



Ichihara

Informação Pública (広報いちはら)

No: 1512

15/05/2018

PORTUGUÊS

Edição Português: No 257

Tradução: Ichihara Shi Kokusai Kouryuu Kyoukai ☎ 23-9826

(Associação de Intercâmbio Internacional da Cidade de Ichihara)

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

ÍNDICE

Centro de Emergência. Enfermidade Repentina....	1
Plantão Médico no Sabado / Domingo.....	1
Consulta sobre Saúde.....	1
Consulta sobre Alimentação.....	2
Dia Mundial dos Não Fumantes.....	2
Semana da Saúde Bucal.....	2
Vacina Preventiva para Idoso.....	2
Informação sobre Criação dos filhos.....	2
Revisão do valor do Seguro Saúde.....	3
Treinamento de Refúgio - desmoronamento.....	4
Informação e Eventos.....	4 e 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
	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.

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

MAIO	Clínica	☎
20	C.Nishioka (Chiharadai Higashi) *Geral	50-5855
	C.Neuro Cirurg. Koide (Aoyagi)	21-2960
	C.Otorrino Laringo Ichihara (Uruido Minami)	76-8088
27	C. Goi Chūō (Goi Chūō Higashi) *Geral	23-3737
	C. Orto. Cirurg. Yamakoshi (Saihiro)	25-1559
	C.Urologia Kuramochi (Kikuma) *Geral	40-8571

Consulta sobre Saúde

(健康相談 Kenkō soudan)

Gratuito. 5 Vagas.Necessário fazer reserva até 3 dias antes da consulta. Hoken Center> Dia 14/Junho e 17/Julho Das 9:15 ~ 11:15hs ; ANESSA> Dia 12/Junho e 10/Julho Das 13:30 ~ 15:30hs; Sun Hearth > Dia 13/Junho Das 13:30 ~ 15:30hs; Nanohana Kan > Dia 29/Junho e 20/Julho Das 13:30 ~ 15:30hs.

☎23-1187 FAX 23-1295

Consulta sobre Alimentação

(食事相談 Shokuji Soudan)

No Hoken Center. Dias: 4/Junho, 26/Junho, 5/Julho, 26/Julho.

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

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

31/Maio - Dia Mundial dos Não Fumantes

A fumaça do cigarro aceso absorvido pelo fumante passivo possui um maior nível de toxicidade do que a fumaça diretamente absorvido pelo fumante.

Uma das influências da fumaça do cigarro em crianças: ♀ torna suscetível a ter asma, ♂ é uma das causas da síndrome de morte súbita em bebês.

Pense a respeito e procure se informar. O Centro de Saúde pode indicar as instituições médicas e métodos para deixar de fumar.

☎23-1187

Semana da Saúde Bucal

(歯と口の健康週間 Ha to kuchi no kenkō shūkan)

De 4 a 10/Junho é a semana de Saúde dos dentes e boca.

A cidade continua com a prevenção de cáries, recomendando o bochecho com flúor e o uso de fluoreto. E para evitar doenças periodontal recomenda-se escovar os dentes pelo menos 1 vez por dia, com cuidado e sem pressa.

☎23-1187

Vacina Preventiva para Idoso

(任意高齢者用肺炎球菌予防接 NinI koureisha you haien kyūkin yobō sesshu)

Para idosos acima de 65 anos que ainda não foram vacinados para prevenção do Streptococcus Pneumoniae (bactéria que causa pneumonia, meningite e outros).

Custa ¥4.000 (é gratuito para pessoas isenta de imposto municipal e pessoas que recebem ajuda de vida. Necessário apresentar documentos.)

Local: Instituições médicas da cidade que colaboram com o programa.

Necessário fazer pedido. ☎23-1187 FAX 23-1295

Informação Sobre Criação dos Filhos (子育てネウボラ日より Kosodate Neuvola Dayori)

Telefone para Reserva de Consulta : 23-1215 Sarashina 5-1-27

Programa de Junho e Julho

Aula para Pré Mamã (プレママ教室 Pre Mama Kyoushitsu) . Para as grávidas de 1ª gestação. ※É necessário fazer reserva ☎23-1215 até 10 dias antes da aula. Gratuito. 30 vagas. Das 9:00 às 12:00hs. Pode participar até 1 pessoa da família. Parto previsto para Setembro / Outubro → Dia 17/Junho. Parto previsto para Outubro / Novembro → Dia 15/Julho .

Cozinha Materna (マタニティクック Maternity Cook), para gestantes . 10 vagas. 400 ienes. Das 10:00h ~ 13:30h. Parto previsto para Setembro / Outubro → Dia 8/Junho ※É necessário fazer reserva até 29/Maio . Parto previsto para Outubro / Novembro → Dia 12/Julho ※É necessário fazer reserva até 3/Julho.

Sala de Aula sobre Alimentação do Bebê no período de Desmame (離乳食教室 RiNyuuShoku Kyoushitsu), Bebês de 10 meses e responsável. 10 vagas. Gratuito. Horário : 10:00h ~ 11:30h. Crianças que nasceram em Agosto de 2017 > Dia 12/Junho ※É necessário fazer reserva até 5/Junho. Crianças que nasceram em Setembro de 2017 > Dia 13/Julho ※É necessário fazer reserva até 6/Julho.

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).

No Hoken Center. Dia 20/Junho, 27/Junho. Das 9:30 às 12:00hs. Para mãe e bebê que nasceu em Março/2018. 14 Vagas sorteadas. 500 ienes. Exercícios com balance ball, cuidados pessoais, etc... ※É necessário fazer reserva até 31/Maio. ☎ Não é permitido a participação de irmãos, de pessoas com restrição de exercícios, e gestantes. E pessoas em tratamento necessita de autorização médica.

Kosodate Neuvola Center ☎23-1215

REVISÃO DO VALOR DO SEGURO NACIONAL DE SAÚDE

(国民健康保険料を改定 Kokumin kenkō hokenryō no kaitei)

Toda pessoa que não recebe ajuda de vida ou que não está inscrito no Seguro da Empresa (shakai hoken), deve se inscrever no Seguro Nacional de Saúde (kokuhō), e estar em dia com as taxas para receber os benefícios em caso de doença ou ferimento.

Com o aumento da população idoso e com o avanço da tecnologia médica, a despesa médica aumenta a cada ano. Para manter sustentável o serviço médico do cidadão, o valor do Seguro Saúde foi revisado.

O Seguro Saúde inclui o Tratamento Médico (iryō), Apoio (shien) e Cuidado (kaigo). O cálculo do valor do seguro a ser pago por cada pessoa, em cada um desses itens, leva em consideração o número de pessoas inscritas (kintou wari gaku), a taxa percentual da Renda (shotoku wari ritsu) familiar e do principal, de forma que o valor arcado por todos seja igual (byōdō wari gaku). E se a soma total da renda do principal e das pessoas inscritas ficar abaixo da renda base definida, o valor do seguro (kintou wari gaku e byōdō wari gaku) terá uma porcentagem de redução de 20%, 50% .

A nova revisão inclui:

Aumento do valor do Seguro (hokenryou) → Parte de Tratamento Médico > A taxa percentual da Renda (shotoku wari ritsu) → De 6,65% para **6,76%**. O valor considerando o número de pessoas inscritas (kintou wari gaku) → De ¥19,300 para **¥20,800**. O valor arcado é igual para todos (byōdō wari gaku) → De ¥24,900 mantém ¥24,900. Parte de Apoio (shien) ao idoso acima de 75anos > A taxa percentual da Renda (shotoku wari ritsu) → De 2,20% para **2,25%**. O valor considerando o número de pessoas inscritas (kintou wari gaku) → De ¥11,300 para **¥12,000**. Parte de Cuidados (kaigo) > A taxa percentual da Renda (shotoku wari ritsu) → De 2,17% para **2,23%**. O valor considerando o número de pessoas inscritas (kintou wari gaku) → De ¥13,200 para **¥13,900**.

Aumento do valor limite de Imposto (fuka gendo gaku) → Parte de Tratamento Médico > De ¥540,000 para **¥580,000**. Parte de Apoio (shien) > De ¥190,000 mantém ¥190,000. Parte de Cuidados (kaigo) > De ¥160,000 mantém ¥160,000.

Expansão do limite da Renda mínima estabelecida para ser aplicado a redução (keigen shotoku hanni) → O valor da renda para redução de 50% foi alterado de ¥270.000 para **¥275.000** . Para ter a redução de 50% no valor do seguro, é necessário ter a renda abaixo da renda base definida (shotoku kijun) que é calculada seguindo a Fórmula: $¥330.000 + (¥275.000 \times n^\circ \text{ pessoas inscritas})$. E o valor da renda para redução de 20% foi alterado de ¥490.000 para **¥500.000**. Para ter a redução de 20% no valor do seguro, é necessário ter a renda abaixo da renda base definida (shotoku kijun) que é calculada seguindo a Fórmula: $¥330.000 + (¥500.000 \times n^\circ \text{ pessoas inscritas})$.

O Seguro Saúde do ano 2018 aumenta aproximadamente ¥2.911 / pessoa. O conteúdo da revisão e o aviso do valor do seguro será enviado para o principal da família, em meados de Julho.

Setor de Seguro Nacional de Saúde (kokumin kenkō hoken ka) ☎23-9804



SITE ICHIHARA 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.

TREINAMENTO DE REFÚGIO EM CALAMIDADE DE DESMORONAMENTO

(土砂災害避難訓練を実施 Dosha saigai hinan kunren wo jisshi)

Ichihara possui 907 lugares com perigo de desmoronamento (deslizamento de terra). Para reduzir a vítima em caso de calamidade, é importante cada um ter a consciência e ter o preparo com relação a um desastre de deslizamento de terra.

O treinamento ocorrerá em conjunto com a província de Chiba. Dia 2/Junho. Das 8:30 as 12:30hs. Na região de Yūshū – Yūshū Higashi Shōgakkō. Haverá oportunidade de experienciar várias situações e aprender a fazer material de emergência com recursos disponíveis, etc....

Informação de evacuação emitida pela cidade:

- 1) Preparação para Refugiar (避難準備 hinan junbi) → é emitido quando há a previsão de recomendação de refugio (hinan kankoku) ou instrução de refúgio (hinan shiji) em caso de emergência.
 - Se preparar para poder a qualquer momento se refugiar. Idosos e bebês que demoram para se refugiar começam a buscar refúgio.
- 2) Recomendação para Refugiar (避難勧告 hinan kankoku) → é emitido quando é previsto ocorrer vítima por calamidade, e aumenta a probabilidade de ocorrer vítima humana.
 - Refugiar no local de refúgio
 - As pessoas que estão em local baixo, devem rapidamente buscar refúgio em local seguro.
- 3) Instrução de Refúgio (避難指示 hinan shiji) → é emitido quando a situação de calamidade piorou e o perigo de ocorrer vítima de pessoas se tornou maior.
 - Quem ainda não se refugiou, refugiar imediatamente.
 - Situação que sair coloca em risco o perigo de vida, buscar refúgio em local mais seguro do que dentro de casa.

FORMAS DE OBTER INFORMAÇÕES DE EVACUAÇÃO

Transmissão pelo auto falantes públicos / Serviços telefônicos → Quando é difícil ouvir a transmissão emitida pelo auto falante, pode ser ouvido a gravação pelo telefone **0120-899-890**

Dados da transmissão pela TV → Apertar no controle remoto o [botão d] e o display (hyōji)

Envio de E-mail informativos → Para receber é necessário primeiro fazer o registro do e-mail pessoal. Registrar pelo código QR ou enviar uma mensagem para o e-mail t-ichihara@sg-m.jp e seguir as instruções fornecida no e-mail resposta que será enviada.

Web Site → As informações de calamidade são renovadas a qualquer momento.

Twitter → account = @ichihara_city

Setor Administração de Perigo (kiki kamri ka) ☎ 23-9823

INFORMAÇÕES E EVENTOS

Aula de caminhar usando bola (total 2 aulas) > Início em 4/Junho (2ª feira). Das 14 às 15:30hs. Sun Hearth. Para eliminar stress e falta de exercícios. 15 vagas para idosos acima de 60 anos. ¥200 ienes. Inscrição ☎37-7100

Passeio de ônibus de Intercâmbio com cidadão estrangeiro > Dia 10/Junho. Das 8:40hs ~ 16:00hs. Zoológico de Chiba e Museu Kenritsu Chūō . 25 vagas. ¥ 2.000ienes Inscrição até 28/Maio. ✉ ia@city.ichihara.lg.jp ☎23-9826 FAX 21-1720

Dia da Limpeza na Cidade - Colabore!> Dia 3/Junho (domingo). Das 8:30 às 10:30hs * conforme a associações de bairro pode haver alteração. Para manter o ambiente agradável e estimular a beleza da região, a limpeza do lixo jogado na rua, praça, calçada, etc.... ocorrerá em toda a cidade ao mesmo tempo. As latas, vidros, e papéis colocados em saco de lixo separado e conforme determinado pelo município deverá ser colocado até as 11 hs no local de coleta determinado. OBS: (1)A prefeitura distribuirá para as escolas, empresas, e associações de bairro, o saco de lixo para coleta. (2)O lixo será recolhido até o dia seguinte pelo caminhão de coleta de lixo. (3)Não é permitido levar o lixo doméstico. (4)Não será coletado mato. Se fizer podagem de mato, deverá ser levado até o Fukumasu Clean Center.
☎23-9858

Aula de Pesca Marinha para pais e filho > Dia 9/Junho (Sábado). Das 8 às 11:00hs. Parque de Pesca Marinha Original Mark. 10 vagas. Gratuito (a entrada é cobrado). Inscrição ☎ 21-0419

Inscrição para assistir uma aula de Sumō para crianças > Dia 10/Junho. Das 9:00 às 14:00hs. Z.A Budōjō (área de Sumō). Assistir a prática de sumō com orientação dada pelo lutador ativo do quarto Sakagawa, sessão de autógrafos, experimentar [chanko nabe]. 1.800 vagas. Gratuito. Inscrição até 26/Maio. 📧 ichispo2020@nifty.com ☎23-7015

Aula de Massagem para bebê e responsável> Dia 7/Junho. Das 10:00 às 11:30hs. Sun Hearth. Brincando com contacto mãe-bebê, massagem usando óleo. 10 vagas para bebês de 3m~9m e o responsável. ¥200. Inscrição ☎37-7100

Aula de Natação para criança (total 4 aulas)> Início em 3/Junho (Domingo). Das 15 às 16hs. Sun Plaza. 10 vagas para crianças da 1^a ~ 2^a primário (com acompanhamento de responsável). ¥3.500. Inscrição ☎24-1151

Aula de Natação (total 5 aulas)> Início em 3/Junho (Domingo). Das 16:30 às 17hs. Sun Plaza. 10 vagas para pessoas acima de 18 anos. Cross nível inicial. ¥5.000. Inscrição ☎24-1151

3 Grande Festa Beira Mar (rinkai matsuri) > Bingo, shows, brincadeiras, vendas, etc...Anesaki Sangyō → Dia 20/Maio. Das 9:30 ~ 15:00hs. Parque Anesaki e proximidades do Idemitsu Kaikan. Yawata Rinkai Matsuri → Dia 27/Maio. Das 10 ~ 15hs. Parque de Esporte Yawata e Yawata Kōminkan. Goi Rinkai Matsuri → Dia 3/Junho. Das 10 ~ 15hs. Area do Parque de Esporte Ryōkuchi e Ginásio de esporte Rinkai.