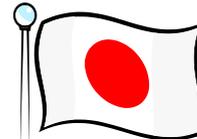


NOTÍCIAS DE UEDA 令和4年3月号



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 274 — Março de 2022
Ano 24 — Tiragem: 450



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.

Homepage da Cidade de Ueda com informações em Língua Portuguesa
<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/jinkendanjo/1181.html>

Inscrições – Casas públicas municipais de Ueda 市営住宅3期入居者募集

Período aberto para inscrições : 1 a 8 de março de 2022

Homepage com a planta, faixa de preços de aluguel, mapa e endereço de todas os condomínios (danchi).
Os condomínios que estão com inscrição aberta para março de 2022 são apenas os seguintes:

Chikumacho (5 vagas) 千曲町
Uchibori (1 vaga) 内堀

Nakamaruko (5 vagas) 中丸子
Kamimaruko (1 vaga) 上丸子

Toya (1 vaga) 鳥屋
Kami Toya (1 vaga) 上鳥屋

Como na homepage os danchi estão em japonês, veja acima como se escreve o nome de cada danchi em japonês.

<https://www.city.ueda.nagano.jp/life/1/13/55/>

Local das inscrições: Sub-prefeituras de Maruko, Sanada e Takeshi (na seção Sabisu Ka) ou na Prefeitura de Ueda (na Seção Jutaku Ka).

Local do sorteio: Prefeitura de Ueda, 3º andar (na sala Kaigi Shitsu)

Dia do sorteio que irá decidir quem poderá morar na casa pretendida: 17 de março de 2022 (quinta-feira)

Mais informações: Seção de moradias da Prefeitura de Ueda (Jūtaku Ka) , tel. 0268-23-5176



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.



Dados estatísticos da população de Ueda

Dados de 1º FEVEREIRO de 2022	
População total de Ueda: 154.435	Total de estrangeiros registrados em Ueda: 3.693
Nº. de brasileiros registrados em Ueda: 732	No. de peruanos registrados em Ueda: 178
Nº. de bolivianos registrados em Ueda: 111	Nº. de chineses registrados em Ueda: 812

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

ウィークエンドリサイクル

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

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

Dia	Bairro	Local	Endereço
12 Mar	Akiwa	Valor	Kamoshiojiri 161-1
	Kabatake	Tsuruya	Kabatake 700-1
	Maruko	Tsuruya	Maruko Nakamaruko 1647-7

Dia	Bairro	Local	Endereço
19 Mar	Kosato	Yaofuku	Kosato 96-1
	Shioda	A Coop	Nakano 64-1

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



Kenkō Plaza ひとまちげんき・健康プラザ **0268-23-8244**

Neste edifício há as seções da Prefeitura de Ueda relacionadas à saúde, vacinação e exames periódicos das crianças. Poderá fazer consultas sobre atraso no desenvolvimento e da fala. *Ko Sodade Ko Sodachi Shien Ka e Kenko Suishin Ka* ficam neste prédio, no 1º andar (térreo). *A seção de creches também fica no 1º andar (andar térreo).*

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



Kenko Plaza Ueda



Seção da Prefeitura de Ueda responsável por assuntos como ajuda para crianças, responsável pela emissão de passaporte da vacina covid-19 e reemissão de cupom de vacina contra COVID-19.

Quem precisar de reemissão de cupom de vacinação ➡️ 新型コロナワクチン接種券の再発行



Exames para bebês em Março de 2022 (4 meses a 3 anos de idade)

乳幼児健診

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 abril até 15 de maio de 2021

⇒ Marque uma consulta para **MARÇO de 2022** 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	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 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	outubro de 2021	3 de Março de 2022	Será enviada pelo correio uma carta informando o dia e a hora do exame.	Maruko Hoken Center
10 meses	maio de 2021	18 de Março de 2022		
1 ano e 6 meses	agosto de 2020	1 de Março de 2022		
7 meses	agosto de 2021	17 de Março de 2022		
3 anos	16 de jan. a 28 de fev. de 2019	4 de Março de 2022		
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.	

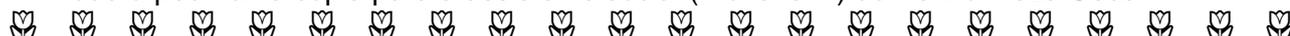
O local dos exames para quem mora em Sanada é no Sanada Hoken Center ☎Tel. 0268-72-9007

Moradores dos bairros da região de Sanada				
Idade do bebê	Quando o bebê nasceu	Dia do exame	Horário	Local
10 meses	abril /maio de 2021	16 de Março de 2022	Será enviada pelo correio uma carta informando o dia e a hora do exame.	Sanada Hoken Center
7 meses	agosto de 2021	23 de Março de 2022		
3 anos	dez. 2018 / jan. de 2019 / fev. de 2019	9 de Março de 2022		
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.



Novo Coronavírus COVID-19 Parte 25

新型コロナウイルス感染症に関する情報

3ª dose

→ Leia o aviso de efeitos adversos de cada fabricante da vacina em português.

“Questionário de exame médico preliminar para a vacina contra coronavírus” em vários idiomas. https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_tagengo.html

O questionário traduzido em português é apenas para auxiliá-lo a preencher o questionário médico em japonês. No dia da vacinação, deverá entregar o questionário da folha verde em japonês devidamente preenchido

Como agendar fazer a reserva da 1ª, 2ª e 3ª dose

Poderá fazer a reserva pelo telefone 0570-079-567 ou pela internet.

Reservas online pelo celular ou computador.

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

Na data de 22 de fevereiro de 2022, para as pessoas que já tomaram a 2ª dose até 22 de agosto de 2021, já foram enviadas as cartas que permitem que a 3ª dose da vacina contra COVID-19 seja agendada.

A aplicação da 1ª dose ou a 2ª dose da vacina contra COVID-19 será possível até o final de setembro de 2022. Se necessitar de ajuda para fazer a reserva, ligue para 0268-75-2245.



Centros Comunitários

みんなが輝く場所「公民館」をご利用ください

São locais que promovem atividades culturais, esportivas, de saúde, beleza, culinária e outros temas de interesse para os moradores da cidade. Há 9 centros comunitários, localizados nos diversos bairros. 370,000 pessoas anualmente participam de atividades dos centros comunitários.

Acesse a homepage com informações sobre cada “Kouminkan”.

Poderá fazer visitas e inscrever-se em cursos e palestras. Cada centro comunitário imprime os informativos mensais informando sobre as atividades e cursos com inscrições abertas.

Não podem ser utilizados para atividades comerciais, políticas ou religiosas.

Mais informações: Chuo Kouminkan 0268-22-0760



ホームページ

A versão impressa deste informativo em português poderá ser retirada gratuitamente no Chuo Kominkan, no Kenko Plaza e no Joho Library .

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.

新型コロナウイルス感染症相談窓口

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

長野多言語コールセンター

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.



Modelo da carta da Prefeitura de Ueda para a 3ª dose contra coronavírus



Certificado de que já foi vacinado 2 vezes

Explicação sobre a 3ª dose da vacina contra COVID-19

Cupom de vacinação impresso na folha verde do questionário médico.



Desta vez, para a 3ª dose, não haverá adesivo de papel como cupom de vacinação, o cupom estará impresso no próprio formulário médico (folha verde).

Assim que a carta chegar, coloque-a em um local seguro. Tanto o certificado de vacinação quanto o questionário médico contêm informações pessoais valiosas e importantes para que possa agendar a 3ª dose da vacina. Ao agendar, escolha o fabricante da vacina.

Atendimento médico de Emergências Noturnas

上田市内科・小児科初期救急センター

● Convulsões ou emergência após as 23h → Chame uma ambulância pelo telefone **119**
Em caso de convulsões (keiren), por ser uma condição crítica, não hesite, chame imediatamente, em qualquer hora do dia ou da noite uma ambulância, ligando 119 (24 horas por dia).

O Ueda Shi Naika Shonika Shoki Kyukyu Center está aberto todos os dias de Março de 2022, também nos sábados, domingos e feriados.

Fecha apenas nos feriados de 14,15,16 de agosto, 30 e 31 de dezembro e 1, 2, 3 de janeiro.

Emergências noturnas leves que não possam esperar até a manhã seguinte.
Febre repentina, fortes vômitos ou diarreia, dor repentina na barriga, etc. em adultos e crianças

19h até 23h (22h30min) → Ueda Shi Naika Shōnika Shoki Kyūkyū Center

✿ **Telefonar antes** ✿

(上田市内科小児科 初期救急センター)

Paciente **até 15 anos** ⇒ **0268-21-2233** Pediatria (shōnika)

Paciente **16 anos ou mais** ⇒ **0268-21-2280** Clínica geral (naika)

Acidentes como quedas e fraturas não são tratados no Shoki Kyukyu Center ⇒ Ligar para 119

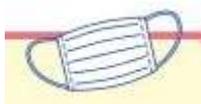
☆ **Estará atendendo diariamente todos os dias de fevereiro de 2022.**

Levar o cartão de seguro de saúde (hokensho) e dinheiro da consulta.

Crianças até 15 anos, levar a caderneta Fukushima Iryōhi Jukyūsha shō, para ter desconto.

Se estiver tomando remédios, levar a caderneta da farmácia ou o nome do remédio.

Desça as escadas
para ter acesso à
porta de entrada



Ueda Shi Naika Shonika Shoki Kyūkyū Center
→ 〒386-0022 Ueda Shi Midorigaoka 1-27-21

<https://www.city.ueda.nagano.jp/soshiki/kenko/4202.html>

Este centro de atendimento de emergências médicas é apenas para ajudar em emergências.
Tenha um médico que frequenta regularmente durante o dia, tanto para adultos quanto para crianças.

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 Iryo Center (antigo Nagano Byōin). A entrada do Pronto Socorro **Shoki Kyukyu Center** fica antes de passar pela barra do estacionamento do hospital Shinshu Ueda Iryo Center. Olhando a barra de frente, antes de entrar no estacionamento coberto, ao fundo tem a maternidade, o Hospital fica à sua direita e o Kyukyu Center fica à sua esquerda.

Lista de médicos de plantão nos domingos e feriados (9h às 18h) na página 7

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
6 Domingo	Uedahara Life Clinic	Uedahara 1053-1	0268-22-0873	Medicina interna
	Wakata Naika	Shinmachi 180-1	0268-38-2540	Medicina interna
	Clinic Okada	Chuo 6-10-10	0268-24-2662	Medicina interna
	Kosato Clinic (Naika · Hifuka)	Kosato 1926-17	0268-28-4111	Med. Int. e dermatologista
	Hanazono Byōin	Chuo Nishi 1-15-25	0268-22-2325	Cirurgião
	Clinic Okada	Chuo 6-10-10	0268-24-2662	Cirurgião
	Kaw anishi lin (hifuka)	Hoya 710	0268-38-2811	Dermatologista
13 Domingo	Ikuta Jibi Inkō Ka lin	Ikuta 3752-1	0268-41-1187	Otorrinolaringologista
	Shioda Byōin	Nakano 29-2	0268-38-2221	Medicina interna
	Muroga Shinryōjo	Kamimuroga 13-5	0268-31-1070	Medicina interna
	Ootani Geka · Ganka	Tokida 3-2-8	0268-27-2220	Oftalmologista
	Harada Naika Clinic	Oya 513-1	0268-36-0520	Medicina interna
	Shioda Byōin (geka · jibika)	Nakano 29-2	0268-38-2221	Cirurgião / Otorrino
20 Domingo	Ootani Geka · Ganka	Tokida 3-2-8	0268-27-2220	Oftalmologista
	Yanagisawa 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
21 Segunda	Sumiyoshi Jibi Inkō Ka lin	Sumiyoshi 626-11	0268-22-3387	Otorrinolaringologista
	Uedahara Ladies & Maternity Clinic	Uedahara 455-1	0268-26-3511	Ginecologia e Obstetrícia
	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
	Kakeyu Byōin	Kakeyu Onsen 1308	0268-44-2111	Medicina interna
	Ueda Jinzō Clinic	Sumiyoshi 322	0268-27-2737	Nefrologista (rins)
	Aozora Clinic	Uedahara 1331	0268-75-1100	Cirurgião
27 Domingo	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
	Koizumi Clinic	Koizumi 775-7	0268-81-0088	Medicina interna
	Nisshindō lin	Chuo 3-14-20	0268-22-0558	Medicina interna
	I Naika Clinic	Kosato 166-1	0268-21-3737	Medicina interna
	Chikumasō Byōin (Psiquiatria)	Chuo Higashi 4-61	0268-22-6611	Psiquiatria
	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 Obstetrícia	



Vamos ventilar de vez em quando os aposentos, mesmo no frio do inverno.

O ar seco é uma condição que favorece aos vírus. Vamos criar um ambiente que favoreça aos seres humanos com umidade entre 40 a 60%.



Joho Library (4º andar do Paleo Bldg) 上田情報ライブラリー4階

Atestado de residência (juminhyo) Certificados de registro de carimbo (inkan toroku shomeisho)
Atestado de renda (Shotoku shomeisho),
Atestado de pagamento de impostos (Nozei Shomeisho)
Atestado de pagamento de imposto de carro (kei jidosha ze nozei shomeisho)

【3月】 Mês de março

Dom	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sab
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	31		



Nas datas em vermelho **não** serão emitidos certificados.
Nas datas em vermelho, **a biblioteca estará fechada.**

Não poderá retirar os certificados nos dias 1, 8, 15, 22, 23, 29 e nem no dia 31 de março de 2022.

Fique atento para o fato de que se não foi declarada a sua renda, não há como retirar documento de renda.

Se não morava em Ueda em 1º de janeiro de 2020, também não poderá retirar o documento de renda.

Se não tem o cartão registrado, ou perdeu o cartão de registro de carimbo, não poderá receber o certificado de registro de carimbo.

Se mora no mesmo endereço, na mesma casa mas está registrado em núcleos familiares ("setai") diferentes, não poderá retirar o documento de outra pessoa da família, mesmo que resida na mesma casa e que seja filho ou pai ou cônjuge.

Quem tem cartão de my number com foto e tem carimbo registrado, só pode retirar o atestado de carimbo se for pessoalmente.

Retire os documentos que precisa com antecedência, pois há ajustes e alterações que só podem ser feitos nos dias de atendimento regular na Prefeitura de Ueda.

Mais informações: Prefeitura de Ueda, Joho Shisutemu Ka, TEL. 0268-23-8241
Prefeitura de Ueda, atendimento a estrangeiros, 0268-75-2245.

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

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.

Homepage do Ueda Jōhō Library, <https://www.city.ueda.nagano.jp/site/jlib-tosho/>



No mesmo prédio (4º andar do Paleo Bldg) → Joho Library

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

