



ポルトガル語
Edição em português
5 de setembro de 2015
YOGOU CHIKU SHIMIN CENTER
TEL 321-2021
homepage <http://yogou-mie.com/>



四日市市多文化共生サロンからご案内

COMUNICADO DO "YOKKAICHI TABUNKA KYOUSEI SALON"

Seminário de prevenção (preparação) contra desastres
Bairro de Sasagawa

Sabe-se que um terremoto com epicentro na região ou no mar de Toukai acontecerá em um futuro bem próximo, por isso, várias atividades são realizadas no bairro de Sasagawa para que nessa hora, os danos possam ser reduzidos e os moradores possam proteger suas próprias vidas. Participe então no seminário do "Yokkaichi Tabunka Kyousei Salon" que será realizado a japoneses e estrangeiros, para que todos os moradores saibam como ajudar uns aos outros e minimizar os danos em um desastres de grande escala. Não deixe de participar!

Dia/horário: 11 de out. (dom), das 12h15 às 16h

Local: Ginásio esportivo da escola
"Sasagawa Nishi Shougakkou"

Conteúdo: ① Poderá experimentar os alimentos de emergência (sopa, arroz pronto "alfa mai")
② Haverá atividades diversas (primeiros socorros, montagem de banheiro simplificado, utilização do sistema de recados em caso de desastre, etc.)



Inscrições e informações:

Inscrições: de 15/set.(sáb) a 2/out.(sex)

YOKKAICHI-SHI TABUNKA KYOUSEI SALON

☎ 059-322-6811 (Sr. Hara)

ウォーキング大会開催のお知らせ

Aviso sobre a realização da "Grande Caminhada"

Será realizado, neste ano também,
a "Grande Caminhada".
Depois da caminhada, haverá um divertido sorteio.



Data/horário: 18 de outubro (dom)
das 9h às 12h30 (aprox.)
recepção a partir das 8h30
(caso chova, será adiado para o dia 25 de outubro)

Local: Local de encontro: Yogou Shougakkou
caminhada a partir do Yogou Shougakkou pelos arredores de Yogou.

Taxa: gratuita

Organização: Yogou Machizukuri Kyougikai, Tai-iku-bu

Informações: ☎ 059-321-4859 (Yoshino)

市内に本社がある建設業者による住宅リフォームを支援します

Subsídio para reforma de casa própria
(construtoras com sede em Yokkaichi)

Se a construtora que será responsável pela reforma de sua casa possui a matriz em Yokkaichi, é possível se inscrever para solicitar um subsídio parcial conforme abaixo:

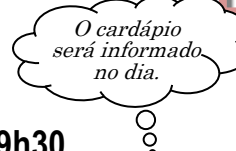


- ▶ Voltado para: Cidadãos de Yokkaichi que moram em casa própria e que todos os membros da família não possuem inadimplência de pagamento de impostos municipais.
- ▶ Subsídio: 20% das despesas, porém o valor máximo será de 100,000 ienes. (arredonda-se para menos, os valores abaixo de 1,000 ienes)
※Haverá sorteio em caso de muitas inscrições.
- ▶ Inscrição: de 24/set. a 7/out. (exceto sáb. e dom.), das 8h30 a 17h15.
Apresente todos os documentos na prefeitura, 11.º andar, sala 111.
- ▶ Outros: Os formulários de inscrição estarão disponíveis no "Shougou Kinrou-ka" e no "Chiku Shimin Center". Disponível também na homepage da prefeitura.
- ▶ Informações: Shougou Kinrou-ka ☎ 354-8175

※Este subsídio será oferecido somente este ano fiscal e não é válido para contratos de reforma já fechados. Outros detalhes no informativo "Kouhou Yokkaichi", edição de final de agosto (somente em japonês).

低栄養をふせぐ料理教室

Aula de culinária para evitar a baixa nutrição



- ♥ **Data:** 17 de out. (sáb), a partir das 9h30
- ♥ **Local:** Yogou Chiku Shimin Center
Sala de culinária – 2.º andar
- ♥ **Conteúdo:** Culinária para evitar a baixa nutrição em idosos.
- ♥ **Taxa:** 600 ienes
- ♥ **Vagas:** 24 pessoas (as inscrições se encerram logo que as vagas forem preenchidas)
- ♥ **Trazer:** Avental, touca ou lenço de cabeça, pano de prato (fukin) e pano para limpar a mesa (daifuki).
- ♥ **Inscrições:** até 14 de out. (qua),
no "Yogou Chiku Shimin Center" ☎ 321-2021
- ♥ **Organização:** Yogou Health Mate

※Feita a inscrição, por gentileza, avise-nos caso não mais possa comparecer.



自動車文庫
Biblioteca Ambulante
OUTUBRO de 2015

LOCAL	DATA	HORÁRIO
Takahana Daira 3 gou Kouen	6 out. (ter)	10:10 ~ 11:10
Yogou Chiku Shimin Center	8 out. (qui)	13:30 ~ 14:30
Sasagawa 1 choume 1 gou Kouen	9 out. (sex)	10:00 ~ 10:40
Sasagawa Nishi Shougakkou	//	10:50 ~ 11:20
UR Sasagawa prédio 5 a 10	//	13:30 ~ 14:10
Nishihino-chou (atrás do templo)	20 out. (ter)	13:40 ~ 14:10

熱中症の応急手当

Primeiros socorros em caso de insolação

Para não perdermos as vidas que podem ser salvas!

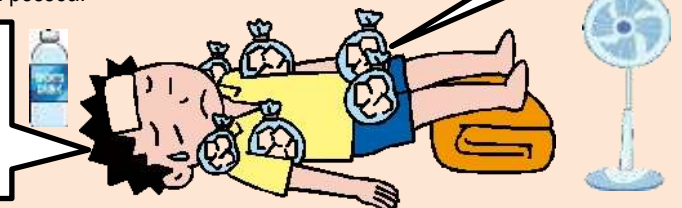
Conhecendo os sintomas abaixo, a insolação pode ser 100% evitada!

A chave para se prevenir da insolação é descansar adequadamente e ingerir líquidos com frequência e antecedência.

Caso desconfie que uma pessoa esteja com insolação, leve-a a um lugar fresco, afrouxe suas roupas e deixe-a descansar deitada. Ligue o ar condicionado e procure abaixar a temperatura do corpo usando ventiladores ou abanando a pessoa.

Enfrie as axilas e virilhas

Se a pessoa conseguir ingerir líquidos, de-lhe bebida que contém eletrólitos (isotônica)



Procure utilizar apropriadamente o serviço de chamada de ambulância, pois nem sempre é necessário a ida ao hospital transportado por ela.

Não hesite, porém, em chamar a ambulância nos seguintes casos:

- Quando a pessoa não consegue beber líquidos, sente fraqueza, fadiga acentuadas e não consegue se movimentar;
- Quando a pessoa está inconsciente, com comportamento estranho ou tendo convulsão.

Informações: Yokkaichi-shi Minami Shoubousho Kyuukyuu-gakari ☎059-354-0530

10月からマイナンバーの通知が始まります

Envio do "Cartão de Notificação" do My Number a partir de outubro

◆O "TSUUCHI CARD" é o Cartão de Notificação do My Number e informará a cada cidadão, seu número individual. Por regra, o "Tsuuchi Card" será enviado ao endereço registrado (em nome do chefe de família). Caso você esteja morando em endereço diferente ao de seu registro, realize a atualização.

※O "Tsuuchi Card" será enviado por correspondência registrada e por um sistema que não permite ser redirecionado a outro endereço.

※A partir de janeiro de 2016, o número individual será necessário para realizar alguns trâmites, por isso, tenha cuidado para não o perder.

◆O "KOJIN BANGOU CARD" é o Cartão do Número Individual e passará a ser emitido no lugar do atual "Juuki Card".

※O "Kojin Bangou Card" será emitido somente às pessoas que desejarem sua emissão. Poderá ser solicitado pela internet, smartphone ou por envio de formulário específico. Será necessário também uma foto (os detalhes constarão no formulário de solicitação)

◆Perguntas sobre o Sistema "My Number"

Centro de atendimento, implantado pelo governo japonês (ligação não gratuita):

0570-20-0178 (em japonês)

0570-20-0291 (português, espanhol, inglês, chinês e coreano)

※Atendimento, das 9h30 às 17h30 (exceto sáb., dom. e feriados),

※IP ou outras linhas que não fazem ligação para o tel. acima: 050-3816-9405

Informações: Shimin-ka ☎ 354-8152 • FAX 359-0282

市民窓口サービスセンター 臨時休業のお知らせ

Fechado nos dias

3 out. (sáb) e 4 out. (dom)

O Shimin Madoguchi Service Center (Centro de Serviços de Atendimento ao Cidadão), localizado na estação Kintetsu Yokkachi, estará fechado para manutenções nos dias indicados ao lado. Pedimos desculpas pelo transtorno e contamos com sua compreensão.

Shimin-ka ☎ 354-8152, Shimin Madoguchi Service Center ☎ 359-6521