

Reflexão do mês

O corpo é a base, vamos cuidar da saúde para poder realizar um bom trabalho

Departamento Administrativo

Pedido de apresentação da declaração de dedução



Apresentar as duas vias (declaração da dedução do imposto) que foram enviadas juntamente com o holerite. Preencher os itens necessários e apresentar juntamente com os documentos referentes. Caso essa declaração não for apresentada, o cálculo do imposto será realizado como se não houvesse dependentes (mesmo que a pessoa possua dependentes). Para aqueles que trabalharam em outra empresa esse ano favor apresentar juntamente o comprovante de imposto retida na fonte (Guensen Choushuhyou).

Prevenção da Influenza

- ① **Vacina contra influenza**...Tomar a vacina atenua os sintomas, caso venha contrair a doença. **Para não propagar a doença, vamos tomar a vacina!!**
- ② **Lavar as mãos**...Método eficiente para que o vírus seja eliminado. Independente de ser ou não influenza, esta medida é uma prevenção básica de evitar o contágio.
- ③ **Manter o grau de umidade adequada**...Quando o ar está seco, é mais fácil o vírus da influenza se alastrar. Isto ocorre porque a resseca a membrana da garganta e diminui o mecanismo de defesa, portanto vamos manter a umidade entre 50%~60% !!!
- ④ **Descansar bastante e alimentar-se bem**...Tomar cuidado para manter uma alimentação saudável e descansar bastante diariamente para fortalecer o sistema imunológico.
- ⑤ **Evitar a sair à lugares movimentados ou onde há aglomeração de pessoas**...Quando ocorre uma epidemia de influenza, são alvos principalmente as pessoas idosas, cansadas ou que tenham dormido pouco, evitar sair à lugares movimentados ou com aglomeração de pessoas. Caso tenha que sair para esses lugares, utilizar máscara e procure ficar menos tempo possível nestes lugares.



Undokai da Shineilândia

Foi realizado no último dia 24 de setembro (sábado) o oitavo Undokai da Shineilândia. O evento foi muito divertido contanto com a presença de mais de 250 pessoas. Todas as crianças conseguiram demonstrar todo o treinamento de dança, corrida, e outros que tiveram toda manhã no parque. Foi um dia que as crianças conseguiram brilhar de verdade

