



**Shippei**  
Mascote da cidade  
磐田市イメージキャラクター  
しっぺい

# Boletim Informativo de IWATA

A cidade de Iwata promove a “Comunicação Afetiva”

## População

Iwata ..... 169.864

Brasileiros ..... 4.620

▶▶ Dados de 31.05.2019



## Kenkō Iwata 21 ~ Saúde: fonte da felicidade ~

けんこう いわた21 ~ けんこう しあわせ みなもと  
健康 いわた21 ~ 健康は幸せの源

### Kenkō Iwata 21

As diretrizes do [Kenkō Iwata 21] tem como princípios básicos construir uma cidade onde todos os moradores possam cuidar do corpo e da mente, tendo assim uma vida saudável e plena. Num ambiente propício para viver com tranquilidade, onde cada pessoa na sua faixa etária, se interesse em manter uma vida saudável.

### O que é Kenkō [健康]? (Saúde e felicidade)

É uma palavra criada a partir do pensamento: “Saúde: fonte da felicidade”.

### Planejamento

Para promover uma cidade com moradores saudáveis, é importante criar um ambiente que possibilite a comunicação mútua, haja conexão entre os grupos e as organizações regionais, compartilhar os problemas para tentar solucioná-los na própria comunidade. “A união de todos nós é a força da Comunidade”.

#### Prioridades do planejamento

1. Vida longa e saudável
2. Prevenção do agravamento de doenças causadas por maus hábitos diários
3. Saúde mental
4. Mudança de hábitos



### Doenças mais comuns causadas por maus hábitos diários

As doenças mais comuns das pessoas que precisaram utilizar o Seguro de Assistência [Kaigo Hoken] são: Doenças cerebrovasculares, diabetes, câncer, entre outras doenças causadas pelos maus hábitos diários.

Para termos uma longevidade saudável e independente, precisamos nos prevenir de doenças causadas por maus hábitos e sedentarismo.

A constatação precoce de doenças através dos exames médicos periódicos permite um tratamento objetivo e eficiente.

Ter hábitos saudáveis e se esforçar para manter qualidade de vida é o primeiro passo para ter saúde física e mental.



### Uma cidade saudável e alegre

Através da cooperação entre moradores, empresas e administração pública, conseguiremos construir uma cidade saudável e repleta de alegria.

**Informações** Kenkō Zōshin-ka, iPlaza (健康増進課, いプラザ) Tel: 0538-37-2011 Fax: 0538-35-4586

## Colabore com a pesquisa nacional de orçamentos familiares

ぜんこく か けいこうぞう ちょうさ きょうりょく ねが  
全国家計構造調査への協力をお願い

**Período da pesquisa** De outubro à novembro (duração de 2 meses)

**Realização** Ministério de Negócios Internos e Agência de Estatísticas de Comunicação, Província de Shizuoka e Prefeitura de Iwata

**Público alvo** Famílias escolhidas conforme determinação do Ministério

**Método da pesquisa** Será dividida em Pesquisa básica [Kihon chōsa] em 9 regiões e Pesquisa simples [Kan-i chōsa] em outras 9 regiões

1. O agente irá visitar a família, entregar o folheto, verificar o número de moradores, etc.

2. Será feita a entrega dos formulários

**Pesquisa básica:** a partir de final de agosto

**Pesquisa simples:** a partir de final de setembro

### Conteúdo:

- ① Pesquisa básica: Preenchimento do caderno de orçamento doméstico (durante 2 meses) e da ficha de dados familiares, rendimentos, poupança, etc.
- ② Pesquisa simples: Preenchimento da ficha de dados familiares, rendimentos, poupança, etc.

**Outros** As informações pessoais serão totalmente protegidas com base na Lei de estatísticas.



**Informações** Sōmu-ka (総務課) Tel: 0538-37-4803 Fax: 0538-37-4829



## Vamos reduzir a produção de lixo de cozinha Aula de culinária sem desperdícios

「なま生ごみ・しょくひん食品ロスをへ減らそう しょくひん食品ロスゼロ・きょうしつクッキング教室」

### Aula de culinária – Desperdício zero

Aprenda a evitar o desperdício de alimentos [*Shokuhin Loss* ※] durante o preparo, utilizando de forma diferente o que seria jogado fora. Participem!

**Data** 21/agosto (quarta-feira), das 9h às 11h30

**Local** Centro Comunitário de Ikeda [*Ikeda Kōryū Center*] (cozinha)

**Público alvo** Alunos da escola primária [*shōgakusei*] residentes em Iwata e seu responsável

**Conteúdo** ① Aprender sobre o desperdício dos alimentos.

② Cozinhar sem desperdiçar os ingredientes

③ Saborear o que foi preparado sem deixar restos

**Vagas** 7 grupos (por ordem de inscrição)

**Taxa** Gratuita

**Inscrição** A partir das 9h da manhã do dia 22/julho (segunda-feira), por telefone no Gomi Taisaku-ka

※ [*Shokuhin Loss*] significa desperdiçar os alimentos que ainda podem ser aproveitados.



O lixo incinerável soma cerca de 90% do volume total do lixo doméstico, sendo o lixo orgânico (lixo de cozinha) responsável por cerca de 40% desse volume. Vamos colocar em prática os seguintes 3 pontos para reduzir o volume de produção de lixo.

#### Ponto 1 Comprar somente o necessário

Muitos alimentos são jogados antes mesmo de serem abertos ou consumidos. Verifique sua geladeira antes de ir às compras e compre somente o necessário, reduzindo o desperdício de alimentos vencidos.



#### Ponto 2 Reduzir o líquido

O lixo orgânico é composto por mais de 70% de líquido. Portanto, é importante escorrer (espremer) o excesso de líquido antes de jogá-lo.



#### Ponto 3 Reutilizar no jardim ou horta

A composteira doméstica transforma os restos de alimentos em composto orgânico podendo ser utilizado como adubo. A cidade oferece subsídio parcial para cada família que adquirir até duas composteiras ao ano. (Não se aplica às do tipo elétrico).



**Informações** Gomi Taisaku-ka, no Clean Center (ごみ対策課、クリーンセンター内) Tel: 0538-37-4812 Fax: 0538-36-9797

## Dias de fechamento das escolas durante o verão

かききゅうぎょうちゅう がっこうへいりょうび  
 夏季休業中の学校閉庁日について

Com a implementação do fechamento de escolas durante o verão, os professores e funcionários poderão prolongar suas folgas para se dedicarem ao seu aperfeiçoamento (estudos) e cuidar de sua saúde física e mental. Com isso, terão a possibilidade de se dedicar ao próprio aprimoramento humano, e realizar de forma mais eficaz, as atividades educacionais com os alunos.

**Dias 13 (terça-feira), 14 (quarta-feira) e 15/agosto (quinta-feira)**

- Durante esses três dias não haverá plantão e nenhum funcionário nas escolas.
- Em princípio, não haverá aulas suplementares para os

alunos, atendimento aos pais/responsáveis, atividades do clube/grêmio [*bukatsudō*].



Porém, não haverá alteração quanto à utilização dos ginásios esportivos para as atividades de educação física da comunidade, etc.

- Caso haja necessidade de entrar em contato com urgência devido a acidentes, catástrofes, etc., solicitamos que, durante o dia, entrem em contato com o Setor de Escolas e Educação [*Gakkō Kyōiku-ka*] e à noite, com o telefone central da prefeitura (Tel: 0538-37-2111).

**Informações** Gakkō Kyōiku-ka (学校教育課) Tel: 0538-37-2760 Fax: 0538-36-3205

**Vencimento de Impostos, etc.**

- Taxa do Seguro Nacional de Saúde [*Kokumin kenkō hoken zeī*] (2ª parcela)
- Imposto Municipal e Provincial [*Kojin shikenmin zeī*] (2ª parcela)

**2/setembro**  
(segunda-feira)



## Young Americans 2019 em Iwata!

ヤングアメリカンズ2019磐田公演

**Data** 8/agosto (quinta-feira), 18h às 20h

**Local** Salão Cultural Municipal de Iwata [Iwata Shimin Bunka Kaikan] (Ninomiya Higashi 3-2)

**Conteúdo** Evento de música e dança do Grupo *Young Americans* juntamente com crianças que passaram por um

**Workshop** (curso intensivo) de três dias

**Vagas** 50 pessoas

**Taxa** 1.000 ienes

➤ Os ingressos já estão sendo vendidos no Bunka Shinkō Center (a oeste do Iwata Shimin Bunka Kaikan)

**Informações** Hisho Seisaku-ka (秘書政策課) Tel: 0538-37-4805 Fax: 0538-36-8954

## Participem do Concurso de caricaturas dos jogadores do Júbilo Iwata

ジュビロ磐田似顔絵コンテスト作品募集

**Conteúdo** Fazer um desenho (retrato) de um dos jogadores do Júbilo Iwata ou do técnico do time.



**Como participar** ● O desenho deve ser feito em um cartão postal ou em um papel do tamanho de um cartão postal. ● Desenhar 1 jogador por papel. ● Um desenho por pessoa. ● Os materiais (ferramentas) utilizados são de livre escolha.

**Prazo de inscrição** A correspondência deve chegar no local até **02/setembro (segunda-feira)**.

Escrever no verso do desenho, seu nome (com furigana), endereço, nome da escola, idade (série escolar), sexo, número do telefone e nome do jogador. Enviar por correio ou entregar diretamente no Júbilo Iwata Home Town Suishin Kyōgikai Jimukyoku, 〒438-0078 Iwata-shi Nakaizumi 281-1 (dentro do Iwata Shōkō Kaigisho).

**Informações** Iwata Shōkō Kaigisho (磐田商工会議所) Tel: 0538-32-2261 Fax: 0538-32-2264  
Sports Shinkō-ka (スポーツ振興課) Tel: 0538-37-4832 Fax: 0538-37-5034

## Instalação do Centro de consulta para crianças e jovens

こども・若者相談センターを開設しました



Vamos analisar juntos seus problemas e preocupações. Não sofra sozinho(a), estamos disponíveis para atender consultas pessoais ou de seus familiares.

Desde abril, foi instalado no iPlaza 3º andar, o Centro de consulta para crianças e jovens [Kodomo Wakamono Sōdan Center]. Disponibilizamos de consultoria para crianças, mulheres, e agora também consultoria para jovens. Temos consultores especializados em cada área para atender você.

**Horário de recepção** Dias úteis, das 8h30 às 17h

Atendemos consultas presenciais ou por telefone. (Necessário reservar)

### Kodomo Sōdan Dial [Disque Consultoria Infantil]

Tel: 0538-35-4317

Atendemos consultas em relação a crianças menores de 18 anos. Qualquer tipo de preocupação quanto ao cotidiano familiar, educação, desenvolvimento físico e mental, problemas de violência, etc.

### Wakamono Sōdan Dial [Disque Consultoria Juvenil]

Tel: 0538-37-2752

Consultoria voltada para jovens com retraimento social, que não frequentaram ou desistiram do Colégio [Kōkō] e seus familiares. Indiferente da idade.

### Josei Sōdan Dial [Disque Consultoria para Mulheres]

Tel: 0538-37-4844

Atendemos consulta sobre problemas no lar, violência doméstica [Domestic Violence (DV)] e outros problemas enfrentados pelas mulheres, com a colaboração de órgãos especializados. Fique tranquila para consultar, pois, por lei, todas as informações e dados são mantidos em sigilo.

### “Será que é um caso de violência infantil?”

Caso você tenha esse tipo de dúvida, consulte ou denuncie no Centro de Consulta para Crianças e jovens.

Tel: 0538-37-2018

※ **Disque 189 (à noite ou feriados)**

Jidō Sōdanjo Zenkoku Kyōtsū Dial [Centro de Consultoria Infantil Discagem Comum Nacional]

**Informações** Kodomo Wakamono Sōdan Center, iPlaza 3º andar (こども・若者相談センター (iプラザ3階))  
Tel: 0538-37-2018 Fax: 0538-37-2812



## Iwata Hot Line

いわたホットライン

## Receba informações em português pelo celular ou PC!

携帯電話やパソコンなどでポルトガル語の情報を受け取りましょう!

Sistema de envio de Avisos da cidade, Instituições médicas de plantão e Eventos da cidade de Iwata.

Para cadastrar-se, siga as instruções em <http://www.city.iwata.shizuoka.jp/languages/portuguese/1005523.html>.

**Informações** Chiikizukuri Ōen-ka (地域づくり応援課) Tel: 0538-37-4811 Fax: 0538-32-2353.





## Exame médico de tuberculose, câncer de pulmão e intestino grosso (Região de Toyoda) 結核・肺がん、大腸がん検診 (豊田地区)



**Público-alvo** Moradores de Iwata, com 40 anos ou mais de idade.

- Taxas**
- Exame preventivo de tuberculose e câncer de pulmão (Raio X do tórax): gratuito.
  - Exame de escarro (opcional): 700 ienes (pessoas com 75 anos ou mais de idade no dia do exame: 500 ienes).
  - Exame preventivo de câncer de intestino grosso (Exame de fezes): 500 ienes.

**Programações futuras** Região de Iwata (outubro).

Data	Local	Horário	Data	Local	Horário
27/ago (ter.)	Tomigaoka Shimobara Kōkaidō	09:00-10:00	12/set (qui.)	Ebitsuka Kōkaidō	09:00-10:00
	Toyoda Higashi Kōryū Center	10:30-11:30		Morimoto Kami Kōkaidō	10:30-11:30
	Akaike Kōminkan	13:00-14:00		Hitokoto Kōkaidō	13:00-14:30
	Seijō Kōryū Center	14:30-15:30		Idōri Kōryū Center	15:00-16:00
30/ago (sex.)	Higashibara Higashi Kōkaidō	14:00-14:30	17/set (ter.)	Higashibara Nishi Kaikan	09:00-09:30
	Kega Higashi Kōkaidō	15:00-16:00		Kamo Higashi Kōkaidō	10:00-12:00
03/set (ter.)	Tomioka Kōryū Center	14:00-15:00		18/set (qua.)	Shimohongō Kōminkan
	Sagisaka Nishi Yakushidō	15:30-16:00	Miyanoisshiki Kōminkan		14:00-14:30
06/set (sex.)	Shichizō Shinden Bunka Center	14:00-15:00	20/set (sex.)	Morishita Jichikaikan	15:00-15:30
	Ikeda Kōryū Center	15:30-16:30		Ikeda Kōryū Center	10:00-11:30
11/set (qua.)	Nakanoto Kōkaidō	13:30-14:30		Tateno Yataikura	13:00-13:30
	Kamiaraya Kōkaidō	15:00-16:00		Kegojima Kōminkan	14:30-15:00
				Toyoda Shisho Chūshajō	15:30-17:00

**Informações** Kenkō Zōshin-ka, iPlaza (健康増進課、iプラザ) Tel: 0538-37-2011 Fax: 0538-35-4586

### Plantão de atendimento emergencial (noturno · feriado) 夜間・休日急患診療

★ Somente para **casos leves de urgência**.

**Local** Centro de Atendimento Emergencial de Iwata [Iwata-shi Kyūkan Center]  
Kamiōnogō 51, 磐田市急患センター(上大之郷), Tel: 0538-32-5267



	Domingos, feriados e recesso de fim de ano	Todos os dias
<b>Horário de atendimento</b>	<b>9:00 – 12:00 / 14:00 – 17:00</b>	<b>19:30 – 22:30</b>
<b>Especialidades médicas</b>	Clínica Geral, Pediatria, Clínica Cirúrgica [Naika, Shōnika, Geka]	Clínica Geral, Pediatria [Naika, Shōnika] ★ <b>Exceto Clínica Cirúrgica</b>

★ Fora dos horários acima citados, dirija-se ao Hospital Geral Municipal de Iwata [Iwata Shiritsu Sōgō Byōin].

### Plantão de Clínicas odontológicas em agosto 8月の休日救急歯科診療

**Horário de atendimento 9:00 – 12:00**

04/ago (dom.)	Olive Shika Clinic オリーブ歯科クリニック		Iwata-shi, Akaike 磐田市赤池 170-2	0538-24-8811
11/ago (dom.)	Ogura Shika lin おぐら歯科医院		Iwata-shi Ikeda 磐田市池田 1043-3	0538-34-5552
18/ago (dom.)	Iwata Shiritsu Sōgō Byōin Shika Kōkū Geka 磐田市立総合病院歯科口腔外科		Iwata-shi, Ōkubo 磐田市大久保 512-3	0538-38-5000

★ A relação de Clínicas odontológicas está sujeita à alteração segundo a disponibilidade dos dentistas de plantão. Informe-se no Disque Informações Médicas do Corpo de Bombeiros de Iwata [Iwata Shōbōsho Dial Iryō Jōhō] (磐田消防署ダイヤル医療情報) Tel: 0538-37-0124

### PEDIATRIA – Médico de plantão 地域連携小児休日診療

**Data** 25/agosto (domingo) **Horário** 10h às 12h **Dr. Toyo Suzuki**

**Local** Iwata Shiritsu Sōgō Byōin, Ōkubo 512-3. 磐田市立総合病院(大久保) Tel: 0538-38-5000

