

NOTICIAS DE HAMURA

Publicado por la Ciudad de Hamura

Redacción: Sección de Información Pública (Kōhōkōchōka)

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

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

Email: s102000@city.hamura.tokyo.jp



Edición en Español

15 de Enero de 2018

Preparado por el grupo "Latinos al día"

Distribución Gratuita

平成 30 年度住民税 (市民税・都民税) の申告受付・相談

平成 29 年分 所得税等の確定申告受付・相談



DECLARACION DE IMPUESTOS DEL CIUDADANO AÑO FISCAL 2018 DECLARACION DE IMPUESTOS SOBRE LA RENTA DEL AÑO 2017

(Heisei 30nendo jūminzei (shiminzei・tominzei) no shinkoku uketsuke, sōsan. Heisei 29nenbun shotokuzei nado no kakutei shinkoku uketsuke, sōdan)

Período de recepción: Viernes 16 de Febrero ~ Jueves 15 de Marzo (excepto Sábados y Domingos).

Horario de recepción: 9:00 am ~ 11:00 am y 1:00 pm ~ 3:30 pm.

Lugar de recepción: salón principal de reuniones, 4to piso de la municipalidad.

PERSONA OBLIGADA A PRESENTAR LA DECLARACION

- Toda persona que tenga ingreso por remuneración y su centro de trabajo no hubiera enviado la información de las remuneraciones pagadas (deberá cerciorarse antes).
- Persona de negocio, inmobiliaria, que recibe dividendos, pensión de jubilación u otro ingreso durante el año, y que no necesiten presentar la declaración del impuesto a la renta.
- Las personas que por sus ingresos están exentos de impuestos (*Hikazei shotoku*) (pensión de herederos, pensión de minusválidos, seguro de desempleado, ayuda económica para sobrevivencia).
- Personas que no hayan tenido ingresos. (No es necesaria la presentación si está siendo mantenido por algún residente de la ciudad).
- Oficinas, centros de trabajos ubicados en la ciudad y que sus propietarios no tienen su domicilio registrado en esta ciudad.
- * Persona inscritas en el Seguro Social de Salud (*Kokumin Kenkō Hoken*) y sistema de atención médica para personas de tercera edad (*Kōki Kōreisha Iryō Seido*), favor de realizar la declaración aunque el año anterior no hubieran tenido ingresos.

PERSONA NO OBLIGADA A PRESENTAR LA DECLARACION

- Persona que presentara su declaración de renta de impuestos directamente en la Oficina de Impuestos.
- Persona que su ingreso del año 2017 corresponda a un solo centro de trabajo; y que su centro de trabajo haya presentado a la municipalidad el ajuste de fin de año (verificar antes con su centro de trabajo).
- Personas mayores de 65 años de edad el 1ro de Enero, que solo percibe pensión. Persona que su pensión fuese inferior a ¥ 1,515,000 (pensión de heredero, pensión de minusválidos, etc. en caso de estar exento de impuestos será necesario hacer la declaración).
- Los que dependen de las personas del mismo hogar, no necesitan realizar ningún trámite. (Los que viven en el mismo hogar y son dependientes, pero tienen su registro de empadronamiento de ciudadano por separado será necesario la presentación de su declaración).

DOCUMENTOS NECESARIOS PARA EFECTUAR LA DECLARACION*

Excepto del período de consultas con el contador fiscal, el personal de la municipalidad ingresará sus datos en la computadora, así que no será necesario llenar ningún formulario. Favor de llevar los documentos necesarios. (De ⑤ a ⑫ sólo si va realizar los trámites para deducción).

- ① Formulario de declaración (a las personas que les llegó por correo) y el sello personal (que no sea shachihata).
- ② Comprobante de las deducciones efectuadas de los ingresos percibidos durante el año o recibo de sueldos (*gensen chōshūhyō*).
- ③ Comprobante de recibir pago de pensiones (*gensen chōshūhyō*).

- ④ Registro efectuado en libros contables de los ingresos percibidos por diversas actividades o negocios, etc.
- ⑤ Certificado de deducciones del seguro nacional de pensiones.
- ⑥ Comprobante de pago del Seguro Social de Salud del Centro de Trabajo *Shakai Hoken* (pagos efectuados del Seguro Nacional de Salud (*Kokumin Kenkō Hoken*), Atención Médica para Personas de la Tercera Edad (*Kōki Kōreisha Iryō Hokenryō*, etc) en el año 2017).
- ⑦ Comprobante de deducciones por seguro de vida, seguro de daños por terremoto.
- ⑧ Comprobantes de pagos realizados por atención médica (adjuntar recibos de hospitales, farmacia, etc, preparar una lista detallada separando por hospital y farmacias con las sumas totales con anticipación).
- ⑨ En caso de haber hecho donaciones, recibo de haber realizado la donación.
- ⑩ Deducción como persona incapacitada, libreta de incapacitado físico o psicosomático, etc.
- ⑪ Persona que tiene deducciones especiales de cónyuge, documento que acredite ingreso del cónyuge.
- ⑫ La persona sujeta a declarar por los familiares dependientes que residen en el extranjero, tienen exención por dependientes, deducción de cónyuge, deducción especial de cónyuge; presentar los documentos de parentesco (registro suplementario familiar, registro familiar, certificado de nacimiento de la familia, certificado de matrimonio, etc.) y los documentos relacionados con las remesas (como el formulario de solicitud de remesas).
 - ※ Si el documento ha sido elaborado en un idioma extranjero, necesitará que sea traducido al japonés.
- ⑬ Los documentos personales de identificación, como "Mi tarjeta" o número de identificación de documento, documento de identificación y/o licencia de conducir (En caso de hacer la declaración de la renta, se necesita la copia de estos documentos).
 - ※ En caso de ser el declarante una tercera persona, también se necesitará un poder y documentos de identificación del representante.
- ⑭ Copia de la declaración de impuestos del año 2016.
- ⑮ Si va hacer el trámite de devolución, por favor llevar la libreta del banco o algún documento que tenga los datos de su cuenta de banco.

DECLARACION DE IMPUESTO MEDIANTE EL ENVIO DE DOCUMENTACION POR CORREO

La declaración de impuestos se podrá efectuar enviando el formulario determinado para este fin y adjuntando el comprobante de las deducciones de ingresos percibidos durante el año anterior o boletas de sueldos y los documentos que sean necesarios para efectuar el trámite.

*Las personas que necesitaran una constancia de haber efectuado su declaración a través de la oficina de correo, deberá incluir un sobre con estampilla, con su nombre y dirección para enviárselo de vuelta por correo dirigido a 〒205-8601 Hamura shi kazeika shiminzei kakari (no es necesario escribir la dirección de la municipalidad).

*Las personas que necesiten hacer la declaración sobre la renta, chequear las 3 hojas que debe enviar y enviarlo directamente a la oficina de impuestos de Ōme.

● PRECAUCIONES

--Para certificaciones de deducciones sobre pagos de seguro nacional de pensiones, contactarse con la Central especializada del seguro de jubilación (Nenkinkanyūsha daial) ☎0570-003-004) o a la Oficina de Seguro de Jubilación (*Ōme Nenkin Jimusho*) ☎ 0428-30-3410.

*Para la declaración se necesita el certificado de deducciones.

Presentar la declaración hasta el Jueves 15 de Marzo.

Si no llegara a realizar la declaración, podría atrasarse la determinación de impuestos del año 2018, y no podrá emitirse el certificado de pago de impuestos o exoneración de impuestos.

--Considerar que la ciudad de Hamura y ciudades, distritos de la zona de Nishitama con el fin de proteger y de acuerdo a lo establecido por la ley, los centros de trabajos están obligados a hacer el descuento especial de impuestos del ciudadano a través del sueldo.

● COMUNICADO

Ya no se realizarán consultas en la municipalidad con los trabajadores de la oficina de impuestos. Para más detalles preguntar en Ōme zeimusho (oficina de impuestos de Ōme) ☎0428-22-3185.

*De acuerdo a la cantidad de gente, puede ser que la recepción termine antes de la hora prevista.

*Tenga en cuenta que deberá esperar por lo menos 30 minutos para ser atendido.

*No se puede entrar al edificio de la municipalidad antes de las 8:00 am. De 8:00 am ~ 8:15 am sólo se puede entrar por la puerta del sótano.

Informes: Kazeika Shiminzei kakari (Sección de Tributación de Impuestos), anexo 189.

RECEPCION, CONSULTAS, COMUNICADOS DE LA OFICINA DE IMPUESTOS Y DEL CONTADOR FISCAL



(Ōme zeimusho oyobi zeirishi ni yoru shinkoku uketsuke, sōdan, oshirase)

Comunicados de la oficina de impuestos de Ōme (Ōme zeimusho kara no oshirase)

- La fecha de declaración y pago de impuestos es a partir del Viernes 16 de Febrero ~ Jueves 15 de Marzo.
- Los trámites de declaración de devolución se puede hacer antes del Jueves 15 de Febrero.
- La fecha de declaración de impuestos para las personas que tienen negocio propio es hasta el Lunes 2 de Abril.
- La fecha de declaración de impuestos a donaciones es a partir del Jueves 1 de Febrero ~ Jueves 15 de Marzo.

CONSULTA · RECEPCION EN LA OFICINA DE IMPUESTOS DE ŌME

Período de recepción: Viernes 16 de Febrero ~ Jueves 15 de Marzo (excepto Sábados y Domingos), de 9:00 am ~ 5:00 pm. Recepción a partir de las 8:30 am ~.

Lugar de consulta: oficina de impuestos de Ōme (Ōme Zeimusho)

*Los Domingos no se expedirán recibos sobre tributación nacional. Efectuar las transferencias tributarias a través de una entidad bancaria antes del vencimiento.

Recepción y envío por correo:

Adjuntar el formulario de declaración de impuestos sobre las rentas completo, el comprobante de ingreso anual (gensen), copia de la tarjeta my number o de la tarjeta de notificación y las documentaciones necesarias para efectuar las deducciones; y enviarlo a la Oficina de Impuestos de Ōme.

〒198-8530 Ōme shi Higashi Ōme 4-13-4, Ōme Zeimusho.

*Las personas que necesitaran una constancia de haber efectuado su declaración a través de la oficina de correo, deberán incluir un sobre con estampilla con su nombre y dirección para enviárselo de vuelta por correo dirigido a la dirección mencionada arriba.

CONSULTA · RECEPCION CON EL CONTADOR FISCAL

Período de recepción: Martes 6 de Febrero ~ Jueves 15 de Marzo (excepto Sábados, Domingos y feriados), de 9:00 am ~ 10:30 am, 1:00 pm ~ 3:00 pm.

Lugar de consulta: salón principal de reuniones, 4to piso de la municipalidad.

*Dependiendo de la cantidad de gente de los días indicados, puede ser que la recepción termine antes de la hora prevista.

*No se puede entrar al edificio de la municipalidad antes de las 8:00 am. De 8:00 am ~ 8:15 am sólo se puede entrar por la puerta del sótano.

*Las consultas gratuitas con trabajadores de la oficina de impuestos y contadores fiscales se llevarán a cabo también en municipalidades de ciudades cercanas. Para más detalles consultar en la oficina de impuestos de Ōme.

COMUNICADOS DE LA OFICINA DE IMPUESTOS DE ŌME

◇NO SE RECIBIRAN DECLARACIONES LOS DIAS SABADOS, DOMINGOS Y FERIADOS (Ōme Zeimusho dewa doyōbi · nichiyōbi, shukujitsu no shinkoku uketsuke wa okonaimasen) En la Oficina de Impuestos de Ōme, sólo podrán realizarse la confección y presentación de las declaraciones de impuestos de Lunes a Viernes. Favor tener cuidado que no se recibirán los días Sábados, Domingos ni feriados. Sin embargo, en la oficina de impuestos de Tachikawa, se atenderá de forma limitada los Domingos 18 y 25 de Febrero.

◇NO SE PODRA USAR EL ESTACIONAMIENTO (Chūshajō ga riyō dekimasen)

Durante el período Jueves 1 de Febrero ~ Sábado 31 de Marzo, no se podrá usar el estacionamiento de la oficina de impuestos de Ōme, a excepción de los vehículos para personas con impedimentos físicos. Favor utilizar los medios de transportes públicos.

◇EFFECTUAR LA DECLARACION HASTA EL MARTES 15 DE MARZO (Shotokuzei no shinkoku to nōfu wa 3/15 madeni! Se recomienda efectuar la declaración y el pago de impuestos con anticipación. Al aproximarse la fecha límite de presentación y pago de impuestos se congestionan las ventanillas de atención.

Si no pagara antes de la fecha de vencimiento, se empezará a adicionar los intereses por el atraso de pago.

◇ INTRODUCCION DEL SISTEMA DE NUMERO DE IDENTIFICACION FISCAL DE LA SEGURIDAD SOCIAL

Con la introducción del Sistema de número de identificación fiscal de la Seguridad Social, se requiere "Mi número" de la declaración de impuestos, para hacer los trámites deberá presentar los documentos de identificación personal o entregar una copia de estos.

Por favor, tener listo documento de identificación personal, como "Mi número" o la tarjeta de de notificación y licencia de conducir, (zairyu card).

Para obtener más información, consulte la sección "Sistema de número de identificación fiscal de la Seguridad Social (Mi número)" Kokuzeichō web site "Shakai Hoshō Zeibangō seidō My number"

◇ LAS PERSONAS QUE EL AÑO PASADO UTILIZARON EL E-TAX Y LOS LUGARES DE CONSULTAS DE LA CIUDAD (Sakunen e-tax wo riyō shita kata ya shi no sōdan kaijo wo riyō shita kata e) A las personas que enviaron su declaración de impuestos el año 2016 a través de internet y las que asistieron a la consulta con el contador fiscal no se les enviará los formularios para la declaración. Favor continuar utilizando este sistema para la presentación de la declaración del año 2017.

◇ UTILICEMOS EL E-TAX (e-TAX wo riyō shimashō)

Sistema de tributación nacional e-Tax. Desde las computadoras de los hogares es posible realizar la declaración y su presentación. Para el envío electrónico es necesario un trámite previo. Detalles en e-Tax home page ó e-Tax help desk ☎0570-01-5901.

*Al enviar una declaración de impuestos a través de internet, se necesitará un "certificado digital".

*Se puede presentar la declaración de impuestos usando el formulario descargado de la página web de Kokuzeichō e imprimiendo este.

◇ INSTRUCCIONES PARA LA DEDUCCION DE GASTOS MEDICOS (Iryōhi kōjō no meisaiho no tenpu)

Adjuntar recibos detallados de los gastos médicos para la deducciones, para la declaración de impuestos del 2017. No será necesario presentar los recibos que llevan sólo el monto pero éstos deberán conservarlos durante 5 años y presentarlo en la Oficina de Impuestos en caso se requiera.

Sin embargo, es posible adjuntar los recibos en la presentación de declaración del período de 2017 hasta 2019, si deseara revisar la deducción de gastos medicos; cabe recordar que la oficina de impuestos y la municipalidad no tienen los sobres para repartir.

◇ DECLARACION DE PERSONAS QUE COBRAN PENSIONES (Kōteki Nenkin Jukyūsha no shinkoku)

Cuando el importe total de ingresos por pensiones es menor a ¥4,000,000 y la suma total de ingresos es inferior a ¥200,000 no es necesario la declaración de impuestos sobre la renta. En caso de solicitar la devolución de impuestos, deberá realizar el trámite.

*Aunque no sea necesario la declaración de impuestos sobre la renta, podría llegar a requerir la declaración del impuesto al residente.

◇ TENER CUIDADO CON LOS FUNCIONARIOS FISCALES FALSOS Y LOS ENGAÑOS (Zeimu shokuin o yosootta fushinna denwa ya furikomesagi ni chūi!)

Tener cuidado con los funcionarios fiscales falsos y los engaños.

La Oficina Nacional de Impuestos y las Oficina de Impuestos informa que hay casos de llamadas telefónicas de funcionarios fiscales falsos, preguntando acerca del sistema de pensiones, sistema "Mi Número", recibo de la pensión de jubilado, saldo de la cuenta bancaria personal, etc.

Además, se está produciendo la suplantación del personal de la Oficina de Impuestos, causando daños por "fraude de transferencia" (*furikome sagi*) mediante la indicaciones del manejo del cajero automático.

La Oficina Nacional de Impuestos y la Oficina de Impuestos no hace las siguientes cosas.

○ Llamar por teléfono para preguntar o encuestas del sistema de pensión, del sistema "Mi Número", etc.

○ La operación del cajero automático para recibir el reembolso.

○ El pago de impuestos nacionales, especificación de la cuenta de la institución financiera y solicitar la transferencia.

Si recibe alguna llamada sospechosa, comuníquese de inmediato con la Oficina de Impuestos de Ōme.

◇ CUIDADO CON LOS CONTADORES FISCALES FALSOS (Nise zeirishi ni chūi)

La ley prohíbe que las personas sin cualificación de contable fiscal estén aptos para consultas y declaración de impuestos.

Además, tenga en cuenta que debido a falta de conocimiento profesional, etc., el cliente puede sufrir daños y problemas fiscales.

◇SOBRE LA PRESENTACION DEL REGISTRO DE RESPONSABILIDAD DEL ACTIVO Y EL REGISTRO DE LA PROPIEDAD EN EL EXTRANJERO (Zaisan saimu chōsho oyobi kokugai zaisan chōsho no teishutsu ni tsuite)

Aquellos que están obligados a presentar una declaración como el impuesto sobre la renta, etc., y el monto total de la cantidad de ingresos brutos y la cantidad de ingresos forestales para 2017 excedieron los 20 millones de yenes y aquellos que tienen propiedad para la cual la suma total de la propiedad es de 300 millones de yenes o el valor total de la propiedad de más de 100 millones de yenes al 31 de Diciembre de 2017. Envíe el registro de responsabilidad de la propiedad antes del 15 de Marzo.

Aquellos que tengan activos en el extranjero cuyo valor total exceda los 50 millones de yenes el 31 de Diciembre. Por favor, envíe el registro de propiedad extranjera antes del 15 de Marzo.

Informes: Oficina de Impuestos de Ōme (Ōme Zeimusho) ☎ 0428-22-3185.

要支援・要介護の方および要支援・要介護の方を介護している方へ

DOCUMENTOS NECESARIOS PARA LA DECLARACION DE LA RENTA, A PERSONAS QUE RECIBEN Y A LAS QUE BRINDAN CUIDADO

(Yōshien・yōkaigo no kata oyobi yōshien・yōkaigo no kata wo kaigo shite iru kata e)

SE EMITIRAN CERTIFICADOS PARA SER UTILIZADO EN EL TRAMITE DE LA DECLARACION DE IMPUESTOS (Kakutei shinkoku tetsuduki ni kakaru ninteisho wo hakkō shiteimasu)

Las personas (más de 65) que no tengan las libretas de discapacidad (*Shintai Shōgaisha techō*), pero tuvieran reconocimiento para cuidados de incapacitación, se le expedirá una constancia para que sea adjuntada a la declaración en el momento de presentarla. Puede solicitarla la persona interesada y sus familiares (persona dependiente).

□ CERTIFICADO DEDUCCIONES PERSONAS CON IMPEDIMENTOS (Shōgaisha kōjo)

Las personas con impedimentos según sea el grado podrán efectuar deducciones de sus gastos, de acuerdo a los resultados de reconocimiento para cuidados que posean (Rank A) / con demencia senil, grado de desenvolvimiento en la vida diaria II o III

□ CERTIFICADO DEDUCCIONES PERSONAS CON IMPEDIMENTOS CASOS ESPECIALES (Tokubetsu Shōgaisha kōjo) Que se encuentren postradas en cama, persona que requiere de ayuda para desenvolverse dentro de la casa, etc. (Rank B ó más) / con demencia senil, grado de desenvolvimiento en la vida diaria IV ó más / postrado en cama.

■ **Grado de desenvolvimiento en la vida diaria – referencia (Nichijō seikatsu Jiritsudo no meyasu)**

Rank A	Puede desenvolverse independiente en la vida diaria, pero requiere de asistencia para salir.
Rank B en adelante	Personas que necesiten ayuda para desenvolverse en la vida diaria y que normalmente tenga que estar en cama todo el día.
Nivel II, III.	Personas que a veces demuestran cierta dificultad en el desenvolvimiento en la vida cotidiana.
Nivel IV.	Personas que presenten dificultad con frecuencia en el desenvolvimiento en la vida cotidiana

■ **Quienes pueden solicitarlo:** el interesado y su familia (que tiene a cargo).

*No se brindará informes por teléfono por tratarse de información confidencial.

*El reconocimiento para las deducciones se expiden en la sección de Kōrei Fukushi Kaigoka Kōreifukushi kakari, en el primer piso de la municipalidad.

Informes: Kōrei Fukushi Kaigoka Kōreifukushi kakari (Centro de Bienestar de Cuidados de Personas de Tercera Edad), anexo 176.

おむつ代に係る医療費控除の申請

SOLICITUD PARA DEDUCCION DE GASTOS DE PAÑALES POR TRATAMIENTO MEDICO

(Omutsudai ni kakaru iryōhi kōjo no shinsei)

Las personas que se encuentren postradas en cama o las personas que están recibiendo tratamiento terapéutico, podrán deducir los gastos de pañales como “deducciones de gastos médicos” en el momento de efectuar su declaración de renta, adjuntando los recibos por gastos de pañales y la constancia del uso de pañales expedido por el médico que lo atiende de acuerdo a la opinión médica.

Presentar esa constancia en el primer piso de la municipalidad con el encargado en Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Ninteikai kakari. **Informes:** Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Ninteikai kakari, anexo 146.

PERSONAS QUE UTILIZAN EL SERVICIO DEL SEGURO DE CUIDADOS

(Kaigo hoken service wo riyō shiteiru kata e)

Con la declaración de rentas podría ser posible la "deducción de gastos médicos".

CASOS PARA LA PRESENTACION DE LA DECLARACION Y LA DEDUCCION DEL PAGO DE ATENCION MEDICA (Kakutei shinkoku de iryōhi kōjo no taishō to naru baai ga arimasu)

■ PERSONAS QUE SE ENCUENTREN EN CASA (Zaitaku no kata).

Las personas que están pagando el seguro para cuidados y están utilizando los servicios podrán deducir los pagos según sea el caso.

- ① Personas que reciben el servicio en el hogar de acuerdo con el plan.
- ② Personas que según su plan, reciben los siguientes servicios de cuidado en el hogar:
 - Personas que reciben visita de enfermeras.
 - Personas que reciben visita para rehabilitación.
 - Personas que asisten al centro de rehabilitación.
 - Personas que reciben orientación de control de cuidado en el domicilio.
 - Personas que reciben asistencia médica con internación a corto plazo.
 - Personas que reciben visita periódica y asistencia a domicilio tipo atención permanente (deben cumplir con algunas condiciones).
 - Personas que reciben servicios compuestos (deben cumplir con algunas condiciones).
- ③ Servicios que se pueden recibir sólo en caso de que reciba los servicios del ②.
 - Ayuda en el domicilio.
 - Ayuda de baño en el domicilio.
 - Asistir al centro de asistencia diurna.
 - Ingreso a una institución a corto plazo para recibir asistencia.
 - Servicios comunitarios (hay condiciones y excepciones: como personas que reciben servicio de cuidados por enfermedad cognitiva, asistencia diaria para internados en establecimientos especialmente designados).
 - Servicios como asistencia a domicilio para prevención de ayuda, asistencia en la vida diaria (sólo para servicios equivalentes al anterior servicio: asistencia en el domicilio para prevención de ayuda).
 - Servicios como asistencia diurna en el establecimiento para prevención de ayuda, asistencia en la vida diaria (sólo para servicios equivalentes al anterior servicio: asistencia diurna en el establecimiento para prevención de ayuda).



■ PERSONA QUE SE ENCUENTRE EN UNA INSTITUCION PARA CUIDADOS (Kaigo Hoken Shisetsu ni nyūsho shiteiru kata)

- ① Personas que se encuentren en una institución de bienestar social para cuidado de personas de la tercera edad, [10% o 20% de las cargas personales del servicio de cuidados y el 50% de la suma de los gastos personales por alimentos y permanencia] serán considerados para las deducciones.
- ② Personas que se encuentren en una institución de salud para cuidados por tratamiento médico [10% o 20% de las cargas personales del servicio de cuidados y la suma de los gastos personales por alimentos y permanencia] serán considerados para las deducciones.
 - *Serán considerados para las deducciones, los recibos de pagos efectuados a los Servicios de Cuidados de Salud, en donde deberán estar detallados el monto deducible por los gastos médicos.

Informes: Sobre las deducciones: Ōme Zeimusho (Oficina de Impuestos de Ōme) ☎0428-22-3185.

Sobre el Sistema de Seguro para Cuidados (deducciones)(Kaigo hoken seido): Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Hoken kakari, anexo 142.

SUSPENDERAN MAQUINA EXPENDEDORA DE CERTIFICADOS

(Jidōkōfuki o teishi shimasu)

El Viernes 19 de Enero, de 9:00 am ~ 11:00 am se suspenderá el servicio de las máquinas expendedoras de los certificados de domicilio, registros de sello, certificado de registro civil, etc. Durante este período pueden utilizar la máquina que se encuentra en el primer piso de la municipalidad "madouke kōfuki".

Informes: Shiminka Uketsuke kakari, anexo 121.

A LAS PERSONAS QUE HACEN DECLARACION DE IMPUESTOS UTILIZANDO EL CERTIFICADO ELECTRONICO

A las personas que hicieran la declaración de impuestos usando el certificado electrónico de tarjeta "Mi Número"· tarjeta de registro básica residente.

Puede hacer una declaración de impuestos utilizando un certificado electrónico instalado en la tarjeta "Mi Número". Además, aquellos que usan el certificado electrónico de la tarjeta fundamental de residente (jūmin kihon daichō cado) hasta ahora pueden continuar usandolo hasta la fecha de vencimiento, pero aquellos que haya vencido el certificado electrónico, favor de solicitar la tarjeta de "Mi Número".

※Incluso si está dentro de la fecha de vencimiento, el certificado electrónico puede ser revocado debido al cambio de dirección o nombre, etc.

Aquellos que hayan recibido la carta de notificación de la tarjeta mi número en casa, verifiquen los documentos requeridos y acérquense a la ventanilla de la sección para ciudadanos lo antes posible.

Recepción de la tarjeta "Mi Número"

Puede recibir la tarjeta "Mi Número" incluso después de la fecha límite indicada en la carta de notificación de emisión de la tarjeta "Mi Número". Por favor, confirme los documentos necesarios adjuntos con el aviso de entrega.

Además, aquellos que recibieron el aviso de entrega pero que no necesitan la tarjeta, traigan los documentos de confirmación de identidad y continúen con el procedimiento de cancelación.

Solicitud de la tarjeta "Mi Número"

Para recibir la tarjeta "Mi Número", es necesario presentar la solicitud por adelantado. Adjunte una fotografía de la cara a la aplicación de entrega de la tarjeta de número personal adjunta con la tarjeta de notificación, rellene los puntos necesario, colóquelo en el sobre de respuesta que recibió adjunto y envíe la solicitud por correo postal.

Las aplicaciones en línea de smart phone y computadoras personales también están disponibles. Para aquellos que están listos para la emisión de las tarjetas "Mi Número", se le enviará un aviso de la municipalidad sección de ciudadanos. Tarda aproximadamente un mes desde la solicitud de concesión hasta la entrega del aviso de entrega.

Informes: Shiminka Uketsuke kakari, anexo 121.

ENVIO DEL CERTIFICADO DE DEDUCCIONES DEL SEGURO SOCIAL

(Shakai Hokenryo, Kokumin Nenkin Hokenryō, Kōjo Shōmeisho no sōfu)

A comienzos de Noviembre, a todos los que están aportando el Seguro de Jubilación y Pensión Nacional (*Kokumin Nenkin Hokenryō*) se les envió el Certificado de deducciones "Shakai Hokenryō (kokumin nenkin hokenryō) kōjo shōmeisho" (postal).

• El importe total del Seguro de Jubilación y Pensión Nacional es aplicable para la determinación de la declaración (*Kakutei shinkoku*) y la regulación de finales de año (*Nenmatsu chōsei*).

En caso de que haya extraviado este documento y necesite uno nuevo por favor consultar.

Informes:

◆Nenkin kanyūsha dial ☎0570-003-004, Lunes ~ Viernes, 8:30 am ~ 7:00 pm, el 2do Sábado del mes, 9:00 am ~ 5:00 pm (excepto otros Sábados, feriados, fin y comienzo del año)

◆Ōme Nenkin Jimusho ☎0428-30-3410.

PAGO DE SEGURO PARA CUIDADOS Y DEDUCCIONES EN EL SEGURO SOCIAL

(Kaigo hokenryō wa shakai hokenryō kōjo no taishō desu)

A las personas que pagan el Seguro para Cuidados (*kaigo hokenryō*) se le considerará los importes abonados para las deducciones correspondientes en el momento que efectúa su declaración de impuestos.

*A las personas que se les descuenta el Seguro de Cuidados (*Kaigo Hokenryō*) mediante el descuento automático del Seguro de Jubilación, sólo se le considerará como Deducciones del Seguro Social (*Shakai Hoken Kōjo*) a la persona que se encuentran cobrando el seguro de jubilación.

Informes: Sobre declaración y trámites: Oficina de Impuestos de Ōme (Ōme Zeimusho) ☎ 0428-22-3185.

Sobre el Sistema de Seguro para Cuidados (Kaigo Hoken Seido): Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Hoken kakari, anexo 142.

A LOS QUE SOLICITEN EL CERTIFICADO DE IMPORTE MAXIMO DE CARGAS DEL SEGURO DE CUIDADOS (Kaigo Hoken Futan Gendogaku Ninteishō wo shinsei suru kata e)

El Kaigo Hoken Futan Gendogaku Ninteishō está dirigido a las personas que tienen la exención de pago del impuesto del ciudadano (*Jūminzei Hikazeisetai*). Para solicitar la certificación, deberá realizar la declaración de impuestos del ciudadano o la renta del año.

■ **Informes:** Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Hoken kakari, anexo 142.

農作物を栽培しませんか 市民農園使用者募集

~CONVOCATORIA~ TERRENOS DE CULTIVO EN LA CIUDAD

¿NO SE ANIMA A CULTIVAR?

(Nōsakumotsu o saibai shimasenka. Shimin Nōen shiyōsha boshū)

Terrenos de cultivo de la ciudad. La partición para cultivo se alquila y puede cultivar lo que desee.

Nombre del campo de cultivo	Lugar	Cantidad de lotes
Shimin Nōen N° 4	Sakaechō 2-11-1	28
Shimin Nōen N° 5	Ozakudai 3-5-11・12	25

*No hay estacionamiento en los campos de cultivo.

*Cada lote mide aproximadamente 20 metros cuadrados.

Período: 1 de Marzo hasta el 31 de Enero del 2020.

Dirigido: residentes de la ciudad (personal, no pueden ser empresas).

Costo: ¥4000 (durante el período de uso).

Inscripciones e informes: enviando una tarjeta postal con respuesta pagada (*ōfuku hagaki*) por correo o personalmente con llegada límite hasta el Lunes 29 de Enero a Sangyō Shinkōka Nōsei kakari, anexo 663.

*En caso de sobrepasar la cantidad de inscripciones, se decidirá por sorteo el Martes 30 de Enero a partir de las 9:00 en el salón de reuniones en el segundo piso de la municipalidad.

*Se aceptará sólo una solicitud por familia.

*Si alguien de la familia ya está usando los terrenos de cultivo actualmente, no podrá aplicar esta vez.

*Se les informará el resultado a todas las personas que se inscribieron.

*En caso de traer la postal personalmente, de 8:30 am ~ 5:00 pm (excepto Sábados y Domingos).

Anverso(往信用)		Reverso (返信用)	
〒205-8601 Hamura shi Sangyō shinkōka Nōsei kakari	No escribir	〒205-□□□□ Dirección Nombre y apellidos	Dirección Nombre y apellidos N°Teléfono Nombre del campo

南の島で国際交流 第42回ちびっこ探検学校ヨロン島参加者募集

42° CURSO EXPERIMENTAL DE INTERCAMBIO INTERNACIONAL PARA NIÑOS EN LA ISLA YORON

(Dai 42kai chibikko tanken gakkō Yorontō sankasha boshū)

Convocatoria para participar en un curso de expedición infantil de Intercambio Internacional en la isla Yoron cerca de Okinawa.

Niños japoneses y extranjeros pasarán juntos unos días en la isla participando en actividades al aire libre.

Período: Lunes 26 de Marzo ~ Domingo 1 de Abril (6 noches y 7 días).

Lugar: Kagoshima Ken Ōshima gun Yoron chō.

Dirigido: estudiantes desde el 2do año hasta el 6to año de la escuela primaria.

Capacidad: 200 estudiantes japoneses y 100 estudiantes extranjeros que residen en Japón.

Inscripciones: hasta el Lunes 5 de Marzo.

*Por favor consultar sobre más detalles como el costo y forma de inscribirse.

Informes: Kokusai Seishōnen Kenshūkyōkai, ☎03-6417-9721.

10° LANZAMIENTO VENTA DE VALES HAMURA NIGIWAI

(Hamura nigiwai shōhinken dai 10dan kōrei no kata, shōgai no aru kata, ninshinchū no kata, kosodate setai eno senkō yoyaku hanbai)

Venta anticipada de vales Nigiwai para personas mayores, con impedimentos físicos, embarazadas y familias con hijos.

En la Cámara de Comercio e Industria de Hamura, comenzará la venta de los vales “Nigiwai”, con un beneficio del 10%. A partir del Domingo 18 de Febrero. Para ayudar a estas familias se realizará la venta anticipada.

Dirigido: personas que hasta el 18 de Febrero hayan cumplido los 75 años o más, personas con impedimentos físicos que tienen la libreta de impedimento físico, libreta de impedimento psicossomático ó libreta de impedimento mental, embarazadas que tienen la libreta de salud de la madre y el niño (*Kenkō boshi techō*), familias con niños en secundaria elemental o menores.

Total de cuadernillos en venta: 30 millones (3000 cuadernillos).

Límite de compra: ¥30,000 por persona (hasta 3 cuadernillos).

*Las familias que tienen hijos en secundaria o menores pueden comprar hasta ¥30,000 por familia. *1 cuadernillo equivale a ¥10,000. *El contenido de un cuadernillo es de 10 vales tipo “A” (se puede utilizar en todas las tiendas afiliadas) y 12 vales tipo “B” (no se pueden usar en supermercados grandes). *Si sobrepasa la cantidad de personas se llevará a sorteo. Los resultados se enviarán a todas las personas que se inscribieron.

Período de inscripción: Miércoles 24 de Enero ~ Sábado 3 de Febrero.

Inscripciones: enviando una tarjeta postal con respuesta pagada (*ōfuku hagaki*) a Hamurashi Shōkōkai.

*Le notificaremos sobre el sorteo en la postal de regreso. Las personas que salieron sorteadas podrán canjear los vales con la postal que les llegará.

Modo de canje: Domingo 11 ~ Jueves 15 de Febrero, 8:30 am ~ 5:00 pm llevando la postal y el dinero en efectivo, y uno de los siguientes: documento de identidad donde se pueda comprobar su edad, libreta de impedimento físico ó psicossomático ó mental, libreta de salud de la madre y el niño, documentos donde se pueda comprobar que tiene hijos en secundaria elemental o menores, llevar todo a Hamurashi Shōkōkai.

*Los días Domingo 11 y Lunes 12 de Febrero se recepcionará a partir de las 9:00 am.

*Si se pasa el período de canje la postal ya no será válida.

*Sobre la venta general por favor consultar el boletín de Hamura del 1ro de Febrero.

*Los lugares donde puede utilizar los vales han cambiado. Por favor chequear en el momento del canje.

Informes: Hamurashi Shōkōkai ☎042-555-6211 / Sangyō Shinkōka Shōkō Kankō kakari, anexo 658.

Anverso(往信用)		Reverso (返信用)	
〒205-0002 Hamura shi Sakae cho 2-28-7 Hamurashi Shōkōkai	No escribir	〒205-□□□□ Dirección Nombre y apellidos (de uno mismo)	Dirección Nombre y apellidos N°Teléfono Nombre del campo

El precio de la postal con respuesta pagada a subido a ¥124.

図書館

BIBLIOTECA (Toshokan)

CUENTOS EN LA VISPERA DEL PRIMER DIA DE PRIMAVERA (Setsubun mamemaki ohanashikai)

Se narrarán cuentos como “Setsubun no mame no hajimari”, “Setsubun”, “Mamemaki”.

Puede ser que se aparezca un demonio mientras contamos estos cuentos!! Después de esto tiraremos los granos de soja y pediremos para atraer la fortuna. Los padres de familia también pueden asistir.

Fecha y hora: Sábado 3 de Febrero, 11:00 am ~.

Lugar: salón de voluntarios en el segundo piso de la biblioteca.

Dirigido: niños en edad preescolar hasta estudiantes de primaria. *Ir directamente al lugar.

VENTANILLA DE CONSULTA PARA LA INDEPENDENCIA

Información sobre la ventanilla de consulta para la independencia de la vida.

Apoyo de consulta independiente.

Se hablará todo sobre las preocupaciones relacionadas con el trabajo y la vida, se trabajará con las organizaciones relacionadas y se proporcionará ayuda para encontrar soluciones.

Beneficio de reserva de vivienda.

Proporcionaremos asistencia (reembolso) equivalente al alquiler para aquellos que se encuentran en estado de pobreza debido a la falta de trabajo y se le brindará apoyo para encontrar empleo (hay requisitos para recibir la ayuda).

Proyecto de apoyo para consejería en el hogar.

Juntos veremos la situación del presupuesto familiar, ayudamos a fortalecer la capacidad de administrar los hogares y apoyar la revitalización de la vida.

Proyecto de apoyo al aprendizaje del niño.

Para los estudiantes de secundaria de familias de condiciones económicamente difíciles, apoyamos ayudándolos una vez por semana con los estudios en las instalaciones de la ciudad. También se les dará apoyo enseñándoles cómo estudiar y cómo proceder en el futuro.

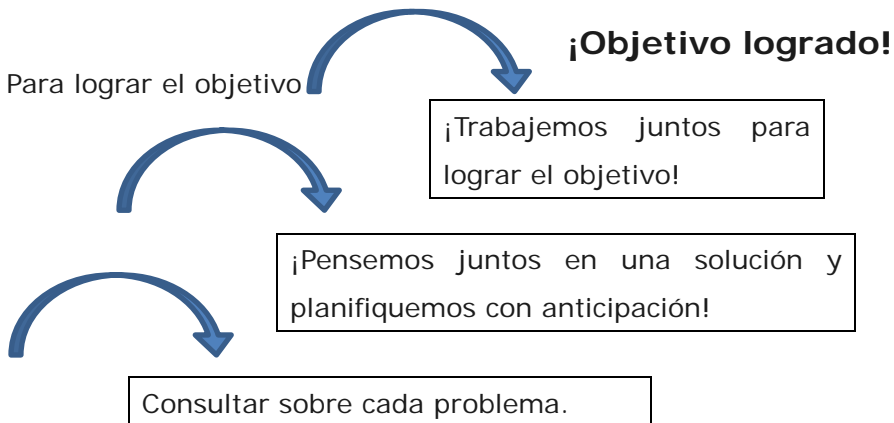
Datos generales

Horario de recepción: 8:30 am hasta el mediodía y de 1:00 pm a 5:00 pm (excepto Sábados, Domingos, feriados, fiestas de fin de año y año nuevo).

Ventanilla de consulta: en la municipalidad en el primer piso, sección de bienestar social (Shiyakusho ikkai Fukushika).

Informes: Shakai Fukushika Shomu kakari, anexo 107.

Estaba perdido, desorientado por todo, la administración del hogar no va bien; me preocupan las deudas y los atrasos, no puedo volver al trabajo porque estuve mucho tiempo sin trabajar; no soy bueno en las relaciones humanas y me preocupa el futuro; me gustaría consultar sobre el trabajo y la vida mientras ahorro dinero, etc. no se atormente solo y hable con nosotros.



HABLANDO CON EL ALCALDE

(~ Anata no idea wo shisei ni ~ shichō to tōku (town meeting))

En esta ocasión el alcalde escuchará las propuestas en relación a la vida diaria y la administración municipal.

Fecha y hora: Miércoles 31 de Enero, 7:00 pm ~ 9:00 pm.

Lugar: fukushi center.

Dirigido: residentes y trabajadores de la ciudad.

Inscripciones e informes: reservar por teléfono o personalmente en Kōhō Kōchōka Shimin Sōdan kakari, anexo 540. 8:30 am ~ 5:00 pm (excepto Sábados, Domingos y feriados).

*Si hubiera vacantes el mismo día podría ser recepcionado (la recepción el mismo día será hasta las 8:20 pm). *Dependiendo de las inscripciones, puede ser que se le de preferencia a las personas que participan por primera vez. *El señor Alcalde hablará con cada persona 15 minutos aproximadamente. *Asistir en forma individual no en grupo. *De acuerdo a lo programado, las preguntas que hiciera podrían no ser respondidas en el momento. *Se guardará absoluta reserva. Participe sin preocuparse.

CENTRO DE NATACION (Swimming center ☎ 042-579-3210)

★BALLETONE (バレトン)

Estos ejercicios se están poniendo de moda. Son ejercicios balanceados que se hacen descalzos, una combinación de fitness, balet y yoga. Son buenos para ejercitar el tronco, los gluteos y los muslos.

Fecha y hora: todos los Jueves, 2:00 pm ~ 3:00 pm. **Costo:** ¥800 por clase.

★AEROBICOS EN LA MAÑANA (モーニングエアロ)

Movimientos simples que se hacen al ritmo de la música utilizando todo el cuerpo. Pueden participar principiantes, así como también personas que siempre hacen ejercicios. Son efectivos para quemar grasa y botar el estrés.

Fecha y hora: todos los Domingos, 9:30 am ~ 10:30 am. **Costo:** ¥500 por clase.

Detalles en general:

Lugar: sala de entrenamiento en el segundo piso. **Dirigido:** desde estudiantes de secundaria elemental.

Capacidad: 20 personas (por orden de llegada).

Llevar: ropa cómoda para hacer ejercicios, toalla, bebida, zapatillas para interior.

Inscripciones: el mismo día en la recepción del sauna en el segundo piso.

AYUDA A PERSONAS CON AUTOENCERRAMIENTO (Tokyo hikikomori sapōto netto hōmon sōdan)

"Ayuda a personas del autoencerramiento de Tōkyō" ayuda a las personas con problemas de autoencerramiento, familiares y amigos. Las consultas se pueden hacer por teléfono o vía e-mail. No se atormente solo, primero consulte.

★Consultas por mail: se puede consultar usando computadora o por su celular las 24 horas. *Las consultas se realizarán dentro de la página de "Ayuda a personas del autoencerramiento de Tōkyō", para entrar a esta página necesita ser miembro.

★Consultas por teléfono: Lunes a Viernes, 10:00 am ~ 5:00 pm ☎03-5978-2043. Excepto feriados.

*Las consultas por teléfono o e-mail las puede hacer sin necesidad de dar su nombre.

★Consultas en persona: para estas consultas se necesita cumplir con algunas condiciones. Primero consulte en Jidō Seishōnenka.

*La consulta es gratis, sin embargo tendrá que pagar por la línea de teléfono.

*Para más detalles consultar la página web de "Ayuda a personas del autoencerramiento de Tōkyō".

Informes: Jidō Seishōnenka Jidō Seishōnen kakari, anexo 262 / Tokyōto Seishōnen · Chian Taisaku Honbu Seishōnenka ☎03-5388-2257.

FESTIVAL DE NIÑOS DEL VECINDARIO (Dai 2kai gokinjo, kodomo matsuri)

Evento para que participen los niños de primaria del vecindario con sus papas. Vengan en familia!

Fecha y hora: Domingo 11 de Febrero, 9:30 am ~ mediodía (se cancelará en caso de que nieve mucho).

Lugar: community center, hall en el tercer piso.

Dirigido: estudiantes de primaria y sus padres.

*Los niños deben asistir con sus padres.

*No necesita pertenecer a algún comité del vecindario para asistir.

Capacidad: 100 personas (en caso de sobrepasar la cantidad se llevará a sorteo). **Costo:** gratis.

Programación: ○9:30 am ~ 11:00 am...juegos. ○11:00 am ~ 11:30 am...show de magia.

○11:30 am ~ mediodía...bingo.

Inscripciones e informes: hasta el Lunes 5 de Febrero por teléfono o e-mail a Chiiki Shinkōka Chiiki Shinkō kakari, anexo 203. E-mail:s107000@city.hamura.tokyo.jp

*Si llama por teléfono, de 8:30 am ~ 5:15 pm (excepto Sábados y Domingos).

*Si envía un mail poner de título "2/11 mōshikomi", en el mail poner los siguientes datos: nombre de uno de los padres, nombre del colegio, grado, nombre del niño, no. teléfono, cantidad de personas que asistirán.

CURSO DE COMIDA SALUDABLE (Kenkō ryōri kōshūkai)

Comamos para estar saludables! Cuidado de las venas, prevención de la presión alta!

Presentaremos formas de usar menos sal en invierno.

Fecha y hora: Martes 20 de Febrero, 9:30 am ~ 0:30 pm.

Lugar: Centro de salud (Hoken Center).

Capacidad: 30 personas (por orden de llegada).

Costo: ¥300 (para materiales).

Llevar: pañuelo para el cabello, delantal, útiles para tomar apuntes, libreta de salud (las personas que tengan).

Inscripciones e informes: a partir del Martes 16 de Abril, llamando por teléfono o directamente en el centro de salud, anexo 625. 8:30 am ~ 5:00 pm (excepto Sábados, Domingos y feriados).

第 36 回羽村市駅伝大会 参加者募集

36 ° CONVOCATORIA PARA LA CARRERA DE RELEVOS DE HAMURA (Dai 36kai Hamurashi ekiden taikai sankasha boshū)

La carrera de relevos de Hamura se realizará cerca del parque Fujimi, pasando por la avenida Sangyō y la avenida de la municipalidad.

Fecha: Domingo 4 de Marzo (Se llevará a cabo así llueva).

Hora y lugar de reunión: 8:30 am, parque Fujimi (Fujimi kōen).

*Ceremonia de apertura a las 8:50 am, ceremonia de clausura al mediodía.

La primera carrera comenzará a las 9:30 am y la segunda carrera a las 10:20 am.

	Categoría de competencia	Costo Participación (1 equipo)		Distancia
		Residentes Hamura	Otras ciudades	
①	Equipo Asociación Vecindario	Gratis	--	7.6 km
	Colegio secundario inferior mujeres	Gratis	¥1,000	Trayecto 1y3 2km
	Adultos general mujeres	¥2,000	¥3,000	Trayecto 2y4 1.8km
	Adultos mayores de 50 años	¥2,000	¥3,000	
②	Colegio secundario inferior varones	Gratis	¥1,000	15.2km
	Adultos general	¥2,000	¥3,000	Trayecto 1 3.8km

Registro de participantes: 4 participantes, 2 suplentes, 1 entrenador (total no más de 7 personas).

*No importa el sexo de los participantes en los equipos de la asociación del vecindario, mayores de 50 años, adultos general. *Los grupos excepto el de la asociación del vecindario, pueden ser compuestos por personas que no sean residentes de la ciudad.

Inscripciones e informes: Viernes 12 de Enero ~ Domingo 4 de Febrero, de 9:00 am ~ 5:00 pm (excepto los Lunes); directamente en NPO Hōjin Hamura Shi Taiiku Kyōkai Jimukyoku (segundo piso del centro deportivo) llevando el formulario y el dinero para la inscripción, ☎042-555-1698.

*El formulario de inscripción se distribuye en NPO Hōjin Hamura Shi Taiiku Kyōkai Jimukyoku o lo puede descargar de la página web de Hamurashi Taiiku Kyōkai.

いこいの里「いきいき展」

IKOI NO SATO "EXPOSICION" (Ikoi no sato "iki iki ten")

Exposición de los trabajos de las personas que participaron en los cursos iki iki kōza y borantia kōza.

Fecha y hora: Viernes 16 ~ Domingo 18 de Febrero, 9:00 am ~ 4:00 pm (Domingo 18 hasta las 3:00 pm).

□Sábado 17...10:00 am ~ 1:00 pm el grupo ocha no kai invitará un delicioso té. 10:30 am ~ 11:30 am concierto con armónica.

□Domingo 18...10:30 am ~ 11:00 am tocarán el arpa japonesa (koto). 1:00 pm ~ 1:30 pm bailes de recreación. 1:30 pm ~ 2:30 pm concierto con armónica.

Lugar: Ikoi no sato. **Entrada:** gratis. *Ir directamente al lugar.

Llevar: zapatos para interior. **Informes:** Ikoi no sato ☎042-578-0678.

CONVOCATORIA PARA EL CONCURSO DE ROBOTS EN TAMA

(Tama robot contest shutsujōsha boshū)

Exposición 17° de intercambio industrial de Tama, se llevará a cabo un concurso de robots para que los niños sepan lo divertido que es crear cosas. Las piezas que se usarán (prorobo) se les repartirá el mismo día, se les dará una charla para que aprendan a ensamblarlas y luego de eso se realizará el concurso.

Fecha y hora: Sábado 24 de Febrero. **Lugar:** Tama Shokugyō Nōryōku Kaihatsu Center.

Dirigido: estudiantes de 4to de primaria hasta estudiantes de secundaria elemental, en pareja (los niños de primaria deben participar con sus padres, pareja padre e hijo).

Capacidad: 30 parejas (en caso de sobrepasar la cantidad se llevará a sorteo). **Costo:** gratis.

Inscripciones e informes: llamando por teléfono a Tama Kōgyō Kōryūten Jikkō Iinkai hasta el Viernes 2 de Febrero. ☎042-527-2700. *Para más detalles consultar la página web.

EXPOSICION Y TALLER DE MANUALIDADES

(Wakuwaku tanoshī kōsaku juku, sōsaku sakuhinten)

Exposición de los trabajos de los niños que ya han participado en las clases de manualidades anteriormente. Aproximadamente 70 obras. Vengan a ver el trabajo de los niños.

Fecha y hora: Sábado 20 y Domingo 21 de Enero, 9:00 am ~ 5:00 pm (el último día hasta las 3:00 pm).

TALLER DE MANUALIDADES

Taller para construir un robot que camina en dos piernas.

Hora: Sábado 20, ①10:00 am, 5 personas, ②11:00 am, 5 personas, ③1:00 pm, 4 personas, ④2:00 pm, 4 personas. Domingo 21, ①10:00 am, 4 personas, ②11:00 am, 4 personas, ③1:00 pm, 4 personas.

Costo: gratis. *Ir directamente al lugar.

Informes: Hamurashi Omocha Byōin Nejimawashi Jimukyōku ☎042-554-4665 (Yamaguchi san).

CURSILLO DE CAMINATA

(Ichinichi gentei walking kyōshitsu)

Caminemos juntos y refresquemonos caminando.

Fecha y hora: Domingo 18 de Febrero, 11:00 am ~ mediodía (en caso de lluvia se realizará el siguiente Domingo 25 de Febrero).

Lugar: Suijō kōen (Shinsui kōen). **Dirigido:** mayores de 16 años de edad.

Capacidad: 20 personas (por orden de reserva). **Costo:** ¥500 (se paga el mismo día).

Llevar: bebida, toalla, ropa y zapatos cómodos.

Inscripciones e informes: Martes 16 de Enero ~ Viernes 9 de Febrero, llenando los formularios de inscripción que se encuentran en el centro de natación, enviarlo por correo, fax, o directamente al centro de natación (Suijōkōen Walking Kyōshitsu kakari)

〒205-0011 Hamura-shi Gonokami 319-3, Fax 042-579-3212, ☎042-579-3210.

*Por correo, utilizar tarjeta postal con respuesta pagada (*ōfuku hagaki*) llenando su "dirección, nombre, edad y número de teléfono". *Si viene personalmente, de 9:00 am ~ 8:50 pm (excepto los Lunes).

CLASES PARA PADRES DE NIÑOS DE UN AÑO

(1saiji kyōshitsu "1sai chan atsumare!" 1 gatsu no kaisai)

Fecha y hora: Martes 23 de Enero, 10:30 am ~ 11:45 am. Recepción a partir de las 10:00 am.

Lugar: Hoken Center.

Dirigido: padres con hijos de 1 año a 1 año 2 meses, residentes de la ciudad (que no hayan participado antes). * No podrán participar otros niños, ni los hermanos. **Costo:** gratis.

Contenido: características de los niños de 1 año, ritmo de vida, destete, como jugar con ellos, como prevenir accidentes.

Llevar: libreta de salud de la madre y el niño (*Kenkō boshi techō*).

Inscripciones e informes: con anticipación por teléfono o directamente en Kosodate Sōdanka Sōdan kakari (dentro del Hoken Center), anexo 693. De 8:30 am ~ 5:00 pm (excepto Sábados y Domingos).

PAGINA DE LOS NIÑOS (Kodomo no page)



INFLUENZA

Cuál es la diferencia con una gripe normal?

La influenza es una enfermedad que nos da cuando el virus de la influenza entra en nuestro cuerpo. Dan los mismos síntomas que una gripe normal, dolor de garganta, mocos, tos y aparte de eso: dolor de cabeza, fiebre de más de 38 grados, dolor en las rodillas y codos, dolor en los músculos.

Cuando se propaga la influenza?

Cuando baja la temperatura y el ambiente se seca, aproximadamente de Diciembre a Marzo es cuando las posibilidades de que la enfermedad de la influenza se propague es mayor. En esa temporada varios niños se contagian en el colegio. Cuando una persona ya tiene el virus, cuando tose o estornuda el virus se propaga en el aire. Si uno respira o toca cosas infectadas con el virus y luego se toca la nariz o la boca, el virus entra en nuestro cuerpo.

Que hacer para no contagiarnos

1. Cuando regrese a casa de la calle lavarse las manos y hacer gárgaras.
2. Dormir lo suficiente y llevar una vida ordenada.
3. Ingerir alimentos para mantener una nutrición balanceada.
4. Recibir la vacuna de prevención.
5. Cumplir con las reglas de la etiqueta de tos que se menciona abajo.

ETIQUETA DE TOS

Llevar a cabo lo siguiente para prevenir el contagio a otras personas.

1. Ponerse una máscara (masuku) en la boca cuando tenga tos o mocos.
2. Cubrir la nariz y la boca con tissue o pañuelo al estornudar o toser.
3. Botar a la basura tissues que haya usado para limpiarse la nariz o la flema y lavarse las manos inmediatamente.
4. Si tiene tos evite ir a lugares donde se reúne mucha gente.

Informes: Hoken Center, anexo 627.

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS (1gatsu kōhan no kyūjitsu shinryō)



Fecha		HOSPITAL / TELEFONO				DENTISTA / TELEFONO	
Enero		9:00 am – 5:00 pm		5:00 pm – 10:00 pm		9:00 am – 5:00 pm	
21	Dom	Yamakawa Iin	042-554-3111	Fussa shi Hoken Center	042-552-0099	Hanenaka Shika Clinic	042-554-2202
28	Dom	Hamurashi Sōgō Shinryōjo	042-554-5420	Fussa shi Hoken Center	042-552-0099	Hamura Shika Iin	042-570-4618

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

“Himawari” Organización que guía sobre los diferentes tratamientos médicos de Tōkyō (Tōkyō-to Iryōkikan Annai Service) “Himawari” ☎03-5285-8181 (en español 9:00 am ~ 8:00 pm).

Mayores informes en el centro de salud, anexo 623.

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