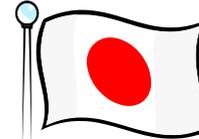


NOTÍCIAS DE UEDA 令和3年11月号



Informativo da Prefeitura de Ueda
Setor de Atendimento e Registro de Estrangeiros
Tel: (0268) 75-2245 (direto) ou (0268) 22-4100 ramal 1324
Edição número 270 — Novembro de 2021
Ano 23 — Tiragem: 450



Inscrições para casas públicas em Ueda e Tomi 県営住宅入居者補充募集

Inscrições

Dia : 29 de outubro a 5 de novembro
Horário: 8h30min às 17h15min

QR Code para acessar a página da Internet. Poderá acessá-las também clicando no link com o endereço eletrônico abaixo.



Página com informações atualizadas periodicamente sobre período de inscrições.
<http://www.nagano-jkk.jp/docs/kouei/kouei-top.html#ueda>

Lista de casas que estão aceitando inscrições no período de 29/Out a 5/Nov .
<http://www.nagano-jkk.jp/docs/kouei/pdf/211020k-ueda.pdf>

Local das inscrições: Ueda Godo Chosha Prédio Minami (Minami Tou), andar térreo.

Sorteio

Local do sorteio: Nagano Ken Ueda Godo Chosha Minami Tou 2 Kai kaigi shitsu
(Sala de reuniões do 2º andar

Dia do sorteio que irá decidir quem poderá morar na casa pretendida:
12 de novembro de 2021 (sexta-feira) 13h30min

Mais informações: Nagano Ken jutaku kyokyu kousha 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.



Este informativo mensal e edições passadas também estão disponíveis na seguinte homepage:

<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/jinkendanjo/1181.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, espanhol e inglês: segunda a sexta de 9h às 17h.
Em chinês: de segunda a sexta, 9h às 17h.

Vacinas contra COVID-19 Vide página 10

Dados estatísticos da população de Ueda

Dados de 1º OUTUBRO de 2021	
População total de Ueda: 154.816	Total de estrangeiros registrados em Ueda: 3.714
Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 735	No. de peruanos registrados em Ueda: 180
Nº. de bolivianos registrados em Ueda: 109	Nº. de chineses registrados em Ueda: 833

Recolhimento de lixos recicláveis (Weekend recycle) 10h às 12h

<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/haiki/3282.html>

Dia	Bairro	Local	Endereço
6 Nov	Yamaguchi	Tsuruya	Ueda 1221-1
	Kawanishi	Delicia	Koizumi 715-1
	Sanada	Seiyu	Sanada Motohara 614-1

Dia	Bairro	Local	Endereço
13 Nov	Akiwa	Valor	Kamishiojiri 161-1
	Kabatake	Tsuruya	Kabatake 700-1
	Maruko	Tsuruya	Nakamaruko 1647-7

Dia	Bairro	Local	Endereço
20 Nov	Kosato	Yaofuku	Kosato 96-1
	Shioda	JA Nakashioda	Nakano 87

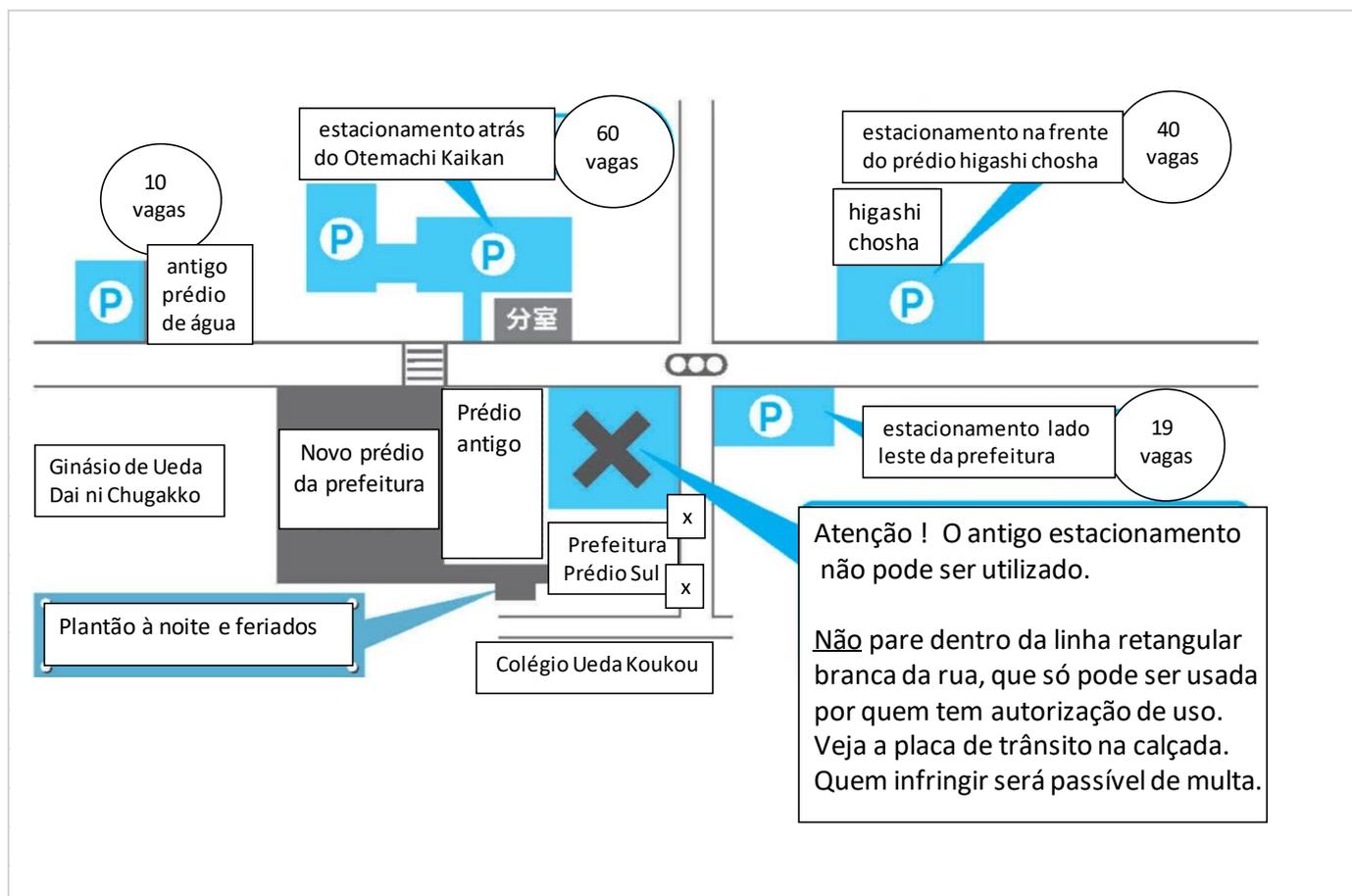
Dia	Bairro	Local	Endereço
27 Nov	Ueda Higashi	Seiyu	Tokida 3-298-5
	Kabatake	BIG	Kabatake 373
	Takeshi	JA Takeshi	Shimotakeshi 706



Obras na Prefeitura de Ueda e Estacionamento

旧本庁舎の解体が本格的に始まります

Já foram iniciadas as obras de preparativos para a demolição do antigo prédio da Prefeitura de Ueda, sendo que estão sendo tomadas as medidas de segurança necessárias cabíveis. Mesmo assim, preste atenção e tome cuidado ao transitar pelos arredores quando vier pessoalmente à Prefeitura de Ueda.



Cuidados com a água encanada no inverno

冬季は凍結に注意！

A temperatura em Ueda no inverno chega a 10 graus negativos ou até mais frio em alguns bairros com temperaturas de 15 graus negativos ou até mesmo 25 graus negativos nas montanhas. Para evitar que a água não saia pela torneira e danos nos encanamentos, em alguns casos a banheira também acaba quebrando tendo que ser substituída por outra nova, o que fica caro e causa problemas pois não poderá tomar banho em casa até que ela seja consertada.



Verificar a torneira do quintal. Veja se a tampa para evitar que a água congele está fechada.



Verificar se o fio do equipamento para evitar que a água congele está ligado na tomada.



Sacos de plástico com pedaços de isopor partidos na caixa do medidor de água conserva melhor o calor.

15º Festival de outono do Castelo de Ueda

第15回 上田城 紅葉まつり

Atrações do dia 6 de novembro (sábado) Entrada gratuita



10h15min até 12h
Wadaiko

Por motivo de segurança, o portão que dá acesso ao Parque de Ueda será fechado 12h15min e reaberto 13h15min.

Quem quiser assistir a esta atração, esteja do lado de fora do parque de Ueda com antecedência.



12h30min até 13h
Batalhão de samurais

Atrações do dia 7 de Novembro (domingo) Entrada gratuita



Grupo Kachidoki
A hora da vitória

As crianças podem se divertir ao ver as vestimentas do tempo dos samurais. O grupo de atores Kachidoki percorrem todo o Japão para se apresentar num tema de especial interesse para quem gosta de História, de samurais ou de ver o visual do grupo, com suas vestimentas, espadas e poses de heróis e guerreiros.

Iluminação da Alameda de árvores "Keyaki Nami"

De 29 de outubro a 7 de novembro, desde o anoitecer até 10 horas da noite.

Este evento ocorre no outono porque as folhas das árvores vão mudando da cor verde, para as cores amarelo, laranja, marrom e vermelho.



A Prefeitura de Ueda atuando em prol da comunidade

令和3年9月市議会定例会 市長提案説明 (要旨)

Estragos causados por enchentes

□ Contando com a ajuda de voluntários, os locais afetados pela enchente dos rios e desmoronamento de terra receberam obras de reconstrução e já voltaram ao funcionamento normal.

Pandemia do coronavírus

□ Para enfrentar a pandemia de coronavírus, foi formado um comite de combate ao coronavírus, que estipulou períodos de emergência e com grande senso de responsabilidade para proteger os moradores foram tomadas várias medidas para diminuir os casos de contaminação, como estabelecer as diretrizes para a situação de alerta nível 5, cancelamento de eventos promovidos pela cidade, aumentar as medidas de segurança dos vários prédios municipais, tudo para combater o coronavírus.

Fomento de empregos e incentivos a pessoas jurídicas

□ A indústria do turismo, hoteleira e de restaurantes sofreu um grande impacto por causa da restrição de movimento das pessoas. Contando com a volta gradativa à normalidade, por causa do aumento de pessoas que já estão vacinadas, está sendo implementado um programa de incentivo ao consumidor a fazer pagamentos com aplicativos de telefone celulares.

□ Com o aumento da descentralização de trabalho em escritórios dos grandes centros urbanos e com uma maior procura por escritórios para trabalho do tipo remoto e a um aumento de indústrias se instalando na região, a prefeitura tem atuado para incentivar a produtividade e crescimento econômico local.

Apoio aos indivíduos que sofreram o impacto social do coronavírus

□ Com o prolongamento da pandemia de coronavírus, muitas pessoas ficaram isoladas em casa, sem contato social ativo, evitando sair de casa para comparecer a atividades sociais e eventos públicos, sentindo solidão e distanciamento da sociedade. Para tentar entrar em contato com pessoas com forte solidão e ansiedade, foram formadas parcerias com NPOs, serviço de aconselhamento através do aplicativo para celular LINE e prestar apoio à parcela feminina da sociedade, para que elas possam se recuperar e regressar a ter atividades sociais, saindo do isolamento.

Redução do lixo

□ Foi lançado o Plano de redução de lixo doméstico, para que as famílias aumentem a quantidade de lixo reciclando o seu uso, evitando que a totalidade do lixo doméstico seja jogado fora e por consequência, sendo incinerado. Está sendo construído um Centro de adubo orgânico que seja capaz de absorver uma parcela do lixo doméstico.

□ Foram realizadas reuniões com moradores de um bairro da Região de Maruko, para discutir sobre a necessidade deste Centro e sobre como combater o impacto visual no panorama local e como controlar a emissão de forte cheiro, sendo que os moradores locais contribuíram com várias opiniões a este respeito.



O Prefeito da Cidade de Ueda, o Senhor Tsuchiya em sessão da Assembleia Legislativa Municipal, no dia 30 de agosto de 2021.

Médicos de Plantão Domingo e feriados NOVEMBRO de 2021 9h às 18h

Se tiver febre ou outros sintomas de coronavírus, como dor de garganta, tosse prolongada, forte cansaço, falta de ar (dificuldade para respirar),  telefone antes de ir para a clínica/hospital . Se for emergência chame a ambulância e comunique que há possibilidade de que seja coronavírus.

Levar o cartão do seguro de saúde (hokenshō) e dinheiro para a consulta.

Crianças até 15 anos, levar o cartão Fukushi Iryōhi Jukyūsha shō, que dá direito a desconto no valor do pagamento da consulta.



Dia	Hospitais e clínicas	Endereço	Telefone	Especialidade
3 Quarta	Shioda Byōin	Nakano 29-2	0268-38-2221	Medicina interna
	Kosato Clinic (Naika · Hifuka)	Kosato 1926-17	0268-28-4111	Med. Int. e dermatologista
	Muroga Shinryōjo	Kamimuroga 13-5	0268-31-1070	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	Oftalmologista
7 Domingo	Yanagisawa a Byōin	Chuo Nishi 1-2-10	0268-22-0109	Medicina interna
	Hashimoto lin	Maita 1	0268-38-2033	Medicina interna
	Murakami lin	Ote 1-2-6	0268-22-3740	Medicina interna
	Jōnan lin	Gosho 373	0268-22-3481	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
	Sumiyoshi Jibi Inkō Ka lin	Sumiyoshi 626-11	0268-22-3387	Otorrinolaringologista
14 Domingo	Ashizawa Naika lin	(芳田)Yoshida 1818-4	0268-35-3330	Medicina interna
	Hori Kodomo Clinic	Nakanojō 800-5	0268-23-5566	Pediatra
	Ueda Jinzō Clinic	Sumiyoshi 322	0268-27-2737	Nefrologista (rins)
	Aozora Clinic	Uedahara 1331	0268-75-1100	Medicina interna
	Ueda Seikei Geka Naika	Tokida 2-15-16	0268-75-7518	Atenderá só Medicina interna
	Kekeyu Byōin	Kekeyu Onsen 1308	0268-44-2111	Medicina interna
	Chikumasō Byōin (Psiquiatria)	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	Cirurgião
	Iwasa Ganka Clinic	Tenjin 3-5-1 Ario 2º andar	0268-71-6405	Oftalmologista
	Asamura Jibi inkō ka Clinic	Akiwa 304-5	0268-28-8733	Otorrinolaringologista
	Uedahara Ladies & Maternity Clinic	Uedahara 455-1	0268-26-3511	Ginecologia e Obstetria
21 Domingo	Koizumi Clinic	Koizumi 775-7	0268-81-0088	Medicina interna
	Nisshindō lin	Chuo 3-14-20	0268-22-0558	Medicina interna
	l Naika Clinic	Kosato 166-1	0268-21-3737	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
	Tsunoda Sanfujinka lin	Ueda 1210-3	0268-27-7760	Ginecologia e Obstetria
	Ueda Byōin	Chuo 1-3-3	0268-22-3580	Medicina interna
23 Terça	Miyashita lin	Chuo Nishi 1-15-12	0268-22-4328	Medicina interna
	Sakura no Oka Kodomo Clinic	Kojima 699-1	0268-71-6171	Pediatra
	Satō Ichō Ka Naika	Chuo 1-8-20	0268-22-2342	Gastroenterologista
	Kōda Clinic	Koaso 1833	0268-38-3065	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
	Kōda Clinic (jibika)	Koaso 1833	0268-38-3065	Otorrinolaringologista
	28 Domingo	Handa junkanki ka Naika lin	Nakanojō 416-3	0268-28-0888
Sugiyama Clinic		Chuo Kita 1-2-5	0268-26-8200	Medicina interna
Ueda Seikyō Shinryōjo		Kami Shiojiri 393-1	0268-23-0199	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
Iijima Jibi inkō ka lin		Ote 1-1-78	0268-22-1270	Otorrinolaringologista
Ueda Shiritsu Sanfujinka Byōin		Midorigaoka 1-27-32	0268-22-1573	Ginecologia e Obstetria

Exames para bebês em Novembro de 2021 (4 meses a 3 anos de idade)
Exames para bebês da região (chiiki) de Ueda é no Kenkō Plaza Ueda ☎Tel.0268-23-8244

Um mês antes do exame, será enviada uma carta pelo correio informando o dia, o horário e o local do exame.

Atenção pois não serão enviados avisos para fazer o exame de 10 meses da Região de Ueda.

Bebês nascidos entre 16 de dezembro de 2020 até 15 de janeiro de 2021

⇒ Marque uma consulta para **NOVEMBRO de 2021** em uma das clínicas credenciadas de Ueda (lista abaixo).

Exceto quem mora em Maruko, Sanada e Takeshi, cujos exames são feitos nos Hoken Center.

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 o exame de 10 meses do bebê em uma das clínicas abaixo.			
Clínicas	Endereço, telefone e Dias de consulta		
Uedahara Ladies & Maternity Clinic	Uedahara 455-1	TEL.26-3511	Terça, quarta e sexta-feira 16h/ sáb. dom. 9h
Ueda Byōin	Chūō 1-3-3	TEL.22-3580	Terça e quarta-feira das 14h30~15h30
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
Sakura no Oka Kodomo Clinic	Kojima 699-1	TEL.71-6171	Quarta 10h30 às 11h / Quinta 14h às 14h30 (※)
Sasaki Shōnika lin	Tokiwaqi 5-1-19	TEL.27-7700	Segunda a sexta, a partir de 14h30min
Sugiyama Clinic	Chūō Kita 1-2-5	TEL.26-8200	Segunda-feira das 15h~16h (※)
Hori Kodomo Clinic	Nakanōjō 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 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 14h30min (1 bebê por dia)
Yoshida Kodomo lin	Tokiiri 1-7-97	TEL.24-1222	Recepção de manhã até 11h e à tarde até 17h (fechado às quintas-feiras e sextas-feiras)

Exames para moradores de Maruko e de Takeshi são no Maruko Hoken Center ☎Tel. 0268-42-1117

Moradores dos bairros da região de Maruko e Takeshi				
Idade do bebê	Quando o bebê nasceu	Dia do exame	Horário	Local
4 meses	junho de 2021	4 de Novembro de 2021	Será enviada pelo correio uma carta informando o dia e a hora do exame.	Maruko Hoken Center
10 meses	janeiro de 2021	26 de novembro de 2021		
1 ano e 6 meses	abril de 2020	2 de novembro de 2021		
7 meses	abril de 2021	18 de novembro de 2021		
3 anos	1º de set. a 15 de out. de 2018	12 de novembro de 2021		
2 anos	Exame será em uma clínica dentária. Um mês antes chegará um aviso.	chegarà carta	Logo que a carta chegar, marque a consulta em um dentista.	

O local dos exames para quem mora em Sanada é no Sanada Hoken Center ☎Tel. 0268-72-9007

Moradores dos bairros da região de Sanada				
Idade do bebê	Quando o bebê nasceu	Dia do exame	Horário	Local
10 meses	dez de 2020 / jan de 2021	10 de novembro de 2021	Será enviada pelo correio uma carta informando o dia e a hora do exame.	Sanada Hoken Center
7 meses	abril de 2021	25 de novembro de 2021		
2 anos	Exame será em uma clínica dentária. Um mês antes chegará um aviso.	chegarà carta	Logo que a carta chegar, marque a consulta em um dentista.	

- ❁ De abril de 2021 até março de 2022, não serão realizadas as aulas de 1 ano para todas as 4 regiões.
- ❁ Há questionários médicos em língua portuguesa para todos os exames, desde 4 meses até 3 anos. Poderá pedir uma cópia para a assistente social ("hokenshi") do Kenko Plaza Ueda.

Como brincar quando o pescoço do bebê estiver mais firme Estas brincadeiras servem também para criar as bases de fala do bebê

首すわりの頃から大切にしたい遊び ~言葉の成長の下地になっていきます~

Se o bebê não ficar irritado, brincar de esconder o rosto ou de "formiguinha".

Esconder o rosto é a brincadeira do "Cadê? Achou! A mãe esconde o rosto com as mãos e pergunta pro bebê: Cadê? Onde está? para deixar uma expectativa no bebê e então a mamãe afasta as mãos deixando que o bebê a veja e fala para o bebê: Achou! Com uma voz bem alegre. O bebê ficará feliz de interagir e de ver a mamãe.

Quando o bebê estiver bem disposto e desperto, colocá-lo por uns minutos de bruços. Após a brincadeira retorne-o a posição original, deitado de costas. É perigoso deixar o bebê de bruços se ele acabar dormindo nesta posição poderá sofrer asfixia.

Deixar o bebê movimentar-se apoiado nos cotovelos terá muitos efeitos positivos:

O bebê poderá levantar a cabeça e movimentá-la, olhando assim o que está a seu redor. Ele poderá ficar curioso e começará a se movimentar mais para chegar mais perto do que está chamando a atenção dele. O bebê poderá estar pensando, "O que é aquilo?". Ele poderá também querer expressar seus sentimentos em relação ao que está vendo e articular os primeiros sons vocais. Nesta hora, a mamãe ou outro parente poderá "conversar" com o bebê. Isto estimulará o cérebro do bebê e ele estará formando as bases da Língua Materna.

100 anos da Linha de trem Bessho - Promoção até o dia 30 de novembro

Venda de cartelas com 20 passes com 15% de desconto do preço normal do bilhete. Escolha a estação de partida e de chegada que irá utilizar. Os passes tem validade até 30 de setembro de 2022.

Além dos passes de trem, ganhará de presente:

- ◇ Dois bilhetes para andar no ônibus circular de Ueda (Linha Ao Bus e Aka Bus)
- ◇ 200 ienes de desconto para entrar no Aisome no yu
- ◇ 200 ienes de desconto para entrar na banheira de pedra do Aisome no yu

Locais de venda dos passes:

Estação de trem Ueda
Estação de trem Shimonogo
Estação de trem Bessho Onsen
Seikatsu Kyodo Kumiai do Nagano Daigaku

Modos de utilização dos passes de trem

- ① Passear com a família
- ② Para ir ao trabalho ou escola em dias de chuva ou de neve
- ③ Para deixar seu carro em casa uma vez por semana
- ④ Para explorar a cidade com as crianças
- ⑤ Para viajar depois de shinkansen
- ⑥ Para presentear um amigo



Se tiver sido contaminado pelo coronavírus ou apresentar sintomas, telefone para um dos números abaixo para receber auxílio e orientações sobre o que deve fazer.

Se tiver febre ou outros sintomas de coronavírus, tais como dor de garganta, tosse prolongada, forte cansaço, falta de ar (dificuldade para respirar), telefone para o seu médico, para o Centro de Saúde Pública (Hokenjo) de Ueda (em japonês) ou para o Nagano Tagengo Call Center (atendimento 24 horas por dia, em 20 idiomas).

Nagano Tagengo Call Center - Número de telefone

0120-974-998 em português

24 horas 365 dias Free Call

Orientação em 20 idiomas (em português) sobre o **novo coronavírus**:

Há outro telefone não gratuito. 092-687-5289 Chamada paga pelo usuário.

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

Ueda Hokenjo

上田保健所

0268-25-7178 em japonês

24 horas 365 dias

Centro de Saúde Pública de Ueda. Atende em japonês a consultas sobre coronavírus.



Vacinação contra COVID-19 na Cidade de Ueda

No final do mês de outubro de 2021, 80% da população de Ueda já terá recebido a vacina contra o novo coronavírus.

No mês de novembro, a vacinação contra o COVID-19 continuará em algumas clínicas da cidade com previsão de aplicações das vacinas nas sextas-feiras à tarde e nos sábados.

Evite tirar fotos ou gravar o momento da aplicação da vacina, para garantir a privacidade das pessoas em redor.

Estão sendo aceitas reservas pelo telefone e pela internet.

Reservas pelo telefones 0570-079-567 (atendimento aos sábados, domingos e sábado inclusive, no horário de 9h às 17h)

Reservas pela internet

<https://gvi-reserve.azure-sites.net/ueda/reservetop>

Quem precisar de ajuda para fazer a reserva por causa da barreira da dificuldade encontrada com a língua japonesa, favor telefonar ou comparecer ao bcão de atendimento a estrangeiros da Prefeitura de Ueda, para que possamos auxiliá-lo a efetuar a reserva da vacina.

Após tomar a vacina, deverá permanecer no local por 15 minutos no mínimo para que possa receber assistência em caso de ter alguma reação após a aplicação da vacina.

Quem não tiver o cupom de vacinação, poderá pedir um novo no Kenko Plaza Ueda.

Novo Coronavírus COVID-19

Parte 21

新型コロナウイルス感染症に関する情報

Crianças e jovens na faixa de 20 anos são quase a metade de pessoas que foram infectadas com o novo coronavírus durante a 5ª onda de casos confirmados na Cidade de Ueda.

Ao voltar para casa

- ▲ Lave as mãos deve ser a primeira coisa a fazer quando voltamos para casa.
- ▲ Use separadamente os pratos, toalhas e pasta de dente.

Ao fazer as refeições

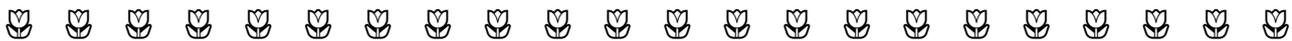
- ▲ Se for conversar, utilize a máscara. Evitar comer ao lado de pessoas com quem não se encontra regularmente. 4 pessoas no máximo ao fazer as refeições juntos.

No trabalho

- ▲ Evite sair para trabalhar, se sentir que não está bem de saúde.
- ▲ Ao conversar, use máscara, tenha uma divisória entre as pessoas. Durante o intervalo do trabalho, ao fumar ou tomar suco, como estará sem máscara, não converse desnecessariamente.

Não trazer o vírus para casa, não espalhar o vírus entre a família e amigos.

“Com uma rotina regrada, contribuimos para ter de volta tranquilidade, segurança e atividades sociais”



Guarde seu recibo de vacinação contra COVID-19 com cuidado

Ter uma prova de que recebeu as duas doses de vacina contra o novo coronavírus poderá ser muito importante para quem tiver que fazer uma viagem internacional, pois há países que já estão exigindo um comprovante de vacinação para que o viajante possa entrar neste país.

Para quem vai viajar e está com passagem comprada e já tomou as duas doses da vacina contra COVID-19 em Ueda poderá pedir o seu passaporte de vacinação, um atestado de que as duas doses da vacina forma aplicadas naquela pessoa. Não adianta ter apenas uma dose, precisa ter recebido as duas doses para que possa pedir este certificado.

O local que emite este certificado em Ueda é o Kenko Plaza. É necessário preencher a um formulário e atender aos requerimentos necessários.

Se precisar viajar, não deixe para a última hora para providenciar este documento.

接種券		予約のみ		新型コロナウイルスワクチン 予防接種済証(臨時) Certificate of Vaccination for COVID-19	
券種	2 ワクチン接種	1 回目	券種	1 予約のみ	1 回目
氏名	〇〇県〇〇市	123456	氏名	〇〇県〇〇市	123456
生年月日	1234567890		生年月日	1234567890	
性別	男性 太郎		性別	男性 太郎	
QRコード (追加)			QRコード (追加)		
券種	2 ワクチン接種	2 回目	券種	1 予約のみ	2 回目
氏名	〇〇県〇〇市	123456	氏名	〇〇県〇〇市	123456
生年月日	1234567890		生年月日	1234567890	
性別	男性 太郎		性別	男性 太郎	
QRコード (追加)			QRコード (追加)		
接種を受ける方へ				氏名	男性 太郎
●シールは剥がさず、台紙ごと接種場所へお持ちください。				住所	〇〇県〇〇市〇〇 399-99
●右側の予約接種済証は接種が終わった後も大切に保管してください。				生年月日	〇〇年 〇〇月 〇〇日 生
				〇〇県〇〇市長 日本 一社	

Jōhō Library (4º andar do Paleo Bldg) 上田情報ライブラリー パレオビル4階

Por motivos de manutenção de equipamentos, há dias em que não é possível a emissão dos certificados.



Atestado de registro de carimbo (inkan touroku shoumeisho)
 Atestado de residência (jyuminhyou), Atestado de renda (Shotoku shoumeisho),
 Atestado de pagamento de impostos (Nouzei Shoumeisho)
 Atestado de pagamento de imposto de carro (kei jidousha zei nozei shomeisho)



【11月】

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Em Novembro de 2021 estará fechada ao público nos dias 2, 4, 9, 10, 11, 12, 16, 23, 24 e 30.

Fechado toda terça-feira.

Funciona e emite certificados também no sábado, domingo e feriados, no horário de 10h às 18h.

Estacionamento (veja foto acima) gratuito por 30 minutos. Retire o cartão de estacionamento na entrada.

Taxa de uso do estacionamento: até 60 minutos, 200 ienes.

Mais informações: Jōhō Library, 〒386-0025 上田市天神 1-8-1 TEL. 0268-29-0210

Biblioteca Jōhō Library (4º andar do Paleo Bldg) 情報ライブラリー パレオビル 4階

No mesmo prédio (5º andar do Paleo Bldg) → **Secretaria da Educação de Ueda**

0268-23-5100 Kyōiku iin kai 教育委員会 パレオビル 5階

No mesmo prédio (6º andar do Paleo Bldg) → **Escritório de Aposentadoria de Ueda**

街角の年金相談センター上田 パレオビル 6階



Kenkō Plaza ひとまちげんき・健康プラザ

Seção da Prefeitura de Ueda responsável por assuntos como ajuda para crianças, exames periódicos e vacinas para crianças, vacina contra coronavírus, consultas sobre atraso no desenvolvimento, reserva de creches no mês de novembro para o mês de abril do ano seguinte e também responsável pela emissão de passaporte da vacina covid-19 e reemissão de cupom de vacina contra COVID-19.

Quem tiver dúvidas sobre a ajuda de 50.000 ienes para mães solteiras e famílias de baixa renda que são isentas de pagamento do impostos municipal neste ano fiscal, entrar em contato com a seção responsável, que tem o nome de *Ko Sodade Ko Sodachi Shien Ka* que fica no prédio do

Hito Machi Genki Kenko Plaza, no endereço **〒386-0012 Ueda-Shi Chuo 6-5-39.**



Kenko
Plaza
Ueda

Para quem já está com passagem marcada e tomou as 2 doses da vacina contra COVID-19 em Ueda, poderá obter o Passaporte da Vacina no Kenko Plaza.

