



## ANO LETIVO DE 4/2018 ATE 3/2019 NINGEN DOKKU

平成 30 年度の人間ドック

### Formas de inscricao

dias de exams, escolher o ①/②, e fazer a reserva diretamente por telefone.

※No ano letivo o paciente pode fazer apenas um dos exames o Exame medico especifico (tokuteikenshin) ou o Ningen doc.

### Local de Inscricao e data do exame

#### ① Fujiyoshida-ishikai (Iryou center)

TEL:22-5186

A data e o horario para fazer a reserva do exame e' dia util das 11hs~16:30hs.

#### ② Kua House Isawa (Fuefuki-shi)

TEL:055-263-7071

- No sabado, nao da para fazer o exame de cancer do utero.
- A data e horario para fazer a reserva e' de Segunda~Sabado das 8:30hs~17:00hs
- Domingo e feriados e final de ano e inicio de ano (29/12/2018~3/1/2019) e' folga. A partir de 2/1 ate 31/3/2019 podera ser feita a inscricao. As datas podem ser verificadas diretamente no KuaHouse Isawa.

### Horario para o exame na data marcada

Fujiyoshida-Ishikai (IryouCenter) das 9hs~9:30hs

Kua House Isawa (Fuefuki-shi) das 7:45hs~8:30hs

### 申し込み方法

実施機関①か②のうち、希望する医療機関を選択し、直接電話で予約してください。  
※年度内での受診は、特定健診または人間ドックのどちらか一つしか受診できません。

### 申し込み先及び実施機関

#### ① 富士吉田医師会 (医療センター)

予約受付時間は、平日の午前 11 時から午後 4 時半までとなります。

#### ② クアハウス石和 (笛吹市)

- 土曜日は、子宮がん検診を受診することができません。
- 予約受付時間は、月曜日から土曜日の午前 8 時半から 17 時までとなります。
- 日曜、祝日および年末年始(12月29日~平成30年1月3日)を除き、平成31年3月31日までの受診申し込みが可能です。日程の詳細は直接クアハウス石和までお問い合わせください。

### 受診日当日の受付時間

富士吉田医師会 (医療センター)

午前 9 時~9 時半

クアハウス石和 (笛吹市)

午前 7 時 45 分~8 時半

### Valor a ser pago

Masculino 10,000ienes

Feminino 12,000ienes

### 自己負担額

男性 10,000 円

女性 12,000 円

### Tipo de Seguro Saude

Fujiyoshida Seguro Saude Nacional

### 保険証の種類

富士吉田市国民健康保険

### Pessoa alvo Idade

40anos~74anos

### 対象年齢

40 歳 ~ 74 歳

## PREPARACAO RAPIDA PARA QUE OS CANOS NAO CONGELEM NESTE INVERNO

水道管の冬支度はお早めに

Com o frio a temperatura nao sobe e os dias frios se prolongam e os canos expostos numa temperatura de 4 graus negativos os canos congelam. Os canos congelados estouram e precisam de obras, e e' uma despesa que nao se espera. Para que nao aconteca isso pedimos que sigam as instrucoes abaixo para que os canos nao congelem.

### Para que os canos nao congelem

- Manter a temperatura aquecida:envolver os canos expostos com aquecedor eletrico para canos, e em cima enrolar com fita para aquecimento.
- Retirar a agua dos canos: quando for sair de casa por longa data, e nao for usar a agua ou agua quente, fechar o registro e abrir a torneira ate sair toda agua.
- Deixar a agua escorrer por um fio:quem nao tem registro em casa, quando o frio for rigoroso deixar escorrer um pouco de agua esse metodo tambem funciona para nao congelar os canos.

※ Mesmo deixando sair um pouco de agua a conta de agua e esgoto fica caro por isso tome cuidado.

水道管は、急激な冷え込みや気温が上がらない日が何日も続き外気温が氷点下 4℃以下になると凍結します。凍結した水道管が破裂すると修理しなくてはならず、思わぬ出費となります。そうならないためにも以下の方法を確認した上で凍結防止に心掛けていただきますようお願いいたします。

### 凍結を防ぐ方法

- 水道管の保温をする：屋外の立ち上がりに電熱帯を巻き、その上から保温テープを巻いてください。
- 水抜きをする：長期間家を留守にして、水道を使用しない場合は、水抜き栓を閉めた後、蛇口を 1 つ開けてたまっている水を全部出してください。
- 少量の水を出しておく：水抜き栓が無いご家庭や、冷え込みが厳しい夜などは少量の水を出すことも効果的です。



※ 流す水量に応じて料金も増加しますのでご注意ください。

## INFORMAÇÃO

### AULA DE JAPONES DE FUJIYOSHIDA

Iniciamos aulas de japonês, toda semana nas quartas e sextas, à noite. Aulas de quarta são de falar e ouvir. Aulas de sexta são de leitura e escrita.

SEGUNDA



QUARTA



SEXTA



Data : Segunda · Quarta · Sexta as 19:30hs - 21:00hs

Local : Furatto | 4-2-15 Shimoyoshida, Fujiyoshida

### ACONCHEGO HOT LINE

Estamos fazendo aconselhamento de especialistas para estrangeiros. Temos também aconselhamentos em português. Se estiver com algum problema não se preocupe sozinho, nos telefone. É grátis.

Aconselhamento em língua estrangeira ligue para 0120-279-338, depois de terminar a apresentação aperte o botão #2. WEB SITE : <http://279338.jp/yorisoi/>

### BIBLIOTECA MUNICIPAL

Na biblioteca estamos providenciando novos dados continuamente. Pedimos para que a população venham utilizá-los. Venham com a família utilizar a biblioteca. E, na biblioteca temos a leitura para crianças.

Na biblioteca temos a leitura para crianças

Para 0~3 anos de idade	10:30 – 11:00
● Para 4~9 anos de idade	14:00 – 14:30
● Segunda-feira	14:00 – Folga
● Quarta · Sexta · Sábado · Domingo	19:30 – 18:00
● Terça · Quinta	19:30 – 19:00

### ZURA ZURA 2018 | 12 #171

Comentário: spero poder ser útil de alguma forma à comunidade brasileira de Fujiyoshida. Estarei aberta a críticas e sugestões para melhorar cada vez mais meu trabalho. Muito obrigada.

Produzido e Redigido por Prefeitura de Fujiyoshida  
ShiminkyoudouSuishin-ka Kokusai-tantou (22-1111)

Tradução: Emilia Toyomi Watanabe

