

BENEFÍCIO FINANCEIRO PARA PAIS DE BEBÊS

赤ちゃん子育てエール給付金



Quem pode se candidatar

Mãe que vive com seu filho e que se registrou como residente na cidade no dia do nascimento da criança.

Crianças elegíveis

Bebês nascidos entre 28 de abril e 1º de abril de 2021 e cujo primeiro registro como residente foi na cidade.

Valor do pagamento

100.000 ienes por criança elegível

Aplicação Period

Quinta-feira, 1º de outubro - sexta-feira, 30 de abril de 2021

※Desde que o carimbo do correio seja recebido no correio no dia.

【Não elegível para pagamento】

- Quando o requerente ou criança-alvo se mudar na data de decisão de pagamento
- Aqueles que receberam benefícios semelhantes em outras cidades, distritos, vilas e aldeias
- Quando a base da vida é fora da cidade, como no retorno para casa após o nascimento, e o registro de residente na cidade é considerado temporário.
- Aqueles que não estão sob custódia

【Como se inscrever】

- ① A partir de 1º de outubro, você receberá um formulário de inscrição ao enviar sua notificação de nascimento. Se você enviou o registro de nascimento antes de 30 de setembro, enviaremos o formulário de inscrição pelo correio. ※Entre em contato conosco caso tenha enviado uma notificação de nascimento fora da cidade.
- ② Preencha o formulário de inscrição e envie-o com os documentos necessários.
Documentos exigidos
▶Uma cópia da página da certidão de nascimento do Manual de Saúde Materno-Infantil▶Uma cópia da caderneta em nome do requerente▶Uma cópia do certificado oficial do candidato, como carteira de motorista
- ③ Transfira para a conta designada indicada no formulário de inscrição.

申請できる方

対象児と同居している母で、対象児の誕生日から引き続き、支給決定日に市内に住民登録をしている方

対象児

4月28日～令和3年4月1日に生まれ、出生後初めての住民登録が市内の赤ちゃん

支給額

対象児1人10万円

申請期間

10月1日（木）～令和3年4月30日（金）

※当日消印有

【支給の対象外】

- 支給決定日に申請者や対象児が転出している場合
- ほかの市区町村で同様の給付金を受給した方
- 里帰り出産など、生活の拠点が市外にあり、市内での住民登録が一時的と認められる場合
- 対象児を実際に養育監護していない方

【申請方法】

- ① 10月1日から出生届の提出時に申請書をお渡しします。9月30日以前に出生届を提出された方には申請書を郵送します。※市外に出生届を提出された方はご連絡ください
- ② 申請書を記入し、必要書類とともに郵送してください。
必要書類
▶母子健康手帳の出生届出済証明のページのコピー▶申請者名義の通帳のコピー▶運転免許証などの申請者の公的証明書のコピー
- ③ 申請書に記載された指定口座に振り込みます。

ADERIR / RETIRAR-SE DO SEGURO NACIONAL DE SAÚDE

国民健康保険の加入・脱退

Ao entrar

- Quando você se muda para a cidade
- Quando você desistir do seguro saúde no local de trabalho devido a aposentadoria, etc.
- Quando nasce uma criança
- Quando você não receber mais proteção de vida, etc.

Ao retirar

- Ao sair da cidade
- Quando você faz seguro saúde no local de trabalho
- Quando você morrer
- Quando você recebe proteção de vida
- Quando coberto pelo sistema médico para idosos

加入するとき

- 市内に転入してきたとき
- 退職などにより職場の健康保険をやめたとき
- 子どもが生まれたとき
- 生活保護を受けなくなったとき など

脱退するとき

- 市外へ転出するとき
- 職場の健康保険に加入したとき
- 死亡したとき
- 生活保護を受けることになったとき
- 後期高齢者医療制度の対象となったとき

Se você ficar doente ou se machucar, deve fazer um dos seguros do sistema de seguro universal para que possa consultar uma instituição médica com tranquilidade. Todas as pessoas, exceto aquelas que têm outro seguro de saúde, como seguro saúde no local de trabalho e seguro médico para idosos, e aquelas que têm proteção de subsistência, fazem seguro saúde nacional.

Se houver uma mudança no seguro saúde nacional, como quando você consegue um emprego, muda de emprego ou se aposenta, você precisa nos notificar dentro de 14 dias. O seguro não muda automaticamente. O local de trabalho não informará a participação ou perda do seguro-saúde nacional, portanto, certifique-se de fazer isso você mesmo. Se a notificação atrasar, você pode voltar vários anos e pagar o imposto de seguro nacional de uma só vez, ou pode pagar prêmios em dobro para seguro de trabalho e seguro de saúde nacional. Além disso, se você for a uma instituição médica usando seu certificado de seguro anterior após a mudança de seguro, você pode ter que devolver a parte da seguradora de despesas médicas (70%) e despesas médicas elevadas em uma data posterior.

Se você tiver um segurado social na mesma residência, pode ser certificado como dependente. Se você é um novo membro do National Health and Health, recomendamos que nos consulte antes de entrar para ver se pode ser certificado como dependente.



病気やけがをしたときに安心して医療機関を受診できるよう、国民皆保険制度により、いずれかの保険に加入しなければなりません。職場の健康保険や後期高齢者医療保険など、ほかの健康保険に加入している方、生活保護を受けている方以外の全ての人は国民健康保険に加入します。

就職や転職・退職した場合など、国民健康保険の変更があったときは14日以内に届け出が必要です。自動的に保険が切り替わることはありません。職場から国民健康保険の加入・喪失の届け出は行われませんので、必ず自身で行ってください。届け出が遅れると、さかのぼって数年分の国保税をまとめて支払ったり、職場の保険と国民健康保険で二重に保険料を支払ったりすることがあります。また保険の切り替え後、以前の保険証を使用して医療機関にかかった場合、医療費の保険者負担分（7割分）や高額療養費分を後日返還しなければならないことがあります。

同じ世帯に社会保険加入者がいる場合、被扶養者として認定されることがあります。新たに国民健康保険に加入する方は加入前に、扶養認定ができるかどうか相談してから手続きを行うことをお勧めします。



RECOMENDAÇÕES DE PRODUTOS ALIMENTÍCIOS CIRCULANTE

ローリングストックの勧め

Que tipo de medidas você está tomando em casa ao se preparar para um desastre? Você já cometeu o erro de dizer: "A data de validade do alimento de emergência já passou e ele foi desperdiçado?" "Rolling" é um estado em que uma certa quantidade de alimento é sempre estocada em casa, "comprando uma grande quantidade de comida", "consumindo do mais velho" e "comprando mais" os alimentos que costumam ser usados. Recomenda-se "estocar". Com esse método, mesmo os produtos com validade de um ano podem ser tratados como alimentos de emergência e a perda de alimentos pode ser reduzida. Vamos nos preparar para "e se" enquanto comemos deliciosamente!

- ① Alimento principal (fonte de energia)
Arroz embalado, bolo de arroz, macarrão instantâneo, cereais, etc.
- ② Prato principal (fonte de proteína)
Peixe enlatado e peixe processado, como linguiça de peixe, comida retorta, como tofu e fu Takano, comida desidratada, etc.
- ③ Acompanhamento (fibra alimentar / fonte de vitamina)

100% de suco vegetal, vegetais / frutas enlatados, nori / wakame cortado / rabanete seco, etc.

- ④ Outros suplementos
como sopa de xícara, sopa de missô, biscoitos, cooky, geleia, etc.



災害に備え、家庭ではどのような対策をとっていますか。「非常食の賞味期限が過ぎてしまい無駄になってしまった」という失敗をしたことはありませんか。普段使う食料品を「多めに買い置き」、「消費期限の古いものから消費」、「消費した分をまた買い足す」ことで、家庭で常に一定量の食品が備蓄される状態「ローリング（回転）ストック（備蓄）」することがお勧めです。この方法なら賞味期限が1年の商品でも、非常食として扱うことができ、食品ロスの削減にもなります。おいしく食べながら“もしも”のときに備えましょう！

- ① 主食（エネルギー源）
パックごはん、餅、即席麺、シリアル など
- ② 主菜（タンパク質源）
缶詰・魚肉ソーセージなどの魚や肉の加工品、高野豆腐や麩などのレトルト食品・乾物 など
- ③ 副菜（食物繊維・ビタミン源）
野菜 100%ジュース、野菜・果物の缶詰、板のり・カットわかめ・切り干し大根 など
- ④ その他補食となるもの
カップスープ、みそ汁、ビスケット、クッキー、ジャム など



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 | 19:30 ~ 21:00

@ Furatto | 4-2-15 Shimoyoshida, Fujiyoshida



🕒 Quinta | 19:30 ~ 21:00

@ Asumi Community Centre | Osumi 6-16-19, Fujiyoshida

ZURA ZURA 10/2020 #190

Tradução: Toyomi Emilia Watanabe

Produzir: Prefeitura de Fujiyoshida