

2014
11・12 KOUHOU NAGAHAMA

Editado e publicado pela Prefeitura de Nagahama Shimin Kouhoushitsu
Shiga-ken Nagahama-shi Takada-cho 12-34 Tel.: 0749-62-4111 Fax.: 0749-63-4111

ポルトガル語版

12月22日から

教育委員会事務局新庁舎で業務開始

A partir de 22 de dezembro, o Kyouiku Iinkai (Comissão Educacional) iniciará o atendimento na nova Sede da Prefeitura

As obras da nova Sede da Prefeitura, iniciadas em abril de 2012, estão sendo realizadas de acordo com o programado e a previsão é de que sejam concluídas no início de dezembro.

De modo geral, o atendimento na nova Sede terá início a partir de 5 de janeiro de 2015, porém, a Comissão Educacional realizará a mudança e iniciará o atendimento antes, conforme abaixo citado. Solicitamos atenção para as datas.

[Kyouiku Iinkai Jimukyoku (Secretaria da Comissão Educacional)]

Atendimento no 2º andar da Subprefeitura de Azai até o dia 19 de dezembro (6ªf)

A partir do dia 22 de dezembro (2ªf) estará atendendo no 5º andar da nova Sede da Prefeitura.

長浜保健所相談事業のご案内

Informações sobre o serviço de consultas do Hokenjo (Centro de Saúde Pública)

1.Consulta sobre álcool (abuso do álcool) [Arukooru Soudan]

O atendimento é realizado por médico especialista e enfermeiras da saúde pública.

[Destina-se] Pessoas e/ou familiares que desejam consultar-se sobre o álcool [abuso do álcool]

[Datas de realização] 25 de novembro (3ªf), 24 de dezembro (4ªf) (a princípio, toda 4ª terça-feira do mês) 13:30hs ~ 15:30hs

2.Consulta sobre reclusão [Hikikomori Soudan]

De acordo com a necessidade, atendimento por psicólogo após pré-entrevista com a enfermeira da saúde pública.

[Destina-se] Pessoas acima de 18 anos (colegiais) com tendência a recluírem-se de relações pessoais ou sociais, seus familiares ou outros

[Datas de realização] 14 de novembro, 12 de dezembro (a princípio toda 2ª sexta-feira do mês) a partir das 10:00hs ~

3. Confraternização de famílias com jovens com problemas de reclusão [Hikikomori Kazoku Kouryuukai]

[Destina-se] Famílias com pessoas acima de 18 anos com problemas de reclusão

[Data de realização] 12 de dezembro (6ªf) 13:30hs ~ 15:30hs

[Local de realização] Todos os três eventos serão realizados no Nagahama Hokenjo (Hirakata-cho)

[Inscrição] Para todos os três eventos, realizar reserva por telefone até 1 dia antes da data do evento.

Informações/reservas (em japonês): Nagahama Hokenjo Chiiki Hoken Fukushi Tantou Tel.: 65-6610

国民年金保険料控除証明書を発行します

Envio do Certificado de pagamento da taxa do Kokumin Nenkin (Pensão Nacional)

O valor total pago referente à taxa do Kokumin Nenkin, pode ser declarado na Dedução de Seguro Social (valor pago entre 1º de janeiro a 31 de dezembro desse ano) ao realizar a Declaração Definitiva de Imposto de Renda e a Declaração de Rendimentos à Prefeitura.

Para poder aplicar a Dedução de Seguro Social, é obrigatório anexar o certificado de pagamento.

Aqueles que efetuaram o pagamento da taxa do Kokumin Nenkin no período de janeiro a setembro, o [Certificado para dedução da taxa de seguro social (taxa de pensão nacional)] será enviado no início de novembro pelo Nippon Nenkin Kikou. Guarde-o bem para apresentá-lo ao realizar o ajuste de final de ano ou a Declaração Definitiva de Imposto de Renda.

Aqueles que realizaram o pagamento pela primeira vez neste ano entre o período de 1º de outubro a 31 de dezembro, o certificado será enviado no início de fevereiro do próximo ano.

Nos casos de não receber ou perder o certificado, entrar em contato com o Hikone Nenkin Jimusho e realizar os trâmites para emissão de 2ª via.

[Informações]: Hikone Nenkin Jimusho Kokumin Nenkin Tel.: 0749-23-1114 (somente em japonês)

平成27年新成人を祝うつどい

Cerimônia de Comemoração à Maioridade 2015

[Data e horário] 11 de janeiro de 2015 (Dom) das 13hs ~ 14:30hs (recepção a partir das 12:30hs)

[Local] Será realizada em 3 locais: No Nagahama Royal Hotel para pessoas das regiões de Nagahama, Azai e Biwa;

No Torahime Bunka Hall para pessoas das regiões de Torahime e Kohoku;

No Kinomoto Stick Hall para pessoas das regiões de Kinomoto, Takatsuki, Yogo e Nishiazai;

[Destinado às] Pessoas nascidas entre 2 de abril de 1994 e 1º de abril de 1995, que nasceram ou residem em Nagahama.

*Para as pessoas que residem em Nagahama os convites para a Cerimônia serão enviados em meados de novembro. Aqueles que transferiram o endereço para outra cidade devido ao estudo ou trabalho, também poderão participar da cerimônia. Caso haja interesse, favor contatar por telefone a seção encarregada.

Informações: Shougai Gakushuu Bunka Sportska Tel.: 65-6552

GUIA DE SAÚDE ほけんだより Nagahama-shi Hoken Center - Kenkou Suishinka Kobori-cho 32-3 no 1º and do Nagahama Well Center Tel.: 65-7751 (saúde materno infantil) Tel.: 65-7759 (saúde de adultos) Tel.: 65-7779 (outros) Hoken Center Takatsuki Bunshitsu (ao lado da Subprefeitura de Takatsuki) Tel.: 85-6420 (em japonês)

EXAME PEDIÁTRICO/ORIENTAÇÃO

乳幼児健診・相談 Horário de inscrição: 13:00hs ~ 14:15hs. Aguardar na fila até o início da recepção (13hs).

Realizamos a explicação sobre o movimento [Book Start] nos exames pediátricos de 4 e 10 meses

[Trazer] <Todas as idades> Boshi Techou (caderneta de saúde materno-infantil) e questionário do Sukoyaka Techou preenchido [entregar ambos quando chamado]

<Somente p/ exame de 1 ano e 8 meses> Escova de dentes e copo da criança.

<Somente p/ exame de 2 anos e 8 meses> Escova de dentes, copo da criança, e o resultado do teste de audição

<Somente p/ exame de 3 anos e 8 meses> Escova de dentes, copo e coleta de urina da criança (em um recipiente limpo)

*O exame pediátrico deve ser realizado no posto de saúde da região onde reside. Se deseja realizar em outro posto, favor entrar em contato com o Kenkou Suishinka até 2 dias antes da data do exame. No Nagahama-shi Hoken Center há intérprete em todas as datas.

Exame	Destina-se (aos nascidos em...)	Crianças das regiões de Nagahama, Azai, Biwa, Torahime		Crianças das regiões de Kohoku, Takatsuki, Kinomoto, Yogo, Nishiazai	
		Data	Local	Data	Local
4 meses	1 ~ 15 de julho/2014	26 de novembro	Nagahama-shi Hoken Center (no Nagahama Well Center) (há intérprete)	27 de novembro	Takatsuki Bunshitsu
	16 ~ 31 de julho/2014	28 de novembro			
	1 ~ 15 de agosto/2014	18 de dezembro		22 de dezembro	
	16 ~ 31 de agosto/2014	19 de dezembro			
10 meses	1 ~ 15 de janeiro/2014	realizado		realizado	
	16 ~ 31 de janeiro/2014	17 de novembro			
	1 ~ 15 de fevereiro/2014	9 de dezembro		19 de dezembro	
	16 ~ 28 de fevereiro/2014	10 de dezembro			
1 ano e 8 meses	1 ~ 15 de abril/2013	5 de dezembro		8 de dezembro	
	16 ~ 30 de abril/2013	8 de dezembro			
2 anos e 8 meses	1 ~ 15 de abril/2012	3 de dezembro	2 de dezembro		
	16 ~ 30 de abril/2012	4 de dezembro			
3 anos e 8 meses	1 ~ 15 de abril/2011	1 de dezembro	4 de dezembro		
	16 ~ 30 de abril/2011	2 de dezembro			
Telefone de contato		Kengkou Suishinka Tel.: 65-7751		Hoken Center Takatsuki Bunshitsu Tel.: 85-6420	

SODACHIKKO HIROBA そだちっこ広場 Horário de recepção: das 9:30hs ~ 11hs *Não necessita reserva Juntos poderemos conversar sobre: dúvidas/preocupações sobre a gravidez, amamentação, crescimento/desenvolvimento dos filhos, vacinação preventiva, sobre os dentes, nutrição, papinhas, brincadeiras, etc... Um staff especializado poderá esclarecer dúvidas/inseguranças.

[Destinado] às gestantes residentes no Município, ou responsáveis por crianças entre 0 a 6 anos (pré-escolar)

Destinado...	Data	Intérprete	Local
Residente das regiões de Nagahama, Azai, Biwa, Torahime	25 de dezembro	○	Nagahama-shi Hoken Center (no Nagahama Well Center)
Residente das regiões de Kohoku, Takatsuki, Kinomoto, Yogo, Nishiazai	5 de dezembro		Takatsuki Bunshitsu

VACINAÇÃO COLETIVA BCG 集団予防接種 Horário de inscrição: 13:00hs ~ 14:15hs.

Aguardar na fila até o início da recepção às 13hs. Trazer: Boshi-techou (caderneta de saúde materno-infantil), caderneta de vacinação do Brasil (quem possuir), termômetro, questionário para vacinação do Sukoyaka techou.

Vacina	Alvo _ modo de vacinação	Data	Intérprete	Local
BCG (Tuberculose)	1 dose. Crianças com mais de 3 meses completos até um dia antes de completar 1 ano de idade. (Padrão: entre 5 e 8 meses de idade)	17 de dezembro	○	Nagahama-shi Hoken Center (no Nagahama Well Center)

VACINAÇÃO INDIVIDUAL 個別予防接種 Realizada em instituições médicas

É necessário realizar reserva diretamente na instituição médica.

[Teiki Yobousesshu (regular)]: contra contágio da Hib (haemophilus influenzae tipo B), contra contágio da pneumonia bacteriana infantil, Tetravalente (DPT, Inativada Poliomielite), Triplíce (DPT), Inativada Poliomielite, Sarampo-Rubéola, Encefalite Japonesa, Dupla (Difteria e Tétano), Catapora.

*Atualmente a vacina contra contágio do papiloma vírus humano – HPV (prevenção do câncer de colo de útero) não está sendo recomendada ativamente pelo Governo.

[O que levar] Boshi-techou (caderneta de saúde materno infantil), Hokenshou (cartão do seguro de saúde), procuração (quando outra pessoa além dos pais e ou responsáveis for acompanhar a criança na vacinação). *Custo: gratuito (Porém, haverá taxa se a criança estiver fora da faixa etária alvo de vacinação).

長浜米原休日急患診療所 **Atendimento no Nagahama Maibara Kyuujitsu Kyuukan Shinryoujo (Centro de Saúde Emergencial)**

[Datas de atendimento] nov: 23, 24, 30
dez: 7, 14, 21, 23, 28, 30, 31
[Horário de atendimento] 9:00hs ~ 18:00hs
[Horário de inscrição] 8:30hs ~ 11:30hs e 12:30hs ~ 17:30hs
[Local] Kohoku Iryou Support Center [no "Medisapo"]
(Miyashi-cho 1181-2) Tel.:65-1525 (em japonês)

*Ao consultar-se apresente o cartão do seguro de saúde (Hokenshou), o cartão de assistência social através do subsídio de despesas médicas (Marufuku), caderneta de remédios, etc...
Informações: Suishinka Tel.: 65-7779

知ってください **Conhecendo um pouco sobre o Kaigo Hoken (Seguro de Cuidados e Assistência)**
介護保険 **Vamos prevenir os maus-tratos aos idosos**

Muitas vezes o idoso ou a família não tem consciência dos [maus-tratos ao idoso]. Mesmo que ciente, acontece do idoso proteger a família ou de não conversar muito sobre o assunto com outras pessoas por sentirem [vergonha] ou por [ser um assunto familiar].
Maus-tratos ao idoso Situação em que o idoso é maltratado ou sofre violência física e/ou psicológica.
Especificamente existem os seguintes tipos:

Maus-tratos físicos	Bater, chutar, amarrar na cama, etc...
Maus-tratos psicológicos	Gritar, humilhar, debochar, ignorar propositalmente, etc...
Negligência	Não oferecer refeições, não cuidar da higiene, limitar os cuidados e tratamentos médicos necessários, etc...
Maus-tratos sexuais	Deixar a pessoa sem fraldas geriátricas ou peças íntimas, tocar sexualmente sem permissão, etc...
Abuso econômico	Não entregar o dinheiro necessário, não permitir o uso, gastar a poupança, o dinheiro do idoso para uso próprio, agindo contra a vontade da pessoa, etc...

Como evitar atitudes de maus-tratos

O cansaço físico emocional do cuidador e a falta de compreensão sobre a doença estão entre os fatores da ocorrência de maus-tratos

◆**Está se esforçando demasiadamente?**

Muitas pessoas acham que [os cuidados devem ser realizados pela família]. Conciliar os cuidados com o trabalho e os afazeres domésticos é uma tarefa bastante difícil. Será que seu estado físico emocional não está pedindo socorro devido ao cansaço e ao estresse? Os cuidados podem ser necessários por um longo tempo, e há um limite para realizar tudo só entre familiares. Evite a sobrecarga fazendo uso dos diversos tipos de sistemas e serviços de cuidados e assistência.

◆**Tem percebido alterações do idoso?**

Nossas faculdades físicas e emocionais vão enfraquecendo conforme vamos envelhecendo. Há aumento da probabilidade de desenvolvimento da demência. Procure estar atento a como está levando a vida cotidiana e aos pequenos sinais, e não se deixe levar apenas pelas palavras da pessoa. É importante que o cuidador tenha conhecimentos corretos sobre a demência, e outras doenças.

Formação de uma comunidade local onde não haja mau-trato ao idoso

O mau-trato ao idoso é um problema que pode ocorrer na comunidade ao nosso redor.
[Não deixar idosos e suas famílias isoladas] é uma das medidas de prevenção. Ter contato com algum vizinho possibilita o pedido de ajuda e a proteção da vida. Haverá auxílio mútuo se cada pessoa que vive na comunidade conversar, aconselhar, ao perceber mesmo que pequena a alteração do idoso ou de sua família.

Sinais de maus-tratos ao idoso

1.Apresenta frequentemente marcas ou ferimentos no corpo; 2.Demonstra medo repentinamente; 3.Apresenta desleixo, etc...

Proteção pela sociedade local

Saudações no dia-a-dia Vamos nos cumprimentar com um [Bom dia!], [Como esfriou, não?]

Reconhecimento Procurar compreender os sentimentos do cuidador e demonstrar o reconhecimento por sua dedicação.

Proteção Entre em contato através dos telefones abaixo quando perceber algo diferente como [jornais acumulados por vários dias], [a luz não é acendida mesmo após escurecer], etc...

●Em caso de dúvidas ou dificuldades, primeiramente, procure realizar uma consulta nos órgãos abaixo.

Nagahama Chiiki Houkatsu Shien Center (Centro de auxílio regional de Nagahama) Tel.: 65-7841

Hokubu Chiiki Houkatsu Shien Center (Centro de auxílio regional do Hokubu) Tel.: 85-3115

11月税のお知らせ **AVISO SOBRE O PAGAMENTO DE IMPOSTOS DO MÊS DE DEZEMBRO**

4ª Parcela do Kotei Shisanzei (Imposto sobre Bens Imóveis) e Toshi Keikakuzei (Imposto de Planejamento Urbano)

7ª Parcela do Kokumin Kenkou Hokenryou (Taxa do Seguro Nacional de Saúde)

7ª Parcela do Kaigo Hokenryou (Taxa do Seguro de Cuidados e Assistência)

6ª Parcela do Kouki Koureisha Iryou Hokenryou (Taxa do Seguro de Saúde para pessoas da terceira idade)

Favor efetuar o pagamento nas instituições financeiras, agências do correio ou lojas de conveniência até 5/jan/2015.

11月は児童虐待防止推進月間です **Novembro é o mês de promoção à prevenção do abuso infantil**

A maioria dos casos de abuso infantil ocorrem no lar, um ambiente fechado, o que dificulta sua descoberta. Outro fator que dificulta a descoberta, é que mesmo sofrendo maus tratos dos pais, a criança não pede socorro devido a insegurança de ser afastada dos pais.

Em Nagahama, contando com a colaboração de todos da região, faremos o possível para reforçar a cooperação com os órgãos relacionados às crianças de modo que os riscos e grau de emergência possam ser avaliados com maior precisão.

As informações recebidas das pessoas da localidade são de grande importância para a descoberta precoce do abuso. Se encontrar uma criança com suspeita de ter sofrido maus tratos, ou, se você mesma estiver em uma fase de insegurança, com relação à maternidade, criação dos filhos, etc., não sofra sozinha. Entre em contato com o Jidou Soudansho (órgão de consulta infantil) ou com o setor responsável na Prefeitura.

Abuso infantil - É um ato que diferente de educar, causa séria influência no desenvolvimento saudável, físico e emocional da criança.

Abuso físico	Bater, chutar, derrubar, chacoalhar com força, causar queimadura, afogar, etc...
Abuso sexual	Praticar, mostrar atos sexuais, utilizar como modelo de fotos pornográficas, etc...
Negligência	Trancar em casa, não oferecer refeições, falta de higiene, abandonar a criança dentro do carro, não levar ao médico mesmo em caso de doenças graves, não permitir que frequente a escola, abandoná-la sob a violência de outros familiares, como conviventes, etc...
Abuso psicológico	Ameaçar verbalmente, ignorar, tratar com diferença os filhos, agredir um familiar na frente da criança (praticar a violência doméstica: DV), etc...

**Síndrome do bebê sacudido
Nyuuji Yusaburare Shoukougun
Não sacudir, balançar o bebê com força!!**

Ao sacudir com força ou bater na cabeça de bebês e crianças pequenas, não notará nada externamente, porém, este ato pode provocar danos (cérebro, córnea), deixar sequelas severas e até levar a morte.

Se a criança não parar de chorar de modo algum, deite o bebê em um local seguro, afaste-se por alguns momentos, respire fundo e relaxe um pouco antes de voltar e cuidar do bebê.

[Educação] e [Abuso infantil]

Educar, disciplinar, é ensinar no lar, o básico sobre os hábitos cotidianos, as regras da sociedade, e a ter atitudes de respeito para com as pessoas. Deve ser realizado, considerando o desenvolvimento e grau de compreensão da criança. Não deve ser imposto, considerando somente a conveniência do adulto, ou, através da violência física ou verbal.

Mesmo que os responsáveis considerem como meios [para educar], pode ser considerado [abuso infantil] se for prejudicial para as crianças.

Não sofra sozinho. Consulte-se!

A criação dos filhos, também é uma fase de aprendizagem de como ser pai/mãe, juntamente com o crescimento dos filhos.

Assim como são muitos os momentos de diversão e alegria, também podem ocorrer momentos de dúvidas e de não saber como agir.

Acontece de achar que não está conseguindo realizar bem as coisas, sendo que outras pessoas ao redor conseguem realizar tudo direitinho? Porém, você não é o único a ter dúvidas. As vezes, conversar com alguém pode ajudar a aliviar o peso sobre os ombros, e se sentir mais tranquilo.

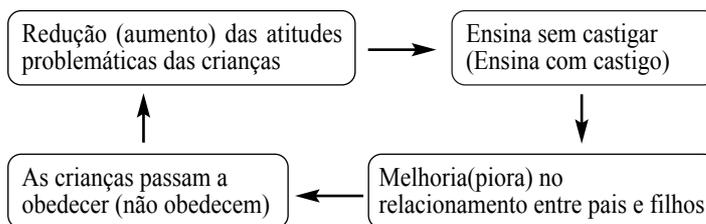
Procure conversar, consultar-se com alguém caso surjam dúvidas ou preocupações sobre o parto ou criação dos filhos.

Ciclo Bom, Família Feliz

Educar com castigo, deixa marcas de medo na criança. Por não compreender o motivo de ter sido repreendido, poderá repetir de novo a atitude.

Elogiar, reconhecer o que a criança consegue realizar, explicar de modo que a criança compreenda com facilidade, contribui para um bom relacionamento entre pais e filhos.

Ciclo Bom (Ciclo Ruim)



Locais de consultas sobre crianças – denúncias relacionadas ao abuso infantil

Nagahama Shiyakusho Katei Jidou Soudanshitsu - Setor de consulta sobre a família, criança da Prefeitura de Nagahama Tel.: 65-6544 2ªf ~ 6ªf 8:30hs ~ 17:15hs Fora do horário comercial, sábados, domingos e feriados nacionais no Tel.: 62-4111
Hikone Kodomo Katei Soudan Center - Centro de consultas sobre a criança e família em Hikone Tel.: 0749-24-3741 (atendimento 24 horas)
Gyakutai Hotline - Linha exclusiva para casos de violência (regiões de toda a província) Tel.: 077-562-8996 (atendimento 24 horas) também por FAX
Jidou Soudansho Zenkoku Kyoutsuu Dial - Consulta sobre a criança (para todo o Japão) Tel.: 0570-064-000 (atendimento 24 horas) *não é possível receber algumas ligações de telefones PHS ou IP
Kokoron Dial - Linha de consultas sobre a problemas com os filhos ou na família (criação dos filhos, bullying, escola, delinquência, etc...) das 9hs ~ 21hs inclusive sáb, dom, feriados (exceto feriado de final e início de ano) Tel.: 077-524-2030 Tel.: 0570- 078-310 (todo o Japão) FAX 077-528-4855