

Hiroshima NOW

7

2023

Português No. 15

Hiroshima NOW é um Jornalzinho de Avisos formado a partir de uma coleção de artigos retirados de Hiroshima Shimin to Shisei, um jornal gratuito produzido pela cidade. Este boletim mensal, Hiroshima NOW, é publicado em inglês, chinês, português, espanhol, vietnamita e japonês simplificado. Eles estão todos disponíveis em nosso site (https://h-ircd.jp/hiroshima_now) ou impressos em vários estabelecimentos públicos.

Hiroshima Shimin to Shisei está disponível para visualização no site da cidade. Também pode ser traduzido através de um aplicativo de tradução automática em vários idiomas (inglês, chinês, coreano, português, espanhol, vietnamita, filipino).

❖ Para quem quiser receber O 「Hiroshima NOW」 por e-mail, use o endereço abaixo. E-mail: internat@pcf.city.hiroshima.jp

CONTEÚDO

- Inscrição para receber o "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias na Criação de Filhos" (para famílias não monoparentais).
- Inscrição para receber o "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias com Criação de Filhos" (para famílias monoparentais)"
- Vamos prevenir a insolação
- Cuidado com a intoxicação alimentar
- Programação da coleta de lixo nos feriados
- Abertura da piscina no parque central (até dia 31 de agosto)
- Novas informações sobre o novo coronavírus (COVID-19)

発行・編集

公益財団法人広島平和文化センター 国際市民交流課

〒730-0811 広島県広島市中区中島町 1-5

Tel. 082-242-8879 Fax 082-242-7452

E-mail: internat@pcf.city.hiroshima.jpWebsite: https://h-ircd.jp/hiroshima_now

Inscrição para receber o "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias na Criação de Filhos" (para famílias não monoparentais)

子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯以外分） 「ひろしま市民と市政」6月15日号

Forneceremos benefícios para apoiar a vida de famílias com filhos de baixa renda que são afetadas pelo aumento de preços, como custos de alimentos. Para obter detalhes sobre os benefícios, consulte o site da prefeitura municipal de Hiroshima.

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/84/332025.html> (japonês)



★ As pessoas que receberam o benefício especial para famílias de baixa renda com filhos (para famílias não monoparentais) em 2022 da Prefeitura de Hiroshima, não precisam se inscrever. A prefeitura de Hiroshima transferirá o dinheiro automaticamente para a conta que recebeu o benefício em 2022.

1. Valor a receber

50.000 ienes por criança elegível

2. Quem precisa solicitar o benefício

Quem está criando filhos e se enquadra nos itens ① ou ②.

- Crianças nascidas entre 2 de abril de 2005 e 29 de fevereiro de 2024

- Crianças com deficiência nascidas entre 2 de abril de 2003 e 29 de fevereiro de 2024

① Pessoas que estejam isentos de imposto de residência em 2023 com endereço no Japão em 1º de janeiro de 2023 e que estejam trabalhando).

② Pessoas cuja a renda diminuiu desde 1º de janeiro de 2023, devido a preços mais altos de eletricidade, gás, alimentos, etc., e está no mesmo nível de quem está isento do imposto residencial.

👉 Se o marido ou a esposa do requerente tiver uma renda alta, eles não poderão receber esse subsídio.

👉 Quem já recebeu o benefício de famílias monoparentais, não pode receber benefício.

3. Como solicitar benefícios

Onde obter o formulário de inscrição

Faça o download no site da cidade de Hiroshima. Ou você pode obtê-lo na seção de bem-estar do escritório da sua região.

Onde enviar o formulário de inscrição

Por favor, envie sua inscrição para o endereço abaixo.

〒730-8790

Correio Central de Hiroshima Caixa postal nº 5

2023 "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias com Criação de Filhos" (para famílias não monoparentais) Por favor, envie por correio para o centro de processamento administrativo.

〒730-8790

広島中央郵便局 私書箱第 5 号

令和 5 年度広島市子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯以外分）事務処理センター

Período para se inscrever

Por favor, coloque o formulário de inscrição em uma caixa de correio até 29 de fevereiro de 2024 (quinta-feira).

No entanto, para crianças nascidas em fevereiro de 2024, etc., por favor, coloque o formulário de inscrição em uma caixa de correio até 15 de março de 2024 (sexta-feira).

* Se a Prefeitura de Hiroshima não puder confirmar sua inscrição até esta data, por exemplo, porque faltam documentos, você não poderá receber o benefício.

4. Centros de suporte

Ligue para o número abaixo caso precise mais informações (sobre como se inscrever).

Prefeitura de Hiroshima "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias com Criação de Filhos"

Central de atendimento (somente em japonês)

Telefone: 0120-145-577 (Grátis)

FAX: 082-504-2727

Horário de atendimento: 8:30 às 17:00 (exceto sábados, domingos e feriados)

Se você tiver problema com o idioma, entre em contato conosco.

Sala de Consultas para Residentes Estrangeiros da Cidade de Hiroshima e Região de Aki

TEL: 082-241-5010

E-mail: soudan@pcf.city.hiroshima.jp

Dias de consulta: segunda a sexta

Horário de atendimento: 9:00 às 16:00

Fechado: sábados, domingos, feriados nacionais, 6 de agosto, 29 de dezembro a 3 de janeiro

Idiomas: espanhol, chinês, vietnamita, português, inglês, filipino * Filipino é às sextas-feiras e 1ª e 3ª quintas-feiras.



Inscrição para receber o "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias com Criação de Filhos" (para famílias monoparentais)"

子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯分） 「ひろしま市民と市政」 6月15日号

Forneceremos benefícios para apoiar a vida de famílias de baixa renda com filhos, e que são afetadas pelo aumento de preços, como custos de alimento, etc. Para obter detalhes sobre os benefícios, consulte o site da Prefeitura de Hiroshima.

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/84/330509.html> (japonês)



★ Aqueles que atendem a qualquer uma das condições a seguir não precisam se inscrever. A prefeitura de Hiroshima transferirá o dinheiro para a conta que paga o auxílio-educação (Jidō fuyō teate).

- Pessoas que receberam auxílio-educação em março de 2023
- Aqueles que receberam auxílio-educação a partir de abril de 2023

1. Valor a receber

50.000 ienes por criança elegível

2. Pessoas que precisam solicitar benefícios

Quem cria filho sozinho e se enquadra em ① ou ② abaixo, precisa solicitar o benefício.

① Quem não recebeu auxílio-educação para março de 2023 porque recebem uma pensão pública, etc. (No entanto, é limitado àqueles que estão abaixo do limite do pagamento do auxílio-creche.)

As pensões públicas incluem pensões de sobrevivência, pensões de invalidez, pensões de velhice e pensões de acidentes de trabalho.

② Pessoas que não recebem auxílio-educação, mas cuja renda mudou repentinamente devido ao impacto do aumento dos preços dos alimentos, e cuja renda é quase a mesma de quem recebe auxílio-creche.

※ Auxílio-educação: É o dinheiro que pode ser recebido por uma pessoa que crie um filho até aos 18 anos ou um filho deficiente até aos 20 anos devido a divórcio ou morte de um dos cônjuges.

👉 Se já recebeu "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias com Criação de Filhos" o beneficiário não pode receber o de Família monoparental.

3. Como solicitar benefícios

Onde obter o formulário de inscrição

Faça o download do formulário de inscrição no site da cidade de Hiroshima. Como alternativa, você pode obter um na Divisão de Bem-Estar do escritório de sua região.

Onde enviar o formulário de inscrição

Envie o formulário de inscrição pelo correio ou leve-o a prefeitura da região onde mora.

📧 Ao enviar o formulário de inscrição por correio

Por favor, envie sua inscrição para o endereço abaixo.

〒730-8586

1-6-34 Kokutaiji-machi, Naka-ku, Hiroshima-shi

Seção de Apoio à Criança e à Família da Prefeitura de Hiroshima

〒730-8586

広島市中区国泰寺町 1-6-34

広島市役所こども未来局こども・家庭支援課支援係

☒ **Por favor, envie por correio, ou também pode trazê-lo para a Divisão de Bem- Estar da região onde mora.**

Divisão de Bem-Estar de cada Região

Naka-ku	4-1-1 Ote-machi, Naka-ku
Higashi-ku	9-34 Higashi-kaniya-cho, Higashi-ku
Minami-ku	1-4-46 Minami-machi, Minami-ku
Nishi-ku	2-24-1 Fukushima-cho, Nishi-ku
Asaminami-ku	1-38-13 Nakasu, Asaminami-ku
Asakita-ku	3-19-22 Kabe, Asakita-ku
Aki-ku	3-2-16 Funakoshi-minami, Aki-ku
Saeki-ku	1-4-5 Kairoen, Saeki-ku

Período de inscrição

Envie sua inscrição até quinta-feira, 29 de fevereiro de 2024. ★ Se enviar por correio, coloque o aplicativo em uma caixa de correio até esta data.

★ Se a Prefeitura de Hiroshima não puder confirmar sua inscrição até esta data, por exemplo, porque faltam documentos, você não poderá receber o benefício.

4. Centros de suporte

Ligue para o número abaixo caso precise mais informações (sobre como se inscrever.

Prefeitura de Hiroshima "Benefícios Especiais para Apoiar Famílias com Criação de Filhos"

Central de atendimento (somente em japonês)

Telefone: 0120-145-577 (Grátis)

FAX: 082-504-2727

Horário de atendimento: 8:30 às 17:00 (exceto sábados, domingos e feriados)

Se você tiver problema com o idioma, entre em contato conosco.

Sala de Consultas para Residentes Estrangeiros da Cidade de Hiroshima e Região de Aki

TEL: 082-241-5010

E-mail: soudan@pcf.city.hiroshima.jp

Dias de consulta: segunda a sexta

Horário de atendimento: 9:00 às 16:00

Fechado: sábados, domingos, feriados nacionais, 6 de agosto, 29 de dezembro a 3 de janeiro

Idiomas: espanhol, chinês, vietnamita, português, inglês, filipino * Filipino é às sextas-feiras e 1ª e 3ª quintas-feiras.



Vamos prevenir a insolação

熱中症を予防しましょう 「ひろしま市民と市政」6月1日号



■ O que é insolação? Principalmente as crianças e idosos correm risco

A insolação é uma condição na qual o calor se acumula no corpo devido a estar em um ambiente quente e úmido.

Crianças e idosos correm maior risco de desenvolver insolação porque não conseguem regular bem a temperatura do corpo. Dê especial atenção a eles.

■ Principais sintomas de insolação

- Tonturas ● Calorão ● Dormência nas mãos e pés ● Dor de cabeça ● Náuseas
- Vômitos ● Mal-estar Hipertermia ● Perturbação da consciência ● Desmaio
- Convulsão, etc.

■ Dicas e cuidados

- Reabastecer com água ou minerais ● Ir para um local fresco ● Refrescar-se com um ventilador
- Resfrie aplicando uma toalha molhada ou bolsa de gelo na nuca, axilas ou virilha.
- Se os sintomas forem graves, ligue para o pronto-socorro.

■ Medidas para prevenir a insolação

- **Hidratação** - Beba água com frequência, mesmo que não esteja com sede. Se você suar muito, complemente os ingredientes perdidos com minerais, não apenas com água, mas também com bebidas iônicas e esportivas que contenham sódio.
- **Evite o calor** - Use um guarda-sol e um chapéu ao ar livre. Evite a luz solar direta e escolha a sombra para as atividades. Bloqueie a luz solar direta dentro de casa com persianas, etc., e use um ar condicionado.
- **Use roupas frescas** - Escolha roupas respiráveis e fáceis de secar.
- **Se prepare para o calor** - Tenha um corpo saudável, exercitando-se diariamente e adquirindo o hábito de suar, assim terá menos probabilidade de sofrer insolação.
- **Condição física** - Quando não estiver se sentindo bem, como falta de sono, ressaca ou resfriado, é mais provável que você sofra insolação. Cuide da sua condição física.



Informações: Divisão de Promoção da Saúde Tel. 082-504-2290

Cuidado com a intoxicação alimentar

カンピロバクター食中毒に注意 「ひろしま市民と市政」6月1日号

A intoxicação alimentar bacteriana é mais provável de ocorrer durante este período de alta umidade e temperatura. Tome medidas preventivas, como aquecimento, lavagem e desinfecção.

■ O que é Campylobacter?

Campylobacter é uma bactéria encontrada principalmente no trato intestinal de porcos, galinhas e vacas.

Existe uma grande probabilidade de que *Campylobacter* esteja presente na carne porque as bactérias se ligam a ela quando é processada na carne.

■ O que acontece se você estiver infectado com *Campylobacter*?

A infecção por *Campylobacter* causa diarreia, febre, dor abdominal, etc. 2 a 7 dias depois. Demora cerca de uma semana para sarar. A infecção por *Campylobacter* em crianças e idosos pode levar a doenças graves.



Pontos para prevenir a intoxicação alimentar por *Campylobacter*

■ Não coma carne crua ou mal cozida

- A carne fresca também carrega *Campylobacter*. Não existe algo como "só porque é fresco, é seguro" ou "basta aquecer a superfície e está bom".
- *Campylobacter* só é morta por aquecimento acima de 75°C por 1 minuto. Aqueça a carne até que o centro mude de cor.
- Tenha cuidado especial com miúdos e carne moída, pois podem conter bactérias no interior.

■ Evita a contaminação de outros alimentos a partir de carne crua

- Use utensílios separados para carne crua e outros alimentos.
- Tenha cuidado para não deixar resíduos de carne em vegetais crus ou alimentos cozidos.
- Lave e higienize suas mãos e utensílios após manusear carne crua.
- Para churrascos, use pinças especiais para carne crua e evite tocar na carne crua com pauzinhos ou garfos.

Informações: Divisão de Saúde Alimentar Tel. 082-241-7434

Programação da coleta de lixo nos feriados

祝日の家庭ごみの収集について



Feriados Nacionais	Dias de lixo para: [Lixo Queimável / Garrafas Plásticas / Plásticos Recicláveis] Da sua região	Dias de lixo para: [Resíduos Recicláveis e Nocivos / Não Combustíveis / Outros] Da sua região
17 de julho (Seg)	○	○
11 de agosto (Sex)	○	○

Consulte o site da cidade de Hiroshima para obter informações sobre como descartar o lixo e os tipos de lixo. ➡



Para mais detalhes, ligue para a Secretaria de Meio Ambiente da Prefeitura (Kankyō Kyoku Gyōmu Dai-ichi Ka) Tel. 504-2220

Abertura da piscina no parque central (até dia 31 de agosto)

中央公園ファミリープールがオープンしています 「ひろしま市民と市政」 7月1日号

Horários: 9:00 às 18:00 até 31 de agosto de 2023 (entrada até às 17:00)

*Quando está lotado, a entrada pode ser restrita.

Preço: 790 ienes para adultos, 340 ienes para idosos e crianças (estudantes do ensino médio e menores)

Evento: Introdução a Montreal e Canadá, apresentação de jazz de Andy Wulf, etc.

Informações: Midori Ikimono Kyokai Divisão de Planejamento Tel. 082-211-0063

Novas informações sobre o novo coronavírus (COVID-19)

新型コロナウイルス(COVID-19)の新しい情報について

Se quiser saber mais sobre a vacina contra o coronavírus (COVID-19) ou qualquer outra coisa, visite o site de Hiroshima.

[Japonês fácil] <https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/yasashii/159036.html>

Quando quiser perguntar sobre a vacina contra o coronavírus (COVID-19)



- Local onde pode consultar sobre o novo coronavírus

Se você tiver alguma dúvida sobre o novo coronavírus, ligue para o número abaixo.

Central de Atendimento (apenas em japonês)

Número de telefone: 082-241-4566

* Atendemos ligações das 8:30 às 17:30, todos os dias.

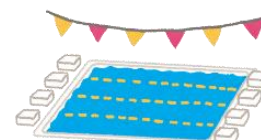
* Se você não entende japonês, por favor, consulte a "Sala de Consultas para Residentes estrangeiros da Cidade de Hiroshima e Região de Aki".

- **Central de atendimento vacina coronavírus**

Fone: 082-513-2847 // Fax: 082-211-3006

* Telefone 24 horas. Por favor, ligue a qualquer momento.

* Japonês, Inglês, Chinês, Vietnamita, Filipino, Coreano, Português



Se você tiver algum problema, com o idioma japonês, entre em contato com o escritório abaixo:

Sala de Consultas para Residentes estrangeiros da

Cidade de Hiroshima e Região de Aki

Telefone: 082-241-5010

E-mail: soudan@pcf.city.hiroshima.jp

Dias e Horários de Funcionamento: Segunda a Sexta das 9:00 às 16:00

Fechado: sábados, domingos e feriados nacionais, 6 de agosto e feriados de Ano Novo (29 de dezembro a 3 de janeiro)

Idiomas: chinês, português, espanhol, vietnamita, inglês e filipino

(o idioma filipino só está disponível na sexta-feira, 1ª. e 3ª. quinta-feira)