

Ano 2026

Informativo de

6

Nº 755

Fujinomiya

A Prefeitura de Fujinomiya edita mensalmente o Informativo em português, que são extraídas do Informativo de Fujinomiya em japonês "Kono Fujinomiya" e se encontram à disposição na Prefeitura, Bibliotecas Municipais (Tocho-kan), Centros Comunitários (Kominkan), Shopping Center AEON, Cooperativa "COOP" Misonodaira, Supermercado Piago, Supermercado Max Valu e no Conselho da cidade de Fujinomiya.

通い慣れた いつもの帰り道



FORMAS DE SALVAR VIDAS

Prevenção da Insolação

A insolação é causada quando passamos longos períodos em ambientes quentes e úmidos ou quando suamos excessivamente. Isso desequilibra a proporção de água e sal no organismo, impedindo a regulação correta da temperatura corporal e fazendo com que o calor fique retido no corpo. Pode ocorrer não apenas ao ar livre durante o dia, mas também em locais fechados e no período noturno. Se o quadro se agravar, há risco de morte.

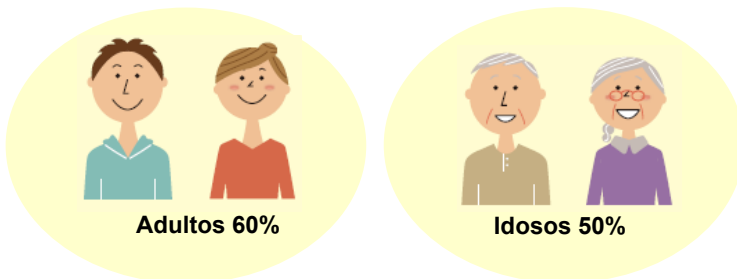
Nos últimos anos, devido aos efeitos do aquecimento global, o fim da estação chuvosa (tsuyu) tem ocorrido mais cedo em todo o país. Como os dias com temperaturas acima de 25°C se repetem continuamente, o número de remoções de emergência e de mortes por insolação tem aumentado no Japão.

Para proteger a vida contra a insolação, é fundamental não pensar que "está tudo bem com este calor" ou "comigo não vai

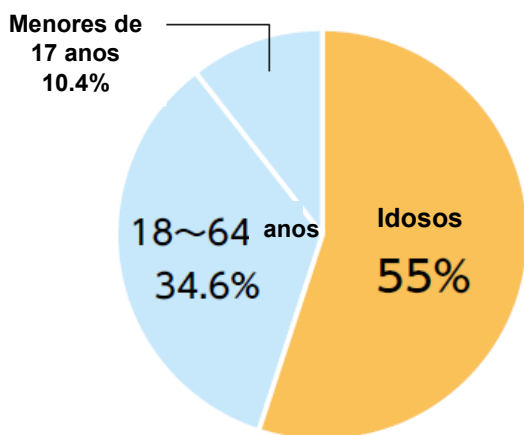
Devem ter atenção redobrada com idosos

À medida que envelhecemos, a **quantidade de água no corpo** vai diminuindo. Além disso, a sensibilidade térmica (percepção da temperatura) enfraquece, tornando mais difícil sentir o calor ou a sede. Isso aumenta o risco de intermação (insolação), pois a pessoa pode sofrer desidratação e aumento da temperatura corporal sem perceber.

Diferença no volume de água corporal



Mais da metade das pessoas socorridas na província de Shizuoka são idosos.



Criado com base no relatório 'Situação de Remoções de Emergência por Intermiação (01/05 a 30/09 de 2025)' da Agência de Gestão de Incêndios e Desastres do Ministério dos Assuntos Internos e Comunicações."

A prevenção precoce é importante

- ✓ Beba água regularmente, tomando um copo por hora, com uma meta de 1,2 litros por dia.

Beba água com frequência, mesmo se não sinta sede.



- ✓ Use roupas de materiais respiráveis, como linho ou algodão, ou que tenham propriedades de absorção de umidade e secagem rápida.

Eles absorvem o suor rapidamente e conseguem reduzir a temperatura corporal através do calor de vaporização quando secam.

- ✓ Nos dias particularmente quentes, resfrie o corpo com bolsas de gelo, toalhas frias, entre outros

Também é eficaz tomar um banho de chuveiro para resfriar o corpo após voltar para casa.

- ✓ Evite sair de casa e não se esforce nos dias ensolarados ou nos horários mais quentes

Em ambientes fechados

- ✓ Use o ventilador ou o ar-condicionado para ajustar a temperatura e a umidade."

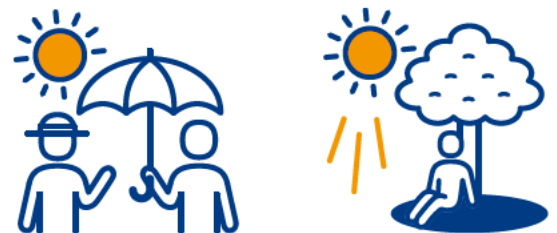
Temperatura e umidade adequadas:
Temperatura ambiente: 26 a 28°C
Umidade: 70% ou menos



- ✓ Use cortinas blackout ou esteiras de bambu (sudare) para bloquear a luz solar direta.

Ao ar livre

- ✓ Use sombrinha ou use chapéu.
- ✓ Faça pausas frequentes à sombra de árvores ou em locais protegidos do sol.



O número de pessoas que sofrem de insolação durante o trabalho agrícola está aumentando.

- Descanse sem hesitar nos dias de calor intenso ou quando não estiver se sentindo bem.
- Ao trabalhar sozinho, é importante avisar sua família ou as pessoas ao redor com antecedência.
- Utilize equipamentos de proteção contra o calor, como chapéus e roupas de trabalho com ventilador embutido.



Se apresentar estes sintomas, tome providências

Utilize os Abrigos de Resfriamento

LEVE


MODERADO

GRAVE

Tontura e escurecimento da vista
Suor excessivo (não para de suar)
Dor muscular e câibras

Dor de cabeça
Vômito (ou náusea)
Fraqueza ou cansaço extremo

Convulsões
Incapacidade de caminhar
Confusão mental ou torpor
Ausência de resposta ao ser chamado / Inconsciência




Até o dia 21 de outubro, os "Abrigos de Resfriamento" (Cooling Shelters) estarão abertos como locais de refúgio para se proteger do calor.

Instituições	Endereço	Atendimento	Horário
Prefeitura Municipal	Yumizawa Cho, 150	2ª ~ 6ª	8:30 ~ 17:15
Hoken Center	Miyahara, 12-1	2ª ~ 6ª	8:30 ~ 17:15
Kitayama Shuchojo	Kitayama, 1584-1	2ª ~ 6ª	8:30 ~ 17:15
Ueno Kaikan	Shimojo, 141	2ª ~ 6ª	8:30 ~ 17:15
Shiraito Shuchojo	Hara, 1113-1	2ª ~ 6ª	8:30 ~ 17:15
Shibakawa Kaikan	Naganuki, 1131-6	2ª ~ 6ª	8:30 ~ 17:15
Nambu Kominkan	Kuroda, 345-2	3ª ~ Domingo	9:00 ~ 17:00
Nishi Kominkan	Kandagawa Cho, 27-4	3ª ~ Domingo	9:00 ~ 17:00
Shibakawa Kominkan	Naganuki, 1270-1	3ª ~ Domingo	9:00 ~ 17:00
Yuno Kominkan	Shimo Yuno, 361-1	3ª ~ Domingo	9:00 ~ 17:00
Eki Mae Koryu Center	Chuo Cho, 5-7	Exceto nos dias de folga da instruição	9:00 ~ 21:00
Ofuni Koryu Center	Manohara Shinden, 4136-6	3ª ~ Domingo	9:00 ~ 21:00
Tomioka Koryu Center	Aoki, 300-1	3ª ~ Domingo	9:00 ~ 21:00
Fujine Koryu Center	Oiwa 1661-1	3ª ~ Domingo	9:00 ~ 21:0
Shimin Taiiku Kan	Togami Higashi Cho, 115	2ª ~ 6ª	9:00 ~ 16:00
AEON Mall Fujinomiya	Asama Cho, 1-8	2ª ~ Domingo	9:00 ~ 22:00
Auto Bell Fujinomiya Bypass	Yatate Cho 932	2ª ~ 6ª	10:00 ~ 19:00

Welcia			
Fujinomiya Miyahara Ten	Miyahara, 321-2	2ª ~ Domingo	9:00 ~ 19:00
Fujinomiya Kandagawa Ten	Kandagawa Cho, 17-3	2ª ~ Domingo	9:00 ~ 19:00
Fujinomiya Shiroyama Ten	Wakanomiya Cho, 16	2ª ~ Domingo	9:00 ~ 19:00
Welcia Farmácia			
Fujinomiya Akoji Ten	Higashi Akoji, 135	2ª ~ Sábado	9:00 ~ 14:00 15:00 ~ 18:00

MaxValu			
Fujinomiya Asahi Cho Ten	Asahi Cho, 6-29	2ª ~ Domingo	7:00 ~ 21:30
Fujinomiya Manohara Shinden Ten	Manohara Shinden, 3362-1	2ª ~ Domingo	7:00 ~ 23:30
Fujinomiya Miyahara Ten	Miyahara, 1-4	2ª ~ Domingo	8:00 ~ 20:00
Fujinomiya Wakanomiya Ten	Koizumi, 530-2	2ª ~ Domingo	9:00 ~ 20:00

※ Os centros comunitários (Kōminkan) e os centros de intercâmbio (Kōryū Center) fecham no dia seguinte a um feriado.

Estamos recrutando instalações que possam cooperar como abrigos de resfriamento (Cooling Shelters).

Contato: Divisão de Promoção da Saúde (Kenkō Zōshin-ka) ☎ 22-2727



Se encontrar alguém com esses sintomas

Leve a pessoa para um local fresco



Ofereça água, sal ou soro de reidratação oral.



Afrouxe as roupas e resfrie o corpo.



Não hesite em ligar para o 119 nestes casos:

- Inconsciência
- Prostração / Muito fraco
- Incapacidade de se levantar
- Incapacidade de beber água sozinho





**EXAME RADIOGRÁFICO DO TÓRAX
(CÂNCER DE PULMÃO E TUBERCULOSE)**



ID 1225

Público Alvo
Cidadãos com mais de 40 anos de idade que não tenham outra oportunidade de fazer exames médicos
Taxa
Gratuita
Inscrição
Não é necessário. Dirija-se diretamente nos locais de exames.
Maiores informações
Kenko Zoshin Ka ☎ 22-2727

Data		Horário	Local	Data		Horário	Local	
J U N H O	2	3 ^a	10:00~12:00	A G O S T O	1	3 ^a	10:00~15:00	
			13:30~15:00				Estacionamento Sul da Prefeitura	
	4	5 ^a	10:00~12:00		2	4 ^a	10:00~10:30	Yamamoto ku Dai 3 Kominkan
			13:30~15:00				11:00~12:00	Yamamoto ku Dai 2 Kominkan
	5	6 ^a	10:00~12:00		3	6 ^a	10:00~12:00	Kotohira Kuminkan
			13:30~15:00				13:30~15:00	Hoken Center
	9	3 ^a	10:00~15:00		7	3 ^a	10:00~15:00	Nambu Kominkan
	10	4 ^a	10:00~15:00		8	4 ^a	10:00~15:00	Nambu Kominkan
	11	5 ^a	10:00~12:00		9	5 ^a	10:00~15:00	Sugita Kumin Center
			13:30~15:00					
	12	6 ^a	10:00~12:00		14	3 ^a	10:00~11:30	Fujine Kita kominkan
			13:30~15:00					
	16	3 ^a	10:00~15:00		17	4 ^a	10:00~15:00	Welcia de Fujinomiya de Shiroyama
	18	5 ^a	10:00~15:00		18	5 ^a	10:00~15:00	Murayama 3 Ku Kuminkan
	19	6 ^a	10:00~15:00		19	6 ^a	10:00~15:00	Ishi Kaikan de Fujinomiya
23	3 ^a	10:00~15:00	23	3 ^a	10:00~15:00	Oiwa 3 Ku Kuminkan		
24	4 ^a	10:00~15:00	24	4 ^a	10:00~15:00	Nishi Kominkan		
							25	5 ^a
26	6 ^a	10:00~15:00	26	6 ^a	10:00~15:00	Chuo Toshokan		
30	3 ^a	10:00~15:00	30	3 ^a	10:00~15:00	Estacionamento Sul da Prefeitura		





CENTRO MÉDICO DE EMERGÊNCIA



© 富士宮市さくやちゃん

Local: Atrás do Corpo de Bombeiros, ao longo da Rodovia *Kendō Asagiri-Fujinomiya* (antiga Rodovia 139) e perto do *Nishi-Koto-Gakko* e do Supermercado Max Valu, Tel: 24-9999 / Fax: 24-9995

Endereço: Miyahara 12-1 Tel: 24-9999 / Fax: 24-9995

SETOR MÉDICO	DIAS DE ATENDIMENTO	HORÁRIO DE ATENDIMENTO
Clínico Geral, Pediatria e Cirurgia	Dia de semana	das 19:00 h ~ 8:00h do dia seguinte
	Sábado e Domingo	Sábado das 14:00h ~ 2ª feira 8:00h
	Feriados, final de ano e início do ano	das 8:00 h ~ 8:00h do dia seguinte
Odontologia	Feriados, final de ano e início do ano	das 9 :00 h ~ 17:00h

- Em caso grave, solicitar a ambulância. Não esqueça de levar a Carteira do Seguro de Saúde.



CRIANÇA ♥ CUIDADOS



© 富士宮市さくやちゃん

Doença repentina	Consulta sobre crianças	Consulta sobre bullying, recusa escolar, estilo de vida e emprego
<p>■ Consulta Infantil de Emergência de Shizuoka por telefone de</p> <p>#8000 ou 054-247-9910</p> <p>Atendimento 24horas</p> <p>Em caso de Emergência ou grave ligue「119」</p>	<p>- Kodomo Miraika Katei Jidou Soudan Gakari ☎ 22-1230 2ª a 6ª feira.....8:30h~17:15h- Centro de Consultoria infantil "Jido Sodanjo" ☎ 0120-189-783 (Atendimento 24 horas)</p> <p>Consulta sobre violência Centro de Consultoria infantil "Jido Sodanjo" ☎ 189 (Atendimento 24 horas)</p>	<p>Se está preocupado Por telefone ou reserva ☎ 22-0064 9:00h~16:30h</p> <p>- Assuntos de urgência Apoio às crianças e jovens / Bullying "Ijime 110 ban" ✉ e-sodan@city.fujinomiya.lg.jp ☎ 22-1252 9:00~16:30 2ª e 4ª quarta-feira do mês- Até às 20:00h</p>



ID 696



SUBSÍDIOS PARA DESPESAS MÉDICAS PARA FAMÍLIAS MONOPARENTAIS, ETC.

Subsidiaremos todas as despesas com consultas, para tratamento médico coberto pelo seguro.	
Público Alvo	Famílias que se enquadram em qualquer uma das situações abaixo e que não foram tributadas pelo Imposto de Renda (Shotoku-zei) durante o ano 2025 (Ano Reiwa 7): <ol style="list-style-type: none"> Famílias monoparentais (pai ou mãe) que sustentam filhos menores de 20 anos (subsídio para o pai/mãe e o filho). Filhos menores de 20 anos que não têm pai nem mãe. Filhos menores de 20 anos que não podem receber sustento do pai ou da mãe devido a deficiência grave, detenção de longo prazo ou desaparecimento.
Trazer	<ul style="list-style-type: none"> Caderneta bancária (Passaporte bancário) em nome do responsável. Cartão de seguro saúde de todos os membros da família. Documento que comprove o My Number (Número Individual) de todos os membros da família.
Outros	<ul style="list-style-type: none"> As pessoas que já recebem este subsídio atualmente devem realizar o procedimento de renovação até o dia 19 de junho
Informações	"Kodomo Mirai Ka" ☎ 22-1146

Subsídio Infantil

Jido Teate



ID 692

NOTIFICAÇÃO DE SITUAÇÃO ATUAL DO SUBSÍDIO INFANTIL "JIDO TEATE"

Para as pessoas que precisam enviar a Notificação de Situação Atual (Genkyou-todoke), o formulário será enviado por correio em meados de junho. Por favor, envie-o até o dia 30 de junho (terça-feira). Caso a notificação não seja entregue, o recebimento do abono a partir de junho será suspenso.

Se não houver alterações na situação, não é necessário enviar a Notificação de Situação Atual.

Os procedimentos são necessários nos seguintes casos.
• Caso o beneficiário se mude de cidade
• Caso o beneficiário e a criança passem a residir em endereços diferentes
• Caso o beneficiário se torne funcionário público

Consultas: Kodomo Mirai Ka, ☎ 22-1146

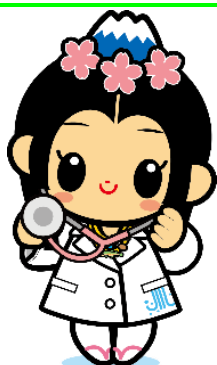


© 富士宮市さくやちゃん

OFTALMOLOGISTAS DE EMERGÊNCIA

● Horário de atendimento: 09:00h ~ 17:00h

Data		Nome do Hospital (Clínica)	Local	Telefone
Junho	07	Clinica Oftalmológica Uno (Uno Ganka-lin)	Fuji-shi Matsuoka 402-16	(0545) 30-6260
	14	Clinica Oftalmológica Saito (Saito-Ganka-lin)	Fujinomiya-shi Nishi Koizumi Cho 30-3	(0544) 28-5615
	21	Clinica Oftalmológica Toda (Toda Ganka-lin)	Fujinomiya-shi Miyahara 128-1	(0544) 21-9666
	28	Clinica Wataanabe (Watanabe Clinic)	Fuji-shi Harada 2248	(0545) 22-1500
Julho	05	Clínica Ashikawa (Ashikawa Byoin)	Fuji-shi Chuo Cho 2-13-20	(0545) 52-2480



© 富士宮市さくやちゃん

GINECOLOGISTAS DE EMERGÊNCIA

Horário de atendimento: 09:00h ~ 17:00h

Data		Nome do Hospital (Clínica)	Local	Telefone
Junho	07	Hospital Municipal de Fujinomiya Fujinomiya Shiritsu Byoin	Fujinomiya Shi Nishiki Cho, 3-1	(0544) 27-3151
	14	Bando Ladys Clinic	Fujinomiya Shi Sugita, 1016-7	(0544) 28-5800
	21	Clinica Ginecologia e Obstetrícia Otabe Otabe San-Fujinka lin	Fujinomiya Shi Hibarigaoka 166	(0544) 23-1182
	28	Clinica de Ginecologia e Obstetrícia Tenjin Tenjin San-Fujinka lin	Fujinomiya Shi Wakanomiya Cho,398	(0544) 24-1322
Julho	05	Hospital Municipal de Fujinomiya Fujinomiya Shiritsu Byoin	Fujinomiya Shi Nishiki Cho, 3-1	(0544) 27-3151



_EM CASO DE INVALIDEZ POR DOENÇA OU LESÃO


Se estiver inscrito na Pensão Nacional (Kokumin Nenkin) e sofrer de uma doença ou lesão que resulte em deficiência, poderá solicitar a **Pensão Básica por Invalidez (Shougai Kiso Nenkin)**.

<p>Alvo</p>	<p>Esta pensão é destinada a pessoas que se enquadrem em uma das seguintes categorias e cujo estado de deficiência seja reconhecido de acordo com os critérios da Lei da Pensão Nacional:</p> <p>Categoria ①: Pessoas que estavam inscritas como Segurado Número 1 da Pensão Nacional (trabalhadores autônomos, estudantes, desempregados, etc.) na data da primeira consulta médica (Shoshinbi).</p> <p>Categoria ②: Pessoas cuja data da primeira consulta médica ocorreu antes dos 19 anos de idade ou entre os 60 e 64 anos, durante um período em que não estavam inscritas no sistema de pensão.</p> <p>Categoria ③: Pessoas que estavam inscritas como Segurado Número 3 da Pensão Nacional (dependentes de trabalhadores assalariados, como cônjuges) na data da primeira consulta médica.</p>
<p>Outros</p>	<p><i>Existem outros requisitos específicos relacionados ao pagamento das parcelas da pensão. Caso você estivesse inscrito na Pensão dos Empregados (Kousei Nenkin) na data da primeira consulta médica, entre em contato com o Escritório de Pensões (Nenkin Jimusho).</i></p>
<p>Contato</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Consultas sobre as categorias ① e ②: Setor de Seguro e Pensão (Hoken Nenkin-ka) ☎ 22-1139 • Consultas sobre a categoria ③: Escritório de Pensões de Fuji (Fuji Nenkin Jimusho) ☎ 0545-61-1900 • Linha Direta da Pensão (Nenkin Dial): ☎ 0570-05-1165




■ **Atendimento da Prefeitura aos domingos (Plantão)**

Data: **07 de junho e 05 de julho** Horário: **das 8:30 às 17:00**

Procedimentos disponíveis (durante o plantão de fim de semana)	Setores
<ul style="list-style-type: none"> • Registro Civil (Nascimento, Casamento, Óbito, etc.) • Notificação de Mudança de Residência (Mudança para esta cidade, Saída da cidade, Mudança de endereço, etc.) • Registro de Carimbo Pessoal e Cancelamento • Emissão de Vários Certificados (Atestado de Residência "Juminhyo", Certidão de Registro Familiar "Koseki", Certificado de Registro de Carimbo Pessoal "Inkan Shomeisho", etc.) • Retirada de Passaporte • Procedimentos como a solicitação do Cartão My Number 	<p>※ O conteúdo dos serviços disponíveis pode ser diferente do atendimento normal. Para mais detalhes, favor confirmar por telefone ou através do site oficial da prefeitura.</p> <div style="text-align: center;">  <p>ID 154</p> </div> <p>Divisão do Cidadão (Shimin-ka):</p> <ul style="list-style-type: none"> • (Certificados e Cartão My Number) ☎ 22-1134 • (Registro Civil e Endereço) ☎ 22-1135
<ul style="list-style-type: none"> • Notificação de Aquisição ou Perda de Elegibilidade do Seguro Nacional de Saúde (Kokumin Kenko Hoken) 	<p>Divisão de Seguro e Pensão (Hoken Nenkin-ka) – ☎ 22-1138</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Solicitação de Auxílio Infantil (Jido Teate) e Cartão de Beneficiário de Despesas Médicas Infantis 	<p>Divisão do Futuro das Crianças (Kodomo Mirai-ka) – ☎ 22-1146</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Consulta e Pagamento de Impostos Municipais e outras taxas • Emissão de Certificados Fiscais (Zeimu Shomeisho) 	<p>Divisão de Arrecadação (Shuno-ka):</p> <ul style="list-style-type: none"> • (Para Pagamentos): ☎ 22-1129 • (Para Certificados): ☎ 22-1128

■ **Extensão do Horário de Atendimento** **Todas as quartas-feiras até às 19:00.**

※ Caso a quarta-feira seja um feriado, a extensão não será realizada.

Procedimentos disponíveis (durante o plantão de fim de semana)	Setores
<ul style="list-style-type: none"> • Cadastro e Cancelamento de Registro de Carimbo Pessoal • Emissão de Vários Certificados (Atestado de Residência, Certidão de Registro Familiar, Certificado de Registro de Carimbo Pessoal, etc.) • Procedimentos como a Aplicação do Cartão My Number 	<p>※ O conteúdo dos serviços disponíveis pode ser diferente do atendimento normal. Para mais detalhes, favor confirmar por telefone ou através do site oficial da prefeitura.</p> <div style="text-align: center;">  <p>ID 161</p> </div> <p>Divisão do Cidadão (Shimin-ka):</p> <p>☎ 22-1134</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Consulta e pagamento de impostos municipais e outras taxas • Emissão de certificados fiscais 	<p>Divisão de Arrecadação (Shuno-ka):</p> <p>☎ 22-1129</p>

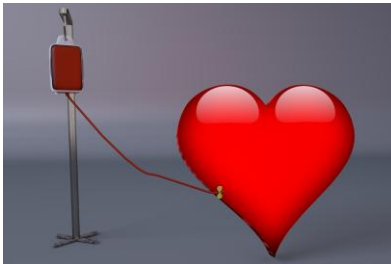
Impostos e taxas



© 富士宮市さくやちゃん

VENCIMENTO DOS IMPOSTOS

Data de vencimento		Impostos a pagar
Junho	01	- Mensalidade da creche do mês de maio - Aluguel do apartamento municipal e estacionamento do mês de maio
	03	- Imposto sobre Veículos de Pequena Cilindrada "Kei Jidosha Zei"
	29	- Taxa de consumo de água e esgoto do mês de maio
	30	- Mensalidade da creche do mês de junho - Aluguel do apartamento municipal e estacionamento do mês de junho
Julho	03	- 1ª parcela do Imposto Residencial "Shi-kenmin zeï"



DOAÇÃO DE SANGUE



DATA	LOCAL	HORÁRIO
03 de junho	Estacionamento Norte da Prefeitura	09:30h ~ 11:15h
07 de junho	Sengen Taisha	09:30h ~ 16:00h
06,13 e 21 de junho e 7 julho	Shopping Center AEON	09:30h ~ 12:00h e 13:15h ~ 16:00h

Consulta Gratis

HORÁRIO DE CONSULTAS

Tipos de consultas	Data	Horário
Para Estrangeiros	2ª ~ 6ª (exceto nos feriados)	8:30h às 17:00h
Geral		
Defesa ao Consumidor	2ª ~ 6ª (exceto nos feriados)	9:00h às 16:00h
Trabalho em casa "Naishoku"	2ª e 5ª (exceto nos feriados)	9:00h às 16:00h
Aposentadoria	25 de junho	10:00h ~ 15:00h
Advogado	4ª feira	A partir das 13:30h



Maiores informações: Consuoltoria para Estrangeiros ☎ 22-1246

POPULAÇÃO DA CIDADE DE FUJINOMIYA EM 01 DE MAIO DE 2026

※ (): Em comparação com os dados do mês anterior

Homens 62,345 (+31)

Mulheres 62,852 (+42)

Total 125,197 (+73)

Família 60,186 (+269)

Tradução : Divisão de Intercâmbio de Cidadãos "Shimin Koryu Ka"

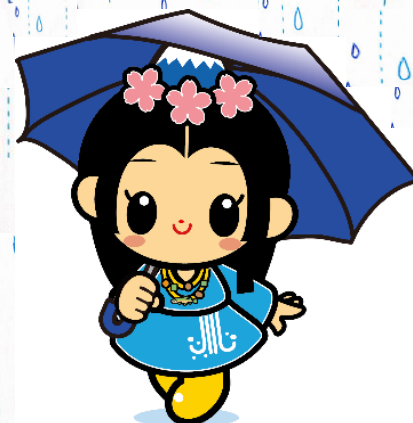
Publicação : FAIR- Associação de Intercâmbio Internacional de Fujinomiya

Endereço : Fujinomiya-shi, Chuo-cho 5-7

☎ : 22-8111 📠 : 22-8112

URL: <http://www.fair-fujinomiya.com>

✉ : info@fair-fujinomiya.com



©富士宮市さくやちゃん

