Edição Reiwa 7
(Abril/2025 ~ Março/2026)

Este panfleto pode ser acessado também em PDF na homepage da Prefeitura da Cidade de Ueda!!

Calendário de Vacinação e Exame de Saúde Infantil

(Datas dos exames･ orientações para crianças de 0 a 3 anos de idade, calendário de vacinação e avisos da Cidade de Ueda)

Apoio total desde a gravidez até o parto e a criação dos filhos

うえだっこ

Ueda Shi Kenkō Suishin Ka　O código de telefone da área de Ueda é 0268.
Centro de Saúde Hitomachi Guenki - Kenkō Plaza Ueda 23-8244,　28－7123,　28-7124
Centro de Saúde Maruko Hoken Center　42－1117
Centro de Saúde Sanada Hoken Center　72－9007
Centro de Saúde Takeshi Kenkō Center　85－2067

Visando a uma cidade com saúde e felicidade

smart wellness city

Projeto para promover a saúde e a felicidade
Com saúde, vive-se melhor,　cada dia melhor

Prefeitura de Ueda

★Exames ・Orientações★

① Compareça aos exames de saúde infantil realizados nos locais especificados de acordo com a sua região de moradia.

Há 3 locais na cidade onde os exames de saúde são realizados.

【Moradores da região de Ueda】
Vide página 2
Local: Hito machi genki・Kenko Plaza Ueda
1o andar (andar térreo) na sala Kenshin Hall

【Moradores de Maruko ou Takeshi】
Vide página 3
Local: Maruko Hoken Center

【Moradores de Sanada】
Vide página 4
Local: Sanada Hoken Center, exceto exames de bebês com 4 meses e de 7 meses de idade

② Serão enviados avisos informando o dia e o horário dos exames para cada família individualmente.
Será enviada pelo correio uma mensagem da data de cada exame, com 1 ou 2 meses de antecedência.
Na homepage da Cidade de Ueda também há informações sobre saúde.
Se tiver alguma dúvida, favor entrar em contato.

③ Comparecer se a criança e o responsável estiverem com boa saúde.
Se estiver com febre, secreção nasal (nariz escorrendo), vômito, diarreia ou outros sintomas, espere até se recuperar bem para depois comparecer ao exame em uma data posterior.

④ Se não puder comparecer no dia de exame, favor telefonar para o centro de saúde da sua região para comunicar a ausência.
(Os telefones para avisar sobre a ausência estão escritos na capa deste panfleto).
Se no dia do exame não chegar ao local do exame e não tive avisado sobre a ausência, um telefonema de confirmação será feito.

⑤ Evite comer ou beber nos locais de exame.
Nos locais de exame só é permitido amamentar e tomar água ou chá para hidratação.
Se estiver comendo, outras crianças poderão passar vontade ou ter alergia ao alimento que estiver sendo consumido, portanto pedimos a sua compreensão para não ingerir alimentos no local dos exames.

★Locais onde poderá perguntar sobre assuntos de saúde★

Em cada centro de saúde há profissionais que podem medir o peso e a altura dos bebês, medir a pressão arterial de adultos e atendem a consultas sobre alimentação e saúde.
Sinta-se à vontade para consultar em qualquer dos locais abaixo indicados.

Há também consultas online.

Local	Telefone para contato	Dias e horários de atendimento
Hito Machi Genki ・ Kenkō Plaza Ueda (Kenko Soudan Shitsu)	0268-23-8244	seg, ter, qua, qui e sexta-feira 09h～11h30 13h～16h
Shioda Chiiki Jichi Center (Shioda Kōminkan)		1a e 3a segunda-feira de cada mês 09h30min ～11h
Kawanishi Chiiki Jichi Center (Kawanishi Kōminkan)		1a e 3a quinta-feira de cada mês 09h30min ～11h
Maruko Hoken Center	0268-42-1117	2 vezes ao mês pelas manhãs necessita fazer reserva ※ mais detalhes na página 3 na tabela ¨Consultas de saúde¨
Sanada Hoken Center	0268-72-9007	1 vez ao mês pelas manhãs necessita fazer reserva ※ mais detalhes na página 4 na tabela ¨Consultas de saúde¨
Takeshi Kenkō Center	0268-85-2067	não há data fixa ※Telefonar com antecedência para marcar um horário.

※Não haverá atendimento nem aos sábados, domingos, final e início de ano (29 de dezembro a 3 de janeiro) nem nos dias de feriados nacionais.

【 Moradores da área central da Cidade de Ueda 】
Exames dos bebês e crianças pequenas

Local dos exames: Hito Machi Genki Kenko Plaza ※ exceto o exame de 10 meses, que deverá ser realizado em uma das clínicas autorizadas pela Cidade de Ueda

Exames de saúde dos bebês e crianças pequenas
4 meses / 1 ano e 6 meses/ 3 anos de idade

① Para os moradores da área central da Cidade de Ueda, avisos sobre data e horário serão enviados por carta 1 ou 2 meses antes de cada exame de 4 meses, 1 ano e 6 meses e 3 anos ons de idade.
Se não for possível comparecer neste dia, favor telefonar o quanto antes para definir uma outra data. Telefone para o Hitomachi Genki Kenko Plaza Ueda na Seção de Promoção da Saúde (HKenko Suishin Ka) pelo telefone 0268-23-82444.

② O local dos exames para os moradores da área central de Ueda são no Hitomachi Genki Plaza Ueda, em um salão chamado Kenshin Hall, no 1o andar (térreo).

10–meses

● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário（para os moradores da zona central da Cidade de Ueda）
③ Toalha de banho ④ Fralda para troca
⑤ Cartão do my number com seguro de saúde atrelado ou outro certificado de seguro de saúde. Deverá trazer também a caderneta "fukushi iryou jukyusha sho"
（será utilizade em caso de necessidade de outros exames fora do escopo do exame de 10 meses）

10 months examination is held on the designated month accordingly to the baby date of birth
（please refer to the table on the right and choose one clinic ）

Mês do exame	Data de nascimento do bebê
Abril	2024. Mai .16～Jun .15
Maio	2024. Jun.16～Jul.15
Junho	2024.Jul.16～Ago.15
Julho	2024.Ago.16～Set.15
Agosto	2024. Set.16～Out.15
Setembro	2024. Out.16～Nov.15
Outubro	2024. Nov.16～Dez.15
Novembro	2024. Dez.16～2025.Jan.15
Dezembro	2025. Jan.16～Fev.15
Janeiro	2025. Fev.16～Mar.15
Fevereiro	2025. Mar.16～Abr.15
Março	2025. Abr.16～Mai.15

Clínicas autorizadas pela Cidade de Ueda para exames de 10 meses ＊Precisa marcar hora

・Telefonar para uma clínica para reservar um horário de consulta o mais tardar até um dia antes da data desejada.
Na impossibilidade de comparecimento no dia marcado, telefone sem falta para avisar que não irá ao exame de 10 meses.

・Leva um tempo considerável para fazer este exame. Poderá ter que esperar sua vez de ser atendida por motivos da clínica.
Comparecer com bastante tempo disponível.
・Deverá acompanhar o bebê de 10 meses, o adulto que cuida dela em casa.
・Deverá estar presente no exame uma pessoa que fale a Língua Japonesa.

Clínicas autorizadas pela Cidade de Ueda para realizar o exame de 10 meses	Endereço	Telefone (0268)	Horário de atendimento dos exames de 10 meses
Uedahara Ladies & Maternity Clinic	Uedahara 455-1	26－3511	Terça. Quarta. Sexta. Sábado. Domingo. 9h da manhã
Ueda Byoin	Chuo 1-3-3	22－3580	Segunda 13h às 14h / Quarta. 14h30min às 15h30min
Koda Clinic	Koaso1833	38－3065	Segunda, Terça, Quarta, Sexta. A partir de 14h30min （Talvez mude no decorrer do ano）
Sakuranooka Kodomo Clinic	Kojima 699-1	71－6171	Terça, Quinta, Sexta 14h às 14h30min（Talvez mude no decorrer do ano）
Sasaki Shonika lin	Tokiwagi 5-1-19	27－7700	Segunda, Terça, Quarta, Sexta. A partir de 14h30min (Quinta à tarde : clínica está fechada)
Sugiyama Clinic	Chuo Kita1-2-5	26－8200	Segunda 15h às 16h（Talvez mude no decorrer do ano）
Miyasaka Naika Shonika lin	Tokida 2-5-3	22－0759	Terça, Quinta, Sexta. 14h（Talvez mude no decorrer do ano）
Murakami lin	Ote 1-2-6	22－3740	Segunda Terça Quarta Quinta Sexta 9h às 11h30min（Talvez mude no decorrer do ano）
Yamada Naika lin	Shimonogo Otsu 351-1	26－8181	Segunda, Terça, Wquarta, Sexta. A partir de 14h30min（1 cliente por dia）
Yoshida Kodomo lin	Tokiiri 1-7-97	24－1222	Chegar na recepção até 11h ou até 17h（Clínica fechada às quintas e sextas-feiras）

Exame no dentista para crianças com 2 anos de idade

O exame dental deverá ser feito em uma clínica dentária credenciada pela Cidade de Ueda. Uma carta avisando sobre este exame será enviada quando a criança tiver entre 2 anos e 2 anos e 3 meses de idade. Preencher o questionário da página colorida (folha em cor laranja claro) e leve-a preenchida quando for ao dentista para o exame de 2 anos de idade.

Além das datas aqui descritas, atendemos a consultas individuais para aconselhamento com enfermeiras, nutricionistas e higienista bucal em outras datas também. Veja mais detalhes na página 1.

Orientações

7 meses

● horário
recepção: 9h20min horário de início do exame: 9h45min
Please make an appointment in advance by LINE・Web or by phone.
Appointment telephone：0268-23-8244

'Reserva pelo LINE　　Reserva pela Web

●o que trazer
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário para 7 meses (1 página)　③ Livro de bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho　⑤ Fralda para troca　⑥ Carregador de bebê

idade	7 meses
ações	medição corporal, instruções sobre o desenvolvimento e a escoavaç ão de dentes para bebês de 7 meses, explicar sobre começar a dar a papinha duas vezes por dia e experimentar uma papinha, consulta sobre a criação de crianças.

Exame	Data de nascimento	Exame	Data de nascimento
Abr.16 (qua)	2024.Set.1-Set.15	Abr.30 (qua)	2024.Set.16-Set.30
Mai.13 (ter)	2024.Out.1-Out.15	Mai.29 (qui)	2024.Out.16-Out.31
Jun.10 (ter)	2024.Nov.1-Nov.15	Jun.26 (qui)	2024.Nov.16-Nov.30
Jul.8 (ter)	2024.Dez.1-Dez.15	Jul.24 (qui)	2024.Dez.16-Dez.31
Ago.5 (ter)	2025.Jan.1-Jan.15	Ago.28 (qui)	2025.Jan.16-Jan.31
Set.10 (qua)	2025.Fev1-Fev.15	Set.25 (qui)	2025.Fev.16-Fev.28
Out.9 (qui)	2025.Mar.1-Mar.15	Out.30 (qui)	2025.Mar.16-Mar.31
Nov.11 (ter)	2025.Abr.1-Abr.15	Nov.27 (qui)	2025.Abr.16-Abr.30
Dez.11 (qui)	2025.Mai.1-Mai.15	Dez.17 (qua)	2025.Mai.16-Mai.31
Jan.15 (qui)	2025.Jun.1-Jun.15	Jan.29 (qui)	2025.Jun.16-Jun.30
Fev.10 (ter)	2025.Jul.1-Jul.15	Fev.26 (qui)	2025.Jul.16-Jul.31
Mar.12 (qui)	2025.Ago.1-Ago.15	Mar.26 (qui)	2025.Ago.16-Ago.31

1 ano

● horário
① recepção: 9h10min início do exame: 9h30min
② recepção: 10h30min início do exame: 10h45min
Please make an appointment in advance by LINE・Web or by phone.
Appointment telephone：0268-23-8244

Reserva pelo LINE　　Reserva pela Web

● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido em casa (para 1 ano, 1 página)　③ toalha de banho
④ fralda para troca　⑤ copinho sem tampa para bebê　⑥ escova de dente

idade	1 ano
ações	medição corporal, instruções sobre o desenvolvimento e escovação de dente para bebês de 1 ano, explicação sobre comida sólida e experimentar uma papinha, consulta sobre a criação de crianças.

Exame	Data de nascimento	Exame	Data de nascimento
Abr.9 (qua)	2024.Mar.1-Mar.15	Abr.23 (qua)	2024.Mar.16-Mar.31
Mai.14 (qua)	2024.Abr.1-Abr.15	Mai.28 (qua)	2024.Abr.16-Abr.30
Jun.11 (qua)	2024.Mai.1-Mai.15	Jun.25 (qua)	2024.Mai.16-Mai.31
Jul.15 (ter)	2024.Jun.1-Jun.15	Jul.23 (qua)	2024.Jun.16-Jun.30
Ago.19 (ter)	2024.Jul.1-Jul.15	Ago.27 (qua)	2024.Jul.16-Jul.31
Set.3 (qua)	2024.Ago.1-Ago.15	Set.17 (qua)	2024.Ago.16-Ago.31
Out.7 (ter)	2024.Set.1-Set.15	Out.22 (qua)	2024.Set16-Set.30
Nov.12 (qua)	2024.Out.1-Out.15	Nov.26 (qua)	2024.Out.16-Out.31
Dez.10 (qua)	2024.Nov.1-Nov.15	Dez.24 (qua)	2024.Nov.16-Nov.30
Jan.14(qua)	2024.Dez.1-Dez.15	Jan.28 (qua)	2024.Dez.16-Dez.31
Fev.4(qua)	2025.Jan.1-Jan.15	Fev.25 (qua)	2025.Jan.16-Jan.31
Mar.11 (qua)	2025.Fev.1-Fev.15	Mar.25 (qua)	2025.Fev.16-Fev.28

【Bairros em Maruko • Takeshi 】 Exames de saúde para bebês

Local：Maruko Hoken Center

Idades do bebê e dias dos exames

4 meses de idade

● horário: à tarde
● horário da recepção: será informado 1 mês antes do exame

● o que trazer
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido (2 páginas)
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ outro que achar necessário

Exame	Dia do nascimento
Abr. 10 (qui)	2024. Nov-Dez
Jun 5 (qui)	2025. Jan-Fev
Ago 7 (qui)	2025. Mar
Set 4 (qui)	2025. Abr
Out 2 (qui)	2025. Mai
Nov 13 (qui)	2025. Jun
Dez 4 (qui)	2025. Jul
Jan 8 (qui)	2025. Ago
Fev 5 (qui)	2025. Set
Mar 5 (qui)	2025. Out

10 meses de idade

● horário: à tarde
● horário da recepção: será informado por carta 1 mês antes do exame

● o que trazer
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido（modelo para Maruko・Sanada・Takeshi ）1 página
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ o que achar necessário

Exame	Dia do nascimento
Abr. 18 (sexta)	2024. Mai-Jun
Mai. 23 (sexta)	2024. Jul
Jun. 20 (sexta)	2024. Ago
Jul. 18 (sexta)	2024. Set
Ago. 22 (sexta)	2024. Out
Set. 12 (sexta)	2024. Nov
Out. 24 (sexta)	2024. Dez- 2025. Jan
Jan. 23 sextai)	2025. Fev-Mar
Mar. 19 (quinta)	2025. Abr

1 ano e 6 meses de idade

● horário: à tarde
● horário da recepção: será informado por carta 1 mês antes do exame

● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido 3 páginas
③ Livro do bebê booklet (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ Escova de dente
⑥ o que achar necessário

Exame	Dia do nascimento
Mai. 15 (qui)	2023. Set-Out
Jul. 2 (qua)	2023. Nov-Dez
Set. 2 (ter)	2024. Jan-Fev
Nov. 4 (ter)	2024. Mar-Abr
Jan. 13 (ter)	2024. Mai-Jun
Mar. 10 (ter)	2024. Jul-Ago

3 anos de idade

● horário: à tarde
● horário da recepção: será informado 1 mês antes do exame
● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido 3 páginas
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ frasco com urina
（coletar a urina de manhã e colocar dentro do frasco enviado pelo correio）
⑥ o que achar necessário

*Em casa, leia em voz serena o nome dos desenhos impressos para a criança e verifique se ela ouviu e se ela enxerga os desenhos apontando para a figura correta.（dentro do kenko shinsa hyo）

Exame	Dia do nascimento
Abr. 4 (sexta)	2022. Mar
Jun. 6 (sexta)	2022. Abr-Mai
Ago. 1 (sexta)	2022. Jun.1- Jul.15
Set. 5 (sexta)	2022. Jul.16-Ago.31
Nov. 7 (sexta)	2022. Set.1-Out.15
Dez. 5 (fsexta	2022. Out.16-Nov.30
Mar. 6 (sexta)	2022. Dez-2023. Fev

Exame dental para 2 anos de idade

O exame dental deverá ser feito em uma clínica dentária credenciada pela Cidade de Ueda. Uma carta avisando sobre este exame será enviada quando a criança tiver entre 2 anos e 2 anos e 3 meses de idade. Preencher o questionário da página colorida (folha em cor laranja claro) e leve-a preenchida quando for ao dentista para o exame de 2 anos de idade.

Orientações

para 7 meses de idade

● horário: de manhã
● horário da recepção 9h30min até 9h40min
● programação
medição do corpo, instruções sobre o desenvolvimento e escovação de dentes para bebê de 7 meses de idade, como fazer o desmame, experimentar comida para bebê, consulta individual sobre saúde infantil.
● o que trazer
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido (1 página)
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ o que achar necessário

Exame	Dia de nascimento
Abr. 24 (qui)	2024 Setembro
Mai. 20 (ter)	2024 Outubro
Jun. 17 (ter)	2024 Novembro
Jul. 16 (qua)	2024 Dezembro
Ago. 20 (qua)	2025 Janeiro
Set. 18 (qui)	2025 Fevereiro
Out. 15 (qua)	2025 Março
Nov. 18 (ter)	2025 Abril
Dez. 18 (qui)	2025 Maio
Jan. 20 (ter)	2025 Junho
Fev. 17 (ter)	2025 Julho
Mar. 12 (qui)	2025 Agosto

para 1 ano de idade

● horário: de manhã
● horário da recepção: 9h30min às 9h40min
● programação
medição do corpo, instruções sobre o desenvolvimento e escovação de dentes para bebê de 1 ano de idade, como fazer a papinha, experimentar comida para bebê, consulta individual sobre saú de.
● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido (1 página)
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ o que achar necessário

Exame	Dia de nascimento
Abr. 25 (sexta)	2024 Março – Abril
Jun. 18 (qua)	2024 Maio
Jul. 17 (qui)	2024 Junho
Ago. 21 (qui)	2024 Julho
Set. 19 (sexta)	2024 Agosto
Out. 16 (qui)	2024 Setembro
Nov. 19 (qua)	2024 Outubro
Dez. 19 (sexta)	2024 Novembro
Jan. 21 (qua)	2024 Dezembro
Fev. 18 (qua)	2025 Janeiro
Mar. 13 (sexta)	2025 Fevereiro

Aconselhamento

Consultas sobre saúde

É necessário marcar hora

Telefone antes e marque um horário antes de comparecer.（telefone：42-1117）

● Horário da consultação 9h à 11h30min
● programação
consultas com enfermeira・nutricionista・higienista bucal, medição do corpo, etc.
＊consulta sobre saúde bucal ★ apenas nos dias marcados com estrela.
● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Toalha de banho
③ o que achar necessário

Mês	Dias	
2025 Abr	8（ter）	22（ter）★
Mai	7（qua）	22（qui）★
Jun	3（ter）	19（qui）★
Jul	1（ter）	24（qui）★
Ago	5（ter）	19（ter）★
Set	9（ter）	25（qui）★
Out	14（ter）	30（qui）★
Nov	11（ter）	25（ter）★
Dez	9（ter）	23（ter）★
2026 Jan	6（ter）	22（qui）★
Fev	3（ter）	19（qui）★
Mar	11（ter）	24（ter）★

Favor telefonar para o Maruko Hoken Center se você necessita fazer aconselhamento com enfermeiras ou nutricionistas em outra data diferente dos dias marcados na tabela ao lado.

【Moradores da região de Sanada 】Exames e orientações

Local：Sanada Hoken Center, (exceções: exames de 4 meses, que será no centro de Ueda, no Hito machi genki Kenko Plaza Ueda

Exames do bebê

exame de 4 meses do bebê

● horário: à tarde
● horário para comparecer: será informado por carta 1 mês antes do exame
● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido (2 folhas)
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ o que achar necessário

este exame é para bebês com 4 meses ou 5 meses de idade
＊**Atenção: este exame será feito no Centro de Ueda, no Hito machi genki・Kenko Plaza Ueda 1o andar (térreo) Kenshin Hall.**

Exame dental para 2 anos de idade

O exame dental deverá ser feito em um dentista credenciado pela Cidade de Ueda. Uma carta avisando sobre este exame será enviada quando a criança tiver entre 2 anos e 2 anos e 3 meses de idade. Preencher o questionário da página colorida (folha em cor laranja claro) e leve-a preenchida quando for ao dentista.

exame de 10 meses do bebê

● horário: à tarde
● horário para comparecer: será informado por carta 1 mês antes do exame
● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Questionário preenchido（para Maruko・Sanada・Takeshi form）1 página
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ toalha de banho
⑤ o que achar necessário

Data	Dia do nascimento
Mai.23 (sexta)	2024. Jun-Jul
Jul.18 (sexta)	2024. Ago-Set
Set.12 (sexta)	2024. Out-Nov
Nov.25 (terça)	2024. Dez- 2025-Jan
Jan.27 (terça)	2025. Fev-Mar
Mar.13 (sexta)	2025. Abr-Mai

exame de 1 ano e 6 meses do bebê

● horário: à tarde
● horário para comparecer: será informado por carta 1 mês antes do exame
● o que trazer:
① Caderneta Materno Infantil
② Questionário preenchido (3 páginas)
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ Escova de dente
⑥ o que achar necessário

Data	Dia do nascimento
Mai.23 (sexta)	2023. Ago-Set
Jul.18 (sexta)	2023. Out-Dez
Set.12 (sexta)	2024. Jan-Fev
Nov.25 (terça)	2024. Mar-Abr
Jan.27 (terça)	2024. Mai-Jun
Mar.13 (sexta)	2024. Jul-Ago

3 anos de idade

● horário: à tarde
● horário da recepção: será informado por carta 1 mês antes do exame
● o que trazer:
① Caderneta Materno Infantil
② Questionário preenchido 3 páginas（dentro do akachan techo）
③ Livro do bebê (kodomo noto)
④ Toalha de banho
⑤ Urina dentro do frasco (coletar a urina de manhã e colocar dentro do frasco enviado pelo correio)
⑥ o que achar necessário
*leia em voz serena o nome dos desenhos impressos para a criança e verifique se ela ouviu e se ela enxerga os desenhos apontando com o dedo o desenho que voc ê falou（dentro do akachan techo）

Exame	Data de nascimento
Jun. 20 (sexta)	2022. Mar-Mai
Set. 9 (ter)	2022. Jun - Ago
Dez. 9 (ter)	2022. Set - Nov
Mar. 3 (ter)	2022. Dez～2023. Fev

Orientações

7 meses de idade

● programação
horário para chegar e fazer inscrição 9:20～ início do exame 9:45～
Faça uma reserva de horário online através do LINE・Web ou por telefone.

LINE Reservas　Web Reservas

● o que trazer
① Caderneta Materno- infantil
② questionário preenchido 1 página
③ livro do bebê (kodomo noto)
④ toalha de banho ⑤ carregador de bebê
⑥ o que achar necessário para o bebê

Idade	bebês de 7 meses
Ações	medir a altura e o peso, aula sobre o desenvolvimento e escovação de dente para bebês de 7 meses, desmame, provar papinha, consulta individual
Local	Hito machi genki・Kenko Plaza Ueda 1o andar (andar térreo) no Salão Kenshin Hall

Exame	Data de nascimento	Exame	Data de nascimento
Abr. 16 (qua)	2024.Set. 1 - Set. 15	Abr. 30 (qua)	2024. Set. 16-Set.30
Mai. 13 (ter)	2024.Out. 1 - Out. 15	Mai. 29 (qui)	2024. Out. 16-Out.31
Jun. 10 (ter)	2024.Nov. 1 - Nov. 15	Jun. 26 (qui)	2024. Nov. 16-Nov.30
Jul. 8 (ter)	2024.Dez. 1 - Dez. 15	Jul. 24 (qui)	2024. Dez. 16-Dez.31
Ago. 5 (ter)	2025. Jan. 1 - Jan.15	Ago. 28 (qui)	2025. Jan. 16-Jan.31
Set. 10 (qua)	2025. Fev. 1 - Fev.15	Set. 25 (qui)	2025.Fev. 16-Fev.28
Out. 9 (qui)	2025. Mar. 1 - Mar.15	Out. 30 (qui)	2025.Mar. 16-Mar.31
Nov. 11 (ter)	2025. Abr. 1 - Abr.15	Nov. 27 (qui)	2025.Abr. 16-Abr.30
Dez. 11 (qui)	2025. Mai. 1 -Mai. 15	Dez. 17 (qua)	2025.Mai. 16-Mai.31
Jan. 15 (qui)	2025. Jun. 1 - Jun.15	Jan. 29 (qui)	2025.Jun. 16-Jun.30
Fev. 10 (ter)	2025. Jul. 1 - Jul.15	Fev. 26 (qui)	2025.Jul. 16-Jul.31
Mar. 12 (qui)	2025. Ago. 1 - Ago.15	Mar. 26 (qui)	2025.Ago. 16-Ago.31

1 ano

● reception time: 9h30min às 9h40 min ＊ não necessita marcar hora
● programação: medição do corpo, instruções sobre o desenvolvimento e escovação de dentes para bebê de 1 ano de idade, como fazer a papinha, experimentar comida para bebê, consulta individual sobre saúde.
O que trazer:
① Caderneta Materno Infantil ② questionário respondido 1página ③ toalha de banho ④ copinho sem tampa para crianças
⑤ escova de dentes ⑥ o que achar necessário

Exame	Data de nascimento	Exame	Data de nascimento
Mai. 27 (ter)	2024. Fev-Mai	Ago. 26 (ter)	2024. Jun-Ago
Nov. 20 (qui)	2024. Set-Nov	Fev. 19 (qui)	2024. Dez - 2025. Fev

Aconselhamento

Consulta sobre saúde

● horário de atendimento: 9h30min às 11h ※ não necessita marcar hora
● atividades:
medição do peso e da altura, consultas com enfermeira・nutricionista・higienista bucal.
＊consulta sobre saúde bucal ★ apenas nos dias marcados com estrela.
● o que trazer:
① Caderneta Materno-Infantil
② Toalha de banho
③ outros que achar necessário

Abr.17 (qui) ★
Mai.16 (sexta)
Jun.24 (ter) ★
Jul.10 (quinta)
Ago.29 (sexta) ★
Set.30 (terça)
Out.28 (terça) ★
Nov.28 (sexta)
Dez.16 (terça) ★
Jan.30 (sexta)
Fev.27 (sexta) ★
Mar.10 (terça)

Favor telefonar para o Sanada Hoken Center se você necessita fazer aconselhamento com enfermeiras ou nutricionistas em outra data diferente dos dias marcados na tabela ao lado.

Vacinação regular da Cidade de Ueda

Na medida do possível, receber as vacinas dentro do prazo estabelecido. As vacinas aplicadas financiadas por verbas públicas poderão sofrer alterações em relação ao tipo de vacina, idade, etc. de acordo com as normas governamentais. Se ocorrer alguma alteração, informaremos na revista de publicidade oficial da Cidade de Ueda e por outros meios.

Como proceder para receber a vacina

Carta de aviso
↓
Marcar hora
↓
Recepção
↓
Exame médico
↓
Vacinação
↓
Voltar para casa

●Quando estiver chegando o mês em que a criança está na idade de tomar alguma vacina, a Prefeitura irá enviar uma correspondência informando que a criança poderá tomar a vacina.
●A correspondência é enviada no final do mês anterior ao qual a criança pode tomar a vacina.
Exemplo: A criança que faz 2 meses em abril de 2025, a carta será enviada no final do mês de março.
Conteúdo dos documentos que serão enviados: explicação sobre a vacinação, questionário da vacina, lista das clínicas médicas, etc.

●Escolha uma clínica ou hospital credenciado na lista que foi enviada na carta de aviso e telefone para marcar uma hora para receber a vacina.
※Obs.: se saiu da cidade para ter o bebê perto da família e quer receber a vacina em outra província que não Nagano, favor contatar a Seção de Saúde (Kenko Suishin Ka).
※Obs.: se perdeu o questionário da vacina , favor entrar em contato com o Centro de Saúde local para que possa ser reemitido.

● O que trazer no dia da vacinação
Caderneta materno-infantil (boshi techo), folha de questionário preenchida, documento de identidade
de quem vai ser vacinado. Se quem acompanha a criança não for nem o pai nem a mãe, será necessária uma procuração.)

● Cuidados a tomar após a aplicação da vacina
① Após a aplicação da vacina, ficar por 30 minutos atento ao estado da criança e esteja preparado para entrar imediatamente em contato com o médico.
Este é o intervalo de tempo em que ocorrem a maioria das reações adversas graves, como a anafilaxia.
② Mantenha a área em volta da picada da vacina limpo. Não é proibido tomar banho, mas evite esfregar no local em que a vacina foi aplicada.
③ Evite fazer exercícios físicos extenuantes no dia da aplicação da vacina.
④ Após a aplicação da vacina, se houver alguma reação no local da aplicação ou qualquer alteração no corpo em geral, dirija-se rapidamente para ser examinado pelo médico.

Cuidados a serem tomados em relação a aplicação da

Crianças que não poderão ser vacinadas

1. As que apresentam evidente quadro febril.(na maioria dos casos, mais de 37.5℃)
2. As que estão evidentemente com doenças agudas graves.
3. As que já apresentaram casos de anafilaxia no passado a algum dos componentes da vacina que está a receber.
4. Outros casos, que sejam determinados pelo médico.

Casos que necessitam de orientação médica antes de receber a vacina

1. Crianças com doenças primárias no sistema cardiovascular, nos rins, no fígado, no sangue, no desenvolvimento, etc.
2. Crianças que nos 2 dias anteriores a aplicação da vacina tiveram febre alta ou erupção cutânea generalizada.
3. Se a criança já teve convulsão.
4. Se a criança ou algum parente consanguíneo próximo já foram diagnosticados com imunodeficiência.
5. Crianças que apresentam alergia a algum componente que constitui o fluido da vacina que será inoculada.
6. Crianças com sensibilidade ao látex, pois a tampa de borracha da ampola da vacina tem como um de seus constituintes a borracha natural seca (látex).

Crianças que tiveram alguma virose antes da aplicação da vacina

Espere até quando o corpo todo estiver bem recuperado para depois receber a vacina.
Como não se espera uma boa eficácia ao aplicar a vacina por causa da influência dos vírus, espere até passar os intervalos abaixo indicados para depois receber a aplicação da vacina.
A decisão se poderá ser aplicada a vacina fica a critério do médico.

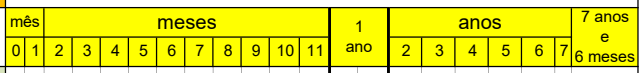
・doença mão, pé, boca, eritema infeccioso(quinta doença), resfriado, etc. ⇒ por volta de 1 a 2 semanas após ter sarado.
・rubéola, varicela(catapora), caxumba (parotidite), etc. ⇒por volta de 2 a 4 semanas após ter sarado.

Idades para Vacinação (Vacinas obrigatórias gratuitas)

Vacina pode ser aplicada ⟷ Idade recomendada

(Desde janeiro de 2025)

Calendário de vacinação regular
idade-alvo, intervalo e número de doses



【Rotavírus】 Vacina viva atenuada

Esta vacina protege contra rotavírus.

Cada marca de vacina tem um número diferente de doses.
Independente da marca que escolher, a vacinação deverá ser iniciada em data não posterior à idade de 14 semanas e 6 dias.
Marca Rotarix： 2 doses, com intervalo de 27 dias ou mais, pode ser aplicada até idade de 24 semanas e 0 (zero) dias.
Marca Rotateq： 3 doses, com intervalo de 27 dias ou mais entre doses, pode ser aplicada até idade de 32 semanas e 0 (zero) dias.

① ② Rotarix®
① ② ③ RotaTeq®

※Consulte-se na instituição médica e escolha uma das vacinas.

【Hepatite B】 Vacina inativada

Vacina para a prevenção da Hepatite B.

receber 3 doses antes do dia do 1o aniversário.
2 doses com intervalo de 27 dias ou mais entre doses.
1 dose de reforço com 139 dias ou mais após a aplicação da 1a dose.

① ② ③

【Pentavalente(Coqueluche, Difteria, Tétano, Pólio, Hib)】 Vacina Inativada

Vacina para a prevenção de Coqueluche, Difteria, Tétano e Poliomielite (Paralisia infantil), Hib
※Não pode tomar esta vacina se já houver recebido alguma doses da vacina quadrivalente ou da vacina Hib.

4 doses com idade entre 2 meses até 7 anos e 6 meses de idade.
Doses iniciaias: 3 doses com intervalo de 20 dias até 56 dias entre doses.
Reforço： 1 dose com intervelo de 6 meses até 18 meses após a aplicação das doses iniciais.

① ② ③ ④

※Se tomou a pentavalente ou a tetravalente, receberá 1 dose da vacina dupla (difteria e tétano) após o 11º aniversário mas antes do 13º aniversário.

【Tetravalente (Coqueluche, Difteria, Tétano, Pólio)】 Vacina Inativada

Vacina para a prevenção de Coqueluche, Difteria, Tétano e Poliomielite (Paralisia infantil)
※ Se já está recebendo a pentavalente, não poderá tomar esta vacina.

4 doses entre 2 meses de idade até 7 anos e 6 meses de idade.
Doses iniciais: 3 doses com intervalo de 20 dias até 56 dias entre doses.
Reforço： 1 dose com intervalo de 12 meses até 18 meses após as doses iniciais.

① ② ③ ④

【Hib (Haemophilus influenzae tipo B)】 Vacina inativada

Vacina para a prevenção de infecções causadas pelo vírus Haemophilus influenzae Tipo B.
※ Se já está recebendo a pentavalente, não poderá tomar esta vacina.

4 doses entre 2 meses de idade até antes do dia de aniversário de 5 anos de idade.
Doses iniciais: 3 doses com intervalo de 27 dias até 56 dias entre doses ante da data do aniversário de 1 ano de idade.
Reforço： 1 dose, com intervalo de 7 meses até 13 meses após as doses iniciais.

① ② ③ ④

【Pneumocócica Infantil】 Vacina inativada

Vacina para a prevenção da Pneumonia e Meningite causada por pneumococo.

4 doses entre 2 meses até antes da data de aniversário de 5 anos de idade.
Doses iniciais: 3 doses, com intervalo de 27 dias ou mais entre doses, antes do dia do aniversário de 2 anos de idade.
Reforço： 1 dose, após data de aniversário de 1 ano de idade, com intervalo de 60 dias ou mais após receber as doses iniciais.

① ② ③ ④

※Hib e Pneumocócica: Nº de doses varia com a idade em que inicia a vacinação.
Vide próxima página para informar-se sobre o número de doses e intervalos.

【BCG】 Vacina viva atenuada

Vacina para a prevenção da Tuberculose.

1 dose antes da data de aniversário de 1 ano de idade.
(idade recomendada: bebê desde 5 meses até 8 meses)

①

【Sarampo e Rubéola】 Vacina viva atenuada

Vacina para a prevenção de Sarampo e Rubéola.

Primeira dose：1 dose após o aniversário de 1 ano de idade mas antes da data de aniversário de 2 anos de idade.
Segunda dose：no ano anterior ao ingresso na escola primária.

① 1ª fase
② 2ª fase

【Varicela（Catapora）】 Vacina viva atenuada

Vacina para a prevenção da varicela (catapora)

2 doses após a data do aniversário de 1 ano de idade mas antes da data do aniversário de 3 anos de idade.
2 doses, com intervalo de mais de 3 meses entre doses
(intervalo recomendado: 6 a 12 meses de intervalo entre as doses)

① ②

【Encefalite Japonesa】 Vacina inativada

Vacina para a prevenção da Encefalite Japonesa.

Doses iniciais e primeiro reforço: 3 doses, após 6 meses de idade até antes de 7 anos e 6 meses de idade.
(idade recomendada: receber a 1a dose após a data de aniversário de 3 anos)

Doses iniciais: 2 doses com intervalo de 6 a 28 dias entre doses
1a dose de reforço: 1 dose, após receber as doses iniciais, deixar passar um intervalo de mais de 6 meses (o recomendado é deixar passar um ano de intervalo)

①② ③

※2ª dose de reforço: após o aniversário de 9 anos mas antes do aniversário de 13 anos, recebe 1 dose.

Calendário de vacinação regular
idade-alvo, intervalo e número de doses

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 | 1 | 2 3 4 5 6 7 | 7 anos e 6 meses
mês | meses | ano | anos

Sobre as vacinas Hib e antipneumocócica infantil

Hib

① Crianças com mais de 2 meses até 7 meses ao receber a 1a dose desta vacina (total: 4 doses)
【Doses iniciais】antes do 1o aniversário, 3 doses com intervalo maior de 27 dias entre doses （intervalo recomendado: 27 até 56 dias de intervalo）
【Reforço】após as doses iniciais, intervalo de 7 meses ou mais, recebe uma dose de reforço (intervalo recomendado: 7 meses até 13 meses de intervalo）

② Crianças com mais de 7 meses até antes do 1o aniversário ao receber a 1a dose desta vacina (total: 3 doses)
【Doses iniciais】antes do dia do 1o aniversário, 2 doses com intervalo de 27 dias ou mais entre doses（intervalo recomendado: 27 até 56 dias de espera entre doses）
【Reforço】após as doses iniciais, intervalo de 7 ou mais meses, recebe uma dose de reforço（intervalo recomendado: 7 meses até 13 meses de intervalo）.

③ Criança com mais de 1 ano mas até antes do dia do 5o aniversário, ao receber a 1a dose （total: 1 dose）
Irá receber no total 1 dose desta vacina.

Pneumocócica Infantil

① Crianças com 2 meses de idade até 7 meses de idade ao receber a 1a dose da vacina.（total: 4 doses）
【Doses iniciais】até 2 anos, 3 doses com intervalo de 27 dias ou mais entre doses.
※se receber a segunda dose após o dia do 1o aniversário, não irá receber a terceira dose.
【Reforço】após as primeiras doses, esperar por um intervalo de 60 dias ou mais, receber a dose de reforço.

② Crianças com 7 meses de idade até antes do dia do 1o aniversário (total: 3 doses)
【Doses iniciais】até 2 anos 2 doses de idade, com intervalo de mais de 27 dias entre doses.
【reforço】após as primeiras doses, deixa passar um intervalo de 60 dias ou mais e recebe uma dose de reforço depois do aniversário de 1 ano.

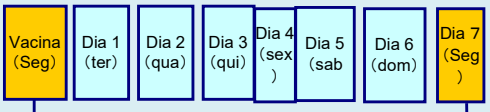
③ Criança com 1 até 2 anos de idade ao iniciar a vacinação（total: 2 doses）
intervalo de mais de 60 dias entre as 2 doses.

④ Crianças com idade de 2 anos mas até antes do dia do 5o aniversário ao iniciar a vacinação (total: 1 dose)
Irá receber uma dose desta vacina.

Como contar os dias entre duas vacinas

Em caso de 6 dias de intervalo necessário

Ex.：vacina aplicada na segunda-feira



★1 semana depois, no mesmo dia da semana estará OK para receber a vacina.

Comece a contar no dia seguinte à vacina até 6 , no próximo dia a vacina pode ser aplicada.

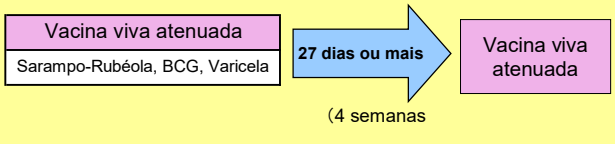
● 20 (vinte) ou mais de intervalo requerido entre imunizações
Como no exemplo à esquerda, comece contando no dia seguinte à vacina, contando até 20. No próximo dia poderá receber a próxima dose.
（20 dias significa mesmo dia da semana, 3 semanas depois

● 1 mês de intervalo requerido entre imunizações
Se a vacina foi aplicada no dia 15 de abril, o próximo dia em que poderá receber a vacina será no dia 15 de maio, após ter passado 1 mês.
Se a vacina foi aplicada no dia 31 de maio, como não existe 31 de junho, o próximo dia em que poderá receber a vacina será no dia 1 de Julho.

※o dia em que a vacina foi aplicada conta como zero. Lembre-se de que a próxima dose será no mesmo dia da semana (neste exemplo, em uma segunda-feira).

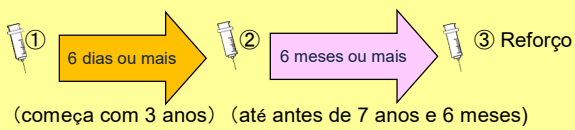
Intervalo necessário entre vacinas

Para diferentes vacinas, o intervalo entre doses foi revisado, tendo sido elimnadas as restrições sobre intervalos, exceto para as vacinas abaixo, que ainda requerem o intervalo especificado após serem aplicadas.



★Para a mesma vacina, deixe passar o número de dias especificados para ela.

Exemplo：Encefalite Japonesa



（começa com 3 anos）（até antes de 7 anos e 6 meses）

●Várias vacinas na mesma consulta●
Se determinado como necessário pelo médico, mais de uma vacina poderá ser aplicada na mesma consulta..