

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

1 de Septiembre de 2018

Preparado por el grupo "Latinos al día"

Distribución Gratuita

敬老の集い

REUNION POR EL DIA DE LOS ANCIANOS (Keirō no tsudoi)

Fecha: Lunes 17 de Septiembre.

Lugar: Yutorogi.

Este día se celebrará la reunión de homenaje para los ancianos. Se invitará a las personas de 75 años y mayores, también a las que cumplen 75 este año. A las personas que les corresponde se les enviará una notificación. Diviertanse participando de este evento.

Distribución del horario y área:

La reunión se llevará a cabo en 4 partes para que más personas puedan participar. Este año hay algunos cambios en la distribución del área. Por favor confirmar el área y el horario que le toca de acuerdo a su dirección.

Primer horario (postal amarilla)

9:30 am ~ 11:00 am (abierto a partir de las 9:00 am):

Kawasaki higashi, Kawasaki nishi, Jōsuidōri, Honchō daiichi, Honchō daini, Honchō daisan, Azuma daiichi, Azuma daini, Seiryū, Nakaichi, Nakani, Tanoue daiichi, Tanoue daini, Tanoue daisan, Asahigaoka.

Segundo horario (postal celeste)

12:00 pm ~ 1:10 pm (abierto a partir de las 11:30 am):

Shinmeidai, Shinmeidai jūtaku, Midorigaoka daiichi, Midorigaoka nishi, Gonokami higashi, Gonokami naka, Sakaechō daini.

Tercer horario (postal rosada)

2:10 pm ~ 3:20 pm (abierto a partir de la 1:40 pm):

Futaba fujimi, Futabachō matsubara, Shinmeidai kami, Toei shinmeidai, Midorigaoka daini, Midorigaoka sanchōme, Azumadai, Fujimidaira daiichi, UR Hamura danchi.

Cuarto horario (postal verde)

4:20 pm ~ 5:30 pm (abierto a partir de las 3:50):

Mazaka daiichi, Mazaka daini, Miyaji, Mihara, Ozaku honchō, Ozakudai higashi, Ozakudai nishi, Sakaechō daiichi.

Llevar: la postal que recibió (para cambiarla con un recuerdo).

Programación:

Primera parte: Ceremonia (sólo en el primer horario).

Segunda parte: Espectáculo (canciones).

○Se presentarán Yamakawa Yutaka y Abe Shizue.

○Presentador: Aozora Kyūto.

POR FAVOR COOPEREMOS EN EL DESVIO DEL TRANSITO (Ukai ni gokyōryoku kudasai).

El ómnibus se detendrá en la calle fuera de Yutorogi en los siguientes horarios:

9:00 am ~ 9:20 am, 10:40 am ~ 11:50 am, 12:50 pm ~ 2:00 pm, 3:00 pm ~ 4:10 pm, 5:10 pm ~ 6:00 pm.

PETICIONES

- Sólo será permitido el ingreso a la persona agasajada.
- Las sillas delanteras son para los invitados (solo en el primer horario). Les agradecemos por su colaboración.
- Habrá movilidad de ida y de regreso, deberá confirmar el horario y el lugar en la tarjeta postal que recibió.
- No se transportarán sillas de ruedas en el ómnibus. Se pide a los familiares llevar y recoger al agasajado al final de la reunión.
- No habrá suficientes estacionamientos, favor utilizar el ómnibus comunitario Hamurán.
- En caso no hubiera asientos libres en el salón principal, sírvase pasar al salón pequeño, allí se proyectará en una pantalla en vivo.
- No se pueden tomar fotos en la segunda parte del espectáculo.

LAS PERSONAS QUE NO PUEDAN ASISTIR

*Podrá cambiar la postal por el recuerdo durante el período mencionado. El canje lo puede realizar un representante.

Período de canje: Martes 18 ~ Viernes 28 de Septiembre, 8:30 am ~ 5:00 pm (excepto el Sábado 22 y Lunes 24).

Lugar para efectuar el canje: Kōrei Fukushikaigoka, en el primer piso de la municipalidad.

*El día Domingo 23 de Septiembre en el salón tamokutekishitsu en el primer piso (excepto del mediodía ~ 1:00 pm).

Informes: Kōrei Fukushi Kaigoka Kōrei Fukushi kakari, anexo 176.

敬老金をお届けします

ENTREGA DE DINERO POR RESPETO A LA ANCIANIDAD

(Keirōkin wo otodoke shimasu).

En la ciudad de Hamura se hará la entrega de un dinero en efectivo por el "Día de Respeto a los Ancianos", como regalo, que se hará llegar hasta el Sábado 15 de Septiembre a las siguientes personas :

■ 77 años (nacidos entre el 2 de Abril de 1941 y 1 de Abril de 1942) ¥ 10,000.

■ 88 años (nacidos entre el 2 de Abril de 1930 y 1 de Abril de 1931) ¥ 20,000.

■ 99 años (nacidos entre el 2 de Abril de 1919 y 1 de Abril de 1920) ¥ 30,000.

*Se entregará este dinero a las personas que cumplieron o cumplirán la edad mencionada en el año 30.

Informes: Kōrei Fukushi Kaigoka Kōrei Fukushi kakari, anexo 177.

家族介護慰労金の支給

AGRADECIMIENTO POR APOYO A FAMILIARES DE EDAD QUE REQUIEREN DE CUIDADOS

(Kazoku kaigo irōkin no shikyū)

Las personas de edad que tengan el reconocimiento de grado 4 ó 5 en el uso del seguro de cuidados que se encuentren en sus domicilios y que se consideren dentro de las siguientes condiciones. Las personas que cumplen con los requisitos necesitan solicitarlo.

■ Que vivan con la persona que recibe el cuidado o que la estén cuidando en su misma casa (en este último año contando desde que presentó la solicitud).

■ Que la persona que recibe asistencia y los miembros de la familia hayan estado exonerados de pago de impuestos el año anterior al año al que pertenece el día básico de pago.

■ Que no haya utilizado el servicio de cuidado en el último año (excepto la permanencia corta, menos de 7 días).

■ Que no haya sido internado más de 90 días, durante el último año.

Importe de pago (anual): ¥ 100,000 / familia.

*Consulte para recibir más información.

Solicitud e informes: Kōrei Fukushi Kaigoka Chiiki Hōkatsu Shien Center kakari, anexo 198.

18° FESTIVAL TRADICIONAL DE HAMURA (Dai 18kai Hamura furusato matsuri)

Se llevará a cabo el 18° tradicional de Hamura.

Fecha y hora: Sábado 22 y Domingo 23 de Septiembre, desde el mediodía ~ 6:30 pm.

Lugar: en los alrededores de la salida Este de la estación de Ozaku.

Restricción del tráfico: ambos días, estará restringido el tráfico en los alrededores de la salida Este de la estación de Ozaku, desde las 10:00 am ~ 8:00 pm. Solicitamos su comprensión y cooperación.

Informes: Hamura Furusato Matsuri Jikkō Iinkai Jimukyoku (Sangyō Shinkōka), anexo 657.

Sábado 22 de Septiembre	
Desde el mediodía~	Alumnos de los jardines de infancia, guarderías de Hamura, grupo Sōran.
1:50 pm~	Ceremonia de apertura.
2:15 pm~	iBailemos todos Sōran! estudiantes de las escuelas primarias de la ciudad.
2:30 pm~	Yosakoi Sōran, bailes, interpretación con instrumentos de metal.
Domingo 23 de Septiembre	
Desde el mediodía~	Yosakoi Sōran, bailes y presentación de los tambores japoneses.
5:50 pm~	grupo Yosakoi Sōran y otras agrupaciones.
6:10 pm~	Ceremonia de clausura.

El recorrido del omnibus comunitario Hamuran cambiará estos días (rutas de Ozaku y Hamura Chūō)

El ómnibus comunitario Hamuran no se detendrá en el paradero de la salida Este de la estación de Ozaku los días 22 y 23 de Septiembre. Por favor utilizar el paradero temporal de la estación Ozaku salida Este, (Ozakudai 1-3-8. Estará ubicado en el cruce Norte de la estación de Ozaku lado Sur).

Informes: Toshi Keikakuka Jūtaku · Kōtsu kakari, anexo 276.



SERVICIO MEMORIAL (Dōbutsu Ireisai)

Se llevará a cabo esta actividad, en la semana de protección de animales (20 al 26 de Septiembre) en memoria de los animales que fueron criados en el parque. Las personas que estén interesadas pueden participar llegando 15 minutos antes de que empiece la ceremonia y llenando sus datos en la lista.

Fecha y hora: Sábado 22 de Septiembre, 11:00 am ~ 11:30 am (no se suspenderá por lluvia).

Lugar: frente al monumento del zoológico.

DESCANSO EN SEPTIEMBRE (9gatsu no kyūenbi)

Lunes 3 y 10. *Los días 17 y 24 estará abierto.

Informes: ☎042-579-4041.

N° 5 CONVOCATORIA A VENDEDORES PARA EL MERCADO DE PULGAS "NIJI IRO" ([Dai Niji Iro Flea market]shuttensha boshū)

Es un mercado en donde podrá encontrar ropa, útiles de la vida diaria. También podrán vender vehículos, motos, maletas de viaje. Es una buena oportunidad para encontrar buenas cosas y para promover el reciclaje.

Fecha y hora: Domingo 9 de Septiembre de 9:00 am ~ 12:30 pm (se suspenderá en caso de mal tiempo).

Lugar: estacionamiento de Sangyō Fukushi Center.

Informes: Seikatsu Kankyōka, anexo 205.

9月20日から26日は動物愛護週間

SEMANA DE LOS ANIMALES DEL 20 AL 26 DE SEPTIEMBRE (9 gatsu 20nichi kara 26nichi wa dōbutsu aigō shūkan)

FESTIVAL DE PROTECCION DE ANIMALES

Tema: Sabe sobre la ley de administración y protección de animales?

Eventos afuera: hablaremos sobre la historia y presente situación de esta ley. Clases para adiestrar a los perros. Otros eventos como exposición de paneles y plaza de los niños.

Fecha y hora: Sábado 22 de Septiembre, 11:00 am ~ 4:00 pm.

Lugar: Parque Ueno Onshi (cerca del lago)

Eventos adentro: charlas y exposición de paneles por un experto sobre como pueden convivir las personas y los animales.

Fecha y hora: Sábado 15 de Septiembre, 1:00 am ~ 5:30 pm.

Lugar: Taitoku Shōgai Gakushū Center Milenium Hall.

Capacidad: 300 personas (por orden de inscripción).

Inscripciones: hasta el mediodía del Viernes 14 de Septiembre registrandose desde la pagina web "Dōbutsu Aigo Festival".

Informes: Heisei 30nendo Dōbutsu Aigo Kanri Shūkan Chūō Gyōji Okunai Gyōji Uketsuke Madoguchi ☎03-5362-0117.

❖ RESPONSABILIDAD Y CARIÑO HASTA EL FINAL

Las personas que adquieren animales están obligados a preocuparse por ellos hasta el final, desde el momento de su adquisición están aceptando esa responsabilidad.

❖ CASTRARLO SI LLEGARA EL MOMENTO

Someterlo a una operación si no desea la proliferación, facilitará su manejo y protegerá los órganos reproductores genitales.

❖ IDENTIFICACION

Colocarle una placa o identificación para que en caso su mascota se perdiera se le pueda contactar inmediatamente. Los dueños de perros tienen el deber de registrar al animal y ponerle la vacuna contra la rabia.

❖ CRIAR A LOS GATOS DENTRO DE LA CASA

Pensando en la situación del tráfico y de las casas, lo mejor ahora es cuidar a los gatos dentro de las casas.

❖ RESPETAR LAS REGLAS CUANDO REALICE SUS PASEOS

Cuando lleve al perro a dar sus caminatas, deberá ir al lado del perro. Si el animal se orinara, inmediatamente echar agua en el lugar, recoger el excremento y llevarlo de regreso a su casa.

❖ PREPARACION EN CASO DE DESASTRES

Si ocurriera un desastre, lo primero es proteger la vida de las personas. Si el dueño no está a salvo no podrá cuidar de su mascota. En caso de que sea necesario ir a los lugares de refugio, en lo posible lleve a su mascota consigo. Deberán alistar raciones de agua y alimento para el animal por lo menos para 5 días. Enseñemos a la mascota a entrar a su corral y a orinar en el lugar indicado.

Informes: Kankyō Hozenka, anexo 226.

全年齢対象地域就職面接会

ENTREVISTA DE TRABAJO PARA PERSONAS DE TODAS LAS EDADES (Zennenrei taisho chiiki shūshoku mensetsukai)

Fecha y hora: Martes 11 de Septiembre, 1:00 pm ~ 4:00 pm.

Lugar: Tōkyō Toritsu Tama Shokugyō Nōryoku Kaihatsu Center (llevar curriculum vitae, la cantidad necesaria para presentar en las compañías que desee).

*Se realizará un seminario de medidas para entrevistas de 10:00 am ~ mediodía. Sólo podrán asistir 30 personas, por orden de inscripción.

Informes: Tōkyō Shigoto Center Tama ☎042-329-4524.

SEPTIEMBRE "REFUERZO EN LA SEPARACION DE BASURA INCINERABLE"

(Kugatsuwa 「moyaserugomi bunbetsu kyōka gekkan」)

En la Ciudad, con el objetivo de disminuir la basura incinerable, los meses de Febrero, Mayo y Septiembre corresponden a los meses de "Refuerzo en la separación de la basura incinerable".

No estará botando dentro de la basura quemable productos que se pueden reciclar? Solicitamos la colaboración de todos para la correcta clasificación.

❖ COLOCAR TRES BASUREROS (3 shurui no gomi bukuro wo secchi)

- ① Para papeles, revistas (recurso "A"),
- ② envolturas de golosinas (recurso "B"),
- ③ papel tissue (basura quemable).

❖ SEPARAR PLASTICOS (yōkihōso plastic)

Los productos que tienen la marca 「プラ」 corresponden a la basura plástica. Los recipientes de champú y envolturas de comida se deben lavar, quitar la suciedad y botarlos en los días de recolección de (recurso B) en una bolsa transparente o semitransparente.

❖ SEPARAR LAS TELAS VIEJAS (furusen-i)

Las cortinas, sábanas y trapos viejos se botan como "telas viejas" (recurso A). Aunque estén un poco sucias o rotas servirán para ser recicladas. No los tire como basura quemable. Favor evite de botarlos en los días de lluvia. Si estas se mojan ya no se podrán reciclar.

❖ ESCURRIR BIEN LA BASURA INCINERABLE (mizukiri)

Favor quitar el agua a la basura para disminuir el volumen.

❖ EVITAR ALMACENAR COMPRAS INNECESARIAS

Cuando vayamos de compras, compremos la cantidad que vamos a consumir. Si compra en exceso podría no utilizarse completamente y luego se convertiría en basura.

Exposición:

Fecha y hora: Martes 4 ~ Jueves 20 de Septiembre, 8:30 am ~ 5:00 pm (último día hasta las 4:00 pm).

Lugar: entrada de la municipalidad, 1er piso.

Informes: Seikatsu Kankyōka Seikatsukankyō kakari, anexo 204.

EXAMEN MEDICO PARA ALUMNOS QUE ENTRARAN A PRIMER AÑO DE PRIMARIA (Shūgakuji kenkō shindan)

Este examen médico está dirigido a los niños que ingresarán a la escuela primaria en el mes de Abril del 2019.

Hasta mediados de Septiembre, a las familias que les correspondieran, se les enviará un aviso indicando el nombre de la escuela en donde deberá realizar el examen médico para la admisión. De no llegar a tiempo la tarjeta o de asistir al examen médico en otro colegio, solicitamos favor de contactarse con la sección de educación (Gakkō Kyōikuka Gakumu kakari).

=Escuela y fecha para realizar el Examen Médico=

Hamura Higashi Shōgakkō:	Viernes, 26 de Octubre
Hamura Nishi Shōgakkō:	Lunes, 22 de Octubre
Fujimi Shōgakkō:	Martes, 30 de Octubre
Sakae Shōgakkō:	Lunes, 15 de Octubre
Shōrin Shōgakkō :	Martes, 27 de Noviembre
Ozakudai Shōgakkō:	Viernes, 2 de Noviembre
Musashino Shōgakkō:	Viernes, 9 de Noviembre

Recepción: 1:15 pm ~ 1:30 pm. *Shōrin Shōgakkō y Musashino Shōgakkō de 1:10 pm ~ 1:25 pm.

Informes: Gakkō Kyōikuka Gakumu kakari, anexo 356.

HELP CARD – HELP MARK

HELP CARD	HELP MARK
<p>ヘルプカード</p> <p>あなたの支援が必要です。</p>  <p>La tarjeta Help Card la portan personas con discapacidades que necesitan de cierta ayuda. Fue creada por la ciudad como una forma de solicitar ayuda a las personas cercanas en el momento que lo necesite. En la tarjeta tiene la inscripción de que "Requiere de su auxilio". Si ve alguna persona con esta tarjeta, solicitamos ayudar siguiendo las instrucciones de la tarjeta.</p> <p>Dirigido: personas portadoras de las libretas:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Libreta de discapacidad física (shintai shōgaisha techō) -Libretas de discapacidad psíquica (ai no techō) / (seishin shōgaisha hoken fukushi techō) -Personas con enfermedades de difícil cura (Nanbyō no kata) 	<p>HELP MARK</p>  <p>La tarjeta Help Mark es utilizada por las personas que necesitan ayuda o atenciones y que no se pueden percibir desde el exterior. Esta tarjeta fue creada por la ciudad de Tōkyō con el fin de que las personas que estemos cerca podamos ofrecer ayuda.</p> <p>Si ve alguna persona con esta tarjeta, solicitamos por favor ceder el asiento en los trenes, o actuar con consideración.</p> <p>Dirigido: personas con pierna ortopédica, articulaciones artificiales, problemas internos, enfermedades de difícil cura y/o embarazadas en sus primeros meses, etc.</p>
<p>Distribución de las tarjetas (kādo · māku no haifu)</p> <p>Las tarjetas Help Card y Help Mark se distribuyen en la Municipalidad 1er piso, sección Shōgai Fukushika.</p> <p>*La cantidad de estas tarjetas es limitada. En las estaciones de tren subterráneo Toei, Yurikamome y el monoriel Tamatoshi también distribuyen estas tarjetas. Consultar antes de ir.</p> <p>Informes: Shōgai Fukushika Shōgai Fukushi kakari, anexo 172.</p>	

ENTREVISTA DE TRABAJO PARA JOVENES EN ŌME (Jakunensha gōdō shūshoku mensetsukai in Ōme)

Fecha y hora: Viernes 28 de Septiembre, 1:30 pm ~ 4:00 pm (recepción 1:00 pm ~ 3:00 pm).

Lugar: Ōmeshi Fukushi Center, sala de reuniones, 2° piso (Ōmeshi Higashi Ōme 1-177-3).

Dirigido: personas hasta aproximadamente 39 años de edad.

Compañías que participarán: 10 compañías (para más detalles de las compañías que participarán ver la página web de Hello Work Ōme).

Llevar: curriculum vitae (varios, en japonés) y útiles para tomar apuntes.

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

COOPERANDO CON UNA DONACION (Midori no bokin ni gokyōryoku wo)

Desde el Lunes 3 de Septiembre al Miércoles 31 de Octubre, durante dos meses, se instalarán en las instituciones de la ciudad las cajas destinadas para que los ciudadanos puedan colocar sus donaciones.

El dinero que se reúna de las donaciones se destinará para la conservación de los bosques de Tōkyō, caminos, parques, etc. Además se utilizará para la plantación de flores en los canchales de calles y parques.

Instituciones donde puede encontrar las cajas para donaciones: en información 1er piso y en Kankyō Hozenka en el 2do piso de la municipalidad, Hoken Center, Yutorogi, Toshokan, Kyōdo Hakubutsukan, Sports Center, Swimming Center, Fukushi Center.

Informes: Kankyō Hozenka, anexo 226.

JUGUEMOS TODO EL DIA (Hamura ichinichi playpark aki no maki)

Tal vez podamos jugar algo diferente! Experimentemos jugar con madera, cuerdas, una hamaca grande, también podemos hacer una fogata. Si hace mucho calor podemos jugar con agua!

Fecha y hora: Domingo 16 de Septiembre, 11:00 am ~ 3:00 pm (ir directamente al lugar).

Lugar: Sekishita recreation hiroba.

*Los niños de 2do grado de primaria o menores deben ir con sus padres.

*No hay estacionamiento.

Capacitación para líderes de juegos

Fecha y hora: Domingo 16 de Septiembre, 10:00 am. **Lugar:** Sekishita recreation hiroba.

Capacidad: aproximadamente 10 personas (por orden de reserva).

Inscripciones: a partir del Lunes 3 de Septiembre, por teléfono o correo electrónico a Hamura playpark (Sekiguchi san).

*Es un grupo que tiene como objetivo construir un espacio donde los niños puedan ser ellos mismos haciendo que jueguen con libertad.

En caso de lluvia se llevará a cabo el Lunes 17 de Septiembre.

Informes: Hamura Playpark no kai (Sekiguchi) ☎080-6548-9952, e-mail: hamurappa@gmail.com

TALLER PARA APRENDER A ENCUADERNAR (Seihon kōza)

Aprenderemos lo básico para encuadernar del grupo voluntario "Hondana". No quiere hacer su propio libro con panfletos de conciertos, documentos de cursos, fotos o cartas?

A partir del Martes 4 ~ Viernes 28 de Septiembre se exhibirá la forma de encuadernar en la biblioteca.

Fecha y hora: Jueves 11 de Octubre, 1:00 pm ~ 4:00 pm. **Lugar:** salón de voluntarios en el 2do piso.

Capacidad: 10 personas (por orden de inscripción). **Costo:** ¥500 (incluye el manual y material).

Llevar: el material que desea encuadernar (aproximadamente 1 ~ 2cm de grosor, tamaño A4 o B5, sólo material que desee encuadernar en vertical). *Las personas que no tienen el material para encuadernar por favor consultar.

Inscripciones: Martes 4 ~ Viernes 28 de Septiembre, 10:00 am ~ 8:00 pm, por teléfono o personalmente en la biblioteca.

Días de descanso de este mes: Martes 18 de Septiembre.

Informes: Toshokan ☎042-554-2280.

71° FESTIVAL DEPORTIVO DE HAMURA (Dai 71 kai Hamurashi shimin taiikusai ni sanko shimasenka)

Fecha: Domingo 7 de Octubre (en caso de lluvia se realizará el Lunes 8 de Octubre).

Lugar: patio del parque Fujimi.

COMPETENCIA DE CARRERA CON RELEVOS: Se invita a las personas que trabajan en la ciudad a participar en las competencias de carrera con relevos. El grupo debe estar conformado por 4 personas (de los cuales una o más deben ser mujer).

* La distancia a correr 100 metros por persona.

* Capacidad: primeros 18 grupos (por orden de inscripción).

DESFILE DE GRUPOS: Todos los grupos deportivos y agrupaciones podrán participar en el desfile a realizarse en el descanso de mediodía.

Las inscripciones para ambas actividades hasta el día Viernes 14 de Septiembre de 9:00 am ~ 5:00 pm (excepto los Lunes) por teléfono o directamente en NPO Hōjin Hamurashi Taiiku Kyōkai Jimukyoku (2do piso del Centro Deportivo) ☎042-555-1698.

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

★CURSO DE CAMINATA EN EL AGUA (Suichū walking koshūkai)

Fecha y hora: Sábado 22 de Septiembre de 10:00 am ~ 10:50 am.

Lugar: Swimming Center.

Dirigido: desde 16 años de edad y mayores. **Capacidad:** 30 personas (por orden de llegada)

Costo: residentes y trabajadores de la ciudad ¥400 ,otras ciudades ¥600 (incluye el ingreso y seguro)

Llevar: traje de baño, gorro, toalla, etc.

Inscripciones: el mismo día de 9:00 am ~ 9:50 am, en la recepción de la piscina.

SALA DE ENTRENAMIENTO

★EJERCICIOS PARA EL AJUSTE DE LA PELVIS (Kotsuban chōsei exercises)

Estos ejercicios fortalecen los músculos de la pelvis, mejorando el balance y posible distorsionamiento.

Fecha y hora: todos los Martes, 9:30 am ~ 10:30 am.

★ARTES MARCIALES (martial arts)

Se realizarán movimientos fáciles de boxeo y patadas al compás de la música.

Fecha y hora: todos los Miércoles, de 2:00 pm ~ 3:00 pm.

★AEROBICOS DE NOCHE (Night aerobics)

Movimientos simples que se realizan al compás de la música.

Fecha y hora: todos los Miércoles, 7:00 pm ~ 8:00 pm.

★EJERCICIOS PARA ELIMINAR LA FLACIDEZ DEL CUERPO (Shintai hikishime exercises).

Se trabajará utilizando pelotas para balance.

Fecha y hora: todos los Viernes, 2:00 pm ~ 3:00 pm.

■Detalles para todas las clases:

Lugar: sala de entrenamiento (sólo los ejercicios para eliminar la flacidez del cuerpo serán en el 2do piso, sala de reuniones).

Dirigido: estudiantes de secundaria elemental o mayores.

Capacidad: 20 personas (por orden de llegada).

Costo: ejercicios para eliminar la flacidez del cuerpo...¥800, otros...¥500.

Llevar: ropa para hacer ejercicios, toalla, bebida, zapatillas para interior (solo para las clases que serán en la sala de entrenamiento).

Inscripciones: el mismo día en la recepción del sauna en el 2do piso.

FRESHLAND NISHITAMA
(☎042-570-2626)

EVENTO POR EL DIA EN HONOR A LOS ANCIANOS (Keirō no hi ibento)

La entrada estará a mitad de precio para las personas mayores de 70 años.

Período: Sábado 15 ~ Viernes 21 de Septiembre.

Costo: residentes de Hamura, Ome, Fussa, Mizuho...3 horas ¥250, 1 día ¥350.

Residentes de otras ciudades...3 horas ¥400, 1 día ¥600.

*No se pueden usar cupones. *Se necesita presentar la tarjeta de conducir o del seguro de salud.

Informes: Freshland Nishitama

CONSULTA LABORAL HELLO WORK OME
(Shucchō hello work)

Fecha y hora: Miércoles 12 y 26 de Septiembre, de 1:30 pm ~ 4:30 pm.

Lugar: Sangyō Fukushi Center 2do piso, sala de seminarios.

Informes: Sangyō Shinkōka Shōkō Kankō kakari, anexo 657.

VISITA A KIYOSATO EN OMNIBUS Y RECORRIENDO CON LA LINEA KOUMI LA ZONA CON UN GUIA LOCAL

(Kiyosato wo bus to Koumisen de megurō genchi guide tsuki)

PRESENTACION DEL CENTRO VACACIONAL NATURAL (Shizen Kyūkamura) PASEO DE UN DIA. CONVOCATORIA PARA LA PARTICIPACION.

Está a menos de dos horas de la ciudad de Hamura, rodeada de la naturaleza majestuosa de Yatsugatake del sur. Entre ellos, está Kiyosato en la prefectura de Yamanashi donde se reúnen las atracciones del centro vacacional. Visite lugares de interés turístico alrededor del pueblo, experimente la belleza de Kiyosato y visite las instalaciones del centro vacacional.

Fecha programada: Sábado 27 de Octubre, 7:30 am a 6 pm (se llevará a cabo así llueva).

Lugar de reunión y disolución: Municipalidad de Hamura.

Itinerario: el traslado será en ómnibus. Se hará un recorrido con la línea Koumi (Observatorio Astronómico Nacional Nobeyama. Observatorio onda especial), Seizumi Dorm, etc. Además de visitar se comerá deliciosa comida.

*Para más detalles, por favor consulte el panfleto que se encuentra en recepción y en la ventanilla Chiiki Shinkōka en el 2do piso de la municipalidad. También en la página oficial de la ciudad.

A las personas que participen por favor cooperen con un cuestionario sencillo dirigido a promover la utilización del centro de vacaciones natural.

Dirigido: Residentes, personas que trabajan en la ciudad o aquellos que están en la escuela primaria o superior (Un grupo de 2 a 4 personas), que nunca han participado en este evento o actividades (incluido el viaje de un día) en el pasado (menores de edad deben ir acompañados por sus padres).

Capacidad: 22 personas (Mínimo de personas: 10 personas).

*En caso de exceder la cantidad de solicitudes, habrá un sorteo el Miércoles 26 de Septiembre y le informaremos por teléfono o correo electrónico antes del Jueves 27 de Septiembre.

Costo: por 1 persona 2.000 yenes (almuerzo incluido; que se cobrará el mismo día, tarifa de la línea Koumi por separado 500 yenes).

*Si cancela su participación el Viernes 26 de Octubre o después de esa fecha, se le cobrará el monto completo de la tarifa de participación.

Inscripciones e informes: hasta el Martes 25 de Septiembre por teléfono, correo electrónico : s107000@city.hamura.tokyo.jp o directamente en Chiiki Shinkōka Chiiki Shinkō kakari, anexo 203.

*En caso de inscribirse por correo electrónico:

Poner como asunto: Shizen Kyūkamura Shōkai Jigyō Mōshikomi

Contenido: dirección, nombre, fecha de nacimiento, edad, sexo, número de teléfono de todos los participantes.

OTORGARAN SUBSIDIOS A LOS PADRES DE JOVENES QUE PARTICIPARON EN TORNEOS NACIONALES Y OTROS

(Zenkoku taikai nado ni shutsujō shita seishōnen no hogosha wo taishō ni hojokin wo kōfu shimasu)

La ciudad de Hamura, con el propósito de promover el deporte, arte y cultura, si los jóvenes tienen su domicilio en la ciudad y han participado en torneos nacionales, parte de los gastos se entregarán a los padres como subsidio.

*Los jóvenes hasta el 31 de Marzo después de cumplir los 18 años de edad.

Dirigido: los torneos nacionales y campeonatos organizados por el país, entidades públicas locales, Fundaciones de Bienestar Público u otra organización afiliada.

Subvención: gastos de transporte y alojamientos relacionados con los campeonatos (existe una cantidad máxima).

Informes: Shōgai Gakushū Sōmuka Shōgai Gakushū Suishin kakari, anexo 363.

EXAMEN DENTAL PARA MAYORES (Seijin shika kenshin)

Fecha: Sábado 1 de Septiembre ~ Miércoles 31 de Octubre.

Dirigido: residentes de 65 años y mayores de edad cumplidos el 1 de Junio 2018.

Contenido: formulario de preguntas, ver condiciones de la dentadura, estado bucal, piorrea, etc.

Procedimiento: reservar una fecha con anticipación en uno de los centros médicos autorizados.

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

* Sólo una vez al año por persona. * Mayores informes acerca de los centros médicos autorizados dirigirse a la página web o consultar en el Hoken Center.

Informes: Hoken Center, anexo 623.

FESTIVAL DEL SILVER CENTER POR EL 27 ANIVERSARIO (Dai 27 kai Silver Hamura fureai matsuri)

En este festival se explicará sobre las actividades, se presentarán y estarán a la venta los trabajos que se hacen en los cursos. Habrán puestos, se mostrará como se viste con kimono, como pegar el papel en las ventanas de los cuartos de tatami. Consultas sobre salud y se realizará un bazar.

Fecha y hora: Sábado 8 de Septiembre, 10:00 am ~ 3:00 pm / Domingo 9 de Septiembre, 10:00 am ~ 2:00 pm.

- Consultas sobre salud: Sábado 8 de Septiembre, de 10:00 am ~ mediodía.
- Servicio de consultas para mayores: Sábado 8 de Septiembre, 10:00 am ~ 3:00 pm.
- Bazar: Domingo 9 de Septiembre, 11:00 am ~.

Lugar: Silver Jinzai Center. **Informes:** Silver Jinzai Center ☎042-554-5131.

GUIA DE LOS EVENTOS DEL MOVIMIENTO DE SEGURIDAD VIAL (Kōtsū anzen evento)

FESTIVAL DE SEGURIDAD VIAL DE OTOÑO (Aki no kōtsū anzen festival)

Fecha y hora: Domingo 2 de Septiembre, 2:00 pm ~ (la entrada estará abierta desde la 1:30 pm).

Lugar: Akigawa Kirara Hall.

Contenido: clases de seguridad vial, interpretaciones de juvenes, mini concierto, aprendamos sobre las reglas de tránsito con Shimajirō, exhibición de motos patrulleras.

CURSILLO DE SEGURIDAD VIAL

Fecha y hora: Miércoles 12 de Septiembre, 7:00 pm ~ 8:00 pm (la recepción a partir de las 6:30 pm).

Lugar: en el salón principal "Yutorogi".

*Favor de hacer uso del transporte público.

Informes: Bōsai Anzenka Bōhan · Kotsu Anzen kakari, anexo 216.

PASEO POR LOS LUGARES HISTORICOS DE HAMURA

(Tōkyō bunkazai week 2019 rekishi kōza "Rekishi sanpo ~ Hamuraseki wo mite manabu")

Fecha y hora: Sábado 20 de Octubre, 9:00 am ~ 12:30 pm.

Lugar y hora de reunión: 9:00 am frente a la boletería de la estación de Hamura.

Dirigido: estudiantes de 4to de primaria y mayores. *Los estudiantes de primaria deben ir acompañados de sus padres.

Capacidad: 30 personas (por orden de inscripción).

*Se llevará a cabo en caso de llovizna. Ir con ropa y zapatos cómodos.

Inscripciones e informes: Sábado 1 de Septiembre, 9:00 am por teléfono a Kyōdo Hakubutsukan ☎042-558-2561 (descanso los Lunes que no son feriados).

雨水タンクを作って雨水を有効利用してみよう！

TANQUE PARA ACUMULAR EL AGUA DE LA LLUVIA (Usui tanku wo tsukutte kireina usui yūkō riyō shite miyō)

El tanque serviría para acumular el agua cuando llueve. Esa agua se puede utilizar para regar las plantas de su casa, en casos de desastre se podría beber y también utilizar para botar el agua del baño.

*Armaremos un tanque siguiendo las indicaciones del profesor. El tanque se lo pueden llevar o enviar a su casa y se instalará junto con el profesor.

*Para instalarlo se necesitarán 6 bloques de cemento.

Fecha y hora: Domingo 30 de Septiembre, 1:30 pm ~ 4:00 pm.

Lugar: salón de manualidades 1 en el 3er piso de Yutorogi.

Dirigido: residentes de la ciudad, dueños de propiedades de la ciudad.

Capacidad: 5 personas (por orden de inscripción).

Costo: ¥28,000 (hacer el pago en Kankyō Hozenka a la hora de inscribirse).

*Luego de instalado el tanque, será elegible para aplicar a la subvención que le cubrirá casi la mitad del costo (una parte del costo no se podrá incluir en el monto de la subvención). **Llevar:** guantes.

Inscripciones e informes: a partir del Lunes 3 ~ 10 de Septiembre, personalmente a Kankyō Hozenka, anexo 227.

東京都シルバーパスの更新

RENOVACION DE PASE DE OMNIBUS PARA LAS PERSONAS DE TERCERA EDAD (Tōkyō to silver pass no kōshin)

Para las personas de la tercera edad que poseen los pases de ómnibus con vencimiento el 30 de Septiembre, la Asociación de ómnibus de Tōkyō ha enviado los documentos necesarios para la renovación de los pases a fines de Agosto. Favor de realizar el trámite de la renovación en Septiembre.

Fecha y hora: ①Miércoles 5, Jueves 6 ②Viernes 21, Martes 25 ~ Jueves 27 de Septiembre, 10:00 am ~ 3:00 pm.

Lugar: Municipalidad de Hamura, primer piso, ① salón 101, ② salón múltiple.

Informes: Asociación de ómnibus de Tōkyō (sólo con respecto a los pases) ☎03-6757-0077 / ☎03-4531-0070.

ご存じですか？焼却行為の決まりごと！

REGLAS PARA INCINERAR (Gozonji desuka? Shōkyaku kōi no kimarigoto!)

En relación a las reglas sobre la incineración de los desechos, la limpieza y la seguridad de la salud de los ciudadanos y el medio ambiente, se encuentra permitido lo siguiente:

Prohibido

- Incineración de desechos no reglamentados.
- Utilizar hornos incineradores no reglamentados para quemar desechos.
- Quemar desechos sin utilizar hornos incineradores.

Excepciones

- Quemar en actos tradicionales, hábitos y costumbres (ej. Dondoyaki, etc.).
- Quemar inevitables en la agricultura y silvicultura (ej. Exterminación de insectos).
- Pequeñas fogatas que se realizan en la vida diaria (fogata en el patio, fogata de campamento, parrilladas, etc.).
- Quemar necesarias, productos de actividades educativas del colegio o de la sociedad.

* Tener cuidado con el medio ambiente, avisar anticipadamente al vecindario en caso de realizar una fogata para evitar problemas.

* Consultar con los bomberos en caso de que el producto a quemar produzca mucho humo.

Informes: Kankyō Hozenka Kankyō Hozen kakari, anexo 226.

手作り絵本を見に来ませんか

LIBROS ILUSTRADOS HECHOS A MANO (Tezukuri ehon wo mini kimasenka)

Exposición del grupo "Clover" que crea libros ilustrados, especialmente libros con efectos tridimensionales. A los niños les encantan estos libros. Vengan a sentir el cariño con el que están hechos estos libros.

Fecha y hora: Domingo 2 ~ 9 de Septiembre, 10:00 am ~ 5:00 pm (el último día hasta las 3:00 pm).

Lugar: Communnity Center 2do piso, espacio para conversar.

Informes: Shimin Gyarari Un-ei Iinkai (Itō) ☎090-6533-0229.

献血にご協力を

DONACION DE SANGRE (Kenketsu ni gokyōryoku wo)

Fecha y hora: Martes 25 de Septiembre, 10:00 am ~ mediodía, 1:00 pm ~ 4:00 pm.

Lugar: estación Ozaku, salida Este tamokuteki hiroba.

Dirigido: personas de 16 años ~ 69 años **Cantidad de sangre a donar:** 400ml / 200ml.

*Las personas que estén tomando alguna medicina para el estomago, vitaminas y medicinas para bajar la presión, también pueden donar sangre (puede haber casos en que se le niegue por motivos de salud).

SALA DONACION DE SANGRE EN TACHIKAWA (Tachikawa Kenketsu rūmu)

Solicitamos la colaboración, para poder entregar la sangre al paciente de forma segura y estable. Se puede acercar cualquier día, preguntar la hora con anticipación. *Excepto Miércoles 12 de Septiembre, Domingo 31 de Diciembre, Lunes 1 de Enero 2019.

Lugar: Tachikawa Kenketsu Room (Tachikawa-shi Akebonochō 2-7-17, Tachikawa Loft 1er nivel sótano).

☎042-527-1140.

Informes: Hoken Center (Centro de Salud), anexo 623.

休日診療

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS (9 gatsu no kyūjitsu shinryō)



Fecha		HOSPITAL / TELEFONO				DENTISTA / TELEFONO	
Septiembre		9:00 am – 5:00 pm		5:00 pm – 10:00 pm		9:00 am – 5:00 pm	
2	Dom	Yamaguchi Naika Clinic	042-570-7661	Heijitsu Yakan Kyūkan Center	042-555-9999	Inoue Shika Iin	042-554-7735
9	Dom	Nishitama Byōin	042-554-0838	Fussa shi Hoken Center	042-552-0099	Hanenaka Shika Clinic	042-554-2202
16	Dom	Matsuda Iin	042-554-0358	Fussa shi Hoken Center	042-552-0099	Hamura Shika Iin	042-570-4618
17	Lun	Futaba Clinic	042-570-1588	Mizuho Clinic (Mizuho)	042-568-0300	Honda Shika Iin	042-554-5902
23	Dom	Yanagida Iin	042-555-1800	Fussa shi Hoken Center	042-552-0099	Moriya Shika Iin	042-555-9872
24	Lun	Matsubara Naika Iin	042-554-2427	Arai Clinic (Mizuho)	042-557-0018	Katō Shika Clinic	042-554-8887
30	Dom	Shinmeidai Clinic	042-554-7370	Heijitsu Yakan Kyūkan Center	042-555-9999	Kaneko Dental Clinic	042-554-1503

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).

NOTA: INFORMAMOS QUE LA MUNICIPALIDAD DE HAMURA TIENE SERVICIO EN ESPAÑOL LOS DIAS LUNES, MIERCOLES Y VIERNES DE 9:00 AM ~ MEDIODIA, 1:00 PM ~ 4:00 PM