



Kouhou Azumino 広報 あづみの

Português – ポルトガル語



Relações Públicas da Cidade de Azumino

Língua Portuguesa Nº 67 (Língua Japonesa Nº 128)

Agosto de 2011 – 8月号

População de Azumino: 99.481

Estrangeiros: 1706 (dados de 1º agosto)

"A dor possui um grande poder educativo: faz-nos melhores, mais misericordiosos, mais capazes de nos recolhermos em nós mesmos e persuade-nos de que esta vida não é um divertimento, mas um dever." (Cesare Cantú)

UTILIDADES / YAKUDATSU'JOUHOU

- PAGAMENTOS DO MÊS DE AGOSTO 8月の納期
 - Imposto residencial(2ª parcela)
 - Seguro de Saúde “KOKUMIN-KENKO-HOKEN”(2ª parcela)
 - Conta de água.....(para os moradores de Hotaka e Misato)
 - Conta de esgoto.....(para os moradores de Toyoshina, Horigane e Akashina)
- ~ PRAZO DE PAGAMENTO até 31 de Agosto (quarta-feira) ~

OBS: As contas acima que contém o código de barra, podem serem pagas também nas lojas de conveniência

TELEFONES ÚTEIS

おも かんこうしょ でんわばんごう
主な官公署の電話番号

GERAL		PREFEITURAS REGIONAIS		CENTRO DE SAÚDE	
Prefeitura Central de AZUMINO	0263-71-2000	TOYOSHINA	0263-72-3111	TOYOSHINA	0263-72-9970
POLÍCIA	110	HORIGANE	0263-72-3106	HORIGANE	0263-73-5770
BOMBEIRO / PRONTO-SOCORRO	119	HOTAKA	0263-82-3131	HOTAKA	0263-81-0711
CONSULADO GERAL DO BRASIL em TOKYO	03-5488-5451	MISATO	0263-77-3111	MISATO	0263-77-9111
EMBAIXADA DO BRASIL	03-3404-5211	AKASHINA	0263-62-3001	AKASHINA	0263-81-2941

- Regional da Imigração em Nagano (NYUUKOKU-KANRI-KYOKU) TEL: 026-232-3317
- Consultas sobre as condições de trabalho dos estrangeiros, em português todas as 2ª e 4ª feira das 9 ~ 17 hs TEL.: 026-223-0553
- Home page da cidade de Azumino em português : <http://www.city.azumino.nagano.jp/pt/index.html>
- Home page do consulado do Brasil em Tóquio : <http://www.consbrasil.org/consulado/>

CLÍNICAS DE PLANTÃO NOS FINAIS DE SEMANA E FERIADOS DO MÊS DE SETEMBRO

9月の休日当番医

	dia 4 (dom)	dia 11 (dom)	Dia 18 (dom)	dia 19 (seg) feriado	Dia 23 (sex) feriado	dia 25 (dom)
Hospitais e Clínicas	YAZAKI SHINRYOUJO AKASHINA 62-2360	ITOU IIN AKASHINA 62-2051	OIWAKE CLINIC HOTAKA 82-2129	TOUNOHARA UCHIKAWA IIN AKASHINA 81-2121	HORIUCHI IIN HOTAKA 82-3324	TAKAHASHI IIN HOTAKA 82-2561
	KAMIYA SHONIKAI IIN TOYOSHINA 72-5162	HOTAKA HAATO CLINIC HOTAKA 50-6731	NAKATA IIN HOTAKA 82-2339	ISHIDA IIN TOYOSHINA 72-2766	MOMOSE IIN HOTAKA 82-2205	FUJIMORI IIN TOYOSHINA 72-2011
	NAKAJIMA SEIKI GEKKA TOYOSHINA 72-3543	IKEDA IIN MISATO 77-2055	YONEKURA IIN HORIGANE 72-2354	YAMADA IIN TOYOSHINA 72-3207	SHIRAKI IIN MISATO 77-2134	WADA IIN MISATO 72-2047
Dentistas	ISHIDA SHIKA IIN TOYOSHINA 62-2688	YAMAMOTO SHIKA CLINIC HOTAKA 84-0004	NAKAJIMASHIKA IIN TOYOSHINA 73-5701	HORIGANE SHIKA IIN HORIGANE 72-6975	YAJIMA SHIKA IIN TOYOSHINA 72-2163	MARUYAMA SHIKA IIN HOTAKA 82-7505

- Há casos em que as clínicas de plantão sofrem mudanças, favor confirmar pelo telefone de informações (☎ 0120 – 890 – 423)

TELEFONES DOS CENTROS DE EMERGÊNCIAS NOTURNAS

- **Pediatria e Clínica Geral** em frente ao HOKEN-CENTER de Toyoshina (19:00 as 10:00) tel.: 0263-73-6383
- Fechado aos domingos, feriados, feriado de final e início de ano e finados.
- **Informações de Emergência Pediátrica na Província de Nagano** (19:00h as 23:00) tel: # 8000 caso não consiga
- linha ligue para 0263-72-2000



COMUNICADOS / OSHIRASE

にゅうきょしゃ ほしゅう
入居者の募集

INSCRIÇÃO PARA MORADIA DA PREFEITURA DAS CASAS ESPECIAIS

As casas especiais da prefeitura de Azumino estão com 3 vagas abertas, verifique os requisitos e entre em contato caso haja alguma dúvida antes de se inscrever.

Vagas :para casa especial da prefeitura Oiwake Danchi (Hotaka Kita Hotaka)

Quantidade de vagas : 3 vagas (3LDK), o aluguel mínimo é de 50.000 ienes (valor a calcular com o valor da renda)



Qualificação : Endereço registrado ou estar trabalhando em Azumino.

1.Os inscritos serem família 2.Estar com dificuldade de moradia 3.Ter uma renda acessível ao padrão pedido 4.Não estar vinculado a mafia.

Local da inscrição : Regional de Toyoshina “Juutaku Kakari” Tel: 0263- 72- 3111

IMPORTANTE SABER DIABETE No 4

A diabetes é uma doença do sangue (vascular) e caso ela se agrave pode causar transtorno para o corpo inteiro. Porém, muitas pessoas não percebem que tem esta doença. Segundo pesquisa do Ministério da Saúde, metade das pessoas que são diagnosticadas com diabetes não fazem o tratamento ou não levam o tratamento adiante. Isso porque de início é uma doença que não traz consequência de mal algum. Não cuidando de início, após alguns anos a glicose no sangue aumenta e deixando assim, dá-se início a complicações nos órgãos internos . Em casos graves, muitos chegam a afetar os rins chegando ao caso de fazer hemodialise, outros chegam até a cegueira. Mas se for uma doença tratada de início não chega a ser perigosa a trazer consequências graves para a saúde. Quando o número de glicose no sangue ainda for baixo, é possível controla-la apenas com alimentação.

Faça o teste a seguir para ver se você se enquadra.

sente as vistas embaçar. sente tontura o estomago não anda muito bem está com sequência de prisão de ventre e diarreia sente calafrios, esquentando de repente, soa em excesso esquece muito as coisa mesmo não estando cansado sente as pernas pesadas sente as pernas dormentes, formigando.

Os sintomas acima também podem ser causados por outras causas ou doenças, mas por motivo da diabetes pode-se sentir também estes sintomas acima. Para as pessoas que se enquadraram nos sintomas acima, como está a taxa de glicose no sangue? Não deixe de verificar.

Maiores informações :

Setor Responsável pela Prevenção da Saúde “ Hoken Yobou Tantou” Tel: 0263 – 81 – 0726

Informação da Província

ながのけんインフォメーション

Consultas jurídicas com advogados e despachantes

むりょうほうりつそうだんかい ぎょうせいそうだんかい かいさい
無料法律相談会・行政相談会を開催します

Estrangeiros e pessoas com dificuldade de comunicação no idioma japonês poderão se consultar gratuitamente com advogados e despachantes acompanhados de tradutores.

Horário: 10:00 ~ 12:00h e 13:00 ~ 15:00 com advogados e 10:00 ~ 12:00 com despachantes

Locais de consulta : Nagano - dia 18 de setembro com inscrição até 09 de setembro

Iida - dia 23 de outubro com inscrição até 14 de outubro

Conteúdo da consulta com advogados: questões trabalhistas, guarda da criança, herança, assuntos financeiros, etc.

Despachantes: visto, naturalização, assuntos relacionados ao casamento, divórcio, etc.

O conteúdo da consulta será mantido em sigilo absoluto.

Necessário fazer inscrição até as datas indicadas acima através do telefone 026-235-7186 em português, inglês, chinês, tailandês e tagalog