

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

1 de Junio de 2015

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

Preparado por el grupo "Latinos al día"

Email: s102000@city.hamura.tokyo.jp

Distribución Gratuita

DESDE EL 1 DE JUNIO COMIENZA EL EXAMEN MEDICO ESPECIFICO

(Rokugatsu tsuitachi kara tokutei kenkō shinsa ga hajimarimasu!)

El informe del chequeo anual del Examen Médico Específico lo ayudará a establecer las pautas sobre su salud. Este programa de examinación médica focaliza la detección y tratamiento de las enfermedades del estilo de vida, especialmente el Síndrome Metabólico. Podrán examinarse en forma gratuita, aquellas personas aseguradas en el Seguro de Salud Nacional (*Kokumin Kenkō Hoken*), y Asociaciones de Seguro de Salud (*Kenko Hoken Kumiai*) mayores de 40 hasta los 74 años de edad. Durante la segunda quincena de mayo, se ha enviado a las personas que correspondieran el cupón para el chequeo de salud (健康診査受診券) el cual deberán presentarlo en cualquiera de los centros médicos a su elección.

Período del examen médico: Desde el lunes 1 de junio ~ sábado 31 de octubre.

Llevar: Cupón chequeo de salud y la tarjeta del seguro médico.

Informes: Centro de Salud (*Hoken Center*) ☎555-1111, anexo 622~627.

Síndrome Metabólico (内臓脂肪症候群)

Se denomina **síndrome metabólico** a la conjunción de varias enfermedades o factores de riesgo tales como azúcar en la sangre (高血糖) presión alta (高血圧) lípidos (脂質異常) en un mismo individuo que aumentan su probabilidad de padecer una enfermedad cardiovascular característica de obesidad central (localizada en el abdomen).

◆ Centro Médico para la realización del Examen Médico Específico ◆

CENTRO MEDICO	TELEFONO	CENTRO MEDICO	TELEFONO
IZUMI CLINIC	555-8018	MAEDA GEKA CLINIC	578-8875
OZAKI CLINIC	554-0188	MATSUDA IIN	554-0358
OZAKU EKI MAE CLINIC	578-0161	MATSUBARA NAIKA IIN	554-2427
SAKAECHŌ SHINRYŌJO	555-8233	YANAGIDA IIN	555-1800
SHINMEIDAI CLINIC	554-7370	YAMAKAWA IIN	554-3111
NISHITAMA BYŌIN	554-0838	YAMAGUCHI NAIKA CLINIC	570-7661
HAMURA SANKĒ BYŌIN	570-1130	YOKOTA CLINIC	554-8580
HAMURA SĒKĒGEKA /RHEUMATISM CLINIC	570-1170	WAKAKUSA IIN	579-0311
HAMURA SŌGO SHINRYŌJO	554-5420	Manabe Clinic *	554-6511
FUTABA CLINIC	570-1588	Shinai Ganka Iin *	554-7019

Solamente para exámenes de Oftalmoscopia *

ENCUENTRO PARA OBSERVAR LAS LUCIERNAGAS DENTRO DE LA CIUDAD

(Shinaide hotaru wo miyō! Hotaru kansatsukai~)

Podrá apreciar a las luciérnagas el día sábado 20 de junio, a partir de las 7:30 pm. La concentración será frente a la entrada de Ikoinosato. Se podrá ver el resplandor de su maravillosa naturaleza, pero no podrán ser atrapadas. *Ir directamente al lugar de encuentro. Informes: Kankyō Hozenka Kankyō Hozen kakari, anexo 226.

PARTICIPEMOS EN EL 40° FESTIVAL DE VERANO HAMURA

(Dai 40kai Hamura Natsumatsuri sankasha boshū!)

40° FESTIVAL DE HAMURA (Dai 40kai Hamura Natsumatsuri)

Fecha y hora: Sábado 25 de julio y domingo 26 de julio, de 3:00 am ~ 8:30 pm

Lugar del evento: En los alrededores de la estación de Hamura.

*Dependiendo del clima podrá haber cambios o cancelación del festival.

Informaciones: Comité del Festival de Hamura (Dai 40kai Hamura Natsumatsuri Jikkō Iinkai).

BAILE NINBA (Ninba odori sankasha boshū) Se realizará el día sábado 25 de julio. Podrán participar grupos de 5 ó más personas. *La ropa a vestir es libre.

STAFF DE VOLUNTARIOS (Volunteer staff boshū) No desea participar como parte del staff organizador del Festival de Verano Hamura? Las personas que deseen ayudar en los arreglos y en la limpieza del lugar.

Inscripciones (Mōshikomi) Desde lunes 1 ~ viernes 19 de junio, hasta las 5:00 pm, enviando el formulario de inscripción completo por e-mail ó personalmente a Sangyōka. *Los formularios de inscripciones podrán obtenerlo en la sección Sangyōka 2do piso de la Municipalidad ó descargándolo del home page.

PRESENTACION ARTISTICA(Shutsuensha boshū) Invitamos a todas las personas de diferentes nacionalidades a participar en este evento anual. Pueden inscribirse en forma particular como también grupal, presentando bailes, teatro, música, etc.

ALQUILER DE PUESTOS DE VENTA PARA EL FESTIVAL DE VERANO

Se convoca para alquilar los puestos para ventas de comida o artículos durante el Festival.

Inscripción e informes: Desde el 1(lun) hasta el 12 de junio (vie) hasta las 5:00 pm, llenando el formulario de inscripción, adjuntando el pago del alquiler y la documentación requerida al Centro de Industria y Comercio de Hamura (Hamurashi Shōkōkai) * Si no recibiera la aprobación del Centro de salud (control sanitario) no podrá colocar su puesto de venta.

Inscripciones y consultas: 40° Hamura Natsumatsuri Jikkō Iinkai Jimukyoku.

■ Sangyōka Shōkō Kankō kakari. Anexo 658 (Municipalidad 2do piso). ✉ s206000@city.hamura.tokyo.jp

■ Hamura shi Shōkōkai ☎ 555-6211.

30 ANIVERSARIO DEL MUSEO KYŌDO JUNTANDO FOTOS DEL DIQUE DE HAMURA

(Hamura seki no shashin daiboshū)

Exposición especial por los 30 aniversario del Museo, se está buscando fotos del dique de Hamura antiguas. Podría ser alguna fotografía cuando jugabas en el río y que refleja la imagen del dique, etc. No importa si tuviera fotos actuales, por favor haganoslo saber por todos los medios. La fotografía en calidad de préstamo.

Período de recepción: A partir del martes 2 de junio.

¿Cómo aplicar? Enviar por correo, e-mail o directamente al museo.

Lugar de inscripción: Kyōdo Hakubutsukan ☎558-2561.

〒205-0012 Hamura shi Hane 741 ✉s709000@city.hamura.tokyo.jp

EXPERIMENTEMOS EL CULTIVO DEL ARROZ SEMILLERO · PLANTACION

(Inasaku Taiken Jigyō naetori · taue)

Una experiencia única para niños de primaria y secundaria, en donde podrán conocer más acerca del proceso del cultivo del arroz que consumimos diariamente. Por favor, participen!!

Fecha y hora: **Retiro de plantines:** Sábado 6 de junio, 8:30 am~ **Plantación:** Domingo 7 de junio, 8:30 am~

*Ir directamente al lugar. *Favor de ir caminando o en bicicleta. *Estacionamiento limitado.

Lugar: Negaramimae Shinden (Hanenaka 4 Chōme). Costo: gratis. Traer: Ropa adecuada.

Informes: Jidō Seishōnenka, Jidō Seishōnen kakari, anexo 264.

EXPOSICION "CLEOPATRA Y LA REINA EGIPCIA" CO-ORGANIZACION NHK

(NHK Kyōsai 「Cleopatra to Egipt no Ouhten」 Kanren Bunka Kōenkai)

Conferencia relacionada con la cultura, esta actividad será co-organizada con NHK.

Para disfrutar más, en el Museo Nacional de Tōkyō habrá una exposición entre el 11 de julio al 23 de setiembre, de los atractivos de las obras maestras reunidas de todo el mundo para la reina, princesa del antiguo Egipto. Los visitantes recibirán de regalo una tarjeta de invitación de la exposición.

Fecha y hora: domingo 12 de julio, de 2:00 ~ 3:40 pm Lugar: Yutorogi, salón pequeño.

Capacidad: 252 personas. Los asientos no son numerados. Entrada: gratis.

Inscripciones e informes: A partir del martes 2 de junio por teléfono o directamente en el Yutorogi ☎570-0707.

CONCIERTO DE MUSICA 2015 EN TAMA DEPARTAMENTO MUSICA VOCAL Y DE PIANO

(Tama Fresh Ongaku Concierto 2015 「Seigakubumon」 「Piano Bumon」)

25 Instalaciones públicas de Tama cooperan para llevar a cabo este evento. Se seleccionará al ganador entre los 6 músicos jóvenes de cada departamento

Fecha y hora: Departamento Vocal: martes 23 de junio, a partir de las 6:00 pm ~

Departamento de Piano: viernes 26 de junio, a partir de las 6:00 pm ~

Lugar: Tamashin RISURU hall (Tachikawa-shi Shiminkaikan). Costo: ¥500

Informes: Tachikawa shi Chiiki Bunka Shinkō Zaidan ☎526-1312

FESTIVAL MUSICAL INFANTIL INTERCAMBIO INTERNACIONAL

(「Kodomo Kokusai Kōryū Ongaku Sai」 ni sankashimasenka)

Convocatoria para el grupo de Coro (Gasshōdan sankasha boshū)

Se convoca a participar del Festival Musical Infantil de Intercambio Internacional que se llevará a cabo el lunes 12 de Octubre, en el Yutorogi hall. Podrán participar aquellos que no tengan experiencia en canto.

Dirigido: Alumnos de secundario elemental hasta 18 años que residan en la ciudad.

Capacidad: 100 personas aproximadamente entre las ciudades Hamura, Hinohara, Okutama.

Costo: Gratis.

Temas de interpretación: Canciones japonesas y extranjeras, 2 a 3 canciones.

Inscripciones: hasta el 14 de junio (dom), llenando el formulario y entregándolo en Yutorogi.

* los formularios se distribuyen en cada escuela y en el Yutorogi.

APOYO PARA LA CRIANZA

(Kosodate ōen news)

Reunámonos en la Charla de los Sábados! No desería aprender algunos trucos acerca de la crianza, jugando junto con su hijo? Podrán asistir los padres, y los abuelos también serán bienvenidos! Ese día vendrá a jugar el personaje oficial Hamurín!!

Fecha y hora: Sábado 20 de Junio, de 10:30 am ~ mediodía

Lugar: Centro Recreación Infantil Higashi, Sala de Guardería (Higashi Jidōkan)

Dirigido: Niños no escolarizados con sus padres * 1 año ~ el contenido es para infantes.

Contenido: Charlas sobre crianza, juegos de manos, canciones, cuentos con dibujos.

Costo: gratis.

*presentarse directamente en el local. *Solicitamos favor de utilizar transporte público o bicicleta.

Informes: Kodomo Katei Shien Center ☎578-2882.

CURSO EXPERIMENTAL de ECOLOGIA en HACHIJŌJIMA

(Hamura x Hachijōjima Eco Kyōshitsu Sankasha Boshū)

La Ciudad en conjunto con Hachiōjima, realizará un curso experimental sobre el medio ambiente durante unos días en la isla. Vamos a aprender juntos sobre el medio ambiente en la naturaleza!

Período del viaje: Desde el viernes 31 de julio hasta el martes 5 de agosto (5 días, 4 noches)

Programa: Adquirir conocimiento y experiencia de energía eólica, ecología, buceo, estudio previo y posterior al viaje, reunión de reportes.

Dirigido: Alumnos de primaria del 6to año de primaria hasta el 3er año de secundaria superior, residentes en la ciudad y que cumplan los siguientes requisitos: encontrarse en buena salud y poder realizar tareas al aire libre, poder participar en todas las tareas, y puedan desarrollar lo aprendido en el futuro.

Participantes: 20 personas. (En caso de sobrepasar la cantidad, se llevará a sorteo el 26 de junio (vie) 6:00 pm~.) *el 29 y 30 de junio a partir de las 6:00pm habrá una reunión explicativa a los padres.

Costo: ¥18,000 *Podrán participar en un solo curso "Hamura x Hachijōjima eco kyōshitsu" ú "Ōshima kodomo taiken juku".

Inscripciones y consultas: Desde el 1 de junio (lun) hasta el 24 de junio (mié), enviando el formulario de inscripción, adjuntando una foto por correo o personalmente a Hamura shi Kankyō Hozenka Kankyō Hozen kakari, anexo 225 〒205-8601 (no requiere escribir la dirección).

*Los formularios están disponibles en cada escuela, en la Municipalidad 2do piso Kankyō Hozenka, o podrán bajarlo desde el sitio oficial.

CURSO EXPERIMENTAL PARA JOVENES EN LA ISLA ŌSHIMA

(Ōshima kodomo taiken juku sankasha boshū!)

La Ciudad realiza esta actividad en conjunto con la Ciudad Akiruno. El curso experimental tiene como objetivo formar jóvenes líderes para el futuro, es una etapa muy importante en la vida de estos jóvenes.

Actividades previas : domingo 12 de julio.

Actividades en el lugar : Viaje a Izu Ōshima, 5 (mié) al 9 de agosto (dom) (5 días, 4 noches, incluye 1 noche en el barco). (Escala a la montaña Mihara, juegos en la playa)

Actividades posteriores : sábado 22 de agosto. *El 22 de julio habrá reunión de padres.

Dirigido: Jóvenes residentes en Hamura, que cursen 5to y 6to año de primaria y secundaria. Que puedan participar en todas las actividades, y que en el futuro deseen ser líderes de la región.

Capacidad: 70 personas, combinando participantes de Hamura y Akiruno. (Hombres y mujeres 35 c/uno).

*En caso de superar la cifra, se llevará a sorteo.

Costo: ¥10,000 (podría aumentar la estadía en caso de clima desfavorable, aumentando el costo).

* Favor abonar en la reunión de padres.

Inscripciones e informes: llenando el formulario y presentándolo hasta el 17 de junio (mié) en Jidō Sei Shōnenka Jidō Sei Shōnen kakari, anexo 264. Los formularios de inscripción están disponibles cada escuela, en el 2do piso de la municipalidad Jidō Seishōnenka, o bajándolo del sitio web de la municipalidad.

ENTREVISTA DE TRABAJO EN ŌME

(Ōmesen ensen gōdō shūshoku mensetsukai)

Fecha y hora: Viernes 19 de junio, de 1:30 pm ~ 4:00 pm

Lugar: Fussa-shi Shimin Kaikan 3er piso (Fussa-shi Fussa 2455)

Dirigido: Personas que deseen conseguir un empleo en las ciudades de Hamura, Fussa, Ōme y cercanías.

*Aproximadamente se presentarán 10 compañías y entrevistarán a aquellos que lo deseen. *Llevar Currículum, útiles.

Informes: Hello Work Ōme Shokugyō Sōdan corner ☎0428-24-9163.

PARTICIPEMOS DE LA CAMINATA AGRICULTURAL (Aruite, Tabete, Taikenshite...Nō walk ni sankā shimasenka)

Forma de inscripción de una tarjeta postal con respuesta paga.

Participe de un tour agrícola experimentando la cosecha y saboreando las "Delicias de los productos del Agro de Hamura"!

Es una caminata que se realiza dentro de los campos de la región, observando cómo trabajan y conversando con los agricultores. Los productos cosechados pueden ser llevados a sus hogares!

Fecha y hora: Martes 7 de julio, a partir de las 8:30 am ~ 1:30 pm (No se suspende por lluvia)

Dirigido: Ciudadanos y trabajadores en Hamura. (pueden participar un grupo de 4 personas entre ciudadanos y trabajadores)

Capacidad: 30 personas. (Se sorteará en caso de sobrepasar la cantidad de solicitudes).

Costo: ¥500 / persona. (pagarlo el mismo día).

Solicitud: enviar la tarjeta postal con respuesta paga hasta el 16 de junio, completando los datos [dirección, nombre, fecha de nacimiento, nro. de teléfono]. Enviarlo por correo o personalmente a Sangyō ka Nōsei kakari, anexo 663.

(Para envío) 〒205-8601 Hamura-Shi Sangyō ka Nōsei kakari	*No escribir nada en este espacio
---	--------------------------------------

(Para respuesta) 〒□□□-□□□□ Representante: Dirección: Nombre:	Dirección Nombre F / M Fecha nacimiento Nro. de teléfono
--	--

PARQUE ZOOLOGICO ☎579-4041

PINTURA SOBRE HUEVO (Egg paint)

Se expondrán huevos recogidas de las aves que se crían en el zoológico. Podrán divertirse dibujándolos.

Fecha y hora: Sábado 20 y domingo 21 de junio, de 2:00 pm ~ 3:00 pm

Lugar: Salón de estudios. *1:45 pm Recepción frente al Wellcome Garden.

HAGAMOS LOS ADORNOS PARA TANABATA! (Tanabata kazari wo shiyō)

Se instalará para el Festival de Tanabata, una caña de 8 metros, cortada del parque zoológico para esta ocasión. Se preparará las tiras de papel al lado, para que puedan escribir sus deseos y colgarlos en la caña.

Período: Martes 23 de junio ~ martes 7 de julio. Lugar: Delante del Salón de estudios, *Aozora hiroba*.

EXHIBICION TENAGAZARU Este año es el año del "Tenagazaru" (*Gibbon Internacional*). Tipo de Gibbon, lugar donde se vive, forma de vivir, tamaño de la mano, estatura, peso entre otras informaciones estarán en exhibición.

Período de exposición: Hasta el miércoles 30 de septiembre. Lugar: Salón de estudios.

SHIZEN KYŪKAMURA ☎0120-47-4017

En el mes de junio la ladera de Kiyosato todavía se desborda la frescura de la vegetación. ¿No desea experimentar el contacto del cielo y la tierra? En el exuberante bosque.

CALENDARIO DE BAÑO a este mes de junio le corresponde el agua con fragancia de artemisa (*Yomogi*).

◆EVENTO EN JUNIO◆

Festival de Jardines de Rosas: Durante el mes de junio. Lugar: Pueblo de Heidi.

Informes: Pueblo de Heidi ☎0551-25-4700.

Festival de Kiyosato Kōgen: Domingo 14 de junio. Lugar: Maravilloso bosque

Informes: Kiyosato eki mae Kankō Annaijo ☎0551-48-2200.

Festival de Arte, fotos del arrozal: mediados de junio ~ mediados de septiembre. Lugar: Hokuto shi.

Informes: Municipalidad de la ciudad de Hokuto, Kiyosato Ekimae Kankō Annaijo ☎0551-48-2200.

▶ Más información de Kyūkamura en el Facebook, o en el home page ☎0120-47-4017 ☎0551-48-4017.

FORMA DE BOTAR LA BASURA RECICLABLE "A" EN DIAS DE LLUVIA

(Ame no hi no shigen "A" no dashikata)

ARTICULOS DE PAPELES RECICLABLES AUNQUE ESTEN HUMEDECIDOS O MOJADOS (Periódicos, propagandas, revistas y cartones)

Se deberán botar atados y en el mismo sitio de siempre sin importar que este lloviendo.

PRENDAS NO SON RECICLABLES CUANDO ESTAN HUMEDECIDOS En caso de que la ropa esté mojada no podrá reciclarse. Se deberá esperar hasta la siguiente fecha para botar la basura reciclable "A" en día soleado, amarrada con soguilla.

PUNTOS IMPORTANTES QUE DEBERÁ TENER EN CUENTA:

- ① Papeles, periódicos, revistas, propagandas, cartones, etc. tratar de atarlos en lo posible con soguilla de papel, material que pueda ser reciclado nuevamente.
- ② Ropa interior, medias sucias no son reciclables, se deberán botar con la basura quemable.

Informes: Seikatsu kankyōka Seikatsu Kankyō kakari. Anexo 204.

VACUNA CONTRA LA RUBEOLA DE ADULTOS

(Kōtai no nai katawa yobōsesshu wo ! Otona no fūshin yobōsesshu)

Las gestantes sin inmunidad que se infecta durante el embarazo, tendrá posibilidades de que nazca el bebé con el síndrome de rubéola congénital.

En la actualidad, la epidemia de la rubéola continúa en Tōkyō, la persona en cuestión está dispuesta a la vacunación de la rubéola, podrá subsidiar parte del costo de ésta. Previamente tendrá que someterse a la prueba de anticuerpos contra la rubéola.

Dirigido: Residente mayor de 19 años, mujeres que deseen o planean embarazarse. Se le entregará el resultado de la prueba de anticuerpos contra la rubéola.

Período de Inscripción: Hasta el viernes 25 de marzo del 2016, completando el formulario de solicitud y enviándolo por correo al Centro de Salud o ir directamente. En el momento de la solicitud también puede solicitar al mismo tiempo, la prueba de anticuerpos contra la rubéola. Las solicitudes se distribuyen en el Centro de Salud, o bien pueden descargarlo desde el sitio oficial.

Método de la aplicación: Después de que se haya inscrito en el Centro de Salud, haga su reserva en cualquiera de las instituciones médicas de la ciudad, llevar la solicitud de prueba, la notificación de decisión de la vacunación, documento de identificación para confirmar la dirección y la edad en el momento de la inoculación.

Importe de la subvención:

- ▶ Sarampión y la rubéola vacuna combinada: ¥5000.
- ▶ Vacuna contra la rubéola : ¥3000.

*Favor de abonar el importe resultante del valor fijado de la aplicación por la institución médica, menos el importe de la subvención.

*Si existe la posibilidad o esté embarazada no podrán ser vacunados. Evitar el embarazo hasta 2 meses después de la aplicación de la vacuna.

Inscripción e informes: Centro de Salud ☎555-1111, anexo 623. 〒205-0003 Hamurashi, Midorigaoka 5-5-2

FRESHLAND NISHITAMA ☎570-2626

Guía de los eventos - Exposición de pinturas

Se expondrán unas 30 obras de arte (acuarelas y óleo). Aproveche esta oportunidad para apreciar estas bellas artes! Período de exposición: martes 9 de junio ~ domingo 21 de junio

Informes: Freshland Nishitama ☎570-2626 o dirigirse a la página web.

CHEQUEO DE SALUD JOVENES DE 30~35 AÑOS

(30 sai · 35 sai Kenkō shinsa no jushin wo)

El cuidado de la salud a temprana edad, se conecta con la prevención de las enfermedades del estilo de vida en el futuro. Aquellas personas que no han realizado el chequeo de salud por falta de tiempo, favor de realizarlo en esta oportunidad!

Período de chequeo: **Lunes 1 de junio ~ sábado 31 de octubre.** Costo: gratis.

Dirigido a:

- 1- Residentes en la Ciudad.
- 2- Aquellas personas que cumplan 30 años durante el año fiscal 27 (2015) y los que cumplan 35. (Nacidos entre 1985, 2 de abril ~ 1986, 1 de abril, o los nacidos entre 1980, 2 de abril ~ 1981, 1 de abril).
- 3- Personas que no tienen oportunidad de realizar chequeo de salud del mismo contenido.
*Mujeres embarazadas no podrán someterse a este examen.

Procedimiento: Llevar el cupón para la examinación emitida por el Centro de Salud, y examinarse en las siguientes Instituciones Médicas.

Inscripciones e informes: Completando el formulario de solicitud y enviándolo por correo ó entregándolo directamente al Centro de Salud ☎555-1111, anexo 627. 〒205-0003 Hamurashi Midorigaoka 5-5-2.

*Personas que completen la solicitud en la ventanilla del Centro de Salud, se le entregará ahí mismo el cupón para el examen. *Podrá obtener el formulario de solicitud en el Centro o bien bajándolo del sitio web.

ESTABLECIMIENTO	TELEFONO
Izumi Clinic	555-8018
Ozaki Clinic	554-0188
Ozaku Ekimae Clinic	578-0161
Sakaechō Shinryōjo	555-8233
Shinmeidai Clinic	554-7370
Nishitama Byōin	554-0838
Hamura Sankei Byōin	570-1130
Hamura Seikei Geka Rheumatic Clinic	570-1170
Hamura Sōgo Shinryōjo	554-5420
Futaba Clinic	570-1588
Maeda Geka Clinic	578-8875
Matsuda Iin	554-0358
Matsubara Naika Iin	554-2427
Yanagida Iin	555-1800
Yamakawa Iin	554-3111
Yamaguchi Naika Clinic	570-7661
Yokota Clinic	554-8580

CURSO DE COMIDA SANA

(Kenkō Ryōri Kōshūkai)

Es un curso de comida sana para las madres que se encuentren criando a sus hijos y cuidando la salud de su familia. Pueden participar llevando a sus hijos. Forma de ingerir la comida, que se centra en la "Digestión y absorción lenta" llamada Bajas calorías". El aumento del valor de azúcar en la sangre se vuelve suave, dando efecto positivo sobre el cuerpo. Se enseñará puntos claves, la calidad de los alimentos y consejos.

Fecha y hora: miércoles 24 de junio, a partir de las 9:30 am ~ 0:30 pm Lugar: Centro de Salud.

Capacidad: Primeras 30 personas Costo: ¥300 (materiales) Llevar: Pañoleta, delantal, útiles para apuntes.

Inscripciones: A partir del día martes 2 de junio por teléfono o personalmente en el Centro de Salud.

☎555-1111, anexo 625.

IMPUESTOS (Zēkin)

SE ENVIARAN AVISO SOBRE LOS PAGOS DE IMPUESTOS MUNICIPALES Y DEPARTAMENTALES

(Shiminzē, Tominzē Nōzē Tsūchisho No Sōfu).

Los primeros días del mes de junio se estará enviando por correo los avisos para los pagos de impuestos municipales y departamentales correspondientes al año fiscal 2015, a las personas que estuvieron registrados en la ciudad el 1º de enero de este año. Verifique el contenido de éstos. Los cálculos se realizan en base al ingreso del año anterior. El importe resultante se dividirá en 4 cuotas a pagar.

Se dividirá en 6 cuotas a pagar a los que realizan sus pagos a través de descuentos del seguro de pensiones. Se acepta pagar en las tiendas de conveniencia, más detalles ver el reverso de los recibos.

*Si el importe a pagar de una cuota sobrepasara la suma de ¥300,000 deberá hacer el pago en una entidad bancaria o en la ventanilla de contabilidad de la municipalidad.

Informes: Kazēka Shiminzē kakari, anexo 164.

VIVIENDAS COMUNALES DE TŌKYŌ

(Tomin jūtaku 「Chūken Shotokusha Muke」 Nyūkyosha Boshū)

Convocatoria de viviendas: 20 conjunto residencial (*danchi*), 114 viviendas.

Las inscripciones deberán llegar hasta el día 15 de junio a Tōkyō to, Jūtaku Kyōkyū Kōsha Boshū Center.

GUIA DE LA CONVOCATORIA, PERIODO DE DISTRIBUCION DE LOS FORMULARIOS DE INSCRIPCION (Boshū annai 「mōshikomi yōshi」 haifu)

*Los formularios para la inscripción lo podrán obtener del homepage durante el tiempo que dure la distribución de éstos. Desde el día lunes 1 hasta el día miércoles 10 de junio.

○ En el segundo piso de la municipalidad (*Kenchikuka*) y en la recepción, 1er piso, a partir de las 8:30 am ~ 5:00 pm (días sábados y domingos en información, 1er piso).

○ En los anexos de la municipalidad (*Shiyakusho kaku renrakujo*), de 9:00 am ~ 1:00 pm, días laborales.

Informes: Tōkyō to Jūtaku Kyōkyū Kōsha Toei Jūtaku Boshū Center ☎03-3498-8894.

CONSULTA TELEFONICA SOBRE LOS DERECHOS DEL NIÑO 110

(Zenkoku issei 「kodomo jinken 110ban」 kyōka shūkan (denwa sōdan))

Podrá realizar consultas sobre el maltrato infantil (*ijime*)

Fecha y hora: lunes 22 de junio ~ domingo 28 de junio, 8:30 am ~ 7:00 pm

(sábado, domingo 10:00 am ~ 5:00 pm)

Teléfono: 0120-007-110

Encargado de consultas: Personal de Defensa de los Derechos Humanos y Ministerio de Justicia.

Informes: Tōkyō Hōmukyoku Jinken Yōgobu Dai 2ka ☎03-5213-1234, anexo 2512.

CLASE DE EDUCACION ESPECIAL MUNICIPAL – PRESENTACION DE LA ESCUELA

(Toritsu Hamura Tokubetsu Shien Gakkō Gakkō Kōkai)

Fecha y hora: Jueves 18 de junio, de 9:15 am ~ mediodía.

Lugar: Toritsu Hamura Tokubetsu Shien Gakkō

Contenido: Explicación · presentación de las clases.

Inscripciones y consultas: hasta el jueves 11 de junio, telefónicamente o por fax a Toritsu Hamura Tokubetsu Shien Gakkō ☎554-0829 FAX555-3853.

CRIANZA (Kosodate)

■ PAGO DE LA ASIGNACION POR HIJO Y EL SUBSIDIO PARA LA CRIANZA Y DESARROLLO DEL MENOR (Jidō teate Jidō ikusei teate wo shikyūshimasu)

La asignación por hijo y el subsidio para la crianza del niño de los meses de febrero a mayo serán transferidos a la cuenta designada, el viernes 12 de junio. Favor de verificar el depósito.

Informes: Kosodate Shienka Shien kakari, anexo 236.

■ PRESENTACION DE DECLARACION DE ACTUALIZACION DE SU SITUACION PARA EL SUBSIDIO PARA LA CRIANZA Y EDUCACION DEL MENOR (Jidō teate, Jidō ikusei teate genkyō todoke no teishutsu wo)

A las personas que le correspondieran presentar la solicitud de declaración de actualización de datos de su situación para aplicar a los subsidios, se le enviará el formulario hasta el miércoles 10 de junio.

Presentación de declaración de actualización de datos:

Fecha y hora de recepción: Jueves 11 ~ viernes 26 de junio, de 9:00 am ~ 5:00 pm (excluir mediodía ~ 1:00 pm).

*Se atenderá el sábados 13, y domingos 14, 20 y 21 de junio (excluir de 11:45 am ~ 1:00 pm)

Lugar de recepción: Municipalidad 4to piso, Sala de reuniones.

Informes: Kosodate Shienka Shien kakari, anexo 236.

■ SOLICITUD DEL SUBSIDIO CASOS ESPECIALES PARA LA CRIANZA

(Kosodate setai rinji tokurei kyūfukin no shinseiwo)

Dirigido: A los que reciben la Asignación por hijo (*Jidō teate*) correspondiente al período junio de 2015.

Importe de pago: ¥3,000 por hijo (pago por única vez por hijo)

Inscripciones: Hasta el miércoles 10 de junio se le enviará el formulario de solicitud del Subsidio Casos Especiales para la Crianza a todas las familias que correspondieran el Jidō teate. Favor de completar la solicitud y enviarlo de vuelta por correo, o presentarlo directamente en la ventanilla especial.

Ventanilla Especial: Municipalidad 4to piso, Sala de reuniones B

Kosodate Shienka Shien kakari, anexo 427.

Fecha y horario de atención: jueves 11 de junio ~viernes 26 de junio, de 9:00 am ~ 5:00 pm (excepto del mediodía ~1:00 pm).

*Los días 13, 14, 20 y 21 de junio, también se recepcionarán las solicitudes. (excluir de 11:45 am ~1:00 pm)

Inscripciones e informes: Kosodate Shienka Shien kakari, anexo 235.

■ FAMILIA DE PADRES SOLTEROS · AYUDA A LA APROBACION DE LOS ESTUDIOS SECUNDARIOS

(Hitori oya katei kōtō gakkō sotsugyō teido nintei shiken gōkaku shien jigyō)

En la Ciudad, ofrece la ayuda a padres solteros a completar los estudios hasta el secundario superior con un porcentaje de los gastos, con el fin de que puedan conseguir mejores puestos laborales, independencia económica y estabilidad en la vida diaria.

Dirigido: padres/madres solteros/as que hayan cursado hasta el secundario inferior (chūgakkō) y se encuentre recibiendo el subsidio por hijo (*Jidō Fuyō teate*)

Importe de pago: Como máximo el 60% de los gastos del curso (Monto límite: ¥150.000).

*Para recibir el subsidio, deberá realizar una consulta. Para mayores informes por favor contactarse.

Informes: Kosodate Shienka Shien kakari, anexo 239.

■ SUBSIDIOS PARA LOS JOVENES QUE PARTICIPARON EN CAMPEONATOS NACIONAL

(Zenkoku taikai nado ni shutsujō shita seishōnen wo taishō ni hojokin wo kōfu shimasu)

Con el propósito de promocionar el deporte, arte y la cultura en los jóvenes que residen en la ciudad.

Dirigido: a los jóvenes hasta el 31 de marzo después de cumplir los 18 años.

El subsidio comprende los gastos de transporte y gastos de alojamiento para el torneo de jóvenes(hay una cantidad máxima).

Informes: Shōgaigakushū Somuka Shōgai Gakushū Suishin kakari, anexo 362.

SALUD (Kenkō)

EXAMEN DENTAL PARA MAYORES (Seijin Shika Kenshin)

Fecha: Desde el día lunes 1º de junio hasta el día viernes 31 de julio. Costo: Gratis.

Dirigido: Residentes a partir de los 40 años ~ 64 años de edad cumplidos al 1º de junio 2015.

El examen consiste: hoja de preguntas, ver condiciones de la dentadura, estado bucal, piorrea, etc.

* Para las personas mayores de 65 años el examen será en los meses de septiembre y octubre.

* Las personas que se encuentran con tratamiento dental no podrán someterse a este examen.

* Mayores informes acerca de los centros médicos autorizados dirigirse al home page o contactarse con el Centro.

Informes: Centro de Salud (Hoken Center) ☎555-1111, anexo 623.

EXAMENES DE DESCARTE HEPATITIS VIRICA (Kanen Virus Kenshin)

Fecha: lunes 1 de junio ~ sábado 31 de octubre.

Costo: Gratis.

Dirigido: ① Residentes, mayores de 40 años que no se hayan sometido anteriormente a este tipo de examen.

② A las personas que en el examen médico del presente año fiscal, en los resultados aparecieran anomalías en el funcionamiento del hígado.

* Llevar la tarjeta de seguro de salud al centro médico en donde desea tomar el examen.

* Las personas que no reúnan los requisitos y deseen tomar el examen, consultar en Nishitama Hokenjo.

El examen consiste en análisis de sangre para determinar el tipo B y tipo C.

Informes: Centro de Salud (Hoken Center) ☎555-1111, anexo 624. Nishitama Hokenjo ☎0428-22-6141.

CENTRO DE NATACION

(Swiming Center) ☎579-3210

PROGRAMA DE CAPACITACION (Training Room Program)

Beauty Body Wave: Haremos ejercicios movilizandolo el cuerpo con una banda elástica. Pueden participar cualquier persona.

Fecha: Todos los domingos, de 9:30 am ~ 10:30 am

Belly Shape Dance Mover hombro, cintura, alrededor del estómago mientras se escucha la música, facilita la circulación sanguínea en todo el cuerpo. Trabajar los músculos y preparar un cuerpo para que difícilmente forme grasa visceral.

Fecha: Todos los viernes, de 9:30 am ~ 10:30 am.

<<Para ambas clases>>

Lugar: Sala de reuniones, 2do piso.

Capacidad: 20 personas. Costo: ¥800 por una vez Traer: ropa deportiva, toalla, bebida.

Inscripción: el mismo día en la recepción del sauna en el segundo piso. *No habrá clases los días feriados.

BIBLIOTECA ☎554-2280

PERIODO DE CIERRE POR INSPECCION DE MATERIALES

(Zōsho tenken ni tomonau kyūkan)

Por realizarse la inspección de los materiales en la Biblioteca, se encontrará cerrada el siguiente período:

Período de cierre: lunes 15 de junio ~ jueves 25 de junio.

Advertencia:

-Las devoluciones de libros durante el período de descanso, favor utilizar el buzón de libros de la biblioteca, Ozakudai Toshoshitsu, Hamura eki Nishiguchi Renrajujo, Mitsuya Kaikan Renrajujo (excepto CD/DVD)

-Material audiovisual y materiales prestados en otros establecimientos, favor devolverlos en la mesa de entradas después del viernes 26 de junio.

-El período de préstamo cambiará de acuerdo al período de cierre de la Biblioteca. Se informará en detalle en el momento del préstamo.

-Durante el período de cierre, se podrán tomar en préstamo las revistas a partir del 13 de junio.

-Se podrá usar la sala de estudios del Yutorogi, durante el período cierre por inspección. (martes 16 ~ viernes 19 de junio, miércoles 24 ~ viernes 25 de junio)

PAGINA DE LOS NIÑOS

Chūō Jidōkan☎554-4552, Higashi Jidōkan☎570-7751, Nishi Jidōkan ☎554-7578,
Toshokan☎554-2280 , Yutorogi ☎570-0707

P R E P A R E M O S

CENTRO RECREATIVO HIGASHI (Higashi Jidōkan)Juguemos a teñir con cáscara de cebolla!

Fecha y hora: Domingo 7 de junio, de 10:00 am ~ 11:30 am.

Dirigido: estudiantes de primaria residentes en Hamura. Capacidad: 20 personas. Costo: ¥65

Llevar zapatillas para usar dentro de los salones, delantal, toalla, té, la cuota.

Inscripción: Del 1 al 4 de junio, de 9:00 am ~ 5:00 pm

CENTRO RECREATIVO NISHI (Nishi Jidōkan) Realizaremos un habataki yo-yo-

Se pondrán alas en un vaso y lo haremos deslizar por medio de un hilo.

Fecha y hora: Sábado 13 de junio ①De 10:00 am~ ②De 1:00 pm~ Costo: gratis.

Dirigido: a niños en edad preescolar(acompañados por sus padres) y estudiantes de primaria.

J U G U E M O S

CENTRO RECREATIVO HIGASHI (Higashi Jidōkan) Concurso de pintura.

Convocatoria al concurso de pintura. Presentemos en el concurso las pinturas realizadas en el Centro!

Período de la convocatoria: miércoles 3 de junio ~ domingo 14 de junio.

Anuncio del resultado:lunes 29 de junio. Dirigido: Estudiantes de primaria.

Inscripciones: directamente en el centro recreativo, durante el período de la convocatoria.

V E A M O S

CENTRO RECREATIVO CHŪŌ (Chūō Jidōkan)

Apreciación del universo durante el día (Hiruma no tsuki no kansokukai).

Fecha y hora: miércoles 24 de junio, de 4:00 pm ~ 4:30 pm

Dirigido: A estudiantes de primaria hasta jóvenes de 18 años de edad (menores que estudiantes de secundaria deberán ir acompañados de una persona mayor). Costo: Gratis.

*Ir directamente al centro recreativo.

Reunión familiar para la Observación astronómica(Family Tentai kansoku kai)

Fecha y hora: miércoles 24 de junio, de 8:00 am ~ 9:00 pm.

Dirigido: A estudiantes de primaria hasta jóvenes de 18 años de edad (menores que estudiantes de secundaria deberán ir acompañados de una persona mayor). Costo: Gratis.

*En caso de mal tiempo se suspenderá la actividad. *Ir directamente al centro recreativo.

YUTOROGI. Películas para niños

Fecha y hora: domingo 7 de junio, de 10:30 am ~ 11:30 am Costo: Gratis.

Las películas que se proyectarán en esta oportunidad: "Ishi ni natta yosaku" "Sōgen no shōjo Rōra" "Ōkina mori no chiisana ie" "Hana no mahō tsukai maribel" "Maigo no maigo no ningyohime"

Colaboración: Hamura Eiga Club *Presentarse directamente en Yutorogi.

E S C U C H E M O S

BIBLIOTECA Invite a sus amigos y tengan amenas conversaciones, diviértanse con sus padres también.

■Cuentos para niños en edad pre-escolar ※

Se realizará el teatro panel "Mikadukichan tewo tsunago"

Fecha y hora: sábado 13 de junio, a partir de las 11:00 am~

■ Cuentos para estudiantes de primaria ※

Cuentos como "Māsha to kuma" y otros.

Fecha y hora: sábado 27 de junio, a partir de las 11:00 am~

※ El ingreso es libre en las dos fechas.

■FUJIMIDAIIRA BUNSHITSU Mini ohanashikai

Se realizará el teatro ambulante japonés "Amefuri" entre otros.

Fecha y hora: miércoles 10 de junio, a partir de las 3:00 pm~ *Ir directamente al establecimiento.

CONSULTAS SOBRE EL DESARROLLO DEL NIÑO

(Rinshō Shinrishi ni yoru 「Kodomo no kokoro」 chokotto sōdan)

Consultas sobre el desarrollo físico y emocional del niño a cargo de un profesional.

Centro Recreativo Nishi 12 de junio **Centro Recreativo Higashi** 16 de junio **Centro Recreativo Chūo** 30 de junio

Horario: a partir de las 10:00 am ~ mediodía *Favor ir directamente al establecimiento.

Informes: Kodomo Katei Shien Center. ☎578-2882.

CONSULTA LABORAL HELLO WORK OME

(Koyō taisaku Shokugyō Sōdan Hello Work Ome to kyōdō jigyō)

Fecha y hora: miércoles 10, 24 de junio, a partir de las 1:30 pm ~ 4:30 pm

Lugar: Sangyō Fukushi Center, 2do piso, Sala de reuniones. ☎579-0156 (sólo para el día de reunión)

Informes: Sangyōka Keizai Taisaku kakari, anexo 657.

OSHABERIBA en JUNIO

Tema del mes: La comida Horario: En todos los centros, de 10:30 am ~ 11:30 am.

Centro recreativo Chūo: jueves 18 **Centro recreativo Higashi:** martes 23 **Centro recreativo Nishi:** viernes 26

Informes: Kodomo Katei Shien Center ☎578-2882. *Ir directamente al centro de recreación.

CONSULTAS en JUNIO

CONSULTAS SOBRE LA VIDA COTIDIANA (Gaikokuseki Shimin Seikatsu Sōdan [español, coreano])

Días de consulta: Viernes 12 y 26 de junio, de 1:30~3:30 pm, 1er piso de la municipalidad, previa cita.

CONSULTAS LEGALES (Hōritsu sōdan)

Días de consulta: 3(mié), 12(vie) y 27(sáb) de junio y los días 1(mié), 10(vie) y 25(sáb) de julio, de 1:30 ~ 5:00 pm. (sábados de 9:30 ~ 1:00 pm). Favor realizar la reserva con un mes de anticipación.

Informes: Shimin Sōdan Shitsu, Municipalidad 1er piso. Anexo 199.

TV HAMURA en JUNIO

Las transmisiones de TV Hamura a través de Tama Cable Network (TCN) se realizan en tres horarios:

Jueves a miércoles por el canal 55: ① 9:00 am ~ 9:30 am ② 5:00 pm ~ 5:30 pm ③ 9:00 pm ~ 9:30 pm

Todos los sábados por el canal 101: ① 1:30 pm ~ ② 5:00 pm ~ ③ 9:00 pm ~

Serie: Hamura Nōgyō no wa (Círculo de agricultores de Hamura)

Serie: Papa, mama egao ni nāre!

Informes: Kōhō kōchōka kōhō kakari. Anexo 505.

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS

Fecha		H O S P I T A L / TELEFONO				D E N T I S T A / TELEFONO	
Junio		9:00 am – 5:00 pm		5:00 pm – 10:00 pm		9:00 am – 5:00 pm	
7	Dom	Matsubara Naika Iin	554-2427	Heijitu Yakan Kyūkan Center	555-9999	Kaneko Dental Clinic	554-1503
14	Dom	Sakaechō Shinryōjo	555-8233	Fussa-shi Hoken Center	552-0099	Kusaka Shika	555-7793

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

NOTA: INFORMAMOS QUE LA MUNICIPALIDAD DE HAMURA TIENE SERVICIO EN ESPAÑOL LOS DIAS LUNES Y MIERCOLES , EN EL HORARIO DE 9:00 AM ~ 4:00 PM