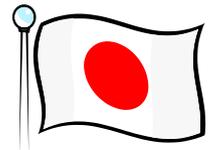


# NOTÍCIAS DE UEDA



Informativo da Prefeitura de Ueda  
Setor de Atendimento e Registro de Estrangeiros  
Tel: (0268) 75-2245 (direto) ou (0268) 22-4100 ramal 1308  
Edição número 211 — Dezembro de 2016  
Ano 18 — Tiragem: 415  
Distribuição Gratuita



## FESTA DE NATAL INTERNACIONAL



Vamos comer, cantar e conversar com pessoas de várias nacionalidades na festa de natal em estilo americano (levar um pratinho de comida)!

**Data:** 18 de dezembro (domingo) das 16h às 18h.

**Local:** Chuo Kouminkan, sala de reuniões do 3º andar

**Levar:** um prato de comida para duas pessoas ou 500 ienes para quem não puder levar a comida. Não precisa levar bebida.

Sem necessidade de inscrição antecipada.

Maiores informações: Chuo Kouminkan, telefone 22-0760 ou Tabunka ni Touch, tel. 090-1502-3511 (Assai san)



## Caros leitores



Existe um clima de solidariedade, amor e fraternidade entre as pessoas nesta época do ano, desejando mutuamente votos de felicidades e lembrando com carinho os entes queridos que não mantêm contato com frequência.



É importante reservar um tempinho, pelo menos uma vez por ano, para meditar e cultivar a serenidade espiritual esquecendo por um instante as correrias e lutas do cotidiano que nos desgastam no decorrer do ano.

O final de ano é uma época ideal para refletir e avaliar o ano que passou, sentindo o prazer de cada conquista e humildade para aprender com cada erro e frustrações.

*Desejamos a todos, boas festas e passagem de ano com muita saúde e esperança.*



**PREFEITURA DE UEDA - Feriado de final de ano e ano novo**  
**A Prefeitura de Ueda estará atendendo até o dia 28 de dezembro (quarta),**  
**voltando ao expediente no dia 04 de janeiro de 2017 (quarta).**



Atendimento em português no Fureai Fukushi Center, todas as quartas-feiras das 14h às 16h (dúvidas, problemas, ler textos em japonês, etc).





## **32ª. Consulta gratuita sobre quaisquer assuntos (em japonês)**

Além de impostos, legislações, administração, fundação de empresa, poderá consultar-se com especialistas de vários setores que estarão presentes, sobre regulamento trabalhista, contrato de aluguel temporário, registro de marca, licenças e aprovações e outros.

**Especialistas:** advogado, consultor fiscal, despachante jurídico, advogado trabalhista e seguro social, despachante de administração pública, consultor de gerenciamento de pequena e média empresa, agente de registro de marcas e patentes, e outros.

**Taxa:** gratuita

**Data:** 01 de dezembro das 10h às 12h e 13h às 16h

Sem necessidade de prévia inscrição.

Maiores informações: Ueda Shouko Kaigui sho, telefone 22-4500

☆. ☆.

## **Consulta gratuita para pessoas com muitas dívidas (em japonês)**

Consulta gratuita com advogado ou despachante jurídico sobre problemas relacionados às dívidas. Consulta gratuita com necessidade de inscrição antecipada.

**.Dia e horário:** 14 de dezembro (quarta) 10h às 17h

**Local:** Toudin Shouhi Seikatsu Center (Ueda Godo Chousha 6º andar)

**Inscrições:** até 13 de dezembro (terça), pelo telefone abaixo (segunda a sexta das 8h30 às 17h)

Maiores informações: Toudin Shouhi Seikatsu Center, telefone 27-8517, prefeitura de Ueda, setor Seikatsu Kankyo Ka

☆. ☆.

## **Consulta gratuita (em japonês) com despachante jurídico sobre pagamento de pensão para filhos (Youiku hi)**

Atendimento por telefone

**Data e horário:** 08 (quinta) ~ 10 (sábado) de dezembro das 10h às 15h

**Telefone (ligação gratuita):** 0120-448-788

Atendimento no local

**Data/horário:** 10 (sábado) de dezembro das 10h às 15h

**Local:** Nagano Ken Shiho Shoshi Kaikan 2º andar (Nagano shi Tsumashina 399)

Marcar a consulta antecipadamente pelo telefone abaixo.

Maiores informações: Nagano-Ken Shihou Shoshi Kai, pelo telefone 026-232-7492 ou na prefeitura de Ueda, setor Seikatsu Kankyo Ka.

☆. ☆.

## **Consulta sobre problemas de saúde e do cotidiano (em japonês)**

Orientação jurídica pelo advogado sobre desemprego, falência, dívidas, problemas familiares e outros. Orientação sobre saúde física e psicológica pela enfermeira da saúde pública.

**Data e horário:** 02, 09, 16 de dezembro (sextas) das 9h30 às 16h

**Local:** Ueda Hoken Fukushi Jimusho (Ueda Godo Chosha)

**Público alvo:** Pessoas que necessitam de orientação jurídica, pessoas com problemas de saúde, desanimadas, não conseguem dormir e pessoas que necessitam de orientação sobre emprego e assistência social.

**Taxa:** gratuita

**Período de inscrição:** Com quatro dias de antecedência para consultas com advogado e uma semana de antecedência sobre emprego, assistência social e outras consultas, pelo telefone abaixo.

**Maiores informações:** Ueda Hoken Fukushi Jimusho Kenko Zukuri Shien Ka, telefone 0268-25-7149 ou prefeitura de Ueda, setor Kenko Suishin Ka.





## Campanha de Segurança no Trânsito de final de ano ~ período de 01 a 31 de dezembro ~

Vamos todos prevenir contra acidentes de trânsito.

Nesta época do ano, devido ao pôr do sol mais cedo, além do aumento de acidentes nos semáforos e de pedestres ao atravessar ruas, podem ocorrer acidentes graves devido ao aumento de motoristas alcoolizados, más condições das ruas em decorrência do

acúmulo de neve e congelamento. Vamos prevenir acidentes de trânsito obedecendo as normas e seguir as boas maneiras.

### Ítens principais da campanha:

- ① Ao pôr do sol, dirigir com cuidado acendendo a lanterna (inclusive lanterna que atinge longa distância) com antecedência e diminuindo a velocidade. O pedestre deverá usar material com reflexo para que o motorista perceba a sua presença.
- ② Dirigir alcoolizado, é crime. Vamos todos cooperar, não dirigir e não deixar dirigir alcoolizado.
- ③ Proteção ao pedestre e garantir a segurança das vias públicas e de trajeto escolar diminuindo a velocidade nos cruzamentos e semáforos e parar ao avistar pedestre.
- ④ Utilizar o cinto de segurança em todos os assentos e assento de criança adequadamente para proteger a preciosa vida.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Seikatsu Kankyou Ka, telefone 22-4140

☆. ☆.



## Informações sobre as ruas e canais de água

Para que todos os cidadãos possam trafegar em segurança e conforto, a cidade de Ueda realiza patrulhamentos nas vias, porém é muito difícil estar sempre informado sobre a situação de todas as ruas que administra.

Se caso encontrar obstáculos nas ruas como buracos, terras e pedras ou placas com risco de queda, sarjeta de canais de água com tampa inconveniente e outros, solicitamos avisar um dos setores abaixo.

Prefeitura de Ueda setor Kanri ka telefone 23-5125, Doboku Ka 23-8242, Kensetsu Ka de Maruko 42-1032, Sanada 72-4331, Takeshi 85-2793. Ueda Kensetsu Jimusho 25-7164 para estrada provincial e nacional exceto rodovia 18. Nagano Kokudo Jimusho 22-2737 para rodovia nacional 18.

☆. ☆.



## Transferência (doação) de Cães e Gatos

(Inu Neko Jôtokai)

**Data:** 11 de dezembro (domingo) das 11h às 13h. (não haverá a transferência no local)

**Local:** Ueda Goudo Chosha, prédio sul, 2º andar

**Informações:** Representante do "grupo para salvar cão e gato, mesmo que seja um" (Ippiki demo inu, neko o sukuu kai) Sr(a) Fujii telefone 090-9353-3195

☆. ☆.

## Desenvolvimento Infantil

**Dormir e acordar cedo para a saúde física e mental,  
Preparar o equilíbrio hormonal através do sol e do sono**

O sono sustenta o cérebro e a mente:

- O importante é dormir cedo!

O hormônio de desenvolvimento que faz aumentar as células do cérebro, ossos e músculos é produzido duas horas após adormecer e entre 22h e 02 horas da manhã.



Acordar cedo para tomar banho de sol da manhã:

- Levantar até as 07 horas da manhã para tomar banho de sol e despertar o cérebro e o corpo.
- Fazer dormir (soneca da tarde) durante uma a duas horas para acordar antes das 15 horas.
- Antes de dormir, procure não deixá-lo agitado, acalme-o lendo livro infantil e desfrutando o momento de contato com o seu filho.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kenko Suishin ka, telefone 23-8244



## Exame Odontológico ( Doença Periodontal )

Poderá fazer exame odontológico e receber orientações sobre a correta escovação dos dentes e prevenção de doença periodontal.

**Público alvo:** cidadãos que fazem aniversário de 30, 40, 50, 60 e 70 anos de idade até 31 de março de 2017

**Período de exame:** Até 28 de fevereiro de 2017

**Levar:** Hagaki enviado pela prefeitura, Cartão do Seguro de Saúde (Hokensho) e 600 ienes referente a despesa.

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



☆. ☆.

## SAÚDE

### VACINAS OBRIGATÓRIAS EM CLÍNICAS E HOSPITAIS CREDENCIADOS

#### BCG

Uma dose, antes de completar 1 ano de idade ( ideal entre 5 e 8 meses)



#### Tetralente (Difteria, tétano, coqueluche e pólio inativada) - (Yonshu Kongo)

3 doses e 1 reforço com idade entre 3 meses e antes de completar 90 meses(7 anos e 6 meses).

Tomar 3 doses com intervalo de 20 a 56 dias e o reforço após 06 meses a partir da terceira dose.



#### Sarampo e Rubéola ( Mashin Fuushin)

Tomar primeira dose da vacina ao completar 1 ano e antes de completar 2 anos de idade e a segunda dose no último ano antes de ingressar na escola primária – shougakko , ( após o ingresso na escola primária, o custo da vacina será de responsabilidade dos pais ou responsáveis).

#### Encefalite Japonesa (Nihon Noen)

2 doses e 1 reforço com idade entre 6 meses e antes de completar 90 meses(7 anos e 6 meses).

Tomar 2 doses com intervalo de 6 a 28 dias e o reforço após 6 meses a partir da segunda dose.

#### Pneumocócica Infantil (Shouniyou Haien Kyuukin)

3 doses entre 2 meses e antes de completar 7 meses de idade com intervalo de mais de 27 dias (tomar a terceira dose antes de completar dois anos de idade).

Reforço após 60 dias ou mais a partir da terceira dose e com mais de 1 ano de idade.



#### HIB- Haemophilus Influenzae tipo B

3 doses entre 2 meses e antes de completar 7 meses de idade com intervalo de 27 a 56 dias. Reforço com intervalo de 7 a 13 meses a partir da terceira dose.

#### Varicela (Catapora) (Suitou )

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

#### Hepatite B (B Gata Kan En)

2 doses com intervalo de mais de 27 dias e a terceira dose após 139 dias da primeira dose.



### 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.

**UEDA CHIIKI HOKEN CENTER      Tel: 23-8244**

Idade		Nascidos em	Data (dez.)	Local	Recepção
EXAMES	4 meses	16 ~ 31/julho /2016	01 (quinta)	Ueda	12h30~ 13h30
		01 ~ 15 /agosto/2016	20 (terça)		
		Julho/2016 Região:Kawabe, Izumida, Shioda e Kawanishi	09 (sexta)	Kawanishi	
	1 ano e 6 meses	16 ~ 31/maio/2015	07 (quarta)	Ueda	
		01 ~ 15/junho/2015	22 (quinta)		
	2 anos Odontol.	01 ~ 15/setembro/2014	08 (quinta)	Shioda	
		16 ~ 30/setembro/2014	14 (quarta)		
		Setembro e outubro/2014 Região: Shioda e Kawanishi	21 (quarta)		
	3 anos	01 ~ 15/novembro/2013	06 (terça)	Ueda	12h30~ 13h30
		16 ~ 30/novembro/2013	16 (sexta)	Shioda	
Outubro e novembro/2013 Região: Shioda e Kawanishi		02 (sexta)			
AULAS	7 meses	16 ~ 30/abril/2016	01 (quinta)	Ueda	09h30~ 09h45
		01 ~ 15/maio/2016	15 (quinta)		
		Maio/2016 Região: Kawabe, Izumida, Shioda e Kawanishi	27 (terça)	Kawanishi	
	Aniversário (1 ano)	01 ~ 15/dezembro/2015	07 (quarta)	Ueda	
		16 ~ 31/dezembro/2015	22 (quinta)		
		Dezembro/2015    Região: Shioda e Kawanishi	13 (terça)	Shioda	
<b>Nas Instituições Médicas da cidade de Ueda durante o mês de dezembro de 2016</b>					
10 meses	16/janeiro/2016~ 15/fevereiro/2016		Necessário marcar com antecedência		

**MARUKO HOKEN CENTER      Tel: 42-1117**

Idade		Nascidos em	Data (dezembro)	Local	Recepção
Exames	4 meses	Julho/2016	01 (quinta)	Maruko	12h30 ~13h15
	10 meses	Fevereiro/2016	16 (sexta)		
	1 ano e 6 meses	Maio/2015	06 (terça)		
	2 anos-odontológico	Outubro ~ nov./2014	13 (terça)		
	3 anos	16/out~ 30/nov/2013	09 (sexta)		
Aula	7 meses	Maio/2016	20 (terça)		09h30 ~ 09h45

**SANADA HOKEN CENTER      Tel: 72-9007**

Idade		Nascidos em	Data (dezembro)	Local	Recepção
Exames	4 meses	Julho e agosto/2016	15 (quinta)	Sanada	12h30 ~ 12h45
	1 ano e 6 meses	Maio ~ junho /2015	09 (sexta)		12h45 ~ 13h
	3 anos	Out. ~ dez./2013	08 (quinta)		
Aulas	7 meses	Maio/2016	21 (quarta)		09h30 ~ 09h40

**TAKESHI KENKO CENTER      Tel: 85-2067**

Idade		Nascidos em	Data (dezembro)	Local	Recepção
Exames	4 meses	Julho/2016	01 (quinta)	Maruko	12h30 ~ 13h15

## Atendimento emergencial

**Ortopedistas** → Machucados

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

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

**Clínico Geral e Pediatria** → Febre alta repentina, vômitos e diarreias incontrolláveis, etc.

**Antes de dirigir-se ao local deverá telefonar** entre 19h e 22h30 para 0268 21-2233 (pediatria) ou 21-2280 (clínica geral).

**Horário de atendimento:** 20h às 23h.

**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



**Dentista** → Atendimento aos domingos, feriados em geral, finados e feriados de final e início de ano

**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



Ano 2016	Clínico Geral			Cirurgião			Ginecol./Obstet.		
	Médico	Endereço	Tel	Médico	Endereço	Tel	Méd	End	Tel
04 dez.	Yanaguisawa	Chuo nishi 1	22-0109	Kouda	Chuo 1	22-0859			
	Ashisawa	Yoshida	35-3330	Watanabe	Komaki	29-1112			
	Hori	Nakanojo	23-5566	Kouda-oftalmo	Tokida 2	27-6111			
				Kawanishi-derm	Hoya	38-2811			
				Nagashima-otor	Nakanojo	23-8734			
11 dez.	Yamada	Shimonogo	26-8181	Ueda Jinzou	Sumiyoshi	27-2737	Ueda hara	Ueda hara	26-3511
	Ueda Jinzou	Sumiyoshi	27-2737	Ueda Seikei-ort	Tokida 2	75-7518			
				Aozora	Uedahara	75-1100			
				Izumi-oftalmo	Ario 2º.and	75-8641			
18 dez.	Gono	Kojima	38-0101	Saito	Aokubo	35-0887	Tsu noda	Ueda	27-7760
	I clínica	Kosato	21-3737	Asaji Seikei-orto	Shimonogo	38-1313			
				Imai-oftalmo	Shimonogo	38-1700			
				Ikuta-otorrino	Ikuta	41-1187			
23 dez.	Ueda	Chuo 1	22-3580	Ueda	Chuo 1	22-3580			
	Wakata	Shinmachi	38-2540	Kangawa	Aokubo	34-5151			
	Miyasaka	Tokida 2	22-0759	Kawanishi seikyo	Nikota	31-1411			
				Matsutaka-oftal	Tokida 2	22-0809			
				Akiwa-dermatol	Akiwa	28-5177			
				Sumiyoshi-otor	Sumiyoshi	22-3387			
25 dez.	Komatsu	Ueda	27-2200	Kobayashi	Tokida 3	22-6885	Shi San Fujin	Mido riga oka	22-1573
	Ueda Seikyo	Kami shiojiri	23-0199	Iida seikei-ortop	Uedahara	28-1211			
	Jounan	Gosho	22-3481	Kouda-oftalmo	Tokida 2	27-6111			
	Kouda clínica	Koaso	38-3065	Kouda cl-otorri	Koaso	38-3065			
30 dez.	Koizumi	Koizumi	81-0088	Tanaka clínica	Tokiiri	23-5757			
	Nisshindo	Chuo 3	22-0558	Hibi	Uedahara	21-0721			
	Chikumaso psiquiatra	Chuo higashi	22-6611	Aoyagui-oftalmo	Sumiyoshi	28-6688			
				Iijima-otorrino	Ote 1	22-1270			
31 dez.	Suguiyama	Chuo kita	26-8200	Research park	Shimonogo	37-1133			
	Suwagata	Suwagata	25-5556	Shimogata seikei - ortoped	Yoshida	35-5252			
	Miyashita	Chuo nishi 1	22-4328	Otani-oftalmo	Tokida3	27-2220			
				Kanai-otorrino	Kokubu	22-9716			