

**Inscrições abertas aos alunos para aulas na pequena biblioteca de ciências**

Aulas em Dezembro	Dia do início	Dia 3 ( Sábado )	Vamos desafiar os 100 metros com o foguete feito de garrafas PET	
		Dia 4 ( Domingo )		
		Dia 17 ( Sábado )		Vamos construir uma fonte de água com garrafas PET
		Dia 18 ( Domingo )		Vamos construir uma árvore de Natal com cristal
Horário:	13:30 hs ~ 15:00 hs Taxa de participação: 100 ienes			
Alvo:	alunos acima do ensino primário			
Local:	Pequena biblioteca de ciências			
Como fazer a inscrição:	Telefonar e dizer: ① aula desejada, ② nome da escola que estuda, ③ seu nome, ④ endereço, número de telefone ⑤ nome dos responsáveis ( pais )			
Horário de atendimento:	10:00 hs ~ 12:00 hs / 13:00 hs ~ 17:00 hs ( Exceto quintas, sextas feiras e 3º Terças feiras )			
Informações:	Pequena biblioteca de ciências ☎ 0548-34-5533			



**Informações da administração provincial do parque de Yoshida**

Inscrições · Informações pelo telefone ☎ 0548-33-1420 Secretaria geral da organização sem fins lucrativos NPO Houjin Shizukachan

**Mini curso de jardinagem do mês de Dezembro**

Enquanto estiver participando como voluntário dentro do parque, trabalhando e cuidando das plantas, aprenderá através de um mini curso pequenos conhecimentos acerca de jardinagem de plantas.

Dia e horário : **17 de Dezembro ( Sábado )** à partir das **9:00 hs**

Assunto : Podagem de planta de jardim

※ Em caso de tempo chuvoso será no recinto coberto.

Trazer : Luvas, tesoura para podar árvore.

Local : dentro do parque de Yoshida

Taxa de participação : Gratuito ( não há necessidade de fazer inscrição prévia )



**大切なお知らせ - Aviso importante**

**今年の8月から毎月第2の日曜開庁時に通訳が対応します。その週の水曜日は休暇になります。**

平日に勤務されている外国籍の方が、転居、転入、転出、婚姻届、離婚届、出生届、死亡届、印鑑登録又は住民票、印鑑証明書、課税証明書、納税証明書、国民健康保険へ加入、年金へ加入、後期高齢者の手続きなどができるよう、2016年8月の第2日曜開庁から通訳がポルトガル語、スペイン語と英語で窓口で対応します。外国籍の方は、第2日曜開庁でマイナンバーカードの手続き、直接当日の予約、マイナンバーの不明な点を問い合わせる事もできます。マイナンバーカード交付は 8:40~12:00・13:00~17:00.

**Serviço de intérprete no segundo Domingo à partir do mês de Agosto e ausência na Quarta feira subsequente**

Para atender os estrangeiros que trabalham durante os dias da semana, para fazer os trâmites de registro como mudança de endereço dentro da cidade, vinda e saída, registro de casamento, divórcio, nascimento, falecimento, registro de carimbo ou a emissão de documentos como certificado de residência, certificado de carimbo registrado, certificado de pagamento de impostos e de renda, etc..., afiliação ao Seguro Nacional de Saúde ( Kokumin Kenko Hoken ), aposentadoria, seguro de saúde para idosos, à partir de Agosto de 2016 nos segundos Domingos de cada mês, haverá serviço de intérprete em Português, Espanhol e Inglês. Os estrangeiros também poderão nestes segundos domingos de cada mês fazer os trâmites do número individual e reservar o horário pessoalmente ou também por telefone ou tirar dúvidas à respeito. O atendimento neste caso será à partir das 8:40 hs até meio dia e das 13:00 hs até as 17:00 hs.

**税務課のお知らせ(ぜいむかのおしらせ) Aviso do setor de impostos**

**あなたの税金(ぜいきん)が町(まち)をつくります。Seus impostos constroem a cidade.**

**11月(がつ)の納税(のうぜい) Impostos de Novembro - Zeimuka Shuunou Kanri Bumon ☎ 0548-33-2109**

<b>国民健康保険税 第5期(こくみんけんこうほけんぜい だいがき)</b>	<b>11月30日(水)</b>
<b>Pagamento da 5ª parcela do imposto de seguro de saúde</b>	<b>30 de Novembro (Quarta)</b>

**"Lembretes da cidade de Yoshida" (吉田町のお知らせ)**

**積極的に参加しましょう。12月4日(日)は「地域防災の日」**

Venham participar ativamente no dia 4 de Dezembro ( Domingo ) Dia da prevenção de acidentes da regioa à partir das 8:30 hs.

Para elevar a consciência do dia de prevenção contra desastres locais, iremos realizar no dia 4 de Dezembro ( Domingo ) o treinamento de prevenção contra desastres com o objetivo planejar a redução da catástrofe. Quando ocorrer uma calamidade de grande escala, a maioria das pessoas enfrentarão condições que não experimentaram no passado. Vamos participar ativamente do treinamento da sua localidade para agir com calma com a finalidade de tomar as medidas adequadas e necessárias nessas condições. Também pode se registrar no email de desastres de Yoshida-cho, para quando ocorrer uma catástrofe, tomar as providências. É um serviço de informações através de email registrado para informar sobre catástrofe de terremotos, Tsunami, tempo. É necessário registrar o endereço que é gratuito para celular ou computador. Pode se utilizar o código QR para fazer o registro.

No dia 4 também às 8:30 hs, será emitido um sinal de alerta de emergência pela cidade para testar o funcionamento da transmissão do email de informações de emergência local, para celulares, smartphones, tablets que possuem dispositivo de recepção.

No dia 29 de Novembro ( Terça ) às 11:00 hs, será emitido simultaneamente em todo o Japão o teste do sinal de alerta de emergência. Será realizado o teste de transmissão do sinal de alerta na cidade de Yoshida-cho.

Informações : Bousai-ka - Bousai Bumon ☎ 0548-33-2164



**Boletim informativo aos estrangeiros que moram em Yoshida**

Edição 0032 / Novembro de 2016 Versão em português  
 Prefeitura municipal de Yoshida  
 Shizuoka-ken Haibara Gun Yoshida-cho Sumiyoshi 87 Banchi  
 ☎ : 0548-33-1111 http://www.town.yoshida.shizuoka.jp



**Amizade**



<p><b>Tatemono no muryou soudan</b>                  建物(たてもの)の無料(むりよう)相談(そうだん)</p> <p>Consultas gratuitas sobre construções. <b>Domingos</b> dias: <b>4, 11 e 25 de Dezembro</b> das <b>10:00 hs ~ 12:00 hs</b>. Chuo Kouminkan.</p> <p>2º andar sala de reunião IT. Leis / obras de reforço contra terremotos.</p> <p>Aqueles que desejam fazer consulta entrar em contato previamente.</p> <p>Informações : setor de construção e meio ambiente da cidade.</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 2 1 6 1</b></p>	<p><b>Titeki shougaiha soudan</b>                  知的(ちてき)障害者(しょうがいしゃ)相談(そうだん)</p> <p>Consultas para pessoas com deficiência mental. <b>Terça-feira</b> dia 6 de <b>Dezembro</b> das <b>10:00 hs</b> às <b>12:00 hs</b>. Local: Shougaiha Jiritsu Shien</p> <p>Shisetsu ( Atsuma rina ). Aqueles que tem consulta, favor fazer a reserva.</p> <p>Informações:</p> <p>Consultor : Shiba ☎ <b>0 5 4 8 - 3 2 - 3 0 6 5</b>                  Atsuma rina ☎ <b>0 5 4 8 - 3 4 - 2 0 0 0</b></p>
<p><b>Denwa soudan kujyou nado madoguchi</b>                  電話(でんわ)相談(そうだん)(苦情(くじょう)等(など))窓口(まどぐち)</p> <p>Consulta por telefone ( queixas, etc... ). Queixas ou consultas relacionados à gestão administrativa terão apoio do orientador. Horário: <b>9:00 hs</b> às <b>15:45 hs</b>. ( Exceto <b>Sábados, Domingos e feriados</b> )</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 3 1 1 7 ( direto )</b></p>	<p><b>Shouhi seikatsu soudan</b>                  消費(しょうひ)生活(せいかつ)相談(そうだん)</p> <p>Consulta sobre problemas, dúvidas relacionados ao consumo de bens, etc...</p> <p>Atendemos a qualquer hora. Favor comunicar antecipadamente.</p> <p>Informações com o setor das indústrias. Horário: <b>8:30 hs</b> às <b>17:00 hs</b>. ( Exceto <b>Sábados, Domingos e feriados</b> )</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 2 1 2 2</b></p>
<p><b>Muryou houritsu soudan</b>                  無料(むりよう)法律(ほうりつ)相談(そうだん)</p> <p>Consulta jurídica gratuita. Duas vezes por mês : na <b>Quinta-feira</b> dia <b>1</b> e na <b>Quinta-feira</b> dia <b>8 de Dezembro</b> das <b>13:30 hs</b> às <b>15:30 hs</b>.</p> <p>20 minutos por pessoa. 2º andar da Prefeitura na sala de reuniões</p> <p>Aqueles que tem consulta, favor fazer a reserva.</p> <p>Informações com o setor dos assuntos gerais</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 2 1 3 1</b></p>	<p><b>Seisou centa/Risaikuru centa kyuujiitsu hanniyubi</b>                  清掃(せいそう)センター・リサイクルセンター休日(きゅうじつ)搬入(はんにい)日(び)</p> <p>Centro de reciclagem e de limpeza. <b>Domingos</b> dias <b>11 e 25 de Dezembro</b> das <b>8:30 hs ~ 12:00 hs / 13:00 hs ~ 15:00 hs</b>.</p> <p><b>Sábados</b> dia <b>3 e 17 de Dezembro</b>, das <b>8:30 hs ~ 12:00 hs</b>.</p> <p>Informações no centro de limpeza.</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 2 4 - 0 5 3 0</b></p>
<p><b>Suku Suku Hiroba</b>                  すくすく広場(ひろば)</p> <p>Intercâmbio das crianças. Dia <b>13 de Dezembro ( Terça )</b>, das <b>10:00 hs ~ 11:30 hs</b>.</p> <p>Para : Pais e cujos filhos irão ingressar na escola infantil.</p> <p>Local : Wakaba Hoikuen. Participação livre.</p> <p>Conteúdo : Reunião de Natal</p> <p>Informações : Chuo Jidokan ☎ <b>0 5 4 8 - 3 2 - 3 4 0 1</b></p>	<p><b>Seishin shougaiha kazoku soudan</b>                  精神(せいしん)障害者(しょうがいしゃ)家族(かぞく)相談(そうだん)</p> <p>Consulta para famílias com deficientes mentais.</p> <p>dia <b>15 de Dezembro ( Quinta )</b> das <b>13:30 hs</b> às <b>15:30 hs</b>.</p> <p>Local : Atsuma rina. Aqueles que tem consulta, fazer a reserva</p> <p>Informações :</p> <p>Ishigami ☎ <b>0 5 4 8 - 3 2 - 5 7 8 4</b>                  Atsuma rina ☎ <b>0 5 4 8 - 3 4 - 2 0 0 0</b></p>
<p><b>Shimpai goto Soudan</b>                  心配(しんぱい)ごと相談(そうだん)</p> <p>Consultas sobre preocupações 2 vezes ao mês : dias <b>14 e 21 de Dezembro</b>. ( <b>Quarta</b> ). Horário : das <b>13:30 hs ~ 16:00 hs</b> ( Recepção até às <b>15:30 hs</b> ).</p> <p>1º andar do prédio Kenko Fukushi Centa ( Haatofuru ).</p> <p>Informações com o conselho de assistência social.</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 4 - 1 8 0 0</b></p>	<p><b>Nichiyou kaichou jisshibi</b>                  日曜(にちよう)開庁(かいちょう)実施(じっし)日(び)</p> <p>Plantão de atendimento aos <b>Domingos</b> na prefeitura dias <b>11, 18 e 25 de Dezembro</b>.</p> <p>das <b>8:15 hs ~ 12:00 hs</b> e das <b>13:00 hs ~ 17:00 hs</b>.</p> <p>Informações com o setor dos assuntos gerais.</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 2 1 3 2</b></p>
<p><b>Kodomo no soudan shitsu</b>                  子(こ)どもの相談室(そうだんしつ)</p> <p>Sala para consultas da criança. Toda semana em <b>Dezembro</b> na <b>Terça e Sexta</b> das <b>8:30 hs ~ 12:00 hs / 13:00 hs ~ 16:30 hs</b>. <b>Quarta e Quinta</b> <b>8:30 hs ~ 12:00 hs</b>. 5º andar da Prefeitura na sala de consultas de pedagogia. Aqueles que tem uma consulta a fazer, entrar em contato antecipadamente.</p> <p>Informações com a secretaria geral do conselho diretivo.</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 2 1 5 1</b></p>	<p><b>Ippan haikibutsu saishu shobunjyo (Ebo ike) kyujitsu hanniyubi</b>                  一般廃棄物(いっぱんはいきぶつ)最終(さいしゅう)処分場(しょぶんじょう)(エボ池)(えぼいけ)休日搬入日(きゅうじつはんにい)日(び)</p> <p>Local definitivo para colocar os resíduos de lixo.</p> <p><b>Domingos</b> dias <b>4, 11, 18 e 25 de Dezembro</b> <b>13:00 hs ~ 15:30 hs</b>.</p> <p>Informações : setor de construção e meio ambiente da cidade</p> <p>☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 2 1 0 2</b></p>

**☎ 便利な電話番号表(べんりなでんわばんごうひょう) Lista de telefones úteis ☎**

牧之原警察署 (まきのはらけいさつしょ)	Delegacia de policia	0548-22-0110	まきのはらしほそえ 2 7 3 7
榛原総合病院 (はいばらそうごうびょういん)	Hospital Haibara	0548-22-1131	まきのはらしほそえ 2 8 8 7 - 1
ハローワーク榛原 (はいばら)	Hello Work Haibara	0548-22-0148	まきのはらしほそえ 4 1 3 8 - 1
島田年金事務所 (しまだねんきんじむしょ)	Escritório de pensão oficial	0547-36-2211	しまだしやなぎまち 1 - 1
島田税務署 (しまだぜいむしょ)	Delegacia fiscal	0547-37-3121	しまだしおうちまち 2-2
静岡入国管理局 (しずおかにかいこくかんりきょく)	Imigração de Shizuoka	054-653-5571	しずおかしあおいくてんまちよう




内容(ないよう)	対象(たいしょう)	期日(きじつ)	受付時間(うけつけじかん)
Conteúdo	Beneficiários	Dia marcado	Horário/inscrição
Consulta sobre saúde do bebê	Bebês e crianças	( <b>sexta-feira</b> dia <b>16 / Dezembro</b> )	9:30 ~ 11:00
Consulta de saúde para bebês de 7 meses	Nascidos em <b>Maio</b> de 2016	( <b>quinta-feira</b> dia <b>15 / Dezembro</b> )	9:00 ~ 10:00
Consulta de saúde para bebês de 1 ano	Nascidos em <b>Dezembro</b> de 2015	( <b>terça-feira</b> dia <b>6 / Dezembro</b> )	9:00 ~ 10:00
Consulta de saúde para bebês de 1 ano e 6 meses	Nascidos em <b>Maio</b> de 2015	( <b>terça-feira</b> dia <b>6 / Dezembro</b> )	13:00 ~ 14:00
Consulta de saúde para bebês de 3 anos	Nascidos em <b>Novembro</b> de 2013	( <b>quarta-feira</b> dia <b>14 / Dezembro</b> )	13:00 ~ 14:00
Consulta de dentária para bebês de 2 anos	Nascidos em <b>Dezembro</b> de 2014	( <b>sexta-feira</b> dia <b>9 / Dezembro</b> )	9:00 ~ 10:00
Consulta de dentária para bebês de 2 anos e 6 meses	Nascidos em <b>Junho</b> de 2014	( <b>sexta-feira</b> dia <b>9 / Dezembro</b> )	13:00 ~ 14:00
Consulta de dentária para bebês de 3 anos e 6 meses	Nascidos em <b>Junho</b> de 2013	( <b>sexta-feira</b> dia <b>9 / Dezembro</b> )	14:30 ~ 15:30

母子(ぼし)健康(けんこう)手帳(てちょう)交付(こうふ) 毎週(まいしゅう)月曜日(げつようび) **8:15 ~ 16:45**

Emissão e entrega da caderneta de saúde da mãe e bebê.



Toda semana às segundas-feiras das **8:15 hs ~ 16:45 hs**.




肝炎(かんえん)ウイルス相談(そうだん)・検査(けんさ)、  
エイズ検査(けんさ)、骨髄(こつずい)ドナー登録(とうろく)受付(うけつけ)  
Hepatite, consultas sobre vírus, exames, exames de AIDS,  
aceitação e registro de doadores de medulas.  
問合先(といあわせさき) 中部(ちゅうぶ)保健所(ほけんしょ) ( 予約制(よやくせい) )  
Informações no centro de saúde de Chubu ( necessário reserva ) ☎ **054-644-9273**

Papa / mama kyoushitsu  
パパ・ママ教室(きょうしつ) II  
Uma vez por mês. Dia **16 de Dezembro**  
( **Sexta** ) das **18:30 ~ 20:00** Curso de orientação para pais e mães  
産後(さんご)の日常(にちじょう)生活(せいかつ)、赤(あか)ちゃん  
とお風呂(ふろ)、赤(あか)ちゃんの抱(だ)き方(かた)についてのお  
話(はなし)など. **12月16日(金) 18:30 ~ 20:00**  
Orientação sobre a vida, dia a dia após o parto, banho do bebê,  
cuidados na hora de pegar no colo entre outros...

BCG 予防接種 (よぼうせつしゅ) 12月7日(水)  
Dia **7 de Dezembro (Quarta)** vacinação contra BCG 受付時間(うけつけじかん) **13:00 ~ 14:00**  
Horário de atendimento: **13:00 hs ~ 14:00 hs**  
※個別通知(こべつつうち)はありません。  
「健康(けんこう)カレンダー」で接種日(せつしゅび)を確認(かくにん)してください。※ Não há aviso individual.  
Após verificar o calendário de vacinação das crianças, leve para vacinar.

町民(ちやうみん)健康(けんこう)相談(そうだん) **12月5日(月) 9:30 ~ 11:00**  
Consultas para cidadãos sobre saúde. Uma vez por mês na **Segunda-feira** dia **5 de Dezembro** das **9:30 hs ~ 11:00 hs**.  
運動不足(うんどうぶそく)の人(ひと)、たばこをやめたい人、体調(たいちょう)が気(き)になる人、肥満傾  
向(ひまんけいこう)の人など、保健師(ほけんし)・栄養士(えいようし)が個別相談(こべつそうだん)に応  
(おう)じます。気軽(きがる)に相談(そうだん)してください。  
Pessoas com falta de exercício, que desejam parar de fumar, preocupados com a saúde, propensos à obesidade,  
entre outros, esteja à vontade pois o nutricionista e enfermeiro estarão à disposição.




**Dezembro (日) Dias (12月) - 日曜、休日の開業医(にちよう、きゅうじつのかいぎょうい) Clínicas de plantão aos Domingos e feriados**



<b>4</b>	<b>Domingo</b>	MASSUDA KURINIKKU (Clínica geral MASSUDA) ☎ <b>0 5 4 8 - 3 3 - 0 5 5 5</b>
<b>11</b>	<b>Domingo</b>	ISHIDA GANKA (Clínica oftalmologista ISHIDA) ☎ <b>0 5 4 8 - 3 4 - 1 4 0 0</b>
<b>18</b>	<b>Domingo</b>	KATO NAIKA IIN (Clínica geral KATO IIN) ☎ <b>0 5 4 8 - 3 2 - 0 7 0 1</b>
<b>23</b>	<b>Sexta</b>	HAIBARA HINYOUKIKI KURINIKKU (Clínica de urologia HAIBARA) ☎ <b>0 5 4 8 - 2 8 - 0 8 8 7</b>
<b>25</b>	<b>Domingo</b>	SEN NAIKA KURINIKKU (Clínica geral SEN) ☎ <b>0 5 4 8 - 3 4 - 1 0 0 1</b>
<b>29</b>	<b>Quinta</b>	ENDOU KODOMO KURINIKKU (Clínica para crianças ENDOU) ☎ <b>0 5 4 8 - 2 2 - 7 3 7 3</b>
<b>30</b>	<b>Sexta</b>	KODOMO KURINIKKU OOKAWA SHOUNIKA (Clínica geral e pediatria OOKAWA) ☎ <b>0 5 4 8 - 3 2 - 6 7 8 9</b>
<b>31</b>	<b>Sábado</b>	AKAHORI SEIKEI GEKA IIN (Clínica ortopédica AKAHORI) ☎ <b>0 5 4 8 - 2 2 - 0 1 1 7</b>

**問い合わせ(といあわせ) Informações: Kenko Zukuri ka (Hoken Center) ☎ 0548-32-7000**

変更(へんぎょう)することがあります。受診(じゆしん)する場合(ばあい)は、当番医(とうばんい)に電話(でんわ)してから受診(じゆしん)してください。  
診療時間(しんりょうじかん) **9:00 ~ 17:00** Horário de atendimento **9:00 hs ~ 17:00 hs**  
Poderá haver alterações. Nos casos em que vai fazer consulta médica, favor telefonar antes antes da consulta.  
備考(びこう) : 日本語(にほんご)が話(は)せない(はなせない)人(ひと)は必ず(かならず)通訳(つうやく)を同伴(どうはん)してください。Para os que não falam japonês é necessário vir acompanhado de um intérprete



**次回の楽市(じかいのらくいち) Próxima feira livre**  
Dia **11 de Dezembro** - das **9:00 ~**  
no estacionamento do parque Noumanji Yama (Castelo Koyama)  
Comercialização de verduras frescas e produtos da região e feira livre.

Você gostaria de estudar a língua Japonesa? Primeiramente vamos fazer uma visita na aula  
勉強会(べんきょうかい)の日(ひ) 毎月(まいつき) 第(だい)1~第(だい)3水曜日(すいようび)  
Grupo de estudos todos os meses na **1º, 2º e 3º Quartas-feiras**  
時間(じかん) **19:30~21:00** 会費(かいひ) 1.000 円  
Horário: das **19:30 hs às 21:00 hs** Taxa para associados: 1.000 ienes  
場所(ばしょ) 健康福祉(けんこうふくし)センター 「はあとふる」2階(かい)  
Local: Kenko Fukushi ka Centa [Haatofuru] 2º andar  
主催者(しゅさいしゃ) 吉田町国際交流協会(よしだちやうこくさいこうりゅうきやうかい)  
Patrocinador: Yoshida-cho Kokusai Kouryu Kyoukai (Associação de Amizade Internacional de Yoshida)  
問(と)い合(あ)わせ 吉田町企画課(よしだちやうきかく) ☎ **0548-33-2135**  
Para informações: Yoshida-cho Kikaku ka ☎ **0548-33-2135**



**日本語**  
**LÍNGUA**  
**JAPONESA**

**Não gostaria de movimentar o corpo e promover a saúde? Reunião para ensaio de dança original da cidade**

Local:	Horário:	Dezembro
Jikyoukan	<b>19:30 hs às 21:00 hs</b>	<b>Dia 14 (Quarta)</b>



O que levar: Calçado para utilizar dentro do recinto (vestuário que dê para fazer exercício físico). O calendário e o local poderão sofrer alterações.  
Informações: Cho Dansu Kenko Zukuri Suishinkai ☎ **0548-32-7000**

**住民基本台帳人口(じゅうみんきほんだいちやうじんこう)**  
População da cidade de Yoshida-cho em **31 de Outubro de 2016: 29.757 pessoas. sexo masculino = 14.869 / sexo feminino = 14.888**  
Deste total acima a população estrangeira em Yoshida-cho é de **1.099 pessoas. sexo masculino 508 pessoas / sexo feminino 591 pessoas**

**MY NUMBER** - Consulte o site abaixo ou entre em contato no telefone. Call center: **0570-20-0291**  
Inglês, Espanhol, Português, Chinês ... ➔ Web site <http://www.kojinbango-card.go.jp>

**Será realizado o concerto musical de Natal da base aérea de Shizuhamma em Dezembro**

Dia e horário: **10 de Dezembro (Sábado)** à partir das **14:00** horas ~  
Local: Ooigawa Bunka Kaikan MUSICO  
Entrada: gratuita (não é permitida a admissão de crianças em fase pré escolar)  
Encerramento das inscrições: **25 de Novembro (Sexta)**  
Método de inscrição: Enviar o cartão postal com cartão resposta anexado com selo pago, preenchido com o endereço, nome, telefone, escrevendo legivelmente o nome de todos os participantes ou inscrever-se através da página da Internet.  
Informações: Departamento de relações públicas da base de Shizuhamma ☎ **054-622-1234** (〒421-0201 Yaizu-shi Kamikosugui 1602)

**Para as pessoas que estão inscritas no Kokumin Kenko Hoken. Já realizou o exame médico específico?**

O que é o exame médico específico?  
O exame médico específico é um exame para detectar a síndrome metabólica que é causada pela acumulação de gordura visceral.  
Vantagens do exame médico específico:  
① Detecção de doenças que estejam relacionadas com o estilo de vida.  
② De acordo com o resultado do exame médico é possível receber uma orientação e consulta pelo nutricionista e enfermeiro de saúde no sentido de melhorar os hábitos de vida.  
③ Pode prevenir que a doença ocorra, reduzindo as despesas médicas do sistema de seguro nacional de saúde.  
O exame médico específico é realizado em cada área, começando pelas instituições médicas onde se realizam exames coletivos e é possível realizar exames individuais. O exame específico coletivo deste ano termina em Dezembro e o exame específico individual pode ser feito até Março. Faça o exame sem falta.  
Exame de saúde coletivo (12:45hs~14:00hs)  
Em **1 de Dezembro (Quinta)** e **2 de Dezembro (Sexta)** Escritório de bem estar social (Yoshida cho Kenko Fukushi Centa Haatofuru)  
Em **13 de Dezembro (Terça)** em Kita ku Jikyoukan  
Em **21 de Dezembro (Quarta)** e **22 de Dezembro (Quinta)** no Hoken Centa  
※ O exame de saúde é gratuito. Não é necessário fazer reserva.  
Alvo: Quem está afiliado no seguro nacional de saúde com mais de 40 anos e menos de 75 anos de idade.  
※ Para pessoas com mais de 75 anos de idade pode se fazer a mesma consulta.  
Trazer: cartão para consulta, cartão do seguro nacional de saúde, questionário e urina.  
Informações: Seção de cidadãos Chouminka Kokuho Bumon ☎ **0548-33-2103**

