ③ familias con miembros con impedimentos
- ④ familias con muchos hijos,
- ⑤ familias con ingresos muy bajos,
- ⑥ familias con miembros en sillas de rueda.

■ PERSONA SOLA · PERSONA SOLA EN SILLA DE RUEDAS · SHIRUBĀ PIA

- ① Persona sola(casa desocupada) ② Persona sola en silla de ruedas ③ Shirubā pia(parejas o persona sola de la tercera edad).

■ PERSONA DE PEQUEÑA O MEDIANA EMPRESA QUE HAYA PERDIDO SU VIVIENDA

Persona de pequeña o mediana empresa que se encuentre sin vivienda y tenga deseos de reconstrucción. Se le brinda este tipo de apoyo.

DISTRIBUCION DE FORMULARIOS DE INSCRIPCION

Los formularios para la inscripción los podrá encontrar en el panfleto de las viviendas desde el primero hasta el 10 de febrero, el cual estará disponible en el Tōkyō to jūtaku kyōkyū kōsha o descargándolo de la página del internet.

DISTRIBUCION DE FORMULARIOS DE INSCRIPCION Y HORARIO

○ Shisetsu keikakuka en el segundo piso de la Municipalidad de 8:30 a.m. á 5:00 p.m.

○ En sus extensiones de 9:00 hasta la 1:00 p.m.

※Sábados y domingos en la recepción del primer piso.

Sólo se aceptarán las inscripciones que hayan sido enviadas hasta el 15 de febrero (fecha de correo).

※ Ver el panfleto antes, hay un límite de ingreso anual para las inscripciones.

Informes en Tōkyō-to jūtaku kyōkyū kōsha boshū sentā (Excepto los sábados y domingos)

☎0570-010810 hasta el 10 de febrero (durante la distribución de los formularios), fuera de esas fechas llamar al ☎03-3498-8894/Hamura shi Shisetsu keikakuka kanzai kakari.

CULTURA Y EDUCACION (Bunka · kyōiku)

CLASE DE CULTURA Y TRADICION A NIÑO, ENUNCIADO DE LA CLASE DE IKEBANA PARA NIÑOS (Bunkachō, dentō bunka kodomo kyōshitsu ikebana kodomo kyōshitsu happyōkai)

Los alumnos que desde el mes de julio del año pasado estuvieron practicando presentarán una exhibición.

El día sábado 5 de febrero de 1:00 a 4:30 p.m. y el día domingo 6 de 10:00 a.m. a 4:00 p.m.

En el salón de exhibiciones del Yutorogi.

Informes en Hamura shi Ikebana sakurakai Takeda Yasuko ☎554-6964. Shōgai gakushūka shōgai gakushū kakari ☎570-0707.

REUNION ESPECIAL DE DRAMA Y MUSICA

(Tokubetsushien gakkū geki to ongaku no kai)

Dieciseis escuelas secundarias de la zona de Nishitama se reúnen y realizan teatro, coros, bailes, lecturas, etc. publicamente.

El 11 de febrero a partir de las 9:15 hasta las 4:00 p.m. (ingreso a partir de las 9:00a.m.)

En el hall principal del Yutorogi.

Informes la escuela secundaria No. 3 de Hamura ☎ 555-5131.

DESDE JUNTA DE MIEMBROS BIENESTAR SOCIAL

(Shakai fukushi kyōgikai kara)

BAZAR DE CONFRATERNIDAD DE BIENESTAR (Hamura fureai fukushi bazā)

El 27 de febrero a partir de las 10:00 a.m. hasta las 3:00 p.m.

Lugar: Centro de Bienestar. ※ Ir directamente al local.

■ COOPERACION CON DONACIONES (Bazā hin no kifu ni gokyōryoku wo)

Los artículos sin uso que estuvieran guardados en sus hogares, podrían ofrecerlos como donación para ser vendidos a precios cómodos.

El 16 de febrero 9:00 a.m. hasta las 4:00 p.m.

En el Fukushi sentā. Shakai fukushi kyōgikai☎554-0304.

DESDE EL HOSPITAL NACIONAL DE FUSSA

(Fussa byōin kumiai kara)

INICIA SERVICIO CONSULTORIO EXTERNO – EMBARAZADAS (Jōsan gairai no kaishi)

Para las personas gestantes y sus familiares. Con la finalidad de brindarles tranquilidad con los preparativos y seguridad en el momento del parto. Se cuenta con la colaboración de médicos ginecólogos y asistentes. Asista y haga uso del servicio.

Informes Kōritsu Fussa byōin ijika ☎551-1111.

AVISO DEL SISTEMA DIGITAL

(Chidejika e no oshirase)

■ El Ministerio de asuntos generales, administración doméstica, correos y telecomunicaciones comunica que las personas por razones económicas no pueden aún obtener la transmisión digital podrán obtener apoyo en una exención total del pago de transmisión NHK.

Se acogerán a este apoyo las personas que esten exoneradas de pago de impuesto.

Las familias que aún no han podido realizar los cambios para la transmisión digital, se ofrece un sintonizador gratis, más no así el cambio de antena.

En caso de presentar la solicitud hacerlo en el tercer piso Shomuka de la municipalidad.

Fecha límite para la presentación de la solicitud el 24 de julio.

※ Mayores detalles Sōmushō jideji chūna shien jisshi sentā (☎0570-023724).

Apoyo en una exención NHK hōsō jushinryō zengaku menjo setai (☎0570-033840)

■ Consulta gratis para la recepción de transmisión digital de superficie de suelo

Los hogares que deseen hacer consultas a cerca de la recepción de transmisión digital Chideji sapōtā solicitarlo por teléfono o enviando una la solicitud postal Dejisapō Tokio nishi ☎042-716-2525.

※La solicitud postal se distribuye en la municipalidad, en los anexos, Centro de Salud, Centro comunitario, Yutorogi, Centro deportivo, Centro de Natación, Centro de bienestar, Centro de bienestar agrícola, Ikoinosato, biblioteca, Museo Kyōdo, Oficina de servicio de agua.

■ Recepción demo y la antena. La recepción demo se viene realizando con la atena UHF pero solamente en grupos.

Para la inscripción llenar los datos necesarios en el formulario de solicitud y enviarlo por correo o por fax a Dejisapō Tokio nishi 〒 194-0022 Machida shi Morino 1-22-14 Odakyū city build Machida 7 kai. fax 042-728-0610

※ Los formularios para las inscripciones se distribuyen en los mismos lugares que la solicitud postal para consulta gratis para la recepción de transmisión digital de superficie de suelo.

Informes Dejisapō Tokio nishi ☎042-716-2525.

CENTRO DE NATACION

(Swimming center) ☎579-3210

SE BUSCA ALUMNOS PARA LA CLASES DE NATACION (Suiei kyōshitsu seito boshū)

■CLASE DE CORTA DURACION SUAVIDAD, FLUIDEZ DE LOS CHICOS (Tanki Suisui kid's)

El cursillo constará de cuatro clases que se dictarán todos los miércoles a partir del 2 hasta el 23 de marzo.

La clase para principiantes desde las 4:00 p.m. a 5:00 p.m. y la clase intermedia de 5:00 a 6:00 p.m. Capacidad para 40 estudiantes por grupo, el costo será de ¥ 2,000.

※ Las personas que tenga el gorro de Hamura S. C. tendrán ¥100 de descuento.

Las clases para principiantes tiene como objetivo que el alumno consiga hacer pataleos hasta 10 metros(A), nadar 12.5 metros al estilo croll(B). y para los intermedios poder nadar 25 metros al estilo croll(A) y llegar a nadar el estilo de espalda(B).

■CLASE DE NATACION DE CORTA DURACION PARA ESTUDIANTES DE PRIMARIA

Comprenderá 4 fechas desde el sábado 5 de marzo hasta el sábado 26 de marzo en la piscina del Centro de Natación.

Capacidad para 100 estudiantes. El costo ¥ 2500 incluye el total de las clases, ingreso a la piscina y seguro.

Estas clases se dictarán en dos horarios A)11:00 a.m. ~ 1:00 p.m. y B)a partir de 2:00 a 4:00 p.m.

Para principiantes pataleos con la cara en el agua hasta 10 metros e intentar nadar hasta 12.5 m. estilo croll.

Para el nivel intermedio e intentar lograr nadar hasta 25 m.estilo croll.

Para el nivel avanzado el objetivo es aprender otros métodos para nadar.

■CLASE DE NATACION DE CORTA DURACION PARA ADULTOS (Tanki otona suiē kyōshitsu)

El cursillo constará de cuatro clases los domingos a partir del 6 al 27 de marzo de 7:00 a 9:00 p.m. para los mayores de 16 años.

Capacidad para 40 personas.

El costo ¥3,500 incluye el total de las clases, ingreso a la piscina y seguro.

○ La clase básica para las personas que no consiguen meter la cara en el agua, que no sepan nadar, conseguir nadar al estilo croll hasta 12.5 m.

○ La clase de principiantes, para las personas que no sepan nadar; las personas inseguras en la manera de respirar al nadar estilo crol. Llegar a nadar hasta 25 ms.

○ Clase intermedia, estilo crol nadar en piscina de 25 m.a 50 m. y otros estilos.

○ Clase avanzada, perfeccionar los cuatro estilos al nadar.

Las inscripciones desde el día 2 al 19 de diciembre .

● Las inscripciones desde el 2 al 20 de febrero utilizando los formularios especiales que se distribuirán en el Centro Deportivo o en el Centro de Natación. Llenar los datos necesarios y enviarlo por correo o fax al Centro de Natación a 〒205-0011 Hamura shi Gonokami 319-3, fax 579-3212.

QUINTO CURSILLO DE CAMINATA EN EL AGUA (Dai gokai suichū uōkingu kōshūkai).

Presentación de diversas formas de caminar.

El 26 de febrero de 10:00 a.m. hasta las 10:50 a.m.

Podrán asistir las personas mayores de 16 años.

Capacidad para 30 personas por orden de llegada.

Costo ¥400 para los residentes, personas que trabajen en la ciudad. Y ¥600 para los que vienen de otras ciudades.

Llevar ropa de baño, gorro, toalla, etc.

Instructores NPO Hōjin Hamura shi taiiku kyōkai supotsu torēnā.

Dirigirse a la piscina.

Las inscripciones el mismo día a partir de las 9:00 hasta las 9:50 a.m.

MUSEO KYŌDO

(Kyōdo hakubutsukan) ☎558-2561

EXHIBICION DE LA FIESTA DE LAS NIÑAS (Kikakuten Hinaningyōten)

Es una exhibición que se realiza todos los años. La belleza de estas muñecas, inducen a protegerlas.

Será a partir del 1° de febrero al 6 de marzo desde las 9:00 a.m. hasta las 5:00 p.m.

Lugar: Esquina de exhibición, centro de aprendizaje, hall de orientación., antes casa de la familia Shimoda. Ingreso es libre.

※ Ir directamente al lugar.

CENTRO DEPORTIVO ☎555-0033

(Supotsu sentā)

TRIGESIMO TERCER CAMPEONATO DE SALTO DE LA SOGA (Dai sanjūsankai nawatobi taikai)

Será el 19 de febrero desde las 9:30 a.m. hasta el mediodía (La recepción desde las 9:15 a.m.)

En el hall No. 2 del centro. Podrán participar estudiantes, residentes y personas que trabajen en la ciudad.

Llevar soga para saltar, zapatillas para usar dentro del local.

※ Ir directamente al lugar.

※ Llevar zapatillas y ropa cómoda para hacer deporte.

● Grupo 1, Reconocimiento a todos los participantes en 9 categorías, se determinará de acuerdo a la cantidad de saltos.

● Grupo 2, Campeonato de campeones

① Un salto doble ②salto doble hacia atrás ③un salto doble

● Grupo 3 Campeonato recreativo. Se hará juegos con todos los participantes.

FRESHLAND NISHITAMA ☎570-2626

EXHIBICION DE OBRAS DEL FESTIVAL DE NIÑAS

La exposición se realizará desde el 8 de febrero hasta el 6 de marzo.

Mayor información dirigirse al Home page Freshland Nishitama.

CENTRO DE SALUD (Hoken sentā)

INFORMACION DE LA SALUD (Kenkō infomēshon)☎555-1111

LA INOCULACION DE LA VACUNA HIB A PARTIR DEL MARTES 1° DE FEBRERO (Nigatsu tsuitachi[kayōbi] kara Hib wakuchin no sesshuwa shinai kyōryoku iryō kikande)

A partir del primero de febrero esta vacunación podrá recibirla en todos los centros médicos de la ciudad.

● Las personas que hubieran recibido las vacunaciones en centros médicos de la ciudad fuera de la ciudad de Hamura durante el 1° de abril del 2010 al 31 de enero del 2011 deberán presentar los siguientes documentos en el Centro de salud.

O Recibo de pago expedido por el centro médico.

O Boshi techō (registro de las vacunaciones recibidas) o constancia de las vacunaciones.(original)

O Número de la cuenta de banco del solicitante (libreta de la cuenta para confirmar la identidad)

※ Para mayor información de los centros médicos de la ciudad dirigirse al home page o llamar.

PREVENCION VIRUS NORŌ DE LA GASTROENTERITIS INFECCIOSA (Norō uirusu ni yoru kansensei ichōen yobō wo)

El virus de la infección incluye diarrea, vómitos.

El saludo de manos, las vajillas de los alimentos, transmiten el contagio.

Para prevenir el contagio.

O Lavarse bien las manos con jabón y enjuagarse (durante 30 segundos), después de usar el baño, cambiar de pañales, antes de cocinar.

O Si se produjera vómitos, diarrea en el lugar abrir bien las ventanas al limpiar.

Usar guantes, mascarilla, mandil y deshecharlos después de usarse. Si se ensuciar el piso desinfectar el lugar, lavarse bien las manos con jabón y enjuagarse con agua.

O Cocinar bien las comidas especialmente si se tratara de alimentos crudos.

PAGINA DE LOS NIÑOS (Kodomo no page)

CENTRO DE RECREACION CHŪŌ (Chūo jidōkan) ☎554-4552.

CENTRO DE RECREACION HIGASHI (Higashi jidōkan) ☎570-7751.

CENTRO DE RECREACION NISHI (Nishi jidōkan) ☎554-7578.

BIBLIOTECA ☎554-2280.

“YUTOROGI”☎570-0707.

CENTRO DE RECREACION CHŪŌ (Chūo jidōkan)

OBSERVANDO EL UNIVERSO el 14 de febrero de 6:30 p.m. hasta las 7:30 p.m. desde estudiantes de primaria hasta las personas de 18 años de edad (estudiantes de primaria deberán estar acompañado de su padre o apoderado). Sin costo alguno.

※ En caso de mal tiempo se podría suspender.

※ El día de la actividad venir con ropa abrigadora.

CLASE DE COCINA PREPARANDO HAMBURGUESAS DELICIOSAS Y SALUDABLES Esta clase se dictará el día 20 de febrero desde las 10:00 a.m. hasta las 11:30 a.m.

En este curso podrán inscribirse 20 personas, desde estudiantes de primaria hasta personas de 18 años de edad. El costo será de ¥90 para ingredientes.

Los participantes deberán traer zapatos (uwabaki) para usar dentro del local, delantal, pañoleta para el cabello, toalla para las manos y bebida.

Las inscripciones a partir del día 5 hasta el 13 de febrero de 9:00 a.m. a 4:30 p.m. por teléfono o acercándose al Centro de Recreación.

CENTRO DE RECREACION HIGASHI (Higashi jidōkan)

CLASE DE JUGUETERIA ~BOTTORU RŌRĀ~ Se realizará el día 12 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.

Totalmente gratis.

※ Ir directamente al Centro de recreación.

CENTRO DE RECREACION NISHI (Nishi jidōkan)

FESTIVAL DE LOS NIÑOS OMOSHIRO WORLD Se llevará a cabo el día sábado 27 de febrero a partir de las 10:00 a.m. hasta las 3:00 p.m.

Habrá comida, juegos, trabajos manuales, etc. el costo del ticket de ¥100 (Limitado para 200 personas), la venta de los tickets desde el día sábado 5 hasta el domingo 20 de febrero.

※ El día anterior del festival el centro estará abierto al público hasta las 3:00 p.m.

※ El día del festival el centro estará abierto al público a partir de las 10:00 a.m. hasta las 3:00 p.m.

BIBLIOTECA

CUENTOS PARA NIÑOS EN EDAD PRE-ESCOLAR

Se presentará libro gigante de cuentos “Soriasobi”, será el 12 de febrero a partir de las 11:00 a.m.

CUENTOS PARA ESTUDIANTES DE PRIMARIA Se relatará y conversará “Torinomijii” será el 19 de febrero a partir de las 11:00 a.m.

※ La entrada es libre en ambas fechas.

YUTOROGI

PELICULAS PARA NIÑOS Se estarán proyectando el día 13 de febrero a partir de las 10:30 hasta las 11:30 a.m. las películas “Chibimarukochan [jishū jikan daisuki no maki]”, “Yukanna jūnin no kyōdai” (podría producirse cambios en el programa dependiendo del caso). La entrada será libre.

Ir directamente al centro.

TELEVISION "HAMURA" EN EL MES DE FEBRERO (Nigatsu terebi Hamura)

Las transmisiones de TV Hamura a través de Tama Cable Network (TCN) se realizan en tres horarios de jueves a miércoles todas las semanas en el Canal 21 (análogo) y el canal 055 (digital):

- ① 9:00a.m. a 9:30 a.m.
- ② 5:00 p.m. a 5:30 p.m.
- ③ 9:00p.m. a 9:30 p.m.

Todos días sábados:

- ① a partir de la 1:30 p.m. ② a partir de las a 5:00 p.m. ③ a partir de las 9:00 p.m.
- en el Canal 9 (análogo) y el canal 111 (digital).

La transmisión del día 20 cambiará el horario por el 45avo, Maratón de Ōme

- ① 9:00a.m → 8:30- a.m. ② 5:00 p.m → 4:30 p.m. ③ 9:00 p.m. → 11:30 p.m.

TOPIC

“ El 25avo.Festival jalando de la sogá” es un juego a nivel nacional, participan de dos grupos en dos, sus integrantes desde niños hasta adultos.

TEMA PARA LA SIGUIENTE TRASMISION

Festival musical de las escuelas primarias y secundarias de Hamura; temas: las estaciones, etc.

INFORMES

Con el encargado en Kōhō kōchoka kōhōka.

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS (Nigatsu zenhan no kyūjitsu no 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.	
6	Do	YOKOTA CLINIC	554-8580	HĒJITSU YAKAN KYŪKAN CENTER	555-9999	FUKUTOME SHIKA IIN	555-7064
11	Vi	SAKAECHŌ SHINRYŌJO	555-8233	NANOHANA CLINIC (MIZUHO MACHI)	557-7995	HEIZŌ SHIKA IIN	554-0066
13	Do	YAMAKAWA IIN	554-3111	FUSSA SHI HOKEN CENTER	552-0099	HONDA SHIKA IIN	554-5902

※El día 11 se celebra “Día de la Fundación Nacional”

※ El horario de atención de cada centro médico podría ser diferente, favor cerciorarse antes.

※ Tokio To Iryōkikan Annai Service (Himawari) (en japonés) las 24 horas del día ☎03-5272-0303.

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.**