



Informativo KONAN

maio de 2017(ano fiscal Heisei29)

広報こなんポルトガル語版 2017年5月号

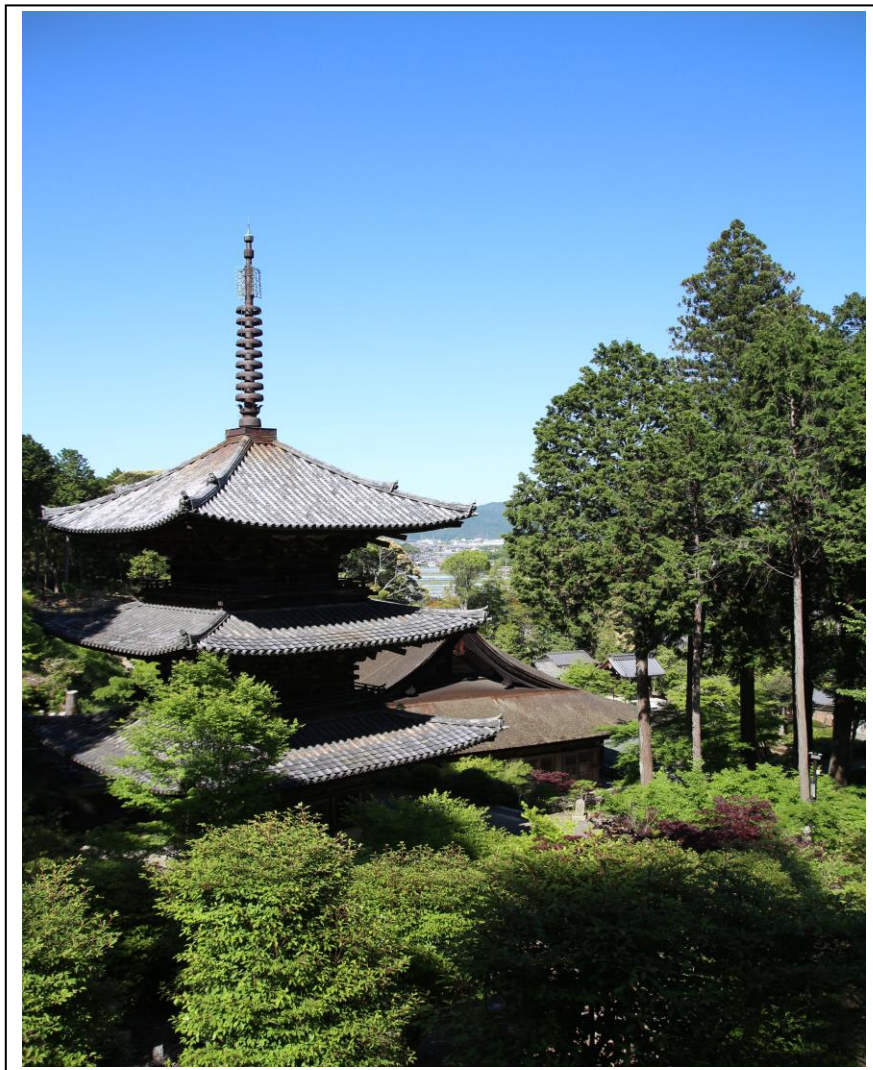
traduzido e emitido pela

Seção de Direitos Humanos da Prefeitura de Konan-shi

Local : prédio "nishi chousha" (em Ishibe)

tel :0748-77-8511 fax:0748-77-4101

Endereço:Shiga-ken Konan-shi Ishibe Chuou 1-choume
1-ban 1gou



【Foto deste mês】

O templo Jyorakuji está localizado em Nishidera.

A torre tripla e a construção principal são patrimônios nacionais.

Que tal ir visitar este templo?

Caso haja erro nas informações por erro de tradução, prevalecerá o texto original em japonês

Acesse a nossa página na internet: <http://www.city.konan.shiga.jp/portugues/>

Nesta edição:

- * Proteja sua saúde através do exame médico !
- * Auxílio financeiro para o exame bio check up ou bio check up cerebral
- * Comunicado do Centro de Apoio à Criação de Filhos
- * Já aplicou a vacina anti-rábica e efetuou o registro do seu cão ?
- * Impostos deste mês
- * Serviço de emissão de documentos nas lojas de conveniência
- * Procura-se voluntários

- * Aberta as inscrições do "Family Support Center" (Centro de Apoio Familiar)
- * Participe dos festivais de primavera !
- * Leitura de histórias na biblioteca de Ishibe e Kosei
- * Avisos do Centro de Saúde
- * Auxílio financeiro para custo da vacina contra rubéola em adultos
- * Já aplicou as vacinas preventivas?
- * Consultas gerais do cidadão
- * Receita de maio: salada de brotos de feijão

Proteja sua saúde através do exame médico !

Tenha consciência de que você deve proteger sua própria saúde.

É importante cuidar da sua saúde para poder viver ativamente por muitos anos. Tomar cuidado com a própria alimentação e exercícios é importante assim como fazer o exame de saúde uma vez ao ano.

Para maiores detalhes, veja o informativo do Centro de Saúde.



Mascote de saúde de Shiga Ken
"Kumi chan"

	exame para adultos	exame específico de saúde (para inscritos no seguro nacional de saúde de Konan-shi)
idade	entre 19 a 39 anos	entre 40 a 64 anos
conteúdo	Peso e altura, medida do abdômem, exame de urina, pressão arterial, consulta, exame de sangue, consulta específica (caso deseje)	Peso e altura, medida do abdômem, exame de urina, pressão arterial, consulta, exame de sangue, consulta específica, eletrocardiograma (nos exames coletivos ou em instituições médicas da cidade). Caso haja necessidade será executado o exame de fundo de olho.
trazer	cartão-postal de aviso(se possuir) caderneta de saúde(se possuir), taxa do exame (1000 ienes), amostra de urina e questionário para quem retirou antecipadamente o recipiente proprio e o formulario.	bilhete de consulta e questionário(envio no início de maio), seguro de saúde, caderneta de saúde(se possuir), taxa do exame(1300 ienes), amostra de urina (para quem retirou o recipiente próprio antecipadamente)
local	conforme o cronograma do exame coletivo	①exame coletivo (conforme cronograma) ②exame individual nas instituições médicas cadastradas na província, entre 19 de junho(seg) e 31 de outubro(ter)

Obs: pessoas isentas do imposto de residência podem pedir a isenção para a taxa do exame. Fazer o procedimento com 1 semana de antecedência. Considerar a idade em 31 de março de 2018.

" Eu não tive doença grave, sou saudável e não terei câncer. Por isso não preciso fazer o exame. "

" Tenho medo de câncer, e fico com mais medo se o câncer for detectado no exame. " Por isso não presto o exame. "

" Gostaria de fazer o exame. Quando tiver oportunidade vou me informar sobre como fazer o exame. "

Para você que tem um dos pensamentos acima. Há mais de 90% de chance de cura para o câncer caso seja detectado no estágio inicial e tenha tratamento precoce.

Veja na pagina seguinte o cronograma do exame de saúde coletivo (exame de adultos, exame de saúde específico, exame de câncer de estômago e colorretal)

- Para o exame de adultos, exame de saúde específico, exame de câncer de estômago a entrega de senhas às 8:30hs. O exame é das 9:00hs 10:30hs.
- das 9:30hs às 11:30hs e das 13:30hs às 16:00hs, entrega dos frascos para o exame de câncer colorretal
- a data de entrega da amostra de fezes para exame: será informada no momento da entrega do frascos.
- o serviço de creche para crianças de 9 meses até 6 anos (idade pre-escolar) tem 15 vagas disponiveis por ordem de inscrição. A reserva deve ser feita com 1 semana de antecedencia.
- Intérprete em português : caso deseje intérprete, favor entrar em contato.

data	nome do exame	local	vagas (câncer de estômago) reservas antecipadas	serviço de creche	máquina de saúde (chechar fluidez do sangue)
9 de maio (ter)	entrega dos frascos para o exame de câncer colorretal	Centro de Saúde em Natsumi	não há limite	não há	não há
10 de maio (qua)	entrega dos frascos para o exame de câncer colorretal	Centro de Saúde em Ishibe			
11 de maio (qui)	entrega dos frascos para o exame de câncer colorretal	Centro de Saúde em Ishibe (pela manhã)			
12 de maio (sex)	entrega dos frascos para o exame de câncer colorretal	Sun Hills Kosei (pela manhã)			
15 de maio (seg)	entrega dos frascos para o exame de câncer colorretal	Bodaiji Machizukuri Center (pela manhã)			
		Centro de Saúde em Natsumi (à tarde)			
16 de maio (ter)	entrega dos frascos para o exame de câncer colorretal	Centro de Saúde em Natsumi			
17 de maio (qua)	exame de adultos, exame de saúde específico	Ishibe Roujin Fukushi Center	não há limite	não há	há
18 de maio (qui)	exame de adultos, exame de saúde específico	Ishibe Roujin Fukushi Center	não há limite	não há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (ambos os sexos)	não há	não há
23 de maio (ter)	exame de adultos, exame de saúde específico	Sun Hills Kosei	não há limite	não há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (homens)	não há	não há
24 de maio (qua)	exame de adultos, exame de saúde específico	Sun Hills Kosei	não há limite	há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (mulheres)	não há	não há
26 de maio (sex)	exame de adultos, exame de saúde específico	Bodaiji Machizukuri Center	não há limite	há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (ambos os sexos)	não há	não há
31 de maio (qua)	exame de adultos, exame de saúde específico	Centro de Saúde em Natsumi	não há limite	não há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (mulheres)	não há	não há
2 de junho (sex)	exame de adultos, exame de saúde específico	Centro de Saúde em Natsumi	não há limite	não há	há
4 de junho (dom)	exame de adultos, exame de saúde específico	Centro de Saúde em Natsumi	não há limite	não há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (ambos os sexos)	não há	não há
5 de junho (seg)	exame de adultos, exame de saúde específico	Centro de Saúde em Natsumi	não há limite	não há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (homens)	não há	não há
6 de junho (ter)	exame de adultos, exame de saúde específico	Centro de Saúde em Natsumi	não há limite	há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (mulheres)	não há	não há
7 de junho (qua)	exame de adultos, exame de saúde específico	Centro de Saúde em Natsumi	não há limite	há	não há
	exame de câncer de estômago		50 vagas (mulheres)	não há	não há

Exame de câncer de estômago

Atraves da ingestão bário e radiografia do estômago.

- Público-alvo : pessoas acima de 40 anos
- Trazer: cartão-postal de aviso, caderneta de saúde(se possuir), taxa do exame.
- Inscreva-se até 12 de maio(sex) no Centro de Saúde em Natsumi

As seguintes pessoas não poderão fazer o exame:

- mulheres grávidas ou com suspeita de gravidez
- pessoas que sofreram incisão estomacal, pessoas com estreitamento do canal digestivo ou essa suspeita
- pessoas com histórico de hipersensibilidade ao bário
- pessoas que tem dificuldade em engolir
- pessoas com insuficiência cardíaca ou renal, diálise, etc. que precisam restringir a ingestão de líquidos.
- pessoas que sofram de prisão de ventre extrema
- pessoas que não conseguem mudar de posição sozinhas

Exame de câncer colorretal

Recolha a amostra de fezes de 2 dias distintos no recipiente próprio. Examinaremos se há reação de sangue oculto nas fezes. Entregue a amostra de fezes diretamente no local definido para coleta.

- Público-alvo : pessoas acima de 40 anos
- Trazer os dois frascos de amostra das fezes, junto com o questionário preenchido.

Pessoas que já receberam o diagnóstico de câncer colorretal, pessoas em tratamento de alguma enfermidade no intestino ou que estejam em observação não poderão fazer o exame.

Exame de câncer de mama

[Veja os detalhes no cartão-postal do exame](#)

- Público-alvo : mulheres acima de 40 anos, nascidas em anos pares.
- Formas de fazer o exame:

① exame individual

Faça a reserva e o exame em uma das instituições abaixo.

- Kouritsu Kouka Byouin (em Koka-shi) Tel.0748-65-1612
- Ikuta Byouin (em Konan-shi) Tel. 0748-74-8577
- Saiseikai Shiga Byouin (em Ritto-shi) Tel. 077-552-9889

É possível fazer exame até 15 de março de 2018, mas dentro do possível faça o exame até final de setembro de 2017. Levar: cartão-postal da consulta, cartão do seguro de saúde ou algum documento de identificação e a taxa do exame.

② exame coletivo

Verifique a programação no informativo do Centro de Saúde. Explicaremos no dia como fazer o auto-exame das mamas.

As seguintes pessoas não poderão fazer o exame:

- pessoas com marcapasso, pessoas que realizaram a mamoplastia de aumento, cirurgia plástica de mamilo, cirurgia de hidrocefalia, pessoas que estão amamentando, grávidas, pessoas que deixaram de amamentar a menos de 6 meses.
- mulheres que têm nódulos, secreção anormal na mama ou que já tiveram câncer de mama (estas devem ir diretamente ao hospital).

Exame de câncer do colo uterino

[Veja os detalhes no cartão-postal do exame.](#) Coletaremos as células do colo do útero para o exame. Não há exame coletivo

- Público-alvo : mulheres acima de 20 anos nascidas em anos pares.
- Faça o exame diretamente nas instituições médicas definidas pela província. Verifique os locais no informativo do Centro de Saúde. Verifique diretamente na instituição médica os horários de atendimento.
- Faça o exame até 31 de março de 2018(sab).
- Trazer: cartão-postal da consulta, cartão do seguro de saúde ou algum documento de identificação, taxa do exame. Mulheres que estão sob tratamento na cérvix ou com sintomas não poderão fazer o exame(estas devem se consultar com seu medico).

■ Valores dos exames de câncer:

tipos de exame	taxa
câncer de estômago	1000ienes
câncer de colorretal	500ienes
câncer de mama	1500ienes
Câncer de colo uterino	1700ienes

※Gratuito para pessoas acima de 70 anos.

※Pessoas com menos de 69 anos isentas do imposto de residência podem pedir a isenção para a taxa do exame. Fazer o procedimento com 1 semana de antecedência.

※Após pagar a taxa do exame de câncer colorretal e receber o frasco a quantia paga não será devolvida mesmo que o exame não seja realizado.

Informações: Seção de Política de Saúde (dentro do Centro de Saúde)
TEL: 0748-72-4008 FAX: 0748-72-1481

Auxílio financeiro para o exame bio check up ou bio check up cerebral

A fim de detectar no estágio inicial doenças causadas por maus hábitos diários e ajudar a manter e melhorar a saúde, oferecemos em Konan-shi o auxílio para as despesas do exame bio check up ou bio check up cerebral.

Através do exame bio check up ou bio check up cerebral, vamos conhecer o estado da própria saúde e, assim, tomar cuidado com a alimentação e sedentarismo para viver de forma saudável.

■ Público-alvo :

pessoas que tenham entre de 40 e 75 anos incompletos, inscritos no seguro nacional de saúde de Konan-shi e que se enquadram em todos os seguintes itens:

- residentes na cidade a mais de 3 meses
- não ter nenhum imposto pendente
- não ter feito o exame específico de saúde pelo seguro nacional de saúde de Konan-shi
- não ter recebido outro tipo de auxílio para as despesas do exame bio check up ou bio check up cerebral.
- após o exame, concordar em responder e enviar os dados do resultado para que o resultado do exame seja utilizado posteriormente para dados estatísticos.

■ Custos cobertos pelo auxílio :

Os que não são cobertos pelo seguro de saúde (exames opcionais não se enquadram no auxílio a ser utilizado).

■ Valor do auxílio:

metade do custo do exame bio check up ou bio check up cerebral (máximo de 20.000 ienes.) O auxílio poderá ser concedido uma vez por ano por pessoa.

■ Instituições médicas indicadas para o exame bio check up ou bio check up cerebral:

instituições médicas da província,etc.

■ Procedimentos:

- ① Apresentar até o dia 30 de novembro (qui) o formulário para o exame bio check up ou bio check up cerebral.
※apresentar antes do exame sem falta.
- ② Fazer o exame até o final de dezembro.
- ③ Apresentar até 31 de janeiro de 2018(qua) o pedido do auxílio para as despesas do exame bio check up ou bio check up cerebral com pedido de cobrança do valor do auxílio, questionário preenchido e anexar o recibo do exame pago e o resultado do exame.

Informações: Seção de Seguros de Saúde e Aposentadoria (prédio “higashi chousha”)
TEL: 0748-71-2324 FAX: 0748-72-2460

Comunicado do Centro de Apoio à Criação de Filhos

Damos apoio constante entre o período inicial da gestação e período de crescimento da criança.

O Centro de Apoio à Criação de Filhos foi instalado dentro do Centro de Saúde em Natsumi a partir de abril deste ano. As conselheiras de saúde da Seção de Política de Saúde (dentro do Centro de Saúde em Natsumi) e as conselheiras da prefeitura estarão interligadas almejando uma maior segurança na criação de filhos em Konan-shi desde a gestação durante o período de crescimento da criança.

Serviços de cuidados pós-parto

Para mães que estão inseguras após o parto, utilize esses serviços sem falta.

■ Inscrições: necessita reserva antecipada, diretamente no Centro de Saúde

Obs.: as famílias que recebem ajuda de subsistência, há sistema de isenção da taxa de serviços. Necessita fazer trâmites antecipadamente.

Pernoite e serviços durante o dia aos usuários

■ Público-alvo: mães e bebês abaixo de 12 meses que se enquadram nos itens 1 à 3 abaixo e que receberam a aprovação de uso da prefeitura

① ter endereço registrado em Konan-shi

② mães com forte insegurança na criação de bebês abaixo de 12 meses.

Obs.: o uso dos serviços de pernoite é para bebês até 4 meses de idade.

③ para mães que não tenha ninguém para ajudar no período pós-parto.

■ tipos de serviços prestados:

- consultas sobre amamentação, banho, etc
- consultas e orientação sobre os seios
- consultas sobre crescimento e desenvolvimento do bebê
- consultas sobre a saúde física e mental da mãe

■ Taxa de utilização

• 9.000 ienes para pernoite (no máximo 24 horas), com 3 refeições inclusas.

• 4.500 ienes para serviços durante o dia aos usuários (média de 8 horas por dia), com almoço incluso

Obs.: as instituições são: Clínicas Nomura Sanfujinka e Magokoro Josan In

Visita para cuidados dos seios

■ Público-alvo: para mães residentes em Konan-shi, que estejam inseguras quanto à amamentação do bebê com idade inferior a 12 meses ou que desejam se consultar sobre os seios 1 vez por pessoa.

■ Taxa 1.500 ienes

Informações: Centro de Apoio à Criação de Filhos "Kosodate Shien Support Center",
(Seção de Política de Saúde, dentro do Centro de Saúde)
TEL: 0748-71-4150 FAX: 0748-72-1481

Já aplicou a vacina anti-rábica e efetuou o registro do seu cão ?

O itinerante da vacinação coletiva ocorrerá entre os dias 16 (ter) e 19 de maio(sex). Aplique a vacina sem falta.

Poderá aplicar a vacina também em alguma clínica veterinária.

Quanto ao o que trazer no dia, confira no informativo Konan da edição de abril.

Cuide do seu animal de estimação respeitando as normas de conduta

Para criar um animal de estimação é importante cumprir as normas da sociedade e não causar incômodo aos outros. Esteja atento à forma adequada de criar seu animal de estimação para que pessoas e animais possam viver juntos na cidade.

Para manter um ambiente adequado, coopere para que não haja excrementos do animal na rua, cuidado para o cão não se soltar da coleira quando for caminhar, etc. E quanto aos gatos, crie-os dentro da casa.

Cronograma da vacinação anti-rábica em 2017

16 de maio(ter)	9:30 hs às 9:45 hs	Centro de Saúde(em Natsumi)
	10:00 hs às 10:15 hs	Iwane Machizukuri Center
	10:30 hs às 11:10 hs	Sun Hills Kousei
	11:25 hs às 11:50 hs	Shimoda Machizukuri Center
	13:00 hs às 13:30 hs	Mikumo Machizukuri Center
	13:45 hs às 14:00 hs	Myokanji Tamokuteki Shukaijo
17 de maio(qua)	9:30 hs às 9:45 hs	estacionamento da Prefeitura em Ishibe(em frente do Centro de Saúde em Ishibe)
	10:00 hs às 10:10 hs	Ishibe Community Center
	10:25 hs às 10:40 hs	Ishibe Minami Machizukuri Center
	10:55 hs às 11:05 hs	Higashidera Kouminkan(Higashidera tamokuteki shuukai shisetsu)
	11:15 hs às 11:25 hs	Nishidera Kouminkan(Nishishidera tamokuteki shuukai shisetsu)
	12:45 hs às 13:00 hs	Houraizaka Shuukaijo
	13:15 hs às 13:30 hs	Shourai Kaikan
19 de maio(sex)	9:30 hs às 10:00 hs	Koujibukuro Machizukuri Center
	10:20 hs às 10:50 hs	Kitayamadai Jichikaikan
	11:05 hs às 11:30 hs	Bodaiji Community Center
	11:45 hs às 12:05 hs	Midorino Mura Jichikaikan
	13:10 hs às 13:45 hs	Iwatani Land Jichikaikan

Informações: Seção Ambiental (prédio "higashi chousha")

TEL:0748-71-2326 FAX:0748-72-2201

Impostos deste mês

débito automático da conta corrente / data limite de pagamento
⇒ **31 de maio (qua)**

- * imposto sobre propriedades “kotei shisanzei” (1ª parcela)
- * taxa do Seguro Nacional de Saúde “kokumin kenko hoken ze” (2ª parcela)
- * imposto sobre automóveis de pequena cilindrada “ kei jidoushazei” (parcela única)
- * taxa do Seguro de Tratamento aos Idosos “kaigo hokenryou”
- * mensalidade da creche “hoiku ryou”
- * aluguel do apartamento municipal “juutaku shiyouryou”
- * taxa de fornecimento de água “suido ryoukin”
- * taxa de esgoto “gesuido shiyouryou”

Consulta sobre pagamento de imposto fora do horário comercial em maio

Dia 16(ter) das 17:15hs às 19:00hs.

Informações: Seção de Cobrança – prédio “higashi chousha”
TEL : 0748-71-2320 FAX : 0748-72-2460

Serviço de emissão de documentos nas lojas de conveniência

Caso possua o cartão “my number” ou cartão “juumin kihon daichou”, você poderá retirar o certificado de residência “juumin hyou” e outros documentos pelas máquinas copiadoras multi uso nas lojas de conveniência de todo o Japão. As pessoas que fizeram os trâmites do cartão “my number” pelo correio ou internet daremos seguimento para a emissão do cartão.

Observação: quem possuir o cartão “juumin kihon daichou” deverá devolvê-lo ao funcionário quando vir retirar o cartão “my number”.

Maiores informações: Seção de Assuntos Cíveis-prédio higashi chousha
TEL: 0748-71-2323 FAX:0748-72-2460

Procura-se voluntários

Estamos procurando voluntários japoneses e estrangeiros que planejem juntos conosco as atividades e eventos da Associação.

■ Conteúdo das atividades voluntárias:

- participação no planejamento e realização da festa “World Festa Konan”
- participação em eventos de intercâmbio da cidade
- apoio ao aprendizado das crianças em idade escolar na classe de português e espanhol (aprendizado da língua materna)
- ensino de culinária estrangeira
- apoio no ensino de idioma estrangeiro
- apoio como intérprete e/ou tradutor
- participação no planejamento da classe de prevenção contra calamidades usando o japonês simplificado
- participação na classe de japonês para estrangeiros

Informações: Associação Internacional de Konan-shi (dentro do prédio do Chuuo Machizukuri Center)
TEL e FAX: 0748-71-4332

Abertas as inscrições do “Family Support Center” (Centro de Apoio Familiar)

Aqui se oferece um lugar em que se possa cuidar de sua criança numa emergência.

Caso você pense: “Quero que me ajude a cuidar da criança”, “Quero ajudar a cuidar das crianças”, “Eu adoro crianças” que tal tornar-se membro deste centro? Explicaremos detalhadamente.

Atualmente, as pessoas inscritas são de diversas idades, desde mães com filhos pequenos até pessoas que já educaram seus filhos. Sinta-se à vontade para nos consultar.

- Horário de atendimento: de segunda à sexta das 10:00hs às 17:30hs.
- Público-alvo: residentes ou trabalhadores em Konan-shi que precisem de cuidados à criança e pessoas que gostariam de ajudar nos cuidados de crianças.
- Modo de inscrição: compareça no Centro de Apoio Familiar “Family Support Center”, trazendo seu carimbo pessoal.

Começaremos o prolongamento no horário de atendimento :

A partir de maio, toda segunda quarta-feira de cada mês ficaremos abertos até às 19:00hs para atender consultas e inscrições.

Informações : Family Support Center (no Heiwado em Kosei, no 3º andar)

TEL: 0748-71-4647 FAX:0748-71-4662

Participe dos festivais de primavera !

Festival para pedir uma boa colheita do arroz

As crianças dançam com roupas folclóricas orando por uma boa colheita do arroz. Após a dança, uma pessoa representando um leão e o santuário “mikoshi” carregado pelos participantes percorrerão as ruas.

- Data: 1º de maio (seg)
Início das atividades às 11:00 hs.
Início da dança para boa colheita do arroz às 13:00hs.
Início do desfile do santuário “mikoshi” às 14:00hs.
- Local: santuário “Hie Jinja”

Informações: santuário “Hie Jinja”

TEL: 0748-75-0775

Grande Festival de Ishibe

Os santuários “Mikoshi” percorrerão as ruas até o final da tarde.

- Data: 1º de maio (seg)
- Local: 【 no santuário “Yoshihime Jinja” 】
Início das atividades às 9:00hs
Início do desfile do santuário “mikoshi” às 9:30.

【 no santuário “Yoshimiko Jinja” 】

Início das atividades às 8:45 hs.
Início do desfile do santuário “mikoshi” às 10:00hs.

Informações:

santuário “Yoshihime Jinja” TEL: 0748-77-2520
santuário “Yoshimiko Jinja” TEL: 0748-77-2246

Festival das flores

Para comemorar o aniversário de Buda, neste festival flores são ornamentadas e derrama-se chá adocicado sobre sua cabeça.

- Data: 5 de maio (sexta-feriado) a partir das 14:00hs
- Obs.: entre os dias 29 de abril(sab) e 5 de maio(sexta-feriado) ficará exposto ao público o monumento de grande valor cultural “Shaka Tanjou Hotoke” da era Tenbyou.
- Entrada: 500 ienes

Informações: templo “Zensuiji”
TEL: 0748-72-3730 FAX: 0748-72-3847

Vamos à Biblioteca !

Calendário de maio das bibliotecas						
dom	seg	ter	qua	qui	sex	sáb
	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			

- : Biblioteca em Kosei fechada
- : Biblioteca em Ishibe fechada
- : dias 4, 5 e 25 ambas fechadas

Obs.: os livros podem ser devolvidos nas bibliotecas em Ishibe, em Kosei e em cada Machizukuri Center.
Informações sobre o livro emprestado favor perguntar na biblioteca em Kosei.

obs.1: os livros da biblioteca itinerante podem ser devolvidos nas bibliotecas em Ishibe, em Kosei, em cada Machizukuri Center e no Sun Hills Kosei (entre 8:30 e 17:15).

obs.2: a biblioteca itinerante poderá não funcionar em caso de mau tempo.



Leitura de histórias na Biblioteca de Ishibe

14 de maio (dom) 11:00hs às 12:00hs "Kijikko Ohanashikai" (Grupo Pikkororo) : leitura de histórias voltadas para crianças de 4 anos até alunos da escola primária.

19 de maio (sex) 11:00hs às 11:20hs "Yottoide Time" : leitura de história voltada para bebês e seus pais

27 de maio (sáb) 16:00hs às 16:30hs "Yottoide Time": leitura de história voltada para crianças de 4 anos até alunos da escola primária.



Leitura de histórias na Biblioteca de Kosei

12 de maio (sex) 11:00hs às 11:30hs "Chicchana Kaze Ohanashikai" : leitura de história voltada para crianças menores de 3 anos e seus pais

20 de maio (sab) "Chicchana Kaze Ohanashikai"
1º horário: 14:00hs às 14:20hs : leitura de história voltada para crianças acima de 4 anos
2º horário: 14:30hs às 15:00hs : leitura de história voltada para alunos da escola primária

28 de maio (dom) 15:00hs às 15:30hs "Ohanashi no Mori" : leitura de história voltada para crianças de 4 anos até alunos da escola primária

Informações: Biblioteca de Kosei End.: Konan-shi Chuuo 5-50
TEL: 0748-72-5550 FAX: 0748-72-5554

Biblioteca de Ishibe End.: Ishibe Chuuo 1-2-3
TEL: 0748-77-6252 FAX: 0748-77-6232

Biblioteca Itinerante 「Matsuzou kun」 : cronograma de maio

local	data e horário
Escola Shimoda Shougakko	10 de maio (qua)10:25hs às 10:45hs
Escola Mito Shougakko	10 de maio (qua) 12:55hs às 13:35hs
Escola Ishibe Minami Shougakko	11 de maio (qui)10:25hs às 10:45hs
Escola Ishibe Shougakko	11 de maio (qui)13:05hs às 13:30hs
Escola Bodaiji Kita Shougakko	17 de maio (qua)10:25hs às 10:45hs
Escola Bodaiji Shougakko	17 de maio (qua) 13:10hs às 13:50hs
Escola Mikumo Higashi Shougakko	24 de maio (qua)10:25hs às 10:45hs
Escola Mikumo Shougakko	24 de maio (qua)13:00hs às 13:40hs
Escola Iwane Shougakko	31 de maio (qua) 12:55hs às 13:25hs

Biblioteca Itinerante「Matsuzou kun」: cronograma de junho

local	data e horário
Escola Ishibe Minami Shougakko	1 de junho (qui) 10:25hs às 10:45hs
Escola Ishibe Shougakko	1 de junho (qui) 13:05hs às 13:30hs
estacionamento do Mikumo Fureiai Center	1 de junho (qui) 15:30hs às 16:00hs
em frente do Myokanji Tamokuteki Shukaijyo	1 de junho (qui) 16:30 às 17:00hs
Escola Shimoda Shougakko	7 de junho(qua)10:25hs às 10:45hs
Escola Mito Shougakko	7 de junho (qua)12:55hs às 13:35hs
em frente do Bodaiji Machizukuri Center	7 de junho (qua)15:30hs às 16:00hs
em frente do Kitayamadai Jichikaikan	7 de junho (qua) 16:30hs às 17:00hs
Escola Bodaiji Kita Shougakko	14 de junho (qua) 10:25hs às 10:45hs
Escola Bodaiji Shougakko	14 de junho (qua) 13:10hs às 13:50hs
em frente do Iwane Machizukuri Center	14 de junho (qua) 15:30hs às 16:00hs

estacionamento do Sun Hills Kosei	14 de junho (qua) 16:30hs às 17:00hs
Escola Mikumo Higashi Shougakko	21 de junho (qua) 10:25hs às 10:45hs
Escola Mikumo Shougakko	21 de junho (qua) 13:00hs às 13:40hs
em frente do Shimoda Machizukuri Center	21 de junho (qua) 15:30hs às 16:00hs
terreno do Nakayama Seikyo Shukaijyo	21 de junho (qua) 16:30hs às 17:00hs
Escola Iwane Shougakko	22 de junho (qui) 12:55hs às 13:35hs
em frente do Ishibe Minami Machizukuri Center	22 de junho (qui) 16:00hs às 16:30hs

Avisos do Centro de Saúde



★ Caderneta de saúde materno-infantil

(emissão: 8:30hs às 17:00hs no Centro de Saúde em Natsumi)

Levar: carimbo , notificação de gravidez “ninshin todokedesho” (disponível também no Centro de Saúde), cartão “kojin bango” ou cartão de notificação do sistema “my number”, algum documento de identificação (carteira de motorista ou passaporte, etc.)

✳ caso não possua a notificação de gravidez, confirme antecipadamente com o seu médico a data de previsão do parto antes de vir ao Centro de Saúde .

✳ caso a gestante não possa comparecer para receber a caderneta de saúde materno-infantil, o procurador poderá vir receber mediante apresentação de procuração preenchida pela gestante, carimbo e documento de identificação do procurador.

★ Exame médico infantil

Recepção : 13:00hs às 14:15hs no Centro de Saúde em Natsumi. O exame pode demorar.

Caso às 10 horas da manhã seja emitido o alerta meteorológico, o exame será cancelado.

Levar: caderneta de saúde materno-infantil, questionário, toalha de banho (bebês de 4 meses), escova de dentes (a partir dos 10 meses)

✳ no exame de 3 anos e 6 meses realizamos o exame de urina e de visão

exame de :	para crianças nascidas	data do exame
4 meses	em janeiro de 2017	25 de maio (qui)
10 meses	em julho de 2016	15 de maio(seg)
1 ano e 6 meses	entre 19 de setembro e outubro de 2015	19 de maio(sex)
2 anos e 6 meses	em outubro de 2014	12 de maio(sex)
3 anos e 6 meses	em outubro de 2013	11 de maio(qui)

Informações : Seção de Política de Saúde (dentro do Centro de Saúde em Natsumi)

TEL : 0748-72-4008 FAX : 0748-72-1481

Auxílio financeiro para custo da vacina contra rubéola em adultos

A mulher que contrair rubéola durante a gravidez tem a probabilidade de dar à luz a um bebê com catarata, doença cardíaca congênita ou perda de audição, característicos da síndrome da rubéola congênita.

Para proteger a saúde da mãe e do bebê, a prefeitura auxilia com uma parte do custo da vacina preventiva contra rubéola.

■ Público-alvo

Para as pessoas que se enquadram em todos os itens abaixo e que vacinarão após 1º de abril de 2017 :

1. ter endereço registrado em Konan-shi
2. mulheres que planejam engravidar, seu cônjuge e familiares que residam juntos(exceto gestantes)
3. pessoas que fizeram o teste de anticorpos contra rubéola pela província de Shiga e que obtiveram baixo índice de anticorpos.

■ Como se inscrever :

Apresentar o recibo da taxa da vacina emitido pela instituição médica e o requerimento.

Obs. O requerimento poderá ser obtido no Centro de Saúde ou ser imprimido através do homepage da prefeitura.

■ Valor do auxílio: cobre 70% da taxa da vacina preventiva(máximo de 7.000 ienes)

Informações : Seção de Política de Saúde (dentro do Centro de Saúde em Natsumi)

TÉL : 0748-72-4008 FAX : 0748-72-1481

Já aplicou as vacinas preventivas?

Encefalite japonesa “Nihon nouen”

■ Público-alvo

As pessoas nascidas entre 2 de abril de 1997 e 1º de outubro de 2009 que não tenham recebido nenhuma dose da vacina de encefalite japonesa, como medida de garantia de oportunidade de vacinação, poderão aplicar a vacina inclusa na vacina de rotina. Verifique o guia informativo do Centro de Saúde “Hoken Center Dayori”.

Sarampo e Rubéola “Mashin Fuushin”

Caso ultrapasse a idade estipulada para aplicação da vacina, o custo próprio ficará maior. Não esqueça de aplicar a vacina contra sarampo e rubéola.

■ Público-alvo

1ª fase: bebês de 12 a 24 meses incompletos

2ª fase: crianças nascidas entre 2 de abril de 2011 e 1º de abril de 2012

Informações : Seção de Política de Saúde (dentro do Centro de Saúde em Natsumi)

TÉL : 0748-72-4008 FAX : 0748-72-1481



Consultas gerais do cidadão

Caso tenha alguma consulta, entre em contato:

Local: na prefeitura prédio "higashi chousha" na sala de consultas diárias dos moradores.

Informações : Seção de Consultas Diárias dos Moradores

TEL: 0748-71-2370 FAX: 0748-72-3788

Consultas ao consumidor

Horário: de segunda a sexta das 9:00hs às 16:30hs

Local: na prefeitura de Konan-shi, prédio "higashi chousha" na sala de consultas diárias dos moradores.

Informações : Seção de Consultas Diárias dos Moradores

TEL: 0748-71-2360 FAX: 0748-72-3788

Consultas administrativas (sem tradutor)

Atendemos as consultas relacionadas a problemas com serviços públicos.

Data: **18 de maio (qui)** das 13:30hs às 16:00hs

Local: Centro de Assistência Social "Shakai Fukushi Center"

Informações : Escritório de avaliação administrativa de Shiga

TEL: 077-523-1926



Receita de maio

Numa pesquisa feita em 2015 sobre saúde e nutrição em Shiga, os adultos em Konan-shi consomem apenas 290 gramas de verduras ao dia, ao invés das 350 gramas necessárias (média básica). Apresentamos uma receita prática para suprir essa falta.



Mascote Konasuchan: para promover a boa alimentação em Konan-shi

Valor nutricional para 1 porção Valor energético: 30 kilocalorias
Proteínas: 2.3g Gorduras: 1.4g Cálcio: 40mg Potássio: 130mg sal: 0.7g

Salada de broto de feijão

Ingredientes (para 4 pessoas)

- 1 pepino (100gramas)
- 1/4 de colher de chá de sal
- 1 pacote de broto de feijão (toumyou)
- 1 pacote de broto de feijão (moyashi)
- 1 colher de sopa de gergelim (surigoma)
- 2 colheres de sopa de molho (ponzu)

Modo de preparo:

1. Corte o pepino em rodela finas e misture com um pouco de sal
2. Ferva ligeiramente o broto de feijão (toumyou) e corte.
3. Ferva ligeiramente o broto de feijão (moyashi) e escorra a água.
4. Esprema o pepino para retirar a água. Misture o gergelim e o molho (ponzu) no pepino e nos brotos de feijão.