

# Jornalzinho de Kameyama

## かめやま ニュース

ポルトガル語版



Julho de 2014

Nº71

### Vamos nos prevenir da Insolação! (熱中症を予防しましょう!)

#### Kenkou Suishin Shitsu (Aiai ☎0595-84-3316)

Caso esteja sentindo alguns desses sintomas pode-se suspeitar de Insolação.

<grau leve> tontura, vertigem, dores musculares, suor excessivo

<grau médio> dor de cabeça, náuseas, corpo cansado

<grau grave> perda da consciência, convulsão, temperatura elevada do corpo, resposta incoerente as perguntas feitas, não consegue caminhar reto, não consegue correr

#### ✦Para se prevenir da Insolação

##### ●Repor líquido e sais minerais frequentemente

Sentir sede é a prova de que já está começando a ficar desidratado. Antes de sentir sede, vamos nos esforçar para tomar líquido frequentemente. Também é necessário repor sais minerais moderadamente.

##### ●Adquirir um corpo forte que suporte o calor

A Insolação é influenciada pela condição física do dia. Prepare seu corpo através de uma vida moderada com uma boa alimentação e durma bem.



##### ●Tome medidas para amenizar o calor

Utilize cortinas de bambu (*sudare*), jogar água ao redor da casa, cortinas para barrar os raios solares e caso a temperatura se eleve, ventilar o local ou utilizar o ar condicionado para controlar a temperatura do ambiente.

##### ●Elaborar a vestimenta

Use roupas que permitem a ventilação e quando sair de casa, utilizar chapéu, boné ou sombrinha para se proteger dos raios solares.

#### ✦O que fazer em caso de Insolação

●Refugiar-se para um local fresco

●Tirar as roupas para esfriar o corpo

●Tomar líquido e repor sais minerais

※Se encontrar alguém que não consiga beber água sozinho ou estiver inconsciente, chamar imediatamente uma ambulância!

#### ✦Idosos devem beber líquido frequentemente!

A metade dos pacientes com Insolação são idosos (acima de 65 anos). As funções reguladoras e sensoriais do corpo em relação ao calor e falta de líquido no corpo dos idosos diminuem. Por isso devem beber líquido frequentemente.



### Auxílio para despesas das vacinações (Catapora e Caxumba) (みずぼうそう・おたふくかぜの予防接種費用助成)

#### Kenkou Suishin Shitsu (Aiai ☎0595-84-3316)

#### ✦Público alvo:

Residente na Cidade de Kameyama e se enquadra nos 2 itens abaixo mencionados:

・Criança em fase pré-escolar

(exceto criança com 1 ano incompleto)

・Criança que foi vacinada após 1º de Abril de 2014

#### ✦Quantidade de aplicação:

1 dose de cada (catapora/caxumba) por criança

#### ✦Valor do auxílio: 3.000 ienes para cada dose (limite máximo)

#### ✦Vacinação e período para a solicitação:

Até 31 de Março de 2015

#### ✦Método de solicitação:

<Aplicação da vacina dentro da Cidade de Kameyama>

Pague somente a diferença, subtraindo o valor da ajuda (Não é necessário realizar a solicitação)

<Aplicação da vacina em outra cidade>

Por favor antes de tomar a vacina, entre em contato no "Kenkou Suishin Shitsu Aiai" que fornecerá o formulário.

✦Outros: A partir do dia 1º de Outubro de 2014 o sistema de vacinação da catapora vai mudar.



### Abertura ao público da piscina do Parque Nishino (西野公園プール一般公開)

#### Ginásio do Parque Nishino (☎0595-82-1144)

Poderá utilizar a piscina do Parque Nishino a partir do dia 1º de Julho (ter) à 31 de Agosto (dom).

#### ✦Horário e a taxa:

•Das 9:00 às 12:30hrs

Primários e Ginásiais...50 ienes / Colegiais e Públicos...100 ienes

•Das 13:00 às 17:30 hrs

Primários e Ginásiais...100 ienes / Colegiais e Públicos..210 ienes

※Se a temperatura da água estiver abaixo do determinado, não sendo adequado para nadar, haverá casos que fechará sem aviso prévio.

#### ✦Competição de recorde de natação:

Data: A partir do dia 1º de Julho (ter) à 31 de Agosto (dom)

Público alvo: Crianças do primário em diante e que consiga nadar 50 metros

Taxa : Gratuita

#### ✦Aberto Gratuitamente:

Data: Dia 21 de Julho (feriado)

Horário: Das 9:00 às 12:30 hrs /  
Das 13:00 às 17:30hrs



### População estrangeira (国別外国人住民数)・・・1,700

Brasileiros・・・810

Chineses・・・333

Filipinos・・・182

Vietnamitas・・・77

Coreanos・・・76

Outros・・・222

(segundo dados de Julho de 2014)

せきじゆくぎおんなまつ  
**Seki Juku Gion Natsu Matsuri (関宿祇園夏祭り)**

**Seki Juku Gion Natsu Matsuri Jikkou linkai Jimukyoku (Kankou Kyoukai ☎0595-97-8877)**

Este ano também será realizado a festa do verão de Seki Juku “Seki Juku Gion Festival de Verão”. Poderá observar (conforme a foto ao lado) 4 carros enfeitados com *Chouchin* (lanterna de papel). Poderá juntar-se e participar puxando o carro. Não gostaria de experimentar? O auge será quando os 4 carros enfeitados com *Chouchin* começarem a rodar “Butai Mawashi”. É muito emocionante. Aproveite sem falta o tradicional verão japonês.

- **Andor xintoísta (Mikoshi)** (mesmo que chova, será realizado)  
 19 de Julho (sáb) 12:00 às 17:00 hs Seki-Jinja - Otabisho  
 20 de Julho (dom) 12:00 às 17:00 hs Otabisho - Seki-Jinja
- **Dashi no Junkou (Carros com Chouchin)** (haverá cancelamento caso chova)  
 19 de Julho (sáb) por volta das 17:00 às 21:00 hs  
 Butai Mawashi Nakamachi Kaijyou 20:00 hs (4 carros alinhados)  
 20 de Julho (dom) por volta das 17:00 às 21:00 hs  
 Butai Mawashi Seki-Jinja 21:00 hs (3 carros)



- **Andon no Soushoku** (Caso chova, será realizado no dia 20(dom))  
 19 de Julho (sáb) 19:00 às 21:00 hs  
 \*Ao longo da avenida (bairro de Shinjo por aproximadamente 670m) ficará iluminada por aproximadamente 400 lanternas de papel.



- **Hiodori (Dança segurando lanterna de vela)** (conforme a foto ao lado)  
 (Caso chova, será realizado no dia 20(dom))  
 19 de Julho (sáb) 19:30 às 20:30 hs Otabisho-Jizouin  
 \*Na cidade de Kameyama há 7 grupos e no total de 150 pessoas dançarão.

**Estacionamento : Campo Esportivo da Escola Primária de Seki**

- \*No dia, o tráfego será controlado, por favor, tome cuidado quando estiver acessando no trajeto ao local do Matsuri ou para o Estacionamento.
- \*Na medida do possível, por favor, utilize o transporte público.

かめやましのうりょうたいかい  
**Kameyama-shi Nouryou Taikai (亀山市納涼大会)**



**Kameyama-shi Nouryou Taikai Jikkou linkai Jimukyoku (☎0595-96-1215)**

- ◇ **Data e Horário:** Dia 2 de Agosto (sáb) das 17:00 às 21:45 hrs
- ※ No caso de tempo chuvoso será transferido para o dia 3 de Agosto (dom)
- ◇ **Local:** Kameyama Kouen shibafu hiroba (ao lado da biblioteca)
- ◇ **Conteúdo:** Show no palco, dança típica dos cidadãos, fogos de artifício e sorteio

がつ のうぜい  
**Vencimento dos impostos de Julho (7月の納税)**

Vencimento, data do débito em conta bancária: **31 de Julho (qui)**  
 2ª Parcela do Imposto sobre propriedade e imposto de planejamento da cidade.  
 1ª Parcela do Imposto do Seguro Nacional de Saúde.  
 1ª Parcela do Seguro de Cuidados Médicos para Idosos.  
 ◇ Para as pessoas que fazem o uso do débito automático, por favor verificar o saldo bancário.

がつ きゅうじつ どうばんい  
**Revezamento de médico de plantão nos domingos de Agosto (8月の休日の当番医)**

Dia	Hospital	Local	Tel (0595)
3 (domingo)	Seki Clinic	Seki-chou Shinjo 1125	96-2220
10 (domingo)	Tanaka Byouin	Nishimaru-chou 539	82-1335
17 (domingo)	Kameyama Hifuka	Shibukura-chou 320	83-3666
24 (domingo)	Miyamura Sanfujinka	Hon-machi 3 choume 8-7	82-5151
31 (domingo)	Happy Ichou Clinic	Hon-machi 2 choume 9-33	82-0017

**Horário de consulta: Das 13:00 às 19:30 horas. Recepção até as 19:00 hrs.**

O revezamento poderá alterar conforme o dia, por favor conferir por telefone.

**Informações:** Centro de Informação Médica e Emergência (Mie ken Kyuukyuu Iryou Jouhou Center) (☎0595-82-1199)  
 e Prefeitura de Kameyama (☎0595-82-1111)

Responsável:  
 Setor de Promoção à Sociedade de Convivência Harmônica  
 (Kyousei Shakai Suishin Shitsu) ☎ 0595-84-5066

たんとう かめやまししんぶんかぶんかかんこうきょく きょうせいしゃかいしんしつ  
**担当：亀山市民文化振興局 共生社会推進室**