



Ichihara

Informação Pública (広報いちはら)

No: 1522

15/10/2018

PORTUGUÊS

Edição Português: No 267

Tradução: Ichihara Shi Kokusai Kouryuu Kyoukai ☎ 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 |
| Dia Mundial da Diabete..... | 2 |
| Dia dos Dentes Saudáveis..... | 2 |
| Body Care e Fitness pós parto..... | 2 |
| Semana do livro..... | 2 |
| Demência – Suporte ao doente e família..... | 3 |
| Eventos e Informações..... | 3 e 4 |



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) Pediatria (Shounika) | De 2ª ~ Sábado | 20:30~23:30hs |
| | Domingo e Feriado | 9:00~17:00hs 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

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-Inicio ano)

PLANTÃO MÉDICO - DOMINGO E FERIADO

Horário: 9:00 ~ 17:00 hs

| MÊS | Clínica | ☎ |
|-----|-----------------------------------------------|---------|
| 10 | C.Kamo (Yorou) *Geral | 98-1177 |
| | C.Kikuma (Kikuma) *Geral | 43-3025 |
| | C. Urologia Kuramochi (Kikuma) *Geral | 40-8571 |
| 21 | C. Geral Tokumasa (Goi Chōō Higashi) | 22-5500 |
| | C. Tatsumidai (Tatsumidai Higashi) * Geral | 76-8800 |
| | C. Oftalmo Kōfūdai (Nakatakane) | 95-6601 |

Confirmar se não tem alteração ☎ 22-0101

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 .

DIA MUNDIAL DA DIABETE

(世界糖尿病デー Sekai tounyoubyou day)

Dia 14/Novembro é o dia mundial da Diabete. De 12 a 18/Novembro é a Semana Nacional da Diabete. No Japão a diabete é uma das maiores doenças causadas pelo estilo de vida.

A aparecimento da diabete está diretamente ligada com o estilo de vida que se leva (idade, obesidade, comer demais, falta de exercício físico, cigarro, stress, doença periodontal, etc.). Aproveitando a oportunidade, faça o exame de saúde e de acordo com o resultado, faça uma revisão no costume de vida.

Dia dos Dentes Saudáveis

(いい歯の日 - Ii ha no hi)

Fortalecendo a musculatura em volta da boca, faz comer com segurança e saudavelmente, ativa o cérebro, a expressão facial é de disposição, a língua melhora, e o corpo todo de forma geral (físico, mental e social) fica saudável, levando à longevidade.

Com dentes bons, vamos mastigar bem.

Visita para tratamento dentária

(Houmon Shika Shinryou)



Visita em casa ou instituições de cuidados. Destinado aos idosos, às pessoas com deficiência física, com dificuldades para se locomover até o dentista.

Para cuidados bucal, para acerto de dentadura, etc...

Fazer pedido durante o dia da semana, das 10hs às 12hs (exceto feriado) ☎ 23-7755. Maiores informações no Hoken Center ☎ 23-1187.

SAÚDE PÓS PARTO - 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 15 e 21/Novembro. Das 9:30 ~ 12:00hs. Hoken Center. Exercícios com balance ball, auto cuidado, etc. Para mães cujo bebê nasceu em Agosto/2018. 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 29/Octubro. ☎ 23-1215



SEMANA DO LIVRO NO OUTONO

(秋の読書週間 Aki no dokusho shuukan)

De 27/Octubro a 11/Novembro é a semana do livro. Vários eventos estarão sendo realizados na Biblioteca: Reparação de livros e encapamento; Apresentação de livros lidos e que continuarão sendo lidos por novas gerações; Reciclagem de livros; Marionetes e conversação; Apresentação de filmes e outros.

Fazendo leituras de livros para a criança ouvir, a criança desenvolve: capacidade para dar importância a si mesma; estimula a capacidade de concentração e inteligência criativa; estabilidade emocional; desenvolvimento da capacidade imaginativa e capacidade de expressão. ☎ 23-4946

SUORTE AO DOENTE E FAMÍLIA - DEMÊNCIA (ninchishō)

(認知症サポーター Ninchishō supporter)

É previsto que no ano de 2025 terá aproximadamente 16,000 casos de idosos com demência.

A cidade de Ichihara está preparando pessoas para darem suporte ao familiar e ao portador de demência. É necessário participar de curso para compreender corretamente a demência, e entender o sentimento do portador e da família. Até 1/Agosto deste ano já somam mais de 16,000 pessoas que dão suporte.

Curso Individual> Dia 10/Novembro. Das 14:00~15:30hs. ANESSA. 50 vagas. Gratuito. Inscrição até 6/Novembro.

Curso Grupal> Grupo acima de 5 pessoas. Gratuito. Entrega de Curso. Pedido até 1 mês de antecedência.

Setor de Desenvolvimento de Cuidados inserido na Região ☎23-9053

(chiiki houkatsu care suishin ka)

EVENTOS E INFORMAÇÕES

SpoRec Park - Treinamento de Rugby > Para a competição Super Rugby 2019, onde 15 times de 5 países como Nova Zelândia, Austrália, etc participam, os treinamentos ocorrerão em Ichihara, no SpoRec Park. Início em 14/Janeiro/2019. O time que representa o Japão no World Cup é o Sunwolves, e será o primeiro time a treinar no campo de Ichihara. ☎23-9872

Período de caça > O período de caça vai de 15/Novembro até 15/Fevereiro/2019. Para evitar acidentes que têm ocorrido, os caçadores deve manter as normas de segurança para caçar. E as pessoas que trabalham em montanhas devem procurar usar roupas vistosas e chamativas, usar rádio portátil para emitir som, barulho, para evitar acidentes nesse período de caça. ☎23-9867

Repartições do Sun Plaza fechado> A repartição estará fechado para limpeza periódica. No dia 27/Outubro. ☎24-1151

Inscrição aberta para interessados em abrir barraca na feira livre de Goi Ooichi> Dia 1 e 2/Dezembro. Das 10~17hs. Parque Nashi no Ki. Custa ¥10,000 (espaço de 3.6mX2.7m). 50 vagas. Inscrição. ☎22-4305. (haverá sorteio no caso de muitas inscrições).

Colabore na Pesquisa sobre a Criação dos Filhos > Ichihara visa construir uma sociedade onde as crianças possam crescer com saúde. E para formular o [Plano Ichihara Criança Futuro] , realizará uma pesquisa para saber a situação de uso dos serviços de apoio às crianças. No início de Novembro está previsto o envio para as famílias com crianças. O envio será pelo correio, para as famílias escolhidas aleatoriamente. Colabore na pesquisa. ☎23-9802

Aumento do valor do Salário Mínimo da Província de Chiba> Apartir de 1/Outubro, o valor do salário mínimo da Província de Chiba subiu ¥27, passando a valer ¥895. As Empresas não podem pagar para o trabalhador, salário abaixo desse valor. ☎043-221-2328

Observação de Árvores Gigantes> Dia 09/Novembro (se chover será adiado para dia 14). Das 9 às 15hs. Ponto de encontro na prefeitura. Observação de árvores gigantes e vegetação ao redor da região de Anesaki. 30 vagas (primário deve vir acompanhado de responsável). Gratuito. Inscrição até 24/Outubro. ☎23-9867

Caminhada em família no Vale Yorou (Yorou Keikoku)> Dia 23/Novembro. Das 8:50~15:30hs. 1)Percurso de 12Km (Daifuku Yama . Umegase Teiban →9:05hs e 10:05hs). 2) Percurso de 7Km (Yorou Keikoku Yoritomo Yukari no Chi →11:00hs). 3) Percurso de 4Km (Kiraku ni haikingu. Hashi meguri →11:05hs). Custo de participação ¥400 ienes (idade antes de entrar no Primário é ¥100). Preencher formulário disponível nos Centro Comunitários, Kouminkan, no Web Site , ou no local de entrega na estação de Goi Saida leste em frente ao local de Informação Turística do Kominato Tetsudou (das 6:45hs~9:25hs) ou em frente da estação Yorou Keikoku (das 8:10hs até 10 minutos antes do início da caminhada). O ponto de partida e de chegada de todos os percursos será na Estação Yorou Keikoku. Participar com roupa de caminhada, trazer lanche, capa de chuva, carteira de saúde. Informações sobre a realização do evento no dia ☎23-9851

Aula de dança para bebê > Dia 5/Novembro. Das 10~11:30hs. Sun Heart. Gratuito. Para crianças de 3 meses até 2 anos e responsável. Vagas para 15 criança/responsável. Gratuito. Inscrição ☎37-7100

Bazar da Amizade> Atividade de fechamento do ano. Vários locais. [Shizu Kouminkan](#) • [Yuushuu Kouminkan](#) →Dia 28/Outubro. Das 10~12hs. [Chiharadai Community Center](#)→Dia 4/Novembro. Das 9:30~14:00hs. [Sanwa Community Center](#)→Dia 4/Novembro. Das 10~12hs. [Nansou Kouminkan](#)→Dia18/Novembro. Das 9~11hs. [ANESSA](#)→ Dia 23/Novembro. Das 10~12hs. [Tatsumi Kouminkan](#)→Dia 25/Novembro. Das 10~15:00hs. ☎24-0011

Aula de caminhada nórdica> Dia 22 e 29/Outubro. Das 13:30~15:00hs. Ichihara SpoRec Park. Caminhar utilizando par de bastões. 20 vagas para principiantes. ¥700ienes. Aluguel dos bastões custa ¥200ienes . Inscrição ☎41-3115

Fazer Pipa- Pais e filhos (total 2 aulas)> Início em 24/Novembro. Das 9~12hs. Sei Shounen Kaikan. 10 vagas para pais / crianças do primário. ¥300ienes. Inscrição ☎43-3651

Aula de Yoga (total 10 aulas)> Início em 8/Novembro. Das 10 ás 11hs. ANESSA. Yoga para nível médio. 15 vagas para idosos acima de 60 anos (morador em Ichihara). Gratuito. Inscrição ☎62-8601

