

Informativo

agosto de 2020

Prefeitura de Minowa 箕輪町役場

O informativo é publicado mensalmente pela prefeitura de Minowa.

399-4695 Naka Minowa 10298, Minowa, Kami-inagun, Nagano-ken

399-4965 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪 10298

TEL:0265-79-3111 内線・ramal 199

Estão abertas inscrições para conjunto habitacional provincial.

けんえいじゅうたく もうしこみ はじ
県営住宅の申込みが 始まります。

Recepção do Formulário de Inscrição:

Período inscrição: 19 de Agosto ~28 de Agosto [dia 22(sábado) estará fechado]

Horário: AM 8:30~PM 5:00 [dias 20・27 até às PM 7:00]

Local: **Departamento de Habitação do estado de Nagano – Centro de Administração de Ina (Escritório Estadual em Ina (2. andar))**

- Certifique-se de que esteja preenchido certo, se possível que a própria pessoa compareça.
- Inscrição por correio não será aceita. No entanto, em relação aos pedidos de fora do estado, ou em alguns casos, podemos aceitar a inscrição feita pelo correio.

Entre em contato conosco para maiores informações.

Consultas e inscrições:

Departamento de Habitação do estado de Nagano – Centro de Administração de Ina

〒396-8666 Ina-shi, Arai, 3497 Escritório Estadual em Ina(2. andar) ☎0265-98-7450

+++++

ねっちゅうしゅう
熱中症に 気をつけましょう！

Para evitar a propagação da nova infecção por coronavírus, são necessários

“3 Novos Cuidados”

Como: (Evitar aglomeração, Evitar contatos, Evitar ambientes fechados). Além disso, para evitar

“insolação” vamos tomar cuidado com os seguintes pontos:

(1) Evite o calor:

- Ajuste a temperatura ambiente usando o ar condicionado
- Para prevenir doenças infecciosas, abra a janela e use exaustor / ventilador
- Ajuste a configuração de temperatura do ar condicionado frequentemente, garantindo a ventilação
- Não exagere(esforço) por horas em dias quentes
- Usar roupas leves
- Tenha cuidado especial com o aumento brusco de temperatura em dias quentes

(2) Vamos remover a máscara apropriadamente:

- Tenha cuidado ao usar máscara em ambientes úmidos e em alta temperatura
- Remova a máscara se puder se proteger em uma distância suficiente (2 metros ou mais) com pessoas ao ar livre
- Ao usar uma máscara, evite trabalhos ou exercícios estressantes, mantenha uma distância suficiente das pessoas ao seu redor e remova a máscara conforme necessário.

(3) Vamos nos hidratar com frequência:

- Rehydrate-se antes de ficar com sede
- Tome 1~2 litros de água por dia
- Se suar muito, não se esqueça de ingerir "sal"

(4) Vamos cuidar da saúde regularmente:

- Medição diária da temperatura corporal, verificação da saúde
- Se não se sentir bem, não exagere e descanse em casa

(5) Vamos construir um corpo resistente ao calor:

- Faça exercícios moderados e até começar sentir calor
- Não esqueça de se hidratar e razoavelmente
- Fazer exercícios cerca de 30 minutos todos os dias com a intensidade que sinta: "um pouco difícil" e "um pouco quente"

+++++

**Empréstimo Especial de Pequenos Fundos de Emergência
finaliza em final de Setembro de 2020**

コロナ^{かんせんかくだい}感染拡大による 特例^{とくれい}の小口^{こぐち}資金貸付^{しきんかしつけ}は、2020年^{ねん}9月^{がつ}まで

Pessoa alvo:

Renda afetada pelo novo coronavírus
 Família cuja renda está diminuindo e precisam de empréstimos para
 manutenção urgente e temporária do sustento.
 Valor máximo do empréstimo:100.000 ienes, 1 vêz.

Período de diferimento: 1 ano

Período de devolução: 2 anos(24 meses), Sem juros, Sem fiadores

**Empréstimo Especial de Fundo de Apoio Abrangente
finaliza em final de Setembro de 2020**

総合支援資金^{そうごうしえんしきん}の 特例貸付^{とくれいかしつけ}は 9月末^{がつまつ}で終わります。

Pessoa alvo:

Renda afetada pelo novo coronavírus

Família cuja s vidas diárias estão difíceis de manter devido à baixa renda e ao desemprego.

Valor máximo do empréstimo:

Solteiros:150.000 ienes

Família: até 200.000 ienes.

Período de empréstimo:até 3 meses

Período de diferimento: 1 ano

Período de devolução 10 anos

Sem juros, Sem fiador

Período de diferimento: 1 ano

Período de devolução: 2 anos(24 meses), Sem juros, Sem fiadores

Contato: 0265-70-7075

Shakai Fukushi Kyougikai

em japonês

0265-79-3111

Prefeitura de Minowa

em português e japonês

Necessário fazer reserva de horário para consultas!

指定ごみ袋に入れて出さないで!

(有害ごみについて 水銀体温計、水銀血圧計、乾電池など)

Não coloque estes itens no saco de lixo designado!

Termômetro de mercúrio, Monitor de pressão arteroaç de mercúrio

Tubo / Lâmpada fluorescente, Baterias / Pilhas, etc.

Por favor, Não os coloque no saco de lixo designado!

Produtos que usam mercúrio são coletados como resíduos perigosos nos municípios onde você mora. Portanto, nunca os coloque em saco de lixo designado.

マイナンバーカードの受取り時間の延長のお知らせ

Estaremos atendendo o recebimento o My Number Card de plástico em horário noturno.

1 de setembro de 2020 (terça-feira) das 17:15 às 19:00hs

15 de setembro de 2020 (terça-feira) das 17:15 às 19:00hs

Favor avisar à sua família ou seus amigos!

● Se quiser fazer o My Number Card de plástico, venha á prefeitura de Minowa

pessoalmente neste horário noturno, por favor !!

OBS:Poderá tirar a foto na prefeitura..

Documentos necessários: Zairyuu-Card、 O cartão de Notificação de Número de Pessoa Física de papel.

~~~~~  
**Facebook** 始めました！

Enviamos informações atualizadas da prefeitura de Minowa através de Facebook aos estrangeiros.

Por favor confirmam através de QR code!!

-----  
**Rede de SOS Consulta para estrangeiros de Kami-Ina**

SOS ネット そうだんかい 相談会のお知らせ

Dia: 21 de agosto(sexta), 5 de setembro( sábado), 18 de setembro( sexta)

3 de outubro ( sábado) , 16 de outubro ( sexta)

Horário: das 9:00hs às 11:00hs

Local: Kinoshita Koumin Kan ( Kinoshita Salão Público)

Endereço de Kinoshita Koumin Kan:Minowa machi, Naka Minowa 11931

Idiomas de atendimento:japonês, espanhol, português, inglês e outros

Poderá consultar sobre: Empréstimo, Benefício de aluguel, Ajuda de custo de vida

Problema de trabalhista, Problema de saúde, Apoiar para  
arrumar serviço etc.,

~~~~~  
Locais de apoio aos estrangeiros da prefeitura de Minowa

Em português , espanhol e japonês

Segunda a sexta feira das 8:30hs às 17:00hs

[Tel:0265-79-3111](tel:0265-79-3111) ramal(Naisen) 199

(Fale à telefonista “ Naisen iti kyu kyu”)

mail:m-irikura@town.minowa.lg.jp Encarregada:Masako Irikura

Mika Sato

Centro de Consulta Multicultural da Província de Nagano

Em Português 090-7428-3577

Ligue e fale diretamente com os atendente. segunda a sexta feira

(exceto 1° e 3° quarta-feira do mês) e no 1° e 3° sábado do mês

Das 10:00hs ~18:00hs

Consulta Emergência

Consulta da Pneumonia com o novo coronavírus.

Centro de Consulta Multicultural da Província de Nagano

[TEL:080-4454-1899](tel:080-4454-1899) Multilíngua 24 horas