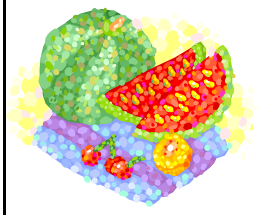
Olá Komatsu

小松市ポルトガル語情報誌

Julho de 2007

Prevenção contra Intoxicação Alimentar



O verão japonês quente e úmido é muito propício à formação e proliferação de fungos e bactérias. Muitas pessoas se enganam achando que podem identificar o perigo apenas pelo cheiro do alimento. Ou achando que estão protegidas porque a embalagem é a vácuo ou longa vida. O cuidado com os alimentos deve ser dobrado no verão, principalmente no Japão. Como nos prevenir então?
Veja abaixo os cuidados para prevenção:
.

Previna-se contra intoxicacao alimentar

Cuidados para prevenção da intoxicação alimentar

1- **Fortalecer o corpo!**
Mesmo comendo a mesma coisa, uma pessoa pode ter intoxicação e a outra não. Isso ocorre porque a resistência e imunidade corporal entre as pessoas são diferentes. Vamos aumentar nossa resistência então! Para isso, devemos ter alimentação equilibrada, moderar no consumo de bebidas alcóolicas, ingerir alimentos que contenham alto teor de fibras ou lactobacilos para garantir o bom funcionamento do intestino e levar uma vida bem equilibrada evitando o acúmulo de estresse.

2- Eliminar as bactérias!
Abaixo seguem três regras básicas para evitarmos a intoxicação alimentar.

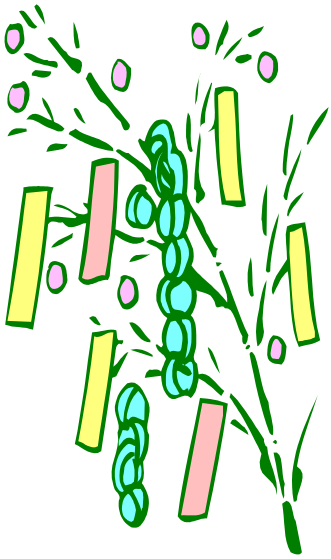
a- Evitar bactérias: lavar bem as mãos, alimentos e utensílios. Cobrir os alimentos com papel filme.

b- Evitar a proliferação de bactérias: Não deixar os alimentos em temperatura ambiente. Colocá-los na geladeira é importante. Comer os alimentos assim que terminar de cozinhar.

c- Eliminar as bactérias. Cozinhar muito bem os alimentos. Desinfetar os utensílios periodicamente.

Índice

Intoxicação Alimentar	*1*
Tabela: Pagamento da Creche (Hoikuen)	*2*
Descontos Especiais para creche	*3*
Pagamento do Seguro Nacional de Saúde	*3*
Plantões e Avisos em Geral	*4*



Julho é o mês do Tanabata, o festival das Estrelas.

Errata: Na edição de junho, página 4, no aviso sobre o Jardim de Infância, onde está escrito Hoikuen, leia-se Yochien.

NOVA TABELA DE CLASSIFICAÇÃO PARA PAGAMENTO DA CRECHE (HOIKUEN)

A divisão das categorias para o pagamentoda creche (hoikuen) foi alterada e passa a valer a partir de primeiro de julho.

Como a Taxa Fixa Geral para Redução de Impostos (Teiritsu Genzei) foi abolida no ano passado, a classificação de classes foi alterada conforme tabela abaixo:

	Descrição das classes familiares com base na renda apresentada no dia da matrícula		Mensalidade (por criança)	
			3 anos incompletos	Acima de 3 anos
A	Famílias tuteladas pela Lei de Subsitência (inclui famílias de pais solteiros)		0	0
B-1	Famílias isentas do Imposto de Renda no ano anterior e com os seguintes recolhimentos de Imposto Residencial (exclui-se a classe A):	Isentas do Imposto Residencial, composta por portadores de deficiência ou pais solteiros	0	0
B		Isentas do Imposto Residencial	9.000	6.000
C-1		Tributados pelo Imposto Residencial, composta por portadores de deficiência ou pais solteiros	15.000	12.000
C		Tributados pelo Imposto Residencial	18.000	15.000
D	Famílias tributadas pelo Imposto de Renda no ano anterior cujos recolhimentos tenham sido os seguintes (exclui-se as classes de A a C):	abaixo de 3.000	22.000	17.000
E		Acima de 3.000 e abaixo de 72.000	26.000	21.000
F		Acima de 72.000 e abaixo de 180.000	34.000	27.000
G		Acima de 180.000 e abaixo de 459.000	37.000	30.000
H		Acima de 459.000	39.000	30.000

Descontos especiais na mensalidade da creche (Hoikuen)

Para famílias compostas de dois filhos ou mais nas condições abaixo descritas, há possibilidade de abatimento no pagamento da creche.

1- Famílias que tenham dois ou mais filhos e estes estejam frequentando a creche, ou ainda, um esteja na creche e o(s) outro(s) no jardim de infância, podem obter os seguintes descontos:

- O primeiro filho paga integral
- O segundo filho matriculado tem 50% de desconto
- Do terceiro filho em diante: 100% de desconto (grátis)

2- Famílias cujo terceiro filho em diante esteja frequentando a creche e com irmãos mais velhos abaixo de 18 anos, podem obter o seguinte desconto:

- o filho mas velho que frequenta a creche terá 25% de desconto
- a partir do segundo filho que frequenta a creche, os descontos seguirão a regra descrita no item 1 (50% para o segundo, e 100% do terceiro em diante).

Exemplo 1: Família com 3 filhos. O filho A com 10 anos, o filho B com 7 anos, o filho C com 4 anos (na creche)
O filho C terá 25% de desconto.

Exemplo 2: Família com 4 filhos. O filho A com 10 anos, o filho B com 7 anos, o filho C com 5 anos, filho D com 3 anos (C e D na creche)
O filho C terá 25% de desconto e o filho D terá 50% de desconto.

Imposto do Seguro Nacional de Saúde

A partir de julho serão emitidos os boletos de pagamento do Imposto do Seguro Nacional de Saúde referentes a este ano fiscal.

Os assegurados deverão efetuar o pagamento em 9 parcelas a contar de julho até o mês de março do próximo ano. Para aqueles que se desligaram do seguro entre abril e junho deste ano, o ajuste quanto ao valor e o pagamento serão feitos em julho.

Informações: Departamento fiscal (Zeimu-ka). Tel: 24-8030

Aviso aos que estão cadastrados no Sistema Nacional de Seguro de Saúde.

É necessária a Declaração do Imposto de Renda ou a Declaração do Imposto Residencial para as pessoas ou chefes de família que estão registrados no Sistema Nacional de Seguro de Saúde.

No entanto, a declaração **NÃO é** necessária para aqueles cujas empresas entregaram o "Relatório de Pagamento de Salários" ou o "Relatório de Pagamento do Plano de Previdência" .

O imposto do seguro de saúde e as despesas de assistência médica de alto valor são calculadas partir da declaração do imposto de renda. Caso a pessoa não declare, há possibilidade de não haver abatimento no imposto do seguro de saúde, ou ainda, de que o valor de devolução das despesas médicas de valor elevado seja menor.

Informações: Departamento do Seguro de Saúde e Previdência (Hoken Nenkin-ka). Tel: 24-8059. OU

Editor: Meiry Komesu

Tel: 0761-24-8039
Fax 0761-21-0285
Email meiryk@city.komatsu.ishikawa.jp

Envie-nos suas dúvidas , sugestões, críticas!

Visite a página em português da prefeitura: http://www.city.komatsu.ishikawa.jp/portugues/portugues01.asp

Avisos:

A inscrição para Isenção da Contribuição para a Pensão Nacional começa a partir de Julho
Há um sistema através do qual o contribuinte que possui baixa renda e não consegue arcar com as despesas da Pensão Nacional pode requerer isenção do pagamento. O período de isenção é de julho deste ano a junho do próximo ano. Há 4 níveis de isenção até uma quarto do pagamento total.

Aviso sobre o período de requerimento para o pagamento do auxílio para pais solteiros.
O período para o requerimento é de um ano a contar do dia seguinte ao da consulta. No entanto, devido à implantação de uma medida provisória, pode-se requerer até setembro deste ano, valores referentes a consultas dos últimos 5 anos . Note-se que a partir de outubro do presente ano, não será mais possível dar entrada nos casos em que mais de um ano se passou.

O Serviço de Intérprete tem dias fixos na Prefeitura

Desde junho de 2007, o serviço de intérprete na Prefeitura passou a ser oferecido às:

SEGUNDAS, QUARTAS E SEXTAS
Das 8:30 às 12:00 da manhã

É importante o agendamento prévio por telefone, fax ou mail para garantir seu atendimento. Mesmos nos dias acima, há o risco de a intérprete não estar no prédio da prefeitura caso não haja agendamento.

Pode-se marcar hora através dos seguintes contatos:
Tel: 0761– 24-8039
Fax: 0761-21-0285
Mail: meiryk@city.komatsu.ishikawa.jp (aguarde confirmação da prefeitura quando solicitar agendamento por mail.

Horários de Plantão

Minami Kaga Kyubyo Center (Ala Sul do Hospital Municipal de Komatsu, 1 andar). Pediatria e Clínica Geral. De segunda a sábado, das 19h às 22:30h. Domingos e feriados das 9h às 12h e das 13h às 22:30h. Tel: 23-0099

Vacina Preventiva

Sukoyaka Center
Recepção: das 13:00 às 13:45
BCG: dias 4 (quarta-feira) e 23 de julho (segunda-feira)
Polio: dias 1(quarta), 2(quinta), 6 (segunda) e 10 (sexta) de agosto

Aulas de Português para crianças

A Associação Internacional de Komatsu (KIA) tem aulas de português para crianças entre 7 e12 anos. Há dois grupos: para crianças menores (até a terceira série do shogakko) e para maiores (da quarta à sexta série do shogakko). As aulas incluem alfabetização e ampliação do vocabulário através de conversação, vídeos e livros infantis.

Caso esteja interessado, entre em contato com Meiry Komesu, do Setor de Planejamento da Prefeitura (contatos na parte superior esquerda desta página.)