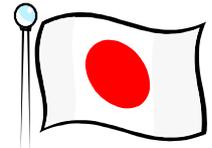




NOTÍCIAS DE UEDA

Informativo da Prefeitura de Ueda
 Setor de Atendimento e Registro de Estrangeiros
 Tel: (0268)22-4100 ramal 1308
 Edição número 144 — Março de 2011
 Ano 13 — Tiragem: 570
 Distribuição Gratuita



Parabéns aos formandos do ano letivo 2010!

Nas escolas japonesas as cerimônias de formaturas são realizadas em março.

O diretor da escola entrega o diploma aos alunos.

A formatura é um evento muito importante para os alunos. O próprio formando e todos da escola se preparam e ensaiam com muito afincio para a ocasião.

Será uma boa oportunidade para prestigiarem o momento tão importante na vida dos seus filhos .

Os pais costumam comparecer à cerimônia com roupas discretas e de cores sóbrias porém não existe regras para o traje dos pais, não haverá nenhum problema desde que não seja muito informal.



☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

Prefeitura de Ueda - Atendimento em horário especial, SÁBADO e DOMINGO

Período de 22 de março(terça) a 03 de abril (domingo)

Segunda ~ sexta feira.....das 8:30 ~ 19:00

Sábados e domingos.....das 8:30 ~ 17:15

Maiores informações:

Prefeitura de Ueda – Shimin ka.....	23-5334	Gakkou Kyouikuka (educação).....	23-5101
Shuunou Kanri ka (cobrança).....	23-5117	Kokuho Nenkin ka(Seguro de saúde e pensão).....	23-5118
Saabisu ka (água e esgoto).....	23-1313		

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

Ingeriu bebida alcoólica ?
NÃO DIRIJA E NÃO DEIXE DIRIGIR



Quantos somos? (dados de 31/janeiro/2011) População japonesa de Ueda: 159.238 Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 1.197 Nº. de estrangeiros registrados em Ueda: 4.057

Próximo atendimento do Posto Avançado do CONSULADO GERAL DO BRASIL EM TÓQUIO na Agência do BANCO DO BRASIL em UEDA

23 de março de 2011 (4ª.feira) Horário: 10:00 ~ 14:00h

Maiores informações pelo site : <http://www.consbrasil.org/consulado/>

VISITEM O SITE DE UEDA!!!!

Consulte!! 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 ou

Tereza Horinouti : horinouti-terez@city.ueda.nagano.jp

CALENDÁRIO DE RECOLHIMENTO DE LIXOS RECICLÁVEIS NOS SÁBADOS

05/mar	a)Tsuruya (Yamaguchi)	b)Matsuya (Filial Kawanishi)	c) Seiyu (Sanada)
12/mar	a) Seiyu (Filial Akiwa)	b) Seiyu (Filial Miyoshicho)	c) Tsuruya (Filial Maruko)
19/mar	a) Yaofuku (Filial Kosato)	b) A Coop (Filial Shioda)	
26/mar	a) Seiyu (Filial Ueda Higashi-próx. Jusco)	b) Shioda (Megamart)	c) Takeshi Jichi Center

ATENDIMENTO EM PORTUGUÊS NA SECRETARIA DE ENSINO DE UEDA

Funcionária Tereza Horinouti está atendendo na Secretaria de Ensino de Ueda, para auxiliar nas documentações referentes à matrículas, transferências, para frequentar a escola de estudo Intensivo da língua japonesa e assuntos em geral relacionados à educação escolar.

Local: Ueda Shi Kyouiku linkai –Gakkou Kyouiku Ka

Ueda Shi Tenjin 2-4-74 (próximo ao prédio da Hello Work)

De segunda a sexta-feira, das 9 às 11 h e das 13 às 16 h.

Telefone para contato: 0268 23-5101

Ajuda de transporte para trajeto ao colégio (Kouko)

Ajuda financeira aos pais ou responsáveis dos alunos das escolas do segundo grau ou equivalente (Kouko) da província de Nagano, a fim de diminuir a despesa de trajeto ao colégio (Kouko). As pessoas que se enquadram no sistema, providenciar a documentação.

Período : Outubro de 2010 a março de 2011.

Período de assistência: até 3 anos à partir do ingresso ao colégio.

Condições:

- ① Alunos que residem nas seguintes regiões: Nogura, Nishiuchi, Higashiuchi, Koshigoe, Sugadaira, Oohinata, Kakuma, Yokosawa, Soehi (exceto Oniwa, Magario e Hagui), região de Takeshi. (Porém existem regiões que não se enquadram aos alunos que frequentam a escola Maruko Shuugaku kan Kouko,).
- ② Alunos que utilizam regularmente o transporte coletivo (trem, ônibus) com distância superior a 13 km dentro da cidade de Ueda.

Valor : ① De 3.000 ~ 5.000 ienes,

② Em torno de 20% da despesa regular com transporte dentro da cidade de Ueda.

Requisitos: Não ter dívidas com tributos municipais.

Inscrição: Preencher o formulário que se encontra na secretaria do colégio (Kouko) ou na Prefeitura de Ueda setor Kyouiku Soumu ka ou nos postos de atendimentos de Maruko, Sanada e Takeshi. Nos casos ② necessário apresentar cópia do passe regular.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kyouiku Soumu ka, tel. 23-5100, Gakkou Kyouiku ka do posto de atendimento de Maruko, tel. 42-1044, Sanada tel. 72-2655 e Takeshi tel. 85-2030

Visita dos Estudantes às Empresas nas Férias de Primavera

A Prefeitura de Ueda, juntamente com as empresas da região, promoverá visitas às empresas regionais afim de aumentar interesses das crianças na área de produções através da integração empresa/comunidade.

Poderão participar alunos da 3ª. série do primário (shougakko) até 3ª. série do ginásio (Chuugakko) da cidade de Ueda (Os alunos do primário deverão estar acompanhados pelos pais ou responsáveis)

Data/Empresas: 23 de março (quarta) 9:30 ~ 11:30h - Hioki Denki (Ueda)

14:00 ~ 16:00h – Aoki Katashi Kenkyu sho (Sakaki)

29 de março (terça) 14:00 ~ 16:00 – Mimaki Engineering (Tomi)

Participantes: 16 alunos por ordem de chegada, participação gratuita.

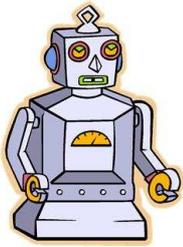
Solicitação: 08 (terça) a 10 de março (quinta) das 9:00 ~ 16:00h.

Preencher o formulário no setor de Shouko ka da Prefeitura de Ueda.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Shouko ka tel. 23-5395



Seminário de Robô nas férias de primavera



Montar o kit de robô 「Lego Education WEDO」 e fazer movimentar através de programa.

Para alunos à partir do 3ª.série do primário (shougakko) até ginásio (chuugakko)

Data: 20 de março (domingo) das 10:00 ~ 17:00h

Local: Multimedia Joho Center, sala Seminar Room

Instrutor: Professor Shimura Yuichi do AIZ Academy

Participantes: 20 alunos

Taxa: 1000 ienes (Não poderá levar o Robô para casa porém poderá levar o Program Disc)

Inscrição: Até dia 14 de março (segunda) por telefone, Fax (39-1010) ou e-mail (info@umic.jp) Em caso de excesso de inscrições, será decidido por sorteio

Maiores informações: Multimedia Joho Center tel. 39-1000

INSCRIÇÕES PARA GRUPOS ESPORTIVOS INFANTO-JUVENIL DE UEDA – 2011

Inscrições para várias modalidades esportivas (beisebol, futebol, tênis, mini basquete, vôlei, golfe, hand ball, tênis de mesa, judô, karate, atletismo, etc.) para crianças e jovens de até 18 anos (colegial). As vagas são limitadas e as inscrições serão realizadas por ordem de chegada, aconselhamos ter pelo menos duas opções de modalidades até a inscrição.

Data da inscrição : 06 de março (domingo)

Horário: 10:00 ~ 11:00 (por ordem de chegada)

Local: Ken Ei Ueda Yakyujo- (Campo de beisebol)

Endereço: Nagano ken Ueda shi Shimonajo 354

Maiores informações : Ueda Shi Taiiku Kyokai - Sport Shonendan Jimukyoku – 0268 27 9400



CONCURSO DE DESENHO INFANTIL “BRASILEIRINHOS NO MUNDO”

Foi lançada a segunda edição do Concurso de Desenho Infantil "Brasileirinhos no Mundo", com o objetivo de promover e conservar vínculos culturais e de identidade das novas gerações de brasileiros no exterior com seu país de origem.

Público alvo: crianças brasileiras entre 6 e 11 anos de idade residentes no exterior.

Tema: A minha brasileira favorita / O meu brasileiro favorito. O desenho deverá explorar o modo como a (o) menor brasileira (o) recorda ou imagina a sua/seu brasileira(o) favorita(o), que pode ser parente, amigo, personagem histórico, de ficção, celebridade, animal ou outros.

Período de inscrições e envio dos desenhos : de 01/02/2011 a 01/05/2011

Resultado do concurso: Comissão Julgadora no Brasil anunciará até o dia 30/06/2011

Realização: Ministério das Relações Exteriores, Secretaria- geral das Comunidades Brasileiras no Exterior



Edital e Folder no site abaixo:

http://www.brasileirosnomundo.mre.gov.br/pt-br/ii_concurso_de_desenho_infantil.xml

http://sistemas.mre.gov.br/kitweb/datafiles/BRMundo/pt-br/file/FOLDER_CONCURSO_DESENHOS_INTERNET.pdf

EXAMES SUPLETIVOS

Estão abertas as inscrições para Exames Supletivos para brasileiros que residem no Japão. Com idade mínima de 15 anos completo para o ensino fundamental e 18 anos completo para o ensino médio.

Data de inscrição: 21 de fevereiro ~ 18 de março pela internet

<http://www.brasemb.or.jp/portugues/community/supplementary.php>

http://encceja.inep.gov.br/index.php?option=com_docman&itemid=67

<http://sistemasencceja2.inep.gov.br/externo>

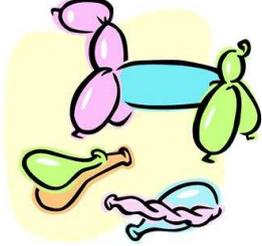
Data das provas: 14 e 15 de maio

Locais das provas: Nagoya, Oizumi e Hamamatsu

**ENCONTRO INTERNACIONAL – APRESENTAÇÃO DA INDONÉSIA
TABUNKA KYOUSEI NO TSUDOJ**

Data: 13 de março
Horário: Das 10:00 ~ 13:00h
Local: Sanada Fukushi Center (perto do posto de atendimento de Sanada)
Programa: - Apresentação e explicações sobre a Indonésia
- Demonstração e participação do Kung Fu
- Degustar a comida internacional





VAMOS BRINCAR!!

Vamos aumentar o círculo de amizades com crianças de vários países. Levem suas crianças para brincarem juntos (pais e crianças) !!!

Atividades: Confecção de objetos com balões de borracha (bexiga)

Data: 27 de março (domingo)

Local: Sala de reuniões do Fureai Fukushi Center (antigo correio, próximo à loja Docomo)

Horário: 10:00~ 12:00h

Levar: bebida, toalha, etc. Comparecer com roupa adequada para se movimentar.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Shimin ka telefone: 22-4100 ramal 1356 ou 1308.

☆☆

Aulas de língua estrangeira

Português: Todas as quartas das 19:00~20:00h.

Local: Chuo Kouminkan,

Telefone para contato: 31-3500 (Nishizawa)

Koreano: Todas as quintas das 20:00 ~21:30h para iniciantes, intermediário, avançado e especial.

Aula diurno para iniciantes: Todas as quintas das 10:00 ~ 11:30h

Local: Chuo Kouminkan,

Telefone para contato: 42-3507 (Tsuchiya)

Chinês: Todas as sextas das 19:00~21:00h.

Local: Chuo Kouminkan,

Telefone para contato: 25-3360 (Ikegami)

Espanhol: Todas as sextas das 19:00~ 20:00h

Local: 3º.andar do Fureai Fukushi Center.

Telefone para contato: 24-7224 (Takizuka)

Atualização do Salário Mínimo da Província de Nagano

Foi estabelecido o novo valor do salário mínimo para os trabalhadores da Província de Nagano através da revisão em novembro e dezembro de 2010.

783 ienes na área de produções de peças eletrônicas, elétrica e aparelhos de comunicação.

794 ienes no setor de produções de carros , auto peças e máquinas em geral.

751 ienes no setor de comércio e 746 ienes no setor de tipografia e impressão .

693 ienes para demais setores de produções à partir de 29 de outubro de 2010.

Maiores informações: Secretaria de trabalho de Ueda – Ueda Roudo Kijun Kantoku sho tel. 22-0338

01 ~ 07 de março – Campanha de prevenção de incêndios

Em 2010 houve 43 incêndios, com aumento de 11 casos em comparação ao ano anterior.

As causas mais frequentes são: 10 casos causados pelo fogão, 7 casos suspeitos de incêndio proposital e 2 causados pela fogueira.

Ao manusear fogos, não se ausentar do local de forma alguma, não deixar objetos queimáveis ao redor da casa, não fazer fogueiras quando estiver ventando forte e avisar o bombeiro quando for fazer fogueiras.

Instalar o aparelho caseiro de prevenção de incêndio para diminuir casos de mortes por atraso de evacuação do local.

Maiores informações: Bombeiro-Shoubo Hombu Yobou ka tel. 26-0029



Consultas sobre problemas do cotidiano para mulheres (em japonês)

Membros de Proteção dos Direitos Humanos das Mulheres estarão atendendo às consultas sobre problemas de agressão e assédio sexual contra mulheres, maus tratos entre crianças, problemas familiares, etc. As consultas serão gratuitas e o assunto será mantido em sigilo absoluto.

Data: 10 de março (quinta) das 13:00 às 16:00h

Local: Ueda Jouhou Library, sala Seminar Room.

Maiores informações: Ueda Jinken Yougo lin Kyouguikai telefone: 23-2001

Grupo do corpo de bombeiros de Ueda- Shouboudan In

O grupo do corpo de bombeiros, além de apagar incêndios, participa das atividades de salvamentos em calamidades naturais como terremotos, ventos e inundações, orientação para o abrigo, busca aos desaparecidos, patrulhamento de final de ano e esclarecimentos sobre prevenção de incêndio. O grupo (voluntários) do corpo de bombeiros são imprescindíveis para garantir uma vida tranquila e segura.

Em relação ao número estipulado pelo regulamento, existe um déficit de 100 pessoas do grupo de bombeiros na cidade de Ueda. Qualquer pessoa com mais de 18 anos de idade, residente ou trabalhador na cidade de Ueda poderá ingressar no grupo.

É possível participar das atividades do grupo mesmo sendo assalariado ou tendo alguma ocupação. Existe também grupos de música (ongakutai), grupo de bombeiros mulheres (Josei shoubou tai), grupo de motoqueiros (Baiku tai) que poderão valorizar as suas habilidades e caráter nas atividades.

As inscrições para o grupo de bombeiros estão abertas. Não gostaria de participar do grupo do corpo de bombeiros? 「Cada um deve proteger a sua própria região」

Maiores informações: Escritório do corpo de bombeiros de Ueda. Prefeitura de Ueda setor Shoubou Soumu ka tel. 26-0119

Aula para utilização da Bola de equilíbrio

Data: 06 de março (domingo) das 10:30 ~ 11:30h

Local: Salão do Sanada Chuo Kouminkan

Taxa: 500 ienes para público em geral e 200 ienes para associados

Levar: Tapete para exercício (poderá ser toalha de banho) e toalha

Inscrição por telefone ou pessoalmente no Sanada Sport Club.

Maiores informações: Sanada Sport Club tel. 72-2657



Aulas de Esportes

Para homens ou mulheres, residentes ou trabalhadores na cidade de Ueda (Exceto estudantes).

Inscrições: A partir de 09 de março (quarta) ~ 06 de abril (quarta) na Prefeitura de Ueda setor Taiikuka, Ginásio de Esportes do Castelo de Ueda, Ginásio de Esportes do Shizen Undou Kouen, Ginásio de Esportes do Maruko Sougo Taiikukan ou no escritório da secretaria de ensino dos postos de atendimento de Sanada e Takeshi.

Soft Voleibol

Data: Todas as segundas-feiras com início em 25 de abril

à partir das 19:00h~ (total de 12 aulas)

Local: Ginásio de Esportes do Castelo de Ueda – Ueda Joseki Kouen Taiikukan

Participantes: 30 pessoas por ordem de chegada

Taxa: 2.000 ienes



Preparar resistência física agradavelmente

Data: Todas as segundas-feiras com início em 25 de abril à partir das 19:30h ~ (total de 10 aulas)

Local: Ginásio de Esportes do Castelo de Ueda – Ueda Joseki Kouen Taiikukan (Primeira e última aula serão realizadas no Kenkou Plaza Ueda Hitomachi Genki)

Participantes: 30 pessoas por ordem de chegada

Taxa: 2.000 ienes

Relaxamento do corpo

Data: Todas as terças-feiras com início em 19 de abril à partir das 13:30h (total de 10 aulas)

Local: 2º. Ginásio de Esportes do Castelo de Ueda – Ueda Joseki Kouen Dai ni Taiiku kan (Primeira e última aula serão realizadas no Kenkou Plaza de Ueda Hitomachi Genki)

Participantes: 40 pessoas por ordem de chegada

Taxa: 3.000 ienes

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Taiikuka tel. 23-6372



INSCRIÇÕES PARA UTILIZAÇÃO DE CAMPOS ESPORTIVOS – 2011

No mês de março poderão fazer as inscrições para utilização de campos esportivos, quadras cobertas, campos, (inclusive campos beira-rio),etc.

Não poderá fazer reservas por telefone.

Poderá obter informações no balcão de atendimento aos estrangeiros ou

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Taiikuka tel. 23-6372, Centros de Atendimento de Maruko tel. 43-2250, Sanada tel. 72-2655, Takeshi tel.85-2030

Consulta gratuita sobre Declaração de Renda

pela Associação de Consultoria Fiscal da Região de Ueda

◇ Consulta gratuita para Declaração de renda

Para empresários de micro empresas, assalariados e aposentados com exceção de pessoas que fizeram a transferência de propriedades.

Data: 16 de fevereiro (quarta) ao dia 11 de março (sexta) (exceto sábados e domingos).

◇ Aoiro Corner

Empresários ou pessoas físicas que possuem livro de contabilidade e apresentaram à Receita Federal. Dedução para cálculo de Imposto .

Data: 08 (terça) ~ 11 (sexta) de março

Horário: 9:00 ~ 12:00h e 13:00 ~ 16:00h (Recepção até 15:00h.)

Local: Sala de reuniões do 2º andar do Ueda Shimin Kaikan (Castelo de Ueda)

A declaração para restituição do Imposto de renda pode ser entregue na Receita Federal (Zeimusho) à partir de janeiro.

Maiores informações: Receita Federal de Ueda (Ueda Zeimusho), tel. 22-1234

~. ~.

Inscrição para Seguro de acidentes de trânsito de 2011

É um sistema de seguro pago às pessoas que estão inscritas no sistema quando sofrem acidentes de trânsito. 15 cidades da província estão participando do sistema.

Inscreva-se para prevenir de eventualidades.

Período de validade: 01 de abril de 2011 até 31 de março de 2011.

Valor de inscrição: 400 ienes por pessoa

Forma de inscrição: Nas associações do bairro (Jichikai), Prefeitura ou postos de atendimentos da prefeitura até meados de março. Alunos do primário (shougakko) ou do ginásio (chuugakko) deverão ser inscritos através das escolas mediante pagamento de 100 ienes por aluno.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Seikatsu Kankyō ka tel. 22-4140

INFORMAÇÕES SOBRE DEFEITOS DE VEÍCULOS

A fim de agilizar o recolhimento do produto para troca de peças com problemas (recall) ou para prevenir que escondam o problema, o Ministério de transporte está colhendo informações sobre defeitos de veículos através de Hot line (Jidousha Fugui Jouho Hot Line).

- Free dial (de segunda a sexta em horário comercial) tel. 0120-744-960

- Jidousha Onsei (todos os dias 24 horas)

- Home page www.mlit.go.jp/RJ/

Maiores informações: Nagano Un yu Shikyoku Kensa Seibi Hoan Bumon Tel. 026-243-5525

Inscrições para casas ou apartamentos da Prefeitura de Ueda

Período de inscrição e divulgação das casas e apartamentos disponíveis:

02 de março (4ª.feira) ~ 09 de março (4ª.feira) das 8:30 ~ 17:15h (exceto sábado).

Haverá atendimento no domingo dia 06 de março somente na prefeitura de Ueda.

O ingresso na moradia será decidido por meio de sorteio.

Sorteio: 17 de março (5ª.feira)

Local do sorteio: Shimin Kaikan (Castelo de Ueda) – 2º. andar

Obs. No ato da inscrição deverá apresentar por escrito 2 fiadores de nacionalidade japonesa (nome e endereço)

Maiores informações: Setor Jutaku-ka: 2º andar, telefone (0268) 23-5176



TERRENOS PARA PLANTAÇÃO

Aluguel anual : 5.000 ienes para 100 metros quadrados

Prazo de solicitação: Até 16 de março (4ª.feira) no setor Nousei ka da Prefeitura.

Sorteio: 24 de março (5ª.feira) à partir das 18:00h.no setor Nousei ka



Bairro	Região	Quant.
Tokiwagui	Perto da delegacia de Ueda	9
Suwagata	Perto da estação de tratamento de água	2
Kangawa Kurotsubo	Perto do parque Kurotsubo em Kokubu	2
Shinden	Perto do colégio Someyagaoka Kouko	1
Shimo Muroga	Hibarigaoka Danchi	3
Iwakado	Lado norte do Iwakado Kouminkan	2
Uedahara	Perto do campo de beisebol e estação Uedahara	4

Maiores informações: Nouseika tel.: 23-5122

Ajudante para lavoura

Pessoas com interesse em lavoura (mesmo sem experiência) e que gostariam de aproveitar o horário livre para praticar a lavoura, participem da explicação sobre ajudante em casa de lavoura (Agri supporter)..

Data: 24 de março (quinta) à partir das 10:00h

Local: JA Nouseibutsu Ryutsu Center

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Nousei ka tel. 23-5122





Festival Suisen Matsuri 2011 em Shinshu Kokusai Ongaku Mura

Serão realizados vários eventos.

Período: Final de março a meados de abril

Local: Shinshu Kokusai Ongaku Mura Suisen Batake

Entrada: Gratuita

Maiores informações: Shinshu Kokusai Ongaku Mura tel. 42-3436

AJUDA DE TRANSPORTE PARA REALIZAR A DIÁLISE NO HOSPITAL.

Às pessoas com problema nos rins com necessidade de diálise, poderão receber ajuda parcial da despesa de transporte para hospital referente ao período de outubro de 2010 ~ março de 2011.

Para poder receber a ajuda deverá atender a todos os requisitos abaixo.

1- Residentes na cidade de Ueda que estão se submetendo à diálise.

2- Percurso para o hospital superior a 2 km.

3- Não tenham dívidas com tributos municipais.

Solicitação: Comparecer à Prefeitura de Ueda setor Fukushi ka ou nos postos de atendimentos até o dia 22 de março (terça) . Possível através do correio.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Fukushi ka tel.23-5158, Postos de Atendimento de Maruko tel. 42-1118, Sanada tel. 72-2203 ou Takeshi tel. 85-2067



Vacina de Sarampo e Rubéola

O período de vacinação de Sarampo e Rubéola do ano 2010 está se esgotando (até 31 de março).Esta vacina é muito importante, podendo ser exigida para o ingresso na escola ou no serviço. A vacina dentro do prazo é gratuita.

A primeira dose deverá ser aplicada entre 1 ano e antes de completar 2 anos, a segunda dose entre 5~7 anos último ano antes de entrar na escola primária (shougakko), a terceira dose com idade correspondente à 1ª. série do ginásio (chuugakko) e a quarta dose com idade correspondente à 3ª.série do colégio (Kouko).

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kenkou Suishin ka tel. 28-7124

EXAME HTLV-1 PARA GESTANTES

A Prefeitura de Ueda adicionou Exame de anticorpos do HTLV-1 (Leucemia de células T no adulto) no exame geral para gestantes. Fazer a solicitação o mais breve possível.

Para as que fizeram os exames entre 06 de outubro de 2010 ~ 31 de março de 2011.

Prazo de solicitação: 28 de abril (quinta)

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kenkou Suishinka tel. 23-8244



CÂNCER DE MAMA

No Japão, metade das pessoas ficam com câncer pelo menos uma vez durante a vida e um terço deles morrem em consequência da doença.

O câncer no útero têm o maior índice seguido por câncer de mama que tem aumentado gradativamente. No Japão ocorrem em torno de 40.000 casos de câncer de mama por ano, isto é, em cada 16 mulheres, uma tem câncer de mama e morrem mais de 10.000 mulheres por ano em consequência da doença. Ultimamente têm aumentado casos de câncer de mama também em jovens.

É terrível ficar com câncer, mas terrível mesmo é não perceber que o câncer está progredindo dentro do seu corpo. O câncer de mama poderá ser curado se fizer o tratamento em fase inicial.

Auto exame

Faz-se o exame uma semana após o início da menstruação quando o mamilo ficar mole e sem dores.

Mulheres na menopausa, estabelecer um dia do mês para examinar todos os meses.

Caso haja alguma suspeita, procure o médico o mais breve possível.

Fazer exame de mama na Instituição Médica

A prefeitura de Ueda oferece exame de mama para mulheres entre 30 a 39 anos e mamografia para mulheres com mais de 40 anos em idades pares. Fazer os exames periodicamente.

Devem ter recebido em meados de fevereiro, envelope verde com formulário de solicitação dos exames para cada família, fazer as solicitações dentro do prazo.

Maiores informações: Prefeitura de Ueda setor Kenkou Suishin ka tel. 28-7124

VACINA CONTRA ENCEFALITE JAPONESA (NIHON NOUEN)

Conforme instruções do governo Federal, desde 2005, não estava sendo aconselhado tomar vacina contra Encefalite japonesa. No ano passado, foi desenvolvida uma nova vacina e a partir deste ano, foi restabelecida a vacinação para crianças de 3 anos.

1ª.fase: 2 doses com 3 anos e 1dose com 4 anos de idade (total de 3 doses)

2ª.fase: 1 dose com 9 anos de idade

O regulamento da vacinação foi alterado para que as crianças que não completaram as 3 vacinas da 1ª. fase possam tomar o restante. Às crianças com menos de 3 anos de idade serão enviados avisos próximo ao aniversário. Crianças entre 7 anos e 6 meses e 9 anos poderão tomar a nova vacina ao completar 9 anos de idade.

Maiores informações: Pergunte ao médico que aplicará a vacina ou na Prefeitura de Ueda no setor Kenkou Suishin ka, tel. 28-7124.

SAÚDE

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

Período: durante o ano todo até 31 de março de 2011. 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 1ano e meio após a 3ª.dose.

Local: Clínicas e hospitais credenciados



VACINA COMBINADA CONTRA SARAMPO – RUBÉOLA (MASHIN FUUSHIN)

Desde 01 de abril de 2007, as vacinas preventivas contra sarampo e rubéola estão sendo aplicadas em 2 fases.

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: Boshitecho (Caderneta materno-infantil), 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

		Nascidos em	Data (Março)	Local	Recepção	
E X A M E S	4 meses	16 ~ 31 de outubro de 2010	11 (sexta)	Ueda	12:30~13:45	
		01 ~ 15 de novembro de 2010	24 (quinta)			
		16/outubro ~ 15 /novembro/2010 Região: Shioda, Kawanishi, Kawabe e Izumida	25 (sexta)	Kawanishi		
	1 ano e 6 meses	16 ~ 31/agosto/2009	02 (quarta)	Ueda		
		01 ~ 15/setembro/2009	23 (quarta)			
		16/julho ~ 15/setembro/2009 Região: Shioda, Kawanishi	18 (sexta)	Kawanishi		
	2 anos Odontol.	01 ~ 15/dezembro/2008	01 (terça)	Ueda		12:30~13:15
		16 ~ 31/dezembro/2008	15 (terça)			
	3 anos	01 ~ 15/fevereiro/2008	08 (terça)			12:30~13:45
		16 ~ 29/fevereiro/2008	17 (quinta)			
A U L A S	7 meses	01 ~ 15/agosto/2010	11 (sexta)		Kawanishi	9:30~9:45
		16 ~ 31/agosto/2010	24 (quinta)			
		agosto/2010 Região: Shioda, Kawanishi, Kawabe e Izumida	16 (quarta)			
	Aniversário (1 ano) Odontol.	01 ~ 10/março/2010	02 (quarta)	Ueda		
		11 ~ 20/março/2010	09 (quarta)			
21 ~ 31/março/2010	23 (quarta)					
Nas Instituições Médicas da cidade de Ueda durante o mês de março de 2011						
10 meses	16/abril ~ 15/maio/2010	Necessário marcar com antecedência				

MARUKO HOKEN CENTER

Tel: 42-1117

		Nascidos em	Data (Março)	Local	Recepção
Exames	4 meses	06/out ~ 04/nov/2010	04 (sexta)	Maruko	13:00 ~ 13:15
	10 meses	Maio/2010	18 (sexta)		
	1 ano e 6 meses	26/jul ~ 31/ago/2009	08 (terça)		13:00 ~ 13:30
	3 anos	11/jan ~ 05/mar/2008	11 (sexta)		
Aulas	Aniversário 1 ano	Fevereiro ~ março/2010	15 (terça)		9:45 ~ 10:15

SANADA HOKEN CENTER

Tel: 72-9007

		Nascidos em	Data (Março)	Local	Recepção
Exames	4 meses	Nov e dez/2010	23 (quarta)	Sanada	13:15 ~ 13:40
	1 ano e 6 meses	Julho e agosto/2009	04 (sexta)		
	3 anos	Janeiro ~ março/2008	11 (sexta)		
Aulas	7 meses	Agosto/2010	17 (quinta)		9:50 ~ 10:00
	Aniversário 1 ano	Janeiro ~ março/2010	01(terça)		9:30 ~ 9:50

TAKESHI KENKO CENTER

Tel: 85-2067

		Nascidos em	Data(Março)	Local	Horário
Exames	4 meses	06/out ~ 04/nov/2010	04 (sexta)	Maruko	13:00 ~ 13:15
	10 meses	Maio e junho/2010	17 (quinta)	Takeshi	13:00 ~ 13:10
	1 ano e 6 meses	Agosto e setembro/2009			13:20 ~ 13:30
	3 anos	Fevereiro e março/2008			
	3 anos - odontol.e oftalmo	Dez/2007 ~ março/2008	24 (quinta)		13:00 ~ 13:30

Centro de Atendimento Emergencial PARA CRIANÇAS ATÉ 15 ANOS DE IDADE.



Horário de atendimento:

De segunda a sábado das 20:00 às 23:00h. Consulta por telefone das 19:00 às 23:00h.

Necessário telefonar para 0268 21-2233, antes de dirigir-se ao local.

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 NAGANO BYOUIN EM UEDA

Em casos de emergência: febre alta repentina, vômitos e diarreias incontroláveis, etc.

Antes de dirigir-se ao centro deverá telefonar para 0268 21-2233 (das 19:00 às 22:30 h).

Levar a Caderneta de Saúde (Hokensho).

Para os casos de: BRONQUITE ASMÁTICA EM TRATAMENTO → LIGUE PARA O SEU MÉDICO

Machucados em que necessite de ortopedistas → Ligue para bombeiro 0268-26-0119 ou 38-0119

Convulsões → Chame a ambulância – ligue para 119

Médicos e Hospitais de Plantão (Domingos e Feriados)

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.qq.pref.nagano.jp/qq/sho/qqtpforisr_in1.aspx?cd=02

Informações para casos de emergência de noite ou nos feriados

Através dos bombeiros : (0268) 26-0119 / 38-0119 / 36-0119/ 31-0119 (em japonês)

Ano 2011	Clínico Geral			Cirurgião			Ginecologista		
	Médico	Endereço	Tel	Médico	Endereço	Tel	Méd	End	Tel
06 mar	Ueda	Chuo 1	22-3580	Ueda	Chuo 1	22-3580			
	Ikeda	Uedahara	22-5041	Kangawa	Aokubo	34-5151			
	Yoda	Tokiwagui 5	28-1223	Akiwa-dermatol	Akiwa	28-5177			
13 mar				Ikuta-otorrino	Ikuta	41-1187			
	Yoshida	Tokiiri	24-1222	Kobayashi	Tokida 3	22-6885	Shi San In	Toki Wagui 5	22-1573
	Kawanishi	Nikota	31-1411	Kouda-oftalmo	Tokida 2	27-6111			
	Seikyo			lida-ortop	Uedahara	28-1211			
Harada	Oya	36-0520	Sumiyoshi-otorr	Sumiyoshi	22-3387				
20 mar	Ando	Chuonishi 1	22-2580	Ando	Chuo nishi 1	22-2580			
	Iijima	Tsuiji	22-5011	Tanaka cl	Tokiiri	23-5757			
	Kosato-derm	Kosato	28-4111	Aoyagui-oftalm	Sumiyoshi	28-6688			
	Uedahara life	Uedahara	22-0873	Shimogata-ortop	Yoshida	35-5252			
	Kouda cl	Koaso	38-3065	Kouda-otorrino	Koaso	38-3065			
21 mar	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			
				Iijima-otorrino	Ote 1	22-1270			
27 mar	Ashizawa	Yoshida	35-3330	Hanazono	Chuo nishi 1	22-2325			
	Hori	Nakanojo	23-5566	Okada	Chuo 6	24-2662			
	Okada	Chuo 6	24-2662	Ogawa-oftalmo	Tokiwagui 5	22-2060			
			Otani-otorrino	Chuo 2	22-0727				