



**NOTÍCIAS “di”

SHIZUOKA ** O brasileiro

Responsável pelo boletim informativo: Eliza Oda.....Edição dezembro/2017—No.164

ポルトガル語版ニュース
2017年12月号—No.164

Boletim da SAME: Associação de Intercâmbio Multicultural da Cidade de Shizuoka (静岡市国際交流協会)

Atendimento de consultas gratuitas em português sem fins lucrativos, políticos, religiosos, entre outros.

SAME de Shizuoka: 〒420-0853 Shizuoka-shi Aoi-ku Oote-machi 4-16, térreo – **Telefone 054- 273-5931**

Fax 054-273-6474 - Todas as 5^{as}.feiras, das 10~12hs e 13~15hs, c/Cecilia Kamiji

SAME de Shimizu: 〒424-8701 Shizuoka-shi Shimizu-ku Asahi-cho 6-8—Prefeitura de Shimizu “Shizuoka Shiyakusho Shimizu Chousha”, 2^o. andar – **Telefone 054-354-2009 Fax 054-352-0334**

Todas as 2^{as}. e 3^{as}. feiras: 8:30~12:00, 13:00~17:00 hs • Todas as 6^{as}. feiras: 8:30~12:00hs, c/Eliza Oda

ねんまつねんし しゅうしゅうにたい
年 末 年 始 の ご む の 収 集 日 程

Programação de coleta de lixo para o final e início de ano

Lixos da semana que normalmente são coletados 2 vezes por semana	Última coleta do ano (dezembro)	Primeira coleta do ano (janeiro)
segundas e quintas	28 de dezembro (5 ^a . feira)	4 de janeiro (5 ^a . feira)
terças e sextas	29 de dezembro (6 ^a . feira)	5 de janeiro (6 ^a . feira)
quartas e sábados	30 de dezembro (sábado)	6 de janeiro (sábado)

Centro de coleta “Nishigaya Shuushuu Center”: (054) 296-0447
Centro de coleta “Numagami Shuushuu Center”: (054) 264-1900
Centro de coleta “Shimizu Shuushuu Center”: (054) 366-2751

Atenção: Quanto aos serviços de coleta de fossa no período de final e início de ano, favor entrar em contato com a empresa de serviços especializados de cada região (para informações gerais sobre coleta de fossa,

“Haikibutsu Seisaku-ka”, telefone 054-221-1264 (somente em japonês)

Responsável pelos serviços de coleta municipal: setor “Shuushuu Gyomu-ka”, tel. 054-221-1365. Já para a região de Kanbara, comunique-se com a Sucursal “Kanbara Shisho” para maiores detalhes. O telefone é 054-385-7730 (atendimento em japonês)

Pedido de coleta de lixos grandes e não queimáveis:

final de ano: até às 19 horas de 28 de dezembro
início de ano: a partir das 9 horas de 4 de janeiro
telefone para pedido de coleta: 0120-532-471

Acesse e fique por dentro!
Informações da SAME em vários idiomas conforme o abaixo



Homepage da SAME

<http://www.samenet.jp/>

Página principal da SAME

Vejam informações em inglês, chinês, coreano, indonesiano, tagalo, português, espanhol e no idioma vietnamita

- Guia da vida cotidiana
- Lista de cursos de japonês
- Lista de hospitais que atendem em idiomas estrangeiros
- Lista de telefones úteis
- Culturas/costumes do Japão



Site animado

SAME Web-TV

<http://www.youtube.com/user/samewebtv>

Clicando o “がいこくごニュース” você pode acessar o site de cada idioma estrangeiro, na Web-TV. Acesse!

O que é SAME?

Trata-se da Associação de Intercâmbio Multicultural da Cidade de Shizuoka (静岡市国際交流協会) Shizuoka-shi Kokusai Kouryuu Kyoukai Além de atividades de intercâmbio, oferecimento de informações, cursos, etc., intérpretes de vários idiomas estão à disposição para consultas da vida diária. Consulte-se gratuitamente.

メリークリスマス!

Feliz Natal!

Feliz Navidad!

Merry Christmas!

... e mais um ano que se finda e outro que se aproxima renovando esperanças e expectativas de realizações! Agradecemos a todos aqueles que colaboraram direta ou indiretamente para com a SAME. Desejamos que o espírito natalino lhes transporte muito amor e harmonia, e que o ano de 2018 traga muito sucesso, realizações, muita saúde e momentos felizes.

Boas Festas e Feliz Ano Novo!

Com carinho, Eliza

Aviso: A Associação de Intercâmbio SAME, bem como as prefeituras regionais e outras repartições públicas estão em funcionamento até 28/12/2017 e iniciam suas atividades a partir de 4/1/2018.



Seminário de prevenção contra acidentes aos estrangeiros da região

A Associação de Intercâmbio Multicultural da cidade de Shizuoka (SAME) tem como objetivo oferecer treinamentos aos estrangeiros residentes para que estejam preparados na hora de qualquer tipo de acidente. Sob os conhecimentos do representante da Cruz Vermelha, os participantes podem aprender como preparar refeições no local de refúgio, modo de salvamento, primeiros socorros, etc.

Quando: 3/2/2018 (sábado), das 11:00 ~ 14:30 hs
Onde: Centro Comunitário "Hamada Shougai Gakushuu Kouryuu-kan" (End.: Shimizu-ku Hamada-cho 4-4)
Intérpretes: inglês, português e espanhol
Inscrição/inform.: SAME de Shimizu 054-354-2009

無料！外国人のための生活相談会

Consultas gratuitas aos estrangeiros sobre questões da vida diária em Shizuoka

Consultas sobre leis para estrangeiros ou japoneses que possuem algum tipo de relação com estrangeiros bem como consultas sobre direitos humanos, processos de entrada no país, obtenção e renovação de visto, etc. O atendimento é feito por profissionais do ramo e advogados em questões jurídicas.

Quando: 28/1/2018 (domingo), das 13:00 ~ 16:00 horas
Intérpretes nos idiomas: português, inglês, espanhol, chinês e tagalo

Inscrição: pode ir diretamente ao local, porém é preferível que nos telefone antes

Onde: SAME de Shizuoka - Associação de Intercâmbio Multicultural da cidade de Shizuoka (静岡市国際交流協会 Shizuoka-shi Kokusai Kouryuu Kyokai)

End.: Shizuoka-shi Aoi-ku Oote-machi, 4-16 (antiga escola Aoba Shougakko, 5 minutos a pé a partir da estação Shin-Shizuoka, perto do Shopping Cenova)

Informações: SAME de Shimizu, telefone 054-354-2009

市民による「歓喜の歌 大演奏会」

Grátis! Concerto "alegria do canto"

Grupo formado por cidadãos apresenta o coral "Nona Sinfonia de Beethoven" e outras músicas ao público em geral. Para participar, vá diretamente ao local.

Quando: 10/12/2017 (dom.), a partir das 14:00 horas

Onde: Marinaato (ao lado da estação JR Shimizu)

Inform.: Comissão "Fureai Ongaku Un-ei iinkai", tel. 090-3453-9990 (das 19:00 ~ 22:00 em japonês)

※Responsável pelo evento: Bunka Shinkou-ka 054-221-1040

Feira livre no porto de Mochimune

Venda de produtos frescos da região além de produtos marinhos processados, entre outros.

Quando: 24/12/2017, das 8:00 ~ 11:30 horas

Onde: Praça "Mochimune Gyokou Ganpeki Tamokuteki Hiroba" (Suruga-ku Mochimune 2 chome)

Informações: Mochimune-kou Nagisa-ichi Jikko-iinkai, telefone 054-259-2111 (em japonês)

クリスマスお楽しみコンサート

Grátis! Concerto natalino

O Centro Comunitário de Ejiri oferece concerto grátis ao público em geral. Prestigiem!

Quando: 10 de dezembro (dom.), das 13:30 ~ 15:30 hs

Onde: Centro Comunitário "Ejiri Shougai Gakushuu Kouryuu-kan" (〒424-0812-Shimizu-ku Oshiba-cho 3-35)

Limite de vagas: os primeiros 120 candidatos

Inscrição: dia 1 de dezembro em diante, a partir das 9:30 horas. Ligar para 054-367-3321 (em japonês)

サンタパレード2017

Desfile de "Papai Noel" 2017

Em torno de 1.000 pessoas trajadas de Papai Noel estão programando desfilar na cidade de Shizuoka. O ponto de partida é a estação JR Shizuoka e vão até o centro da cidade. O ponto final será o calçadão "Aoba Shinboru Roodo" (perto da Prefeitura Aoi Kuyakusho). Haverá apresentações de palcos, músicas e outras atrações. Caso chova, será transferido para o dia 17.

Quando: 16 de dezembro (sáb.), a partir das 13:30 hs

Apresentação de palco: de 14:00 ~ 15:30 hs

Para participar, vá diretamente ao local.

しょうがつ てづく なわ むか お正月は手作りのしめ縄で迎えましょう

Enfeite de Ano Novo "Shimenawa"

Que tal começar o Ano Novo com enfeite japonês feito por você? Literalmente, "Shimenawa" significa "corda enrolada" feita com palha de arroz, cujo enfeite não pode faltar nas casas japonesas. Será usado a palha de arroz das Ruínas de Toro (Toro Iseki).

Quando: 24 de dezembro (dom.), a partir das 10:00 hs. A aula termina assim que o material acabar.

Onde: Museu "Toro Hakubutsukan" (Shizuoka-shi Suruga-ku Toro 5 chome).

Limite de vagas: os primeiros 60 candidatos

Taxa: para cada jogo ¥300

Inscrição: ligue para 054-285-0476 (em japonês) Para participar vá diretamente ao local.

Envio do “Comunicado de ingresso escolar” aos pais e alunos

A Secretaria de Educação Municipal envia aos pais de crianças que ingressam no “Shougakko” e “Chuugakko” a partir do próximo ano letivo (abril/2018), o aviso de ingresso escolar “Nyuugaku Tsuuchi-sho”. Caso não o receba até dezembro de 2017, comunique-se com o setor municipal “Gakuji-ka”, cujo setor cuida de assuntos de ingresso escolar, entre outros itens.

“Shougakko”: para crianças que nasceram entre 2/4/2010 a 1/4/2011

“Chuugakko”: para crianças que atualmente frequentam o 6º. ano do “Shougakko”

Para maiores informações, dirija-se ao balcão responsável como segue:

Onde: Subprefeitura de Shimizu “Shimizu Kuyakusho, Gakuji-ka” - 7º. andar

Horário de atendimento: 8:30~17:15 hs (exceto aos sábados, domingos e feriados)

※ Quanto ao ingresso escolar de crianças com nacionalidade estrangeira, entrar em contato com o setor “Gakuji-ka”, tel. 054-354-2377 (em japonês)

12月1日は世界エイズデーです

Dia 1 de dezembro é “Dia internacional da aids”

Se algo lhe preocupa, certifique-se da sua saúde. Faça consultas e exames anônimos gratuitamente no Hoken-jo de Aoi-ku Joutou (Posto de saúde de Aoi-ku que fica no Shizuoka-shi Aoi-ku Joutou-cho 24-1).

Qualquer pessoa pode submeter-se ao exame indo diretamente ao local. Confira antes a programação de atendimento ao público.

Para maiores informações sobre o tema, entre em contato com o setor municipal “Hoken Youbou-ka”, 054-249-3172, em japonês (informações gerais).

冬の食中毒に気を付けましょう！

Cuidado com a intoxicação alimentar no inverno

A maioria das pessoas acreditam que a intoxicação alimentar só ocorre no verão, mas o índice de pacientes contaminados pelo norovírus é mais alto no inverno. No verão a intoxicação alimentar ocorre porque as bactérias se multiplicam dentro do alimento e quando a temperatura está elevada. A diferença do vírus e da bactéria é que o vírus não se prolifera dentro dos alimentos, mas quando se infiltram na região bucal mesmo que seja em pequena quantidade pode ocorrer a contaminação. Por mais que o local de alimentação

esteja limpo, existe o risco de contaminação que pode ocorrer de pessoa para pessoa.

Os sintomas da contaminação alimentar são vômitos, diarreia, febre e outros, e em caso do norovírus pode ocorrer uma forte reação de vômito. Os sintomas podem aparecer 1 ou 2 dias após a ingestão dos alimentos e não existe remédio próprio para a intoxicação. Porém, os sintomas cessam após 2 ou 3 dias. Para evitar a contaminação do norovírus, a higiene é imprescindível, portanto lave bem as mãos antes de cozinhar ou comer.

Quando sentir leves sintomas de mal estar, evite cozinhar para que outras pessoas não se contaminem. Desinfetar as mãos com álcool nem sempre é eficaz mas, cozinhar bem os alimentos pode contribuir para com a eliminação do vírus.

お急ぎゅうてあておぼ
応急手当を覚えよう

Aprenda a lidar com os primeiros socorros

Na ocorrência de um terremoto, surgem vítimas com vários tipos de ferimentos e nessa hora, aplique os conhecimentos de primeiros socorros. Contudo, antes de colocá-los em prática, é importante verificar a situação do ferido. Vejamos algumas situações.

No caso de fraturas

- Retire os sapatos e meias, e se for o caso, solte o cinto e rasgue os vestuários
- No local fraturado coloque 2 ou 3 talas e mantenha a fratura numa altura que fique acima do coração. Avise imediatamente o hospital e tome cuidado para que o ferido não se mova. Cuidado para não sujar caso a fratura esteja exposta

No caso de queimaduras

Esfrie o mais rápido possível a queimadura até que alivie a dor e a febre. A pele danificada incha e isso facilita a penetração das bactérias, portanto, evite o contato direto e não utilize água de torneira diretamente na queimadura.

No caso de hemorragia (como estancá-la)

Se a ferida estiver suja, limpe-a em primeiro lugar colocando um pano limpo sobre o local do sangramento e pressione com força. Se mesmo assim não conseguir estancar, aperte os pontos de hemostasia, conforme mostra a figura abaixo (Ao serem pressionados ou amarrados para de sangrar). E quanto aos lugares entre a ferida e o coração, pressione o lugar mais perto do coração.

No caso de desmaio

Não mova a pessoa desmaiada sem necessidade. Proteja a área respiratória, afrouxando a gravata e cintos, aliviando assim a respiração.



