

Noticias Hanno 1 de Julio 2025



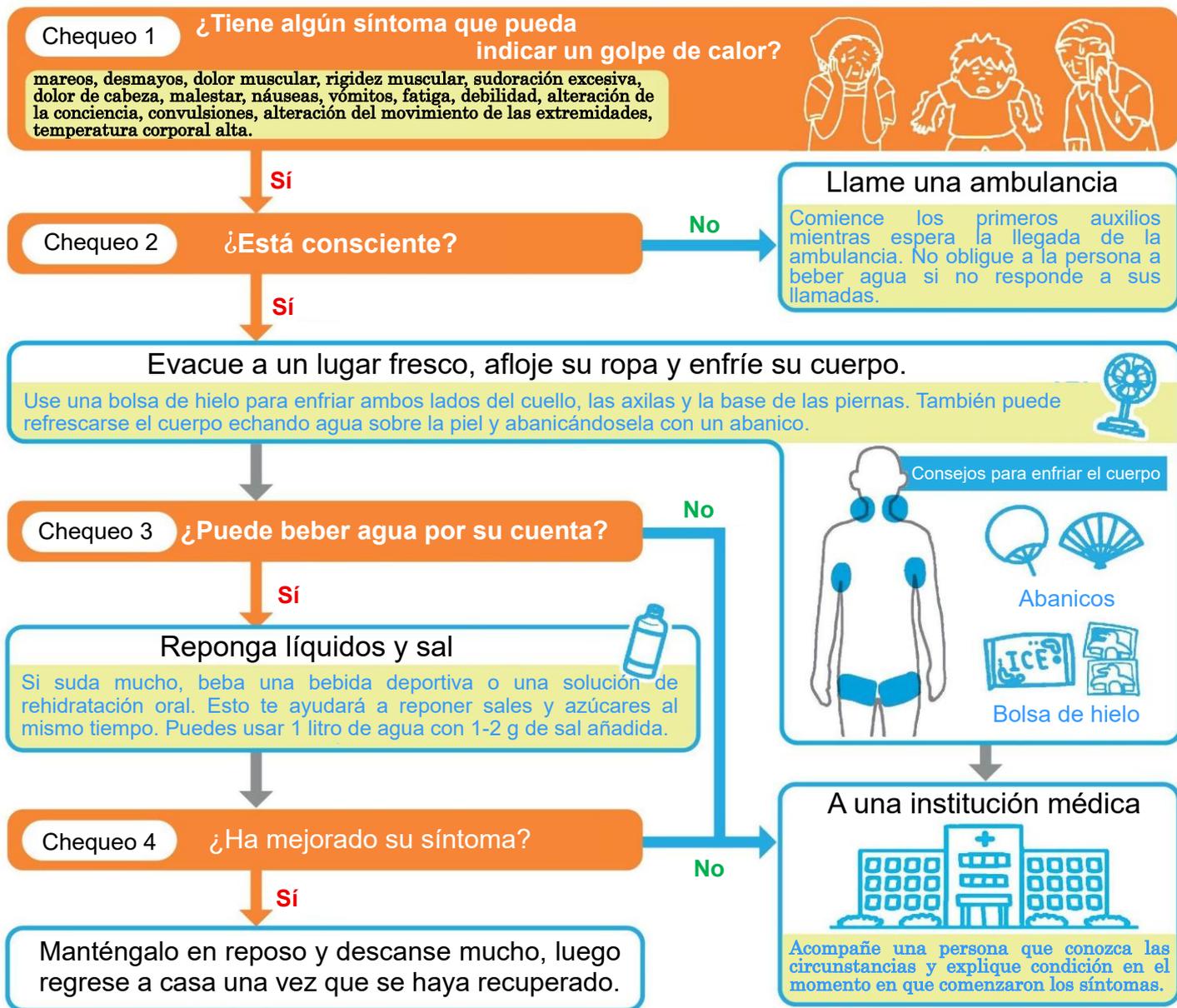
Tenga cuidado con el golpe de calor "Netsuusho"

En los últimos años ha habido muchos días calurosos debido al cambio climático. "Netsuusho" (el golpe de calor) es un término general para una variedad de síntomas que ocurren cuando nuestros cuerpos no pueden adaptarse a ambientes cálidos y húmedos. Para prevenir un golpe de calor es importante beber mucha agua, utilizar sombrilla, llevar sombrero, descansar frecuentemente y mantener el cuerpo fresco. Los refugios de refrigeración son instalaciones que se pueden utilizar para protegerse del calor. En la ciudad de Hanno, se encuentran en el Ayuntamiento de Hanno, en cada centro administrativo del distrito, en cada centro de



bienestar, en el gimnasio cívico, en la biblioteca municipal, en la biblioteca infantil y en el museo. Los síntomas del golpe de calor incluyen mareos, aturdimiento, bostezos, sudoración excesiva, dolor muscular, calambres musculares, etc. A medida que los síntomas progresan, pueden provocar dolores de cabeza, vómitos, fatiga, alteración del juicio, alteración de la concentración y sensación de agotamiento. En tales casos, administre los primeros auxilios mientras consulta el diagrama "Primeros auxilios cuando se sospecha un golpe de calor".

Primeros auxilios ante sospecha de golpe de calor



Aviso de vacunación

Hemos enviado los avisos sobre la vacunación por correo a las personas elegibles para cada vacuna en abril. Revisen los documentos adjuntos y vacúnese antes de la fecha límite.

*Las personas que se mudaron a Hanno después de abril, consulte con el Centro de Salud (Hoken Center). Para las vacunas

infantiles, lleven su Manual de Salud Materno infantil (Boshi Techo) y acudan al Centro de Salud.

Para más detalles, visiten la página web de la ciudad de Hanno (ID 2999).

Para consultas, llamen al Centro de Salud al 974-3488. Vacunas

Vacunación	Objetivo	Fecha límite
Sarampión-rubéola (SR) 2do período	Quien asistirán a la escuela el próximo año (Nacidos entre el 2 de abril de 2019 y el 1 de abril de 2020)	Hasta el 31 de marzo de 2026
Encefalitis japonesa de 2da etapa	4to grado de escuela primaria	Un día antes de cumplir 13 años
Difteria y tétanos (DT)	6to grado de escuela primaria	Un día antes de cumplir 13 años
Vacuna contra el virus del papiloma humano (VPH)	Niñas de 6to grado de escuela primaria	Hasta el fin del año fiscal en el que la niña cumpla 16 años
Vacunación contra el herpes zóster	Personas que cumplan las siguientes edades en el año fiscal 2025: 65, 70, 75, 80, 85, 90, 100, 101 años o más	Hasta el 31 de marzo de 2026

Aviso sobre las primas del Seguro Nacional de Pensiones

Se abren las solicitudes de exención y aplazamiento de las primas del Seguro Nacional de Pensiones para el año fiscal 2025. Las solicitudes de exención y aplazamiento de las primas del Seguro Nacional de Pensiones para el año fiscal 2025 (julio de 2025 a junio de 2026) se aceptarán a partir del 1 de julio.

Si no puede pagar sus primas debido a una disminución de ingresos, desempleo, etc., este sistema le permite estar exento de las primas (total o parcialmente) o aplazarlas si su solicitud es aprobada.

*Los estudiantes no pueden acogerse a este sistema, por lo que le recomendamos utilizar el "Sistema de Exención de Pagos para Estudiantes".

Para obtener más información, visite la página web de la ciudad de Hanno (ID 3802).

Aviso de pago de gastos médicos

Los siguientes sistemas de pago de gastos médicos están disponibles para quienes residen en la ciudad de Hanno y están afiliados a diversos planes de seguro médico.

1. Gastos médicos para personas con discapacidades mentales y físicas graves.
2. Gastos médicos para familias monoparentales.
3. Gastos médicos para niños.

Para más información, consulte el sitio web de la ciudad de Hanno (ID 2994).

Para consultas, comuníquese con la División de Seguros y Pensiones a la extensión 146.

Acerca de la solicitud de certificado de aplicación de límite (Gendogaku tekiyou ninteisyau). etc.

Si presenta la "Certificado de Solicitud de Monto Límite" o "Certificado de Solicitud de Monto Límite/Reducción de Monto de Copago Estándar" en la ventanilla de la institución médica, el monto que pague dentro del mismo mes se limitará al límite de autopago. Si tendrá que afrontar gastos médicos elevados por hospitalización, etc., solicite el subsidio con antelación.

Si tiene un certificado de solicitud de límite válido hasta el 31 de julio de 2025 y aún lo necesita después de agosto, deberá pasar por el proceso de renovación.

Si utiliza su tarjeta My Number como tarjeta de seguro médico, solo tendrá que pagar hasta el límite de autopago, por lo que no es necesario solicitar un certificado de aplicación de límite.

Para más información, visite la página web de municipalidad (ID 3813). Para consultas, comuníquese con la División de Seguros y Pensiones a la extensión 143.

Hoken Center: TEL 974-3488 FAX 974-6558 *kenkozukuri@city.hanno.lg.jp

Kodomo Katei Center (dentro del Hoken Center) TEL 974-7500 FAX 974-6558 *kenkozukuri@city.hanno.lg.jp

Las consultas para niños de 2 meses, los controles de salud para lactantes, niños de 18 meses y niños de 3 años y los controles dentales para niños de 2 años son importante que se realizan en hitos importantes en la vida de un niño. Las personas que corresponde serán notificadas individualmente. Si tiene alguna pregunta sobre la mudanza o cambios de horario comuníquese con el Hoken Center.

Consulta sobre daños causados por el alcohol ■18 de julio (viernes) 14:00~16:00 ■Para quienes están preocupados por los problemas de bebida de sus seres queridos, quienes quieren dejar de beber pero no pueden, etc. ■Lugar y reservación: Hoken Center

Medición física/Consulta sobre alimentación infantil ■Lugar: Hoken Center ■Cosas para traer: Boshi Techou, toalla de baño
(1) Jueves 17 de julio, 10:00~11:00. Para niños preescolares que viven en Seimei, Kaji (excluido Misugidai), Minamikoma, Haraichiba y Naguri

(2) Jueves 7 de agosto, 10:00~11:00. Para niños preescolares que viven en Hanno (incluidas Akanedai), Misugidai, Agano y Higashiagano

Clase de ejercicios para mejorar la salud ■Julio 31 (jue.) 13:30~16:00 (recepción a partir de las 13:00) ■Bajo la guía de un instructor de ejercicios para la salud, esta clase implicará principalmente entrenamiento muscular y estiramiento con pelotas y tubos mientras está sentado en una silla, ejercicio aeróbico, charla de salud por un dietista registrado, medición de la composición corporal, etc. ■Objetivo: Residentes de la ciudad de 40 a 75 años ■Plaza limitada: 20 personas (por orden de llegada) ■Lugar: Centro administrativo del distrito de Fujimi ■Reservación: Hoken Center

Reunión Katakuri ■Lunes 14 de julio, 13:30~15:30 ■Un encuentro para personas con afasia. Ofrecemos entrenamiento grupal y actividades independientes dirigidas por terapeutas del habla, el lenguaje y la audición. ■Objetivo: Personas menores de 65 años residentes en la ciudad ■Lugar y reservación: Hoken Center

Consulta de salud mental (se requiere reserva)

Viernes, 25 de julio, a partir de las 13:30

Consulta con un psicólogo clínico

Público objetivo: Personas y sus familias con diversas preocupaciones y ansiedades, como relaciones y estrés en casa, la escuela o el trabajo, o dificultad para dormir a pesar del cansancio.

Reservas: Contactar con el Hoken Center.

Para las personas inscritas en el Seguro Nacional de Salud (Kokumin Kenkou Hoken)

Se enviará por correo al cabeza de familia durante julio nuevo documento que verifica su elegibilidad para el seguro.

Cada asegurado recibirá una carta de confirmación de elegibilidad o un aviso de información de elegibilidad, según el estado de registro en su tarjeta My Number.

La fecha de vencimiento es, en principio, el 31 de julio de 2026 (los avisos de información de elegibilidad para menores de 70 años no tienen fecha de vencimiento).

*Deseche las tarjetas de asegurado y las cartas de confirmación de elegibilidad vencidas bajo su propia responsabilidad, por ejemplo, destruyéndolas para que su contenido no sea visible. Curso de Técnicas Dietéticas para Aprender cómo Bajar los Niveles de Azúcar en Sangre

Consulta de Emergencia por teléfono (Atiende 24 horas 365 días)

* Consulta de AI: Consulta forma de Chat. Puede conectar con smart phone.

* Cuando tiene problema de enfermedad o herida repentina. Atiende la enfermera para la llamada de consulta de emergencia de la prefectura Saitama.

Adulto y Niño	# 7119 o 048-824-4199
Niño	# 8000 o 048-833-7911

Hospitales y Clínicas de Emergencia) * Primero llame por teléfono antes de ir.

Domingo o día feriado Noche	Kyuu Shukuzistu-Yakan Sinryouzyo Medicina Interna, Pediatría Direc. : Hannoshi Kokubo 291 (en Hanno Hidaka Bomberos Center)	9:00~12:00 (recepción: hasta 10:30) 13:30~16:00 (recepción: hasta 14:30) 20:00~22:00 (recepción: hasta 21:45) Si tiene fiebre reserve por teléfono. 042-971-0177
	Dentista: Kyuu Shukuzistu-Kinkyuu Shika Sinryouzyo	042-973-4114
Hospitales designados para emergencias.	Hanno-Chuou Byouin	Inari-chou12-7 (Tel:042-972-6161)
	Hanno-Seikeigeka Byouin	Azuma-chou12-2 (Tel: 042-975-7575)
Pediatría emergencia y enfermo emergencia:	Saitama-Ikadaigaku-Byouin (Tel : 049-276-1199) Dirección :Moroyama-machi MoroHongo 38	

Consulta de Agosto (8月の相談) La consulta es gratis y es estrictamente confidencial.

Sobre hogar y niños (家庭児童相談)	Lunes a Viernes 8:30~17:15. Sección de Kodomo Shien-ka, Tel 978-5627 Para padres que tienen hijos menos de 18 años.
Línea sobre consulta de maltrato de niños (児童相談所全国共通ダイヤル)	24 horas, solamente por teléfono. Cuando ve maltrato de niños marque 189 (gratis). Conecta la oficina de consulta más cerca.
Sobre criar niños (子育て相談)	Lunes a Viernes 9:00~16:00. Kosodate Sougou Center, Tel 978-8415 Padres del niño menos de 18 años.
	Una vez al mes (necesita reservación) 10:00~11:15. Donguri room, Tel 972-1301 Consulta con cuidado infantil por parteras, enfermeras y nutricionistas
	Martes (necesita reservación) 10:00~12:00, 13:00~15:00 Kosodate Sougou Center, Tel 978-8415. Consultas con psicólogos colegiados y psicólogos clínicos para menores de 18 años.
	Lunes a Viernes 9:00~15:00. Hoikusho municipal. Hoiku-ka Tel 973-2119 Padres del niño preescolar.
Kodomo Smile Net (子どもスマイルネット)	Todos los días 10:30~18:00. Sobre hostigamiento escolar, castigo corporal, criar niño, Sólo por teléfono: 048-822-7007.
Sobre educación (教育相談) Kyouiku Center, Tel 973-1400	Lunes a Viernes 9:00~16:00. Consulta sobre educación. Niños desde preescolar hasta 3er grado de colegio secundario y sus padres.
Sobre mejorar la economía de hogar (家計改善相談) Necesita la cita	13 y 27 Agosto (Mie.) 9:00~17:00. Seikatsu Fukushi-ka, Tel 978-5602 Sobre problema mejoramiento de finanzas del hogar como administración financia, consolidación de deuda, etc.
Consulta para mujeres (女性相談) Necesita la cita	Lunes a Viernes 10:00~17:00: Jichi shinkou-ka, Tel 978-5085 Sobre problema de hogar, entre hombre y mujer, DV, etc. Atienda concejera.
Sobre trabajo de la persona discapacitada (障害者就労相談)	Lunes a Viernes 10:00~18:00. Necesita la cita. Shougaiha Shuurou Shien Center, Tel 971-2020. ✉ hanno.job@kme.biglobe.ne.jp

