



Ichihara

Informação Pública (広報いちはら)

No: 1519

01/09/2018

PORTUGUÊS

Edição Português: No 264

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
Consultas Gratuitas ao cidadão	2
Dia do Esgoto Canalizado.....	3
Em caso de Calamidade – atitude calma.....	3
Instalação de Ar Condicionado nas Escolas.....	3
Prevenção de Enfraquecimento Geral.....	4
Prevenção de Emergência e Primeiro Socorro.....	4
Eventos e Informações.....	5



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 0120-36-2415

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)

PLANTÃO MÉDICO - DOMINGO E FERIADO

Horário: 9:00 ~ 17:00

SETEMBRO	Clínica	☎
2	C. Tamura (Kōfūdai) *Geral	36-5800
	C. Takaoka (Anesaki Nishi) *Cirurg	62-0036
	C. Dermato Takematsu (Goi Chōō Higashi)	25-1205
9	C. Nishioka (Chiharadai Higashi) *Geral	50-5855
	C. Ortop.Cirurg Yamakoshi (Saihiro)	25-1559
	C. Dermato Imai (Nishi Goshō)	24-3377

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 .

CONSULTAS AO CIDADÃO

(市民相談コーナー Shimin soudan corner)

Veja os serviços de consultas gratuitas, prestados pelo Município. Alguns locais fazem a consulta diretamente sem reserva ou consulta por telefone. E outros locais são necessários reserva, que podem ser feitas um dia antes (dia útil) da consulta, a partir das 13hs. Os casos que estão em processo de arbitragem (choutei) ou em julgamento (saiban) não podem ser consultados.

Consulta em geral (ippan soudan): Consulta sobre a administração municipal, sobre assuntos pessoais em geral. De 2ª a a 6ª feira. Das 9 às 16hs. Dirigir-se à Sala de Consulta ao cidadão (Shimin Soudanshitsu) ou por ☎23-9808.

Consulta sobre Leis (houritsu soudan): Causas de direito civil, acusação criminal. De 3ª feira e 5ª feira. (Exceto dia 6 e 20/Setembro). Atendimento 20 min./pessoa. Das 9:30 às 15:30hs (27/Setembro o horário é das 14:00 às 19:00hs). Fazer reserva. ☎23-9808.

Consulta sobre Preocupação de Direitos humanos (jinken komori soudan): Consulta que envolve preocupações relacionados à discriminação na forma de tratamento, humilhação, perseguição e outros. De 2ª feira (Exceto dia 17 e 24/Setembro). Das 10:00 às 15:00hs. Dirigir-se à Sala de Consulta ao cidadão (Shimin Soudanshitsu). ☎23-9808.

Consulta sobre Administração (gyousei soudan): Consulta sobre reclamação e pedido em relação aos serviços do País ou de pessoa jurídica. Dia 19/Setembro. Das 10 às 15hs. Dirigir-se à Sala de Consulta ao cidadão (Shimin Soudanshitsu). ☎23-9808.

Consulta Imobiliária (fudousan soudan): Consulta sobre transação de imóveis, compra e venda, arrendamento. Dia 14/Setembro. Das 10 às 15hs. Fazer reserva. ☎23-9808.

Consulta Tributária (zeimu.kokuzei soudan): Consulta sobre declaração e pagamento de impostos. Dia 21/Setembro. Das 10:00 às 15:00hs. Fazer reserva. ☎23-9808.

Consulta sobre Construção (kenchiku soudan): Consulta sobre construções em geral. Dia 28/Setembro. Das 10 às 15hs. Dirigir-se à Sala de Consulta ao cidadão (Shimin Soudanshitsu). ☎23-9808.

Consulta sobre Habitação (jyuutaku.zouchiku.kaichiku soudan): Consulta sobre ampliação, reforma e reconstrução da moradia. Dia 26/Setembro. Das 10 às 15hs. Dirigir-se à Sala de Consulta ao cidadão (Shimin Soudanshitsu). ☎23-9808.

Consulta sobre Autorização, Herança, Registro de Imóveis (kyoka.souzoku.fudousan touki soudan): Consulta sobre documentação e entrada desses documentos, limite territorial e outros. Dia 12/Setembro. Das 10 às 15hs. Fazer reserva . ☎23-9808.

Consulta sobre Acidente de Trânsito (koutsuu jiko soudan): Consulta sobre proporção de erro, responsabilidade de indenização, acordo extra-judicial. De 4ª e 6ª feira. Das 9 às 16hs. Dirigir-se à Sala de Consulta ao cidadão (Shimin Soudanshitsu) ou por telefone. ☎23-9808.

Consulta sobre Casamento (kekkon soudan): Inscrição no registro dos interessados ao casamento, apresentação de candidato. De 3ª e 6ª feira (Exceto dia 21/Setembro). Das 9 às 16hs. Fazer reserva ☎23-9808.

CONFIRA O VISUAL DO SITE ICHIHARA

Com 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, à direita, clicar **multilingual**. Na página que aparecer clicar **Koho Ichihara**. Clicar o idioma desejado.

10/SETEMBRO- DIA DO ESGOTO CANALIZADO

(9月10日は下水道の日 9gatsu touka ha gesuidou no hi)

Cuidados no dia a dia:

- 1) Vamos utilizar o esgoto de forma correta> ■ Não escargue no banheiro papel insolúvel em água, nem fralda de papel, etc... ■ Não jogue no ralo da pia ou do chão, óleo de comida e derivados, nem pedaços de verduras e frutas, nem óleo diesel, nem gasolina. ■ Checar e fazer limpeza periódica do encanamento de esgoto.
- 2) Na região onde possui esgoto público, a lei obriga que seja instalado a canalização de esgoto para despejo da água suja. E se fizer a obra de conexão dentro de 3 anos após a área se tornar de utilidade de esgoto, existe o benefício para ajudar no custo da obra de instalação.
- 3) Vamos pagar a taxa de uso do esgoto dentro do prazo> A taxa de uso é para manutenção das instalações de esgoto e construção de novas canalizações. O pagamento pode ser feito utilizando o boleto de aviso de fornecimento ou débito direto na conta do banco.
- 4) Visita para conhecer as instalações de esgoto> O local de tratamento de água do esgoto em Matsugashima recebe visita. Para quem tem interesse em conhecer o processo de tratamento, fazer reserva ☎23-0611.

Setor Administrativo de Canalização do Esgoto ☎23-9043



ATITUDE CALMA QUANDO OCORRER UMA CALAMIDADE

(災害発生時は落ち着いた行動を Saigai hasseiji ha ochitsuita kōdō wo)

No caso de uma calamidade de grande escala, voltar para casa se torne complicado por causa do trem ou ônibus que para de funcionar.

E muitas pessoas começando a voltar ao mesmo tempo, há a possibilidade de se ferir por causa de incêndio ou de queda de objetos dos prédios e construções, interferindo nas atividades de emergência e de socorro.

Assim que garantir a sua própria segurança, ■ Pare para ficar no local de trabalho ou numa instalação, num local seguro; ■ Verificar a segurança através dos serviços de recado em caso de calamidade; ■ Obter informações de trânsito e informações de danos.

Deixar preparado, ■ Carregar sempre consigo o celular e o carregador; ■ Ter preparado um tênis, lanterna, luvas, água para beber, comestível, etc...; ■ Deixar combinado em família a forma como vão verificar a segurança um do outro, o local de encontro, etc....

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



Instalação de ar condicionado nas escolas primárias e ginásio

Com o calor intenso nos últimos anos, o ambiente escolar piorou e aumentou os casos de desidratação. A pedido dos cidadãos e aprovado pela Câmara Municipal, até o verão do ano que vem, será instalado ar condicionado em todas as escolas do primário e ginásio. Serão 41 escolas primárias e 22 escolas ginásias, num total de 950 salas comuns. O início das instalações será no ano 2019.

☎23-98346

PREVENÇÃO DE ENFRAQUECIMENTO DA SAÚDE GERAL (frailty)

(フレイル予防 Fureiru yobō)

Uma fase intermediária entre o estado de saúde e o estado de cuidado, está o que chamam de fureiru (Frailty→enfraquecimento).

Com esforço de prevenir esse enfraquecimento geral (físico, mental e social), a cidade de Ichihara em 1/Agosto concluiu o acordo de colaboração da Universidade de Tokyo.

É dito que uma das causas desse processo de enfraquecimento geral é a redução da capacidade física, capacidade mental e a redução do peso, que faz sentir que se cansa facilmente, ou que a velocidade para caminhar está mais lenta.

Prevenindo numa fase inicial é possível prevenir o avanço desse estado, fazendo voltar ao estado saudável. Faça o teste abaixo, na pantorrilha (batata da perna) e veja o seu nível de saúde.



O círculo com os dedos não fecha



O círculo fecha



Sobra espaço no círculo fechado

É alta a possibilidade de estar com a musculatura suficiente.

Continuar com a manutenção

É possível que a musculatura esteja

reduzida

A manutenção do nível de musculatura é importante para dar continuidade à vida independente. Faça a revisão do seu costume de vida diária nos 3 pontos: [nutrição> alimentação e funções bucal], [movimentos físicos], [participação social].

Centro de Saúde (Hoken Center) ☎23-1187

PREVENÇÃO DE EMERGÊNCIA E PRIMEIRO SOCORRO

(予防救急と応急手当 Yobō kyūkyū to okyū teate)

Tem aumentado o número de chamada de ambulância. 54% são chamadas de idosos com idade acima de 65 anos. E a porcentagem de chamada em idade infantil comparando com o número populacional dessa fase infantil, é alta.

Quando chamar o [119]: forte dor de cabeça repentina; a cor do rosto é visivelmente ruim; não consegue falar direito; de repente não entra força nas mãos e pernas; não tem resposta nem reage; dificuldade para respirar; dor no peito como se fosse aperto; vômito ou diarreia com sangue.

Como prevenir situação de emergência de idoso. É necessário a colaboração de todos ao redor e da família. Checar os locais onde mais ocorre acidentes de queda: não deixar extensão de fio esticado transversalmente no quarto; eliminar os degraus e desnível no piso (procurar deixar piso plano); nos degraus de escada ou no corredor não deixar coisas, colocar corrimão, colocar material anti derrapante; no local do banho, colocar tapete anti derrapante; no jardim evitar usar sandálio, usar sapato resistente e seguro. Sufocação com comida: diminuir a quantidade de comida que põe na boca, usando colher pequena; não comer assistindo TV; optar por comida pastosa ou semi sólido; após a refeição não deixar deitado, levantar a parte de cima do corpo por 2 horas; escovar os dentes.

Como prevenir acidente infantil: não deixar ao alcance de crianças, objetos no tamanho que passa dentro do rolo de papel higiênico (abaixo de 39mm de diâmetro); não deixar sobrando água quente na banheira; não deixar a criança entrar sozinha.

Setor de Segurança e Emergência (keibō kyūkyū ka) ☎ 22-8117

EVENTOS E INFORMAÇÕES

Venda de cadeira numerada para assistir eventos de palco na Festa da Cidade > Para evento do dia 30/Setembro. Das 17:15hs ~ 20:00hs. São 500 cadeiras. ¥ 1,000/ cadeira. Início das vendas em 11/Setembro. Se houver cadeiras vagas, no dia do evento será anunciado a venda. ☎ 23-9755

Competição de Melhor sabor de Figo de Ichihara > A plantação de figo em Ichihara teve início no final da era Meiji. O sabor do figo de Ichihara é conhecido por todo o Japão. Dando continuidade ao conteso do ano passado, este ano ocorrerá no dia 15/Setembro. Das 11:00hs~15:00hs. Em Goi A Mart (Goi 2334). As primeiras 20 pessoas experimentarão e julgarão o melhor figo. Participação gratuita. Dirigir-se diretamente ao local. ☎ 36-4187

