

NOTICIAS DE HAMURA

Publicado por la Ciudad de Hamura

Redacción: División 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

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

15 de mayo, 2025



ご存じですかJアラート（全国瞬時警報システム）

¿SABE LO QUE ES J-ALERT? (SISTEMA NACIONAL DE ALERTA INSTANTANEA) (Gozonji desuka J-Alert zenkoku keihō system)

QUE ES J-ALERT? (J-Alert towa)

Cuando ocurre una situación de emergencia, el gobierno envía información a los residentes como informes de terremotos, meteorológica, información de protección civil, etc. e información instantánea sobre la información del gobierno utilizando parlantes de radio administrativos de prevención de desastres y servicios de correo electrónico en las ciudades, barrios y pueblos.

QUE NOTIFICA J-ALERT? (J-Alert de oshirase suru koto)

Alerta temprana de terremotos (*Kinkyū jishin sokuhō*)

Cuando ocurre en la ciudad un sismo de magnitud 5 o superior o un sismo de período largo de clase 3 o superior.

Información meteorológica (*Kishō jōhō*)

Cuando se anuncian en la ciudad lluvias fuertes, advertencia de inundación, información de advertencia de deslizamientos de tierra, advertencia especial de lluvias fuertes, etc.

Información de protección civil (*Kokumin hogo jōhō*)

Cuando existe peligro en la ciudad por misiles balísticos, ataques terroristas a gran escala, etc.

CUANDO ESCUCHA LA ALERTA (J-Alert ga hasshin saretara)

[Acciones durante un gran terremoto]

- Cuando sienta temblores o reciba una alerta temprana de terremoto, priorice su propia seguridad.
- Si está utilizando fuego, apague el fuego sin desesperarse cuando haya disminuido el temblor.
- No salga corriendo con prisa.
- Si siente temblores cuando esta afuera, manténgase alejado de las paredes de bloques, etc.

[Acciones a tomar durante daños por viento e inundaciones o tifones]

Puede tomar precauciones contra los daños causados por el viento y las inundaciones causadas por tifones, etc., haciendo lo siguiente:

- Consulte el mapa de peligros con anticipación para comprobar los peligros para los que se está preparando.
- Cuando se acerque un tifón, obtenga información en la televisión o en Internet.
- De acuerdo con la situación, tome las medidas adecuadas anticipadamente y si debe evacuar hacerlo enseguida.

[Acciones de preparación ante la caída de un misil balístico]

- Si está al aire libre, evacue a algún edificio o subterráneo.
- Es peligroso estar cerca de la ventana. Muévase a un lugar donde no pueda ver el exterior.
- Si no puede escapar a algún edificio, escóndese, manteniéndose agachado y protegerse la cabeza.

SE REALIZAN TRANSMISIONES DE PRUEBA CON REGULARIDAD (*Teikiteki ni shiken hōsō wo okonatteimasu*)

La ciudad lleva a cabo pruebas operativas cuatro veces al año para garantizar que la información de

J-Alert pueda transmitirse de manera confiable, el próximo control operativo será como se detalla a continuación.

Fecha y hora: Miércoles 28 de mayo, 11:00 am.

Este día, después de avisar con anticipación, se escuchará en altavoz un mensaje que dirá "Esta es una prueba de J-Alert" a través del sistema de radio administrativo de prevención de desastres de la ciudad. Esta es una sesión de entrenamiento, así que tenga cuidado de no cometer ningún error. *repicar. . Este no es un sonido de sirena real, sino un sonido para notificarle que comenzará una transmisión de prueba.

Informes: División de Seguridad y Prevención de Desastres, Sección de Gestión de Crisis (*Bōsai Anzenka Bōsai Kiki Kanri kakari*), anexo 217.

公園通信はむらじかん

COMUNICADO DEL PARQUE HORA DE HAMURA **(Kōen tsūshin Hamura jikan)**

MERCADO EN EL PARQUE FUJIMI Y MINI DOG PARK (*Hitotoki marushe & mini dog park in Fujimi Kōen*)

Habrán tiendas rodantes, talleres, tiendas para perros. Una parte de la plaza de niños se convertirá en [mini dog park] por este día.

Fecha y hora: Sábado 24 de mayo, 10:00 am a 4:00 pm.

Lugar: S&D Sports Park *Fujimi*.

*Para utilizar el dog park se cobrará 500 yenes para la limpieza y desinfección del lugar.

Informes: Administrador del Parque Wing Park (Casa Club del Parque *Fujimi*) ☎042-555-4342.

公園でのボール遊びに注意！

TENER CUIDADO CUANDO JUEGAN CON PELOTAS EN LOS PARQUES **(Kōen deno bōru asobi ni chūi!)**

Últimamente hay varias consultas de los vecinos sobre las pelotas que se salen del parque cuando están jugando. Cuando jueguen con pelotas en los parques, favor de tener cuidado con los vecinos y las demás personas que están en el parque.

Informes: División de Obras, Sección de Mantenimiento de Parques (*Dobokuka Kōen Kanri kakari*), anexo 283.

メンズキッチン 夏を乗り切る栄養満点バランスごはん！

CLASES DE COCINA PARA HOMBRES

(Mens kitchen natsu wo norikiru eiyo manten baransu gohan!)

Fecha y hora: Miércoles 18 de junio, 10:00 am a 12:30 pm.

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

Dirigido: Varones residentes de la ciudad.

Capacidad: 16 personas (por orden de inscripción).

Costo: ¥300 (por la clase de cocina).

Llevar: Delantal, pañolón para la cabeza, mascarilla, libreta de salud (*kenkō techō*) sólo si tiene.

Inscripciones e informes: A partir del viernes 16 de mayo, enviando los siguientes datos [(1)nombre, (2)edad, (3)número de teléfono, (4)dirección] por teléfono o correo electrónico a la División de Salud, (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 625. ✉s305000@city.hamura.tokyo.jp

生ごみ堆肥化講習会

CURSO CONVIRTIENDO RESIDUOS DE COMIDA EN ABONO **(Namagomi taihika kōshūkai)**

Se probarán 2 formas, una utilizando una caja de cartón y la otra utilizando un acelerador de fermentación (contiene microorganismos). El abono se puede utilizar para cultivar verduras.

Fecha y hora: Domingo 15 de junio, 10:00 a 11:30 am. Lugar: Primo Hall *Yutorogi, sōsakushitsu 2*.

Dirigido: Residentes o trabajadores de la ciudad.

Capacidad: 15 personas (por orden de inscripción). *Después de la clase se puede llevar los materiales.

Inscripciones e informes: A partir del viernes 16 de mayo a 6 de junio, por teléfono o directamente a la División del Medio Ambiente en la Vida Diaria (*Seikatsu Kankyōka*), anexo 205.

SUBSIDIO DEL COSTO DE CASTRACION A LOS GATOS SIN DUEÑO (Kainushi no inai neko no funin kyosei shujutsuhi wo josei)

En la ciudad de *Hamura*, apoyamos con una parte de los costos de operación a los grupos que realizan la cirugía de castración a los gatos que no tienen dueños.

Dirigido: Organizaciones o grupos que cumplan con todos los siguientes requisitos.

- (1) Grupos que constan de tres o más personas (2 o más deben ser adultos) que realizan actividades adecuadas de prevención de reproducción.
 - (2) El representante del grupo debe tener registrada su dirección en *Hamura*.
 - (3) El grupo debe estar registrado en *Hamura*.
- *Actividades adecuadas de prevención de reproducción en la ciudad... Actividades para prevenir los efectos en el entorno de vida, como la contaminación causada por la reproducción irrazonable de gatos sin dueño en la ciudad.

Contenido del subsidio: Para las hembras importe máximo 10,000 yenes, para los machos 5,000 yenes.

*Para obtener detalles sobre cómo registrar un grupo; consulte dirigiéndose a la página oficial de la ciudad o por teléfono.

Informes: División de Política Ambiental (*Kankyō Seisakuka*), anexo 226.

CHEQUEO DE SALUD PARA PERSONAS DE 30 Y 35 AÑOS (30 sai, 35 sai kenkō shinsa)

Aproveche esta oportunidad para realizar el examen médico gratuito.

Período: Lunes 2 de junio a viernes 31 de octubre.

Dirigido: Personas que cumplen con todos los siguientes requisitos del ① al ③.

- ① Residentes registrados en la ciudad.
- ② Personas que cumplan 30 o 35 años (nacidos entre el 2 de abril de 1995 a 1 de abril de 1996, 2 de abril de 1990 a 1 de abril de 1991) en el año fiscal 2025 (*Reiwa 7*).
- ③ Personas que no tienen oportunidad de realizar un chequeo médico con el mismo contenido.

*Mujeres embarazadas no pueden someterse a este examen (embarazadas o si aún no ha pasado un año después de dar a luz).

*El examen solo se puede realizar una vez al año.

*Para más información chequear la página oficial de la ciudad.

Inscripciones: Hasta el lunes 20 de octubre (sin falta) descargar el formulario desde el código 2D en la página 7 del boletín en japonés (arriba a la izquierda) y enviar el formulario por correo postal al Centro de Salud (*Hoken Center*).

Destinatario: 205-0003 *Hamura shi Midorigaoka 5-5-2 Hamura shi Hoken Center*.

Procedimiento: Ir o reservar en la institución médica llevando el cupón que le enviarán del *Hoken Center* y su tarjeta del seguro de salud.

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

Informes: División de Salud (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 624.

EXAMEN DE DESCARTE DE CANCER DE MAMA Y CUELLO UTERINO (Shikyū keigan, nyūgan kenshin)

CANCER DE CUELLO UTERINO <PRIMER PERIODO> (*Shikyū keigan kenshin*)

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

Dirigido: Mujeres registradas en *Hamura* mayores de 20 años el día del examen, que no hayan realizado el examen el año pasado.

No pueden someterse a este examen las siguientes personas:

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

CANCER DE MAMA <PRIMER PERIODO> (Nyūgan kenshin)

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

*El examen en el Centro de Salud (Hoken Center) se realizará en setiembre y diciembre. Aproximadamente en julio y octubre se realizará la convocatoria.

Dirigido: Mujeres registradas en Hamura mayores de 40 años el día del examen, que no hayan realizado el examen el año pasado.

Costo: ¥1,600 (las personas que se encuentren bajo la asistencia social (seikatsu hogo) están exonerados del pago).

*Realizar el pago en la institución médica el día del examen.

*Personas que reciben la asistencia social (seikatsu hogo) favor de presentar el certificado (seikatsu hogo jukyūsha shōmeisho) en la institución médica.

No pueden someterse a este examen las siguientes personas:

- Embarazadas, mujeres que tuvieran alguna posibilidad de estar embarazadas o si están dando de lactar.
- Personas que se hayan sometido a operaciones de aumento de seno.
- Personas que tengan marcapasos, una derivación ventriculoperitoneal (VP shanto) u otros artículos.
- Personas en tratamiento u observación por enfermedades de la glándula mamaria (nyūsen shikkan).
- Personas que pueden realizar el examen en el lugar de trabajo.
- *Para más información consultar la página oficial de la ciudad.

DETALLES PARA AMBOS EXAMENES

Período: Los días indicados entre el lunes 2 de junio a martes 30 de setiembre (excepto domingos y feriados).

*Por orden de inscripción. La cantidad de personas es limitada en cada institución médica.

Inscripciones: A partir del jueves 15 de mayo desde el código 2D en la página 7 del boletín en japonés (contando desde arriba el 2do para el examen de cuello uterino y el 3ro para el examen de mama) o enviando una postal o sobre con los siguientes datos: (1)nombre del examen que desea realizar, (2)nombre de la institución médica, (3)dirección, (4)nombre furigana, (5)fecha de nacimiento, edad, (6)número de teléfono donde se le pueda contactar de día.

Destinatario: 〒205-0003 Hamura shi Midorigaoka 5-5-2 Hamura shi Hoken Center Gan Kenshin Tantō.

PRECAUCIONES

○Puede aplicar para ambos exámenes descarte de cancer de mama y cuello uterino con una sola postal o sobre.

○Después de dos semanas se le enviará el boleto. Cuando lo reciba, verifique los detalles y haga su reserva en la institución médica.

○El resultado demora aproximadamente un mes.

*Si tiene síntomas debe ir al médico y no esperar hasta el día del examen.

Informes: División de Salud (Kenkōka) en el Centro de Salud (Hoken Center), anexo 625.

ENVIO DEL CUPON GRATUITO PARA EL EXAMEN DE DESCARTE DE CANCER PARA MUJERES (Josei tokuyū no gankenshin muryō kūponken sōfu)

La ciudad envía el cupón y la libreta para el examen de descarte de cáncer de mama y cuello uterino a mujeres de una cierta edad a fines de mayo. Con este cupón el examen de descarte de cancer de cuello uterino (aproximadamente 5,000 yenes) y el examen de descarte de cancer de mama (aproximadamente 10,000 yenes) son gratuitos.

El cupón de este año está dirigido a las siguientes personas:

- ◎ Examen de cuello uterino (*shikyū keigan kenshin*)...nacidas entre el 2 de abril de 2004 a 1 de abril de 2005.
 - ◎ Examen de cancer de mama (*nyūgan kenshin*)...nacidas entre el 2 de abril de 1984 a 1 de abril de 1985.
 - *Para más información, ver los detalles en la guía que se enviará adjunta.
- Informes: División de Salud (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 625.

今年もフードドライブを行っています

PEDIMOS SU COOPERACION PARA LA COLECTA DE ALIMENTOS **(Kotoshi mo food drive wo okonattemasu)**

La ciudad recolecta alimentos que sobran de casas o compañías y lo dona para ayudar a personas necesitadas y también para reducir el desperdicio de comida.

Alimentos que se pueden donar: Arroz (el arroz pulido debe tener menos de un mes desde el proceso de pulido y no puede ser arroz pulido por uno mismo), alimentos enlatados, enbotellados, envasados, instantaneos, golosinas, bebidas, condimentos (harina de pan u otros), alimentos secos.

Alimentos que no se pueden donar: Alimentos con menos de un mes de caducidad, alimentos sin fecha de caducidad (si se acepta arroz, sal, azúcar, chicles), alimentos frescos, alimentos que no se pueden guardar a temperatura normal, alimentos con la empaquetadura abierta, bebidas alcohólicas (si se acepta *sake* para cocinar), suplementos, alimentos con descripciones de propiedades saludables, alimentos con explicación en otros idiomas que no sean japonés, otros.

Ventanilla donde donar: *Seikatsu Kankyōka* en el 2do piso de la municipalidad.

*Lunes a viernes de 9:00 am a mediodía, 1:00 pm a 5:00 pm (excepto feriados y descanso de fin y comienzo de año).

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

「特定外来生物」クビアカツヤカミキリの防除にご協力を

PEDIMOS SU COOPERACION EN EL CONTROL DE PLAGAS DE LA **ESPECIE INVASORA ESPECIFICA AROMIA BUNGII**

(Tokutei gairai seibutsu kubiakatsuya kamikiri no bōjo ni gokyōryoku wo)

La especie *Aromia Bungii* (un tipo de escarabajo de China), mata los árboles de cerezos, melocotón y ciruelos comiéndoselos por dentro, por lo que corren el riesgo de secarse o caerse.

Si encuentran uno de estos bichos ya que es una especie invasora, por favor exterminarlos en el momento o contactar con la División *Kankyō Seisakuka*.

CARACTERISTICAS DEL AROMIA BUNGII ADULTO (*Seichū no tokuchō*)

Tamaño: 25 a 40 mm y aparecen de junio a agosto. Este bicho deja heces y polvo en el tronco.

Informes: División de Política Ambiental (*Kankyō Seisakuka*), anexo 226.

証明書のコンビニ交付を停止

SUSPENSION TEMPORAL DE EMISION DE CERTIFICADOS EN LAS **TIENDAS DE CONVENIENCIA**

(Shōmeisho no conbini kōfu wo teishi)

Se suspenderá el servicio de expedición de certificados en las tiendas de conveniencia debido a mantenimiento del sistema.

Si necesita documentos como copia del certificado de domicilio, impuestos u otros favor de acercarse a la ventanilla en la municipalidad. Agradecemos su comprensión y cooperación.

Fecha de suspensión: Lunes 9 de junio (todo el día).

*Para más información consulte la página oficial de *Hamura*.

Informes: Sobre los certificados de impuesto...División de Tasación de Impuestos, Sección de Impuestos Municipales (*Kazeika Shiminzei kakari*), anexo 162 / sobre la tarjeta my number o expedición de otros documentos...División del Ciudadano, Sección de Recepción (*Shiminka Uketsuke kakari*), anexo 122.

SEMANA DEL AGUA

(6 gatsu tsuitachi kara nanoka wa suidō shūkan)

No desean saber más sobre los proyectos de agua de la ciudad?

Parte de la instalación estará abierta al público para aumentar la comprensión y el interés en el suministro de agua, coincidiendo con la semana del agua. Además se exhibirán acueductos con excelente resistencia a los terremotos.

Los días 1 de todos los meses (en caso de coincidir con el descanso el día siguiente) se puede subir a la torre de agua. Vengan a visitar la instalación.

Fecha y hora:

Lunes 2 de junio...9:00 am a mediodía, 1:00 a 5:00 pm (recepción...hasta las 4:30 am).

*En caso de lluvia o rayos puede que se cancele.

Lugar: Torre de agua 1 (*dai 1 haisuitō*) en la oficina de servicio de agua.

Informes: Oficina de Servicio de Agua (*Suidō Jimusho*) ☎042-554-2269.

NOTIFICACION SOBRE LA RECAUDACION ESPECIAL DEL SEGURO DE CUIDADO Y ATENCION

(Kaigo hokenryō ga nenkin hikiotoshi ni kawaru kata he)

A las personas que pagaron las primas de seguro de cuidado y atención (*kaigo hoken*) con la factura o por transferencia de cuenta y que desde junio de este año se le deducirá de la jubilación (sólo los que reciben más de ¥180,000 de jubilación), se le enviará la "notificación de recaudación especial de las primas de seguro de cuidado y atención" (*kaigo hokenryō tokubetsu chōshū kaishi no oshirase*) a fines de mayo. El monto a pagar en junio y agosto es una cantidad aproximada. La cantidad exacta se decidirá y notificará a comienzos de julio.

Informes: División de Bienestar y Cuidado para Personas de Edad Avanzada, Sección de Seguro de Cuidado y Atención (*Kōrei Fukushi Kaigoka Kaigo Hoken kakari*), anexo 143.

FECHA LIMITE PARA EL PAGO DE IMPUESTOS

(6 gatsu futsuka ga nōkigen no zeikin, hoken)

La fecha límite para el pago de los impuestos sobre bienes e inmuebles (*kotei shisanzei*), impuestos a la planificación urbana (*toshi keikakuzei*), impuesto sobre vehículos ligeros (*keijidōshazei*) es el lunes 2 de junio.

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

COMO MANTENERNOS SALUDABLES

(Kenkō kanrijutsu)

CONCIENTIZACION SOBRE EL CANCER DE MAMA, PARA DETECCION RAPIDA (Breast Awareness *de nyūgan no sōki hakken wo!*)

[Qué es el cáncer de mama?]

El cáncer de mama es el cáncer más común entre las mujeres en Japón y la cuarta causa principal de muerte por cáncer entre las mujeres. El grupo de edad más común es entre los 40 y 60 años, pero algunas personas desarrollan la enfermedad a finales de los 20 años.

En los hombres es una enfermedad poco frecuente y se diagnostica en unas 700 personas al año.

La detección temprana y el tratamiento temprano son importantes.

[Personas con alto riesgo de desarrollar cáncer de mama]

○Edad temprana de menstruación. Menopausia tardía.

○Edad avanzada en el primer parto, nunca han dado a luz, nunca han dado de lactar.

- Personas que tienen familiares con cáncer de mama (especialmente madre, hermanas, hijas).
- Hábitos de estilo de vida como, beber alcohol, fumar y falta de ejercicio después de la menopausia.

[Qué es la concientización sobre el cáncer de mama?]

Se refiere a hábitos de vida que le hacen ser consciente de sus senos, lo que puede llevar a una detección temprana. En concreto, trate de hacer las cuatro cosas siguientes en la vida diaria:

①Conozca el estado de sus senos.

Revisar sus senos cada vez que tenga oportunidad, como al cambiarse de ropa o al bañarse, para ver si hay algún cambio.

②Preste atención a los cambios en sus senos.

Secreción (si le sale algo, la ropa interior alrededor del pezón se ensucia), erosión (llagas, enrojecimiento, sangrado), hinchazón o tirantez de la piel (depresiones, desniveles entre los lados izquierdo y derecho), dolor (dolor persistente especialmente bajo las axilas y la parte superior externa del seno), bultos.

③Si nota algún cambio, consulte inmediatamente a un médico cirujano de mama o ginecólogo).

④Realice exámenes regulares para detectar el cáncer de mama.

Incluso si no hay ningún cambio, si tiene 40 años, debe hacerse un examen de detección de cáncer de mama cada dos años.

La División de Salud realizará pruebas de detección de cáncer de mama a mujeres mayores de 40 años. Para más detalles, consulte la página 7 del boletín informativo de Hamura (versión en japonés) del 15 de mayo o la página oficial de la ciudad.

En el Centro de Salud, enfermeras de salud pública y dietistas registrados están disponibles para responder preguntas sobre salud, dieta y salud mental. No dude en consultar.

Informes: División de Salud (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 625.

S&D スイミングプラザ羽村

S&D SWIMMING PLAZA HAMURA (Swimming Center ☎042-579-3210)

SE SUSPENDE TEMPORALMENTE EL USO DE LA PISCINA PARA EL PUBLICO (*Ippan riyō chūshi*)

Se realizarán clases de natación del colegio primaria en S&D Swimming Plaza Hamura, por lo tanto, habrán días en que no se podrá utilizar la piscina. Agradecemos su comprensión.

Fecha	Horario en que no se puede utilizar la piscina	Horario en que si se puede usar la piscina
Miércoles 11 y 25 de junio	Desde que abre hasta las 3:40 pm	A partir de las 4:00 pm hasta la hora que cierra
Viernes 27 de junio Martes 1, miércoles 9, miércoles 16 de julio	Desde que abre hasta las 12:30 pm	A partir de la 1:00 pm hasta la hora que cierra

Informes: Sobre el uso de la piscina...S&D Swimming Plaza Hamura ☎042-579-3210 / Sobre las clases de natación del colegio...*Gakkō Kyōikuka Shidō kakari*, anexo 376.

愛の献血にご協力を

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

Fecha y hora: Jueves 12 de junio, 10:00 am a mediodía, 1:15 pm a 4:00 pm.

Lugar: En la entrada principal de la municipalidad.

Dirigido: Personas de 16 a 69 años (si es mayor de 65 años; sólo si ha donado sangre entre los 60 y 64 años). *Hay casos en que no puede donar sangre. Para más información favor de consultar.

Informes: División de Salud (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 623.

VESTIDA DE NOVIA DE NUEVO NUMERO 8 (Dai 8 kai mō ichido hanayome)

No desea tener recuerdos vestida de novia? Le tomarán una foto y se la entregarán días después.

Fecha y hora: Domingo 22 de junio, 9:30 am a 3:00 pm.

Lugar: Primo Hall *Yutorogi*, sala de recepción A (reception hall).

Dirigido: Mujeres mayores de 60 años, residentes o trabajadoras de la ciudad.

Capacidad: 10 personas (por orden de inscripción). Costo: 2,000 yenes.

Inscripciones e informes: Jueves 15 de mayo a viernes 6 de junio (excepto sábados, domingos y feriados), 9:00 am a 5:00 pm por teléfono o directamente a la Cámara de Comercio e Industria de *Hamura* (*Hamura shi Shōkōkai*) ☎042-555-6211.

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

CLASES DE BAILE JAZZ (Senior jazz dance *taikenkai*)

Disfrutemos bailando.

Fecha y hora: Miércoles 11, 18 y 25 de junio, 1:00 pm a 2:15 pm [3 clases en total].

Lugar: Hall 3.

Dirigido: Mujeres mayores de 60 años.

Capacidad: 12 personas (por orden de inscripción).

*Se dará prioridad a las personas que no son miembros de *Hamusupo*.

Costo: 1,650 yenes.

Inscripciones e informes: A partir del viernes 16 de mayo por correo electrónico, teléfono o directamente a *Hamura Sōgōgata Sports Club Hamusupo* (dentro de S&D Sports Arena *Hamura*) ✉hamusupo@gmail.com ☎042-519-5712.

*Horario de atención: martes a viernes de 3:00 pm a 5:00 pm.

ANUNCIOS SOBRE CUIDADO INFANTIL (Kosodate keijiban)

INFORMACION PARA ADULTOS (*Otonamuke*)

PROYECTO DE AYUDA STUDY HAMURA PARA ESTUDIANTES DE LA CIUDAD (*Hamurashi kodomono gakushū shien jugyō* [study *Hamura*] *sankasha boshū*)

"Study *Hamura*" proyecto para apoyar en el estudio a niños de familias que tienen problemas económicos. Consulte si tiene problemas sobre estudios.

Dirigido: Estudiantes de secundaria elemental (*chūgakusei*), residentes de *Hamura* de familias con problemas económicos.

Lugar: Instituciones públicas de la ciudad.

Fecha y hora: Todos los miércoles (excepto feriados, comienzos y fin de año), 5:50 pm a 7:50 pm (aproximadamente 2 horas).

*El costo es gratis. Llevar sus libros y cuadernos, etc.

*Antes de utilizar este programa se realizará una entrevista al estudiante junto con su padre o madre.

*Se necesita cumplir con los requisitos. Para más información favor de consultar.

Informes: División de Bienestar Social, Sección de Asuntos Generales (*Shakai Fukushima Shomu kakari*), anexo 113.

DESINFECCION DE LOS CENTROS RECREATIVOS (*Jidōkan no shōdoku wo okonaimasu*)

El horario de los centros recreativos cambiará los días de desinfección del establecimiento.

Fecha	Lugar	Horario de atención	Informes
Domingo 1 de junio	<i>Higashi Jidōkan</i>	9:00 am a 3:00 pm	☎042-570-7751
Domingo 8 de junio	<i>Chūō Jidōkan</i>		☎042-554-4552
Domingo 15 de junio	<i>Nishi Jidōkan</i>		☎042-554-7578

CONSULTAS SOBRE EL DESARROLLO DE SUS HIJOS (*Okosan no hattatsu ni kansuru sōdan*)

(1) Consultas generales sobre el desarrollo de sus hijos

Período: Lunes a viernes (excepto los feriados).

Dirigido: Menores de 18 años.

(2) Consultas sobre el habla

Fecha de consultas: Miércoles 4 y viernes 20 de junio. Lugar: Centro de Salud (*Hoken Center*).

Informes: Centro para Niños y Familias (*Kodomo Katei Center*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 694.

MASAJE PARA BEBES EN EL CENTRO RECREATIVO NISHI (*Nishi jidōkan baby massage*)

Disfrute haciendo masajes a su bebé. No necesita quitarle la ropa.

Fecha y hora: Lunes 26 de mayo, 10:30 am a 11:30 am.

Dirigido: Bebés de 2 a 6 meses con uno de sus padres.

Capacidad: 5 grupos (por orden de inscripción).

Llevar: Toalla grande.

Inscripciones e informes: A partir del viernes 16 de mayo, 9:00 am a 5:00 pm por teléfono o directamente a *Nishi Jidōkan* ☎042-554-7578.

INFORMACION PARA NIÑOS (*Kodomomuke*)

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

■MANUALIDADES (*Kōsaku hiroba hoshi no hako*)

Fecha y hora: Sábado 31 de mayo, 1:30 a 2:30 pm (reunirse a la 1:20 pm).

Dirigido: Estudiantes de primaria hasta jóvenes de 18 años, residentes de *Hamura*.

Capacidad: 12 personas (por orden de inscripción).

Llevar: Bolsa para llevarse su trabajo, pañuelo, los que deseen pueden llevar termo con agua o té.

Inscripciones: A partir del sábado 17 de mayo, 9:00 am a 5:00 pm, llamando por teléfono o directamente a *Chūō Jidōkan*.

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

■JUGUETES HECHOS A MANO (*Kurukuru flyer, odeko kazaguruma*)

Fecha y hora: Sábado 14 de junio, ①10:00 am a mediodía ②1:00 pm a 3:00 pm.

Dirigido: Estudiantes de primaria o menores (niños en edad preescolar deben de ir acompañados de un adulto).

Capacidad: Aproximadamente 20 personas (por orden de llegada).

El mismo día habrá

■JUEGO PARA BATEAR PITCHING MACHINE GAME

■HOSPITAL DE JUGUETES (*Omocha byōin*)

Puede consultar sobre juguetes que desea arreglar.

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

■EVENTO WAKUWAKU HAPPY DAY (*Wakuwaku happy day [ecoland he yōkoso]*)

Fecha y hora: Domingo 22 de junio, 10:00 am a 2:00 pm.

Lugar: Sala de reunión en el 1er piso. *Niños en edad preescolar deben de ir acompañados de un adulto.
Capacidad: 100 personas (el boleto para participar se distribuirá con anticipación).
Boleto gratuito: Se repartirá en la ventanilla de *Higashi Jidōkan* a partir del lunes 2 a sábado 21 de junio, 9:00 am a 4:00 pm. *Estudiantes de primaria deben de pedir su boleto directamente en la ventanilla.
Llevar: Una bolsa para meter los premios que ganan.

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

■ CUENTOS (*Ohanashikai*)

CUENTOS PARA NIÑOS EN EDAD PREESCOLAR

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

Narración de "*Gurunpa no yōchien*".

CUENTOS PARA ESTUDIANTES DE PRIMARIA

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

Narración de "*Kikimimizukin*".

東京都多言語相談ナビ

CONSULTAS EN VARIOS IDIOMAS

(Tokyo tagengo sōdan nabi)

En la Fundación Metropolitana de *Tōkyō "TSUNAGARI"* hemos establecido una sección para atender a los extranjeros residentes de la zona metropolitana de *Tōkyō* que deseen realizar consultas relacionadas con los problemas que se encuentren en la vida diaria. Atendemos a las consultas que se realizan por teléfono. Las consultas son gratuitas.

Consulte en situaciones como estas:

- Sobre la vida y los trámites administrativos en Japón
- Sobre la familia y los hijos
- Sobre centros de enseñanza de japonés en su vecindario

Número de teléfono: ☎0120-142-142.

Horario: Días entre semana 10:00 am a 4:00 pm (excepto sábados, domingos, feriados y días de fin de año y año nuevo).

*Las llamadas son gratuitas. *Dependiendo del contenido de la consulta, le informaremos sobre un lugar adecuado para realizar la consulta. *Para solicitar servicios de interpretación, la solicitud debe venir de una institución pública. Los servicios de interpretación son gratuitos. *El tiempo que se emplea en la consulta y en la interpretación está limitado a una hora.

5月の休日診療

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS

(5 gatsu no kyūjitsu shinryō)

Fecha		HOSPITAL / TELEFONO		DENTISTA / TELEFONO
Mayo		9:00 am – 5:00 pm	5:00 pm – 10:00 pm	9:00 am – 5:00 pm
18	Dom	<i>Matsubara Naika Iin</i> ☎042-554-2427	<i>Kumagawa Byōin (Fussa)</i> ☎042-553-3001	<i>Hirai Dental Partners</i> ☎042-533-5157
25	Dom	<i>Yamakawa Iin</i> ☎042-554-3111	<i>Hikari Clinic (Fussa)</i> ☎042-530-0221	Dentrust ☎042-555-7064

*Puede que debido a la edad o síntomas lo deriven a otra institución médica. Favor de llamar por teléfono con anticipación. *La atención en el horario tarde es sólo de medicina interna. *Para otros horarios consultar en *Tōkyōto Iryō Kikan Annai Sābisu "Himawari"* ☎03-5285-8181 (español, inglés, chino, coreano, tailandés de 9:00 am a 8:00 pm todos los días), ☎03-5272-0303 (en japonés las 24 horas), FAX: 03-5285-8080.
Informes: División de Salud (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 627.