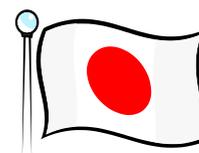


NOTÍCIAS DE UEDA 令和元年 12月1日号



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 247 — Dezembro de 2019
Ano 21 — Tiragem: 450



Feriado de Fim de Ano da Prefeitura de Ueda

Durante o feriado da passagem de ano, não haverá atendimento nos dias 29, 30 e 31 de dezembro e nos dias 1, 2 e 3 de janeiro.

Estaremos retornando ao atendimento normal no dia 6 de janeiro de 2020.

Mensagem de fim de ano

Passamos por uma situação preocupante durante o mês de outubro com a passagem de um grande tufão que provocou desastres, entre eles a queda de um trecho da ponte que interrompeu o funcionamento normal da linha de trem local Bessho Onsen até a estação de Ueda.

O volume de águas do Rio Chikuma chegou até o limite, sendo que se houvesse chovido um pouco mais a situação poderia ter sido bem mais calamitosa, portanto vamos continuar e aumentar a preparabilidade e conhecimentos sobre como agir em situações de emergência como alagamentos, terremoto, erupção de vulcão, entre outros.

Faça o registro para receber e-mails de avisos de evacuação pelo telefone celular.

Para passarmos um bom final de ano, muita atenção ao trânsito, em que acidentes fatais aumentam por causa do aumento de confraternizações onde bebidas alcoólicas são servidas. Nunca dirija se ingeriu bebida alcoólica.

Se precisar, pesquise vários telefones e horários do serviço de transporte como táxi, ônibus, motoristas do tipo "untên daikō" e trens para que possam retornar para casa em segurança. Lembrando também que é indispensável trocar os pneus comuns pelos tipo "studless", que são específicos para a neve, em japonês é スタッドレスタイヤ (sutaddoresu taiya) .

Que todos tenham um Natal com muita segurança, tranquilidade e saúde.



**Ingeriu bebida alcoólica?
Não dirija e não deixe dirigir**

Se for envolvido em um acidente de trânsito, ligar para o número 110 para chamar a polícia.



Para acessar a homepage em português da Cidade de Ueda
www.city.ueda.nagano.jp/foreignlanguage/pt-info/index.html



Atendimento com tradutor e intérprete no Prédio Sede da Prefeitura de Ueda
Seção de atendimento aos cidadãos (Shiminka) 外国人住民総合案内

Em português: segunda a sexta de 8h30min às 17h15min, com Marisol H. B.Garcia
Em chinês: de segunda a sexta, 9h às 16h, com Li Xuejing

Dados estatísticos da população de Ueda

Dados de 1º de novembro de 2019	
População total de Ueda: 157.048	Total de estrangeiros registrados em Ueda: 4.081
Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 761	No. de peruanos registrados em Ueda: 196
Nº. de bolivianos registrados em Ueda: 111	Nº. de chineses registrados em Ueda: 985

Distribuição de Calendários e Agendas do Ano 2020

Dia: 25 de dezembro (quarta-feira)

Horário para pegar a senha: 13h entrega de senhas

Entrega dos calendários: 13h30min começa a distribuição (apenas para quem pegou a senha) e a distribuição terminará logo no momento em que for entregue o último calendário disponível.

Mesmo que esteja na fila desde cedo, não é garantido que receberá o calendário de sua preferência.

Local: Estação de trem JR Ueda Saída Oshiroguchi (saída principal da estação)

Programação: serão distribuídos 2 ou 3 calendários por pessoa e 1 (uma) agenda para cada pessoa

Recolhimento de fossas sépticas durante o feriado de fim de ano

O recolhimento de dejetos do esgoto (fossa) será interrompido durante o feriado de final e início de ano, entre os dias 29 de dezembro e 3 de janeiro.

Para obter mais informações: Seikatsu Kankyō Ka, telefone 0268-22-4140

Recolhimento de lixos recicláveis aos sábados (Weekend recycle) 10h até meio dia.

Entregue os lixos para os responsáveis e respeite o horário de atendimento

Vamos jogando aos poucos o lixo reciclável que temos em casa. Papéis, roupas, latas, vidros. Papelão, caixas de leite lavadas e cortadas, jornal, panfletos, revistas.

Recebem também produtos tóxicos (termômetro com mercúrio, pilhas, lâmpadas) e poderá também descartar latas vazias de spray e de latas vazias de gás portátil para fogareiros. Houve um tempo em que era necessário, mas agora **NÃO** precisa abrir furo na lata de spray.

Não jogue latas de spray no lixo vermelho, para evitar incêndios no caminhão de lixo.

Dias previstos e locais dos supermercados do Weekend Recycle (poderá haver alguma mudança de local de acordo com as condições de cada supermercado).

Para saber o endereço de cada um dos supermercados acima, acesse a seguinte página: www.city.ueda.nagano.jp/kurashi/gomi/weekend.html

Dia 7 de dezembro (sábado)

Tsuruya – Yamaguchi
Delicia Ueda – Kawanishi
Seiyu - Sanada



Dia 14 de dezembro (sábado)

Valor- Akiwa
Tsuruya - Kabatake
Tsuruya – Maruko



Dia 21 de dezembro (sábado)

Yaofuku – Kosato
A Coop - Shioda



Dia 28 de dezembro (sábado)

Seiyu - Ueda Higashi
Shiodano Shopping Center (BIG)
Takeshi Chiiki Jichi Center (não é supermercado, é a sub-prefeitura regional).

Pedido de Auxílio para frequentar a escola e auxílio para alunos que irão ingressar na escola primária

就学援助制度 – 小学校入学前支給の申請

shūgaku enjo seido – shōgakkō nyūgaku mae shikyū no shinsei

Uma parte das despesas necessárias para participar das atividades escolares do próximo período letivo escolar será paga para pais ou responsáveis que forem considerados aptos a receber a ajuda por estarem com dificuldade de manter os filhos nas escolas do ensino fundamental (shōgakkō e chūgakkō) por motivos financeiros.

Quanto ao auxílio chamado de "shin nyūgaku yōhin hi" para despesas com materiais para novos alunos do shōgakkō será pago (para os pedidos que foram aceitos) antes do início das aulas.

Para obter mais informações, fique atento ao recebimento de avisos da escola ou ligue para o telefone abaixo.

Ficar ciente de que, ao fazer o requerimento para receber a ajuda, terá a renda familiar verificada.

Público-alvo: alunos que fizeram matrícula para iniciar os estudos nas escolas primárias de Ueda em abril de 2020 (exceto para as escolas do tipo "tokubetsu shien gakkō", que não recebem este auxílio).

Como fazer a inscrição:

- 1) Receber os formulários de inscrição, que estão sendo distribuídos pelas escolas.
- 2) Enviar pelo correio até 20 de dezembro (sexta-feira).
- 3) Opção: poderá entregar pessoalmente na Secretaria de Educação, seção Gakkō kyōiku Ka.

Endereço da Secretaria de Educação:

〒386-0025 Nagano-Ken, Ueda-Shi, Tenjin 1-8-1 Ueda Eki Mae Biru Pareo 5F Gakkō Kyōiku Ka

Telefone de contato: Gakkō kyōiku Ka, tel. 0268-23-5101

Inscrição para casas públicas da Cidade de Ueda

Shiei jūtaku jū ni gatsu ki nyūkyōsha wo boshū (市営住宅 12 月期入居者を募集)

Inscrições para as casas públicas da prefeitura de Ueda. É necessário ter 2 (dois) fiadores de nacionalidade japonesa, que entendam e falem a língua japonesa, que tenham renda e que estejam sem dívidas com os impostos municipais.

Nome do bairro e o número de moradias vagas e disponíveis para alugar entre parênteses.

- | | | |
|--------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 1) Chikuma chō (3 vagas) | 2) Uchibori (2 vagas) | 3) Nakamaruko (8 vagas) |
| 4) Toya (1 vaga) | 5) Kami Toya (1 vaga) | |

Inscrições: 2 (segunda-feira) a 9 de dezembro (segunda-feira)

Horário : 8h30min às 17h15min

As inscrições poderão ser realizadas na prefeitura de Ueda, no setor de moradias (Jūtaku Ka) ou nas sub-prefeituras (chiiki jichi center) de Maruko, Sanada e Takeshi, no setor Sābisu Ka.

Sorteio: será realizado no dia 18 de dezembro (quarta-feira) no 2º andar do Chūō Kōminkan.

Famílias de pai e filho(s), mãe e filho(s), idosos, portadores de deficiência e outros estipulados nas regras poderão participar no sorteio especial mas isto não significa que terão entrada garantida nas moradias.

As condições exigidas, tipo de casa/apartamento, preço do aluguel e outros detalhes estão disponíveis na homepage em português de Ueda.

Veja link abaixo para saber quais são os imóveis disponíveis.

<http://www.city.ueda.nagano.jp/foreignlanguage/pt-info/documents/enderecos12.pdf>

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Jūtaku Ka (setor de moradias) tel. 23-5176

Reunião das cidades com grande concentração de estrangeiros

外国人集住都市会議 うえだ 2019

Todos os anos, representantes de um grupo de prefeituras com grande número de moradores estrangeiros e de diversos ministérios japoneses participam de uma reunião voltada à discussão de assuntos relacionados aos estrangeiros que residem no Japão.

Este ano a Cidade de Ueda será a sede e organizadora deste evento, que irá ter como tema principal a Educação e em especial a aprendizagem da Língua Japonesa.

E por falar em estudo, existe um tipo de escola japonesa para quem não conseguiu por algum motivo receber a educação básica em escolas japonesas.

A Língua Japonesa utiliza ideogramas (kanji) e eles são necessários para podermos compreender vários aspectos da vida diária. Precisamos de mais pessoas que sejam fluentes tanto na conversação quanto na escrita e isto exige que estudemos não apenas a língua mas a cultura japonesa.

No Japão há um tipo de escola noturna em que muitos estrangeiros estudam em língua japonesa.

São as "Yakan Chūgakkō" ou escola ginásial noturna. Não é uma escola exclusiva para estrangeiros, mas os estrangeiros residentes também podem participar. É uma oportunidade para que muitos estrangeiros possam estudar seriamente e receber o diploma de conclusão da escola ginásial japonesa. Jovens residentes que vieram com mais de 15 anos também poderiam frequentá-las.

Em Tóquio e em algumas outras províncias estas escolas têm aulas noturnas, com aproximadamente três horas e meia de aulas todos os dias da semana. São ensinadas disciplinas como língua japonesa, ciências, inglês, matemática e estudos sociais.

Ainda não temos nenhuma escola deste tipo na Província de Nagano, nem nas províncias próximas como Ibaraki, Gunma, Tochigi, Niigata. Há apenas escolas em Tóquio, Kanagawa, Chiba, Saitama e outras províncias ainda mais distantes como Osaka, Hyogo, Nara e Hiroshima.

Se houvesse uma escola noturna na região, quantas pessoas estariam dispostas a frequentar as aulas diariamente e voltar a estudar em japonês matérias como matemática e estudos sociais? Um assunto para se pensar seriamente e que exige também a participação dos maiores interessados, que são os prospectivos alunos. Apenas a nível de pesquisa, telefone para o setor de estrangeiros para informar se tem interesse em frequentar esta escola, caso ela fosse instalada.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Seção Jinken Danjo Kyōsei Ka, tel. 0268-75-2245 (em português).

Participem da Cerimônia da Maioridade do Ano Reiwa 2

Data: 12 de janeiro de 2020 (domingo) , um dia antes do Dia da Maioridade

Veja na tabela abaixo os locais e horário de acordo com as regiões da Cidade de Ueda.

Região (Chiiki)	distritos das escolas secundárias (chūgakkō)	Local	Horário
Ueda	Dai ichi · Ni · San Chūgakkō	Ueda Bunka Kaikan	chegar para a recepção às 13h cerimônia começa às 13h30min
	Dai Yon · Roku Chūgakkō	Ueda Sōzōkan	
	Dai Go Chūgakkō	Uenogaoka Kōminkan	
	Shioda Chūgakkō	Shioda Kōminkan	
Maruko	Maruko · Maruko Kita Chūgakkō	Maruko Bunka Kaikan	chegar para a recepção às 10h30min cerimônia começa às 11h
Sanada	Sanada · Sugadaira Chūgakkō	Sanada Chūō Kōminkan	
Takeshi	Yodakubo Nanbu Chūgakkō	Takeshi Kōminkan	

Público-alvo: nascidos entre 2 de abril de 1999 e 1º de abril de 2000

(Será enviado o Convite para participação para quem tem endereço registrado na Cidade de Ueda e para aqueles cujo endereço após a mudança de endereço é conhecido).

Observação: para os nascidos em Ueda e que estão atualmente morando em outra cidade, poderão participar e pedir o envio do Convite de participação entrando em contato com um dos telefones abaixo relacionados. Quem mudou de endereço em Ueda após a formatura do chūgakkō ou quem mudou para outra cidade depois de Ueda em 2 endereços diferentes, entrar em contato também.

Maiores informações: em Ueda, Shōgai gakushū · Bunkazai Ka, tel. 23-6370

em Maruko, Kyōiku Jimusho, tel. 42-3147

em Sanada, Kyōiku Jimusho, tel. 72-2655

em Takeshi, Kyōiku Jimusho, tel. 85-2030

Esforços de reconstrução após a passagem do Taifu N° 19

令和元年台風第19号の被害から1日も早い復興を目指して

Reiwa gan nen taifu dai jyu kyū gō no higai kara ichi nichi mo hayai fukkou wo mezashite

Logo após a passagem do tufão, vários grupos participaram ativamente dos esforços para que a vida retornasse ao normal, com a retirada de barro, lodo, pedras e entulho das casas e vias públicas da cidade.



O grupo de voluntários do corpo de bombeiros, trabalhou de dia e de noite no local afetado pelas intensas chuvas.



A comunidade de apoio a desastres de Ueda, trabalhou 24 horas nas obras de reconstrução.



Alunos da Faculdade Nagano, localizada em Ueda, criaram um grupo de voluntários e retiraram muitos quilos de lama que ficaram acumuladas nas casas próximas ao rio que transbordou.

Fotos após a passagem do Tufão em 12 de outubro de 2019

Rio Chikuma perto da ponte Komaki



Para quem mora perto de rios, riachos ou lagos naturais ou lagos artificiais com água para irrigação verifique o Hazard Map, que indica os locais com maior probabilidade de ficar alagados e qual a profundidade em metros prevista de acúmulo de água. Na Cidade de Nagano, muitas casas ficaram com água até o teto do primeiro andar e tiveram que ser resgatadas na varanda do 2º andar pelo helicóptero de resgate.

Em Takeshi, trecho da estrada desmoronou



Quando um tufão com grande força e diâmetro, com chuvas longas e ventos fortes for anunciado pela agência meteorológica, é aconselhável ficar em casa ou dirigir-se com antecedência, durante o dia de preferência para o local de abrigo perto da sua casa. A Cidade de Ueda informou pela página da Internet quais os abrigos que foram providenciados e abertos ao público. Veículos com água que chegou até o motor morrem e não dá para ligá-los de novo.

Em Sanada, trecho da estrada foi levado pelas águas do rio



Com o trânsito interrompido, pode haver dificuldade no transporte de víveres e outros produtos básicos. Houve residências que ficaram isoladas por alguns dias, portanto tenha em estoque no mínimo água e alimentos não perecíveis para que a família possa passar no mínimo 3 dias sem necessitar de ajuda externa. Se for possível tenha também um pouco de água para uso na casa, como banheiros e lavar as mãos.

Em Maruko, a estrada nacional 254 ficou interdita por debris



Além da inundação, há o risco de desmoronamento e queda de rochas e árvores. Casa próximas a montanha, em caso de chuvas prolongadas, correm risco de soterramento. Se for impedido de sair de casa por algum motivo, fique em casa no cômodo mais afastado da montanha ou no 2º andar, para evitar a inundação, pedras ou terra. Em cidades vizinhas, muitas pessoas foram acordadas à noite com água já atingindo o colchão. Em poucos minutos a água atingiu vários metros.

Inscrição para receber Avisos de Evacuação para moradores da Cidade de Ueda

Faça um círculo em ポルトガル語 para receber alertas e avisos em português.

Se não souber seu "jichikai"(自治会), será enviado um e-mail posteriormente avisando qual é o jichikai do seu endereço.

Envie por carta, e-mail ou pessoalmente o formulário abaixo preenchido.

Se não receber em e-mail de confirmação em 30 dias, telefone para 0268-75-2245

Formulário de Inscrição para receber avisos da Prefeitura de Ueda 上田市多言語防災メール申込書	
Data 申込日	
Nome 名前	
Se souber seu jichikai, escreva-o. 自治会	_____
Idioma de preferência (Faça um círculo)	ポルトガル語 ・ やさしい日本語
e-mail do celular 携帯メール	
Telefone celular 携帯番号	

Checagem de conhecimentos preventivos

Para as providências já tomadas, marque dentro do quadradinho ✓

- 1) Já consultei o "Mapa de Riscos da Cidade de Ueda" (Hazard Map)
- 2) Conheço os locais perigosos da cidade.
- 3) Sei o que fazer em caso de haver um terremoto.
- 4) Conheço os locais de refúgio entre a minha casa e o trabalho/escola.
- 5) Conheço uma rota segura até o local de refúgio (hinan basho).
- 6) Fixei os móveis da minha casa e fiz melhorias para resistência a terremotos.
- 7) Tenho em estoque artigos de primeira necessidade (alimentos, água, etc.)
- 8) Tenho marcado os telefones da família e um local de encontro marcado em caso de uma emergência.
- 9) Fiz o registro do meu e-mail para receber alertas da Cidade de Ueda (apenas para moradores de Ueda).
- 10) Já participei de treinamento para prevenção de desastres.

Após a passagem do tufão, pudemos perceber que há uma possibilidade concreta de precisarmos utilizar os locais de refúgio. As seguintes perguntas nos orientam um pouco melhor neste caso.

- 11) Qual é o rio ou lago mais perto da sua casa, trabalho ou escola ?
Precisa atravessar alguma ponte ? Se a ponte cair, conhece algum caminho seguro alternativo?
- 12) Já caminhou até o local de refúgio mais perto da sua casa, trabalho ou escola ?
É longe? Quantos minutos caminhou? E se estiver carregando a mochila para refúgio ?
- 13) Muitas pessoas ficaram presas dentro do carro em caminhos e terrenos que ficaram alagados quando a água que transbordou do rio e rapidamente submergiu a área em volta. Pode ser que ficou tarde para sair de casa e dirigir-se ao abrigo, neste meio-tempo o carro foi atingido pela água. Ou pode ser que a chuva parou um pouco e parecia que tudo já havia retornado ao normal, mas ao retornar para casa o rio transbordou e o carro ficou preso em um terreno baixo, onde a água se acumulou rapidamente.

Inscrições para o "Jidō Club" para o ano de 2020 (Ano Reiwa 2)

Para auxiliar os pais que cuidam dos filhos e que também trabalham, a cidade disponibiliza locais em que as crianças da escola primária (shōgakkō) possam ficar após o término das aulas ou em alguns dias em que não há aula. Há dois tipos e são chamados de 1) Jidō Club e 2) Gakudō Hoikusho, que estão localizados em áreas próximas a todas as escolas primárias da Cidade de Ueda. Após a saída da escola, o funcionário responsável pelo clubinho toma conta das crianças e alunos de várias séries escolares brincam, leem e fazem as tarefas de casa juntos.

Período de inscrições: 25 de novembro até o dia 6 de dezembro (sexta-feira) (exceto domingos)

Horário de inscrição de segunda à sexta: 13h às 19h

Taxa de utilização do Jidō Club: 3,000 (três mil) ienes por mês e no caso de utilizar menos que 10 dias por mês, será cobrado 300 ienes por dia.

Taxa de utilização do Gakudō Hoikusho: 6,000 (seis mil) ienes por mês.

Para fazer a inscrição

Retirar o formulário de inscrição no guichê de atendimento de cada jidō club ou gakudō hoikusho (há também disponível na homepage da Cidade de Ueda em japonês).

Preencher os dados solicitados no formulário e entregá-lo no respectivo jidō club ou gakudō hoikusho.

Observações:

- 1- Alunos que precisam de atenção especial também podem se inscrever. Apresente o atestado médico e compareça ao clubinho para pedir orientação sobre como deve proceder.
- 2-Tanto nos jidō club como nos gakudō hoikusho há um limite no número de vagas. Poderá acontecer de não conseguir frequentar o local pretendido se as inscrições forem feitas após o término do período de inscrições e para alunos dos últimos anos da escola primária.
- 3- Poderá haver condições adicionais impostas para que possa ser aceita a inscrição.
- 4- Os jidō club que tem uma sala à parte, após a inscrição, poderá ser feito um remanejamento para estas salas.

Veja na tabela abaixo a lista dos Jidō Club e Gakudō Hoikusho de cada região.

Se telefonar com telefone celular acrescente antes o código telefônico regional de Ueda (0268).

Escola	Nome do Jidō Club / Gakudō Hoikusho	Tel.	Escola	Nome do Jidō Club / Gakudō Hoikusho	Tel.
Seimei Shō	Seimei Jidō Club	21-9320	Shioda Nishi Shō	Shioda Nishi Jidō Club	38-0907
Higashi Shō	Tōbu Jidō Club	23-8567	Urasato Shō	Urasato Jidō Club	31-0331
Nishi Shō	Seibu Jidō Club	22-0460	Kawanishi Shō	Kawanishi Jidō Club	25-2456
Kita Shō	Gakudō Hoikusho Tarō no ie	24-6265	Minami Shō	Gakudō Hoikusho Totto no ie	23-8686
Shiroshita Shō	Gakudō Hoikusho Tanpopo	25-9010	Maruko Chūō Shō	Maruko Chūō Jidō Club	42-7014
Shiojiri Shō	Shiojiri Jidō Club	22-2057	Nishiuchi Shō	Nishiuchi Jidō Club	44-2066
Kawabe Shō	Kawabe Jidō Club	21-5567	Maruko Kita Shō	Maruko Kita Jidō Club	43-0205
	Gakudō Hoikusho Batta no ie	25-0869	Shiokawa Shō	Shiokawa Jidō Club	35-1015
Kangawa Shō	Kangawa Jidō Club	22-5339	Sugadaira Shō	Sugadaira Jidō Club	74-2029
Kamishina Shō	Gakudō Hoikusho Donguri	55-7512	Osa Shō	Osa Jidō Club	72-0218
Hōden Shō	Hōden Jidō Club	22-6812	Soehi Shō	Soehi Jidō Club	73-2173
Higashi Shioda Shō	Higashi Shioda Jidō Club	38-7054	Motohara Shō	Motohara Jidō Club	72-0323
Naka Shioda Shō	Naka Shioda Jidō Club	38-6805	Takeshi Shō	Gakudō Hoikusho Peter Pan	85-2826

Mais informações: Gakkō Kyōiku Ka, tel. 0268-23-5195

Concerto clássico de Natal (Christmas Concert)



Dia: 14 de dezembro (sábado)

Horário da recepção do evento: 13h30min

Horário de início do concerto: 14 horas

Local: Kawanishi Kōminkan, Sala de eventos grande (大ホール) Dai Hall

Taxa de participação: 500 ienes

(crianças do chūgakkō ou mais novas entrada gratuita)

Programação: Mozart Pequena Serenata Noturna, entre outras peças musicais.

Instrumentistas: 2 violinos, viola e violoncelo

Exames para bebês em Dezembro de 2019 (4 meses a 3 anos de idade)

Peça o seu formulário em português e leve-o preenchido, entregue-o na recepção e pegue seu número de atendimento. Demora de 2 a 3 horas até terminar todos os exames.

O local da maioria dos exames da região (chiiki) de Ueda é no prédio Kenkō Plaza Ueda

Abreviação: Kenko Plaza (KP) ☎Tel. 23-8244

Exceções:

- 1) Moradores de Shioda, Kawanishi, Kawabe, Izumida: 4 meses e 7 meses → Kawanishi Kōminkan.
- 2) Moradores de Shioda e Kawanishi: 1 ano, 1 ano e 6 meses, 2 anos, 3 anos → Shioda Kōminkan.
- 3) Moradores de Maruko, Sanada e Takeshi → Vide tabelas abaixo para cada região.

Idade do bebê	Data de nascimento do bebê Família mora em Ueda, Kawabe, Izumida Shioda ou Kawanishi	Dia do Exame de Saúde	Local do exame	Horário da recepção e HORÁRIO ESTIMADO do exame	
4 meses	16 a 31 de julho de 2019	4 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
4 meses	1 a 15 de agosto de 2019	17 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
4 meses	Mora em Kawabe, Izumida, Shioda ou Kawanishi bebê nasceu em julho de 2019	3 de Dez.	Kawanishi Kōminkan	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
1 ano e 6 meses	16 a 31 de maio de 2018	10 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
1 ano e 6 meses	1 a 15 de junho de 2018	18 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
2 anos	1 a 15 de setembro de 2017	12 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:15	13:15 até 16:30
2 anos	16 a 30 de setembro de 2017	25 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:15	13:15 até 16:30
2 anos	Mora em Shioda ou Kawanishi e o bebê nasceu em Setembro ou Outubro de 2017	20 de Dez.	Shioda Kōminkan	12:30 até 13:15	13:15 até 16:30
3 anos	1 a 15 de novembro de 2016	6 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
3 anos	16 a 30 de novembro de 2016	19 de Dez.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
3 anos	Mora em Shioda ou Kawanishi e o bebê nasceu em Outubro ou Novembro de 2016	13 de Dez.	Shioda	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
7 meses	16 a 30 de abril de 2019	5 de Dez.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
7 meses	1 a 15 de maio de 2019	17 de Dez.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
7 meses	Mora em Kawabe, Izumida, Shioda ou Kawanishi e o bebê nasceu em maio de 2019	26 de Dez.	Kawanishi Kōminkan	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	1 a 15 de dezembro de 2018	11 de Dez.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	16 a 31 de dezembro de 2018	25 de Dez.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	Mora em Shioda, Kawanishi e o bebê nasceu em Dezembro de 2018	24 de Dez.	Shioda Kōminkan	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00

Bebês de 10 meses da região de Ueda (**não se aplica a Maruko, Sanada e Takeshi**) nascidos entre 16 de janeiro e 15 de fevereiro de 2019 ⇒ agendar uma consulta para DEZEMBRO de 2019.

O local do exame/aula para quem mora em Maruko é no Maruko Hoken Center ☎ Tel. 42-1117

Idade do bebê	Data de nascimento do bebê Família mora em MARUKO	Dia do exame/aula	Local do exame ou aula	Horário da recepção e HORÁRIO ESTIMADO do exame	
4 meses	julho de 2019	5 de Dez.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
10 meses	fevereiro de 2019	20 de Dez.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
1 ano e 6 meses	maio de 2018	3 de Dez.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
2 anos	outubro / novembro de 2017	17 de Dez.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
3 anos	16 de outubro a 30 de novembro de 2016	13 de Dez.	Maruko	12:30 até 12:50	12:50 até 16:00
7 meses	maio de 2019	19 de Dez.	Maruko	9:30 até 9:45	9:45 até 12:00

O local do exame/aula para quem mora em Sanada é no Sanada Hoken Center ☎ Tel. 72-9007

Idade do bebê	Data de nascimento do bebê Família mora em SANADA	Dia do exame/aula	Local do exame ou aula	Horário da recepção e HORÁRIO ESTIMADO do exame	
4 meses	julho ou agosto de 2019	12 de Dez.	Sanada	12:20 até 12:40	12:40 até 16:00
1 ano e 6 meses	abril ou maio de 2018	24 de Dez.	Sanada	12:45 até 13:00	13:00 até 16:00
3 anos	setembro / outubro / novembro de 2016	3 de Dez.	Sanada	12:45 até 13:00	13:00 até 16:00
7 meses	maio de 2019	18 de Dez.	Sanada	9:30 até 9:40	9:40 até 12:00

O local dos exames para quem mora em Takeshi depende da idade do bebê ☎ Tel. 85-2067 .

A maioria dos exames é no Takeshi Kenkō Center.

Atenção para o exame de 4 meses para quem mora em Takeshi , que é realizado no Maruko Hoken Center.

Idade do bebê	Data de nascimento do bebê Família mora em TAKESHI	Dia do exame/aula	Local do exame	Horário da recepção e HORÁRIO ESTIMADO do exame	
4 meses	julho de 2019	5 de Dez.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00

Exames de saúde para crianças de 0 a 3 anos de idade

A Cidade de Ueda é subdividida em 4 regiões (chiiki), que são Ueda, Maruko, Sanada e Takeshi.
 Moradores da Cidade de Ueda, chiiki de Ueda → vide Caso A e caso B para exame de 10 meses.
 Moradores da Cidade de Ueda, chiiki de Maruko, Sanada e Takeshi → Pular o caso A e B, vide Caso C.

Caso A) Os exames de bebês para de Ueda são no Kenkō Plaza, com três exceções:

- 1) moradores dos distritos de Shioda e Kawanishi fazem exame de 4 meses e a aula de 7 meses no Kawanishi kōminkan e a aula de 1 ano e os exames de 1 ano e 6 meses, 2 anos e 3 anos no Shioda kōminkan.
- 2) Kawabe · Izumida, cujos exames de 4 meses e a aula de 7 meses são no Kawanishi kōminkan e a aula de 1 ano e os exames de 1 ano e 6 meses, 2 anos e 3 anos são no Kenkō Plaza Ueda.
- 3) moradores de Maruko, Sanada e Takeshi fazem todos os exames nos Hoken ou Kenkō Center locais, incluindo o exame de 10 meses do bebê (vide Caso C).

Veja abaixo a lista de bairros (jichikai) que pertencem a Shioda, Kawanishi e Kawabe · Izumida.

Shioda: Shimogumi, Fujiyamanakagumi, Narao, Hiraiji, Suzuko, Ishigami, Yanagisawa, Shimonogō, Sakura, Shimohongō, Higashigoka, Goka, Kamihongō, Nakano, Kamikojima, Shimokojima, Hoya, Gakkaiminami, Maita, Yagisawa, Hachimai, Gakkaikita, Serēno Yagisawa, Jūnin, Shioda Shinmachi, Higashimaeyama, Nishimaeyama, Tedzuka, Yamada, Nogura.
Kawanishi: Nikoda, Oka, Urano, Kōdo, Fujinoki, Uranominamidanchi, Koizumi, Shimomuroga, Kamimuroga, Hibarigaoka.
Kawabe: Uedahara, Kawabechō, Kuramasu, Kabatake, Shimonogō, Tsuiji, Higashitsuiji **Izumida:** Hanga, Fukuta, Yoshida.

Caso B) Para os moradores do chiiki de Ueda os exames dos bebês de 10 meses são realizados em clínicas.

Clínicas credenciadas para exame de 10 meses para moradores do chiiki (região) de Ueda, incluindo Shioda, Kawanishi, Kawabe e Izumida. NÃO se aplica a moradores de Maruko, Sanada e Takeshi)
Pai, mãe ou responsável ⇒ Marcar um horário para um exame individual do bebê

Clínicas	Endereço, telefone e Dias de consulta		
Uedahara Ladies & Maternity Clinic	Uedahara 455-1	TEL.26—3511	Terça, quarta e sexta-feira: 9h e 16h Sáb, dom: 9h
Ueda Byōin	Chūō 1-3-3	TEL.22—3580	Terça e quarta-feira das 14h~16h
Kamishina Chūō Clinic	Sumiyoshi 397-2	TEL.26—1144	Terça-feira das 14h~14h30
Kōda Clinic	Koaso 1833	TEL.38—3065	Segunda, terça, quarta e sexta, a partir das 14h30
Sasaki Shōnika lin	Tokiwagi 5-1-19	TEL.27—7700	Segunda a sexta-feira, a partir das 14h30
Shioda Byōin	Nakano 29-2	TEL.38—2221	Terça-feira à tarde: até 17h
Sugiyama Clinic	Chūō Kita 1-2-5	TEL.26—8200	Segunda-feira das 15h~16h
Hori Kodomo Clinic	Nakanojō 800-5	TEL.23—5566	Terça a sexta-feira de manhã
Miyasaka Naika Shōnika lin	Tokida 2-5-3	TEL.22—0759	Terça, quinta e sexta-feira: 15h Quarta-feira: 13h
Murakami lin	Ōte 1-2-6	TEL.22—3740	Segunda a sexta-feira das 09h~11h30
Yamada Naika lin	Shimonogō Otsu 351-1	TEL. 26—8181	Segunda, terça, quarta e sexta-feira a partir das 15h (atende a 1 bebê por dia)
Yoshida Kodomo lin	Tokiiri 1-7-97	TEL.24—1222	Recepção de manhã até 11h e à tarde até 17h (clínica é fechada às sextas-feiras)

Caso C) **Para moradores de Maruko, Sanada e Takeshi (incluindo o exame de 10 meses do bebê)**

Para os moradores de Maruko, Sanada e Takeshi todos os exames/ aulas são no Maruko Hoken Center ou Sanada Hoken Center, respectivamente, incluindo também o exame de 10 meses do bebê. Para os moradores de Takeshi, os exames são no Takeshi Kenkō Center. (Atenção ao exame de 4 meses de Takeshi, que é realizado no Maruko Hoken Center).

Prevenção de acidentes para bebês com 8 a 10 meses

Entre 8 e 10 meses o bebê começa a engatinhar e a ficar em pé se apoiando em algum lugar.

Depois começa a caminhar apoiando-se no sofá ou na mesa, ampliando a sua área de movimentação e os riscos envolvidos, como os seguintes:

Quedas: poderá tropeçar ou cair em algum desnível do solo ou degrau da escada.

Afogamento: nunca deixe nem por um segundo um bebê sozinho perto de uma banheira ou qualquer outra fonte com água, como baldes e vasos sanitários. Um bebê pode se afogar com um balde ou com uma banheira com apenas 5 cm de água.

Queimaduras: ao tocar o vapor que sai de um pote de água quente ou um aquecedor, forno, etc.

Mantenha as portas fechadas, coloque pequenas grades que impeçam que o bebê ande livremente por qualquer lugar e deixe qualquer objeto que possa provocar acidentes como produtos químicos e de limpeza em locais altos e fechados, fora do alcance do bebê.

Se apesar de todos os cuidados por desventura ocorrer algum acidente, mantenha a calma e preste os primeiros socorros simples que puder e leve a criança ao médico ou entre em contato com algum serviço de atendimento a emergências.

Veja também o panfleto em japonês o "Guia para doenças e machucados que acontecem de repente".

「こどもの急な病気・ケガ～困った時のガイドブック」.

Mais informações: Ueda Shi Ko Sodate Ko Sodachi Shien Ka, telefone 0268-75-2416

Atendimento médico de Emergências Noturnas



- Convulsões → Em caso de convulsões (keiren), por ser uma condição crítica, não hesite, chame imediatamente uma ambulância, ligando 119.

Emergências noturnas que não possam esperar até a manhã seguinte. Febres, vômitos, etc.

- ▲ Se precisar de um médico no horário de **19h até 23h (22h30min) ★**
Estará atendendo de 1 até 29 de dezembro (incluindo sábado, domingo e feriados).
★ Estará fechado nos dias 30 e 31 de dezembro. → ligar para os bombeiros.

- ▲ **Telefone antes de ir ao Pronto Socorro (Shoki Kyūkyū Center)**
Telefone informando a condição do paciente e compareça até 22h30min.



Paciente até 15 anos ⇒ 0268-21-2233 Pediatria (shōnika)
 Paciente 16 anos ou mais ⇒ 0268-21-2280 Clínica geral (naika)

Estacionamento é pago: indo de carro, passar pela cancela (a máquina emitirá um cartão do estacionamento) e parar o carro dentro do estacionamento do Hospital Shinshū Ueda Iryou Center (antigo Nagano Byōin). A entrada do Pronto Socorro **Shoki Kyūkyū Center** fica antes de passar pela cancela do estacionamento do hospital Shinshū Ueda Iryou Center. A cancela é aquela barra que levanta quando o carro passa para entrar no estacionamento. Olhando a cancela de frente, antes de entrar, ao fundo tem a maternidade, o Hospital fica à sua direita e o Kyūkyū Center fica à sua esquerda.

Foto do Pronto Socorro **Shoki Kyūkyū Center** → **Endereço: Ueda Shi Midorigaoka 1-27-21**
 上田市内科小児科 初期救急センター

Levar:

- 1) cartão de seguro médico (hokenshō)
- 2) dinheiro

Se for criança até 15 anos, levar a caderneta Fukushi Iryōhi Jyukyūshashō (imagem ao lado), que dá direito a descontos nos pagamentos em hospitais e farmácias.

Se estiver tomando remédios, levar também a caderneta de remédios da farmácia (kusuri techō) ou algo que possa informar os remédios que está tomando.

子どもの受給者証	
現物	福祉医療費受給者証
公費負担率	
受給者番号	
居住地域	
氏名	
生年月日	年 月 日
人 数	しせつに上乗せ500円
通 算	しせつに上乗せ500円
保険料額	しせつに上乗せ500円
訪問看護	しせつに上乗せ500円
入院時食事療養費	納付なし
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
通知書上提出	し
交付年月日	年 月 日

福祉医療費受給者証
 Caderneta Fukushi Iryōhi
 Jyukyūshashō

★ Se precisar de um médico de emergência **depois de 23h**

→ **Ligue para o corpo de bombeiros (atendimento em japonês)**

Nos dias 30 e 31, como o pronto-socorro kinkyu center estará fechado, poderá ligar após 18h.

Honbu (região central) **0268-26-0119** Nanbu (região sul) **0268-38-0119**
 Tōhoku (região nordeste) **0268-36-0119** Kawanishi **0268-31-0119**

Se tiver, levar o cartão do seguro de saúde (hokenshō) e dinheiro.

Pacientes até 15 anos levar, se tiver, a caderneta azul clara Fukushi Iryōhi Jyukyūshashō.

Se estiver tomando remédios, levar a caderneta da farmácia (kusuri techō).

■ Dentista – apenas para casos de emergência nos feriados

Horário: 9h às 15h Local: Shika Kinkyū Center Endereço: Zaimokuchō 1-3-6 Tel.: 0268-24-8020

Médicos de Plantão Domingo e feriados DEZEMBRO de 2019

O horário de atendimento é de 9h às 18h

Para quem é segurado, levar o cartão do seguro de saúde (hokenshō)

Crianças que tiverem a caderneta azul claro (Fukushi Iryōhi Jyukyūshashō), levar também.

Dia	Hospital / Clínica	Endereço	Telefone	Especialidade
1 dom	Koizumi Clinic	Koizumi 775-7	0268-81-0088	Medicina interna
	Nisshindō lin	Chuo 3-14-20	0268-22-0558	Medicina interna
	Chikumasō Byōin	Chuo Higashi 4-61	0268-22-6611	Psiquiatria
	Ueda Jinzō Clinic	Sumiyoshi 322	0268-27-2737	Nefrologista (rins)
	Aozora Clinic	Uedahara 1331	0268-75-1100	Medicina interna
	Ueda Jinzō Clinic	Sumiyoshi 322	0268-27-2737	Nefrologista (rins)
	Ueda Seikei Geka Clinic	Tokida 2-15-16	0268-75-7518	Ortopedista
	Aozora Clinic	Uedahara 1331	0268-75-1100	Cirurgião
	Izumi Ganka	Tenjin 3-5-1 Ario 2º andar	0268-75-8641	Oftalmologista
	Ikuta Jibi Inkō Ka lin	Ikuta 3752-1	0268-41-1187	Otorrinolaringologista
8 dom	Sugiyama Clinic	Chuo Kita 1-2-5	0268-26-8200	Medicina interna
	Suwagata Clinic	Suwagata 888	0268-25-5556	Medicina interna
	Miyashita lin	Chuo Nishi 1-15-12	0268-22-4328	Medicina interna
	Saitō Geka lin	Aokubo 1177	0268-35-0887	Cirurgião
	Mori Locomo Clinic	Shimonogō Otsu 346-7	0268-38-1313	Cirurgião
	Imai Ganka lin	Shimonogō Otsu 346-6	0268-38-1700	Oftalmologista
	Sumiyoshi Jibi Inkō Ka lin	Sumiyoshi 626-11	0268-22-3387	Otorrinolaringologista
	Tsunoda Sanfujinka Naika lin	Ueda 1210-3	0268-27-7760	Ginecologia e Obstetrícia
15 dom	Ueda Byōin	Chuo 1-3-3	0268-22-3580	Medicina interna
	Hōden Shinryōjo	Tonoshiro Aza Kanbayashi 250-4	0268-29-1220	Medicina interna
	Handa junkanki ka Naika lin	Nakanōjō 416-3	0268-28-0888	Cardiologista
	Ueda Byōin	Chuo 1-3-3	0268-22-3580	Cirurgião
	Kangawa Clinic	Aokubo 1144-1	0268-34-5151	Cirurgião
	Kawanishi Seikyō Shinryōjo	Nikota 357-1	0268-31-1411	Cirurgião
	Matsutaka Ganka	Tokida 2-33-11	0268-22-0809	Oftalmologista
	Akiwa Hifuka	Akiwa 310-15	0268-28-5177	Dermatologista
	Asamura Jibi inkō ka Clinic	Akiwa 304-5	0268-28-8733	Otorrinolaringologista
	Uedahara Ladies & Maternity Clinic	Uedahara 455-1	0268-26-3511	Ginecologia e Obstetrícia
	22 dom	Tsuiji Naika Shōkaki Ka Clinic	Tsuiji 539-2	0268-29-8686
Heart Clinic Ueda		Fumiiri 2-1225-6	0268-23-0386	Medicina interna/ cardiol.
Kobayashi Nō Shinkei Geka Shinkei Naika Byōin		Tokida 3-15-41	0268-22-6885	Neurologia
Kōda lin		Chūō 1-6-24	0268-22-0859	Cirurgião
Iida Seikei Pain Clinic		Uedahara 717-12	0268-28-1211	Medicina da dor
Shimoda Ganka		Tokida 1-10-78	0268-21-0606	Oftalmologista
Ueda Shiritsu Sanfujinka Byōin		Midorigaoka 1-27-32	0268-22-1573	Ginecologia e Obstetrícia
29 dom	Ikeda Clinic	Uedahara 687	0268-22-5041	Medicina interna
	Yoda lin	Tokiwagi 5-3-3	0268-28-1223	Medicina interna
	Kōda Clinic	Koaso 1833	0268-38-3065	Medicina interna
	Tanaka Clinic	Tokiiri 1-7-42	0268-23-5757	Cirurgião
	Hibi Yūichi Clinic	Uedahara 158-1	0268-21-0721	Cirurgião
	Aoyagi Ganka	Sumiyoshi 577	0268-28-6688	Oftalmologista
	Kōda Clinic (jibika)	Koaso 1833	0268-38-3065	Otorrinolaringologista
	30 seg	Yoshida Kodomo lin	Tokiiri 1-7-97	0268-24-1222
Harada Naika Clinic		Oya 513-1	0268-36-0520	Medicina interna
Uedahara Life Clinic		Uedahara 1053-1	0268-22-0873	Medicina interna
Research Park Clinic		Shimonogō 813-46	0268-37-1133	Cirurgião
Shimogata Seikei Geka Clinic		(芳田)Yoshida 1904-1	0268-35-5252	Ortopedista
Iijima Jibi inkō ka lin		Ote 1-1-78	0268-22-1270	Otorrinolaringologista
31 ter	Iijima lin	Tsuiji 188	0268-22-5011	Medicina interna
	Kosato Clinic (Naika · Hifuka)	Kosato 1926-17	0268-28-4111	Med. Int. e dermatologista
	Clinic Okada	Chuo 6-10-10	0268-24-2662	Medicina interna
	Hanazono Byōin	Chuo Nishi 1-15-25	0268-22-2325	Cirurgião
	Clinic Okada	Chuo 6-10-10	0268-24-2662	Cirurgião
Kawanishi lin (hifuka)	Hoya 710	0268-38-2811	Dermatologista	