

INFORMATIVO DA CIDADE DE HIKONE

Edição resumida do Koho Hikone

広報ひこねポルトガル語版

1º DE JULHO DE 2015

(N.º1335-1336)



LEIA NESTA EDIÇÃO

- AS REFORMAS NA LEI PARA CICLISTAS JÁ ENTRARAM EM VIGOR
- PREVINA-SE CONTRA CHUVAS E VENTOS FORTES
- SISTEMA DE ISENÇÃO OU REDUÇÃO DA TAXA DO SEGURO DE PENSÃO NACIONAL
- TELEFONE DE CONSULTA QUANDO DESCONFIAR QUE OCORREM MAUS TRATOS
- OS CUIDADOS COM A INSOLAÇÃO
- EVENTOS DE VERÃO 2015 EM HIKONE
- CARTA AO PREFEITO



INFORMAÇÕES EM PORTUGUÊS

◆ Prefeitura.....0749-22-1411

(linha geral)

◆ Jinken seisaku-ka.... 0749-30-6113

(Setor onde estão os intérpretes)

Dizer “porutogaru-gô de onegaishimasu”

Publicação da versão traduzida: Setor de Política dos Direitos Humanos, Serviços para Convivência Multicultural da prefeitura de Hikone

Tradução: (VOICE) Thaís Ijima
(VOICE) Lucia Okumura

Edição: Prefeitura de Hikone, Setor de Política dos Direitos Humanos, Serviços para Convivência Multicultural.

Distribuição: Grupo Voluntário VOICE, Prefeitura

<http://www.city.hikone.shiga.jp/portugues/index.html>

e-mail portugues@ma.city.hikone.shiga.jp

2015/7

**K
O
H
O
H
I
K
O
N
E**

Onde pegar o seu Informativo Koho Hikone

- Prefeitura e Sub-prefeituras, Biblioteca Municipal, Hikone Bunka Plaza
- Centro de Assistência Social (Hirata cho)
- Salão de Intercâmbio Internacional (Centro Cívico de Hikone, térreo)
- Viva City Hikone 2º Andar (ao lado do play ground)
- Hospital Shiritsu (municipal), Hospital Yuujin Yamasaki e Clínica Jino
- Beisia (Hikone)
- Supermercado atacadista Gyomu Super (Loja Toga)
- Correio Central
- Fábricas (Takata, Bridgestone, Shin Kobe Denki, Bestone)
- Banco Shiga (Agência Oyabu)

ATENÇÃO: NÃO HÁ DISTRIBUIÇÃO DIRETA NOS DOMÍCIOS. CASO TENHA INTERESSE EM AJUDAR A DISTRIBUIR VOLUNTARIAMENTE OS INFORMATIVOS, FAVOR ENTRAR EM CONTATO COM A PREFEITURA.

TRADUTORES E INTÉRPRETES NA PREFEITURA E NO CENTRO KUSUNOKI (COMPLEXO DE SAÚDE PÚBLICA E ASSISTÊNCIA MÉDICA DE HIKONE)

- **Prefeitura:**
Todos os dias das 8h30 às 12:00 e 13:00 às 17h15 (nas 5ª feiras, até as 18:30).
Pedir na recepção "porutogaru-gô onegaishimasu" e o intérprete será chamado.
- **No Centro Kusunoki:**
Intérpretes nas 2ª e 3ª quartas feiras do mês das 10h00 às 12h00 e 13h00 às 16h30

SERVIÇOS DIVERSOS

Serviço de Consultas Telefônicas para Estrangeiros

☎ Número de Telefone: 0749-27-2400

Horários e idiomas disponíveis:

INGLÊS	QUARTA-FEIRA	10h00~12h30, 13h30~16h00	Excetos feriados.
PORTUGUÊS	QUINTA-FEIRA	10h00~12h30, 13h30~16h00	
CHINÊS	SEXTA-FEIRA	10h00~12h30, 13h30~16h00	

Aulas de Japonês

Dia	Horário	Local	Organizador e contatos	Custo
Quarta-feira	19h00 às 20h30	Centro Cívico de Hikone 2º. Andar Shimin kaikan	Associação internacional de Hikone 0749-22-5931	¥100/ aula
Sábado	14h00 às 16h00	Centro comunitário Naka-chiku Kouminkan	VOICE Hikone Kokusai Kouryu-kai 0749-46-1294	¥100/ aula
Domingo	10h00 às 11h30	Centro comunitário Nishi-chiku Kouminkan	Grupo voluntário SMILE 0749-24-7241	¥100/ aula



Rádio FM HIKONE em português
Dias: Segundas, quartas e sextas
Horário: 11h30 e 19h00

INFORMAÇÕES GERAIS

AS REFORMAS NA LEI PARA CICLISTAS JÁ ENTRARAM EM VIGOR

As novas regras passaram a vigorar a partir de 01 de junho e se a pessoa cometer mais de duas infrações num período de 3 anos será penalizado de acordo com a lei. Dentre as infrações estão o de ignorar o sinal, não fazer a parada obrigatória nos cruzamentos, etc.

Estão previstos penalidades como fazer o curso obrigatório de regras de trânsito ou uma multa de até 50 mil ienes.

Sobre o curso obrigatório

A duração do curso será de 3 horas

O custo será de 5,700 ienes (poderá sofrer modificação)

Se não participar terá que pagar uma multa de até 50 mil ienes.

PREVINA-SE CONTRA CHUVAS E VENTOS FORTES

Na cidade de Hikone, neste últimos tempos o volume da água de alguns rios ultrapassaram o limite de segurança fazendo com que fosse dado o alarme de refúgio contra enchentes.

Também neste ano, a época das chuvas e dos furacões já está chegando e a prefeitura pede para que a população fique alerta para a necessidade do refúgio. Quando este for emitido pelas autoridades não pensar duas vezes e logo se refugiar, por isso desde já verifique onde é o local de refúgio mais próximo e os cuidados que devem ser tomados.

Veja abaixo os passos do alarme de refúgio na ocorrência de desastres naturais decorrente de ventos e chuvas fortes

Alerta de preparo para o refugio

Quando esse alerta for emitido as pessoas que levam mais tempo para se refugiarem devem iniciar o refúgio.



Alerta de Recomendação de refúgio

Este é o momento para que as pessoas sem necessidades de assistência iniciem o refúgio



Ordem de refúgio

Aqueles que estiverem se refugiando deve chegar ao local de refúgio o quanto antes.
Aqueles que não começaram a se refugiar, devem fazê-lo imediatamente.

ATENÇÃO! Se a situação do momento for perigoso para se refugiar não insistir e procurar um local seguro para ficar protegido. Se não teve tempo para se refugiar procure um local alto (acima do 2º andar de edifícios ou da moradia)



SISTEMA DE ISENÇÃO OU REDUÇÃO DA TAXA DO SEGURO DE PENSÃO NACIONAL

Para quem está em dificuldades financeiras e não tem condições de arcar com as taxas do seguro poderá solicitar esse sistema de isenção ou redução da taxa. A solicitação é anual sendo baseado na renda do ano anterior. É importante que realize este trâmite pois dessa forma poderá, numa eventualidade ter o direito de receber o seguro de pensão por invalidez, o seguro de pensão por morte do cônjuge.

- Local de solicitação: prefeitura, setor hoken nenkin ka
- Período de validade da isenção/abatimento: de julho até junho do ano seguinte

Obs. É possível pedir a isenção/abatimento de até 2 anos retroativos.

- Início do atendimento: dia 1 de julho



AOS FILIADOS NO SEGURO DE SAÚDE NACIONAL E DE CUIDADOS MÉDICOS DO IDOSO

Quando os custos mensais de internação ou consultas ambulatoriais ficarem elevados, ao obter o Certificado de Aplicação do valor limite (GENDO GAKU TEKIYOU NINTEI SHO) e apresentá-lo no guichê de pagamento da respectiva instituição de saúde, arcará somente com o valor básico limite do tratamento. Porém, não cobrirá os custos que estão fora do sistema de seguro nacional. É necessária a solicitação do certificado acima.

As pessoas que recebem este certificado são aquelas de até 70 anos e também aquelas acima desta idade mas com isenção de impostos municipais.

Quem ainda não solicitou deve comparecer no guichê responsável da prefeitura portando carimbo (inkan) e o cartão do seguro de saúde nacional.

Quem já tem o certificado deverá realizar os seguintes trâmites de renovação:

- Quem é filiado no seguro de saúde nacional deverá renovar o certificado na prefeitura
- Quem está filiado no seguro de assistência médica do idoso (kouki kourei sha iryou): não é necessário renovar o certificado. No caso da pessoa cujo todos os membros familiares permanecem isentos do imposto municipal será enviado o certificado em meados de julho.
- Para quem os custos médicos ultrapassaram o limite básico e fez o pagamento integral Fazer os trâmites para o reembolso do valor que ultrapassou o limite básico utilizando o sistema de reembolso dos custos médicos elevados. Será necessário apresentar os recibos médicos originais.

SEGURO DE CUIDADOS PARA IDOSOS: UTILIZE O SISTEMA DE REDUÇÃO DOS CUSTOS PESSOAIS

Este sistema é voltado para auxiliar as pessoas de renda baixa.

Poderá utilizar o sistema nos casos de internações em instituições, nos custos de alimentação e moradia nas internações de curto período.

Também poderá utilizar quando utilizar serviços sociais diversos. Maiores informações no setor do bem estar e de cuidados do idoso (Kaigo fufukushi ka)

TELEFONE DE CONSULTA QUANDO DESCONFIAR QUE OCORREM MAUS TRATOS

LIGUE 189

(TOTALMENTE SIGILOSO!)

Este número é igual em todo Japão e será atendido pelo Conselho Tutelar (JIDOU SOUDAN JO) mais próximo do local que está acontecendo o caso.

A SUA CONSULTA OU DENÚNCIA SERÁ MANTIDA EM TOTAL SIGILO

Não é necessário revelar seu nome ou dar outros dados pessoais

OS CUIDADOS COM A INSOLAÇÃO



No verão são comuns as doenças causadas pelo calor e umidade intensa entre elas a insolação. É muito importante tomar os devidos cuidados tanto fora como dentro de casa, pois a alta temperatura poderá causar um desequilíbrio entre os líquidos e os sais minerais corpóreos. Caso isso ocorra, o organismo não consegue mais equilibrar a temperatura corporal ocasionando os vários sintomas das doenças causados pelo calor.

Entre eles estão a tontura, enjôos, cansaço, etc e em casos mais graves ocorrem a convulsão e a perda da consciência.

Pedimos muito cuidado, pois mesmo estando sem fazer nada dentro de casa, se a temperatura e umidade estiverem altas você poderá estar correndo riscos de pegar insolação.

Atenção redobradas para:

★ Pessoas idosas: a pessoa idosa não consegue controlar adequadamente a sua temperatura corporal apresentando dificuldade para sentir calor. Por isso, sem que ela perceba os sintomas vão piorando rapidamente fazendo com que corra risco de vida.

Quando a pessoa idosa não estiver bem de saúde, a família ou os vizinhos devem ficar por perto prestando atenção. Também, se na sua vizinhança moram pessoas idosas, pedimos que fiquem atentos para qualquer emergência.

Caso a insolação se agrave, a pessoa poderá ficar inconsciente, ter perda das funções motoras e chegar a falecer. Quando perceber a seguinte situação, chame imediatamente a ambulância:

- Não consegue beber água sozinho, sensação de letargia, cansaço extremo, não consegue se movimentar;
- Perda da consciência, não apresenta reação à estímulos, apresenta convulsões.



**NESTES CASOS, NÃO TENHA
DÚVIDAS!
CHAME A AMBULÂNCIA:
LIGUE 119**

★ **INSOLAÇÃO NAS CRIANÇAS**

O centro que regula a temperatura corporal nas crianças ainda não está totalmente desenvolvido, por isso igual aos idosos devem ser tomados vários cuidados.

Observar as crianças constantemente assim como oferecer líquidos para hidratá-las e fazer com que tenham um período de descanso durante o dia. Os cuidados como manter em ordem a parte nutricional com refeições balanceadas e exercícios físicos no dia-a-dia para enfrentar as altas temperaturas também são muito importantes. A parte física deve ser desenvolvida através das diversas brincadeiras para que possam enfrentar com saúde o calor do verão.

INSOLAÇÃO NAS PESSOAS ADULTAS

A prática de esportes, o trabalho em locais externos, etc poderá causar insolação mesmo nas pessoas jovens. Quando sentir-se mal, não fazer cerimônia e encerrar as atividades.



OS CUIDADOS QUE DEVEM SER TOMADOS CASO VERIFIQUE SINTOMAS DE INSOLAÇÃO

- Transferir a pessoa para um local fresco, desapertar um pouco as roupas e deixá-lo descansar.
- Ligar o ar condicionado e utilizar o ventilador ou leque para que o vento entre em contato com o corpo esfriando-o.
- Caso tenha condições de beber, oferecer água aos poucos.

OS PONTOS BÁSICOS DE PREVENÇÃO CONTRA A INSOLAÇÃO

- Ingerir líquidos constantemente.
- Manter a temperatura do ambiente interno da casa à 28°C fazendo bom uso do ar condicionado utilizando o ventilador.
- Checar cuidadosamente a temperatura do ambiente interno da casa.
- Ao sair de casa, usar roupas leves e frescas, proteger-se do sol utilizando chapéu e guarda-sol.

Maiores informações: Centro de saúde de Hikone (*kenkou suishin ka*)

EVENTOS

Eventos	Dia/mês	Horário	Local	Observação
Feira livre (HIKONE DE ASA ICHI)	19 de julho (dom)	8h ~ 12h	Dentro da área do templo Gokoku Jinjya (Perto do Castelo de Hikone)	Vendas de Mercadorias: Verduras frescas da estação, ovos, conservas, etc. Tel.: 24-4461 (em japonês) e-mail: hikonedesaichi55@gmail.com
Hikone Eco Market Yume Batake	05 de julho (Dom)	10h as 14h	Parque Outemae (perto do Castelo de Hikone)	Vendas de produtos reciclados Obs.: no caso de chuva será cancelado. Informações: Prefeitura 1º andar setor seikatsu kankyō ka tel. 30-6116 fax 27-0395
Concurso de Oratória	5 de julho (dom)	13h as 15h	Daigaku sateraito plaza All Plaza Hikone 6º andar	Concurso de oratória para crianças estrangeiras que estudam nas escolas primárias e ginásias japonesas
Mercado de produtos agrícolas	10 de julho (Sexta)	11h30 às 13h30	Universidade de Shiga (Baba cho 1)	Venda de verduras, frutas, etc. produzidos em Shiga e que podem ser consumidos com segurança.

Eventos de verão 2015 em Hikone

✚ **Praia Matsubara**

Aberta ao público a partir do dia 18 de julho (sábado) à 16 de agosto (domingo)

Pedimos que obedeam às regras para que todos possam usufruir o local com tranquilidade e segurança.

✚ **38ª COMPETIÇÃO DO HOMEM PÁSSARO**

Local: Praia Matsubara

Competição de inventos voadores sem utilização de motores pilotados por pessoas

Datas: 25 de julho (sábado)

26 de julho (domingo)

Fogos de Artíficos- KITA BIWAKO HANABI TAIKAI

Local: Praia Matsubara

Data: 1 de agosto (sábado) das 19h30min~20h30min

Mais de 10.000 fogos serão lançados durante o evento.

✚ **Festival das Estrelas- HIKONE TANABATA MATSURI**

E Festival das noites de verão SAMA NAITO FESUTIBARU

Local: centro comercial da cidade (Ginza, Chuou, Hashimoto, Nobori machi)

Data: dia 25 de julho (sábado) das 17h30 as 21h

Barracas de vendas diversas, eventos variados

✚ **HIKONE MANTOU NAGASHI-**

Festival de origem budista na qual lanternas são soltas nas águas do Rio Serikawa

Local: Ao longo do Rio Serikawa (da ponte Seri-bashi~Gosanjyo-bashi)

Data: 6 de agosto das 18h30 as 20h30

✚ **HIKONE BAYASHI SOU ODORI E FESTIVAL HIKONE YUKATA MATSURI**

Dança típica de Hikone e festival de yukata

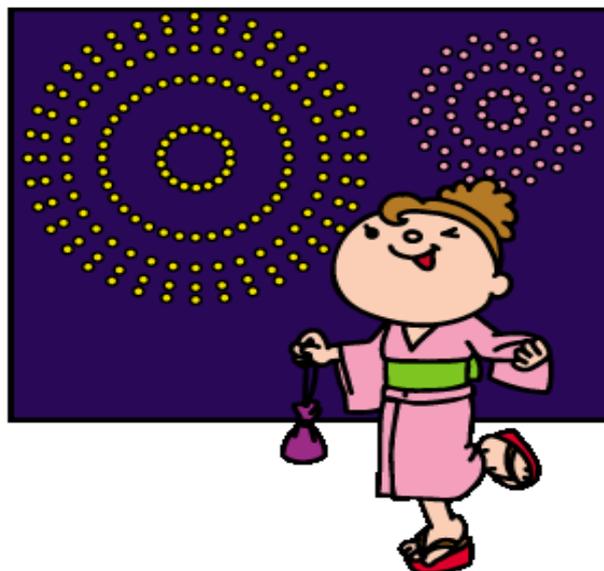
Local: Nas áreas comerciais do centro de Hikone (Chuou, Guinza, hashimoto, Nobori machi)

Data: 8 de agosto (sábado)

Informações(somente em japonês):

Associação de Turismo de Hikone (Hikone Kankou kyoukai) **Tel:** 23-0001

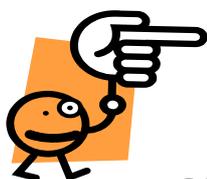
Divisão de Turismo da prefeitura de Hikone (Kankou Shinkou-ka) **Tel:** 30-6120



SERVIÇOS DE CONSULTAS

Tipo de consulta	Data e horário	Local	Observações
Consultas sobre legislação (Associação de Advogados de Shiga)	24 de julho Das 13h às 16h	Prefeitura 1º andar <i>Machizukuri suishin shitsu</i> Tel.: 30-6117 Fax: 22-1398 <i>Necessário reservar</i>	Reserva: A partir do dia 15 de julho das 8h30 da manhã. As vagas são para 6 pessoas Tempo de consulta: 30min Custo: 5,400 ienes pagos no dia. * As consultas são apenas para quem mora ou trabalha em Hikone * Dependendo do caso e das pessoas envolvidas, o advogado responsável no dia poderá não ser capaz de atendê-lo.
Sobre taxas do seguro nacional de saúde Consulta de sábado	25 de julho Das 8h30min às 12h	Prefeitura 1ª andar Setor hoken ryo ka Tel 30-6137 Arrecadação de taxas do seguro saúde	Consultas gerais referentes ao seguro de saúde nacional Obs.: não haverá serviço de intérprete
Consulta aos domingos: Sobre pagamento de impostos municipal e da província	26 de julho das 10h as 16h	Prefeitura de Hikone 2º andar Setor de Arrecadação de Impostos Tel. 0749-30-6109	O setor reserva um domingo ao mês para as consultas sobre impostos Obs.: não haverá serviço de intérprete, sendo necessário informe-se antecipadamente. Tel 0749-30 6113 (setor <i>Jinken seisaku ka</i>)
Consultas sobre saúde mental (Kokoro no Kenkou Soudan)	16/julho Das 13h30 às 15h30	Centro de Saúde Público de Hikone <i>(Hikone Hokenjo)</i> Wada cho Tel.: 22-1770 Fax: 26-7540 Necessário reservar	Para pessoas ou familiares com problemas emocionais. De acordo com a necessidade, poderá ter orientação médica e ser encaminhado a uma instituição médica correspondente.
Consultas sobre isolamento social hikikomori soudan	Dia 09/julho 13h as 15h00		Para a própria pessoa se consultar ou seus familiares: consultas sobre alcoolismo com médico especialista, agente de saúde.
Sobre alcoolismo (Arukooru soudan)	03 julho e 07 de agosto 14h~16h30	Necessário reservar	Para a própria pessoa se consultar ou seus familiares: consultas sobre alcoolismo com médico especialista, agente de saúde.
Consultas sobre Direitos Humanos	Dia 15/julho e 05/agosto Das 13h as 15h	Prefeitura 1º andar Sala de consultas	Sobre preconceitos, discriminações, ijime e todas as formas de violações dos direitos humanos. Gabinete Regional dos Assuntos de Justiça de Otsu – Filial Hikone Tel. ☎ 22-0242

Consultas sobre criação de filhos e família	Toda semana De segunda à sexta Das 8h30 às 17h15 (Exceto feriados)	Fukushi Centa – <i>Katei Jidou Soudan Shintsu</i> Tel. ☎ 23-7838 Fax: 26-1768	Consultas sobre assuntos ligados à crianças e família (criação de filhos, abuso infantil, violência doméstica).
Consultas sobre direitos do consumidor	Toda semana De segunda à sexta Das 9h às 12h e 13h às 16h15	Prefeitura 1º andar Setor <i>Seikatsu Kankyo Ka</i> Tel. ☎ 30-6144	Consultas sobre defesa do consumidor (problemas com compras, dívidas, contratos, etc).
Consultas sobre acidentes de trânsito	Terças e quintas Das 9h às 12h e 13h às 16h	Kotou goudou tyousha 2º andar (Predio ao lado da prefeitura) Motomachi	Consultas especializadas sobre acidentes de trânsito para aqueles que se envolveram em um (vítima ou infrator). Também é possível se consultar via telefone (de segunda à sexta, exceto feriados). Escritório de assuntos relacionados a acidentes de trânsito da província – Filial Hikone Tel. ☎ 27-2230
As consultas acima são em japonês. Se você não domina a língua precisará levar um intérprete.			
Consultas em língua estrangeira por telefone	Quartas: Inglês Quintas: Português Sextas: Chinês (Exceto feriados)	Telefone ☎ 27-2400	Consultas diversas sobre procedimentos na prefeitura ou problemas do dia-a-dia.



SAÚDE E BEM ESTAR



CONSULTA DE SAÚDE E DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA (Nyuyouji kenkou shinsa)

Local: As consultas são realizados no **Centro Kusunoki**
(novo Complexo de Saúde Pública e Assistência Médica ao lado do Hospital Municipal)

Horário: das 13h ~ 14h

Tel 24-0816 (com intérprete nas 3ª e 4ª quartas do mês)

Fax 24-5870



O que levar:

- Caderneta de Saúde Materno Infantil (*Boshi Techo*).
- Leve escova dental para a consulta das crianças de 1 ano e meio.
- Leve escova dental, copo e o Questionário do teste de audição para a consulta da criança de 2 anos e meio.
- Para crianças de 3 anos e meio haverá exame de urina (colher a primeira urina na manhã, colocar num vidrinho limpo para levar).

Atenção!!

- Com exceção da consulta dos 4 meses, não enviaremos avisos sobre as demais consultas, portanto, verifique as datas abaixo.
- Verificar na Caderneta do Desenvolvimento Saudável (*Sukusuku Techo*) sobre o conteúdo das consultas e o que deverá levar.

CONSULTAS DO MÊS DE JULHO DE 2015

As consultas serão realizados no Kusu no ki Senta 1º andar
(ao lado do Hospital Municipal) das 13h às 14h

Tipos de exame	Data	O exame é para as crianças nascidas nas datas abaixo
Saúde e desenvolvimento do bebê de 4 meses	21	De 1 a 15 de março de 2015
	28	De 16 a 31 de março de 2015
Saúde e desenvolvimento do bebê de 10 meses	22	De 1 a 15 de setembro de 2014
	29	De 16 a 30 de setembro de 2014
Saúde e desenvolvimento da criança de 1 ano e 6 meses	10	De 1 a 15 de dezembro de 2013
	17	De 16 a 31 de dezembro de 2013
Saúde e desenvolvimento da criança de 2 anos e 6 meses	9	De 1 a 15 de dezembro de 2012
	16	De 16 a 31 de dezembro de 2012
Saúde e desenvolvimento da criança de 3 anos e 6 meses	6	De 1 a 15 de dezembro de 2011
	13	De 16 a 31 de dezembro de 2011

CONSULTAS INDIVIDUAIS DO BEBÊ E DA CRIANÇA (*NYUYOUJI KOBETSU SOUDAN*)

Tire suas dúvidas sobre o desenvolvimento, os cuidados, a alimentação, etc. A agente de saúde e a nutricionista estarão à disposição para darem todas as orientações necessárias.

Data	Local	Horário	O que levar
09 e 23 de julho	<i>Centro Kusunoki, 1º andar</i> (novo complexo de saúde pública e assistência médica de Hikone) ao lado do hospital municipal (<i>shiritsu byouin</i>)	9h30 às 11h 	<i>Boshi Techou</i> (Caderneta de Saúde Materno Infantil)

Obs. A nutricionista estará disponível no dia 23 de julho



AKATYAN SARON (Salão do bebê)

Data: **7 de julho**

Horário: das 9h45min às 11h30min
(recepção das 9h30min às 9h45min)

Local: Kodomo Center Tamokuteki shitsu (Centro da criança Sala *tamokuteki*)

- Para pais dos bebês de 2 a 6 meses.
- Tema: Troca de informações sobre criação dos filhos e intercâmbio.
- Levar a Caderneta Materna infantil (*Boshi Techou*) e toalha de banho.



AULAS SOBRE PAPINHAS DO BEBÊ

Data: 3 de julho

Horário : 9h45 às 11h30

(recepção das 9h30 às 9h45)

Local: Kusu no ki Senta, 2º andar

Para bebês com idade entre 7 a 8 meses e seus pais.

- Levar a Caderneta Materna Infantil (*Boshi Techou*).
- Orientações realizada pela nutricionista.

Obs.: Só poderá participar uma única vez.

EXAMES DE SAÚDE PARA ADULTOS

PARA QUEM QUER PARAR DE FUMAR

Aconselhamento para quem quer parar de fumar.

Local: 2º andar do Kusunoki Center

Data: 08 de julho

Horário: das 9h, das 10h, das 11h.

Total de vagas: 3 pessoas (Fazer reserva)



Conteúdo

- Exames para verificar o grau de dependência do cigarro
 - Checar o comprometimento dos pulmões pela fumaça do cigarro (nível do dióxido de carbono)
 - Checar o grau de dependência do cigarro (nível de nicotina na urina)
- Aconselhamento particular de métodos para parar de fumar. (30 minutos por pessoa).

EXAME GERAL DE SAÚDE PARA O CIDADÃO

Publico alvo: cidadãos com endereço registrados em Hikone e de acordo com os critérios abaixo

Exame gerais	Exame biométrico, medição da circunferência abdominal, pressão arterial, urina, sangue, consulta com clínico geral. ① Nascidos entre 1 de abril de 1976 a 1 de abril de 1997 ② Nascidos entre 02 de abril de 1940 a 31 de março de 1976 que estão recebendo Amparo Social (<i>seikatsu hogo</i>). Inclusive pessoas que não tem registro de endereço em Hikone mas moram nesta cidade.
Exame para pesquisa da tuberculose	Pessoas nascidas até 31 de março de 1951
Exame contra câncer de pulmão	Para pessoas nascidas entre 01 de abril de 1951 a 31 de março de 1976
Exame para pesquisar o vírus da hepatite HORÁRIO DE ATENDIMENTO	① Está com 40, 45, 50, 55, 60 anos de idade e que não prestou este tipo de exame em Hikone no passado (O publico alvo receberá um aviso até o fim de maio). ② Excetuando as idades acima, pessoa acima de 41 anos que não prestou esse exame em Hikone no passado. (Fazer a inscrição no Setor <i>Kenkou suishin ka</i> por TEL: 24-0816 ou FAX uma semana antes da data que pretende prestar o exame.)

DATAS DOS EXAMES

Dia do exame	Local do exame	Horário de atendimento
1 de julho	Higashinonami kaikan (centro comunitário)	9h30~11h
2 de julho	Hida cho kouminkan (centro comunitário)	
3 de julho	Satsuma cho Kouminkan (centro comunitário)	
10 de julho	Tazuke cho Kouminkan (centro comunitário)	
11 de julho	Kusunoki senta	
16 de julho	Mizuho Bunka senta (centro cultural)	
17 de julho	Mizuho Bunka senta (centro cultural)	9h as 11h
22 de julho	Hikone San Paresu (fica do lado da escola primária municipal Jounan)	
23 de julho	Hikone San Paresu (fica do lado da escola primária municipal Jounan)	
25 de julho	Kusunoki senta (Centro de saúde Kusunoki do lado do hospital municipal)	9h30 ~ 11h
29 de julho	Higashi chiku kouminkan (centro comunitário)	
31 de julho	Gurinpia Hikone	
4 de agosto	Asahino mori kouminkan (centro comunitário)	
5 de agosto	Sawayama shougakkou (escola primária Sawayama)	
7 de agosto	Kawase chiku kouminkan (centro comunitário)	

EXAMES DE PREVENÇÃO CONTRA CÂNCER E OSTEOPOROSE

Você poderá prestar por apenas 500 ienes cada exame! Não deixe de fazê-los.

- ◆ Estômago, intestino, pulmão (pessoas acima de 40 anos).
- ◆ Mama (uma vez a cada dois anos) (mulheres acima de 40 anos)
- ◆ Colo uterino (uma vez a cada dois anos) (mulheres acima de 20 anos)
- ◆ Osteoporose (mulheres com idade de 40, 45, 50, 55,60, 65 e 70 anos)

Custos

- ◆ Estômago, cólon, mama e colo uterino (500 ienes).
- ◆ Exame de RX de tórax (200 ienes)
- ◆ Osteoporose (600 ienes)○

Período de reserva

- A partir de 1 de julho **TEL 24-3719**
 - ※ Faça a inscrição até uma semana antes da data de exame desejada.
 - ※ Necessário fazer reserva
 - ※ O preenchimento das datas será por ordem de inscrição

DATAS PARA PESSOAS DO SEXO MASCULINO

Datas		horário	local	estômago	intestino	pulmão	Ex. geral
Mês 8	Dia 31 seg	manhã	Kusunoki senta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Mês 9	Dia 30 quarta		Kusunoki senta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Mês 10	Dia 7 quarta		Kusunoki senta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	Dia 15 quinta		Hikone San Paresu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Dia 19 Seg		Uizu	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Dia 24 sábado	Kusunoki senta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

DATAS PARA PESSOAS DO SEXO FEMININO

mês	dia	Horário	Local	estômago	pulmão	intestino	mama	Colon de útero	Osteo porose	Exame geral
8	21 sex	M	Fukushi senta 2º andar	<input type="radio"/>						
		T		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>			
	29 sab	M	Kusunoki senta	<input type="radio"/>						
9	12 sab	M	Kusunoki senta	<input type="radio"/>						
	15 ter	M	Fukushi senta 2º andar	<input type="radio"/>						
		T		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>			
	24 qui	M	Gurinpia Hikone	<input type="radio"/>						
26 Sa	M	Kusunoki senta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
10	9 sex	M	Uizu	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>				
	22 qui	M	Fukushi senta 2º andar	<input type="radio"/>						
	24 sab	M	Kusunoki senta	<input type="radio"/>		<input type="radio"/>				
	28 qua	M	Fukushi senta 2º andar	<input type="radio"/>						
T		<input type="radio"/>		<input type="radio"/>						



CARTA AO PREFEITO



Duas vezes ao ano, a Prefeitura de Hikone através deste informativo pede aos seus moradores para que enviem suas sugestões, reivindicações diretamente ao prefeito.

Utilize o modelo abaixo para escrever, recorte, cole e envie via correio. Não há necessidade de selar. O envelope é válido até dia 30 de junho de 2016.

As sugestões recebidas serão lidas pessoalmente pelo prefeito e depois repassadas aos setores responsáveis para que sejam respondidas por carta ou telefonema. Pedimos a compreensão de todos, pois poderá levar aproximadamente 1 mês para que sejam respondidas.

Portanto, aqueles que quiserem obter resposta, não se esquecer de preencher o nome, endereço e telefone.

Preencha seguindo o modelo abaixo

Poderá fazer as sugestões, reivindicações também através da Homepage de Hikone

Maiores informações

Setor *Machizukuri suishin ka*
(Setor responsável pelo planejamento urbano)
Tel 30-6117
Fax 22-1398

E-mail

Machizukuri@ma.city.hikone.shiga.jp

のりしろ



料金受取人払郵便



差出有効期限
平成28年6月
30日まで

5 2 2 8 7 9 0

彦根市元町4番2号

彦根市役所

企画振興部 まちづくり推進室

「市政への意見・提言」

係 行



のりしろ

のりしろ

やまおり

次のとおり封筒を作ってください

- ①キリトリ線(破線)に沿って切り、中央をやまおりにしてください。
- ②のりしろにのりをつけて貼り合わせてください。
- ③切手は貼らずにそのままポストへ投かんしてください。

個人情報の取り扱いについて

個人情報については適正に管理し、連絡や回答の場合を除き、他の目的に利用することはありません。

