

O que é Centro de Saúde Pública ? .....No.2.	P1-P3
Informação sobre eventos .....	P4



## O que é Centro de Saúde Pública ? No.2

### 1 Sobre a gravidez

- Caderneta materno-infantil • Caderneta de Vacina Preventiva

Ao engravidar receba a 「Caderneta Materno-infantil」. Essa Caderneta é importante para registrar o estado de saúde da mãe e da criança durante a gravidez e após o parto. E, receberá junto uma 「Caderneta de Vacina Preventiva & Caderneta de Cuidado Infantil」 que precisará apresentar quando a criança for receber a vacina. Está à disposição no Centro de Saúde Pública • Seção de Cidadão • Registro de Extrangeiros em 8 idiomas ( inglês, português, espanhol, tagalago, tailandês, chinês, coreano e indonesiano)

- Como solicitar

Apresentar o formulário (Registro de gravidez) expedido pelo ginecologista ou em locais acima citados no balcão do Centro de Saúde Pública, Secção de Cidadão da Prefeitura Municipal, Sucursal de Centro de Serviços de cada bairro, sub- Sucursal em Frente a Estação de Himeji, As 「Caderneta de Vacina & Caderneta de Cuidado Infantil」, precisará até a criança completar 13 anos de idade. Há manual em 6 idiomas ( inglês • chinês • português • espanhol • coreano • tagalago ) .

### 2 Nascimento da Criança

- Visita ao bebê

Ao fazer o registro, apresente preenchendo a 「Ficha de comunicação de nascimento」. Dentro de 28 dias após o nascimento, um funcionário do Centro de Saúde visitará para ver o estado de saúde do recém nascido e orientará sobre os cuidados infantis.

- Consulta sobre Saúde do recém nascido

As pessoas que tem preocupação com cuidado infantil e querem amizades, contate o Centro de Serviço Social e Saúde ou Centro de Saúde. Os dias de atendimento variam de cada Centro, há orientação sobre nutrição, cuidado infantil, exame físico, etc.

- Exame médico do recém nascido

Em Himeji, durante a fase de recém nascido faz se 4 vezes o exame médico. Ao mesmo tempo vê o estado de saúde da criança, também faz consulta sobre cuidado que devem ter com a criança.

- exame aos 4 meses (5 meses incompleto)
- exame aos 10 meses (11 meses incompleto) em hospitais e instituição médica.

Quando receber o aviso individual, ir a instituição médica. Verificar a data. Será feita perguntas a respeito de saúde, exame físico, exame pediatria, consulta sobre cuidado infantil. Gratuita.

- exame ao 1ano e 6 meses (2 anos incompletos)
- exame aos 3 anos (4 anos incompletos)

Local : Centro de Saúde • Centro de Assistência Social e Saúde

Aviso : Aviso individual

Data e Horário : conforme marcado no aviso

Assunto : Perguntas sobre saúde, exame físico, exame pediatria, exame dentário, consulta cuidado infantil, exame de urina • enquete sobre audio-visual (somente para 3 anos de idade)

Taxa : Gratuito (na instituição médica deverá pagar a consulta)

No ato de exame de saúde precisa levar a 「Caderneta Materno-infantil」 • ficha médica • questionário

Porém, no exame aos 3 anos além desses, tem exame de urina e enquete sobre audio-visual



### 3 Sobre a Vacinação Preventiva

#### (1) Sarampo e rubéola

A partir de 1 de abril de 2006, devido a mudança na vacina preventiva, será vacina mista de sarampo e rubéola, 2 vezes (1ª dose • 2ª dose) .

Tipo de vacina preventiva	Crianças	Nº vezes
1ª dose mista sarampo • rubéola (MR 1ª dose)	Criança de 1 ano~2 anos incompletos. Quem recebeu vacina de sarampo e rubéola separado até 31 de março de 2006 e aquelas que não recebeu ambos.	1 vez
2ª dose mista sarampo-rubéola (MR 2ª dose)	Crianças de 5 ~7 anos incompletos antes de entrar na escola primária. (período de vacinação é antes de entrar na escola primária, durante 1 ano (1º de abril~31º de março) 2ª dose mista de sarampo-rubéola é para criança que já recebeu a 1ª dose de vacina mista sarampo-rubéola. Se não recebeu nenhuma vacina preventiva de sarampo e rubéola, pode receber.	1 vez

#### (2) Época para receber e tipos de vacina preventiva

Em Himeji, se a vacina preventiva abaixo for dentro da idade de vacinação poderá receber gratuitamente.) Faça para receber na época certa, na idade de vacinação.

( esta marca de vacina, fazer o possível para receber antes de completar 3 anos de idade)

##### ① Local de vacinação individual . . . Instituição Médica de Vacina Preventiva

● BCG Idade normal de vacinação : bebês de 3~6 meses (idade que pode receber vacina : de 0~6 meses incompletos)

● Vacina tríplice (difteria • coqueluche • tétano)

I 1ª dose Idade normal de vacinação : de 3~12 meses (idade possível a vacinação : de 3~90 meses incompletos)

I Dose adicional ,idade normal de vacinação : após receber a 1ª dose, deixar o espaço de 12~18 meses (idade possível a vacinação : de 3~90 meses incompletos ,após tomar a 1ª dose, deixar o espaço mais de 6 meses)

㊦ triplice mista uma dose a mais, depois da 3ª dose de imunização, deixar o espaço de um a um ano e meio e receber quanto antes.

● Vacina mista (difteria • tétano)

II dose idade normal para vacinar : 12 anos (idade possível para vacinar : 11 anos, 12 anos)

● Sarampo rubéola

1ª dose idade normal de vacinação : de 12~24 meses

2ª dose idade normal de vacinação : de 5~7 anos incompletos (idade possível a vacinação : 1 ano antes de entrar na escola primária)

● Sarampo

idade normal de vacinação : de 12~24 meses incompletos (idade possível a vacinação : já teve rubéola ou caso recebeu vacinação preventiva de rubéola)

● Rubéola

idade normal de vacinação: aos 12~24 meses incompletos (idade possível a vacinação : teve sarampo ou caso recebeu vacina preventiva de sarampo)

㊦A vacina preventiva de sarampo, somente no período de 1 de abril de 2006 a 31 de março de 2007, as crianças de 1 ano~7 anos e 6 meses incompletos a vacinação é gratuita.

● Encefalite japonesa 1ª dose, 2ª dose está suspensa a vacinação desde 30 de maio de 2005

② Vacinação em grupo

● Polio Época: maio • outubro

idade normal de vacinação : de 3~18 meses ( idade possível a vacinação : de 3~90 meses incompletos)



Contatos para informações Posto de Saúde, Seção de Prevenção

Tel: 079-289-1635

4 Sobre Aids

Esta aumentando em todo país e a tendência é aumentar ainda mais pacientes com Aids • contagiado com HIV. Sabe se que é limitado o meio de contágio de HIV e por ser de transmissão fraca, é necessário saber a prevenção e como evitar.

O Centro de Saúde está realizando aos pacientes a prevenção contra preconceito e contágio de Aids.

○ gratuito • pode fazer exame anônimo

○ se teve ocasião de contágio, fazer o exame depois de 12 semanas. (Se for antes de 12 semanas não sai resultado preciso)

	Data e horário exame • consulta	local	Resultado do exame
Exame em dias úteis	Todas as quintas 9:00~11:00 (não é preciso a reserva) fechado: feriado, final e começo do ano	Centro de Saúde Nishito 2º andar	Antes do dia de exame - 5ª-feira 9:00~11:00 Aviso direto a pessoa
Exame a noite	No dia 17 de maio , 19 de julho, 20 de setembro, 1 de novembro de 2006 Dia 17 de janeiro e 14 de março de 2007 Quarta-feira 18:30~19:30	Centro de Saúde Nishito 2º andar	Exame rápido Sairá o resultado no local, 30 minutos após o exame
Exame Feriados	Dia 2 de julho de 2006 (domingo) Dia 23 de dezembro (sábado e feriados) Reserva (possível reserva anônima), no dia anterior Tel. 079-289-1635)	Egreet Himeji 4º andar sala seminar	Exame rápido Sairá resultado no local, 30 minutos após o exame

○ Consulta telefonico para estrangeiros (inglês • chinês • espanhol • português) Tel 078-382-2052

Data e horário : segunda~quinta 13:00~17:00 ※ feriado descanso

As atividades do Centro de Saúde é exame físico • consultas psicológica, doenças incuráveis, informações sobre sintomas de doenças transmissíveis.

## Informação de Eventos Festivais

Shosha Matsuri dia 10 de julho(segunda) 17:00~ /dia 11(terça) 17:00~

Local:Harimano Kuni Shosha

Dia 11 das 19:00 será realizado 「Yudate」. É uma festa para benzer contra doença e incêndio.

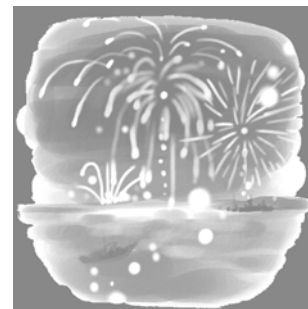
Ferve-se água num enorme caldeirão, moças que trabalham no templo, “Mico” joga essa água com folha de sasa. Se molhar com essa água, acredita que passará o ano com saúde. E, será bem animado com dança “bondori” e concurso de Karaoke.

**Minato Matsuri** Previsto para final de julho (Ano passado foi no dia 30 de julho 19:30~ )

Local: no porto de Himeji (da estação de Shikama da linha Sanyo haverá ônibus gratuito)

Serão soltos milhares de fogos artificiais

Não tem estacionamento no local.



**Festival do Castelo de Himeji** dia 5 e 6 de agosto (sábado e domingo)

Local:San Maru Hiroba·Ao redor de Otemaedori

No festival de Himeji há desfile, todos podem participar de danças. Há iluminação noturna no dia 5 em direção ao castelo, gratuito para assistir em pé.

**7º Festival Yosakoi de Himeji** dia 5 de agosto (sábado) desfile·festa de véspera  
dia 6 de agosto (domingo) 9:00~21:00

Local: Otemaedori·Shiromidai koen

「Yosakoi」 é um festival da província de Kochi.

Usa-se um instrumento chamado naruko, dança no ritmo do som.

Atualmente,esse festival 「yosakoi」 é realizado em vários lugares.

Reunem-se os grupos da periferia de Himeji, cada grupo com seus trajes típicos e dança para o concurso. Este ano, será realizado no mesmo dia do festival do Castelo de Himeji, e com certeza será bem animado !

\* Veja os detalhes no Boletim Informativo sobre informações de eventos.

*Naruko*



**Tradução · Colaboradores de revisão de redação**

**Somente as pessoas que autorizaram. Obrigada pela colaboração.**

O 「VIVA!ひめじ」 está recrutando colaboradores para ajudar na Tradução e Revisão deste informativo. Os interessados, favor entrar em contato com os responsáveis conforme abaixo. Aguardamos contato.

Contato

Associação Internacional de Himeji,

〒670-0012 Himeji City, Honmachi,68-290 Egret Himeji 3º.Andar

TEL.: 079-287-0820 FAX: 079-287-0824

E-Mail: kokusai@city.himeji.hyogo.jp