



Kouhou Azumino 広報 あづみの

Português – ポルトガル語



Relações Públicas da Cidade de Azumino

Língua Portuguesa Nº 71 (Língua Japonesa Nº 135/136)

Dezembro de 2011 – 12月号

População de Azumino: 99.489

Estrangeiros: 1643 (dados de 1º Dezembro)

O sonho e a esperança são dois calmantes
que a natureza concede ao ser humano.
(Frederico I)

UTILIDADES / YAKUDATSU JOUHO

- ◆ **PAGAMENTOS DO MÊS DE DEZEMBRO** が つ の う き
12月の納期
- ◆ **SEXTA** parcela Seguro de saúde (KOKUMIN-KENKO-HOKEN)
 - ◆ **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 26 de Dezembro (segunda-feira)** ~

Para sempre estar com as contas em dia, aconselhamos o pagamento de contas por transferência automática.

OBS: As contas acima que contém o código de barra, podem ser pagas também nas lojas de conveniência até data de vencimento indicada no boleto.



- ◆ **TELEFONES ÚTEIS** お も か ん こ う し ょ で ん わ ぼ 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 JANEIRO** が つ き げ う じ つ と う ば ん い
1月の休日当番医

	dia 1º (dom) FERIADO	dia 2 (seg)	dia 3 (ter)	dia 8 (dom)	dia 9(2ª f) FERIADO	dia 15 (dom)	dia 22 (dom)	dia 29 (dom)
Hospitais e Clínicas	NAKATA IIN HOTAKA 82-2339	NEZU NAIKA IIN HOTAKA 82-8382	HOTAKA BYOUIN HOTAKA 82-2474	FURUKAWA SEIKEI GEKKA IIN HOTAKA 82-8880	HORIUCHI IIN HOTAKA 82-3324	FURUKAWA IIN HOTAKA 82-4385	ITOU IIN AKASHINA 62-2051	OIWAKE CLINIC HOTAKA 82-2129
	SEKI HINYOUKIKI CLINIC HOTAKA 82-0666	SUZAWA CLINIC HOTAKA 82-2993	ISHIDA IIN TOYOSHINA 72-2766	YAMADA IIN TOYOSHINA 72-3207	FUJIMORI IIN TOYOSHINA 72-2011	MAEZUMI SEIKEI GEKKA IIN HOTAKA 82-1478	TAKAHASHI IIN HOTAKA 82-2561	HOTAKA HAATO CLINIC HOTAKA 50-6731
	TAKAHASHI CLINIC MISATO 77-7880	AZUMINO-KEISEI HIFU-CLINIC TOYOSHINA 71-2345	MARUYAMA NAIKA CLINIC TOYOSHINA 72-6188	YONEKURA IIN HORIGANE 72-2354	NAKAJIMA SEIKEI GEKKA TOYOSHINA 72-3543	WADA IIN HORIGANE 72-2047	AKAZU SEIKEI GEKKA CLINIC MISATO 76-3133	KAMIYA SHONIKAI IIN TOYOSHINA 72-5162
Dentistas	KEYAKI SHIKA HORIGANE 72-7272	HAYASHI SHIKA IIN AKASHINA 62-2403	SATOU SHIKA IIN HOTAKA 81-5155	MIZUHO SHIKA IIN MISATO 77-7111	YAMAMOTO SHIKA CLINIC HOTAKA 84-0004	ALPS SHIKA CLINIC MISATO 77-8901	KOUZUKI SHIKA IIN HOTAKA 82-7530	OOTANI SHIKA IIN TOYOSHINA 72-8858

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

ATENÇÃO : NÃO HÁ MAIS ATENDIMENTO NO SMILLE CLINIC
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**

OSHIRASE = AVISOS



GUIA DE FERIADOS DA VIRADA DE ANO DAS INSTITUIÇÕES PÚBLICAS

ねんまつねんし
年末年始ガイド

COLETA DO LIXO : como cada bairro de cada regional é diferente a maneira de jogar, favor confirmar as datas no Calendário Anual do Lixo distribuído no início do ano fiscal. Final de ano, época de limpeza, época que se acumula muito lixo, favor planejar para que consiga jogar todo o lixo antes do feriado da virada onde os caminhões da coleta também descansam. Favor também colaborar para não deixar o lixo nos locais de coleta durante o feriado.



LIMPEZA NA FOSSA : No final do ano há muito pedido para limpeza das fossas, caso tenha interesse não deixe para a última hora.

TAXI DA CIDADE "AZUMIN" : O taxi "Azumin" da cidade estará de férias do dia 29 de dezembro (5ª f) à 3 de janeiro (3ªf). Apartir do dia 4 de janeiro(4ª f) passará a receber telefonemas para reservas do novo ano.

As Regionais da prefeitura estarão fechadas do dia 29/DEZ (5ªf) ao dia 3/JAN (3ªf) e entrará em funcionamento normal no dia 4 de Janeiro (4ª f).

Serviços Públicos	Dezembro / 2011					Janeiro de 2012				
	28 (4ª f)	29 (5ª f)	30 (6ªf)	31 (sáb)	1º (dom)	2 (2ªf)	3 (3ªf)	4 (4ªf)	5 (5ª f)	
Prefeitura e Regionais (inclui os Centros de Saúde e as máquinas automáticas de retirada de comprovante de residência e de carimbo)		Não funciona de 29/dez ~ 3/jan. ※ As maquinas para retirar o INKAN SHOUMEI também não funciona.								
KOONINKANS [Toyoshina, Hotaka, Misato, Horigane e Akashina]	Não funciona de 28/dez ~ 4/jan.									
Centros esportivos da administração municipal	Não funciona de 28/dez ~ 4/jan.									
Bibliotecas Municipais [Toyoshina, Hotaka, Misato, Horigane e Akashina]	Não funciona de 28/dez ~ 4/jan.									
Instituição Infantil (JIDOOKAN) [Toyoshina, Hotaka, MIsato e Akashina]		Não funciona de 29/dez ~ 3/jan.								

❖ CAMPANHA DE SEGURANÇA NO TRÂNSITO DO FINAL DE ANO

~ As ruas da Província de Nagano tem um sorriso generoso e cordialidade ~

ねんまつ こうつうあんぜんうんどう じっし
年末の交通安全運動を実施

A campanha deste ano será de 12 a 31 de dezembro e abrangerá toda a província.

No inverno escure mais cedo aumentando os acidentes de trânsito no entardecer e a noite, além de nevar as ruas congelam ficando em más condições consequentemente aumenta o número de acidentes.

Vamos a seguir apresentar alguns pontos importante. Esta é a hora de refletir sobre as atitudes no trânsito e respeitar as regras ao sair de casa.

Para este inverno vamos colocar as correntes nas rodas e outros e tomar cuidado com os deslizamento nas ruas congeladas.



VERIFIQUE OS 4 PONTOS IMPORTANTES ABAIXO:

1. DIMINUIR O NÚMERO DE ACIDENTES

COM IDOSOS

O número de acidentes de trânsito com idosos que leva a morte aumentou. No total de mortes por acidente 60% é de idosos. Não se esqueça de ser gentil com os idosos quando estiver no volante. E os idosos não se esqueçam de respeitar as regras do trânsito.

2. EXTERMINAR O ÁLCOOL NO TRÂNSITO

Os acidentes causados por motoristas embriagados são considerados **CRIMES** e não acidentes por erro.

Dirigir com ressaca também é fora da lei. Caso va dirigir no dia seguinte, beba menos no dia anterior.

3. PREVINIR ACIDENTES AO ENTARDECER

COM PEDESTRES E COM BICICLETAS

Acidentes com pedestre e bicicleta que leva a morte, é ao entardecer. Ao entardecer há pouca visão por parte do motorista para com o pedestre, tornando-se perigoso.

Use roupas claras e faixas fluorescentes ao sair.

4. USAR CINTO DE SEGURANÇA EM TODOS OS

ASSENTOS E CADEIRAS DE BEBÊS

A taxa de homicídio pelo não uso do cinto de segurança é 17 vezes maior do que os que usam. É um dever usar o cinto de segurança em todos os assentos e usar assentos especiais para bebês e crianças. Quando entrar no carro tenha o costume de sempre usar o cinto de segurança

INFORMAÇÕES : Seção de Prevenção de Acidentes / Regional de Hotaka Tel.: 82 -3131



PREVENÇÃO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO

ねんまつ かさい よぼう
年末の火災予防

A campanha deste ano será dos dias 25 a 30 de dezembro e abrangerá toda a província.

~ **É uma época fácil de causar incêndio!** ~

No final do ano com muita agitação acaba-se tendo negligência com o uso do fogo.

Além do ar ficar mais seco e o vento forte, torna-se uma época de ocorrer incêndios com maior facilidade.

No período de 25 a 30 de dezembro, 6 dias serão voltados para a prevenção de segurança contra incêndio. Este período onde as pessoas usam muito o fogo, e por ser uma época muito corrida, acaba tornando fácil acontecer acidentes. Desta forma o corpo de bombeiro da cidade está pedindo a todos que tenham cautela e tomem cuidado quando usar o fogo.

Contatos: Corpo de Bombeiro de Toyoshina Tel: 72 - 3145 / Corpo de Bombeiro de Hotaka Tel 82 - 3262
/ Corpo de Bombeiro de Azusagawa Tel : 78 - 2090 / Corpo de Bombeiro de Akashina Tel : 62 -2992

❖ FAVOR COLABORAR COM OS TRABALHOS DE LIMPEZA DA NEVE

じよせつさぎょう きょうりよく ねが
除雪作業にご協力をお願いします

Estamos entrando na estação das neves. Na cidade de Azumino o carro de limpeza de neve entra em ação nos casos em que a acumulação de neve passa dos 10 centímetros, este dará primeiro prioridade para vias principais e as vias de acesso às escolas. Para evitar congestionamentos e acidentes desnecessários realizamos este trabalho durante a madrugada, também para que dê tempo até a hora em que a maioria sai para trabalhar ou ir para a escola. Porém, gostaríamos da compreensão, se o tempo não for suficiente para o término do trabalho, nos casos por exemplo de neve logo pela manhã.



O que cada um pode fazer para colaborar com a eliminação da neve acumulada:



RETIRAR A NEVE ACUMULADA NA ENTRADA DA CASA:

Para que até a hora em que todos saem de casa os trabalhos estejam terminados, o carro de limpeza de neve [JYOSETSUSHA] pode acabar acumulando as neves das vias em frente as casas e garagens de particulares, sabemos o quanto isto se torna um transtorno, mas contamos com a colaboração da população para a limpeza da neve acumulada nestes casos.



COLABORAÇÃO PARA COM A LIMPEZA DAS RUAS E VIELAS:

Há vias e ruelas estreitas em que o JYOSETSUSHA não

consegue entrar, favor colaborar com os vizinhos e realizar a limpeza destes locais. Favor colaborar também com a limpeza da frente das casas de idosos e deficientes.



NÃO ESTACIONAR NAS RUAS:

Favor não estacionar veículos nas ruas. Além de dificultar e até impedir a passagem do carro da limpeza, pode também se tornar um obstáculo para bombeiros e ambulâncias.



CUIDADO AO JOGAR A NEVE:

Não empurre a neve acumulada no seu quintal para as ruas, a neve acumulada estreita as vias que pode acabar sendo a causa de acidentes. Também não jogue a neve acumulada nas valetas para evitar o congelamento causando além de enchentes, o

impedimento do uso do mesmo para os trabalhos de extinção de incêndios.



POR FAVOR MANTENHA DISTÂNCIA DOS TRATORES "JOSETSUSHA" QUE LIMPAM A NEVE:

Trabalhamos tomando o máximo de cuidado para não causar acidentes. Favor não se aproximar do JOSETSUSHA, e favor orientar sobre isto principalmente quem possui crianças pequenas em casa.



DISTRIBUIÇÃO DO ENKARU:

A cidade fará a distribuição de "Pó anti-congelante" (Enkaru) como todos os anos. Favor espalhar em locais com perigo de congelamento.



Informações nas Regionais da prefeitura.



◆ PREVENÇÃO DO CONGELAMENTO DO REGISTRO DE ÁGUA DURANTE O INVERNO

げんとうき すいどうめーたー たーとうけつぼうし きょうりやく
厳冬期の水道メーターの凍結防止の協力

Estamos mais uma vez nos aproximando do rigoroso inverno. Como a exemplo de todos os anos neste período de dezembro a março registramos muitos casos de estragos dos medidores de consumo (registro) de água por congelamento, principalmente quando a temperatura cai a menos de 4 graus. Estes medidores que são emprestados pela cidade aos usuários, devem ser zelados por cada usuário.

Favor tomar os seguintes cuidados para evitar os estragos por congelamento :



para evitar que congele.

- Coloque no interior da caixa sacos plásticos com pedaços de isopor para manter a temperatura ;
- Enrole fitas próprias "Touketsu boushi tai" ou "Hoonzai" para manter a temperatura e evitar o congelamento nas partes da canalização exposta ,
- Nos casos de deixar a casa (dias ou semanas por motivo de viagens por exemplo), deixe a torneira um pouco aberta

Atenção, pois caso o registro se estrague por falta de cuidados contra o congelamento por responsabilidade do usuário, as despesas para arrumar o registro podem ser cobradas do usuário.

Informações : Departamento de Água e Esgoto, Setor administrativo da Seção de Água.

Tel. 72-3111 Fax. 72-3176

SAÚDE / KENKOU

IMPORTANTE SABER! DIABETE No 8

とういようびょう
糖尿病シリーズ8

A hiperglicemia e aterosclerose é mais perigosa na plenitude da vida!

Não percebendo o aumento de açúcar no sangue pode ser ter aterosclerose sem perceber. Neste caso pessoa que tem diabetes pode ter infarto ou derrame de 2 a 4 vezes a mais do que uma pessoa que não tem. Uma pessoa ainda jovem que precisa desses cuidados por ter tido uma destas doenças, é uma grande tristeza para o próprio e para a família, além de ser também uma grande perda para a sociedade. Os resultados dos exames realizados pela cidade comparando com outras, tem um número alto de pessoas com diabetes. Desta maneira num futuro próximo poderá morrer muitas pessoas com infarto ou derrame, e muitas poderão ficar com deficiência física, não podendo ter mais uma vida normal.

Maiores informações :

Setor Responsável pela Prevenção da Saúde "Hoken Yobou Tantou" Tel: 0263-81-0726



EDITORIAL

Mais um ano chegando ao seu final, pra muitos uma ano rápido, já para outros uma eternidade. A cada dia de nossa vida, aprendemos com nossos erros ou nossas vitórias, o importante é saber que todos os dias vivemos algo novo, não desista dos seus sonhos. Desejo à todos um 2012 cheio de saúde, paz e amor com suas famílias. E que todos realizem os seus mais belos sonhos no decorrer do ano vindouro.. Feliz Ano Novo!!!

Informações sobre este Informativo em português ou sobre qualquer assunto da prefeitura
Prefeitura de Azumino (Central) tel : **71-2000** Regional de Toyoshina (somente as terças-feiras) tel : **72-3111**