



日本語教室の紹介

Chiki Shakai de Yutaka ni Kurasu tame no
Nihongo Kyoushitsu (Viva amigo)

Na escola Sasagawa Higashi Shougakko

Todas as terças-feiras
das 19:30 as 21:00

☎ (059) 321-2021



Use seu smartphone
para ver o mapa do
local!

Aulas de
Japonês
日本語教室

ヘルスリーダーによるイキイキ教室

oferecido por especialistas

Publicado pela segunda vez

Aula "iki iki"

Venha movimentar o corpo de maneira divertida com
exercícios de recreação e assim revigore o corpo e a mente.



Gratuito e sem
necessidade de fazer
inscrição

♣Data/Horário: 18 de fevereiro(qui) das 10:00 as 11:30

♣Local: Yogou Chiku Shimin Center, saguão do 2º piso

♣Conteúdo: Exercícios de alongamento, recreação, canto, etc.

※Venha com roupas que facilitem a
atividade física. Também traga toalha
e chá ou outra bebida se necessário.

Informações: Kenkou Tzukuri-ka
(Dpto. de Promoção da Saúde)

☎354-8291

市民窓口サービスセンター臨時休業のお知らせ

Aviso de manutenção do "Shimin Madoguchi Service Center"

Dias 6 e 7 de fevereiro (sab e dom)
Por motivo de manutenção do sistema, nesses dias, não
haverá atendimento no "Shimin Madoguchi Service
Center" (Guichê do Centro de Serviços ao Cidadão),
localizado dentro da estação de "Kintetsu Yokkaichi".
Pedimos a compreensão de todos e desculpas pelo
transtorno.

Shiminka: ☎ 354-8152 Shimin Madoguchi Service Center ☎ 359-6521

「よっかいち・はつらつ健康塾！」

「Yokkaichi・Hatsuratsu Kenkou Juku」



Gratuito e sem
inscrição

Aulas para adquirir conhecimento sobre a saúde e assim seguir
uma vida mais ativa e com vigor, prevenindo a necessidade de
cuidados de enfermagem (kaigo yobo).
Convide seus amigos e venha participar sem compromisso!

Data/Horário: 24 de fevereiro (qua) das 10:00 as 11:00

Local: Sasagawa Nishi Shougakko (sala de reuniões 1º piso)

Dirigido a: Cidadões com 65 anos ou mais.

Conteúdo: "Prevenção de Demência"

Traga materiais para anotações, toalha, chá ou outra bebida se achar
necessário. Venha com roupas que facilitem a atividade física.

Informações:

Yogou Zaitaku Kaigo Shien Center ☎ 322-1761

Yokkaichi shi Minami Chiiki Houkatsu Shien Center ☎ 328-2618



Cuidado com influenza e a gastroenterite contagiosa!

★Pontos importantes para evitar o contágio e a disseminação:

Influenza

- ① Ao chegar em casa, lave bem as mãos com sabão;
- ② Procure praticar os bons modos de etiqueta ao tossir ou espirrar:
 - ◆ use máscara
 - ◆ caso não esteja de máscara, cubra a boca/nariz com um lenço de pano ou de papel (tissue)



Gastroenterite contagiosa (gripe da barriga)

- ① Lave bem as mãos com sabão (antes de cozinhar, comer; e após ir ao banheiro, trocar fraldas de pessoas enfermas, etc.);
- ② Cozinhe bem os alimentos;
- ③ Use máscara e luvas ao manipular excreções (vômitos, fezes, etc.) de pessoas enfermas.
 - ◆ O uso de sabão e álcool com o intuito de desinfetar roupas e pisos não é eficaz! Use água fervente ou solução de hipoclorito de sódio (jiaensosan natrium) dissolvida em água comum.
 - ※ a solução de hipoclorito de sódio é vendida nas casas comerciais como alvejante e desinfetante.

Como lavar as mãos

Não basta lavar só as palmas das mãos; lave também os dorsos, as pontas dos dedos, entre as unhas e o pulso. Esfregue as mãos com sabão por, pelo menos, 15 segundos (se possível 30 segundos) e enxague-as em água corrente.



四郷地区市民センターからのお知らせ

Aviso do "Centro de Serviços Municipais de Yogou" Livros e revistas em português e espanhol!

O "Yogou Chiku Shimin Center" (Centro de Serviços Municipais de Yogou) disponibiliza de livros e revistas em português e espanhol para que as pessoas possam ler enquanto esperam serem atendidas.

Os livros e revistas são emprestados da Biblioteca Municipal de Yokkaichi (Shiritsu Toshokan) e trocados todos os meses.



- Tenha cuidado para não danificá-los.
- Use-os somente dentro do "Shimin Center".
- Não podem ser emprestados já que são propriedade da biblioteca e terão de ser devolvidos posteriormente.

Declaração de Imposto Municipal/Provincial e Declaração de Imposto de Renda

Chegamos novamente ao período de realizar a Declaração do Imposto Municipal e Provincial ou a Declaração do Imposto de Renda. Você já preparou seus documentos e comprovantes? Preencha os formulários e apresente-os até o dia 15 de março (ter).

Para realizar a DECLARAÇÃO DE IMPOSTO MUNICIPAL E PROVINCIAL (Shikenminzei) (envelope cor alaranjada), dirija-se à prefeitura ou a um dos Centros Regionais de Serviços Municipais (Chiku Shimin Center).

● Local/horário para Declaração de Imposto Municipal e Provincial (exceto sáb, dom e feriados) ●

LOCAL	PERÍODO	HORÁRIO
Depto. de Impostos Municipais (Shiminzei-ka) 2.º andar da Prefeitura	8 (ter) até 15 (ter) de março	9:00 às 16:00
Yogou Chiku Shimin Center	9(qua) e 10(qui) de março	9:00 às 14:30

Os formulários (da declaração) também podem ser enviados pelo correio

Preencha corretamente os formulários, utilizando as instruções do Guia de Imposto Municipal/Provincial (Shikenminzei no Tebiki); e envie-os pelo correio ou por meio dos Centros Municipais de Serviços Municipais. É imprescindível que o declarante envie todos os documentos necessários. E, se desejar que os documentos adicionais sejam devolvidos, envie também um envelope-resposta endereçado e selado.

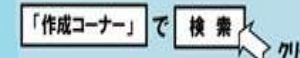
Aviso do Escritório de Impostos (Zeimusho) de Yokkaichi sobre o local para realizar a DECLARAÇÃO DE IMPOSTO DE RENDA (Kakutei Shinkoku)

LOCAL: no 6º andar do "Jibasan Mie" (ao lado do Apita Yokkaichi)
PERÍODO: de 16.fev a 15.mar (exceto sáb., dom. e feriados),
das 9:00 as 17:00 (venha até as 16:00)

A Declaração do Imposto de Renda também feita de sua residência

Pela homepage da Agência Nacional de Imposto (Kokuzeichou) é possível, 24h por dia, fazer a declaração de IR, no "Kakutei Shinkokusho Sakusei Kona".
É possível também realizar todo o processo da declaração pelo e-Tax, mas para isso, outros trâmites devem ser feitos antecipadamente.

Busque na Web por "Sakusei kona"



Para as pessoas que tem dificuldade ou não sabem como fazer a declaração em casa]

O local para fazer a declaração de IR será no edifício "Jibasan Mie" (Yokkaichi shi Yasushima 1-3-18) Horário de atendimento conforme escrito acima. (Conforme o número de pessoas o atendimento poderá terminar mais cedo)

- ※ O escritório de IR não estará com o salão de declaração de IR disponível durante este período.
- ※ Favor não ligar para pedir informações no "Jibasan Mie"



☆ a 5 minutos a pé da estação Kintetsu Yokkaichi. Utilize o transporte público pois não há estacionamento gratuito.

Shiminzei ka (Dpto. de Impostos Municipais) ☎ 354-8132

Para mais detalhes, veja o "Kouhou Yokkaichi" (informativo de Yokkaichi) 2º do mês de janeiro (em japonês)