

NOTICIAS DE HAMURA

Publicado por la Ciudad de Hamura

Redacción: Sección de Información y Publicación (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

Página oficial de Hamura: <https://www.city.hamura.tokyo.jp>

1 de noviembre de 2021

Edición en Español

Distribución Gratuita



11月11日は介護の日

11 DE NOVIEMBRE DIA DE CUIDADO Y ATENCION

(11 gatsu 11 nichi wa kaigo no hi)

En Hamura, una de cada 4 personas es mayor de 65 años. "Me dieron de alta en el hospital pero debo seguir en tratamiento y se me hace difícil llegar al hospital", "no podre recibir tratamiento medico o cuidados en casa?" son consultas que estamos recibiendo ahora. En esos casos, puede elegir el sistema de tratamiento medico y cuidados en casa (*zaitaku iryō, zaitaku kaigo*).

Qué es "tratamiento medico y cuidados en casa"?

Recibir periódicamente servicios en su casa de médicos, enfermeras, home helper, personal especializado utilizando el seguro de salud (*kenkō hoken*) y seguro de cuidado y atención (*kaigo hoken*).

Informes: Sección de Bienestar y Cuidado de Personas de Edad Avanzada, División de Prevención de Cuidado y Apoyo Comunitario (*Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Yobō, Chiiki Shien kakari*), anexo 196.

新型コロナワクチン 12歳以上予約受付中!

VACUNACION CONTRA EL VIRUS CORONA PARA MAYORES DE 12 AÑOS

(Shingata corona wakuchin 12 sai ijō yobosesshū uketsukechū)

Si desea recibir la vacuna, deberá inscribirse durante las siguientes fechas:

Primera vez: Hasta el día domingo 7 de noviembre, o a partir del mes de diciembre.

Segunda vez: A partir del día martes 9 hasta el sábado 27 de noviembre.

Reduzcamos el riesgo de infección asegurándose de tomar todas y cada una de las medidas necesarias.

Medida ①: Utilice siempre una mascarilla.

Medida ②: Lavarse las manos. Llevándolo a cabo en el momento adecuado.

Medida ③: Ventilación. Abra las ventanas cada una a dos horas, durante 5 a 10 minutos durante el día. Mantenerlas abiertas de 5 a 10 cm todo el tiempo.

Medida ④: Desinfección. Limpie los lugares que toca con frecuencia.

Medida ⑤: Evite estar en lugares cerrados, lugares congestionados y evitar estar conversar a distancia corta.

Informes: Centro de Llamadas de la Vacuna Contra el Corona Virus en Hamura ☎0570-030207.

Recepción telefónica de 5:00 a.m. a 5:00 p.m. incluido los días sábados, domingos y feriados.

Para aquellos que tienen dificultades para hacer consultas por teléfono, como aquellos con discapacidad auditiva. Utilizar el servicio de FAX 042-554-4767.

Si desea utilizar el servicio de retransmisión telefónica llame a la Sección de Salud (*Kenkōka*) (Dentro del Centro de Salud) ☎042-555-1111, anexo 627 a 630.

女性、子ども、障害のある方、高齢の方へ ひとりで悩まないで・・・まずは相談を！！

NO SUFRA SOLO...CONSULTE!

(Josei, kodomo, shōgai no aru kata, kōrei no kata he hitori de nayamanaide...mazu wa sōdan wo)

Si tiene problemas de crianza, cuidado de familiares, relaciones sociales puede venir a consultar. Hamura tiene ventanillas para consultas especiales. Esta vez, se hablará y presentará especialmente ventanillas de consultas para mujeres, niños, personas con discapacidades, personas de edad avanzada. Si tiene problemas, no piense que se debe quedar callado y consulte.

Ejemplos de abusos, maltratos y dónde consultar

MALTRATO PSICOLOGICO: Amenazar, ignorar, molestar, insultar, decir palabras violentas, discriminar, maltrato a la familia (esposos, hermanos u otros).

MALTRATO FISICO: Golpear, patear, pegar, pellizcar, amarrar a la cama.

NEGLIGENCIA: Privación de alimentos, salir de la casa dejando al bebé solo, no dar las atenciones necesarias, no informar sobre violencia de parte de una tercera persona que vive con usted o que siempre visita su casa.

ABUSO SEXUAL: Forzar a la persona.

MALTRATO ECONOMICO: No darle dinero, hacer uso del dinero depositado en la cuenta bancaria de la persona sin su consentimiento, limitaciones del uso de dinero.

**SI SIENTE QUE SU VIDA ESTA EN PELIGRO
LLAME DE INMEDIATO A LA POLICIA
110!!**

12 A 25 DE NOVIEMBRE "MOVIMIENTO PARA ELIMINAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES (Josei ni tai suru bōryoku wo nakusu undō)

El gobierno está reforzando los movimientos para terminar con la violencia contra las mujeres, para eso se ha establecido el período del 12 al 25 de noviembre para concientizar y educar sobre estos temas.

Si esta siendo víctima de violencia, crímenes sexuales, acoso sexual, prostitución, tráfico de personas de parte de su cónyuge u otras personas, no siga sufriendo, armese de valor y consulte. Estos actos son imperdonables y son un problema grande que debemos de resolver.

Necesitamos una sociedad donde todos puedan vivir seguros.

En Hamura hay posters sobre este tema en las instituciones públicas y los trabajadores llevan la insignia morada. Así como también, este año el parque zoológico estará iluminado de color morado.

Informes: Sección de Políticas de Planificación (*Kikaku Seisakuka*), anexo 313.

MUJERES (Josei no kata wa)

■Sección de Relaciones Públicas y Audición, División de Consultas de los Ciudadanos (*Kōhō Kōchōka Shimin Sōdan kakari*) ☎042-555-1111, anexo 541.

Lunes a viernes, 8:30 am a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).

CONSULTA DE MUJERES (Josei nayamigoto sōdan)

■Hamura shi Kōhō Kōchōka Shimin Sōdan kakari

1ro, 3ro y 5to miércoles todos los meses, 1:30 pm a 4:30 pm.

■Fussa shi Hisho Kōhōka Kōhō Kōchō kakari ☎042-551-1529

2do y 4to miércoles todos los meses, 9:00 am a 1:00 pm.

■Tōkyō to Josei Sōdan Center Tama Shisho ☎042-522-4232.

Lunes a viernes, 9:00 am a 4:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).

■Kosodate Shienka Shien kakari ☎042-555-1111, anexo 239 (municipalidad 2do piso).

Lunes a viernes, 8:30 am a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).

CRIANZA Y LA FAMILIA (Kosodate to katei ni kan suru koto wa)

■Kodomo Katei Shien Center ☎042-578-2882 (Kosodate Sōdanka 2do piso)

*Consultas sobre niños hasta los 17 años y sobre la familia.

Lunes a viernes, 8:30 am a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).

Consultas como: ●maltrato al niño, ●hábitos de vida, crianza, disciplina, ●información sobre servicios para la crianza.

■Tōkyō to Tachikawa Jidō Sōdanjo ☎042-523-1321

Lunes a viernes, 9:00 am a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).

■Kogokoro, oyagokoro sōdan @ Tōkyō (consultas por LINE)

Lunes a viernes, 9:00 am a 11:00 pm (recepción hasta las 10:30 pm).

Sábados, domingos y feriados, 9:00 am a 5:00 pm.

- Jidō Sōdanjo Zenkoku Kyōtsu Dial ☎189 (disponible los 365 días, 24 horas)
- *La información personal será protegida. La consulta también puede ser anónima.
- *Así no sean actos de violencia, no se le hará responsable a la persona que informó.

PERSONAS CON IMPEDIMENTOS (Shōgai no aru kata wa)

- Shōgai Fukushika ☎042-555-1111 anexo 185 (municipalidad 1er piso).
- *Se aceptan consultas de personas con impedimentos, de los familiares o personas relacionadas.
- Lunes a viernes, 8:30 am a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).

PERSONAS DE EDAD AVANZADA (Kōrei no kata wa)

- Kōrei Fukushi Kaigoka ☎042-555-1111 anexo 198 (municipalidad 1er piso).
- Lunes a viernes, 8:30 am a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).
- Consultas como: ●maltrato a los ancianos, protección de los cuidados y derechos de los ancianos, ●temas relacionados sobre el uso del servicio de cuidados y bienestar, ●prevención de cuidado.
- Chiiki Hōkatsu Shien Center Asahi ☎042-555-8815
- Area: Midorigaoka, Fujimidaira, Shinmeidai 3, 4, Futabachō, Gonokami (Musashino), Hane (Musashino), Kawasaki (Musashino), base Americana Yokota.
- Chiiki Hōkatsu Shien Center Ayumi ☎042-570-1200
- Area: Sakaechō, Ozakudai, Hanenishi, Hanekami, Hanenaka.
- Chiiki Hōkatsu Shien Center Akashia ☎042-578-5508
- Area: Gonokami, Shinmeidai 1, 2, Kawasaki, Hanehigashi, Tamagawa, Hane (Seiryū)
- Horario de todos los centros: Lunes a viernes, 8:30 am a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin de año).

PREVENCIÓN DEL MALTRATO CONTRA NIÑOS EN NOVIEMBRE (11 gatsu wa jidō gyakutai bōshi suishin gekkan)

Centro de Consultas para menores **189**.

Si percibiera la existencia de maltrato en algún niño de su vecindad o tiene problemas con la crianza, consulte al Centro de Apoyo a la Crianza (*Kodomo Katei Shien Center*) o al Centro de Consulta para Menores (*Jidō Sōdanjo*). Interesémonos más en los niños del vecindario y protejamos la sonrisa de los niños.

Informes: Centro de Apoyo al Niño y la Familia (*Kodomo Katei Shien Center*) ☎042-578-2882 / Centro de Consultas de Niños de Tachikawa (*Tōkyō to Tachikawa Jidō Sōdanjo*) ☎042-523-1321.

「女性の人権ホットライン」強化週間

SEMANA DE REFUERZO DE LOS DERECHOS HUMANOS DE LAS MUJERES

(Josei no jinken hotline kyōka shūkan)

Semana de refuerzo de consultas sobre los derechos humanos de las mujeres. Los encargados están obligados a guardar confidencialidad sobre el contenido de las consultas.

Período: Viernes 12 a jueves 18 de noviembre.

Hora: Lunes a viernes 8:30 am a 7:00 pm, sábados y domingos 10:00 am a 5:00 pm.

Teléfono para consultas: ☎0570-070-810 (se puede llamar desde cualquier parte del país).

Llamadas de teléfonos IP al ☎03-5363-3071 Oficina de Asuntos Legales (*Tōkyō Hōmukyoku*).

*Se reciben consultas fuera del período, de lunes a viernes 8:30 am a 5:15 pm (excepto sábados, domingos y feriados).

Informes: Oficina de Asuntos Legales Departamento de Derechos Humanos (*Tōkyō Hōmukyoku Jinken Yōgobu Dainika*) ☎0570-011-000 / ☎03-5363-3067.

秋の市内いっせい美化運動 11月14日(日)

ACTIVIDADES DE OTOÑO LIMPIEZA DE LA CIUDAD (Aki no shinai issei bika undō)

2 veces al año se solicita la colaboración de los ciudadanos para recoger la basura que hubiera en las calles, parques, instituciones públicas. Pedimos la colaboración de todos los ciudadanos para esta actividad.

Fecha: Domingo 14 de noviembre.

Procedimiento: Se separará la basura en "basura incinerable" (*moyaseru gomi*) y "basura no incinerable" (*moyasenai gomi*) y se llevará a las asociaciones de la zona y lugares indicados hasta las 9:00 am.

*Las bolsas serán distribuidas en las asociaciones de la zona.

*Este día no se recolectará basura de las casas.

*Cooperar con las medidas de prevención de enfermedades infecciosas. Agradecemos su cooperación.

Informes: Sección del Medio Ambiente en la Vida Diaria (*Seikatsu Kankyōka*), anexo 205.

秋の花いっぱい運動 11月14日(日)

ACTIVIDADES DE OTOÑO PARA EMBELLEZER LA CIUDAD (Aki no hana ippai undō)

Se prepararán 65,000 macetas de la flor pensamiento (*pansy*).

En esta actividad participan más de 90 grupos de la ciudad entre asociaciones del vecindario, negocios, escuelas, y otros. Se pide la colaboración de los ciudadanos para que las calles estén llenas de flores.

Fecha: Domingo 14 de noviembre.

*Las flores que se plantarán esta vez participarán en el concurso en el mes de abril 2022.

Informes: Sección de Planificación Industrial, División de Administración Agrícola (*Sangyō Shinkōka Nōsei kakari*), anexo 663 / Asociación de Turismo de Hamura (*Hamurashi Kankō Kyōkai*) ☎042-555-9667.

チューリップ球根の植付けボランティア募集

NO DESEA PARTICIPAR EN LA PLANTACION DE BULBOS DE TULIPANES? (Churippu kyūkon no uetsuke ni sankā shimasenka)

Se buscan voluntarios para plantar bulbos de tulipanes que florecerán la próxima primavera.

Fecha y hora: Lunes 15, martes 16, jueves 18 a domingo 21 de noviembre de 9:00 am a mediodía (si desea puede participar un solo día).

Lugar de reunión: Odorikosō Kōen (al lado de Negaramimae Suiden).

Llevar: Ir con ropa adecuada, guantes de trabajo (*gunte*), botas.

Inscripciones: Hasta el lunes 8 de noviembre llamando por teléfono o enviando un fax a la Asociación de Turismo de Hamura (*Hamura shi Kankō Kyōkai*), le pedirán su nombre y número de teléfono ☎042-555-9667, FAX: 042-555-9673.

*Recepción por teléfono de 9:00 am a 5:00 pm (excepto martes, miércoles y feriados).

より良い体づくりのための第一歩「健診結果活用セミナー」

SEMINARIO PARA MEJORAR NUESTRA SALUD

(Yoriyoi karada zukuri no tame no dai ippo "kenshin kekka katsuyō semina")

Seminario para las personas que no saben que hacer con el resultado del examen médico específico. Las personas que traen su resultado pueden hacer consultas personales y recibir consejos sobre ejercicios.

Fecha y hora: Miércoles 17 de noviembre, 2:30 a 4:00 pm (recepción desde las 2:15 pm).

Lugar: Sala de recepción (*resepushon hōru*) en el sótano de Yutorogi.

Dirigido: Personas de 40 a 74 años, inscritas en el seguro nacional de salud el día del seminario.

Capacidad: Aproximadamente 10 personas (por orden de inscripción).

*El seminario se realizará junto con 20 personas más.

Llevar: Útiles para tomar apuntes, bebida. *Participar con mascarilla, ropa y zapatos cómodos.

Inscripciones: Jueves 4 a lunes 15 de noviembre por teléfono a la Sección de Salud (*Kenkōka*), anexo 626.

狂犬病予防注射を忘れないで！

NO OLVIDE LA VACUNA CONTRA LA RABIA (Kyōkenbyō yobō chūsha wo wasurenaide!)

Este año como medida especial la vacuna es hasta fines de diciembre. Sin embargo, en realidad debe ser de abril a junio todos los años sin falta. El año en que compró el perro, le debe poner la vacuna antes de que pasen los 30 días. Si es recién nacido, dentro de los 30 días desde que cumple 90 días de vida.

Luego de la vacuna debe recibir el comprobante.

A las personas que aún no han ido a la vacuna se les ha enviado un aviso con el formulario para el comprobante. Deben ir por la vacuna hasta diciembre.

TRAMITES NECESARIOS

Las personas que tienen perros, deben registrar al perro en la municipalidad y ponerle la vacuna contra la rabia.

◆ Si recién se ha comprado un perro o lo tiene desde hace tiempo pero no lo ha registrado... ir al 2do piso de la municipalidad Kankyō Hozenka para registrarlo (¥3,000 por el registro).

◆ Le puso la vacuna contra la rabia pero no pidió el comprobante... ir al 2do piso de la municipalidad Sección de Protección del Medio Ambiente (*Kankyō Hozenka*) a pedir el comprobante (¥550).

LISTA DE VETERINARIOS QUE EXPIDEN EL COMPROBANTE DE LA VACUNA

NOMBRE	LUGAR	TELEFONO
Seki Dōbutsu Aigo Byōin	Shinmeidai 1-5-19	042-579-3816
Hamura Ozaku Dōbutsu Byōin	Ozakudai 1-28-7 K2 Biru 1F	042-554-1100
Hamura Chūō Dōbutsu Byōin	Midorigaoka 1-5-22	042-578-3138
Hachi Dōbutsu Byōin	Shinmeidai 1-33-20-1F	042-578-8513

*La vacuna la pueden poner en otras veterinarias.

*Aparte de los ¥550 por el comprobante, la veterinaria cobra un costo adicional. Consultar en cada institución.

Informes: Sección de Protección del Medio Ambiente (*Kankyō Hozenka*), anexo 225.

気づこう、かかわろう こどもの SOS

NO SEAMOS INDIFERENTES, ATENCION A LA SEÑAL DE SOCORRO (S.O.S.) DE LOS NIÑOS

(Kizukō, kakawarō kodomo no SOS)

Pensemos en el problema de los cuidadores jóvenes.

¿Que és un cuidador joven?

Los niños menores de 18 años que normalmente realizan tareas del hogar, cuidado familiar, cuidados de larga duración, apoyo emocional, etc., que originalmente son realizadas por adultos, corresponden a 1 de cada 17 estudiantes de secundaria según la encuesta nacional del 2021.

Los niños que no tienen otra solución que, hacer el cuidado; tienen menos probabilidades de darse cuenta de su sufrimiento y pueden verse afectados durante mucho tiempo en sus vidas en el futuro.

¿Por qué no pensamos juntos los adultos que vivimos en la ciudad, que podemos hacer por los niños?

Fecha y hora: Martes 30 de noviembre de 2:00 a 4:00 p.m.

Lugar: Yutotogi en el salón pequeño (*shō horu*).

Dirigido: Aquellos que están relacionados en el apoyo a a crianza de los hijos, aquellos que están relacionados con el cuidado. Bienestar a largo plazo, las personas dedicadas a la atención médica, y aquellos que están relacionados o interesados en el tema.

Capacidad: 116 personas (por orden de inscripción).

Profesora: Masae Kato (Profesor, Departamento de Salud y Bienestar, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Kyorin).

Inscripciones e informes: A partir del jueves 4 hasta el lunes 29 de noviembre, por teléfono, fax o directamente al Centro de Apoyo para Niños y familias (*Kodomo Katei Shien Center*) ☎, FAX 042-578-2882.

REUNION EXPLICATIVA PARA LOS PADRES DE NIÑOS QUE INGRESARAN A PRIMARIA Y SECUNDARIA EN EL 2022

(Reiwa 4 nen 4 gatsu ni shin 1 nensei ni naru okosan no hogosha no minasan he)

Charla explicativa para padres de niños que ingresaran a primaria y secundaria en abril de 2022. Se explicará sobre el colegio, las cosas necesarias hasta el día de ingreso, en que deben de estar preparados, y otros. En enero se enviará por correo la notificación de la fecha de ingreso y el colegio al que atenderá.

*Cabe la posibilidad de que las fechas cambien.

*A las personas que no pueden asistir a la reunion, podrán pedir información al colegio. Para más información consultar en cada colegio.

Informes: Sección de Educación Escolar, División de Asuntos Escolares (Gakkō Kyōikuka Gakumu kakari), anexo 358.

Colegio	Fecha	Hora	No. de teléfono	Lugar
Hamura Higashi Shōgakkō	Viernes 21 de enero de 2022	2:00 pm	042-554-5663	Taiikukan
Hamura Nishi Shōgakkō	Martes 1 de febrero de 2022		042-554-2034	Taiikukan
Fujimi Shōgakkō	Martes 8 de febrero de 2022		042-554-6449	Taiikukan
Sakae Shōgakkō	Jueves 27 de enero de 2022		042-554-2024	English room
Shōrin Shōgakkō	Martes 22 de febrero de 2022		042-554-7800	Tamokuteki room
Ozakudai Shōgakkō	Jueves 3 de febrero de 2022		042-554-1431	Taiikukan
Musashino Shōgakkō	Martes 1 de febrero de 2022		042-555-6904	Taiikukan
Hamura Daiichi Chūgakkō	Sábado 15 de enero de 2022	10:50 am	042-554-2012	Taiikukan
Hamura Daini Chūgakkō	Sábado 15 de enero de 2022	10:00 am	042-554-2041	Tamokutekishitsu
Hamura Daisan Chūgakkō	Sábado 11 de diciembre	2:00 pm	042-555-5131	Taiikukan

VOLUNTARIOS PARA CUIDAR A LOS NIÑOS DESPUES DEL COLEGIO (Kodomo tachi to jujitsu shita jikan wo sugoshimasenka)

Convocatoria a voluntarios para dar soporte en las actividades de los niños después del colegio en Hamurakko Hiroba. Les pueden enseñar juegos, ayudarlos en los estudios, hacer manualidades, etc. y cuidarlos con paciencia.

Fecha: 1 a 2 veces por semana, desde que termina el colegio hasta las 5:00 pm (durante el horario de invierno hasta las 4:30 pm). *Los días varían de acuerdo al colegio.

Lugar: Colegios primaria de Hamura.

*Puede ayudar en varios colegios. *Se puede inscribir durante todo el año.

*No hay actividades los días que no hay almuerzo en el colegio.

Inscripciones e informes: El formulario lo puede encontrar en la Sección y División de los Niños y Jóvenes (Jidō Seishonenka) en el 2do piso de la municipalidad, llenarlo y entregarlo en la misma ventanilla, anexo 264. *El formulario lo puede descargar de la página oficial de Hamura.

FRESHLAND NISHITAMA (☎042-570-2626)

CONVIRTIENDO LOS RESIDUOS DE COMIDA EN ABONO (Namagomi wa moyasazu, taihi ni shite tsuchi no eiyō ni)

Exposición de la manera de convertir los residuos de comida en abono utilizando cajas de madera y de cartón.

Fecha y hora: Martes 9 a domingo 21 de noviembre.

A LAS PERSONAS QUE APORTAN EL SEGURO DE JUBILACION NACIONAL (Kokumin nenkin hokenryō wo osameteiru kata he)

A comienzos de noviembre, a todas las personas que están aportando el seguro de jubilación y pensión nacional se les enviará el certificado de deducción (*shakai hokenryō kokumin nenkin hokenryō kōjo shōmeisho*). Este documento certifica lo que ha pagado hasta el 30 de septiembre. Para la declaración de impuestos será necesario que presente este certificado y los recibos de pago de las cuotas pagadas después del 1 de octubre. Es un documento importante, asegúrese de no perderlo.

*Las personas que pagaron por primera vez este año el seguro de jubilación y pensión nacional entre el 1 de octubre y 31 de diciembre, se les enviará el certificado a comienzos de febrero. Para más información consultar la página web de la Oficina de Servicio de Pensiones de Japón (*Nihon Nenkin Kikō*) o en la Oficina de Pensión (*Nenkin Jimusho*) más cercana.

*En caso de haber pagado el seguro de jubilación y pensión de su familia, la persona que lo pagó puede hacer la declaración con el certificado de deducciones.

*Sobre la pensión de empleados, la compañía para donde trabaja debe hacer los cálculos y notificar a la municipalidad y oficina de impuestos por lo tanto no recibirá el certificado de deducción de la oficina de servicio de pensiones de Japón.

Informes: Ventanilla de Pensionistas (*Nenkin Kanyūsha Dial*) ☎0570-003-004 / Oficina de Pensión de Ōme (*Ōme Nenkin Jimusho*) ☎0428-30-3410.

SE LLEVARA A CABO EL EXAMEN DE SIDA (HIV kensa wo ukete mimasenka)

Dirigido para personas que pueden asistir el día del examen y para recibir el resultado. No se expiden certificados.

Fecha y hora: Martes 7 de diciembre, 2:00 a 4:00 pm.

Resultado: Martes 14 de diciembre, 2:00 a 4:00 pm.

Lugar: Centro de Salud Nishitama (*Nishitama Hokenjo*) 2do piso (Ōme shi Higashi Ōme 1-167-15).

Capacidad: 10 personas (por orden de inscripción). **Examen:** Examen de anticuerpos del HIV y sífilis.

*Las personas que deseen pueden someterse al examen de clamidia (*kuramijia kansenshō*) y gonorrea (*rinkin kansenshō*).

*Para tener resultados más precisos, favor de realizar el examen aproximadamente 60 días después de la fecha en la que pudo haberse contagiado.

*Se aceptan consultas sobre sida y enfermedades de transmisión sexual en cualquier momento.

Inscripciones e informes: Centro de Salud Nishitama Sección de Medidas Sanitarias, División de Contramedidas para Enfermedades Infecciosas (*Nishitama Hokenjo Hoken Taisakuka Kansenshō Taisaku Tantō*) ☎0428-22-6141.

SEMINARIO SOBRE CRIANZA Y COMUNICACION (Kosodate, comunikeshon sukirutō no semina)

Seminario conjunto entre la ciudad de Hamura y la Fundación de Salud Mental Meiji Yasuda (*Meiji Yasuda Kokoro no Kenkō Zaidan*), se transmitirá en la página oficial de Hamura en YouTube. Tiempo aproximado de 15 a 40 minutos.

Período y contenido:

-1ra vez: Lunes 15 a viernes 26 de noviembre. Como disfrutar de la crianza.

-2da vez: Lunes 29 de noviembre a viernes 10 de diciembre. Aserción.

-3ra vez: Lunes 13 a viernes 24 de diciembre. Control de la ira.

Horario: 9:00 am a 4:00 pm (para más información, ver la página oficial de Hamura).

*El costo por el uso de internet lo debe pagar cada uno. Recomendamos que utilicen Wi-Fi.

Informes: Sección de Consultas sobre Crianza, División de Salud de la Madre y el Niño y Consultas (*Kosodate Sōdanka Boshi Hoken, Sōdan kakari*), anexo 692.

CONVOCATORIA PARA LAS VIVIENDAS PUBLICAS DE TOKYO (11 gatsu toei jūtaku nyūkyōsha boshū)

Tipos de vivienda:

1. Para familias en general (*ippan boshū jūtaku*).
2. Para esposos jóvenes (*jakunen fūfu*), parejas con varios hijos (*kosodate setai*)(período determinado).
3. Departamentos donde ha fallecido gente (*byōshi ga atta jūtaku*).

Requisitos: Hay restricciones de ingresos. Para más información consultar la guía.

Período de distribución: Lunes 1 a miércoles 10 de noviembre.

Lugar de distribución: Toshi Keikakuka 2do piso, 1er piso en recepción, ventanilla en el sótano de la municipalidad (sábados, domingos y feriados sólo en la ventanilla del sótano).

Sorteo: Martes 21 de diciembre, 9:30 a 11:00 am en Tochō Daini Honchōsha 1er piso.

Inscripciones: Los formularios deben llegar hasta el lunes 15 de noviembre sin falta al correo de Shibuya.

Informes: Lunes 1 a 15 de noviembre...Corporación de Suministro de Viviendas de Tokyo (*Tōkyō to Jūtaku Kyōkyū Kōsha Toei Jūtaku Boshū Center*) ☎0570-010-810 / Fuera del período mencionado...

☎03-3498-8894.

CENTRO DE PERSONAS DE EDAD AVANZADA CON CAPACIDAD PARA TRABAJAR (Silver jinzai center ☎042-554-5131)

CLASES DE MANUALIDADES "ADORNO DE TIGRE" (*Tora no okimonozukuri*)

Fecha y hora: Jueves 18 de noviembre, 9:30 am a 3:00 pm.

Lugar: Sala de capacitación (*kenshūshitsu*) en el Silver Center.

Costo: ¥1,900 por el material.

Capacidad: 8 personas (se llevará a sorteo en caso sobrepase la cantidad).

Llevar: Kit de costura (sólo los que tienen), almuerzo, bebida.

Inscripciones: Hasta el martes 9 de noviembre llamando a Silver Jinzai Center.

CHARLA EXPLICATIVA PARA SER MIEMBRO DEL CENTRO (*Nyūkai setsumeikai*)

Fecha y hora: Lunes 15 de noviembre, 1:30 pm.

Llevar: Sello personal (*inkan*), ¥2,000 (costo anual).

*Se le tomará una foto el mismo día.

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

PROGRAMA DE FITNESS (*Fittonesu puroguramu*)

Yoga de noche

Fecha y hora: Todos los martes de 8:00 a 9:00 pm.

Lugar: Sala de reuniones 2 (*dai ni kaigishitsu*).

Dirigido: Desde estudiantes de secundaria elemental.

Capacidad: 20 personas (por orden de llegada).

Llevar: Ropa cómoda, toalla, bebida, mascarilla.

Costo: ¥800 (por una vez).

Inscripciones: El mismo día a partir de las 7:00 pm en la recepción del 2do piso.

CURSO DE CAMINATA EN EL AGUA (*Suichū wokingu kōshūkai*)

Fecha y hora: Sábado 27 de noviembre, 10:00 a 10:50 am.

Capacidad: 10 personas (por orden de llegada).

Dirigido: Mayores de 16 años.

Costo: Residentes, trabajadores o estudiantes de Hamura...¥410 / residentes de otras ciudades...¥610 (ambos incluyen seguro y la entrada).

Llevar: Ropa de baño, gorro de natación, toalla, etc.

Inscripciones: El mismo día de 9:30 a 9:50 am en la recepción de la piscina.

VISITEMOS EL VERTEDERO YATOZAWA EN OTOÑO (Kōyō no Yatozawa shobunjō shizen kansatsukai sankasha boshū)

Fecha y hora: Jueves 2 de diciembre.

Dirigido: Residentes, trabajadores, estudiantes (no pueden participar niños en edad preescolar).

Costo: ¥500 (incluido el almuerzo, pagarlo el mismo día).

Capacidad: 20 personas (en caso de sobrepasar la cantidad se llevará a sorteo).

Inscripciones: Hasta el lunes 15 de noviembre enviando una postal o desde la página de la Asociación de Reciclaje (*Junkan Kumiai*).

Informes: Asociación de Reciclaje de Recursos del Area de Tama en Tōkyō (*Tōkyō Tama Kōiki Shigen Junkan Kumiai*) ☎042-597-6152.

QR コード決済の使い方説明会

APRENDIENDO A UTILIZAR LA FORMA DE PAGO CON CODIGO QR (QR codo kessai no tsukaikata setsumeikai)

A partir del miércoles 1 de diciembre se realizará una campaña donde devolverán puntos si pagamos con PayPay. No desean aprender a usar e instalar la aplicación con anticipación?

Fecha y hora: Miércoles 17 de noviembre, 2:00 pm.

Lugar: Sala de Conferencia Cibernética (*dennō kaighishitsu*) en el Centro de Bienestar Industrial (*Sangyō Fukushi Center*) 2do piso.

Capacidad: 20 personas (por orden de inscripción). **Llevar:** Teléfono smartphone o tablet.

Inscripciones e informes: Hasta el viernes 12 de noviembre por teléfono o enviando un fax a la Cámara de Comercio e Industria de Hamura (*Hamura shi Shōkōkai*) ☎042-555-6211, FAX: 042-555-6210.

ゆとろぎ

YUTOROGI (☎042-570-0707)

EJERCICIOS PARA PREVENIR LA DEMENCIA SENIL (Nōtore taiken! Yobō shiyō! Jishin no ninchishō)

Fecha y hora: Sábado 11 de diciembre, 1:30 a 3:30 pm.

Lugar: Sala de charlas 1 (*kōzashitsu*) en el 2do piso.

Costo: ¥500.

Capacidad: 30 personas (por orden de inscripción).

Llevar: Útiles para tomar apuntes.

Inscripciones: A partir del martes 2 de noviembre, por teléfono, inscripción electrónica o directamente a Yutorogi (9:00 am a 8:00 pm).

RECITAL DE PIANO TAKAKO TAKAHASHI (Takahashi Takako piano risaitaru)

Fecha y hora: Sábado 8 de enero de 2022, 2:00 pm (el lugar abrirá a la 1:00 pm).

Lugar: Sala grande (*dai horu*) (todos los asientos reservados, prohibida la entrada a niños en edad preescolar). *Se necesita un ticket para entrar.

Inscripciones: A partir del domingo 7 de noviembre, 9:00 am por internet o recoger el ticket que se distribuirá en la ventanilla de Yutorogi (hasta 2 tickets por persona). Por teléfono a partir de la 1:00 pm del domingo 7 de noviembre a la Fundación Ōme Satō (*Ōme Satō Zaidan*) ☎090-5195-3030.

*Si se inscribe por internet o por teléfono, no podrá elegir su asiento.

APRENDIENDO MEJORES MANERAS DE HABLAR Y COMUNICAR (Nyūsu no uragawa to tanoshiku manaberu hanashikata, tsutaekata)

Fecha y hora: Domingo 12 de diciembre, 1:30 a 3:30 pm.

Lugar: Sala de charlas 1 (*kōzashitsu*) en el 2do piso.

Capacidad: 30 personas (por orden de inscripción).

Llevar: Útiles para tomar apuntes.

Inscripciones: A partir del martes 2 de noviembre, por teléfono, inscripción electrónica o directamente a Yutorogi (9:00 am a 8:00 pm).

BIBLIOTECA

(Toshokan ☎042-554-2280)

CUENTOS PARA BEBES (Akachan muke ohanashikai)

Narración de "Papapapapantsu" y otros.

Fecha y hora: Miércoles 17 de noviembre, 11:00 am.

CUENTOS PARA ADULTOS (Otona no tame no ohanashikai)

Cuentos que le tocarán el corazón y harán volar su imaginación. Los esperamos.

Fecha y hora: Miércoles 10 de noviembre, 2:00 pm (aproximadamente una hora).

Lugar: Yutorogi sala de recepción (*resepushon horu*) en el sótano.

Capacidad: 50 personas (por orden de inscripción).

DESCANSO (Kyūkanbi)

Martes 16 de noviembre.

CENTRO DEPORTIVO

(Sports Center ☎042-555-0033)

HAGAMOS DEPORTE! [RECOMENDACION DE DEPORTES PARA PERSONAS CON IMPEDIMENTOS]

Vamos a divertirnos jugando bochas, deporte oficial de los juegos paralímpicos.

Fecha y hora: ①Domingo 28 de noviembre, ②Sábado 11 de diciembre, 9:30 a 11:00 am. (①② ambos días se realizará lo mismo).

Lugar: Hall 1 (*dai ichi horu*).

Dirigido: Residentes o trabajadores de Hamura.

Capacidad: Aproximadamente 15 personas por día (por orden de inscripción).

Llevar: Ropa cómoda, zapatillas para interior, mascarilla, lista de chequeo de salud (*taichō kanri chekku shito*) (llenarla desde una semana antes del evento y entregarla el mismo día).

Inscripciones: Hasta el viernes 19 de noviembre por teléfono o directamente al centro deportivo (9:00 am a 5:00 pm).

*La lista de chequeo de salud se distribuirá en el centro deportivo o lo puede descargar de la página oficial de Hamura.

*Utilizar la mascarilla incluso mientras hace deporte (también la persona que lo acompaña).

MUSEO LOCAL

(Kyōdo hakubutsukan ☎042-558-2561)

CAMINATA: VISITANDO LOS SANTUARIOS DE HAMURA (Rekishī sanpo: Hamura jinja meguri)

Visitemos los santuarios y aprendamos sobre su historia.

Fecha y hora: Domingo 28 de noviembre, 1:30 a 4:00 pm.

Dirigido: Residentes mayores de 4to grado de primaria o trabajadores de Hamura (estudiantes de primaria deben venir acompañados de un adulto).

Capacidad: 15 personas (por orden de inscripción).

Llevar: Bebida, paraguas o capa para la lluvia (se llevará a cabo en caso de llovizna. Asistir con ropa y zapatos cómodos).

Lugar de reunión: Estación de Hamura, frente a la entrada.

Recorrido: Estación de Hamura – Gonokami Jinja – Seitoku Jinja – Inari Jinja – Sui Jinsha – Museo Local (descanso) – Hamura Jinja – Museo Local (disolución).

Inscripciones: Jueves 4 a sábado 27 de noviembre, 9:00 am a 5:00 pm por teléfono o directamente al museo local.

利用してください出張ハローワーク

CONSULTA LABORAL HELLO WORK (Riyō shite kudasai shucchō haro waku)

Los trabajadores de hello work lo ayudarán consiguiendo la cita para la entrevista y preparando la carta de presentación.

Fecha y hora: Miércoles 10 y 24 de noviembre, 1:30 a 3:30 pm. *2do y 4to miércoles, todos los meses.

Lugar: Centro de Bienestar Industrial (*Sangyō Fukushi Center*), 2do piso.

Informes: Sección de Planificación Industrial (*Sangyō Kikakuka*), anexo 667.

法テラス 無料法律相談

ASESORAMIENTO LEGAL GRATUITO HOTERASU (Hōterasu muryō hōritsu sōdan)

Consulta legal gratuita (con reserva). *Sólo en japonés.

Fecha y hora: Sábado 20 de noviembre, 9:30 am a 12:40 pm (30 minutos por persona).

Lugar: Sala de consultas de los ciudadanos (*shimin sōdanshitsu*), en el primer piso de la municipalidad.

Capacidad: 5 personas (por orden de inscripción).

Informes: Sección de Información y Publicación, División de Consultas de Ciudadanos (*Kōhō Kōchōka Shimin Sōdan kakari*), anexo 541.

妊婦歯科健診

EXAMEN DENTAL PARA EMBARAZADAS (Ninpu shika kenshin)

Dirigido: Embarazadas residentes de la ciudad (sólo una vez durante el embarazo).

Llevar: Libreta de salud de la madre y el niño (*boshi kenkō techō*), tarjeta del seguro de salud (*kenkō hokenshō*).

*Reservar con anticipación directamente en las clínicas.

*Pueden consultar la lista de dentistas en la página oficial de Hamura o llamando por teléfono.

*No puede hacer uso de este servicio si en la actualidad está en tratamiento.

Informes: Sección de Consultas sobre Crianza, División de Salud de la Madre y el Niño y Consultas (*Kosodate Sōdanka Boshi Hoken, Sōdan kakari*), anexo 692.

1歳児教室「1歳ちゃん♪集まれ〜！」

CLASES PARA PADRES DE NIÑOS DE UN AÑO (Issaiji kyōshitsu [1 saichan atsumare!])

Fecha y hora: Martes 30 de noviembre, 9:30 a 11:00 am.

Lugar: Centro de Salud (*Hoken Center*).

Dirigido: Padres con hijos que cumplen un año en noviembre (se dará prioridad a las personas que participan por primera vez). *No pueden participar sus otros hijos.

Capacidad: 8 personas (por orden de inscripción).

Llevar: Libreta de salud de la madre y el niño (*boshi kenkō techō*), toalla grande (*basu taoru*), bebida.

Inscripciones e informes: A partir del viernes 5 de noviembre, 9:00 am por teléfono o directamente a la Sección de Consultas sobre Crianza, División de Salud de la Madre y el Niño y Consultas (*Kosodate Sōdanka Boshi Hoken, Sōdan kakari*), anexo 695.

11月30日(火)が納期限の税金・保険料

FECHA LIMITE PARA EL PAGO DE LOS IMPUESTOS (11 gatsu 30 nichi ga nōkigen no zeikin, hokenryō)

La fecha límite para el pago de los impuestos del seguro nacional de salud (*kokumin kenkō hokenryō*), seguro de cuidado y atención (*kaigo hokenryō*), seguro médico para personas de edad avanzada (*kōki kōreisha iryō hokenryō*) es el martes 30 de noviembre.

Informes: Sección de Pago de Impuestos (*Nōzeika*), anexo 190.

DONACION DE SANGRE (Ai no kenketsu ni gokyōryoku wo!)

Fecha y hora: Viernes 19 de noviembre, 10:00 am a mediodía, 1:15 a 4:00 pm.

Lugar: Frente a la entrada principal de la municipalidad de Hamura.

Dirigido: Personas de 16 a 69 años (mayores de 65 años que hayan donado sangre entre los 60 y 64 años).

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

Informes: Sección de Salud (*Kenkōka*) (dentro del Centro de Salud *Hoken Center*), anexo 623.

DueTwo かなえ&ゆかり ピアノデュオコンサート

CONCIERTO DE PIANO (Duetto Kanae & Yukari piano consato)

El duo que fascina al mundo con sus presentaciones.

Fecha y hora: Sábado 19 de febrero de 2022, 2:30 pm (el lugar abrirá a la 1:30 pm).

Lugar: Yutorogi sala grande (*dai horu*).

Entrada: General...¥1500, senior (mayores de 70 años el día del concierto)...¥1200, estudiantes de secundaria superior o menores...¥500. *Prohibida la entrada a niños en edad preescolar.

Capacidad: 824 personas (todos los asientos reservados).

Venta de entradas: A partir del martes 2 de noviembre, 9:00 am.

-Yutorogi de 9:00 am a 8:00 pm. Descanso los lunes.

-Centro Deportivo ☎042-555-0033 (9:00 am a 5:00 pm. Descanso los lunes).

-Nishitama Shinbun Ticket Service ☎0120-61-3737 (lunes a viernes de 10:00 am a 5:00 pm).

Venta en internet: Yutorogi Online Ticket (no se puede elegir el asiento).

Informes: Yutorogi ☎042-570-0707.

11月の休日診療

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS (11 gatsu no kyūjitsu shinryō)

FECHA		HOSPITAL / TELEFONO				DENTISTA/TELEFONO	
NOVIEMBRE		9:00 am – 5:00 pm		5:00 pm – 10:00 pm		9:00 am – 5:00 pm	
3	Mie	Baba Kodomo 042-555-3788	Takazawa Byōin (Mizuho) 042-556-2311	Moriya Shika Iin 042-555-9872			
7	Dom	Yokota Clinic 042-554-8580	Heijitsu Yakan Kyūkan Center 042-555-9999	Yano Shika Iin 042-555-3363			
14	Dom	Sakaechō Shinryōjo 042-555-8233	Hikari Clinic (Fussa) 042-530-0221	Watanabe Shika Iin 042-570-1688			
21	Dom	Yamakawa Iin 042-554-3111	Kumagawa Byōin (Fussa) 042-553-3001	Honda Dental Clinic 042-554-4184			
23	Mar	Ozaki Clinic Hamurain 042-554-0188	Takamizu Iin (Mizuho) 042-557-0028	Asahi Kōen Dōri Shika Iin 042-555-7904			
28	Dom	Izumi Clinic 042-555-8018	Hikari Clinic (Fussa) 042-530-0221	Ikoma Shika Hamura Shinryōjo 042-555-3139			

*Cabe la posibilidad de que las clínicas de turno cambien. Por favor tener cuidado. *Dependiendo de la edad y síntomas puede que lo deriven a otra institución médica. Consultar con anticipación. *La atención medica domingos y feriados es sólo de medicina interna. *Para otros horarios consultar en Tōkyōto Iryō Kikan Annai Service "Himawari" ☎03-5285-8181 (en español 9:00 am a 8:00 pm), ☎03-5272-0303 (en japonés las 24 horas). **Informes:** Sección de Salud (*Kenkōka*), anexo 623.

**LA MUNICIPALIDAD DE HAMURA TIENE SERVICIO EN ESPAÑOL
LUNES, MIERCOLES Y VIERNES DE 9:00 AM A MEDIODIA Y DE 1:00 PM A 2:00 PM.
MARTES Y JUEVES DE 9:00 AM A MEDIODIA. HAGA SU RESERVA CON ANTICIPACION.**