

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 E-mail: s102000@city.hamura.tokyo.jp

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

1 de abril, 2025



**CAMBIO DE HORARIO DEL SERVICIO DE TRADUCCION A ESPAÑOL DESDE ABRIL
LUNES, MIERCOLES Y VIERNES DE 9:00 AM A MEDIODIA, 1:00 PM A 4:00 PM
FAVOR DE REALIZAR SU RESERVA CON ANTICIPACION**

令和 7 年度 国民健康保険

SEGURO NACIONAL DE SALUD DEL AÑO FISCAL 2025

Las personas que se deben afiliar al seguro nacional de salud son las siguientes: personas que tienen su propio negocio, agricultores, personas que han dejado el seguro de salud de la compañía, personas que trabajan por horas que no tienen el seguro de salud de la compañía y otros.

IMPUESTO DEL SEGURO DE SALUD (*Kokumin kenkō hokenzei*)

La tasa impositiva del seguro de salud del año fiscal 2025 (*Reiwa 7*) es como se menciona en la tabla a continuación. Este año no hay cambios en la tasa de impuesto sobre la renta (*shotokuwari zeiritsu*) ni en la cantidad uniforme (*kintowarigaku*). El límite imponible por tratamiento médico cambió de 650,000 yenes a 660,000 yenes, por apoyo a personas de edad avanzada cambió de 240,000 yenes a 260,000 yenes.

■Tasa de impuesto del seguro nacional de salud del año fiscal 2025 (*Reiwa 7*)

Título		Reiwa 7 (2025)
Tratamiento médico (<i>Iryōbun</i>)	Tasa de impuesto sobre la renta	6.43%
	Cantidad uniforme	27,300 yenes
	Cantidad límite	660,000 yenes
Apoyo a personas de edad avanzada (<i>Kōki kōreisha shienbun</i>)	Tasa de impuesto sobre la renta	2.33%
	Cantidad uniforme	11,200 yenes
	Cantidad límite	260,000 yenes
Seguro de cuidado y atención (<i>Kaigo hoken</i>)	Tasa de impuesto sobre la renta	2.15%
	Cantidad uniforme	13,100 yenes
	Cantidad límite	170,000 yenes

NO OLVIDE EL TRAMITE DE INSCRIPCION Y RENUNCIA (*Kanyū, sōshitsu tetsuzuki wo wasurezuni*)

■Inscripción (*Kanyū*)

Personas que han renunciado al trabajo a fines de marzo y dejado el seguro de salud de la compañía necesitan inscribirse en el seguro nacional de salud. Para el trámite es necesario presentar el certificado de descalificación del seguro de salud (*kenkō hoken no shikaku sōshitsu shōmeisho*) o el certificado de renuncia (*taishoku shōmeisho*)

■Renuncia (*Sōshitsu*)

Las personas que comenzaron a trabajar en abril y se inscribieron en el seguro de salud de la compañía necesitan renunciar al seguro nacional de salud. Para el trámite es necesario presentar el aviso de información de calificación (*shikaku kakuninsho*) del seguro de salud de la compañía.

*Para inscribirse o renunciar es necesario presentar un documento de identidad.

*El trámite también se puede realizar por correo o en línea.

*Para más información consultar la página oficial de *Hamura* o en ventanilla.

ENVIO DE LA NOTIFICACION DE PAGO EN JULIO (*Nōzei tsūchisho no sōfu wa 7 gatsu*)

A mediados de julio se enviará la notificación de pago del seguro nacional de salud del año fiscal *Reiwa 7*.

REDUCCION DEL IMPUESTO (*Kokuhozei no keigen*)

Reducción de la cantidad uniforme

Si el ingreso familiar está por debajo de cierta cantidad, es elegible para la reducción de la cantidad uniforme (*kintōwari*) del impuesto del seguro nacional de salud. No es necesario hacer el trámite, sin embargo si no hizo la declaración de impuestos el año anterior no será elegible para la reducción.

Debido a la reforma fiscal del año *Reiwa 7*, los criterios para la reducción es como se menciona a continuación.

Reducción o exención del impuesto del seguro nacional de salud

En los siguientes casos realizando el trámite será elegible para la reducción o exención del impuesto del seguro nacional de salud.

-En el caso de desastres u otros motivos especiales su vida diaria se vuelve extremadamente difícil.

-Cuando la persona que está registrada en el seguro social de la compañía se cambia al seguro médico para personas de edad avanzada (normalmente desde los 75 años) y los miembros de la familia de más de 65 años deben inscribirse al seguro nacional de salud.

Reducción por desempleo involuntario

Personas que han sido despedidas del trabajo por motivos de la empresa, pueden realizar el trámite para reducir el impuesto del seguro nacional de salud.

Pedimos su colaboración ahorrando los gastos médicos

Es importante mantenerse saludable y mejorar la salud, realizando el examen médico específico u otros. Utilizar medicinas genéricas también es una manera de ahorrar los gastos de medicina. Agradecemos su cooperación.

Año fiscal 2025 (*Reiwa 7*) criterios de reducción

	Requisitos
Reducción del 70%	Si la cantidad de ingresos familiares de la persona asegurada es menor a $430,000 + 100,000 \times (\text{personas que reciben sueldo} - 1)$.
Reducción del 50%	Si la cantidad de ingresos familiares de la persona asegurada es menor a $430,000 + \text{cantidad de personas aseguradas} \times \mathbf{305,000} + 100,000 \times (\text{personas que reciben sueldo} - 1)$
Reducción del 20%	Si la cantidad de ingresos familiares de la persona asegurada es menor a $430,000 + \text{cantidad de personas aseguradas} \times \mathbf{560,000} + 100,000 \times (\text{personas que reciben sueldo} - 1)$

*La cantidad en letras negritas ha aumentado, por lo que más personas corresponden con la reducción de impuestos.

*Cantidad de personas que reciben sueldo...Personas que tienen ingresos de más de 550,000 yenes, menores de 65 años (excepto los que reciben salario) que tienen ingresos de pensión que pasan los 600,000 yenes, mayores de 65 años que tienen ingresos de pensión de más de 1,250,000 yenes.

Informes: División del Ciudadano, Sección de Seguro de Salud (*Shiminka Hoken kakari*), anexo 127.

VALES DE DESCUENTO DE BAÑOS TERMALES PARA LOS AFILIADOS AL SEGURO NACIONAL DE SALUD

(Kokuho kanyūsha no kata ni onsen center waribiki riyōken)

Las personas que deseen aplicar deben llevar su documento de identidad.

Lugar de distribución: Shiminka Hoken kakari, en el 1er piso de la municipalidad.

*Personas que poseen otros seguros de salud no son elegibles.

Fecha límite de uso: 31 de marzo 2026.

Establecimientos donde se pueden utilizar los vales:

■Hinohara Onsen Center ☎042-598-6789

■Okutama Onsen ☎0428-82-7770

■Akigawa Keikoku ☎042-595-2614

■Shōgai Seishun no yū ☎042-597-1126

*Para más información sobre cada establecimiento, favor de consultar la página oficial de la ciudad o por teléfono a cada establecimiento.

Informes: División del Ciudadano, Sección de Seguro de Salud (Shiminka Hoken kakari), anexo 127.

SEGURO MEDICO PARA PERSONAS DE EDAD AVANZADA DEL AÑO FISCAL 2025 PARA MAYORES DE 75 AÑOS

(Reiwa 7 nendo kōki kōerisha iryō hoken)

Las cuotas que pagan todos se utilizan para pagar los costos de beneficios médicos. La cuota del sistema de atención médica se determina cada 2 años. La cantidad básica a pagar dentro de Tōkyō es igual para todos.

CUOTAS DEL SEGURO (Hokenryō no kimekata)

El seguro se cobra a todos los asegurados. La cuota del seguro se paga de la siguiente manera, cantidad uniforme (kintōwarigaku) y de acuerdo a los ingresos del año anterior del asegurado (shotokuwarigaku), total de los dos montos.

Cantidad uniforme 47,300 yenes +

Cantidad de acuerdo a los ingresos del año anterior... $\text{ingresos}(*1) \times 9.67\%(*2) =$

Cantidad que debe pagar anual (la cantidad máxima es 800,000 yenes) (*3)

(*1)El importe de los ingresos en que se basa el gravamen. . . El monto obtenido deduciendo el monto de la deducción básica (si el ingreso total es de 24 millones de yenes o menos 430,000 yenes) del total de los ingresos brutos del año anterior, ingresos forestales, acciones, ingresos por transferencias a largo (corto plazo), etc. (Pérdida miscelánea) (el monto de la deducción por arrastre de pérdidas diversas no se deducirá).

(*2)Porcentaje de ingresos. En el año fiscal 2024, el impuesto se aplicará al 8.78% para aquellos cuyos ingresos sean de 580,000 yenes o menos, y el 9.67% para aquellos con ingresos superiores a 580,000 yenes. A partir del año fiscal 2025, el porcentaje de ingresos de todos los asegurados será del 9.67%.

(*3)Las personas que pagaban 730,000 yenes como cantidad máxima, debido al termino de las medidas de mitigación por cambios drásticos a partir del año 2025 (Reiwa 7) la cantidad máxima a pagar será de 800,000 yenes.

REDUCCION DE LAS CUOTAS DEL SEGURO (Hokenryō no keigen)

Si el ingreso del asegurado y su familia está por debajo de cierta cantidad, es elegible para la reducción del impuesto. Para más información vea el panfleto sobre el seguro médico para personas de edad avanzada (kōki kōerisha iryō seido no hokenryō ni tsuite) que se enviará junto con la notificación a mediados de julio. (Hay casos en que es necesario hacer la declaración de impuestos para la reducción de las cuotas).

ENVIO DE LA NOTIFICACION DE PAGO DEL AÑO FISCAL 2025 (*Reiwa 7 nendo no hokenryōgaku kettei tsūchi wo sōfu wa 7 gatsu*)

A mediados de julio se enviará la notificación de pago del seguro. Verifique los detalles.

*Si el jefe de familia o el asegurado no ha realizado la declaración de impuestos del año fiscal 2025 (*Reiwa 7*), se le enviará el formulario *kōki kōreisha iryō kan-i shinkokusho*.

Informes: Sobre el sistema...Centro de Consultas de la Unión Regional (*Kōiki Rengō Otoiawase Center*) ☎0570-086-519 (Si llama con teléfono IP o PHS ☎03-3222-4496), Fax: 0570-086-075 / Para consultas personales o información personal...División del Ciudadano Sección de Atención Médica para Personas de Edad Avanzada y Pensión (*Shiminka Kōrei Iryō, Nenkin kakari*), anexo 140.

令和 7 年度 国民年金

PENSION NACIONAL DEL AÑO FISCAL 2025

(Reiwa 7 nendo kokumin nenkin)

CUOTAS DE LA PENSION NACIONAL DEL AÑO FISCAL 2025 (*Kokumin nenkin hokenryō wa nōkigennai ni osamete kudasai*)

La pensión nacional del año fiscal 2025 (*Reiwa 7*) subirá 530 yenes más que el año anterior, a partir del mes de abril, la cuota mensual será de 17,510 yenes. Las boletas de pago llegarán a comienzos de abril.

Si no paga, no solo recibirá menos a la hora de recibir la pensión sino que hay casos en que tal vez no la pueda recibir. Verifique la boleta y efectúe el pago a tiempo en las instituciones bancarias, correo o tiendas de conveniencia.

Si desea que la cuota sea descontada de su cuenta bancaria, necesita hacer el trámite en la entidad bancaria o en el correo.

*Este sistema es más conveniente. Sobre el pago con tarjeta de crédito, debe consultar en la Oficina de Pensión de Ōme (*Ōme Nenkin Jimusho*).

EXONERACION, APLAZO DEL PAGO (*Hokenryō no menjo, nōfu yūyo*)

El seguro de pensión nacional tiene un sistema de exoneración (*menjo*) o aplazo (*yūyo*) cuando el ingreso es inferior al fijado. Así como también si ha perdido el trabajo hay una ley especial en la que cabe la posibilidad de que sea exonerado del pago. (Los estudiantes pueden hacer uso del régimen para estudiantes (*gakusei nōfu tokurei seido*)).

Período de solicitud:

●Período pasado...Desde el mes que lo solicita hasta 2 años y 1 mes pasado. *Sin contar los meses que ya están pagados.

●Período futuro...Hasta el mes de junio más cercano.

Como solicitar: En la ventanilla de pensión en la municipalidad o en la Oficina de Pensión de Ōme (*Ōme Nenkin Jimusho*).

Llevar: Libreta de pensión (*nenkin techō*), tarjeta de notificación del número de pensión (*kiso nenkin bangō tsūchisho*).

*En caso de hacer el trámite debido a que ha perdido el trabajo, necesita presentar la constancia de desempleo (*koyō hoken hihokensha rishokuhyo*).

REGIMEN PARA ESTUDIANTES (*Gakusei nōfu tokurei seido*)

Es un sistema de aplazamiento para los estudiantes de universidades o escuelas especiales que tienen ingresos, sin embargo el ingreso del año anterior es inferior al fijado, si su solicitud es aceptada podrá aplazar el pago mientras está estudiando.

Período de solicitud:

En los siguientes períodos si tiene más de 20 años y es estudiante.

●Período pasado...Desde el mes que lo solicita hasta 2 años y 1 mes pasado.

●Período futuro...Hasta fines del presente período fiscal.

*Sin contar los meses que ya están pagados.

Como solicitar:

●Si el año anterior presentó la solicitud, la oficina de pensión le enviará el aviso para confirmar su situación y continuación. Llenar los datos necesarios en la postal adjunta y enviarlo a la Oficina de Pensión (*Nihon Nenkin Kikō*).

●Si no le llegara ningún aviso o si fuera la primera vez que va solicitarlo, dirigirse a la municipalidad o a la oficina de pensión.

Llevar: Libreta de pensión (*nenkin techō*), tarjeta de notificación del número de pensión (*kiso nenkin bangō tsūchisho*), carnet de estudiante (*gakuseishō*) o certificado de estudios (*zaigaku shōmeisho*).

*En caso de hacer el trámite debido a que ha perdido el trabajo, puede que sea necesario presentar la constancia de desempleo (*koyō hoken hihokensha rishokuhyō*). Consultar con anticipación.

Informes: Oficina de Pensión de Ōme (*Ōme Nenkin Jimusho*) ☎0428-30-3410 / División del Ciudadano Sección de Atención Médica para Personas de Edad Avanzada y Pensión (*Shiminka Kōrei Iryō, Nenkin kakari*), anexo 135.

災害 もしもに備えて情報収集を

RECOLECTEMOS INFORMACION Y ESTEMOS PREPARADOS PARA DESASTRES (Saigai moshimo ni sonaete jōhō shūshū wo!)

Para protegernos en casos de desastres, es importante tener los conocimientos necesarios. Participemos en los simulacros de evacuación del vecindario.

PAGINA OFICIAL DE LA CIUDAD [INFORMACION DE PREVENCION DE DESASTRES] (*Hamura shi kōshiki saito bōsai jōhō*)

En casos de desastres, la información de emergencia aparece en la primera página.

Tipo de información: Sobre evacuación, medidas de prevención, otros.

AVISOS DE PREVENCION DE DESASTRES (*Bōsai gyōsei musen*)

Avisos con sirenas y hablados. Si no lo puede escuchar bien puede preguntar por teléfono o verlo en la página oficial de la ciudad.

Tipo de información: Sobre evacuación, apertura de los lugares de evacuación u otros.

Si no escucha bien el aviso

[Free dial] Puede escucharlo de nuevo por teléfono ☎0120-554-994 (llamada gratuita).

[Maquina receptora de mensajes]

Se prestan estas máquinas a las familias compuestas solo por mayores de 75 años que viven en los lugares indicados por la ciudad. O familias con miembros con dificultades auditivas nivel 2 (*chōkaku shōgai 2 kyū*).

SERVICIO DE INFORMACION DESDE LA CUENTA OFICIAL DE LINE DE LA CIUDAD DE HAMURA (*Hamura shi LINE kōshiki akaunto*)

Desde el icono "bōsai" (prevención de desastres) podrá buscar los lugares de evacuación más cercanos al lugar donde se encuentra en ese momento, también el clima de ese momento y condición del río.

SERVICIO DE INFORMACION DE LA CIUDAD POR CORREO ELECTRONICO (Mail *haishin service*)

Se enviarán mensajes sobre desastres a su correo electrónico que podrá ver en su celular o computadora.

Tipo de información: Sobre evacuación, apertura de los lugares de evacuación u otros.

APLICACION DE PREVENCIÓN DE DESASTRES DE TŌKYŌ (Tōkyō to bōsai apuri)

Información básica sobre prevención de desastres e información importante en casos de desastres.

Tipo de información: Información sobre el desastre, evacuación, otros.

APLICACION DE PREVENCIÓN DE DESASTRES DE YAHOO (Yahoo! bōsai sokuhō apuri)

Puede ver la información de emergencia en caso de desastres.

Tipo de información: Evacuación, información sobre el terremoto, el clima, otros.

NOTICIAS Y APLICACION DE PREVENCIÓN DE DESASTRES DE LA NHK (NHK news, bōsai apuri)

Información más reciente sobre el desastre y medidas de prevención.

Tipo de información: Noticias más recientes, información sobre el desastre, evacuación, otros.

PAGINA WEB DE LA AGENCIA METEOROLOGICA (Kishōchō homepage)

Información sobre el clima del momento y como cambiará.

Tipo de información: Información del clima, alertas, kikikuru (información sobre los lugares de riesgo), otros.

NAVEGADOR DE ARTICULOS NECESARIOS DE TOKYO (Tōkyō bichiku navi)

Respondiendo a preguntas simples puede ver la lista de artículos y la cantidad que necesitará.

LISTA DE LUGARES DONDE ESTA INSTALADO EL DEA (desfibrilador externo automático) (AED no secchi basho ga waku!)

En la página oficial de la ciudad puede consultar los lugares donde está instalado el DEA como instituciones públicas y compañías.

Informes: División de Seguridad y Prevención de Desastres, Sección de Gestión de Crisis (Bōsai Anzenka Bōsai Kiki Kanri kakari), anexo 214.

狂犬病予防注射を忘れずに！

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

◇Programación (se llevará a cabo así llueva)

	Lugar	Dirección	Horario
Jueves 17 de abril	Azuma Kaikan	Hanehigashi 3-11-32	10:00 a 10:45 am
	Seibu Chiiki Bichiku Sōko	Ozakudai 5-19-4	11:05 a 11:55 am
Viernes 18 de abril	Mitsuya Kaikan	Shinmeidai 4-4-9	10:00 a 10:50 am
	Municipalidad de Hamura	Midorigaoka 5-2-1	11:10 a mediodía

Costo: ¥3,750 (vacuna ¥3200, comprobante ¥550)

○A fines de marzo, se envió el formulario para la vacunación (color lila) del año Reiwa 7, llenar los datos necesarios en la parte de atrás y llevarlo el día de la vacuna.

○No se puede registrar en los lugares donde aplican las vacunas. Debe registrarlo primero en los lugares indicados para recibir la vacuna.

PRECAUCIONES (Chūi jikō)

○Si su perro está enfermo o preñada, debe informar al veterinario antes de recibir la vacunación.

○Los perros menores de 3 meses o perros que en menos de 2 semanas han mordido a alguien, no podrán recibir la vacuna.

Puede pedir el comprobante en las veterinarias:

En las siguientes veterinarias que tienen contrato con la municipalidad puede pedir el comprobante de la vacuna.

Nombre	Dirección	Teléfono
<i>Seki Dōbutsu Aigo Byōin</i>	<i>Shinmeidai 1-5-19</i>	042-579-3816
<i>Hamura Ozaku Dōbutsu Byōin</i>	<i>Ozakudai 1-28-7 K2 biru 1F</i>	042-554-1100
<i>Hamura Chūō Dōbutsu Byōin</i>	<i>Midorigaoka 1-5-22</i>	042-578-3138
<i>Hachi Dōbutsu Byōin</i>	<i>Shinmeidai 1-33-20 Sharumu An 1F</i>	042-578-8513

*Aparte de los 550 yenes por el comprobante, deberá pagar por la vacunación. Para más información consultar en cada veterinaria.

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

4 月は若年層の性暴力被害予防月間

ABRIL MES DE PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA SEXUAL JUVENIL

(4 gatsu wa, jakunensō no seibōryoku higai yobō gekkan)

Los delitos sexuales y violencia sexual son violaciones graves de los derechos humanos, que no se pueden perdonar. El gobierno ha estipulado el mes de abril como el mes de prevención de la violencia sexual juvenil ya que en este mes el entorno de vida de los jóvenes cambia significativamente y aumenta el riesgo de ser víctima de estos delitos.

Los tipos de violencia sexual contra jóvenes en la edad de 10 a 29 años son cada vez más ingeniosos. Si cree que puede estar siendo víctima no sufra solo y consulte.

VENTANILLAS DE CONSULTA

Teléfono:

- Centro de apoyo one stop para víctimas de crímenes sexuales y violencia sexual (Gobierno)...#8891.
- Consultas por teléfono para víctimas de crímenes sexuales (Policía)...#8103.

SNS:

- Consultas sobre violencia sexual en las redes sociales, buscarlo como [Cure time] (Gobierno).

Informes: División de Asuntos Generales, Sección de Asuntos Generales (*Sōmuka Sōmu kakari*), anexo 347.

羽村市の学童クラブで働きたい大学生・高校生募集

A UNIVERSITARIOS Y ESTUDIANTES DE SECUNDARIA SUPERIOR QUE DESEEN TRABAJAR EN EL CLUB GAKUDO DE HAMURA

(Hamura shi no gakudō club de hatarakitai daigakusei, kōkōsei boshū)

Convocatoria a universitarios y estudiantes de secundaria superior que deseen trabajar en el club *gakudō*. Es una buena oportunidad si en un futuro piensan trabajar con niños o sólo desean pasar tiempo con ellos. También se puede trabajar sólo por las vacaciones de períodos largos.

ASISTENTE DEL CLUB GAKUDO (*Gakudō kurabu hojoin*)

Horario de trabajo:

○Lunes a viernes (excepto feriados)...Desde la hora que salen del colegio hasta las 7:00 pm, menos de 5.5 horas.

○Sábados y vacaciones largas del colegio...8:00 am a 7:00 pm, menos de 5.5 horas (menos de 19 horas semanal).

Remuneración (por hora): 1,220 yenes.

*No se podrá afiliarse al seguro social ni seguro de desempleo.

Período: Desde la fecha que es aceptado hasta el martes 31 de marzo de 2026 (*Reiwa 8*).

Cantidad de personas: Pocas personas universitarios o estudiantes de secundaria superior (*kōkōsei*).

Lugar de trabajo: Club *gakudō* de la ciudad (10 lugares).

Inscripciones e informes: El formulario se distribuye en la División de Apoyo a la Crianza (*Kosodate Shienka*) en el 2do piso de la municipalidad o División de Personal (*Shokuinka*) en el 3er piso de la municipalidad, llenar el formulario, ponerle una foto y entregarlo en la División de Apoyo a la Crianza Sección de Cuidado de

Niños
después de la Escuela y Centros Recreativos (*Kosodate Shienka Gakudō Kurabu Jidōkan kakari*), anexo 264.
*El formulario también se puede descargar de la página oficial de la ciudad.

15 日市でお待ちしています！

MERCADO DEL DIA 15 (15 nichi ichi wo okonaimasu)

Habrà *yakisoba*, croquetas, dulces japoneses, arroz de *Hamura* y otros. Los esperamos.
Fecha y hora: Martes 15 de abril, 9:00 am a 2:00 pm.
Lugar: Centro de Información Turística (*Kankō Annaijo*) (Dirección: *Hanehigashi* 1-13-15).
Informes: Cooperativa Comercial de *Hamura* (*Shōgyō Kyōdō Kumiai*) ☎042-555-5421.

妊産婦メンタルヘルス相談

CONSULTAS DE SALUD MENTAL PARA EMBARAZADAS (Ninsanpu mental health sōdan)

Personas que se sienten mal debido al embarazo o parto, pueden consultar con un especialista.
Fecha y hora: Miércoles 23 de abril, ①1:30 pm, ②2:00 pm, ③2:30 pm.
Capacidad: Una persona por horario (por orden de inscripción).
Lugar: Centro de Salud (*Hoken Center*).
Dirigido: La embarazada residente de la ciudad y su familia (hasta aproximadamente un año después del embarazo o parto).
*Si vive en otra ciudad pero está de regreso a *Hamura* por el parto o si necesita cuidado de niños el día de la consulta, favor de consultar.
Consejero: *Hiroshi Mitsushio* (Director de la Clínica *Chihiro* Mental).
Inscripciones: Con anticipación por teléfono al Centro para Niños y Familias (*Kodomo Katei Center*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 692.

カラダ塾 春のコレステロール・中性脂肪対策レシピ ～脂質異常症予防～

PREVENCION DE LA DISLIPIDEMIA CON MENUS PARA COMBATIR EL COLESTEROL Y GRASA NEUTRA

(*Karadajuku haru no koresuterōru chūsei shibō taisaku reshipi ~shishitsu ijōshō yobō~*)

Enseñaran los puntos en la comida y ejercicios para prevenir la dislipidemia.
Fecha y hora: Jueves 24 de abril, 10:00 am a 12:30 pm.
Lugar: Centro de Salud (*Hoken Center*). Dirigido: Residentes de la ciudad.
Capacidad: 20 personas (por orden de inscripción).
Llevar: Útiles para tomar apuntes, delantal, pañolón para la cabeza, libreta de salud (*kenkō techō*) si tiene.
*Por motivos de higiene favor de utilizar mascarilla durante la clase de cocina.
Inscripciones e informes: A partir del jueves 3 de febrero por teléfono o correo electrónico a la División de Salud (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 624.
✉s305000@city.hamura.tokyo.jp
*Si se inscribe por correo electrónico poner en el contenido: (1)nombre, (2)edad, (3)número de teléfono, (4)dirección.

はじめたいあなたへ ～大人ダイエット 60 日コース～

DIETA PARA ADULTOS CURSO DE 60 DIAS (Hajimetai anata he ~otona diet 60 nichi kōsu~)

Comencemos con la dieta en primavera! Si ya desea comenzar, lo esperamos.

■Programación

	Fecha	Detalles
1	Martes 20 de mayo	Así si puedo continuar! Menú saludable (práctica de cocina)
2	Martes 3 de junio	Ejercicios, moviendo el cuerpo (ejercicios)
3	Martes 29 de julio	Menús saludables y eficientes (práctica de cocina)

Hora: 10:00 am a 12:30 pm.

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

Dirigido: Residentes de 70 años o menores el 20 de mayo de 2025.

*Las personas que recibieron el aviso de orientación de salud no pueden participar.

*Las personas que no pueden participar todos los días indicados, favor de consultar.

Capacidad: 12 personas (por orden de inscripción).

Costo: ¥300 por cada práctica de cocina la 1ra y 3ra vez.

*Será necesario una balanza digital que pese en unidades de 50 a 100g para que se pese todos los días en casa.

Inscripciones e informes: A partir del miércoles 2 de abril, desde el código QR en la página 13 del boletín en japonés (en el medio) o por teléfono a la División de Salud (*Kenkōka*) en el *Hoken Center*, anexo 624.

胃がん・肺がん検診 (第 1 期)

EXAMEN DE DESCARTE DE CANCER AL ESTOMAGO Y PULMON (Dai 1 ki igan, haigan kenshin)

Fecha y hora: Miércoles 11 a sábado 14 de junio, 8:00 am a mediodía (no se puede elegir el horario. La hora estará indicada en el boleto).

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

Dirigido:

Residentes registrados en la ciudad mayores de 40 años el día del examen (examen de saliva: mayores de 50 años).

Requisitos para el examen de saliva:

① Tener más de 50 años el día del examen.

② (Cantidad de cigarros que fuma en un día) x (cantidad de años fumando) = más de 600 cigarros.

*Debe llenar sus datos para verificar que cumple con los requisitos. No se puede realizar sólo el examen de saliva.

*Si no cumple con los requisitos o no llena los datos necesarios no se le enviará el envase para el examen.

Capacidad: Aproximadamente 80 personas por día (se llevará a sorteo si sobrepasa la cantidad).

*A las personas que salieron sorteadas se les enviará el boleto en mayo. También se avisará a las personas que no salieron sorteadas.

Costo: 500 yenes por cada examen.

*Las personas que reciben la asistencia social (*seikatsu hogo*) estarán exoneradas del pago, si presentan el certificado de recepción de la asistencia social el mismo día.

LAS SIGUIENTES PERSONAS NO PODRAN REALIZAR LOS EXAMENES

Examen de descarte de cáncer al estómago...Si coincide con alguno del ① al ⑦.

Examen de descarte de cáncer al pulmón...Si coincide con alguno del ① al ④.

① Mujeres embarazadas o con posibilidad de estarlo.

② Si tiene alguna enfermedad en la parte del cuerpo que desea realizar el examen y está en tratamiento o bajo observación.

③ Personas que tienen la posibilidad de realizar el examen en el lugar de trabajo.

④ Personas que necesitan ayuda durante el examen.

- ⑤ Si tiene desfibrilador implantable o marcapasos en el estómago o aquellos que no saben en que parte lo tienen implantado.
- ⑥ Si tiene antecedentes de obstrucción intestinal (*chōheisoku*) o alergia al bario.
- ⑦ Si se ha sometido a operaciones del estómago, ortopedia o ha tenido infarto al corazón, cerebral u otras enfermedades en un año.

Inscripciones: Martes 1 a 15 de abril (sin retraso) desde el código QR en la página 14 del boletín en japonés (en el medio) o enviando una postal con los datos necesarios a *Kenkōka*.

Datos necesarios: Fecha del examen, poner 2 fechas como opción o poner *itsu demo ka* (que significa cualquier día) / Examen al que desea someterse / Dirección, nombre, fecha de nacimiento y edad, número de teléfono (un número a donde se le pueda contactar de día) / Datos del resultado de las condiciones para el examen de saliva.

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

*En caso de que toda la familia desee realizar el examen, se necesitará una inscripción por cada persona.

*No es necesario enviar una postal con respuesta pagada, puede ser la postal normal.

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

健康なんでも相談

CONSULTAS SOBRE SALUD (**Kenkō nandemo sōdan**)

Enfermeros y nutricionistas atenderán consultas sobre la salud física y mental. Las personas a las que les preocupa el resultado de su examen médico también pueden consultar.

Fechas: 2do jueves y 4to miércoles todos los meses (excepto los feriados), 1:30 pm a 3:00 pm.

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

*Por orden de llegada el mismo día. Ir directamente al lugar.

Informes: División de Salud (*Kenkōka*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 626.

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種 ～助成額変更～

VACUNA CONTRA EL NEUMOCOCO PARA PERSONAS DE EDAD AVANZADA (**Kōreisha haien kyūkin wakuchin yobō sesshu ~joseigaku henkō~**)

*Debido a la finalización del proyecto de subvención de *Tōkyō*, el importe cambiará.

El monto del subsidio si recibe la vacunación en el año fiscal *Reiwa 7* será de 4,000 yenes.

*Debe pagar en ventanilla la cantidad descontando los 4,000 yenes (una sola vez durante el período).

Dirigido: Residentes registrados en *Hamura* que hasta ahora no hayan recibido la vacuna (incluyendo si recibió la vacuna pero tuvo que pagar el monto completo) y que reúnan uno de los siguientes requisitos (solo las personas que deseen).

- ① Personas de 65 años.
- ② Personas entre 60 y 64 años que padecen del corazón (*shinzō*), riñon (*jinzō*), aparato respiratorio (*kokyūki*), personas que debido al virus de inmunodeficiencia humana (*hito men-eki fuzen virus*) se ha deteriorado su función inmunológica y poseen el grado 1 de la libreta de discapacidad física (*shintai shōgaisha techō*) (debe presentar la libreta en la institución médica).

Cómo utilizarlo:

○Personas que coinciden con el ①...A fines del mes de su cumpleaños le enviarán una postal.

○Personas que coinciden con el ②...Las personas que deseen deben solicitar el cupón en la División de Salud (*Kenkōka*).

*Personas nacidas entre el 2 de abril de 1959 hasta el 1 de abril de 1960, se les envió la postal durante el año fiscal *Reiwa 6*.

*Puede recibir la vacuna hasta un día antes de cumplir los 66 años, sin embargo después del martes 1 de

abril el importe cambiará a 4,000 yenes.

*Si ha extraviado la postal puede pedirla de nuevo en el Centro de Salud (*Hoken Center*).

Período:

○Personas que coinciden con el ①...Desde un día antes que cumpla 65 años hasta un día antes de que cumpla 66 años.

○Personas que coinciden con el ②...1 de abril hasta 31 de marzo de 2026.

*Si recibe la vacuna pasado el período o en instituciones médicas no indicadas debe pagar el monto completo. Así como también si recibió la postal pero ya se ha vacunado antes, no será elegible para este subsidio.

Lugar: Instituciones médicas indicadas de la ciudad (debe hacer la reserva directamente en la institución médica).

*La lista de instituciones médicas indicadas la puede ver en el cupón que se le enviará o en la página oficial de *Hamura*. También puede consultar por teléfono.

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

带状疱疹予防接種費用の一部を助成

SUBSIDIO PARCIAL PARA EL COSTO DE LA VACUNA CONTRA EL HERPES ZOSTER **(Taijō hōshin yobō sesshu hiyō no ichibu wo jōsei)**

Período de vacunación: A partir del martes 1 de abril a martes 31 de marzo de 2026.

Dirigido: Personas registradas en la ciudad que nunca hayan recibido la vacuna (incluyendo si recibió la vacuna pero tuvo que pagar el monto completo) y cumple con una de las siguientes condiciones ① a ③.

*En el año fiscal *Reiwa 7* (2025) de acuerdo a la edad la vacuna varía entre periódica u opcional.

①Personas que este año fiscal cumplen 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100 o más de 100 años	Vacuna periódica
②Personas 60 a 64 años con trastornos de la función inmune debido al virus de inmunodeficiencia humana (<i>hito men-eki fuzen virus</i>)	
③Personas de 50 a 64 años	Vacuna opcional

*A las personas que coinciden con el ①, se les enviará el cupón en abril. Personas que coinciden con el ② y deseen recibir la vacuna deben aplicar para recibir el cupón en la División de Salud (*Kenkōka*)

Lugar: Instituciones médicas de la ciudad (reserva directa en la institución médica).

*La lista de instituciones médicas las puede ver en la página oficial de la ciudad o consulte por teléfono.

Monto del subsidio: De acuerdo a cada tipo, la cantidad máxima es como a continuación

○Vacuna viva...4,000 yenes.

○Vacuna inactiva...10,000 yenes (subsidio hasta 2 dosis de la vacuna inactiva).

*De la cantidad total debe restar la cantidad del subsidio y pagar la cantidad restante a la institución médica.

*El tipo de vacuna varía de acuerdo a la institución médica.

*Personas que coinciden con ① o ② y reciben la asistencia pública o japoneses que permanecieron en China después de la segunda guerra mundial están exonerados del pago de la vacuna. Debe presentar el certificado en la institución médica.

*En el caso de que haya recibido la vacuna en otras instituciones médicas o fuera del período mencionado, debe pagar el monto completo. Además, así le llegue la postal si antes ya ha recibido la vacuna, ya no será elegible para el subsidio.

Llevar: Dinero para la vacuna, libreta de medicinas (*okusuri techō*), cupón (sólo los que coinciden con ① y ②).

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

SUBSIDIO PARCIAL PARA COMPRAS DE EQUIPO DE SEGURIDAD PARA EL HOGAR **(Jūtaku no bōhan kikitō kōnyuhi no ichibu wo hojo)**

A partir del 1 de abril, se subvencionará parte del costo de la instalación de equipos de seguridad.

Dirigido: Aquellos que apliquen deberán reunir los siguientes requisitos del ① al ⑤:

- ① Quienes tengan domicilio en la ciudad.
- ② No tener atraso en los pagos de impuestos municipales, etc.
- ③ No ser una de las personas estipuladas en el artículo 2, párrafo 2 de la Ordenanza para la eliminación del crimen organizado de la ciudad de Hamura.
- ④ Quienes instalaron dispositivos de seguridad, etc en sus viviendas entre el 1 de abril de 2025 y el 31 de marzo de 2026.
- ⑤ Que el equipo no esté destinado a reventa o transferencia a otros.

Los dispositivos de seguridad considerados incluyen: Intercomunicadores con cámaras, cámaras y películas de seguridad, sensores de movimiento, cerraduras y cerraduras auxiliares con alto grado de seguridad.

*Contáctenos para obtener más detalles.

*En cuanto a las cámaras de seguridad, el lugar de instalación y el área a mostrar se encuentre dentro del perímetro de las instalaciones y se debe considerar proteger la privacidad de los residentes cercanos.

Monto del subsidio: 3/4 de los gastos reales incluidos (hasta 30,000 yenes redondeando a los 1000 yenes más cercanos)

*El subsidio está limitado a uno por vivienda.

*Las solicitudes se cerrarán una vez que se haya alcanzado el presupuesto destinado.

Como aplicar:

Presentar el formulario de solicitud, factura y los documentos necesarios antes del día martes 31 de marzo del 2026 en la División de Seguridad y Prevención de Desastres (*Bōsai Anzenka*).

Documentos necesarios:

- ☐ Detalles del dispositivo de seguridad, la factura original que muestre el nombre y dirección del establecimiento de venta, la fecha de compra e instalación, el nombre y dirección del vendedor, etc.
- ☐ Documento de identidad oficial (copia de licencia de conducir, etc)
- ☐ Documentos que puedan verificar el número de cuenta del solicitante de la transferencia (Libreta de ahorro, etc)

*Por favor traiga su sello personal al momento de aplicar.

Informes: División de Seguridad y Prevención de Desastres Sección de Prevención de Delincuencia y Seguridad Vial (*Bōsai Anzenka Bōhan Kōtsū Anzen kakari*), anexo 216.

PRIMO HALL YUTOROGI **(☎042-570-0707)**

TALLER DE TEATRO PARA ESTUDIANTES DE PRIMARIA (*Shōgakuseimuke engeki workshop kirari*)

Llamado a estudiantes de primaria que les guste el teatro!

Practicaremos para realizar una presentación el día del Festival de Teatro Merry Ribon el sábado 19 o domingo 20 de julio.

Fecha y hora: A partir del domingo 11 de mayo hasta el domingo 13 de julio, todos los domingos de 9:30 am a mediodía (10 veces en total).

Lugar: Sala de ensayo (*rihāsarushitsu*), sala de talleres (*sōsakushitsu*) 1, otros.

Dirigido: Estudiantes de primaria de 4to a 6to grado.

Capacidad: 10 personas (se llevará a sorteo si sobrepasa la cantidad).

Costo: 1,000 yenes.

Inscripciones: A partir del viernes 4 (residentes de otras ciudades a partir del viernes 11 de abril) hasta el

miércoles 30 de abril de 9:00 am a 5:00 pm desde el formulario de inscripción, código QR en la página 17 del boletín en japonés (abajo a la izquierda) o directamente a *Yutorogi*.

CONVOCATORIA PARA PARTICIPAR Y AYUDAR EN EL FESTIVAL DE TEATRO MERRY RIBON (*Dai 10 kai HAMURA Meri Ribon engekisai] shutsuensha dantai & un-ei staff borantia boshū*)

Este año también se realizará el festival de teatro del área de *Tama*. Esperamos su participación!

Fecha y hora: Sábado 19 y domingo 20 de julio (2 días).

Lugar: Primo Hall *Yutorogi shō* hall.

Dirigido: Grupos de actuación de colegios de la zona de *Tama* o grupos que realizan actividades en la zona de *Tama* / Personal para apoyar el evento

Capacidad: Aproximadamente 10 grupos (se llevará a sorteo si sobrepasa la cantidad).

Inscripciones: A partir del martes 1 a jueves 24 de abril desde el formulario de inscripción, código QR en la página 17 del boletín en japonés (arriba a la derecha).

CULTURA TRADICIONAL IKEBANA PARA NIÑOS (*Dentō bunka ikebana kodomo kyōshitsu*)

Fecha y hora: 24 de mayo, 14 de junio, 12 de julio, 16 de agosto, 27 de setiembre, 20 y 27 de diciembre, 10 de enero de 2026 (8 veces en total. Todas las fechas son sábados). 10:00 am a mediodía.

*La presentación será el sábado 8 y domingo 9 de noviembre, el día del festival de niños.

Lugar: Primo Hall *Yutorogi*, sala de talleres (*sōsakushitsu*) 1.

Dirigido: Estudiantes de primaria.

Capacidad: 30 personas (se llevará a sorteo si sobrepasa la cantidad).

Costo: ¥600 por clase (costo por las flores).

Inscripciones: Hasta el miércoles 30 de abril (sin falta) enviando una postal con los siguientes datos:

(1)dirección, (2)nombre, (3)nombre del colegio, (4)grado, (5)nombre del padre o madre, (6)número de teléfono.

Destinatario: 205-0002 *Hamura shi Sakae chō 2-7-8, Hamura shi Ikebana Sakurakai Takeda Yasuko*.

CULTURA TRADICIONAL BAILE JAPONES PARA NIÑOS (*Dentō bunka nihon buyō kodomo kyōshitsu*)

Fechas: 18 y 25 de mayo, 15 y 22 de junio, 6, 20 y 27 de julio, 3, 17 y 31 de agosto, 7 y 21 de setiembre, 5 y 19 de octubre, 2 de noviembre (15 veces en total. Todas las fechas son domingos) de 1:30 pm a 3:00 pm.

*La presentación será el domingo 10 de noviembre el día del festival de niños.

Lugar: Primo Hall *Yutorogi* y *Gonokami kaikan*.

Dirigido: Estudiantes de primaria (*shōgakusei*).

Capacidad: 20 personas (se llevará a sorteo si sobrepasa la cantidad).

Costo: ¥500 (por las 15 clases).

Inscripciones: Hasta el miércoles 30 de abril (sin falta) enviando una postal con respuesta pagada con los siguientes datos: dirección, nombre, nombre del colegio, grado, nombre del padre o madre, número de teléfono. En la parte que es para devolver (*henshin* 返信) poner su dirección y nombre.

Destinatario: 205-0011 *Hamura shi Gonokami 4-14-18-703, Hamura shi Nihon Buyō Wakatake no kai Fukuda Chie*.

1 歳児教室「1 歳ちゃん ♪ 集まれ〜！」

CLASES PARA PADRES DE NIÑOS DE UN AÑO

(*Issaiji kyōshitsu "Issaichan atsumare!"*)

Fecha y hora: Martes 22 de abril, 9:30 am a 11:30 am.

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

Dirigido: Padres con niños que cumplen un año en abril, residentes de la ciudad.

Capacidad: Aproximadamente 15 parejas (por orden de inscripción).

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

Inscripciones e informes: A partir del martes 1 de abril, 9:00 am desde el formulario de inscripción en la página 18 del boletín en japonés (arriba a la izquierda), por teléfono o directamente al Centro del Niño y la Familia (*Kodomo Katei Center*) en el Centro de Salud (*Hoken Center*), anexo 696.

春の全国交通安全運動

CAMPAÑA DE PRIMAVERA SEGURIDAD VIAL DE TOKYO

(Haru no zenkoku kōtsū anzen undō)

Período: Domingo 6 a martes 15 de abril.

4 puntos importantes de esta campaña.

- ① Garantizar un entorno de tránsito donde los niños puedan transitar seguros y practicar métodos de cruce correctos.
- ② Concientización para dar prioridad a los peatones, eliminar las acciones de hacer otras cosas mientras conducen y fomentar el uso correcto del cinturón de seguridad y asiento para niños.
- ③ Concientizar a los conductores de bicicletas y patinetas eléctricas a utilizar casco y respetar las reglas de tránsito.
- ④ Prevención de accidentes de tránsito en vehículos de dos ruedas.

Informes: División de Seguridad y Prevención de Desastres, Sección de Prevención de Delincuencia y Seguridad Vial (*Bōsai Anzenka Bōhan, Kōtsū Anzen kakari*), anexo 216.

チャイム放送時刻の変更

CAMBIO DE HORARIO DE LA TRANSMISION DE LAS CAMPANADAS

(Chaimu hōsō jikoku no henkō)

A partir del martes 1 de abril, cambiará el horario de las campanadas que se transmiten todos los días. La campana sonará a las 5:30 pm.

El objetivo principal de estas campanadas es para verificar de que los parlantes están funcionando bien, sin embargo también les sirve a los niños como un aproximado para regresar a sus hogares.

Horario: Abril a setiembre...5:30 pm.

*Cabe la posibilidad de que las campanadas no se transmitan cuando hay otras emergencias.

Informes: División de Seguridad y Prevención de Desastres, Sección de Gestión de Crisis (*Bōsai Anzenka Bōsai Kiki Kanri kakari*), anexo 214.

シルバー人材センター

SILVER JINZAI CENTER

(Silver jinzai center ☎042-554-5131)

CLASES DE INGLES (*Eikaiwa kyōshitsu*)

Las clases son de pocas personas.

Fecha y hora: Todos los martes (excepto la 5ta semana), 4:00 pm a 5:30 pm (1 hora y media).

Costo: 5,000 yenes mensual por 4 clases (incluido el costo por el libro).

Lugar e inscripciones: Silver Jinzai Center ☎042-554-5131.

S&D スイミングプラザ羽村

S&D SWIMMING PLAZA HAMURA

(Swimming Center ☎042-579-3210)

AEROBICOS DENTRO DEL AGUA (*Aquabics*)

Aquabics son aerobicos que se hacen dentro del agua.

Fecha y hora: Todos los jueves hasta el 26 de junio, 3:00 pm a 3:50 pm.

Dirigido: Mayores de 16 años.

Capacidad: 35 personas (por orden de llegada el mismo día).

Costo: Residentes y trabajadores de la ciudad...500 yenes / residentes de otras ciudades...750 yenes (ambos incluyen el seguro y la entrada).

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

Inscripciones: El mismo día en la recepción de la piscina de 1:50 a 2:50 pm.

プリモライブラリーはむら

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

DESCANSO (*Kyūkanbi*)

Martes 15 de abril.

RENOVACION DE LA TARJETA (*Riyōsha card no kōshin wo*)

La tarjeta de la biblioteca se renueva cada 3 años. A las personas que deben renovar se les informa en la ventanilla desde un mes antes.

*Si no ha utilizado la tarjeta por más de 5 años, los datos personales se borran. Si desea utilizar la biblioteca necesitará registrarse nuevamente.

Que necesita para registrarse: Documento de identidad donde aparece su dirección.

*Las personas que no viven en *Hamura* pero estudian o trabajan en *Hamura*, deben presentar el documento mencionado más un documento donde aparezca la dirección del colegio o del lugar de trabajo.

*Si tiene la tarjeta que usaba antes, favor de traerla.

HORARIO PARA LOS ESTUDIANTES DE PRIMARIA (*Shōgakusei dake no riyō jikan wa gogo 5 ji made*)

A partir del martes 1 de abril a martes 30 de setiembre, los estudiantes de primaria pueden estar solos en la biblioteca hasta las 5:00 pm.

Después de las 5:00 pm necesitan venir acompañados de uno de sus padres. Agradecemos su cooperación.

4月15日が納期限の税金・保険料

15 DE ABRIL FECHA LIMITE PARA EL PAGO DE IMPUESTOS **(4 gatsu 15 nichi ga nōkigen no zeikin, hokenryō)**

La fecha límite para el pago del impuesto municipal (*shi, tominzei*), impuesto ambiental forestal (*shinrin kankyōzei*), seguro nacional de salud (*kokumin kenkō hokenzei*), seguro de cuidado y atención (*kaigo hokenryō*), seguro médico para personas de edad avanzada (*kōkikōreisha iryō hokenryō*) (a las personas que les descuentan de la pensión) es el martes 15 de abril.

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

粗大ごみの日曜日直接持込受付

RECEPCION DE LA BASURA DE TAMAÑO GRANDE **(Sodai gomi no nichiyōbi chokusetsu mochikomi uketsuke)**

Fecha y hora: Domingo 6 de abril, 9:00 a 11:45 am, 1:00 a 4:00 pm.

Informes: Recycle Center ☎042-578-1211.

ATENCION MEDICA DOMINGOS Y FERIADOS (4 gatsu no kyūjitsu shinryō)

Fecha		HOSPITAL / TELEFONO		DENTISTA / TELEFONO
Abril		9:00 am – 5:00 pm	5:00 pm – 10:00 pm	9:00 am – 5:00 pm
6	Dom	Hamura Hifu, Keisei Geka, Naika Clinic ☎042-578-8785	Heijitsu Yakan Kyūkan Center ☎042-555-9999	Hamura Chūrippu Shika ☎042-578-8284
13	Dom	Wakakusa Iin ☎042-579-0311	Hikari Clinic (Fussa) ☎042-530-0221	Kusaka Shika ☎042-555-7793
20	Dom	Hamura Sōgo Shinryōjo ☎042-554-5420	Kumagawa Byōin (Fussa) ☎042-553-3001	Takada Shika Iin ☎042-555-5903
27	Dom	Nishitama Byōin ☎042-554-0838	Hikari Clinic (Fussa) ☎042-530-0221	Hanenaka Shika Clinic ☎042-554-2202
29	Mar	Sakaechō Shinryōjo ☎042-555-8233	Mizuho Byōin (Mizuho) ☎042-556-2311	Hamura Shika Iin ☎042-570-4618

*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), ☎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.

観光マップ 思いついたらすぐ出発できる日帰り旅 福生市・羽村市・瑞穂町で東京の新しい魅力を発見！

MAPA TURISTICO DE FUSSA, HAMURA Y MIZUHO DESCUBRIENDO NUEVOS ENCANTOS DE TOKYO

(Kankō map omoitsuitara sugu shuppatsu dekiru higaeri tabi Fussa shi, Hamura shi, Mizuho machi de Tōkyō no atarashii miryoku wo hakken!)

Desde el año 2023 (Reiwa 5) la ciudad de Fussa, Hamura y Mizuho trabajan en conjunto para promocionar estas ciudades a las personas que viven en el centro de Tōkyō.

Esta vez se ha creado un mapa turístico!

Lugar de distribución: Recepción en el 1er piso de la municipalidad, Asociación de Turismo de Hamura (Hamura shi Kankō Kyōkai).

Informes: División de Promoción Industrial, Sección de Comercio, Industria y Turismo (Sangyō Shinkōka Shōkō Kankō kakari), anexo 667.

ヒノトントン ZOO NEWS

HINO TONTON ZOO NEWS (ZOOLOGICO) (Dōbutsu kōen ☎042-579-4041)

A PARTIR DEL 1 DE ABRIL ABRIREMOS MAS TEMPRANO! (4 gatsu tsuitachi kara sōki kaien shimasu)

No desea pasear por el zoológico en las mañanas?

Horario: 6:30 am a 8:00 am (se cancelará en caso de lluvia).

*En este horario no necesitará pagar entrada. *Todo el año, excepto los días de descanso.

*Hay partes donde no se podrá entrar.

DESCANSO (Kyūenbi)

Abril: Lunes 7, 14, 21. *El lunes 28 de abril estará abierto.

Mayo: Lunes 12, 19, 26. *El lunes 5 de mayo estará abierto