



# Ichihara

Informação Pública (広報いちはら)

No: 1542      15/08/2019      PORTUGUÊS  
 Edição Português: No 287  
 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
Aula de Ginástica.....	2
Aula de Yoga Mãe-bebê.....	2
Aula sobre Alergia de Alimentos.....	2
Exame de Câncer.....	2
Apoio ao Portador de Deficiência.....	3
Registro de Senha para uso Fácil da Biblioteca .....	3
Aconselhamento Psicológico na Escola.....	4
Treinamento Geral para Enfrentar Calamidade.....	5
Paisagem - embelezamento e limpeza.....	5
Benefício- Cerca Preventiva de Animais Selvagens...6	
ECO - Economia de Energia.....	6
Emissão de Documentos nas lojas de Conveniência...6	
Informação e Eventos.....	7

## PLANTÃO MÉDICO - DOMINGO E FERIADO

Horário : 9:00 ~ 17:00

AGOSTO	Clinica	☎
18	C. Yarita (Saihiro) *Geral	20-8882
	C. Gastro Entero.cirurg. Shimura (Neda) *Geral Cirurg	22-5053
	C. Maternity Muneta (Neda)	24-4103
25	C. Nishioka (Chiharadai Higashi) *Geral	50-5855
	C. Tstumidai (Tatsumidai Higashi) *Geral	76-8800
	C. Psicoterap.Stress Care Furuya *Geral	41-6661

## SITE ICHIHARA

Site de Ichihara possui acesso para Smart Fone, com texto falado, com tradução para vários idiomas e vários outros sistemas informativos renovados. Para acessar o **Informativo Público**, na tela do Site, no alto, á direita, clicar **multilingual**. Na página que aparecer clicar **Koho Ichihara**. Clicar o idioma desejado.

## 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.iryou 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 (para deficiente auditivo e 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-Inicio ano)

APLICATIVO DO INFORMATIVO

ICHIHARA ELETRÔNICO - PARA

OUVIR, TRADUZIR E COMPARTILHAR



## **SAÚDE - SALA DE GINÁSTICA** (Total de 2 aulas).

(産後のボディケア&フィットネス教室 Sango no body care fitness  
kyoushitsu)

Dia 18 e 24/Setembro. Das 9:30 ~ 12:00hs. Hoken Center. Exercícios com balance ball, auto cuidado, comunicação e contato, etc. Para mães cujo bebê nasceu em Junho/2019. Vagas para 14 mãe/bebê. ¥500. (Não é permitido a participação de irmãos exceto o bebê; as pessoas em tratamento médico devem ter a autorização médica; grávidas e pessoa com limitação nos movimentos não é possível participar). Inscrição até 30/Agosto. ☎23-1215

## **AULA DE YOGA PARA MÃE-BEBÊ**

(親子ベビーヨガ教室 Oyako baby yoga kyoushitsu)

Dia 13/Setembro. Das 10:00hs às 11:00hs. Sun Hearth. Destinado para bebês de 11 meses ~ 1 ano e 6 meses e o responsável. Vagas para os 1ºs 10 grupos (mãe/criança). Gratuito. Inscrição. ☎ 37-7100



## **AULA SOBRE ALERGIA DE COMIDA - Forma de alimentação tranquila e segura**

(安心・安全な食生活 食物アレルギー教室 Anshin Anzen na shoku seikatsu shokumotsu allergy kyoshitsu)

Dia 12/Setembro. Das 10:00hs às 11:30hs. Hoken Center. Sobre diagnóstico, tratamento, forma de lidar, alimentação, et... Destinado para responsável cuja criança possui alergia alimentar. 30 vagas. Gratuito. Inscrição. ☎ 21-6391

**Ichihara Hoken Fukushi Center (Ichihara hokenjo) ☎ 21-6391**

## **EXAME DE CÂNCER - Ano 2019**

(安心のために、今年は受けよう がん検診 Anshin no tame ni, kotoshi há ukeyou Gan kenshin)

É dito que estamos numa era em que em 2 japoneses 1 terá câncer.

Diz-se que o câncer se diagnosticado precocemente, mais de 90% tem cura. Quase todos os cânceres, no início não se sente os sintomas. Por isso é importante fazer o exame, e diagnosticando precocemente fazer o tratamento.

Utilizando o benefício de ajuda da cidade, é possível fazer o exame com despesa a partir de ¥200. Para saber detalhes do tipo de exame a que se destina, consultar o site da cidade.

### **Processo do Exame**

#### 1) Fazer o Pedido

① Telefone > Ligar para o TEL especializado (23-1199) e dizer o nome, endereço, data de nascimento, sexo, e telefone de contato.

② Internet > No site da cidade, procurar [gan kenshin · kenkou shinsa]. Acessar o formulário [internet moushikomi form] e preencher os itens necessários.

2) Aproximadamente após 1 semana, será entregue via correio o cupom de consulta e os documentos necessários.

3) Fazer a consulta nos locais indicados em grupo ou nas instituições médicas indicadas, levando o cupom de consulta, os documentos necessários, e o valor da despesa a ser paga.

**Hoken Center ☎23-1187 (〒290-8502 Sarashina 5-1-27)**

## APOIO AO PORTADOR DE DEFICIÊNCIA

(障害のある人を支援 Shougaiji no aru hito wo shien)

O portador de deficiência física, mental ou psiquiátrica que preenchem os seguintes requisitos poderão solicitar a ajuda social (fukushi teate): As condições de deficiência deve ser conforme descritas no quadro abaixo. Não podem estar recebendo o Subsídio Especial para Pessoa com Deficiência (tokubetsu shougaiisha teate) e nem estar recebendo o Subsídio Bem Estar da Criança com deficiência (shougaiji fukushi teate). Não pode estar internado em Instituição de Cuidados Especiais e outros.

Entrando com o pedido, a pessoa portadora de deficiência ou o reponsável poderá receber uma ajuda financeira no valor mensal que varia de ¥3,500 a ¥11,000. Essa ajuda financeira tem como base a idade, o tipo de Deficiente e a Classificação da Carteira.

Para solicitar a ajuda, deve preencher, entregar ou enviar via correio o formulário disponível no Setor de Apoio ao Portador de Deficiência (shougaiisha shien ka) .

OBS: 1)Portador de deficiência física com invalidez (de cama) necessita apresentar junto com o pedido, o certificado emitido pelo assistente social ou funcionário consultor do deficiente; 2) O pagamento da ajuda possui limitação de renda; 3) Ao entregar pessoalmente é necessário trazer carimbo, caderneta de portador de deficiência, caderneta bancária.

Idade	A quem se destina
Deficiente com idade até 20 anos incompletos	Portador de deficiência física, com Caderneta nível 1 a 4
	Portador de deficiência mental, com Caderneta (ryouiku techou) ㊤ a B1
	Portador de deficiência múltipla, com Caderneta nível 1・2 e Caderneta (ryouiku techou) ㊤ a A2
	Portador de deficiência psíquica, com Caderneta nível 1
Deficiente com idade acima de 20 anos	Portador de deficiência física, com Caderneta nível 1・2
	Portador de deficiência mental nível grave , com Caderneta (ryouiku techou) ㊤1 a A2
	Portador de deficiência psíquica, com Caderneta (seishin shougaiisha hoken fukushi techou) nível 1
	Portador de deficiência física com invalidez (de cama), com até 65 anos incompletos que não utiliza o Seguro Cuidados (Kaigo Hoken)

**Setor de Apoio ao Portador de Deficiência (Shougaiisha Shien Ka) ☎23-9815 ☎290-8501**

## REGISTRE A SENHA E UTILIZE OS SERVIÇOS DA BIBLIOTECA

(パスワードを登録してサービスを利用しよう Password wo tōroku shite service wo riyō)

Através do terminal de usuários da biblioteca e web site é possível utilizar os serviços de forma prática e fácil. Para fazer o registro, dirigir-se ao guiche da Biblioteca Central ou do Kouminkan ou do Community Center.

Os principais serviços prestados são: ☺ Fazer reserva do material de livros, revistas, audio visual da biblioteca central, biblioteca dos Kouminkan, dos Community Center. ☺ Estender o prazo de empréstimo do material. ☺ Verificar a situação de uso・empréstimo. ☺ Receber as informações dos novos livros da biblioteca [Shinchaku oshirase service]. ☺ Fazer o registro dos livros que já terminou de ler [My hondana]. ☎ 23-4946

## ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO NAS ESCOLAS

(スクールカウンセラーなどによるサポート School Counselor nado ni yoru support)

Todas as escolas do Segundo Grau (Chuugakkou) e 9 escolas do Primário da Cidade de Ichihara possuem Psicólogos Escolar e Assistentes prontos a dar assessoria às crianças e alunos. E 32 escolas possuem o suporte emocional. O atendimento abrange também os familiares e crianças da Escola Primária.

O psicólogo escolar é um profissional especializado para aconselhamento de problemas emocionais. Na escola Ginásial dá assessoria 1 vez por semana. E em algumas escolas do Primário a assessoria é 1 ou 2 vezes por mês.

O assistente psicológico é um profissional de conhecimento e experiência com o emocional das crianças, a educação escolar e educação infantil. É a pessoa mais próxima que está presente de 1 a 3 vezes por semana disponível para fazer consulta.

Depois de um período longo de férias, o ritmo de vida fica interrompido e fica difícil voltar a se adaptar à vida escolar, não frequência escolar, relacionamento de amigos, preocupações com relação à graduação escolar e estudo, outros problemas relacionados com comportamento delinquente, familiar, relacionamento com professores, maus tratos, ou características pessoais e de personalidade que podem causar sofrimento e angústias. A consulta é um horário para se abrir e falar desses problemas, e muitas vezes se encontrar e se fortalecer.

Para fazer o aconselhamento ou consulta há 2 formas de reserva: 1) Consultar o professor da escola quanto ao desejo de fazer a entrevista, e ajustar data e horário. 2) Fazer reserva pelo TEL específico da sala de consulta disponível em cada escola.

Não deixe de ligar para marcar consulta, pois a data disponível para atendimento varia de escola para escola e das atividades escolares. Verificar horário pelo escola ou web site.

CHŪGAKKŌ	TEL	CHŪGAKKŌ	TEL	SHŌGAKKŌ	TEL
Anesaki	62-5312	Chigusai	21-9115	Kikuma	42-6311
Anesaki Higashi	61-6481	Sanwa	36-1996	Goi	22-9001
Yawata	43-1231	Futaba	36-7146	Toda	070-1736-5536
Yawata Higashi	43-7501	Shizu	74-0025	Kōfūdai	070-1736-5537
Kikuma	41-7743	Shitō	52-5817	Yūshū Nishi	070-1736-5538
Ichihara	41-3501	Tatsumidai	74-7552	Yūshū Minami	070-1736-5539
Goi	21-8353	Nansō	92-0232	Mizunoe	070-1736-5541
Wakaba	25-3206	Kamo	96-2929	Chiharadai Sakura	070-1736-5544
Tōkai	36-5617	Yūshū	66-0258	* Outras escolas que não constam na lista, terão durante este ano o TEL específico da sala de consulta.	
Kokubunjidai	22-1821	Chiharadai Minami	52-3430		
Kokubunjidai Nishi	43-1867	Chiharadai Nishi	52-3430		
Chigusa	21-9115				
LOCAIS PARA CONSULTA FORA DA ESCOLA					
Anesaki Kōminkan	2ª QUARTA FEIRA do Mês		Reserva ☎62-5312 (Anesaki Chūgakkō)		
Goi Kōminkan	3ª SEXTA FEIRA do Mês		Reserva ☎25-3206 (Wakaba Chūgakkō)		
Kikuma Community Center	4ª QUARTA FEIRA do Mês		Reserva ☎41-7743 (Kikuma Chūgakkō)		
Nansō Kōminkan	4ª SEXTA FEIRA do Mês		Reserva ☎92-0232 (Nansō Chūgakkō)		

Maiores Informações: Shidou Ka ☎23-9849



## TREINAMENTO GERAL PARA ENFRENTAR UMA CALAMIDADE

(市原市総合防災訓練 Ichihara shi sougou bousai kunren)

Dia 1/Setembro, das 9:00~12:30hs ocorrerá em várias regiões de Ichihara, o treinamento geral para enfrentar uma calamidade. Participe do treinamento para aprender a reagir de forma a procurar segurança e proteger o próprio corpo. E se preparar para uma eventual calamidade e fortalecer a colaboração mútua entre os vizinhos e família.

No local central (chūo kaijō) será realizado o treinamento shake out, treinamento salva vida, treinamento entrada e recepção no abrigo de refúgio, treinamento da conscientização de prevenção de calamidade, treinamento da cozinha no local de refúgio, etc....

No local regional será realizado o treinamento shake out (forma de reagir para procurar segurança e proteção do próprio corpo), treinamento de evacuação, treinamento do abrigo aberto, etc...

Região de Treinamento: **Sanwa**→ Yorō Shōgakkō (chūo kaijō); **Anesaki**→ Myōjin Shōgakkō; **Ichihara**→ Goshō Shōgakkō; **Goi**→ Chigusa Chūgakkō; **Shizu**→ Shidsu Shōgakkō, Urutsu Shōgakkō, Shitō Dai Ichi Shōgakkō; **Tatsumidai**→ Tatsumidai Higashi Shōgakkō, Tatsumidai Nishi Shōgakkō, Shirawata Shōgakkō, Tatsumidai Chūgakkō; **Nansou**→ Kyūheisan Shōgakkō; **Kamo**→ Kamo Kōminkan; **Yuushuu**→ Yūshū Minami Shōgakkō, Yūshū Nishi Shōgakkō, Yūshū Higashi Shōgakkō; **Chiharadai**→ Makizono Shōgakkō.

Setor de Administração de Perigo (Kiki Kanri Ka) ☎23-9823

## PAISAGEM DA CIDADE - EMBELEZAMENTO DE RUAS, VIAS, RIOS

(まちの景観をみんなできれいに Machi no keikan wo minna de kirei ni)



A cidade possui o sistema de ajuda para os grupos voluntários envolvidos com atividades de embelezamento de rodovias, ruas, margens de rios. Fornece flores, faz empréstimo de ferramentas e material necessário.

Na rotina diária, a paisagem que chega à nossa vista, se não for cuidado por alguém, o mato cresce espesso, o lixo vai sendo jogado, levando à deteriorização do meio ambiente.

O grupo de proteção formado por cidadãos voluntários se esforçam em manter a limpeza e embelezamento das vias e rios próximos na região. Com o esforço desses grupos, a cidade de Ichihara possui 69 rodovias e 19 margens de rios que são protegidos e mantidos limpos e floridos, embelezando o paisagem da cidade.

Para participar do grupo de proteção e embelezamento da paisagem da cidade, não há limite quanto ao número de participantes e nem na extensão da área a ser protegida. Se tiver interesse em participar do grupo de proteção ou de começar um novo grupo de atividade de proteção ambiental, entre em contato.

Há 2 tipos de **grupos**: a) Grupo de proteção das rodovias; b) Grupo de proteção dos rios. **Conteúdo do subsídio**: ☼ mudas de flores, semente de flores, fornecimento de material de jardinagem; ☼ limpeza, empréstimo de ferramentas para corte de mato; ☼ compensação do seguro de acidente. **Destinado** para: representante do grupo, com idade acima de 20 anos. \* detalhes entrar em contato com o tantousha do setor. Forma de fazer **pedido**: Preencher formulário disponível no web site, entregar pessoalmente ou enviar

Grupo de proteção das rodovias > Setor de Manutenção das Rodovias ☎23-9834

Grupo de proteção dos rios > Setor de Rios ☎23-9827



## SISTEMA DE AJUDA PARA PREVENÇÃO DE ESTRAGO CAUSADO POR ANIMAIS SELVAGENS

(有害獣用防護柵の設置希望地区 Yuugaijuu youbougo saku no secchi kibou chiku)

A Prefeitura está recebendo os pedidos (para o ano de 2020) das regiões cujos os agricultores desejam instalar a cerca para prevenção dos animais selvagens como javali, macaco e outros que têm causado um problema sério, afetando profundamente a produção agrícola.

Para receber o benefício é necessário preencher todos os requisitos determinado pelo Sistema de ajuda: 1) 3 ou mais agricultores beneficiários; 2) capacidade para o próprio agricultor instalar a cerca protetora, e depois de instalado, por mais do que o tempo determinado ter capacidade para fazer a manutenção da cerca instalada e poder cultivar a área agrícola cercada; 3) satisfazer o custo/produção determinado pelo governo.

Agricultores interessados favor procurar informações no site da cidade, (fazer download) preencher e entregar ou enviar o formulário de pedido até 30/Setembro.

**Setor de Promoção Agrícola Florestal (nōringyō shinkō ka)** ☎ 36-4187  
(〒290-0253 Azu 980)



## PRATICANDO COOL CHOICE

(クールチョイスを実践しよう Cool choice wo jissen shiyou)

**Na compra e na troca do aparelho eletrônico:** fique atento ao selo ECO de economia de energia (shō ene). Quanto maior for o número de estrelas, o produto eletrônico é mais econômico (gasta pouca energia). A geladeira cujo consumo de energia é alta, se comparado com a de 10 anos atrás, o consumo de energia é de aproximadamente 43% mais econômico.

**No serviço de entrega a domicílio (haitatsubin):** procure receber na 1ª entrega. Aproximadamente 20% da entrega a domicílio é feito depois da 1ª entrega, ocorrendo desperdício de tempo e esforço do entregador. Procure utilizar o serviço de indicação de horário de entrega, de e-mail, de aplicativos, de retirada na loja de conveniência, de armário de entrega disponível nas estações ou lojas.

**Setor de Administração do Meio Ambiente (kankyō kanri ka)** ☎ 23-9867

## PEDIDO DO CARTÃO MY NUMBER - PARA TER ACESSO FÁCIL À EMISSÃO DE DOCUMENTOS

(証明書の取得に便利なマイナンバーカードの申請を Shōmeisho no shutoku ni benrina My Number Card no shinsei wo)

Os 5 locais da cidade de Ichihara, onde está instalado as máquina de emissão do Atestado de Residência (jyūminhyō) e certificado de Registro do Carimbo, será recolhido em 31/Março/2020.

O pedido dos documentos ficará mais prático e fácil, utilizando os serviços de emissão nas lojas de conveniência. Para utilizar as máquinas de emissão, é necessário ter o cartão My Number.

Se você recebeu o cartão provisório e ainda não fez a troca do cartão My Number, faça o seu pedido. Para saber como fazer o pedido, favor entrar em contato com o setor.

**Setor do Cidadão (shimin ka)** ☎ 23-9803

## INFORMAÇÕES E EVENTOS

**Curso de Primeiros Socorros avançado** \*recebe ponto de participação> Dia 8/Setembro. Das 9 ~ 17hs. Corpo de Bombeiro de Ichihara. Aprender técnica e conhecimento para salvar vidas, primeiros socorros, massagem cardíaca, uso de AED... 30 vagas para pessoas acima da idade ginásial. Gratuito. Inscrição até 31/Agosto. ☎22-8117

**Eventos no Parque de Pesca Marinha Original Mark**> **Aula de pesca para pais e filhos**> Dia 7/Setembro. Das 8 ~ 11hs. Vagas para 10 pares (criança do primário e responsável). Necessário inscrição. **Competição de pesca sabiki**> Dia 15/Setembro. Das 6 ~ 12hs. Competição de peso total de peixe pescado. Necessário inscrição. **Aula de pesca** > Dia 28/Setembro. Das 8~11hs. Vaga para 20 pessoas acima do ginásio. Necessário inscrição. Todos os eventos serão gratuitos (entrada no local é cobrado). ☎21-0419

**Fazer acessórios - pais e filhos**> Dia 21 e 22/Setembro. Das 9:00 ~ 12:00hs. No Seishōnen Kaikan. Aprender a fazer broche, colar, pulseira, chaveiro, etc... Para crianças do Primário e responsável. Vagas para 10 pares (criança do primário e responsável). Custa ¥500. Inscrição ☎43-3651

**Aula para fazer pão 3 porquinhos**> Dia 21/Setembro. Das 13:30 ~ 16:30hs. You Hall. Vaga para 10 pessoas de 16 anos ou mais. Custa ¥1,600. Inscrição. ☎25-0125

**Aula de exercício para saúde (total de 5 aulas)**> Início no dia 24/Setembro. Das 10:00 ~ 11:30hs. Nanohana Kan. Vaga para 20 pessoas de 60 anos ou mais. Gratuito. Inscrição. ☎92-1481

**Aula de cozinha para estender a longevidade com saúde**> Dia 18/Setembro. Das 10:00 ~ 13:30hs. Nanohana Kan. Vaga para 25 pessoas de 60 anos ou mais. Custa ¥700. Inscrição. ☎92-1481

**Aula de Shape Up (total de 6 aulas)**> Início dia 6/Setembro. Das 14:00 ~ 16:00hs. Z.A Budōjō. Vaga para 25 pessoas de 18 anos ou mais. Custa ¥2,700. Inscrição. ☎41-9825

**Aula de cozinha na Ichihara Festa do Meio Ambiente** > Dia 21/Setembro. (1)Das 10:30 ~ 12:00hs. (2) Das 13:00 ~ 14:30hs. Kokubunji Kōminkan. Aprender sobre o hábito alimentar saudável e fácil com tempero, alimentos e arrumação da cozinha de forma ECO. Vaga para 15 pessoas/vez (criança do 3ª ano primário ou abaixo necessita vir acompanhado de responsável). Gratuito. Inscrição até 30/Agosto. ☎23-9053

