11.Saúde

(1) Ao Engravidar

Ao descobrir a gravidez, consultar uma instituição médica e apresentar o [Ninshin Todokedesho (Notificação de gravidez)] ao Município assim que for emitido pelo médico. Entregaremos o Boshi Kenkou Techou (caderneta de saúde materno infantil), e o Nagahama-shi Boshi Kenkou Techou Bessatsu – caderneta anexa do Boshi Kenkou Techou (com cupons para exames pré-natais).

Verifique quais são os trâmites necessários, o que levar e onde realizá-los, por aqui:

(Página do Guia dos trâmites cotidianos: ao engravidar ou quando um filho nascer)
https://ttzk.graffer.jp/city-nagahama/birth-po?ttzk-guides=true?utm_source=qrcode&utm_medium=flier&utm_campaign=kurashinoguide

Classificação	Público-alvo	Teor	Local	Observação
Emissão do Boshi Kenkou Techou (caderneta de saúde materno-infantil)	Gestante	Emissão da caderneta de saúde materno-infantil [Favor apresentar o Ninshin Todoke (Notificação de gravidez) emitida pela instituição médica] e um documento de identificação.	Kenkou Suishinka (Depto. de Promoção da Saúde) Hokubu Kenkou Suishin Center (Centro de Promoção da Saúde da Região Norte)	Na caderneta de saúde materno-infantil serão registradas informações sobre a gravidez, desenvolvimento da criança e vacinações.
Exames de saúde da gestante, parturiente (pessoa que acabou de dar à luz)	Gestante	Subsidiamos as despesas do exame de saúde da gestante (pré-natais) conforme o padrão definido pelo Governo.	Instituições médicas (ginecologia e obstetrícia) na província ※Favor consultar, caso esteja utilizando uma instituição médica em outra província	Os Jushinken (cupons para exames médicos) serão emitidos na ocasião da emissão da caderneta de saúde materno-infantil.
Consultas da gestante	Gestante	Atendimento de consultas sobre preocupações e inseguranças físicas e psicológicas durante a gestação pela Kosodate Concierge (enfermeira do posto de saúde com qualificação para atender a consultas sobre a criação de filhos)	Kenkou Suishinka Hokubu Kenkou Suishin Center	

*É possível receber a caderneta de saúde materno-infantil em idioma estrangeiro no Kenkou Suishinka.

Kenkou Suishinka (Departamento de Promoção da Saúde) [Nagahama-shi Hoken Center, Kobori-cho]	0749-65-7751
Hokubu Kenkou Suishin Center (Centro de Promoção da Saúde da Região Norte) [Hoken Center Takatsuki Bunshitsu]	0749-85-6420

(2) Após o Nascimento da Criança

(1)Notificação de nascimento, aquisição e escolha da nacionalidade

Quando a criança nascer, será emitido o Shusshou Shoumeisho (Certificado de nascimento) pelo médico ou parteira.

A Lei de Registro Familiar também é aplicada no caso de pais de nacionalidade estrangeira. Assim sendo, a notificação de nascimento deve ser realizada na Prefeitura, no prazo de 14 dias a contar da data de nascimento. Escolher o nome da criança e providenciar os documentos necessários com antecedência e apresentá-los dentro deste prazo. No caso da criança não possuir a nacionalidade japonesa, é necessário solicitar o visto de permanência, no escritório da Imigração.

Verifique quais são os trâmites necessários, o que levar e onde realizá-los, por aqui:
(Página do Guia dos trâmites cotidianos: ao engravidar ou quando um filho nascer)

https://ttzk.graffer.jp/city-nagahama/birth-po?ttzk-guides=true?utm_source=qrcode&utm_medium=flier&utm_campaign=kurashinoguide

*Se o filho nascer no Japão, também deve realizar o registro no órgão responsável do país de origem dos pais. Favor informar-se sobre os procedimentos necessários com o consulado ou embaixada de seu país no Japão.

[Aquisição da nacionalidade do recém-nascido]

A aquisição da nacionalidade é muito importante para o futuro da criança. Efetue os procedimentos necessários sem falta, independente da nacionalidade que irá obter. Procure informar-se antes do nascimento do bebê, sobre os documentos necessários junto ao consulado ou embaixada de seu país no Japão, Shiminka da Prefeitura de Nagahama ou Houmukyoku (Secretaria da Justiça).

Nacionalidade dos pais	Nacionalidade do filho	Procedimentos
Os pais são casados, e um deles possui nacionalidade japonesa	Nacionalidade japonesa	1.Apresentar a notificação de nascimento na prefeitura do município onde reside. 2.Para adquirir a nacionalidade do pai (mãe) estrangeiro(a), consultar o consulado ou embaixada desse país no Japão.
Ambos os pais são estrangeiros	Nacionalidade estrangeira	Consultar o consulado ou embaixada do país de origem do pai e da mãe.

[Escolha da nacionalidade]

Nos casos em que o bebê adquirir outra nacionalidade além da japonesa, no momento em que apresentar a notificação de nascimento no órgão público japonês, deve apresentar o [Kokuseki Ryuuho - Notificação de Reserva da Nacionalidade]. Como a Lei Japonesa não permite que uma pessoa possua dupla nacionalidade, a japonesa e a estrangeira, é necessário optar por uma delas antes de completar 20 anos. Favor consultar o Houmukyoku para mais informações.

[Mijukuji Youiku Iryou Kyuufu Jigyou – Sistema de subsídio de despesa médica para bebês prematuros]

Subsidiamos parte do encargo da despesa (coberta pelo seguro) com internação de crianças que nasceram com menos de 2.000 g ou de crianças com menos de 1 ano, e que de acordo com diagnóstico médico, correspondem a determinadas condições e necessitam de internação, em instituição médica específica, para tratamento.

Para mais informações, consultar o Kenkou Suishinka ou o Hokubu Kenkou Suishin Center.

(3) Exames Pediátricos

Realizamos exames pediátricos e atendemos a consultas visando o crescimento saudável das crianças.
Os detalhes, como data, horário, local, crianças alvo e itens necessários, são publicados no Boletim Informativo da Prefeitura [Kouhou Nagahama], etc.

Classificação	Público-alvo	Teor	Observação
Visita ao recém-nascido	Recém-nascidos (bebês)	A enfermeira ou parteira do posto de saúde realiza uma visita à família com bebês de 1 ~ 3 meses de idade, e oferece orientação sobre a criação, cuidados com o bebê, etc.	Realizar a solicitação enviando o cartão postal [Shinseiji Houmon Shidou Iraisho] contido no Bessatsu (caderneta anexa) da caderneta de saúde materno-infantil, por telefone ou requerimento eletrônico.
Exames pediátricos	Bebês de 4 meses	Oferecemos aconselhamento e orientação com relação a criação dos filhos, para a prevenção e descoberta precoce de doenças, deficiências no desenvolvimento, etc. *Para mais informações consultar o Boletim informativo da prefeitura [Kouhou Nagahama] ou a homepage da Prefeitura.	Kenkou Suishinka Hokubu Kenkou Suishin Center
	Bebês de 10 meses		
	Crianças de 1 ano e 8 meses		
	Crianças de 2 anos e 8 meses		
	Crianças de 3 anos e 8 meses		

(4)Vacinação Preventiva

A vacinação preventiva é estabelecida pela Lei de Vacinação Preventiva, e tem como objetivo prevenir doenças contagiosas, amenizar os sintomas, e evitar a propagação das doenças.

A vacinação é muito importante para a aquisição de imunidade e prevenção das doenças.

◆Vacinação preventiva baseada na Lei de Vacinação Preventiva

Vacinação individual: Pode ser aplicada em qualquer época nas instituições médicas determinadas.

*É necessário realizar reserva diretamente na instituição médica.

*A vacinação é gratuita. (Porém, as pessoas que não estão na idade alvo da vacinação deverão arcar com a parte de encargo do paciente.)

*Se for vacinar fora de Nagahama e Maibara, é necessário realizar a solicitação com antecedência através da Homepage de Nagahama.

Vacina	Idade de vacinação	Modo de vacinação
BCG (tuberculose)	Até um dia antes de completar 1 ano de idade	Uma dose (Padrão: entre 5 e 8 meses de idade)
Rota vírus (Rotarix)	Entre 6 semanas até 24 semanas de vida	2 doses com intervalo mínimo de 27 dias entre as doses ※A 1°dose deve ser aplicada com até 14 semanas e 6 dias de idade,
Rota vírus (Rotateq)	Entre 6 semanas até 32 semanas de vida	3 doses com intervalo mínimo de 27 dias entre as doses ※A 1°dose deve ser aplicada com até 14 semanas e 6 dias de idade,
Pentavalente (Difteria, Coqueluche, Tétano, Inativada Poliomielite, contra Hib) Goshukongou (Difuteria, Hyakunichizeki, Hashoufu, Fukatsuka Polio, Hib Kansenshou)	Entre 2 meses até um dia antes de completar 7 anos e 6 meses de idade. ※ Pessoa que não tomou nenhuma dose da vacina tetravalente e da vacina HIb	Doses iniciais da 1ª etapa: 3 doses com intervalo de 20 dias ou mais entre as doses. Reforço da 1ª etapa: 1 dose entre 6 e 18 meses após a aplicação da 3ª dose da 1ª etapa.
Tetravalente (Difteria, Coqueluche, Tétano e Inativada Poliomielite) Yonshukongou (Difuteria, Hyakunichizeki, Hashoufu, Fukatsuka Polio)	Entre 2 meses até um dia antes de completar 7 anos e 6 meses de idade. ※Pessoa que tomou uma dose ou mais da vacina tetravalente, vacina HIb	Doses iniciais da 1ª etapa: 3 doses com intervalo de 20 a 56 dias entre as doses. Reforço da 1ª etapa: 1 dose 1 ano após a aplicação da 3ª dose da 1ª etapa.
Inativada Poliomielite (Fukatsuka Polio)	Entre 2 meses até um dia antes de completar 7 anos e 6 meses de idade. ※A prioridade é para a aplicação da vacina Tetravalente	Doses iniciais da 1ª etapa: 3 doses com intervalo de 20 dias ou mais entre as doses. Reforço da 1ª etapa: 1 dose 1 ano após a aplicação da 3ª dose da 1ª etapa
Tríplice (Difteria. Coqueluche e Tétano) Sanshukongo (Difuteria, Hyakunichizeki, Hashoufu)	Entre 2 meses até um dia antes de completar 7 anos e 6 meses. ※Somente para pessoas que tiverem necessidade, devido à situação da vacinação durante a estadia no exterior ou outros.	Doses iniciais da 1ª etapa: 3 doses com intervalo de 20 a 56 dias entre as doses. Reforço da 1ª etapa: 1 dose 1 ano após a aplicação da 3ª dose da 1ª etapa.

Vacina	Idade de vacinação	Modo de vacinação
Combinada de Sarampo e Rubéola (Hashika to Mikkabashika no Kongou)	1ª etapa: Entre 1 ano de idade até um dia antes de completar 2 anos de idade.	1ª etapa: 1 dose
	2ª etapa: Na idade equivalente ao último ano de jardim de infância/creche [Criança com idade entre 5 anos e menos de 7 anos, e que está a 1 ano (1º de abril a 31 de março) de ingressar no Shougakkou/primário].	2ª etapa: 1 dose
Dupla Combinada (Difteria e Tétano) Nishuukongo (Difuteria Hashoufu)	Entre 11 anos até 1 dia antes de completar 13 anos de idade.	1ª etapa: 1 dose
Encefalite Japonesa (Nihon Nouen)	1ª etapa (doses iniciais, reforço): entre 6 meses até 1 dia antes de completar 7 anos e 6 meses de idade. 2ª etapa: entre 9 anos até 1 dia antes de completar 13 anos de idade. ※No caso de viagem ou etc. para áreas endêmicas, recomendamos que realize a vacinação o quanto antes.	Doses iniciais da 1ª etapa: 2 doses, com intervalo de 6 a 28 dias entre as doses. (aplicação padrão: entre 3 anos e menos de 4 anos de idade) Reforço da 1ª etapa: 1 dose aproximadamente 1 ano depois de ter aplicado a 2ª dose da 1ª etapa. (aplicação padrão: entre 4 anos e menos de 5 anos de idade) 2ª etapa: 1 dose (aplicação padrão: entre 9 anos até 1 dia antes de completar 10 anos de idade) ※Medida especial: Pessoas nascidas entre 2 de abril de 1995 a 1º de abril de 2007, podem aplicar as doses que faltam, total de 4 doses, até 1 dia antes de completar 20 anos de idade.
Hib (Hibu) [Haemophilus Influenzae tipo B]	Entre 2 meses até 1 dia antes de completar 5 anos de idade ※ Pessoa que tomou uma dose ou mais da vacina tetravalente, vacina HIb	Normalmente, a vacinação é iniciada entre mais de 2 meses e menos de 7 meses de idade. A programação da vacinação varia com a idade em que iniciar a mesma. Aplicar a vacina após orientar-se com o médico.
Antipneumocócica infantil (Shouni Haien Kyuukin Kansenshou)	Entre 2 meses até 1 dia antes de completar 5 anos de idade	Normalmente, a vacinação é iniciada entre mais de 2 meses e menos de 7 meses de idade. A programação da vacinação varia com a idade em que iniciar a mesma. Aplicar a vacina após orientar-se com o médico.

<table>
<tr><th>Vacina</th><th>Idade de vacinação</th><th>Modo de vacinação</th></tr>
<tr><td>Contra hepatite B
(B gata Kan’en)</td><td>Até 1 dia antes de completar 1 ano de idade.</td><td>Normalmente, entre mais de 2 meses e menos de 9 meses de idade.
1ª dose: com mais de 2 meses de idade
2ª dose: com intervalo de mais de 27 dias após a 1ª dose.
3ª dose: com intervalo de mais de 139 dias após a 1ª dose.</td></tr>
<tr><td>Varicela/catapora
(Suitou)</td><td>Entre 1 ano até 1 dia antes de completar 3 anos de idade.</td><td>Normalmente, a primeira etapa é iniciada no período entre 1 ano e menos de 1 ano e 3 meses de idade.
O reforço, é aplicado no período de 6 até 12 meses após a dose da primeira etapa.</td></tr>
<tr><td>Contra câncer de colo de útero
(Shikyuu Keigan Yobou)</td><td>Moças em idade equivalente ao 6º ano do Shougakkou até 1º ano do Koukou.

※Público-alvo da vacinação catch up (*), até 31 de março de 2025 (Reiwa 7):
Moças nascidas à partir de 2 de abril de 1997 (Heisei 9) até as em idade equivalente ao 2° ano do Koukou.

(*) vacinação catch up é a oportunidade para as que não puderam aplicar a vacina.</td><td>São necessárias aplicação de 3 doses de vacina intra muscular.
Apenas para o Sylgard 9, se a aplicação da 1° dose for com menos de 15 anos, com 2 doses a vacinação estará completada.
<table>
<tr><th rowspan="3">Cervarix</th><th rowspan="3">Gardasil</th><th colspan="2">Sylgard 9</th></tr>
<tr><th colspan="2">Idade início de vacinação</th></tr>
<tr><th>Menos de 15 anos</th><th>Acima de 15 anos</th></tr>
<tr><td>1°dose</td><td>1°dose</td><td>1°dose</td><td>1°dose</td></tr>
<tr><td>1 mês após a 1° dose</td><td>2 meses após a 1° dose</td><td>6 meses após a 1° dose</td><td>2 meses após a 1° dose</td></tr>
<tr><td>5 meses após a 2° dose</td><td>4 meses após a 2° dose</td><td></td><td>4 meses após a 2° dose</td></tr>
</table></td></tr>
</table>

Vacina	Idade de vacinação	Modo de vacinação
Contra Influenza para idosos (Koureisha Influenza)	①Pessoa acima de 65 anos de idade. ②Pessoa entre 60 anos e menos de 65 anos de idade com deficiência no funcionamento cardíaco, renal ou respiratório, ou com deficiência no funcionamento imunológico devido ao vírus da imunodeficiência humana (caderneta de deficiente físico de grau 1) Custo de vacinação 1 dose ¥2.260	1 dose todos os anos entre os meses de outubro a dezembro
Antipneumocócica para idosos (Koureisha Haien Kyuukin Kansenshou)	①Pessoa com 65 anos de idade ②Pessoa entre 60 anos e menos de 65 anos de idade com deficiência no funcionamento cardíaco, renal ou respiratório, ou com deficiência no funcionamento imunológico devido ao vírus da imunodeficiência humana (caderneta de deficiente físico de grau 1) Custo de vacinação 1 dose ¥2.600	1 dose durante o período de realização da vacinação. Pessoas que já aplicaram 1 dose da vacina antipneumocócica, não podem aplicá-la como vacinação regular.
Contra COVID-19 (Shingata Coronavirus Kansenshou)	①Pessoa acima de 65 anos de idade ②Pessoa entre 60 anos e menos de 65 anos de idade com deficiência no funcionamento cardíaco, renal ou respiratório, ou com deficiência no funcionamento imunológico devido ao vírus da imunodeficiência humana (caderneta de deficiente físico de grau 1) Custo de vacinação: indefinido	Previsão de vacinação: outono ~ inverno. Os pormenores serão divulgados através do Informativo da Prefeitura [Kouhou Nagahama] e da homepage da Prefeitura, assim que forem definidos.

(5)Exames de Saúde de Adultos

Vamos realizar sem falta os exames de saúde, mesmo quando não houver sintomas, para verificar as condições físicas.

Os sistemas de exames de saúde são: o [Iryou Kikan Kenshin] realizado em instituições médicas do município, o [Sougou Kenshin – exame geral] e o [Shuudan Kenshin - exame de saúde coletivo] realizados pelo Hoken Center (centro de saúde) etc.

*Os pormenores como datas de realização, etc. serão publicados (em japonês) no Informativo da Prefeitura [Kouhou Nagahama], no Cronograma Anual de Saúde e na homepage da Prefeitura: https://www.city.nagahama.lg.jp/.

※Algumas vezes não é possível realizar o exame devido ao histórico de exames, condições de tratamento, etc. Favor contatar o Kenkou Suishinka para obter mais informações.

(Exames nas instituições médicas e exame geral)

Idade do público-alvo, é a idade no final de março de 2025.

Nome do Exame	Teor	Público-alvo
Exame Médico Específico do Seguro Nacional de Saúde (Kokumin Kenkou Hoken Tokutei Kenshin)	Exame de urina, medição do peso e altura, medição da pressão sanguínea, medição da circunferência abdominal, conferência do questionário, exame clínico, exame de sangue. Somente quando for considerado necessário: exame de anemia, eletrocardiograma, exame do fundo do olho.	Pessoa entre 40 e 74 anos de idade inscritas no Kokumin Kenkou Hoken (Seguro Nacional de Saúde) de Nagahama.
Exame das doenças decorrentes dos hábitos cotidianos (Seikatsu Shuukanbyou Kenshin)	Exame de urina, medição do peso e altura, medição da pressão sanguínea, medição da circunferência abdominal, conferência do questionário, exame clínico, exame de sangue. Somente quando for considerado necessário: exame de anemia, eletrocardiograma, exame do fundo do olho.	① Pessoa entre 19 e 39 anos de idade no ano corrente. ②Pessoa com 40 anos ou mais de idade no ano corrente e que está recebendo o Seikatsu Hogo (auxílio subsistência). ③Pessoas que trocaram de seguro de saúde Pessoa entre 40 e 74 anos de idade no ano corrente e que: A Se desligaram do Kokumin Kenkou Hoken após 2 de abril deste ano fiscal. B Trocaram de seguro após 2 de abril deste ano fiscal.
Exame de câncer de mama (Nyuugan Kenshin)	Exame de mamografia.	Pessoa com 40 anos ou mais de idade e que não realizou o exame no ano anterior (1 vez a cada 2 anos).
Exame de câncer de colo do útero (Shikyuu Keigan Kenshin)	Exame ginecológico, exame das células do colo uterino	Pessoa com 20 anos ou mais de idade e que não realizou o exame no ano anterior (1 vez a cada 2 anos)
Exame de câncer de intestino grosso (Daichougan Kenshin)	Exame de sangue oculto nas fezes	Pessoa com 40 anos ou mais de idade
Exame de câncer de estômago (Igan Kenshin)	Radiografia do estômago	Pessoa com 40 anos ou mais de idade
Exame de câncer de estômago (Igan Kenshin)	Endoscopia	Pessoa com 50 anos ou mais de idade (1 vez a cada 2 anos)
Exame de câncer de pulmão (Haigan Kenshin)	Radiografia do tórax Citologia do escarro (somente quando necessário)	Pessoa com 40 anos ou mais de idade
Exame de vírus de hepatite (Kan En Virus Kenshin)	Exame de vírus de hepatite tipos B e C	Pessoa com 40 anos ou mais de idade e que nunca realizou este exame.

(Exame realizado somente em instituições médicas)

Nome do exame	Teor	Público-alvo
Exame para pessoas de 75 anos ou mais de idade (Kouki Koureisha Kenshin)	Exame de urina, medição do peso e altura, medição da pressão sanguínea, conferência do questionário, exame clínico, exame de sangue.	Pessoa inscrita no Kouki Koureisha Iryou Seido - Sistema de saúde para pessoas acima de 75 ano de idade, e que recebeu o Jushinken - cupom para exame [Porém, as pessoas internadas em hospitais ou instituições de cuidados não são elegíveis].
Exame de osteoporose (Kotsusoshoushou Kenshin)	Exame de densitometria óssea da coluna lombar e do fêmur	Mulheres a partir dos 50 anos de idade, realiza-se a cada 5 anos até os 65 anos de idade. Porém, as pessoas que realizaram o exame de osteoporose do município a partir de 2017 não são alvo.

(Exames de saúde realizados em instituições médicas e em exames médicos coletivos)

Nome do exame	Teor	Público-alvo
Exame de tuberculose (Kekkaku Kenkou Shindan)	Radiografia do tórax	Pessoa com 65 anos ou mais de idade

(Exame realizado somente em exames médicos coletivos)

Nome do exame	Teor	Público-alvo
Exame de doença periodontal (Shishuubyou Kenshin)	Exame da cavidade oral, orientação odontológica	Pessoa com 19 anos ou mais de idade.

Kenkou Suishinka (Departamento de Promoção da Saúde) [Nagahama-shi Hoken Center, Kobori-cho]	0749-65-7751 (Sobre vacinação preventiva e saúde infantil) 0749-65-7759 (Sobre saúde de adulto)
Hokubu Kenkou Suishin Center (Centro de Promoção da Saúde da Região Norte) [Hoken Center Takatsuki Bunshitsu]	0749-85-6420