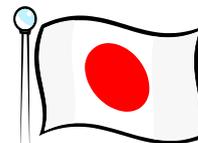


# NOTÍCIAS DE UEDA



Informativo da Prefeitura de Ueda  
Setor de Atendimento e Registro de Estrangeiros  
Tel: (0268)22-4100 ramal 1308  
Edição número 162 — Novembro de 2012  
Ano 14 — Tiragem: 440  
Distribuição Gratuita



## Ueda Tabunka Kouryu Festa 2012

Exposições de painéis de fotografias,  
apresentações de danças, músicas  
e degustações de comidas típicas de vários países.

**Local: Ueda Shi Chuo Kouminkan – Ueda Shi Zaimokucho 1-2-3**

**Data: 25 de novembro (domingo) das 10:00 ~ 16:00h**

**Entrada: Gratuita**



Maiores informações: AMU- Ueda Shi Tabunka Kyousei Suishin Kyoukai tel. 25-2631

\*\*\*\*\*

## Revisão do valor do salário mínimo por hora de trabalho na província de Nagano.

**A partir de 01 de outubro de 2012 – “700 ienes por hora”.**

O salário mínimo por região é aplicado a todos os empregados e empregadores, independente da função e forma de contro inclusive para empresas com apenas um funcionário.



Maiores informações: Ueda Roudo Kijun Kantoku Sho –Tel: 22-0338

\*\*\*\*\*

### **VISITEM O SITE DE UEDA!!!!**

**Consulte!! [www.city.ueda.nagano.jp](http://www.city.ueda.nagano.jp)** (Procure pela bandeira do Brasil) Poderá encontrar informações úteis para facilitar a sua vida no Japão. Os interessados em receber o informativo mensal da Prefeitura de Ueda ou quaisquer outros avisos, favor enviar e-mail para :

**Luzia Kinoshita** : [kinosshita-kazumi@city.ueda.nagano.jp](mailto:kinosshita-kazumi@city.ueda.nagano.jp) ou

**Tereza Horinouti** : [horinouti-tereza@city.ueda.nagano.jp](mailto:horinouti-tereza@city.ueda.nagano.jp)

## Ingeriu bebida alcoólica ?

## NÃO DIRIJA E NÃO DEIXE DIRIGIR



Quantos somos? (dados de setembro/2012)

População japonesa de Ueda: 162.212

Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 871

Total de estrangeiros registrados em Ueda: 3.741

CALENDÁRIO DE RECOLHIMENTO DE LIXOS RECICLÁVEIS NOS SÁBADOS



<b>03/nov</b>	a) Tsuruya (Yamaguchi)	b) Matsuya (Filial Kawanishi)	c) Seiyu (Sanada)
<b>10/nov</b>	a) Seiyu (Filial Akiwa)	b) Tsuruya (Filial Uedahara)	c) Tsuruya (Filial Maruko)
<b>17/nov</b>	a) Yaofuku (Filial Kosato)	b) A Coop (Filial Shioda)	
<b>24/nov</b>	a) Seiyu (Filial Ueda Higashi-próx. ao Aeon)	b) Shiodano Shopping ( Big)	c) Takeshi Jichi Center

\*\*\*\*\*

### Moradia Pública da Província de Nagano

**Data:** 29 de outubro(segunda) ~ 02 de novembro ( sexta)

**Horário:** 9:00 às 17:00h

**Local:** Juutaku Kyougo Kousha Ueda Kanri Center Ueda Goudo Chousha – Minami Tou

**Sorteio:** 09 de novembro (sexta) a partir das 13:30h

Maiores informações: Juutaku Kyougo Kousha Ueda Kanri Center tel. 29-7010



\*\*\*\*\*

### Doações para regiões vítimas dos terremotos

Para que as vítimas dos terremotos na região nordeste do Japão e na região norte da Província de Nagano possam voltar a viver tranquilamente o mais rápido possível, solicitamos a colaboração calorosa dos cidadãos de Ueda.

As caixas para recebimento de doações estão instaladas em 11 postos de coletas na cidade de Ueda. Caso haja necessidade do Recibo, fazer a doação diretamente na Prefeitura de Ueda ou nos Centros de Atendimento de Maruko, Sanada e Takeshi, setor Fukushi Ka.

**Postos de coleta:** Prédio central (Honchoshu), prédio sul (Minami choshu), prédio norte (Kita choshu) da Prefeitura de Ueda, Secretaria de Ensino ( Kyouiku linkai), Kenko Plaza Ueda e nos Centros de Atendimento.

**Período para doações:** Até 29 de março de 2013 (sexta)

**Maiores informações:** Prefeitura de Ueda setor Fukushi Ka tel. 22-4100 ramal 1990, Centros de Atendimento de Maruko tel. 42-1118, Sanada tel. 72-2203 e Takeshi tel. 85-2067



\*\*\*\*\*

### Seminário sobre novo sistema de Controle de permanência de estrangeiros

A partir de 09 de julho de 2012 houve mudança na lei de controle de permanência.

Seminário gratuito sobre os serviços administrativos, como procedimentos necessários que os cidadãos estrangeiros devem providenciar em casos de 「Diversas atividades e trabalhos」, 「empregos」, 「casamentos」 e 「expansão dos empreendimentos no exterior」 .

**Data:** 27 de novembro (terça) das 15:00 às 16:30h

**Local:** Shoko Kaigui Sho 5º.andar

**Orador:** Hayashi Tatsuyuki (Despachante administrativo)

**Participantes:** 60 pessoas

**Inscrição:** Até 22 de novembro (quinta) por telefone ao Ueda Shoko Kaigui Sho

Maiores informações: Ueda Shoko Kaigui Sho telefone 22-4500

\*\*\*\*\*

### Consulta gratuita com Despachante (em japonês)

**Data/horário:** 27 de outubro (sábado) das 10:00 às 16:00h (somente em Maruko das 9:00 às 13:00h)

**Local:** Chuo Kouminkan, Maruko Nagase Shimin Center, Toubu Jinken Keihatsu Center (Tomi Shi)

**Assunto:** Tutela, herança, testamento, contrato, conversão das terras agrícolas, procedimentos para obtenção de visto para estrangeiros, etc. Não há necessidade de marcar horário com antecedência.

Maiores informações: Nagano Ken Gyousei Shoshi Kai Ueda Shibu tel. 25-8720

## Classes de Japonês

Aulas de língua japonesa ministrada pelos voluntários (Taxas de material didático variam conforme a classe)

Classe	Dia/horário	Local	Representante	Telefone
Fureai Nihongo Kyoushitsu	Domingo 10:00 às 11:45	Fureai Fukushi Center	Tsuchiya Shinichi	0268-42-3507
Josho Nihongo Kouza	1º.,2º.,3º. domingos do mês 13:30 às 15:30	Ueda Souzoukan	Kohzu Hiroshi	0268-38-7171
Nihongo Kurabu Sakura	Quarta feira 19:30 às 21:00	Ueda Souzoukan	Nakamura Kumiko	0268-22-6223
Minori no Kai	Sábado 13:15 às 15:00	Shimin Plaza Yu	Assai Tsuneko	0268-25-3511
Yuuai Maruko	Sábado (verão-9:30 às 12:00) (inverno- 10:00 às 11:30)	Maruko Volunteer Chiiki Katsudou Center	Naruzawa Mitsuko	0268-43-3580
Himawari Nihongo Kyoushitsu	Sábado 10:00 às 12:00	Chuo Kouminkan	Sato Miyako	0268-25-6824
Minnano Nihongo Hiroba Tarouyama	Sábado (exceto 1º. do mês) 13:00 às 15:00	Uenogaoka Kouminkan	Kuboi Yasunori	090 6190 3010

\*\*\*\*\*

## Cerimônia do Dia da Maioridade da Cidade de Ueda SEIJIN SHIKI 2013



Data: 13 de janeiro de 2013 (domingo)

Poderão participar da cerimônia os nascidos no período de 02 de abril de 1992 a 01 de abril de 1993.

Os convites serão enviados até final de novembro para jovens residentes em Ueda e para os que mudaram para outras cidades porém com endereços conhecidos..

Os jovens que não estão registrados em Ueda e não receberam o convite porém desejam participar da cerimônia, deverão se informar pelos telefones:

Ueda 0268 23 6370, Maruko 0268 42 3147, Sanada 0268 72 2655  
ou Takeshi 0268 85 2030.

Região	Chuugakko que frequentou	Local da Cerimônia	Horário
Ueda	Ichu, Nichu, Sanchu	Ueda Shimin Kaikan	Recepção: 13:00h Início: 13:30h
	Yonchu, Rokuchu	Ueda Souzoukan	
	Gochu	Uenogaoka Kouminkan	
	Shiodachu	Shioda Kouminkan	
Maruko	Marukochu, Maruko Kitachu	Maruko Bunka Kaikan	Recepção: 10:30h Início: 11:00h
Sanada	Sanadachu, Sugadairachu	Sanada Chuo Kouminkan	
Takeshi	Yodakubo Nambuchu	Takeshi Kouminkan	

\*\*\*\*\*

## 9º. Intercâmbio da rede de informações de Josho sobre Energia Renovável (Natural)

Visita às instalações de Energia Natural, contato com a natureza, confecção de objetos ( indicado para crianças acima de 4ª.série do primário).

Data: 17 de novembro (sábado).

Horário de partida: 8:30h em frente à entrada principal da Prefeitura de Ueda.

Local: Musouteien 「Komorebi」 cidade de Saku Shi Uchiyama

Taxa: 1.000 ienes

Participantes: 20 pessoas

Inscrição: Por telefone ao Shizen Energy Josho Net Telefone 090 1533 2072

Próximas programações: 15 de dezembro, 19 de janeiro, 23 de fevereiro, 16 de março (sábado das 13:30 às 15:30)

## Cursos de Inverno para crianças

**Preparo de biscoitos (Gurumpa Cookies):** Para 25 crianças do nível ginásial (chuugakko) ou menores. Crianças até 3ª.série do primário (shougakko) devem estar acompanhadas por um responsável. Dia 23 de novembro a partir das 10:00h no Shioda Kouminkan.

**Confecção de mug cup (Porcelarts):** Para 8 crianças do nível primário (shougakko) e ginásial (chuugakko) e seus responsáveis. Dia 01 de dezembro (sábado) a partir das 13:00h no Jonan Kouminkan.

**Christmas Kids flower:** Para 12 crianças do nível primário (abaixo da 3ª.série devem estar acompanhados pelos responsáveis). Dia 02 de dezembro (domingo) a partir das 9:30 no Shimin Plaza Yu

**Enfeites de Natal com feltro (Oyako de tsukurou youmou fueruto de Curisumasu):** Para 10 grupos de crianças do nível primário (shougakko) ou acima, com seus respectivos pais. Até 4 pessoas por grupo. Dia 02 de dezembro (domingo) a partir das 9:45h na biblioteca Ueda Toshokan.

**Bolo de Natal (Kantan Kurisumasu Cake):** Para 8 grupos de crianças do nível primário (shougakko) e ginásial (chuugakko) com seus respectivos responsáveis. Dia 02 de dezembro (domingo) a partir das 10:00h no Jonan Kouminkan.

**Aula de culinária e pão para pais e filhos (Oyako de tanoshimu pan & ryouri) :** Para 10 grupos de crianças do nível primário (shougakko) ou acima e seus responsáveis. Dia 09 de dezembro (domingo) a partir das 9:30h no Jounan Kouminkan.

**Aula de Patchwork quilt (Pachiwaku kiruto kyoushitsu):** Para 10 crianças do nível primário (shougakko). Dia 09 de dezembro (domingo) a partir das 10:00h no Chuo Kouminkan.

**Apreciar a estorinha de Peter rabbit em inglês (Eigo de tanoshimu Pita rabitto ehon) :** Para 10 crianças acima de 5ª.série do primário até adultos ou crianças abaixo de 4ª.série do primário com grau 5 em proficiência inglesa. Dia 09 de dezembro (domingo) a partir das 10:30h no Ueda Jouho Library.

**Aula de pão para pais e filhos (Ouchi Café Oyako tezukuri pan kyoushitsu):** 12 alunos do nível primário (shougakko) até ginásial (chuugakko) e seus responsáveis para cada turma da manhã e da tarde. Dia 16 de dezembro (domingo) a partir das 9:30h e 13:30h no Uenogaoka Kouminkan

**Inscrição:** A partir de 09 de novembro (sexta) através de Hagaki com nome completo, endereço, série que está estudando nome da aula que deseja participar. Enviar para Shougai Gakushu Ueda Jiyu Juku  
Endereço: Ueda Shi Fumiiri 2-1-15 Ikeno Dai 2 biru 2 kai 〒386-0017.

**Outros:** Dependendo da aula, haverá necessidade de pagar pelo material utilizado. Maiores informações nos catálogos distribuídos nos Kouminkan ou na home page <http://www.geocities.jp/uedajiyujuku/>  
Shougai Gakushu Ueda Jiyu Juku telefone 22-6840.

\*\*\*\*\*

## Reciclagem de Livros

Distribuição gratuita de livros usados que foram doados pelas bibliotecas e cidadãos da cidade de Ueda .

**Data:** 17 de novembro (sábado) das 10:00 às 11:30h

**Local:** Ueda Souzokan, Sala de reuniões Dai 2 Kaigui shitsu

**Outros:** Caso tenham livros que não serão mais utilizados (exceto obras completas, enciclopédias, livros sujos e danificados) poderão levá-los à biblioteca municipal (Ueda Toshokan ) até o dia 15 de novembro para doações .

Maiores informações: Biblioteca Municipal Ueda Toshokan tel. 22-0880

\*\*\*\*\*

## Festival Cultural Jounan Chiku Bunkasai

Apresentação da Orquestra Ueda Ensemble Orchestra: 「Syncopated Clock」 ,  
「Gake no ue no Ponho」 e outras.

**Data:** 11 de novembro (domingo)

**Horário:** A partir das 14:30h

**Local:** Ueda Souzokan Bunka Hall

**Taxa:** Gratuita

Não é necessário reservar antecipadamente.

Maiores informações: Jounan Kouminkan tel.27-7618



## Festival Kawanishi Kouminkan Matsuri

**Data:** 03 e 04 de novembro (sábado e domingo)

**Local:** Kawanishi Kouminkan

**Programação do dia 03 (sábado):** Exposição, apresentações de palco, música, feira livre (free market).

**Dia 04 (sábado):** Exposição, eventos comemorativos, apresentações, vendas de produtos agrícolas e marinhos, distribuição de sopa, etc.

Maiores informações: Kawanishi Chiiki Jichi Center tel. 75-5840 e Kawanishi Kouminkan Matsuri Jikko linkai tel. 22-5004



\*\*\*\*\*



## Aula de Culinária para pais e filhos : Festa de Natal

Preparo e degustação de Rosbife, Yoofu Tirashi sushi, Rocambole de natal.

**Data:** 01 de dezembro (sábado) das 9:30 às 13:00h

**Local:** Chuo Kouminkan

**Taxa:** 1.100 ienes por par {mãe (pai) e filha (o)}

**Levar:** Avental, lenço para cabeça (bandana), copo para chá ou café

**Participação:** 10 pares {mãe (pai) /filha (o)} .Vagas serão preenchidas por ordem de inscrição

**Inscrição:** A partir de 13 de novembro (terça) 9:00h por telefone ao Chuo Kouminkan telefone 22-0760

\*\*\*\*\*

## Palestra: Preparação física para não engordar através de Slow training

Slow training é uma forma de exercício físico vagaroso com pouco esforço. A participação é gratuita e sem necessidade de inscrição antecipada.

**Data:** 23 de novembro (sexta - feriado) das 13:00 às 14:30h

**Local:** Shioda Kouminkan

**Palestrante:** Ishii Naokata ( Professor de Pós graduação da Universidade de Tóquio)

Maiores informações: Ueda Mix sports club, telefone 71-5392

\*\*\*\*\*

## Prevenção: Como está a sua massa muscular?

À medida que envelhecemos, há uma tendência natural de perda da massa muscular e a maioria das pessoas sentem a diferença na disposição física em comparação à época que eram mais jovens. Após 60 anos de idade, em comparação aos 20 anos, percebe-se uma redução da massa muscular de aproximadamente 40% principalmente das coxas e pernas.

É importante começar a exercitar os músculos enquanto jovem e saudável afim de conservar a força muscular e prevenir quedas, perda de equilíbrio e invalidez praticando exercícios dinâmicos 2 a 3 vezes por semana, caminhadas e alongamentos todos os dias.



Exercício para fortalecer os músculos das coxas:

- 1- Sentar na cadeira com braços eretos, levantados até altura dos ombros e com joelhos separados na largura dos ombros.
- 2- Colocar firmemente as solas dos pés no chão olhando para frente com as costas retas.
- 3- Levantar-se lentamente contando de 1 a 4, esticando os braços para a frente.
- 4- Sentar-se lentamente contando de 5 a 8, ainda com os braços na mesma posição .

\* Poderá começar fazendo o exercício 10 vezes (dependendo da resistência) e aumentar gradativamente.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Koureisha Kaigo Ka tel. 23-5140

## Exame de mamografia (suplementar)

A mamografia é um exame de diagnóstico por imagem radiográfica da mama, produzida através de um aparelho de Raios-X, que possibilita detectar câncer de mama no seu estágio inicial.

Poderão fazer a solicitação as mulheres com mais de 40 anos que fazem aniversário de idade par no período de 01 de abril de 2012 até 31 de março de 2013 ou que possuem cupom de Exame de Mamografia gratuito (amarelo).

Será uma boa oportunidade para as pessoas que se enquadram nos requisitos acima e esqueceram de solicitar o exame de mamografia este ano ou por algum motivo não puderam comparecer no dia e horário marcado para o exame .

**Data:** Dias estabelecidos do período de novembro ~ início de março de 2013.

**Local:** Postos de Saúde ou Kouminkan da região de Ueda

**Taxa:** 1.300 ienes (Gratuita para quem possui cupom de Exame de Mamografia gratuito (amarelo) ou recebe ajuda de subsistência apresentando Kakuju Kenshin Muryou Jushin sho emitido pela prefeitura).

**Solicitação:** Deverá marcar horário com antecedência por telefone ao setor Kenko Suishin Ka da Prefeitura de Ueda

**Maiores informações:** Prefeitura de Ueda setor Kenko Suishin Ka tel. 28-7124

\* \* \* \* \*

## Início de Vacina Tetravalente para bebês

Em novembro de 2012 iniciará a vacinação tetravalente, combinação das vacinas inativada pólio e a tríplice (difteria, tétano e coqueluche).

Em decorrência da mudança, serão enviadas cartas individuais para crianças nascidas após agosto de 2012.

As crianças nascidas antes de julho de 2012 deverão tomar as vacinas Inativada Pólio e a Tríplice separadamente conforme sistema anterior.

O bebê deverá tomar a vacina tríplice logo após completar 3 meses de idade.

É muito arriscado deixar atrasar a vacina tríplice. Quando em bebê é contaminado pela coqueluche (Pertussis, tosse comprida) sem vacinação ou com a imunização incompleta, a doença poderá se agravar com risco de vida.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kenko Suishin Ka tel. 28-7124 ou Kenko Fukushi Ka de Maruko tel. 42-1117, Sanada tel. 72-9007 e Takeshi tel. 85-2067

\* \* \* \* \*

## SAÚDE

### VACINA PREVENTIVA - TRÍPLICE (Difteria, tétano e coqueluche) - (SANSHU KONGO)



**Período:** durante o ano todo até 31 de março de 2012. Ao completar 3 meses de idade a criança deverá receber 3 doses, com intervalos de 3 a 8 semanas entre uma dose e outra e o reforço entre 1 ano a 1 ano e meio após a 3ª.dose.

**Local:** Clínicas e hospitais credenciados



### VACINA COMBINADA CONTRA SARAMPO – RUBÉOLA ( MASHIN FUUSHIN)

**1ª. fase:** ao completar 1 ano e antes de completar 2 anos de idade

**2ª. fase:** crianças entre 5 a 7 anos (antes de ingressar na escola primária – shougakko) e as que nunca foram vacinadas contra sarampo e rubéola.

**Local:** Clínicas e hospitais credenciados

Maiores informações: Tel 0268 28 7123

### 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 toalinha. **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 CHIKI HOKEN CENTER**

Tel: 23-8244

	Idade	Nascidos em	Data (novembro)	Local	Recepção	
EXAMES	4 meses	16 ~ 30 de junho de 2012	08 (quinta)	Ueda	12:30~13:45	
		01 ~ 15 de julho de 2012	22 (quinta)			
		16/junho ~ 15/julho/2012 Região:Shioda,Kawanishi, Kawabe e Izumida	30 (sexta)	Shioda		
	1 ano e 6 meses	16 ~ 30/abril/2011	07 (quarta)	Ueda		
		01 ~ 15/maio/2011	21 (quarta)			
		16/mar ~ 15/maio/2011 Reg:Shioda, Kawanishi	16 (sexta)	Shioda		
	2 anos Odontol.	01 ~ 15/agosto/2010	13 (terça)	Ueda		12:30~13:15
		16 ~ 31/agosto/2010	27 (terça)			
	3 anos	01 ~ 15/outubro/2009	09 (sexta)			12:30~13:45
		16 ~ 31/outubro/2009	28 (quarta)			
16 ~ 31/março/2012		08 (quinta)				
AULAS	7 meses	01 ~ 15/abril/2012	22 (quinta)		Shioda	9:30~9:45
		Abril/2012 Região: Shioda , Kawanishi, Kawabe e Izumida	29 (quinta)			
		Aniversário (1 ano)	07 (quarta)	Ueda		
	11 ~ 20/novembro/2011	14 (quarta)				
	21 ~ 30/novembro/2011	21 (quarta)				
	<b>Nas Instituições Médicas da cidade de Ueda durante o mês de novembro de 2012</b>					
10 meses	16/dezembro/2011~ 15/janeiro/2012	Necessário marcar com antecedência				

**MARUKO HOKEN CENTER**

Tel: 42-1117

	Idade	Nascidos em	Data (novembro)	Local	Recepção
Exames	4 meses	13/junho~ 10/julho/2012	02 (sexta)	Maruko	12:30 ~13:15
	10 meses	Janeiro/2012	30 (sexta)		
	1 ano e 6 meses	Abril/2011	06 (terça)		
	3 anos	01/set ~ 31/outubro/2009	09 (sexta)		
Aulas	Aniversário de 1 ano	Outubro ~ novembro/2011	27 (terça)		9:45 ~10:00

**SANADA HOKEN CENTER**

Tel: 72-9007

	Idade	Nascidos em	Data (novembro)	Local	Recepção
Exames	10 meses	Dezembro/2011 e janeiro/2012	30 (sexta)	Sanada	13:15 ~ 13:40
	1 ano e 6 meses	Março e abril/2011	02 (sexta)		
Aulas	07 meses	Abril/2012	22 (quinta)		09:50 ~ 10:00
	Aniversário-1 ano	Julho ~ setembro/2011	13 (terça)		

**TAKESHI KENKO CENTER**

Tel: 85-2067

	Idade	Nascidos em	Data(novembro)	Local	Horário
Exames	4 meses	13/junho ~ 10/julho/2012	02 (sexta)	Maruko	12:30~13:15
	10 meses	Dezembro/2011 ~ janeiro/2012	15 (quinta)	Takeshi	13:00~13:10
	1 ano e 6 meses	Abril e maio/2011			13:10~13:20
	3 anos	Agosto ~ novembro/2009			12:50~13:00
Aula	7 meses	Março~maio/2012	26 (segunda)		09:30~ 09:40

# Centro de Atendimento Emergencial

**Machucados que necessitem de ortopedistas ou de atendimento emergencial após 23:00h 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 sábado das 20:00 às 23:00h. Consulta por telefone das 19:00 às 23:00h.

**Fechado :** Domingos, feriados, 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:** Caderneta 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 9:00 às 15:00 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: 9:00 ~ 20:00h

Informações sobre médicos e hospitais de plantão podem ser obtidas 24h através de telefone, fax ou internet. Telefone ou fax: 0120-890-421

Internet: [http://www.gq.pref.nagano.jp/gq/sho/gqtpforisr\\_in1.aspx?cd=02](http://www.gq.pref.nagano.jp/gq/sho/gqtpforisr_in1.aspx?cd=02)



Ano 2012	Clínico Geral			Cirurgião			Ginecologista		
	Médico	Endereço	Tel	Médico	Endereço	Tel	Méd	End	Tel
03 de nov	Kosato-derm	Kosato	28-4111	Tanaka clínica	Tokiiri	23-5757			
	Uedahara Life clínica	Uedahara	22-0873	Aoyagui-oftalmo	Sumiyoshi	28-6688			
	Kawanishi Seikyo	Nikota	31-1411	Shimogata seikei-ortop	Yoshida	35-5252			
				Midorigaoka-otorrino	Chuo nishi 2	26-8737			
04 de nov	Kawanishi	Hoya	38-2811	Kawanishi	Hoya	38-2811			
	Hashimoto	Maita	38-2033	Otani-ortop	Tokida 3	27-2220			
	Murakami	Ote 1	22-3740	Otani-oftalmo	Tokida 3	27-2220			
				Ikuta-otorrino	Ikuta	41-1187			
11 de nov	Ashizawa	Yoshida	35-3330	Hanazono	Chuo nishi 1	22-2325			
	Hori	Nakanojo	23-5566	Okada	Chuo 6	24-2662			
	Okada	Chuo 6	24-2662	Matsutaka-oftalm	Tokida 2	22-0809			
				Otani-otorrino	Chuo 2	22-0727			
18 de nov	Shioda	Nakano	38-2221	Shioda-otorrino	Nakano	38-2221			
	Sato-gastro	Chuo 1	22-2342	Yamakoshi	Kokubu	26-5800			
	Yamada	Shimonogo	26-8181	Sato-oftalmo	Kabatake	38-2011			
23 de nov	Yanaguizawa	Chuo nishi 1	22-0109	Kouda	Chuo 1	22-0859			
	Gono	Kojima	38-0101	Watanabe	Komaki	29-1112			
	I Clínica	Kosato	21-3737	Kouda-oftalmo	Tokida 2	27-6111			
				Sumiyoshi-otorrin	Sumiyoshi	22-3387			
25 de nov	Wakata	Shinmachi	38-2540	Ueda Jinzou	Sumiyoshi	27-2737	Ueda hara cl	Ueda hara	26-3511
	Miyasaka	Tokida 2	22-0759	Risaati Paaku	Shimonogo	37-1133			
	Ueda Jinzou	Sumiyoshi	27-2737	Ueda Seikei-orto	Tokida 2	75-7518			
	Kouda clínica	Koaso	38-3065	Kouda-otorrino	Koaso	38-3065			