

NOTICIAS DE HAMURA

Publicado por la Ciudad de Hamura

Edición en Español

Redacción: Sección de Información Pública (Kōhōkōchoka)

〒205-8601 Tōkyō-to, Hamura-shi, Midorigaoka 5-2-1

15 de Marzo de 2014

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

Preparado por el grupo "Latinos al día"

Email: s102000@city.hamura.tokyo.jp

Distribución Gratuita

FESTIVAL DE LAS FLORES Y AGUA 2014 EN HAMURA 27 DE MARZO ~ 27 DE ABRIL

(Hamura Hana to Mizu no Matsuri 2014. Kikan Sangatsu nijūshichinichi ~ shigatsu nijūshichinichi)

Informes: Hamura shi Kankōkyōkai (Hamura Shiyakusho Nishibunshitsunai). ☎555-9667/
Sangyōka Shōkō Kankō kakari, anexo 658.

PRIMERA ETAPA

FESTIVAL DE LOS CEREZOS (Zenki Sakura Matsuri).

El resplandor del río Tamagawa, el color natural del cerezo al florecer, por otro el tulipán son señales del inicio de la primavera.

El festival se realizará desde el día jueves 27 de marzo hasta el domingo 13 de abril, a partir de las 10:00 a.m. hasta las 8:30 p.m. en los alrededores bajo el puente (Hamura Zekishūhen) y otros lugares en la ciudad. Tendrán oportunidad de apreciar la hermosura de los cerezos que son aproximadamente 200 árboles, asimismo el río Tamagawa y el paisaje maravilloso en primavera.

Habrán puestos de ventas en donde encontrarán galletas de arroz (karuta senbei), agua de Hamura (Mizu Hamura) en los envases plásticos, tarjetas postales, etc.

* Las luces iluminarán el lugar a partir de las 6:00 p.m. hasta las 9:30 p.m.

❖ CEREMONIA DE INICIO (Opening Ceremony).

El sábado 29 de marzo, a partir de las 2:00 p.m., delante de la estatua de los hermanos Tamagawa.

❖ PRESENTACION DEL ARPA JAPONES (Taishōgoto ensō).

El domingo 30 de marzo, a partir de las 10:00 a.m., delante de la estatua de los hermanos Tamagawa.

❖ LOS PIES EN AGUA CALIENTE (Ashiyu).

Los días viernes y sábado durante el Festival del Cerezo, desde las 10:00 a.m. hasta las 4:00 p.m.

Lugar: Tamagawa Jōsui Yūhodō tokusetsu tento (cerca del puente Hamura).

❖ AUTOMOVILES HINO S.A (Hino Jidōsha Kabushikigaisha).

FESTIVAL DE CEREZOS DE LA PLANTA DE HAMURA (Hamura Kōjō Sakura Matsuri).

Habrán presentación de personajes, camiones, carros de bomberos en exhibición y oportunidad de subir a los vehículos. El Sábado 5 de abril, desde las 10:00 a.m. hasta las 3:00 p.m.

Lugar: Hino Jidōsha Hamura Kōjō.

❖ ENTRADA LIBRE AL PARQUE ZOOLOGICO (Dōbutsukōen Muryō Kaihō).

El domingo 6 de abril, de 9:00 a.m. a 4:30 p.m. visiten el parque zoológico de la ciudad y podrán contemplar el florecimiento de los cerezos en los árboles que forman un túnel de más de 100 m. de largo.

❖ FESTIVAL DE PRIMAVERA DE LOS TEMPLOS EN LA CIUDAD (Shinai jinjya no Haru Matsuri).

Sábado 12 de abril: "Víspera del Festival" (Yoimatsuri).

Domingo 13 de abril: "Día del Festival" (Honmatsuri).

❖ TIRA DEL CARRO FESTIVO (Dashi no Hikiawase).

Sábado 12 de abril, a partir de las 3:00 p.m., en la salida oeste de la estación de Hamura.

❖ SALIDA DEL CARRO FESTIVO ATRAVEZANDO EL RIO DEL TEMPLO "YAKUMO" (Yakumojinjyano Mikoshino Kawaire).

El domingo 13 de abril, a partir de las 11:00 a.m. en Hamura Sekishita.

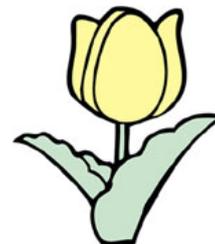
SEGUNDA ETAPA

FESTIVAL DE LOS TULIPANES (Kōki. Chūrippu Matsuri).

Habrán más de 30 tipos diferentes de tulipanes y aproximadamente 400 mil flores. En el campo de tulipanes tendrán un panorama bellissimo para contemplar. Habrán puestos de ventas en donde encontrarán regalos de turismo.

Fecha y hora: desde el día jueves 10 ~ domingo 27 de abril, de 10:00 a.m. ~5:00 p.m.

Lugar: Negaramimae Suiden.



❖MOLINO DE AGUA EN MINIATURA (Miniature suisha no tenji).

Durante el tiempo que dure el festival se podrá ver funcionando el molino, además de la exhibición del molino hecho de 2 ruedas.

EVENTOS ESPECIALES (Tokubetsu event).

❖Se podrá transitar por la entrada N^o1 del dique de succión Hamura (Hamura Shusuiseki dai ichi suimon wo tsūkō dekimasu).

Fecha y hora: Los días sábado 29 y domingo 30 de marzo, sábado 5, domingo 6, sábado 12 y domingo 13 de abril, de 10:00 a.m.~ 4:00 p.m.

PRECAUCIONES:

Seguridad al transitar para las personas que visitaran Hamura seki. No detenerse y transitar rápidamente.

❖Campaña de apoyo de restablecimiento a la zona de Fukushima.

Con el fin de brindar asistencia al restablecimiento de la prefectura de Fukushima, se estarán vendiendo productos originales de la zona.

Lugar del Festival de Cerezos: Los días sábado 5 y domingo 6 de abril, a partir de las 10:00 a.m. ~

Lugar del Festival de Tulipanes: Los días sábado 12 y domingo 13 de abril, a partir de 10:00 a.m. ~

* Si se agotaran los productos se dará por terminado ese día.

CAPITANA ANIMADORA HAMURA (LIFRIENDS) • HAMURIN

El sábado 19 de abril, de 11:00 a.m. ~ 1:00 p.m.

Lugar: sitio del Festival de Tulipanes.

FLAMEANDO EN EL FIRMAMENTO (Koinoborikazari).

El sábado 19 de abril y domingo 20, de 10:00 a.m. ~ 5:00 p.m.

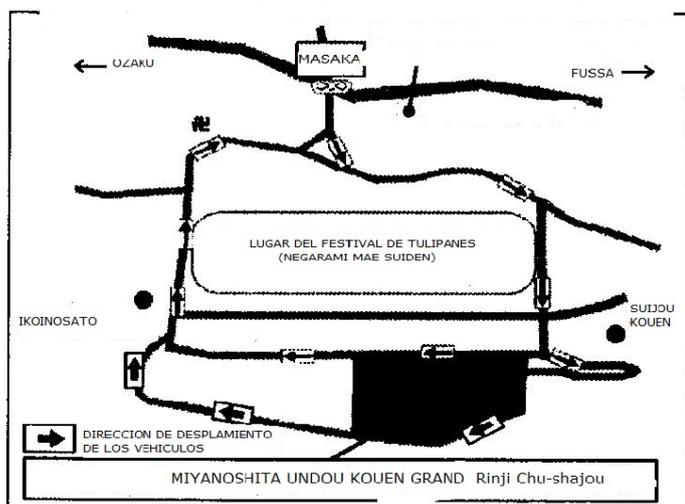
Lugar: Miyanoshita undōkōen.



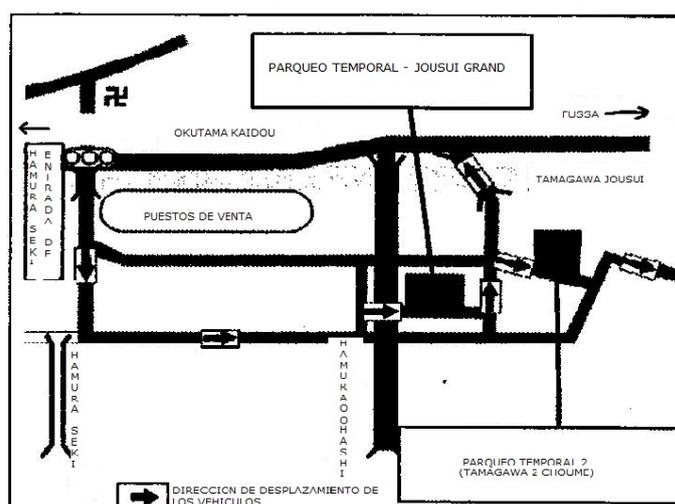
MEDIDAS DE TRANSITO CELEBRACION DEL FESTIVAL DE FLORES Y AGUA DE HAMURA (Hamura Hanatomizuno Matsuri Kaisai Kikanchū no Kōtsūshudan).

USO DEL PARQUEO (Chushajō no riyō ni tsuite) . El parqueo temporal, para estacionamiento de autos.

PARQUEO TEMPORAL EN EL FESTIVAL DE LOS TULIPANES. DEL 10 AL 27 DE ABRIL DE 9:00 A.M. A 5:00 P.M.



PARQUEO TEMPORAL EN EL FESTIVAL DE LOS CEREZOS. DESDE EL 27 DE MARZO AL 13 DE ABRIL DE 9:00 A.M. A 5:00 P.M.



* Por la conservación del medio ambiente se cobrará ¥500 por automóvil.* el parqueo de autos será limitado.

■ **SERVICIO RAPIDO DE OKUTAMA EN DIAS FERIADOS (LINEA DE TREN DE ŌME) PARADAS ESPECIALES –(Jr.Chūōsen chokutsu [Holiday Kaisoku Okutamagō] Rinjiteisha).**

Los días sábado 29 de marzo, domingo 30, sábado 5, domingo 6, 12, domingo 13, sábado 19, domingo 20, sábado 26 y 27 de abril los trenes con dirección a Okutama harán paradas en la estación de Hamura.

■ **OMNIBUS COMUNITARIO HAMURAN CAMBIO DE PARADEROS (Community bus Hamuran Basutei no Henkō).** Durante el tiempo que dure el Festival de Tulipanes, los días sábado y domingo se suspenderá el recorrido del ómnibus Hamurán en el tramo del cruce de la Avenida Okutama (Okutamakaidō Mazakakōsaten) hasta la Casa de reposo Ikoinosato.

Los ómnibuses no se detendrán en los paraderos de Ippōin e Ikoinosato. El paradero provisional será al lado oeste de Tamagawa Jinja.

Para mayor información Bōsai Anzenka Kōtsū Bōhan kakari, anexo 216.

■ **OMNIBUS GRATUITO NO CIRCULARA (Muryō shuttle bus wa Hamuran bustei no henkō).**

Favor de utilizar el ómnibus comunitario Hamurán.

SE REALIZA CON LA COOPERACION DE TODOS USTEDES

(Minasan no kyouryoku de okonawarete imasu)

Se busca voluntarios para poder cooperar en la gestión de los eventos “Concurso de las flores” y “Sistema de propietario de los tulipanes” con los ejecutivos de voluntariado y asociación de turismo.

SE BUSCA PROPIETARIOS PARA LOS TULIPANES

Si se hace propietarios de tulipanes la próxima primavera podrán ver florecer sus propios tulipanes.

El precio para persona en general es desde ¥500. Para organizaciones, grupos desde ¥ 10,000.

Inscripción e informes: Asociación de Turismo ☎555-9667.

UN INSTANTE EN LA PRIMAVERA DE HAMURA

(Hamura no haru no isshun wo kiritote....)

Convocatoria general al “Concurso de fotografía”. Tema “Festival del agua Y de la flor de Hamura 2014” paisaje de los cerezos, tulipanes, acontecimientos del festival, paisajes de la fiesta de los santuarios.

Normas: - Impresión digital, impresión a color (síntesis y fotos pegadas no se aceptarán).

- Medidas 254mm x 305 mm.

Informes: Asociación de Turismo (Kankō Kyōkai) ☎555-9667.

PASEANDO POR LOS CAMINOS DE CEREZOS DEL RIO TAMA-DESTILERIA

(Eki kara hiking ~ Tamagawa yume no sakurakaido to Tokyo no dukurisakaya wo meguru ~)

Paseo por el río Tama partiendo de la estación JR Hamura, mientras una visita a la destilería de Fussa, nuestro objetivo Jr estación Haijima. No desearía pasear admirando las flores del cerezo, recibiendo el sol primaveral?

Fecha y hora: Se realizará el 4 de abril, a partir de las 9:30 a.m. (Previa inscripción).

Inscripción e informes: Desde el 14 de marzo ~ 1 de abril en JR Higashi Nihon (Eki kara hiking) por teléfono o de la página web.(número del recorrido 03401). ☎03-5719-3777.

¡La ciudad de Hamura insita a disfrutar al mismo tiempo!

La Oficina de Turismo Hamura ofrece sus artículos selectos. Por favor venga a visitarnos antes de la partida, el día 4 de abril a partir de las 9:00 a.m. Hamura Kankō Annaijo (Salida oeste de la estación).

Informes: Hamura shi Shōgyō Kyōdō Kumiai ☎555-5421. Sangyōka Shōkōkankō kakari, anexo 658.

CAMINATA DE LAS CUATRO ESTACIONES “II”

(Shiki no walk II) Asukayama kōen ~ Sugamo he)

Caminata II de las cuatro estaciones, desde el Parque Asukayama hasta Sugamo.

(「Shikinowōku “II”」Asukayamakoen ~ Sugamo).

Esta caminata se realizará el día 29 de marzo de 9:00 a.m. hasta el mediodía (en caso de mal tiempo se suspendería la actividad, si hubiera llovizna se realizaría).

Partiendo del famoso parque Asukayama por sus flores de cerezo, recorriendo por el antiguo jardín Kyu-Furukawa y el cementerio Somei se caminará hasta Sugamo aproximadamente 5.5 kilómetros. Después de terminar el recorrido podrán disfrutar de las compras en el Centro Comercial Sugamo Jizo Street (gastos a cargo de cada uno).

La reunión y recepción de los participantes será el mismo día desde las 9:00 a.m. a 9:15 a.m. en la plazuela del Parque Asukayama.

Estación más cercana al parque Asukayama.

① Estación Ōji línea Tōkyō Metro Nanboku, salida 1.

② Salida principal línea Keihin Tōhoku.

* Ir directamente al lugar de reunión.

* En la puerta de revisión de los billetes de las estaciones de Ozaku y Hamura estará un directivo.

* El boleto de tren desde la estación de Ozaku y Hamura cuesta ¥880.

Podrán asistir desde alumnos de primaria acompañados de una persona mayor de 16 años. Tanto los gastos de pasajes de trenes de ida y regreso, almuerzo, etc. será por cuenta de cada participante. Se deberá llevar teléfono celular (los que tengan), impermeable, bebida, copia de la tarjeta del seguro de salud, etc. El costo por participación es de 300 yenes (incluye seguro).

El número de teléfono para cualquier comunicación ese día es el 080-4325-1295 (desde las 7:00 a.m. hasta que se termine la caminata). Informes: En el Centro Deportivo ☎555-0033.

MUSEO KYŌDO

EXPOSICION DE MEMORIAS Y FOTOGRAFIAS DE HAMURA DE ANTES Y ACTUALES

(Kikakuten Hamura no omoide~ konjaku shashinten)

Fotos como la industria, la cultura y lugares de interés, apreciaremos el pasado y presente de Hamura.

En el museo podrán ver la figura de Hamura y los cambios que ha tenido con los tiempos.

Fecha y hora: 29 de marzo ~ 29 de junio, de 9:00 a.m. ~ 6:00 p.m. (29 y 30 de marzo hasta las 5:00 p.m.)

El lunes 5 de mayo, el museo abrirá para atención al público.

Lugar: Kikakuten corner Orientation hall. Entrada: libre.

Informes: Museo Kyōdo ☎558-2561.

MEDIDAS DE LA CIUDAD CONTRA LAS FUERTES NEVADAS

(Ooyuki ni taisuru shi no taisaku)

Las dos fuertes nevadas registradas el 8 y 14 de febrero, ocasionó suspensión de los negocios, los servicios de transporte públicos suspendido, los ómnibuses, Hamura, el servicio de tren suspendido.

Según informe de la Policía de Fussa, en la nevada hubieron 3 lesionados, 30 accidentes de tránsito con daños de propiedad, el cierre de caminos debido a caída de árboles y el tráfico en la ciudad. Además en parte de algunas zonas hubo corte de servicio de luz.

Afectados por la nevada podrán realizar consultas:

Si fue afectada su vivienda, en Kazēka Shisanzē kakari, anexo 158.

Si fueron afectados sus bienes del hogar y cochera, en Bōsai Anzenka Bōsai kakari, anexo 207.

Disminución impuesto de la basura de gran tamaño, Sēkatsu Kankyōka Sēkatsu Kankyō kakari, anexo 205.

NO OLVIDE REALIZAR EL TRAMITE DE DECLARACION DEL SEGURO NACIONAL DE SALUD (Kokumin Kenkō Hoken todokede · Tetsuzuki wo wasurezuni!)

Llegó la temporada de las mudanzas, traslados desde otras ciudades y a otras ciudades.

Si se presentara cualquiera de los casos que se indicarán más adelante será necesario realizar el trámite en la municipalidad, dentro de los 14 días de producirse el cambio.

HORARIO DE RECEPCION (EXCEPTO LOS DIAS FERIADOS).

○ De lunes a viernes: de 8:30 a.m. ~ 5:00 p.m. (excepto días feriados).

○ Días sábados y domingos: de 8:30 a.m. ~ 11:45 a.m. y de 1:00 p.m. ~ 5:00 p.m.

LUGAR DE RECEPCION

Sección del Ciudadano-encargado de Seguros en el primer piso de la municipalidad.

PRECAUCIONES

- Si no hubiera motivo especial y se atrazara en realizar el trámite, en caso hubieran gastos médicos deberán ser pagado por el interesado. Si fuera a retrazarse en el trámite contactarse de inmediato.
- La tarjeta de seguro de salud será enviada por correo.

En caso de efectuar el recojo personalmente, presentar un documento de identidad que tenga fotografía (licencia de conducir, pasaporte, etc.) expedido por una entidad gubernamental.

Informes: Sección del Ciudadano encargado de Seguro (Shiminka Hoken kakari, anexo 128).

EN ESTOS CASOS		NECESITA TRAER
INGRESO AL SEGURO NACIONAL DE SALUD	Si llegara de otra ciudad, distrito, etc.	Sello, y certificado de salida o mudanza.
	Si renunciara a otro tipo de seguro de salud.	Sello y certificado de retiro del seguro de salud.
	Si dejara de recibir ayuda de subsistencia de la ciudad.	Sello personal, el aviso de derogación de la ayuda de subsistencia de la ciudad.
	Por el nacimiento de un hijo.	Sello personal, tarjeta del seguro de salud, libreta materno infantil (boshitechō).
RETIRO DEL SEGURO NACIONAL DE SALUD	Si se trasladara a otra ciudad, etc.	Sello personal y tarjeta del seguro de salud.
	Si ingresara a otro seguro social de salud.	Sello personal, tarjeta del seguro nacional de salud u otra tarjeta de salud que ingresara.
	En caso de fallecimiento.	El sello personal, tarjeta del seguro de salud y el certificado de defunción.
OTROS CASOS	Si cambiara de domicilio, el jefe de familia o de nombre.	Tarjeta del seguro de salud.
	Si determinara cambiar de domicilio por motivo de estudios.	Sello personal, tarjeta del seguro de salud, constancia de estudiante.
	Si perdiera o se deteriorara la tarjeta del seguro de salud.	Sello personal, tarjeta de seguro de salud deteriorada, documento de identidad (con fotografía y expedido por una entidad gubernamental).

COOPEREMOS! RECOLECCION DE DIENTES POSTIZOS INSERVIBLES

(Fuyōireba no kaishū ni gokyōryoku wo)

En la ciudad se han colocado cajas de recolección para dientes postizos inservibles.

NPO Hōjin Nihon Ireba Recycle Kyōkai reciclan los dientes postizos inservibles se ha utilizado una parte para actividades del Centro de Bienestar, Nihon Unicef Kyōkai y donaciones. Se recolectarán dientes postizos que tengan metal.

Forma de recolección: ① Limpiarlo, pasarlo por agua caliente utilizar detergente para dientes (para desinfección). ② Envolverlo en papel periódico, de revista y colocarlo en bolsa plástica. ③ Meterlo en la caja de recolección con la bolsa.

Lugares donde están colocadas las cajas de recolección: en el lobby en el primer piso de la municipalidad, Centro de Salud, Ikoinosato, Shakai Fukushi Kyogikai (en el Centro de Bienestar Social).

Informes: Shakai Fukushika Shōmu kakari, anexo 116.

NOTICIAS DE APOYO A LA CRIANZA DE NIÑOS

(Kosodate ōen news)

FAVOR HACER USO DEL CENTRO DE APOYO DE FAMILIAR (Family Support Center no riyōwo)

La ciudad de Hamura brinda ayuda a los padres, cuidando a los niños pequeños desde los seis meses hasta estudiantes del tercer año de primaria si fuera necesario. Por ejemplo, si no llegara en hora a la guardería a recoger a su hijo por hacer horas extras en el centro de trabajo, etc.

Tarifa: De lunes a sábado de 9:00 a.m. a 5:00 p.m. ¥ 700, fuera de esas horas, domingos y feriados ¥850.

Informes e inscripciones: Por teléfono a Family Support Center (Shakai Fukushi Kyōgikai) ☎554-0304.

OTROS Si necesitara que cuidaran a su hijo en forma temporal, hacer la consulta al Centro de Apoyo de Asistencia para el Niño y la Familia (Kodomo Katei Shien sentā) ☎578-2882.

SE ABRE LA INSCRIPCION PARA PERTENECER AL GRUPO KIRAKIRA

(「Kirakira Hiroba」 otomodachi boshū)

Es el lugar en el que los niños en edad preescolar pueden venir a jugar.

Período: Mayo 2014 ~ febrero 2015.

Lugar y hora: Centro de Recreación Higashi (martes), Centro de Recreación Nishi (viernes) y en el Centro de Recreación Chuō (martes). En cada Centro, a partir de las 10:30 a.m. (una hora aproximadamente).

Requisitos: Residentes en la ciudad de Hamura. Y que tengan más de 2 años de edad al 2 de abril del 2014, con sus padres.

Límite de asistentes: Cada Centro, 20 grupos. Se realizará un sorteo si supera el límite de asistentes.

Cuota anual: ¥5,000. Repartición del programa: Viernes 14 de marzo, a partir de las 9:00 a.m. ~

Inscripciones: 1 de abril, a partir de las 9:00 a.m. ~ hasta el mediodía del 14 de abril.

Grupo: consta de uno de los padres con el niño.

Sorteo y reunión para la respectiva explicación: Después de celebrarse el sorteo, solicitamos que asistan sin falta a las reuniones explicativas. * En todos los Centros, a partir de las 10:30 a.m. ~

★Centro de recreación Nishi: 18 de abril (viernes).

★Centro de recreación Higashi: 22 de abril (martes).

★Centro de recreación Chūo: 22 de abril (martes).

Informes: Para mayor información comuníquese con el centro de recreación respectivo: Centro de recreación Chūo 554-4552/ Centro de recreación Nishi 554-7578/ Centro de recreación Higashi 570-7751.

CENTRO DEPORTIVO ☎555-0033
PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO EN EL CENTRO DEPORTIVO
(Supōtsu sentā torēningu puroguramu)

Horario: El Centro deportivo estará abierto desde las 9:00 a.m. hasta las 9:45 p.m. (se puede ingresar hasta las 9:00 p.m.)

Tarifa: Para los residentes o personas que trabajan en la ciudad de Hamura es ¥100 adultos y estudiantes desecundaria ¥50. Para residentes de otras ciudades ¥150 adultos y estudiantes de secundaria ¥70.

Los estudiantes de secundaria pueden participar en cualquiera de los programas (a partir de las 7:00p.m. deberán estar acompañados de una persona mayor de 16 años).

Programa de entrenamiento

Días	Mañanas		Tardes	Noches
Martes	Aeróbico principiantes 9:45~10:45a.m. Límite: 70 personas. ★★★★☆	Aeróbico N°2 11:00 a.m. ~ mediodía. Límite: 60 personas. ★★★★☆	-	Circuitos de step 7:00 ~ 8:00p.m. (30 personas) ★★★★☆
Miércoles	Ejercicios para la salud. 10:00~11:20 a.m. No hay límite en el número de personas ★★★★☆		Step N° 1 2:00~3:00 p.m. (30 personas) ★★★★☆	Aeróbico N°1 7:00 ~ 8:00p.m. (60 personas) ★★★★☆
Jueves	Primeros pasos & métodos formar el cuerpo 9:45~10:45a.m. Límite: 30 personas ★★★★☆	Step N° 2 11:00a.m.~mediodía. Límite: 25 personas ★★★★☆	-	-
Viernes	Ejercicios para la salud 10:00~11:20 a.m. No hay límite en el número de personas ★★★★☆		-	-
Sábado	Primeros pasos& Aeróbicos 9:45~10:45a.m. Límite: 70 personas ★★★★☆	Aeróbico N°1 11:00 a.m.~mediodía. Límite: 60 personas ★★★★☆	Aeróbico N°2 2:00 ~ 3:00p.m. (60 personas) ★★★★☆	-
Domingo	Ejercicios para la salud 10:00~11:20 a.m. No hay límite en el número de personas ★★★★☆		Aeróbico N°3 2:00 ~ 3:00 p.m. (60 personas). ★★★★★	-

★ símbolo que indica la cantidad de energía del ejercicio, a mayor cantidad de ★ requerirá mayor resistencia física. Cinco minutos después de iniciada la clase no se podrá ingresar. Los días martes, jueves y sábados no se podrá tomar dos clases consecutivas.

Precauciones:

- Comprar el boleto para ingresar el mismo día, llevar ropa cómoda y dirigirse al gimnasio.
- Llevar zapatillas para usar dentro del local (No se permitirá el ingreso en caso de olvido).
- Es necesario comprar el boleto para el ingreso para cada programa, para el uso del gimnasio.

*Si hubiera algún otro punto dirigirse al home page de NPO Hōjin Hamura shi Taiiku kyōkai o en los informativos de la sala de entrenamientos.

Informes: NPO Hōjin Hamura shi Taiiku Kyōkai Jimukyoku ☎555-1698.

Distribución de la Libreta de caminata (Aruitechō (heisei 26 nendoban) no haifu)

La caminata es un ejercicio para la salud que podemos hacer todos. La libreta de caminatas, en donde podrá anotar los pasos, distancias realizadas durante un día, serán distribuidos en forma gratuita a partir del 18 de marzo en el Centro Deportivo, a todos los residentes y trabajadores en la Ciudad.

CENTRO DE NATACION
(Swimingu Sentā) ☎579-3210

Curso experimental Renkō por un día en el Suijō Kōen! (Suijō Kōen de Kaisai! 1Nichi Gentei Renkō Taiken Kyōshitsu)

No desean experimentar de un día de Renkō, ejercicio chino con movimientos lentos que dan alivio al cuerpo y la mente?

Fecha y hora: Domingo 23 de marzo, a partir de las 10:30 a.m. ~ 11:30 a.m. (en caso de lluvia se trasladará al domingo 30 de marzo).

Lugar: Piscina abierta (Suijō Kōen) Dirigido: mayores de 16 años. Participantes: Primeras 30 personas
Costo: ¥500 (favor de pagar el mismo día) Traer: ropa cómoda, bebida, toalla, y ¥500.

Inscripciones: Sábado 15 de marzo ~ 22 de marzo. Enviando la hoja de inscripción completa por fax: 579-3212 ó directamente en el Centro de Natación. *La hoja de inscripción se distribuyen en el Centro.

CLASES DE ACUABICS ABRIL Y MAYO (Acuabics 「Suichu aerobics」).

No sabe nadar? No hay problema! Venga y disfrute realizando ejercicios en el agua!

Fecha y hora: Desde el 10 de abril ~ 29 de mayo (todos los jueves), a partir de las 3:00 p.m. ~ 3:50 p.m.

Dirigido: mayores de 16 años. Capacidad: 35 personas (por orden de llegada).

Costo: Residentes y trabajadores en Hamura: ¥400 Externos: ¥600 (incluyen seguro y entrada).

Inscripción: el mismo día en la recepción de la piscina de 1:50 ~ 2:50 p.m. Traer: ropa de baño, gorro, toalla.

CENTRO DE SALUD
(Hoken Sentā) ☎555-1111, anexo 627.

CURSILLO: COMIDA BALANCEADA (Kenkō ryōri kōshūkai)

3 trucos para comer y adelgazar. ~ control del peso~

La dieta no consiste en reducir el alimento, ya que la falta de energía hace que el cuerpo sea más fácil de engordar. Comamos bien lo necesario para que el cuerpo pueda “quemar las calorías”!

Fecha y hora: Día 11 de abril, a partir de las 9:30 a.m. ~ 00:30 p.m. Lugar: Centro de Salud

Costo: ¥300 (ingredientes) Traer: pañoleta, delantal, material para tomar apuntes, libreta sanitaria los que lo posean (kenkō techō). Participantes: 30 personas (por orden de llegada)

Consultas e informes: a partir del 17 de marzo, telefónicamente o directamente en el Centro de Salud.

CRIANZA (Kosodate) “Hello Akachan Class”

Fecha y hora: Día 19 de abril ①10:00~mediodía ②2:00 p.m.~4:00 p.m. *Elegir 1 o 2 en la solicitud.

Lugar: Centro de Salud. Dirigido: Residentes embarazadas y sus familiares. (puede participar sola también).

Participantes: 15 grupos por turno. (en orden de llegada)

Traer: Libreta de salud maternal (boshi kenkō techō), Chichioya handbook, útiles para tomar apuntes.

Tema: Cómo bañar al bebe, cambio de pañales, preparación de la leche, etc.

Inscripción: anticipadamente por teléfono ó directamente en el Centro de Salud. ☎555-1111. Anexo 626.

Programa de Salud e Higiene 2014 (Heisei 26 nendo Hoken eisei jigyo nitteihyo, Nyūyōji ban · Seijin ban)

Se ha distribuido el Programa de Salud e Higiene 2014 junto con el Boletín de Hamura, edición en japonés Nro. 15 de marzo. En dicho programa podrá ver el control de salud y las vacunas preventivas para el niño y el cronograma de los exámenes médicos para mayores.

Consultas: Centro de Salud, anexo 624.

FORMAS DE SACAR LA BASURA EN LA MUDANZA

(Hikkosu tokino gomi dashi kata) .

Marzo y abril es el período de mayor mudanza.

Deseamos utilizar las cosas por un largo tiempo, pero durante la mudanza, muchas veces nos vemos obligados a desechar algunas de ellas. En ese caso, saben cómo se deben clasificar la basura?

En caso de no saber cómo clasificarla, consultar con el encargado de la sección de Medio Ambiente (Seikatsu Kankyōka, Seikatsu Kankyō kakari). *Favor de tirar la basura en forma programada, de a poco.

Informes: Seikatsu Kankyōka Seikatsu Kankyō kakari. Anexo 205.

Artículo	Material · Tamaño		Clasificación	Formas de tirar la basura
Producto de iluminación	Producto	Hasta 50 cm	Basura no incinerable	bolsas estipulada por la Ciudad (amarilla)
		Más de 50 cm	Basura de gran tamaño	Recolección a domicilio/Llevar al centro.
	Tubo fluorescente,		Basura Tóxicas	En recipiente, bolsas transparentes o (semi)
	Bombilla		Basura no incinerable	En bolsas estipulada por la Ciudad (amarilla)
Cajas de ropa, Cómoda, estantes	Hasta 50cm	Productos metálicos	Objetos metálicos	En recipiente, bolsas transparentes o (semi)
		Productos plásticos	Plásticos rígidos	En recipiente, bolsas transparentes o (semi)
		Productos de madera	Basura incinerable	Bolsas estipuladas por la Ciudad (azul)
	Más de 50 cm		Basura Gran Tamaño	Recolección a domicilio/Llevar al centro.
Cortinas, frazadas, sábanas	Tela, fibra sintética		Telas y fibras sintéticas viejas. (Basura Reciclable A)	Atar con un hilo
Vajillas	Vajillas de barro, vidrio		Basura no incinerable	En bolsas estipulada por la Ciudad (amarilla)
Cintas de Video CD/DVD	Cintas, disco, caja de cd		Basura incinerable	Bolsas estipuladas por la Ciudad (azul)
	Cajas duras		Plásticos rígidos	En recipiente, bolsas transparentes o (semi)
Calzado	Producto de cuero, fibra sintética		Basura incinerable	Bolsas estipuladas por la Ciudad (azul)
Colchoneta (futon)	Más de 50cm		Basura de Gran Tamaño	Recolección a domicilio/Llevar al centro.
Juguetes	Hasta 50cm	Productos de madera, plástico blanco	Basura incinerable	Bolsas estipuladas por la Ciudad (azul)
		Plásticos duros	Plásticos rígidos	En recipiente, bolsas transparentes o (semi)
		Producto de material combinado	Basura no incinerable	En bolsas estipulada por la Ciudad (amarilla)
	Más de 50cm		Basura Gran Tamaño	Recolección a domicilio/Llevar al centro.

Productos eléctricos determinados. Cómo desechar [TV (tubo de rayos catódicos, cristal líquido, plasma), heladeras, congeladoras, lavaropas, secadora de ropa, aire acondicionado] y computadoras.

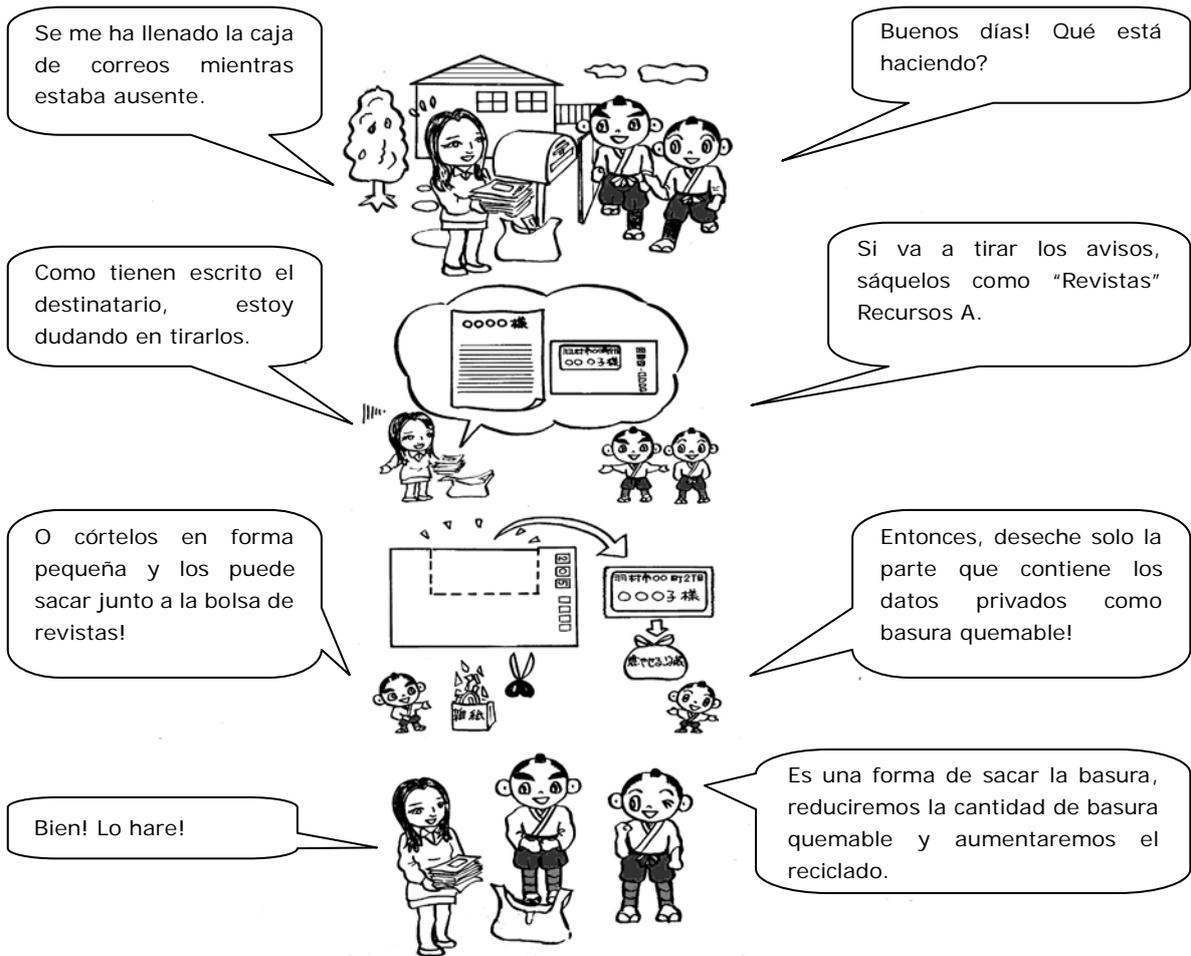
Favor ver las instrucciones para su desecho en la "Guía de Reciclado de Recursos de la Ciudad de Hamura, edición en español" pág 31 ~ 32 (Reciclado de electrodomésticos y computadoras)

Distribución del Calendario de recolección de basura

Se ha distribuido el Calendario de recolección de basura junto con el Boletín de Hamura, edición en japonés (15 de marzo). En la frente del Calendario corresponde a los meses de abril a septiembre y el reverso a los meses de octubre a marzo del 2015. Favor tomar cuidado.

Consultas: Seikatsu Kankyōka Seikatsu Kankyō kakari. Anexo 205.

TAMAGAWA KYODAI (Tsūchi wa dō suteruno? no maki)



SERIE: MEDIDAS CONTRA EL CALENTAMIENTO GLOBAL

¡Debemos comenzar ahora! (Shirizu Chikyū Ondanka Taisaku)

N° 8 La Tierra y la economía familiar felices con Eco drive

Contactarse: Sección Protección del Medio Ambiente, encargado Protección del Medio Ambiente, anexo 226.

Eco: Cuando salimos en familia, utilizamos el auto. Hay algo ecológico que podamos realizar?

Cool Sensei: Si tomamos cuidado en la forma de conducir, podremos reducir el dióxido de carbono, causante del gas que ensucia la atmósfera.

➤ Eco Drive 10 recomendaciones ◀◀

- Utilicemos el freno (desacelerar con tiempo)
- Uso del aire acondicionado en forma moderada
- Acelerar en forma gradual.
- Calentamiento del motor en forma apropiada.
- Conduzcamos en forma económica, chequeando previamente las rutas y evitando embotellamientos.
- Sólo llevemos las cosas necesarias.
- Paremos el motor, no dejar encendido sin necesidad.
- No estacionar en lugares no debidos, evitaremos congestión.
- Chequear periódicamente la presión del aire de las llantas.
- Para una buena combustión, evitar el aceleramiento repentino.

Ecochan ▼



▲エコちゃん

▼Cool Sensei



▲クール先生

Eco: Si realizamos el eco-drive, mejoraremos el consumo y la economía.

Cool Sensei: Me gustaría encontrar bellos paisajes! Con eco-drive, la Tierra y la economía familiar felices!

FESTIVAL DE SEGURIDAD VIAL

(Haru no kōtsu anzen festival)

Se realizará una Ceremonia, interpretación musical del grupo de jóvenes Fussa Kōtsu Shōnendan Koteki Ensō, Fussa Kōtsu Anzen Kyōkai Suisō Gakubu Ensō, canciones y entrevistas.

Fecha y hora: 30 de marzo, a partir de las 2:00 p.m. ~

Lugar: Mizuho View Park Sky Hall. *Ir directamente al lugar.

Informes: Encargado de Sección de Protección y Seguridad. Bōsai Anzenka Kōtsu · Bōhan kakari. Anexo 216.

SEGURO NACIONAL

(Hoken · Nenkin)

Seguro Nacional de Salud – Revisión del porcentaje de cargas para mayores de 70-74 años. Cambiará el porcentaje de cargas a partir del año fiscal 2014. (Kokumin Kenkō Hoken 70~74 sai no kata no jikofutan wariai no minaoshi) (Heisei 26 nendo kara jikofutan wariai ga kawarimasu)

Por una medida especial, se ha mantenido el porcentaje de cargas personales al 10% para mayores de 70-74 años. A partir del 2 abril de 2014, este porcentaje de cargas se elevará al 20% para aquellas personas que cumplan 70 años a la fecha, y se realizará en forma progresiva.

Porcentaje de cargas para las personas de 70~74 años

Personas que no estén en Servicio activo. * Excepto personas con impedimentos dentro Sistema de asistencia médica para la tercera edad.	Nacidos antes del 1 abril de 1944	10%
	Nacidos después del 2 de abril de 1944	20%
Personas en Servicio activo		30%

Informes: Shiminka Hoken Kakari. Anexo 125

Para aquellas personas que poseen el Certificado de personas mayores con cargas personales del 10% (1 wari futan no kōreisha jukyūshashō wo motteiru kata e)

También, a partir del 1 de abril del 2014, de acuerdo a las medidas especiales del país, aquellas personas que poseen el Certificado de personas mayores con cargas personales del 10% (高齢受給者証-1 割負担) se les renovará, y se les enviará a fines de marzo.

Informes: Shiminka Hoken Kakari. Anexo 125.

CONVOCATORIA JOVENES AL CUERPO DE LUCHA CONTRA INCENDIOS

(Shōbō shōnen danin boshū)

Jóvenes del cuerpo de lucha contra incendios de Fussa convoca a jóvenes a trabajar juntos en el grupo.

Qué es el cuerpo de lucha contra incendios?

Es un grupo que trabaja día a día, para que se desarrollen personas adultas responsables y atentas a través de las actividades disciplinadas del cuerpo y las actividades de servicio, manteniendo las reglas básicas de la sociedad. Desarrollan las técnicas y conocimientos sobre prevención de incendios y desastres.

Contenido de las actividades

Las actividades se desarrollan una o dos veces por mes, se aprenden los trabajos de lucha contra incendios, y prevención de incendios, asimismo simulacros sobre apagado de fuego y socorro de emergencia. Además participan en los desfiles de festivales y visitas a los establecimientos de personas de la tercera edad, distintas actividades sociales, campamento y reuniones de Navidad.

Dirigido: Residentes en las ciudades de Fussa, Hamura y Mizuho machi al 1 de abril del 2014, que cursen actualmente el colegio primario 3er grado ~ colegio secundario 3er grado, hombres y mujeres.

Inscripción e informes: Fussa Shōbōsho Bōsai Anzen kakari. ☎552-0119. Anexo 320.

TRAMITES DE MUDANZA DE VEHICULO

(Jidōshazei no Iten tetsuzuki · haisha tetsuzuki wa sundeimasuka)

El impuesto vehicular, se le grava todos los años al propietario que figura en el certificado de inspección vehicular (en caso de venta a plazos, al usuario).

Es necesario realizar el trámite del vehículo en caso de mudanza en el "Registro de mudanza" (移転登録), cuando se encuentre en desuso requerirá realizar el trámite de "Registro de baja" (抹消登録)

Favor no olvidar de realizar dichos trámites en la Dependencia de control de transportes ó en la Oficina de registro e inspección del automóvil hasta el 31 de marzo.

Consultas: Tōkyō to Jidōshazei call center ☎03-3525-4066.

**=MUNICIPALIDAD= DESCANSO TEMPORAL DE LAS VENTANILLAS DE LOS SABADOS
ATENCION EN LA VENTANILLA PROVISORIA LOS LUNES POR LA NOCHE
(Shiyakusho Dojōbi madoguchi wo oyasumishi, getsujōbi jakan ni rinji madokuchi wo okonaimasu)**

Descanso ventanilla atención sábados: 22 de marzo ~ 14 de junio.

*Se encontrará en servicio la máquina expendedora del Certificado de domicilio en el 1er subsuelo.

Ventanilla provisoria atención lunes: 24 de marzo ~ 16 de junio (excepto 5 de mayo)

Horario: hasta las 8:00 p.m.

Ventanillas de atención: Shiminka, Kazeika, Nōzeika, Kaikeika, Gakkō Kyōikuka.

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS ~MARZO~

(Sangatsu zenhan no kyūjitsu no shinryō)

Fecha	H O S P I T A L / TELEFONO				D E N T I S T A / TELEFONO		
Marzo	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	Hamura Sōgo Shinryōjo	554-5420	Fussa shi Hoken Center	552-0099	Kaneko Dental Clinic	554-1503
21	Vi	Yamakawa Iin	554-3111	Ishihata Shinryōjo (Mizuho machi)	557-0072	Kusaka Shika	555-7793
23	Do	Futaba Clinic	570-1588	Fussa shi Hoken Center	552-0099	Takada Shika Iin	555-5903
30	Do	Ozaku Ekimae Clinic	578-0161	Heijitsu Yakan Kyūkan Center	555-9999	Tsushima Shika Iin	579-1800

El horario de atención de cada centro médico podría cambiar, por favor llamar antes de ir.

"Himawari" Organismo que guía sobre los diferentes tratamientos médicos de Tōkyō (Tōkyō-to Iryōkikan Annai Service) **"Himawari"** ☎03-5272-0303 (24 horas del día). Mayores 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.