



Ichihara

Informação Pública (広報いちはら)

No: 1494 15/08/2017 PORTUGUÊS
 Edição Português: No 239
 Tradução: Ichihara Shi Kokusai Kouryuu Kyokai ☎ 23-9826
 (Associação de Intercâmbio Internacional da Cidade de Ichihara)
<http://www.city.ichihara.chiba.jp/>

ÍNDICE

Plantão Médico.....1
 Aula sobre Alimentação Infantil.....1
 Sala de Ginástica.....2
 Apoio ao Portador deficiência.....2
 Ex. Médico Específico e Orientação.....3
 Cuidados Pós Parto.....4
 Proibido fazer queimada em aberto.....4
 Treinamento p/enfrentar calamidade.....5
 Sistema de Ajuda de Prevenção de
 Estrago por Animais Selvagens.....6
 Informação e Eventos.....6

Guia de tratamento médico para as enfermidades repentinas

(急病診療案内 Kyuubyou Shinryou Annai)

Centro de Enfermidades Repentinas ☎ 21-5771

(急病センター Kyuubyou Center)

Clínica Geral (内科 Naika)	Dias da semana (2ª a Sabado) 20:30 ~ 23:30
Pediatria (小児科 Shounika)	Domingo e Feriados 9:00 ~ 17:00 20:30 ~ 23:30
Odontologia (歯科 Shika)	Sábado 20:30 ~ 23:30 Domingo e Feriados 9:00 ~ 12:00

Pronto Socorro Noturno

Horário: 23:30 ~ 8:00hs

No caso de uso, confirmar previamente o Guia telefônico ☎ 22-0101

Clínica que funciona no Domingo/Feriado/Começo do Ano

Horário: 9:00 ~ 17:00hs

Data	Clínica	☎
20/Agosto	Clin.Meguro (Anesaki Higashi) *Geral	62-7755
	Clin.Terashima (Yawata) * Cirurg	41-9981
	Clín.Urologia Kuramochi (Kikuma) *Geral	40-8571
27/Agosto	Clín.Sist.Circulatorio Geral Imai (Yawata) *Geral	37-3355
	Clín.Neuro Cirurg. Koide (Aoyagi)	21-2960
	Clín.Anesaki Hayashi (Anesaki Higashi) *Geral	60-1666

Hoken Fukushi Ka ☎23-9813

Consulta Telefônica de Emergência para Doenças Repentinas da Criança

(こども急病電話相談 Kodomo kyuubyou denwa soudan)

Se o seu filho apresenta de repente alguma alteração na saúde e você não sabe se é melhor levar ao médico ou se dá apenas para ficar em observação, ligue e você terá conselhos e orientações feitas por enfermeira ou médico infantil.

Atendimento todos os dias

Das 19:00 ~ 6:00hs

☎ # 8000 (para telefones push kaisen)

☎043(242)9939 (para outros telefones que não seja tipo push kaisen)

AULA SOBRE ALIMENTAÇÃO INFANTIL

(幼児食教室 Youji shoku kyoushitsu)

Dia 5/Setembro. Das 10:00hs às 11:30hs. Hoken Center. Custa ¥100. Vagas para os 1º s 10 grupos (mãe/criança).

Destinado para as crianças com idade acima de 1ano8m(que terminaram o exame de 1ano6m) até 3 anos incompletos. (Não é permitido a participação de criança que já participaram do programa).

Inscrição até 29/Agosto. ☎ 23-1215



SITE ICHIHARA NOVO VISUAL

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

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)

Início em 22/Setembro (6ª feira). Das 9:30 ~ 12:00hs. Hoken Center. ¥500.

Exercícios com balance ball, auto cuidado, habilidades de comunicação.

Para mães cujo bebê nasceu em Junho/2017. (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).

Vagas para 14 mãe/bebê. Inscrição até 29/Agosto. ☎23-1187

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. As pessoas que já recebem a ajuda não precisam entrar com um novo pedido.

Para solicitar a ajuda, deve preencher e entregar o formulário disponível no Setor de Apoio ao Portador de Deficiência .

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) Necessário trazer carimbo, caderneta de portador de deficiência, caderneta bancária.

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

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 psiquica, 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 psiquica, 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)

EXAME MÉDICO ESPECÍFICO E ORIENTAÇÃO ESPECÍFICA

(特定健診と特定保健指導 Tokutei Kenshin to tokutei hoken shidou)

É destinado a todos os inscritos no Seguro Nacional de Saúde (Kokumin Kenkou Hoken) com idade entre 40 anos e 74 anos (se você está inscrito no Shakai Hoken entrar em contato com a Empresa).

O Exame Médico Específico (Tokutei Kenkou Shinsa) é o exame para prevenir doenças de Costume de Vida como a Síndrome Metabólica que aumenta o perigo de doenças cardiovascular e cerebrovascular.

É considerado Síndrome Metabólica quando há acúmulo de gordura em volta dos órgãos internos e junto apresenta mais de 2 dos problemas: pressão alta (kouketsuatsu), hiperglicemia (alta taxa de açúcar no sangue) (koukettou), anormalidade lipídica (gorduras) (shishitsu ijou) . A medida da cintura é uma das base para saber se é [metabo]: do homem é acima de 85cm e de mulher acima de 90cm. Mas na realidade não dá para saber o acúmulo de gordura em volta dos órgãos internos apenas pelo visual.

Você pode ter a Síndrome Metabólica mesmo não sendo obeso. Você pode não ter sintomas de doença no coração nem nos outros órgãos, mas se o sangue e as veias que irrigam os órgãos apresentam alguma anomalia, pode ocorrer derrame (nousocchuu) ou infarto do miocárdio (ataque cardíaco) (shinkinkousoku). Você pode não estar gordo, mas se possui pressão alta, pode se dizer que as paredes dos vasos sanguíneos estão danificados em função da alta pressão sobre elas.

O Exame Médico Específico consiste em medição dos fatores sanguíneos (açúcar, gordura...) que provocam essas danificações nos vasos, além de pressão sanguínea, medição corporal (altura, peso, medida da cintura), exame de urina, exame médico. Este ano foi acrescentado o exame das funções renais (jinkinou).

A doença renal em decorrência da idade ou do costume de vida, pode se tornar crônica quando a urina sai protéica ou quando as funções renais ficam reduzidas por mais de 3 meses seguidos. No princípio da queda das funções renais, não se tem sintomas visíveis. Porisso faça o exame enquanto tem saúde. Cuide de seu corpo.

Em Abril foi enviado o cupom para o exame que pode ser feito até 30/Novembro nas instituições médicas da cidade ou em grupo no Hoken Center ou Centro Comunitários. O custo do exame é gratuito.

Entrar em contato com o Hoken Center caso não tenha o cupom, ou perdeu ou entrou no Kokumin Kenkou Hoken depois de 1/Abril.

Orientação de Saúde Específica

(特定保健指導 Tokutei Hoken Shidou)

É destinado às pessoas que fizeram o Exame Médico Específico (Tokutei Kenkou Shinsa) e cujo o resultado foi considerado com alto risco de ter ou de começar a ter Doenças de Costume de Vida. O programa de orientação é feito por especialista que montará um programa com meta individual durante o período de 6 meses. O custo é gratuito.



CUIDADOS PÓS PARTO

(sango care jigyō)

Sistema de uso de Instituições como Maternidade (sanfujinka) com leito vago para estadia curta (Short Stay) ou serviço diário (Day Service).

O uso pode ser em forma de estadia de até 6 pernoite 7 dias, ou em forma de diária de até 7 vezes.

Destinado para mãe-bebê de até 2 meses que não podem contar com o apoio suficiente da família e que possui preocupação em relação ao cuidado ao bebê. Conteúdo: orientação relativa a mamentação materna, check da saúde do bebê, entretenimento da mãe, banho do bebê, orientação relativa á mãe-bebê, etc... É necessário fazer o pedido ☎23-1215

Instituição Médica	
Nome	Endereço
Clínica Iijima Mothers	Anesaki 2223
Clínica Maternidade Muneta	Neda 320-7
Clínica Yuushuudai	Yuushuudai Nishi 1-7
Clínica Midsuki *somente diária	Kita Kokubunjidai 2-3-15

Tipo		Família que paga Imposto Municipal	Família isenta de Imposto Municipal	Família que recebe ajuda de vida
Pousada	1 pernoite 2 dia	¥6,000	¥3,000	¥800
	1 dia de prorrogação	¥3,000	¥1,500	¥400
	Parto múltiplo acréscimo /dia	¥400	¥200	¥gratuito
Diária	1 vez	¥2,000	¥1,000	¥200
	Parto múltiplo acréscimo /dia	¥200	¥100	¥gratuito

Kosodate Neuvola Center ☎23-1215

PROIBIDO FAZER QUEIMADA EM ABERTO

(野焼きは禁止です Noyaki ha kinshi desu)

Tem ocorrido reclamações de queimada que causa incômodo na vizinhança pela fumaça que deixa cheiro na roupa do varal, que causa dor e irritação nos olhos e garganta.

Por lei, é proibida fazer queimada ao ar livre.

Folhas, mato, gravetos de árvore, deve ser levado até o local de coleta de lixo queimável. Folhas e mato deve ser colocado em até 2 sacos/vez/residência. E gravetos, galhos de árvore de até 5cm de grossura, deve ser cortado em até 50cm de comprimento e amontoado/amarrado em até 20cm de altura.

A lei permite que os agricultores façam a queima de palha de arroz e debulho do arroz. Mas deve procurar não queimar grande quantidade de uma só vez, verificar o horário, local e a direção do vento ao fazer a queimada.

Setor de Promoção de Limpeza (clean suishin ka) ☎23-9053

TREINAMENTO GERAL PARA ENFRENTAR UMA CALAMIDADE

(総合防災訓練を実施 Sougou bousai kunren wo jisshi)

No terremoto que ocorreu em Abril deste ano, em Kumamoto, com 2 tremores de grau 7, houve deslizamento de terra e muitas casas ficaram desmoronadas, deixando muitas vítimas. No terremoto [Hanshin.Awaji Dai Jishin] que ocorreu em Hiogo ken (Janeiro/1995), muitas casas ficaram desmoronadas e muitas vítimas soterradas. 95% das vítimas que se salvaram procuraram refúgio com suas próprias forças e com ajuda e cooperação de família e vizinhos.

Não se sabe quando e onde ocorrerá um terremoto. Porisso é importante deixar preparado para uma eventual calamidade. Num terremoto de grande escala e com desastre em uma área ampla, a ajuda pública realizada pelo corpo de bombeiros, polícia, exército demora para chegar nos locais. E até chegar essa ajuda, os primeiros socorros são importantes. E a colaboração mútua entre os vizinhos e família pode reduzir o número de vítimas.

Neste ano o treinamento de refúgio (dividir em grupo os refugiados, o representante de cada região fazer a rota de refúgio, treinar o gerenciamento do local de refúgio) ocorrerá no dia 2/Setembro na Escola Primária Shitou (região de Shizu). Das 9:00hs~12:30hs. E o treinamento para habilitação (treinamento de refúgio, coleta de informações, treino de transmissão de informações, 1º socorro de emergência, treinamento de como apagar princípio de incêndio, treinamento de resgate e de ajuda realizado com as equipes de socorro das entidades públicas. Ocorrerá no dia 3/Setembro na região central) e nas demais regiões conforme lista: **Kamo**→Kamo Gakuen; **Anesaki**→Aobadai Shougakkou; **Ichihara**→Ichihara Shougakkou; **Goi**→Goi Shougakkou; **Sanwa**→Koufuudai Shougakkou; **Tatsumidai**→Tatsumi Kouminkan, Tatsumi Higashi Shougakkou, Shirawata Shougakkou, Tatsumidai Chuugakkou; **Nansou**→Ushiku Shougakkou; **Yuushuu**→Yuushuu Nishi Shougakkou; **Chiharadai**→Shimizudani Shougakkou.

LISTA DOS PREPARATIVOS DE CASA PARA ENFRENTAR UMA CALAMIDADE

- TV e armários estão fixados
- Os vidros estão com filme protetor para evitar estilhaços
- No dormitório tem preparado lanterna, apito, chinelo
- Está preparado o saco com material de emergência para levar
- Está preparado a pilha de sobressalência para o rádio e celular
- Está preparado o estoque de comida e água para pelo menos 3 dias de refúgio
- Possui o remédio que toma preparado para mais de 1 semana
- Verificou e andou no percurso para ir ao local de evacuação e de refúgio
- Tem definido com a família a forma de contato e o local para encontro de todos
- Tem registrado o e-mail para receber as informações, possui o rádio prevenção de calamidade

Quando não conseguir ouvir as informações transmitidas nos auto falantes espalhados pela cidade, ligue FREE DIAL **0120-899-890**.

O conteúdo da transmissão poderá ser ouvida.

Alguns telefones com início 050 não conseguem utilizar o sistema.

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

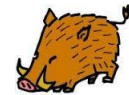
SISTEMA DE AJUDA PARA PREVENÇÃO DE ESTRAGO CAUSADO POR ANIMAIS SELVAGENS

(有害獣用防護柵の設置希望箇所 Yuugaijuu youbougo saku no secchi kibou kasho)

A Prefeitura está recebendo os pedidos (para o ano de 2018) dos agricultores que desejam instalar a cerca para prevenção dos animais selvagens como javali, macaco e outros que teem causado um problema sério afetando profundamente a produção agrícola.

Para receber o benefício é necessário preencher todos os requisitos determinado pelo Sistema de ajuda. Agricultores interessados favor procurar informações no site da cidade, (fazer download) preencher e entregar o formulário de pedido até 29/Setembro. O benefício cobre até metade da despesa do material.

Setor de Promoção Agrícola Florestal ☎36-4187



INFORMAÇÕES E EVENTOS

Cartão de tranquilidade do idoso> Está sendo distribuído gratuitamente, para idosos acima de 65 anos. Para carregar no dia a dia e em caso de emergência como acidente, doença, etc...a família e a instiuição médica possa ser comunicada. Distribuído no setor de apoio ao idoso (koureisha shien ka), e regionais da prefeitura.

☎23-9814

Cerimônia para comemorar a longevidade> Para idosos nascidos antes de 1/Abril/1943. Interessados em participar e que não fazem parte da Associação de Bairro, fazer inscrição até 8/Setembro. Locais da cerimônia: Região de Chigusa/Wakaba/Ichihara/Wakamiya/Shisai/Yorou/Kaijou/Koufuudai/Teraya→nas próprias associações de bairro. Outras regiões ocorrerá em dias variados e locais específicos variados. Informação e inscrição ☎23-9814

Experenciar um dia de estudo no exterior> Na província de Chiba, Ichihara é a primeira cidade a realizar o experimento na escola, voltado para os alunos do 5º ano primário. Cronograma de 1 dia em atividade escolar, falando apenas o idioma inglês. Para preparar as crianças para a globalização, fortalecendo a comunicação através da conversação, escrita, leitura e audição.

Eventos no Parque de Pesca Marinha Original Mark> No período de Setembro e Outubro o horário de funcionamento será das 6:00 ~ 19:00hs. E não haverá dia fechado de folga. **Aula de pesca para pais e filhos**> Dia 2/Setembro. Das 8 ~ 11hs. 10 pares (criança do primário e responsável). Necessário inscrição.

Competição de pesca sabiki> Dia 10/Setembro. Das 6 ~ 12hs. Competição de total de peso de peixe pescado. Dirigir-se diretamente ao local. Inscrição até as 8hs. **Aula de pesca no dia do cidadão**> Dia 16/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

Cerimônia de 100 anos de Kominato Tetsudou> Aberto ao público o trem fabricado em 1914 [KIHA 5800]. Dia 27/Agosto. Das 9 ~16hs. Matriz Kominato Tetsudou. Dirigir-se diretamente ao local. Venda de ingresso comemorativo de 2 tipos (1,500 ingressos de cada tipo). Ingresso ¥140 (menor de primário é gratuito). Terminando os ingressos, haverá bilhete numerado de entrada. ☎21-6771

Seminário de Intercâmbio sobre China- Harupin> Dia 10/Setembro. Das 10~12hs. You Hall. 50 vagas. ¥200. Inscrição até 30/Agosto. FAX 23-7252 ✉ iaa@city.ichihara.lg.jp ☎23-9826