



Koka City

平成 30 年度 (平成 30 年 4 月 ~ 平成 31 年 3 月)

健診 (検診) カレンダー (ポルトガル語)

Edição para
guardar
保存版

Calendário de exames do Ano letivo Heisei 30 (2018)

(Programação de 2018/04 ~ 2019/03)

ÍNDICE	
Saúde infantil	Página 3 ~ Página 8
Vacina preventiva infantil	Página 9 ~ Página 11
Vacina preventiva para idosos	Página 12
Saúde do adulto	Página 13 ~ Página 20
Lista dos estabelecimentos dentários indicados	Página 18
Saúde do coração	Página 21
Doação de sangue	Página 22
Lista dos estabelecimentos médicos indicados	Página 23 ~ Página 24
Aplicativo promotor de saúde (Biwa-Teku) · Promotores de saúde	Página 25

<< Informações お問い合わせ先 >>

Dpto. de Apoio à Saúde da Cidade de Koka (Sukoyaka-Shien-Ka) Tel : 0748-69-2167 Fax : 0748-63-4085

〒528-8502 Koka-shi, Minakuchi-cho, Minakuchi 6053 Homepage da Cidade de Koka : <http://www.city.koka.lg.jp/>

Saúde infantil ・ こどもの健康

Gestação 妊娠 Pág. 3	<ul style="list-style-type: none"> • Emissão da Caderneta maternal/母子健康手帳の交付 • Exame de saúde para gestantes/妊婦健康診査 • Sala para papais e mães iniciantes/プレパパママ教室 • Exame dentário para gestantes/マタニティ歯科健診 		<p style="text-align: center;">Página 8</p> <p>Consulta saudável すこやか相談</p> <p>Salão das mães リトルママサロン</p>	<p style="text-align: center;">Página 9 ~ 11</p> <p>Vacina preventiva infantil 予防接種</p>	<p style="text-align: center;">Página 23 ~ 24</p> <p>Lista dos estabelecimentos médicos indicados para exames e vacinas 各種検診・予防接種指定医療機関ガイド</p>	
Parto 出産 Pág. 4	<ul style="list-style-type: none"> • Tratamento para infertilidade específica e Sistema de apoio para tratamento de infertilidade masculina 特定不妊治療・男性不妊助成制度 • Sistema de apoio para exame de audição de recém-nascidos/新生児聴覚検査助成制度 • Visita para o bebê/あかちゃん訪問 • Sala para mães e bebês/ベビーママ教室 	No ato do registro de nascimento da criança, será entregue o Sukoyaka-Setto que é um conjunto de questionários de exames infantis e vacinas, livreto sobre as vacinas, saúde e outros.				
	<ul style="list-style-type: none"> • Exame infantil de 4 meses 4か月児健診 	Pág. 5				
	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de refeições para desmame 離乳食教室 	Pág. 7				
	<ul style="list-style-type: none"> • Exame para mães ママ健診 	Pág. 7				
1 ano 1歳	<ul style="list-style-type: none"> • Exame infantil de 10 meses/10か月児健診 					Pág. 5
2 anos 2歳	<ul style="list-style-type: none"> • Exame infantil de 1 ano e 8 meses/1歳8か月児健診 					Pág. 6
3 anos 3歳	<ul style="list-style-type: none"> • Exame infantil de 2 anos e meio/2歳6か月児健診 					Pág. 6
	<ul style="list-style-type: none"> • Exame infantil de 3 anos e meio/3歳6か月児健診 					Pág. 6
Idade pré-escolar (5歳児)						

Os exames e outros poderão sofrer alterações sem aviso prévio, em caso de alerta de tufões e outros.
 Verifique na homepage da cidade ou entre em contato por telefone.
 Os métodos de reserva e outros podem sofrer alterações durante o ano letivo.

Saúde do adulto · おとなの健康

16 anos 16 歳	20 anos 20 歳		30 anos 30 歳		40 anos 40 歳	45 anos 45 歳	50 anos 50 歳	55 anos 55 歳	60 anos 60 歳	65 anos 65 歳	70 anos 70 歳	75 anos 75 歳	
Página 19: Consulta sobre saúde e nutrição 健康相談・栄養相談													
Página 19: Exame básico 基本健診				Página 20: Exame específico 特定健診						P.20 Exame de saúde (Acima de 75 anos) 健康診査			
Páginas 13 ~ 16: Exame de câncer de colo do útero 子宮頸がん検診													
Página 18: Exame de Periodontite 歯周疾患検診													
Págs. 13 ~ 16: Exame de câncer de estômago, pulmão, intestino grosso e mama 胃がん・肺がん・大腸がん・乳がん検診													
Página 17: Exame de Hepatite 肝炎ウイルス検診													
Pág. 17: Exame de Pylori ピロリ菌 検査				Vacina Antipneumocócica para idosos Pág. 12: 高齢者の肺炎球菌感染症予防接種						Pág. 17: Exame de Tuberculose 結核検診			
Página 17 : Exame de Osteoporose (Idade correspondente) 骨粗しょう症検診													
40 anos/歳		45 anos/歳		50 anos/歳		55 anos/歳		60 anos/歳		65 anos/歳		70 anos/歳	

Sobre a isenção da taxa do exame 費用免除申請について

As taxas dos exames de saúde, vacina contra Influenza e Antipneumocócica para idosos podem ser isentos quando for feita a solicitação antecipada.

※As taxas do exame de saúde, exame específico, exame de Tuberculose e para pessoas acima de 70 anos (1949/04/01), são gratuitas portanto não há a necessidade de solicitação.

※Não é possível fazer a solicitação após o exame e/ou a vacinação.

Correspondentes	Famílias que recebem o Auxílio Subsistência (Seikatsu Hogo), famílias isentas ou que foram dispensadas do pagamento do imposto residencial. Será necessário passar pela avaliação, por isso faça a solicitação com antecedência no Dpto. De Apoio à Saúde ou Hoken Center mais próximo ou faça o download do formulário na homepage da Cidade de Koka e apresente-o. Caso não possa comparecer, entre em contato e enviaremos o formulário pelo correio. Após o preenchimento, envie ao Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka).
Método de solicitação	>>> Exames de saúde: Faça a solicitação com no mínimo 1 mês de antecedência ⇒⇒⇒ Setor Promotor de Saúde (☎ 0748-69-2168) >>> Vacina contra Influenza para idosos: Durante os meses 10 ~ 11. Vacina Antipneumocócica para idosos: Até Fevereiro de 2019 ⇒⇒⇒ Setor de saúde da mãe e filho (☎ 0748-69-2169)

Saúde infantil ・ こどもの健康

◇ QUANDO ENGRAVIDAR... 妊娠が分かったら・・・

EMISSÃO DA CADERNETA MATERNAL (BOSHI-KENKO-TECHO)

母子健康手帳の交付

A caderneta maternal (Boshi-Kenکو-Techo), é uma caderneta muito importante, usada para anotações do pré-natal, exames infantis, vacinas e outros. Ao engravidar, após confirmação da data prevista para o parto, compareça ao Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka) e/ou Hoken-Center.



Horário de emissão	Das 9:00 ~ 17:00 horas
O que portar	Comprovante de gravidez ou a foto da ecografia e o cartão do My Number.

Dias de emissão:

Dpto. de Apoio à Saúde:	Segunda~Sexta-feira
Minakuchi-Hoken-Center:	Segunda e Sexta-feira
Tsuchiyama-Hoken-Center:	Quarta-feira
Koka-Hoken-Center:	Sexta-feira
Konan-Hoken-Center:	Quarta-feira
Shigaraki-Hoken-Center:	Quinta-feira

EXAME DE SAÚDE PARA GESTANTES ・ 妊婦健康診査

No ato da emissão da caderneta maternal (Boshi-Kenکو-Techo), é entregue o livreto anexo (bessatsu) com cartões de auxílio do custo para exame da gestante. Entregue os cartões no estabelecimento médico, quando for fazer os exames. Os exames serão custeados parcialmente pela cidade. (Entre em contato com Dpto. de Apoio à Saúde em caso de gestação múltipla.)

Aqueles que pretendem mudar para outra cidade

Quando mudar de endereço para outra cidade, não é possível utilizar os cartões de auxílio emitidos pela Cidade de Koka. Pedimos que verifique à respeito do sistema de exames para gestantes, na cidade onde estiver mudando o endereço.

Aqueles que se mudaram para a Cidade de Koka

É necessário providenciar a troca dos cartões de auxílio. Entre em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde.

EXAME DENTÁRIO PARA GESTANTES ・ マタニティ 歯科健診

No ato da emissão da caderneta maternal, informaremos sobre os estabelecimentos médicos, método e o que portar.

Conteúdo	Correspondentes	Custo	Vezes
Exame dos dentes e gengiva, conselhos para a saúde bucal	Gestantes	Gratuito	1 vez durante a gestação

SALA PARA PAPAIS E MAMÃES INICIANTE

Necessário fazer a reserva

プレパパママ教室

Não gostaria de aprender sobre o controle de saúde durante a gravidez e após o parto? Haverá também intercâmbio.

Esperamos a participação do casal. Cada curso é composto de 2 aulas.



Correspondentes	Gestantes entre 5 ~ 7 meses e seu familiares
Conteúdo	1a. Aula: Sobre alterações do corpo durante a gestação e a alimentação, experiência de gravidez para os familiares e intercâmbio. 2a. Aula: Preparando o corpo e a mente para o parto, intercâmbio, experiência de como dar banho e outros.
Horário	Das 10:00 ~ 11:30 horas (Horário de recepção 9:45 ~ 10:00) Das 11:30 ~ 12:00 horas (Exercícios para gestantes)
O que portar	Caderneta maternal, Livreto anexo, caderneta de saúde bucal da mãe e filho e panfleto entregue no ato da emissão da caderneta maternal (dentro do envelope)
Local	Minakuchi-Hoken-Center
Staff	Agentes de saúde, nutricionistas e parteiras
Reservas	Ligue para o Dpto. de Apoio à Saúde (TEL: 0748-69-2169), até a véspera do curso.

	1a. Aula	2a. Aula
Curso do mês 4 e 5	Dia 18 de Abril (4ª.f)	Dia 11 de Maio (6ª.f)
Curso do mês 6 e 7	Dia 09 de Junho (Sáb)	Dia 14 de Julho (Sáb)
Curso do mês 8 e 9	Dia 13 de Agosto (2ª.f)	Dia 14 de Setembro (6ª.f)
Curso do mês 10 e 11	Dia 13 de Outubro (Sáb)	Dia 10 de Novembro (Sáb)
Curso do mês 12 e 1	Dia 12 de Dezembro (4ª.f)	Dia 09 de Janeiro (4ª.f)
Curso do mês 2 e 3	Dia 02 de Fevereiro (Sáb)	Dia 02 de Março (Sáb)

AQUELES QUE DESEJAM TER FILHOS...

あかちゃんを望まれる方は・・・



Tratamento para infertilidade específica e Sistema de apoio para tratamento de infertilidade masculina

特定不妊治療・男性不妊助成制度

Subsidiamos parcialmente as despesas com o tratamento para infertilidade específica (Fertilização in vitro, Microinjeção intracitoplasmática e outros), para amenizar os gastos cujo o seguro de saúde não pode ser aplicado. Este sistema somente poderá ser aplicado àqueles que possuem o "Reconhecimento do Projeto de apoio ao tratamento específico de infertilidade da Província de Shiga". Peça mais informações no Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka).

Sistema de apoio para tratamento de perda gestacional recorrente・不育症治療費助成制度

Subsidiamos parcialmente as despesas para o tratamento de perda gestacional recorrente, para amenizar os gastos cujo o seguro de saúde não pode ser aplicado. Peça mais informações no Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka).



QUANDO A CRIANÇA NASCER...

あかちゃんが生まれたら・・・

Sistema de apoio para exame de audição de recém-nascidos 新生児聴覚検査助成制度

Com o intuito de detectar rapidamente a deficiência auditiva e receber o tratamento adequado o quanto antes, aproximadamente no 2o. dia de vida, é feito o exame de audição no obstetra ou estabelecimento médico.

Para que a despesa do exame seja parcialmente custeada pela cidade, entregaremos o formulário no ato da emissão da caderneta maternal (Boshi-Techo) antes do parto. Peça mais informações no Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka).

VISITA PARA O BEBÊ・あかちゃん訪問



Apresente o cartão indicado, no ato do registro de nascimento, caso desejar a visita para o bebê.

Também poderá enviar diretamente ao Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka). Agentes de saúde e/ou parteiras irão fazer a visita, medir o peso do bebê, orientar sobre a amamentação e também responder a consultas sobre a saúde física e mental da mamãe.

SALA PARA MAMÃES E BEBÊS

ベビーママ教室

Não é necessário fazer a reserva

É destinado para pais e bebês entre 2 ~ 3 meses, onde realizamos explicações sobre brincadeiras, desenvolvimento do bebê, prevenção de acidentes, vacinas e a saúde da mamãe. Também haverá intercâmbio entre os pais.

Correspondentes	Bebês entre 2 ~ 3 meses e seus responsáveis
Horário	Das 10:00 ~ 11:30 horas (Horário de recepção 9:45 ~ 10:00)
O que portar	Caderneta maternal, Calendário de exames, toalha, Sukoyaka Set (Envelope entregue no ato do registro de nascimento)
Staff	Agentes de saúde

	Data	Local (Hoken-Center)	Nascidas em
Mês 4 月	Dia 11 (4a.f)	Kokomoori	2018/02
	Dia 27 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 5 月	Dia 09 (4a.f)	Kokomoori	2018/03
	Dia 25 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 6 月	Dia 13 (4a.f)	Kokomoori	2018/04
	Dia 29 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 7 月	Dia 11 (4a.f)	Kokomoori	2018/05
	Dia 27 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 8 月	Dia 01 (4a.f)	Kokomoori	2018/06
	Dia 28 (3a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 9 月	Dia 12 (4a.f)	Kokomoori	2018/07
	Dia 28 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 10 月	Dia 10 (4a.f)	Kokomoori	2018/08
	Dia 26 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 11 月	Dia 07 (4a.f)	Kokomoori	2018/09
	Dia 30 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 12 月	Dia 05 (4a.f)	Kokomoori	2018/10
	Dia 18 (3a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 1 月	Dia 16 (4a.f)	Kokomoori	2018/11
	Dia 25 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Mês 2 月	Dia 15 (6a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	2018/12
	Dia 20 (4a.f)	Kokomoori	
Mês 3 月	Dia 11 (2a.f)	Minakuchi-Hoken-Center	2019/01
	Dia 13 (4a.f)	Kokomoori	

※Verifique a localização do Kokomoori na página 7.

Exames infantis · 乳幼児健康診査

>>> Exames realizados · 実施健康診査: Exame infantil de 4 meses, 10 meses, 1 ano e 8 meses, 2 anos e 6 meses e 3 anos e 6 meses

>>> Itens de cuidado · 注意事項: ● Não é necessário fazer reserva. Compareça diretamente no local.

● Pedimos que evitem de comer nos locais de exame.

● Pedimos consciência pois as vagas do estacionamento do Minakuchi Hoken Center e Kaede Kaikan são limitadas.

● Os moradores de Tsuchiyama e Shigaraki que não puderem comparecer no local do exame e desejarem o exame individual devem entrar em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde.

Exame infantil de 4 meses · 4か月児健診

Conteúdo 内容	Exame médico e biométrico, Consulta sobre saúde e nutricional
Horário de recepção 受付時間	Das 13:00 às 13:30
O que portar 持ち物	Caderneta maternal, questionário, toalha, fralda, troca de roupa e leite se necessário

◎ Será realizado 2 exames no mesmo dia.

Exame infantil de 10 meses · 10か月児健診

Conteúdo 内容	Exame médico e biométrico, Consulta sobre saúde, nutricional e dentária
Horário de recepção 受付時間	Das 13:00 às 13:30
O que portar 持ち物	Caderneta maternal, questionário, toalha, fralda, troca de roupa e leite se necessário

◎ Será realizado 2 exames no mesmo dia.

Local 会場	Minakuchi Hoken Center 水口保健センター	Koka Hoken Center 甲賀保健センター	Kaede Kaikan かえで会館	Shigaraki Hoken Center 信楽保健センター	Crianças nascidas em 対象児
Bairros destinados 対象地区	Minakuchi e Shigaraki 水口・信楽	Tsuchiyama, Koka e Konan 土山・甲賀・甲南	Tsuchiyama, Koka e Konan 土山・甲賀・甲南	Shigaraki 信楽	
Abril 4月	Dia 26日 (5ª.f./木)	Dia 19日 (5ª.f./木) ◎	----	----	2017/12 H 29.12
Maio 5月	Dia 24日 (5ª.f./木)	----	Dia 23日 (4ª.f./水) ◎	Dia 29日 (3ª.f./火) ◎	2018/01 H 30.01
Junho 6月	Dia 28日 (5ª.f./木)	Dia 21日 (5ª.f./木) ◎	----	----	2018/02 H 30.02
Julho 7月	Dia 26日 (5ª.f./木)	----	Dia 18日 (4ª.f./水) ◎	Dia 24日 (3ª.f./火) ◎	2018/03 H 30.03
Agosto 8月	Dia 09日 (5ª.f./木)	Dia 06日 (2ª.f./月) ◎	----	----	2018/04 H 30.04
Setembro 9月	Dia 27日 (5ª.f./木)	----	Dia 19日 (4ª.f./水) ◎	Dia 25日 (3ª.f./火) ◎	2018/05 H 30.05
Outubro 10月	Dia 18日 (5ª.f./木)	Dia 11日 (5ª.f./木) ◎	----	----	2018/06 H 30.06
Novembro 11月	Dia 29日 (5ª.f./木)	Dia 14日 (4ª.f./水) ◎	----	Dia 27日 (3ª.f./火) ◎	2018/07 H 30.07
Dezembro 12月	Dia 20日 (5ª.f./木)	Dia 05日 (4ª.f./水) ◎	----	----	2018/08 H 30.08
Janeiro 1月	Dia 24日 (5ª.f./木)	----	Dia 23日 (4ª.f./水) ◎	Dia 29日 (3ª.f./火) ◎	2018/09 H 30.09
Fevereiro 2月	Dia 28日 (5ª.f./木)	Dia 20日 (4ª.f./水) ◎	----	----	2018/10 H 30.10
Março 3月	Dia 14日 (5ª.f./木)	----	Dia 27日 (4ª.f./水) ◎	Dia 19日 (3ª.f./火) ◎	2018/11 H 30.11

Local 会場	Minakuchi Hoken Center 水口保健センター	Koka Hoken Center 甲賀保健センター	Kaede Kaikan かえで会館	Shigaraki Hoken Center 信楽保健センター	Crianças nascidas em 対象児
Bairros destinados 対象地区	Minakuchi e Shigaraki 水口・信楽	Tsuchiyama, Koka e Konan 土山・甲賀・甲南	Tsuchiyama, Koka e Konan 土山・甲賀・甲南	Shigaraki 信楽	
Abril 4月	Dia 12日 (5ª.f./木)	Dia 19日 (5ª.f./木) ◎	----	----	2017/05 H 29.05
Maio 5月	Dia 10日 (5ª.f./木)	----	Dia 23日 (4ª.f./水) ◎	Dia 29日 (3ª.f./火) ◎	2017/06 H 29.06
Junho 6月	Dia 14日 (5ª.f./木)	Dia 21日 (5ª.f./木) ◎	----	----	2017/07 H 29.07
Julho 7月	Dia 12日 (5ª.f./木)	----	Dia 18日 (4ª.f./水) ◎	Dia 24日 (3ª.f./火) ◎	2017/08 H 29.08
Agosto 8月	Dia 23日 (5ª.f./木)	Dia 06日 (2ª.f./月) ◎	----	----	2017/09 H 29.09
Setembro 9月	Dia 13日 (5ª.f./木)	----	Dia 19日 (4ª.f./水) ◎	Dia 25日 (3ª.f./火) ◎	2017/10 H 29.10
Outubro 10月	Dia 25日 (5ª.f./木)	Dia 11日 (5ª.f./木) ◎	----	----	2017/11 H 29.11
Novembro 11月	Dia 22日 (5ª.f./木)	Dia 14日 (4ª.f./水) ◎	----	Dia 27日 (3ª.f./火) ◎	2017/12 H 29.12
Dezembro 12月	Dia 13日 (5ª.f./木)	Dia 05日 (4ª.f./水) ◎	----	----	2018/01 H 30.01
Janeiro 1月	Dia 10日 (5ª.f./木)	----	Dia 23日 (4ª.f./水) ◎	Dia 29日 (3ª.f./火) ◎	2018/02 H 30.02
Fevereiro 2月	Dia 14日 (5ª.f./木)	Dia 20日 (4ª.f./水) ◎	----	----	2018/03 H 30.03
Março 3月	Dia 06日 (4ª.f./水)	----	Dia 27日 (4ª.f./水) ◎	Dia 19日 (3ª.f./火) ◎	2018/04 H 30.04

Exame infantil de 1 ano e 8 meses 1歳8か月児健診		Exame infantil de 2 anos e 6 meses 2歳6か月児健診		Exame infantil de 3 anos e 6 meses 3歳6か月児健診	
Conteúdo 内容	Exame médico, dentário e biométrico, Consulta sobre saúde, nutricional e dentária	Conteúdo 内容	Exame médico, dentário e biométrico, Consulta sobre saúde, nutricional, dentária e auditivo(p/ os que necessitam)	Conteúdo 内容	Exame médico, dentário e biométrico, Consulta sobre saúde, nutricional e dentária, Exame de urina ※3 e acuidade visual ※2
Horário de recepção 受付時間	Das 13:00 às 13:30	Horário de recepção 受付時間	Das 13:00 às 13:30	Horário de recepção 受付時間	Das 13:00 às 13:30
O que portar 持ち物	Caderneta maternal, questionário e fralda	O que portar 持ち物	Caderneta maternal, questionário e envelope sobre audição ※1	O que portar 持ち物	Caderneta maternal, questionário e questionário adicional (Aqueles que já o receberam)

Local 会場	Minakuchi Hoken Center 水口保健センター	Koka Hoken Center 甲賀保健センター	Kaede Kaikan かえで会館	Crianças nascidas em 対象児
Bairros destinados 対象地区	Minakuchi e Shigaraki 水口・信楽	Tsuchiyama, Koka e Konan 土山・甲賀・甲南	Tsuchiyama, Koka, Konan e Shigaraki 土山・甲賀・ 甲南・信楽	
Abril 4月	Dia 11日 (4ª.f./水)	Dia 25日 (4ª.f./水) ◎	-----	2016/08 H 28.08
Maio 5月	Dia 09日 (4ª.f./水)	-----	Dia 28日 (2ª.f./月)	2016/09 H 28.09
Junho 6月	Dia 20日 (4ª.f./水)	Dia 07日 (5ª.f./木)	-----	2016/10 H 28.10
Julho 7月	Dia 11日 (4ª.f./水)	-----	Dia 04日 (4ª.f./水) ◎	2016/11 H 28.11
Agosto 8月	Dia 01日 (4ª.f./水)	Dia 03日 (6ª.f./金) ◎	-----	2016/12 H 28.12
Setembro 9月	Dia 20日 (5ª.f./木)	-----	Dia 05日 (4ª.f./水) ◎	2017/01 H 29.01
Outubro 10月	Dia 17日 (4ª.f./水)	Dia 03日 (4ª.f./水) ◎	-----	2017/02 H 29.02
Novembro 11月	Dia 21日 (4ª.f./水)	Dia 02日 (6ª.f./金) ◎	-----	2017/03 H 29.03
Dezembro 12月	Dia 12日 (4ª.f./水)	Dia 06日 (5ª.f./木) ◎	-----	2017/04 H 29.04
Janeiro 1月	Dia 09日 (4ª.f./水)	-----	Dia 16日 (4ª.f./水) ◎	2017/05 H 29.05
Fevereiro 2月	Dia 13日 (4ª.f./水)	Dia 05日 (3ª.f./火) ◎	-----	2017/06 H 29.06
Março 3月	Dia 13日 (4ª.f./水)	-----	Dia 11日 (2ª.f./月)	2017/07 H 29.07

◎ Será realizado 2 exames no mesmo dia.

Local 会場	Minakuchi Hoken Center 水口保健センター	Koka Hoken Center 甲賀保健センター	Kaede Kaikan かえで会館	Crianças nascidas em 対象児
Bairros destinados 対象地区	Minakuchi e Shigaraki 水口・信楽	Tsuchiyama, Koka e Konan 土山・甲賀・甲南	Tsuchiyama, Koka, Konan e Shigaraki 土山・甲賀・ 甲南・信楽	
Abril 4月	Dia 16日 (2ª.f./月)	Dia 25日 (4ª.f./水) ◎	-----	2015/09 H 27.09
Maio 5月	Dia 14日 (2ª.f./月)	-----	Dia 30日 (4ª.f./水) ◎	2015/10 H 27.10
Junho 6月	Dia 04日 (2ª.f./月)	Dia 25日 (2ª.f./月) ◎	-----	2015/11 H 27.11
Julho 7月	Dia 23日 (2ª.f./月)	-----	Dia 06日 (6ª.f./金)	2015/12 H 27.12
Agosto 8月	Dia 22日 (4ª.f./水)	Dia 03日 (6ª.f./金) ◎	-----	2016/01 H 28.01
Setembro 9月	Dia 10日 (2ª.f./月)	-----	Dia 05日 (4ª.f./水) ◎	2016/02 H 28.02
Outubro 10月	Dia 24日 (4ª.f./水)	Dia 03日 (4ª.f./水) ◎	-----	2016/03 H 28.03
Novembro 11月	Dia 12日 (2ª.f./月)	Dia 07日 (4ª.f./水)	-----	2016/04 H 28.04
Dezembro 12月	Dia 26日 (4ª.f./水)	Dia 03日 (2ª.f./月)	-----	2016/05 H 28.05
Janeiro 1月	Dia 17日 (5ª.f./木)	-----	Dia 16日 (4ª.f./水) ◎	2016/06 H 28.06
Fevereiro 2月	Dia 21日 (5ª.f./木)	Dia 07日 (5ª.f./木)	-----	2016/07 H 28.07
Março 3月	Dia 25日 (2ª.f./月)	-----	Dia 07日 (5ª.f./木) ◎	2016/08 H 28.08

※1 Verificaremos a audição da criança. Leia atentamente o questionário e seu explicativo, faça o exame antecipadamente em casa e compareça.

◎ Será realizado 2 exames no mesmo dia.

Local 会場	Minakuchi Hoken Center 水口保健センター	Koka Hoken Center 甲賀保健センター	Kaede Kaikan かえで会館	Crianças nascidas em 対象児
Bairros destinados 対象地区	Minakuchi e Shigaraki 水口・信楽	Tsuchiyama, Koka e Konan 土山・甲賀・甲南	Tsuchiyama, Koka, Konan e Shigaraki 土山・甲賀・ 甲南・信楽	
Abril 4月	Dia 23日 (2ª.f./月)	Dia 06日 (6ª.f./金)	-----	2014/09 H 26.09
Maio 5月	Dia 21日 (2ª.f./月)	-----	Dia 30日 (4ª.f./水) ◎	2014/10 H 26.10
Junho 6月	Dia 11日 (2ª.f./月)	Dia 25日 (2ª.f./月) ◎	-----	2014/11 H 26.11
Julho 7月	Dia 30日 (2ª.f./月)	-----	Dia 04日 (4ª.f./水) ◎	2014/12 H 26.12
Agosto 8月	Dia 27日 (2.f./月)	Dia 17日 (6ª.f./金)	-----	2015/01 H 27.01
Setembro 9月	Dia 03日 (2ª.f./月)	-----	Dia 26日 (4ª.f./水)	2015/02 H 27.02
Outubro 10月	Dia 29日 (2ª.f./月)	Dia 10日 (4ª.f./水)	-----	2015/03 H 27.03
Novembro 11月	Dia 26日 (2ª.f./月)	Dia 02日 (6ª.f./金) ◎	-----	2015/04 H 27.04
Dezembro 12月	Dia 17日 (2ª.f./月)	Dia 06日 (5ª.f./木) ◎	-----	2015/05 H 27.05
Janeiro 1月	Dia 28日 (2ª.f./月)	-----	Dia 30日 (4ª.f./水)	2015/06 H 27.06
Fevereiro 2月	Dia 25日 (2ª.f./月)	Dia 05日 (3ª.f./火) ◎	-----	2015/07 H 27.07
Março 3月	Dia 18日 (2ª.f./月)	-----	Dia 07日 (5ª.f./木) ◎	2015/08 H 27.08

※2 Haverá exame de acuidade visual, leia atentamente o explicativo e compareça.

※3 Poderá recolher a urina e trazê-la em um recipiente limpo. O recipiente deverá ser levado de volta para casa.

◎ Será realizado 2 exames no mesmo dia.

SALA DE REFEIÇÕES PARA DESMAME

離乳食教室

Necessário reserva

Conversas relacionadas ao desenvolvimento bucal do bebê e como começar com as refeições de desmame. Explicaremos fazendo receitas fáceis.

Correspondentes	Responsáveis de crianças entre 5 ~ 7 meses de idade
O que portar	Panfletos distribuídos no exame infantil de 4 meses e caneta
Limite de vagas	20 pessoas para cada Hoken Center
Como fazer a reserva	A reserva deverá ser feita pelo telefone com até 3 dias de antecedência, diretamente no Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka) Tel: 0748-69-2169. As reservas serão aceitas até completar as vagas.
Staff	Nutricionistas e higienistas dentais

Data	Local	Horário
Dia 20 de Abril (6ª.f)	Koka-Hoken-Center	Das 10:00 ~ 12:00 horas Recepção : das 9:50 ~ 10:00 horas
Dia 18 de Maio (6ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Dia 06 de Junho (4ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Dia 05 de Julho (5ª.f)	Koka-Hoken-Center	
Dia 03 de Agosto (6ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Dia 12 de Setembro (4ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Dia 05 de Outubro (6ª.f)	Koka-Hoken-Center	
Dia 07 de Novembro (4ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Dia 14 de Dezembro (6ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Dia 10 de Janeiro (5ª.f)	Koka-Hoken-Center	
Dia 08 de Fevereiro (6ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	
Dia 08 de Março (6ª.f)	Minakuchi-Hoken-Center	

EXAME PARA MAMÃES

ママ健診

Necessário reserva somente para usar o berçário

Faremos o exame de saúde da mamãe.

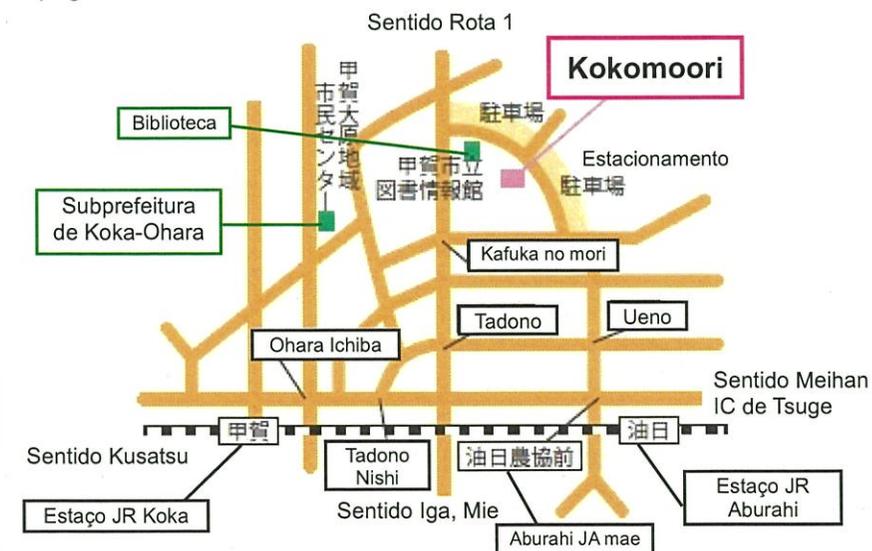
Conteúdo	Exame biométrico (altura, peso, cintura), Consulta médica, Exame de urina, Pressão arterial, Exame de sangue (lípede, função hepática, renal, anemia e glicemia)
Horário	Das 9:00 ~ 11:00 horas
O que portar	Taxa do exame (¥1,000) e Caderneta de saúde (portadores)

★ Aquelas que desejam usar o berçário, deverão fazer o pedido com até 7 dias de antecedência diretamente no Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka) Tel : 0748-69-2168.

As reservas serão aceitas até completar as vagas.

Data	Correspondentes	Local
Dia 13 de Julho (6ª.f)	Mamães que deram à luz em 2017 / 10 ~ 2017 / 12	Hekisui-Hall
Dia 02 de Agosto (5ª.f)	Mamães que deram à luz em 2018 / 01 ~ 2018 / 03	Hekisui-Hall
Dia 31 de Outubro (4ª.f)	Mamães que deram à luz em 2018 / 04 ~ 2018 / 06	Santopia-Minakuchi
Dia 31 de Janeiro (5ª.f)	Mamães que deram à luz em 2018 / 07 ~ 2018 / 09	Hekisui-Hall

★ Aquelas entre 16 ~ 39 anos que não puderem participar nas datas indicadas acima, poderão participar do exame básico, conforme a programação na página 19.



CONSULTA SAUDÁVEL

すこやか相談

Necessário reserva

Agentes de saúde e nutricionistas atenderão às consultas sobre o desenvolvimento da criança, alimentação e outros.

Conteúdo	Consulta sobre a saúde, nutrição, consulta para gestantes e outros
Horário	Das 9:30 ~ 11:00
Staff	Agentes de saúde e nutricionistas
Maneiras de reserva	Ligue para o Dpto. de Apoio à Saúde (TEL:0748-69-2169), com até 1 semana de antecedência e faça a reserva. As vagas são limitadas, havendo assim a possibilidade de não poder ser atendido no dia desejado.

Mês	Minakuchi Hoken Center	Tsuchiyama Hoken Center	Koka Hoken Center	Kaede Kaikan	Shigaraki Hoken Center
4	Dia 17 (3ª.f)	Dia 25 (4ª.f)	Dia 16 (2ª.f)	Dia 10 (3ª.f)	Dia 24 (3ª.f)
5	Dia 10 (5ª.f)	Dia 23 (4ª.f)	Dia 14 (2ª.f)	Dia 08 (3ª.f)	Dia 29 (3ª.f)
6	Dia 14 (5ª.f)	Dia 27 (4ª.f)	Dia 11 (2ª.f)	Dia 12 (3ª.f)	Dia 26 (3ª.f)
7	Dia 12 (5ª.f)	Dia 25 (4ª.f)	Dia 09 (2ª.f)	Dia 10 (3ª.f)	Dia 24 (3ª.f)
8	Dia 22 (4ª.f)	Dia 29 (4ª.f)	Dia 06 (2ª.f)	Dia 07 (3ª.f)	Dia 21 (3ª.f)
9	Dia 13 (5ª.f)	Dia 26 (4ª.f)	Dia 10 (2ª.f)	Dia 11 (3ª.f)	Dia 25 (3ª.f)
10	Dia 11 (5ª.f)	Dia 24 (4ª.f)	Dia 15 (2ª.f)	Dia 01 (2ª.f)	Dia 23 (3ª.f)
11	Dia 15 (5ª.f)	Dia 28 (4ª.f)	Dia 19 (2ª.f)	Dia 20 (3ª.f)	Dia 27 (3ª.f)
12	Dia 13 (5ª.f)	Dia 19 (4ª.f)	Dia 10 (2ª.f)	Dia 11 (3ª.f)	Dia 25 (3ª.f)
1	Dia 17 (5ª.f)	Dia 23 (4ª.f)	Dia 07 (2ª.f)	Dia 08 (3ª.f)	Dia 29 (3ª.f)
2	Dia 14 (5ª.f)	Dia 27 (4ª.f)	Dia 04 (2ª.f)	Dia 12 (3ª.f)	Dia 26 (3ª.f)
3	Dia 14 (5ª.f)	Dia 27 (4ª.f)	Dia 11 (2ª.f)	Dia 12 (3ª.f)	Dia 19 (3ª.f)

SALÃO PARA MAMÃES

リトルママサロン

Não é necessário fazer a reserva

Abriremos o Hoken Center e o Kokomoori para serem usados como locais de intercâmbio entre os responsáveis onde poderão conversar sobre preocupações ligadas a puericultura e outros. Fique a vontade e compareçam!
Também poderá medir o peso.

Correspondentes	Crianças que não frequentam a creche e/ou jardim da infância e seus responsáveis
Horário	Das 9:30 ~ 11:00 horas
Staff	Agentes de saúde e enfermeiras

Mês	Minakuchi Hoken Center	Tsuchiyama Hoken Center	Kokomoori	Kaede Kaikan	Shigaraki Hoken Center
4	Dia 13 (6ª.f)	Dia 25 (4ª.f)	Dia 20 (6ª.f)	Dia 10 (3ª.f)	Dia 24 (3ª.f)
5	Dia 17 (5ª.f)	Dia 23 (4ª.f)	Dia 18 (6ª.f)	Dia 08 (3ª.f)	Dia 29 (3ª.f)
6	Dia 21 (5ª.f)	Dia 27 (4ª.f)	Dia 22 (6ª.f)	Dia 12 (3ª.f)	Dia 26 (3ª.f)
7	Dia 19 (5ª.f)	Dia 25 (4ª.f)	Dia 20 (6ª.f)	Dia 10 (3ª.f)	Dia 24 (3ª.f)
8	Dia 08 (4ª.f)	Dia 29 (4ª.f)	Dia 24 (6ª.f)	Dia 07 (3ª.f)	Dia 21 (3ª.f)
9	Dia 20 (5ª.f)	Dia 26 (4ª.f)	Dia 21 (6ª.f)	Dia 11 (3ª.f)	Dia 25 (3ª.f)
10	Dia 18 (5ª.f)	Dia 24 (4ª.f)	Dia 19 (6ª.f)	Dia 01 (2ª.f)	Dia 23 (3ª.f)
11	Dia 22 (5ª.f)	Dia 28 (4ª.f)	Dia 16 (6ª.f)	Dia 20 (3ª.f)	Dia 27 (3ª.f)
12	Dia 20 (5ª.f)	Dia 19 (4ª.f)	Dia 21 (6ª.f)	Dia 11 (3ª.f)	Dia 25 (3ª.f)
1	Dia 16 (4ª.f)	Dia 23 (4ª.f)	Dia 18 (6ª.f)	Dia 08 (3ª.f)	Dia 29 (3ª.f)
2	Dia 21 (5ª.f)	Dia 27 (4ª.f)	Dia 22 (6ª.f)	Dia 12 (3ª.f)	Dia 26 (3ª.f)
3	Dia 13 (4ª.f)	Dia 27 (4ª.f)	Dia 22 (6ª.f)	Dia 12 (3ª.f)	Dia 19 (3ª.f)

Vacina preventiva • 予防接種

Antes de aplicar as vacinas...

Os correspondentes às vacinas são aqueles que estão com o endereço registrado na Cidade de Koka. A pessoa que irá receber a vacina (ou o responsável), deverá ler sem falta o explicativo da mesma e o livroto sobre Vacinação e a saúde infantil.

Vamos aplicar a vacina quando estiver bem de saúde e após a total compreensão sobre os itens de cuidado e as reações colaterais.

O que portar no dia

Questionário da vacina a ser aplicada, Caderneta maternal (em caso de esquecimento, não poderá aplicar a vacina), Cartão do seguro de saúde e outros (para comprovação da identidade)

Quando for aplicar a vacina acompanhado por terceiros

É necessário apresentar a “Procuração para vacinas da Cidade de Koka”, caso não for acompanhado dos responsáveis, inclusive avós com moradia conjunta.

Providencie-o antecipadamente e entregue no estabelecimento médico juntamente ao questionário, no dia da vacina. Caso não o apresente, não poderá aplicar a vacina.

★Aqueles que necessitem da “Procuração”

Compareça no guichê do Dpto. de Apoio à Saúde e/ou Hoken Center ou entre em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde.

Também, poderá fazer o download na homepage da Cidade de Koka.

Como aplicar a vacina em estabelecimentos médicos

Verifique na lista de estabelecimentos médicos (páginas 23 e 24) sobre as maneiras de reserva e os tipos de vacina.

Em caso de reservas em estabelecimento médicos através da prefeitura

Telefone exclusivo para reservas : 0748-69-2170

>>> Período de reserva : Mensalmente entre os dias 10 ~ 25

(Exceto finais de semana, feriados e feriados de verão)

>>> Horário para reserva : Das 9:00 ~ 17:00 horas

(Não é aceito reservas fora deste horário)

※É possível fazer a reserva para o próximo mês.

(Este telefone é exclusivo para estabelecimentos médicos indicados nas páginas 23 e 24, cujo esteja mencionado como reserva pela prefeitura.)

Caso deseje aplicar a vacina em estabelecimentos médicos em outras cidades, dentro da província de Shiga

Será possível aplicar a vacina, caso o estabelecimento fizer parte dos estabelecimentos médicos colaboradores do projeto de expansão de aplicação de vacinas preventivas da província de Shiga.

É necessário que faça os trâmites, por isso entre em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka) com até 10 dias de antecedência.

Tipos de vacina

Nas vacinas preventivas, existem as vacinas periódicas implementadas pelas cidades (os correspondentes devem se esforçar para a aplicação) que são baseadas na Lei de vacinas preventivas, e as vacinas opcionais (que são aplicadas conforme o desejo dos correspondentes).

Vacinas periódicas para crianças

Vacinas inativas	Vacina Hib, Antipneumocócica, Vacina conjunta da Tríplice e Poliomielite (Difteria, Coqueluche, Tétano e Poliomielite), Poliomielite, Hepatite tipo B, Encefalite japonesa, HPV (prevenção do Câncer de colo do útero)
Vacinas vivas atenuadas	BCG, Vacina conjunta de Sarampo e Rubéola (MR), Sarampo, Rubéola e Catapora.

Verifique mais informações sobre período e intervalo entre as vacinas, na página 10.

Principais vacinas opcionais para crianças

Vacinas vivas atenuadas	Caxumba	1 ~ 2 doses entre 1 ~ 5 anos
	Monovalente Rotavírus	2 doses com mais de 4 semanas de intervalo entre 6 ~ 24 semanas de vida
	Pentavalente Rotavírus	3 doses com mais de 4 semanas de intervalo entre 6 ~ 32 semanas de vida

Peça mais informações sobre as aplicações diretamente no estabelecimento médico.

Período de intervalo entre as vacinas



Porém, no caso da aplicação contínua da mesma vacina, o intervalo entre elas variam.

※ Conforme a decisão do médico, é possível aplicar outra vacina no mesmo dia. Verifique diretamente no estabelecimento médico.

Vacinas de aplicação periódicas ・ 定期の予防接種 (Aplique nos estabelecimentos médicos indicados nas páginas 23 e 24.)

Tipo de vacina ・ 種類		Idade indicada, quantidade, intervalo recomendado, questionário, itens de cuidados e outros ・ 接種対象年齢・接種回数・望ましい接種間隔・予診票・注意事項等		
V A C I N A I N A T I V A	Hib ヒブ感染症 Entre 2 meses ~ véspera de completar 5 anos	Quando a aplicação for iniciada entre 2 meses até a véspera de completar 7 meses... Fase inicial: Antes de completar 1 ano de idade, aplicar 3 doses com 4 ~ 8 semanas de intervalo Reforço: Após a 3ª. dose da fase inicial, 1 dose entre 7 ~ 13 meses		
		Quando a aplicação for iniciada entre 7 meses até a véspera de completar 1 ano... Fase inicial: Antes de completar 1 ano de idade, aplicar 2 doses com 4 ~ 8 semanas de intervalo Reforço: Após a 2ª. dose da fase inicial, 1 dose entre 7 ~ 13 meses		
		Quando a aplicação for iniciada entre 1 ano até a véspera de completar 5 anos... Aplicação de 1 dose		
	Antipneumocócica 小児の肺炎球菌感染症 Entre 2 meses ~ véspera de completar 5 anos	Quando a aplicação for iniciada entre 2 meses até a véspera de completar 7 meses... Fase inicial: Antes de completar 2 anos de idade, aplicar 3 doses com mais de 27 dias de intervalo Reforço: Após completar 1 ano de idade, 1 dose com mais de 60 dias de intervalo da 3ª. dose da fase inicial.		
		Quando a aplicação for iniciada entre 7 meses até a véspera de completar 1 ano... Fase inicial: Antes de completar 2 anos, aplicar 2 doses com mais de 27 dias de intervalo Reforço: Após completar 1 ano de idade, 1 dose com mais de 60 dias de intervalo da 2ª. dose da fase inicial.		
		Quando a aplicação for iniciada entre 1 ano até a véspera de completar 2 anos... Aplicação de 2 doses com mais de 60 dias de intervalo		
Quando a aplicação for iniciada entre 2 anos até a véspera de completar 5 anos... Aplicação de 1 dose				
Hepatite tipo B ・ B型肝炎 Entre 2 meses ~ véspera de completar 1 ano		3 doses (Basicamente, a 1ª. dose deverá ser aplicada após os 2 meses de vida, a 2ª. dose com intervalo de mais de 27 dias e a 3ª. dose com intervalo de mais de 139 dias, após a aplicação da 1ª. dose)		
Vírus do Papiloma Humano (Prevenção do Câncer de colo do útero) ヒトパピローマウイルス感染症 (子宮頸がん予防)		Nascidas entre 2002/04/02 ~ 2007/04/01 : Aplicação de 3 doses. A 2ª. dose com intervalo de 1 ou 2 meses da 1ª. dose conforme o tipo da vacina, e intervalo de 6 meses da 1ª. dose para a 3ª. dose. Idade padrão: 1º. ano do chugakko ※Esta vacina não está sendo promovida ativamente. Aquelas que desejam aplicá-la devem entrar em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde. O intervalo entre a 1ª. e a 2ª. dose varia conforme o tipo da vacina utilizada.		
V I V A	BCG (Tuberculose ・ 結核)		Aplicação única, entre 5 meses até a véspera de completar 1 ano de idade. (Idade padrão: 5 ~ 7 meses)	
	Vacina conjunta de Sarampo e Rubéola (MR) 麻疹風しん		Fase inicial : Aplicação de 1 dose, entre a idade de 1 ano até a véspera de completar 2 anos ※Recomendamos que a aplicação seja feita logo que completar 1 ano.	
	Catapora (水ぼうそう)		Aplicação de 2 doses com mais de 6 meses de intervalo entre a idade de 1 ano ~ véspera de completar 3 anos. ※O questionário foi entregue no ato do registro de nascimento. ※Recomendamos que a aplicação seja feita logo que completar 1 ano.	
V A C I N A I N A T I V A	Poliomielite (Paralisia infantil) 急性灰白髄炎 (ポリオ)	Vacina inativa da Poliomielite (Separado) (単独)	Fase inicial : Aplicação de 3 doses com mais de 20 dias de intervalo, entre a idade de 3 meses até véspera de completar 7 anos e meio Reforço : Aplicação de 1 dose após 1 ano do término da 3ª. dose da fase inicial, de 6 meses até a véspera de completar 7 anos e meio Esta vacina não corresponde àqueles que já aplicaram 2 doses da <u>vacina viva da Poliomielite</u> , cujo é necessário 3 doses para aqueles que aplicaram 1 dose. Aquelles que aplicaram opcionalmente alguma dose da <u>vacina inativa</u> , devem receber somente a aplicação das doses que faltam para completar as 4 doses necessárias. Aquelles que nasceram entre 2010/04/02 ~ 2012/07/31 foram notificados individualmente.	
		Vacina conjunta da DTP e Poliomielite (4種混合)	Fase inicial : Aplicação de 3 doses com intervalo de mais de 20 dias, entre a idade de 3 meses até a véspera de completar 7 anos e meio Reforço : Aplicação de 1 dose após 1 ano do término da 3ª. dose da fase inicial, entre 6 meses até a véspera de completar 7 anos e meio ※O questionário foi entregue no ato do registro de nascimento.	
	Tríplice (DTP) (Difteria, Tétano e Coqueluche) 三種混合	DT (Difteria e Tétano) 2種混合	2ª. fase : Aplicação de 1 dose, entre 11 anos até 2 dias antes de completar 13 anos ※O questionário será distribuído durante o 6º. ano do primário. ※Pedimos que providencie a aplicação durante as férias de verão.	
			Fase inicial : Aplicação de 2 doses com intervalo de 6 ~ 28 dias, entre a idade de 3 anos até véspera de completar 7 anos e meio Reforço : Aplicação de 1 dose, após 1 ano do término da fase inicial, entre 6 meses até a véspera de completar 7 anos e meio. 2ª. fase : Aplicação de 1 dose, entre a idade de 9 anos até 2 dias antes de completar 13 anos. (Idade padrão : 4º. ano do primário) ※O questionário foi entregue no ato do registro de nascimento e o questionário da 2ª.fase será distribuído durante o 4º.ano do primário.	
	Encefalite japonesa 日本脳炎	Idade padrão: Nascidos depois de 2007/04/02		Fase inicial : Aplicação de 2 doses com intervalo de 6 ~ 28 dias Fase inicial reforço : Aplicação de 1 dose após 1 ano do término da fase inicial
		Medida Especial 1	Nascidos entre 1998/04/02 ~ 2007/04/01	Fase inicial : Aplicação de 2 doses com intervalo de 6 ~ 28 dias Fase inicial reforço : Aplicação de 1 dose após 1 ano do término da fase inicial 2ª. fase : Aplicação de 1 dose, acima de 9 anos de idade ※Recomendamos a aplicação com mais de 5 anos de intervalo da fase inicial reforço. É possível aplicá-la até 2 dias antes de completar 20 anos. ※O questionário da 2ª.fase será enviado aos correspondentes nascidos entre 2000/04/02 ~ 2001/04/01
Medida Especial 2		Nascidos entre 2007/04/02 ~ 2009/10/01	Fase inicial : Aplicação de 2 doses com intervalo de 6 ~ 28 dias Fase inicial reforço : Aplicação de 1 dose após 1 ano do término da fase inicial 2ª. fase : Aplicação de 1 dose, após 1 semana do término da fase inicial reforço. É possível aplicá-la entre a idade de 9 anos até 2 dias antes de completar 13 anos. ※O questionário da 2ª. fase será distribuído durante o 4ª. ano do primário.	

※Aquelles que não possuem o questionário da vacina a ser aplicada, deverão entrar em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde.

Vacina Antipneumocócica para idosos (acima de 65 anos) · 高齢者の肺炎球菌感染症予防接種(65歳以上)

A pneumonia causada pelo Pneumococo, atinge cerca de 25% a 40% nos adultos, e principalmente nos idosos seu agravamento tem se tornado um grande problema. O Pneumococo é uma das bactérias causadoras de doenças como a pneumonia, otite média, sinusite, bronquite, meningite e outros. Em especial, aproximadamente metade dos casos de pneumonias em idosos, tem como causa o Pneumococo.

Correspondentes	Aqueles com o endereço registrado na Cidade de Koka que correspondem ao item (1) ou (2) abaixo, e não tenham aplicado ainda esta vacina. (1) Aqueles que irão completar 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95 ou 100 anos, entre o dia 1 de abril de 2018 ~ 31 de março de 2019. (2) Portadores da Caderneta de deficiência de 1º.Grau, entre 60 a 65 anos de idade, cujo tenham alguma deficiência cardiológica, renal e/ou respiratória, ou deficiência imunológica causada pelo vírus da imunodeficiência humana.
Taxa	¥2,500 (Pague diretamente no estabelecimento médico)
O que portar	Cartão do Seguro de saúde ou Comprovante do seguro de saúde para idosos, taxa de ¥2,500 e Caderneta de deficiência { àqueles que corresponderem ao item (2) }
Período	A partir do dia 1 de abril de 2018 ~ 31 de março de 2019 (Para detalhes, entre em contato com o estabelecimento médico)

	Estabelecimentos médicos	Endereço	Telefone (0748)	Reservas		Estabelecimentos médicos	Endereço	Telefone (0748)	Reservas
M I N A K U C H I	Asada-Clinic	Higashi-Nasaka 226-1	69-7755	1	K O K A	Oki-lin	Oki 2089	88-4072	1
	Iwaya-lin	Nakayashiki 2-10	62-0053	2		Koka-Chuo-Shinryojo	Tadono 916-4	88-5106	1
	Ohta-lin	Mushono-Chuo 81-2	63-3553	2		Furunishi-lin	Haisaka 833-141	88-5575	2
	Kimura-lin	Mushono 1015-9	62-2143	1		Massuda-Naika-lin	Taki 2231-1	88-2277	1
	Kohka-Byoin	Matsuo 1256	62-0234	1	K O N A N	Imamura-lin	Fukawa 2201	86-2119	1
	Kondo-lin	Shinjo 696	63-0530	1		Konan-Byoin	Katsuragui 958	86-3131	1
	Tashiro-Geka Seikei-Geka-lin	Izumi 1272	62-0635	2		Takeuchi-Riumachika-Seikei-Geka	Nojiri 77-1	86-8205	1
	Tsubasa-Clinic	Ayano 3-33	63-7766	2		Terai-lin	Kibogaoka-Hon-Machi 6-857-81	86-1112	1
	Nakagawa-Naika-lin	Minakuchi 5546-4	65-5410	1		Heart-Clinic-Kokoro	Nojiri 411	86-0011	1
	Hayami-lin	Kita-Izumi 1-128	65-3211	2		Furu-Clinic	Terasho 1098	86-3135	1
	Hirakawa-Clinic	Higashi-Nasaka 184-2	63-6373	2	S H I G A R A K I	Shigaraki-Clinic	Nagano 619-1	82-7833	1
	Fukai-Clinic	Ban-Nakayama 3802	65-4100	1		Shigaraki-Chuo-Byoin	Nagano 473	82-0249	1
	Minakuchi-Shinryojo	Kibukawa 293-1	62-3346	1		Kokuritsu-Shigaraki-Byoin	Maki 997	83-0101	1
	Minakuchi-Naika-Shokaki-Naika	Minami-Hayashiguchi 47-2	63-2100	1		Nozaki-lin	Nagano 1335	82-7887	1
	Minakuchi-Byoin	Hon-Machi 2-2-43	62-1212	1	1- Reservas no estabelecimento 2- Comparecer diretamente ao local ※ Entre em contato com o estabelecimento médico antecipadamente, pois há diferenças na quantidade de estoque, dias de aplicação, horário e outros. ※ Entre em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde, caso desejar a aplicação em outros estabelecimentos médicos.				
	Murakami-Seikei-Geka-Clinic	Mushono 1095-4	63-7751	2					
Yamada-Geka-lin	Yasaka 2-29	62-0893	2						
Yamamoto-Naika Geka-Clinic	Mushono-chuo 111	62-9559	1						
T S U C H I Y A M A	Uda-lin	Kita-Tsuchiyama 1684-1	66-1050	1	Sobre o método de solicitação da isenção da taxa de aplicação Aqueles que estão recebendo o Auxílio Subsistência, estão isentos ou que foram dispensados do pagamento do imposto residencial, poderão ser isentos do pagamento da taxa de aplicação, verifique na página 2 e faça a solicitação.				
	Kariyushi-Clinic	Ono 401	67-0155	1					
	Kawabata-lin	Tokuhara 451	67-0018	2					
	Nakanishi-lin	Kita-Tsuchiyama 1433-2	66-0712	1					

Saúde do adulto ・ おとなの健康

- ⑩ O exame é gratuito para as pessoas acima de 70 anos (nascidos até 1949/04/01).
- ⑩ As idades dos correspondentes estão baseadas em 2019/04/01. Porém, em 2019/03/31 para o exame de câncer de colo do útero (estabelecimentos médicos) .
- ⑩ O exame poderá ser feito 1 vez por ano (entre abril de 2018 ~ março de 2019). Os exames de câncer de mama e colo do útero são feitos 1 vez a cada 2 anos.
- ⑩ Somente aqueles que possuem o endereço registrado na Cidade de Koka poderão participar dos exames. Caso participe sem ter o endereço registrado na cidade, deverá arcar com todas as despesas do exame.
- ⑩ Poderá participar dos exames, independentemente do seguro de saúde que está afiliado, exceto o exame específico e exame de saúde para os afiliados no seguro de saúde para idosos.

※Lista de exames de câncer・・・ Verifique sem falta antes de participar dos exames.

Tipo do exame	Correspondentes	Método do exame	Taxa ・ O que portar e Conteúdo do exame	Aqueles que não poderão participar dos exames e Itens de cuidados
Câncer de estômago 胃がん検診 (pág.15 ~ 16) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;">1 vez por ano</div>	Acima de 40 anos Nascidos até 1979/04/01	Coletivo	Taxa do exame: ¥900 O que portar: Lenço Caderneta de saúde Conteúdo do exame: Consulta, Radiografia do abdômen com bário	Proibido para: - Pessoas que não conseguem apoiar o seu corpo. - Pessoas que não conseguem seguir as orientações para mudanças de posições. - Pessoas que retiraram o estômago, que tenham estreitamento ou perfuração no aparelho digestivo ou essa possibilidade. Obstipação ou alergia de bário. Que já tomaram bário e teve o mesmo entrado às traquéias. Grávidas ou que possam estar grávidas. - Pessoas em tratamento de doenças de estômago em estabelecimento médico. Cuidados: ■ Exame na parte da manhã: Deverá ficar de jejum (exceto água) a partir das 21 horas do dia anterior. (Depois das 6 horas da manhã, do dia do exame, evite ingerir água também.) ■ Exame na parte da tarde: Deverá ficar de jejum a partir das 7:00 horas. (Possível ingerir alimentos leves. Evitar iogurte, leite, carnes, peixes e outros alimentos duros.) ■ Os fumantes não devem fumar a partir do momento que acordarem. ■ Aqueles que utilizam creme fixador de dentadura, devem evitá-los até o final do exame.
	Entre 40 ~ 74 anos Nascidos entre 1944/04/02 ~ 1979/04/01	Est. médicos indicados		
Câncer de pulmão 肺がん検診 (pág.15 ~ 16) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;">1 vez por ano</div>	Acima de 40 anos Nascidos até 1979/04/01	Coletivo	Taxa do exame: ¥200 ★Análise de expectoração + ¥500 O que portar: Caderneta de saúde Conteúdo do exame: Consulta, Radiografia do peito, ★Análise de expectoração (Exame citológico do escarro)	Proibido para: - Grávidas ou com possibilidade de estarem grávidas. - Pessoas que apresentaram catarro com sangue nos últimos 6 meses - Pessoas em tratamento de doenças pulmonares em estabelecimento médico. Cuidados: ■ Pedimos a colaboração para comparecerem no dia do exame com roupas sem metal e estampas. ★Não é possível fazer somente a análise de expectoração. ★Correspondentes a análise de expectoração: Aqueles com mais de 50 anos e que o índice de fumagem seja mais de 600. (Índice de fumagem = número de cigarros que fuma por dia × anos que já fuma)
	Entre 40 ~ 74 anos Nascidos entre 1944/04/02 ~ 1979/04/01	Est. médicos indicados		
Câncer de intestino grosso 大腸がん検診 (pág.15 ~ 16) <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;">1 vez por ano</div>	Acima de 40 anos Nascidos até 1979/04/01	Coletivo	Taxa do exame: ¥500 O que portar: Caderneta de saúde Conteúdo do exame: Exame de sangue oculto nas fezes de 2 dias	Proibido para: - Pessoas que fizeram cirurgia no aparelho digestivo ou tenham hemorróida. - Aqueles com possibilidade de evacuar com sangue devem fazer o exame em estabelecimentos médicos custeando as despesas. - Pessoas em tratamento de doenças de intestino em estabelecimento médico. Cuidados: ■ É possível retirar o recipiente de familiares também. ■ Procedimento do exame ・・・□Pegar o recipiente □Coletar as fezes de 2 dias ③Apresentar o recipiente no local estabelecido
	Entre 40 ~ 74 anos Nascidos entre 1944/04/02 ~ 1979/04/01	Est. médicos indicados		

Tipo do exame	Correspondentes	Método do exame	Taxa · O que portar e Conteúdo do exame	Aqueles que não poderão participar dos exames e Itens de cuidados
Câncer de mama 乳がん検診 (pág.15 ~ 16) 1 vez a cada 2 anos	Acima de 40 anos Nascidas até 1979/04/01	Coletivo	Taxa do exame: ¥1,500 O que portar: Cartão do seguro de saúde Caderneta de saúde	Proibido para: - Pessoas com marca-passo. Pessoas que fizeram cirurgia de introdução de shunt ventrículo peritoneal (VP). Que fizeram implante de mama. Grávidas ou com possibilidade de estarem grávidas. Que estão amamentando. Que tenham caroço ou secreção anormal. Aquelas que já tiveram câncer de mama. - Pessoas em tratamento de doenças na mama em estabelecimento médico. Cuidados: ■ Os exames custeados pela cidade são feitos a cada 2 anos.
		Est. médicos indicados	Conteúdo do exame: Consulta e mamografia ⇒ 2 lados p/ faixa etária dos 40 anos ⇒ 1 lado p/ faixa etária dos 50 anos	
Câncer de colo do útero 子宮頸がん検診 (pág.15 ~ 16) 1 vez a cada 2 anos	Acima de 30 anos Nascidas até 1989/04/01	Coletivo	Taxa do exame: Coletivo: ¥1,000 Estab. Médicos: ¥1,700 O que portar: Absorventes, Caderneta de saúde, Cartão do seguro de saúde	Proibido para: - Pessoas que já sofreram de doenças no útero ou ovário, fizeram cirurgia no útero, grávidas ou com possibilidade de estarem grávidas. - Pessoas em tratamento de doenças do útero em estabelecimento médico. Cuidados: ■ Os exames custeados pela cidade são feitos a cada 2 anos. - As pessoas que estão menstruadas ou logo após a menstruação, deverão evitar de participar do exame por dificultar a análise correta. - <u>Aquelas que ainda não tiveram experiências sexuais ao invés de participar do exame coletivo, devem ir à estabelecimentos médicos indicados (página 16).</u>
	Acima de 20 anos Nascidas até 1999/03/31	Est. médicos indicados	Conteúdo do exame: Consulta, Exame ginecológico e Papanicolau	

Vamos participar dos exames de câncer enquanto temos saúde!

Pois dizem que estamos em uma era que a cada 2 pessoas 1 é diagnosticada com câncer!

Os exames de câncer realizados pela cidade são muito vantajosos!

Vantagem □: O custo é baixo!

O exame pode ser feito com 10 a 20% do custo real.

Vantagem □: Você pode descobrir o câncer na fase inicial!!

Quando o exame de câncer é realizado antes de surgir qualquer sintoma, e é detectado na fase inicial pode-se dizer que a possibilidade de cura é mais alta.
 Os custos das despesas médicas também serão mais baixos quando o tratamento é realizado nesta fase.

Os exames de câncer da cidade, podem **ser feitos independentemente do tipo de seguro de saúde** que está afiliado.

Exceto aqueles que participaram dos exames de câncer da empresa e pessoas que consultam ou estão em tratamento em estabelecimentos médicos, poderão participar dos exames de câncer da cidade.

O câncer não é possível ser descoberto 100% através dos Exames preventivos. Isso se deve, pelos fatos de haverem cânceres mais difíceis de serem detectados e também por terem aqueles que se desenvolvem durante o intervalo entre um exame e outro. Qualquer sintoma suspeito, consulte diretamente o estabelecimento médico.

EXAMES COLETIVOS DE CÂNCER ・ 集団で受ける『がん検診』

Necessário fazer a

É um exame que pode ser feito 1 vez por ano, arcando somente com uma parte do custo! (Porém 1 vez a cada 2 anos para os exames de câncer de mama e colo do útero.)
Pedimos consciência pois caso não ultrapassar o limite de 20 pessoas para cada data do exame, o mesmo poderá ser cancelado.

Maneiras de reservas:	Providencie a reserva dos exames de câncer de estômago, pulmão, mama e colo do útero pelo telefone.
Período para reservas:	1º.Período (Mês 5~7): Dia 7 de Maio (2ª.f.) ~ 14 de Maio (2ª.f.) 2º.Período (Mês 9~11): Dia 20 de Agosto (2ª.f.) ~ 23 de Agosto (5ª.f.)
Horário e Telefone:	Das 9:00 ~ 18:00 horas TEL: 0120-614-515 (Exceto finais de semana) ※A linha poderá ficar bastante ocupada. Aguarde e tente novamente.
<<< Verifique os seguintes itens antes de participar do exame de câncer!!! >>>	
<ul style="list-style-type: none"> ★Aqueles que apresentam algum sintoma, deverão fazer o exame em estabelecimentos médicos. Também, aqueles que estão em tratamento do órgão destinado ao exame, não poderão participar do mesmo. ★Exame de câncer de estômago: Há restrição para ingerir água e alimentos. Aqueles que possuem dificuldade de apoiar o seu corpo ou seguir as orientações para mudança de posições, deverão evitar a participação deste exame pois há perigo de cair da máquina. 	<ul style="list-style-type: none"> ★Exame de câncer de intestino grosso: Aqueles com possibilidade de evacuar com sangue, não poderão fazer este exame. ★Exame de câncer de mama e colo do útero: O exame é 1 vez a cada 2 anos. Aquelas que não se lembram da última data do exame, deverão consultar o Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka) TEL: 0748-69-2168 ★Quando o resultado do exame for "Necessário exame minucioso 精密検査が必要", não deixe de fazê-lo. Verifique mais detalhes nas páginas 13 e 14.

Data e Local 会場・実施日	Estômago e Pulmão	Intestino grosso	Mama e Colo do útero	Específico	Data e Local 会場・実施日	Estômago e Pulmão	Intestino grosso	Mama e Colo do útero	Específico
	Homens 9:00~9:30 Mulheres 9:45~10:15	9:00~11:00	<input type="checkbox"/> 13:30~14:00 <input type="checkbox"/> 14:30~15:00	9:00~11:00		Homens 9:00~9:30 Mulheres 9:45~10:15	9:00~11:00	<input type="checkbox"/> 13:30~14:00 <input type="checkbox"/> 14:30~15:00	9:00~11:00
Dia 30 de Maio (4ª.f.) Tsuchiyama-Kaihatsu-Center	○	○		○	Dia 11 de Julho (4ª.f.) Konan-Kouminkan	○	○	○	
Dia 31 de Maio (5ª.f.) Tsuchiyama-Kaihatsu-Center	○	○	○	○	Dia 19 de Julho (5ª.f.) Hekisui-Hall	○	○	○	○
Dia 1 de Junho (6ª.f.) Hekisui-Hall	○	○	○		Dia 20 de Setembro (5ª.f.) Hekisui-Hall	○	○		
Dia 2 de Junho (Sáb) Hekisui-Hall	○	○	○		Dia 28 de Setembro (6ª.f.) Konan-Kouminkan	○	○		○
Dia 13 de Junho (4ª.f.) Koka-Hoken-Center	○	○	○	○	Dia 29 de Setembro (Sáb) Konan-Kouminkan	○	○	○	
Dia 15 de Junho (6ª.f.) Konan-Kouminkan	○	○	○	○	Dia 12 de Outubro (6ª.f.) Shigaraki-Taikukan	○	○	○	○
Dia 16 de Junho (Sáb) Konan-Kouminkan	○	○	○	○	Dia 20 de Outubro (Sáb) Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center	○	○	○	○
Dia 20 de Junho (4ª.f.) Hekisui-Hall	○	○		○	Dia 5 de Novembro (2ª.f.) Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center	○	○	○	
Dia 21 de Junho (5ª.f.) Hekisui-Hall	○	○		○	Dia 6 de Novembro (3ª.f.) Tsuchiyama-Kaihatsu-Center	○	○	○	○
Dia 27 de Junho (4ª.f.) Shigaraki-Kaihatsu-Center	○	○	○	○	Dia 12 de Novembro (2ª.f.) Koka-Hoken-Center	○	○		○
Dia 28 de Junho (5ª.f.) Shigaraki-Kaihatsu-Center	○	○		○	Dia 13 de Novembro (3ª.f.) Koka-Hoken-Center	○	○	○	○
Dia 4 de Julho (4ª.f.) Hekisui-Hall	○	○	○		Dia 16 de Novembro (6ª.f.) Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center	○	○	○	

Exames de câncer realizados em estabelecimentos médicos · 医療機関で受ける『がん検診』

Correspondentes 対象者	Câncer de estômago, pulmão e intestino grosso 胃がん・肺がん・大腸がん	1 vez por ano	Entre 40 ~ 74 anos (Nascidos entre 2 de abril de 1944 ~ 1 de abril de 1979)
	Câncer de colo do útero · 子宮頸がん	1 vez a cada 2 anos	Acima de 20 anos · (Nascidas até 31 de março de 1999)
	Câncer de mama · 乳がん	1 vez a cada 2 anos	Acima de 40 anos · (Nascidas até 1 de abril de 1979)

★ No ato da reserva ou no guichê do hospital, fale sem falta que deseja fazer o exame de câncer da cidade (Koka-shi no kenshin wo uketai).

Estabelecimentos médicos indicados	Endereço e Telefone	Maneiras de reserva (Verifique a data dos exames no ato da reserva)	Tipos e período dos exames de câncer				
			Estômago	Pulmão	Intestino grosso	Colo do útero	Mama
Kohka-Byoin	Minakuchi-cho, Matsuo 1256 Tel: 0748-65-1612	< Por telefone > Horário para reserva: 2ª. ~ 6ª.feira das 13:00 ~ 17:00 (Exceto feriados)	Conjunto de exames entre junho ~ dezembro ※Reservas a partir do dia 1 de maio(3ª.f)			Ano inteiro	Ano inteiro
Konan-Byoin	Konan-cho, Katsuragi 958 Tel: 0748-86-3131	< Por telefone ou no hospital > Horário para reserva: 2ª. ~ sábado das 13:00 ~ 17:00 (Exceto feriados)	Entre maio ~ março	Ano inteiro	Ano inteiro (O recipiente deverá ser retirado até fevereiro)	Ano inteiro	Ano inteiro
Shigaraki-Chuo-Byoin	Shigaraki-cho, Nagano 473 Tel: 0748-82-0249	< No hospital > Entre junho ~ fevereiro Horário para reserva: 2ª. ~ 6ª.feira das 8:30 ~ 17:15	Entre junho ~ março	Entre junho ~ março	Entre junho ~ março (O recipiente deverá ser retirado até fevereiro)		
Shin-ai-Lady's-Clinic	Minakuchi-cho, Mushono 1098-1 Tel: 0748-63-3321	Não há necessidade de reservar (Durante o horário de atendimento)				Ano inteiro	
Hamada-Clinic	Minakuchi-cho, Minakuchi 5992-1 Tel: 0748-65-3737	< Pela internet > Em caso de primeira consulta nesta clínica, entre em contato 2ª. ~ sábado das 8:30 ~ 14:00				Ano inteiro	
Hino-Kinen-Byoin	Hino-cho, Kouzukeda 200-1 Tel: 0748-52-4725	< Por telefone > Horário para reserva: 2ª. ~ 6ª.feira das 14:00 ~ 16:00 Sábado das 9:00 ~ 12:00 (Exceto feriados)				Ano inteiro	Ano inteiro
Outros estabelecimentos dentro da cidade	Verifique a lista dos estabelecimentos indicados nas páginas 23 e 24	Há estabelecimentos que necessitam de reserva antecipada			Ano inteiro (O recipiente deverá ser retirado até fevereiro)		
Estabelecimentos em outra cidade	Verifique a lista dos estabelecimentos indicados na homepage da cidade	Verifique diretamente no estabelecimento desejado				Ano inteiro	Ano inteiro

★ O exame de câncer de colo do útero e de mama deve ser feito 1 vez a cada 2 anos. Não corresponde para aquelas que participaram no ano letivo anterior (abril de 2017 ~ março de 2018). Caso tenha participado do exame por engano, posteriormente será cobrado a taxa total de aproximadamente ¥10,000.

Caso não saiba a data que participou do último exame, **entre em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka) Tel: 0748-69-2168.**

Atenção!!!

- Pedimos que comunique sem falta o estabelecimento médico, em casos de cancelamento da reserva.
- Outras informações, exceto à reservas, entre em contato com o Dpto. de Apoio à Saúde Tel: 0748-69-2168

Exames realizados em estabelecimentos médicos

医療機関で受ける検診・検査

- No ato da reserva e no dia do exame, fale sem falta que deseja fazer o exame da Cidade de Koka. (Koka-shi no kenshin wo uketai.)
- O exame deve ser realizado 1 vez durante o ano correspondente. O custo total do exame será cobrado quando participar do mesmo exame mais de 2 vezes.

Exame de Tuberculose・結核検診

Período do exame 実施期間	Junho de 2018 ~ Janeiro de 2019
Correspondentes 対象者	Pessoas acima de 65 anos de idade (Nascidos até o dia 1 de abril de 1954)
Conteúdo・検診内容	Radiografia do peito
Taxa・受診料	Gratuito
O que portar・持ち物	Cartão do Seguro de Saúde

- Aqueles que pretendem participar do exame de câncer de pulmão este ano letivo, não têm a necessidade de participar deste exame.
- Aqueles que irão participar do exame específico ou exame de saúde, poderão fazer o exame de tuberculose junto. Neste caso, fale na recepção do estabelecimento médico que irá participar também do exame de tuberculose (Kekkaku kenshin mo jyushin shitai).
- Recomendamos que compareça ao exame com vestuário fácil de vestir, sem estampas e metais.

Exame de Hepatite (tipo B e C)・肝炎ウィルス検診 (B型・C型)

Período do exame 実施期間	Junho de 2018~ Janeiro de 2019
Correspondentes 対象者	Pessoas acima de 40 anos de idade (Nascidos até o dia 1 de abril de 1979)
Conteúdo・検診内容	Consulta e Exame de sangue
O que portar 持ち物	Taxa do exame ¥ 1,000 e Cartão do Seguro de Saúde (Gratuito para as pessoas acima de 70 anos. Existe também o sistema de isenção, verifique a página 2.)

- Este exame não é destinado àqueles que estão em tratamento de Hepatite e/ou já fizeram o exame de Hepatite pela cidade.

Exame de Pylori・ピロリ菌検査

Período do exame 実施期間	Abril de 2018 ~ Março de 2019
Correspondentes 対象者	Pessoas com 40 anos de idade (Nascidos entre 2 de abril de 1978 ~ 1 de abril de 1979)
Conteúdo・検診内容	Consulta e Exame de sangue (Bactéria Pylori e Pepsinogênio)
O que portar・持ち物	Taxa do exame ¥ 3,000 e Cartão do Seguro de Saúde

- Proibido para: Pessoas que já fizeram o exame ou extração da bactéria Pylori. Aqueles que estão tratando doenças do estômago e intestino duodeno. Aqueles que apresentam sintomas relacionados ao aparelho digestivo (dor de estômago, ânsia, vômito e outros) e possivelmente estejam com doenças do estômago e intestino duodeno. Aqueles que retiraram o estômago.
- Mesmo que o resultado do exame seja positivo, será necessário fazer o exame de endoscopia para avaliar sobre a aplicação do seguro no tratamento de extração da bactéria. Peça detalhes no estabelecimento médico que fez o exame.

Exame de Osteoporose・骨粗しょう症検診

Correspondentes 対象者	Mulheres com 40, 45, 50, 55, 60, 65 e 70 anos de idade. ※ Verifique as correspondentes na tabela abaixo.
Conteúdo・検診内容	Consulta e Medição da densidade mineral óssea
O que portar 持ち物	Taxa do exame ¥ 500 e Cartão do Seguro de Saúde (Gratuito para as pessoas de 70 anos. Existe também o sistema de isenção, verifique a página 2.)

Estabelecimentos médicos indicados	Modos de reserva 予約方法	Dias do exame 検診実施日
Konan-Byoin TEL: 0748-86-3131	Não é necessário fazer a reserva antecipada. Compareça diretamente ao hospital.	2ª. ~ Sábado (Exceto feriados) durante o mês de Abril~Março Recepção: 9:00~16:30 ※ Peça informações diretamente no hospital.
Minakuchi-Shinryosho TEL: 0748-62-3346	<ul style="list-style-type: none"> • Faça a reserva no mês que antecede a data desejada • Reserva: 2ª. ~ 6ª.feira das 13:00~16:00 horas (Exceto feriados) durante o mês de Abril ~ Outubro 	2ª., 4ª. e 6ª.feira durante o mês de Maio~Novembro Horário do exame: 14:00~ ※ Caso deseje outro horário ou dia, consulte no ato da reserva.
Kokuritsu-Shigaraki-Byoin TEL: 0748-83-0101	Não é necessário fazer a reserva antecipada. Compareça diretamente ao hospital.	2ª. ~ 6ª.feira (Exceto feriados) durante o mês de Maio~Outubro Recepção: 9:00~11:00 ※ Peça informações diretamente no hospital.
Shigaraki-Chuo-Byoin TEL: 0748-82-0249	Não é necessário fazer a reserva antecipada. Compareça diretamente ao hospital.	2ª. ~ 6ª.feira (Exceto feriados) durante o mês de Maio~Novembro Recepção: 8:30~16:30 ※ Peça informações diretamente no hospital.

Correspondentes

40 anos	Nascidas entre 2 de abril de 1978 ~ 1 de abril de 1979
45 anos	Nascidas entre 2 de abril de 1973 ~ 1 de abril de 1974
50 anos	Nascidas entre 2 de abril de 1968 ~ 1 de abril de 1969
55 anos	Nascidas entre 2 de abril de 1963 ~ 1 de abril de 1964
60 anos	Nascidas entre 2 de abril de 1958 ~ 1 de abril de 1959
65 anos	Nascidas entre 2 de abril de 1953 ~ 1 de abril de 1954
70 anos	Nascidas entre 2 de abril de 1948 ~ 1 de abril de 1949

- Verifique os estabelecimentos médicos indicados disponíveis para os exames nas páginas 23 e 24. ※ **Há estabelecimentos que necessitam de reserva antecipada.**



Exame de Periodontite · 歯周疾患検診

Correspondentes 対象者	Pessoas entre 30 ~ 70 anos de idade que não estão fazendo tratamento dentário (Nascidos entre 1948 / 04 / 02 ~ 1989 / 04 / 01)
Conteúdo 検診内容	Exame dentário (para verificar as condições dos dentes e da gengiva), Radiografia panorâmica dos dentes e Consulta dentária
Maneira de fazer a reserva 予約方法	Faça a reserva durante o período estipulado em algum dos dentistas indicados pela cidade por telefone ou compareça diretamente. Fale no ato da reserva que deseja fazer o exame de periodontite, realizado pela cidade (Koka-shi no, shishuu shikkan kenshin wo uketai).
Período do exame 検診期間	Abril de 2018 ~ Março de 2019
O que portar 持ち物	¥500 (gratuito para pessoas com 70 anos) Existe o sistema de isenção, verifique na página 2. Caderneta de saúde, Cartão do Seguro de Saúde (para identificação)
Cuidados 注意事項	Conforme o resultado, será necessário outros exames e tratamentos que deverão ser custeados por conta própria.

Lista dos estabelecimentos dentários indicados · 指定歯科医療機関一覧

	Estabelecimentos dentários 歯科医院名	Endereço 住所	Telefone 電話番号		Estabelecimentos dentários 歯科医院名	Endereço 住所	Telefone 電話番号
Minakuchi	Apple-Dental-Clinic	Izumi 1405 (Dentro do Beisia)	69-7441	Tsuchiyama	Kuwana-Shika-Clinic	Maeno 138-17	67-1135
	Izumi-Shika-lin	Kita-Izumi 1-49	65-3363		Himawari-Shika-Clinic	Kita-Tsuchiyama 1491-2	66-1822
	Kimura-Shika-Clinic	Joto 4-8	63-0118	Koka	Ekubo-Shika	Ueno 1202	88-6480
	Kengo-Dental-Clinic	Mushono 1015-9	62-2222		San-Shika	Tadono 932-3	88-8033
	Kohka-Byoin	Matsuo 1256	65-1612		Nishida-Shika-lin	Ohara-Naka 1072-9	88-4334
	Sakura-Shika	Moto-Ayano 566-1 Al.Plaza Minakuchi 2F	65-4617		Yasui-Shika-lin	Okubo 145	88-5522
	Dai 2-Bamba-Shika-lin	Mushono-Chuo 115	62-4864	Konan	Imamura-Shika-lin	Fukawa 2201	86-6386
	Tani-Shika-lin	Kojogaoka 610-269	63-3377		Kimura-Shika-lin	Noda 451	86-6755
	Tomiyama-Shika-lin	Higashi-Nasaka 78	63-5300		Sanaoka-Shika-lin	Terasho 1081	86-2010
	Nishida-Shika-Clinic	Ban-Nakayama 2545	62-2022	Takemura-Shika-lin	Terasho 952	86-2145	
	Bamba-Shika-lin	Kibukawa 561-1	62-2307	Shigaraki	Iida-Shika-lin	Nagano 454-6	82-8148
	Hori-Shika-lin	Hon-Machi 1-4-34	62-0155		Oya-Shika-lin	Nagano 1221-6	82-0713
	Matsuda-Shika-Clinic	Minakuchi 5996-1	63-0632		Muraki-Shika-lin	Nagano 632	82-2755
	Mine-Shika-Clinic	Matoba 97	63-2242				
Monya-Shika-Clinic	Higashi-Nasaka 276	65-3006					
Yasui-Shika-lin-Minakuchi-Shinryojo	Kitawaki 430	62-7650					

EXAME BÁSICO

基本健診

Compareça com mais de
10 horas de jejum!

Correspondentes 対象者	Pessoas entre 16 ~ 39 anos (Nascidos entre 1979/04/01 ~ 2003/04/01)
Conteúdo 内容	Exame biométrico (Altura, peso e cintura, na altura do umbigo) consulta com o médico, exame de urina, pressão e sangue (Lípido, função hepática, renal, anemia e glicemia)
Taxa · 受診料	¥1,000 (Existe o sistema de isenção, veja na página 2)
O que portar 持ち物	Taxa do exame, Caderneta de saúde (os que o possuem), Cartão do Seguro de Saúde (para aqueles que irão fazer o exame em estabelecimento médico)

Através de estabelecimentos médicos!

Estabelecimento médico (Endereço e Telefone)	Método de reserva	Dias do exame
Minakuchi-Shinryosho Kibukawa 293-1 (Tel: 0748-62-3346)	Por telefone 13:00 ~ 16:00 2ª.f ~ 6ª.f (exceto feriados)	Junho ~ Janeiro Confirme a programação no ato da reserva.
Shigaraki-Chuo-Byoin Nagano 473 (Tel: 0748-82-0249)	Não é necessário reserva Compareça diretamente no hospital	Junho ~ Janeiro 2ª.f ~ 6ª.f (exceto feriados) Das 9:00 ~ 11:30

Através do Exame Coletivo! (Necessário fazer a reserva para o berçário!)

Datas	Locais (Aberto a partir das 8:30)	Horário de recepção	
		9:00~11:00	18:00~19:30
Dia 31 de Maio	5ª.f. Tsuchiyama-Kaihatsu-Center	○	
Dia 13 de Junho	4ª.f. Koka-Hoken-Center	○	
Dia 16 de Junho	Sáb. Konan-Kouminkan	○	
Dia 20 de Junho	4ª.f. Hekisui-Hall	○	
Dia 28 de Junho	5ª.f. Shigaraki-Kaihatsu-Center	○	
Dia 4 de Julho	4ª.f. Hekisui-Hall	○	
Dia 20 de Julho	6ª.f. Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center		○
Dia 29 de Setembro	Sáb. Konan-Kouminkan	○	
Dia 4 de Outubro	5ª.f. Santopia-Minakuchi	○ berçário	
Dia 20 de Outubro	Sáb. Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center	○	
Dia 26 de Outubro	6ª.f. Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center		○
Dia 13 de Novembro	3ª.f. Koka-Hoken-Center	○	
Dia 16 de Novembro	6ª.f. Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center	○	

O berçário é destinado apenas para crianças em idade pré-escolar. As pessoas interessadas, deverão fazer a reserva no Dpto. de Apoio à Saúde (Tel: 0748-69-2168) com até 7 dias de antecedência. Haverá limite de vagas. Pedimos consciência pois, haverá casos que não poderemos aceitar o pedido.

Consulta sobre saúde e nutrição

健康相談 · 栄養相談

Necessário
reserva

Conteúdo 内容	Consultas sobre resultado de exames, preocupações com o corpo e a mente e consulta nutricional	
Horário · 時間	Consultas por telefone ou pessoalmente (Mediante reserva)	
Local · 場所	No Hoken Center de cada cidade	
Reservas 予約方法	Ligue e faça a reserva antecipadamente ao Hoken-Center do seu bairro de moradia.	
	Minakuchi-Hoken-Center	Tel: 0748-62-5336
	Tsuchiyama-Hoken-Center	Tel: 0748-66-1105
	Koka-Hoken-Center	Tel: 0748-88-6556
	Konan-Hoken-Center	Tel: 0748-86-5934
Shigaraki-Hoken-Center	Tel: 0748-82-3113	

Sala Fitness para adultos

大人のフィットネス教室

Necessário reserva

É uma sala para você que pensa "Gostaria de começar a fazer exercícios...", "Quero fazer exercícios com alguém..."

Estaremos realizando mini-seminários sobre a saúde, juntamente com exercícios que podem ser feitos de maneira contínua e agradável!

Correspondentes 対象者	Moradores da cidade entre 16 ~ 64 anos
Vagas 定員	30 pessoas para cada dia Haverá berçário (Crianças entre 0 ~ 3 anos, que não frequentam creches), vagas para 10 primeiras crianças.
Datas 日時	· Dia 14 de Setembro (6ª.f) das 13:30 ~ 15:30 (Recepção 13:00 ~) · Dia 24 de Outubro (4ª.f) das 9:30 as 11:30 (Recepção 9:00~) ※Em ambos os dias, o conteúdo será o mesmo.
Local 場所	Santopia-Minakuchi (Minakuchi-cho, Kitanai 1-2)
Conteúdo 内容	Prática de exercícios simples, conhecimentos básicos sobre as Doenças do estilo de vida e nutrição.
O que portar 持ち物	Caneta, toalha, produtos para hidratação ※Compareça com vestuário e calçado adequado para fazer exercícios.
Método de reserva 申込方法	Faça a reserva por telefone ou Fax, com até 1 semana que antecede o dia desejado. Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka) Tel: 0748-69-2168 Fax: 0748-63-4085

EXAME ESPECÍFICO · 特定健診 (Para aqueles que estão afiliados no Seguro de Saúde Nacional)

Conteúdo 内容	Exame biométrico (altura, peso e cintura, na altura do umbigo), consulta com o médico, Exame de urina, pressão e sangue (lípede, função hepática, renal e glicemia).		
O que portar 持ち物	Cartão do exame específico (rosa), cartão do Seguro de Saúde Nacional, Questionário do exame específico, Caderneta de saúde (Aqueles que possuem)	Taxa 受診料	Gratuito
Local · 場所	40~64 anos: Coletivo ou em estabelecimentos médicos 65~74 anos: Somente em estabelecimentos médicos		

Verifique a notificação individual que será enviada pelo correio (Envio previsto entre Maio ~ Junho)

Exame através do Exame Coletivo				Exame através de Estabelecimento médico			
集団健診で受ける				医療機関で受ける			
Correspondentes	Entre 40 ~ 64 anos (Nascidos entre 1954/04/01 ~ 1979/03/31)			Correspondentes	Entre 40 ~ 74 anos (Nascidos entre 1943/10/01 ~ 1979/03/31)		
Os dias com ● serão realizados os exames de câncer de estômago (necessário reserva), câncer de pulmão (necessário reserva) e câncer de intestino grosso (mais detalhes na pág.15) ※ Atenção! Os locais do exame estarão abertos a partir das 8:30 horas.				Local do exame Verifique a notificação individual			
				Orientação específica de saúde 特定保健指導			
				Correspondentes Notificaremos individualmente			
				Baseado no resultado do exame específico, aqueles que foram avaliados com risco de doenças do estilo de vida ou necessidade em melhorar os hábitos diários, os especialistas (agentes de saúde e nutricionistas) estarão dando conselhos e suporte em relação a alimentação e exercícios físicos.			
				Sobre o auxílio do custo do exame médico completo (Ninguen- Dock) 人間ドック検診費助成について			
				Aqueles que não participaram do exame específico, e fizerem o exame médico completo, poderão receber o auxílio equivalente a metade do valor do custo (máximo 20 mil yenes, porém 30 mil yens quando inclui o check up cerebral). É necessário fazer o requerimento antecipadamente, porém existem alguns critérios. Para mais detalhes pedimos que entre em contato com o Dpto. do Seguro e Aposentadoria (Hoken-Nenkin-Ka).			
				Informações: Dpto. do Seguro e Aposentadoria (Hoken-Nenkin-Ka) Tel: 0748-69-2141			
				Exame de saúde (Afiliados no Seguro de Saúde para Idosos) 健康診査 (後期高齢者医療保険加入者の健診)			
				Notificaremos individualmente os correspondentes (Entre o mês de Junho ~ Julho). (Porém aqueles que irão completar 75 anos nos meses de Junho ~ Setembro, serão notificados no mês subsequente ao aniversário.)			
				※ Aqueles que estão em tratamento de doenças do estilo de vida e outros, ou que possuem o reconhecimento de cuidados especiais (Kaigo-Nintei) não correspondem ao exame. Porém, aqueles que não receberam a notificação, que atualmente não estão em tratamento, ou não estão indo ao exame periódico de doenças do estilo de vida e outros, entrem em contato com o Dpto. abaixo.			
				Informações: Dpto. do Seguro e Aposentadoria (Hoken-Nenkin-Ka) Tel:0748-69-2142			
Dias		Local do exame		Horário de recepção			
				9:00~11:00	18:00~19:30		
Dia 30 de Maio	(4ª.f.)	Tsuchiyama-Kaihatsu-Center		●			
Dia 31 de Maio	(5ª.f)	Tsuchiyama-Kaihatsu-Center		●			
Dia 13 de Junho	(4ª.f)	Koka-Hoken-Center		●			
Dia 15 de Junho	(6ª.f)	Konan-Kouminkan		●			
Dia 16 de Junho	(Sáb.)	Konan-Kouminkan		●			
Dia 20 de Junho	(4ª.f)	Hekisui-Hall		●			
Dia 21 de Junho	(5ª.f)	Hekisui-Hall		●			
Dia 27 de Junho	(4ª.f)	Shigaraki-Kaihatsu-Center		●			
Dia 28 de Junho	(5ª.f)	Shigaraki-Kaihatsu-Center		●			
Dia 19 de Julho	(5ª.f.)	Hekisui-Hall		●			
Dia 20 de Julho	(6ª.f)	Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center			○		
Dia 28 de Setembro	(6ª.f)	Konan-Kouminkan		●			
Dia 12 de Outubro	(6ª.f)	Shigaraki-Taikukan		●			
Dia 20 de Outubro	(Sáb.)	Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center		●			
Dia 26 de Outubro	(6ª.f)	Minakuchi-Shakai-Fukushi-Center			○		
Dia 6 de Novembro	(3ª.f)	Tsuchiyama-Kaihatsu-Center		●			
Dia 12 de Novembro	(2ª.f.)	Koka-Hoken-Center		●			
Dia 13 de Novembro	(3ª.f.)	Koka-Hoken-Center		●			

Sistema de checagem mental “Termômetro do coração”

こころの健康 メンタルチェックシステム こころの体温計



★O que é o Termômetro do coração

Quando nos esforçamos demais no dia a dia, o balanço psicológico pode ser afetado, facilitando assim seu desequilíbrio. O Termômetro do coração é um sistema em que você poderá checar o seu nível de estresse ou tristeza, em qualquer hora ou lugar. Você poderá fazer sozinho a checagem do seu nível de estresse.

Respondendo as perguntas sobre seu estado de saúde, relações pessoais e outros, irão aparecer vários peixes, gatos e outros personagens, possibilitando assim verificar visualmente o seu nível de estresse ou tristeza.

O “peixe vermelho” que está nadando dentro do aquário é você mesmo.

Os outros personagens figuram suas relações pessoais, estresse social, tristeza e outros. Os personagens representarão o nível de sua saúde psicológica conforme a tabela abaixo.



“Termômetro do coração”

Respondendo as 13 perguntas sobre o estado de saúde, relações pessoais, ambiente de moradia e outros, seu nível de estresse e tristeza aparecerá na tela representado pelos peixes nadando no aquário, gato e outros.

<Peixes vermelho> Representa o seu nível de estresse ou doença

※Conforme o nível aumenta, ele ficará mais machucado

<Transparência da água> Representa seu nível de tristeza

※Conforme o nível aumenta, a água ficará mais turva.

<Aquário> Ambiente de moradia

<Peixe preto> Estresse com relações pessoais

<Pedra> Outros estresses <Gato> Estresse social

★Poderá fazer o exame através da Homepage da cidade.
<http://www.city.koka.lg.jp/9451.htm>

Sobre a taxa de uso: A taxa de uso é gratuita.

Porém haverá o custo de uso da internet (por conta do usuário)

Cuidados para o uso:

O resultado deste sistema não é uma avaliação médica, sendo somente para elevar o interesse para o nível de estresse e saúde psicológica.

Você percebe o SOS do coração e do corpo?

~ Não sofra sozinho e consulte-nos! ~

気づいてますか? ところとからだの「SOS」 ~ひとりで悩まず相談してください~

★Guichês para consultas sobre a saúde do coração, cotidiano, doenças★

※Exceto feriados, início e final do ano

Consultas físicas e psicológicas

●Prefeitura da Cidade de Koka (Segunda ~ Sexta-feira das 8:30 ~ 17:15 horas) ※

- Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka)	0748-69-2167
- Nos centros de saúde (Hoken-Center) ou Centro de Apoio e Globalização (Houkatsu-Shien-Center)	Verifique na última página
- Dpto. do Bem-Estar do Deficiente (Shougai-Fukushi-Ka)	0748-69-2162

●Posto de Saúde de Koka (Koka-Hokenjo)

(Segunda ~ Sexta-feira das 9:00 ~ 16:00 horas) ※ 0748-63-6148

Consultas sobre problemas psicológicos

●Centro de informações sobre prevenções de suicídios

(Das 9:00 ~ 21:00 horas, exceto início e final de ano) 077-566-4326

●Disk Shiga Vida (Shiga-Inochino-Denwa)

(Sexta-feira ~ Domingo das 10:00 ~ 22:00 horas) 077-553-7387

●Consulta telefônica psicológica (Kokorono-Denwa-Soudan)

(Segunda ~ Sexta-feira das 10:00 ~ 12:00 e 13:00 ~ 21:00 horas) ※ 077-567-5560

Consultas conjugais, companheiro(a), familiares, relações pessoais e outros

●Dpto. Promotor dos Direitos Humanos da Cidade de Koka (Jinken-Suishin-Ka) (Danjono-Nayamigoto-Soudan)

(Preferência à reservas: Segunda, Quarta e Sexta-feira 9:00 ~ 16:00hs) ※ 0748-69-2149

Consultas relacionadas a dívidas múltiplas

●Centro de Consulta ao consumidor da Cidade de Koka

(Shouhi-Seikatsu-Center) (Segunda ~ Sexta das 9:30 ~ 17:00 horas) ※ 0748-69-2147

●Centro de Consulta ao consumidor da Província de Shiga

(Shiga-ken, Shohi-Seikatsu-Center) (Das 9:15 ~ 16:00 horas) ※ 0749-23-0999

Consultas diversas sobre o cotidiano

●Dpto. de Apoio ao Cotidiano da Cidade de Koka (Seikatsu-Shien-Ka)

(Segunda ~ Sexta-feira das 8:30 ~ 17:15 horas) ※ 0748-69-2158

●Comitê do Bem-Estar Social da Cidade de Koka (Shakai-Fukushi-Kyogikai)

- Consulta jurídica gratuita (Necessário reserva: Segunda ~ Sexta feira das 8:30 ~ 17:15 horas, com 2 semanas de antecedência da data)
 - Consulta sobre preocupações (Koka-Shinpaigoto-Soudan) (Não é necessário reserva) Das 13:30 ~ 16:00 horas ※
 (Toda Segunda-feira no Centro do Bem-Estar Social de Minakuchi) 0748-62-8085

Para aqueles que perderam pessoas queridas com o suicídio

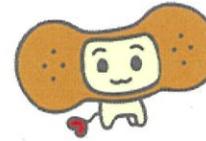
●Nagui no Kai Oumi

Entre em contato com o Centro de Bem-Estar psicológico
<http://heartland.geocities.jp/naginokai/> 077-567-5010



Colabore com a doação de sangue

献血にご協力ください



Não é necessário fazer reserva!

Tipos de doação de sangue 献血の種類

Tipos · 種類	Doação de 400ml
Idade 年齢	Homens 17 anos ~ 69 anos Mulheres 18 anos ~ 69 anos ※Considerando a saúde do doador, a doação de sangue para pessoas acima de 65 anos de idade, limita-se para aqueles que tenham experiência de doação entre os 60 ~ 64 anos de idade.
Peso · 体重	Homens e Mulheres acima de 50 kg
Intervalo entre as doações 次回の献血 (献血の間隔)	Homens 12 semanas depois Mulheres 16 semanas depois, no mesmo dia da semana

Programação das doações · 献血の日程

A programação poderá sofrer alterações

Dias	Local	Horário
Dia 15 de maio (3ª.f.)	Prefeitura da Cidade de Koka em Minakuchi	9:30~12:00
		13:00~15:30
Dia 14 de agosto (3ª.f.)	Koka-Hoken-Center Tsuchiyama-kaihatsu-Center	9:30~11:30
		13:30~15:30
Dia 11 de Setembro (3ª.f.)	Prefeitura da Cidade de Koka em Minakuchi	9:30~12:00
		13:00~15:30
Dia 8 de Janeiro (3ª.f.)	Prefeitura da Cidade de Koka em Minakuchi	9:30~12:00
		13:00~15:30

☆ Mais detalhes sobre doação de sangue, entre em contato com o Centro de sangue da Cruz Vermelha de Shiga. (Seki-Juji-Ketsueki-Center) TEL: 077-564-6311



Na doação de sangue.... 献血の際には

Aqueles que possuem o cartão de doação de sangue ou a caderneta, devem apresentá-lo. No ato da doação, é feita a confirmação de identidade do doador, portanto pedimos a colaboração na apresentação de documentos como a Carteira de habilitação, Cartão do Seguro de Saúde, Passaporte ou outros.

Sobre casos em que não poderá fazer a doação.....

献血をご遠慮いただく場合について

Existem alguns critérios para a doação, cujo visa a segurança do doador e da pessoa que irá receber a doação.

- Pessoas que receberam transfusão de sangue ou transplante de órgãos.
- Pessoas que estão amamentando, grávidas, tomando remédio, com febre ou outros.
- Pessoas que fazem a doação de sangue com objetivo de fazer o exame da Aids.
- Pessoas que retornaram do exterior dentro de 4 semanas.
- Pessoas portadoras do vírus da Aids, Hepatite ou outros ou que tenham suspeita dos mesmos.
- Pessoas que fizeram tratamento dentário cujo houve sangramento, dentro de 3 dias (inclui remoção de tártaro).

Também, dependendo do exame médico no dia, poderá não ser possível fazer a doação. Consulte para mais detalhes.

Cadastre-se no Banco de doadores de medula óssea

骨髄バンクに登録ください

- **Local:** Shiga-ken Koka Hokenjo (Posto de Saúde de Koka)
- **Dias:** Toda terceira terça-feira do mês das 9:15 ~ 11:00 horas (※Necessário reserva)
- **Informações:** Shiga-ken Koka Hokenjo (Dentro do Escritório do Bem-Estar e Saúde de Koka) Tel: 0748-63-6147 Fax:0748-63-6142

★ Também haverá dias de doação em que poderá ser feito o registro no Banco de doadores de medula óssea.

Lista dos Estabelecimentos médicos indicados para exames e vacinas

予防接種・各種検診

指定医療機関ガイド

○ É possível

× Não é possível

- Verifique na página 9 sobre as maneiras de reservas de vacinas pela cidade.
 - Influenza para idosos, no informativo da cidade de outubro.
 - Vacina Antipneumocócica para idosos na página 12.

Nome dos estabelecimentos médicos, Telefones e Endereços	Reserva	BCG	Hepa tite tipo B	Hib	Anti pneu mocócica	Pólio	Vacina conjunta Tríplíce e Pólio	DT 2ª. fase	MR		Cata pora	Encefalite Japonesa			Câncer de colo do útero	Tu ber culo se	He pa tite	Câncer de Intestino grosso	Py lo ri
									1ª. fase	2ª. fase		3 anos ~ Ingressar no primário	Primá rio	Acima do ginásio					
Asada-Clinic Higashi-nasaka 226-1 Tel : 69-7755	No hospital 病院へ予約	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Iwaya-lin Nakayashiki 2-10 Tel : 62-0053	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○
Ohta-lin Mushono-chuo 81-2 Tel : 63-3553 直接来院 (予約不要) ※一部要予約	Compareça diretamente (Necessário reserva p/ algumas)	2ª.feira ~ Sábado dentro do horário de atendimento ou 3ª. e 6ª.feira das 13:00 ~ 14:20 ※Poliomielite: Precisa providenciar a reserva							3ª.feira dentro do horário de atendimento ou das 13:00 ~ 14:20		4ª.feira dentro do horário de atendimento ※Câncer de colo do útero: 2ª.~Sáb. no horário de atendimento. Necessário reserva			○	○	×	○		
Kimura-lin Mushono 1015-9 Tel : 62-2143	Pela prefeitura 市へ予約	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×	○	○	○	○	○	○	
Kohka-Byoin Matsuo 1256 Tel : 62-0234 Tel : 65-1612	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Necessário reservar. Ver página 16. Tel: 65-1612			
Kondo-lin Shinjo 696 Tel : 63-0530	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Tashiro-Geka-Seikei-Geka-lin /Izumi 1272 Tel : 62-0635	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○
Tanaka-Shoonika-lin Akatsuki 2-3 Tel : 65-0121	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	Só no Mês 4~9	○	○	○	○	○	○	Só do ginásio	×	×	×	×
Tsubasa-Clinic Ayano 3-33 Tel : 63-7766	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○
Nakagawa-Naika-lin Minakuchi 5546-4 Tel : 65-5410	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○
Hamada-Clinic Minakuchi 5992-1 Tel : 65-3737	No hospital 病院へ予約	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	×	×	×	×
Hayami-lin Kita-Izumi 1-128 Tel : 65-3211	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○
Hirakawa-Clinic Higashi-Nasaka 184-2 Tel : 63-6373	Compareça diretamente 直接来院	○	○	○	○	Reser var	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○
Fukai-Clinic Ban-Nakayama 3802 Tel : 65-4100	No hospital 病院へ予約	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○
Minakuchi-Shinryosho Kibukawa 293-1 Tel : 62-3346	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○
Minakuchi-Naika, Shokaki-Naika Minami-Hayashiguchi 47-2 Tel : 63-2100	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
Minakuchi-Byoin Hon-machi 2-2-43 Tel : 62-1212	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	Necessário reservar			×
Murakami-Seikeigeka-Clinic/Mushono 1095-4 Tel : 63-7751	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	×	×
Yamada-Geka-lin Yasaka 2-29 Tel : 62-0893	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	×
Yamamoto-Naika-Geka-Clinic /Mushono Chuo 111 Tel : 62-9559	Pela prefeitura 市へ予約	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○

MINAKUCHI

	Nome dos estabelecimentos médicos, Telefones e Endereços		Reserva	BCG	Hepa tite tipo B	Hib	Anti pneu moco cica	Pólio	Vacina conjunta Triplice e Pólio	DT 2ª.fase	MR		Cata pora	Encefalite Japonesa			Câncer de colo de útero	Tu ber cu lose	He pa tite	Câncer de Intestino grosso	Py lo ri
											1ª. fase	2ª. fase		3 anos ~ ingressar no primário	Primá rio	Acima do ginásio					
T S U C H I Y A M A	Uda-lin Kita-Tsuchiyama 1684-1	Tel : 66-1050	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Kawabata-lin Tokuhara 451	Tel : 67-0018	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
	Kariyushi-Clinic Ono 401	Tel : 67-0155	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	
	Nakanishi-lin Kita-Tsuchiyama 1433-2	Tel : 66-0712	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	
K O K A	Oki-lin Oki 2089	Tel : 88-4072	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○
	Koka-Chuo-Shinryosho Tadono 916-4	Tel : 88-5106	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	×	×	
	Furunishi-lin Haisaka 833-141	Tel : 88-5575	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	
	Massuda-Naika-lin Taki 2231-1	Tel : 88-2277	No hospital 病院へ予約	×	×	Acima de 1 ano			○	○	○	○	○	○	○	×	Necessário reserva				
K O N A N	Imamura-lin Fukawa 2201	Tel : 86-2119	Pela prefeitura 市へ予約	Não há vacinas nos meses 11 e 12												○	○	○	○		
	Konan-Byoin Katsuragui 958	Tel : 86-3131	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	Re servar	○	○	
	Takeuchi-Riumachika- Seikei-Geka /Nojiri 77-1	Tel : 86-8205	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	Necessário reserva				
	Terai-lin /Kibogaoka-Hon- Machi 6-857-81	Tel : 86-1112	Pela prefeitura 市へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Heart-Clinic-Kokoro Nojiri 411	Tel: 86-0011	No hospital 病院へ予約	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	Furu-Clinic Terasho 1098	Tel : 86-3135	-----	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	
S H I G A R A K I	Shigaraki-Clinic Nagano 619-1	Tel : 82-7833	No hospital 病院へ予約	×	×	×	×	×	×	○	○	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○
	Shigaraki-Chuo-Byoin Nagano 473	Tel : 82-0249	Pela prefeitura 市へ予約	Não há vacinas em meados do mês 10~12										×	○	○	○	○			
	Kokuritsu-Shigaraki- Byoin /Maki 997	Tel : 83-0101	No hospital 病院へ予約	Reservas : Todo mês entre o dia 25 ~ final de mês 2ª. ~6ª. feira das 13:00 ~ 17:00 horas (Receberemos reservas para o próximo mês)										×	Reser var	×	Reservar				
	Nozaki-lin Nagano 1335	Tel : 82-7887	Pela prefeitura 市へ予約	×	×	×	×	×	×	Não há nos meses 10~12		×	×	×	×	○	○	×	○	○	○

2º. Planejamento de Saúde de Koka (2017~2020) · 第2次健康こうか21計画

Na Cidade de Koka, foi elaborado o 2º. Planejamento de saúde de Koka (Planejamento do estímulo de saúde e propagação da educação alimentar), cujo promove medidas para a saúde, visando uma cidade em que todos vivam saudáveis e felizes e onde cada cidadão esforce-se para a melhoria de sua saúde.

Koka, a cidade que vivemos com saúde, longevidade e felizes com o apoio mútuo regional!

~ Atividades para prolongamento de vida saudável ~
Vamos iniciar um aplicativo promotor de saúde !!!

BIWA-TEKU

Vamos juntar pontos e ter uma vida saudável !!!
É você que precisa cuidar da sua própria saúde !!!

Ganhe pontos participando de eventos relacionados à saúde e exames médicos correspondentes à sua idade.
Também, poderá ganhar pontos baixando o aplicativo BIWA-TEKU em seu smartphone e fazer caminhadas com ele!

Ponto diário

Cumprindo a meta estipulada, poderá ganhar 1 ponto por dia!

Participando de eventos relacionados à saúde

A quantidade de pontos que poderá ganhar, participando de

Participando de exames médicos

Ganhe pontos participando do exame específico ou de câncer

Participando da corrida de carimbos

Ganhe pontos concluindo o percurso estipulado pela cidade.
(Reconhecimento de

Participando do rali virtual

Ganhe pontos concluindo os estágios do rali virtual do aplicativo.

Período para acumular pontos:

Entre o dia 1 de Janeiro ~ 31 de Dezembro de 2018

Ganhe prêmios com os pontos adquiridos!!!

>>> **Correspondentes:** Acima de 19 anos

>>> **Maneiras de solicitação:**

Faça a solicitação através do aplicativo e conforme a quantidade de seus pontos.

>>> **Período de solicitação:** Entre o dia 1 ~ 31 de Janeiro de 2019

Olá, somos “Promotores de saúde”!!! こんにちは健康推進員です!!!

Vocês conhecem os “Promotores de saúde”?

Somos voluntários que promovem a saúde de todos, nos bairros onde moram.

P: Que tipo de atividades são realizadas pelos “Promotores de saúde”?

R: São atividades relacionadas a conscientização sobre os exames de saúde, educação alimentar, promoções de exercícios e outros.

< Exemplos das atividades dos “Promotores de saúde” >

Conscientização sobre os exames de saúde



Promoção da educação alimentar



Promoção de exercícios



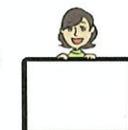
Conscientização sobre a saúde



Conscientização sobre a saúde bucal



Atividades de divulgação



P: O que fazer para ser um “Promotor de saúde”?

R: Poderá ser um “Promotor de saúde”, após a participação do curso preparatório específico com duração de 1 ano.

Programação básica para se tornar um Promotor de saúde

Abril ~ Maio: Fazer a inscrição para o curso preparatório.
(Mediante recomendação do bairro.)

Julho ~ Janeiro: Participar do curso preparatório.
(Conhecimento básico sobre alimentação, exercícios, atual situação da Cidade de Koka e outros necessários para as atividades do promotor.)

Abril em diante:
Poderá participar das atividades regionais como “Promotor de saúde”.

Localizações e horários de atendimento dos Centros de Saúde (Hoken-Center)

Centro de Saúde (Hoken-Center)	Endereço	Telefone	Horário de atendimento
Minakuchi-Hoken-Center	Minakuchi-cho, Minakuchi 5607	0748-62-5336	De Segunda ~ Sexta-feira das 8:30 ~ 17:15 (Exceto feriados, feriado de verão e entre 29 de dezembro ~ 3 de janeiro)
Konan-Hoken-Center	Konan-cho, Katsuragui 977	0748-86-5934	
Tsuchiyama-Hoken-Center	Tsuchiyama-cho, Kita-Tsuchiyama 1715	0748-66-1105	
Shigaraki-Hoken-Center	Shigaraki-cho, Nagano 473	0748-82-3113	
Koka-Hoken-Center	Koka-cho, Okubo 507-2	0748-88-6556	

Dpto. de Apoio à Saúde (Sukoyaka-Shien-Ka)	Minakuchi-cho, Minakuchi 6053 (Dentro da Sede da Prefeitura em Minakuchi)	0748-69-2167	De Segunda ~ Sexta-feira das 8:30 ~ 17:15 (Exceto feriados, feriado de verão e entre 29 de dezembro ~ 3 de janeiro)
---	--	--------------	--

Consultas sobre cuidados especiais (Kaigo) de pessoas acima de 65 anos

Centro de Apoio e Globalização	Telefone	Horário de funcionamento
Minakuchi	0748-65-1170	De Segunda ~ Sexta-feira das 8:30 ~ 17:15 (Exceto feriados, feriado de verão e entre 29 de dezembro ~ 3 de janeiro)
Konan	0748-86-8034	
Tsuchiyama	0748-66-1610	
Shigaraki	0748-82-3180	
Koka	0748-88-8136	

Caso haja erro nas informações por equívoco de tradução, prevalecerá o texto original em japonês .