

Chuo City

4

ABRIL
2022
Edição nº169

MANAKA

JORNALZINHO DE

Informativo de Chuo-shi



Visite o site da cidade,
agora com um link em português

<http://www.city.chuo.yamanashi.jp>



Índice

JORNALZINHO DE MANAKA / ABRIL 2022

お知らせ **INFORMAÇÕES**

ポルトガル語の通訳者について P 1
ATENDIMENTO COM INTÉRPRETE (PORTUGUÊS)

日本語教室ボランティア講師募集 P 1
ESTAMOS RECRUTANDO INSTRUTORES VOLUNTÁRIOS PARA O CURSO DE LÍNGUA JAPONESA

外国籍住民のための日本語教室 生徒募集 P 2
CURSO DE LÍNGUA JAPONESA INSCRIÇÕES ABERTAS

「MANAKA」のWEB版を見るには P 3
PARA LER O MANAKA NA VERSÃO DA WEB

中央子育て支援センター 4月1日 オープン P 3
INAUGURAÇÃO DO CENTRO DE APOIO À CRIAÇÃO DE FILHOS DE CHUO EM 1 DE ABRIL

玉穂B&G海洋センター（プール）が生まれ変わります！ P 5
A PISCINA EM TAMAHO, B & G KAIYOU CENTER VAI RENASCER!

相談 **CONSULTAS**

無料弁護士相談（予約制） P 6
CONSULTA JURÍDICA GRATUITA (NECESSÁRIO AGENDAMENTO)

市民安全安心
SEGURANÇA E TRANQUILIDADE PARA OS RESIDENTES

食料備蓄のすすめ P 7
RECOMENDAÇÃO DE ESTOQUE DE MANTIMENTOS (PARA EMERGÊNCIAS)

がんばれ子育て “DANDO DURO” NA CRIAÇÃO DOS FILHOS

予防接種を受けましょう P 8
VAMOS TOMAR A VACINA PREVENTIVA

<4月>子育て支援事業スケジュール P 9
< ABRIL > CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE APOIO À CRIAÇÃO DE FILHOS

児童館からのお知らせ AVISO DO JIDOOKAN P10

健康ライフ **VIDA SAUDÁVEL**

各種健診と希望調査 P11
EXAME MÉDICO GERAL DA PREFEITURA E FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO

こうれいしゃはいえんきゅうきんかんせんしやうよぼうせつしゆ
高齢者肺炎球菌感染症予防接種

VACINA CONTRA INFECÇÃO POR PNEUMOCOCO PARA IDOSOS

..... P12

がつほけんじぎやう

<4月>保健事業スケジュール

< ABRIL > CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE SAÚDE

..... P13

かんきやう

環境のこと **SOBRE O MEIO-AMBIENTE**

きやうけんびやう

狂犬病のワクチン接種をお忘れなく

NÃO SE ESQUEÇA DA VACINA ANTI-RÁBICA

..... P15

がつ

<4月>ごみ収集スケジュール

< ABRIL > CALENDÁRIO DA COLETA DE LIXO

..... P16

ちやうやうしこくさいこやうりやうきやうかい

中央市国際交流協会 ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE CHUO

ぼしやう

募集 RECRUTAMENTO

..... P17

めんせきじこやう

免責事項 TERMO DE IMUNIDADE

..... P18

※^{しんがた}新型コロナウイルス^{かんせんしやう}感染症^{えいきやう}の影響^{けいさいないやう}で掲載内容^{へんこやう}に変更^{しやう}が生じる場合があります。変更^{へんこやう}があった場合は、^{ぼあい}市ホームページや SNS などでお知らせしますので詳細^{しやうさい}は各課^{かく}へお問い合わせ^{とあ}ください。

Devido aos efeitos da pandemia do Coronavírus, as informações contidas neste informativo podem sofrer alterações. Em caso de alteração, esta será comunicada na página *web* do município ou através de redes sociais, portanto para maiores detalhes entre em contato com o setor de pertinência.

お知らせ INFORMações

ポルトガル語の通訳者について ATENDIMENTO COM INTÉRPRETE (PORTUGUÊS)

市役所に問い合わせをしたい時などに、日本語が分からなくて、市役所の手続きなどわからないことや困っていることで相談したい人は、中央市役所本館(新庁舎)の市民環境課に一声おかけいただくか、下記のお問い合わせ先にご連絡ください。ポルトガル語の通訳者が対応します。

Se você não entende o idioma japonês e precisa resolver algum assunto na prefeitura de Chuo ou mesmo fazer uma consulta sobre algum problema, procure a intérprete no *Shimin Kankyoka* (balcões 7 e 8) na matriz da prefeitura de Chuo em *Tatomi*. As consultas também podem ser feitas por telefone, no número abaixo.

●通訳者のいる時間 毎週月曜日～金曜日 午前8時30分～12時、午後1時～5時00分

※ただし、市役所が休みの日は除きます。

Horário da intérprete: das 8h30 ao meio-dia e das 13h00 às 17h00 de segunda a sexta, exceto feriados, sábados e domingos.

(Atendimento entre meio-dia e 13h00 somente sob agendamento)

OBS: Confirme a presença da intérprete antes de comparecer à prefeitura para evitar desencontros



お問い合わせ：市民環境課 ☎055-274-8541

Informações: *Shimin Kankyooka* (Divisão de Registro Civil e Meio Ambiente) Tel: 055-274-8541

日本語教室ボランティア講師募集 ESTAMOS RECRUTANDO INSTRUTORES VOLUNTÁRIOS PARA O CURSO DE LÍNGUA JAPONESA

中央市国際交流協会では、毎週日曜日(年末年始や連休を除く)に外国籍住民へ向けた日本語教室を行っており、最近では生徒数が増加し大変賑わっています。

Todos os domingos (exceto no recesso de final e começo de ano ou feriados seguidos), a Associação Internacional de Chuo realiza o curso da língua japonesa voltado aos estrangeiros residentes, e últimamente o número de alunos tem aumentado bastante.

そこで円滑な授業を行うためにボランティア講師を募集します。興味のある方はお気軽にご連絡ください。

Para que possamos realizar uma aula sem transtornos, estamos à procura de instrutores voluntários. Solicitamos aos interessados que entrem em contato conosco.



お問い合わせ 企画課 ☎055-274-8523

Informações: *Kikakuka* (Divisão de Planejamento) Tel: 055-274-8523

がいくせきじゅうみん 外国籍住民のための にほんごきょうしつ 日本語教室 せいとぼしゅう 生徒募集

CURSO DE LÍNGUA JAPONESA INSCRIÇÕES ABERTAS

ちゅうおうしこくさいこうりゅうきょうかい 中央市国際交流協会では、4月～9月、10月～3月の期間に、「外国籍住民のための日本語教室」を開校しています。日本語を勉強したい外国籍の人を対象とし、中央市にお住まいでない方の参加も受け付けています。受講料は1期あたり最大5,000円（6か月在籍した場合）。申し込まれた月によって受講料が変わります。当日は事務局を2階に設置していますので、見学やお申し込みを希望の方は、一度立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

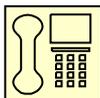
A Associação Internacional de Chuo está com as inscrições abertas para o “Curso da Língua Japonesa” para os residentes estrangeiros, para os períodos de abril a setembro, e outubro a março. Visando o público estrangeiro interessado em aprender japonês, a inscrição de estrangeiros não residentes em Chuo também é bem-vinda. Com o valor máximo de cinco mil ienes por semestre (em caso de seis meses de frequência às aulas), o valor da taxa pode variar, dependendo do mês de inscrição. Como disponibilizaremos a secretaria geral no segundo andar em dias de curso, que tal assistir uma aula sem compromisso e caso tenha interesse fazer a inscrição?

にちじ 日時 まいしゅうにちようび ごぜん 毎週日曜日 午前10時～12時
 Dia / Hora Todos os domingos de 10h00 ao meio-dia.
 ばしよ 場所 たとみそうごうかいかん 田富総合会館 2階
 Local Tatomi Soogoo Kaikan piso superior.

	だい 30 期 の 予 定 30ª REALIZAÇÃO		じゅこうりょう TAXA DAS AULAS
4月 Abril	10, 17, 24 日 (日)	10, 17, 24 (dom)	5,000円 ienes
5月 Maio	8, 15, 22, 29 日 (日)	8, 15, 22, 29 (dom)	4,000円 ienes
6月 Junho	5, 12, 19, 26 日 (日)	5, 12, 19, 26 (dom)	3,000円 ienes
7月 Julho	3, 10, 24, 31 日 (日)	3, 10, 24, 31 (dom)	2,000円 ienes
8月 Agosto	7, 21 日 (日)	7, 21 (dom)	1,000円 ienes
9月 Setembro	4, 11 日 (日)	4, 11 (dom)	—

もうしこみ 申込み とうしこみしよ 必要事項を記入し、にほんごきょうしつとうじつ 当日に申し込んでください。
 もうしこみしよ 申込み書はかいじょう 会場にあります。
 また、しやくしょ 市役所企画課窓口でももうしこみ 申し込みできます。

Inscrição Preencha os campos necessários no formulário e entregue-o no dia da aula de japonês. O formulário está disponível no local das aulas. A inscrição também pode ser feita na Divisão de Planejamento na sede da prefeitura em *Tatomi*.



お問い合わせ 企画課 ☎055-274-8523
 Informações: Kikakuka (Divisão de Planejamento) Tel: 055-274-8523

「MANAKA」のWEB版を見るには PARA LER O MANAKA NA VERSÃO DA WEB

中央市ホームページにアクセスして、「Português」をクリックしてください。次に「jornalzinho de MANAKA」をクリックするとWEB版を見ることができます。

Acesse o *website* do município e clique em *Português*. Em seguida, clique em *jornalzinho de MANAKA* e poderá desfrutar da versão *web* do periódico.



お問い合わせ：政策秘書課秘書広聴 広報担当 ☎055-274-8512
 Informações: *Seisaku Hishoka Hisho Koochoo Koochoo Tantoo* Tel: 055-274-8512
 (Divisão de Secretaria e Política, Setor de Ouvidoria e Relações Públicas)

中央市子育て支援センター 4月1日 オープン INAUGURAÇÃO DO CENTRO DE APOIO À CRIAÇÃO DE FILHOS DE CHUO EM 1 DE ABRIL

「親が子どもが笑顔でつなぐ」をコンセプトにした中央市子育て支援センターが、4月1日(金)にオープンします。

O Centro de Apoio à Criação de Filhos de *Chuo*, cuja visão é a **“conexão de pais e filhos com um sorriso”**, será inaugurado em 1 de abril (sex).

みなさんの子育てを応援します！ DAMOS APOIO À CRIAÇÃO DE SEUS FILHOS!

▶ 子育ての不安や悩みを聞いてほしい・子育てサービスについて知りたい

Consultas sobre inseguranças e preocupações sobre criação de filhos e informações sobre serviços relativos a criação de filhos

子どもや子育てに関する素朴な疑問やモヤモヤ、誰かと話したいなど、悩みを抱えているときは、ぜひご利用ください。専門スタッフがみなさんのお話を伺います。「ひろばで子どもと遊びながら」「相談室でゆっくりと」「メールまたは電話で」など、相談方法はさまざまです。

Não deixe de vir nos consultar em casos como dúvidas simples sobre criação de filhos, inseguranças, quando precisar desabafar ou estiver com problemas. Temos uma equipe profissional que irá atendê-los. Há várias formas de atendimento a consultas, tais como presencialmente, enquanto as crianças brincam no espaço ou mesmo por e-mail ou telefone.

▶ 子どもと遊びたい・子育て仲間と出会いたい

Quero brincar com/conhecer outras crianças

子育てひろばでは、子育て仲間とつながり、おしゃべりや情報交換も。きょうだい連れや多胎児での利用もスタッフがお手伝いします。

No *Espaço Criação de Filhos*, é possível conhecer outras pessoas que também estão criando filhos, conversar e trocar informações sobre o assunto. A equipe irá dar assistência a famílias que têm vários filhos e querem usar o espaço.

▶ **子育てサークルに興味がある・私の得意を活かしてみたい**

Se você tem interesse em participar de atividades relativas a criação de filhos/quer usar suas habilidades

子育てサークルの立ち上げや運営の相談、活動に関するお手伝いをいたします。得意なことで子育て中の仲間を元気にしたいという人と一緒にイベントを企画します。

Será dada assistência aos que querem iniciar ou fazer consultas sobre atividades relativas à criação de filhos e seu gerenciamento, bem como para planejamento e organização de eventos para estimular as colegas de criação de filhos, utilizando suas habilidades.

▶ **子育てイベントに参加したい**

Quero participar de eventos relativos a criação de filhos

子育て支援センターは土・日曜日、祝日も開館します。親子で楽しむアートワークショップや親子遊び講座など、子育てイベントを開催する予定です。ぜひ遊びに来てください。

O Centro de Apoio à Criação de Filhos também abre aos sábados, domingos e feriados. Temos planos de realizar eventos relativos à criação de filhos, tais como oficinas de artesanato para pais e filhos se divertirem juntos e palestras sobre brincadeiras para pais e filhos, etc. Não deixe de comparecer!

詳細は、中央市子育て支援センターホームページでお知らせします。

Maiores informações serão publicadas no site do Centro de Apoio à Criação de Filhos de *Chuo*.

▶ **施設概要 SOBRE A ENTIDADE:**

開館時間 午前9時～午後5時

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開館時間などを変更する場合があります。

Horário de atendimento: das 9h00 às 17h00

※Devido aos efeitos da pandemia, os horários de atendimento, etc podem sofrer alterações.

休館日 月曜日（月曜日が祝日の場合は火曜日）、館内整理日（土・日・月曜日、祝日を除く毎月末日）、年末年始

Fechado: segundas (quando segunda for feriado, terça-feira), dias de organização do espaço (último dia do mês, exceto sáb/dom/2^{as} e feriados), recesso de final e início do ano

対象 主に未就学児とその保護者

Público-alvo: em especial crianças em idade pré-escolar e seus responsáveis

運営 中央市子育て支援センター指定管理者

NPO法人子育て支援センターちびっこはうす

Administração: Corporação Sem Fins Lucrativos Centro de Apoio à Criação de Filhos *Chibikko House*, administrador designado pelo Centro de Apoio à Criação de Filhos de *Chuo*

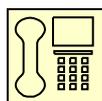
※利用方法やイベント開催情報などは、中央市子育て支援センター

ホームページ（右記二次元コード）をご覧ください。

Para informações sobre como utilizar o espaço ou eventos, acesse o site pelo código bidimensional ao lado.



中央市子育て支援センター
ホームページ
Site do Centro de Apoio à
Criação de Filhos de *Chuo*



お問い合わせ：子育て支援センター ☎055-269-8212
Informações: Centro de Apoio à Criação de Filhos Tel: 055-269-8212

たまほ かいよう
玉穂B & G海洋センター（プール）が生まれ変わります！
A PISCINA EM TAMAHO, B & G KAIYOU CENTER VAI RENASCER!

昨年さくねんから改修工事かいしゅうこうじを行おこなっていた玉穂B & G海洋センターたまほ かいようが5月1日がつ にち（日）午後1時ごご じにリニューアルオープンりゆうします。市民しみんのみなさんの体力たいりよくづくり、健康けんこうづくり、仲間なかまづくりを楽たのしむ場ばとして、ご利用りようください。みなさんのご来館らいかんをお待まちちしています。

A piscina em Tamaho, B & G Kaiyou Center, que estava em reforma desde o ano passado, vai reabrir em 1 de maio (dom), às 13h00. Faça uso da piscina como espaço para desenvolver sua resistência física e saúde e fazer amigos! Aguardamos sua vinda!

開館期間かいかん きかん 5月1日がつ にち（日）～9月30日がつ にち きん（金）

Período de funcionamento: de 1 de maio (dom) a 30 de setembro (sex)

休館日きゅうかん び 毎週月曜日まいしゅうげつよう び

Fechado: todas as segundas-feiras

開館時間かいかん じかん（5月、6月）平日へいじつ 午後6時ごご じ～9時じ

土・日曜日にちよう び、祝日しゅく じつ 午後1時ごご じ～5時じ、午後6時ごご じ～9時じ

Horário de funcionamento: (maio/junho) dias úteis das 18h00 às 21h00

Sáb/dom/feriados das 13h00 às 17h00 e das 18h00 às 21h00

※時期じ きによって開館時間かいかん じかんが異ことなります。毎月まいつきの開館時間かいかん じかんなどは、広報折こうほう おり込みこの「中央市カレンダー」ちゅうおう しをらんご覧ください。

Dependendo da época do ano, o horário de funcionamento varia. Para saber o horário de funcionamento de cada mês, verifique o “calendário de Chuo-shi”, dentro do informativo oficial do município (disponível somente em japonês).

利用料りようりょう Taxa de entrada

区分 <small>く ぶん</small> CATEGORIA	市内 <small>し ない</small> RESIDENTES	市外 <small>し がい</small> NÃO RESIDENTES
中学生以下 <small>ちゅうがくせい いか</small> Pré-ginasianos	50円 <small>えん</small> ¥50	110円 <small>えん</small> ¥110
高校生 <small>こうこうせい</small> Colegiais	110円 <small>えん</small> ¥110	220円 <small>えん</small> 220
一般 <small>いっぱん</small> Público geral	220円 <small>えん</small> ¥220	440円 <small>えん</small> ¥440

施設利用しせつりようについてのお願ねがい Solicitação aos usuários

・施設しせつが定めさだめる新型しんがたコロナウイルス感染かんせん症しょう拡大防止かくだい ぼうし対策たいさくにご協きょう力りよくください。
 Colabore com as medidas preventivas contra a propagação do coronavírus determinadas pelo estabelecimento

・水泳帽子すいえいぼうしを必かならず持参じさんしてください。

Traga a touca de natação sem falta

・水分補給すいぶん ほきゅう用の飲のみ物ものを持参じさんしてください。ただし、施設内しせつないでは水分補給すいぶん ほきゅう以外いがいの飲いん食しょくはできません。

Traga bebida para hidratar o corpo. Entretanto, exceto a bebida para hidratação, dentro do estabelecimento é proibido beber ou comer.

施設概要しせつがいよう Perfil do estabelecimento

住所じゅうしょ 中央市下河東256

Endereço: Chuo-shi Shimokato 256

電話番号でんわ ばんごう 055-274-1121（施設開館期間中のみ）

Tel: 055 – 274 – 1121 (somente dentro do horário de funcionamento)

運営うんえい 中央市玉穂B & G海洋センター指定管理していかん り しゃ者かぶしきがいしゃ 株式会社フィッツ

Administração: Fits Ltd, administrador designado pelo Chuo-shi Tamaho B & G Kayo Center

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開館期間などを変更する場合があります。変更があった場合は、市ホームページなどでお知らせします。

O período de funcionamento pode sofrer alteração em consequência da pandemia. Caso haja alterações, estas serão publicadas na página oficial do município.



お問い合わせ：生涯教育課 ☎055-274-8522

Informações : *Shoogai Kyooikuka* (Divisão de Educação Continuada) Tel: 055-274-8522

相談 CONSULTAS

無料弁護士相談 (予約制)

CONSULTA JURÍDICA GRATUITA (NECESSÁRIO AGENDAMENTO)

相続、離婚、土地・建物、契約、金銭など法律上の問題について弁護士が相談に応じます。

Advogados irão atender a consultas sobre questões legais, tais como herança, divórcio, bens imóveis, contratos, questões financeiras, etc.

日時 4月22日(金) 午後1時～3時

Data/horário: 22 de abril (sex) das 13h00 às 15h00

場所 玉穂総合会館

Local: *Tamaho Soogoo Kaikan*

対象・定員 中央市に住民登録のある人 4人(先着)

Público-alvo/número de atendimentos possíveis: registrados no município 4 pessoas (por ordem de agendamento)

申込期間 4月18日(月) 午前9時～

Período para solicitação: 18 de abril (seg) a partir de 9h00

※初めて利用する人を優先します。

※相談前または相談中に、担当弁護士が相談内容に対して利害関係にあることが判明した場合は、相談を中止することがあります。

※開催時間および定員は、施設の利用制限の状況により変更します。

※Será dada prioridade a quem vai fazer a consulta pela primeira vez.

※Caso antes ou durante a consulta se torne óbvio que o advogado tem envolvimento no assunto da consulta, a consulta poderá ser interrompida.

※O horário de atendimento e o número de consultas possíveis podem sofrer alteração, dependendo da situação no dia, em relação às restrições de uso do local.

ATENÇÃO! Não haverá intérprete durante a consulta, portanto caso necessite de assistência com o idioma, leve alguém que possa ajudá-lo.



お申し込み・お問い合わせ 総務課 ☎055-274-8511

Agendamento/informações: *Soomuka* (Divisão de Administração Geral) Tel: 055-274-8511

SEGURANÇA E TRANQUILIDADE PARA OS RESIDENTES

しよくりょう びちく 食料備蓄のすすめ

RECOMENDAÇÃO DE ESTOQUE DE MANTIMENTOS (PARA EMERGÊNCIAS)

▼家庭での食料備蓄が大切です

É IMPORTANTE TER UM ESTOQUE DE MANTIMENTOS (PARA EMERGÊNCIAS) EM CASA

市の備蓄はあくまで補助的なものです。地震が発生した場合、残念ながら行政の手はすぐには行き渡らないことが想定されます。また、行政や自主防災会による食料の配布があったとしても、市で備蓄しているのは備蓄米など必要最低限の食料しかないので、被災者が心身共に健康に過ごせるほどの備蓄食料ではありません。そこで、頼りになるのは各家庭での備蓄です。

O estoque mantido pela prefeitura é apenas de caráter auxiliar (complementar). Em casos de terremotos, infelizmente presume-se que a ajuda do governo não será realizada com rapidez. Além disso, mesmo que haja distribuição de mantimentos realizada pelo governo ou associações voluntárias de prevenção de desastres, o estoque mantido pela prefeitura é apenas de itens minimamente necessários, como por exemplo de arroz instantâneo; não é um estoque que possa manter os desabrigados alimentados de maneira saudável, física e mentalmente. Portanto, cada família deve depender de seu próprio suprimento de mantimentos.

▼備蓄する食料の選び方 COMO ESCOLHER QUAIS ALIMENTOS DEVEM ESTAR NO ESTOQUE

備蓄する食料といえば、まずアルファ米と呼ばれる乾燥米や缶詰が思い浮かぶことと思います。

Quando se fala em mantimentos de emergência, logo pensamos no arroz instantâneo (desidratado) ou enlatados, não é?

ここでは、備蓄食料を選ぶときのポイントを紹介します。

Aqui apresentamos dicas de escolha de alimentos para situações de emergência.

①好物を備蓄する Escolha alimentos que gosta de comer

「おいしいもの」「好物」を備蓄しましょう。これは備蓄食料を選ぶときに最も重要なポイントです。

Vamos estocar alimentos “gostosos” ou “preferidos”. Esta é a dica mais importante quando se vai escolher alimentos de estoque para emergências.

②ローリングストックする Fazer estoque rotatório

多めに買い置きをして、食料を定期的に消費し、不足分のみを新たに補充する「ローリングストック方式」を取れば、賞味期限が長いものは必要ありません。

Comprando em grande quantidade e consumindo esses alimentos de tempos em tempos, basta repor a quantidade consumida, assim não é necessário comprar alimentos que tenham prazo de validade muito longo.

③保存食は水分が少ないことを知っておく

Alimentos não perecíveis têm baixo teor de líquido

保存食は長期保存を目的としているため、水分が少ないのが特徴です。

A característica de alimentos não perecíveis é que o teor de líquido é baixo, devido ao objetivo de se preservar por tempo prolongado.

含まれている水分が少ないと、飲み込みづらく、のどが渇きやすくなります。

Quando o teor de líquido é baixo, o alimento é mais difícil de engolir e a garganta seca mais facilmente.

④水の備蓄は1日3ℓ A quantidade de estoque de água é de 3 litros por dia por pessoa

災害時には食べ物が不足するので、食事から水分が取りづらく、飲料水は普段以上に補給することが大切です。飲料水の備蓄は、むしろ食べ物の備蓄よりも大切です。

Em situações de desastres, os alimentos se tornam mais escassos e portanto fica mais difícil de ingerir líquidos através de alimentos. Por esse motivo, é muito importante tomar mais líquidos do que o normal. O estoque de água potável é mais importante ainda do que o estoque de alimentos.

⑤加工されている野菜や果物は大切

Frutas e verduras/ legumes processados são importantes

食品の種類は偏らないようにしましょう。特にビタミン、ミネラルなどの栄養素や食物繊維は不足します。野菜や果物の加工品を備蓄することをお忘れなく。野菜ジュース缶などお勧めです。

Vamos tomar cuidado para variar os tipos de alimentos. Nutrientes como vitaminas e minerais e fibras, principalmente, se tornam insuficientes. Não se esqueça de estocar frutas e verduras/legumes processados. Recomendamos também o estoque de sucos enlatados de legumes/verduras.

⑥要配慮者のいる家庭は特に気を使いましょう

Cuidado especial a membros da família que requerem cuidados específicos

高齢で普段から食べ物にこだわりがある人、介護の必要な人、食物アレルギーや持病のある人、粉ミルクや離乳食を食べている乳幼児がいる家庭は、特に手厚い備蓄をしましょう。

Famílias que têm pessoas de idade avançada e gosto específico por determinados alimentos, convalescentes que necessitam de cuidados, pessoas alérgicas a alimentos ou com alguma doença crônica, bebês e crianças pequenas que precisam de leite em pó ou papinhas, devem fazer um estoque mais generoso ainda.



お問い合わせ：危機管理課 ☎055-274-8519

Informações: Kiki Kanrika (Divisão de Gerenciamento de Crises) Tel: 055-274-8519

がんばれ子育て “DANDO DURO” NA CRIAÇÃO DOS FILHOS

予防接種を受けましょう

VAMOS TOMAR A VACINA PREVENTIVA

対象者には、3月下旬に予診票を郵送しました。予診票と母子健康手帳を持参し、医療機関に予約のうえ、接種しましょう。接種期限を過ぎて接種した場合は全額自己負担となりますので注意してください。

O questionário prévio da vacina preventiva foi enviado no fim de março aos beneficiados que se enquadram pela idade. Marque hora na instituição médica desejada e leve sem falta o *boshi techoo* (caderneta de saúde materno-infantil) e o questionário prévio preenchido na data marcada para a vacinação. ATENÇÃO! Se a vacina for aplicada depois do prazo determinado, o responsável terá que arcar com a despesa total da vacina.

※詳細はお問い合わせください。 Para maiores informações entre em contato conosco.

■麻疹・風しん混合2期

■Vacina Mista de Sarampo e Rubéola 2ª fase

対象	保育園・幼稚園などの年長児（平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ）
Faixa etária	Crianças com idade do último ano pré-escolar (nascidos de 2/abr/2016 a 1/abr/2017).
接種期限	令和5年3月31日（金）まで
Prazo de vacinação	Até 31 de março de 2023 (sex).

※麻疹（はしか）は初春から初夏にかけて流行するため、4月～6月に接種しましょう。

※O contágio (surto) do sarampo ocorre do início da primavera ao início do verão, portanto leve seu filho para tomar a vacina entre os meses de abril e junho.

■ 2種混合

■ Vacina Dupla

対象 Faixa etária	小学6年生（平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ）の内、接種歴のない人 Alunos do 6º ano do primário (nascidos de 2/abr/ 2010 a 1/abr/ 2011) que ainda não tomaram a vacina nem uma vez.
接種期限 Prazo de vacinação	令和5年3月31日（金）まで Até 31 de março de 2023 (sex).

■ 日本脳炎 2期

■ Encefalite japonesa 2ª fase

対象 Faixa etária	① 小学校4年生（平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ）のうち、接種歴のない人 Alunos do 4º ano do primário (nascidos de 2 de abril de 2012 a 1 de abril de 2013) que não tomaram a vacina nem uma vez ② 令和3年度に小学校4年生（平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれ）であった人のうち、接種歴のない人 Alunos do 4º ano do primário no ano fiscal R3 (2021) (nascidos de 2 de abril de 2011 a 1 de abril de 2012) que não tomaram a vacina nem uma vez
接種期限 Prazo de vacinação	13歳の誕生日前日まで Até a véspera do aniversário de 13 anos.

※対象②は、昨年度のワクチン供給状況により予診票の郵送を控えていましたが、今年度はワクチンの安定的な供給が見込まれるため、予診票を郵送しました。

Crianças do item ② não receberam o cupom (questionário pré-consulta) no ano passado devido à falta de vacinas, porém este ano em função da estabilização do fornecimento de vacinas, o cupom foi enviado.

■ 日本脳炎 2期（特例対象）

■ Encefalite japonesa 2ª fase (para os do caso especial)

対象 Faixa etária	18歳になる人（平成16年4月2日～平成17年4月1日生まれ）のうち、接種歴のない人 Aqueles que completarão 18 anos (nascidos de 2/abr/2004 a 1/abr/2005) e não tomaram a vacina nem uma vez.
接種期限 Prazo de vacinação	20歳の誕生日前日まで Até a véspera do aniversário de 20 anos.

※特例対象者で日本脳炎1期の接種を終えていない人は、各接種期限までに1期の残りの接種を受けることができますので、2期の接種を行う前に接種しましょう。

Aqueles do caso especial que ainda não terminaram de tomar as doses da 1ª fase da vacina preventiva de encefalite japonesa ainda podem tomar as doses que faltam dentro dos prazos respectivos, portanto tome-as antes da 2ª fase.

※詳細はお問い合わせください。

Para maiores informações entre em contato conosco.



お問い合わせ：健康増進課 ☎055-274-8542

Informações: Kenkoo Zoushinka (Divisão de Evolução da Saúde) Tel: 055-274-8542

児童館からのお知らせ AVISO DO JIDOOKAN

★児童館からのお願い★ Pedido do Jidookan ★

▶感染症で保育園や幼稚園、小中学校をお休みしている間は、規定により児童館の利用はできません。
出席停止期間を守り、感染症の拡大を防ぎましょう。

Durante o período em que estiver faltando à creche, jardim de infância, escola primária ou ginásio por motivo de doença contagiosa, por regulamento, é proibido frequentar o *jidookan*. Vamos obedecer o período de suspensão de comparecimento para não transmitir a outros também e evitar que a doença se espalhe!

▶未就学児のみの利用はできません。保護者の付き添いが必要です。また、お子さんや手荷物から目を離さないようお願いいたします。

Crianças em idade pré-escolar não podem ir sozinhas. É necessário que os responsáveis estejam junto. Além disso, solicitamos que não deixem de dar atenção a seus filhos e pertences.

イベントのお知らせ <i>Informações sobre eventos</i>	
<p>おやこふれあい広場 <i>Sala "Oyako Fureai"</i></p> <p>乳幼児を対象にあそびや工作などをおこないます。あそびにきてね！ Serão realizadas brincadeiras e trabalhos manuais para bebês e crianças pequenas, venha participar!</p>	<p>①4月14日 ②21日 ③28日 (木) ① 14 ② 21 ③ 28 / abr (qui) 午前10時～11時30分 das 10h00 às 11h30 ※特別なイベントは下記のとおりです。 ※Eventos especiais conforme descrito abaixo</p>
	<p>田富わんぱく 手形アート (②) <i>Tatomi Wanpaku arte usando o formato das mãos (②)</i></p>
	<p>田富ひばり 手形アート (②) <i>Tatomi Hibari arte usando o formato das mãos (②)</i></p>
	<p>豊富 手形アート (②) <i>Toyotomi arte usando o formato das mãos (②)</i></p>
<p>おひるねフォト <i>FOTO NA HORA DA SONECA</i></p>	<p>今月は開催しません。 Este mês não será realizado.</p>
<p>ベビー・リトルリトミック <i>Ginástica rítmica para bebês e crianças pequenas</i></p>	<p>当面の間 中止します。 Cancelado por tempo indeterminado.</p>

●各児童館の予定がわかる「おたより」が、市ホームページと各児童館の入り口にありますのでご覧ください
Verifique no comunicado (*otayori*), disponível na página oficial do município ou na entrada de cada *jidookan* para saber a programação de cada um deles.

お問い合わせ *Informações:*



れんげ児童館 <i>Renge Jidookan</i> Tel: 055-274-8573	田富ひばり児童館 <i>Tatomi Hibari Jidookan</i> Tel: 055-273-1417
たまほせいぶ児童館 <i>Tamaha Seibu Jidookan</i> Tel: 055-274-0097	田富杉の子児童館 <i>Tatomi Suginoko Jidookan</i> Tel: 055-273-1818
田富中央児童館 <i>Tatomi Chuo Jidookan</i> Tel: 055-274-2221	田富すみれ児童館 <i>Tatomi Sumire Jidookan</i> Tel: 055-274-2353
田富わんぱく児童館 <i>Tatomi Wanpaku Jidookan</i> Tel: 055-273-0588	豊富児童館 <i>Toyotomi Jidookan</i> Tel: 055-269-3043

<4月>子育て支援事業スケジュール

< ABRIL > CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE APOIO À CRIAÇÃO DE FILHOS

中央子育て支援センター *CENTRO DE APOIO À CRIAÇÃO DE FILHOS DE CHUO*

開館時間: 午前10時～午後5時 (新型コロナウイルス感染症の影響で、変更になる場合があります)

Horário de atendimento: das 10h00 às 17h00 (pode haver alteração devido aos efeitos da pandemia)

休館日: 月曜日 (祝日の場合は翌日)、館内整理日 (土・日・月曜日、祝日を除く毎月末日)、年末年始

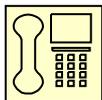
Fechado: segundas (se for feriado, no dia seguinte), dias de organização do local (último dia do mês, exceto sábados, domingos, segundas e feriados), recesso de final e começo de ano

※詳細は中央子育て支援センターホームページをご覧ください。

Para maiores detalhes entre na página oficial do Centro de Apoio à Criação de Filhos de *Chuo*



イベント名 EVENTO	日時 DATA	対象 PÚBLICO-ALVO
オープン見学会(申込制) Visita aberta (sob agendamento)	1日(金)～3日(日) De 1 (sex) a 3 (dom) 午前10時～午後5時 Das 10h00 às 17h00	未就学児と保護者 Crianças em idade pré-escolar e seus responsáveis
助産師相談会(申込制) Aconselhamento com parteira (sob agendamento)	14日(木)・26日(火) 14 (qui) e 26 (ter) 午前10時～11時30分 Das 10h00 às 11h30	0歳、1歳、妊婦 Bebês até 1 ano de idade, gestantes
1歳のお誕生日会(申込制) Festa de aniversário de 1 ano de idade (sob agendamento)	27日(水) Dia 27 (qua) 午前10時～11時30分 Das 10h00 às 11h30	令和3年4月生まれの1歳 Bebês nascidos em abril de 2021



お申し込み・お問い合わせ：子育て支援センター ☎055-269-8212
Agendamento/informações: Centro de Apoio à Criação de Filhos Tel: 055-269-8212

けんこう

健康ライフ VIDA SAUDÁVEL

かくしゅけんしん きぼうちょうさ
各種健診と希望調査

EXAME MÉDICO GERAL DA PREFEITURA E FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO

特定健診・人間ドック・がん検診などの各種健診の申し込みは、4月中旬旬に世帯に郵送する「各種健診(人間ドック含む)ご案内と希望調査申込書」でお知らせします。

Com referência à inscrição para fazer os exames específicos, check-up, exames preventivos de câncer, etc, será enviado a todos os lares um envelope para cada grupo familiar contendo as informações e formulário de requerimento para fazer os exames médicos (incluindo check-up) em meados de abril.

年齢や加入医療保険によって受けられる健診が違いますので、案内を確認して4月28日(木)までに必ず返送してください。

Os tipos de exames possíveis variam de acordo com a idade e o seguro de saúde ao qual estiver afiliado, portanto verifique com cuidado as informações apresentadas e envie de volta o formulário de requerimento preenchido de modo que chegue na prefeitura até dia 28 de abril (qui).

期限までに返送がないと健診を受けられませんので、ご注意ください。

ATENÇÃO: se o requerimento não for preenchido e enviado de volta até o prazo, o exame médico não poderá ser feito.

※「各種健診(人間ドック含む)ご案内と希望調査申込書」が届かない場合は、4月28日(木)までに必ずお問い合わせください。

Caso as “Informações sobre o Exame Médico Geral (incluindo check-up geral) e Formulário de Inscrição” não forem entregues em sua casa, entre em contato conosco sem falta até 28 de abril (qui).

▼子宮がん検診(頸部)希望者

As interessadas em fazer o exame de câncer de útero (colo)

希望調査申込書を期限までに返送してください。6月に受診票を郵送します。

Envie de volta o formulário de inscrição até o prazo. O cupom será enviado em junho àquelas que pedirem esse exame.

▼人間ドック受診希望者

Aqueles que pretendem fazer o *check-up* completo

希望調査申込書を期限までに返送するか、健康増進課、玉穂・豊富支所へ直接申し込みをください。

Os interessados devem enviar o “Formulário de Inscrição” preenchido até o prazo de entrega (28 de abril, qui) sem falta ou levá-lo até a Divisão de Evolução da Saúde em *Tatomi* (balcão 3) ou um dos postos da prefeitura (*Tamaha* ou *Toyotomi*).

※締め切り以降のお申し込みは一切お受けできませんので、ご注意ください。

ATENÇÃO: Inscrições para o *check-up* completo **não serão aceitas de forma alguma** após o prazo, portanto cuidado para não perder o prazo para entrega.

※人間ドックにおける子宮がん検診は公費助成対象外(有料)です。ただし、市で発行する「子宮がん検診(頸部)受診票」を使用し、指定医療機関(山梨県産婦人科医会加入指定医療機関)で受診する場合は、公費助成の対象です。

O exame de câncer de útero que for feito durante o *check-up* geral não terá subsídio público (terá que ser pago à parte). Entretanto, com o cupom para exame de câncer (colo) emitido pela prefeitura, será possível fazer o exame com subsídio público em instituições médicas designadas (instituições médicas afiliadas ao Conselho de Ginecologia e Obstetrícia da Província de *Yamanashi*).

▼子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券の配布について

Com referência à distribuição dos cupons para exame gratuito de câncer de colo de útero/câncer de mama.

がん検診受診率向上のため、個別の受診勧奨を行います。対象者には、5月頃に「がん検診無料クーポン券」を郵送しますので、早めに受診してください。

Com o intuito de aumentar o índice de exames efetuados, será feita a recomendação para fazer exames preventivos de câncer separadamente. Aquelas que se enquadram nos critérios para receber o benefício este ano receberão o cupom para exame gratuito em maio, portanto façam o exame o quanto antes assim que recebê-lo.

対象 批判érios para receber o benefício

子宮頸がん検診 Exame preventivo de câncer de colo de útero

令和4年4月1日現在で20歳の女性

Aquelas que tiverem 20 anos de idade na data-base de 1 de abril de 2022.

乳がん検診 Exame preventivo de câncer de mama

令和4年4月1日現在で40歳の女性

Aquelas que tiverem 40 anos de idade na data-base de 1 de abril de 2022.

※有効期限は令和5年1月末です。詳細は通知で確認してください。

O prazo para fazer o exame gratuitamente é até o final de janeiro de 2023. Para maiores detalhes, verifique o comunicado.



お問い合わせ：健康増進課 ☎055-274-8542

Informações: *Kenkoo Zoushinka* (Divisão de Evolução da Saúde) Tel: 055-274-8542

高齢者肺炎球菌感染症予防接種

VACINA CONTRA INFECÇÃO POR PNEUMOCOCCO PARA IDOSOS

過去に肺炎球菌感染症の予防接種を接種したことがある人は対象外です。

Aqueles que já tomaram a vacina contra infecção por pneumococo alguma vez não se enquadram.

対象 Faixa etária

①令和5年3月31日に満65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人

Aqueles com 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95 e 100 anos completos em 31 de março de 2023.

②接種日に60歳～65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあるものとして厚生労働省令に定められる人（障害者手帳1級相当の日常生活活動が極度に制限される程度の障がいがある人）

No dia em que tomar a vacina, aqueles entre 60 e 65 anos incompletos que tiverem doenças cardíacas, renais ou respiratórias ou mesmo deficiência das funções imunológicas devido ao vírus da imunodeficiência humana (pessoas cuja deficiência, equivalente ao grau 1 da carteira de portador de deficiência, limita de forma extrema as atividades diárias), reconhecidas pela lei do Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-estar.

※対象①の人が助成を受けることができる機会は今年度のみです。4月上旬に予診票を郵送するので、確実に接種しましょう。

Os beneficiados do item ① poderão receber o benefício somente esta vez, para o exercício deste ano. O cupom (questionário prévio) será enviado no começo de abril, portanto não deixe de tomar a vacina!

※対象②の人で接種を希望する人は、健康増進課へ障害者手帳もしくは医師の意見書を持参して予診票をお受け取りください。

Aqueles que se enquadram no item ② e querem tomar a vacina, devem comparecer à Divisão de Evolução da Saúde munidos da carteirinha de portador de deficiência ou parecer médico e retirar o cupom (questionário prévio).

接種期限 令和5年3月31日(金)まで / Prazo para tomar a vacina: até 31/ mar/ 2023 (sex)

助成金額 5,000円 / Valor do benefício: ¥5.000

※対象者で生活保護受給者は無料で接種することができますので、接種前に健康増進課で予防接種費免除券の交付を受けてください。

Aqueles que recebem o Auxílio Subsistência (Seikatsu Hogo) podem tomar a vacina gratuitamente, portanto devem comparecer à Divisão de Evolução da Saúde (balcão 3 em *Tatomi*) antes de tomar a vacina para receber o cupom de isenção de despesa da vacina. Atenção! Cuidado, pois caso não pegue o cupom antes de tomar a vacina, a vacina não será gratuita (o valor não será reembolsado).



お問い合わせ：健康増進課 ☎055-274-8542

Informações: Kenkoo Zoushinka (Divisão de Evolução da Saúde) Tel: 055-274-8542

＜4月＞保健事業スケジュール＜ABRIL＞CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE SAÚDE

- 健診は午後1時からの受付となります（母子手帳だけを置いておくことはできません）。時間は厳守してください。
O registro para os exames de saúde começa às 13h00. Não será possível deixar somente o *boshi techoo*. Cumpra o horário rigorosamente.
- 乳幼児健診時、体調不良や都合等で欠席をする場合は、必ず健康増進課に、欠席の連絡をお願いします。また、翌月の健診日に受診してください。
Em caso de falta no dia do exame por motivo de indisposição ou compromissos, avise sem falta o *Kenkoo Zoushinka* e leve seu filho para fazer o exame no mês seguinte.
- 医師の診察開始は午後1時30分の予定です。
A previsão de início do exame com o médico é às 13h30.
- 多少時間がかかりますので、余裕をもってお出かけください。
Pode ocorrer uma pequena demora no atendimento médico, assim pedimos sua colaboração e paciência quanto ao tempo de espera.
- 菓子類の持ち込み、飲食はご遠慮ください。
Não é permitido levar comestíveis (doces, bolachas, etc) ou bebidas ao local do exame de saúde.

たまほけんこうかんり
 ○玉穂健康管理センター Local: Tamaho Kenko Kanri Center ※ necessário agendamento.

じぎょうめい 事業名 Tipo de atendimento		じっしび 実施日 Data	うけつけじかん 受付時間 Horário p/ registro	たいしやう 対象など Participante/ data de nascimento
がっきゆう ハママ学級 Curso para pais e mães	※申込制 ※Necessário agendamento ウエルカムベビー① ～歯と栄養～ Bem-vindo bebê① ～Dentes e nutrientes～	にち もく 21日(木) 21 (qui)	ごご 午後6:45～7:00 Das 18h45 às 19h00	にんぶ おつと 妊婦と夫 gestante e o marido 【持ち物】母子健康手帳・筆記用具・手鏡・ ふだんしやう 普段使用している歯ブラシ Levar: <i>boshi techoo</i> (caderneta de saúde materno-infantil), material para anotação, espelho de mão, escova de dentes utilizada normalmente.
いくじがっきゆう 育児学級 Curso de puericultura	※申込制 ※Necessário agendamento りにゅうしよくきやうしつ 離乳食教室 Aula de preparo de papinhas (comida para bebês)	にち か 26日(火) 26 (ter)	ごぜん ①午前9:20～ A partir de 9h20 ごぜん ②午前10:20～ A partir de 10h20	せいご げつ げつじ ほごしや 生後4か月～6か月児の保護者 Pais de bebês de 4 a 6 meses ※そのほかの月齢も応相談 ※Pais de bebês de outra idade sob consulta 【持ち物】筆記用具・バスタオル Levar: material para anotação, toalha de banho e utensílios para cuidar do bebê
にゅうようじけんしん 乳幼児健診 Exame Pediátrico	げつじけんしん 4か月児健診 Exame de 4 meses	にち もく 21日(木) 21 (qui)	ごご 午後1:00～ A partir de 13h00	ねん がつう にゅうじ ほごしや R3年12月生まれの乳児と保護者 Nascidos em dezembro / 2021 e seus responsáveis. 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・食事表・バスタオル Levar: <i>boshi techoo</i> , <i>hokenshoo</i> , <i>inkan</i> , histórico alimentar, toalha de banho.
	げつじけんしん 7か月児健診 Exame de 7 meses	にち もく 14日(木) 14 (qui)		ねん がつう にゅうじ ほごしや R3年9月生まれの乳児と保護者 Nascidos em setembro / 2021 e seus responsáveis. 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・食事表・バスタオル Levar: <i>boshi techoo</i> , <i>hokenshoo</i> , <i>inkan</i> , histórico alimentar, toalha de banho.
	げつじけんしん 12か月児健診 Exame de 12 meses	にち もく 7日(木) 7 (qui)		ねん がつう にゅうじ ほごしや R3年3月生まれの乳児と保護者 Nascidos em março / 2021 e seus responsáveis. 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・食事表・バスタオル Levar: <i>boshi techoo</i> , <i>hokenshoo</i> , <i>inkan</i> , histórico alimentar, toalha de banho.
	さい げつじけんしん 1歳6か月児健診 Exame de 1 ano e 6 meses	にち か 12日(火) 12 (ter)		ねん がつう ようじ ほごしや R2年9月生まれの幼児と保護者 Nascidos em setembro/ 2020 e seus responsáveis. 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・問診票・食事表 Levar: <i>boshi techoo</i> , <i>hokenshoo</i> , <i>inkan</i> , questionário médico e histórico alimentar.
	さいじけんしん 3歳児健診 Exame de 3 anos	にち すい 13日(水) 13 (qua)		ねん がつう ようじ ほごしや H30年12月生まれの幼児と保護者 Nascidos em dezembro / 2018 e seus responsáveis. 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・問診票・食事表・尿 Levar: <i>boshi techoo</i> , <i>hokenshoo</i> , <i>inkan</i> , questionário médico, histórico alimentar e amostra de urina (para exame).
※申込制 Necessário agendamento すこやか相談 (すこやかルーム開放) <i>Sukoyaka soodan</i> (consultas sobre saúde em geral)		にち もく 7日(木) 7 (qui)	ごぜん 午前9:30～11:00 Das 9h30 às 11h30	にゅうようじ ほごしや 乳幼児と保護者 Bebês/crianças pequenas e seus responsáveis, residentes em <i>Chuo</i> .
		にち すい 27日(水) 27 (qua)	ごご 午後1:30～3:30 Das 13h30 às 15h30	【持ち物】母子健康手帳・バスタオル Levar: <i>Boshi techoo</i> e toalha de banho

ちゅうおうしやくしょほんかん
○中央市役所本館 Local: matriz da prefeitura de Chuo (Tatomi)

じぎょうめい 事業名 Tipo de atendimento	じっしび 実施日 Data	うけつけじかん 受付時間 Horário p/ registro	たいしょう 対象など Público-alvo
ぼしけんこうてちょう こうふ 母子健康手帳の交付 にんぶそうだん 妊婦相談 Emissão do <i>boshi techoo</i> , consultas para gestantes	にち すい 6日(水) 6 (qua) にち すい 20日(水) 20 (qua)	ごぜん 午前9:30~11:30 Das 9h30 às 11h30	にんしんとどけ す にんぶ 妊娠届を済ませていない妊婦 Gestantes que não se registraram ainda (que ainda não pegaram o <i>boshi techoo</i>). 【持ち物】印鑑 Levar: <i>Inkan, zairyuu card</i>
	にち きん 15日(金) 15 (sex) にち か 26日(火) 26 (ter)	ごご 午後1:30~3:30 Das 13h30 às 15h30	



お問い合わせ：健康増進課 ☎055-274-8542

Informações: *Kenkoo Zoushinka* (Divisão de Evolução da Saúde) Tel: 055-274-8542

かんきょう
環境のこと **SOBRE O MEIO AMBIENTE**

きょうけんびょう せつしゅ わす
狂犬病のワクチン接種をお忘れなく
NÃO SE ESQUEÇA DA VACINA ANTI-RÁBICA

きょうけんびょう
狂犬病はウイルスによってかかる病気です。いっばんにはかんせんしたどうぶつのかみきずなどからだえきともウイルスが伝染する機会が多く、傷口や目・唇など粘膜部を舐められたりした場合には非常に危険性が高まります。

A raiva é uma doença causada por um vírus. Em geral, o vírus é transmitido na maioria dos casos pela saliva de animais infectados, que contaminam outros através da mordida; em casos em que o animal infectado lambe locais do corpo onde há mucosas, tais como feridas, olhos ou lábios, o risco de contaminação aumenta bastante.

きょうけんびょう いぬ にんげん ふく すべて ほにゅうるい かんせん じっさい ぜんせかい まいとし まんにん
狂犬病は犬だけでなく、人間を含めた全ての哺乳類に感染します。実際に、全世界では毎年5万人以上が死亡しており、発症後の死亡率はほぼ100%で治療法のない恐ろしい病気です。

A raiva pode infectar não somente a cães, mas a todos os animais mamíferos, inclusive o homem. No mundo todo, mais de 50.000 pessoas morrem por causa da raiva todos os anos. A taxa de mortalidade após a manifestação da doença é de praticamente 100% e é uma doença assustadora para a qual não há cura.

しかし、ワクチン接種によって予防が可能です。そのため日本では狂犬病予防法によって飼い犬の登録と飼い犬へのワクチン接種が義務化されています。

Todavia, com a vacinação, é possível a prevenção da doença. Em vista disso, no Japão, o dono tem obrigação de registrar e vacinar seu cão de estimação, de acordo com a Lei de Prevenção da Raiva.

※健康状態が優れない犬、高齢の犬、暴れてしまう犬などについては、事故防止のために注射を見合わせていただく場合があります。

Com referência a cães cuja saúde não esteja boa, ou que já sejam idosos ou que sejam de difícil controle, há casos em que a vacina poderá ser adiada para evitar acidentes.

※狂犬病予防注射は1年を通して動物病院で接種することができます。かかりつけの病院があれば、その病院で接種することをおすすめします。

A vacina preventiva contra a raiva pode ser aplicada ao longo do ano em clínicas veterinárias. Caso tenha uma clínica veterinária onde costuma levar seu cão, recomendamos que leve seu cão para tomar a vacina nessa clínica.

登録手数料および注射料金 Taxa de registro do cão na prefeitura / valor da taxa de vacinação

集合注射 Campanha de vacinação	新規登録 手数料 Taxa registro	注射済票 交付手数料 Placa vacinação	予防注射 料金 Taxa vacinação	合計 Total
新規登録 Registro (1ª vez)	¥3,000	¥550	¥3,000	¥6,550
登録済 Registrado	¥0	¥550	¥3,000	¥3,550

※どの会場でも注射を受けることができます。当日はハガキを持参し、おつりのないようにご用意ください。

A vacinação pode ser feita em qualquer dos locais da lista. No dia em que levar seu cão para vacinar, leve o postal de aviso e o valor da taxa trocado, de modo a ser desnecessário receber troco.

※犬の転入手続き・飼主変更については確認作業などの都合上会場での手続きが行えません。事前に市民環境課で手続きを行ってください。

Com referência aos trâmites de mudança de endereço de outro município para Chuo ou troca de dono do cão, não será possível fazer a verificação dos antecedentes, etc nos locais de vacinação por motivos técnicos. Faça o trâmite com antecedência na Divisão de Registro Civil e Meio Ambiente (balcão 14 em Tatomi).

こんな時は届出が必要です A NOTIFICAÇÃO É NECESSÁRIA NOS SEGUINTE CASOS	
犬を飼い始めたとき Quando adotar/comprar um cão.	登録申請 (1頭3,000円) Solicitar o registro (¥3.000/cão)
犬または飼い主の住所等が変わったとき Quando houver alteração do endereço do cão ou do dono.	登録変更届 Alteração no registro.
犬が死亡したとき Em caso de morte do cão	死亡届 Registro do óbito.



お問い合わせ：市民環境課 環境担当 ☎055-274-8543

Informações: Shimin Kankyooka (Divisão de Registro Civil e Meio Ambiente) Tel: 055-274-8543

<4月>ごみ収集スケジュール
< ABRIL > CALENDÁRIO DA COLETA DE LIXO

		可燃物 Lixo incinerável	不燃物 Lixo não incinerável	粗大ごみ Lixo de grande porte	リサイクル Reciclável
たみちく 田富地区 Região de Tatomi	ほくぶ たとみきたしょうがっこう 北部(田富北小学校区) Norte (distr. de Tatomi Kita Shoogakkoo)	まいしゅう げつ すい きん 毎週 月・水・金 Todas as segundas, quartas e sextas	にち か にち か 5日(火) 19日(火) 5 (ter) e 19 (ter)	にち にち 24日(日) 24 (dom)	にち か 5日(火) 5 (ter)
	ちゅうぶ たとみしょうがっこう 中部(田富小学校区) Central (distrito de Tatomi Shoogakkoo)		にち か にち か 12日(火) 26日(火) 12 (ter) e 26 (ter)		
	なんぶ たとみなみしょうがっこう 南部(田富南小学校区) Sul (distrito de Tatomi Minami Shoogakkoo)		にち もく にち もく 14日(木) 28日(木) 14 (qui) e 28 (qui)		
たまほちく 玉穂地区 Região de Tamaho	とうぶ 東部 Leste	にち か にち か 12日(火) 26日(火) 12 (ter) e 26 (ter)	にち もく 7日(木) 7 (qui)	にち にち 10日(日) 10 (dom)	
	せいぶ 西部 Oeste	にち もく にち もく 14日(木) 28日(木) 14 (qui) e 28 (qui)			

とうぶ いのくち にしあらい なかだて しんじょう なるしま ちく ぜんいき ごくらくじ たかはし おとぐろ
 東部：井之口・西新居・中楯・新城・成島地区全域・極楽寺・高橋・乙黒

Leste: Inokuchi, Nishiarai, Nakadate, Shinjo, (todo o distrito de) Narushima, Gokurakuji, Takahashi, Otaguro.

せいぶ わかみや しもかとう まちのた いちちょうはた かみさんじょう しもさんじょう かみくぼしゅくしゃ かんごしゅくしゃ
 西部：若宮・下河東・町之田・一町畑・上三條・下三條・上久保宿舎・看護師宿舎

Oeste: Wakamiya, Shimokato, Machinota, Ichohata, Kamisanjo, Shimosanjo, Kamikuboshukusha, Kangoshishukusha.

	かねんぶつ なま 可燃物・生ごみ Lixo incinerável Lixo orgânico	ふねんぶつ 不燃物 Lixo não incinerável	ミックスペーパー Mix paper	しんぶん ざっし 新聞・雑誌 Jornais revistas	ペットボトル Garrafas Pet	しげんぶつ 資源物 Lixo reciclável	そだい 粗大ごみ Lixo de grande porte
とよとみ ちく 豊富地区 Região de Toyotomi	まいしゅう か きん 毎週火・金 Todas as ter e sex	にち すい 27日(水) 27 (qua) にち もく 28日(木) 28 (qui)	にち すい 13日(水) 13 (qua)	にち すい 20日(水) 20 (qua)	にち ど 2日(土) 2 (sáb) にち ど 16日(土) 16 (sáb) にち ど 30日(土) 30 (sáb)	にち げつ 11日(月) 11 (seg) にち げつ 25日(月) 25 (seg)	



お問い合わせ：市民環境課 ☎055-274-8543

Informações: Shimin Kankyooka (Divisão de Registro Civil e Meio Ambiente) Tel: 055-274-8543

ちゅうおうしこくさいこうりゅうきょうかい

中央市国際交流協会 ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE CHUO

ぼしゅう
募集

OPORTUNIDADE PARA VEICULAR ANÚNCIO

- ◆ 中央市国際交流協会では「MANAKA」に広告を掲載したい企業を募集しています。
- ◆ A Associação Internacional da Cidade de Chuo está abrindo oportunidades para veicular o anúncio de seu comércio/serviços através do informativo MANAKA.

けいさいりょうきん

掲載料金 Valores dos anúncios

サイズ tamanho	9cm×9cm	9cm×18cm	はんめん 半面 meia página	ぜんめん 全面 pág. inteira
りょうきん (1か月) taxa mensal	2,000円	4,000円	5,000円	8,000円

※料金はMANAKA配布時に回収します。

A taxa será coletada na ocasião da entrega do informativo MANAKA.

けいさいきかん

掲載期間：1か月～

Período de veiculação: a partir de um mês

けいさいばしょ

掲載場所：MANAKA巻末2P

Local de veiculação: nas duas últimas páginas internas do informativo

※スペースがない場合は、記事内の掲載になる可能性もあります。

Em caso de falta de espaço, é possível veicular o anúncio junto com os artigos.

もうしこみほうほう

申込方法：申込書に記入の上、広告の原稿を提出していただきます。

企画課窓口、または、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

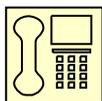
Como solicitar: preencher o formulário e entregá-lo junto com a matriz do anúncio no guichê do Kikakuka (Divisão de Planejamento, em Tatomi) ou entrar em contato no telefone abaixo.

掲載できない広告(抜粋)

- (1) 法令等に違反するもの又はそのおそれがあるもの
- (2) 公序良俗に反するもの又はそのおそれがあるもの
- (3) 政治性又は宗教性のあるもの
- (4) 人権侵害、差別若しくは名誉毀損となるもの又はそのおそれがあるもの
- (5) 社会問題についての主義主張

Anúncios (excertos) que não podem ser veiculados

- (1) que tenham conteúdo contrário às leis, normas e códigos ou cujo conteúdo tenha probabilidade de ser contraditório a estes.
- (2) que tenham conteúdo contrário aos costumes, ordem pública social e boa índole ou cujo conteúdo tenha probabilidade de ser contrário a estes.
- (3) que tenham conteúdo político ou religioso
- (4) que tenham conteúdo infrator dos direitos humanos, preconceituoso ou difamatório ou cujo conteúdo tenha probabilidade de sê-lo
- (5) que tenham conteúdo cujas idéias e princípios sejam a respeito de problemas sociais



お問い合わせ：企画課 ☎055-274-8523

Informações: Kikakuka (Divisão de Planejamento) Tel: 055-274-8523

めんせきじこう

免責事項

TERMO DE IMUNIDADE

「MANAKA」は中央市広報の内容から、外国籍住民の方々に特に必要と思われる情報を、中央市国際交流協会が抜粋し、編集を行ったものです。

MANAKA é uma publicação constituída de extratos de artigos do periódico oficial do município de Chuo, cujo conteúdo, editado pela Associação Internacional de Chuo-shi, visa suprir as informações necessárias aos residentes estrangeiros.

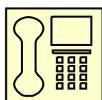
掲載されている情報の正確さについては万全を期していますが、中央市国際交流協会は読者が「MANAKA」の情報をを用いて行う一切の行為について、いかなる責任も負いません。

またいかなる場合においても、読者が「MANAKA」を利用したために被った損害、損失に対して一切の責任を負いません。

Para que as informações publicadas sejam precisas, o máximo esforço é dispensado, porém a Associação Internacional de Chuo-shi se reserva ao direito de se eximir de qualquer responsabilidade por quaisquer ações praticadas por leitores, que tenham sido levadas a cabo utilizando as informações publicadas no MANAKA ou por quaisquer prejuízos ou danos que os leitores venham a sofrer por terem utilizado as informações contidas no MANAKA.

また、内容の詳細につきましては、各記事末尾の「お問い合わせ先」まで、お尋ねください。

Detalhes do conteúdo de cada matéria, caso sejam necessários, devem ser solicitados diretamente na fonte, através do telefone de contato fornecido ao final de cada artigo.



お問い合わせ：企画課 ☎055-274-8523

Informações: Kikakuka (Divisão de Planejamento) Tel: 055-274-8523



A·R·B·I·S

株式会社 アルビス

出会いの数だけ貴方の未来が広がります

”自分に合った本当の仕事”始めてみませんか？

**TER UM MAIOR NÚMERO DE CONTATOS AJUDA-NOS
A AMPLIAR O NOSSO FUTURO.**

**QUE TAL BUSCAR UM SERVIÇO QUE REALMENTE
IDENTIFIQUE COM VOCÉ, NÃO QUER TENTAR?**

仕事を探されている方は一度アルビスにご相談ください。

ひとりひとりを見つめ 貴方の未来をサポート致します。

**VOCÉ QUE ESTA PROCURANDO TRABALHO ENTRE
EM CONTATO COM A "ARBIS"**

**VALORIZANDO CADA TRABALHADOR, APOIANDO O
SEU FUTURO.**

K.K. ARBIS 株式会社 アルビス

Tel 055-274-5140 Fax 055-273-3936

hp // www.arbis.co.jp

紹介 19-ユ-300065 一般派遣 般 19-300008



株式会社トレンド

Trend Co.,Ltd

A Trend Co.,Ltd. foi Fundada em junho de 2013 com a Matriz em Aichi e Filiais em Yamanashi e Fukuoka, trabalhamos na área de EMPREITEIRA e Apresentação de Empregos Diretos com Grandes Empresas locais.

Um dos Lemas da Empresa “ Valorizar os laços com as pessoas” .

Acreditamos que Você irá encontrar o EMPREGO que procura aqui na Trend Co.,Ltd.

Venha fazer um CADASTRO conosco sem compromisso.

株式会社トレンドは、平成25年6月に誕生した企業です。人材派遣、職業紹介が主な事業で愛知県を拠点に山梨県、福岡県に支社を展開しています。「地元の人との絆を大切に」をモットーに地域密着で取引先や社員に愛される企業を目指し、日々努力しています。

きっとあなたに合うお仕事トレンドで見つかります。

Trend Co.,Ltd. Matriz

Aichi ken Kariya shi Ginza 4-40

Tel 0566-22-1177 (Atendimento em Português)

Fax 0566-70-8011

Trend Co.,Ltd. Filial de Yamanashi

Yamanashi ken Nakakoma gun Showa cho Katonakajima 1151-7

Tel 055-267-9239 (Atendimento em Português)

Fax 055-267-9230

Trend Co.,Ltd. Filial de Fukuoka

Fukuoka ken Iizuka shi Kaya no Mori 149-8

Tel 0948-43-9937 (Atendimento em Japonês)

Fax 0948-43-9938

Licenciado pelo Ministério do Trabalho, Saúde e Bem-estar Social

一般労働者派遣事業 般23-301378

有料職業紹介事業 23-ユ-301187

URL: www.trendco.biz

E-mail: info.mail@trendco.biz



Aqui temos, exatamente o trabalho que voce procura!

Exigimos nível de conversação básica em japonês (nível de entendimento de explicações do serviço)

1. KOFU-SHI / ASSISTÊNCIA NA FABRICAÇÃO DE CONFEITARIA

【Horário】 15:00~24:00
 【Folgas】 Sabado・Domingo・Feriado
 (Calendário da empresa)
 【Salário-hora】 **1,300 iens (Recrutamento urgente)**
 Homens ativos

1. 甲府市 / お菓子の製造補助

【時間】 15:00~24:00
 【休日】 土日祝 (会社カレンダー)
 【時給】 **1,300 円 (急募)**
 男性活躍中

2. NIRASAKI-SHI / PREPARAÇÃO DE INGREDIENTES ALIMENTARES

【Horário】 8:30~17:30 **NEW**
 【Folgas】 Sabado・Domingo・Feriado
 (Calendário da empresa)
 【Salário-hora】 **1,200 iens (Recrutamento urgente)**

2. 韭崎市 / 食品の材料仕込み

【時間】 8:30~17:30 **NEW**
 【休日】 土日祝 (会社カレンダー)
 【時給】 **1,200円 (急募)**

3. MINAMI ALPS-SHI / FABRICAÇÃO・INSPEÇÃO DE COMPONENTS ELETRÔNICOS

【Horário】 8:30~17:30 **NEW**
 【Folgas】 Sabado・Domingo (Calendário da empresa)
 【Salário-hora】 **1,000 iens (Recrutamento urgente)**
 Homens e mulheres estrangeiros são ativos

3. 南アルプス市 / 電子部品の製造・検査

【時間】 8:30~17:30 **NEW**
 【休日】 土日 (会社カレンダー)
 【時給】 **1,000円 (急募)**
 外国籍の男女活躍中

4. KOFU-SHI / INSPEÇÃO E EMBALAGEM DE ALIMENTOS

【Horário】 8:00~17:00 15:00~24:10
 【Folgas】 Sabado・Domingo・Feriado
 (Calendário da empresa)
 【Salário-hora】 **1,060 iens**
 Homens ativos

4. 甲府市 / 食品の検査・梱包

【時間】 8:00~17:00 15:00~24:10
 【休日】 土日祝 (会社カレンダー)
 【時給】 **1,060 円**
 男性活躍中

5. MINOBU-CHOU / OP・INSPEÇÃO DA MÁQUINA

【Horário】 7:30~16:30
 15:30~0:00
 23:30~7:15 Alternação
 【Folgas】 Sabado・Domingo
 【Salário-hora】 **1,300 iens**

5. 身延町 / 機械OP・検査

【時間】 7:30~16:30
 15:30~0:00
 23:30~7:15 交替
 【休日】 土日
 【時給】 **1,300円**

Temos uma grande quantidade de trabalho! Veja as oportunidades acessando a nossa HP!

> <http://next-age.co>

(派) 19-1300122

Next Age inc.

Yamanashi-ken, Nakakoma-gun, Showa-cho, Katonajima, 963-1

【Horário】 9:30~18:30 (Segunda~Sexta)

☎055-275-3216



こんげつ ひょうし 今月の表紙 CAPA DO MÊS

こんげつ ひょうし たまほ ちゅうがっこう おこな そつ
今月の表紙は玉穂中学校で行われた卒業式の様子です。

A capa deste mês mostra um aspecto da formatura do ginásio em *Tamaha*.

しきでは、おもいでがたくさんつまった学び舎や、一緒に過ごしてきた友達に少し寂しそうに笑って別れを告げる卒業生の姿が印象的でした。

Na cerimônia, foram marcantes as cenas de muitas lembranças na escola e os sorrisos tristes dos alunos que se despedem dos amigos com quem estiveram convivendo.

あらためて、卒業おめでとうございます。卒業生のみなさんのこれからは、充実した日々になるように応援しています。

Mais uma vez, parabéns pela formatura! Estamos torcendo para que seus dias sejam cheios de muitas realizações!



JORNALZINHO DE MANAKA 2022年4月号 / ABRIL 2022

ほんやく かとう
翻訳: 加藤 デイジー

Tradução: Daisy Kato (exceto anúncios)

へんしゅう ちゅうおうしこくさいこうりゅうきょうかいじむきょく
編集: 中央市国際交流協会事務局

Edição: Associação Internacional da Cidade de Chuo

(Chuo-shi Kokusai Kooryu Kyookai)

じゅうしょ
住所: 〒409-3892

Local: 409-3892 Yamanashi-ken Chuo-shi Usuiawara 301-1

やまなしけんちゅうおうしうすいあわら
山梨県中央市臼井阿原301-1

でんわ
電話: 055-274-8523

Tel: 055-274-8523

ファックス: 055-274-7130

Fax: 055-274-7130

e-mail: kikaku@city.chuo.yamanashi.jp

e-mail: kikaku@city.chuo.yamanashi.jp