

# português ⑦



Informativo mensal "Konan" de julho de 2008

Prefeitura de Konan

広報こなん ポルトガル語 2008年7月



## CONTEÚDO

cartões de benefício médico especiais  
regras de separação do lixo  
impostos  
segurança no trânsito  
informações do centro de reciclagem  
Koukan Guinkou  
consultas  
informações dos centros de reciclagem  
homepage da cidade de Konan em português

Flor de Íris em Shimoda

### **[informativo mensal "Konan" de português, de espanhol]**

#### **locais dispostos do informativo**

prefeituras, repartições da prefeitura, centro de saúde, salas de curso de japonês,  
lojas brasileiras e peruanas, associação internacional da cidade de Konan-shi

#### **emissão e tradução**

seção de relações públicas e informações (Hisho kouhouka) do prédio leste da prefeitura

seção de desenvolvimento regional (Machizukuri suishinka) do prédio leste da prefeitura

endereço Shiga-ken Konan-shi Chuou 1-choume 1-banchi

TEL 0748-72-1290

FAX 0748-72-3390

HOME PAGE <http://www.city.konan.shiga.jp>

#### **informativo do mês que vem**

dia 1 de agosto, sexta-feira

## Não se esqueça de fazer a renovação !

As pessoas que possuem os cartões de benefício médico especiais que vencem no dia 31 de julho, devem renová-los no mês de julho. No início de julho enviamos o comunicado para as pessoas que precisam renovar os seus cartões de benefício.

Se mudou de endereço recentemente e tem dúvida se é necessário realizar algum trâmite, ou pode ser beneficiado por algum dos subsídios, entre em contato conosco.

mais informações:

seção de seguro e aposentadoria (Hoken nenkinka) do prédio leste da prefeitura 71-2324

seção do cidadão (Shimin seikatsuka) do prédio oeste da prefeitura 77-7015

## Respeite as regras de separação do lixo

**Respeite as regras de separação do lixo**

**O desrespeito das regras pode causar incêndio nos caminhões de lixo**

Ultimamente registramos casos de incêndio nos caminhões de lixo durante a coleta e transporte do lixo, em algumas regiões da província. Para evitar um grande incêndio, procure tomar alguns cuidados, e respeite as regras de separação do lixo.

- após utilizar os fósforos e fogos de artifício, coloque-os na água para depois jogá-los no dia de coleta de 「lixo incinerável」.
- após utilizar os isqueiros retire todo o gás para depois jogá-los no dia de coleta de 「lixo incinerável」.
- após utilizar as latas de spray e cilindros de gás, fure-o para retirar todo o gás, e jogue-os no dia de coletas 「latas vazias」.
- para jogar diluidor, tinta e combustível (petróleo) entre em contato com a loja que comercializa estes produtos

mais informações:

centro de reciclagem (Risaikuru puraza) 75-3933

## Impostos deste mês

### ● impostos e taxas de julho

- imposto predial (2a parcela)
- imposto do seguro nacional de saúde (3a parcela)
- mensalidade da creche
- taxa de seguro de tratamento aos idosos
- aluguel do apartamento municipal
- taxa de consumo de água
- taxa de consumo de esgoto



**Pague até o dia 31 de julho, QUI sem falta !!**

### ● recomendação de pagamento automático dos impostos pela conta bancária

Para facilitar o pagamento dos impostos, recomendamos Kouza Furikae: pagamento automático da conta bancária. Faça o processo na instituição financeira em que possui uma conta bancária, levando consigo os seguintes itens;

caderneta bancária, carimbo da conta bancária, formulário de autorização do pagamento automático

### ● dia da consulta sobre o pagamento de impostos (atendimento somente em japonês)

dia 19 de julho, SAB das 08:30hs-17:15hs

mais informações:

seção de imposto (Zeimuka) do prédio leste da prefeitura 71-2320

## Campanha de segurança no trânsito

dia 15, TER ao dia 24, QUI de julho

No verão aumenta a incidência de acidentes. Na cidade de Konan-shi também está aumentando o número de acidentes. Pedimos a sua colaboração, respeitando as leis de trânsito.

- ① Vamos extinguir os acidentes de trânsito que envolvem crianças e idosos.  
Dirija com cuidado nas proximidades de escolas e asilos, ao ver crianças e idosos, tenha bastante atenção. Vamos praticar a direção defensiva.
- ② Vamos utilizar o cinto de segurança e o assento próprio para crianças.  
Todos os integrantes do carro precisam utilizar o cinto de segurança. Crianças menores de 6 anos devem utilizar assentos próprios para a idade.
- ③ Nunca dirija embriagado, não ultrapasse os limites de velocidade.  
Se beber, não dirija. Se for dirigir, não beba.

mais informações:

seção de segurança diária (Anshin anzenka) do prédio leste da prefeitura 71-2325

## Informações do centro de reciclagem

Recycle Plaza é uma instituição que recolhe o lixo não incinerável.

Não podem ser aceitos lixo incinerável, televisão, geladeira, ar-condicionado, máquina de lavar e computador. Verifique no folheto de "Como classificar e jogar o lixo doméstico".

calendário de julho

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
		1☆	2	3	4	5×
6×	7	8☆	9	10	11	12×
13×	14	15	16	17	18	19×
20×	21×	22☆	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

×...fechado

☆...dia em que o staff pode buscar o lixo de grande porte

※Para solicitar a coleta do lixo de grande porte, entre em contato com o Recycle Plaza até a sexta-feira da semana anterior.

※levar lixo por conta própria: 09:00hs-16:00hs

mais informações:

centro de reciclagem (Risaikuru puraza) 75-3933



## Banco de troca "Koukan Guinkou"

Pedimos para as pessoas que usufruem do Banco de troca que estejam cientes que informaremos o seu nome e telefone aos interessados. E a troca deverá ser efetuada diretamente entre os interessados.

【procurar】

- assento de segurança de carro para criança de 3 anos
- roupas para menina (tamanho: mais de 100cm)
- carrinho de bebê
- piano elétrico
- bicicleta para menino
- bicicleta feminina
- roupas femininas (tamanho: L~LL)

mais informações:

seção do meio-ambiente (Kankyouka) do prédio leste da prefeitura 71-2358

## Consultas

### 【consultas sobre preocupações】

●consultas gerais  
 data: segunda a sexta excetos feriados  
 horário: 08:30hs-17:15hs  
 local: sala de consultas do prédio leste da prefeitura 71-2360  
 Mikumo Kaikan 72-3166  
 Mikumo Kyouiku Shukaijo 72-3301  
 Natsumi Kaikan 72-3083  
 Koujibukuro Kaikan 72-2993  
 Shourai Kaikan 77-2972  
 Iwane Kaikan 72-2292

●consultas para mulheres  
 fazer reserva com antecedência  
 data: dia 17 de julho, QUI  
 horário: 14:30hs-16:30hs(1 hora por pessoa)  
 local: Shakai fukushi center  
 objetivo: mulheres que moram em Konan-shi  
 mais informações:  
 seção de direitos humanos(Jinken seisakuka)  
 do prédio leste da prefeitura 71-2354

●consultas jurídicas  
 consultas gratuitas  
 fazer reserva com antecedência  
 vaga: 6 pessoas (30 min por pessoa)  
 data: dia 18 de julho, SEX  
 horário: 13:30hs-16:30hs  
 local: Sun Life Kosei  
 mais informações:  
 Konan-shi shoukoukai 72-0038

●consultas sobre vários temas,  
 administrações, e direitos humanos  
 local①: Shakai fukushi center 72-4102  
 data: dia 8 de julho, TER das 13:00hs-16:00hs  
 (consultas de vários temas)  
 dia 10 de julho, QUI das 13:00hs-16:00hs  
 (consultas de direitos humanos)  
 dia 22 de julho, TER das 13:00hs-16:00hs  
 (consultas de vários temas e administrações)  
 local②: Ishibe roujin fukushi center 77-5045  
 data: dia 8 de julho, TER das 13:00hs-16:00hs  
 (consultas de direitos humanos)  
 dia 9 de julho, QUA das 13:00hs-16:00hs  
 (consultas de administrações)  
 mais informações:  
 •consultas de vários temas  
 Shakai fukushi kyogikai 72-4102  
 •consultas de administrações  
 sala de consultas do prédio leste da prefeitura  
 71-2360  
 •consultas de direitos humanos  
 seção de direitos humanos(Jinken seisakuka)  
 do prédio leste da prefeitura 71-2354

●consultas sobre consumo  
 consultas com técnico especializados  
 data: segunda a sexta excetos feriados  
 horário: 09:15hs-16:00hs  
 local: sala de consultas do prédio leste  
 da prefeitura 71-2360

●consultas sobre saúde  
 data: segunda a sexta excetos feriados  
 horário: 08:30hs-17:15hs  
 local: centro de saúde 72-4008

### 【consultas sobre idosos】

●consultas sobre enfraquecimento de memória  
 por telefone  
 data: segunda a sexta excetos feriados  
 horário: 08:30hs-17:15hs  
 mais informações:  
 centro de apoio aos idosos da toda a região  
 (prédio leste da prefeitura) 71-4652

●consultas de tratamento de idosos  
 mais informações:  
 •centro de apoio aos idosos da toda a região  
 (prédio leste da prefeitura) 71-4652  
 •centro de apoio aos idosos Ishibe 77-5243  
 •centro de apoio aos idosos Mikumo 72-8100  
 •centro de apoio aos idosos Bodaiji 74-4093  
 •centro de apoio aos idosos Hie 75-2323

### 【consultas sobre crianças】

●consultas de criação dos filhos  
consultas por telefone sobre criação dos filhos,  
desenvolvimento infantil, comida de bebê  
"Hattatsu soudan"(consultas de desenvolvimento  
infantil)···fazer reserva  
mais informações:  
centro de saúde 72-4008  
centro de saúde de Ishibe 77-7008

●consultas sobre bebê por telefone  
consultas por telefone sobre gravidez, parto e  
criação de bebê  
data: segunda a sexta excetos feriados  
horário: 08:30hs-17:15hs  
mais informações:  
centro de saúde 71-4150

●consultas de educação por telefone  
data: segunda a sexta  
horário: 09:00hs-17:00hs  
local: Kinrou seishounen home  
mais informações:  
Fureai kyouiku soudanshitsu 72-4810  
E-mail: k-fureai@vesta.ocn.ne.jp



●consultas para jovens  
consultas para estudantes e jovens menores de  
20 anos  
consultas por telefone e pessoalmente  
data: segunda a sexta  
horário: 09:00hs-16:00hs  
local: Shonen center Asukurukonan  
(prédio anexo ao prédio oeste da prefeitura)  
77-7053

### 【consultas sobre trabalho】

●consultas trabalhistas  
informações sobre trabalho      horário: 09:00hs-11:30hs  
data e local 【julho】

DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
		1 Mikumo Kaikan	2 Sun Hills Kosei	3 Bodaji Kouminkan	4 Natsumi Kaikan	5
6	7 Mikumo kyouiku Shukaijo	8 Shimoda Kouminkan	9 Ishibeminami Kouminkan	10 Koujibukuro Kaikan	11 Iwane Kaikan	12
13	14 Shourai Kaikan	15 Mikumo Kaikan	16 Sun Hills Kosei	17 Bodaji Kouminkan	18 Natsumi Kaikan	19
20	21	22 Shimoda Kouminkan	23 Ishibeminami Kouminkan	24 Koujibukuro Kaikan	25 Iwane Kaikan	26
27	28 Mikumo kyouiku Shukaijo	29	30	31		

mais informações: seção de indústrias (Sangyou shinkouka)  
do prédio leste da prefeitura 71-2332

●Informações sobre "NAISHOKU" —Serviços a serem feitos em casa  
A tabela de "NAISHOKU" está disponível na internet:  
<http://www.pref.shiga.jp/f/rosei/naisyokujyouhou.html> ou na prefeitura.  
A inscrição, entrevista e o conteúdo do trabalho devem ser discutidas diretamente com a empresa

## Informações dos centros de saúde

### ● emissão do livreto de saúde da mãe e do bebê (Boshi tetyo)

local	data	horário	levar
centro de saúde	terça, quarta, quinta	08:30hs-12:00hs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• carimbo</li> <li>• notificação de gravidez (ninshin todokedesho)</li> </ul>
centro de saúde de Ishibe	segunda, sexta		

### ● exame de saúde para crianças pequenas

tipo de exame	data	crianças que podem fazer o exame	levar	local e horário
exame para crianças de 4 meses	dia 31 de julho, QUI	nascidos em março de 2008	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boshi tetyo</li> <li>• questionário</li> <li>• toalha de banho</li> </ul>	centro de saúde 13:00hs-14:15hs 
exame para crianças de 10 meses	dia 28 de julho, SEG	nascidos em setembro de 2007	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boshi tetyo</li> <li>• questionário</li> <li>• escova de dentes</li> </ul>	
exame para crianças de 1 ano e 6 meses	dia 8 de julho, TER	nascidos em dezembro de 2006	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boshi tetyo</li> <li>• questionário</li> <li>• escova de dentes</li> </ul>	
exame para crianças de 2 anos e 6 meses	dia 11 de julho, SEX	nascidos em dezembro de 2005	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boshi tetyo</li> <li>• questionário</li> <li>• escova de dentes</li> </ul>	
exame para crianças de 3 anos e 6 meses	dia 10 de julho, QUI	nascidos em dezembro de 2004	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boshi tetyo</li> <li>• questionário</li> <li>• escova de dentes</li> </ul>	

### ● classe para mães e bebês "MoguMogu Kyoushitsu"

data	local	peças que podem participar	horário	levar
dia 29 de julho, TER	centro de saúde	bebês que nasceram em fevereiro de 2008 e os responsáveis	13:30hs-15:30hs recepção 13:15hs-13:30hs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Boshi tetyo</li> <li>• avental</li> <li>• leite, fraldas, etc.</li> </ul>

### ● exame do vírus da hepatite

#### 【objetivo】

- pessoas de 40 anos (nascidos entre 1 de abril de 1968 ~ 31 de março de 1969)
- pessoas acima de 41 anos que não realizaram o exame de vírus da hepatite entre os anos 2002 (Heisei 14) a 2007 (Heisei 19) e se enquadra em algum dos seguintes itens.

- ① pessoas que já teve anormalidade no funcionamento do fígado.
- ② pessoas que passaram por cirurgia de grande exposição, pessoas que tiveram uma grande hemorragia durante a gravidez ou parto, e pessoas que não têm realizado exames periódicos de vírus da hepatite.

#### 【recepção】

Preencha o formulário antecipadamente no centro de saúde e leve a ficha de inscrição entregue pelo centro de saúde à uma das instituições médicas autorizadas abaixo.

- Ishibe iryou center 77-4100
- Konan roudou eisei center 75-0180

※ Há instituições médicas que possuem data e horário definido para os exames, informe-se com antecedência.

#### 【período de inscrição】

de 1 de julho, TER ~ 28 de novembro, TER

#### 【valor】

grátis

mais informações:

centro de saúde 72-4008

centro de saúde de Ishibe 77-7008

## Resultado do exame de saúde específico

Entregaremos os resultados dos exames específicos realizados em junho no centro de saúde e nos outros locais aproximadamente 1 mês após o exame médico.

Será enviado um comunicado (Hagaki) com data e horário de entrega dos resultados para as pessoas que se enquadram em algum dos itens ① e ②. Compareça na data determinada.

① pessoas que tiveram o nível de colesterol LDL (ruim) alto

② pessoas que tem a medida da circunferência abdominal, peso, nível de glicose no sangue, lipídios, pressão arterial fora do limite estabelecido, e fumantes (exceto pessoas já medicadas com acompanhamento médico)

As pessoas que não se enquadram nos itens ① e ② acima, receberão o resultado por correio.

Se for constatado através do resultado do exame específico que a pessoa tem grandes possibilidades de desenvolver doenças degenerativas, e a pessoa tiver vontade de preveni-las, realizaremos uma orientação de saúde específica para auxiliar na revisão dos hábitos de vida.

Na orientação explicaremos sobre a necessidade de mudar os hábitos de vida, motivando e dando uma assistência positiva.

Em 6 meses, vamos alcançar o objetivo saudável de expulsar a síndrome metabólica !

mais informações:

centro de saúde 72-4008

## Dicas para evitar a intoxicação alimentar

Cuidado com a intoxicação alimentar !

A intoxicação alimentar pode ocorrer durante todo o ano, mas é nesse período de Junho a Setembro em que a comida estraga com mais facilidade é que ocorrem mais casos.

A higienização é muito importante, mas para evitar a intoxicação é essencial que os germes causadores da intoxicação não se proliferem. Siga algumas dicas importantes.

**【Pontos que podem evitar a intoxicação alimentar em casa】**

- Lave bem as mãos.
- Escolha carnes, peixes e verduras frescas.
- Coloque as carnes e os peixes no saco plástico para que não tenha contato com outros produtos.
- Leve os produtos para casa rapidamente e coloque na geladeira.
- Não encha de mais a geladeira.
- A temperatura interna da geladeira deve ser de 10°C ou menos, do congelador deve ser de -15°C
- Para descongelar o alimento utilize o microondas ou a geladeira.
- Não congele novamente o produto que já foi descongelado uma vez.
- Lave bem os utensílios que tem contato com a comida.
- Evite preparar muita comida de uma vez, procure preparar somente a porção que come por vez.
- Coloque as sobras na geladeira.
- Se a comida não estiver em boas condições, jogue fora.
- Ao reaquecer a comida, esquente-o bem. (acima de 75°C, mais de 1 minuto)

mais informações:

centro de saúde 72-4008

Visite a nossa página na internet, agora em português!

<http://www.city.konan.shiga.jp/portugues/>

