



**NOTÍCIAS “di”

SHIZUOKA** O brasileiro

Responsável pelo boletim informativo: Cecilia Kamiji.....Edição agosto/2019—No.184

ポルトガル語版ニュース
2019年8月号—No.184

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 Shimizu: 〒424-8701 Shizuoka-shi Shimizu-ku Asahi-cho 6-8 Subprefeitura de Shimizu (Shizuoka Shiyakusho Shimizu Chousha), 2º. andar – **Telefone 054-354-2009 Fax 054-352-0334**
Todas as terças-feiras: 08:30~12:00 , quartas-feiras: 08:30~17:15 c/ Cecilia Kamiji

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, indonésio, 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

富士登山の期間について Temporada para escalar o Monte Fuji

Para quem gosta de natureza e escalar montanhas, eis uma ótima opção! Após o Monte Fuji se tornar o “Patrimônio Natural da Humanidade” em 22 de junho de 2011 pela UNESCO, passou a ser um ponto turístico muito procurado por todos. Além de japoneses, muitos estrangeiros não deixam de ver ou escalar no verão. Para a escalada são necessárias botas com solado firme, roupas quentes (mesmo no verão o topo pode chegar a temperaturas a baixo de zero), roupas de chuva, roupas de baixo extras, chapéu/boné, lanterna, água, comida leve, sacos de lixo, dinheiro em espécie (para comprar algo nas lojinhas e usar os banheiros) mapa e dentre outros. É possível alojar-se nas estalagens que encontram no decorrer das rotas para descansar e não fazer a subida de uma vez evitando fadiga e outras enfermidades, porém recomendamos fazer a reserva antecipadamente. A temporada de 2019 está aberta conforme segue o quadro abaixo, porém o período está sujeito a alterações conforme o clima da época.

- Rota Yoshida (acesso Yamanashi-ken): de 1 de julho a 10 de setembro
- Rota Gotenba (acesso Shizuoka-ken): de 10 de julho a 10 de setembro
- Rota Subashiri (acesso Shizuoka-ken): de 10 de julho a 10 de setembro
- Rota Fujinomiya (acesso Shizuoka-ken): de 10 de julho a 10 de setembro

※Topo da montanha (Sanchou - Ohachi Meguri Hodou” : 10 de julho a 10 de setembro .

Poderá obter mais informações turísticas:

Fujinomiya-shi Kankou Kyokai, tel. 0544-27-5240

Susono-shi Kankou Kyokai, tel. 055-992-5005

Gotenba-shi Kankou Kyokai, tel. 0550-83-4770



O que é SAME?
Trata-se da Associação de Intercâmbio Multicultural da Cidade de Shizuoka (静岡市国際交流) Shizuoka-shi Kokusai Kouryuu Kyokai
Além de atividades de intercâmbio, cidades irmãs, oferecimento de informações, cursos, etc., intérpretes de vários idiomas estão à disposição para consultas da vida diária. Consulte-se gratuitamente.

かんばらまつり Festival de Kambara



Neste festival haverá dança “Bon Odori”, queima de fogos, sorteio e outros eventos como apresentação de palcos, música, tambor japonês, etc.

Será no dia 17 de agosto das 15:00 ~ 21:00 hs. O local é o estacionamento do Centro dos Cidadãos de Kambara “Kambara Shimin Centa” (Shimizu-ku Kambara Shinden 1 chome).

Informações : “Kambara Matsuri Jikko-iinkai, tel. 054-385-3185 (em japonês)

納期 Prazo de pagamento

- Seguro de assistência(Kaigo Hoken) 2ª parcela dia 26 de agosto
- Seguro de saúde para idoso(Koki Koreisha Iryo Hoken) 1ª parcela dia 2 de setembro
- Imposto municipal · provincial(Shi · Ken minzei) 2ª parcela dia 2 de setembro
- Seguro Nacional de saúde(Kokumin Kenko Hoken) 3ª parcela dia 2 de setembro
- Seguro de aposentadoria nacional (Kokumin Nenkin) referente a julho dia 2 de setembro



72° Shimizu Minato Matsuri

Será realizado nos dias 2,3 e 4 de agosto..

Dia 2 : Shimizu Yukata Odori.. Os participantes se vestem de yukata e dançam na avenida.

Dia 3 : Minato Kappore Soodori. São variados grupos e todos dançam no mesmo ritmo

Dia 4 : Kaijo Hanabi Taikai. Em comemoração aos 120 anos da abertura do Porto de Shimizu serão lançados ao céu cerca de 10 mil fogos.



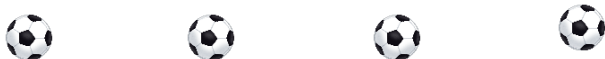
清水 S-Pulse 応援しよう！



Vamos torcer pelo Shimizu S-Pulse no Estádio de futebol Nihondaira IAI

10/agos. 18:00~S.pulse x Matsumoto

17/agos. 18:00~ S.pulse x Sapporo



児童扶養手当制度のお知らせ

Sistema de Benefício de Ajuda Subsistencial Infantil



A partir do pagamento da parcela de novembro deste ano, o número de parcelas de pagamentos sofrerão alterações.

Atual : 3 vezes ao ano (agosto, dezembro, abril)
Após mudança : 6 vezes ao ano (novembro, janeiro, março, maio, julho e setembro)

Como medida temporária especial (somente este ano fiscal), para pai ou mãe solteiro será fornecido o subsídio de valor único de ¥ 17.500.

Deverá se inscrever do dia 1º ao dia 30 de agosto e o subsídio será pago em janeiro do ano que vem.



お盆期間 ^{ほろきかた} Período de Finados

Os dias entre 13 a 16 de julho indica o período de Finados (Obon) no Japão onde a população acredita que a alma dos falecidos retornam ao nosso mundo nessa época, celebrando assim, o ofício pelos falecidos. Hoje em dia porém, muitas regiões adotam o meados de agosto como período de “Obon” descansando em torno de 1 semana (Não é feriado nacional).

津波から身を守ろう

Como proteger-se de um maremoto

Quando ocorrer um terremoto no mar, acontece um maremoto(tsunami).

Ao ocorrer um terremoto, a Agência Meteorológica do Japão(Kishocho) avalia a magnitude e a localização, para anunciar a altura do tsunami previsto. E de acordo com a avaliação após 3 minutos em média será anunciado o alerta de tsunami ou aviso de tsunami.

Neste momento será anunciado a altura do tsunami em 5 escalas. No entanto, se a magnitude do sismo for superior ao nível 8, não será possível calcular com precisão a altura e será anunciado como [gigante"kyodai"] ou [alto"takai"], caracterizando a situação de emergência.

Se o terremoto ocorrer nas proximidades da costa, existe a possibilidade do tsunami atingir o local antes do alerta ser anunciado. Após fortes tremores ou tremores fracos mas prolongados comece imediatamente a ação de refugiar.

Dependendo das características da costa de cada região, a altura do tsunami poderá ser maior além do anunciado. Não pense que está totalmente seguro, procure se refugiar num lugar mais alto possível. Os movimentos do tsunami perduram por longo tempo, num movimento de vai e vem por isso não deixe o local do refúgio antes do alerta de tsunami ser removido.



Hipertermia ねっちゆうしょう 熱中症とは

Temos a impressão de que o calor aumenta a cada ano que passa. Este ano a temperatura chegou perto ou ultrapassou os 40°C em vários lugares do Japão e muitas pessoas foram encaminhadas ao hospital por causa da hipertemia (netchuusho). Ela está relacionada com a incapacidade do corpo ajustar a energia térmica em relação ao ambiente externo, ou seja, de controlar a produção interna desta energia, reduzindo e mantendo a produção. Este descontrole implica na quebra da

homeostasia do corpo humano. A hipertemia pode ser causada pela exposição ao sol, lugares quentes como fornos, dentro do carro, dentro da banheira de imersão, etc. Mesmo não se expondo ao sol, qualquer um está sujeito a ficar com hipertemia, principalmente idosos e crianças. Portanto, redobre os cuidados dentro de casa ou do carro, ligando o ar condicionado de forma moderada. Os principais sintomas são dor de cabeça, tonturas e náuseas. A alguns cuidados:

1) **Como evitar o calor:** ao sair de casa procure caminhar na sombra e use chapéu ou sombrinha. Coloque venezianas nas janelas, procure arejar bem o espaço além de usar ar condicionado e ventilador.

2) **Cuidados com os vestuários:** roupas escuras absorvem maior quantidade de calor. Mantenha a gola frouxa, pois gravatas ou golas fechadas impedem a circulação do ar e acumula o suor.

3) **Ingerir líquidos e alimentos salgados:** procure tomar chá, água ou bebidas de esporte (sports drink) e evite álcool, pois este aumenta a quantidade de urina. Após praticar esporte ou trabalhar no sol, procure ingerir junto com a água algum alimento salgado. Tome 1 copo de água antes de dormir e ao acordar.

4) **Não permanecer dentro do carro** desligado, mesmo que seja por curto tempo. Fique atento principalmente com crianças e idosos.

5) **Procure imediatamente um hospital** ao perceber qualquer alteração no organismo. No verão a temperatura do asfalto é extremamente elevada, por isso os cuidados devem ser dobrados.

★がつ にち ちち ひ 8月11日は父の日 *Dia dos pais no Brasil*

Dizem que o "Dia dos Pais" tem origem na antiga Babilônia, há mais de 4 mil anos. Um jovem chamado Elmesu moldou em argila o primeiro cartão desejando sorte, saúde e longa vida ao seu pai. Já nos Estados Unidos, a data foi oficializada pelo presidente americano Richard Nixon em 1972 e é comemorada no terceiro domingo de junho como no Japão. No Brasil, esta data é comemorada no *segundo domingo de agosto*.

Neste dia especial, um "Feliz dia dos pais"!