



Informação Pública (広報いちはら)

No: 1528

15/01/2019

PORTUGUÊS

Edição Português: No 273

Tradução: Ichihara Shi Kokusai Kouryuu Kyokai ☎ 23-9826

(Associação de Intercâmbio Internacional da Cidade de Ichihara)

<http://www.city.ichihara.chiba.jp/>

ÍNDICE

Atendimento Emergência e Plantão.....	1
Plantão Médico no Sabado / Domingo.....	1
Informação Neuvola.....	2
Aula de Cuidados pós Parto e Fitness.....	2
Consulta sobre Alimentação.....	2
Consulta sobre Saúde.....	2
Aula sobre alimentação infantil.....	3
Subsídio para Vacinação Preventiva Rubéola.....	3
Inscrição para usuários de Estacionamento bicicleta.....	4
Local de Refúgio e Abrigo em caso de Calamidade...4	
Eventos e Informações	8

Clínica que funciona no Domingo/Feriado

Horário : 9:00 ~ 17:00hs

Data	Clínica	☎
20/Jan	C.Nintendo (Ushiku) *Geral	92-0015
	C.Ortop. Cirurg. Ijima (Matsugashima)	20-7660
	C. Dermato Imai (Nishi Goshō)	24-3377
27/Jan	C. Yuushudai (Yuushudai Nishi) *Maternidade	663838
	C.Tatsumidai (Tatsumidai Higashi) *Geral	76-8800
	C. Asanagi (Goi) *Oftalmo	21-5739



Guia de tratamento médico para as enfermidades repentinas

(急病診療案内 Kyuubyou Shinryou Annai)

Centro de Emergência ☎21-5771

Clin.Geral (Naika) Pediatría (Shounika)	De 2ª ~ Sábado	20:30~23:30hs 9:00~17:00hs
	Domingo e Feriado	20:30~23:30hs
Dentista (Shika)	Sábado	20:30~23:30hs
	Domingo e Feriado	9:00~12:00hs

Pronto Socorro Noturno

Horário: 23:30 ~ 8:00hs

No caso de uso, confirmar previamente por telefone ☎ 22-0101

Informações Tratamento de Emergência

Guia de Telefone ☎22-0101
(no dia apartir das 8:00hs)

CONSULTA TELEFÔNICA PARA DOENÇAS INFANTIL REPENTINAS (こども急病電話相談 Kodomo kyuubyou denwa soudan)

Em caso de alteração repentina na saúde da criança. Orientação sobre levar ao médico ou ficar apenas em observação.

☎ # 8000 (para TEL push kaisen)

☎043(242)9939

Atendimento todos os dias. Das 19:00 ~ 6:00hs.

DIAL 24 CONSULTA SOBRE TRATAMENTO MÉDICO

(いちはら健康。医療相談ダイヤル24 Ichihara kenkou.iryō soudan dial 24)

Dúvidas sobre doenças, preocupação com a saúde, parto, cuidados com a criança, cuidados do Idoso, informações sobre Instituições médicas.

☎0120-36-2415

24horas por dia, sem folga. Ligação e Consulta gratuita.

FAX 0120-923-446

Específico para portador de deficiência auditiva ou fala.

CONSULTA TELEFÔNICA PARA ALÍVIO DE EMERGÊNCIA

(救急安心電話相談 Kyūkyū anshin denwa soudan)

Orientação sobre ir ao hospital ou chamar a ambulância.

☎ # 7009 (para TEL push kaisen)

☎03(6735)8305

Das 18:00 ~ 23:00hs (De 2ª feira a Sábado)

Das 9:00 ~23:00hs (Domingo/Feriados/Final-Início ano)

Como acessar o Informativo Público

O **Informativo Público** é uma publicação que ocorre 2 vezes por mês. A tradução é feita no idioma: inglês, espanhol, português e chinês. Acesse o Site da Cidade <http://www.city.ichihara.chiba.jp/> Na tela do Site no alto á direita, clique onde está escrito **multilingual**. Na tela que aparecer, clique **Kouhou Ichihara**. Abaixo do que esta escrito em vermelho, clique o idioma desejado .

INFORMAÇÃO SOBRE CRIAÇÃO DOS FILHOS

(子育てネウボラだより Kosodate Neuvola Dayori)

Telefone para Informação e Reserva de Consulta : ☎23-1215 〒290-8502 Sarashina 5-1-27

Programa de Fevereiro e Março

Aula para Pré Mamã (プレママ教室 Pre Mama Kyoushitsu) . Destinado para a gestante (1ª gestação). 30 vagas. Gratuito. É necessário fazer reserva até 10 dias antes. 1 pessoa da família pode participar. Previsão de parto em Maio/Junho> **17/Fevereiro** Previsão de parto em Junho/Julho> **17/Março**. Das 9:00 ~ 12:00hs

Cozinha Materna (マタニテイクック Maternity Cook). Destinado para Gestantes. 10 Vagas. Custa ¥400 ienes. Das 10:00h ~ 13:30hs. Previsão de parto em Maio/Junho/Julho > **Dia 13/Fevereiro** (Reserva até 5/Fevereiro). Previsão de parto em Junho/Julho > **7/Março** (Reserva até 26/Fevereiro).

Sala de Aula sobre Alimentação do Bebê no período de Desmame (離乳食教室 RiNyuuShoku Kyoushitsu) . Destinado para bebês de 10 meses e responsável. 10 Vagas. Gratuito. Das 10:00h ~ 11:30hs. É necessário fazer reserva. Crianças que nasceram em Abril/2018> **15/Fevereiro** (Reserva até 8/Fevereiro). Crianças que nasceram em Maio/2018> **8/Março** (Reserva até 1/Março).

Kosodate Neuvola Center ☎23-1215

AULA DE CUIDADOS APÓS PARTO E FITNESS (total 2 aulas)

(産後のボディケア&フィットネス教室 Sango body care &fitness).

Dia 13 e 21/Fevereiro. No Hoken Center. Das 9:30 às 12:00hs. (Reserva até 29/Janeiro). Para mãe e bebê que nasceu em Novembro/2018. Vagas para 14 pares (mãe/bebe). Custa ¥500 ienes.

⊗ Não é permitido a participação de irmãos, de pessoas com restrição de exercícios, e gestantes. E pessoas em tratamento necessita de autorização médica. ☎23-1215

CONSULTA SOBRE ALIMENTAÇÃO

(食事相談 Shokuji Soudan)

Dias: 14 e 19/Fevereiro, 1 e 14/Março. Hoken Center. 8 vagas. Gratuito

Não é permitido para pessoas em tratamento médico e pessoas fazendo uso de medicação.

Reserva até 7 dias antes da consulta. ☎23-1187

CONSULTA SOBRE SAÚDE

(健康相談 Kenkō soudan)

Gratuito. 5 Vagas. Necessário fazer reserva até 3 dias antes da consulta. ☎23-1187

LOCAL	DATA	HORÁRIO
Hoken Center	18/Fevereiro, 15/Março	9:15 ~ 11:15hs
ANESSA	12/Fevereiro, 12/Março	13:30 ~ 15:30hs
Sun Hearth	18/Março	
Nanohana Kan	15/Fevereiro, 15/Março	

AULA SOBRE ALIMENTAÇÃO INFANTIL

(幼児食教室 Youji shoku kyōshitsu)

Dia 5/Fevereiro. Das 10 ~ 11:30hs. Hoken Center.

Conversação, degustação de comida infantil. Destinado para crianças de 1^a8meses ~ 3anos incompletos que fizeram a consulta de saúde de 1^a6meses, cuja mãe possui preocupação em relação a alimentação (para quem ainda não participou). 10 vagas (mãe/criança). ¥100. Fazer inscrição até 29/Janeiro. ☎23-1215

MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA O AUMENTO DE CASOS DE RUBÉOLA

(風しんの患者が急増中 Fuushin no kanja ga kyūzō chū)

Até 23/Dezembro, na Província ocorreram 376 casos de rubéola e em Ichihara foram registrados 9 casos. A rubéola provoca febre, erupção e outros e ao contaminar uma gestante pode provocar problemas auditivos e visuais no bebê. Recomendamos que as pessoas que ainda não foram vacinas, façam a prevenção.

Para prevenção da epidemia, está sendo dada ajuda na despesa de vacinação preventiva das mulheres que desejam ficar grávidas.

O subsídio para despesa de vacinação preventiva da rubéola ocorrerá no período de 14/Agosto/2018 a 31/Março/2019. É destinado para 1) mulheres que desejam engravidar; 2) o respectivo cônjuge do citado anteriormente; 3) o cônjuge da gestante.

O valor do subsídio é: 1) Vacinação dupla (MR) de Sarampo (hashika/mashin) e Rubéola (fuushin) = ¥5,000. 2) Vacinação de Rubéola (fuushin) = ¥3,000

Para fazer o pedido do subsídio: preencher formulário disponível no Hoken Center ou download no site de Ichihara, anexar o recibo da vacinação tomada e entregar pessoalmente até 26/Abril ou pelo correio até 30/Abril.

A vacinação preventiva periódica poderá ser tomada gratuitamente. Destinado para: 1ª fase > para crianças de 12 meses a 24 meses incompletos. 2ª fase > para crianças que nasceram entre 2/Abril/2012 a 1/Abril/2013.

OBS: 1) Fazer reserva na Instituição Médica. 2) Trazer o formulário de consulta preliminar (yoshinhyou) e a caderneta mãe-criança. 3) Para maiores informações, favor ligar para as Instituições Médicas. ☎23-1187.

PREVENÇÃO DIÁRIA

Lavar as mãos> Usar o sabonete. Lavar as pontas dos dedos, as unhas, e as mãos no geral até o pulso.

Etiqueta ao tossir> Ao tossir, 1) usar máscara. 2) tampar a boca e nariz com lenço de papel ou lenço. 3) tampar com a manga ou a parte interna da jaqueta.

Prevenir contaminação quando fora de casa> Usar máscara e frequentemente lavar as mãos, fazer gargarejo, e lavar o rosto. Quando sai, evitar ficar em local aglomerado. Quando está em casa arejar o ambiente de 1 em 1 hora



Inscrição para Usuário do Estacionamento de Bicicleta (pago)

(自転車駐車場の定期利用申し込みの受付 Jitensha chuushaba no teiki riyou moushikomi no uketsuke)

Em decorrência de muita procura, os estacionamentos da TABELA abaixo estão realizando o sorteio prévio. Inscrição diretamente no local do estacionamento. O período para inscrição é até 15/Fevereiro (exceto sábado, domingo e feriado). É possível fazer a inscrição também no dia 20/Janeiro, 3 e 17/Fevereiro (domingo). No guiche de cada estacionamento.

Para fazer a inscrição de usuário é necessário preencher todos os requisitos : 1) A residência, ou escola, ou empresa deve estar afastada mais de 500 metros da estação mais próxima, 2) Ao fazer a inscrição deve ser proprietário de bicicleta, bicicleta motorizada (até 50cc) ou moto (até 125cc) ou ter previsão para adquirir.

O resultado do sorteio será publicado a partir de 22/Fevereiro no estacionamento local. Também pode ser checado no site de Ichihara.

Outros: a) A inscrição permitida é de 1 bicicleta por pessoa. Se uma mesma bicicleta ou bicicleta motorizada for inscrita por mais de uma pessoa, e ou ficar constatado o conteúdo falso, a inscrição será anulada, b) Anesaki Fujine. 1ª andar não é possível escolher o número do rack.

Estacionamento com sorteio	Vagas Bicicleta	Vagas Bicicleta Motorizada	Inscrição e Informação
Est. Yawatajyuku Higashi Dai 2	100	50	☎42-6064
Anesaki Fujine 1º andar	50		☎61-7240

Setor de Política de Transporte (kōtsū seisaku ka) ☎23-9762

VERIFICAR O LOCAL DE REFÚGIO E DE ABRIGO EM CASO DE CALAMIDADE

(災害時の避難場所を確認しましょう Saigaiji no hinan basho wo kakunin shimashou)

① Quando sentir o perigo, ir para o local de refúgio determinado para o caso de emergência (指定緊急避難場所 shitei kinkyū hinan basho)

Dependendo do tipo de calamidade, nem sempre o local de refúgio mais próximo de sua casa é o local mais apropriado para proteger a sua vida. Procurar o local seguro em caso de perigo, é o que salvará sua vida.

Tipo de Calamidade	Padrão para Selecionar a Instalação · Local
Inundação (洪水 kouzui)	Instalação ou local supostamente fora da região de inundação e alagamento
Desmoronamento (土砂 dosha)	Instalação ou local supostamente fora da região ou localização com perigo de deslizamento de terra e desmoronamento
Tsunami (津波 tsunami)	Instalação ou local supostamente fora da região de tsunami e inundação
Terremoto (地震 jishin)	Instalação ou local que foi verificado a resistência ao terremoto

* Uma parte da região de Goi é previsto inundação por decorrência de tsunami.

② Local onde o refugiado ficará abrigado, vivendo por um determinado tempo (指定避難所 shitei hinanjo)

Até passar o perigo da calamidade, é o local onde ficará por um período. É a instalação onde a pessoa que não pode voltar para sua casa por causa da calamidade, levará a vida de refugiado.

Conforme a calamidade, o uso e o período, a cidade de Ichihara abrirá as instalações para local de abrigo

Tipo e Uso do Local de Abrigo

★	Abrigo com abertura imediata → Ao dar o alarme de inundação, desmoronamento, a instalação é o primeiro a abrir para refugiar e abrigar.
◎	Local determinado de abrigo (primário) → Instalação para abrigar os refugiados que perderam a moradia por causa da calamidade
○	Local determinado de abrigo (secundário) → Instalação que é acrescido para abrigar os refugiados que ficaram sem moradia por causa da calamidade e não puderam ser abrigados no abrigo primário

- | | |
|--------------------------------|-----------------------------------|
| ● Possibilidade de uso | — Não se aplica para a calamidade |
| X Não possibilidade de uso | ◎ Abrigo determinado (primário) |
| ★ Abrigo com abertura imediata | ○ Abrigo determinado (secundário) |

LISTA DE LOCAL DE REFÚGIO · LOCAL DE ABRIGO

Nome da Instalação	Local de refúgio para caso de emergência (shitei kinkyuu hinan basho)				Local de abrigo (shitei hinanjo)
	Inundação	Desmoronamento	Tsunami	Terremoto	
Anesaki Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Meishin Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Anesaki Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Anesaki Kōtōgakkō	●	●	—	●	○
Anesaki Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Aobadai Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Anesaki Higashi Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Yawata Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Yawata Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Yawata Higashi Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Yawata Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Yawata Undō Kōen	●	●	—	●	
Ishizuka Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Ichihara Yawata Kōtōgakkō	●	●	—	●	○
Kikuma Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Kikuma Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Kikuma Community Center	●	●	—	●	◎
Gosho Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Wakamiya Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Shirahata Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Ichihara Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Ichihara Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Ichihara Midori Kōtōgakkō	●	●	—	●	○
Tōkai Daigaku Fuzoku Ichihara Bōyō Kōtōgakkō	●	●	—	●	○
Goi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Goi Chuu Kawada Kōen	X	●	—	●	
Kazusa Sarashina Kōen	X	●	—	●	
You Hall	●	●	—	●	○
Sun Plaza	X	●	—	●	○

Nome da Instalação	Local de refúgio para caso de emergência (shitei kinkyuu hinan basho)				Local de abrigo (shitei hinanjo)
	Inundação	Desmoroamento	Tsunami	Terremoto	
Wakaba Shōgakkō	X	●	●	●	◎
Wakaba Chūgakkō	X	●	—	●	◎
Goi Kōminkan	X	●	—	●	◎
Shirogane Shōgakkō	●	●	●	●	◎
Rio Shirogane Building [4andar]*			●		
Business Hotel Shirogane [5 andar]*			●		
Urban Shirogane Building [4andar]*			●		
Kokufu Shōgakkō	X	●	—	●	◎
Kokubunjidai Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Kokubunjidai Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Kokubunji Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Shimin Kaikan	●	●	—	●	○
Kokubunjidai Higashi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Kokubunjidai Nishi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Kokubunjidai Nishi Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Keiyō Shōgakkō	X	●	—	●	◎
Goi Chūgakkō	X	●	—	●	◎
Ichihara Ryokuti Undō Kōen (taiikukan)	X	●	—	●	○
ZA Oripuri Stadium			●		
Tōkai Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Tōkai Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Keiyō Kōtōgakkō	X	●	—	●	○
Chigusa Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Chigusa Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Chigusa Community Center	●	●	—	●	★◎
Chigusa Yōchien	●	●	—	X	○
Chigusa Fureai Kouen	●	●	—	●	
Unakami Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Shinishi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Sanwa Community Center	●	●	—	●	★◎
Yourou Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Sanwa Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Ichihara Chūō Kōtō gakkō	●	●	—	●	○
Ichihara Keimusho	●	●	—	●	○
Sanwa Undō Hiroba	●	●	—	●	
Koufuudai Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Futaba Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Urutsu Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Urutsu Chūgakkō	●	●	—	●	◎


Nome da Instalação	Local de refúgio para caso de emergência (shitei kinkyuu hinan basho)				Local de abrigo (shitei hinanjo)
	Inundação	Desmoronamento	Tsunami	Terremoto	
Shitsu Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Shitou Dai 1 Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Kyuu Shitou Dai 2 Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Shitou Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Tatsumidai Nishi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Tatsumidai Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Tatsumi Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Tatsumidai Higashi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Toda Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Toda Community Center	X	●	—	●	○
Teraya Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Ushiku Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Ichihara Kōtōgakkō	●	●	—	●	○
Nansou Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Uchida Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Nansou Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Tsurumai Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Tsurumai Sakuragaoka Kōtōgakkō	●	●	—	●	○
Kyū Heisan Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Kyū Tomiyama Shōgakkō	●	X	—	●	○
Kyū Takataki Shōgakkō	●	●	—	X	○
Kamo Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Kyū Satomi Shōgakkō	●	●	—	X	○
Kamo Chūgakkō (Kamo Gakuen)	●	●	—	●	◎
Kyū Tsukide Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Kyū Shiratori Shōgakkō	●	●	—	X	○
Yūshū Higashi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Yūshū Nishi Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Yūshū Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Yūshū Kōminkan	●	●	—	●	★◎
Yūshū Minami Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Mizunoe Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Shimizudani Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Chiharadai Minami Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Chiharadai Community Center	●	●	—	●	★◎
Makizono Shōgakkō	●	●	—	●	◎
Chiharadai Nishi Chūgakkō	●	●	—	●	◎
Chiharadai Sakura Shōgakkō	●	●	—	●	◎

* [Prédio refúgio de tsunami] → Para refúgio de emergência quando atrasa para fugir.

EVENTOS E INFORMAÇÕES

Aumento no volume de lixo > De Abril a Novembro o lixo caseiro (queimável, não queimável, de porte grande) foi de aproximadamente 624g/dia/pessoa. Em 2018, no mesmo período teve diminuição de 18g. Colabore para ter redução do lixo. Faça reciclagem separando o lixo e escorra a água do lixo perecível. ☎23-9053

Inscrição para pessoas interessadas em utilizar terreno municipal para plantio> Espaço para pessoas que não possuem terreno para plantio em casa e gostariam de ter a experiência e gosto para plantação de verduras e flores. Também ocorre treinamento e consulta sobre colheita. O período para uso do terreno é de 1/Março/2019 a 31/Janeiro/2020 (podendo ser renovado). Medida: 20 metros quadrados - 1 subdivisão - ¥4,000 ienes. Locais dos terrenos disponíveis para plantio: Tateno, Kokubundidai, Kusakari, Yahata, Kashihara, Kusakari shoudai bashi, Murakami. Medida de cada terreno, ver no Site da cidade. Inscrição até 8/Fevereiro. ☎36-4187

Exame de Radiação para venda de broto de bambu (take no ko) para consumo> O broto de bambu produzido dentro da cidade de Ichihara precisa realizar o exame de radiação feito pela Prefeitura, para emissão do selo de aprovação para consumo. Maiores informações no Site da cidade. ☎36-4187 

Festa de Intercâmbio Internacional> Dia 3/Fevereiro. Das 17~19hs. Goi Grand Hotel. 200 vagas. Custa ¥2,500 (para sócios), ¥2,700 (para não sócios), ¥1,500 (crianças de 5 anos ~primário). Inscrição até 21/Janeiro ☎23-9826 E-mail jia@city.ichihara.lg.jp ☎290-8501 (jinken · kokusai kōryū ka)

Exercícios Pilates para Pais e Filhos> Dia 4/Fevereiro. Das 10 ~ 11:30hs. Sun Hearth. Vagas para 10 pares (criança e responsável). Gratuito. Reserva ☎37-7100

