



SUBSÍDIO DE CUSTEIO À CRIANÇA (JIDO FUYO TEATE)

児童扶養手当の申請

Subsídio de Custeio à Criança é destinada a família uniparental (pai e/ou mãe que cuida do filho sozinho ou tutor que cuida da criança), com o objetivo de promover a independência e estabilidade da vida cotidiana. Este subsídio é concedido até o filho completar seus 18 anos (se o menor é portador de alguma deficiência, até antes de completar seus 20 anos de idade).

Caso o menor passe a residir em instituição de assistência ao menor, ou caso o pai e/ou a mãe contrair o matrimônio (inclui a união estável), não terá o direito de receber este subsídio.



☐ QUEM PODE SOLICITAR?

Pessoa deve ter o endereço registrado em Oizumi, e a criança enquadre em uma das condições citadas a seguir

☐ PÚBLICO ALVO: Criança que enquadre em uma das condições

1. Criança, cujos pais se separaram oficialmente
2. Criança, cujo pai e/ou mãe é falecido(a)
3. Criança, cujo pai (ou mãe) tem algum tipo de deficiência física e/ou mental
4. Criança, cujo pai (ou mãe) está desaparecido (devido acidente ou naufrágio), etc
5. Criança, cujo pai (ou mãe) abandonou o filho por mais de um ano
6. Criança, cujo pai (ou mãe) recebeu ordem de proteção por violência doméstica do tribunal de justiça.

7. Criança, cujo pai (ou mãe) ficará detido em prisão por ordem judicial, por mais de 1 ano.

8. Criança, cuja mãe não contraiu o casamento

9. Criança com paradeiro desconhecido dos pais (orfanó, etc.)

☐ Solicitação:

Seção de Assuntos Infantis (Kodomo-ka), 3.piso, balcão 21

☐ Valor do Auxílio:

- Integral: 43.160 ienes, parcial (de acordo com o rendimento, varia de 43.150 a 10.180 ienes) de acordo com o rendimento)

☐ Pagamento:

- 6 vezes ao ano (meses ímpares)

SUBSÍDIO ESPECIAL DE CUSTEIO À CRIANÇA (TOBUBETSU JIDO FUYO TEATE)

特別児童扶養手当の申請

Subsídio Especial de Custeio à Criança é destinada a "Mãe e/ou pai que cuida e sustenta o filho com menos de 20 anos, portadores de alguma deficiência: mental, física, etc .

☐ QUEM PODE SOLICITAR?

Pessoa deve ter o endereço registrado em Oizumi, e cuida do filho portador de alguma deficiência.

☐ PÚBLICO-ALVO:

- Deficiência física: Nivel 1, 2, 3
- Deficiência emocional: Grau A
- Deficiência Mental: Nivel 1



☐ Solicitação

Seção de Assuntos Infantis (Kodomo-ka), 3.piso, balcão 21

☐ Valor do Auxílio:

- Nivel 1 : 52.500 ienes

- Nivel 2 : 34.970 ienes

※ O Nivel ou Grau da deficiência é apenas uma referência. Dependendo do rendimento pode acontecer de não enquadrar para receber este auxílio.

☐ Pagamento:

3 vezes ao ano (abril, agosto e novembro)

☐ Solicitação Seção de Assuntos Infantis (Kodomo-ka), 3.piso, balcão 21, da Prefeitura de Oizumi ☎ 0276-63-3111, ramal 352)

目次

児童扶養手当の申請.....	1
特別児童扶養手当の申請.....	1
延長窓口と土曜窓口のご案内.....	1
時間外納税窓口のご案内.....	1
税金納期のお知らせ.....	1
公営住宅入居募集について.....	2
特別定額給付金の申請について.....	2
子育て世帯への臨時特別給付金について.....	2
男女共同参画週間について.....	2
夏の県民交通安全運動の実施について.....	2
国民年金保険料免除などの申請.....	2
新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策.....	3
いずみの社の各教室のお知らせ.....	3
弁護士による難職者等無料法律相談.....	3
外国人のための法律相談.....	3
福祉ショップを実施します.....	3
古水農園を利用してみませんか.....	3
保健力リーダーについて.....	4
日曜・祝日の当番医について.....	4
わかば健康診査を実施.....	4
熱中症に注意してください.....	4

FUNCIONAMENTO EXCLUSIVO DO BALCÃO DE FINANÇAS (ARRECADAÇÃO)

延長窓口と土曜窓口のご案内

Lembrete: Dia 30 de junho, vencimento da - 1ª parcela :Imposto Províncio-Municipal
税金納期のお知らせ

O Departamento de Finanças (Seção de Arrecadação de Impostos: balcão 7) estará funcionando nos dias e horários citado ao lado, a fim de atender os moradores que não podem comparecer à Prefeitura no horário comercial durante os dias da semana.

O balcão funcionará para que possa pagar os seus impostos ou para fazer consultas de parcelamento.



Todas às QUARTAS:
Dias : 17 e 24 de junho
1,8 e 15 de julho
Aberto até às 19h15

Todos os SÁBADOS :
Dias : 13,20 e 27 de junho
4 e 11 de julho
Aberto das 8h30 às 17h15

時間外納税窓口のご案内

INSCRIÇÃO PARA APARTAMENTO PÚBLICO

公営住宅入居募集について

■ APARTAMENTO PROVINCIAL

A partir de 1. de julho de 2020, o modo de inscrição será dividido em Habitação solicitada por sorteio e Habitação solicitada regularmente, a fim de agilizar e poder realizar a inscrição a qualquer momento. O novo formulário estará disponível a partir de 25 de junho, na prefeitura, etc.

1- Solicitação por sorteio

Anteriormente as inscrições eram efetuadas 4 vezes ao ano, porém a partir de 1 de julho, será efetuado sempre que abrir as vagas. A chamada da inscrição será publicada na homepage, no dia 1 de cada mês, com prazo de inscrições até dia 15, e o sorteio está previsto para ser realizado no final do mês.

2- Solicitação regular

A inscrição poderá ser realizada a qualquer momento, e a vaga será decidida, por ordem de solicitação.

□ Maiores informações:

Empresa de Imóveis Residências de Gunma
(Gunma-ken Jutaku Kyokyu Kosha), Tel:027-223-5811
Home page: <http://www.gunma-jkk.or.jp/>



■ APARTAMENTO MUNICIPAL

Abre inscrição para a Habitação Municipal Yoshida Kita (Yoshida Kita Choei Jutaku Danchi), Endereço: Yoshida 2408-1

□ No. de vagas e tamanho: 2 apartamentos tamanho 3DK

□ Público-alvo: família com mais de 2 coabitantes (moradores ou trabalhadores de Oizumi) que estejam com os impostos quitados

□ Valor do Aluguel: varia conforme a renda familiar
Apartamento 3DK- varia de 26.000 à 51.100 ienes

□ Outras despesas:

- Condomínio: 1.000 ienes/mensal
- Estacionamento 2.000 ienes/mensal
- Luvá: valor de 3 meses de aluguel (no ato da entrada)

□ Período de inscrição: Dia 22 de junho a 7 de julho, exceto sábados, domingos e feriados, das 8h30 às 17h15

□ Informação: na prefeitura, Seção de Manutenção Urbana (Toshi Seibi-ka), Tel: 0276-63-3111 (Ramal 242)



Solicitação do

SUBSÍDIO ESPECIAL DE VALOR FIXO

特別定額給付金の申請について

Mês passado, foi enviado via correio, o formulário da Solicitação do Subsídio Especial de Valor Fixo ao público-alvo (registro de residente na data de 27 de abril/2020).

□ Valor do subsídio: 100.000 ienes por pessoa

□ Forma de solicitação via correio:

1. Preencha corretamente o formulário e carimbe
2. Cole no verso do Formulário, a cópia do documento de identificação e da caderneta bancária.
3. Coloque no envelope resposta e envie para a cidade. Não há necessidade de selar.

□ Prazo de solicitação: até o dia 17 de agosto de 2020.

※ Lembramos que aqueles que solicitaram via online, não necessitam solicitar via correio.

□ Informações sobre o Subsídio pelo telefone 0276-55-0334



Concessão do

AUXÍLIO ESPECIAL PROVISÓRIO PARA FAMÍLIAS COM FILHOS

子育て世帯への臨時特別給付金について

Para diminuir o impacto econômico decorrente do Coronavírus, o governo concederá o Auxílio Especial Provisório as famílias que recebem o Auxílio à Criança (Jido teate).

□ Público-alvo: crianças que enquadram para receber o Auxílio Infantil (Jidoteate), referente ao mês de abril de 2020.

□ Valor do subsídio: 10.000 ienes por criança

□ Previsão para o depósito: julho/2020. (será creditado na mesma conta bancária, utilizada para o depósito do Auxílio à Criança)

□ Informações sobre o Subsídio: Encarregados de Apoio à Criação dos Filhos, na Seção de Assuntos Infantis, pelo telefone 0276-63-3111 (ramal 352)



SEMANA DOS DIREITOS DE IGUALDADE DE GÊNEROS

Período de 23 a 29 de junho

男女共同参画週間のお知らせ



Todos os anos acontece neste período a Semana dos Direitos de Igualdade de Gênero (entre o homem e a mulher). Aproveitando esta semana de campanha, a cidade realizará uma coleta de opiniões dos moradores, para juntos pensarmos um pouco sobre a questão que nos envolve. Contamos com sua colaboração.

□ Período da coleta: do dia 9 de junho até o dia 2 de julho

□ Local das urnas de coleta instaladas:

Prefeitura de Oizumi, Salão Público de Oizumi, Centro Geral de Assistência Social e de Saúde de Oizumi, Biblioteca Municipal, Centro Cultural Bunka Mura, Centro Comunitário Multicultural de Oizumi, Quadra Municipal de Esportes, Oizumi Fukushi Senmon Gakko, Izumi no Mori, Family Support Center de Oizumi, etc.

□ Objetivo: Visar a formação de uma sociedade em que ambos os sexos, possam respeitar e expressar mutuamente a personalidade e a capacidade em diversos ambientes, seja no trabalho, na escola, na região em que vive, etc.

□ Maiores informações:

Seção de Integração e Assuntos Multiculturais, da Prefeitura de Oizumi, pelo telefone 0276-63-3111 (ramal 262)

Campanha Provincial de Verão

SEGURANÇA NO TRÂNSITO DE GUNMA

☺ ☺ ☺ Período da Campanha: 11 a 20 de julho ☺ ☺ ☺

夏の県民交通安全運動の実施について

Não é preciso comentar que todo cuidado é pouco!

Portanto redobre sua atenção no volante, tendo em mente os seguintes itens que foram elaborados para esta campanha:

Slogan "Mesmo com pressa, não esqueça de frear o sentimento!"

Principais itens da Campanha:

- Prevenir acidentes de trânsito envolvendo pessoas idosas e crianças
- Prevenir acidente no trânsito envolvendo bicicleta ou motocicleta
- Jamais dirija alcoolizado.



□ Informações: Prefeitura de Oizumi, Seção de Segurança (Anzen Anshin-ka), pelo telefone 0276-63-3111 (Ramal 842)

Solicitação da ISENÇÃO ou POSTERGAÇÃO

DA CONTRIBUIÇÃO DA PENSÃO NACIONAL DO JAPÃO

国民年金保険料免除などの申請

Se não estiver em dia com pagamento das contribuições da Pensão Nacional, caso necessite solicitar a Pensão Básica por invalidez, ou por falecimento, não será possível receber estes benefícios do Plano de Pensão.

Se não puder contribuir devido a dificuldade financeira ou por outras razões, entre em contato com o serviço municipal e faça o pedido de isenção das contribuições. Feito o pedido o Escritório de Pensão do Japão examinará a renda do ano anterior e outros documentos. Se o pedido for aprovado, será concedida a isenção total ou parcial do pagamento.

A partir de 1. de julho, poderá realizar a isenção ou postergamento da contribuição da Pensão Nacional, referente ao ano fiscal 2020 (julho de 2020 a junho de 2021)

Documentos necessários:

- Documento que comprove seu número pessoal (Cartão My number, etc.)
- Carimbo pessoal (inkan)
- ※ No caso de perda de emprego, apresente o comprovante de desligamento do emprego, Comprovante do Seguro Desemprego, etc.

□ Informações: Prefeitura de Oizumi, Seção de Assuntos Cíveis (Jumin-ka), pelo telefone 0276-63-3111 (Ramal 535), ou diretamente no Escritório do Serviço de Pensão Nacional do Japão, situada em Ota (telefone 0276-49-3716)





CANCELAMENTO/ADIAMENTO dos eventos, reuniões, etc., devido ao Coronavírus

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策

Para prevenir a propagação do contágio do Novo Coronavírus, muitas atividades, cursos, reuniões, eventos, etc., foram canceladas, algumas prorrogadas, e algumas instituições estão retomando suas atividades, gradualmente, por isso pedimos para que confira de antemão, antes de ir ao local. Dependendo da situação, pode acontecer de ter que fechar emergencialmente, por um tempo indeterminado.

■ **Mutirão de Limpeza da Beira do Rio Tone** (prevista para ser realizada dia 12 de julho), foi **CANCELADA**

■ **Pulverização de combate à praga da lagarta-do-cartucho (Hyphantria Cunea)**, das árvores das ruas, parques e casas (aos inscritos), realizada pelos funcionários públicos será **CANCELADA**. Mas para aqueles que queiram realizar em suas casas, poderão fazer o pedido de empréstimo gratuito dos dispositivos : tesoura para podar árvores altas, pulverizador elétrico e inseticidas. Entre em contato com a Seção de Parques e Rodovias (Tel: 0276-63-3111, ramal 233)

■ **48º Festival de Verão "OIZUMI MATSURI"**, prevista para 18 e 19 de julho, foi **CANCELADA**. Detalhes entre em contato com responsável da Promoção de Indústria e Comércio, pelo telefone 0276-63-3111 (ramal 552) Os cancelamentos dos eventos, atividades municipais de Oizumi, etc., estão sendo comunicados através da homepage da cidade ou do Centro Comunitário Multicultural de Oizumi.

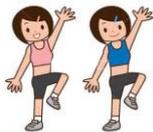
IZUMI NO MORI

いずみの社の教室のご案内

As inscrições dos cursos abaixo iniciam-se no dia 7 de julho (Ter). Tem como público-alvo, moradores ou trabalhadores de Oizumi. Os interessados devem se inscrever diretamente no Izumi no Mori.

[AULA DE FITNESS]

- Dias:** 4, 11, 18 e 25 de agosto (ter)
- Horário:** 10h30 ~ 11h30
- Vagas:** 25 pessoas
- Custo:** 2.000 ienes



[AULA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS LEVES]

- Dias:** 5, 12, 19 e 26 de agosto (qua)
- Horário:** 10h30 ~ 11h30
- Vagas:** 20 pessoas
- Custo:** 2.000 ienes

[AULA DE FITNESS]

- Dias:** 5, 12, 19 e 26 de agosto (qua)
- Horário:** 19h30 ~ 20h30
- Vagas:** 40 pessoas
- Custo:** 2.000 ienes



[ALONGAMENTO DA PELVIS & LÍMFA]

- Dias:** 6, 13, 20 e 27 de agosto (qui)
- Horário:** 10h30 ~ 11h30
- Vagas:** 15 pessoas
- Custo:** 2.000 ienes

[AULA DE IOGA LEVE]

- Dias:** 7, 14, 21 e 28 de agosto (sex)
- Horário:** 10h30 ~ 11h30
- Vagas:** 15 pessoas
- Custo:** 1.500 ienes

[AULA DE IOGA SAZONAL]

- Dias:** Sazonal: 7, 14, 21, 28 de agosto (sex)
- Horário:** 19h30 ~ 20h30
- Vagas:** 16 pessoas
- Custo:** 2.000 ienes



[AULA DE EXERCÍCIOS MARCIAIS]

- Dias:** 7, 14, 21 e 28 de agosto (sex)
- Horário:** 10h30 ~ 11h30
- Vagas:** 20 pessoas
- Custo:** 2.000 ienes



[O SONHO DE SER UM PATISSIERIE]

- Dia:** agosto (sáb) (data a confirmar)
- Público-alvo:** alunos com idade equivalente ao primário
- Horário:** 10h30 ~ 12h30
- Vagas:** 10 pessoas
- Custo:** a confirmar



CONSULTA JURÍDICA (POR TELEFONE) AOS DESEMPREGADOS

弁護士による離職者等無料法律相談



Estamos realizando consulta jurídica (gratuita), por telefone, para as pessoas que perderam seu emprego devido ao Coronavírus. A consulta é mediante hora marcada. O atendimento é somente em japonês.

- Datas:** 15, 22 e 29 de junho, e 6 e 13 de julho (possibilidade de agendar aos sábados e domingos)
- Horário:** das 13h às 16h (aproximadamente 30 minutos por pessoa)
- Inscrição:** Diretamente na Seção de Assuntos Cíveis (Jumin-ka), da Prefeitura de Oizumi, Telefone 0276-63-3111 ramal 594

ASSESSORAMENTO JURÍDICO AOS ESTRANGEIROS (Consulta Mediante reserva)

GRATUITO · SIGILOSO · COM INTÉRPRETE

外国人のための法律相談



- Data:** 21 de junho e 19 de julho (domingo) das 10h às 15h
- Local:** Centro Provincial de Consulta Geral aos Estrangeiros (Endereço: Maebashi-shi Otemachi 1-1-1 Showa-Chousha, 1.piso) Você está com dúvidas ou problemas relacionados ao cotidiano, moradia, trabalho, permanência no país, etc.? Nestes casos, não hesite em utilizar os serviços de Consulta Legal para os Estrangeiros, realizada pela Associação Internacional de Turismo e Produtos Locais de Gunma. As consultas são gratuitas e mantemos sigilo absoluto.
- Os consultores são:** Advogados, consultor administrativo, consultor do seguro social e trabalhista
- Atendimento em:** Português, Inglês, Chinês, Espanhol, Tagalog e Vietnamita
- Informações e reservas:** Centro Provincial de Consulta Geral aos Estrangeiros (Gunma Gaikokujin Sogo Soudan One Stop Center), pelo telefone 027-289-8275

BANQUINHA DA ASSISTÊNCIA SOCIAL

福祉ショップを実施します

- Dia:** 23 de junho (ter) das 11h às 13h No caso de chuva será cancelado
- Local:** Saguão (na entrada), da Prefeitura de Oizumi
- Instituições que estarão com seus produtos à venda:** Centro de Apoio as Atividades Regionais, Nozomi, Taiyo no Iê
- Tipos de produtos à venda:** Bolachinhas, Verduras, Udon, etc. ※ Possíveis alterações na participação das instituições
- Detalhes:** Encarregados da Assistência Social de Pessoas Especiais, da Seção de Assistência Social (Fukushi-ka), Tel: 0276-62-2121



NÃO QUER MONTAR A SUA HORTINHA?

古水農園を利用してみませんか

- A cidade está recrutando pessoas que queiram aproveitar o tempo livre para montar a sua hortinha.
- Local:** Oizumi Machi Furukori 401-1
- Área de cada espaço:** 16.38 m² (equivalente 5 tsubo)
- Vagas:** 31 espaços (1 espaço por família)
- Instalação:** água encanada (apenas em um local para todos, e estacionamento)
- Público-alvo:** ter o registro de endereço em Oizumi e estar em dia com os impostos
- Forma de inscrição:** Preencher e entregar o Formulário, na Seção de Promoção Econômica (1.piso, balcão 3), da Prefeitura de Oizumi
- Período da locação:** início de uso até o dia 28 de fevereiro de 2021
- Taxa da locação:** cada espaço 3.000 ienes/anual. (para as pessoas que utilizarão no meio do ano, será calculada o tempo de uso (250 ienes ao mês)
- Recomendações:**
 - O estacionamento poderá ser utilizado somente no horário em que estiver executando atividade em sua área de trabalho.
 - Há uma saída de água encanada, porém não é permitido o uso de mangueira.
 - Os instrumentos agrícolas, cada qual deve providenciar o seu.
 - Poderá escolher o espaço desejado.
 - ※ Poderá baixar o Formulário de inscrição, através da Homepage da cidade.
- Detalhes:** Encarregados de Promoção Agrícola, Seção de Promoção Econômica, na prefeitura de Oizumi, Tel: 0276-63-3111 (ramal 556)





CALENDÁRIO DE SAÚDE DE OIZUMI/JUNHO

6月の保健カレンダーについて

Para prevenir a propagação do Novo Coronavírus (Covid-19), as consultas sobre saúde, orientação ao casal, etc., foram todas canceladas.

Os Exames Clínicos infantis : dos 4 meses, 7 meses, 1 ano e seis meses, 2 anos e 3 anos de idade, serão realizadas de forma restrita. Por isso, aos que enquadram como público-alvo para estes exames, receberão o comunicado em sua casa.



PLANTÃO MÉDICO

Domingos e Feriados

日曜・祝日の当番医のお知らせ



DATA	CLÍNICO GERAL(NAIKA) (9h~17h)		CLÍNICO GERAL (GEKA) (9h~17h)	OTORRINOLARINGOLOGIA (JIBIKA) (9h~13h)	ODONTOLOGIA (SHIKA) (9h~11h30)		
	(DE TATEBAYASHI)	(DE OURA)					
JUNHO	14	Dom	Sakuma Clinic ☎0276-55-2500	Fujiwara lin ☎0276-88-7797	Sawada ☎0276-70-7703	Centro de Tratamento Odontológico de Tatebayashi-Oura ☎0276-73-8818	
	21	Dom	Tatara Shinryojo ☎0276-72-3060	Mayuzumi lin ☎0276-63-7800	Keiyu Byoin ☎0276-49-9000		Kawamura lin ☎0276-72-1337
	28	Dom	Hamada Clinic ☎0276-80-1100	Masuda lin ☎0276-82-2255	Tatebayashi lin ☎0276-74-2112		
JULHO	5	Dom	Hasegawa Clinic ☎0276-80-3311	Mashimo ☎0276-62-2025	Okada Clinic ☎0276-72-3163		Imamura Clinic ☎0276-70-2221
	12	Dom	Tatebayashi Kinen Byoin ☎0276-72-3155	Masuda lin (Somente pediatria) ☎0276-62-5535	Kawashima lin ☎0276-75-5511		

- ☐ Instituições médicas de Oizumi
- Informações sobre hospitais abertos ☎ 0276-45-7799 (noites e em pequenas emergências)
 - Atendimento Emergencial: Tatebayashi Kosei Byoin ☎ 0276-72-3140 (Clínico Geral)
 - Atendimento emergencial noturno(18h45 as 21h45) , de segunda a sábado (exceto feriado e feriado final e início de ano), detalhes no Centro de Saúde de Ota (Ota Hoken Center) pelo ☎ 0276-60-3099 (Clínico Geral ou pediatria)



REALIZAÇÃO DO EXAME CLÍNICO DE SAÚDE

わかば健康診査を実施

☐ Data, Horário e Local da realização do exame

M.ÉS	DATA		LOCAL	HORÁRIO
	DIA	SEM		
AGO	11	Ter	Yorikido-Minami Kominkan	8h30~11h
	12	Qua	Hokubu Kominkan	
	17	Seg	Centro de Assistência Social e de Saúde de Oizumi	9h~11h
	18	Ter	Centro Cultural BUNKA MURA	
29	Sáb	Centro de Assistência Social e de Saúde de Oizumi	8h30~11h	
SET	1	Ter	Tobu Kominkan	

- ☐ **Público-alvo:** idade entre 19 e 39 anos. (Nascidos entre 2.abril.1981 e 1.abril.2002)
- ☐ **Data:** veja o quadro ao lado
- ☐ **Valor:** 500 ienes
- ☐ **Forma de se inscrever:** diretamente na Seção de Construção da Saúde, dentro do Centro de Assistência Social e de Saúde de Oizumi

- ☐ **Conteúdo:** Questionário médico, Exame Biométrico (estatura, peso e cintura), pressão arterial, Exame urina (Glicose, proteinúria), Exame sanguíneo (função hepática, nível de gordura no sangue, função renal, glucose, hemoglobina A1c) , consulta médica.
- ※ Exames de fundoscopia, eletrocardiograma, exame de Anemia (somente para as pessoas que receberam indicação médica)



CUIDADO COM A HIPERTERMIA

熱中症に注意してください

A Hipertermia ocorre quando há a elevação excessiva da temperatura corpórea e o organismo não consegue manter a temperatura normal do corpo.

Neste verão, vamos tomar os devidos cuidados, pois tem aumentado os casos de Hipertermia.

O uso de máscaras como medida de prevenção contra o Coronavírus, pode contribuir no aumento da temperatura do corpo, e por passar despercebido a garganta ressecada, esquece o mais importante, de ingerir líquidos

- Alguns sintomas:
- Suor intenso
 - Confusão Mental
 - Cãibras
 - Náuseas
 - Vômitos
 - Aumento da frequência cardíaca
 - Ansiedade
 - Perda de coordenação



Pessoas idosas, crianças, doentes ou que não estão bem de saúde, pessoas obesas e pessoas que não estão acostumadas com o calor intenso, etc, requer cuidado redobrado. Para minimizar os problemas causados pela hipertermia, alguns processos devem ser feitos para prevenir a Hipertermia.

1. Ao sair de casa, use chapéu ou sombrinha. Vista roupas frescas e adequadas ao calor.
2. Descanse constantemente, procure ficar debaixo de sombra.
3. Repor constantemente o líquido e sais minerais do organismo, tomando água e consumindo sal.
4. Não faça esforço físico excessivo, procure executar atividades que está acostumado a fazer no dia-a-dia.
5. Deixe os ambiente internos bem ventilados e arejados.
6. Quando não estiver sentindo bem, descanse.



Medidas a serem tomadas caso esteja com Hipertermia.

Necessário consultar o médico o mais rápido possível.



Se estiver consciente:

1. Transfira a pessoa para um local fresco.
2. Vista roupas frescas e adequadas ao calor.
3. Repor constantemente o líquido e sais minerais do organismo, tomando água e consumindo sal.

※ Se não houver melhora, entre em contato com o médico.

Se estiver inconsciente:

1. Chame a ambulância
2. Transfira a pessoa para um lugar fresco
3. Procure abaixar a temperatura do corpo



☐ **Detalhes:** no Centro Geral de Assistência Social e de Saúde de Oizumi (Hoken Fukushi Sogo Center), pelo telefone 0276-62-2121.