



日本語・ポルトガル語・スペイン語

Edição em japonês, português e espanhol
(Esp) Edición en japonés, portugués y español

令和 2年 11月 20日号
20 de novembro de 2020
(Esp) 20 de noviembre de 2020
YOGOU CHIKU SHIMIN CENTER
TEL (059) 321-2021
homepage <http://yogou-mie.com/>



よごうちく し
四郷地区HPでは『お知らせよご
う』がカラーで見れます。
Acesse a homepage e veja o "Oshirase
Yogou" colorido!
(Esp) En la página web del área de
Yogou, podrá visitar y leer el
"Comunicado de Yogou" en colores.

ヘルスリーダーによる イキイキ教室 Aula "iki iki" ministrada por especialistas em saúde (Esp) Clase "iki iki" a cargo de "Health Leader"

介護予防のための無理のないストレッチや筋トレ、レクリエーションなどで楽しく体を動かします。お誘い合わせの上、お気軽にご参加ください。

Movimentaremos o corpo de uma forma divertida com recreações de treinamento muscular e exercícios de alongamento sem esforços desnecessários para prevenção de cuidados e assistência. Participem sem cerimônias, convidando seus amigos.

(Esp) Vamos a ejercitarnos en un ambiente alegre haciendo ejercicios con estiramientos y entrenamientos musculares sin esforzarnos, recreaciones, etc. para prevenir cuidado y atención en la tercera edad. Vengan a participar sin reparo invitando a sus amigos.



◎参加される方は、マスクの着用や、水分補給をお願いします。

Para os participantes, favor utilizar máscara e manter-se hidratado.

(Esp) Las personas a participar, colocarse mascarilla y no olvidarse en reponer agua y las sales al cuerpo.

◎発熱や咳等の風邪症状がみられる方、基礎疾患をお持ちの方で感染リスクを心配される方は、参加を控えていただくようお願いします。

Evite participar se tiver sintomas de resfriado, início de febre ou tosse, ou se tiver uma doença subjacente, ou se estiver preocupado com o risco de infecção.

(Esp) Abstenerse de participar si tiene algún síntoma de resfriado como fiebre o tos, o si tiene una enfermedad en tratamiento y le preocupa el riesgo de infección.

▲日時：12月17日（木）13：30～15：00

Data/horário: 17 de dezembro (quinta). Das 13h30 às 15h
(Esp) Fecha / hora: jueves, 17 de diciembre. Entre las 13:30 a 15:00 hs

▲場所：四郷地区市民センター 1階 和室

Local: *Yogou Chiku Shimin Center* Sala Washitsu - 1º andar
(Esp) 1º piso, Sala de Washitsu del Centro Cívico *Yogou Chiku Shimin Center*

▲内容：ストレッチ・筋トレ体操・レクリエーション・脳トレなど

Conteúdo: exercícios de treinamento muscular e alongamento, recreações, exercícios cerebrais, etc.
(Esp) Contenido: Ejercicios con estiramientos y entrenamientos musculares, recreación, ejercicios para el cerebro (entrenamiento cerebral), etc.

▲問合せ先：高齢福祉課 ☎354-8170 FAX 354-8280

Informações: Departamento de Bem-Estar de Idosos
(Esp) Informaciones: Departamento de Bienestar para las Personas Mayores
Kourei Fukushi-ka ☎059-354-8170 FAX 059-354-8280

※当日は、動きやすい服装・タオル・必要な方はお茶などをお持ちください。

Venha de roupa apropriada para exercícios, traga toalha e alguma bebida.
(Esp) En este día, vengan con prendas que les facilite hacer ejercicios y traigan toalla y alguna bebida.

さんかひむりよう もうしこ ぬよう
参加費無料・申込み不要
Gratuito e sem necessidade de inscrição
(Esp) Participación gratuita y sin necesidad de inscripción

こま ひとり なや ぎょうせい そうだん 困ったら 一人で悩まず 行政相談 Se tiver preocupações, não sofra sozinho, faça uma Consulta Administrativa (Esp) CONSULTA ADMINISTRATIVA Si tiene preocupaciones, no sufra solo, consulte...



やくしょ しごと かん こま ごと いけん ようほう ぎょうせい かん わ
役所の仕事に関する困り事、意見・要望や行政に関して分からないことなどはありませんか？
Tem alguma coisa que não sabe sobre assuntos administrativos, pedidos/ opiniões e problemas sobre os serviços da prefeitura?

(Esp) ¿Tiene problemas, opiniones, desea hacer alguna petición o cosas que no comprende en relación a los servicios administrativos?

そのようなときに役に立つのが総務省の「行政相談」です。

Nesse caso, poderá ser útil fazer a consulta sobre assuntos administrativos (*Gyousei Soudan*), do Ministério dos Assuntos Internos e Comunicações (*Soumushou*).

(Esp) En estos casos puede ser útil la consulta administrativa (*Gyousei Soudan*) del Ministerio de Administraciones Públicas, Asuntos Domésticos, Correos y Telecomunicaciones (*Soumushou*).

毎月第3火曜日に市役所1階市民相談コーナーで行政相談を実施していますが、12月は四郷地区市民センターで実施します。

As consultas sobre assuntos administrativos são realizadas na 3ª terça-feira de cada mês no *Shimin Soudan Corner*, localizado no 1º andar (térreo) da prefeitura, mas em dezembro serão realizadas no *Yogou Chiku Shimin Center*.

(Esp) El 3º martes de cada mes, se lleva a cabo la consulta administrativa en el primer piso de la municipalidad, Sección de Consultas a los Ciudadanos (*Shimin Soudan*). Solo en el mes de diciembre, se llevará a cabo en el Centro Cívico de *Yogou Chiku Shimin Center*.

年金、保険、税金、登記、道路、福祉など役所の仕事について、お気軽にご相談ください。

Faz-se consultas também sobre os serviços da prefeitura: aposentadoria (*nenkin*), seguros (*hoken*), impostos (*zeikin*), registros de imóveis (*touki*), estrada (*douro*), bem estar (*fukushi*), etc.

(Esp) Puede consultar sobre pensión de jubilación (*Nenkin*), seguros (*Hoken*), impuestos (*Zeikin*), registros (*Touki*), carreteras (*Douro*), bienestar social (*Fukushi*). Consulte libremente sobre la atención y servicios administrativos.

日時：12月15日（火）13:00～16:00

Data/horário: 15 de dezembro (terça) das 13h às 16h
(Esp) Fecha / Hora: martes, 15 de diciembre. A partir de las 13:00 hasta las 16:00 hs

場所：四郷地区市民センター 和室（※四郷地区以外の方のご相談にも応じます）

Local: *Yogou Chiku Shimin Center* (Sala Washitsu)
(Também aceitamos consultas de moradores fora do bairro de *Yogou*)
(Esp) Lugar: *Yogou Chiku Shimin Center* (Sala Washitsu)
(También se atenderá consultas a ciudadanos residentes en otras regiones)

「行政相談委員」とは、総務大臣が委嘱している民間有識者で、みなさんの身近な相談相手です。

Os "conselheiros administrativos" são especialistas privados comissionados pelo ministro dos Assuntos Internos e Comunicações.

(Esp) Los consejeros administrativos son especialistas particulares, comisionados por el Ministro de Asuntos Internos y Comunicaciones. Consultores cercanos a Usted.

ご相談は無料で、相談者の秘密は固く守ります。

As consultas são gratuitas e mantidas em sigilo.

(Esp) Las consultas son gratuitas y se mantienen estrictamente en secreto.

◆問合せ先：市民生活課 市民・消費生活相談室 ☎354-8147

Informações: Departamento de Assuntos Comunitários e Seção de Consultas para Assuntos do Cotidiano e Consumo / Cívicos
(Esp) Informaciones: Departamento de Consultas sobre la Vida Cotidiana del Ciudadano, Sala de Consultas al Ciudadano y Consumidor

Shimin Seikatsu-ka Shimin Shouhi Seikatsu Soudan Shitsu

☎059-354-8147

INFORMATION

多文化共生サロンからご案内 Aviso do "Tabunka Kyosei Salon" (Esp) Aviso del "Salón de Integración Multicultural"

多文化共生サロンでは、青少年の進学や進路についての相談を実施します。

O Salão de Integração Multicultural (Tabunka Kyousei Salon) realiza consultas sobre o prosseguimento no estudo e o rumo dos jovens.

(Esp) En el Salón de Integración Multicultural (Tabunka Kyousei Salon) se llevará a cabo consultas sobre la forma de continuar con los estudios a escuelas superiores o sobre el futuro rumbo de los jóvenes.

高等学校・専門学校への入学などについて相談に来てください。

Caso você tenha dúvidas sobre o ingresso no ensino médio ou curso profissionalizante, consulte-nos!

(Esp) Puede consultarnos sobre el ingreso a Escuelas de Secundaria Superiores (Koukou) o Escuelas Especializadas (Senmon Gakkou).

1 相談実施日： 12月26日、令和3年1月23日、2月27日の土曜日 14:00～16:00

※事前に電話などで申し込みをしてください。

Dias de consultas: Sábados, 26 de dezembro, 23 de janeiro e 27 de fevereiro de 2021, das 14h às 16h

※Será necessário uma reserva antecipada

(Esp) Días de consulta: Sábados, 26 de diciembre de 2020, 23 de enero y 27 de febrero de 2021

Entre las 14:00 hs hasta las 16:00 hs

※ Solicite reservación por teléfono anticipadamente

2 相談対象者： 中学校卒業後の青少年およびその保護者

Dirigido: a adolescentes com formação ginásial completa e seus responsáveis

(Esp) Dirigido a los padres (responsables) y a sus hijos que han concluido sus estudios secundarios

3 連絡先： 多文化共生サロン ☎322-6811

Informações: Salão de Integração Multicultural / (Esp) Informaciones: Salón de Integración Multicultural
Tabunka Kyousei Salon ☎059-322-6811



納税は、便利で安心な

こうざふりかえ

口座振替で!!



Utilize o serviço de débito automático para pagamento de impostos. É mais prático!

(Esp) ¡ Para el pago de impuestos, utilice el sistema práctico y seguro, adherir sus facturas al sistema de pago directo por cuenta bancaria y olvídense del vencimiento de sus facturas !!

【お問合せ先】 四日市市 収納推進課 Tel 059-354-8141 Fax 059-354-8309

Maiores informações: Departamento de Promoção e Arrecadação (Shuunou Suishin-ka)

(Esp) Informaciones: Municipalidad de Yokkaichi, Departamento de Promoción para la Recaudación (Shuunou Suishin-ka)

TEL: 059-354-8141 / FAX: 059-354-8309

保育無料券の申請はお済みですか？

Você já fez a solicitação do "Hoiku Muryou-ken"?

(Esp) ¿ Ha solicitado el cupón de cuidado infantil gratuito?

保育無料券とは、第2子以降の子の出産後における保護者の心身の負担軽減のため、市内の認可保育園・こども園での一時保育に上の子を2回まで無料で預けられる券のことです。保育無料券を受

と取るには、交付申請をしていただく必要があります。

Hoiku Muryou-ken são bilhetes gratuitos para guarda temporária (até duas vezes) dos filhos mais velhos nas creches autorizadas na cidade, a fim de reduzir a carga física e mental materna pós-parto do segundo filho e subsequentes. Para receber os bilhetes, é necessário fazer a solicitação.

(Esp) Un cupón de cuidado infantil gratuito es un cupón que permite a los padres reducir su carga física y mental después del nacimiento del segundo hijo en adelante, utilizando el cupón hasta 2 veces en cuidado temporal gratuitamente en guarderías admitidas (Ninka Hoikuen) o en institución autorizada de educación y guardería (Ninte Kodomo-en) de la ciudad. Para obtener el cupón es necesario realizar el trámite de solicitud.

＜申請方法＞

こども未来課(総合会館3階)、各地区市民センター、市民窓口サービスセンター(近鉄四日市駅高架下)にある申請書に記入し、郵送または直接、こども未来課へご提出ください。

Solicitação: Preencha formulário de solicitação que está disponível no Departamento de Assuntos do Futuro da Criança (Kodomo Mirai-ka) no Sougou Kaikan 3F, nos Centros Cívicos Regionais (Chiku Shimin Center) ou no Centro de Serviço de Atendimento Cívico (Shimin Madoguchi Service Center) e envie pelo correio ou entregue diretamente para Kodomo Mirai-ka.

(Esp) Modo de solicitação: Cumplimentar la solicitud y enviarla por correo o llevarla directamente al 3er. piso de la municipalidad, Departamento para el Futuro Porvenir de los Niños (Kodomo Mirai-ka). El formulario de solicitud se encuentran en cada centro cívico (Chiku Shimin Center), centro de servicio de atención a los ciudadanos (debajo del viaducto de la estación de Yokkaichi) (Shimin Madoguchi Service Center) y en el mismo Departamento para el Futuro Porvenir de los Niños (Kodomo Mirai-ka).

＜対象者＞

市内在住の産婦で、第2子以降の子を出産し、生まれた子の兄・姉(未就学児)を養育している人

Dirigido a: mães que cuidam de criança(s) em idade pre-escolar e que tiveram um segundo (ou mais) filho(s)

(Esp) Corresponden: a las madres que viven en la ciudad, que han dado a luz a un segundo hijo o más y están cuidando de los hermanos mayores (edad preescolar) del recién nacido.

＜利用期間＞

保育無料券を受け取った日から、出産月の12か月後の月末まで

Período de uso: a partir do dia em que você recebe os bilhetes até o final do décimo segundo mês após o mês do nascimento

(Esp) Plazo del cupón: desde el día en que reciba el cupón de cuidado infantil gratuito hasta el final del mes 12 meses después del mes de nacimiento.

＜利用方法等＞

一時保育の予約・利用方法は、園によって異なるため、各園にお問い合わせください。

Como usar: entre em contato com cada creche, pois as reservas e os métodos de uso de cuidado temporário variam de acordo com a creche.

(Esp) Modo de utilización: Comuníquese con la guardería o institución, ya que las reservas y los métodos de uso para el cuidado infantil temporal difieren según cada guardería.

【問合せ先】 こども未来課 ☎ 354-8069

Informações: Departamento de Assuntos do Futuro da Criança

(Esp) Informaciones: Departamento para el Futuro Porvenir de los Niños

Kodomo Mirai-ka ☎ 059-354-8069

