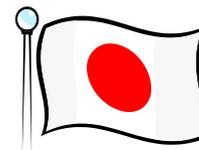


NOTÍCIAS DE UEDA 令和2年1月1日号



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 248 — Janeiro de 2020
Ano 22 — Tiragem: 450



Feliz Ano Novo 2020 (Reiwa 2 Nen)

O rato é o animal representante do ano bissexto de 2020, como pode ser percebido pelos cartões de ano novo, calendários ou outros objetos com o formato de rato que possam estar enfeitando alguma mesa ou balcão das lojas. O rato é o primeiro animal a aparecer na lista de 12 animais, que vão alternando em uma ordem constante a cada 12 anos. O ano de nascimento da pessoa também corresponde a um destes animais abaixo. É comum que os orientais saibam qual é o animal que corresponde ao seu ano de nascimento. Quem nascer em 2020, assim como quem nasceu em 2008 é do ano do rato.

Os 12 animais e os correspondentes ideogramas e leituras são os seguintes:

rato	boi	tigre	coelho	dragão	cobra	cavalo	ovelha	macaco	galo	cachorro	javali
子	丑	寅	卯	辰	巳	午	未	申	酉	戌	亥
ne	ushi	tora	u	tatsu	mi	uma	hitsuji	saru	tori	inu	i

Os ideogramas dos mesmos animais na natureza e o dragão são os seguintes:

rato (鼠), boi (牛), tigre (虎), coelho (兔), dragão (龍/竜), cobra (蛇), cavalo (馬), ovelha (羊), macaco (猿), galo (鶏), cachorro (犬), javali (猪), portanto não confundir o ideograma do animal real da natureza com o ideograma que representa o animal do ano, pois são diferentes.



**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 dezembro de 2019

População total de Ueda: 156.880	Total de estrangeiros registrados em Ueda: 4.021
Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 763	No. de peruanos registrados em Ueda: 197
Nº. de bolivianos registrados em Ueda: 110	Nº. de chineses registrados em Ueda: 984

Dias em que não haverá emissão de documentos com o uso do cartão do my number com foto

O cartão do my number com foto não poderá ser utilizado nos seguintes dias de feriado, pois o serviço será interrompido nos dias abaixo:

1, 2 e 3 de janeiro. 15 de janeiro (quarta-feira)

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Shiminka tel. 0268-23-5334

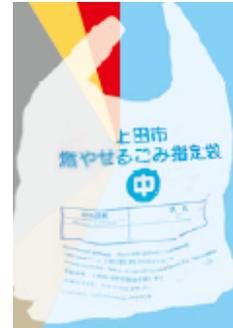
Como jogar fora óleo de fritura Saco de lixo com cor azul

Gordura e óleo de cozinha: O óleo líquido deve ser absorvido por algum tipo de papel toalha.

Nos supermercados, há um cubinho de papel para jogar o óleo dentro.

→ depois é só jogar no saco de lixo **cor azul** da Cidade de Ueda.

Escreva no saco de lixo de Ueda o nome do seu jichikai e o seu sobrenome.



Recolhimento de lixos recicláveis aos sábados (Weekend recycle)

Entregue o lixo para os responsáveis e respeite o horário de atendimento (10:00 - 12:00)

Vamos jogando aos poucos o lixo reciclável que temos em casa.

Papéis, roupas, latas, vidros. Produtos tóxicos (termômetro com mercúrio, pilhas, lâmpadas).

Papelão, caixas de leite lavadas e cortadas, jornal, panfletos, revistas.

Recebem também latas vazias de spray e de gás portátil. Use até acabar o gás. **Não** precisa abrir furo na lata de spray. Houve um tempo em que era necessário, mas não é mais

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 4 de janeiro (sábado)

Tsuruya – Yamaguchi

Delicia Ueda – Kawanishi

Seiyu - Sanada



Dia 11 de janeiro (sábado)

Valor- Akiwa

Tsuruya - Kabatake

Tsuruya – Maruko

Dia 18 de janeiro (sábado)

Yaofuku – Kosato

A Coop - Shioda



Dia 25 de janeiro (sábado)

Seiyu - Ueda Higashi

Shiodano Shopping Center (**BIG**)

Takeshi Chiiki Jichi Center (não é supermercado, é a sub-prefeitura regional).

Reduzir a perda de alimentos

食品ロスを減らしましょう

Foi aprovada em outubro deste ano uma lei para promover a redução de alimentos que são descartados no lixo.

No Japão, 6.430.000 toneladas de alimentos são jogados fora anualmente. Em Ueda, alunos da Faculdade de Nagano (Nagano Daigaku), produziram um panfleto para aumentar a conscientização sobre este desperdício.

Mesmo estando ainda próprios para o consumo, a comida está sendo jogada no lixo. Vamos repensar este desperdício e contribuir para a divulgação desta campanha para a redução da perda de alimentos.

Além da comida que é desperdiçada nos domicílios, há uma outra campanha para reduzir o desperdício de alimentos que ocorre em estabelecimentos tais como bares e restaurantes, quando há confraternização entre a família ou colegas de trabalho e vários pratos são servidos à mesa. Nestas ocasiões também é recomendado comer o que foi pedido, sem deixar muitos alimentos de sobra nos pratos, pois estes também serão jogados no lixo.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Seção Seikatsu Kankyō Ka, tel. 0268-23-5120



História do Bairro Shiokawa

(歴史と未来あふれる塩川地区の魅力を再発見・発信する事業)

Rekishi to mirai afureru Shiokawa Chiku no miryoku wo sai hakken・hasshin suru jigyō



Um grupo de moradores do bairro Shiokawa formaram a Associação "Shiokawa Chiku Chiiki Dzukuri no Kai" para preservar a História local e deixar o bairro mais bonito cuidando das flores. Instalaram placas em patrimônios históricos localizados em Shiokawa, redescobriram as riquezas e atrações locais e estão divulgando para os vizinhos e também para pessoas de regiões mais afastadas.

Instalaram placas no bosque e em templos, num total de quatro placas e têm planos de instalar futuramente outras quatro. Para isto, o grupo sai para conversar com os moradores que conhecem bem sobre a região, pesquisam em textos que explicam sobre as origens e acabam fazendo novas descobertas sobre a região em que moram.

O objetivo do grupo é aumentar a oportunidade de encontro entre os moradores e aumentar a comunicação entre eles, para terem um bairro com pessoas mais unidas e integradas.

Em setembro de 2019 foi inaugurada a Vinícola Mariko e com isso o grupo tem a esperança de que aumente o número de turistas.

A Associação está atualmente fazendo um mapa do bairro com as atrações turísticas para percorrer o trajeto a pé e estimam que será finalizado num prazo de dois anos.

Estão também se empenhando em organizar caminhadas em que todos podem participar e palestras para que as crianças e jovens possam conhecer a História do bairro.

Help Mark e Help Card

ヘルプマークをみかけたら、思いやりのある行動をお願いします

Herupu ma-ku wo mikaketara, omoi-yari no aru kōdō wo onegaishimasu

O objeto portátil (Help Mark) ilustrado abaixo é um indicativo de que o portador tem alguma condição que o faz ter mais necessidade de receber um tipo de tratamento que exija um pouco mais de consideração por parte das pessoas ao redor. Este tipo de necessidade tem como motivo uma condição que não é percebida claramente exteriormente. Apenas olhando para o portador do cartão não há como perceber a necessidade especial, pois não é visível.



Por exemplo, uma pessoa com uma perna mecânica, uma mulher que está na fase inicial da gravidez, um jovem com prótese no joelho, também parece não ter algum tipo de necessidade especial, mas encontram uma certa dificuldade.

Alguns exemplos de atitude que podem ser tomadas para ajudá-los:

- ✿ Em trens e ônibus, ceder a lugar para que eles possam sentar. Mesmo sem ser evidente, apesar de parecerem pessoas com saúde normal, podem ter deficiências internas não aparentes que os fazem ter dificuldade para permanecerem em pé por muito tempo.
- ✿ Perguntar se precisam de ajuda em estações de trem ou instalações comerciais. Em caso de acidentes ou interrupção dos serviços oferecidos, o portador do help mark poderá ter dificuldade para descer ou subir escadas.
- ✿ Ajudar pessoas com dificuldades visuais, auditivas ou de locomoção a encontrar refúgio em caso de terremoto.

O objeto Help Mark é apenas para condições debilitantes.

● Local onde pode ser solicitado:

Prefeitura de Ueda, na seção Shōgaisha Shien Ka.
Sub-prefeituras de Sanada, Maruko e Takeshi,
na seção Shimin Service Ka.

● Quem pode fazer a inscrição: pessoas com prótese nas articulações, prótese mecânica, com deficiência dentro do corpo, com doença sem cura "nanbyō", nos primeiros meses de gravidez ou outro tipo de condição que exija uma certa consideração.

Observações importantes:

- o pedido deve ser feito pela própria pessoa ou alguém da família
- só será entregue um cartão para cada pessoa.
- se houver necessidades, o help mark poderá ser enviado pelo correio. Entrar em contato com os locais acima citados.

O Help Card (cartão à direita), pode ser usado por todos,

recortando diretamente da revista impressa mensal da Prefeitura de Ueda de dezembro de 2019 ou impresso através da homepage da Província de Nagano.

O cartão é do tamanho de um cartão de visitas.

Com o cartão preenchido previamente, poderá em caso de acidente comunicar mais facilmente dados como nome, endereço, telefone de contato, tipo de sangue, etc.

あなたの支援が必要です。		
ヘルプカード		
		長野県
年月日記入		
(ふりがな)		
氏名	(男・女)	
住所		
連絡先		
e-mail		
生年月日	血液型	
年 月 日	型 (Rh + -)	
【医療などの情報】		
障がい名 (病名)		
医療機関 (かかりつけ)	医療機関名:	
	電話番号:	
	担当医:	
緊急連絡先	名前	関係()
	電話番号:	
【お願いしたいこと】		

Exames para bebês em Janeiro 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

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	Dia do Exame	Local	Horário FIXO da recepção e Horário ESTIMADO do exame	
4 meses	16 a 31 de agosto de 2019	7 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
4 meses	1 a 15 de setembro de 2019	16 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
4 meses	Mora em Kawabe, Izumida, Shioda ou Kawanishi bebê nasceu em agosto de 2019	10 de Jan.	Kawanishi Kouminkan	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
1 ano e 6 meses	16 a 30 de junho de 2018	8 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
1 ano e 6 meses	1 a 15 de julho de 2018	22 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
1 ano e 6 meses	Mora em Shioda ou Kawanishi e o bebê nasceu em: 16 de maio a 15 de julho de 2018	21 de Jan.	Shioda Kouminkan	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
2 anos	1 a 15 de outubro de 2017	15 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:15	13:15 até 16:15
2 anos	16 a 31 de outubro de 2017	31 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:15	13:15 até 16:15
3 anos	1 a 15 de dezembro de 2016	9 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
3 anos	16 a 31 de dezembro de 2016	17 de Jan.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
7 meses	16 a 31 de maio de 2019	7 de Jan.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
7 meses	1 a 15 de junho de 2019	29 de Jan.	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 junho de 2019	23 de Jan.	Kawanishi Kouminkan	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	1 a 15 de janeiro de 2019	15 de Jan.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	16 a 31 de janeiro de 2019	28 de Jan.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	Mora em Shioda, Kawanishi e o bebê nasceu em janeiro de 2019	24 de Jan.	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 os dias 16 de fevereiro a 15 de março de 2019 ⇒ agendar uma consulta para JANEIRO de 2020.

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	agosto de 2019	9 de Jan.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
10 meses	março de 2019	24 de Jan.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
1 ano e 6 meses	junho de 2018	7 de Jan.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
3 anos	1 de dezembro de 2016 a 15 de janeiro de 2017	17 de Jan.	Maruko	12:30 até 12:50	12:50 até 16:00
7 meses	junho de 2019	23 de Jan.	Maruko	9:30 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	dezembro de 2018 a janeiro de 2019	14 de Jan.	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	
10 meses	fevereiro / março de 2019	15 de Jan.	Sanada	12:45 até 13:00	13:00 até 16:00
7 meses	junho de 2019	21 de Jan.	Sanada	9:30 até 9:40	9:40 até 12:00
1 ano	outubro / novembro / dezembro de 2018	30 de Jan.	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	agosto de 2019	9 de Jan.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
10 meses	fevereiro / março de 2019	23 de Jan.	Takeshi	12:40 até 13:00	13:00 até 16:00
1 ano e 6 meses	junho / julho de 2018	23 de Jan.	Takeshi	12:40 até 13:00	13:00 até 16:00
2 anos	novembro de 2017 até fevereiro de 2018	23 de Jan.	Takeshi	12:40 até 13:00	13:00 até 16:00
1 ano	dezembro de 2018 até fevereiro de 2019	27 de Jan.	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, Gakkaminami, 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, Shimonojō, 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).

Dicas para os avós com netinhos com mais de 1 ano

A criança pequena quer fazer sozinha coisas que ainda não é capaz de fazer.

Portanto, compreendendo o sentimento da criança, vamos ter paciência, esperar a criança tentar sozinha e quando ela conseguir, vamos elogiá-la com palavras de reconhecimento tais como "muito bem", "você conseguiu", "que bom", etc.

Já se encontrou em apuros com uma criança pequena irritada ou que brigou com alguém, batendo, mordendo ou gritando? Encontre palavras que demonstrem o sentimento que a criança estiver experimentando e fale para ela "doeu né?", "que tristeza", "que chato né". Se a criança perceber que teve o sentimento compreendido, ela ficará menos agitada.

Com 2 anos, uma importante fase do desenvolvimento é aquela em que a criança passa pelo período conhecido como egocentrismo infantil. Mesmo tentando conversar com a criança, é difícil. Antes de mais nada, respire fundo e acalme-se. Aí sim, fale com a criança.

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.

▲ 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**

★ **Atenção ⇒ Fechado nos dias 1, 2 e 3 de janeiro.**

Após os três dias de feriado de Ano Novo, voltará a funcionar todos os dias normalmente, desde o dia 4 de janeiro (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 Kyukyū 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
保険者番号	
氏名	
出生年月日	年 月 日
人 間	1177円につき上限500円
通 院	1177円につき上限500円
保険診療	1177円につき上限500円
訪問看護	1177円につき上限500円
入院料食事療養費	除成込
備考	
有効期限	年 月 日から 年 月 日まで
	長野県上田市 〇〇
交付年月日	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.

※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

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.

※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 Domingo e feriados JANEIRO de 2020 (9h às 18h)

Dia	Hospital / Clínica	Endereço	Telefone	Especialidade
1 qua	Shioda Byōin	Nakano 29-2	0268-38-2221	Medicina interna
	Hashimoto lin	Maita 1	0268-38-2033	Medicina interna
	Murakami lin	Ote 1-2-6	0268-22-3740	Medicina interna
	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
2 qui	Yanagisawa Byōin	Chuo Nishi 1-2-10	0268-22-0109	Medicina interna
	Ashizawa Naika lin	(芳田)Yoshida 1818-4	0268-35-3330	Medicina interna
	Hori Kodomo Clinic	Nakanojō 800-5	0268-23-5566	Pediatra
	Watanabe Hifuka Keisei Geka Clinic	Komaki 374-3	0268-29-1112	Dermatologista
	Yoshimatsu Seikei Geka Clinic	Ueda 1776-4	0268-25-2515	Ortopedista
	Kanai lin (jibika)	Kokubu Niōdō 1122-1	0268-22-9716	Otorrinolaringologista
3 sex	Satō Ichō Ka Naika	Chuo 1-8-20	0268-22-2342	Gastroenterologista
	Yamada Naika lin	Shimonogō Otsu 351-1	0268-26-8181	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
5 dom	I Naika Clinic	Kosato 166-1	0268-21-3737	Medicina interna
	Ueda Seikyō Shinryōjo	Kami Shiojiri 393-1	0268-23-0199	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
12 dom	Ueda Byōin	Chuo 1-3-3	0268-22-3580	Medicina interna
	Wakata Naika	Shinmachi 180-1	0268-38-2540	Medicina interna
	Miyasaka Naika Shōnika lin	Tokida 2-5-3	0268-22-0759	Pediatra
	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
13 seg	Komatsu Naika Junkanki Ka lin	Ueda 1493-3	0268-27-2200	Cardiologista
	Jōnan lin	Gosho 373	0268-22-3481	Medicina interna
	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
19 dom	Koizumi Clinic	Koizumi 775-7	0268-81-0088	Medicina interna
	Nisshindō lin	Chuo 3-14-20	0268-22-0558	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
26 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
	Chikumasō Byōin	Chuo Higashi 4-61	0268-22-6611	Psiquiatria
	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