

Português

Publicação de abril de 2025

Aos residentes estrangeiros

Guia para o cotidiano



Cidade de Saku

GUIA PARA O COTIDIANO ÍNDICE

Balcão de Consulta • • • • • 1

Aula de Língua Japonesa • • • • • 2

Caso de emergência • • • • • 3

Desastres naturais • • • • • 5

Ferimentos e doenças • • • • • 8

Manutenção da saúde • • • • • 10

Gestação • Parto • • • • • 12

Cuidados relativos à criança ~Assuntos ligados ao crescimento • • 15

Assuntos do cotidiano (Luz • Gás • Água • Esgoto) • • • • • 19

Como descartar lixo • • • • • 21

Carteira de habilitação • • • • • 23

Zairyu card • • • • • 24

Registro do carimbo de nome • • • • • 27

Seguro médico ~ Seguro em caso de doença e ferimento~ • • • • • 28

Seguro de atendimento social ao idoso~quando tornar necessário~ • 29

Aposentadoria • • • • • 30

Impostos • • • • • 31

Balcão de atendimento para trabalhador estrangeiro • • • • • 33



BALCÃO DE CONSULTAS

● Balcão de atendimento multilíngue



Balcão destinado a consultas de vários assuntos. Quando tiver algum problema ou dúvidas, venha nos consultar ou faça uma ligação.

Português	quinta-feira	9:30 ~ 13:30
Tailandês	quarta-feira	13:00 ~ 17:00
Chinês	segunda-feira	13:00 ~ 17:00

(Exceto feriados)



TEL: Prefeitura da cidade de Saku, Ijyu koryu suishin-ka

0267-62-3283



● Nagano Tabunka Kyosei Sodan Center

Aos estrangeiros residentes na Província de Nagano, atendemos às diversas dúvidas. Venham nos consultar. **A consulta é gratuita. Será mantido o sigilo!**

Atendimento	Segunda~Sexta (Exceto 1ª e 3ª quarta-feira) Sábado (1º e 3º sábado) 10:00~18:00
15 Idiomas	Chinês • Português • Tagalo • Coreano • Vietnamita • Tailandês • Inglês • Indonésio • Espanhol • Nepal • Malaio • Birmanês • Francês • Khmer • Alemão • Ucrainiano e outros. Mais detalhes informar-se no endereço em baixo.

Nagano-shi, Shinden-cho 1485-1 Monzen Plaza, 3º andar

(12 minutos a pé da Estação JR de Nagano)

TEL: 026-219-3068 / 080-4454-1899

<Consulta com atendentes em língua materna>

Pode-se consultar atendentes em língua nativa de português, chinês, tagalo (inglês), tailandês (inglês), indonésio, respectivamente.

Maiores informações no homepage



Código QR



* Consultas: Segunda~Sexta (Exceto 1ª e 3ª Quarta-feira)

Sábado (1º e 3º sábado) 10:00~18:00

* Tel: 026-219-3068 / 080-4454-1899

AULA DE LÍNGUA JAPONESA

● Aula de Língua Japonesa “Suzuran no kai”

É um grupo formado de voluntários que auxiliam o estudo da língua japonesa aos moradores desta região que não tenham a língua japonesa como língua materna. Além do estudo da língua japonesa, pode-se vivenciar a cultura japonesa descontraidamente. Caso tenha crianças pequenas, há pessoas para ajudar a cuidar durante as aulas, sendo possível estudar tranquilamente.

※No momento há pessoas da Tailândia, China, Indonésia e Vietnã participando das aulas de estudo.

Principais atividades : Estudar a língua japonesa e simultaneamente aprender a cultura japonesa e os costumes da região

Período de aulas : Abril ~ Dezembro Aos sábados (30 aulas por ano)

Horário da aula : 10:00 ~ 11:30

Local : Nozawa Kaikan (Saku-shi Toride-machi nº 183)

Informações : Secretaria 090-2483-0277 i.kato-planet@ai.wakwak.com



CASO DE EMERGÊNCIA



Em caso de emergência, solicite ajuda por telefone. Mantenha a calma e fale claramente.

A ligação é gratuita. Atende-se 24 hs.

● Incêndio: Discar 「119」 (Corpo de Bombeiro)

- 1 Avise em voz alta, as pessoas em sua volta: “Incêndio!” (*Kaji da!*)
- 2 Ligue para o nº 「119」 e chame o corpo de bombeiro.
(Mesmo no caso de telefone celular, disque apenas o nº 119)
- 3 Quando a ligação completar, responda às perguntas.
(Como não há intérprete, caso não consiga se comunicar em japonês, peça ajuda para alguém que entenda a língua japonesa)



< As perguntas serão as seguintes. Mantenha a calma e fale claramente >

- ① Kaji desuka? (É incêndio?) Kyukyu desuka? (É caso médico?) Kaji desu ! (É incêndio!)
- ② Jyusho (basho) wa dokodesuka? (Onde é o local?)
(Exemplo) _____ desu. (É _____.) Tikakuni _____ ga arimasu. (Nas proximidades tem _____.)
- ③ Nani ga moete imasuka? (O que está em chamas?) (Exemplo) Ie ga moete imasu.
(A casa está em chamas.)
- ④ Kegawo shiteiru hito ya nigeokureta hitowa imasuka? (Tem pessoas feridas ou pessoas que não conseguiram fugir?) (Exemplo) Keganin wa imasen. (Não há feridos.)
- ⑤ Anata no namae • denwa bango (Diga o seu nome e número de telefone)

● Acidente e Doença: Discar 「119」 (Corpo de Bombeiro)

Em caso grave de doença e ferimento, caso a pessoa não possa ir sozinha ao hospital e precisar de ambulância, disque 「119」 para solicitação. Quando a ligação se completar responda às perguntas.



< As perguntas serão as seguintes. Mantenha a calma e fale claramente >

- ① Kaji desuka? (É incêndio?) Kyukyu desuka? (É caso médico?) Kyukyu desu ! (É caso médico!)
- ② Doshimashitaka? (O que aconteceu?) (Exemplo) _____ desu. (Estou _____)
- ③ Jyusho (basho) wa dokodesuka? (Onde é o local?) (Exemplo) _____ desu. (Dizer o local)
Tikakuni _____ ga arimasu. (Nas proximidades tem _____.)
- ④ Anata no namae • Denwa bango (Diga o seu nome e número de telefone)

● Em caso de acidente de trânsito ou crime

Ligue para 「110」 (Delegacia de Polícia)



Se sofrer acidente de trânsito ou for vítima de algum crime, ligue para 「110」 e transmita o que aconteceu.

① **Nani ga attanoka? (O que aconteceu?)**

(Exemplo) Kotsu jiko desu. Dorobo desu. (Foi acidente de carro. Fui assaltado.)

② **Itsu jiko • hanzai ga atta no ka? (Quando aconteceu o acidente • o crime?)**

(Exemplo) ____ ji ____ fun goro desu. (Foi por volta de ____ hs ____ min.)

③ **Doko de jiko • hanzai ga atta no ka? (Onde aconteceu o acidente • o crime?)**

(Exemplo) _____ no kousaten desu. (Foi no cruzamento da(o) _____.)

④ **Anata no namae • denwa bango (Diga o seu nome • número de telefone)**

※Em caso de acidente de trânsito, se houver vítima, ligar para 119 e solicitar uma ambulância.



● Ao perder algum pertence • ao encontrar algum pertence

Caso perca algum pertence tais como uma carteira ou uma bolsa, telefone para a Polícia. A telefonista irá perguntar: “Quando, onde e o quê perdeu”, “Diga o seu nome e o número do seu telefone. Caso encontre algum objeto alheio, leve à delegacia ou ao posto de polícia mais próximo.

Delegacia de Polícia da Cidade de Saku

TEL : 0267-68-0110

Delegacia de Polícia da Província de Nagano

TEL : 026-233-0110

DESASTRES NATURAIS

● Precaver-se contra Furacão • Terremoto e desastres naturais

Verificar de antemão no mapa de prevenção de desastres naturais ou na seção de administração de calamidades da prefeitura da cidade quais seriam os possíveis acidentes que possam ocorrer nas redondezas onde se mora.

No dia a dia, deixar verificado o local de refúgio e deixar preparado a água para beber, alimento, farolete, telefone celular (meio de comunicação para obter informações) para levar consigo ao se abrigar.

<Artigos úteis e necessários em abrigos ao refugiar>

• Ítens importantes (Passaporte • Zairyu card • Caderneta do banco • carimbo do nome • dinheiro, etc)

• Água • Alimentos (bolachas, enlatados, chocolates, macarrão instantâneo, etc)

• Produtos de primeiros socorros (medicamento para casos de ferimentos, gazes, esparadrapo, medicamento que costuma tomar diariamente)

• Luva grossa • Pilhas • Saco plástico

• Toalha • Farolete • Rádio

• Roupa para troca, roupa íntima • Filme plástico para alimentos

• Bateria para recarregar telefone celular



● Furacão

No Japão, a época do furacão é de julho a outubro.

Pode haver chuvas e ventos fortes, transbordamentos de água dos rios, pode ocorrer deslizamento abrupto de montanhas e superfícies inclinadas causando desmoronamento de grande volume de terras (*doshakuzure*).

Às vezes, haverá necessidades de se refugiar. Nesse caso, certificar através das notícias de televisão, rádio, smartphone, etc sobre o furacão e chuvas fortes. Em caso de dúvidas consultar a Seção de Prevenção de Acidentes (Kiki kanri-ka) da prefeitura.



●Terremoto



Japão é um país com grande incidência de terremoto em comparação a outros países. Em caso de terremoto forte a mobília pode tombar, a casa pode desmoronar, pode ocorrer incêndio. Pode ocorrer falta de água, gás e luz. Nunca se sabe quando pode ocorrer um terremoto. É necessário ficar prevenido para casos de emergência.

Em caso de terremoto • • • •



- **Abrigar-se de baixo de algo firme**, tal como mesa, até que parem os abalos, **proteja-se** contra objetos que possam cair de cima e móveis que possam tombar.
- **Não saia afobado** da casa.
- Se estiver com o fogo ligado, **apague rapidamente** para evitar incêndio.
- **Abrir a porta e janela** para poder fugir de casa se necessário.

Quando os abalos diminuírem • • •



- Mover depois que acalmarem os tremores.
- Calçar sapatos para não machucar os pés com cacos de vidro.
- Certificar se não há nenhum foco de fogo.
- O tremor forte pode ser seguido de vários tremores menores (*Yoshin*), desta forma certificar a segurança em sua volta e **não entrar ou aproximar de locais perigosos**.
- Ao sair de casa, tomar cuidado com objetos que por ventura venha a cair, se tiver capacete, recomenda-se o seu uso.
- Ao refugiar-se para o abrigo, ir a pé de preferência.

<Aplicativo para casos de desastres naturais>

① Aplicativo para fornecimento de informações aos estrangeiros em casos de desastres naturais 「Safety Tips」 (gratuita)

Aplicativo supervisionado pela Agência de Turismo para que os turistas estrangeiros possam viajar tranquilamente visto que o Japão é um país de muitos desastres naturais.

Há informações em vários idiomas em casos de desastres naturais tais como assuntos urgentes ligados a terremotos e informações sobre como se abrigar, etc.

iPhone: <https://apps.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174>

Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>



iPhone
QR code



Android
QR code

NHK WORLD (TV)

Terremotos e notícias urgentes.

É possível assistir várias notícias de 24 hs em vários idiomas.



NHK WORLD
website
QR code

NHK world (Rádio)	https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/japanese/radio_japan/	
Ministério da Terra, Infraestrutura, Transporte e Turismo (Kokudo Kotsusho)	https://www.mlit.go.jp/river/bousai/olympic/index.html	
Agência Meteorológica (Kishoucho)	https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html	
Bousai • Gerenciamento de crises e-college	http://www.fdma.go.jp/relocation/e-college/	

FERIMENTO E DOENÇA



● Hospital • Clínica

No Japão, ao adoecer ou ferir, pode-se consultar uma instituição médica. Existem hospitais grandes, clínicas pequenas e consultórios.

Hospital : Em caso de doença e ferimento grave, casos de cirurgia e em casos de internação, consultar um hospital.

No hospital há diversas especialidades. Escolhe-se a especialidade de acordo com a parte do corpo em problema. Quando tiver dúvida, consultar a recepção.

Clínica geral (Naika)	Casos de gripes, dor de barriga, etc
Cirurgia (Gueka)	Casos de ferimentos e cirurgias
Pediatria (Shonika)	Doenças de bebês e crianças
Ortopedia (Seikeigeka)	Casos de dores e ferimentos ligados a ossos, articulações e músculos
Oftalmologia (Ganka)	Casos de doenças nos olhos. Quando necessitar usar óculos e lentes de contatos
Dentista (Shika)	Casos de cáries e dores de dentes
Otorrinolaringologia (Jibika intoka)	Casos de doenças ligadas ao ouvido, nariz e garganta
Dermatologia (Hifuka)	Doenças ligadas à pele
Obstetrícia (Sanfujinka)	Trata-se doenças ginecológicas, gravidez e parto
Psicologia (Seishinka)	Casos de problemas e doenças ligadas à psicologia
Urologia (Hinyokika)	Casos de doenças ligados aos rins e bexiga

※Existem ainda outras especialidades.

Clínicas • Consultórios : Casos de gripes, mal estar, ferimentos pequenos, consultar clínicas e consultórios particulares. Na apresentação da clínica está anotado a sua especialidade. Poderá ser atendido por médico da especialidade propriamente dita.



- Maiores informações no home page de “*Saku ishi kai*”.(Associação de Médicos da cidade de Saku)



<http://www.saku-ishikai.or.jp>

Código QR do home page de *Saku ishi kai*

- Casos de emergência no período noturno durante a semana ou em dia de feriado poderá ser atendido por médico plantonista. Verificar detalhes no home page do *Saku ishi kai*.
- Em caso de doença ou ferimento repentino de crianças • casos de necessidade de primeiros socorros em casa • informações sobre vacinas • informações com relação a cuidados com crianças, há informações gratuitas! Abaixo, segue o site ↓ com maiores informações.

Aplicativo para Smartphone: “Oshiete doctor ! Doenças de crianças e cuidados em casa!” (Edição: *Saku ishi kai* (Associação de Médicos da cidade de Saku))

<https://oshiete-dr.net/>



Código QR para iPhone



Código QR para Android



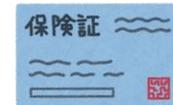
Como consultar o hospital



Com relação à consulta no hospital, há hospitais que necessitam fazer reserva antecipada e há hospitais que fazem a consulta segundo a ordem de chegada.

Antes de se consultar, telefonar ☎ e se informar. Caso necessite de intérprete, ir acompanhado com alguém que fale o idioma japonês.

Ao chegar no hospital, mostrar na recepção o **cartão de seguro médico**. (Caso não possua o cartão de seguro médico, as despesas de consulta e exames deverão ser pagas pela própria pessoa)



Ao ser chamado entrar na sala de consulta. Transmitir os sintomas ao médico para receber tratamento.



Quando terminar a consulta, pagar a despesa da consulta no balcão da tesouraria e receber de volta o cartão de seguro médico. Caso ganhe receita médica (*shohosen*), comprar o remédio na farmácia.



CONTROLE DA SAÚDE



● Exame de saúde

Para viver de forma saudável, vamos fazer o exame de saúde e as consultas médicas regularmente. Dependendo do tipo do vale de consulta, haverá diferentes tipos de exames médicos que poderão realizar. Ver detalhes no Calendário Anual de Saúde da cidade de Saku (Kenko Calendar)



Vale de consulta	Faixa etária	Tipos de Exames de Saúde realizáveis
Vale de consulta A (Jyushinken A)	Moradores da cidade de Saku com idade entre 40~74 anos cadastradas no Seguro Médico Nacional	<ul style="list-style-type: none">• Exame médico específico (Exame de sangue, exame de urina, etc)• Exame preventivo para câncer (estômago • intestino • útero • mamas • próstata • pulmão • hepatite)
Vale de consulta B (Jyushinken B)	Pessoas acima de 75 anos	<ul style="list-style-type: none">• Exame médico específico (Exame de sangue, Exame de urina, etc)• Exame preventivo para câncer (estômago • intestino • útero • mamas • próstata • pulmão • hepatite)
Vale de consulta C (Jyushinken C)	Pessoas entre 35~39 anos	<ul style="list-style-type: none">• Exame médico específico (Exame de sangue, Exame de urina, etc)• Exame preventivo para câncer (útero)
Vale de consulta D (Jyushinken D)	Moradores da cidade de Saku com idade entre 40~70 anos e que não estejam cadastradas no Seguro Médico Nacional	Varia de acordo com o tipo de seguro médico que a pessoa se cadastrou. Consultar detalhes à agência emissora de cartão de seguro saúde.
Vale de consulta E (Jyushinken E)	Mulheres com idade de: 20 • 22 • 24 • 26 • 28 • 30 • 32 • 34	Exame preventivo para câncer de colo de útero



● Consulta sobre saúde ~É possível fazer consultas com Enfermeira de saúde • nutricionista • enfermeira, etc~

É possível fazer consultas a qualquer momento caso tenha dúvidas com relação à saúde física ou mental. Caso tenha dúvidas ligadas a “Doenças causadas pelo hábito”, “Dúvidas sobre o resultado do exame médico”, “Consultas sobre a saúde dos familiares”, etc. venham nos consultar.



Informações

Prefeitura da cidade de Saku, Kenko zukuri suishin-ka TEL : 0267-62-3189

Usuda shisho, Kenko zukuri suishin-kakari TEL : 0267-82-3115

Asashina shisho, Kenko zukuri suishin-kakari TEL : 0267-58-2089

Mochizuki shisho, Kenko zukuri suishin-kakari TEL : 0267-53-3111

GRAVIDEZ • PARTO



● Ao se certificar sobre a gravidez

1 Receber a caderneta de saúde materno-infantil (Boshi Kenko Techo)

Quando tiver dúvida se engravidou ou não, consultar um ginecologista ou obstetra.

Quando houver confirmação sobre a gravidez, o médico emitirá o comprovante de gravidez (*Ninshin todoke*). Ao receber o comprovante, levar para a prefeitura na seção de assuntos ligados à saúde da mãe e do bebê (Haha to Ko no Sukoyaka Soudanshitsu) e ganhar a caderneta de saúde materno-infantil. Nessa caderneta serão anotados os resultados dos exames pré-natais, dados relacionados com o crescimento do bebê e as vacinas tomadas.

São registros importantes com relação ao crescimento, guardar em local seguro. Na cidade de Saku há também caderneta escrita em língua estrangeira.

2 Vamos fazer os exames pré-natais

Quando receber a caderneta de saúde materno-infantil (*Boshi kenko techo*) irá receber vales (de desconto) de alguns exames necessários que serão realizados nos exames pré-natais. Para manter a saúde durante a gravidez e ter um parto seguro, realizar sem falta os exames pré-natais

Informações

Saku Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-63-3080
(Sakushi hoken center)

Usuda Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-82-3115
(Usuda shisho)

Asashina Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-58-20
(Asashina shisho)

Mochizuki Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-53-3111
(Mochizuki shisho)

※Durante a semana: Segunda ~ Sexta

Usuda • Asashina • Mochizuki : somente pela manhã



● Quando o bebê nascer



1 Entregar o comprovante de nascimento

Quando o bebê nascer, entregar o comprovante de nascimento (*shussho todoke*) na prefeitura. Até o momento da entrega, deixar definido o nome do bebê.

	Quando	Quem	Onde	O que levar
Entrega do comprovante de nascimento	Até 14 dias após o nascimento	Pai ou Mãe	Na prefeitura da cidade onde mora os pais ou na prefeitura da cidade onde a criança nasceu	<ul style="list-style-type: none">• Comprovante de nascimento (<i>Shussho todokedesho</i>) (comprovante de nascimento emitido pelo médico, etc)• Carimbo do nome ou assinatura• Caderneta materno-infantil

※Há casos em que é necessário registrar no seu país de origem, informar-se também no Consulado ou Embaixada.

Informações

Prefeitura da cidade de Saku, Shimin-ka TEL : 0267-62-3087 (direto)

Usuda shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-82-3111 (geral)

Asashina shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-58-2001 (geral)

Mochizuki shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-53-3111 (geral)



2 Receber a caderneta de saúde do bebê (*Akachan techō*)

Ao entregar o comprovante de nascimento do bebê, passar também no guichê de assuntos ligados à saúde da mãe e do bebê (Haha to ko no sukoyaka Soudan shitsu), onde receberá a caderneta “*Akachan techō*”. Nessa ocasião receberá informações sobre os serviços de assistência ligados aos cuidados com o bebê. Levar a caderneta de saúde materno infantil e carimbo do nome.

★Maiores informações constam na pág. 12 do encarte: “Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu”

3 Providenciar o “Zairyu Card” da criança que nasceu



Dentro de 30 dias após o nascimento da criança, ir até o Escritório de Administração de Entradas e Saídas do país (*Shutsu nyukoku kanrikyoku*) e entregar os documentos necessários para receber o visto de permanência da criança. Maiores detalhes, verificar na pág. 25 sobre “Zairyu Card”.

4 “Jido teate” (Auxílio para ajudar nos cuidados da criança)

Quando nascer uma criança, esta poderá receber o auxílio “*Jido teate*”. Esse auxílio continuará até a criança terminar o *chugakko* (ensino fundamental). Fazer a solicitação no guichê “*Kosodate shien-ka*” da prefeitura da cidade de Saku. (TEL: 0267-62-3149)

5 Auxílio para despesas médicas (para gestantes)

Durante a gravidez e até o final de um mês após o parto, ao consultar uma instituição médica utilizando o cartão do seguro médico, a despesa médica referente ao valor acima de 500 ienes será restituído posteriormente.

<Ao consultar a Prefeitura da cidade de Saku: Levar comprovante de seguro médico, caderneta de saúde materno infantil e caderneta da conta bancária.>

6 Auxílio para despesas médicas (para crianças)

Para crianças de até 18 anos, ao consultar uma instituição médica utilizando o seguro saúde a despesa médica a ser paga poderá ser limitado em até 500 ienes.

<Maiores informações consultar a prefeitura da cidade de Saku: Levar comprovante do seguro médico e caderneta da conta bancária>

Informações sobre Auxílio para despesas médicas

Prefeitura da cidade de Saku
Kokuho iryo-ka TEL : 0267-62-2915

● Exame de saúde para crianças

Na cidade de Saku para o crescimento saudável da criança realiza-se exame de saúde para crianças. O *Hoken Center* faz exame de saúde para crianças com 4 meses • 10 meses • 1 ano e 6 meses • por volta de 3 anos após o nascimento em 4 locais dentro da cidade. Caso tenha dúvidas ou queira fazer consultas é possível consultar a enfermeira de saúde ou a nutricionista. Maiores detalhes com relação às datas e locais constam no Calendário sobre Saúde ou no home page da cidade de Saku. O exame de saúde é gratuito. ※Realiza-se também Exame médico do 7^o mês. (É um exame médico realizado individualmente em instituição médica. Após o nascimento da criança, ao receber o “*Akachan Techō*”, é possível ganhar o vale para o exame médico.)



● Vacinas (Aplicações de vacinas)

A criança deve receber as vacinas para imunização.

A aplicação de vacina é gratuita mas caso a criança não esteja na idade apropriada para o recebimento de vacina, pode ocorrer de uma parte da vacina não ser gratuita. Maiores informações são fornecidas no “Haha to Ko no Sukoyaka Soudanshitsu”.(Seção que lida com assuntos ligados a mãe e filho(a))



Informações

Saku, Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-63-3080
(Saku-shi Hoken center)

Usuda, Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-82-3115
(Usuda shisho)

Asashina, Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-58-2089
(Asashina shisho)

Mochizuki, Haha to ko no sukoyaka soudan shitsu TEL : 0267-53-3111
(Mochizuki shisho)

※De segunda~sexta Usuda • Asashina • Mochizuki,somente pela manhã

※ Na cidade de Saku, há também aulas de orientação para iniciação de alimentos sólidos (papinhas), aulas de orientação para dentição, etc. Há vários programas de suporte aos cuidados com crianças. Qualquer dúvida venham nos consultar.

● Creche • Creche autorizada • Jardim de infância



1 Creche • Creche autorizada (*Nintei Kodomoen*)

Creche é um local que ajuda a cuidar das crianças (**crianças a partir de 0 anos de idade até atingir a idade escolar**) quando o pai e a mãe estiverem trabalhando ou quando os mesmos estiverem doentes e não puderem cuidar dos filhos. Para deixar a criança na creche é necessário fazer o pedido previamente. Na cidade de Saku, existem 15 creches públicas, 9 creches particulares e 1 “*Nintei Kodomoen*” (Creche autorizada) e 2 creches de pequeno porte. Para maiores informações, consultar a prefeitura da cidade de Saku.

Informações

Prefeitura da cidade de Saku, Kosodate shien-ka TEL : 0267-62-3149

Usuda shisho, Koreisha jidofukushi-kakari TEL : 0267-82-3111

Asashina shisho, Koreisha jido fukushi-kakari TEL : 0267-58-2001

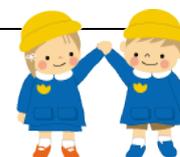
Mochizuki shisho, Koreisha jido fukushi-kakari TEL : 0267-53-3111



2 Jardim de Infância

Jardim de Infância é uma pré-escola onde crianças a partir de 3 anos completos até **a idade antes de entrar na escola podem frequentar**. Na cidade de Saku existem 5 Jardins de Infância. Caso queira colocar a criança num Jardim de Infância, solicitar informações diretamente no Jardim de Infância interessado.

Nome do Jardim de Infância	Endereço	Telefone
Yochien Católico	Saku-shi, Toride- machi185-1	0267-62-0945
Asama Yochien	Saku-shi, Nagatoro1383	0267-67-3805
Saku Yochien	Saku-shi, Sarukubo 232	0267-67-1508
Saku Minami Yochien	Saku-shi, Yuhara 11-1	0267-82-1155
Shira hato Yochien	Saku-shi, Kyowa 2322-1	0267-53-2611



Website “Papa mama Fre” , página destinada para auxiliar nos cuidados com crianças

A cidade de Saku criou o Website “Papa mama Fre” juntamente com empresas particulares para informar sobre serviços públicos oferecidos para auxiliar nos cuidados com crianças. Pode-se usar como uma das referências.

URL [https : //saku-city.mamafre.jp/](https://saku-city.mamafre.jp/)



Escola

Shogakko (Ensino fundamental)	Chugakko (Ensino fundamental)	Koukou (Ensino médio)	Ensino superior
A partir de 6 anos completos	A partir de 12 anos completos	A partir de 15 anos completos	A partir de 18 anos completos
Matrícula em abril	Matrícula em abril	Matrícula em abril	Matrícula em abril
Duração: 6 anos	Duração: 3 anos	Duração: 3 anos	

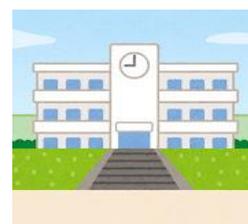


Período de educação obrigatória: 9 anos

Escola Federal : Escola fundada pelo país

Escola Pública : Escola fundada pela província ou cidade

Escola particular : Escola que não seja federal ou pública



※Nas escolas federais e públicas não é necessário pagar matrícula, mensalidade e livro escolar. Parte das despesas tais como merenda escolar e material didático devem ser pagas. Na escola particular tudo deve ser pago.



1 Ensino fundamental (Shogakko • Chugakko)

No Japão o ensino fundamental é obrigatório e dura 9 anos, sendo 6 anos de *shogakko* e 3 anos de *chugakko*. Crianças com nacionalidade estrangeira não são legalmente obrigadas a ingressar no ensino fundamental mas, se desejarem, podem frequentar o *shogakko* e *chugakko*. Maiores informações podem ser solicitadas no *Kyoiku Iinkai, Gakko Kyoiku-ka*. (Secretaria da Educação)

●Jidokan (Estabelecimento da cidade para crianças)

Após o término das aulas, caso o pai e a mãe estejam ausentes em casa por causa do trabalho, as crianças podem ficar no *Jidokan*. Esse estabelecimento fica próximo da escola sendo possível a criança ir a pé. Podem ficar estudando ou brincando com os colegas até que o pai ou a mãe venha buscar.



2 Ensino médio (Koukou)

É o curso que podem ingressar após o término do ensino fundamental. Quase todas as escolas realizam exame de avaliação para o ingresso. A partir do ensino médio (*Koukou*) é necessário pagar a matrícula, mensalidade e livro escolar.

3 Ensino superior • Ensino superior de curta duração, etc

O curso superior é possível ingressar após a conclusão do ensino médio (*Koukou*). No Japão há vários cursos de ensino superior. Para o seu ingresso há exame de avaliação. As despesas de matrícula e mensalidade devem ser pagas pela própria pessoa.



~Auxílio bolsa de estudos(*Shugaku enjyo*) • Bolsa (*Shogakukin*)~

Caso não tenha condições de frequentar a escola por motivos econômicos, existe um sistema de ajuda financeira. Maiores informações podem ser obtidas no *Kyoiku Iinkai*, *Gakko kyoiku-ka*.

Informações

Prefeitura da cidade de Saku, Gakko Kyoiku-ka TEL : 0267-62-3478

Nagano-ken, Kyoiku Iinkai TEL : 026-235-7428

VIDA DIÁRIA

●Luz

●Antes de começar a usar energia elétrica, é necessário fazer a solicitação de uso de energia elétrica.

Informar-se na empresa de energia elétrica, no escritório da cidade de Saku (*Chubu Denryoku Saku Eigyo-sho*) ou perguntar ao zelador do prédio.

●Energia elétrica nas casas do Japão

A voltagem elétrica e a frequência nas casas do Japão são de 100 volts e 60 hertz.

(Em Tóquio é 50 hertz) Caso venha a utilizar eletrodoméstico trazidos do exterior, informar-se de antemão no *Chubu Denryoku Saku Eigyo-sho* sobre a utilização dos mesmos.

●Gás

~Quais são os tipos de gás?~

Existem 2 tipos de gás que são o **Gás encanado da cidade** (faz-se o encanamento de gás na casa e o gás sai de tubos apropriados) e o **Gás propano** (Gás acondicionado em butijão próprio. Instala-se o butijão em casa) .

●Qual aparelho a gás deve ser utilizado?

Devido a existência de 2 tipos de gás, o aparelho a ser usado depende do tipo de gás. Certificar de antemão o tipo de gás e utilizar somente o aparelho que for compatível. A utilização do aparelho que não seja compatível é muito perigoso.

●Cuidados a serem tomados ao utilizar o gás

- Ao acender o gás, ventilar bem o local.
- Após o uso do gás, certificar se realmente fechou a válvula do gás.
- Em caso de terremoto, apagar imediatamente o fogo e fechar a válvula do gás.



●Água

- Para começar ou parar o uso da água, é necessário fazer a comunicação à empresa fornecedora do serviço.

Perguntar ao zelador do prédio onde contactar.

- Ao utilizar a água, cuidar nos detalhes que seguem abaixo.

Após o mês de novembro, a água da encanação pode congelar por causa do frio. Para evitar isso, tomar as providências tais como colocar protetor na encanação para evitar o congelamento ou retirar a água de uma parte da torneira para evitar o congelamento dos mesmos.

●Esgoto

- Para começar ou parar o uso do esgoto, é necessário fazer a comunicação à empresa fornecedora do serviço.

Dependendo do local onde se mora, o contato para a comunicação é diferente. Perguntar ao zelador do prédio onde contactar.

- Ao utilizar o esgoto, cuidar nos detalhes que seguem abaixo.

- Não se deve utilizar papéis além do papel higiênico. Não se deve jogar qualquer outro lixo e óleos, dar a descarga de água. Pode ocorrer entupimento do encanamento de esgoto do banheiro e da cozinha.
- Ao utilizar o esgoto é necessário pagar a tarifa de utilização. Além da tarifa do esgoto, há também a tarifa de utilização da água que virá separadamente. Favor não esquecer o pagamento de ambos.

Informações ligadas com Luz • Gás • Água • Esgoto

(Luz) Chubu Denryoku Saku Eigyocho TEL : 0267-74-2100

(Gás)

Gás Propano : Loja mais próxima que venda butijão de gás propano

Gás encanado da cidade : Nagano Toshi Gasu Komoro Shisha,
Saku Shuchojyo TEL : 0267-68-5252

(Água) Saku Suido Kigyodan TEL : 0267-62-1290

(Esgoto) Saku-shi Gesuidou Kanri Center TEL : 0267-63-0101

Minami Saku Kankyo Eisei Kumiai TEL : 0267-86-7710

COMO DESCARTAR LIXO

Na cidade de Saku há regras para descarte de lixos. Há diferenças conforme o bairro onde se mora. Descartar os lixos conforme a tabela de separação de descarte de lixos e obedecendo os respectivos horários.

●Regras básicas de como descartar lixo

- 1 Usar o saco de lixo definido pela cidade e obedecer o horário marcado para coleta



Horário de coleta: **6:30 ~ 7:30 hs da manhã**

Para descarte de lixo é necessário usar sempre o “**Saco de Lixo para uso caseiro definido pela cidade de Saku**” (exceto lixo de papéis recicláveis 【Tipo A】) . Escrever o nome e deixar no local de coleta na manhã do dia definido, entre 6:30 ~ 7:30 hs.

Saco de Lixo: É vendido nas lojas da cidade (supermercado • lojas de conveniências, etc). 1 pacote (10 unidades) custa 100~165 ienes.

- 2 Obedecer às regras de separação

O lixo **não coletado é devido ao não cumprimento das regras de descarte de lixo.** Se o seu lixo foi deixado no local de coleta, levar de volta para casa, **verificar o aviso anexado no lixo (cartão amarelo)** , separar o lixo corretamente conferindo a regra de descarte e colocar novamente no local de coleta no próximo dia de coleta.



- 3 Não descartar o lixo em saco duplo

Não colocar o lixo em saco de supermercado e não embrulhar em jornais. Colocar diretamente no saco de lixo.

4 Lixo proveniente de atividades comerciais (lixo de lojas e outros locais comerciais)

O lixo proveniente de atividades comerciais não podem ser descartados no local de coleta de lixo resultante da vida cotidiana. Maiores informações podem ser obtidas no *Seikatsu Kankyo-ka* da Prefeitura de Saku.

Poster de como descartar lixo do cotidiano

Informe-se através do código QR da região onde mora

Saku • Asashina • Mochizuki



Usuda



Informações com relação ao descarte de lixo

Prefeitura da cidade de Saku, Seikatsu kankyou-ka	TEL : 0267-62-3094
Usuda shisho, Keizai kensetsu kankyou-kakari	TEL : 0267-82-3111
Asashina shisho, Keizai kensetsu kankyou-kakari	TEL : 0267-58-2001
Mochizuki shisho, Keizai kensetsu kankyou-kakari	TEL : 0267-53-3111



CARTEIRA DE HABILITAÇÃO



Ao dirigir carros, motocicletas e bicicletas no Japão, devemos sempre obedecer as regras de trânsito.

●Ao dirigir carros ou motocicletas é necessário ter a Carteira de Habilitação !

1 Carteira de Habilitação do Japão (Escolher entre as opções 1 e 2)

① Obtenção da Carteira de Habilitação no Japão

É possível obter a Carteira de Habilitação para veículos após aprender a dirigir e estudar as regras de trânsito nas auto-escolas (Jidosha kyoshujyo) e ser aprovado na prova de habilitação realizada pela polícia.

② Trocar a Carteira de Habilitação de seu país para a Carteira de Habilitação do Japão

Neste caso só é possível fazer o pedido, pessoas que permaneceram em seu país por 3 meses ou mais após a aquisição da carteira de habilitação. Maiores detalhes solicitar no centro de Assuntos ligados à Carteira de Habilitação, "Chunanshin Unten Menkyo Center."

2 Carteira de Habilitação Internacional

(Carteira de Habilitação utilizável nos países que fazem parte do Tratado de Genebra)

3 Carteira de Habilitação estrangeira, acompanhado de documento traduzido para a língua japonesa nas respectivas embaixadas.

(Somente para Carteira de Habilitação da Estônia, Alemanha, França, Suíça, Bélgica, Mônaco e Taiwan)

●Regras de trânsito para bicicletas

- Por lei a bicicleta deve ser veiculada basicamente na rua (onde anda o carro).
- Veicular no lado esquerdo da rua.
- Quando andar na calçada ou no espaço para pedestres, veicular a uma velocidade capaz de parar imediatamente quando necessitar. Quando houver pedestres, fazer uma parada.
- Ao tomar bebida alcoólica é proibido dirigir uma bicicleta também!
- É proibido andar em uma bicicleta com 2 pessoas ao mesmo tempo!
- Durante a noite é necessário acender as luzes.
- É perigoso usar o telefone celular ou guarda-chuva quando estiver dirigindo a bicicleta. Vamos evitar essa conduta!



Informações sobre carteira de habilitação

Hokushin Unten Menkyo Center TEL : 026-292-2345

Toshin Unten Menkyo Center TEL : 0267-53-1550

Chunanshin Unten Menkyo Center TEL : 0263-53-6611

ZAIRYU CARD

~É um cartão muito importante, necessário para morar no Japão~

O que é Zairyu Card?

É o documento de identificação do estrangeiro no Japão. No cartão está escrito o nome, nacionalidade e endereço. Pessoas com **16 anos ou mais que for morar no Japão por “3 meses” ou mais, sempre deverá portar esse documento de identidade.** Sempre será necessário apresentar o Zairyu Card na entrega de documentos no Escritório da Imigração, na prefeitura, etc. É necessário também em bancos para a abertura de conta bancária.



① Ganha-se o cartão no aeroporto



② Dentro de 14 dias fazer o “Registro de morador” (*Jyumin toroku*), na prefeitura da cidade de Saku (※Shimin-ka)



③ Caso não tenha recebido o cartão no aeroporto, será enviado até a sua casa.



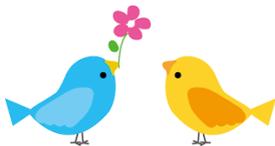
※ Informações sobre “*Tennyu todoké*” (Registro de morador)

Prefeitura da cidade de Saku, Shimin-ka TEL : 0267-62-2111

Usuda shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-82-3111

Asashina shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-58-2001

Mochizuki shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-53-3111



★Quando nascer um bebê • •



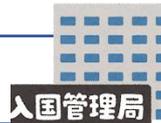
Caso o bebê não tenha nacionalidade japonesa ou caso o bebê permaneça no Japão por mais de 60 dias após o nascimento, ir até o escritório de Imigração mais próximo de sua cidade para apresentar os documentos e ganhar o Zairyu Card do bebê.

Quando o bebê nascer, **dentro de 14 dias** após o nascimento, ir até a prefeitura de Saku (Shimin-ka) e fazer o registro do bebê (*Shussho todoke*). Ver (p.13) .

A prefeitura entregará o “*Shussho todoke jyuri shomeisho*” e o “*Jyuminhyo no utsushi*” ou “*Jyuminhyo kisai jiko shomeisho*” .



Dentro de 30 dias após o nascimento do bebê, ir até o escritório da Imigração levando o documento com os dados do bebê emitido pela prefeitura.



※Verificar detalhes no home page do Escritório da Imigração.

http://www.moj.go.jp/ONLINE/IMMIGRATION/ZAIRYU_HENKO/zairyu_henko10.html



★Quando necessitar alterar os dados do Zairyu Card • • •

- **Período de estadia:** Caso queira alterar o prazo de permanência (solicitar antes da última data permitida para a permanência no Japão)
→ É possível dar entrada no Escritório da Imigração até 3 meses antes do vencimento do prazo de permanência.
- **Tipo de visto de permanência:** Caso queira mudar o tipo de visto de permanência (se houve mudança no objetivo de estar no Japão)
→ É possível dar entrada no Escritório de Imigração desde o dia que houve mudança no objetivo até o dia do vencimento do visto de permanência.
- **Mudança de Nome • Sexo • Nacionalidade • Endereço**
→ Fazer a mudança dentro de 14 dias no Escritório da Imigração mais próximo

<O que levar>

• Passaporte • Zairyu Card

• 1 foto recente tirada até 3 meses antes (4 cm×3cm)

- **Quando houver alteração no local de trabalho ou alteração no local de estudo**
(※Pessoas com visto permanente não é necessário fazer alteração)
→ Solicitar informação dentro de 14 dias após a mudança no Escritório de Imigração mais próximo de sua casa
- Casos de **divórcio** ou **falecimento** do cônjuge (※Pessoas com visto permanente não é necessário fazer alteração)
→ Em casos de divórcio ou falecimento do cônjuge, ir dentro de 14 dias após o divórcio ou falecimento até o Escritório de Imigração mais próximo de sua casa.

<Levar>

• Zairyu Card

★Quando perder o Zairyu Card . . .

Ao perceber que perdeu o Zairyu Card, avisar o ocorrido dentro de 14 dias no Escritório de Imigração (*Shutsu nyukoku kanrikyoku (Nyukan)*) mais próximo de sua casa e receber o novo Zairyu Card.

※ Verificar maiores informações no home page do Escritório da Imigração.

★Para devolver o Zairyu Card . . .



O Zairyu Card de pessoas que não pretendam mais voltar ao Japão após a saída, ou de pessoas falecidas deve ser devolvido dentro de 14 dias desde a data de perda de utilização.

- Caso saia do Japão sem pretensão de retornar : Devolver o cartão no aeroporto ou porto de navio
- Quando alguém da família ou alguém que more junto vier a falecer : Devolver no Escritório de Imigração mais próximo de sua casa ou devolver via correio juntamente com o documento comprobatório. Maiores informações seguem no site abaixo.

※ Verificar maiores informações no home page do Escritório da Imigração.

Maiores informações sobre o “Zairyu Card” podem ser encontradas no Guia do Cotidiano e Trabalho sob supervisão da Agência de Controle de Entrada e Saída do País (*Shutsu nyukoku zairyu kanri-cho Kanshu*)



Maiores informações:

◎Nyukan (Escritório da Imigração)
(Shutsu nyukoku zairyu kanri-cho)
<http://www.immi-moj.go.jp/index.html>

◎Tóquio Shutsu nyukoku zairyu kanrikyoku
Nagano shutyojyo

TEL 026-232-3317(Atendimento: 9:00~12:00 e 13:00~16:00)

◎Gaikokujin Zairyu Sogo Information Center (Centro de Informação
Geral para Estrangeiros Residentes)

Centro de Informações (Atendimento de semana: **8:30~17:15**)

TEL 0570-013904

TEL 03-5796-7112 (IP, PHS, ligação do exterior)



REGISTRO DO CARIMBO DO NOME

No Japão ao fazer um contrato importante tais como a compra de carro, lote de terreno ou casa, moradia própria, ao invés da assinatura, pode ocorrer de solicitarem o carimbo de nome especial denominado “Jitsuin”. Quem precisar do *Jitsuin* deve levar o carimbo do nome na prefeitura onde mora e realizar o registro do mesmo.

Jitsuin : É utilizado ao realizar compras importantes tais como carro, lote de terreno e casa própria.

Mitomein : É utilizado nos formulários que se dá entrada na prefeitura, recebimento de pacotes do correio e assuntos ligados a conta corrente de bancos.



Quem pode realizar o registro do carimbo do nome	Morador estrangeiro residente na cidade de Saku com idade igual ou acima de 15 anos
Locais onde se pode fazer o registro	Prefeitura da cidade de Saku, Shimin-ka TEL : 0267-62-30 (direto) Usuda Shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-82-3111 (geral) Asashina Shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-58-2001 (geral) Mochizuki Shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-53-3111 (geral)
Levar	Carimbo que irá registrar e Zairyu Card ou Carteira de Habilitação

< Com relação ao tipo de carimbo possível de registrar >

Carimbo de nome segundo o registro do nome feito na cidade de Saku (pode ser o *Tsushomei* (nome usual), pode ser de tamanho retangular cujo comprimento seja superior a 8 mm e outro lado inferior a 25 mm.

Carimbo feito de borracha ou material não durável não pode ser registrado

Após a efetuação do registro, o solicitante receberá a [Caderneta de registro do carimbo do nome \(Inkan torokusho, cadeneta azul\)](#) , que deve ser guardado em local seguro.

Comprovante de Registro do Carimbo do Nome . . . ao utilizar o *Jitsuin* em contratos importantes, é necessário anexar o Comprovante de Registro do Carimbo do Nome. Quando necessitar desse comprovante, ir até a prefeitura levando juntamente a [Caderneta de Registro do Carimbo do Nome](#).



SEGURO MÉDICO



~ SEGURO MÉDICO EM CASOS DE DOENÇAS E FERIMENTOS ~

No Japão existe o Seguro Médico (seguro em casos de doença e ferimento) onde todos contribuem para poder consultar o hospital ao adoecer ou ferir-se. Com o seguro ao fazer consulta no hospital a despesa ficará menor. **Ao residir no Japão deve-se cadastrar obrigatoriamente.** São divididos em 3 tipos, **cadastrar-se em um dos que seguem abaixo.**

● Seguro Social (*Shakai Hoken, etc.*)

Seguro Social é voltado para assalariados. A própria empresa deverá fazer o cadastro. Caso tenha dúvidas esclarecer com a empresa empregadora.

● Seguro de Saúde Nacional (*Kokumin Kenko Hoken*)

- **Estrangeiros que forem residir mais que 3 meses no Japão** devem se cadastrar.

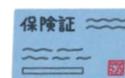
Pessoas com idade até 74 anos e que não estejam cadastrados no Seguro Social, devem fazer o cadastro no Seguro de Saúde Nacional na prefeitura da cidade de Saku.

● Seguro Médico Pós-Idade Avançada (*Kouki Koreisha Iryo Hoken*)

- **Estrangeiros que forem residir mais que 3 meses no Japão, pessoas com idade acima de 65 anos e tenham inabilidade física e queiram realizar o cadastro e pessoas com idade acima de 75 anos de idade,** devem entrar neste seguro.

※Ao completar 75 anos todos são cadastrados automaticamente. Neste caso não há necessidade de tomar quaisquer providências.

~ **Comprovante de Seguro Médico** ~ Ao se cadastrar, o solicitante receberá o comprovante de seguro saúde automaticamente. **O comprovante de Seguro Saúde é muito importante.** Sempre que for a uma instituição médica, levar sem falta.



~ **Taxa de Seguro** ~ Após cadastrar-se no Seguro Saúde será necessário pagar as taxas referentes ao seguro (boletos do seguro a serem pagos). Ao ser cadastrado no Seguro Social da empresa onde se trabalha, mensalmente será descontado do salário o valor referente ao seguro social. Ao cadastrar-se no Seguro de Saúde Nacional ou Seguro Médico Pós-Idade Avançada estes devem ser pagos na prefeitura. Maiores informações, solicitar na prefeitura.



Informações sobre Seguro de Saúde Nacional • Seguro Saúde Pós-Idade Elevada

Prefeitura da cidade de Saku, Kokuho Iryo-ka TEL : 0267-62-3164

Usuda Shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-82-3111

Asashina Shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-58-2001

Mochizuki Shisho, Shimin-kakari TEL : 0267-53-3111

SEGURO DE ATENDIMENTO SOCIAL AO IDOSO

~SEGURO PARA USUFRUIR QUANDO TORNAR NECESSÁRIO~

Seguro de Atendimento Social ao Idoso (*Kaigo Hoken*) é um Sistema de Seguro onde as pessoas cadastradas contribuem para usufruir-se dos benefícios quando necessitar. Na idade avançada, ao adquirir alguma doença especial e necessitar de ajuda no dia-a-dia, poderá receber a “Atendimento Social ao Idoso” (Kaigo Service).



Estrangeiros que permanecerem no Japão por mais que 3 meses, deve-se cadastrar no seguro de atendimento social ao idoso.

① Pessoas entre 40 e 64 anos • • •

Estrangeiros cadastrados no Seguro Saúde, são cadastrados no Seguro de Atendimento Social ao Idoso (“Kaigo hoken”)
(Informar-se na empresa onde se trabalha)

② Pessoas com mais de 65 anos • • •

Todos são cadastrados no Seguro de Ajuda para Idade Avançada.

(A prefeitura enviará uma carta em sua casa. Não é necessário fazer nenhum procedimento)

Quando desejar o serviço de Ajuda para Idade Avançada, é necessário passar por uma avaliação prévia da prefeitura para certificar o grau de necessidade de ajuda, chamado “Youkaigo”. Nesse caso, solicitar a avaliação na prefeitura.

~Valor do Seguro de Atendimento Social ao Idoso~

Estrangeiro com 40 anos ou mais que pretenda morar mais que 3 meses no Japão deve-se cadastrar no Seguro Saúde e pagar as alíquotas (taxas em dinheiro) referentes ao seguro para atendimento social ao idoso.

① Pessoas entre 40 e 64 anos • • • A taxa referente ao Seguro de Ajuda para Idade Avançada será descontada mensalmente do salário.

② Pessoas com mais de 65 anos • • • basicamente a taxa do Seguro de Atendimento Social ao Idoso será descontada do valor da “aposentadoria” ver p.30.

Há casos em que o pagamento pode ser realizado através de boletos para pagamentos ou fazer débito automático via banco. Maiores informações podem ser solicitadas na prefeitura.

Maiores informações sobre Seguro de Atendimento Social ao Idoso

Prefeitura da cidade de Saku, Koreisha fukushi-ka	TEL : 0267-62-3154
Usuda shisho, Koreisha jido fukushi-kakari	TEL : 0267-82-3111
Asashina shisho, Koreisha jido fukushi-kakari	TEL : 0267-58-2001
Mochizuki shisho, Koreisha jido fukushi-kakari	TEL : 0267-53-3111

APOSENTADORIA

O Sistema de Aposentadoria no Japão foi elaborado para todas as gerações na ativa sustentarem pessoas aposentadas ou pessoas **que por ventura venham sofrer** alguma deficiência ficando impossibilitadas de trabalhar.

Ao completar 20 anos deve-se cadastrar no Sistema de Aposentadoria e pagar as parcelas mensais para: ① **quando envelhecer** ② **quando adoecer ou ficar com sequelas devido a doença ou ferimento**, ou ③ **quando falecer o responsável da família**, poder receber o benefício.

- Na idade de 20~60 anos, independentemente da nacionalidade, deve **fazer o pagamento da aposentadoria**.
- Ao contribuir mais que 10 anos, **quando completar 65 anos ou mais poderá receber o benefício**.

● Pensão Nacional (Kokumin Nenkin) (Caso não esteja cadastrado na Pensão de Previdência, cadastrar-se na Pensão Nacional)

Fazer o cadastro na prefeitura da cidade de Saku.



● Pensão de Previdência Social (Kosei Nenkin) (Tipo de pensão que os assalariados se cadastram)

Cadastra-se através da empresa onde trabalha. A empresa onde trabalha irá fazer o cadastro. Maiores informações no **Komoro Nenkin Jimusho (※Komoro Nenkin Jimusho : 0267-22-1080)**

● Reembolso da Aposentadoria (Dattai itijikin)

Estrangeiros que tenham feito contribuição por mais de 6 meses, ao retornarem ao seu país de origem poderá solicitar o reembolso do valor referente à aposentadoria paga até então. Essa solicitação, deve ser feita dentro de 2 anos após a saída do Japão.

Informações sobre Pensão Nacional

Prefeitura da cidade de Saku, Kokuho iryo-ka	TEL : 0267-62-3093
Usuda shisho, Shimin-kakari	TEL : 0267-82-3111
Asashina shisho, Shimin-ka	TEL : 0267-58-2001
Mochizuki shisho, Shiminka-kakari	TEL : 0267-53-3111

IMPOSTOS



Impostos são recursos financeiros importantes para construir uma sociedade agradável de se morar. Em linhas gerais existem 2 tipos de impostos, isto é, o imposto nacional (imposto pago ao governo federal) e o imposto regional (imposto pago para a cidade e para a província). **Ao morar no Japão, independentemente da nacionalidade, é necessário fazer a contribuição de impostos.** Deve-se pagar dentro do prazo definido.

● Imposto Residencial (Kojin Shiminzei • Kenminzei) (Imposto regional)

São impostos que devem ser pagos para a cidade e para a província onde se mora. Os impostos serão utilizados para custear os serviços públicos necessários na vida diária. Ambos os impostos provincial e municipal podem ser pagos na cidade de Saku.

~Quem deve pagar os impostos municipal e provincial~

- Pessoa que tenha o endereço ou more na cidade de Saku
- Pessoa que tenha escritório ou comércio ou casa na cidade de Saku mas que não esteja morando na cidade de Saku

● Imposto sobre Ativo Imobilizado (Imposto regional)

Imposto pago por pessoa que, na data de 1 de janeiro do mesmo ano, possua terreno, casa, construção ou ativos depreciáveis.

Considera-se ativos depreciáveis as máquinas, aparelhos e utensílios necessários na administração de empresa ou fábrica ou comércio privado.

● Imposto sobre carro de pequena cilindrada (Imposto regional)

Imposto pago por pessoa que possua carro de pequena cilindrada ou motocicleta na data de 1^o de abril do mesmo ano na cidade de Saku.

● Imposto sobre rendas (Imposto nacional)

Imposto que deve ser pago conforme as rendas provenientes de trabalho, vendas de produtos, etc. recebidas no período de 1º de janeiro a 31 de dezembro.

Deve-se fazer a declaração de rendas no período de fevereiro a março do ano seguinte.

※Caso trabalhe em apenas 1 empresa e se a empresa realiza o ajuste de impostos diretamente na fonte (cálculo do imposto sobre rendas), não há necessidade da pessoa realizar a declaração de rendas.

Confirmar por si mesmo, a necessidade ou não de fazer a declaração de rendas na empresa onde se trabalha.



● Imposto sobre consumo (Imposto nacional)

São impostos pagos quando se compra produtos ou serviços.



Informações sobre Impostos

(Jyuminzei • Kotei shisanzei • Keijidoshazei)

Prefeitura da cidade de Saku, Zeimu-ka TEL : 0267-62-3040

Usuda shisho, Somu zeimu-kakari TEL : 0267-82-3111

Asashina shisho, Somu zeimu-kakari TEL : 0267-58-2001

Mochizuki shisho, Somu zeimu-kakari TEL : 0267-53-3111

FONTES DE INFORMAÇÕES PARA TRABALHADORES ESTRANGEIRO



● Linha Direta (Hot-line) para informações sobre condições de trabalho (Serviço subcontratado pelo Ministério da Saúde, Trabalho e Bem Estar)

Através desta linha é possível obter explicações sobre condições de trabalho, leis e apresentação de instituições relacionadas a leis de trabalho em 8 idiomas além da língua japonesa. A ligação é gratuita. É possível ligar via telefone celular também.

Idioma	Dia da semana	Horário	Telefone
Japonês	Segunda ~ domingo (diariamente)	Durante a semana (Seg~Sex) 17:00~22:00	0120-811-610
Inglês			0120-531-401
Chinês			0120-531-402
Português			0120-531-403
Espanhol	Ter • Quin • Sex • Sáb	Sáb. e Dom. e Feriados	0120-531-404
Tagalo	Ter • Quar • Sáb		0120-531-405
Vietnamita	Quar • Sex • Sáb	9:00~21:00 Exceto no intervalo de 29 de dez a 3 de jan	0120-531-406
Birmanês	Quar • Dom • Feriados		0120-531-407
Nepalês	Quin • Dom • Feriados		0120-531-408
Coreano			0120-613-801
Tailandês	Quin • Dom • Feriados		0120-613-802
Indonesiano	Quin • Dom • Feriados		0120-613-803
Cambojano	Seg • Sáb • Feriados		0120-613-804
Mongol	Seg • Sáb • Feriados		0120-613-805

● Quando deparar com problemas de trabalho

- Quando a empresa não pagar o salário
- Quando sofrer “*Ijime*” ou assédio sexual
- Quando não conseguir tirar férias no serviço
- Se o serviço for diferente do que foi combinado, etc.



Quando tiver problema ligado ao trabalho, ligue para o telefone abaixo.

Onde contatar	Dias da semana	Horário	Telefone
Komoro Rodo Kijyun Kantokusho	Segunda~Sexta	8:30~17:15	0267-22-1760

※ Fechado aos Sáb • Dom • Feriados e do dia 29 de dezembro a 3 de janeiro.

● Na procura de emprego • • • onde realizar consultas sobre trabalhos

Local para realizar consulta	Dias da semana	Horário	Telefone
Agência Pública de Emprego, Hello Work da cidade de Saku	Segunda~Sexta	8:30~17:15	0267-62-8609

● Onde esclarecer dúvidas do Estagiário de Habilidade

◎ Empresa responsável pelo treinamento (Local de trabalho)

Dúvidas ligadas ao cotidiano e ao serviço, **em primeiro lugar consultar o orientador da empresa onde trabalha.**

◎ Órgão de Supervisão

O Órgão de Supervisão tem a função de supervisionar e orientar as atividades (treinamento de habilidade). Pode-se esclarecer dúvidas na ocasião das visitas para orientação e vistoria.

◎ OTIT (Gaikokujin Gino Jisshu Kikou)

Caso tenha Estagiário de Habilidade (Gino Jisshusei) com problemas ou dúvidas pode-se contactar o OTIT por telefone, e-mail ou carta. A ligação é gratuita.

Idiomas	Dias da semana Horário	Telefone ※Horário além do atendimento, o atendimento será via gravação	Homepage nos respectivos idiomas para soudan
Vietnamita	Seg~Sex 11:00~19:00	0120-250-168	https://www.support.otit.go.jp/soudan/vi/
	Sáb 9:00~17:00		
Chinês	Seg • Quar • Sex 11:00~19:00	0120-250-169	https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/
	Sáb 9:00~17:00		
Indonésio	Ter • Quin 11:00~19:00	0120-250-192	https://www.support.otit.go.jp/soudan/id/
	Sáb 9:00~17:00		
Tagalo	Ter • Quin 11:00~19:00	0120-250-197	https://www.support.otit.go.jp/soudan/phi/
	Sáb 9:00~17:00		
Inglês	Ter • Quin 11:00~19:00	0120-250-147	https://www.support.otit.go.jp/soudan/en/
	Sáb 9:00~17:00		
Tailandês	Quin 11:00~19:00	0120-250-198	https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/
	Dom 9:00~17:00		
Cambojiano	Quin 11:00~19:00	0120-250-366	https://www.support.otit.go.jp/soudan/kh/
	Ter 11:00~19:00		
Birmanês	Ter 11:00~19:00	0120-250-302	https://www.support.otit.go.jp/soudan/mm/

○ Caso queira enviar correspondência: Enviar no endereço que se segue abaixo↓ :

〒108-0022 Tokyo, Minato-ku, Kaigan 3-9-15
LOOP-X 3 kai
Gaikokujin Gino Jisshu Kikou, Gino Jisshu-bu, Enjyo-ka

< Consultas em escritórios regionais e nos subdistritos >

Nos escritórios regionais e nos subdistritos (shisho) pode-se conversar pessoalmente além de poder consultar via telefone.

Caso queira auxílio de tradutor, comunicar que “necessito de um tradutor”(tsuyaku ga hitsuyo desu)

Nome do escritório	Área de jurisdição	Telefone	Endereço
Nagano shisho	Província de Niigata	026-217-3556	Nagano-ken, Nagano-shi, Minami
	Província de Nagano		Nagano, Suehiro-cho 1361 Nakajima Kaikan Building, 6 kai

☺ Atendimento na Prefeitura da cidade de Saku

Na prefeitura de Saku, no Koreisha fukushi-ka, atendemos às dúvidas de:



Estrangeiro que trabalhe como cuidador de idosos

~ Qualquer dúvida venha nos consultar ~ Há funcionário que domina a língua estrangeira.

A consulta é gratuita! **Mantemos sigilo!**

Morar distante da sua terra natal, com ambiente e costumes da vida diária e culturas diferentes, talvez possa causar tristezas e inseguranças.

Na cidade de Saku há balcão de atendimento às pessoas que trabalhem como cuidadores de idosos. Caso tenha algum problema na vida diária, problema ligado com a saúde e serviço, é possível fazer consultas para esclarecimentos das dúvidas. É possível consultar por telefone ou e-mail também.



Prefeitura da cidade de Saku, Koreisha Fukushi-ka
< Gaikokujin Kaigo Jinzai Soudan Madoguti >
TEL : 0267-62-3154 (direto)
E-mail: koureisya@city.saku.nagano.jp



Prefeitura da cidade de Saku

〒385-8501 Saku-shi, Nakagomi 3056

☎0267-62-2111 (Geral) FAX 0267-63-1680

Fukushi-bu, Koreisha Fukushi-ka / Kikaku-bu Iyukouryusuishin-ka