



Informativo

Prefeitura de Minowa 箕輪町役場

O informativo é publicado mensalmente pela prefeitura de Minowa.

〒399-4695 Nagano-ken.Kamiina-gun. Minowa-machi. Oaza Naka Minowa ,10298.

399-4695 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪 10298

TEL:0265-79-3111 内線・ramais: 1371/1720

Setembro de 2022



“Coronavírus – Não vamos nos descuidar”



COVID-19

Coronavírus: Previna-se! Não propague!

Aos residentes da província de Nagano; às pessoas que vêm para Nagano; aos administradores de empresas de Nagano:

Favor colaborar com os seguintes itens:

- 1 Tomar muito cuidado para não contrair covid-19 quando forem para regiões onde há vários casos de covid-19.
- 2 Seguir as instruções contidas na recomendação do “novo normal” da província de Nagano (versão Shinshū). Ao entrar em lojas, colabore para se prevenir, usando máscara e higienizando as mãos.
- 3 Tendo febre e suspeita de covid-19, ligue para *Hokenjo* (Centro de Saúde Pública).
- 4 Fique atento para não propagar o vírus às pessoas idosas e pessoas portadoras de outras doenças; estas pessoas são mais propensas a desenvolver complicações da covid-19.
- 5 Às empresas: tome as medidas necessárias para que seus funcionários e seus visitantes não contraíam a covid-19.



長野県PRキャラクター
「アルクマ」
©長野県アルクマ

COVID-19

NOVO NORMAL – versão Província de Nagano

Covid-19 se transmite quando alguém tosse ou espirra, ou conversa sem máscara ao seu redor (distância de até 2 metros), através de gotículas de saliva que penetram pelos **olhos, nariz e boca** (**transmissão por gotículas**). O mesmo ocorre se você tocar os olhos, nariz e boca, com as mãos contendo o vírus (**transmissão por contato**).

Pense bem em como se prevenir e como agir para não propagar a covid-19!

- ◇Vamos praticar as 3 atitudes básicas para não contrair e transmitir a covid-19: manter distância entre as pessoas; usar máscara; e higienizar as mãos.
- ◇Evite 3 ambientes / situações : Espaços fechados; Locais com grande concentração de pessoas; Encontros em que as pessoas conversam muito perto uma das outras.
- ◇Fique de olho em sua saúde, diariamente. Tendo febre ou resfriado, fique em casa. Tendo preocupações, consulte o seu médico e/ou *Hokenjo* (Centro de Saúde Pública).

Consulta

Onde consultar em caso de febre e sintomas



Tendo febre e outros sintomas, e sentir-se inseguro, ligue para os seguintes telefones (é possível fazer consulta em seu idioma):

☎ 0120-691-792 , das 8:30 ~ 17:15 (inclusive aos sábados, domingos e feriados)
(Consulta multilíngue)

ou ainda, no :

☎ 0265-76-6822 (atendimento 24 hrs (porém, somente em japonês))
(Ina Hokenjo)

*Primeiramente entre em contato para aconselhar-se e não vá de imediato à uma instituição médica.

*Em caso de dúvidas, entre em contato conosco(Prefeitura), tentaremos ajudar da melhor forma possível.

※O governo decretou mudança no período de tratamento domiciliar às pessoas testadas positivas:10 dias⇒7dias.
(Porém, caso haja recomendações do Hokenjo ou do médico, por favor, siga-as.)

“ Sobre Mynapoint/My number card ”

Vamos solicitar o cartão My Number e ganhar pontos !



Apreste-se, pois, a inscrição para fazer o [cartão my number] é até o final de Setembro.

Para registrar o cartão de seguro de saúde e conta bancária, é até final de Fevereiro de 2023.

O Cartão My Number pode ser usado como um “Cartão de Seguro de Saúde”

O cartão my number pode ser usado como um cartão de seguro de saúde. Por favor, consulte a Home Page do Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar, para maiores informações sobre como usar em instituições médicas, farmácias, etc.

Como Registrar o cartão de seguro de saúde e/ou conta bancária?

Pode ser registrado facilmente nos guichês da prefeitura onde você mora.

Após registrar no seu cartão my number (cartão de crédito ou cartão pré-pago/pontos) dentro de 2~3 dias será depositado os valores equivalentes a ¥ 7,500 cada.

Temporada de tufões(taifu) no Japão

A temporada de tufões no Japão varia de **maio a outubro** de cada ano, atingindo o pico entre os meses de **agosto e setembro**. O Japão é suscetível a desastres naturais, como terremotos, tsunamis e, é claro, tufões. No passado, deslizamentos de terra e enchentes resultantes de tufões causaram inúmeros danos e ceifaram milhares de vidas.

Os governos locais preparam manuais de instruções e praticam treinamentos regulares de segurança para se preparar para emergências, geralmente nas escolas e bairros locais.

Também existem sirenes que alertam ocorrências iminentes. Mas é claro que dependendo da intensidade, danos serão causados especialmente em edifícios mais antigos e muitas casas não passarão ilesas ao evento. Sem contar que também pode ocorrer interrupção de água e energia elétrica, assim como atrasos no transporte público.

Os tufões costumam se mover lentamente e sua rota pode ser prevista com precisão. Se você estiver preparado, os tufões terão pouco impacto na sua vida.

Faça da segurança a sua principal prioridade. Não tente viajar para áreas afetadas por inundações e não entre no mar de jeito nenhum. Se for previsto que um tufão atinja a região onde esteja, pergunte sobre a localização dos abrigos (normalmente escolas).

Convém montar um “kit de tufão”.

Seu kit de emergência deve conter água engarrafada, itens alimentares não perecíveis, um kit de primeiros socorros, uma lanterna, baterias extras, mudas de roupa e agasalhos. Esses itens ajudarão você a estar preparado no caso de uma evacuação ou alguns dias em casa sem eletricidade.



4 dicas para se preparar para um tufão

Nem sempre os tufões podem ser destrutivos e perigosos. No entanto, para evitar ser pego despreparado, aqui estão algumas dicas ao se deparar com um tufão ou ciclone tropical!

1. Mantenha-se informado

Fique sempre atualizado com a situação atual, seja através dos noticiários japoneses ou através de sites confiáveis como o da Agência Meteorológica do Japão, TV ou rádios.

2. Evite sair de casa

Ventos fortes e tempestades podem ser perigosos. Tijolos, telhas e outros objetos pesados podem cair ou serem arremessados e com isso ferir ou até matar pessoas desprevenidas. Se puder, fique em casa e não saia, pois o risco pode ser alto demais.

3. Prepare sua casa

Feche todas as janelas, leve os vasos de flores da sua varanda ou jardim para dentro de casa, assim como qualquer outra coisa que possa ser arremessado pelo vento. Prenda coisas que ficarão do lado de fora, como bicicletas, cadeiras e mesas. As janelas da casa podem rachar. Se acontecer, mova os móveis para a frente ou colchões para prendê-los por dentro.

4. Fique calmo

Mantenha a tranquilidade durante o evento. Tudo vai ficar bem. Se a tempestade se agravar, afaste-se das janelas da casa para evitar ser ferido por estilhaços de vidro.

ATENÇÃO !!!

Rede SOS – Distribuição de alimentos

Dias ~~3 de Setembro~~ (sábado), ~~das 9:00 hrs ~ 11:00 hrs~~
~~16 de Setembro~~ (6ª feira), ~~das 18:00 hrs ~ 20:00 hrs~~
~~1 de Outubro~~ (sábado), ~~das 9:00 hrs ~ 11:00 hrs~~
~~21 de Outubro~~ (6ª feira), ~~das 18:00 hrs ~ 20:00 hrs~~

⚠️ ATENÇÃO! ⚠️ Não haverá [Consultoria Gratuita]

Somente entrega de alimentos!! Food Bank/Rede de Suporte de Sobrevivência de Emergência da Rede SOS.

Local: Salão/Kinoshita Kouminkan (próximo ao Seven Eleven e Sukiya de Minowa)

End.: Minowa-machi, Oaza Nakaminowa, 11393-1

※(O apoio alimentar não importa onde mora, mas não há fornecimento em outros dias, devido aos preparativos.

(Caso não puder comparecer ao local por algum motivo, entre em contato conosco com antecedência)



[Curso prático de nihongô (japonês)] : (Nihongô Kyoushitsu)

“Aula de japonês voltado ao trabalho”

- ※ Pessoas que ainda não conseguem ler e escrever o [hiraganá] e [katakaná]
- ※ Pessoas que querem estudar e aprender o japonês para trabalhar
(Atualmente estamos estudando nihongô voltado ao dia a dia)
(Ex.: Comunicação em hospitais, lojas...como chamar ambulância, etc.)
- ※ **As pessoas interessadas, podem ir direto ao local de aulas ou vir à Prefeitura tirar dúvidas!**

Tudo bem se não puder vir continuamente...Se não puder vir às 8:30 hs...Se não souber ler ou escrever hiraganá...
Pessoas de vários níveis podem estudar.

Taxa (**GRATUÍTA**)

Todas as quinta-feiras :

- ~~2022/9/1, 9/8,~~ 9/15, 9/22, 9/29
- 10/6, 10/13, 10/20, 10/27

Horário: (Manhã) : das 8:30 hrs às 10:30 hrs

Local: **Minowa Sangyo Shien Center**

(Prédio novo em frente à Prefeitura- 2º andar)

- ※ **Taxa gratuita** → (Traga um caderno e uma caneta)

Qualquer dúvida entre em contato com a Prefeitura de Minowa!

Telefone: 0265-79-3154 ramal:1371 (Responsável: Irikura Masako)

E-mail: m-irikura@town.minowa.lg.jp ou através de **Messenger, Whats app, Line.**



Separação e Descarte de Lixo Doméstico e Lixo Reciclável

~Vamos manter um ambiente agradável, seguindo as regras da coleta de lixo~

Lixo incinerável

Materiais que podem ser depositados no local de coleta de lixo incinerável

Descartar no saco de lixo incinerável designado pela Prefeitura de Kani

Lixo orgânico (retirar o excesso de água): papéis, tecidos, sacos plásticos, materiais plásticos flexíveis.

Veja abaixo como colocar os galhos e as tábuas cortadas.

Lixo não incinerável (lixo a ser triturado, lixo de difícil processamento).

Materiais que podem ser depositados no local de coleta de lixo não incinerável

Colocar no saco de lixo designado pela cidade de Kani ou colar o adesivo de lixo de grande porte devidamente preenchido.

—Lixo não incinerável—

Metals (lixo a ser triturado, lixo de difícil incineração), blocos de plástico

- Itens difíceis de incinerar como pedaços de plástico, serão incinerados após o tritramento.
- Portanto, descarta-os como lixo não incinerável - metal.
- Acabar a lata de spray toda.

Vidros produtos de vidro, lâmpadas incandescentes, vidros de cosméticos, vidros de remédios, etc

Cerâmica Telhas, peças de concreto, pratos, xícaras de chá, tigelas etc

Coloque os metais, o vidro e a cerâmica em sacos separados. Confirme as datas de coleta no calendário do lixo.

—Lixo de Grande Porte—

(dimensões até 150 cm x 80 cm x 60 cm e até 20 kg)

- O item que não couber no saco de lixo não incinerável, com dimensões e peso dentro do limite estabelecido, deverá ser descartado com a etiqueta de lixo de grande porte. Exemplo: móveis, futon (edredon), bicicleta, etc.
- Bicicletas e tábuas de esqui poderão ser depositadas mesmo que ultrapassem as dimensões descritas acima.

Galhos, itens de madeira.

É possível reciclar itens de madeira e galhos. Solicitamos a colaboração para com a reciclagem. Se você colocar mais de 10cm de material ou reciclado, consulte a empresa no verso. (Cobrado)

Em caso de colocar lixo combustível ou incombustível, faça-o sempre que caberem no saco.

Galhos de poda... lixo combustível com até 3 cm de espessura, metais incombustíveis com 3 cm a 10 cm de espessura

Madeira quadrada... lixo combustível até 3 cm de comprimento, lixo incombustível até 3 cm de comprimento até 10 cm

Tábuas cortadas... Lixo incombustível até 10 cm se a largura ou espessura for maior

Em galhos podados de até 10 cm e metais incombustíveis trituram e queimam

Materiais recicláveis que poderão ser depositados nas estações de reciclagem.

Garrafas/vidros de alimentos e bebidas (vidro de produtos não alimentícios deverão ser descartados como lixo não incinerável)

- Garrafas incolores
- Garrafas marrons
- Garrafas de outras cores
- Garrafas reaproveitáveis (somente garrafas de saquê e de cerveja)

Colocar dentro de cada caixa, separando pelas cores

Cuidado: Lave levemente. Coisas sujas ou quebradas não se pode recolher. Coloque com lixo de vidro incombustível

Embalagens/Embrulhos de papel

Retirar o que não for papel (caso não seja possível, descartar como lixo não incinerável) e amarrar em cruz.

Latas de alimentos e bebidas, embalagens e bandejas de isopor

- Latas de alimentos e bebidas (coloque sem amassar)
- Latas de alumínio, latas de aço (tampas devem ser descartadas como metais incombustíveis)
- Garrafas PET (as tampas para lixo combustível, as os rótulos e os anéis intactos, tire as rótulos de papeis)
- Isopor de poliestireno, bandeja de isopor (somente isopor e com marca de reciclagem)

Lave-o levemente. Divida por tipo e coloque em cada saco (rede).

O método de coleta e os itens dos pequenos eletrodomésticos usados foram alterados!

Nas prefeituras, centro de cada distritais não se pode colocar ventiladores, aspiradores de pó e forno de microondas.

Recolhemos pequenos eletrodomésticos usados e baterias recarregáveis

Lugar de coleta : nas prefeituras, centro de cada distrito, Itens coletados: Os seguintes itens são do tamanho que cabe na caixa de entrada (30cm x 15cm) da caixa de coleta

Telefones celulares, PCs, tablets, dicionários eletrônicos, memória USB, tocadores de música portáteis, Câmeras digitais, câmeras de vídeo portáteis, máquinas de jogos, escovas de dentes elétricas, barbeadores elétricos, Adaptador CA, controle remoto, vários cabos, calculadora, cigarro eletrônico, bateria recarregável, etc.

Obs.: Eletrodomésticos recicláveis (ar condicionado, TV, geladeira, freezer, máquina de lavar roupa, secadora de roupa não são recolhidas

- As formas de descarte estão indicadas no verso.
- Os aparelhos que incluem dados pessoais devem ser excluídos antes do descarte.
- As pilhas devem ser removidas. Após o descarte do aparelho na caixa de coleta, não será mais possível obtê-lo de volta. Para itens que não passam pela abertura da caixa de coleta, descartar na caixa azul localizada nas proximidades.

Confirme a data de coleta dos metais incombustíveis no calendário do lixo.

Atenção Este tipo de lixo não pode ser jogado no lixo.

Todo mundo está com problemas. Siga as regras e descarte o lixo de forma correta.

Lixo que não pode ser descartado no ponto de coleta

- Lixo que não pode ser processado (de difícil processamento) no Sasayuri Clean Perit. Pesticida, seringa, peças de automóveis, bolas de boliche, etc. Consultar o distribuidor, revendedor, empresas especializadas etc.
- Lixo de grande porte acima do limite de tamanho/peso (dimensões acima de 150 cm x 80 cm x 60 cm e acima de 20 kg).
- Lixo descartado em grandes quantidades (lixo gerado na mudança etc) Favor solicitar a coleta diretamente às empresas autorizadas (veja o verso) pela cidade. (As taxas variam de acordo com o item, quantidade, etc. Favor verificar com as empresas autorizadas descritas no verso)
- Campanha de coleta de itens recicláveis Jornais, revistas, papelão, Tetra PAK (Favor descartar nas campanhas das escolas e Eco Dome).
- Pilhas, lâmpadas fluorescentes, lâmpadas LED, termômetros de mercúrio, medidores de pressão arterial de mercúrio Descartar nas caixas de coleta localizadas na prefeitura ou nos Centros regionais (centros comunitários). As lâmpadas incandescentes devem ser descartadas como lixo não incinerável - vidro No caso de baterias tipo botão, favor consultar um distribuidor ou revendedor.
- Eletrodomésticos Recicláveis Ar Condicionado, Geladeira / Freezer, Máquina de Lavar Roupa / Secador de Roupas, TV (Cristal Líquido, Plasma, CRT) Proceder de acordo com as Normas de Reciclagem de Eletrodomésticos (detalhes no verso).
- Computador doméstico os computadores são coletados como eletrodoméstico de pequeno porte. Computadores com símbolo de reciclagem: consultar o fabricante

Coloque lixo no saco de lixo designado pela cidade!

Não é coletado em sacos de lixo de outras cidades, sacolas de compras, caixas de papelão, etc!

Sacos de lixo designados para a cidade e adesivos de lixo de grande porte são vendidos nas prefeituras, centros distritais, supermercados, farmácia, lojas de conveniência. Pergunte à loja.

Sacos de lixo **combustível** são translúcidos. Não coloque lixo incombustível, como latas de alumínio, latas de aço e garrafas de vidro.

Saco de lixo **incombustível** é transparente. Metal, vidro e cerâmica devem ser colocados separadamente. A data da coleta é diferente. (jogue separadamente de lixos combustíveis)

Não esqueça de lavar antes de jogar!

Aproveite a água que ficou após lavar louças etc.

Atenção

Não jogue as embalagens plásticas dentro de sacos de compras de supermercado etc.! (Através o serviço de reciclagem)