



B O L E T I M M E N S A L

ポルトガル語版

MAIBARA KŌHŌ

2020
3

Publicação: Prefeitura de Maibara

Edição: Maibara Tabunka Kyousei Kyoukai

Shiga ken Maibara shi Miyoshi 190 banchi ☎ 0749-56-0577

MARÇO

Nº 112



新型コロナウイルス感染症について



SOBRE A INFECÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19)

Secretaria de Saúde (Santo) Kenko Zukuri ka ☎ 55-8105

※ **O QUE É A INFECÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS? É UMA INFECÇÃO DO TRATO RESPIRATÓRIO ASSOCIADA A UM NOVO CORONAVÍRUS (COVID-19), QUE FOI RELATADA NA PROVÍNCIA DE HUBEI, NA REPÚBLICA POPULAR DA CHINA, EM DEZEMBRO DE 2019. SINTOMAS COMO TOSSE E FEBRE E SURTO DE PNEUMONIA FORAM RELATADOS. ACREDITA-SE QUE A INFECÇÃO SE ESPALHE POR GOTÍCULAS OU PELO CONTATO.**

※ **SE VOCÊ TIVER ALGUM DOS SEGUINTE SINTOMAS, CONSULTE O "CENTRO DE CONSULTAS PARA PESSOAS QUE REGRESSARAM / QUE TIVERAM CONTATO" SINTOMAS DE GRIPE OU FEBRE ACIMA DE 37.5°C POR MAIS DE 4 DIAS (2 DIAS OU MAIS PARA IDOSOS E PESSOAS COM DOENÇAS CRÔNICAS) FADIGA EXTREMA (MAL-ESTAR) E DIFICULDADE EM RESPIRAR (DISPNEIA) SE SUSPEITAR ESTAR INFECTADO COM O NOVO CORONAVÍRUS APRESENTAREMOS UMA INSTITUIÇÃO MÉDICA ESPECIALIZADA. USE UMA MÁSCARA E EVITE USAR O TRANSPORTE PÚBLICO.**



"Centros de Consultas para Pessoas que Regressaram ou que tiveram Contato":

CENTRO DE SAÚDE PÚBLICA DE NAGAHAMA "HOKENJYO"

(ATENDIMENTO NOS DIAS ÚTEIS DAS 8:30 ÀS 17:15)

☎ 080-2525-6322

DEPARTAMENTO DE SAÚDE E BEM-ESTAR MÉDICA DE SHIGA/SEÇÃO DE CONTROLE DE DOENÇAS

INFECIOSAS FARMACOLÓGICAS (ATENDIMENTO 24 HORAS)

☎ 080-2470-8042



ESFORCE-SE PARA A PREVENÇÃO DO CONTÁGIO E EVITE A PROPAGAÇÃO DA DOENÇA. QUANDO TIVER FEBRE OU OUTROS SINTOMAS DE GRIPE, NÃO VÁ À ESCOLA OU AO TRABALHO. TOME MEDIDAS PREVENTIVAS INDIVIDUAIS, COMO LAVAR AS MÃOS E FAZER GARGAREJO AO VOLTAR PARA CASA. DESINFETAR SUAS MÃOS E DEDOS COM ANTISSÉPTICO À BASE DE ÁLCOOL. NÃO IR A LUGARES ONDE HÁ AGLOMERAÇÕES. AREJAR E MANTER A UMIDADE ADEQUADA NOS QUARTOS. LEVAR UMA VIDA COM HÁBITOS REGULARES E DESCANSO SUFICIENTE. MANTER UMA ALIMENTAÇÃO BALANCEADA, COM REPOSIÇÃO ADEQUADA DE LÍQUIDOS. PREVENIR A PROPAGAÇÃO DA INFECÇÃO A PARTIR DA "ETIQUETA DA TOSSE" USAR MÁSCARA QUANDO TIVER SINTOMAS COMO TOSSE OU ESPIRRO. E CASO NÃO ESTEJA USANDO MÁSCARA, COBRIR A BOCA E O NARIZ COM O BRAÇO OU LENÇOS DE PAPEL, ETC. AO TOSSIR OU ESPIRRAR !!



4月の健康カレンダー
安心と健康をサポートします

CALENDÁRIO DE SAÚDE
MÊS DE ABRIL



▼年間の健診
日程等はこちら




子育ての不安・悩みは
すくすくホットライン
☎55-8105へ

EXAME PEDIÁTRICO(乳幼児健康診査)

OBS.: (1) todos estes exames são realizados uma vez por mês. (2) Trazer o questionário do “Akachan Techô” preenchido. (3) Se a criança não estiver se sentindo bem antes do exame, venha na próxima vez.

Tipo de exame	Data	Recepção	Local	O que levar
Exame pediátrico de 4 meses (nascidos em novembro de 2019)	10 de abril (sexta-feira)	13h às 13h45	Maibara Guenki Station	<ul style="list-style-type: none"> ◇ “Caderneta da Mãe e da Criança” ◇ “Suku-suku Fairu” ◇ Questionário médico ◇ Estojo (lápis, borracha, etc) (são necessário para todos os exames de ① à ⑤) ◇ Toalha (Exame ① e ②) ◇ Escova de dentes e copo da criança (Exame ③ ao ⑤) ◇ Trazer, num recipiente limpo, uma amostra da primeira urina colhida NO DIA DO EXAME (Exame ⑤) ◇ O questionário de exame auditivo (Exame ⑤)
Exame pediátrico de 10 meses (nascidos em junho de 2019)	23 de abril (quinta-feira)			
Ex. pediátrico de 1 ano e 8 meses (nascidos em agosto de 2018)	14 de abril (terça-feira)	13h às 14h	Santô Kenkô Fukushi Center (Venha com os dentes bem escovados)	
Ex. odontológico de 2 anos 6 meses (nascidos em setembro de 2017)	16 de abril (quinta-feira)	9h30 às 10h30		
Ex. pediátrico de 3 anos e 6 meses (nascidos em setembro de 2016)	2 de abril (quinta-feira)	13h às 14h		



健康 INFORMATION [INFORMAÇÃO SOBRE SAÚDE] Secretaria de Saúde (Santo) Kenko Zukuri ka ☎ 55-8105



EM CASO DE EMERGÊNCIA MÉDICA.../MÊS DE MARÇO

O atendimento de emergência é feito pelos plantonistas nos hospitais. **Hospital da Cruz Vermelha (CV)** e **Hospital Municipal de Nagahama (HM)**. Nos feriados em caso de não ser algo grave, poderá se consultar no **Centro de atendimento Emergencial Nagahama-Maibara**. Quando for se consultar, não se esqueça de levar a carteirinha do seguro de saúde e a caderneta com as anotações dos remédios que está tomando atualmente.

Prioridade/hospital		1/MAR DOM	8/MAR DOM	15/MAR DOM	20/MAR FER	22/MAR DOM	29/MAR DOM
Leves	Centro de Atendimento Emergencial Nagahama-Maibara (Nagahama-shi Miyashi-cho 1181-2 Tel: 65-1525) das 8h30 às 11h30, das 12h30 às 17h30	○	○	○	○	○	○
	Graves	crianças	CV	CV	CV	CV	CV
adultos		CV	HM	CV	HM	CV	HM

Consulta pediátrica pelo telefone: #8000 Tel. 077-524-7856

Atendimento: Nos dias úteis e sábados 18h às 8h / Domingos e feriados 9h às 8h do dia seguinte.

INFORMAÇÕES ÚTEIS para a boa saúde

Hot-LINE

Qualquer dúvidas e preocupações sobre a gestação, ou parto e a criação dos filhos... Ligue para 55-8105 (das 8h30 às 17h15 nos dias úteis)

Consulta sobre criação dos filhos (Suku-Suku soudan) 育児相談

Horário da recepção será das 9h30 às 11h30

Data	Local	Detalhes
7 de abril (terça-feira)	Ibuki Hoken Center	<ul style="list-style-type: none"> ◇ Dúvidas com a criação... estress, ansiedade e outros, como: o crescimento e desenvolvimento da criança. ◇ Tirar medida do corpo ◇ Alimentação: Consulta com a nutricionista sobre refeição e alimentação sólida (papinha).
28 de abril (terça-feira)	Maibara Guenki Station	<ul style="list-style-type: none"> ◇ Trazer: "Caderneta da Mãe e da Criança" "Suku-suku Fairu" e Toalha de banho(irá utilizar na hora de pesar).

Aula de alimentação infantil para os pais cujo(a) filho(a) tem 7 meses 7か月児もぐもぐ教室

A aula se realiza uma vez por mês para o cidadão de Maibara.

Não é necessário fazer inscrição. (Em caso de seu filho(a) não se encaixar ao público alvo mas quiser receber a aula, comunique com antecedência ao Setor de Promoção de Saúde.)

Estas aulas são destinados aos pais cujo(a) filho(a) faz 7 meses de idade. Os pais aprenderão como desmamar e preparar os alimentos da criança de acordo com o crescimento. Nutricionista e enfermeira de saúde pública servirão como instrutores. Os interessados podem vir direto na hora da recepção.

Idade	Data	Hora de recepção	Local	O que levar
Crianças nascidas em setembro de 2019	17 de abril (sexta-feira)	09h30 às 10h	Maibara Guenki Station	<ul style="list-style-type: none"> ◇ "Caderneta da Mãe e da Criança" ◇ "Suku-suku Fairu" ◇ Toalha de banho.



[INFORMAÇÃO SOBRE SAÚDE]

Secretaria de Saúde (Santo) Kenko Zukuri ka ☎ 55-8105

令和2年度『集団健康診査』の申込を受け付けます
ESTAMOS ACEITANDO AS INSCRIÇÕES PARA OS EXAMES DE SAÚDE EM COLETIVO DO ANO DE 2020

COMO OS SEGUINTE EXAMES :

CÂNCER DE ESTÔMAGO, INTESTINO, PULMÃO, MAMA, CERVICAL E OUTROS COMO OSTEOPOROSE, VÍRUS DA HEPATITE E EXAMES DE SAÚDE DE ROTINA (ABAIXO DE 39 ANOS)

*Maiores detalhes como datas, averiguar no Guia de Exames de 2020



GUIA PARA A VIDA DIÁRIA

IMPOSTOS A SEREM PAGOS NESTE MÊS DE MARÇO 3月の税等料金・納付のお知らせ

- ▶ Taxa do Seguro Nacional de Saúde (Kokumin Kenkou Hokenryou) décima parcela
- ▶ Taxas de Seguro para pessoas acima de 75 anos (Kouki Koureisha Iryou Hoken) nona parcela
- ▶ Taxa do Seguro de Cuidados e Assistência (Kaigo Hokenryou) décima parcela
- ▶ Mensalidade da creche (Hoiku ryou): mês de março
- ▶ Conta de água (Suidou ryou): mês de março
- ▶ Conta de esgoto (Guesuidou ryou): mês de março



Utilize o pagamento conveniente pelo débito automático! Prazo de pagamento **31 de março (terça-feira)**

Também poderá utilizar o Smart phone para fazer o pagamento através do [PayB]

Maiores informações: Depto de Cobranças (Shunou Taisaku Ka) Sucursal de ÔHMI ☎ 52-3189

PRORROGAÇÃO DOS HORÁRIOS DE ATENDIMENTO DAS PREFEITURAS 3月の延長窓口

IBUKI e ÔHMI: Dia 5 e 19 de março (quintas-feiras),

MAIBARA e SANTÔ: Dia 12 e 26 de março (quintas-feiras)

Atendemos até as 19hs

Nesses horários, não oferecemos os serviços de intérpretes. Caso queira comparecer avise antecipadamente os tradutores, pois deixará avisado os funcionários do depto sobre o assunto que gostaria de resolver.

Sub sede de SANTÔ: diariamente das 8:30 às 17:15 ☎ 55-2650

Escritório do Tabunka Kyousei Kyoukai: das 13:15 às 17:15 ☎ 56-0577

3月の家庭ごみの持込は22日(日)です

DIA 22 (DOM) PODERÁ LEVAR LIXO DOMÉSTICO ATÉ O LOCAL DE RECICLAGEM.

Horário de atendimento

das 8:30 às 12:00 hs

das 13:00 às 16:30 hs

Valor

40 ienes até 10kg.

Maiores informações:
Depto de Preservação Ambiental –
Kankyo Hozenka (Sucursal Ibuki) ☎ 58-2230

TIPO DE LIXO	LOCAL ONDE SE DEVE LEVAR
LIXO QUEIMÁVEL, LIXO RECICLÁVEL	CRISTAL PLAZA ☎ 0749-62-7141 NAGAHAMA-SHI YAWATA NAKAYAMA-CHO 200
LIXO NÃO QUEIMÁVEL E DE GRANDE PORTE	CLEAN PLANT ☎ 0749-74-3377 NAGAHAMA-SHI OYORI-CHO 1337

CONSULTA JURÍDICA (法律相談)

Na 2.ª quinta-feira de cada mês, um **advogado** fica à disposição dos moradores para prestar esclarecimentos sobre assuntos jurídicos. O sigilo é absoluto.

O atendimento é realizado sempre das **10 às 12 horas**. Cada consulta tem a duração de 30 minutos.

Pedimos aos interessados que façam a reserva da consulta com antecedência.

DATA	LOCAL DE ATENDIMENTO
Dia 26 de março (5ª feira)	LUCCI PLAZA

Valor da consulta: ¥ 1.000

Secr. de Assistência Social (sede de Santô)

Tel.: 55-8110 / FAX: 55-8130

NA PREFEITURA DE MAIBARA, FICAM SEMPRE À DISPOSIÇÃO INTÉRPRETES DE PORTUGUÊS!

(通訳の配置について)

Linha direta com intérpretes:

Tel / Fax 0749-55-2650 (Santo) Segunda à sexta, das 8:30 às 17:15

0749-56-0577 (Escritório do Tabunka kyousei Kyoukai), das 13:15 às 17:15

Dúvidas? Críticas? Sugestões? Comentários? Fale com a gente !!!

Caso o intérprete não possa atendê-lo (a) no momento, por favor ligue mais tarde!

