



Informativo KONAN

広報こなんポルトガル語版 2019年3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 1-1- 1

março de 2019



【capa deste mês】

Estréia oficial da Vtuber de Konan-shi em 1° de março

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

O cartão atual do seguro de saúde poderá ser usado até 31 de julho

O cartão do seguro de saúde a ser usado a partir de agosto será enviado pelo correio em meados de julho; cuidado para não jogar o cartão atual.

Obs.: a data de vencimento do cartão dos que fazem 75 anos durante o ano fiscal ou dos que se aposentam aos 65 anos, poderá ser diferente. Neste caso o novo cartão será enviado pelo correio até o vencimento do mesmo.

Será enviada uma notificação à parte aos que estão com parcelas atrasadas

Consulte-se com o funcionário sobre a renovação do cartão de curta validade.

Não esqueça de efetuar os trâmites !

Em março e abril muitos estão iniciando o trabalho e outros, se aposentando. Às pessoas que precisam fazer os trâmites para se afiliar ou cancelar o seguro nacional de saúde, deixar preparado os documentos necessários e se apresentar o quanto antes no balcão de atendimento da Seção de Seguros de Saúde e Aposentadoria.

Caso demore para se afiliar no seguro, deverá pagar as taxas retroativamente. E as despesas médicas pagas até a data de inscrição no seguro não serão ressarcidas (dependendo do caso, é possível receber reembolso).

Caso utilize o seguro nacional de saúde com data de expiração vencida, o valor pago pelo seguro será cobrado posteriormente.

Documentos necessários para todos os trâmites :

documento que conste o número do cartão my number, documento de identidade (carteira de motorista, etc.) da pessoa que vir ao balcão. Obs.: caso o solicitante não seja do mesmo núcleo familiar, é necessário apresentar uma procuração do mesmo.

Faça os trâmites
dentro de 14 dias

Quando se afiliar no seguro nacional de saúde		documentos necessários :
ao se mudar de outra cidade	⇒	certificado “tenshutsu shoumeisho” e carimbo
ao sair de outro seguro de saúde	⇒	certificado “ridatsu shoumeisho” e carimbo
ao deixar de receber a ajuda de subsistência “seikatsu hogo”	⇒	documento “hogo haishi kettei tsuuchi sho” e carimbo
quando o bebê nascer	⇒	cartão do seguro de saúde e carimbo
Quando sair do seguro nacional de saúde		documentos necessários
ao se mudar para outra cidade	⇒	cartão do seguro de saúde e carimbo
ao se afiliar em outro seguro de saúde	⇒	cartão do seguro nacional de saúde, cartão do novo seguro de saúde que se afiliou e carimbo
ao começar a receber a ajuda de subsistência “seikatsu hogo”	⇒	documento “hogo kaishi kettei tsuuchi”, cartão do seguro de saúde e carimbo
ao falecer	⇒	atestado de óbito, cartão do seguro de saúde e carimbo
Outros trâmites		documentos necessários
alteração do endereço, chefe familiar, nome do titular, etc.	⇒	cartão do seguro de saúde e carimbo
ao extraviar o cartão do seguro de saúde ou danificá-lo a ponto de ser impossível usá-lo	⇒	cartão do seguro de saúde e carimbo

Informações: Seção de Seguros de Saúde e Aposentadoria-prédio “higashi chousha”

TEL: 0748-71-2324 FAX: 0748-72-2460

Teste da sirene de alerta contra calamidades “J- Alert”

O teste da sirene de escolas, parques e outros locais na cidade ocorrerá em 27 de março (qua) aproximadamente às 14 horas. Contamos com a sua compreensão.

Informações : Seção de Gerenciamento de Crises/ Prevenção de Desastres prédio “higashi chousha”
TEL: 0748-71-2311 FAX: 0748-72-2000

Vagas para funcionários temporários

Abertas vagas para funcionários temporários com início em 1° de abril de 2019.

■ tipos de serviços: serviço de escritório, educadores de creche ou jardim-da-infância, etc.

Obs.: verifique na homepage da cidade ou no Hello Work todos os tipos de serviço.

■ condições de seleção: pessoas nascidas após 2 de abril de 1949.

Obs.: as habilitações exigidas diferem de acordo com o tipo de serviço.

■ inscrições: ligue para o telefone abaixo.

Veja mais detalhes
pelo código QR



Informações: Departamento de Pessoal
TEL: 0748-71-2312 FAX: 0748-72-1146

Almejando uma cidade agradável de se viver

Os representantes das associações de bairros se reúnem para trocar informações e conversar sobre a melhor forma de integração da vizinhança, visando uma comunidade em que todos possam conviver harmoniosamente.

Vamos participar das atividades da comunidade local e cooperar com a Associação de bairro !

Realização do estudo de observação fora da província para diretores das associações de bairros

Em dezembro os diretores das associações de bairro participaram de um Encontro “Chiisana Kyoten Zukuri Block Betsu Kenshuu kai” na cidade de Kobe. O palestrante sr. Yoneyama Satoshi, representante do conselho de uma organização não-governamental “NPO Houjin M-Bridge argumentou sobre como obter uma reunião produtiva para solucionar os problemas. Além disso, através dos casos apresentados obtivemos alguns métodos para se resolver problemas de bairros.

Opinião dos participantes

• “Estudamos sobre como promover uma reunião produtiva e pretendo aplicar esse aprendizado na minha comunidade.”

Formação do grupo de estudo “Kuchoukai Soushiki Kentou Bukai”

A prefeitura passou a realizar enquetes com cada representante das associações de bairro e a debater com eles sobre vários assuntos no Fórum “Chiiki Machizukuri Fórum” e também com os grupos “Chiiki Machi Zukuri Kyougikai”, decidindo os problemas a serem enfrentados futuramente. No próximo ano fiscal pretendemos fazer as modificações necessárias nos esquemas vigentes.

Informações: Secretaria das Associações de Bairros (dentro da Seção de Promoção do Desenvolvimento Local) -prédio “higashi chousha”
TEL: 0748-71-2315 FAX: 0748-72-2000

Direitos Humanos na visão das crianças

Todos os anos as crianças de Konan-shi fazem cartazes e mensagens na aula sobre Direitos Humanos com o tema “Uma cidade, uma escola onde todos possam viver tranquilamente”. Apresentamos abaixo algumas obras.

Cartazes



3º ano da escola Ishibe Chuugakko

“Vamos nos ajudar e nos encorajar”(tradução livre)

Aluna: Ban Kikuka



4ª série da escola Mikumo Shougakko

“A cor que combina comigo e a cor que combina com você ” (tradução livre)

Aluna: Horiike Waka



5ª série da escola Mito Shougakko

“Vamos deixar florescer o coração de cada pessoa ” (tradução livre)

Aluna: Kamiyanagi Yua



5ª série da escola Bodaiji Shougakko

“Vamos deixar o mundo mais sorridente ” (tradução livre)

Aluna: Matsuda Yuna

Mensagens

“Está tudo bem, você é capaz de dizer essas palavras” (tradução livre)

5ª série da escola Shimoda Shougakko

Aluna: Mise Ayumi

“O coração estende a mão. O sorriso concilia a chave da mágica ” (tradução livre)

2º ano da escola Kousei Kita Chuugakko

Aluna: Sameshima Minami

“ Cada um de nós seguimos vivendo com várias emoções” (tradução livre)

5ª série da escola Ishibe Minami Shougakko

Aluna : Hayashi Ayuka

“Tenha sua própria opinião. Ser diferente dos outros o que há de mal nisso ?” (tradução livre)

2º ano da escola Kousei Chuugakko

Aluno: Takezawa Kanta

Informações: Seção de Direitos Humanos- prédio “nishi chousha”

TEL : 0748-77-7036 FAX:0748-77-4101

Impostos deste mês

débito automático da conta corrente / data limite de pagamento **1 °de abril (seg)**

- * taxa do Seguro Nacional de Saúde “kokumin kenko hoken zeï” (11 ª parcela)
- * taxa do Seguro de Assistência Médica aos Idosos “kouki koureisha iryo hoken ryou”
- * taxa do Seguro de Tratamento aos Idosos “kaigo hoken ryou”
- * mensalidade da creche “hoiku ryou”
- * aluguel do apartamento municipal “juutaku shiyou ryou”
- * taxa de fornecimento de água “suido ryoukin”
- * taxa de esgoto “gesuido shiyou ryou”

Não esqueça os trâmites dos veículos de baixa cilindrada

O imposto sobre veículos de baixa cilindrada e motos é tributado àqueles que têm em seu nome veículos no dia 1º de abril.

Caso entregue o veículo com placa à alguma firma,etc., não quer dizer que tenha dado baixa na documentação, assim o veículo continuará sendo tributado em seu nome.

■ balcões de atendimento

motocicletas(até 125cc), veículo agrícola, veículo de pequeno porte especial,etc.	Seção de impostos da prefeitura(Zeimuka) TEL: 0748-71-2319
motocicleta acima de 251 cc motocicleta acima de 126 cc	escritório “Kinki Unyu Kyoku” Escritório “Shiga Unyu Kyoku”(em Moriyama) TEL: 050-5540-2064
veículo de pequeno porte de 3 e 4 rodas	Associação “Keijidousha Kensa Kyokai” Escritório “Shiga Jimusho”(em Moriyama) TEL: 050-3816-1843

Sistema de redução do imposto de veículos de pequeno porte para deficientes físicos

Deficientes físicos que sejam proprietários ou que dependam de veículos de pequeno porte ou motocicletas poderão fazer o procedimento para redução do imposto do veículo caso correspondam às exigências do sistema de redução. Para maiores informações, entre em contato.

Declaração de imposto de renda e pagamento dos impostos até 15 de março (sex)

Caso aja de má fé na declaração do imposto ou no pagamento do mesmo, poderá ser aplicado o imposto adicional aos não declarantes do imposto e juros por atraso.

Informações: Seção de impostos - prédio “higashi chousha”

TEL. 0748-71-2319 FAX: 0748-72-2460

Receita Federal em Minakuchi

TEL: 0748-62-0314

Aviso da Pensão Nacional

Todos entre 20 e 60 anos de idade que residem em território japonês devem se inscrever na Pensão Nacional.

Verifique abaixo se você deve fazer algum trâmite no Escritório da Previdência de Kusatsu ou na prefeitura. Quem não efetuar a contribuição por esquecimento ou outro correrá o risco de receber um valor menor ao se aposentar ou poderá até perder o direito à aposentadoria por não ter contribuído o período necessário.

Faça o procedimento nas situações abaixo:

- Quando completar 20 anos(até a véspera do aniversário)
No entanto, caso já esteja trabalhando e seja inscrito na Pensão Nacional não precisa fazer nenhum procedimento.
- Quando deixar de trabalhar
Caso o cônjuge seja seu dependente e associado da Pensão Nacional categoria 3, o titular deverá fazer o procedimento de alteração para a categoria 1.
- Quando o cônjuge deixar de ser dependente do associado da categoria 2
Caso a renda aumente, haja divórcio,etc, fazer o procedimento de alteração da categoria 3 para a 1.

Categorias dos assegurados da Pensão Nacional:

【categoria 1】

autônomos, estudantes e outros entre 20 e 60 anos de idade incompletos que residem em território japonês

【categoria 2】

associados da pensão “Kousei Nenkin Hoken”, com 65 anos incompletos.

【categoria 3】

cônjuge dependente do associado da Pensão Social categoria 2 entre 20 e 60 anos de idade incompletos

Informações: Escritório da Previdência Social “Kusatsu Nenkin Jimusho”

TEL: 077-567-2220

Aviso sobre mudança de nome dos hospitais e alteração no horário de atendimento

A partir de abril deste ano, o hospital “Ishibe Iryou Center” passará a ser chamado “Ishibe Shinryoujo” e o “Konan Roudou Eisei Center” passará a ser chamado “Mito Shinryoujo”. Veja abaixo a alteração do horário de atendimento do Mito Shinryoujo a partir de abril.

especialidades : clínica geral e pediatria

Horário de atendimento	segunda	terça	quarta	quinta	sexta
de manhã entre 8:30hs e 11:30hs	atende	atende	atende	atende	atende
período noturno entre 16:30hs e 19:00hs	não atende	atende	não atende	atende	não atende

o atendimento do período da tarde passará para terças e quintas-feiras à noite.

Informações: Ishibe Iryou Center

TEL: 0748-77-4100 FAX:0748-77-4768

Informações: Konan Roudou Eisei Center

TEL: 0748-75-0180 FAX: 0748-75-0240

Vamos à Biblioteca !

Biblioteca de Ishibe
Calendário de funcionamento em março
Aberta das 10:00hs às 18:00hs



Leitura de histórias na Biblioteca de Ishibe

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 de Ishibe fechada

Grupo de leitura "Kijikko Ohanashikai" (Grupo Pikkororo) :

10 de março (dom) 11:00hs às 12:00hs: leitura de histórias voltadas para crianças pequenas e alunos da escola primária.

Grupo de leitura "Yottoide Time" :

15 de março (sex) 11:00hs às 11:20hs : leitura de história voltada para bebês e seus pais.

23 de março (sab) 16:00hs às 16:30hs : leitura de história voltada para crianças pequenas e alunos da escola primária.

Biblioteca de Kosei
Calendário de funcionamento em março
Aberta das 10:00hs às 18:00hs



Leitura de histórias na Biblioteca de Kosei

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 de Kosei fechada

Grupo de leitura "Chicchana Kaze Ohanashikai":

1° de março (sex) 11:00hs às 11:30hs : leitura de história voltada para bebês e seus pais.

16 de março (sab) :

1° horário: 14:00hs às 14:20hs : leitura de história voltada para crianças acima de 4 anos.

2° horário: 14:30hs às 15:00hs : leitura de história voltada para alunos da escola primária.

Grupo de leitura "Ohanashi no Mori" :

24 de março (dom) 15:00hs às 15:30hs : leitura de história voltada para crianças pequenas e alunos da escola primária.

Biblioteca Itinerante 「Matsuzou kun」 : cronograma de março

data	local	horário
9 de março (sáb)	Sun Hills Kosei	13:30 hs às 14:00 hs
	Shimoda Machizukuri Center	14:30 hs às 15:00 hs
17 de março (dom)	Iwane Machizukuri Center	13:30 hs às 14:00 hs
	Mikumo Fureai Center	14:30 hs às 15:00 hs
30 de março (sáb)	Ishibe Minami Machizukuri Center	11:30 hs às 12:30 hs
	Bodaiji Machizukuri Center	15:00 hs às 15:30 hs

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

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

Teatro de bonecos do grupo "Onigiri mura"

- dia e horário 17 de março (dom) das 14:00hs às 15:00hs
- local Biblioteca de Kosei
- vagas 100 pessoas(por ordem de chegada)
- programação peças "Hanasaka jiisan", "Ohana ga waratta", "li kangae deshous"

Exposição na Biblioteca de Kosei Retrospectiva da era Heisei através de edições extras

A era Heisei poderá ser revisada através das edições extras cedidas pelo Museu Yamana de histórias dos jornais.

- período : entre 23 de março(sáb) e 21 de abril(dom)

Palestra : O mundo das ciências nos livros ilustrados

- dia e horário 23 de março (sáb) das 14:00 hs às 16:00 hs.
- público-alvo crianças acima da 3ª série da escola primária
- vagas 50 pessoas
- palestrante Nishimura Toshio
- inscrições: na Biblioteca de Kosei ou Ishibe

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



Avisos do Centro de Saúde

★ Caderneta de saúde materno-infantil

(emissão: das 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 "my number"(caso não possua trazer o cartão de notificação do sistema "my number" e algum documento de identificação (carteira de motorista, 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, seu procurador deverá trazer carimbo e documento de identificação e apresentar procuração preenchida pela gestante.

★Atividade “ Baby smile”

Data: 22 de março (sex) das 10:00hs às 11:00hs

Local: Centro de Saúde em Natsumi

Programação: consultas sobre o desenvolvimento da criança e cuidados, mini palestra às 10:00hs

Destinado : aos pais e bebês com 1 ano incompleto.

Levar : caderneta de saúde materno-infantil, fraldas, etc.

★ Exame médico infantil

Recepção : 13:00hs às 14:15hs

Local: Centro de Saúde em Natsumi

exame de :	para crianças nascidas	data do exame
4 meses	em novembro de 2018	19 de março (ter)
10 meses	em maio de 2018	20 de março (qua)
1 ano e 6 meses	em agosto de 2017	15 de março (sex)
2 anos e 6 meses e exame dentário	em agosto de 2016	8 de março (sex)
3 anos e 6 meses (mais exame de urina e visão)	em agosto de 2015	7 de março (qui)

Levar: caderneta de saúde materno-infantil, questionário, sacola para pôr os sapatos, toalha de banho (bebês de 4 meses), escova de dentes (todos a partir dos 10 meses)

Vacina Pneumocócica para adultos, exame de câncer de colo uterino e exame de câncer de mama até 30 de março(sáb)

Ao público-alvo foi enviado um aviso ou bilhete de consulta para prestar o exame de câncer de colo uterino e câncer de mama.

Obs.: mais detalhes no Informativo do Centro de Saúde.

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

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

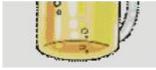
Beba com moderação para ter uma vida feliz e saudável



De acordo com a quantidade de álcool consumida diariamente aumenta-se o risco de doenças como câncer, pressão alta, Hipercolesterolemia, etc.

Segundo a pesquisa sobre saúde e nutrição realizada em 2016, na cidade, das pessoas que bebem diariamente as com risco de desenvolver doenças causadas pelos maus hábitos alimentares foi de 70% para mulheres e 40% para homens acima de 65 anos. Beba até o limite aconselhado e para descansar o fígado procure não beber por 3 dias na semana para manter uma vida saudável.

A quantidade adequada do consumo de álcool varia para homens e mulheres e de acordo com a idade

quantidade adequada por dia		
	para homens abaixo de 64 anos	para mulheres e homens acima de 65 anos
cerveja	 até 500ml	 até 250ml
vinho	 até 120ml	 até 60ml
aguardente japonês	 até 180ml	 até 90ml

Consulte-se pelo telefone abaixo caso você ou algum familiar tenha problemas relacionados ao álcool.

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

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

Torta com “nanohana” e queijo de soja



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

Um prato a mais para os cafés-da manhã!

Para as manhãs corridas, ganhe energia facilmente com esta receita. Vamos suprir as vitaminas com a verdura da estação.



Valor nutricional para 1 porção
Valor energético: 180 kilocalorias
proteínas: 8.6 g gorduras: 14.8 g
carboidratos: 3g fibras: 1 g
sal: 0.4 g

【Ingredientes】 (para 4 pessoas)

40 gramas da verdura “nanohana”
200 gramas de queijo de soja “kinugoshi toufu”
2 ovos
2 colheres de sopa de queijo em pó
100 ml de creme de leite
Sal e pimenta do reino à gosto

【modo de preparo】

1. Pique a verdura “nanohana”. Numa vasilha, junte a verdura picada com os outros ingredientes e misture com um batedor de ovos.
2. Divida a mistura em 4 recipientes refratários, cubrindo com filme plástico sem vedar por completo. Disponha os recipientes no microondas, e cozinhe por 3 minutos na potência de 600W. Assim que o filme plástico inflar desligue e retire do forno.

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

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