

INFORMATIVO DA CIDADE DE HIKONE

Edição resumida do Koho Hikone

広報ひこねポルトガル語版

1º DE JANEIRO DE 2018

(N.º1390 e 1391)



Leia nesta edição

- À PARTIR DE ABRIL DE 2018 SERÁ AMPLIADO A IDADE DE RECEBIMENTO DO SUBSÍDIO SOCIAL PARA ASSISTÊNCIA MÉDICA INFANTIL
- UTILIZAÇÃO DO CLUBE DAS CRIANÇAS APÓS A AULA (HOUKA GO JIDOU KURABU) DURANTE AS FÉRIAS DA PRIMAVERA E NO ANO FISCAL DE 2018
- INSCRIÇÕES PARA SORTEIO DAS MORADIAS MUNICIPAIS
- ESTÁ PREPARADO PARA ENFRENTAR UM DESASTRE NATURAL?
- INTERCÂMBIO DE CULINÁRIA INTERNACIONAL: COMIDA BRASILEIRA
- EXAMES DE SAÚDE E DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA (JANEIRO E FEVEREIRO)
- PREVENINDO-SE CONTRA A INTOXICAÇÃO ALIMENTAR PROVOCADA PELO NOROVIRUS
- EXAMES DE PREVENÇÃO CONTRA CÂNCER DE MAMA E COLO UTERINO NAS INSTITUIÇÕES MÉDICAS



K
O
H
O
H
I
K
O
N
E

SERVIÇO DE INTÉRPRETE DE PORTUGUÊS NA PREFEITURA

- Prefeitura (de 14/8 até meados de maio de 2019 provisoriamente no edifício All Plaza, 3º e 4º andar): de segunda a sextas das 8h30m às 12:00m e das 13:00m às 17h15m
Na 1ª e 3ª quinta-feira do mês até 19h, somente português (recepção até as 18h30m). Pedir na recepção "porutogaru-gô onegaishimasu" e o intérprete será chamado.
- No Centro de Assistência Social (Setor Shakai Fukushi ka), intérprete nas segundas e sextas (das 8h30 às 12:00m e das 13:00m às 17h15m. Ligar antes para confirmar a presença da intérprete.
- No Hospital Municipal de segunda a sexta das 8h30 às 12:00m e das 13:00m às 17h15m

INFORMAÇÕES EM PORTUGUÊS

◆ Prefeitura.....0749-22-1411 (linha geral)

◆ Jinken seisaku-ka.... 0749-30-6113

(Setor onde ficam os intérpretes) Dizer "porutogaru-gô de onegaishimasu"

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

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



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) e Clínica Jino
- Beisia (Hikone)
- Supermercado atacadista Gyomu Super (Loja Toga)
- 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.

Aulas de japonês ministrados por grupos voluntários

Dia	Horário	Local	Organizador e contatos	Custo
Quarta	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
De segunda as sextas	① 9h30 às 10h50 ② 11h00 às 12h20 ③ 13h30 às 15h00 15h30 às 17h00	Inobeishon Ofisu (Innovation Office) Nayashira Hikone shi Shiro machi 1-7-16	0749-46-5377 (Nayashichi) 070-5661-7345 (Mizuno)	200 ienes por aula



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

Publicação da versão traduzida:

Setor de Política dos Direitos Humanos, Serviços para Convivência Multicultural da prefeitura de Hikone

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

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

INFORMAÇÕES GERAIS

PAGAMENTOS DE CONTAS PÚBLICAS ATRAVÉS DE DESCONTO BANCÁRIO AUTOMÁTICO.

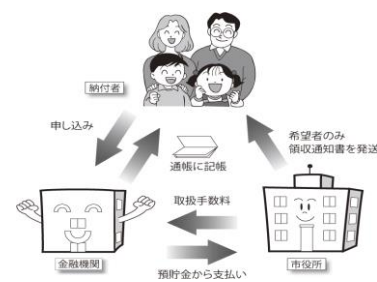
Um modo rápido e seguro de pagar suas contas públicas como impostos, seguro saúde, creche, água, etc é o sistema de pagamento através do desconto automático bancário. Utilizando este sistema, evitará esquecer de pagar as contas na data de vencimento e o conseqüente acréscimo de juros e taxas. Os trâmites para o desconto automático devem ser realizados no seu respectivo banco. Será necessário levar o formulário próprio da prefeitura que está à disposição nos respectivos setores, a caderneta bancária e o carimbo (aquele que utilizou para abrir a conta bancária). Veja abaixo os tipos e os períodos de pagamento.

Mês de vencimento	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
① Imposto sobre imóveis		1ª		2ª				3ª			4ª	
② Imposto sobre veículo compacto		Total										
③ Imposto municipal / provincial			1ª		2ª		3ª			4ª		
④ Seguro nacional de saúde			1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª	9ª	10ª
⑤ Seguro de assistência à velhice			1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª	9ª	10ª
⑥ Seguro de assistência médica ao idoso				1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª	9ª
⑦ Aluguel das moradias municipais	Pagamento mensal (os boletos são enviados em abril)											
⑧ Estacionamento de moradias municipais	Pagamento mensal (os boletos são enviados em abril)											
⑨ Água e esgoto	Pagamento de 2 em 2 meses											
⑩ Taxa de coleta de dejetos												
⑪ Encargos de utilização de esgoto	(1º ano)		1ª			2ª			3ª			4ª
	(2º ano)		5ª			6ª			7ª			8ª
	(3º ano)		9ª			10ª			11ª			12ª
⑫ Taxa de utilização de esgoto agrícola	Pagamento nos meses pares											
⑬ Mensalidade da creche	Pagamento mensal											
⑭ Mensalidades de pré-escolas												
⑮ Clube das crianças após as aulas												

Obs.: maiores informações nos respectivos setores.

Os bancos que poderá utilizar

Shiga ginkou, Risona ginkou, Shiga chuou shinyou kinkou, Kansai Aban ginkou, Kinki Roudou kinkou, Oogaki Kyouritsu ginkou, Kyouto ginkou, Shiga ken Shinyou kumiai, Shiga kenmin Shinyou kumiai, Shoukou kumiai chuou kinkou, Higashi biwako nougyou kyoudo kumiai, yuchou ginkou (correios).



À PARTIR DE ABRIL DE 2018 SERÁ AMPLIADO A IDADE DE RECEBIMENTO DO SUBSÍDIO SOCIAL PARA ASSISTÊNCIA MÉDICA INFANTIL

O subsídio social para assistência médica infantil (o cartão cor-de-rosa da criança) que atualmente tem como limite a idade do ingresso na escola primária, será ampliado para até quem cursa a 3ª série do ensino primário (limitado à data de 31 de março depois de completado 9 anos). O novo sistema de subsídio terá início em abril de 2018 sendo que a partir desta data, ao consultar uma instituição médica dentro da província de Shiga e apresentar o cartão de seguro saúde e o cartão de Certificação do Subsídio para Assistência Social Médica Infantil, os custos da consulta médica, internação, medicações de farmácias ficarão gratuitas (somente para custos médicos cobertos pelo seguro saúde).

Para a criança alvo do novo sistema será feita a emissão do novo **Cartão de Certificação do Subsídio**. Atenção pois será necessário SOLICITAR o respectivo cartão. A prefeitura irá enviar em meados de janeiro o AVISO e o Formulário de Solicitação. Favor entregar dentro do prazo estabelecido. Caso atrasar a solicitação a prefeitura aceitará a mesma porém, por via correio acabará recebendo o cartão com atraso. Por isso, pede-se que façam a solicitação dentro do prazo estabelecido.

Crianças alvos: Nascidas entre 2 de abril de 2009 à 1 de abril de 2012

Para as pessoas abaixo não haverá nenhuma alteração devendo continuar a utilizar o respectivos cartões já em mãos:

- Família uniparental
- Pessoa com deficiência grave
- Quem recebe o amparo social (seikatsu hogo)
- Outros

Os passos da solicitação

O Setor Hoken Nenkin ka da prefeitura enviará o formulário de solicitação e o aviso sobre os documentos necessários para as pessoas alvos em meados de janeiro



Entregar o Formulário de Solicitação e demais documentos até o dia 16 de fevereiro



O Setor Hoken Nenkin ka da prefeitura irá proceder as averiguações dos documentos entregues



O Cartão de Certificação do Subsídio será enviado à partir de meados de março

Informações: Setor Hoken Nenki ka Tel 0749-30-6136

UTILIZAÇÃO DO CLUBE DAS CRIANÇAS APÓS A AULA (HOUKA GO JIDOU KURABU) DURANTE AS FÉRIAS DA PRIMAVERA E NO ANO FISCAL DE 2018

- **Quem poderá solicitar:** os pais/responsáveis de alunos que estudam na escola primária (preferencialmente alunos das séries iniciais) que não podem cuidar dos mesmos durante o dia por motivos de trabalho ou outros.
- **Períodos que poderá utilizar o clube**
 - (1) Durante as férias escolares da primavera (de 26 a 31 de março de 2018, exceto feriados).
Horário: Das 8h as 18h30
 - (2) Durante o período que antecede o ingresso escolar (2 a 9 de abril de 2018)
Horário: Das 8h as 18h30
 - (3) Durante o ano fiscal de 2018
De 2 de abril de 2018 até 30 de março de 2019
Horário durante os dias da semana: após o término da aula até 18h30
Nos sábados e nos dias em que o feriado foi trocado, nas férias longas (verão, inverno, primavera) das 8h às 18h30.
- **Custos:**
Para os períodos (1) e (2) 3.000 ienes/pessoa
Para o período (3) 6,000 ienes/pessoa (valor mensal)
Obs.: haverá custos de classe à parte
- **Outras observações importantes**
 - Para quem já utiliza o clube anual (é membro até final de março de 2018) ou quem vai ingressar no clube anual a partir de 2 de abril, os custos do período (1) e (2) de 3,000 ienes estarão incluídas nas mensalidades
Os custos de uso durante as férias de verão e nos sábados serão cobrados à parte.
 - Cada clube tem o número de vaga e localização diferente



- **Período de inscrição**

De 4 a 16 de janeiro de 2018.

A inscrição (dos períodos (1), (2), (3)) deverá ser feita nos respectivos clubes. O formulário de inscrição está à disposição nos clubes. Preencher devidamente e anexar os documentos necessários como contrato de trabalho e entregar dentro do prazo estipulado.

- **Sobre maiores detalhes:** nos clubes localizados nas respectivas escolas.

Pedir o Guia de Associação no Clube da Criança após a Aula, traduzido em português.

- **Informações:** Setor de Educação Social (Shougai Gakushu ka) localizado no Comitê de Educação de Hikone (Tel. 0749- 24-7974).

OS CUIDADOS COM OS CANOS DE ÁGUA DURANTE O INVERNO

Durante o inverno poderá ocorrer o congelamento da água dos encanamentos e os mesmos estourarem, por isso é necessário tomar alguns cuidados.

- Prevenir o congelamento da água: enrole a torneira com materiais anticongelante. No caso de usar cobertores, panos, etc cobri-los com plástico.
- Quando o encanamento estourar: fechar a válvula do relógio de metragem, enrolar a parte estourada com fita ou pano e entrar em contato com uma empresa de conserto autorizada pela prefeitura. Os custos serão arcados pelo cidadão.
- Durante o período de feriados de final e início de ano as empresas de conserto não funcionam.



VALOR MÍNIMO DA HORA TRABALHADA NA PROVÍNCIA DE SHIGA

À PARTIR DE 5 DE OUTUBRO DE 2017: 813 IENES/HORA

OBS: O VALOR MUDA DE ACORDO COM A PERICULOSIDADE DO TRABALHO.

DIMINUIÇÃO DE LIXO E CUSTOS DE PROCESSAMENTO

	Ano fiscal 2015	Ano fiscal 2016
Total anual de lixo jogado	39,892 toneladas	36,877 toneladas
Proporção de lixo jogado por habitante	967g	895g
Reciclagem	15.6%	16.9%
Custo anual de processamento	Aproximadamente 1,45 bilhões de ienes	Aproximadamente 1,47 bilhões de ienes

AUXÍLIO PARCIAL DOS CUSTOS PARA TERAPIAS ALTERNATIVAS

Para terapias como massagem, acupuntura, moxabustão as seguintes pessoas podem requerer o auxílio parcial:

- Idade superior a 65 anos filiadas no Seguro de Cuidados da idade avançada (kaigo hoken) e com pagamento das taxas em dia.
- O grau de assistência dos cuidados deverá ser acima do grau 1 (cuidados preventivos) ou é alvo de serviços que prestam cuidados preventivos.
- Somente quando realizar o tratamento no locais autorizados pelo município.
- Quando fazer o tratamento por 9 vezes seguidos.

Solicitação: No setor Kaigo Fukushi ka da prefeitura (Centro de Assistência Social) ou através dos formulários de solicitação à disposição nos locais de tratamento.

ECONOMIZANDO ENERGIA E DIMINUINDO A EMISSÃO DE CO2

- Ar condicionado: durante o inverno deixar regulado entre 20 a 21 graus. Não deixar ligado direto e sempre limpar os filtros.
Redução anual: energia → 53.08 Kw
Emissão de CO2 → 30.3kg
Economia: aproximadamente 1,430 ienes
- Carpete elétrico: deixar regulado na temperatura mínima. Por sob o carpete um forro para ajudar a manter a temperatura do mesmo.
Carpete elétrico (metragem para 3 tatamis)
Redução anual: energia → 185.97 Kw
Emissão de CO2 → 106.0kg
Economia: aproximadamente 5,020 ienes

Se todas as famílias de Hikone colaborarem em manter a temperatura do ar condicionado entre 20 a 21 graus, a redução de CO2 anual seria de aproximadamente 4 mil toneladas.

INSCRIÇÕES PARA SORTEIO DAS MORADIAS MUNICIPAIS

Serão sorteadas as seguintes moradias

- | | |
|--------------------------------------|--------------------------|
| ➤ HIDA DANCHI | 1 Apartamento (familiar) |
| ➤ TAKAMIYA TAKENOKOSHI DANCHI | 1 Apartamento (familiar) |
| ➤ BURUU REIKU HASSAKA | |
| 1 Apartamento (familiar) | |
| ➤ BABA DANCHI | |
| APARTAMENTO PARA CADEIRANTE | 1 Apartamento (familiar) |
| ➤ WADA NISHI DANCHI | |
| APARTAMENTO PARA FAMÍLIA UNIPARENTAL | 1 apartamento (familiar) |



PERÍODO DE INSCRIÇÃO: DE 22 (segunda) A 31 DE JANEIRO (quarta)

- INÍCIO DA ENTREGA DOS FORMULÁRIOS DE INSCRIÇÃO: **15 DE JANEIRO (segunda)**
- PERÍODO DE APROVAÇÃO: MEADOS DE MARÇO
- PERÍODO QUE PODERÁ OCUPAR O APARTAMENTO: FINAL DE MARÇO
- MODO DE INSCRIÇÃO:

Comparecimento da própria pessoa ou de algum membro da família que irá morar junto no setor responsável da prefeitura (Kenchiku Jutaku ka) para receber as explicações sobre os critérios de inscrição e documentos necessários.

INFORMAÇÕES: 0749-30-6123 (em japonês) ou 0749-30-6113 (português)

ESTÁ PREPARADO PARA ENFRENTAR UM DESASTRE NATURAL?

MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA TERREMOTO

- **No caso de estar em casa e acontecer repentinamente um grande tremor o que você faria?**

Antes de mais nada tem que se proteger (manter a postura baixa, proteger a cabeça, ficar parado)

- O que fazer depois que o tremor parar?
Enfileirar as respostas de acordo com a ordem de prioridade
 1. Assegurar um meio de fuga
 2. Verificar sua situação de saúde, se não está ferido, etc
 3. Refugiar
 4. Apagar incêndio
 5. Desligar o disjuntor (dispositivo de interrupção de energia elétrica)
 6. Verificar a situação ao seu redor e por o calçado (sapato, chinelo, etc)



Resposta: 2,6,4,1,5,3

- **Seus móveis estão fixos?**

Segundo a Agência Meteorológica do Japão, um tremor de 5 graus forte faz com que móveis pesados como guarda-roupa sejam derrubados. Por isso é importante fixar os móveis com materiais próprios à venda nos home center. Vamos fixar os móveis para proteger a vida.

- **Tem armazenado os produtos para serem utilizados quando ocorrer um desastre natural?**

Depois da ocorrência do desastre, demorará um tempo até que os produtos de primeira necessidade cheguem aos refugiados. Por isso é necessário armazenar produtos como alimentos e água por pelo menos 3 dias. Também, deixar a bolsa kit de emergência pronta para ser facilmente levada numa fuga.

- **Vamos fazer reuniões familiares sobre o assunto**

Já conversou com a família sobre onde irão se refugiar e qual será o meio quando ocorrer um desastre natural? Se acontecer da família ficar separada já decidiram como irão verificar sobre a segurança de todos e o local do reencontro?

Normalmente não costumamos ter esse tipo de conversa na família, mas é muito importante deixar o assunto bem conversado. Por isso vamos aproveitar para fazer reuniões familiares e deixar acertado todos os detalhes.

Utilize o Manual de Prevenção contra Desastres Naturais e o Mapa de Riscos de Hikone traduzidos em português como referência.

COMO É FEITA A DISTRIBUIÇÃO DE MERENDA ESCOLAR ATRAVÉS DO “KOTO TEIJU JIRITSUKEN” (Parceria formada entre a cidade de Hikone-shi e as vilas de Aisho-cho, Toyosato-cho, Kora-cho e Taga-cho)

Dentre os locais que fazem parte da parceria entre cidades e vilas “Koto Teiju Jiritsuken”, três regiões recebem merenda escolar através do “Centro de Merenda Escolar” localizado em Hikone: a cidade de Hikone-shi e as vilas de Toyosato-cho e Kora-cho.

O prédio do “Centro de Merenda Escolar” fica localizado ao lado do Mercado Geral de Vendas ao Atacado de Hikone e possui uma estrutura de aço de dois andares e área total de aproximadamente 3 mil metros quadrados. No segundo andar do prédio está localizado a sala de reuniões e a sala de culinária, bem como um espaço aberto para visitas.

A distribuição da merenda é feita da seguinte maneira:

- **Escolas que recebem a merenda escolar:** 7 escolas de ensino fundamental 2 (chugakko) da cidade de Hikone, 1 escola de ensino fundamental 2 (chugakko) da vila de Toyosato e 2 escolas de ensino fundamental 1 (shogakko) e 1 escola de ensino fundamental 2 (chugakko) da vila de Kora (total 11 escolas).
- **Quantidade de merendas escolares distribuídas:** Aproximadamente 4,500 merendas por dia.
- **Quantidade de funcionários (incluindo terceirizados):** Aproximadamente 60 pessoas.

Para garantir que as crianças tenham uma merenda com qualidade e segurança, o “Centro de Merenda Escolar” toma algumas providências conforme listado abaixo.

- 1) **Seleção dos alimentos:** Tomamos cuidados para verificar a procedência dos alimentos e tentamos na medida do possível utilizar ingredientes locais, visando contribuir também para a economia regional. Além disso, envolvemos pais e professores no processo de seleção de alimentos e fazemos degustação dos ingredientes, permitindo somente que os alimentos aprovados sejam utilizados na preparação da merenda.
- 2) **Prevenção de contaminação dos alimentos:** Os vegetais e carnes que serão utilizados na preparação da merenda são levados ao Centro de Merenda Escolar somente no dia em que serão cozinhados e são totalmente inspecionados durante o período da manhã. Durante a inspeção são verificados o estado dos alimentos e se não há nenhum corpo estranho no mesmo. Caso seja verificada alguma alteração no estado do alimento, o mesmo é devolvido ou substituído. Além disso, para evitar o processo de contaminação durante a preparação da merenda, todos os cozinheiros vestem uniformes novos e sem botões, além de trabalharem com a cabeça totalmente coberta.
- 3) **Medidas tomadas em caso de alergia alimentar:** As criança diagnosticadas com alergia alimentar por um médico têm os alimentos que causam alergia retirados da sua merenda (caso o prato principal ou acompanhamento principal contenha algum ingrediente que cause alergia, fazemos a substituição por outra refeição sem alérgenos). Além disso, os alimentos para crianças com alergia são preparados em uma cozinha separada daquela usada para os alimentos para crianças sem alergia, a fim de evitar contaminação durante o preparo. Também tomamos cuidados para evitar erros durante a distribuição da merenda, colocando adesivos de fácil identificação e separando latas e talheres das crianças com alergia.

O “Centro de Merenda Escolar” trabalha para que as crianças possam comer a merenda com segurança, além de se empenhar para prover alimentos de qualidade para que os estudantes criem hábitos alimentares saudáveis. Agradecemos o seu apoio.

MAIORES INFORMAÇÕES:

Centro de Merenda Escolar (Gakko Kyushoku Senta) – TEL: 28-8011 / FAX: 28-8012



EVENTOS

Eventos	Dia/mês	Horário	Local	Observações
Feira livre (HIKONE DE ASA ICHI)	21/1	8h as 12h	Dentro da área do templo <i>Gokoku Jinjya</i> (Perto do Castelo de Hikone)	Vendas de produtos alimentícios da região. Verduras frescas da estação, ovos, conservas, etc. Tel.: 24-4461 (em japonês) e-mail: hikonedesaichi55@gmail.com
Intercâmbio de culinária Japão/China	21/1 De 2018	10h as 16h	Centro Cívico de Hikone Shimin Kaikan 2º andar	Inscrições: Salão e Intercâmbio Internacional (Shimin Kaikan 1º andar), de 15 a 19 de janeiro das 9h até as 17h. Tel 0749-22-5931 Custos: 1000 ienes (universitários e crianças do primário 500 ienes, gratuito para pré-escolares.)

INTERCÂMBIO DE CULINÁRIA INTERNACIONAL: COMIDA BRASILEIRA

Este evento será realizado para apresentar a culinária tradicional brasileira aos cidadãos de Hikone. Venham participar e passar para os japoneses um pouco da nossa cultura.

Tipo de culinária: Moqueca de frutos do mar e outros

Data: 3 de fevereiro (sábado) das 10h00 às 13h00

Local: Centro de Igualdade de Gêneros UIZU (prédio anexo ao Centro de Assistência Social de Hikone Fukushi Senta em Hirata cho)

Quem pode participar: todos os cidadãos que residem, trabalham ou estudam em Hikone

Vagas: 16 pessoas (de acordo com a ordem de inscrição)

Custos: 1000 ienes/pessoa

Período de inscrição: de 9 a 24 de janeiro

Deverá levar no dia: avental, touca tipo lenço, toalhinha pequena

Obs: haverá serviço de creche gratuito caso necessite porém as vagas são limitadas, portanto pede-se que telefone com antecedência para de consultar.

Inscrições:

- por telefone: 0749-30-6113 (Jinken Seisaku ka)
- por FAX: 0749-24-8577
- Pessoalmente no balcão do setor responsável: Jinken Seisaku Ka , Tabunka Kyousei kakari (Prefeitura 4º andar)

Informações gerais: Jinken Seisaku ka Tel 0749-30-6113

ATIVIDADES NO KODOMO SENTA (CENTRO DA CRIANÇA)

☎522-0047 Hinatsu cho 4769 Tel. 0749-28-3645 Fax 28-3646

Curso de Criação de Filhos

- Confecção de livro com recorte utilizando fotos da criança, da família
- Data: 16 de janeiro das 10h as 11h30
- Alvos: para crianças nascidas na data de 2/4/2014 à 31/8/2017 e seus pais
- Vagas: 20 pares
- Custos: 100 ienes
- Inscrições: de 6 a 12 de janeiro
- Levar: fotos, enfeites

Aulinha de astronomia

- Sobre a lua e as estrelas do inverno
- Data: 26 de janeiro das 19h as 20h30
- Alvos: pessoas interessadas no assunto (crianças pré-escolares dever vir acompanhada dos responsáveis)
- Vagas: 30 pessoas
- Custos: 300 ienes (gratuito para pré-escolares)
- Inscrições: de 13 a 25 de janeiro
- Será cancelado no caso de chuva

Informações e inscrições no telefone e fax acima

A SALA DA NATÁLIA – Contato visual no Japão

Há um tempo atrás falei para um amigo brasileiro que desde que eu vim para o Japão sentia que já não olhava mais nos olhos das pessoas como antigamente. Como no Brasil estamos acostumados a ouvir desde criança que devemos sempre olhar nos olhos dos outros quando conversamos, acho que é difícil encontrar alguém que não faça contato visual quando está falando. Contudo, desde que eu vim para o Japão, notei que muitas conversas são feitas sem se olhar nos olhos dos outros. Por causa disso, passei a sentir que estava fazendo menos contato visual com os outros do que quando eu morava no Brasil.

É claro que mesmo entre os japoneses há pessoas que sempre olham nos olhos dos outros quando estão falando. Entretanto, comparado com os estrangeiros, acredito que esse número seja menor. Além disso, de acordo com a cultura de cada país, o momento certo de fazer contato visual também pode variar.

Por exemplo, no ambiente de trabalho japonês, quando um funcionário está sendo advertido ou recebendo um conselho de seu superior, muitas vezes o mesmo abaixa levemente a sua cabeça e evita olhar diretamente nos olhos da pessoa com quem está falando. Muitos consideram isso como um gesto de humildade e respeito com o próximo, mas essa atitude não costuma ser interpretada da mesma forma no Brasil. Pelo contrário, muitos brasileiros acreditam que para demonstrar o seu respeito pelo próximo, mesmo que seja numa situação como essa, é necessário olhar diretamente nos olhos da pessoa. Em outros países, não fazer contato visual durante uma conversa pode significar que a pessoa está mentindo ou ter outra conotação negativa. Um mesmo gesto que para os japoneses é um símbolo de humildade pode ganhar uma interpretação totalmente diferente em outro local.

Acredito que existem japoneses que não conseguem fazer contato visual por um longo período de tempo e que por isso se incomodam com esse hábito dos estrangeiros. Entretanto, para muitas pessoas vindas de outros países, o contato visual é algo natural e uma forma de demonstrar respeito pelo próximo, por isso gostaria que os japoneses também entendessem mais esse costume.

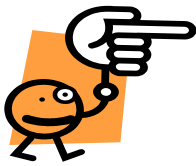
A SALA DA NATÁLIA é uma coluna mensal publicada na versão japonesa do informativo Koho Hikone desde junho de 2014. Natália é brasileira e está trabalhando como Coordenadora de Relações Internacionais de Hikone desde que veio ao Japão em 2014. Essa coluna aborda assuntos relacionados à convivência multicultural, tais como as diferenças culturais e como é viver no Japão sendo estrangeiro.

SERVIÇOS DE CONSULTAS

Tipo de consulta	Data e horário	Local	Observações
Consultas sobre legislação (Associação de Advogados de Shiga)	26 de janeiro 23 de fevereiro Das 13h às 16h Necessário reserva	Prefeitura provisória All Plaza 3° andar <i>Machizukuri suishin shitsu</i> Tel. ☎ 30-6117 Fax: 22-1398	Reservas: ➤ Para consulta do dia 26 de janeiro: Dia <u>17 de janeiro 2017</u> A partir das 8h30 da manhã. ➤ Para consulta do dia 23 de fevereiro Dia <u>14 de fevereiro</u> A partir das 8h30 da manhã. Vagas para somente 6 pessoas (30min cada) 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.

Consultas sobre saúde mental (Kokoro no Kenkou Soudan)	18 de janeiro 15 de fevereiro Das 13h30 às 15h30 Necessário reserva	Centro de Saúde Público de Hikone (Hikone Hokenjo) Wada cho Tel. ☎ 22-1770 Fax: 26-7540	Para pessoas ou familiares com problemas emocionais. De acordo com a necessidade, poderá ter orientação médica e ser encaminhado a uma instituição médica correspondente.
Sobre alcoolismo (Arukooru Soudan)	05 de janeiro 2 de fevereiro Das 14h às 16h30 Necessário reserva		Para a própria pessoa se consultar ou para seus familiares: consultas sobre alcoolismo com médico especialista, agente de saúde.
Sobre Isolamento social (Hikikomori soudan)	11 de janeiro Das 15h às 17h Necessário reserva		Atendimento médico, psicológico, para pessoas maiores de 16 anos que estejam passando por essas dificuldades.
Sobre depressão (Utsu Byou Soudan)	16 de fevereiro Das 14h às 15h30 Necessário reserva		A depressão é uma doença que pode acometer qualquer pessoa. O atendimento é para auxiliar a própria pessoa ou os seus familiares nos aspectos médicos, de saúde pública e social.
Consultas sobre Direitos Humanos	Dia 17 de janeiro Das 13h as 15h	Prefeitura provisória All Plaza 4º andar Sala de consultas	Sobre preconceitos, discriminações, ijime e todas as formas de violações dos direitos humanos. Gabinete dos Assuntos de Justiça da Região de Otsu – Filial Hikone Tel. ☎ 22-0242
	Dia 07 e 21 de fevereiro Das 13h as 15h		
Consultas sobre Direitos Humanos em diversos idiomas	De segunda à sexta (exceto feriados) Das 9h às 17h	0570-090-911 Telefone próprio para consultas	Atendimento em: Chinês, coreano, inglês, filipino, português, vietnamita. Consultoria sobre assuntos diversos relacionados a Direitos Humanos
Consultas sobre leis trabalhistas	Dia 2 de fevereiro 18h30 às 20h	Hikone San Paresu (Koizumi cho, do lado da escola primária Jounan).	Poderá se consultar com advogado trabalhista Necessário reserva Tel. 26-7272 Fax 26-7377 Dia 18 de janeiro a partir das 9h Vagas para até 3 pessoas de acordo com a ordem de inscrição
Consultas sobre criação de filhos e família	Toda semana De segunda à sexta Das 8h30 às 17h15 (Exceto feriados)	Fukushi Centa – Katei Jidou Soudan Shintsu Tel. ☎ 23-7838 Fax: 26-1768	Consultas sobre assuntos ligados à crianças e família (criação de filhos, abuso infantil, violência doméstica).
Consultas sobre transtorno de desenvolvimento (autismo, hiperatividade/ Deficit de atenção, etc)	De segunda à sexta (exceto feriados) Das 9h as 12h 13h as 16h	Setor shougai fukushi senta Hattatsu shien shitsu Tel 26-8282	As consultas são para pessoas acima de 4 anos, residentes na cidade de Hikone. Também atende a família ou outros que estão preocupados. Vamos pensar juntos sobre os apoios necessários.

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</i> <i>Kankyo Ka</i> Tel. ☎ 0749-30-6144	Consultas sobre defesa do consumidor (problemas com compras, dívidas, contratos, etc).
Consultas sobre ijime por telefone	De segunda a sexta Das 9h as 17h	Comitê de Educação Gakkou shien shitsu Tel. 0749-24-7977	Este setor é responsável para procurar uma solução sobre o assunto junto com a família e a escola
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 tráfegos (para vítima ou infrator). Também é possível se consultar via telefone (de segunda à sexta, exceto feriados). Escritório de assuntos relacionados a acidentes de tráfegos da província – Filial Hikone Tel. ☎ 27-2230
As consultas acima são em japonês. Se você não domina a língua precisará levar um intérprete.			



SAÚDE E BEM ESTAR

EXAMES DE SAÚDE E DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

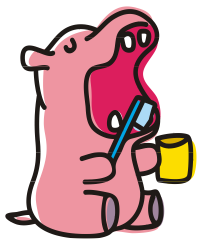
Local: As consultas são realizados no *Kusunoki Senta* (Complexo de Saúde Pública e Assistência Médica ao lado do Hospital Municipal)

Hassaka cho Tel 0749-24-0816 Fax 0749-24-5870

Horário: das 13h ~ 14h

O que levar:

- Caderneta de saúde Materno Infantil (*Boshi techo*).
- Leve escova dental para crianças de 1 ano e meio.
- Leve escova dental, copo e o teste de audição para crianças de 2 anos e meio.
- Para crianças de 3 anos e meio haverá exame de vista e de urina (colher a primeira urina na manhã, colocar num vidrinho limpo e levar).



Atenção!!

- Com exceção do exame dos 4 meses, não enviaremos avisos sobre os demais exames, portanto, verifique as datas abaixo.
- Para crianças acima de 10 meses: verificar na Caderneta do Desenvolvimento Saudável (*Sukusuku Techo*) sobre o conteúdo dos exames e o que deverá levar.



EXAME DO MÊS DE JANEIRO DE 2018

As consultas serão realizadas no 1º andar do *Kusu no ki Senta* (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	16	De 1 a 15 de SETEMBRO de 2017
	23	De 16 a 30 de SETEMBRO de 2017
Saúde e desenvolvimento do bebê de 10 meses	10	De 1 a 15 de MARÇO de 2017
	17	De 16 a 31 de MARÇO de 2017
Saúde e desenvolvimento da criança de 1 ano e 6 meses	12	De 1 a 15 de JUNHO de 2016
	19	De 16 a 30 de JUNHO de 2016
Saúde e desenvolvimento da criança de 2 anos e 6 meses	11	De 1 a 15 de JUNHO de 2015
	18	De 16 a 30 de JUNHO de 2015
Saúde e desenvolvimento da criança de 3 anos e 6 meses	15	De 1 a 15 de JUNHO de 2014
	22	De 16 a 30 de JUNHO de 2014


EXAME DO MÊS DE FEVEREIRO DE 2018

As consultas serão realizadas no 1º andar do *Kusu no ki Senta* (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	13	De 1 a 15 de OUTUBRO de 2017
	20	De 16 a 31 de OUTUBRO de 2017
Saúde e desenvolvimento do bebê de 10 meses	7	De 1 a 15 de ABRIL de 2017
	14	De 16 a 28 de ABRIL de 2017
Saúde e desenvolvimento da criança de 1 ano e 6 meses	9	De 1 a 15 de JULHO de 2016
	16	De 16 a 31 de JULHO de 2016
Saúde e desenvolvimento da criança de 2 anos e 6 meses	8	De 1 a 15 de JULHO de 2015
	15	De 16 a 31 de JULHO de 2015
Saúde e desenvolvimento da criança de 3 anos e 6 meses	5	De 1 a 15 de JULHO de 2014
	19	De 16 a 31 de JULHO de 2014

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
11 e 25 de janeiro	Centro Kusunoki, 1º andar.	9h30 às 11h	<i>Boshi Techou</i> (Caderneta de Saúde Materno Infantil)
8 e 22 de fevereiro			
Obs. A nutricionista estará disponível no dia 25 de janeiro e 22 de fevereiro.			

AULAS SOBRE PAPINHAS DO BEBÊ

Data: 5 de janeiro 2 de fevereiro

Horário: 10h às 11h30m

(recepção das 9h45m às 10h)

Local: Centro Kusunoki, 2º andar.

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

- Levar a Caderneta de Saúde Materno Infantil (*Boshi Techou*).
- Orientações dadas 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: Kusu no ki Senta 2º andar

Data: 10 de janeiro, 14 de fevereiro

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), o grau de dependência do cigarro (nível de nicotina na urina).

Aconselhamento particular de métodos para parar de fumar.

Informações: *Setor Kenkou Suishin ka* TEL: 0749-24-0816

PREVENINDO-SE CONTRA A INTOXICAÇÃO ALIMENTAR PROVOCADA PELO NOROVIRUS

A intoxicação alimentar não ocorre somente no verão mas durante todo o ano. A causa mais frequente é o norovirus. Durante o outono e o inverno os surtos ocorrem em maior número principalmente nos meses de novembro à fevereiro.

O norovirus é transmitido através das mãos, dos utensílios domésticos como pratos, copos etc. O vírus entra pela boca e aloja-se no tracto intestinal causando vômitos, diarreia, dores abdominais, etc.

Transmissão via alimentos

- Poderá ocorrer quando quem prepara a comida está infectado e transmite o vírus para as pessoas que comem a respectiva comida.
- Através mariscos crus

Principais sintomas e sinais

No período de incubação que é de 24 a 48 horas (média de 36 h) tem início a náusea e vômitos passando a apresentar diarreia, dores abdominais, febre, etc ou seja sintomas iguais à da gripe.

Sobre a prevenção

● Lavar muito bem as mãos

Antes de cozinhar, depois de ir ao banheiro, antes de comer, etc.

O tempo gasto para lavar as mãos deve ser no mínimo 30 segundos, não esquecendo de lavar também os dedos e entre eles assim estará eliminando os vírus alojado nas mãos.

Não utilizar a mesma toalha para enxugar as mãos. Produtos como álcool ou sabão tipo desinfetante não produzem nenhum efeito contra os vírus.

● Cozinhar bem os alimentos

Este método é bastante eficiente para eliminar os vírus. A temperatura deve ser de 85 graus por um tempo além de 90 segundos

● Não ir trabalhar se estiver apresentando os sintomas da doença

O risco de transmitir a doença para outras pessoas é muito alto, mesmo em casa tomar bastante cuidado.

● Lavar e desinfetar os utensílios domésticos

Utilizar produto específico como o hipoclorito de sódio (água sanitária) que tem efeito contra o vírus. Após o seu uso enxaguar bem com água.

● Cuidado ao limpar vômitos, diarreia

A quantidade de vírus contidos neles é alto por isso muito cuidado quando for limpá-los. Utilize luvas e máscaras descartáveis limpando o mais rápido possível com papel toalha e um produto desinfetante próprio como o hipoclorito de sódio (informe-se nas drogarias), após por tudo dentro de um saco plástico e jogar. Após desinfetar o piso limpe com água.



EXAMES DE PREVENÇÃO CONTRA CÂNCER DE MAMA E COLO UTERINO NAS INSTITUIÇÕES MÉDICAS

★ EXAME PREVENTIVO CONTRA CÂNCER DE MAMA (necessário fazer reserva)

1) O exame pode ser realizado por cidadãos registrados em Hikone com idade acima de 40 anos.

2) Período de solicitação do Cupom de Prestação de Exame (jyushinken):

Até o dia 21 de fevereiro.

O cupom pode demorar aproximadamente 1 semana para chegar até sua casa.

3) Período de reserva na instituição médica: Até o dia 28 de fevereiro de 2018.

① Fazer a inscrição no Setor de Promoção da Saúde Pública (*Kenkou Suishin-ka* ao lado do Hospital Municipal de Hikone) **TEL: 0749- 24-3719**

② Assim que o cupom de exame (jyushinken) chegar, faça a reserva em alguma instituição médica para realizar o exame.

Se recebeu o Cupom de Exame Gratuito ou o Postal de Notificação do exame, deverá ir diretamente à instituição médica escolhida para prestar o exame.

③ Leve o cupom de exame (jyushinken) e 500 ienes no dia do exame.

★ EXAME PREVENTIVO CONTRA CÂNCER DE COLO UTERINO

(Em algumas instituições médicas é necessário reserva)

1. O exame pode ser realizado por pessoas registradas em Hikone com idade acima de 20 anos.

2. Período que poderá realizar o exame: **Até o dia 31 de março**

3. Como fazer exame:

O exame deve ser realizado diretamente nas instituições médicas. Poderá ser necessário marcar a consulta antecipadamente.

Os exames preventivos contra câncer de mama e de colo uterino podem ser feitos 1 vez a cada 2 anos. Entretanto, aqueles que receberem o cupom gratuito poderão fazer o exame normalmente.



DESEJAMOS À TODOS UM FELIZ ANO NOVO!

