

# NOTÍCIAS DE UEDA 令和2年4月1日号

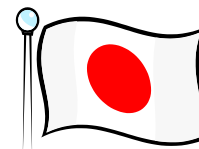
Informativo da Prefeitura de Ueda

Setor de Atendimento e Registro de Estrangeiros

Tel: (0268) 75-2245 (direto) ou (0268) 22-4100 ramal 1308

Edição número 251 — Abril de 2020

Ano 22 — Tiragem: 450



## Saco de lixo verde-plásticos recicláveis e limpos

上田市ゴミ指定袋緑色-綺麗にしてリサイクルしましょう

Favor jogar apenas plásticos com a marca 「プラ」 no saco de lixo verde da Cidade de Ueda. Os filmes plásticos que envolvem os alimentos e bandejas de compras do supermercado, para que sejam reciclados, precisam ser lavados ou limpos.

「プラ」



Se o coletor de lixo perceber que o lixo plástico está sujo e não pode ser reciclado, eles deixarão o lixo na casinha de lixo. Veja acima como lavar as embalagens.

Mais informações: Prefeitura de Ueda Seção Jinken Danjo Kyousei Ka, Tel. 0268-75-2245



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](http://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

**Atenção: mudança no horário dos intérpretes da Prefeitura de Ueda.**

Em português: segunda a sexta de 9h às 17h, com Marisol H. B.Garcia

Em chinês: de segunda a sexta, 9h às 17h, com Li Xuejing

Español: lunes, miércoles, viernes, 9h às 12h, 13h às 15h

## Dados estatísticos da população de Ueda

Dados de 1º março de 2020	
População total de Ueda: 156.554	Total de estrangeiros registrados em Ueda: 4.004
Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 736	No. de peruanos registrados em Ueda: 190
Nº. de bolivianos registrados em Ueda: 104	Nº. de chineses registrados em Ueda: 987

## Como doar roupas que ainda estão boas para o uso

Poderíamos aproveitar o início da primavera para separar as roupas de inverno, casacos de inverno, separando aquelas peças que estão apenas ocupando espaço e organizando os armários e guarda-roupas, doando as roupas que não tem mais intenção de vestir .

A Eco House, que fica localizada dentro do Ueda Clean Center, recolhe roupas limpas uma vez por mês. Neste mês, será no dia 10 de abril (sexta-feira) no horário entre 10h e 12h.

**Mais informações:** Eco House, tel. 0268-23-5144 (segunda a sexta, 10h às 16h)

## 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.



## 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. Produtos tóxicos (termômetro com mercúrio, pilhas, lâmpadas ).  
Papelaço, caixas de leite lavadas e cortadas, jornal, panfletos, revistas.

Recebem também latas vazias de spray e de gás portátil.

**Não** precisa abrir furo na lata de spray.

**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](http://www.city.ueda.nagano.jp/kurashi/gomi/weekend.html)

### Dia 4 de abril (sábado)

Tsuruya – Yamaguchi

Delicia Ueda – Kawanishi

Seiyu - Sanada



### Dia 11 de abril (sábado)

Valor- Akiwa

Tsuruya - Kabatake

Tsuruya – Maruko

### Dia 18 de abril (sábado)

Yaofuku – Kosato

A Coop - Shioda



### Dia 25 de abril (sábado)

Seiyu - Ueda Higashi

Shiodano Shopping Center (**BIG**)

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

## CSF Febre suína

Em 17 de janeiro de 2020 foi encontrada um porco selvagem morto em Ueda e foi confirmada a contaminação com o vírus da febre suína clássica. O vírus da febre suína é encontrado também nas fezes e há o risco de contaminação do solo, que ao ser transportado poderá proliferar a contaminação. Para evitar a proliferação da febre suína favor ter os seguintes cuidados ao escalar montanhas ou caminhar por trilhas de florestas:

- ◆ Após descer a montanha ou chegar na entrada da floresta, retire a terra que ficou retida na sola dos sapatos e chacoalhe as roupas para tirar a terra ou poeira.
- ◆ Se for de carro, antes de voltar, retire a terra em volta dos pneus na entrada da floresta.
- ◆ Não leve para casa plantas que estavam dentro da floresta ou montanha.
- ◆ Em caso ser dono do terreno ou tem autorização do dono para colher cogumelos ou plantas silvestres, na medida do possível, remova no local o excesso de terra antes de transportá-los para outro local.

Se encontrar um porco selvagem (javali) morto, não chegue perto e avise ao setor de florestas da Cidade de Ueda pelo telefone abaixo indicado.

A Febre suína é uma doença que acomete os porcos e javalis, não afetando os humanos ou outros animais. A carne de porco vendida nos supermercados da cidade também são livres de contaminação. Na Província de Nagano, para evitar a Febre suína, está sendo efetuada a vacinação de porcos nos criadouros.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, seção Shinrin Seibi Ka, telefone 0268-23-5124

## Aluguel de espaço para Bazar • Fly Market por um dia apenas

Organização do evento: Shinshū Kokusai Ongakumura

Nome do evento: Shinshu Renaissance 2020 (comemorando 33 anos do Shinshu Kokusai Ongakumura)

Local do bazar: será anunciado posteriormente

Dia: 6 de junho Horário: 10h às 17h

Conteúdo: poderá exibir ou vender artigos artesanais de confecção própria

Público-alvo: quem mora, trabalha ou estuda na Província de Nagano

No de vagas: 50 primeiros inscritos (para cada pessoa no máximo 2 estandes)

Taxa: gratuita (não nos responsabilizamos por despesas com transporte)

Inscrições: 25 de março até 17h do dia 30 de abril de 2020 (quinta-feira)

Preencher o formulário que está disponível na homepage do Ongakumura e enviar por fax ou e-mail.

Fax: 0268-42-3948 e-mail info@ongakumura.jp

Mais informações: Shinshū Kokusai Ongakumura, telefone 0268-42-3436

## Campanha de Segurança no Trânsito da Primavera

No mês de abril acontece o início do ano letivo das crianças que iniciam a escola primária.

Nesta época também é grande o fluxo de turistas por causa das flores de cerejeira e causa preocupação de que possa aumentar também o número de acidentes de trânsito. Por causa do coronavírus, evitar aglomeração de visitas a cerejeiras. O Festival de Sakura (flores de cerejeira) de Ueda foi cancelado neste ano de 2020.

Cada um de nós devemos ter tranquilidade na direção e respeitar as regras de trânsito, tendo respeito para com os pedestres, evitando assim acidentes.

Período da campanha: 6 a 15 de abril Veja abaixo os pontos importantes da campanha:

✿ Garantir a segurança dos pedestres, especialmente as crianças.

Os pedestres, como regra geral, devem caminhar pelo lado direito das vias de trânsito, na direção contrárias a dos carros e bicicletas.

✿ Motorista veteranos com idade avançada devem ter cuidado redobrado na direção

✿ Andar de bicicleta de modo correto, trafegando pelo lado esquerdo das vias, o mesmo lado em que transitam os carros.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, seção Seikatsu Kankyō Ka, telefone 0268-22-4140

## Novo Coronavírus COVID-19 Parte 2

É muito importante continuar a prevenção, evitando ser contaminado e depois ser transmissor do vírus. Algumas pessoas saram ou nem percebem a doença mas outros sucumbem rapidamente, portanto o melhor é a prevenção e proteger as pessoas ao redor que possam ser mais fracas e com menor chance de recuperação se chegarem ao estado extremo de precisar usar um respirador artificial (aparelho de ventilação mecânica).

Nas últimas semanas, a recomendação é arejar os ambientes e evitar 3 tipos de aglomerações:

- 1) Locais ou eventos com muitas pessoas, como cinemas, show de música, etc.
- 2) Locais fechados com várias pessoas. Reunião, aulas, academia de ginástica, etc.
- 3) Encontros com pessoas conversando muito perto.

Manter uma distância social, aquela que é maior do que utilizamos para a família ou amigos.

- ⊗ Abra as janelas para renovar o ar da sua casa e outros locais.
- ⊗ Locais fechados sem arejamento (sem vento) podem ter vírus suspensos no ar por 20 minutos ou mais.
- ⊗ Evitar locais fechados, com muitas pessoas ou com pessoas muito próximas conversando. Não apenas a tosse e os espirros, ao conversar perto de outras pessoas, a saliva também pode ser meio transmissor do vírus.
- ⊗ Limpar mesas e balcões com álcool ou outro produto desinfectante como água sanitária diluída.

Cuidados com as mãos

- ⊗ Cortar as unhas curtas para evitar acúmulo de sujeira.
- ⊗ Evite cortar as cutículas na manicure pois cortes na mão fazem com que haja uma abertura de contaminação para o vírus.
- ⊗ Por causa do álcool, as mãos ficam muito secas. Se passar creme antes de dormir poderá evitar rachaduras na pele. A pele é o que protege nossas mãos evitando a entrada dos vírus.

Lavar as mãos é importante porque o sabão ataca a camada externa de proteção do coronavírus e a água corrente ajuda a que o coronavírus escorra para o ralo, deixando as mãos limpas evitando a contaminação ao tocarmos os olhos, nariz e boca.

Evitar tocar o rosto se estiver fora de casa com as mãos sujas (não desinfetadas).

A máscara ajuda pois é uma barreira física evitando que toquemos nossos nariz e boca e possível contaminação com vírus que estejam em nossas mãos, pois durante o dia tocamos muitas maçanetas, botões de elevador, etc. que muitas pessoas tocam também.

⊗ Ter uma atividade de lazer, pode ser ver uma comédia, caminhar ao ar livre, algo que nos tire um pouco do pensamento fixo em coronavírus. Poderá fazer exercícios ao ar livre, evitando aglomerações.

✍ Vamos criar o hábito de medir a temperatura corporal, saberá assim a sua temperatura normal, para que possa saber também quando está com febre.

✍ Se tiver febre, peça feriado no trabalho ou na escola, como medida preventiva e tenha anotado um registro diário da sua temperatura (quantos graus de febre) e outros sintomas que tenha e possa transmiti-los ao telefonar para o hokenjo para pedir instruções de como proceder em caso de febre alta, etc. Não sair de casa e ligar antes para orientações do hokenjo para saber qual o hospital poderá ir.

Nagano Tagengo Call Center Orientação em 17 línguas (incluindo português) sobre o novo coronavírus: 24 horas por dia, em 17 línguas: **0120-691-792**

Poderá pedir para a ligação seja transferida para conversar com uma enfermeira (hokenshi), enquanto a intérprete traduz a conversa.

Telefone em japonês para obter informações específicas sobre o novo coronavírus.  
026-235-7277 ou 026-235-7278 (atendem 24 horas por dia)

Centro de Saúde (Hokenjo) de Ueda telefone 0268-25-7135 (24 horas) em japonês

Para tirar dúvidas sobre saúde: Prefeitura de Ueda Seção Kenkō Suishin Ka, tel. 0268-28-7124  
Horário de atendimento: 8h30min às 17h15 min (em japonês)

Mais informações sobre o novo coronavírus na Homepage de Ueda em japonês.

<http://www.city.ueda.nagano.jp/kenko/singatakorona.html>

## Vacinação anual obrigatória para cães com mais de 3 meses de idade, Vacinação obrigatória mesmo que o cachorro só fique dentro de casa

A raiva é uma doença muito perigosa pois após o aparecimento dos sintomas, é 100% de probabilidade de morte da pessoa infectada. Todos os donos de cães tem a obrigação de vaciná-los uma vez ao ano.

Os cachorros que nasceram depois da primavera e que já têm mais de 91 dias ou aqueles que ainda não receberam a vacina antirrábica deste ano, devem ser vacinados.

Taxa a pagar: 6.600 ienes (registro e vacina). Se já for registrado, pagar 3.600 ienes (vacina).

Se o seu cachorrinho ainda não tem registro na prefeitura, precisa entrar em contato pelo telefone abaixo.  
Prefeitura de Ueda, seção Seikatsu Kankyō Ka, tel. 0268-22-4140

Para cachorros já registrados, a prefeitura enviará uma carta pelo correio (hagaki).

Quem mora em Ueda, a partir do dia 24 de março.

Quem mora em Maruko, Sanada, Takeshi, a partir do dia 3 de abril.

Locais e horários de vacinação no domingo

Local da vacinação	Data	Horário de início e término
Ueda Gōdō Chōsha	12 de abril	8h50min até 9h50min
	19 de abril	8h50min até 9h50min
Estacionamento do lado Sul do Ueda Sōzōkan	12 de abril	10h20min até 11h20min
	19 de abril	10h20min até 11h20min
	7 de junho	9h50min até 10h40min
Maruko Fureai Station	17 de maio	8h30min até 10h00min
	21 de junho	8h30min até 9h30min
Uenogaoka Kōminkan	7 de junho	8h50min até 9h20min
Shioda Chiiki Jichi Center	7 de junho	11h até 11h30min

Pontos importantes:

✿ Se o seu cachorro está com algum problema de saúde ou já apresentou reações colaterais após a aplicação da vacina antirrábica, leve-o para ser vacinado em uma clínica veterinária.

✿ O local de vacinação fica lotado de cachorros, portanto verifique se a coleira está firme para evitar que o seu cachorro se solte e brigue com outro cachorro.

✿ O cachorro precisa ficar imobilizado para receber a vacina. Compareça com alguém que consiga controlar e imobilizar o cachorro durante a aplicação da vacina.

✿ Alguns locais de vacinação não são os mesmos do ano passado, portanto verifique bem os locais corretos que estarão efetuando a vacinação deste ano.

## Linhas de Ônibus 一部路線バスの休止、ダイヤ改正、事業者変更

A partir de 1º de abril de 2020, haverá mudanças na operação de algumas linhas de ônibus na Cidade de Ueda.

Machinaka Junkan bus e Shinshu no Kamakura Shuttle Bus

Estas linhas não estarão operando no período de 1º de abril de 2020 até 31 de março de 2021.

Mudança no horário

Linhas Nishi Maruko e Kakeyu Onsen

Mudança da empresa operadora

Ueda Shigaichi Junkan Bus (Aka bus) Era da empresa Chikuma Bus e passará a ser administrado pelo Ueda Bus.

Maruko Chiiki Junkan Bus (Marinko Gou) Era da empresa Chukuma Bus e passará a ser administrado pela Tōshin Kankō Bus.

Mais informações: Prefeitura de Ueda Seção Kōtsū Seisaku Ka, Tel. 0268-23-5011

# Cuidados ao aplicar agrotóxicos

## Cuidados na utilização de agrotóxicos

Durante a estação primavera-verão, aumenta-se a utilização de agrotóxicos. Ao utilizá-los, tome muito cuidado com a manipulação e especialmente evite que a saúde dos habitantes da região seja prejudicada. Além disso, na medida do possível, vamos nos esforçar para seguir um estilo de administração das lavouras, hortas e jardins que não necessitem da utilização de agrotóxicos.

### ◆Ao utilizar agrotóxicos, obedecer às seguintes recomendações

- Obedecer rigorosamente às instruções do rótulo (finalidade, quantidade, diluição correta, período e número de aplicações).
- Avisar à vizinhança antecipadamente qual o objetivo, dia, horário e tipo de agrotóxico a ser aplicado.
- Colocar placas ou cartazes antes da pulverização ou aplicação do agrotóxico, para evitar a entrada de pessoas na área de pulverização
- Desfazer-se dos restos, embalagens e recipientes vazios dos agrotóxicos corretamente, entrando em contato com as lojas que vendem o produto.
- Armazená-los em local seguro, trancado com chave para evitar roubos e extravios.
- Ao aplicar agrotóxicos, vestir roupas adequadas e usar máscara para sua proteção e após a utilização lavar bem os equipamentos e não deixar essa água escorrer para os rios, riachos, etc.

### ◆Cuidados com as crianças e vizinhos

- Se estiver próximo a escolas ou do trajeto escolar, cuidado para não atingir as crianças, tomando cuidado com a direção do vento e com a direção em que está aplicando o agrotóxico.
- Se houver uma pessoa sensível e que tenha problemas relacionados à aplicação de agrotóxicos perto do local de aplicação, tenha respeito por esta pessoa e não utilize o agrotóxico enquanto ela estiver por perto.
- Identificar as pragas na fase inicial examinando e vistoriando diariamente.
- Evitar ao máximo o uso de agrotóxicos. Escolher plantas resistentes a pragas, eliminar os insetos manualmente e extirpar (retirar) as partes afetadas por pragas.
- Evitar a pulverização periódica de agrotóxicos, usando-os somente quando confirmar a presença de pragas.
- Se não puder evitar o uso de agrotóxicos, tente ao menos escolher e utilizar um tipo granulado, para evitar que o agrotóxico se espalhe em todas as direções, como é o caso do agrotóxico do tipo líquido.
- Escolher um dia sem vento ou com vento fraco para a aplicação e aplicar na menor área possível.
- Tomar os mesmos cuidados ao aplicar inseticidas, fungicidas e herbicidas no jardim de casa, nos parques públicos e estacionamentos.

Mais informações: Prefeitura de Ueda setor Nōsei Ka, telefone 23-5122.

## Preparabilidade - Tenha kit de emergência preparado

手に取りやすい場所に非常持ち出し品の備えを！

Apesar da atual preocupação ser o novo coronavírus, não sabemos quando ocorrerá um grande terremoto. Muitos itens que são úteis ter em estoque em casa, também são úteis para não ter que sair de casa sem necessidade por causa do contágio da pneumonia COVID-19.

Artigos de primeira necessidade, que não são perecíveis, poderão ser comprados e colocados em uma mochila, sempre pronta para sair de casa em caso de um grande terremoto.



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

## Exames para bebês em Abril 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 30 de novembro de 2019	8 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
4 meses	1 a 15 de dezembro de 2019	16 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
4 meses	<b>Mora em Kawabe, Izumida, Shioda ou Kawanishi</b> e o bebê nasceu em novembro de 2019	10 de Abr.	Kawanishi Kouminkan	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
1 ano e 6 meses	16 a 30 de setembro de 2018	14 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
1 ano e 6 meses	1 a 15 de outubro de 2018	22 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
2 anos	1 a 15 de janeiro de 2018	15 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:15	13:15 até 16:15
2 anos	16 a 31 de janeiro de 2018	21 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:15	13:15 até 16:15
2 anos	Mora em Shioda, Kawanishi e o bebê nasceu em janeiro ou fevereiro de 2018	28 de Abr.	Shioda Kouminkan	12:30 até 13:15	13:15 até 16:15
3 anos	1 a 15 de março de 2017	9 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
3 anos	16 a 31 de março de 2017	24 de Abr.	Ueda KP	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
3 anos	Mora em Shioda ou Kawanishi e o bebê nasceu em fevereiro ou março de 2017	17 de Abr.	Shioda Kouminkan	12:30 até 13:30	13:30 até 16:30
7 meses	16 a 31 de agosto de 2019	8 de Abr.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
7 meses	1 a 15 de setembro de 2019	16 de Abr.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
7 meses	<b>Mora em Kawabe, Izumida, Shioda ou Kawanishi</b> e o bebê nasceu em setembro de 2019	23 de Abr.	Kawanishi Kouminkan	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	1 a 15 de abril de 2019	14 de Abr.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	16 a 30 de abril de 2019	22 de Abr.	Ueda KP	9:20 até 9:45	9:45 até 12:00
1 ano	<b>Mora em Shioda, Kawanishi</b> e o bebê nasceu em abril de 2019	30 de Abr.	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 maio e 15 de junho de 2019 ⇒ agendar uma consulta para ABRIL 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 <b>MARUKO</b>	Dia do exame/aula	Local do exame ou aula	Horário FIXO da recepção e Horário ESTIMADO do exame	
4 meses	novembro de 2019	9 de Abr.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
10 meses	junho de 2019	24 de Abr.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
1 ano e 6 meses	setembro de 2018	7 de Abr.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
2 anos	fevereiro / março de 2018	16 de Abr.	Maruko	12:30 até 12:45	12:45 até 16:00
3 anos	1º de março a 15 de abril de 2017	17 de Abr.	Maruko	12:30 até 12:50	12:50 até 16:00
7 meses	setembro de 2019	23 de Abr.	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 <b>SANADA</b>	Dia do exame/aula	Local do exame ou aula	Horário FIXO da recepção e Horário ESTIMADO do exame	
4 meses	novembro / dezembro de 2019	9 de Abr.	Sanada	12:20 até 12:40	12:40 até 16:00
1 ano e 6 meses	agosto / setembro de 2018	10 de Abr.	Sanada	12:45 até 13:00	13:00 até 16:00
7 meses	setembro de 2019	28 de Abr.	Sanada	9:30 até 9:40	9:40 até 12:00
1 ano	janeiro / fevereiro / março de 2019	15 de Abr.	Sanada	9:30 até 9:40	9:40 até 12:00

### Moradores de Takeshi.

**Takeshi Kenkō Center** ☎ Tel. 85-2067 .

A partir deste mês de abril, os exames para bebês da Região de Takeshi serão todos no Maruko Hoken Center.

## 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).

\*\*\*\*\*

## A importância da Língua Materna

Há várias definições de Língua Materna, mas há quatro características que podemos citar:

É a primeira língua que a criança tem contato após nascer, sendo utilizada na comunicação em família. É a primeira língua em que a criança aprende a escrever, sendo uma ferramenta utilizada na escola para obter novos conhecimentos. É a língua que em várias áreas do conhecimento será atingido um alto nível. É a língua que psicologicamente carrega sentimentos de pertencimento a uma cultura.

A criança começa falando algumas palavras isoladas, depois fala 2 palavras, depois três palavras em sequência. Por exemplo: papa, mama, auau (cachorro), carro azul, minha casa, quero tomar água, minha roupa nova. Converse bastante com o seu filho para que ele possa obter a primeira língua, que é aquela da família. Cada criança tem o seu tempo para aprender, umas mais rápido, outras mais devagar, mas todas necessitam de estímulo para conversar. Ensinando e orientando, elas estarão se preparando para frequentar a escola maternal e primária. A escola primária em Ueda é definida de acordo com o endereço da família. Em algumas escolas primárias de Ueda, há o apoio de intérpretes bilíngues que auxiliam os alunos estrangeiros a se adaptar a escola japonesa. As duas línguas são importantes, a da família e a da escola. Há pesquisas que indicam que crianças que se desenvolveram bem na língua materna apresentam maior rendimento escolar também na língua que utilizam na escola.



## 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 ABRIL (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
公費負担番号	
受給者番号	
誕生日	
氏名	
出生年月日	年 月 日
入園料	なし
入園料	なし
入園料	なし
入園料	なし
入園料	なし
入園料	なし
有効期間	年 月 日から 年 月 日まで
高野橋上照付	否
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 **ABRIL 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
5 dom	Sugiyama Clinic	Chuo Kita 1-2-5	0268-26-8200	Medicina interna
	Miyashita lin	Chuo Nishi 1-15-12	0268-22-4328	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
12 dom	Hōden Shinryōjo	Tonoshiro Aza Kanbayashi 250-4	0268-29-1220	Medicina interna
	Handa junkanki ka Naika lin	Nakanojō 416-3	0268-28-0888	Cardiologista
	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
19 dom	Ueda Byōin	Chuo 1-3-3	0268-22-3580	Medicina interna
	Tsuji Naika Shōkaki Ka Clinic	Tsuji 539-2	0268-29-8686	Gastroenterologista
	Heart Clinic Ueda	Fumiiri 2-1225-6	0268-23-0386	Medicina interna/ cardiol.
	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
26 dom	Asamura Jibi inkō ka Clinic	Akiwa 304-5	0268-28-8733	Otorrinolaringologista
	Ikeda Clinic	Uedahara 687	0268-22-5041	Medicina interna
	Yoda lin	Tokiwagi 5-3-3	0268-28-1223	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
	Yoshimatsu Seikei Geka Clinic	Ueda 1776-4	0268-25-2515	Ortopedista
	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 qua	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
	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