

2026
10

ポルトガル語版

INFORMATIVO DA PREFEITURA KOUHOU NAGAHAMA

Editado e publicado pela Prefeitura de Nagahama Hisho Kouhoka
Shiga-ken Nagahama-shi Yawata Higashi-cho 632 TEL.: 0749-62-4111 FAX: 0749-63-4111

長浜市民防災訓練

Treinamento de Prevenção de Desastres de Nagahama

◆ Treinamento de prevenção de desastres para cidadãos da região de Torahime

Em Nagahama, realizamos o treinamento de prevenção de desastres para os cidadãos, por regional das associações de moradores, com o intuito de confirmar quais medidas devem ser tomadas na ocorrência de desastres como terremotos e danos causados por chuvas ou ventos fortes. Neste ano, o treinamento será realizado voltado aos moradores da região de Torahime.

Data: 18 de outubro (dom) 8h00 ~ 9h30

Local: Torahime Gakuen Taiikukan

Público-alvo: Torahimechiku Rengou Jichikai (regional das associações de moradores de Torahime), grupos, organizações e empresas da região de Torahime.

Teor: treinamento de instalação e administração do abrigo, palestra e exposições relacionadas à prevenção de desastres.

Informações: Bousai Kiki Kanrika TEL.: 0749-65-6555

◆ Aviso de início do treinamento através do Bousai Gyousei Musen (sistema de alto-falantes de transmissão de emergência da prefeitura)

Na manhã do dia do treinamento, será transmitido um aviso para todo o município através do sistema de alto-falantes de transmissão de emergência, servindo como um estímulo para que cada associação de bairro e organização autônoma de prevenção de desastres realizem suas próprias atividades de treinamento (ações de evacuação, confirmação de segurança, atividades de prevenção de desastres, etc.).

Data: 18 de outubro (dom) 7h00

Teor: aviso para início do treinamento de iniciativa própria (transmissão externa em todo o município)

※ Utilize-o como o sinal para o início de treinamentos autônomos.



Homepage da
prefeitura de
Nagahama
(em japonês)

異文化を楽しく体験しよう! 長浜ワールドフェスタ

Venham Conhecer Outras Culturas! Nagahama World Festa

Que tal explorar o mundo através das comidas e da cultura de outros países?

Em Nagahama, promovemos a formação de uma sociedade de coexistência multicultural, na qual todos possam conviver em harmonia como membro da sociedade local. Neste evento, poderá experimentar a diversidade de valores culturais de forma divertida e, através dos cinco sentidos, aprofundar o conhecimento sobre diferentes culturas.

Esperamos sua participação nesse evento em que haverá diversão para pessoas de todas as nacionalidades!

Data: 15 de novembro (dom) 10h00 ~ 16h00

Local: Nagahama Machizukuri Center (Takada-cho)

Teor: barracas de comidas internacionais, workshop de trajes típicos, cumprimentos em diversos idiomas, prevenção de desastres entre outros

Informações: Shimin Katsuyakuka TEL.: 0749-65-8711

市立長浜病院全館停電

・救急診療の制限

Interrupção Geral De Energia no Shiritsu Nagahama Byouin e Limitação no Atendimento do Pronto-socorro

Data: 25 de outubro (dom) 9h00 ~ 16h30 (Pode haver alteração no horário)

Haverá interrupção no fornecimento de energia em todo o prédio, devido à inspeção e manutenção das instalações elétricas. Nesse dia, também haverá restrições no atendimento de emergência (suspensão temporária do recebimento de ambulâncias etc.). Contamos com a compreensão e colaboração de todos diante de possíveis transtornos.

Informações: Shiritsu Nagahama Byouin Soumuka TEL.: 0749-68-2300

地域の小児医療を守るためにご協力ください

Solicitamos a Colaboração para a Proteção do Atendimento Pediátrico da Região

O Sistema de assistência social através do subsídio da despesa médica conta com a compreensão e colaboração das instituições médicas e dos munícipes. Solicitamos que realizem as consultas adequadamente para que quando necessário, seja possível continuar a receber atendimento médico com tranquilidade.

Consultar-se adequadamente, consiste em reavaliar a forma que consulta as instituições médicas, etc. com o objetivo de assegurar o atendimento médico estável.

Com a colaboração de cada um, é possível amenizar o congestionamento das instituições médicas e a sobrecarga dos médicos. O que contribui para a manutenção da qualidade de atendimento médico e tranquilidade nas consultas médicas das crianças.

Informações: Hoken Nenkin TEL.: 0749-65-6527

Vamos praticar as seguintes atitudes:

*Procurar ter um Kakaritsuke I, médico da família.

*Evitar realizar consultas múltiplas pela mesma doença.

*Procurar utilizar o Shouni Kyuukyuu Denwa (serviço de consulta telefônica sobre emergências pediátricas) (#8000) e a homepage do Kodomo no Kyuukyuu (emergência infantil).

Shouni
Kyuukyuu
Denwa
Soudan
(em japonês)



Homepage do
Kodomo no
Kyuukyuu
(em japonês)



GUIA DE SAÚDE ほけんだより

Nagahama-shi Hoken Center Kenkou Suishinka TEL.: 0749-65-7751

Hoken Center Takatsuki Bunshitsu TEL.: 0749-85-6420



EXAME PEDIÁTRICO 乳幼児健診

Horário de recepção: Nascidos em dia par: 13h00 ~ 13h35, nascidos em dia ímpar: 13h35 ~ 14h15.

No Hoken Center Takatsuki Bunshitsu, os exames pediátricos de 1 ano e 8 meses e de 2 anos e 8 meses serão realizados uma vez a cada 2 meses.

Itens necessários: Todas as idades: Boshi Kenkou Techou (caderneta de saúde materno infantil), questionário, toalha de banho

Programação anual
de exames pediátricos
(em japonês)



<Exame de 1 ano e 8 meses> Escova de dentes e copo da criança.

<Exame de 2 anos e 8 meses> Escova de dentes, copo da criança e a folha de respostas do teste de audição.

<Exame de 3 anos e 8 meses> Escova de dentes, copo e coleta de urina da criança (Trazer dentro de um recipiente limpo).

Exame	Nagahama-shi Hoken Center (Há intérprete) Regiões de Nagahama, Azai, Biwa, Torahime		Hoken Center Takatsuki Bunshitsu Regiões de Kohoku, Takatsuki, Kinomoto, Yogo, Nishiazai	
	aos nascidos entre:	datas de realização	aos nascidos em:	datas de realização
4 meses	20/junho ~ 10/julho/2026	19 de novembro	julho/2026	20 de novembro Recepção: 13h00 ~ 13h35
	11 ~ 31/julho/2026	26 de novembro		
10 meses	25/dezembro/2025 ~ 10/janeiro/2026	16 de novembro	janeiro/2026	20 de novembro Recepção: 13h35 ~ 14h15
	11 ~ 31/janeiro/2026	24 de novembro		
1 ano e 8 meses	18 ~ 31/março/2025	9 de novembro	fevereiro/2025 março/2025	6 de novembro
2 anos e 8 meses	13 ~ 31/março/2024	11 de novembro	abril/2024 maio/2024	11 de dezembro
3 anos e 8 meses	15 ~ 31/março/2023	5 de novembro	fevereiro/2023 março/2023	2 de novembro

*O exame pediátrico deve ser realizado no posto de saúde da região onde reside. Se deseja realizar em outro posto, favor avisar no mínimo até 2 dias antes da data do exame.

*O exame pediátrico será cancelado se às 11h da data do exame, estiver em vigor alertas como Boufuu Keihou (ventos fortes) etc. ou algum tipo de Tokubetsu Keihou (alerta especial).

*Esteja à vontade para se orientar com antecedência, caso possua alguma preocupação sobre o exame pediátrico.

長浜米原休日急患診療所

Atendimento no Nagahama Maibara Kyuujitsu Kyuukan Shinryousho (Centro de Saúde Emergencial)

FAVOR LIGAR OBRIGATORIAMENTE ANTES DE COMPARECER E USAR MÁSCARA AO SE CONSULTAR.

※A partir de novembro, realizaremos o teste de influenza e COVID-19 (entre os meses de novembro e fevereiro).

TEL. (em japonês): 0749-65-1525 (atenção para não errar o número.)

O Centro de Saúde Emergencial oferece **Atendimento de Clínica Geral e Pediatria** aos domingos, feriados nacionais e feriado de final e início de ano (30/dez ~ 3/jan). Se necessitar de atendimento repentino, nos casos leves, favor consultar-se no Centro de Saúde Emergencial ao invés do pronto-socorro dos hospitais.

Datas de atendimento: outubro: 4, 11, 12, 18, 25

novembro: 1, 3, 8, 15, 22, 23, 29

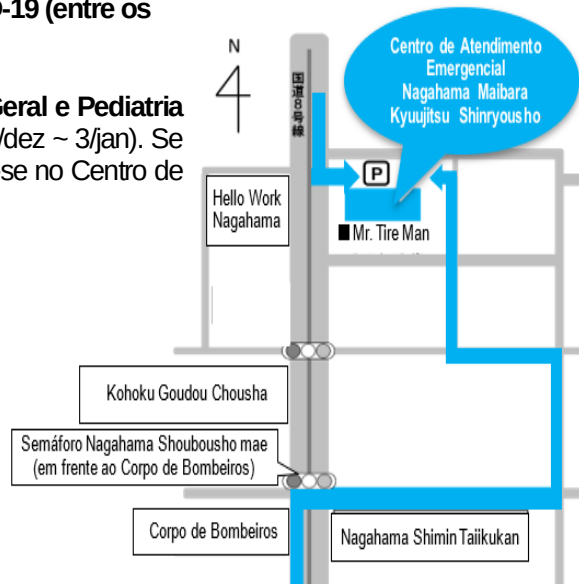
Horário de recepção: 8h30 ~ 11h30 e 12h30 ~ 17h30.

Horário de atendimento: 9h00 ~ 18h00.

Local: No Kohoku Iryou Support Center [Medisapo] (Miyashi-cho 1181-2)

*Ao se consultar, favor apresentar o Myna Hokenshou (cartão do My Number vinculado ao seguro de saúde) ou um documento com os dados do seguro de saúde no qual está inscrito, Marufuku (cartão do sistema de assistência social através do subsídio de despesas médicas), Kusuri Techou (caderneta de remédios) e Boshi Kenkou Techou (caderneta de saúde materno-infantil) no caso de crianças.

Informações: Kenkou Iryou Seisakuka TEL.: 0749-65-6301



Vacinação Preventiva Contra Influenza e COVID-19 para Pessoas Idosas no Ano Fiscal Reiwa 8

●A vacinação preventiva contra influenza e COVID-19 deste ano, será realizada conforme abaixo. Os interessados, cientes da eficácia e dos riscos de efeitos colaterais da vacina, podem aplicá-la nas instituições médicas realizadoras. (Não haverá vacinação coletiva)

Público-alvo: *Pessoa registrada no município, com 65 anos de idade ou mais na data da vacinação;

*Pessoa registrada no município, que na data da vacinação possui entre 60 e 64 anos de idade, e deficiência no funcionamento cardíaco, renal, no aparelho respiratório, ou com deficiência no funcionamento do sistema imunológico devido ao vírus da imunodeficiência humana (a prefeitura enviará um aviso ao público-alvo).

Período de vacinação: entre 1º de outubro ~ 31 de dezembro, no período de realização das instituições médicas.

Quantidade: 1 vez durante o período de vacinação.

Custo: Vacina preventiva de influenza: 2.300 ienes / Vacina contra COVID-19: 4.600 ienes

*Subsidiaremos a vacinação de pessoas de unidade familiar beneficiárias do Seikatsu Hogo. Enviaremos uma correspondência ao público-alvo. Deve obrigatoriamente solicitar o subsídio antes da aplicação da vacina.

Outros: - Não haverá envio de cupom para vacinação. Favor realizar a reserva diretamente na instituição médica e aplicar a vacina.

- Para aplicação da vacina fora de Nagahama e Maibara, é necessário solicitar antecipadamente.

- A introdução da vacina de alta dosagem contra a influenza planejada para o ano fiscal de Reiwa 8, foi cancelada por decisão do governo nacional.

Informações: Kenkou Suishinka TEL.: 0749-65-7759



Vacinas preventivas
regulares para
pessoas idosas
(em japonês)



Vacinação fora de
Nagahama e Maibara
(em japonês)



Homepage do
Kohoku Ishikai
Lista das instituições
médicas realizadoras
em Nagahama
(em japonês)

Nenkin Seikatsusha Shien Kyuufukin Seido

Sistema de Subsídio de Auxílio para Pessoas que Vivem de Aposentadoria

O Nenkin Seikatsusha Shien Kyuufukin é um subsídio adicional concedido aos beneficiários da pensão básica de aposentadoria por idade, invalidez ou pensão por morte, com o objetivo de auxiliar aqueles cujo rendimento proveniente da pensão e outros é inferior ao limite estabelecido.

Pessoas que se tomaram elegíveis no ano fiscal Reiwa 8, devem realizar a solicitação, através do Hagaki (cartão postal) [Nenkin Seikatsusha Shien Kyuufukin Seikyuusho – formulário de solicitação do subsídio de auxílio para pessoas que vivem de aposentadoria] enviado pelo Nippon Nenkin Kikou (setembro em diante).

※A pessoa que já recebe este subsídio não necessita realizar novo trâmite.

Informações (em japonês): Kyuufukin Senyou Dial – linha específica do subsídio TEL.: 0570-05-4092

Hikone Nenkin Jimusho Okyakusama Soudanshitsu – telefone de consultas TEL.: 0749-23-1112



Homepage da
prefeitura de
Nagahama (em
japonês)

犬の飼い主さんへお願い

Solicitação aos que Criam Cães

Não deixar os cães soltos.

Não passear com os cães sem coleira e guia!

Além de ser perigoso, é um ato que provoca pavor em pessoas que têm medo de cães.

Limpar obrigatoriamente as fezes e urina!

Durante os passeios, sempre leve utensílios para limpar as fezes e a urina, e leve as fezes para serem descartadas em casa.

Não permitir latidos excessivos!

Demonstrar consideração com os vizinhos, tomando medidas para evitar os latidos excessivos como revisar a necessidade de treinamento e o local onde o cão fica.

Consulte-nos em caso de dificuldades na criação.

Informações: Shigaken Doubutsu Hogo Kanri Center
TEL.: 0748-75-1911



林野火災を予防しましょう



Vamos Prevenir Incêndios Florestais

Diante do aumento de incêndios florestais em várias regiões do país, quando houver condições meteorológicas que exijam atenção para a prevenção de incêndios florestais será emitido o **Rinya Kasai Chuuihou - Aviso de atenção para incêndio florestal**. E, o **Rinya Kasai Keihou - Alerta de incêndio florestal**, em caso de condições meteorológicas perigosas. Durante a emissão do aviso de atenção, deve evitar o uso de fogo ao ar livre, como fazer fogueiras etc. E, no caso do alerta, é proibido o uso de fogo ao ar livre.

Inf.: Kohoku Chiiki Shoubou Honbu Yobouka

TEL.: 0749-62-5194



PAGAMENTO DE IMPOSTOS DO MÊS DE NOVEMBRO

Prazo: 30/novembro/2026

3ª Parcela do Shikenminzei (Imposto Municipal e Provincial)

6ª Parcela do Kokumin Kenkou Hokenryou (Taxa do Seguro Nacional de Saúde)

6ª Parcela do Kaigo Hokenryou (Taxa do Seguro de Cuidados e Assistência)

5ª Parcela do Kouki Koureisha Iryou Hokenryou (Taxa do Seguro Médico para Pessoas Acima de 75 anos de Idade)

Os Impostos - Taxas Municipais podem ser pagos na Prefeitura de Nagahama, no Hokubu Goudou Chousha, no Shimin Service Madoguchi (subprefeituras), nas instituições financeiras coligadas, lojas de conveniência ou através de pagamentos Cashless.

Apresentação do Gakkou Kyuushoku (refeição escolar)

Em 1889, a escola municipal Chuai Shougakkou, construída no templo budista Daitokuji, em Yamagata-ken Tsuruoka-cho (atual Tsuruoka-shi) começou a oferecer almoços gratuitos para crianças de famílias com dificuldades financeiras. Esse episódio é considerado a origem da refeição escolar no Japão.

O fornecimento de refeições foi interrompido por causa da escassez de alimentos durante a guerra, e após seu fim, foi retomado devido ao agravamento das condições nutricionais das crianças e à forte demanda por parte da população. A base legal para a implementação do sistema foi estabelecida com a promulgação do Gakkou Kyuushoku Hou (Lei da refeição escolar) em 1954. A revisão dessa Lei em 2009, permitiu o estabelecimento do ambiente atual das refeições escolares, com foco na promoção da "educação alimentar".

Em Nagahama, a refeição escolar teve início em 1932 no atual Nagahama Shougakkou, quando foram oferecidas refeições nutritivas para crianças em situação de pobreza e com saúde debilitada, e continua hoje.

Como a refeição escolar é preparada

O município fornece aproximadamente 9.700 refeições escolares por dia através de dois Kyuushoku Center (centros de preparo e distribuição de refeições escolares), localizados nas regiões sul e norte do município. Essas refeições atendem 8 Instituições infantis (Youchien e Nintei Kodomoen), e 33 escolas (Shougakkou, Chuugakkou e Gimu Kyouiku Gakkou).

START 1. Os **cardápios** mensais são planejados com 5 a 6 meses de antecedência. A equipe, liderada pelos nutricionistas realiza o planejamento cuidadosamente para garantir que as refeições sejam saborosas e seguras. Além de assegurar o equilíbrio nutricional, procuram incorporar ingredientes sazonais, produtos locais e pratos relacionados às tradições e eventos anuais, para que a hora da refeição seja um momento divertido para as crianças. ♪



2. Os **ingredientes** necessários para um mês são definidos com 2 ~ 3 meses de antecedência. Estes são entregues entre 2 dias antes até a manhã do dia em que serão usados. No momento da entrega, o centro faz a checagem e a **confirmação (exame)** da qualidade dos alimentos.



3. Descasque e preparo dos vegetais

Depois das cascas serem removidas com máquinas específicas, os vegetais são lavados repetidamente em três tanques de água.



4. Corte dos ingredientes

É realizado com fatiador, de acordo com o tipo necessário para o preparo de cada prato: tiras finas, cubos etc.



5. Preparo

É realizado com muito cuidado e atenção, usando panelas e máquinas adequadas a cada prato.



6. Inspeção da refeição no centro de preparo



7. Inspeção na escola

Trinta minutos antes de serem servidos às crianças, o diretor prova a refeição, prestando atenção nos aspectos: visual, olfativo e gustativo para certificar sua qualidade e segurança!



9. Distribuição da refeição

As crianças controlam a vontade de comer logo, e servem a refeição com capricho.



8. Transporte

Os pratos etc. e os recipientes com a refeição escolar são cuidadosamente transportados da cozinha até as salas de aula.

Estes são os cardápios preferidos!

※Fonte: Resultado da enquete sobre educação alimentar realizada em maio/2026

1º lugar na categoria
arroz, pães



O clássico e popular **"Curry Rice"** (arroz com curry)! No Kyuushoku Center, além de curry de porco e de frango, também preparamos outros tipos como o Keema Curry.

1º lugar na categoria
sopas, caldos



"ABC Macaroni Soup" (Sopa de letrinhas) Quem enfileirava as letrinhas em ordem alfabética no prato? (risos)

1º lugar na categoria
sobremesas



"Aguepan" (pão frito)! Outro clássico amado por todos. Atualmente é servido como sobremesa. A generosa cobertura de Kinako (soja torrada e moída) é simplesmente deliciosa.

A refeição escolar é o único material educativo de alimentação que pode ser oferecido diariamente

As refeições escolares desempenham um papel importante para que as crianças desenvolvam hábitos alimentares saudáveis. É essencial no processo de educação alimentar. Não significa apenas [refeição escolar = almoço]. A equipe do Kyuushoku Center, continuará a usar a refeição escolar como "Ikita Kyouzai" material educativo vivo (aprendizagem sobre alimento, saúde, comunidade local, gratidão etc.), e a fornecer refeições seguras e de qualidade.

No lar, seria ótimo se puderem aproveitar os momentos de conversa ao perguntarem também: "Como foi a refeição escolar hoje?". Esperamos que as crianças se alimentem bem com a refeição escolar e cresçam saudáveis e cheias de energia.

Informações: Gakkou Kyuushokuka TEL.: 0749-63-5818