

**SAÚDE**  
【健康】

**Checkup de Saúde Gratuito [FUKUKEN! Kenshin]**

けんしん  
ふくけん! 健診



O “Checkup de Saúde FUKUKEN!” realiza gratuitamente os exames que não estão incluídos nos exames de saúde regulares com o objetivo de promover a saúde dos cidadãos. O mesmo exame será realizado após 5 anos, a partir dos resultados destes exames realizaremos pesquisas e desenvolveremos métodos de prevenção de doenças.

<b>Hora</b>	Das 8:00 às 15:30 (aproximadamente 3 horas)	<b>Dias do Checkup</b>	① 1 de Fev (qui)
<b>Local</b>	Nos dias ao lado, de ① a ⑥ serão realizados no Hatto Furu Plaza Fukuroi e de ⑦ a ⑩ serão realizados no Sawayaka Arena.		② 2 de Fev (sex)
<b>Conteúdo</b>	Exame regular de saúde, massa muscular, arteriosclerose, oftalmologia, densidade óssea e <b>gordura visceral</b> (este exame será realizado posteriormente para os que desejarem). Pessoas com 65 anos ou mais também poderão fazer teste de memória, aptidão física e <b>ressonância magnética craniano</b> (este exame será realizado posteriormente para os que desejarem).		③ 3 de Fev (sáb)
<b>Alvo</b>	Pessoas de 40 a 84 anos que residam no município e estejam inscritas no Seguro Nacional de Saúde ( <b>Kokumin Kenko Hoken</b> ) ou no Sistema de Assistência Médica ao Idoso ( <b>Koki Koreisha Iryo Seido</b> ). Por favor, verifique a homepage municipal para obter detalhes.		④ 6 de Fev (ter)
<b>Capacidade</b>	Aproximadamente 72 pessoas/dia (por ordem de inscrição)		⑤ 7 de Fev (qua)
<b>Taxa</b>	Gratuita		⑥ 8 de Fev (qui)
<b>Inscrição</b>	Inscrição através do formulário disponível na homepage municipal.		⑦ 13 de Fev (ter)
	<b>Período de Inscrição:</b> 20 de novembro (seg) a 12 de janeiro de 2024 (sex)		⑧ 14 de Fev (qua)
			⑨ 15 de Fev (qui)
			⑩ 20 de Fev (ter)
			⑪ 21 de Fev (qua)
			⑫ 22 de Fev (qui)
			⑬ 27 de Fev (ter)
			⑭ 28 de Fev (qua)
			⑮ 29 de Fev (qui)
			⑯ 1 de Mar (sex)

**Reunião Explicativa Antes dos Exames**

<b>Dia</b>	① 12 de Janeiro de 2024 (sex) 1º horário : 10:00 às 11:00 / 2º horário : 11:30 às 12:30 ② 27 de Janeiro de 2024 (sáb) 1º horário : 9:30 às 10:30 / 2º horário : 11:00 às 12:00
<b>Local</b>	① <b>Sawayaka Arena · Sub Arena</b> ② <b>Centro Comunitário Fukuroi Minami · Salão Central Fukuroi</b>
<b>Conteúdo</b>	Explicação de “Fukuken! Checkup de Saúde” (as partes ① e ② tem o mesmo conteúdo)
<b>Alvo</b>	Pessoas que irão realizar o exame (a participação na reunião necessariamente não é obrigatória)
<b>Contato</b>	<b>Shizuoka Shakai Kenko Igaku Daigakuin Daigaku FUKUKEN!</b> (Universidade de Graduação em Saúde Social e Medicina de Shizuoka FUKUKEN!) Secretaria ☎ 080-4950-2614 (das 9:00 às 16:00, fechado às segundas, domingos e feriados)

**OPINIÃO**  
【意見】

**Opinião Pública Sobre os Planos Propostos pela Cidade de Fukuroi**

かくしゅけいかく あん たい いけん  
各種計画(案)に対する意見



<b>Assunto</b>	[Plano de Desenvolvimento da Cidade para a Coexistência Multicultural] Revisão intermediária (Esboço)
<b>Como Visualizar Materiais</b>	Diretamente no balcão, no 3º andar da prefeitura no Canto de Divulgação de Informações, na sub-prefeitura de Asaba no Hall Público, Homepage Municipal e na Associação de Intercâmbio Internacional de Fukuroi.
<b>Período de Visualização do Material (Período do Envio de Opinião)</b>	14 de novembro (ter) a 13 de dezembro (qua) ※ Necessário chegar até 13 de dezembro
<b>Informações / Envio das Opiniões</b>	<b>Kyodo Machizukuri-ka Gaikokujin Katsuyaku · Kyousei Shakai Suishin Shitsu</b> (Divisão Cooperativo de Desenvolvimento Comunitário Escritório de Promoção Social & Relações Interculturais de Estrangeiros) ☎ 0538-44-3138 FAX 0538-43-2132 E-mail shimin-kyodo@city.fukuroi.shizuoka.jp 〒 437-8666 Fukuroi-shi Araya 1-1-1
<b>Alvo</b>	Pessoas que residem ou trabalham em Fukuroi, empresas e organizações de Fukuroi
<b>Como Enviar a Sua Opinião</b>	Entregando diretamente no balcão, por FAX, E-mail ou Correio, a sua opinião escrita junto com o seu nome, endereço, telefone e o título do assunto.
<b>Outros</b>	Não aceitamos opiniões por TEL. Outro, não forneceremos respostas individualmente. As opiniões enviadas, excluindo informações pessoais, serão publicadas na homepage municipal com a filosofia da cidade anexada.

**INFORMAÇÃO**  
【お知らせ】

**Suspensão Temporária do Serviço de Emissão de Certificados nas Lojas de Conveniência**

しょうめいしょ こうふ りんじきゅうし  
証明書コンビニ交付サービス臨時休止



<b>Dia</b>	<b>25 de novembro</b> (sáb), dia inteiro em todas as lojas de conveniência a nível nacional
<b>Contato</b>	<b>Shimin-ka Koseki Jyumin Kakari</b> (Divisão de Atendimento ao Público Setor de Registro do Cidadão) ☎ 0538-44-3112



EVENTO DE  
INTERCÂMBIO  
INTERNACIONAL  
[国際交流イベント]

## Aula de Culinária Caseira Americana Ministrada por Coordenador de Relações Internacionais



こくさいこうりゅういん かていりょうりきょうしつ  
国際交流員によるアメリカ家庭料理教室



<b>Dia &amp; Hora</b>	<b>10 de dezembro</b> (dom), das 10:00 às 12:30 (Recepção a partir das 9:50)
<b>Local</b>	Mellow Plaza (Chori Shitsu / Sala de Cozinha), no 1º Andar
<b>Programação</b>	O coordenador de relações internacionais de origem americana, utilizando os idiomas inglês e japonês de fácil entendimento, ensinará alguns pratos natalinos caseiros americanos, sendo os biscoitos de gengibre e caçarola gratinado com recheio de frango, legumes e pão. Depois de pronto, iremos decorar os biscoitos de gengibre, e saboreando os pratos prontos, conversaremos descontraidamente sobre o natal do país de origem ou do lar dos participantes.
<b>O Que Levar</b>	Avental, lenço de cabeça, pano de prato, calçado de uso interno, máscara e bebida para consumo próprio
<b>Alvo</b>	Pessoas que residem ou trabalham em Fukuroi, sendo na idade a partir do 5º ano do ensino primário (pessoas a partir de 18 anos podem participar sozinhas)
<b>Capacidade</b>	14 estrangeiros e 14 japoneses ※ a participação em grupo será limitado de até 2 a 3 pessoas (no caso de grande número de inscrições será realizado sorteio)
<b>Taxa</b>	¥ 500 p/ pessoa (incluso o valor dos ingredientes)
<b>Inscrição</b>	Diretamente no balcão, por via TEL, FAX, E-mail através do formulário de inscrição disponível na homepage municipal, fornecendo o nome dos participantes, endereço, idade (somente da criança), nacionalidade, telefone e e-mail. (Período de Inscrição : 14 (ter) a 27 (seg) de novembro)
<b>Contato</b>	<b>Kyodo Machizukuri-ka Gaikokujin Katsuyaku · Kyosei Shakai Suishin Shitsu</b> (Divisão Cooperativo de Desenvolvimento Comunitário Escritório de Promoção Social & Relações Interculturais de Estrangeiros) ☎ 0538-44-3138 FAX 0538-43-2132 E-mail shimin-kyodo@city.fukuroi.shizuoka.jp

EVENTO DE  
COEXISTÊNCIA  
MULTICULTURAL  
[多文化共生イベント]

## Curso de Convivência Multicultural FUPPY KYOSHITSU “Intercâmbio Intercultural Através da Culinária Natalina Brasileira”



たぶんかきょうせいこうざ きょうしつ しょくとお いぶんかこうりゅう  
多文化共生講座 FUPPY 教室「ブラジルクリスマスの食を通して異文化交流」



<b>Dia &amp; Hora</b>	<b>17 de dezembro</b> (dom), das 9:30 às 14:00
<b>Local</b>	Fukuroi Nishi Community Center, no Kitchen Studio (Centro Comunitário Fukuroi Nishi)
<b>Programação</b>	Através da culinária, iremos divertir e interagir com diferentes culturas, preparando alguns dos pratos comuns do natal brasileiro junto com uma funcionária municipal de origem brasileira. Após pronto, os participantes irão saborear os pratos. <b>Cardápio</b> : Guisado de carne, lasanha e bolo de natal simples e fácil de fazer.
<b>O Que Levar</b>	Avental, lenço de cabeça, pano de prato, calçado de uso interno, máscara e bebida para consumo próprio
<b>Alvo</b>	Pessoas que residem ou trabalham em Fukuroi, sendo na idade a partir de 18 anos
<b>Capacidade</b>	15 pessoas (por ordem de inscrição)
<b>Taxa</b>	¥ 500 (incluso os ingredientes, pagar no dia)
<b>Inscrição</b>	Diretamente no balcão, por via TEL, E-mail, fornecendo o nome, endereço, idade, telefone e e-mail (Período de Inscrição : 14 de novembro (ter) a 4 de dezembro (seg))
<b>Contato</b>	<b>Kyodo Machizukuri-ka Gaikokujin Katsuyaku · Kyosei Shakai Suishin Shitsu</b> ☎ 0538-44-3138 E-mail shimin-kyodo@city.fukuroi.shizuoka.jp

EVENTO  
[イベント]

## Curso para Iniciantes de Tarefas Domésticas Voltado para Homens



だんせいむ かじ こうざ  
男性向け家事デビュー講座



<b>Dia &amp; Hora</b>	<b>27 de janeiro de 2024</b> (sáb), das 13:30 às 15:30
<b>Local</b>	Fukuroi Nishi Community Center, no Kitchen Studio (Centro Comunitário Fukuroi Nishi)
<b>Programação</b>	Aprendendo culinária e tarefas domésticas simples. Aula ① Culinária: acompanhamento de vegetais (degustação inclusa). Aula ② Tarefa: como passar e dobrar roupas
<b>O Que Levar</b>	Ferro e tábua de passar roupa, e itens para passar : camisa com gola, lenço, avental e toalha de mão.
<b>Alvo</b>	Homens que residem ou trabalham em Fukuroi (podendo participar junto os seus parceiros e crianças a partir da idade do 5º ano do ensino primário)
<b>Capacidade</b>	20 pessoas (por ordem de inscrição, a participação em grupo será limitado de até 3 pessoas)
<b>Taxa</b>	Gratuita, sendo a creche o valor de ¥ 100 por criança.
<b>Inscrição</b>	Por TEL, E-mail através do formulário de inscrição disponível na homepage municipal, fornecendo o nome dos participantes, endereço, telefone, e-mail e para os que utilizarão a creche, o nº de crianças e a idade delas.
<b>Contato</b>	<b>Kyodo Machizukuri-ka Gaikokujin Katsuyaku · Kyosei Shakai Suishin Shitsu</b> ☎ 0538-44-3138 E-mail shimin-kyodo@city.fukuroi.shizuoka.jp



**Turno de Atendimento Emergencial Noturno e Feriados de 15 de Novembro a 15 de Dezembro 2023**

やかん きゅうじつきゅうきゅうとうばん ねん がつ にち がつ にち  
**夜間・休日救急当番 2023年11月15日～12月15日**



※ Antes de receber o atendimento médico de emergência, primeiro deverá contactar o hospital que irá para informar os sintomas.  
 ※ O horário de atendimento noturno durante a semana, de segunda a sexta é até às 21:30.

Dia	Semana	Instituição Médica	Endereço	Especialidade Médica	TEL (0538)
11/15	quarta	Mizoguchi Family Clinic	Asaoka 45-1	Clínica Geral, Pediatria	23-8300
16	quinta	Asaba Iin	Asaba 1767-1	Clínica Geral, Gastreenterologia	23-6320
17	sexta	Miki Shōnika Iin	Izumi-cho 1-7-5	Pediatria	43-3797
18	sábado	Esteja realizando o tratamento nas clínicas de atendimento de rotina, ou esteja indo ao Hospital Geral Chūtō-en Sōgō Iryō Center			
19	domingo	Fukuroi-shi Kyūjitsu Kyūkan Shinryō-Shitsu	Kunō 2515-1	Clínica Geral, Pediatria, Cirurgia	84-9131
20	segunda	Shimura Naika Iin	Kunō 1973-3	Clínica Geral, Pneumologia, Pediatria	44-1159
21	terça	Shiraki Naika Jyunkanki Clinic	Takao 259-2	Clínica Geral, Angiologia	43-9555
22	quarta	Yamana Shinryōjo	Haruoka 588-1	Clínica Geral, Reumatologia, Angiologia, Gastreenterologia	49-1331
23	quinta	Fukuroi-shi Kyūjitsu Kyūkan Shinryō-Shitsu	Kunō 2515-1	Clínica Geral, Pediatria, Cirurgia	84-9131
24	sexta	Asaba Iin	Asaba 1767-1	Clínica Geral, Gastreenterologia	23-6320
25	sábado	Esteja realizando o tratamento nas clínicas de atendimento de rotina, ou esteja indo ao Hospital Geral Chūtō-en Sōgō Iryō Center			
26	domingo	Fukuroi-shi Kyūjitsu Kyūkan Shinryō-Shitsu	Kunō 2515-1	Clínica Geral, Pediatria, Cirurgia	84-9131
27	segunda	Nagata Naika · Shōkakika Iin	Kawai 856-9	Clínica Geral, Gastreenterologia	43-2355
28	terça	Tanaka Jyunkanki Naika Clinic	Takao 1766-1	Clínica Geral, Angiologia	41-0810
29	quarta	Aoba Kodo Clinic	Takao 1780	Pediatria, Alergologia	41-0852
30	quinta	Kurebayashi Naika Jyunkanki Naika Iin	Kasui no Mori 51-8	Clínica Geral, Angiologia, Diabetes	31-5123
12/1	sexta	Uesugi Naika Clinic	Kakenoue 19-2	Clínica Geral, Angiologia	41-3000
2	sábado	Esteja realizando o tratamento nas clínicas de atendimento de rotina, ou esteja indo ao Hospital Geral Chūtō-en Sōgō Iryō Center			
3	domingo	Fukuroi-shi Kyūjitsu Kyūkan Shinryō-Shitsu	Kunō 2515-1	Clínica Geral, Pediatria, Cirurgia	84-9131
4	segunda	Miki Shōnika Iin	Izumi-cho 1-7-5	Pediatria	43-3797
5	terça	Shimura Naika Iin	Kunō 1973-3	Clínica Geral, Pneumologia, Pediatria	44-1159
6	quarta	Shiraki Naika Jyunkanki Clinic	Takao 259-2	Clínica Geral, Angiologia	43-9555
7	quinta	Asaba Iin	Asaba 1767-1	Clínica Geral, Gastreenterologia	23-6320
8	sexta	Yamana Shinryōjo	Haruoka 588-1	Clínica Geral, Reumatologia, Angiologia, Gastreenterologia	49-1331
9	sábado	Esteja realizando o tratamento nas clínicas de atendimento de rotina, ou esteja indo ao Hospital Geral Chūtō-en Sōgō Iryō Center			
10	domingo	Fukuroi-shi Kyūjitsu Kyūkan Shinryō-Shitsu	Kunō 2515-1	Clínica Geral, Pediatria, Cirurgia	84-9131
11	segunda	Karashidane Shinryōjo	Kayama 1305	Clínica Geral, Nefrologia	30-7080
12	terça	Tanaka Jyunkanki Naika Clinic	Takao 1766-1	Clínica Geral, Angiologia	41-0810
13	quarta	Mizoguchi Family Clinic	Asaoka 45-1	Clínica Geral, Pediatria	23-8300
14	quinta	Nagata Naika · Shōkakika Iin	Kawai 856-9	Clínica Geral, Gastreenterologia	43-2355
15	sexta	Kurebayashi Naika Jyunkanki Naika Iin	Kasui no Mori 51-8	Clínica Geral, Angiologia, Diabetes	31-5123

編集・発行  
**Edição e Publicação**

ふくろい し やくしょ きょうどう  
**袋井市役所 協働まちづくり課 外国人活躍・共生社会推進室 TEL(0538)44-3138**  
 Prefeitura Municipal de Fukuroi Divisão Cooperativo de Desenvolvimento Comunitário Escritório de Promoção de Relações Sociais & Interculturais de Estrangeiros TEL (0538)44-3138

**Video "Guia da Vida Cotidiana" voltado para Estrangeiros**



A Cidade de Fukuroi, produz vídeos que apresentam informações sobre os vários procedimentos na prefeitura e do cotidiano. Poderá assistir pelo You Tube.



**Balcão de Consultas para Estrangeiros**

Poderá consultar sobre o aprendizado do japonês, educação, trabalho e consultas relacionados do cotidiano. Possível consultar em português  
 Local : Centro de Intercâmbio Internacional de Fukuroi (Araya 1-1-15) TEL(0538)43-8070