



Ichihara

Informação Pública (広報いちはら)

No: 1488

15/05/2017

PORTUGUÊS

Edição Português: No 233

Tradução: Ichihara Shi Kokusai Kouryuu Kyoukai ☎ 23-9826

(Associação de Intercâmbio Internacional da Cidade de Ichihara)

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

ÍNDICE

Emergência e Plantão Médico.....	2
Semana da Saúde Bucal.....	1
Dia Mundial dos Não Fumantes.....	1
Consulta sobre Saúde.....	1
Informação sobre Criação dos filhos.....	2
Check da Saúde Mental.....	2
Consulta sobre Alimentação.....	2
Exame de Saúde Dental.....	3
Revisão do valor do Seguro Saúde.....	4
Sistema de Taxi em grupo – região de Shizu.....	4
Informação e Eventos.....	5



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

Centro de Emergência ☎21-5771

Clin.Geral (Naika)	De 2ª ~ Sábado	20:30~23:30hs
	Domingo e Feriado	9:00~17:00hs
Pediatría (Shounika)	Sábado	20:30~23:30hs
	Domingo e Feriado	9:00~12:00hs
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 8:30hs)

Clínica que funciona no Domingo e Feriado

Horário : 9:00 ~ 17:00

Data	Clínica	☎
21/Maio	C.Yūshūdai (Yūshūdai Nishi) *Maternidade	66-3838
	C. Ortop.Cirurg.Yamakoshi (Saihiro) * Cirurg.	25-1559
	Clín.Goi (Goi Chuuou Higashi) * Cirurg.	24-0077
28/Maio	Clín. Geral Jintendou (Ushiku) * Geral	92-0015
	Clín. Yotsuya (Anesaki) * Geral Cirurg.	62-5151
	Clín.Oftalmo Kiyokawa(Yawata)	41-0982

31/Maio - Dia Mundial dos Não Fumantes

O fumo possui aproximadamente mais de 4.000 tipos de substâncias químicas. Dos quais mais de 200 tipos são prejudiciais e dentro os quais aproximadamente 60 tipos são cancerígenos.

O Centro de Saúde apresenta as instituições médicas e métodos para deixar de fumar. Procure se informar.

☎23-1187

Consulta sobre Saúde

(健康相談 Kenkō soudan)

Gratuito. 5 Vagas.Necessário fazer reserva até 3 dias antes da consulta. De manhã é das 10:00 ~ 11:30hs e de tarde é das 13:30 ~ 15:00hs (Tatsumi Kouminkan é apenas de Manhã). **Nascidos em Fevereiro/2016:** Hoken Center> Dia 9/Junho e 13/Julho Das 9:15 ~ 11:15hs ; ANESSA> Dia 20/Junho e 11/Julho Das 13:30 ~ 15:30hs; Sun Hearth > Dia 10/Julho Das 13:30 ~ 15:30hs; Nanohana Kan > Dia 16/Junho e 21/Julho Das 13:30 ~ 15:30hs. ☎23-1187

Informação Sobre Criação dos Filhos (子育てネウボラだより 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 5 dias antes da aula. . Gratuito. 25 vagas. Das 9:00 às 11:50hs. Pode participar até 1 pessoa da família. Parto previsto para Setembro / Outubro →Dia 18/Junho. Parto previsto para Outubro / Novembro → Dia 16/Julho .

Cozinha Materna (マタニテイクック Maternity Cook), para gestantes . 10 vagas. 400 ienes. Das 10:00h ~ 13:30h. Parto previsto para Agosto / Setembro / Outubro →Dia 14/Junho ※É necessário fazer reserva até 6/Junho . Parto previsto para Outubro / Novembro → Dia 11/Julho ※É necessário fazer reserva até 4/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 2016 > Dia15/Junho ※É necessário fazer reserva até 8/Junho. Crianças que nasceram em Setembro de 2016 >Dia 12/Julho ※É necessário fazer reserva até 5/Julho.

Sala de Aula sobre Alimentação Infantil (育児食教室 Ikuji Shoku Kyoushitsu) . Crianças de 1 ano 8m ~ 3 anos incompletos, que fizeram o exame médico de 1 ano 6 meses. 10 vagas (responsavel/criança) que possui preocupação com a alimentação. 100 ienes. Dia 13/Junho . Das 10:00h ~ 11:30h ※É necessário fazer reserva até 6/Junho.

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). Para mãe e bebê que nasceu em Março/2017. 500 ienes. Dia 23/Junho e 30/Junho . Das 9:30 às 12:00hs. ※É necessário fazer reserva até 29/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

Check da Saúde Mental

(メンタルヘルスチェック Mental Health check)

É possível fazer o check da Saude Mental via PC ou celular pelo Web Site [kokoro no taionkei].

Pesquisar:

Kokoro no taionkei Ichihara Shi

(こころの体温計 市原市)

Kensaku

(検索)

Ou utilize o Código de barra QR



Consulta sobre Alimentação

(食事相談 Shokuji Soudan)

No Hoken Center.

Dias: 5/Junho, 12/Junho, 14/Julho, 28/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



SITE ICHIHARA ACESSO PARA TODOS

Site de Ichihara com acesso para Smart Fone, com texto falado, com tradução para vários idiomas e vários outros sistemas informativos renovados.

Acompanhe o Informativo Ichihara pelo Site.

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

EXAME DE SAÚDE DENTÁRIO

(スマイル歯科健診 Smile shika kenshin)

O período do exame é até 31/Março/2018. ¥ 500 ienes (mãe/criança)

Tipos de Exames: 1) Exame para adultos (otona no smile shika kenshin), destinado para maiores de 20 anos (exceto os idosos a que se destina o exame kouki koureisha shika kōkū kenkō shinsa): questionario e consulta bucal, outros. 2) Exame para gestantes (maternity smile shika kenshin): questionario e consulta bucal, outros. 3) Exame para crianças de 2 anos e responsável (2 saiji oyako no smile shika kenshin): questionário, passar fluor nos dentes, etc (para criança de 2 anos) e questionario e consulta bucal (para o responsável). Ligar diretamente no consultório dentário da Tabela 1.

TABELA 1

TABELA 1					
Área Ichihara		C.Odonto.Kawabata ♥	☎21-4381	C.Odonto.Hatsushiba	☎42-2525
Clín.Odonto.Asano	☎41-0922	Clín.Odonto.Kuramoto	☎41-3443	C.Odonto.Miyayoshi	☎41-6480
Clín.Odonto.Oomaya	☎75-8282	Clín.Odonto.Green ◆	☎41-6447	C.Odonto.Wakamiya	☎42-3444
C.O.Katakura Ichihara	☎41-1184	Clín.Odonto.Kochi	☎74-8211	C.Odonto.Wakamiya Chuuou	☎42-0802
Área Shizu . Chiharadai		Clín.Odonto.Nagano	☎52-4180	C.Odonto.Yamamoto	☎52-1858
Clín.Odonto.Chiharadai	☎75-6480	C.Odonto.Hasegawa	☎75-0872	C.Odonto.Yokota	☎37-3037
Área Tatsumidai		Área Nansou		Área Sanwa	
Clín.Odonto.Earl	☎75-8059	Clín.Odonto.Komiya	☎92-3838	Clín.Odonto.Azusa	☎36-8411
Clín.Odonto.Oikawa	☎74-0868	Clín.Odonto.Tsurumai	☎88-4182	Clín.Odonto.Kagami	☎36-0109
Clín.Odonto.Sakuma	☎74-4968	Clín.Odonto.Nagano	☎95-1640	Clín.Odonto.Matsui ♥	☎36-8207
Clín.Odonto.Kunimoto	☎75-0648	Clín.Odonto.Komiya	☎92-3838	Clín.Odonto.Yutaka	☎36-4618
Clín.Odonto.Takahashi	☎74-1900				
C.Hello Tatsumidai Dental	☎37-2680				
Área Anesaki.Yuushuu		Clín.Odonto.Koike	☎61-1761	Clín.Odonto.Yoshiki ★	☎60-6480
Clín.Odonto.Apple	☎63-0118	Clín.Odonto.Koizumi	☎62-8241	Clín.Odonto.Wataru	☎61-8555
Clín.Odonto.Ono	☎61-4581	Clín.Odonto.Tanaka	☎22-5878		
Clín.Odonto.Kimura	☎62-1241	Clín.Odonto.Nishimaki	☎61-4040		
Área Goi		Clín.Odonto.Saitou	☎25-6632		
Clín.Odonto.Ishiwata	☎22-8800	Clín.Odonto.Satou	☎25-6818	Clín.Odonto.Nashi no Ki	☎37-2998
Clín.Odonto.Itou	☎22-6470	Clín.Odonto.Shirogane	☎24-1234	Clín.Odonto.Honda	☎40-4618
Clín.Odonto.Inaba	☎21-1140	Clín.Odonto.Serizawa	☎25-7800	Clín.Odonto.Matsuda	☎25-2228
Clín.Odonto.Inomata	☎23-6480	Clín.Odonto.Takahashi	☎21-5550	Maternidade Muneta Sala Dentária	☎24-4111
Clín.Odonto.Okamoto	☎24-1184	Clín.Odonto.Tsuneizumi	☎24-0104	Clín.Odonto.Watanabe	☎21-0303
Clín. Kumasan Dental	☎26-3666	Clín. Dental Kurara	☎67-0950		
C.O.Kokubunjidai Senzui	☎41-5151	Clín.Odonto.Nakazawa	☎25-6482		

★Só atende Gestantes ◆Atende Adultos e Gestantes ♥ Só atende Adultos



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.

Para manter sustentável o serviço médico do cidadão, o valor do Seguro Saúde em 2017 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 (hokenryō) → Parte de Tratamento Médico > A taxa percentual da Renda (shotoku wari ritsu) → De 6,51% para 6,65%. O valor considerando o número de pessoas inscritas (kintou wari gaku) → De ¥18,400 para ¥19,300. O valor arcado é igual para todos (byōdō wari gaku) → De ¥24,600 para ¥24,900. Parte de Apoio (shien) ao idoso acima de 75anos > A taxa percentual da Renda (shotoku wari ritsu) → De 2,01% para 2,20%. O valor considerando o número de pessoas inscritas (kintou wari gaku) → De ¥9,500 para ¥11,300. Parte de Cuidados (kaigo) > A taxa percentual da Renda (shotoku wari ritsu) → De 2,33% para 2,17%. O valor considerando o número de pessoas inscritas (kintou wari gaku) → De ¥13,200 para ¥13,200.

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 ¥265.000 para ¥270.000 . 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: $¥330.000 + (¥270.000 \times n^\circ \text{ pessoas inscritas})$. E o valor da renda para redução de 20% foi alterado de ¥480.000 para ¥490.000. 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: $¥330.000 + (¥490.000 \times n^\circ \text{ pessoas inscritas})$.

O conteúdo da revisão será enviado para o principal da família, em meados de Julho.

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

REGIÃO DE SHIZU - PEDIDO DE TAXI em grupo

(市津デマンドタクシーが運行開始 Shizu demando taxi ga unkou kaishi)

Na região de Shizu onde a disponibilidade de horário reduzido de transporte público, apartir de Abril os moradores de 18 bairros inscritos na Associação de Bairro (Uruido, Higashi Kuniyoshi, Nara, Nakano, Takakura, etc...) começam a ter o serviço de taxi para levar ate o hospital, para compras, regional de prefeitura, etc...

O horário de funcionamento é de toda semana 2° feira e 4° feira. O taxi irá buscar no horário: 8:00hs, 10:00hs, 12:00hs, 14:00hs. E o horário para levar de volta até em casa é: 11:00hs, 13:00hs, 15:00hs, 17:00hs.

Para usar pela primeira vez tem que fazer o registro e pagar ¥1.000. A taxa por pessoa, varia de acordo com a distância: de ¥500 ~ ¥1.500. Criança abaixo do primário acompanhado da pessoa registrada, não paga o transporte.

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

INFORMAÇÕES E EVENTOS

Observação de Vagalume> Dia 4/Junho (se chover será cancelado). Das 19:00 às 21:00hs. Kokubunji Chuuou Kouen. Ir direto ao local. Gratuito. ☎23-9802

Aula de caminhar usando bola (total 2 aulas)> Início em 5/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

Aula de Futo maki Sushi > Dia 8/Junho (5ª feira). Das 10 às 11:30hs. Nanohana Kan. 15 vagas para idosos acima de 60 anos. ¥1,500 ienes. Inscrição ☎92-1481

Aula de Pilates para bebê e responsável> Dia 5/Junho. Das 10:00 às 11:30hs. Sun Hearth. 10 vagas para bebês lactantes e o responsável. Gratuito. Inscrição ☎37-7100

Curtir a natureza para pais e filhos (total 3) > Início em 10/Junho (sábado). Das 9:30 hs ~ 12:00hs. Nas proximidades de Goi Minami Kaigan e Ichihara Quad no Mori. Observar plantas, bichos, insetos e curtir a natureza. 10 vagas para crianças do primário ~ ginásio (primário precisa vir acompanhado de responsável). Gratuito. Inscrição ☎43-3651.

Dia da Limpeza na Cidade - Colabore!> Dia 4/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 no 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