

# NOTICIAS DE HAMURA

Publicado por la Ciudad de Hamura

15 de setiembre, 2023

Redacción: Sección de Secretaría y Relaciones Públicas (*Hisho Kōhōka*)

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

Tel. 042-555-1111 Fax. 042-554-2921 Email: [s102000@city.hamura.tokyo.jp](mailto:s102000@city.hamura.tokyo.jp)

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



(一社) はむら総合型スポーツクラブはむすぽ

## CLUB DE DEPORTES HAMUSUPO (Hamura sōgōgata sports club Hamusupo)

Nuestro objetivo es establecer una vida saludable, una sociedad deportiva y una comunidad local en la que participen niños en edad preescolar hasta personas de edad avanzada.

En este año *Reiwa* 5 habrán 25 cursos. Los esperamos!

Fecha de establecimiento: Junio de 2008. Cantidad de miembros: 606 personas.

Informes: Hamura Sōgōgata Sports Club Hamusupo ☎042-519-5712 ✉hamusupo@gmail.com

Código postal: 205-0016 Hamura shi Hanekami 1-29-5 (Dentro de S&D Sports Arena Hamura).

Horario de atención: Martes a viernes de 3:00 a 5:00 pm.

国立音楽大学連携 オペラ・ガラコンサート

## CONCIERTO DE GALA OPERA (Kokuritsu ongaku daigaku rentai opera gala konsāto)

Concierto de gala especial, colaboración de Hamura con Kokuritsu Ongaku Daigaku. Disfruten de las obras maestras presentadas por los profesores de la universidad.

Fecha y hora: Domingo 4 de febrero, 2:00 pm (El lugar abrirá a las 1:30 pm).

Lugar: Primo Hall Yutorogi, Dai Hall.

Capacidad: 854 personas (Todos los asientos reservados).

Entrada: General 1,000 yenes / Estudiantes de secundaria superior o menores 500 yenes.

\*Prohibida la entrada a niños en edad preescolar.

Venta de entradas: A partir del sábado 16 de setiembre, 9:00 am.

Lugares de venta:

Primo Hall Yutorogi ☎042-570-0707 (9:00 am a 8:00 pm / Cerrado los lunes que no son feriados).

S&D Sports Arena Hamura ☎042-555-0033 (9:00 am a 5:00 pm / Cerrado los lunes que no son feriados).

Nishitama Shinbunsha ☎0120-61-3737 (Lunes a viernes, 10:00 am a 5:00 pm).

Venta en internet: Yutorogi Online Ticket, Kanfeti.

Informes: Primo Hall Yutorogi ☎042-570-0707.

9月20日～26日は動物愛護週間

## 20 A 26 DE SETIEMBRE SEMANA DE BIENESTAR DE LOS ANIMALES (9 gatsu hatsuka kara 26 nichi wa dōbutsu aigo shūkan)

Las personas que adquieren animales como mascotas están obligados a preocuparse por ellos hasta el final, desde el momento de su adquisición están aceptando esa responsabilidad. Si los dañan, abusan de ellos o los abandonan serán castigados por la ley.

### ●CASTRARLO

Someterlo a una operación si no desea la reproducción, facilitará su manejo y protegerá de enfermedades sus órganos reproductores genitales.

### ●IDENTIFICACION

Colocarle una placa de identificación a su perro, gato u otras mascotas. Los dueños de perros tienen el deber de registrarlo y ponerle la vacuna contra la rabia.

●CRIAR A LOS GATOS DENTRO DE CASA

Pensando en la situación actual del tráfico, casas y problemas con los vecinos, lo mejor es criar a los gatos dentro de casa.

●RESPETAR LAS REGLAS CUANDO PASEE A SU PERRO

Cuando lleve al perro a dar sus caminatas, deberá ir al lado del perro. Si el perro se orina, inmediatamente verter agua en el lugar, recoger el excremento y llevarselo a su casa. Esto también es responsabilidad del dueño.

●PREPARARSE PARA CUALQUIER DESASTRE

Si ocurriera un desastre y debe evacuar, deje a sus mascotas en casa de amigos o en hoteles para mascotas. Debemos tener preparada comida y agua para su mascota como para 5 días. Enseñarle también a entrar a su jaula rápidamente.

Informes: *Kankyo Hozenka*, anexo 226.

**FESTIVAL DE BIENESTAR DE ANIMALES** (*Dōbutsu aigo festival*)

Pensemos en los animales y nosotros, desde niños hasta adultos.

EVENTO DENTRO DEL LUGAR (*Okunai gyōji*)

Fecha y hora: Sábado 23 de setiembre, 11:00 am a 5:00 pm.

Lugar: *Tōkyō Kokusai Fōramu D.*

EVENTO AL AIRE LIBRE (*Okugai gyōji*)

Fecha y hora: Jueves 23 de noviembre, 10:00 am a 4:00 pm.

Lugar: *Toritsu Ueno Onshi Kōen* (Cerca del lago).

\*Para más información consultar la página web de *Dōbutsu Aigo Shūkan Chūō Gyōji Jikkō Iinkai*.

Informes: *Tōkyō to Hoken Iryōkyoku Kankyo Hoken Eiseika* ☎03-5320-4412.

障害のある方のタクシー・ガソリン費用の上半期分を助成

**SUBSIDIO DE GASTOS DE TAXI Y GASOLINA PARA PERSONAS CON IMPEDIMENTOS**

**(Shōgai no aru kata no taxi, gasoline hiyō no kami hanki bun wo josei shimasu)**

Subsidio de la primera parte del año por el uso de taxi o gasolina para personas con impedimentos. El trámite lo puede realizar de lunes a viernes hasta las 8:00 pm. También lo puede pedir por correo postal.

Dirigido: Personas que están reconocidos y tienen la libreta de discapacidad física (*Shintai shōgaisha techō*) nivel 1 o 2 (personas con problemas de miembros inferiores, trompa, órganos interiores deben tener el nivel 3 o más), parálisis cerebral (*nōsei mahi*), atrofia muscular progresiva (*shinkōsei kin ishukushō*).

\*Para recibir este subsidio es necesario aplicar y recibir el reconocimiento con anticipación.

Cantidad máxima del subsidio: Hasta 15,000 yenes (Desde abril a setiembre).

\*La cantidad máxima para las personas que fueron reconocidas dentro del período varia.

TRAMITE EN VENTANILLA (*Madoguchi deno uketsuke*)

Período: Lunes 2 a martes 10 de octubre, sin falta.

\*No se atenderá el domingo 8, lunes 9 (feriado).

Horario de recepción: 8:30 am a 8:00 pm (El sábado 7 sólo hasta el mediodía).

Ventanilla: *Shōgai Fukushika* en el 1er piso de la municipalidad (El sábado 7 en la sala *tamokutekishitsu*).

Documentos necesarios: Recibos de taxi o gasolina de abril a setiembre, sello personal (*Inkan*), libreta de discapacidad física (*Shintai shōgaisha techō*) o libreta de discapacidad intelectual (*Ai no techō*).

TRAMITE POR CORREO (*Yūsō deno uketsuke*)

Fecha límite de recepción: Martes 10 de octubre (Puede tener el matasello del mismo día).

Documentos que debe enviar:

① Recibos de taxi o gasolina de abril a setiembre.

② Factura (*Seikyūsho*) que debe descargar de la página oficial de la ciudad. Debe llenar los datos necesarios y poner su sello.

Destinatario: 205-8601 (No es necesario escribir la dirección). A la sección *Shōgai Fukushima Shōgai Fukushi kakari*.

\*El costo por el envío lo debe pagar cada uno.

#### DATOS EN COMUN

\*Si no llega a hacer el trámite esta vez, lo puede hacer en abril 2024, junto con lo que queda del año 2023.

\*Para más información consultar la página oficial de la ciudad.

Informes: *Shōgai Fukushima Shōgai Fukushi kakari*, anexo 174.

乳がん検診・子宮頸がん検診 (第2期)

## EXAMEN DE DESCARTE DE CANCER DE MAMA Y CUELLO UTERINO

(*Nyūgan kenshin, shikyū keigan kenshin dai 2 ki*)

CANCER DE MAMA (*Nyūgan kenshin*)

Período: Lunes 2 de octubre a jueves 28 de diciembre, las fechas indicadas (Excepto domingos y feriados).

\*El examen de cáncer de mama grupal se realizará en diciembre y febrero junto con el examen de descarte de cancer al estómago y pulmones.

Lugar: *Kōritsu Fussa Byōin (Fussa), Taisei Byōin (Fussa), Shinmachi Clinic (Ōme)*.

Dirigido: Mujeres registradas en la ciudad que el día del examen tienen más de 40 años y no hayan realizado el examen el año pasado.

\*Terminará apenas llegue a la cantidad indicada.

Costo: 1,600 yenes.

\*Pagar la cantidad indicada el día del examen en la institución médica.

\*Las personas que reciben la asistencia social (*Seikatsu hogo*) están exentos del pago total. Favor de presentar el certificado (*Jukyū shōmeisho*).

\*En el hospital *Kōritsu Fussa Byōin* como medida de prevención de enfermedades contagiosas, no se realizará la palpación.

LAS SIGUIENTES PERSONAS NO PUEDEN SOMETERSE AL EXAMEN

- Gestantes o que tuvieran posibilidad de estar embarazadas o que estén dando de lactar.
- Personas que se hayan sometido a operaciones de aumento de seno.
- Personas que tengan marcapasos o derivación ventriculo-peritoneal (*VP shanto*).
- Personas con historial de cancer de mama (*Nyūgan*) o en tratamiento por enfermedades de la glándula mamaria (*Nyūsen shikkan*).
- Personas que pueden realizar el examen en el lugar de trabajo.

CANCER DE CUELLO UTERINO (*Shikyū keigan kenshin*)

Período: Lunes 2 de octubre a jueves 29 de febrero de 2024, las fechas indicadas (Excepto domingos y feriados).

\*En las instituciones médicas fuera de la ciudad hasta el jueves 28 de diciembre.

Lugar: *Yorimitsu Ladies Clinic, Hamura Himawari Clinic, Wakakusa Iin, Kōritsu Fussa Byōin (Fussa), Taisei Byōin (Fussa)*.

Dirigido: Mujeres registradas en la ciudad que el día del examen tienen más de 20 años y no hayan realizado el examen el año pasado.

\*Terminará apenas llegue a la cantidad indicada.

LAS SIGUIENTES PERSONAS NO PUEDEN SOMETERSE AL EXAMEN

- Personas que estén bajo tratamiento u observación por enfermedades del útero.
- Personas que pueden realizar el examen en el lugar de trabajo.
- Personas a las que les han extirpado todo el útero.

## DETALLES EN COMUN PARA AMBOS EXAMENES

Inscripciones: A partir del viernes 15 de setiembre por inscripción electrónica o por correo postal con los siguientes datos: examen que desea realizar, nombre de la institución médica, dirección, nombre, fecha de nacimiento y edad, número de teléfono donde se le pueda contactar de día.

Destinatario: Código postal 205-0003 *Hamura shi Midorigaoka 5-5-2*

*Hamura shi Hoken Center Nyūgan / Shikyū Keigan Kenshin Tantō*

\*Si tiene síntomas que le preocupan, no espere hasta el examen y consulte con su médico.

\*Todos los años después de noviembre, las instituciones médicas se congestionan. Es preferible que realice el examen con anticipación.

\*Luego de la solicitud, le enviaremos el cupón en aproximadamente 10 días. Luego de recibir el cupón haga su reserva siguiendo las indicaciones en la guía.

\*Con una sola postal puede inscribirse para ambos exámenes.

Informes: *Kenkōka* en el *Hoken Center*, anexo 626.

野菜、食べていますか ベジチェック測定会

## MIDIENDO EL NIVEL DE CONSUMO DE VERDURAS

(*Yasai, tabeteimasuka vegicheck sokuteikai*)

Sólo debe poner la palma de su mano en el sensor por 30 segundos! No desea medir su nivel de consumo de verduras?

Fecha y hora: Jueves 28 de setiembre, 1:30 a 3:00 pm.

Lugar: *Hoken Center*.

Dirigido: Residentes de la ciudad.

Informes: *Kenkōka* en el *Hoken Center*, anexo 624.

秋の味覚 サツマイモ区画売り

## VENTA DE LOTES DE CAMOTE

(*Aki no mikaku satsumaimo kukakuuri*)

Vamos a disfrutar de la cosecha de camotes en familia o en grupos.

Período de cosecha: Desde comienzos de octubre hasta mediados de noviembre.

Costo: ¥2,500 por lote (10 plantas).

	Lugar	Cantidad de lotes (por orden de llegada)	Contacto
①	Ozakudai 5-16	5	Miyamoto ☎042-554-6943
②	Sakaechō 2-20-4	30	Katō ☎042-554-2044
③	Gonokami 3-3-4	10	Nakano ☎042-554-5979
④	Sakaechō 1-13	15	Ishida ☎042-554-0547

Inscripciones: Jueves 5 de octubre, 10:00 am a mediodía directamente en *Sangyō Shinkōka Nōsei kakari*.

Informes: *Sangyō Shinkōka Nōsei kakari*, anexo 663.

\*Por orden de inscripción.

\*Personas de otras ciudades también pueden inscribirse.

\*Después del mediodía del jueves 5 de octubre, las inscripciones serán directamente con el dueño de la plantación.

\*Pagar el mismo día de la inscripción, favor de llevar el monto exacto.

西多摩の魅力再発見! 西多摩フェア

## FERIA NISHITAMA

(*Nishitama no miryoku saihakken! Nishitama feā*)

Se realizará una feria para difundir el encanto de las 8 ciudades de *Nishitama* (*Hamura, Ōme, Fussa, Akiruno, Mizuho, Hinode, Hinohara* y *Okutama*). Estarán presentes las mascotas de cada ciudad, habrá venta de productos del área, información turística y otros. Los esperamos!

Fecha y hora: Sábado 23 y domingo 24 de setiembre, 10:00 am a 5:00 pm.

Lugar: Aeon Mall *Hinode* en el 1er piso.

Informes: *Nishitama Chiiki Kōiki Gyōseiken Kyōgikai Jimukyoku* ☎0428-22-1111 / *Sangyō Shinkōka Shōkō Kankō kakari*, anexo 667.

漏水調査にご協力ください

## COOPEREMOS CON LA INVESTIGACION DE FUGA DE AGUA (Rōsui chōsa ni gokyōryoku wo)

Todos los años se realiza la investigación de fuga de agua para hacer uso eficaz de los recursos hídricos. En esta investigación, un empleado de la compañía autorizada para el trabajo visitará su casa. Pedimos su cooperación.

\*La compañía autorizada no le pedirá que pague por la investigación.

\*El investigador portará una identificación. Si algo le parece sospechoso, pídale que le muestre su identificación.

Período de la investigación: Lunes 2 de octubre a viernes 12 de enero de 2024.

Area: Toda el área Este de la línea *Ōme*.

Nombre de la compañía de investigación: *Rikuchi Rōsui Chōsa*.

Informes: *Suidō Jimusho* ☎042-554-2269.

新型コロナワクチン 令和5年秋開始接種

## VACUNACION CONTRA EL VIRUS CORONA EN OTOÑO DE 2023 (Shingata corona wakuchin reiwa gonen aki kaishi sesshū)

Nombre de la institución médica	Dirigido	Ubicación	Como hacer la reserva
<i>Yamakawa Iin</i>	General	<i>Gonokami 1-2-1 Sakaya Biru 1F</i>	Internet o llamando al Call Center
<i>Watanabe Seikeigeka</i>	General	<i>Gonokami 1-2-2 Hamuraeki Higashiguchimae Medical Plaza 2F</i>	
<i>Sakaechō Shinryōjo</i>	General	<i>Sakaechō 1-14-46</i>	
<i>Ozaki Clinic Hamurain</i>	Mayores de 15 años con historial	<i>Fujimidaira 1-18 Hamura Danchi 24-1</i>	
<i>Hamura Hifuka, Keiseigeka, Naika Clinic</i>	General	<i>Fujimidaira 2-10-1</i>	
<i>Matsubara Naika Iin</i>	General	<i>Hanehigashi 1-16-3</i>	
<i>Futaba Clinic</i>	General	<i>Futabachō 1-1-15</i>	
<i>Matsuda Iin</i>	Aquellos con historial	<i>Ozakudai 5-8-8</i>	
<i>Hamura Himawari Clinic</i>	General	<i>Gonokami 351-30</i>	Reserva en la institución médica ☎042-555-1103
<i>Hamura Senrozo Hifuka</i>	General	<i>Midorigaoka 1-18-3 2F</i>	Reserva en la institución médica ☎042-578-9020
<i>Shinmeidai Clinic</i>	Aquellos con historial	<i>Shinmeidai 1-35-4</i>	Reserva en la institución médica ☎042-554-7370

### COMO RESERVAR

La reserva se hace desde la página en internet o por teléfono a *Hamura shi Corona Wakuchin* Call Center. En las instituciones *Hamura Himawari Clinic*, *Hamura Senrozo Hifuka* y *Shinmeidai Clinic* se puede hacer la reserva directamente.

PERSONAS DE 64 AÑOS Y MENORES QUE DESEEN VACUNARSE DEBEN PEDIR EL BOLETO DE VACUNACION  
Como solicitar:

- ① Solicitar con el formulario especial desde la página oficial de la ciudad.
- ② Solicitar por teléfono llamando a *Hamura shi Corona Wakuchin* Call Center.

\*Mayores de 65 años que no recibieron la vacuna de primavera y aún tienen el boleto de vacunación, pueden utilizar este para la vacuna de otoño. Si lo ha extraviado, favor de llamar a *Hamura shi Corona Wakuchin* Call Center.

## INFORMES

*Hamura shi Corona Wakuchin* Call Center ☎0570-030207

\*Horario de recepción de 9:00 am a 5:00 pm, excepto domingos y feriados.

\*Si desea utilizar el servicio de retransmisión (Teléfono a través de un operador que interpreta el lenguaje Braille, etc) póngase en contacto con *Kenkōka* (*Kenkōka* ☎042-555-1111, anexo 629).

\*Las salas de S&D Sports Arena *Hamura* que no se podían utilizar debido a la vacunación del corona virus, se podrán utilizar desde el jueves 4 de enero de 2024.

9月下旬に介護保険給付費通知を送付

## ENVIARAN LA NOTIFICACION DE USO DEL SEGURO DE CUIDADO Y ATENCION (9 gatsu gejun ni kaigo hoken kyūfuhī tsūchi wo sōfu)

Cuando reciba la notificación, verifique que no haya equivocaciones en los servicios que ha utilizado y cantidad que ha pagado comparándolo con los recibos que tiene.

Dirigido: Personas que utilizaron el servicio en casa (*Kyōtaku sābisu*) de junio a julio. (No incluye a personas internadas en alguna institución).

\*Este aviso no es una factura, ni recibo.

\*No es necesario hacer ningún trámite, ni pago. Este documento no se puede utilizar para la declaración de impuestos.

Informes: *Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Hoken kakari*, anexo 149.

東京都出産・子育て応援事業ポイント交換サイト

## APOYO PARA EL PARTO Y LA CRIANZA DE LOS HIJOS EN TOKYO (Tōkyō to shussan, kosodate ōen jigyō point kōkan site)

Se ha ampliado el plazo para el registro inicial (Inicio de sesión) para el apoyo a la natalidad y la crianza de los hijos.

Si no se registra y pasa la fecha de caducidad, sus puntos caducarán. No olvide registrarse y solicitarlo.

Si tiene dificultad con el acceso al sitio web de intercambio de puntos, registro o para obtener los productos.

Póngase en contacto con el Centro de Llamadas de Apoyo al Nacimiento y Crianza de los Niños de Tōkyō (*Tōkyō to Shussan Ōen Jigyō* Call Center) ☎0120-922-283.

Fecha de vencimiento: Hasta el día lunes 30 de setiembre de 2024.

Dirigido: Aquellos que hayan tenido sus hijos entre el 1 de abril del 2022 y 31 de marzo del 2023, y hayan recibido:

- La tarjeta de regalo de Apoyo al parto de 50,000 yenes (Sobre anaranjado).
- La tarjeta de regalo de Apoyo para la crianza de los hijos de 50,000 yenes (Sobre verde).

Informes: *Kosodate Sōdanka Boshi Hoken, Sōdan kakari* en el *Hoken* Center, anexo 697.

もぐもぐ教室 離乳食生後7か月以降講座

## COMIDA PARA BEBES DESDE LOS 7 MESES (Mogumogu kyōshitsu rinyūshoku seigo 7 kagetsu ikō kōza)

Se enseñará a preparar comidas simples, el tamaño y dureza de la comida de acuerdo a la edad del bebé.

Fecha y hora: Miércoles 1 de noviembre, 10:00 a 11:15 am. Lugar: *Hoken* Center.

Dirigido: Padres con bebés nacidos entre el 1 de diciembre de 2022 a 15 de abril de 2023.

Capacidad: 12 personas (Por orden de inscripción).

Llevar: Útiles para tomar apuntes.

\*Se pueden hacer consultas personales sobre la comida.

Inscripciones e informes: De 9:00 am a 5:00 pm por teléfono a *Kosodate Sōdanka Boshi Hoken, Sōdan kakari* en el *Hoken Center*, anexo 696.

親子であそぼ!

## JUGUEMOS CON NUESTROS HIJOS (Oyako de asobō)

COSECHANDO PAPAS (*Oimohori taiken*)

Encargado	Fecha	Horario
<i>Chūō Jidōkan</i>	Martes 17 de octubre *En caso de lluvia martes 24	10:00 a 10:30 am
<i>Nishi Jidōkan</i>	Viernes 20 de octubre *En caso de lluvia viernes 27	

Dirigido: Niños de 2 años hasta edad preescolar y sus padres.

Capacidad: 10 familias (Por orden de inscripción).

Costo: 400 yenes, 2 plantas por persona (Se debe pagar hasta el miércoles 11 de octubre en cada centro recreativo). \*Si participan los hermanos el costo varia dependiendo de la cantidad de personas.

Llevar: Ir con ropa y zapatos (pueden ser botas) que se puedan ensuciar, toalla, termo, gorro, guantes, pala, bolsa para llevarse las papas.

Lugar: Alrededores de *Hanenaka 2*.

Inscripciones e informes: Sábado 16 de setiembre a miércoles 11 de octubre, por teléfono o directamente a cada centro recreativo.

### WANWAN HIROBA

Hagamos amigos jugando, cantando y haciendo ejercicios.

Dirigido: Padres con hijos de hasta 8 meses.

Lugar	Fecha	Horario	Capacidad
<i>Nishi Jidōkan</i>	Miércoles 20 de setiembre	10:00 a 10:30 am	12 grupos
<i>Chūō Jidōkan</i>	Jueves 12 de octubre		Por orden de inscripción

### KOGUMA HIROBA

Padres e hijos podrán hacer amigos divirtiéndose.

Dirigido: Padres con hijos de 9 meses hasta antes de cumplir 2 años.

Lugar	Fecha	Horario	Capacidad
<i>Higashi Jidōkan</i>	Martes 19 de setiembre	10:00 a 10:30 am	12 grupos Por orden de inscripción
<i>Nishi Jidōkan</i>	Miércoles 27 de setiembre		
<i>Chūō Jidōkan</i>	Jueves 5 de octubre		

### KIRAKIRA POCKET

Un espacio para hacer ejercicios, jugar, hacer manualidades y otros.

Fecha y hora: Jueves 28 de setiembre, 10:00 a 10:30 am.

Lugar: *Chūō Jidōkan*.

Capacidad: 12 grupos (Por orden de inscripción).

Dirigido: Padres con hijos en edad preescolar desde los 2 años.

\*Las personas que desean participar deben ir el mismo día al lugar indicado.

Informes: Centro Recreativo *Chūō (Chūō Jidōkan)* ☎042-554-4552, Centro Recreativo *Nishi (Nishi Jidōkan)*

☎042-554-7578, Centro Recreativo *Higashi (Higashi Jidōkan)* ☎042-570-7751.

## CAMPO DE KYUDO (Kyūdōjō)

Clases para principiantes y personas que deseen comenzar de nuevo.

Fecha y hora: Todos los miércoles y sábados desde el sábado 30 de setiembre a 21 de octubre, 7:00 pm a 9:00 pm (7 clases en total).

Lugar: Campo de *kyūdō* (Kyūdōjō).

Dirigido: Desde estudiantes de secundaria elemental (*chūgakusei*) (Estudiantes de secundaria elemental deben ir acompañados de uno de sus padres). \*Se da prioridad a los residentes y trabajadores de la ciudad.

Capacidad: 12 personas (Por orden de inscripción). Costo: ¥3,500 (Incluido el seguro).

Llevar: Ir con ropa para hacer ejercicios (que la parte de arriba no tenga botones), medias o *tabi*.

Inscripciones e informes: Hasta el lunes 25 de setiembre enviando sus datos [dirección, nombre, edad, número de teléfono], vía fax, correo electrónico o correo postal.

Destinatario: 205-0001 Hamura shi Ozakudai 4-2-8 Hamura shi Kyūdōjō.

Fax: 042-555-9255, ✉kyudo\_hamura@yahoo.co.jp

## S&D SPORTS ARENA HAMURA (Sports Center ☎042-555-0033)

CURSO DE ENTRENAMIENTO MUSCULAR (*Tanoshiku kintore! Kenkō undo kyōshitsu*)

Hagamos ejercicios juntos para obtener un cuerpo saludable.

Fecha y hora: Todos los viernes desde el 3 de noviembre a 22 de diciembre (8 clases en total), 2:00 a 3:00 pm.

Lugar: S&D Sports Arena Hamura, Training room. Capacidad: 20 personas (Por orden de inscripción).

Dirigido: Desde estudiantes de secundaria elemental.

Costo por las 8 clases: Residentes y trabajadores de la ciudad 1,200 yenes / residentes de otras ciudades 1,760 yenes.

Llevar: Ir con ropa cómoda para hacer ejercicios, toalla, bebida en termo o botella con tapa, zapatillas para interior.

Inscripciones: Domingo 1 a 22 de octubre, 9:00 am a 4:30 pm directamente a S&D Sports Arena Hamura Training Room en el 2do piso. \*Cerrado los lunes que no son feriados.

Informes: NPO Hōjin Hamurashi Taiiku Kyōkai ☎042-555-1698.

## PRIMO LIBRARY HAMURA (BIBLIOTECA) (Toshokan ☎042-554-2280)

KAMISHIBAI PARA NIÑOS Y ADULTOS (*Otona mo kodomo mo tanoshimeru kamishibai*)

El *kamishibai* (Teatro con láminas ilustradas) es divertido incluso para adultos. Participen junto con sus hijos.

Fecha y hora: Sábado 23 de setiembre, 11:00 am.

Lugar: Primo Library Hamura, *Ohanashi no heya*.

Títulos: "Serohiki no Gōshu", "Yowamushi Sanpei obake taiji", "Manekineko no Tama", "Yaseta mendori to kitsune".

CUENTOS PARA ADULTOS (*Otona no tame no ohanashikai*)

Fecha y hora: Martes 26 de octubre, 2:00 pm (Aproximadamente una hora).

Lugar: Primo Hall Yutorogi, *Kōzashitsu* 1.

Capacidad: 40 personas (Por orden de inscripción).

Títulos: "Onaoshiya no Mike bāchan" y otros.



## MUSEO LOCAL

(Kyōdo hakubutsukan ☎042-558-2561)

EXPOSICION DE LA SERICULTURA DE HAMURA (*Hamura no yōsanten*)

Exposición de los artículos que se usaban y charla sobre la historia de la sericultura en *Hamura*.

Fecha y hora: Sábado 7 de octubre a domingo 26 de noviembre, 9:00 am a 5:00 pm.

CAMINATA POR LOS LUGARES HISTORICOS (*Rekishī sanpo kara Hamura no unda bungō Nakazato Kaizan no ashiato meguri*)

Fecha y hora: Sábado 21 de octubre, reunirse a la 1:30 pm en la entrada de la estación. (Hora de disolución: 4:00 pm). \*Se realizará en caso de llovizna.

Ruta: Estación de *Hamura*, lugar donde se encontraba el museo conmemorativo de la novela *Daibosatsu tōge*, tumba de *Nakazato Kaizan*, lugar donde se encontraba la casa de *Nakazato Kaizan*, represa de *Hamura*, *kyōdo hakubutsukan*.

Capacidad: 15 personas (Por orden de inscripción).

\*Asistir con ropa y zapatos cómodos.

Inscripciones: A partir del viernes 15 de setiembre, 9:00 am por teléfono o directamente a *Kyōdo Hakubutsukan*.

## CAMPAÑA DE SEGURIDAD VIAL DE OTOÑO

(*Reiwa 5 nen aki no zenkoku kōtsū anzen undō*)

Período: Jueves 21 a sábado 30 de setiembre.

PUNTOS IMPORTANTES

- ① Asegurar el camino de peatones, especialmente de niños y ancianos.
- ② Prevención de accidentes con peatones en las tardes y noches y acabar con los actos peligrosos como manejar después de tomar bebidas alcohólicas.
- ③ Hacer respetar las reglas de tránsito y que utilicen casco las personas que manejan bicicletas.
- ④ Hacer respetar las reglas de tránsito a vehículos pequeños (Patinetas y otros).
- ⑤ Prevención de accidentes de vehículos de dos ruedas.

Informes: *Bōsai Anzenka Bōhan, Kōtsū Anzen kakari*, anexo 216.

## YA SE PUEDE CONDUCIR BICICLETA TANDEM DE DOS PERSONAS EN LA VIA PUBLICA

(*Tandemu jitensha no futarinori deno kōdō sōkō ga kanō ni narimashita*)

Debido a las modificación de las reglas de tránsito, ahora es posible manejar bicicleta tandem conducida por dos personas en la vía pública. Las reglas y características son diferentes con la bicicleta normal, favor de verificar la página oficial de la policía *Keishichō*.

Informes: *Bōsai Anzenka Bōhan, Kōtsū Anzen kakari*, anexo 216.

## DONACION DE SANGRE

(*Ai no kenketsu ni gokyōryoku wo*)

Fecha y hora: Martes 26 de setiembre, 10:00 am a mediodía y de 1:15 pm a 4:00 pm.

Lugar: Plaza en frente a la estación de *Ozaku*.

Dirigido: Personas entre 16 años a 69 años (si es mayor de 65 años; sólo las personas que hayan donado sangre entre los 60 años y 64 años de edad).

Cantidad: La cantidad de sangre para donar es de 200ml a 400ml.

\*Las personas que estén tomando alguna medicina para el estómago, vitaminas y medicinas para bajar la presión alta, también pueden donar sangre (puede haber casos en que se le niegue por motivos de salud).  
Informes: *Kenkōka* en el *Hoken Center*, anexo 623.

第26回はむら桜づつみジュニア駅伝大会

## **CARRERA DE RELEVOS PARA NIÑOS NUMERO 26** **(Dai 26 kai Hamura Sakurazutsumi junior ekiden taikai)**

Fecha: Domingo 22 de octubre (Recepción...7:30 a 8:30 am).

Programación:

9:00 am...3ro y 4to grado varones. 9:30 am...3ro y 4to grado mujeres.

10:10 am...5to y 6to grado varones. 10:50 am...5to y 6to grado mujeres.

Lugar: *Miyanoshita Undō Kōen* hasta *Sakurazutsumi*.

Participantes: Estudiantes de 3ro a 6to grado de primaria, residentes de la ciudad.

Grupos: 4 participantes, 1 suplente, 1 director (Tutor).

Distancia: 3ro y 4to grado: 1.15km x 4 = 4.6 km total / 5to y 6to grado: 1.7km x 4 = 6.8 km total

Inscripciones: Hasta el viernes 22 de setiembre, enviando el formulario por correo electrónico o llevandolo directamente a *Hamurashi Taiiku Kyōkai* en el 2do piso de S&D Sports Arena *Hamura*.

\*El formulario se puede descargar de la página web de *Hamurashi Rikujō Kyōgi Club*.

Informes: *Hamura shi Rikujō Kyōgi Club Izumi* ☎042-554-2763 (6:00 a 8:00 pm).

Correo electrónico: [nishitama\\_ac@yahoo.co.jp](mailto:nishitama_ac@yahoo.co.jp)

9月24日～30日は結核予防週間

## **SEMANA DE PREVENCION DE LA TUBERCULOSIS** **(9 gatsu 24 nichi kara 30 nichi wa kekkaku yobō shūkan)**

La tuberculosis no es una enfermedad del pasado. En el centro de salud *Nishitama* en el año 2022 se le diagnosticó la enfermedad a 22 personas. Los primeros síntomas de la tuberculosis son muy parecidos a una gripe. Si tiene tos y flema por más de 2 semanas, visite a su médico.

Las personas de edad avanzada pueden no tener ningún síntoma, sin embargo sería apropiado hacerse un chequeo y sacarse una radiografía una vez al año.

Informes: *Nishitama Hokenjo Hoken Taisakuka Kansenshō Taisaku Tantō* ☎0428-22-6141.

防災・救急フェア

## **FESTIVAL DE MEDIDAS DE EMERGENCIA Y PREVENCION DE DESASTRES** **(Bōsai kyūkyū feā)**

Vehículos de experiencia de desastres en realidad virtual, vehículo para experimentar terremotos, se pueden ver los camiones de bomberos y probarse la ropa de bomberos, habrá otros eventos.

También se realizará la premiación de los dibujos de los camiones de bomberos.

Fecha y hora: Sábado 23 de setiembre, 10:00 a 3:00 pm.

Lugar: *Fussa Shōbōsho (Fussa shi Fussa 1072)*. \*No hay estacionamiento.

Informes: *Fussa Shōbōshō Yobōka Bōka Sasatsu kakari* ☎042-552-0119.

静と動のチャレンジスポーツ体験「スポーツウェルネス吹矢とジャズダンス」

## **QUIETUD Y MOVIMIENTO EXPERIMENTEMOS LA CERBATANA Y BAILE JAZZ** **(Sei to dō no challenge sports taiken [Sports wellness fukiya to jazz dance])**

Fecha y hora: Jueves 12, 19, 26 de octubre, 2 y 9 de noviembre, 1:00 a 2:30 pm.

Lugar: S&D Sports Arena *Hamura, Dai 1 hall*.

Dirigido: Mayores de 60 años que no son miembros de *Hamusupo*.

Capacidad: 15 personas (Por orden de inscripción).

Costo por 5 clases: 1,500 yenes (Es necesario pagar aparte por la inscripción a *Hamusupo*).

Llevar: Zapatillas para interior, ropa cómoda, bebida con tapa, toalla.

\*Esta incluido el seguro de recreación.

Inscripciones e informes: A partir del martes 19 de setiembre con lo siguientes datos [nombre, edad, número de teléfono] por correo electrónico, teléfono o directamente a *Hamura Sōgōgata Sports Club Hamusupo* en el 1er piso de S&D Sports Arena *Hamura* ☎042-519-5712. ✉hamusupo@gmail.com

2023年 外国人のためのリレー専門家相談会

## CONSULTAS PROFESIONALES PARA RESIDENTES EXTRANJEROS 2023 (2023 nen gaikokujin no tame no rirē senmon sōdankai)

1	Sábado 7 de octubre, 10:00 am a 3:30 pm *Reservas hasta el viernes 6 de octubre	Tachikawa shi Akebonochō 2-2-27 Tachikawa shi Madoguchi Service Center	Tachikawa Tabunka Kyōsei Center 042-527-0310
2	Sábado 14 de octubre, 1:00 a 4:00 pm *Reservas hasta el sábado 7 de octubre	Chōfu shi Kojima chō 2-33-1 Chōfu shi Bunka Kaikan Tazukuri Kaigishitsu 301 a 305	Chōfu shi Kokusai Kōryū Kyōkai 042-441-6195
3	Sábado 4 de noviembre, 1:00 a 4:00 pm	Nakano ku Nakano 2-9-7 Nakano Zero Nishikan	Nakano ku Kokusai Kōryū Kyōkai 03-5342-9169
4	Sábado 18 de noviembre, 2:00 a 4:45 pm *Reservas a partir del jueves 5 de octubre	Higashi Murayama shi Honchō 2-33-2 Higashi Murayama Shiritsu Chūō Kōminkan	Higashi Murayama shi Shimin Sōdan, Kōryūka 042-393-5111
5	Sábado 9 de diciembre, 2:00 a 4:00 pm	El lugar se decidirá aproximadamente en octubre	Kokusai Katsudō Shimin Chūshin 03-6261-6225
6	Sábado 27 de enero, 1:30 a 4:30 pm *Reservas hasta el viernes 19 de enero	Minato ku Kita Aoyama 1-6-3 Toei Kita Aoyama Icchome Apato 3, Sótano 1 Minato ku Kokusai Kōryū Space	Minato ku Kokusai Kōryū Kyōkai 03-6440-0233
7	Sábado 17 de febrero, 1:00 a 4:00 pm *Es necesario reservar	Suginami ku Asagaya Minami 1-15-1 Suginami Kuyakusho	Suginami ku Kōryū Kyōkai 03-5378-8833
8	Domingo 10 de marzo, 1:30 a 3:30 pm *Reservas hasta el sábado 2 de marzo	Machida shi Haramachida 4-9-8 Machida Shimin Fōramu piso 4	Machida Kokusai Kōryū Center 042-722-4260

\*Cabe la posibilidad de que las fechas cambien.

Favor de consultar la página de *Tōkyō to Tsunagari Sousei Zaidan*

<https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/soudan/relay.html>

**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.**

## EVENTOS PARA NIÑOS (Kodomo no shisetsu kara)

### ★CENTRO RECREATIVO CHŪŌ ☎042-554-4552 (Día de descanso: viernes)

■OBSERVACION DE LA LUNA DURANTE EL DIA / OBSERVACION ASTRONOMICA (*Hirumano tsuki kansokukai / Tentai kansokukai*)

Fecha: Jueves 28 de setiembre. \*Si llega tarde no podrá participar. Favor de tener cuidado.

Hora: Observación de la luna a partir de las 4:00 pm / Observación astronómica a partir de las 6:30 pm.

Dirigido: Niños en edad preescolar hasta 18 años.

\*Estudiantes de secundaria elemental o menores venir acompañados de un adulto.

Capacidad: 46 personas (Por orden de inscripción, incluyendo a los padres).

\*Tener cuidado ya que si llegan tarde no podrán participar.

■MANUALIDADES JUGUETES DE HARINA PARA APLASTAR Y MAQUILLANDO MUÑECAS (*Komugiko sukuizu zukuri to manekin meiku asobi*)

Fecha y hora: Sábado 14 de octubre, 1:30 a 2:30 pm. Capacidad: 12 personas (Por orden de inscripción).

Dirigido: Estudiantes de primaria hasta jóvenes de 18 años.

Llevar: Ropa que se pueda ensuciar, bolsa, zapatos para interior, termo con agua o té.

\*Se utilizará harina. Deben de tener cuidado los niños con alergias.

Inscripciones: A partir del sábado 16 de setiembre, por teléfono o directamente a *Chūō Jidōkan*.

### ★CENTRO RECREATIVO NISHI ☎042-554-7578 (Día de descanso: martes)

■FESTIVAL DE NIÑOS DISFRUTANDO HALLOWEEN (Halloween *otanoshimi* day)

Fecha y hora: Domingo 15 de octubre, 10:00 am a mediodía / 1:00 a 3:00 pm.

Dirigido: Niños en edad preescolar hasta 18 años residentes de la ciudad (Niños en edad preescolar deben venir con sus padres).

Capacidad: 70 personas en la mañana / 50 personas en la tarde (Por orden de llegada).

\*Ese día sólo se realizará el día de Halloween. No podrán entrar desde el mediodía hasta la 1:00 pm.

\*El sábado 14 de octubre en la tarde estará cerrado por los preparativos para el día siguiente.

### ★CENTRO RECREATIVO HIGASHI ☎042-570-7751 (Día de descanso: jueves)

■DIA DEL DEPORTE JUGUEMOS BOCCIA (*Boccha wo shiyō*)

Fecha y hora: Miércoles 20 de setiembre, 3:00 a 4:00 pm. Dirigido: Estudiantes de primaria y secundaria.

Capacidad: 20 personas (Por orden de llegada).

Llevar: Termo con agua o té, toalla.

■MANUALIDADES CAJA DE SORPRESA SOBRE SDGs (*Tezukuri kyōshitsu SDGs ga manaberu bikkuribako*)

Fecha y hora: Sábado 30 de setiembre, 1:30 a 2:30 pm. Capacidad: 12 personas (Por orden de inscripción).

Dirigido: Estudiantes de primaria hasta 18 años residentes de la ciudad.

Llevar: Zapatos para interior, termo con agua o té, toalla.

Inscripciones: A partir del sábado 16 a viernes 29 de setiembre, por teléfono o directamente a *Higashi Jidōkan*.

■CONCURSO PARA COLOREAR (*Nurie kontesuto*)

Convocatoria: Sábado 7 a domingo 15 de octubre.

Votación: Miércoles 18 a 25 de octubre.

Anuncio del resultado: Sábado 28 de octubre.

Dirigido: Estudiantes de primaria.

\*Si desean participar deben avisar al encargado en el mostrador.

### ★PRIMO LIBRARY HAMURA (BIBLIOTECA)☎042-554-2280 (Día de descanso: lunes)

■CUENTOS (*Ohanashikai*)

CUENTOS PARA NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR

Fecha y hora: Sábado 14 de octubre, 11:00 am.

Narración de "Ringo ga tabetai nezumikun".

CUENTOS PARA ESTUDIANTES DE PRIMARIA

Fecha y hora: Sábado 21 de octubre, 11:00 am.

Narración de "Ōkami to nanahiki no koyagi".

### ★PRIMO HALL YUTOROGI ☎042-570-0707 (Día de descanso: lunes)

■PELICULAS PARA NIÑOS (*Kodomo eigakai*)

Fecha y hora: Domingo 1 de octubre, 10:30 a 11:30 am. Lugar: *Kōzashitsu* 1.

Capacidad: 50 personas (Por orden de llegada).

Películas: "Toppo to mori no nakamatachi", "Mūmin boku wa ōji da", "Shōjōji no tanukibayashi".