

# Lawe ke kauoha e pili kou ma'i kōpa'a

*He puke paipai a  
kāko'o i ka po'e me  
ka ma'i kōpa'a*



---

### **Mana‘o Pa‘a a me nā Ho‘oia‘i‘o**

He Mana‘o ho‘akaka pōkole kēia ma‘o nā ho‘olaha a pau o ka CDC’s 1997, *Lawe ke kauoha e pili kou ma‘i kōpa‘a*, a kela ‘iaku no ka nui o nā kanaka ma ka poho ‘āina o nā Polenekia, a e ho‘ohana ‘iaku ana e pili me ka ho‘olaha 1997. ‘A‘ole hiki kēia mau mea a pau ke hana ‘ia inā ‘a‘ole ke kōkua o ka Māhele Aupuni Hawai‘i o ka Polokalamu Ho‘okele I ke Ola Kupono o ka Ma‘i Kōpa‘a, a me ka Mea‘ai Kupono, a me ka Māhele ‘Eleu o ke Kino ma lalo ka Lālā Lawelawe o ka Ho‘okele Maika‘i ‘ana i ke ola kino kupono, a me ka ‘Ahahui Ho‘ona‘au ao Hawai‘i o ka Ma‘i Kōpa‘a. He hui lolouila i ho‘opili hou ‘ia a‘e a me nā ‘ike pono a pau i ha‘awi ‘ia mai e ka Polokalamu Ho‘okele Maika‘i ka Ma‘i Kōpa‘a o Kamoā Amelika, Kuama, Aupuni Pekelala ‘o Makekomiā, ‘Āina Makalika, Maliana Akau a me Palau. Ka lima hana o ke kikowaena no ka Ho‘okele maika‘i a me ka Pale‘ano, kōkua ‘ia ka unuhi o ka Mahele Ma‘i Kōpa‘a no ka moakaaka ka ‘ike e pili kēia papahana.

*Ma‘o ke Kūlana o ka Māhele o ke Ola Kupono o ke Aupuni Hawai‘i — Mahele Mea ‘ai Kupono a me ka Mahele ‘Eleu o ke Kino.*

***O kēia ho‘olaha ‘a‘ole i ho‘opa‘a kuleana ‘ia.  
Hiki i nā po‘e like ‘ole ke ho‘ohana aku kekahi ai ‘ole o  
nā mea a pau i ho‘olu‘olu aku iā ‘oe.***

---

# 1. Ōlelo Ho'olauna

Ho'opā ka ma'i kōpa'a i ka hapa nui o kou ola. He ko'iko'i nui, a kaumaha ke ola, akā, aia he nui nā mea hiki iā 'oe ke hana ma ke kōkua 'ana e mālama i kou ola kino. Hiki iā 'oe ke lawe i ke kauoha pili kou ola kino – 'a'ole no kēia lā wale no, akā no nā makahiki e hiki mai 'ana.

O ke kaulike ka 'ōlelo pono i loko o ke ola mau me ka ma'i kōpa'a.

Ho'oikaika e loa'a ke kaulike i loko o nā māhele a pau o kou ola ana. Pono 'oe e kaulike ma ka ho'emi kino, ho'oeleu ke kino, a me ka lawe mau 'ana i nā la'au lāpa'au. Me ke kōkua o kou 'ohana a me nā ho'aloa, kou mau kahu ma'i, a me kou kaiaulu, e hiki ai iā 'oe ke lawe ke kauoha pili kou ma'i kōpa'a.



Hana me kou mau kahu ma'i no ka lawe 'ana ke kauoha pili kou ma'i kōpa'a.

## *He aha ka ma'i kōpa'a?*

Ka hapa nui o ka mea'ai a kākou e 'ai e ai loli 'ana i kōpa'a no kō kākou kino e ho'ohana ai i loa'a ka 'eleu. Ka nikiniki, he okeni kōkoke i ka opu'ai, ho'okumu 'o ia i kēia wai kahea 'ia he wai kōpa'a, i mea kōkua nui i ka ho'olawa 'ana ka wai kōpa'a o loko o kēlā mau hū'a koko o loko kō kākou kino. I kou manawa e loa'a ai ka ma'i kōpa'a, kekahi manawa 'a'ole hiki kou kino ke ho'olawa ka wai kōpa'a ai 'ole 'a'ole hiki ke ho'okumu maika'i i kona wai kōpa'a pono'i. Ma'o kēia mau pilikia e nui loa ai ke kōpa'a o loko kou koko.

---

## Ho‘ailona a me nā kulana o ka ma‘i kōpa‘a

Helu papa ‘ia ma lalo nei kekahi o nā ho‘ailona a me nā kulana o ka ma‘i kōpa‘a. Ua loa‘a mua paha iā ‘oe kekahi o kēia mau ho‘ailona ma mua o kou maopopo ‘ana he ma‘i kōpa‘a kou:

- Ho‘onui a‘e ka ‘ono wai
- Mimi helele‘i
- Pō ahihahi ka ‘ike
- Maluhiluhi ke kino
- ‘Emi pū ke kino
- Malo‘o ka ‘alu‘alu
- ‘Eha ‘a‘ole hiki ke ola
- ‘A‘ai mau kekahi ‘eha
- Konikoni ka ma‘e‘ele o loko ka wāwae
- Lua‘i

## Nā kaila o ka ma‘i kōpa‘a

A ia he ‘elua kaila ‘ano nui o ka ma‘i kōpa‘a:

- Kaila ma‘i kōpa‘a 1
- Kaila ma‘i kōpa‘a 2

Ma‘a mau o ka po‘e me ke kaila ma‘i kōpa‘a 1 hiki ke maopopo koke iā lākou ua loa‘a lākou ka ma‘i kōpa‘a mai ka wā kamali‘i ai ‘ole ka wā opiopio. Kēia mau po‘e me ke kaila ma‘i kōpa‘ai, li‘ili‘i ka ho‘okumu a ka nikiniki, i ka wai kōpa‘a, a i kekahi manawa ‘a‘ole lawa ka wai kōpa‘a o loko ke kino e kōkua ai ma ka ho‘okumu ‘ana i wai kōpa‘a pono‘i no kou kino, a laila pono ‘ana e houkui ‘ia ka wai kōpa‘a no ke kino i nā lā a pau o kou ola‘ana.

Ka hapa nui o ka po'e me ka ma'i kōpa'a, loa'a pe kaila ma'i kōpa'a 2. Ka nikiniki o ka po'e me ke kaila ma'i kōpa'a 2 hiki ke ho'okumu i kō lākou wai kōpa'a pono'i no ka manawa, akā, 'a'ole hiki ke kino ke ho'ohana maika'i aku. Ka hapa nui o kēia po'e me ke kaila ma'i kōpa'a 2 maopopo he ma'i kōpa'a kō lākou ma hope o ka piha 'ana 30 ai 'ole 40 makahiki. Aka na'e kēia mau lā ke nui nei nā kamali'i a me nā po'e opiopio e loa'a nei ke kaila ma'i kōpa'a 2.

Kēia kekahi o nā mea ko'iko'i e ho'olaha aku ai ke kaila ma'i kōpa'a 2:

- Ma'i ho'oilina o ka 'ohana
- Nele ka 'eleu o ke kino
- Nui 'ino loa ke kino
- Mea'ai maika'i 'ole no ke ola kino (e like me ka: momona i'a, a me ka aila a me ka 'ai nui loa)
- Kānaka no Akia, Polenekia, 'Oiwī, 'Ilikini, Kepania, Lākino, ai'ole he lahui 'Apelika.

---

## 2. Ho‘okele maika‘i ka ma‘i kōpa‘a

### A. Ho‘emi kino

Ka pahuhopu nui o ka ‘ai maika‘i ‘ana ‘o ia ho‘i:

- Ka ho‘o ia ‘ana i ka maika‘i o ka ‘iliwai o ke kōpa‘a o loko ke koko.
- Ka ho‘o ia ‘ana ai ‘ole ka ho‘okō ‘ana i ke ola kino maika‘i a miomio.
- ‘Ai ka huina mea ‘ai kupono no ke ola kino maika‘i.



*Ma‘o ke Kūlana o ka Māhele o ke Ola Kupono o ke Aupuni Hawai‘i — Mahele Mea ‘ai Kupono a me ka Mahele ‘Eleu o ke Kino.*

### ‘Ōlelo kuhikuhi no ka ‘ai maika‘i ‘ana:

#### 1) ‘Ai ‘ekolu manawa o ka lā.

‘Ai ma kahi ‘o ‘ekolu ‘ai ‘ana o ka lā me ka mea ‘ai kupono ma waena, ai ‘ole 5-6 ‘ai li‘ili‘i ‘ana no ka lā holokō‘a i mea e mālama ai ka maika‘i o ka ‘iliwai o ke kōpa‘a o loko ke koko.

#### 2) Maka‘ala i ka nui o ka mea ‘ai

Kaupalena ‘ia ka nui o ka mea‘ai; i hiki iā ‘oe ke ho‘okele a‘e me ka maika‘i i ke kōpa‘a o loko kou koko.

#### 3) Koho aku nā mea ‘ai mai ‘ekolu pu‘ulu mai a ‘oi a‘e no kēlā me kēia ‘ai‘ana

Ma ka ‘ai ‘ana i ka mea‘ai mai nā pu‘ulu ‘ekolu a ‘oi a‘e hiki iā

'oe ke mālama i ke ola kupono o ka 'iliwai o ke kōpa'a o loko ke koko. E like me ka: pia, nā lau'ai, a me ka pokini.

#### **4) Koho i nā mea'ai li'ili'i ka momona o loko**



*Ma'o ke Kūlana o ka Māhele o ke Ola Kupono o ke Aupuni Hawai'i — Mahele Mea 'ai Kupono a me ka Mahele 'Eleu o ke Kino.*



*Ma'o ke Kūlana o ka Polokalanui Ho'okele Aupuni Pekelala Ma'i Kōpa'a o Makekonina*

Hō'emi mai ka 'ai 'ana i nā mea'ai palai 'ia a me ka momona i'a. Kaupalena i ka ho'ohana 'ana ka waiupaka maoli, waiupaka aila, aila niu, meoneki, nā mea'ai kini i hiki ke mālama lō'ihī 'ia, a me kekahi mau mea'ai e a'e i loko ka wai momona.

#### **5) Koho aku nā mea'ai ki'eki'e ka ma'awe**

Koho aku nā mea'ai e like me ka laiki māku'e, ka palaoa huīka, nā pāpapa, a me nā lau'ai hou me nā hua mea'ai.

#### **6) Kaupalena 'ia nā mea momona a me ka 'alekohola**

O 'kēia 'ano kaila mea'ai ka mea nāna e ho'ohuli ka 'iliwai maikai o ke kōpa'a o loko ke koko, a pono nō ke kaupalena 'ia.

Wala'au me kou kauka ma ke kōkua 'ana i ka nui o ka mea'ai au e 'ai ai, pepa ho'olaha o ka mea'ai, a me ka hele 'ana i waho e 'aina ahiahi ai.



---

## B. Kino 'Eleu

He mea nui ke kino 'eleu i loko o nā ho'oponopono 'ana no kou ma'i kōpa'a, ma ke 'ano he hana ia e ho'okele maika'i ai ke kōpa'a o loko kou koko a me ka nui o kou pāona. Hiki pū i ke kino 'eleu ke kōkua ma ka pale 'ana aku nā ma'i pu'uwai.

Kino 'eleu:

- Ho'oika ika ka pu'uwai, ke 'ake māmā, a me nā 'iwi.
- Ho'onui a'e ka nunui o ka makala, ka ikaika, a ho'omau aku.
- Ho'okele maika'i ka nui o ka paona a me ka momona o ke kino.
- Hō'emi ke koko pi'i.
- Ho'onui a'e ka ho'okō o ke kino i ka pale 'ana aku i ke anu.
- Ho'onui a'e ka 'e'eu.
- Hō'emi mai ka nui o ka lā'au e houkui aku ai ma nā lā ho'oikaika kino.
- Ho'onui a'e ka ho'oipoipo 'ana.
- Ho'onui a'e ka hiamoe 'ana.
- Ho'omalie ka lo'ohia.
- Hana iā 'oe a maika'i!



O ka hele wāwae kekahi hana  
kūpono loa no kou ola kino.



### ***C. Kekahi mau mea e pili ka lā'au ma'i kōpa'a***

Ina e 'inu 'oe ka huale kōpa'a ai'ole houkui no ka ho'okele maika'i kou ma'i kōpa'a, maika'i ke wehewehe pono mai kou kauka ai 'ole kahu ma'i i nā mea e hana ai. Mai hopohopo i ka ninau i na mau mea 'a'ole moakaaka maikai tā'oe. E ninau, mai maka'u a hilahila paha.

### ***D. Hō'ailona 'ano nui:***

- Inu nui ka wai. O ka mea makemake 'ia 'o ia no ka 'inu 'ana 'ewalu ki'aha aniani nui wai o ka lā.
- Komo i ka lei ai'ole 'apo lima me ka apana hao e hō'ike 'ana he ma'i kōpa'a kou.
- Hele ka ho'oikaika kino me kekahi hoaloha.
- Komo i ke kakini a me ke kama'a kū maika'i a 'olu'olu.
- Nānā mau kou wāwae no ka palawai, 'ula'ula, moku, a me ka moku hiki 'ole ke 'ola.
- Ina 'a'ole 'oe 'ano maika'i, waiho kau mea e hana nei, āna i ka nui o ke kōpa'a o loko ke kōkō, a laila kelepona aku i kou kauka ai 'ole ke kahu ma'i.
- Lawe i ka lā'au e like me ka mea i ha'i 'ia mai e ke kauka.

---

### 3. **Maka‘ala mau e ‘iliwai ke kōpa‘a o loko ke koko.**

Hiki iā ‘oe ke ho‘okele maika‘i ka ‘iliwai o ke kōpa‘a o loko kou koko ma:

- Ke āna mau ‘ana ka ‘iliwai o ke kōpa‘a o loko ke koko i nā lā a pau.
- Hele e āna i ka nui o ka ‘okeni i loko kou kino nā ‘ekolu mahina a pau i na e houkui ‘oe iā ‘oe ‘iho, a me nā ‘eono mahina a pau i nā inu ‘oe ka huale no ke koko pi‘i.

#### ***A. Hō‘ailona o ka ha‘aha‘a loa o ke kōpa‘a o loko ke koko.***

Hō‘ailona o ka ha‘aha‘a loa o ke kōpa‘a o loko ke koko:

- Ho‘omaka ka ha‘alulu o ke kino holokō‘a, a me ka hemo nui ka hou.
- Ho‘omaka e luhi ke kino.
- Huikau ka no‘ono‘o, ‘a‘ole hiki ke no‘ono‘o maika‘i.
- Pouli ka ‘ike
- Luliluli ke kino holoko‘a me ka hiki ‘ole ke ho‘omalie.

O ka mea maika‘i, ‘o ia no ka nānā mau ‘ana ka ‘iliwai o ke kōpa‘a o loko ke koko ma mua o ka hana ‘ana i kēia mau mea:

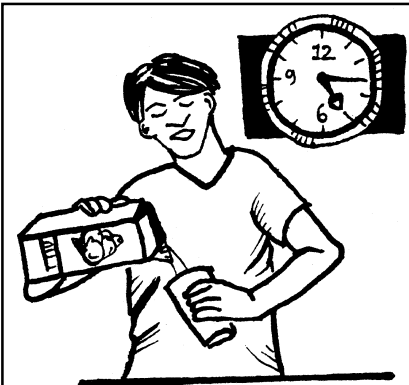
- Kalaiwa ‘ana ke ka‘a.
- Ho‘ohana ‘ana nā mikini nunui.
- Ma ka hele ana mau ana ka ho‘oika ika kino.
- Ma ka hō‘eu‘eu ‘ana ke kino no ka wā lō‘ihi.



Inā e loa'a iā 'oe kekahi hō'ailona e pili ka 'iliwai o ke kōpa'a o loko kou koko ha'aha'a loa, akā 'a'ole hiki iā 'oe ke āna aku i kēlā manawa ano...



... hele pololei e 'inu i kekahi waihua'ai ko'eko'e!



'Inu kekahi waihua'ai ko'eko'e nā 'umakumalima minuke a pau a hiki ka 'iliwai hou 'ana o ke kōpa'a o loko ke koko, a ho'i a like me ka ma'amau.

---

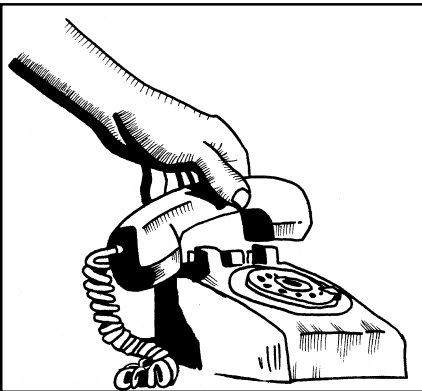
***B. Hō‘ailona o ke ki‘eki‘e loa o ke kōpa‘a o loko ke koko***

Hō‘ailona o ke ki‘eki‘e loa o ke kōpa‘a o loko ke koko ‘o ia ka:

- Malo‘o ka pu‘u
- ‘Ono i ka wai
- Mimi helele‘i
- Maluhiluhi ke kino
- Pōahiahi ka ‘ike
- ‘Emi pū ke kino
- ‘Eha o loko ka ‘opu, a me ka ho‘opāpailua makemake lua‘i



**Mimi helele‘i kekahi hō‘ailona o ke ki‘eki‘e loa o ke kōpa‘a o loko ke koko.**



**Maika‘i ke kelepona mau ‘ana i ke kauka kou manawa ma‘i.**

Inā e loa‘a iā ‘oe kekahi o kēia mau hō‘ailona e pili i ke ki‘eki‘e loa o ke kōpa‘a o loko o ke koko, ‘olu‘olu e āna i kou koko ai ‘ole e hele koke i kahi e hiki ai ke āna ‘ia mai ka nui o ke kōpa‘a o loko ke koko, mai ho‘omau ka noho me kēlā.

## 4. Ma'i kōpa'a i loko ka maka

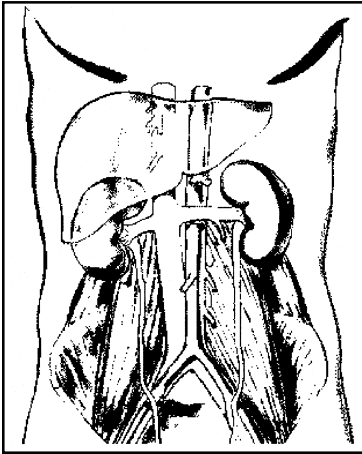
### *Hō'ailona o ka ma'i kōpa'a i loko ka maka*

Hele mau i ke kauka maka i hiki ke nānā 'ia pehea ka pilikia me kou maka i hiki iā lākou ke lāpa'au koke mai. Maika'i ka hō'ike koke 'ana aku i ke kauka maka i nā 'ano pilikia like 'ole e loa'a ai iā 'oe pili ka 'ike o kou mau maka

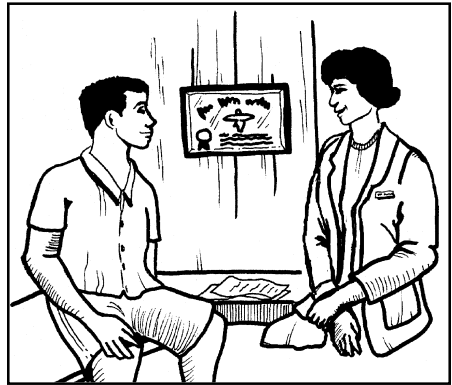


**Inā he pilikia me ka nānā 'ana o kou mau maka, wāla'au me kou kauka ai 'ole ke kahu ma'i. Mai 'u'umi kēia mau mea iā 'oe iho.**

## 5. Ma'i haku'ala



Mālama maika'i kōu mau haku'ala ma ka ho'okele maika'i 'ana i ke kōpa'a o loko kōu koko a me kōu koko pi'i. Hele e nānā i ke kauka ho'okahi manawa o ka makahiki, nānā ke koko, ka mimi, a me ka nānā pū i ka hana o ka haku'ala.



Wala'au me kōu kauka i na 'ano hō'ailona like 'ole e loa'a ai iā 'oe pili no ka haku'ala ai'ole no ka pū'ā mimi.

**Hō'ailona o ka pū'ā mimi:**  
Hu'ahu'a ai'ole kōkō i loko ka mimi, pono 'ana e nānā kōke'ia ka mimi.

**Hō'ailona o ka hana maikai 'ole o ka haku'ala:**  
'Eha ke kua/kikala, kūnāhī, pi'i ka piwa.

## **6. Ma'i pu'uwai a me ke a'a koko**

O ka po'e loa ka ma'i kōpa'a 'o ia nā po'e i ka hapanui o ka manawa loa'a pū ka pilikia me kō lākou pu'uwai a me nā lohi o ke kino inā 'a'ole ho'okele maika'i 'ia ke kōpa'a o loko ke koko.

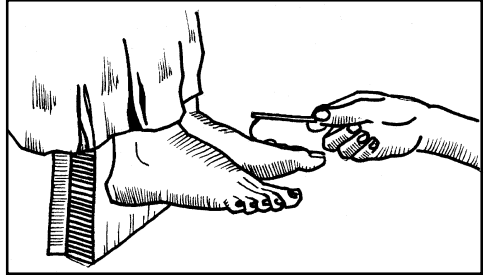
O ka ma'i pu'uwai a me nā mau a'a koko e holo ai i loko ka pu'uwai kekahi mea nui e ho'onāwaliwali ai ke kino, 'a'ole lawa ka ikaika, a hala aku ka hapanui o nā po'e me ka ma'i kōpa'a. Hiki ka ma'i pu'uwai a me nā a'a koko holo i loko ka pu'uwai ke ho'omalie ka holo 'ana o ke koko i loko o ka wāwae holokō'a.

Ma'o kēia mau pilikia me ka ma'i pu'uwai a me nā a'a koko e holo ai i loko ka pu'uwai e loa'a ai 'oe ka ma'i holo pani o ka pu'uwai, pu'uwai piha i ka wai, ai 'ole ka ma'i lōlō, inā puhi paka oe, loa'a ke koko pi'i, ai 'ole nui loa ka momona a me ka aila i loko kou koko. Hiki i nā po'e mālama 'ola kino ke kōkua mai iā 'oe e pale aku ke ko'iko'i o kēia mau ma'i mai iā 'oe mai, e like me ka ma'i pu'uwai a me nā mau a'a koko e holo ai i loko ka pu'uwai i nā mau mea pono e hana ai no ka pono o kou ola kino.

---

## 7. Pilikia ka Lohi a me ka wāwae

Pilikia ka lohi, ‘a‘ole holo maika‘i ke koko, a me nā ‘eha like ‘ole ‘a‘ole hiki ke ‘ola a ho‘omaka ka ‘a‘ai a palahē; pili kēia i ka po‘e me ka ma‘i kōpa‘a, kekahi manawa nui loa ka ‘eha ‘o ia wāwae nei a pono ‘ana e ‘oki ‘ia i ‘ole e pi‘i a‘e ka ‘ino‘ino i luna.



**Ma kahi o ho‘okahi manawa o ka makahiki a kou kauka e pono ai e nānā piha i kou mau wāwae a me nā lohi.**

Mālama i kou wāwae ma:

- Ka holo mau‘ana i kou wāwae nā lā a pau.
- Nānā mau kou wāwae nā lā a pau i ka nakākaka, ka moku, ai ‘ole ka palawai.
- Ho‘okele maikai ka ‘iliwai o ke kōpa‘a o loko kou koko.
- ‘A‘ole puhi paka a me ka naunau paka.
- ‘A‘ole hele me ka wāwae wale no, komo mau i ke kama‘a i mea e mālama ai ka wāwae.

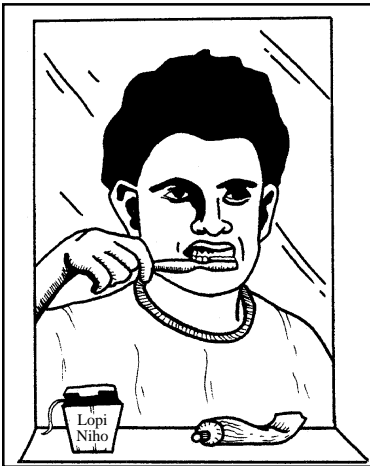


**Maika‘i ke ho‘omalo‘o pono ma waena o nā manamana ma mua o ke komo ‘ana i ke kama‘a.**



## 8. Ka'eka'e Nawaliwali

O ka po'e me ka ma'i kōpa'a, i ka hapa nui o ka manawa o lākou ka mea loa'a koke i kēia mau pilikia me ka niho a me ke ka'eka'e i na 'a'ole ho'okele maika'i 'ia ke kōpa'a o loko ke koko.



Mālama i kou niho ma ka holoī mau 'ana ma kahi o 'elua manawa o ka lā a me ka ho'ohana 'ana ka lopi niho i nā lā a pau.



Kauka'i ka papa niho maika'i a me ke ka'eka'e 'o'ole'a i ka hele mau ke kauka niho a me ka ho'okele maika'i 'ana i ke kōpa'a o loko kou koko.



Hele i ke kauka niho i nā 'eono mahina a pau.

---

## 9. Ka la‘au pololei e hou kui ai

O ka ma‘i ‘eha ke kino a me ka piwa a me ka numonia he mau nawaliwali ko‘iko‘i kēia e hiki ai ‘oe ke ho‘i i loko o ka hakupila. O ka hele mau i ka houkui pūlū ‘o ia kekahi kōkua ma ka pale ‘ana i kēlā mau ma‘i mai iā ‘oe mai. Noi pū aku i nā kahu ma‘i ai ‘ole i kou kauka no ka hou‘ana mai i ke kui e pale aku ai i kēia mai numonia kekahi, ‘oia ho‘i inā ‘a‘ole ‘oe i loaā mua kēia ‘ano ma‘i ma kahi o ‘elima mau makahiki i hala aku nei.



Māhele unuhi o ka Ma'i Kōpa'a  
Kikowaena Aupuni no nā ma'i e ola 'ole ai.  
Pale 'ano a me ka 'oi ai 'o o ke ola pono he kikowaena no ka  
ho'okele maika'i 'ana i nā ma'i like 'ole a me ka pale 'ano (CDC)

**No nā ninau a ka lehulehu a me nā ho'olaha:**

Kelepona: Hawai'i State Diabetes  
Prevention and Control Program (HSDPCP)  
808-692-7462

Kelepa'i: 808-692-7461

Leka uila: HSDPCP@mail.health.state.hi.us

Helu wahi: HSDPCP  
601 Kamokila Blvd., #344  
Kapolei, Hawaii 96707

*Kāko'o 'ia ka mahele 'ōlelo pelekania ma kēia puke e ka hui CDC a me ka  
Polokalamu nō kē Aupuni Ho'ona'auao Ma'i Kōpa'a.*

*Nā unuhi a me nā ho'olaha o kēia puke ua kākoo 'ia ma ka alu like 'ana e  
ka hui HSDPCP's Helu 'ō'lelo ae like U32/CCU902712-15 mai CDC.*

*'A'ohē ho'okae 'ili i loko o nā lawelawe 'ana. Kāko'o  
like 'ia nā lāhui like 'ole a pau me na 'ike i loa'a iā  
mākou me ka nānā 'ole i ke 'ano o ka lāhui, ke kala ke  
aupuni honua (komo pū ka 'ōlelo) ka lahui, ke kala, ka  
nui o ka makahiki, kāne 'ai 'ole wāhine, ai 'ole ka  
nawaliwali hiki 'ole ke ho'ola 'ia. Kahea aku i ka  
HSDPCP ma ka helu kelepona 808-692-7462 ai 'ole i kō  
mākou ke'ena Affirmative Action Officer, ma ka helu  
wahi Box 3378, Honolulu, HI 96801-3345 ai 'ole maka  
helu kelepona 808-586-4616 i loko o 180 lā o ka pilikia.*



