









# Inscrições para moradia pública provincial de Ueda e Tomi (Ken Ei Juutaku )



**Período de inscrição:** 17(quarta) a 26(sexta) de fevereiro de 2016

**Horário:** das 9h às 17h

**Local:** Jutaku Kyoukyu Kousha Ueda Kanri Center

(No prédio sul de Ueda Goudo Chousha Minami To Nai)

**Sorteio:** 07 de março (segunda) a partir de 13h30 no 2º andar do prédio sul de Ueda Goudo Chousha

**Maiores informações:** A partir de 05 de fevereiro poderá acessar homepage (<http://www.nagano-jkk.jp/>) ou telefonar para Nagano Ken Jutaku Kyoukyu Kousha Ueda Kanri Center - 0268- 29-7010

☆. ☆.

## Solicitamos colaboração para Redução e Reciclagem de lixo.

Poderão utilizar a ajuda financeira para a aquisição de equipamentos para o processamento do lixo, Pakkun (produto catalisador do lixo orgânico para adubo) e Yasaimaru (pontos para compras de produtos no JA) afim de reduzir e reciclar o lixo orgânico.

### ① Ajuda financeira para compra de equipamentos para redução de lixo

Equipamentos	Tipo	Adequado para pessoa que :
Ajuda financeira Recipiente para processar o lixo em adubo	Composteira	Cultiva horta/jardim e produz muito lixo orgânico
	Recipiente hermético	Sente dificuldades em utilizar a composteira diariamente, quer processar dentro de casa e utilizar o adubo no seu cultivo.
Aparelho elétrico processador de lixo	desidratação	Pretende processar o lixo sem muita mão de obra
	biológico	Possui tomada na varanda ou no depósito e pretende processar o lixo sem muita mão de obra.

**Local:** Haikibutsu Taisaku Ka, Seikatsu Kankyo Ka, Centro de Atendimento de Maruko, Sanada, Takeshi Shimin Sabisu Ka, Houden, Shioda, Kawanishi Chiiki Jichi Center.

**Taxa de ajuda:** 80% do valor da compra (desprezar os valores inferiores a 100 ienes)

**Valor limite:** 5,000 ienes para recipiente para processar o lixo em adubo  
50,000 ienes por aparelho elétrico processador de lixo

**Público alvo:** residentes da cidade (pessoa física) e sem dívidas com os impostos municipais

**Apresentar:** original do recibo da compra, carimbo Inkan dados da conta bancária em nome do solicitante. Em caso de pagamento com o cartão de crédito, deverá apresentar o relatório de utilização do cartão e a caderneta do banco constando o pagamento.

**Solicitação:** Preencher o formulário disponível nos locais acima ou na homepage da prefeitura. Após avaliação do pedido, será efetuado o depósito na conta bancária.

**Atenção:** Os pontos usados na loja como desconto não incluirão no valor da ajuda de custo.

Obs. A ajuda será encerrada quando acabar a verba destinada.

### ② Produto catalisador “Pakkun”

- Fácil de utilizar, inclusive no inverno e dentro de casa

**Distribuição:** Eco House, Centros de Atendimento de Maruko, Sanada, Takeshi Shimin Sabisu Ka

**Público alvo:** Moradores de Ueda e que saibam usá-lo corretamente.

**Taxa:** Gratuita

**Solicitação:** Preencher o formulário disponível nos locais de distribuição

**Outros:** explicações sobre a forma de utilização do Pakkun no Eco House.

### ③ Yasai maru

O lixo desidratado com Pakkun ou aparelho elétrico processador de lixo poderá ser trocado por pontos. 1 kg corresponde a 1 ponto, 5 pontos no caso do Pakkun. 5 pontos valem 500 ienes para compras em 8 locais de venda direta do JA.

**Data/Horário de troca:** Todas as quartas-feiras 10h~15h

**Local:** Haikibutsu Taisaku Ka

**Materiais de troca:** 1- Lixo desidratado com aparelho elétrico processador de lixo  
2- Pakkun que foi completamente utilizado

**Público alvo:** Associados, residentes em Ueda. Associa-se quando levar o lixo processado pela primeira vez.





## Exames de Saúde pública municipal,

Início da solicitação dos exames de saúde anual promovidos pela prefeitura. O formulário de solicitação será enviado no início do mês de fevereiro para as famílias que se enquadram no sistema. Fazer a solicitação até 04 de março de 2016.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kenko Suishin Ka, telefone 28-7124

☆. ☆.

## Aula para os familiares de pessoas com distúrbio psiquiátrico (Seishin Shougasha Kazoku Kyoushitsu)

**Data:** 23 de fevereiro (terça-feira)

**Horário:** 13h30 às 15h30 ( recepção a partir de 13h )

**Local:** Ueda Souzokan

**Tema:** Treinamento de Habilidades Sociais – À procura de qualidades

**Palestrante:** Atsuhito Hashida, professor de Serviços Sociais da Universidade de Nagano

**Público-alvo:** familiares de pessoas com distúrbio psiquiátrico.

**Taxa de participação:** gratuita (não precisa de inscrição)

**Maiores informações:** Chiiki Katsudo Shien Center Yasuragui, telefone 25-2000 ou setor Kenko Suishin Ka da prefeitura de Ueda.

☆. ☆.

## Centro para cuidar de crianças enfermas (Byouji Hoiku Center)

A cidade de Ueda está realizando através do Hospital Ueda Byouin, o “Cuidar de crianças enfermas – Byouji Hoiku” durante o dia, de crianças que estão em tratamento ou em fase de recuperação de saúde, por determinado período de tempo. Para a utilização do mesmo, será necessário cadastrar-se antecipadamente.

Aconselhamos o cadastramento antecipado prevenindo-se para quando não puder cuidar da criança em casa.

**Taxa:** 1.000 ienes por dia/pessoa.

**Horário:** segunda a sexta das 8h às 17h (exceto feriados em geral).

**Local:** Ueda Byouin (Byouji Hoiku Center) Chuo 1-4-10

**Público alvo:** a partir de 06 meses de idade até 3ª.série do primário (shougakko) e se enquadram em um dos itens abaixo.

1- Residentes na cidade de Ueda, Nagawa machi ou Aoki mura.

2- Frequentam as creches Hoikuen, Youchien ou Shougakko na cidade de Ueda.

3- Pais ou responsáveis que trabalham na cidade de Ueda.

Poderão frequentar até seis crianças por dia.

※ Dependendo do tipo de doença, não poderá frequentar o local, informar-se.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kosodate Kosodachi Shien Ka, telefone 23-5106

☆. ☆.



## Curso de apoio às atividades femininas “ Nutrição, corpo e mente” (Josei Katsuyou Ouen Kouza)

Conversar sobre medidas simples de resolver problemas físicos e psicológicos que costumam atingir as mulheres

**Data:** 11 de fevereiro (quinta/feriado)

**Horário:** 10h30 às 12h

**Local:** HanaLab. UNNO (Ueda-shi, Chuo 2-10-5)

**Tema:** hábitos alimentares para um corpo e mente saudáveis

**Palestrante:** Mariko Jo (conselheira alimentar)

**Público-alvo:** moradores ou trabalhadores de Ueda

**Vagas:** primeiros 30 inscritos

**Taxa da palestra:** gratuita

Haverá almoço após o término do curso com taxa de 600 ienes.

**Inscrição:** a partir de 20 de janeiro, depois das 10h, por telefone ou pessoalmente no Shimin Plaza Yu.

Haverá voluntários para cuidar de 5 crianças por ordem de solicitação.

**Maiores informações:** Ueda Jinken Danjo Kyodo Sankaku Ka, telefone 23-5245



**Varicela (Catapora) (Suitou)**

2 doses entre 1 ano completo e 3 anos incompletos de idade com intervalo de mais de 3 meses.

**EXAMES DE SAÚDE INFANTIL E AULAS**

**OBS: Comparecer com horário disponível de 2 a 3 horas.**

Levar: Caderneta materno-infantil (Boshitecho), questionário, fralda, toalha de banho e se necessário mamadeira. **Consulta de 1 ano e 6 meses:** Escova dental. **Consulta de 2 anos:** Escova dental, pratinho, copo, garfo ou ohashi e toalhinha. **Consulta de 3 anos:** Realizar os exames de visão e audição em casa. Os formulários para exames encontram-se dentro do Livro do Bebê (Akachan Techo). Haverá consulta odontológica. Utilize o potinho enviado pelo correio para colher a urina na parte da manhã.

<b>UEDA CHIIKI HOKEN CENTER</b>	<b>Tel: 23-8244</b>
---------------------------------	---------------------

Idade		Nascidos em	Data (fevereiro)	Local	Recepção	
<b>E X A M E S</b>	4 meses	16 ~ 30/setembro/2015	04 (quinta)	Ueda	12h30~ 13h30	
		01 ~ 15 /outubro/2015	16 (terça)			
		Setembro/2015 Região:Kawabe, Izumida, Shioda e Kawanishi	09 (terça)	Kawanishi		
	1 ano e 6 meses	16 ~ 31/julho/2014	03 (quarta)	Ueda		12h30~ 13h15
		01 ~ 15/agosto/2014	17 (quarta)			
	2 anos Odontol.	01 ~ 15/novembro/2013	10 (quarta)			
		16 ~ 30/novembro/2013	25 (quinta)			
			Novembro e dezembro/2013 Região: Shioda e Kawanishi	24 (quarta)	Shioda	
	3 anos	01 ~ 15/janeiro/2013		05 (sexta)	Ueda	
		16 ~ 31/janeiro/2013		26 (sexta)		
Dezembro/2012 e janeiro/2013 Região: Shioda e Kawanishi		19 (sexta)	Shioda			
<b>A U L A S</b>	7 meses	16 ~ 30/junho/2015	04 (quinta)	Ueda	09h30~ 09h45	
		01 ~ 15/julho/2015	18 (quinta)			
		Julho/2015 Região: Kawabe, Izumida, Shioda e Kawanishi	23 (terça)	Kawanishi		
	Aniversário (1 ano)	01 ~ 15/fevereiro/2015		10 (quarta)		Ueda
		16 ~ 28/fevereiro/2015		25 (quinta)		
		Fevereiro/2015 Região: Shioda e Kawanishi	29 (segunda)	Shioda		
<b>Nas Instituições Médicas da cidade de Ueda durante o mês de fevereiro de 2016</b>						
10 meses		16/março~ 15/abril/2015		Necessário marcar com antecedência		

<b>MARUKO HOKEN CENTER</b>	<b>Tel: 42-1117</b>
----------------------------	---------------------

Idade		Nascidos em	Data(fevereiro)	Local	Recepção
Exames	4 meses	Setembro/2015	05 (sexta)	Maruko	12h30 ~13h15
	10 meses	Abril/2015	26 (sexta)		
	1 ano e 6 meses	Julho/2014	09 (terça)		
	2 anos-odontológico	Janeiro/2014	16 (terça)		
Aula	7 meses	Julho/2015	23 (terça)		9h30 ~ 9h45

<b>SANADA HOKEN CENTER</b>	<b>Tel: 72-9007</b>
----------------------------	---------------------

Idade		Nascidos em	Data(fevereiro)	Local	Recepção
Exames	4 meses	Setembro e outubro/2015	18 (quinta)	Sanada	12h30 ~ 12h45
	1 ano e 6 meses	Julho e agosto/2014	26 (sexta)		13h15 ~ 13h30
	2 anos-odontol.	Novembro/2013~janeiro/2014	25 (quinta)		09h00 ~09h15
Aulas	7 meses	Julho/2015	16 (terça)		09h40 ~ 09h50

	Idade	Nascidos em	Data (fevereiro)	Local	Recepção
Exames	4 meses	Setembro/2015	05 (sexta)	Maruko	12h30 ~ 13h15
Aulas	7 meses	Junho~agosto/2015	22 (segunda)	Takeshi	09h30 ~ 09h40

### Centro de Atendimento Emergencial

#### **Machucados que necessitem de ortopedistas ou de atendimento emergencial**

**após 23h ou feriados** → Ligue para corpo de bombeiros 0268-26-0119, 38-0119, 36-0119 ou 31-0119 (em japonês)

**Convulsões** → Chame a ambulância – ligue para 119

### Clínica geral e pediatria

#### **Febre alta repentina, vômitos e diarréias incontroláveis, etc.**

**Antes de dirigir-se ao local deverá telefonar** para 0268 21-2233 (pediatria) ou 21-2280 (clínica geral).

**Horário:** De segunda a domingo e feriados das 20h às 23h. Consulta por telefone das 19h às 22h30.

**Fechado :** 14 a 16 de agosto e 30 de dezembro a 03 de janeiro.

**Local:** Prédio do lado esquerdo da entrada do pátio do Hospital Shinshu Ueda Iryo Center (antigo Nagano Byouin em Ueda) Ueda Shi Midorigaoka 1-27-21.

**Levar:** Cartão de Saúde (Hokensho), Carteira de subsídio dos custos de tratamento (Fukushi Iryou Jikyuusha Sho) caso possua, remédio que estiver tomando, dinheiro, etc.

**Bronquite asmática em tratamento** → Ligue para o seu médico



**ODONTOLÓGICO** → Atendimento aos domingos, feriados em geral, finados e feriados de final e início de ano no horário de 9h às 15 horas no Centro Odontológico de emergência (Shika Kinkyu Center). Telefone 24-8020  
Endereço: Zaimoku cho 1-3-6 (Próximo à entrada da escola Higashi Shougakko)  
Maiores informações: Ueda Chiisagata Shika Ishi kai Tel. 22-2160



#### **Médicos e Hospitais de Plantão (Domingos e Feriados)** Horário: 9h ~ 18h

Informações sobre médicos e hospitais de plantão podem ser obtidas através de telefone ou FAX 0120-890-421

Ano 2016	Clínico Geral			Cirurgião			Ginecol./Obstet.		
	Médico	Endereço	Tel	Médico	Endereço	Tel	Méd	End	Tel
07 fev.	Yamaguiwa	Besshoonsen	38-7388	Tanaka clínica	Tokiiri	23-5757			
	Houden	Tonoshiro	29-1220	Aoyagui-oftalmo	Sumiyoshi	28-6688			
	Handa	Nakanojo	28-0888	Hibi	Uedahara	21-0721			
11 fev.				Sumiyoshi-otorrin	Sumiyoshi	22-3387			
	Tsuiji	Tsuiji	29-8686	Research park	Shimonogo	37-1133			
	Heart	Fumiiri	23-0386	Shimogata seikei ortopedista	Yoshida	35-5252			
	Kouda clínica	Koaso	38-3065	Otani-oftalmo	Tokida 3	27-2220			
14 fev.				Kouda cl-otorrino	Koaso	38-3065			
	Ikeda	Uedahara	22-5041	Hanazono	Chuo nishi 1	22-2325			
	Yoda	Tokiwagui 5	28-1223	Okada	Chuo 6	24-2662			
21 fev.	Okada	Chuo 6	24-2662	Otani-otorrino	Chuo 2	22-0727			
	Shioda	Nakano	38-2221	Shioda-otorrino	Nakano	38-2221			
	Yoshida	Tokiiri	24-1222	Yamakoshi	Kokubu	26-5800			
	Kawanishi Seikyo	Nikota	31-1411	Sato – oftalmo	Kabatake	38-2011			
	Harada	Oya	36-0520						
28 fev.	Yanaguisawa	Chuo nishi 1	22-0109	Kouda	Chuo 1	22-0859			
	Iijima	Tsuiji	22-5011	Watanabe	Komaki	29-1112			
	Kosato-derm	Kosato	28-4111	Matsutaka-oftalm	Tokida 2	22-0809			
	Uedahara Life	Uedahara	22-0873	Iijima-otorrino	Ote 1	22-1270			