

Informativo do Centro de Assistência à Infância "TSUKUSHI HIROBA" do mês 5 「つくしひろば」だより 5月

O centro "TSUKUSHI HIROBA" fica aberto das segundas, terças, sextas e no 1º e 3º sábado do mês, das 9:30 até 16:00. Venham brincar!! Estamos esperando.



☆Dia 12 de maio (sex)... "loga para pais e filhos" (Das 10:00~10:40...Para crianças até 1 ano de idade/ Das 10:40~11:20...Para crianças de até 2 anos de idade) 10 vagas cada. Favor fazer a inscrição.



☆Estamos realizando o conto de estorinhas na 2ª e 4ª sexta-feira de cada mês a partir das 11:30. Venham ouvir as estorinhas!!!



Informações Centro de Assistência à Infância "TSUKUSHI HIROBA" Tel: 0749 - 42 - 5051

COLUNA DA SAÚDE

健康ワンポイント 結核健康診断が始まります!

Vai começar o Exame de Tuberculose!

A tuberculose não é uma "doença do passado". Hoje ainda, surgem 56 pacientes por dia e 6 perdem a vida. É uma doença mais contagiosa do Japão. Os 65% das pessoas contaminadas são pessoas acima de 65 anos de idade. Quem foi contaminado pela tuberculose na idade jovem e não ficou doente nessa época, pode ser que fique doente depois na idade avançada ou com diabete e ou quando diminuir a força de resistência depois de uma grande cirurgia. A descoberta da doença na fase inicial pode prevenir a agravação e contaminação para as pessoas do redor.

Vamos receber o exame de tuberculose uma vez por ano, sem falta.

● **Pessoa aplicada:** Pessoa com mais de 65 anos de idade

● **Documentos necessários:** A ficha de exame de tuberculose escrito "平成29年度結核健康診断のお知らせ".

Atenção: ※Favor usar uma camiseta ou camisa sem figuras, sem enfeites, sem botões e sem zíper.

Obs: Quem recebeu o exame de tuberculose não poderá fazer o exame de câncer do pulmão.

Local: Dia 11 de maio (qui), 15 de maio (seg), 16 de maio (ter), 18 de maio (qui), 22 de maio (seg), 23 de maio (ter) e 26 de maio (sex) → Será realizado em cada bairro com ônibus de exame. (Sobre o local e horário, favor se informar no Centro de Saúde).

Dia 26 de maio (sex) → Será realizado no Centro de Saúde de Echigawa (13:30~15:25)

Dia 29 de maio (qui) { Será realizado no Centro de Saúde de Hatasho (9:00~11:30)
Será realizado no Centro de Saúde de Echigawa (13:00~14:30)

Informações Setor KENKO SUISHIN-KA (Centro de Saúde) Tel: 0749-42-4887

Aviso do Hospital de Plantão nos feriados de GOLDEN WEEK

[Clínica geral • Pediatra]

ゴールデンウィークの休日急病診療当番のご案内

Data (dia/mês)	Nome da instituição médica	Endereço e telefone
29/04 (sab)	HIKONE KYUJITSU KYUBYO	Hikone-shi, Hassaka-cho 1900-4
03/05 (qua)	SHINRYOJO	(No KUSUNOKI CENTER- 1º andar ... ao lado do Hospital HIKONE SHIRITSU BYOIN)
04/05 (qui)	Horário de atendimento:	Tel: 0749-22-1119
05/05 (sex)	10:00~19:00 Recepção até 18:30.	

Pedido

Exame pediátrico de 3 anos e 6 meses

3歳6か月児健診のお願い

No exame pediátrico de 3 anos e 6 meses realiza-se o exame de urina. A partir de abril de 2017 mudamos o método do exame. Favor coletar a primeira urina do dia do exame e colocar num copo de papel ou similares e trazer na hora do exame.

※Quem não tem copo pode vir buscar no centro de saúde até um dia antes do exame.

Informações Setor KENKO SUISHIN-KA (Centro de Saúde de Echigawa) Tel: 0749-42-4887



~Analisando sobre a vida no local de refúgio~

É uma vida incômoda, sem privacidade no local de refúgio, mas justamente nestas horas, necessita-se mais a compreensão mútua, ajudando-se um ao outro.

- É necessário manter a comunicação suficiente entre todos no local de refúgio tomando cuidado para evitar o isolamento dos que não são associados à Associação do bairro, à comunidade de prevenção autônoma, dos que necessitam de ajuda (idosos, deficientes físicos, etc.), turistas, etc. e também você próprio.
- Antes de sofrer por algum problema, procurar assistência com policial, funcionário público, assistente de saúde que se encontrem no local de refúgio.
- Procurar não incomodar aos outros.
- Tratar de extinguir o estresse. Os exercícios físicos leves também são eficientes.
- O local de refúgio será administrado principalmente, pela comunidade de prevenção autônoma, etc; não depender somente de voluntários ou administração pública.
- Procurar fazer gargarejos, lavar bem as mãos, e usar máscaras dependendo da necessidade, pois há risco de propagação de gripe ou influenza.
- Se caso for pousar no carro, cuidado com a Síndrome da Classe Econômica (pode causar trombose por permanecer sempre na mesma postura). Caso não tiver outra alternativa e necessitar permanecer no carro, deve tomar bastante líquido com frequência e fazer exercícios movimentando até as pontas dos pés. A pousada no carro deve ser limitado a somente alguns dias.



As instalações atingidas

Elas serão analisadas pelo inspetor de análise de perigos emergenciais e serão determinados o grau de riscos secundários de cada uma e os adesivos equivalentes serão colados nas proximidades da entrada de cada instalação.

Vermelho	危険 (KIKEN) Perigoso 立入禁止 (TACHI IRI KINSHI) Proibida a entrada nesta instalação.	Amarelo	要注意 (YO CHUUI) Entrada limitada 立ち入りに十分注意 (TACHIIRINIJUBUN CHUI) Necessita de muito cuidado para entrar.	Verde	調査済み (CHOSAZUMI) Inspeccionada 建物は使用可能 (TATEMONOWA SHIYO KANO) É possível o uso desta.
----------	---	---------	---	-------	---



- Na maioria das casas, está acoplada o sistema de desligamento automático de fornecimento de gás na ocorrência do terremoto acima de 5º grau sísmico. É bom saber com antecedência a forma de segurança e de restauração do gás.
- Confirmar a restauração do sistema de esgoto testando a descarga com água no banheiro antes de utilizá-lo. Se tiver problemas, comunicar à prefeitura local.
- Confirmar se não sente cheiro de gás antes de ligar a chave de restauração de eletricidade.
- Se tiver vazamento de gás, ventilar totalmente o local, e não deve ligar o exaustor.

