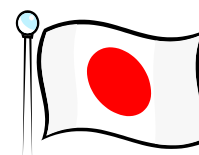


NOTÍCIAS DE UEDA 令和2年2月1日号



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 249 — Fevereiro de 2020
Ano 22 — Tiragem: 450



Inscrições-Casas públicas da Província de Nagano 県営住宅入居者統一募集

Inscrições: de 12 a 21 de fevereiro de 2020

Horário: 2ª, 3ª, 4ª, 6ª e domingo ⇒ 8h30min às 17h15min

Apenas nas quintas-feiras atenderá de 8:30 até 19:00 (sete horas da noite).

Local das inscrições: Ueda Gōdō Chōsha, Prédio Minami Tō, "Nagano Ken Jūtaku kyōkyū kōsha, Ueda Kanri Center". Endereço do local das inscrições: Ueda-Shi, Zaimokuchō 1-2-6

Dia do sorteio: 5 de março (quinta-feira) 13h30min

Local do sorteio: mesmo local das inscrições, Prédio Minami Tō, 2º andar.

Poderá obter informações sobre os endereços das moradias disponíveis para aluguel dirigindo-se ao Ueda Kanri Center ou na homepage (em japonês) <http://www.nagano-jkk.jp>

Mais informações: Nagano Ken Jūtaku Kyōkyū Kōsha Ueda Kanri Center. Tel. 0268-29-7010



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 janeiro de 2020 | |
|---|--|
| População total de Ueda: 156.810 | Total de estrangeiros registrados em Ueda: 4.042 |
| Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 748 | No. de peruanos registrados em Ueda: 197 |
| Nº. de bolivianos registrados em Ueda: 108 | Nº. de chineses registrados em Ueda: 994 |

Ter um rádio a pilha pode ser útil em Casos de Desastres Naturais

Um rádio que funciona com pilhas pode ser de muita utilidade para se obter informações quando houver um blackout (interrupção da energia elétrica). Televisão, computador e telefones celulares podem ficar impossibilitados de se utilizar.

A estação de rádio Tōmi Hare Raji opera na frequência de FM 78,5 MHz.

Durante a enchente do ano passado, após a passagem do Tufão No. 19, a cidade transmitiu informações de emergência por esta estação de rádio.



Atenção pois as informações de emergência da Cidade de Ueda poderão ser transmitidas em outras frequências de rádio, de acordo com as condições de cada transmissão.

Estas informações são úteis para pessoas que necessitem permanecer nos abrigos públicos por um período prolongado.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Seção Kiki Kanri Bōsai Ka, tel. 0268-21-0123

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

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

Papéis, Roupas, Latas, Vidros.
Papelaço, Jornal, Panfletos, Revistas.

Produtos tóxicos (termômetro com mercúrio, pilhas, lâmpadas fluorescentes).

Recebem também latas vazias de spray e de gás portátil.

Não precisa abrir furo na lata de spray, mas necessita ter usado o gás até o fim.

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

Para saber o endereço de cada um dos supermercados abaixo, acesse a seguinte página:

www.city.ueda.nagano.jp/kurashi/gomi/weekend.html

Dia 1 de fevereiro (1º sáb. de cada mês)

Tsuruya – Yamaguchi
Delicia Ueda – Kawanishi
Seiyu - Sanada

Dia 8 de fevereiro (2º sáb. de cada mês)

Valor- Akiwa
Tsuruya - Kabatake
Tsuruya – Maruko

Dia 15 de fevereiro (3º sáb. de cada mês)

Yaofuku – Kosato
A Coop - Shioda



Dia 22 de fevereiro (4º sáb. de cada mês)

Seiyu - Ueda Higashi
Shiodano Shopping Center (**BIG**)
Takeshi Chiiki Jichi Center
(apenas neste caso de Takeshi, não é realizado em supermercado, é na sub-prefeitura regional, Chiiki Jichi Center).

Impostos da prefeitura que venceram em janeiro

Shikenmin Zei 4ª parcela
Kōki Kōreisha Iryō Hoken Ryō 7ª parcela

Kokumin Kenkō Hoken Zei 7ª parcela
Kaigo Hoken Ryō 7ª parcela

O prazo de pagamento é até o dia 31 de janeiro. Para quem precisa pagar algum destes impostos e acabou esquecendo de pagar até o prazo poderá pagar nas primeiras semanas de fevereiro. Quem não pagar até o dia 20 de fevereiro, será enviado um cartão de pagamento de 2ª via com o acréscimo de 100 ienes, que poderá pagar nas lojas de conveniência e nos bancos.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Seção Shūnō Kanri Ka, telefone 0268-23-5117

Fevereiro é mês de pagamento da ajuda para crianças (Jidō Teate)

O valor referente aos meses de outubro, novembro, dezembro de 2019 e janeiro de 2020 referente a ajuda para as crianças (jidō teate) será depositado nas contas bancárias durante o dia 10 de fevereiro (segunda-feira).

Confirme até o final da tarde, atualizando a caderneta do banco, se o valor foi depositado na conta bancária do responsável pela criança.

Se seu filho nasceu recentemente na Cidade de Ueda ou de 0 a 15 anos de idade se mudaram recentemente para a Cidade de Ueda e não completaram os trâmites necessários, é necessário preencher o formulário de inscrição, para que possa receber a ajuda. A ajuda é para crianças até o 3º ano do chūgakkō (aproximadamente com idade de 15 anos).

Se estiver com documentação incompleta, não receberá a ajuda enquanto não entregar o formulário devidamente preenchido.

Mais informações: Em Ueda, Kenkō Plaza, Ko sodate ko sodachi shien Ka, tel. 0268-23-5106

Em Maruko, Shimin Sābisu Ka, tel. 0268-42-1039

Em Sanada, Shimin Sābisu Ka, tel. 0268-72-2203

Em Takeshi, Shimin Sābisu Ka, tel 0268-85-2067

Cartão de compras para famílias com filhos até 18 anos

「ながの子育て家庭優待パスポート」・「多子世帯応援プレミアムパスポート」が更新になります

Os cartões que dão direito a descontos em compras para famílias com crianças e jovens até 18 anos, têm prazo de validade até o dia 31 de março de 2020 (terça-feira).

Desde o final de janeiro já foi iniciado o envio do novo cartão (com letras cor-de-rosa) para as residências. Quem já recebeu o novo cartão já pode começar a usá-lo e jogar fora o cartão velho. Juntamente com o cartão, é enviado um manual de informações de como usar o cartão.

Siga as regras de uso do cartão.

Há dois tipos de cartões:

1) Nagano Ko sodate Katei Yūtai Passport
(ながの子育て家庭優待パスポート)

Quem tem direito ⇒ famílias com 1 filho ou mais até 18 anos ou família com mulher ainda na fase da gravidez.

Prazo de validade: 31 de março de 2024 (Reiwa Ano 6)

2) Tashi Setai Ouen Premium Passport
(多子世帯応援プレミアムパスポート)

Quem tem direito ⇒ famílias com 3 filhos ou mais até 18 anos.

Prazo de validade: 31 de março de 2024 (Reiwa Ano 6)



Mais informações: Prefeitura de Ueda, Ko Sodate · Ko sodachi Shien Ka, tel. 0268-23-5106

Festival de Lanternas de gelo em Bessho Onsen

Em homenagem às Olimpíadas e Paralimpíadas de Verão Tóquio 2020 e desejando a Recuperação após a passagem do Tufão N° 19 será realizada a iluminação com luzes e velas em Bessho Onsen.

Em conjunto com a Iluminação com 5 cores olímpicas no Templo Zenkōji, na cidade de Nagano, o Templo Kitamuki Kannon em Bessho Onsen será iluminado com as 3 cores paralímpicas.

A iluminação do Kitamuki Kannon iniciará no dia 7 de fevereiro de 2020 (sexta-feira) a partir de 17h30min.

Duração do evento: 7 a 11 de fevereiro de 2020, de sexta-feira até o feriado de terça-feira dia 11.

Horário de iluminação: 16h30min até 21h (até as velas apagarem). Cancelado se fizer mau tempo.

Mais informações: Comissão organizadora do Festival de Lanternas de Gelo, telefone 0268-23-5408

Palestra sobre Preparabilidade (em japonês)

防災講座 Bōsai Kōza

Será explicado que devemos estar preparados antes de acontecer um desastre natural.

Com exemplos reais, será demonstrada a importância de cada pessoa estar melhor preparada para enfrentar um evento como a Grande Enchente da Região Kantō e Tōhoku.

Talvez muitos se lembrem das imagens da TV da época que mostrava as águas barrentas cor marrom do Rio Kinugawa que não parava de escorrer pela parte da proteção que foi destruída e que inundou as casas até o 2º andar e arrastou muitas casas, deixando a área devastada.

Muitos estrangeiros que moravam nesta cidade, incluindo brasileiros, viveram uma situação de calamidade.

Em Ueda, ano passado em outubro, tivemos uma experiência parecida, mas numa dimensão menor.

Dia: 9 de fevereiro de 2020 (domingo)

Horário de abertura do local: 13h

Horário: 13h30min até 15h30min



Local: Ueda Bunka Kaikan Hall
(no mesmo local que o Chūō Kōminkan)

Endereço: Ueda-shi, Zaimokuchō 1-2-3.

Tema da palestra: O que os moradores podem fazer para enfrentar os estragos causados por enchentes. Serão relatados os exemplos reais das medidas tomadas pelos moradores da Cidade de Jōsō-Shi, da Província de Ibaraki.

Palestrante: Yoshihiro Yokota, representante do Centro de Assistência "Juntos".

É muito inspirador o fato de que o nome do grupo seja Juntos, que significa exatamente várias pessoas se apoiando mutuamente

O palestrante estará se deslocando de Ibaraki para Ueda especialmente para compartilhar o conhecimento que obteve da experiência de apoiar os moradores de Jōsō.

Evento gratuito e sem necessidade de inscrição.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Seção Kiki kanri Bōsai Ka, telefone 0268-21-0123

Declaração de renda · 申告 (Shinkoku)

令和 2 年度 (Reiwa 2 Nen Do) Referente a renda do ano H31/R1 (2019)

Locais e horário de atendimento

Dias 17 de fevereiro até 16 de março ⇒ Santomyuze

Horário: 9h às 11h30min 13h às 16h

Atendimento de segunda a sexta-feira

Em 2019, quem trabalhou apenas para um empregador e este já fez o "nenmatsu chōsei", poderá escolher não fazer o kakutei shinkoku, se não teve outra fonte de renda.

Se fizer a declaração para fazer o ajuste nos cálculos, poderá ter direito a receber algum valor, que será depositado posteriormente na sua conta bancária (por isso leve o cartão do banco).

Em alguns casos, o ajuste será negativo, ou seja, além de não receber a devolução, deverá pagar a diferença.

Poderá declarar também a renda dos últimos 5 anos.

Ao fazer o reajuste de anos passados, será recalculada a renda anual e poderá haver a posterior ocorrência de aumento do valor do impostos municipais gerando impostos que deverão ser pagos.

Quem quiser acrescentar algum dependente ou teve despesas médicas altas ou outro motivo especial para fazer a dedução do imposto de renda, levar os documentos comprobatórios, tais como recibos de despesas, de envio de remessas bancárias ao exterior, certidão de nascimento ou casamento para comprovar o parentesco, etc. (Anexar aos documentos em português, ou espanhol, etc., as respectivas traduções em japonês.

Não será necessário fazer a declaração de renda se for dependente de uma pessoa do mesmo "setai".

Apenas morar na mesma casa e no mesmo endereço não significa que as pessoas estão registradas no mesmo setai.

"Setai" se refere às pessoas registradas na prefeitura no mesmo endereço e no mesmo núcleo familiar, todas ligadas em relação ao chefe de família.

Quem trabalhou em dois ou mais empregos, precisa fazer a declaração levando todos os gensen referentes ao ano de 2019 ou outro comprovante de renda, como por exemplo os holerites de cada mês que trabalhou.

N.T. : "Nenmatsu chōsei" é o formulário em que consta os dados da empresa e do trabalhador como nome, endereço, chefe da família, se é casado e se tem dependentes maiores ou menores de 16 anos e que as empresas pedem para o trabalhador empregado preencher, colocar o carimbo pessoal e devolver no final de ano (geralmente em novembro ou dezembro).

Quem não trabalhou em 2019 e não teve renda, também precisa declarar que teve renda nula.

Pois se não fizer a declaração, não há como o governo saber que a renda da pessoa física foi nula e poderá haver a possibilidade de não receber os serviços públicos a contento.

Por exemplo, se não declarar a renda, não poderá retirar o documento Kazei Shotoku Shōmeisho.

Lista básica de documentos para fazer a Declaração de renda

Geralmente estes são os documentos necessários que deverá levar.

- 1) Zairyū Card (ou carteira de motorista, passaporte, etc.)
- 2) Gensen (lê-se guenssen) das empresas em que trabalhou durante o ano de 2019.
- 3) Carimbo pessoal (hanko)
- 4) Caderneta ou cartão do banco (caso haja a devolução de dinheiro) .
- 5) Número do My number em três alternativas, todas válidas e suficientes:
 - a) Cartão em papel verde sem foto (tsūchi kādo)
 - b) Cartão em plástico com foto do my number (kojin bangō kādo)
 - c) Se não tiver nenhum cartão, poderá pedir na prefeitura um atestado de residência com "my number" (住民票マイナンバー入り) de todos que estão registrados no mesmo "setai" (todos da mesma unidade familiar - 世帯全員).
Atenção: o atestado de residência comum não tem my number, portanto escreva no formulário ou comunique ao funcionário da prefeitura para que inclua o my number e depois confira se há um número com 12 dígitos no local no espaço "個人番号" (kojin bangō) impresso no atestado de residência (jyūminhyō).

Casos especiais

Os documentos abaixo são para aquelas pessoas que têm alguma particularidade que servem como fatores para usar na dedução do imposto de renda.

- 1) Comprovante de remessas para o exterior em 2019 em conta bancária do dependente.
- 2) Certidão de nascimento + tradução em japonês (ou certidão de casamento, se for o caso) para comprovar parentesco com o dependente morando no exterior.
- 3) Comprovantes de despesas médicas (para quem pagou um valor relativamente alto em 2019). Geralmente algo em torno de 100.000 ienes ou mais.
- 4) Cartão (hagaki 税申告用), que foi enviado ao seu endereço pela prefeitura de Ueda, para quem é filiado ao Kokumin Kenkō Hoken.
- 5) Outros.

Haverá atendimento também em alguns bairros da cidade

Horário: 9h às 11h, 13h às 15h30min Veja os dias indicados abaixo:

Chiiki Jichi Center de Maruko Dias 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 16 de março.

Chiiki Jichi Center de Sanada Dias 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 16 de março.

Takeshi Kenkō Center Dias 17, 18, 19, 20, 21, 25, 26, 27, 28 de fevereiro (não atende no dia 24)

Shioda Kōminkan (Centro Comunitário de Shioda) Dias 25, 26, 27 de fevereiro

Kawanishi Kōminkan (Centro Comunitário de Kawanishi) .. Dias 18 e 19 de fevereiro

Nōson Kankyō Kaizen Center (em Hōden)..... Dias 20 e 21 de fevereiro

Community Center Nishiuchi (em Maruko)..... Dia 25 de fevereiro

Nagase Shimin Center (em Maruko) Dias 26, 27 e 28 de fevereiro

Para obter mais informações: Prefeitura de Ueda, seção Zeimu Ka, tel. 0268-23-5115

Exames para bebês em Fevereiro de 2020 (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 ☎ Tel. 23-8244
Abreviação: Kenko Plaza (KP)

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 | Dia do Exame | Local | Horário FIXO da recepção e Horário ESTIMADO do exame | |
|-----------------|--|--------------|------------------------|---|-----------------|
| 4 meses | 16 a 30 de setembro de 2019 | 6 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 4 meses | 1 a 15 de outubro de 2019 | 21 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 4 meses | Mora em Kawabe, Izumida, Shioda ou Kawanishi e o bebê nasceu em setembro de 2019 | 4 de Fev. | Kawanishi Kouminkan | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 1 ano e 6 meses | 16 a 31 de julho de 2018 | 5 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 1 ano e 6 meses | 1 a 15 de agosto de 2018 | 19 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 2 anos | 1 a 15 de novembro de 2017 | 13 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:15 | 13:15 até 16:15 |
| 2 anos | 16 a 30 de novembro de 2017 | 26 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:15 | 13:15 até 16:15 |
| 2 anos | Mora em Shioda, Kawanishi e o bebê nasceu em novembro ou dezembro de 2017 | 25 de Fev. | Shioda Kouminkan | 12:30 até 13:15 | 13:15 até 16:15 |
| 3 anos | 1 a 15 de janeiro de 2017 | 7 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 3 anos | 16 a 31 de janeiro de 2017 | 20 de Fev. | Ueda KP | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 3 anos | Mora em Shioda ou Kawanishi e o bebê nasceu em Dez. de 2016 a Jan. de 2017 | 14 de Fev. | Shioda Kouminkan | 12:30 até 13:30 | 13:30 até 16:30 |
| 7 meses | 16 a 30 de junho de 2019 | 6 de Fev. | Ueda KP | 9:20 até 9:45 | 9:45 até 12:00 |
| 7 meses | 1 a 15 de julho de 2019 | 21 de Fev. | 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 julho de 2019 | 27 de Fev. | Kawanishi Kouminkan | 9:20 até 9:45 | 9:45 até 12:00 |
| 1 ano | 1 a 15 de fevereiro de 2019 | 13 de Fev. | Ueda KP | 9:20 até 9:45 | 9:45 até 12:00 |
| 1 ano | 16 a 28 de fevereiro de 2019 | 26 de Fev. | Ueda KP | 9:20 até 9:45 | 9:45 até 12:00 |
| 1 ano | Mora em Shioda, Kawanishi e o bebê nasceu em fevereiro de 2019 | 28 de Fev. | Shioda Kouminkan | 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 março e 15 de abril de 2019 ⇒ agendar uma consulta para FEVEREIRO de 2020 ⇒ Caso B p.8

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 FIXO da recepção e Horário ESTIMADO do exame | |
|-----------------|---|----------------------|---------------------------|---|-----------------|
| 4 meses | setembro de 2019 | 6 de Fev. | Maruko | 12:30 até 12:45 | 12:45 até 16:00 |
| 10 meses | abril de 2019 | 28 de Fev. | Maruko | 12:30 até 12:45 | 12:45 até 16:00 |
| 1 ano e 6 meses | julho de 2018 | 4 de Fev. | Maruko | 12:30 até 12:45 | 12:45 até 16:00 |
| 2 anos | dezembro de 2017 a janeiro de 2018 | 18 de Fev. | Maruko | 12:30 até 12:45 | 12:45 até 16:00 |
| 7 meses | julho de 2019 | 27 de Fev. | 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 FIXO da recepção e Horário ESTIMADO do exame | |
|-----------------|---|----------------------|---------------------------|---|-----------------|
| 4 meses | setembro / outubro de 2019 | 20 de Fev. | Sanada | 12:20 até 12:40 | 12:40 até 16:00 |
| 1 ano e 6 meses | junho / julho de 2018 | 12 de Fev. | Sanada | 12:45 até 13:00 | 13:00 até 16:00 |
| 2 anos | novembro de 2017 a janeiro de 2018 | 5 de Fev. | Sanada | 9:30 até 9:45 | 9:45 até 12:00 |
| 7 meses | julho de 2019 | 26 de Fev. | 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 FIXO da recepção e Horário ESTIMADO do exame | |
|---------------|--|----------------------|-------------------|---|-----------------|
| 4 meses | setembro de 2019 | 6 de Fev. | Maruko | 12:30 até 12:45 | 12:45 até 16:00 |
| 7 meses | junho / julho / agosto de 2019 | 17 de Fev. | Takeshi | 9:30 até 9:40 | 9:40 até 12:00 |

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 mais de 11 meses

O bebê com 11 meses de idade começa a explorar os arredores e a ter vontade de experimentar várias coisas. Há bebês que já conseguem ficar em pé sozinhos e começam a andar. Eles cambaleiam e perdem o equilíbrio. Portanto proteja os cantos de mesas e móveis com protetores de bordas e quinas (corner protector – kōnā kusshon).

É perigoso andar com a escova de dentes ou o palitinho de comer (ohashi) dentro da boca.

Cuidado também no inverno com aquecedores a querosene (stove, heater) que podem causar queimaduras. Proteja o bebê evitando que ele chegue perto do aquecedor colocando uma cerca de segurança em volta do aquecedor (sutōbu gādo).

Se 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 Kenkō Suishin Ka, telefone 0268-23-8244

Atendimento médico de Emergências Noturnas



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

▲ Se precisar de um médico de emergência no horário de **[19h até 23h (22h30min)]** **Emergências noturnas** que não possam esperar até a manhã seguinte. Febres, vômitos, etc. → ☎ **Pronto Socorro Shoki Kyūkyū Center**

★ Atenderá todos os dias de fevereiro (incluindo sábado, domingo e feriados).

☎ **Telefone antes de ir ao Pronto Socorro (Shoki Kyūkyū Center)**
Telefone informando a condição do paciente e compareça no local 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 Shinshu 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 Kyukyu Center fica à sua esquerda.

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

Levar estes dois itens sempre que for ao médico:
 1) cartão de seguro médico (hokenshō)
 2) dinheiro

| 子どもの受給者証 | |
|----------|-----------------|
| 現物 | 福祉医療費受給者証 |
| 公費負担者番号 | |
| 受給者番号 | |
| 居住地 | |
| 氏名 | |
| 生年月日 | 年 月 日 |
| 入 籍 | しせつにつの上 100円 |
| 通 籍 | しせつにつの上 100円 |
| 生後期間 | しせつにつの上 100円 |
| 訪問看護 | しせつにつの上 100円 |
| 入院治療等療養費 | 助成なし |
| 備考 | |
| 有効期間 | 年 月 日から 年 月 日まで |
| 高野橋上印 | 日 |
| 発行年月日 | 年 月 日 |

福祉医療費受給者証
 Fukushi Iryōhi
 Jyukyūshashō

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

Ao requerer esta caderneta azul clara precisa apresentar o hokenshō do responsável pela criança.

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

▲ Se precisar de um médico de emergência **[depois de 23h]** → ☎ **bombeiros**

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

Honbu (região central) ☎ **0268-26-0119** Nanbu (região sul) ☎ **0268-38-0119**
 Tōhoku (região nordeste) ☎ **0268-36-0119** Kawanishi ☎ **0268-31-0119**
 Levar o cartão do seguro de saúde (hokenshō) e dinheiro.

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

※Para pacientes que estejam 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 FEVEREIRO de 2020

O horário de atendimento é de 9h às 18h

Levar o cartão do seguro de saúde (hokenshō)

Todo morador registrado no Japão que tem Zairyū Card deve ter um seguro de saúde obrigatoriamente.

- 1) Kokumin Kenkō Hoken ao se registrar na cidade em que mora ou o Shakai Hoken.
- 2) Ao receber o cartão de saúde da empresa em que trabalha (shakai hoken), deve comparecer a prefeitura para cancelar o kokumin kenkō hoken. Ao ser cancelado o shakai hoken deve comparecer a prefeitura para entrar no Kokumin Kenkō Hoken e no Kokumin Nenkin.

Crianças até 15 anos que tiverem a caderneta azul claro (Fukushi Iryōhi Jyukyūshashō), levar também.

| Dia | Hospital / Clínica | Endereço | Telefone | Especialidade |
|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|---------------------------|----------------------------|
| 2 dom | Hōden Shinryōjo | Tonosiro Aza Kanbayashi 250-4 | 0268-29-1220 | Medicina interna |
| | Handa junkanki ka Naika lin | Nakanojō 416-3 | 0268-28-0888 | Cardiologista |
| | 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 |
| | Satō Ganka Clinic | Kabatake 437 | 0268-38-2011 | Oftalmologista |
| 9 dom | Shioda Byōin | Nakano 29-2 | 0268-38-2221 | Medicina interna |
| | Tsuiji Naika Shōkaki Ka Clinic | Tsuiji 539-2 | 0268-29-8686 | Gastroenterologista |
| | Heart Clinic Ueda | Fumiiri 2-1225-6 | 0268-23-0386 | Medicina interna/ cardiol. |
| | Ootani Geka · Ganka | Tokida 3-2-8 | 0268-27-2220 | Oftalmologista |
| | Shioda Byōin (geka · jibika) | Nakano 29-2 | 0268-38-2221 | Cirurgião / Otorrino |
| | Ootani Geka · Ganka | Tokida 3-2-8 | 0268-27-2220 | Cirurgião |
| 11 ter | Yanagisawa Byōin | Chuo Nishi 1-2-10 | 0268-22-0109 | Medicina interna |
| | Ikeda Clinic | Uedahara 687 | 0268-22-5041 | Medicina interna |
| | Yoda lin | Tokiwagi 5-3-3 | 0268-28-1223 | Medicina interna |
| | Watanabe Hifuka Keisei Geka Clinic | Komaki 374-3 | 0268-29-1112 | Dermatologista |
| | Yoshimatsu Seikei Geka Clinic | Ueda 1776-4 | 0268-25-2515 | Ortopedista |
| | Satō Ganka Clinic | Kabatake 437 | 0268-38-2011 | Oftalmologista |
| | Kanai lin (jibika) | Kokubu Niōdō 1122-1 | 0268-22-9716 | Otorrinolaringologista |
| 16 dom | Yoshida Kodomo lin | Tokiiri 1-7-97 | 0268-24-1222 | Pediatra |
| | Harada Naika Clinic | Oya 513-1 | 0268-36-0520 | Medicina interna |
| | Uedahara Life Clinic | Uedahara 1053-1 | 0268-22-0873 | Medicina interna |
| | 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 |
| Uedahara Ladies & Maternity Clinic | Uedahara 455-1 | 0268-26-3511 | Ginecologia e Obstetrícia | |
| 23 dom | Iijima lin | Tsuiji 188 | 0268-22-5011 | Medicina interna |
| | Kosato Clinic (Naika · Hifuka) | Kosato 1926-17 | 0268-28-4111 | Med. Int. e dermatologista |
| | 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 Sanfuijnka Naika lin | Ueda 1210-3 | 0268-27-7760 | Ginecologia e Obstetrícia |
| 24 seg | Ueda Byōin | Chuo 1-3-3 | 0268-22-3580 | Medicina interna |
| | Hashimoto lin | Maita 1 | 0268-38-2033 | Medicina interna |
| | Murakami lin | Ote 1-2-6 | 0268-22-3740 | Medicina interna |
| | 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 |