

# Kouhou Azumino 広報 あづみの

Relações Públicas da Cidade de Azumino

Língua Portuguesa Nº 33 ( Língua Japonesa Nº 68 / 69 )

Outubro de 2008 – 10月号

População de Azumino: 99.734

Estrangeiros: 2101 ( dados de 1º / outubro )

Tradução dos principais artigos do informativo mensal da cidade de Azumino relacionado com o cotidiano dos cidadãos.

## UTILIDADES / YAKUDATSU JOUHO

### ◆ PAGAMENTOS DO MÊS DE OUTUBRO . . . . .

10月の納期

- ◆ Imposto residencial (SHIKENMIN-ZEI)      TERCEIRA parcela
- ◆ Seguro de saúde (KOKUMIN-KENKO-HOKEN)      QUARTA 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 Outubro (sexta-feira) ~

O próximo balcão de pagamento de contas no final de semana é no dia **2 de novembro (domingo)**.  
Para sempre estar com as contas em dia, aconselhamos o pagamento de contas por transferência automática.  
 O balcão de pagamento de contas no final de semana funciona uma vez por mês para atender os cidadãos que não dispõem de tempo durante os dias úteis da semana.

### ◆ 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>

### ◆ CLÍNICAS DE PLANTÃO NOS FINAIS DE SEMANA E FERIADOS DO MÊS DE NOVEMBRO

11月の休日 当番医

	dia 2 (dom)	dia 3 (seg) feriado	dia 9 (dom)	dia 16 (dom)	dia 23 (dom)	dia 24 (seg) feriado	dia 30 (dom)
Hospitais e Clínicas	HOTAKA HAATO CLINIC 50-6731 HOTAKA	OIWAKE CLINIC 82-2129 HOTAKA	MIYAZAWA-IIN 62-2052 AKASHINA	YAZAKI-SHINRYOJO 62-2360 AKASHINA	TOUNOHARA UCHIKAWA-IIN 81-2121 AKASHINA	IIDA-IIN 83-5061 HOTAKA	KIYOSAWA-IIN 82-7600 HOTAKA
	SHIWANOAIKA JUNKANKIKAI-IIN 82-7722 HOTAKA	MOMOSE-IIN 82-2205 HOTAKA	TAKAHASHI-IIN 82-2561 HOTAKA	SEKI HINYOUKIKAI CLINIC 82-0666 HOTAKA	SUGISAWA CLINIC 82-2993 HOTAKA	KASHIWABARA CLINIC 82-7222 HOTAKA	NARAMOTO-NAIKA-IIN 73-0616 TOYOSHINA
	KOUNONAIKA JUNKANKIKAI 71-5881 TOYOSHINA	AKAZU SEIKEI GEKA CLINIC 76-3133 MISATO	YONEKURA-IIN 72-2354 HORIGANE	AZUMINO KEISEI HIFU CLINIC 71-2345 TOYOSHINA	KOBAYASHI-NAIKA CLINIC 71-1117 TOYOSHINA	IKEDA-IIN 77-2055 MISATO	KOGURE-IIN 77-2119 MISATO
Dentistas	YAMAMOTO SHIKA CLINIC 84-0004 HOTAKA	NAKAJIMA SHIKA-IIN 73-5701 TOYOSHINA	FUYAMA SHIKA-IIN 77-6388 MISATO	HIKARI SHIKA-IIN 82-8171 HOTAKA	YAJIMA SHIKA-IIN 72-2163 TOYOSHINA	YOKOSAWA SHIKA-IIN 82-2121 HOTAKA	CHIKAZOE SHIKA-IIN 88-7770 TOYOSHINA

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

ATENÇÃO : Há atendimento 24 H de segunda a segunda na *Clínica Pediátrica SMILLE em MATSUMOTO*

**SUMAIRU KODOMO KURINIKKU MATSUMOTO – Tel. 0263-38-6088** Antes de ir ligue e peça melhores informações.

**CENTRO DE EMERGÊNCIAS NOTURNAS – tel.: 0263-73-6383** [ Pediatria e Clínica Geral ] em frente ao HOKEN-CENTER de Toyoshina (19:00 ~ 10:00)

## COMUNICADOS / OSHIRASE

### ◆ AOS SENHORES PAIS QUE RECEBEM A AJUDA DE CUSTO INFANTIL : JIDOO-TEATE

じどうであて がつ ふ こ  
児童手当10月振り込み

#### Favor confirmar o depósito em sua conta da parcela de OUTUBRO

A parcela de outubro da ajuda de custo infantil (referente aos meses de junho, julho, agosto e setembro) foi **depositado na conta dos receptores no dia 15 de Outubro (quarta-feira)**, favor confirmar o saldo da conta referente.

Esta ajuda de custo infantil é distribuída para o pai ou responsável que possui crianças de 0 ~ 12 anos de idade.

Os que possuem crianças na faixa etária referente e ainda não deram entrada no pedido, procure orientação com o encarregado da Seção do Bem-Estar do Cidadão "SHIMIN-FUKUSHI-KA" em qualquer regional da cidade ou na Central do Departamento de Saúde e Bem-Estar no interior do "HOTAKA-HOKEN-CENTER".

Central do Dep. de Cuidado Infantil. Tel 81-0727 Fax 81-0703

### ◆ ORIENTAÇÃO PARA MATRICULAR OS FILHOS NAS CRECHES MUNICIPAIS

しな い ほ い く えん に ゆ う えん せ つ め い か い じ ゆ う げん が く か い か い さ い  
市内の保育園入園説明会・自由見学会の開催

A cidade fará orientações aos pais interessados em colocar os filhos nas creches municipais a partir de abril do próximo ano (2009). Veja as programações do dia da orientação em cada região :

Região	Data da orientação	Horário	Local
<b>TOYOSHINA</b>	Dia 5 / novembro (quarta-feira)	Das 9:30 ~ 11:00 recepção a partir das 9:00	TOYOSHINA-FUREAI-HALL
<b>HOTAKA</b>	Dia 22 / outubro (quarta-feira)		Auditório do HOTAKA-KAIKAN
<b>MISATO</b>	Dia 5 / novembro (quarta-feira)		Auditório do KOUMINKAN de MISATO
<b>HORIGANE</b>	Dia 6 / novembro (quinta-feira)		Salão de eventos do HORIGANE-HOIKUEN
<b>AKASHINA</b>	Dia 29 / outubro (quarta-feira)		Centro de Saúde de AKASHINA AIRISU



As vagas são para crianças cujos pais trabalham fora, cuidam de doentes na família, ou ainda cujos pais são doentes, ou seja são para lares que não tem como cuidar da criança durante o dia. Os detalhes serão explicados nas orientações. A ficha de inscrição para a matrícula será distribuída no dia das orientações, e as inscrições terão início a partir de meados novembro. Caso não tenha possibilidade de participar das orientações providencie a ficha de inscrição na creche de interesse ou no Departamento de Saúde e Bem-Estar "HOTAKA-KENKOU-SHIEN-CENTER" - "HOTAKA-HOKEN-CENTER". Os pais das crianças atualmente matriculadas não precisam participar da orientação, a ficha de inscrição para continuar a frequentar será distribuída pela creche.

As creches da cidade estarão de portas abertas nos dias 10 e 11 de novembro (seg. e ter.) das 9:30 ~ 11:00 horas da manhã para receber a visita dos pais e das crianças não matriculadas para que a conheçam.

Departamento de Saúde e Bem-Estar / Seção da Infância Tel.: 81-0728 Fax.: 81-0703

### ◆ VACINA CONTRA RAIVA PARA OS CÃES QUE NÃO TOMARAM A VACINA DURANTE A PRIMAVERA

はる きょうけんびょうぼう ぼうちゆうしや う いぬ かなら せしゆ  
春に狂犬病予防注射を受けなかった犬は必ず接種を!

A cidade realizará em cada região a campanha de vacinação contra raiva para os cães de estimação e também o registro destes. Os lares que ainda não aplicaram a vacina da raiva este ano no seu estimado cãozinho, e ou que ainda não registraram o seu novo cãozinho devem se dirigir no posto de vacinação mais próximo nas datas determinadas.

Toyoshina 18 de outubro (sábado)

Horigane 22 de outubro (quarta-feira)

Hotaka 25 de outubro (sábado)

Misato 21 de outubro (terça-feira)

Akashina 24 de outubro (sexta-feira)

Procure se informar dos locais exatos de cada região, peça informações na regional do seu bairro.

DESPESAS : Taxa de Registro : 3000 ienes Taxa da vacina : 2670 ienes

Taxa para o comprovante de vacinação : 550 ienes Favor trazer o valor exato para não precisar de troco

### ◆ ORIENTAÇÃO PARA MATRICULAR OS FILHOS

じ どう に ゆ う せ つ め い か い  
児童クラブ入所説明会

#### NOS JIDOU-KAN (CLUBE PARA CRIANÇA APÓS A ESCOLA)

A cidade fará orientações aos pais interessados em colocar os filhos nos Jidou-kan municipais a partir de abril do próximo ano. Veja as programações do dia da orientação em cada região :

Crianças alvo: os que se ingressarão em abril de 2009 e os que estão atualmente na 1ª e 2ª séries.

Região	Data da orientação	Horário	Local
<b>HORIGANE</b>	Dia 17 / novembro (segunda-feira)	Apartir das 19:30h Mais ou menos 1h de duração	Regional de Horigane (sala 301)
<b>AKASHINA</b>	Dia 18 / novembro (terça-feira)		Regional de Akashina (auditório)
<b>TOYOSHINA</b>	Dia 19 / novembro (quarta-feira)		Toyoshina Fureai Hooru (Hoken Senta-)
<b>HOTAKA</b>	Dia 20 / novembro (quinta-feira)		Hotaka Chuou Jidou Kan ( sala para reuniao)
<b>MISATO</b>	Dia 21 / novembro (sexta-feira)		Misato Kouminkan ( 2 andar)

Departamento Infantil: Tel : 81-0727 ou diretamente em cada Jidou-kan

Toyoshina Minami Hotaka Jidou Kurabu Tel: 71-5150 / Toyoshina Takibe Jidou Kurabu Tel: 72-5685

Hotaka Minami-sho Jidou Kurabu Tel: 84-0762 / Hotaka Nishi-sho Jidou Kurabu Tel: 82-2527

Hotaka Kita-sho Jidou Kurabu Tel: 83-5494 / Misato Jidou Kurabu Tel: 76-0185

Horigane Jidou Kurabu Tel: 72-3106 / Akashina Jidou Kurabu Tel: 62-2482

## ◆ INSCRIÇÃO PARA OS CONJUNTOS HABITACIONAIS DO MUNICÍPIO

しえいじゅうたくにゆうきよしゃ ほしゅう  
市営住宅入居者の募集

Inscrições para os seguintes Conjuntos Habitacionais Municipais abaixo :

Conjunto Habitacional	VAGAS	PLANTA BAIXA
HOTAKA-DANCHI (HOTAKA KASHIWABARA)	1 apartamento	2K (2 quartos e cozinha)
MITA DANCHI (HORIGANE MITA)	1 apartamento	3LDK (3 quartos e cozinha)

### Requisitos para a inscrição

- aos que possuem endereço registrado na cidade de AZUMINO ou que trabalham na mesma ;
- aos que estão com os impostos locais em dia ;
- entre outros. Favor entrar em contato para saber dos outros detalhes.



**Data da entrada ( iniciar a morar ) :** 1º de Dezembro ( segunda-feira )

**Período da Inscrição :** de 23 a 31 de outubro, das 8:30 ~ 17:00 horas ( exclui sábados, domingos e feriados )

**Como se inscrever :** a partir de 8 de outubro ( quarta-feira ) o requerimento de inscrição e o guia para a inscrição está a disposição no balcão do local de inscrição. Preencha o requerimento, junte os documentos necessários e faça a inscrição no período determinado.

Caso o número de inscritos for maior que o número de vagas será decidido por sorteio.

**Informações e inscrições :** Na Regional de TOYOSHINA, Dep. de Planejamento Urbano, Seção de Desenvolvimento Urbano **Tel. 72-3111**

## ◆ VAMOS REDUZIR O LIXO DESDE A SUA ORIGEM

もともとから減らすことから始めよう

Até então, uma das maneiras para diminuir o lixo era utilizar a reciclagem, atualmente está se dando início a atividade dos "3R".

**Pergunta:** O que é 3R?

**Resposta:** É o esforço dos 3R para diminuir o número de lixo. A princípio Reduzir o número de lixo (REDUCE), segundo, Reutilizar o que já foi usado (REUSE), e por fim, depois e usar Reciclar (RECYCLE). Retirando as três primeiras letras do alfabeto passou a se chamar 3R.

**Pergunta:** O que seria reduzir?

**Resposta:** Diminuir o uso do que pode se tornar lixo, como por exemplo: diminuir o número excessivo de embrulho, levar a própria sacola ao fazer compras para que reduza o número de sacolas plásticas e outros.

**Pergunta:** O que é reutilizar?

**Resposta:** Reutilizar as garrafas plásticas (após tomar chá ou suco enchê-las e reutilizá-las), as roupas, brinquedos que não se usa mais levá-las para free maketto. Esse tipo de atividade pode-se dar início por você também, vamos tentar?

Contato: Departamento Ambiental do Cidadão Seção Ambiental Tel: 82-3131 ou em cada regional da cidade no Setor Ambiental

## SAÚDE E BEM ESTAR / KENKOU TO FUKUSHI

### ◆ CRIANÇAS DE 2 ANOS PARA SE PREVINIR CONTRA CÁRIES VAMOS FAZER UM EXAME COM O DENTISTA

むし ばよぼう さいじし かけんしん  
むし歯予防に2歳児歯科検診を

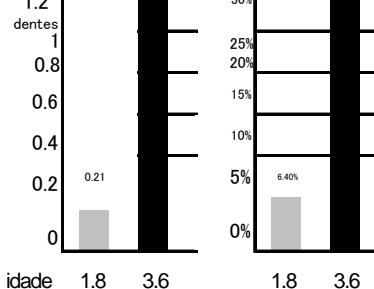
A cidade de Azumino a partir deste ano deu início a prevenção da cárie com crianças na idade de 2 anos, neste é realizado exame com dentista e o uso do fluor. Comparando o tempo que fica com os dentes de leite para com os dentes permanentes é um período muito curto, e para que os dentes permanentes possam nascer saudáveis, com boa formação, para que os dentes estejam firmes e a crianças tenha uma boa pronúncia e outros, é uma etapa importante e de nossa responsabilidade.

Comparando com o resultado dos exames realizados no ano passado com crianças de 1 ano e 8 meses de 3 anos e 6 meses, o número de crianças com números de cáries e dentes cariados aumentou de

Resultado dos exames dentários realizados em 2007

número de cárie por criança

% de cárie por criança



4 a 5 vezes ( ver o gráfico acima). A cárie não se sara sozinha. É necessário fazer uma boa escovação para retirar os tártaros e não comer alimentos doces em exagero, usar fluor para que os dentes se fortaleçam e outros, vamos executar várias maneiras para prevenção e posteriormente ver os resultados. O segundo exame dentário neste ano para crianças de 2 anos será realizado nos dias 3 e 11 de dezembro, as crianças alvos já receberam os comunicados, esperamos que entre contato para marcar a consulta.



## ◆ DIA DO DENTE SAUDÁVEL

は ひ し かけんしん  
「いい歯の日」 無料歯科検診

A Associação de Odontologia da cidade de Azumino realizará exames dentários gratuitos no Dia do Dente Saudável. É uma oportunidade para uma verificação das condições do seu dente.

### EXAME DENTÁRIO GRATUITO

Data e horário : 8 de Novembro ( sábado ) das 14:00 ~ 16:30 hs.

Local : Centro de Saúde de Toyoshina

Conteúdo : (totalmente gratuito) exame dentário, aplicação de flúor

Informações : Clínica Dentária MARUYAMA Tel. 72-2202

### VISITA PARA EXAME DENTÁRIO GRATUITO

Para pessoas acamadas ou impossibilitadas de se locomoverem para uma clínica.

Como funciona: A visita será feita por ordem das inscrições, dependendo do resultado do exame, se necessário for algum tratamento o atendimento será realizado em outro dia.

Favor entrar em contato para saber de detalhes de horário e sobre o questionário da consulta.

Inscrições e informações : Clínica Dentária TAKAHASHI Tel. 73-3771 (Até o dia 31 de outubro)

## DA REDAÇÃO EM PORTUGUÊS / PORUTOGARUGO HENSHUUBU KARA

### OUTONO NO JAPÃO ÉPOCA DA COLORAÇÃO DA PAISAGEM - KOYOU

にほん あき こうよう きせつ  
日本の秋 紅葉の季節



*Na estação do outono as folhas das árvores iniciam a mudança da coloração para o vermelho e amarelo. Esta mudança de coloração das folhas das árvores recebe-se o nome de KOUYOU. As árvores cujas as folhas mudam de cor, são as árvores de “folha caduca”, ou seja, as que perdem suas folhas entre o outono e inverno. A mudança de coloração inicia na parte onde é mais atingida pelos raios solares, até estender-se por completo. As folhas que*

*alteram a sua coloração para o amarelo são denominadas também pela palavra kouyou.*

*Para termos um belo kouyou é necessário ter uma grande diferença de temperatura entre o dia e a noite, as folhas devem receber grande quantidade de raios ultravioleta e umidade adequada para que as folhas não sequem.*

*Imagino que todos estão bem atarefados com o serviço e afazeres do dia a dia, mas não deixem de apreciar esta beleza que a natureza nos proporciona dando um passeio para apreciar a paisagem das folhas avermelhadas com familiares ou amigos ou até mesmo você e a sua máquina fotográfica..., batalhar é preciso, mas as vezes precisamos dar uma parada para respirar e repôr a energia para continuar o combate.*



## EDITORIAL

Outono, frio, clima seco. Tomar bastante líquido para manter a pele saudável e prevenir gripes e resfriados. Atenção a época da influenza se aproxima, não se esqueça de se prevenir fazendo sempre gargarejos, lavando sempre as mãos e outros.

Informações sobre este Informativo em português ou sobre qualquer assunto da prefeitura Regional de Toyoshina **Raquel Kawamura** tel : **72-3111**