



Seção de Integração e Assuntos Multiculturais, Departamento de Planejamento, Prefeitura de Oizumi

Endereço: Oizumi-machi Hinode 51-1 ☎:0276-63-3111(ramal 212)/ FAX: 0276-63-3921 E-mail: tabunka@town.oizumi.gunma.jp

## Revisão na alíquota/taxa do Imposto sobre Seguro Nacional de Saúde

国民健康保険税率改正について

Tendo em consideração, a redução do número de segurados, aumento das despesas médicas, e a situação do fundo, entre outras medidas, para que no futuro, os segurados possam utilizar este seguro com tranquilidade e segurança, será necessário alterar a taxa do imposto.

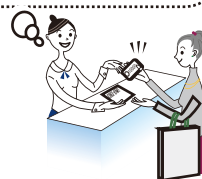
Para dar início a esta medida, a partir de abril deste ano, foi adicionada uma nova taxa, denominada "Taxa de apoio à Criação dos Filhos".

Embora venha representar um encargo para os beneficiários, contamos com sua compreensão e colaboração.

O pagamento das cotas do Seguro Nacional de Saúde é o principal recurso financeiro para manter o Seguro Nacional de Saúde que custeia as despesas médicas de todos os segurados. As cotas deverão ser pagas dentro do prazo para que possa ser atendido numa eventual doença ou acidente.

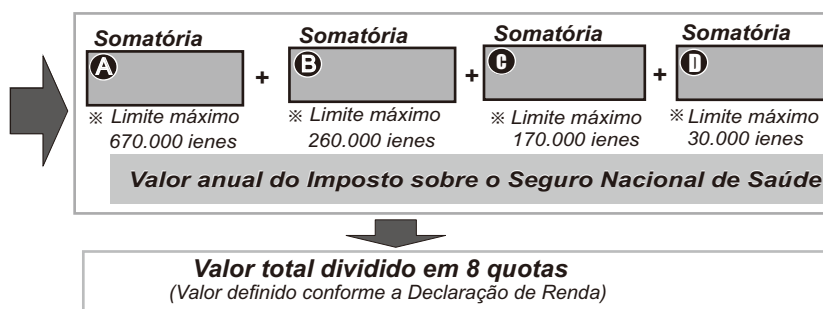
O Chefe da família tem a responsabilidade de pagar as cotas do Seguro Nacional de Saúde.

Sendo assegurado do Seguro Nacional de Saúde, poderá utilizar o MynaHoken nas instituições médicas (em casos de doenças ou ferimentos), pagando somente 30% das despesas com consultas médicas. No entanto, caso não esteja em dia com os impostos, ocorre o risco de ter que pagar os 100% das despesas, mesmo estando inscrito neste seguro.



### Forma de cálculo das cotas do Seguro Nacional de Saúde.

|  |         |
|--|---------|
| <b>A Assistência Médica</b>  |         |
| ① Valor fixo por família.....  | ¥22.000 |
| ② Valor per capita (por pessoa)<br>(29.500 ienes x número de filiados).....            |         |
| ③ Renda familiar do ano anterior<br>Somatória da renda de todos x 7.25%.....           |         |
| <b>Somatória A</b> ① + ② + ③ =   |         |
| <b>B Apoio à Assistência Médica Senil</b>  |         |
| ① Valor fixo por família.....  | ¥ 9.500 |
| ② Valor per capita (por pessoa)<br>(11.600 ienes x número de filiados).....            |         |
| ③ Renda familiar do ano anterior<br>Somatória da renda de todos x 2.7%.....            |         |
| <b>Somatória B</b> ① + ② + ③ =   |         |
| <b>C Assistência ao Senil<br/>(somente para pessoas de 40 a 64 anos)</b>               |         |
| ① Valor fixo por família.....  | ¥ 7.000 |
| ② Valor per capita (por pessoa)<br>(9.700 ienes x número de filiados).....             |         |
| ③ Renda familiar do ano anterior<br>Somatória da renda de todos x 1.6%.....            |         |
| <b>Somatória C</b> ① + ② + ③ =   |         |
| <b>D Taxa de Apoio a Criação dos Filhos</b>  |         |
| ① Valor fixo por família.....  | ¥ 800   |
| ② Valor per capita (por pessoa)<br>(1.300 ienes x número de filiados acima de 18 anos) |         |
| ③ Renda familiar do ano anterior<br>Somatória da renda de todos x 0.3%.....            |         |
| <b>Somatória D</b> ① + ② + ③ =   |         |



### Atenção!

O valor do Imposto sobre o Seguro Nacional de Saúde é calculado com base no rendimento anual do ano anterior de todos da família. Portanto, para que possa calculá-lo corretamente, realize a sua Declaração de Renda, sem falta, todos os anos. A notificação será enviada em nome do chefe da família (setai nushi).

Pode haver alteração (isenção ou redução) no valor do Imposto sobre Seguro Nacional de Saúde, nos itens abaixo mencionados, no entanto é necessário solicitar.

- 1. Quando o afiliado ao Seguro Saúde da empresa passa a ser assegurado do Seguro Nacional de Saúde (acima de 65 anos)
- 2. Precisou se desligar da empresa por motivo de falência, encerramento das atividades da empresa, etc.
- 3. Quando o afiliado do Seguro Nacional de Saúde tiver filho.

**Detalhes:** Seção de Seguro Nacional de Saúde e Pensão Nacional, Prefeitura de Oizumi, pelo telefone 0276-63-3111 (Ramal 510)

### 目次

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| 国民健康保険税率改正について.....         | 1 |
| 窓口延長・土曜窓口(住民課・収納課).....     | 1 |
| 今月の納期.....                  | 1 |
| 夏の県民交通安全運動の実施について.....      | 2 |
| 医療用ウツクなどの購入費を補助.....        | 2 |
| 小型家電・古着・古布/プラスチック製品の回収..... | 2 |
| 道路清掃の開催について.....            | 2 |
| 児童手当の現況届.....               | 2 |
| 国民年金保険料免除制度.....            | 2 |
| 子ども食堂の開催について.....           | 2 |
| 文化の通訳養成講座「浴衣の着付け」.....      | 2 |
| 東朋産業いずみの社の行事・教室のご案内.....    | 3 |
| 活きな世界のグルメ横丁.....            | 3 |
| 絵画教室～夏休みのホスターを仕上げよう～.....   | 3 |
| 庁舎移転記念イベント開催.....           | 3 |
| おやこの食育教室.....               | 3 |
| 語学講座/教科学習支援事業.....          | 3 |
| 福祉ショップを実施します.....           | 3 |
| 7月の保健カレンダーについて.....         | 4 |
| 日曜・祝日の当番医のお知らせ.....         | 4 |
| 熱中症について(注意・予防).....         | 4 |

## FUNCIONAMENTO EXCLUSIVO DO BALCÃO DE ARRECAÇÃO DE IMPOSTOS E SEÇÃO DE ASSUNTOS CIVIS

窓口延長・土曜窓口(住民課・収納課)

A Seção de Arrecadação de Impostos e Seção de Assuntos Civis funciona 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.

A Seção de Assuntos Civis funciona para emissão de documentos e a Seção de Arrecadação de Impostos, funciona para que possam pagar os seus impostos ou para fazer consultas de parcelamento. É possível pagar impostos utilizando o Aplicativo do Smartphone. Basta fazer a leitura do Código de barras inserida no boleto, através do aplicativo PayPay.

※ Boleto que não consta o código de barra, ou boleto com vencimento expirado não poderão ser pagas pelo smartphone, nem em lojas de conveniência.

☐ **Informações:** Seção de Arrecadação de Impostos, da Prefeitura de Oizumi, telefone 0276-63-3111 (Ramal 536)

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

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

**VENCIMENTO DA PARCELA DO IMPOSTO DESTES MÊS**  
今月の納期

**Lembrete:**  
- Dia 30 de junho (ter.), vencimento da 1a. Parcela do Imposto Provisório-Municipal

## 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

Uma meta para todos os dias "ZERO acidentes de trânsito", envolvendo família, motorista, escola, trabalho e bairro.

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** Conduza com calma e pise suavemente no acelerador!

**Sub Slogan** "Em uma curva, perigos invisíveis estão escondidos!"

**Principais itens da Campanha:**

- Prevenir colisão frontal envolvendo bicicleta

- Prevenir acidentes de trânsito envolvendo pessoas idosas e crianças

Informações: na Prefeitura de Oizumi, Seção de Segurança (Anzen Anshin-ka), pelo telefone 0276-63-3111 (Ramal 234)



## Ajuda de custo de

### PERUCAS, ETC., PARA PACIENTES EM TRATAMENTO DE CÂNCER, ETC.

医療用ウィッグなどの購入費を補助

A prefeitura ajuda com uma parte dos custos na aquisição de perucas com fins de tratamento médico.

**Público-alvo:** pessoas que enquadram nos seguintes requisitos

- Pessoas que tiveram queda de cabelos, por motivos de tratamento quimioterapêutico, ou pós cirurgia deixaram cicatrizes externas, etc., tendo que adquirir perucas, etc.

- Tenha o endereço registrado em Oizumi

- Não tenha recebido este auxílio no passado, em outra cidade

- Esteja em dia com os impostos municipais

**Valor do auxílio:** pessoas que enquadram nos seguintes requisitos (poderá solicitar cada uma delas (1 e 2))

1. Peruca (medicinal) ...vr. máximo 30.000 ienes

2. Sutiens para inserção de mama...vr. máximo 20.000 ienes

**Detalhes:** Forma de Solicitação e documentos necessários, entre em contato direto com a Seção de Construção da Saúde (Kenko Zukurika), pelo telefone 0276-63-3111 (Ramal 518)



## RECOLHIMENTO DE APARELHOS ELETRÔNICOS DE PEQUENO PORTE & TECIDOS E ROUPAS USADAS, ARTIGOS DE PLÁSTICOS

小型家電/古着・古布/プラスチック製品の回収

**DATA: 18 de julho (sáb) das 9h30 as 11h**

**Local: Prefeitura de Oizumi (estacionamento lado leste)**

Para preservar os recursos, recolhemos gratuitamente, dentro do possível, roupa e tecidos usados, produtos de plástico e pequenos eletrodomésticos que não tenham mais utilidade em sua casa.

**Aparelhos que serão aceitos:** eletrônicos, equipamentos musicais eletrônicos, aparelhos movidos a bateria, carregador elétrico ou pilha.

**NÃO SERÁ** recolhido eletrodomésticos como: TV, ar condicionado, geladeira, freezer, máquina de lavar ou secar roupa

**ROUPAS/TECIDOS:**

- **Tipo de produtos:** roupas, tecidos, toalhas, lençol, cortina, etc.

Não será aceito artigos plastificados, emborrachados.

- **Recomendação:** Após lavar e secar, coloque em um saco de plástico, não coloque cabide, saquinho de plástico, junto com tecidos ou roupas.

**ARTIGOS DE PLÁSTICO**

**Alvo:** produtos 100% de plástico (artigos de plástico sem a marca "plástico" e que estejam limpos.)

- **Exemplos de produtos que poderão ser recolhidos:**

Balde de plástico, cabide de plástico, gaveta de plástico para por roupas, capacete de plástico

- **O que não poderá ser recolhido:**

Cartucho de impressora, pincel atômico, mangueira, tábua de cozinha, etc.

**Detalhes:** Seção de Conservação do Meio Ambiente, na prefeitura de Oizumi, telefone 0276-63-3111 (Ramal 526)



## MUTIRÃO DE LIMPEZA DAS RUAS DA CIDADE

道路清掃の開催について

Para preservar a beleza e a limpeza das ruas e avenidas da cidade, os grupos voluntários estrangeiros juntamente com a Delegacia de Polícia de Oizumi, JT (Japan Tabaco) estarão realizando esta campanha. Contamos com a participação de grande número de pessoas.

**Dia:** 21 de junho (dom.) a partir das 8h

(No caso de chuva forte será cancelado)

Reunir-se na praça Hana no Hiroba

**Local:** Rota Green Road e suas proximidades

**Informações:** Centro Comunitário Multicultural de Oizumi ☎0276-62-6066



## ENTREGA DOS DADOS ATUAIS PARA CONTINUAR RECEBENDO O SUBSÍDIO INFANTIL (JIDO TEATE)

児童手当の現況届



A partir do ano de 2022, **via de regra, não há a necessidade de entregar os dados atuais.** Com exceção, as pessoas que enquadram em alguns requisitos, deverão entregar o Formulário dos dados atuais (genkyo todoke). Os beneficiários que necessitam de apresentar os documentos, receberão em sua casa o comunicado pelo correio no final de maio, tendo que entregar os dados, sem falta. Caso contrário, não terá o direito de receber a partir de outubro. Portanto, atenção!

Informações: Seção de Futuro Infantil (Kodomo Mirai-ka), 1.piso, na Prefeitura de Oizumi. telefone 0276-63-3111 (Ramal 522)

## Sistema da ISENÇÃO ou POSTERGAÇÃO DA CONTRIBUIÇÃO DA PENSÃO NACIONAL DO JAPÃO

国民年金保険料免除制度

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 2026 (julho de 2026 a junho de 2027).

**Documentos necessários:**

- Documento que comprove seu número pessoal (Cartão My Number, etc.)

- Documento de identificação (Carteira de motorista, etc.)

※ No caso de perda de emprego, apresente o comprovante de desligamento do emprego, Comprovante do Seguro Desemprego, etc.

Informações: na Prefeitura de Oizumi, Seção de Seguro Nacional de Saúde e Pensão Nacional, pelo telefone 0276-63-3111 (Ramal 510), ou diretamente no Escritório do Serviço de Pensão Nacional do Japão (Ota Nenkin Jimusho), situada em Ota (telefone 0276-49-3716)



## Atividade da Assistência Social

### KODOMO SHOKUDO (Distribuição de refeição)

子ども食堂の開催について

O Kodomo Shokudo oferece um pequeno refeitório para as crianças, como forma de construir um espaço para que elas possam se alimentar alegremente e, evitar também que almoce sozinha em sua casa. Tem como público-alvo as crianças e/ou responsáveis que moram em Oizumi. Esses alimentos serão distribuídos gratuitamente para as crianças (aos adultos serão cobrado uma taxa). Detalhes confira a Homepage da cidade ou entre em contato com a entidade

**WOG Kodomo Shokudo**

**Data:** 4 de julho (sáb.) a partir das 11h30

**Local:** Salão Público de Oizumi (Endereço: Yoshida 2465)

**Informações:** Pelo telefone 080-9191-7807

**YORIKIDO Kodomo Shokudo**

**Data:** 11 de julho (sáb.) a partir das 11h 30

**Local:** Salão Público Yorikido Minami Kominkan (Endereço: Yorikido 1101-2)

**Informações:** Pelo telefone 080-6582-5501

**KITCHEN OZ Oizumi**

**Data:** 22 de julho (qua.) a partir das 17h

**Local:** Toho Sangyo IZUMI NO MORI (Endereço: Asahi 4-7-1)

**Informações:** Pelo telefone 090-7828-9599

**OIZUMIKKO Shokudo**

**Data:** 25 de julho (sáb.) a partir das 13h

**Local:** Antiga Prefeitura de Oizumi (Endereço: Hinode 55-1)

**Informações:** Pelo telefone 090-1808-5969



Atividades do Bunka no Tsuyaku

## YUKATA (traje Típico), CULTURA e ETIQUETA JAPONESA

文化の通訳養成講座「浴衣の着付け」

Aproveite esta oportunidade de vestir Yukata e conhecer um pouco mais da cultura japonesa, no verão como Hanabi (Fogos de Artifício), Matsuri (Festival de Verão), etc.

**Data:** 26 de junho de 2026 das 18h50 (por aproximadamente 90 minutos)

**Local:** Salão Público de Oizumi (Oizumi Kominkan Minami Bekkan)

Endereço: Yoshida 2011-1

**Vagas:** 20 pessoas

**Custo:** 100 ienes (Efetue o pagamento no ato da inscrição)

**Inscrição e Informação:** Centro Comunitário Multicultural de Oizumi, dentro da prefeitura de Oizumi (telefone 0276-62-6066), das 8h30 as 17h15



## Toho Sangyo IZUMI NO MORI

Tel: 0276-20-0035

東朋産業いずみの杜の行事・教室のご案内

### 【ENFEITE DE TANABATA】

- **Período:** de 20 de junho a 7 de julho
- **Horário:** das 10h as 21h (durante o horário de atendimento)
- **Local:** no Lounge da instituição



### 【CONCERTO DE TANABATA】

- **Dia:** 5 de julho (dom)
- **Horário:** das 13h as 15h
- **Conteúdo:** apresentação musical e danças de varias entidades da Cidade de Oizumi e redondeza

As aulas tem como público-alvo, pessoas maiores, o equivalente ao ensino médio, que sejam moradores ou trabalhadores de Oizumi. Os interessados devem se inscrever diretamente no Toho Sangyo IZUMI NO MORI.

### 【AULA DE ALONGAMENTO ATRAVÉS DO BALÉ】

- **Dias:** 1, 8, 15 e 22 de julho (qua)
- **Horário:** 10h30 ~ 11h30
- **Vagas:** 20 pessoas
- **Custo:** 2.000 ienes



### 【AULA DE AQUABICS】

- **Dias:** 1, 8, 15 e 22 de julho (qua)
- **Horário:** 10h45 ~ 11h45
- **Vagas:** 20 pessoas
- **Custo:** 2.000 ienes



### 【AULA DE AQUA EXERCISE】

- **Dias:** 1, 8, 15 e 22 de julho (qua)
- **Horário:** 19h ~ 19h50
- **Vagas:** 20 pessoas
- **Custo:** 2.000 ienes



### 【AULA DE FITNESS】

- **Dias:** 1, 8, 15, 22 e 29 de julho (qua)
- **Horário:** 19h30 ~ 20h30
- **Vagas:** 30 pessoas
- **Custo:** 3.000 ienes



### 【AULA DE ALONGAMENTO DA PELVIS & LINFÁ】

- **Dias:** 2, 9, 23 e 30 de julho (qui)
- **Horário:** 10h30 ~ 11h30
- **Vagas:** 16 pessoas
- **Custo:** 2.000 ienes



### 【AULA DE AQUA BODY MAKE】

- **Dias:** 3, 10, 17 e 24 de julho (sex)
- **Horário:** 10h45 ~ 11h45
- **Vagas:** 20 pessoas
- **Custo:** 2.000 ienes



### 【AULA DE IOGA LEVE】

- **Dias:** 3, 10, 17, 24 e 31 de julho (sex)
- **Horário:** 10h30 ~ 11h30
- **Vagas:** 25 pessoas
- **Custo:** 2.500 ienes



### 【AULA DE IOGA SAZONAL】

- **Dias:** 3, 10, 17 e 24 de julho (sex)
- **Horário:** 19h30 ~ 20h30
- **Vagas:** 16 pessoas
- **Custo:** 2.000 ienes



### 【AULA DE CHALLENGE EXERCISE】

- **Dias:** 7, 14 e 28 de julho (ter)
- **Horário:** 10h30 ~ 11h30
- **Vagas:** 20 pessoas
- **Custo:** 1.500 ienes



### 【O SONHO DE SER UM PATISSIERE】

- **Dia:** 25 de julho (sab)
- **Horário:** 10h30 ~ 12h30
- **Vagas:** 12 pessoas
- **Custo:** 800 ienes (incluso material)



## FEIRA GASTRONÔMICA INTERNACIONAL DE OIZUMI

活きな世界のグルメ横丁

No quarto domingo, abaixo mencionado, terão a oportunidade de apreciar a área verde do Ryokudo (praça de Oizumi), o samba, ouvir músicas e várias danças, enquanto saboreiam delícias da culinária internacional.

- **Dia:** 28 de junho (dom) das 11h às 16h
- **Local:** Praça de Oizumi (Izumi Ryokudo)
- **Informações:** Associação de Turismo de Oizumi (Oizumi-machi Kanko Kyokai), pelo telefone: 0276-61-2038



Atividades do Centro de Apoio à Família

## SUORTE NA CONFEÇÃO DE CARTAZ DURANTE AS FÉRIAS DE VERÃO

絵画教室～夏休みのポスターを仕上げよう～

- **Período:** 22 e 23 de julho das 9h as 12h e das 13h as 16h (Escolha o período da manhã ou tarde, de um dos dias)
- **Local:** Salão Público de Oizumi (Oizumi machi Kominkan), sala Kougei-shitsu
- **Conteúdo:** Auxiliar no esboço do cartaz, pintura e conclusão do cartaz (tarefas dos alunos a serem feitas durante as férias)
- **Público-alvo:** alunos da escola primária de Oizumi
- **Vagas:** 10 pessoas para cada horário
- **Custo:** 300 ienes (papel cartolina, lapis, etc.)
- **Prazo de Inscrição:** do dia 15 a 19 de junho (das 9h as 16h)
- **Detalhes:** Centro de Apoio à Família (Tel:0276-55-8373)



Realização de Evento Comemorativo da mudança de prédio

## WAO!OIZUMI =VAMOS BRINCAR, DANÇAR POR 2 DIAS NA PREFEITURA=

庁舎移転記念イベントを開催

Antes de demolir o prédio antigo, a Prefeitura juntamente com a Associação Comercial e Associação de Turismo de Oizumi, etc, realizarão este grande evento. Estamos esperando por você.

- **Dia:** 25 de julho (das 13h as 21h), e 26 de julho (das 17h as 21h) (No caso de vendaval será cancelado)
- **Local:** antigo prédio da Prefeitura de Oizumi e Parque Central
- **Conteúdo:**
  - Dentro do Prédio :Varias atividades, workshop para as crianças
  - Antiga Câmara Municipal :Exibição de video de curta duração
  - No Parque Central: World Bon-dance , Yosakoi sooran, Awaodori, e Wadaiko (tambor)
- **Detalhes:** Seção de Promoção Econômica, telefone 0276-63-3111 (Ramal 214)



Atividades da Comissão de Melhoria dos hábitos Alimentares

## AULA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR « PAIS & FILHOS »

おやこの食育教室



- **Data:** 31 de julho (sex) das 9h30 as 13h
- **Local:** Centro de Assistência Social e de Saúde de Oizumi
- **Conteúdo:** Aula de nutrição, culinária e degustação
- **Público-alvo:** Pai e/ou mãe & filhos (estudantes primários), moradores de Oizumi
- **Vagas:** 12 pares (as inscrições encerram assim que preencher as vagas)
- **Custo:** gratuito
- **Como se inscrever:** diretamente na Seção de Construção da Saúde, por telefone ou pelo LINE oficial da cidade
- **Prazo de Inscrição:** até dia 15 de julho
- **Trazer:** estojo, calçado de uso interno, avental, lenço para cabeça e mascara
- **Detalhes:** Seção de Construção da Saúde, Telefone 0276-63-3111 (Ramal 518)

## ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE OIZUMI

Tel:080-6812-0152

語学講座/教科学習支援事業



A Associação Internacional de Oizumi oferece cursos gratuitos, de língua japonesa aos estrangeiros (para adultos e suporte aos alunos que frequentam escola japonesa e tem dificuldade no acompanhamento dos estudos)

- **Local:** até o dia 28 de junho, será no Salão Público de Oizumi (Oizumi-machi Kominkan-Minami Bekkan), a partir de 1 de julho será no Salão Público de Oizumi (Oizumi Kominkan), endereço Yoshida 2465
- **【AULA DE LÍNGUA JAPONESA AOS ESTRANGEIROS】**
  - **Curso de Língua japonesa para todos os níveis**
    - **Dias:** Todas as quartas, sextas e domingos
    - **Horário:** das 19h às 21h (todas as quartas e sextas).
    - ※ aos domingos somente no período da manhã das 10h as 12h
  - **Atividades de Apoio na aprendizagem dos alunos estrangeiros**
    - **Dias:** aos sábados das 14h às 17h
    - **Objetivo:** dar suporte aos alunos estrangeiros que falam o idioma, porém apresenta uma certa dificuldade na compreensão do conteúdo das matérias ministradas na escola.
    - **Detalhes:** Associação Internacional de Oizumi, Telefone 080-6812-0152



## BANQUINHA DA ASSISTÊNCIA SOCIAL

福祉ショップを実施します



- **Dia:** 23 de junho (ter) das 11h às 12h30
- **Local:** Prefeitura de Oizumi, no Sagão do 1.Piso (Endereço: Hinode 51-1)
- **Instituições que estarão com seus produtos à venda:** Centro de Apoio as Atividades Regionais, Nozomi, Genki, Usagi & Chameleon, Taiyo no Iê, Kita Koizumi Green Farm, Work Station Tsudoi Kokai
- **Tipos de produtos à venda:** Bolachas, verduras fresquinhas, udon, artesanatos, etc. (Possíveis alterações das instituições prevista a montar suas banquinhas)
- **Detalhes:** Encarregados da Assistência Social de Pessoas Especiais, da Seção de Assistência Social (Fukushi-ka), pelo telefone: 0276-63-3111 (Ramal 512)

# CALENDÁRIO DE SAÚDE DE OIZUMI

| DATA  |     |     | ESPECIFICAÇÃO                             | LOCAL  | ALVO  | HORÁRIO       |
|-------|-----|-----|---|--|---|---------------|
| MÊS   | DIA | SEM |   |  |   |               |
| JULHO | 1   | Qua | Exame Clínico dos 3 anos de idade         | Centro Geral de Assistência Social e de Saúde (0276-63-3111) | As pessoas que enquadram para o exame, receberão comunicado individualmente | 12h45 ~ 13h15 |
|       | 2   | Qui | Exame Clínico de 1 ano e 6 meses de idade |  |   | 12h45 ~ 13h15 |
|       | 7   | Ter | Consulta sobre a Saúde do Adulto          |  | Aos interessados  | 9h ~ 11h      |
|       | 15  | Qua | Exame Clínico dos 5 anos de idade         |  | As pessoas que enquadram para o exame, receberão comunicado individualmente | 12h45 ~ 13h15 |
|       | 21  | Ter | Consulta sobre a Saúde do Adulto          |  | Aos interessados  | 9h ~ 11h      |
|       | 24  | Sex | Exame Clínico dos 7 meses de idade        |  | As pessoas que enquadram para o exame, receberão comunicado individualmente | 13h ~ 13h15   |
|       | 27  | Seg | Consulta sobre a Saúde do Adulto          |  | Aos interessados  | 9h ~ 11h      |
|       | 31  | Sex | Consulta sobre a Saúde do Bebê            |  | Bebês e seus pais<br>※ Aos inscritos  | 9h ~ 11h      |

7月の保健カレンダーについて



## 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)  |
|-------|-----|-----|---|--|---|--|---|
| MÊS   | DIA | SEM |   |  |   |  |   |
| JUNHO | 14  | Dom | <b>Morishita</b><br>lin<br>☎ 0276-73-7776 | <b>Fujiwara</b><br>lin<br>☎ 0276-88-7797                 | <b>Keiyu</b><br>Byoin<br>☎ 0276-49-9000                     |  | Centro de Tratamento Odontológico de Tatebayashi-Oura<br>☎ 0276-73-8818 |
|       | 21  | Dom | <b>Kato</b><br>lin<br>☎ 0276-89-1031      | <b>Koyanagi</b><br>(Somente Pediatria)<br>☎ 0276-80-2220 | <b>Kawashima</b><br>lin<br>☎ 0276-75-5511                   | <b>Narushima</b><br>Clinic<br>☎ 0276-76-7640 |   |
|       | 28  | Dom | <b>Fukuda</b><br>Clinic<br>☎ 0276-84-1233 | <b>Tsutsuji no Sato</b><br>lin<br>☎ 0276-50-1653         | <b>Okada</b><br>Clinic<br>☎ 0276-72-3163                    |  |   |
| JULHO | 5   | Dom | <b>Hamada</b><br>Clinic<br>☎ 0276-80-1100 | <b>Abe</b><br>lin<br>☎ 0276-62-5428                      | <b>Shinbashi</b><br>Byoin<br>☎ 0276-75-3011                 | <b>Kawamura</b><br>lin<br>☎ 0276-72-1337     |   |
|       | 12  | Dom | <b>Tanaka</b><br>lin<br>☎ 0276-62-2881    | <b>Konishi</b><br>lin<br>☎ 0276-86-2261                  | Tatebayashi-shi Yakan<br>Kyubyo Shinryojo<br>☎ 0276-73-2313 |  |   |

### ☐ 〻 Instituições médicas de Oizumi

Informações sobre instituições médicas

- Serviço Telefônico de Orientação de Hospitais ☎ 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 de final e início de ano), detalhes no Centro de Saúde de Ota (Ota Hoken Center) pelo ☎ 0276-60-3099 (Clínico Geral ou pediatria)

### PREVENÇÃO E CUIDADO COM A HIPERTERMIA

熱中症について (注意・予防)

A Hipertermia ocorre quando o corpo eleva sua temperatura acima dos limites normais, perdendo a capacidade de se resfriar naturalmente. Em dias quentes ou durante esforços intensos, previna se mantendo a hidratação constante.

#### Principais Sintomas:

- Tontura, cainbras musculares,
- suor e temperatura corporal alta
- Dor de cabeça, náuseas, ansia, dores musculares
- Confusão mental, convulsão, deficiência nos movimentos dos pés e mãos

#### Cuidados com essas pessoas:

- Idosas e crianças
- Portadores de alguma doença
- Má condição Física, obesas



Nos meses de julho e agosto é grande o número de pessoas que são levadas para o hospital.

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 dobrado. Para minimizar os problemas causados pela hipertermia, devemos tomar algumas medidas preventivas:

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.
4. 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
4. Levar para uma instituição médica



☐ Detalhes: na Seção de Construção da Saúde (Kenko Zukuri-ka), Prefeitura de Oizumi, pelo telefone 0276-63-3111 (Ramal 518)