



ASSOCIAÇÃO DE INTERCÂMBIO INTERNACIONAL DE OKAYA
 Prefeitura Municipal de Okaya 4º andar., 8-1 Saiwai-cho, Okaya City
 TEL: (0266)24-3226 FAX: (0266)24-3229
 E-mail: oiea@oiea.jp URL: www.oiea.jp
Edição de Verão , 15 de Julho, 2009 ポルトガル語

Este informativo é editado quatro vezes ao ano pela Associação de Intercâmbio Internacional de Okaya e tem o objetivo de proporcionar aos moradores estrangeiros informações necessárias ao seu dia-a-dia como também aspectos da vida cultural do Japão. Entre em contato conosco para perguntas ou sugestões.

Nova influenza

Foi confirmado no dia 16 de Maio um caso da nova influenza em território nacional. Essa nova influenza é causada por um vírus de uma influenza de animais que é transmitido para os seres humanos. Esse vírus sofre uma mutação dentro do corpo das pessoas para que possa se multiplicar. Desse modo, a contaminação de pessoa para pessoa torna-se muito fácil. O Ministério do Trabalho e do Bem-estar identificou no México e nos Estados Unidos o vírus dessa nova influenza (H1N1). Ao contaminar-se, a princípio a pessoa apresenta febre combinada com dor de garganta, coriza, espirros, tosse, dor de cabeça e calafrios. Além destes sintomas, que são também de uma gripe normal, dores musculares, dores nas articulações, nos globos oculares, no estômago, diarreia, entre outros vários sintomas. A febre dura por aproximadamente 5 dias. Encefalite e outros problemas no cérebro têm sido relatados recentemente. No caso destes sintomas aparecerem, convulsões e perda da consciência podem ocorrer, ocasionando em morte ou sequelas. Os sintomas da nova influenza e a influenza comum são muito parecidos e é difícil identificar qual o tipo. Entretanto, em caso de suspeita de estar com a nova influenza, é possível identificar através de exames como o PCR (exame de genes).

A infecção, assim como a influenza de estações, acontece de uma pessoa para três ou quatro. Desta vez, a infecção está se espalhando no Japão entre os jovens. Parece que há a possibilidade da infecção pelo vírus ficar cada vez mais forte enquanto ele se espalha repetidamente de pessoa pra pessoa. Na região de Kansai, diversas medidas para evitar a proliferação do vírus foram tomadas – como por exemplo as escolas que fecharam suas portas por um determinado período. Pode parecer que no verão tudo estará terminado, mas mesmo nesta época, o vírus pode continuar a ser transmitido de pessoa para pessoa, havendo grandes possibilidades de uma segunda onda de epidemia na transição do outono para o inverno. Este vírus pode ser combatido com Tamiflu e há um grande estoque desta medicação no Japão. Entretanto, já se fala na criação de uma vacina contra o vírus. Mas é importante se precaver. Quando a contaminação se espalhar, não ir a lugares com muitas pessoas. Lave sempre as mãos, use máscaras e faça gargarejos. É importante dormir bastante, comer bem e ingerir vitamina C. Crianças são muito vulneráveis ao vírus, por isso é necessário ensinar a fazer gargarejos e a lavar sempre as mãos em casa e na escola. Caso tenha febre de mais de 38 graus, ligar para o Escritório de Saúde de Suwa 0266-57-2930 ou para Suwa Goudouchosha 0266-53-6000. Pedimos aos cidadãos de Okaya que acalmem-se e que adquiram informações antes de tomar qualquer atitude. O telefone para consultas da Prefeitura de Okaya (Kenkou suishin-ka) é 0266-23-4811.



☆Tradições japonesas ~Alimentos japoneses: é divertido conhecer!~

Saquê

É uma bebida fermentada alcoólica tradicional japonesa feita de arroz e água. É possível esquentar e beber quente, fazendo assim com que o efeito seja mais rápido, deixando o corpo quentinho no inverno. Saquês de boa qualidade têm gosto parecido com vinhos de qualidade, se consumidos frios. Por isso, há saquês que ganham prêmios em feiras de competição na Europa. Há saquês produzidos em grandes quantidades e que são vendidos em todo o país, mas há também aqueles que são produzidos por fábricas locais e de acordo com a água e o arroz usados, e de acordo com a técnica, o sabor é diferente. Chamamos de “jisake” e têm tido muita popularidade ultimamente. Tendo apenas 15 graus de álcool, é fácil de beber? não é tão forte e têm conquistado muitas fãs do sexo feminino.



Shoyu

O Shoyu é feito de soja e é um dos típicos temperos japoneses. A palavra “soy” (soja) do inglês veio da palavra “shoyu” do japonês. Esse líquido marrom que possui um aromainigualável é um condimento maravilhoso e é peça fundamental em vários pratos da culinária japonesa. Por isso, é possível dizer que trata-se da base do paladar japonês. Os japoneses não conseguem comer sushi, sashimi ou sukiyaki sem shoyu. Ultimamente, em países ocidentais como os Estados Unidos, o shoyu tem sido vendido e usado como tempero para bifes. O “teriyaki steak” tem seu molho baseado no shoyu.



Miso

Assim como o shoyu, o miso também é feito de soja. Geralmente de cor marrom, é um tempero em forma de pasta. A maioria dos japoneses tomam misoshiru (sopa de soja) no café da manhã. É uma sopa quentinha, feita com vários ingredientes – tais como legumes, algas e tofu – e com a pasta de miso dissolvida. Além da sopa, usa-se miso em lamens, bolinhos de arroz e em diversos pratos. Além disso, colocando peixe ou carne dentro, o gosto torna-se ainda mais saboroso e não apodrece mesmo durante um longo tempo. O miso é um ingrediente importante e fundamental na vida dos japoneses. Recentemente, o misoshiru tem sido considerado uma comida saudável bem balanceada em nutrientes.



Aviso da Prefeitura

No quarto andar da Prefeitura de Okaya temos o balcão de informações da Associação Internacional de Okaya, onde ajudamos no preenchimento inscrição dos formulários abaixo. (Atendimento em português: quartas-feiras, das 9h30min às 3h30min)



★Subsídio Complementar: você já fez a sua inscrição?★

Como medida econômica visando auxiliar os cidadãos, está sendo efetuado o pagamento do subsídio complementar.

Para recebê-lo, é necessário fazer a sua inscrição. A cidade de Okaya começou a enviar os formulários de inscrição no dia 16 de Março e estará recebendo formulários de inscrição até o dia 18 de Setembro.

Inscrições na Prefeitura podem ser feitas no quinto andar no departamento "kikaku-ka". Àqueles que ainda não se escreveram, pedimos que o façam o mais rápido possível.

◇ Os que têm direito a receber

1. Aqueles que se enquadraram em (1) ou (2) na data base de 1º de Fevereiro de 2009.

(1) Pessoas registradas como cidadãos da Cidade de Okaya.

(2) Pessoas que têm o cartão de estrangeiro registrado na Cidade de Okaya. (Pessoas com estadia ilegal ou por curto tempo não têm direito ao subsídio complementar)

2. O auxílio para cada membro da família será pago ao chefe de cada família (no caso de cidadãos estrangeiros, o auxílio será pago diretamente a cada um dos membros da família)

◇ Valor do auxílio

Para cada pessoa 12.000 ienes (Porém, pessoas com mais de 65 anos e com menos de 18 anos receberão 20.000 ienes)

◇ Inscrição e como receber o subsídio

Basicamente a inscrição deverá ser feita como descrita abaixo:

[Inscrição por correios]...Enviar o formulário de inscrição com o número da conta bancária e documentos que comprovam a identidade – o pagamento será feito por depósito. .

[Inscrição no balcão]...Trazer o formulário de inscrição com o número da conta bancária e documentos que comprovam a identidade – o pagamento será feito por depósito.

※Em casos excepcionais do cidadão não possuir conta bancária, o pagamento será feito a vista.

※**Último dia de inscrição: 18 de Setembro de 2009.**

Passos para o recebimento do Subsídio Complementar

(1) Os formulários são enviados aos chefes de família que estavam registrados na Cidade de Okaya no dia 1º de Fevereiro de 2009.

(2) Preencha o formulário recebido e prepare os documentos a serem anexados: 1) Cópia de documento de identidade (carteira de estrangeiro) 2) Cópia do cartão do banco ou caderneta contendo as informações da conta bancária – nome do banco, número da conta, nome do titular da conta.

(3) Após o preenchimento e anexação das cópias dos documentos, enviar por correios ou trazer pessoalmente para efetuar a inscrição.

(4) Recebimento do Subsídio Complementar através de depósito efetuado na conta bancária.

◇ Informações Kikaku-ka TEL0266-23-4811

★Auxílio Especial de Assistência à Criança: já se inscreveu? ★

A prefeitura enviou em meados de Março o formulário do Auxílio Especial de Assistência à Criança para os chefes de família que têm direito a receber o auxílio. Aqueles que fizeram suas inscrições e foram reconhecidos como tendo direito ao auxílio até o dia 31 de Março tiveram a quantia depositada na conta bancária determinada. Aqueles que ainda não se inscreveram, favor fazê-lo o mais rápido possível.



◇ Quem pode receber

Tendo como data base o dia 1º de Fevereiro de 2009, poderão receber o auxílio os chefes de família que possuem filhos elegíveis e que:

1. Estão listados no registro básico de residentes da Cidade de Okaya.

2. Estão registrados como estrangeiros na Cidade de Okaya. (excluem-se os que estão no Japão temporariamente e os que residem ilegalmente)

◇ Os filhos que poderão receber

O segundo filho (e os seguintes) nascidos entre os dias 2 de Abril de 2002 a 1º de Abril de 2005.

※por segundo filho entende-se o filho nascido após o primeiro, este tendo nascido após a data de 2 de Abril de 1990.

◇ Valor do auxílio: para cada criança será fornecido um auxílio de 36.000 ienes.

◇ Como fazer a inscrição

Por correspondência (não é necessário selo ou envelope para resposta) ou trazer pessoalmente. Anexar ao formulário de inscrição cópia de algum documento de identidade e da caderneta do banco para que possam ser comprovados os dados da conta bancária.

◇ Local e horário de inscrição

•Segundo andar da Prefeitura de Okaya, Kodo-mo-ka. Ou nos escritórios locais de Minato, Kawagishi e Osachi) Horário de atendimento: das 8h30min às 5h30min da tarde exceto sábados, domingos e feriados

•Sucursal Okaya Ekimae (Lala Okaya 1º andar) •••Fechado toda terceira terça-feira do mês. Horário de atendimento: das 10 da manhã às 7 da noite

◇ Prazo: até o dia 18 de Setembro de 2009 (Sexta-feira).

◇ Outros

• Caso as crianças que podem receber e o primeiro filho morem separados, a prefeitura não enviará o formulário. Por favor entre em contato. Nestes casos, é necessário que as crianças que possam receber estejam sendo criadas pela mesma pessoa para que o pagamento possa ser efetuado.

• Aqueles que solicitam depósito em contas do Yucho Ginko, solicitamos a compreensão pois levará mais tempo para que o pagamento seja realizado.

◇ Informações: Kyouiku Iinkai Kodomoka TEL0266-23-4811

★ Confirmando o modo de jogar o lixo ★

Na cidade de Okaya

■ lixo queimável ■ lixo não-queimável e latas de alumínio, steel e kinzoku

■ garrafas de vidro/ garrafas de cerveja,)

■ Papéis velhos/ roupas velhas/ garrafas pet/ Bandeijas de espuma de estireno ■ pilhas

■ lâmpadas comuns e fluorescentes

Vamos separar o lixo! Siga as regras! O que não pode ser levado à Usina de Incineração ⇒ 4 artigos de eletrodomésticos (televisão, geladeira - freezer, máquina de lavar e ar condicionado)



◇ Regras básicas

• Jogue o lixo fora até às 8h30min da manhã do dia de coleta. **Jogar o lixo fora depois das 8h30min ou na noite anterior é uma**

• Use as sacolas designadas (lixo queimável e lixo não-queimável) pela Cidade de Okaya. **Jogar o lixo fora em alguma sacola que não seja designada pela cidade é ihan.**

• Não deixe de escrever seu nome e sobrenome. Assuma responsabilidade pelo lixo que você joga.

• Jogue no local designado de acordo com a área em que você mora.

◇ Tipos de lixo que podem ser levados à Usina de Incineração

■ Futon, etc.

Cobertores, Carpetes, Brinquedos de Pelúcia, Colchões (Exceto os de Mola) Retire todos os fios dos cobertores e carpetes elétricos.

■ Em caso de grandes quantidades de lixo devido a mudança, etc, (grandes quantidades de lixo que podem ser jogados nos locais de coleta) favor separar, colocar nas sacolas designadas e trazer diretamente à Usina de incineração.

■ Mato/Galhos de árvores

• Mato do jardim, galhos das árvores do jardim, etc: os galhos devem ser cortados de modo que tenham não mais do que 60 cm de comprimento, caso tenham mais de 10 cm de diâmetro. Devem também ser amarrados por um cordão e secados, caso estejam molhados, antes de serem colocados na sacola de lixo designada.

• Os galhos de árvores deverão ter grossura menor que 17 cm e comprimento menor que 180cm. Amarre com cordão de modo que seja fácil carregar e traga diretamente à Usina de Incineração.

※ Não é possível reciclar árvores com espinhos, bambu, raiz de árvores, e árvores com veneno ou doenças.

■ Móveis de madeira

• Armários, estantes, mesas, guarda-louça, entre outros, devem ser separados em “partes queimáveis” (que por sua vez devem ser desmontados em tábuas com menos de 60 cm) e outras partes não-queimáveis como pregos e partes de metal devem ser amarradas com um cordão.

■ Cadáveres de animais

• É cobrado o recolhimento de cadáveres de pequenos animais como cães e gatos. O recolhimento de animais de estimação de grande porte e outros não comuns poderá ser recusado. No caso de animais pequenos, coloque em uma sacola plástica, amarre a boca da sacola??, coloque em uma caixa de papelão (danboru) e feche a caixa com fita adesiva.

【Horário de atendimento da Usina de Incineração para trazer o lixo】

Dias de semana: das 8h30min da manhã às 4 da tarde

Sábados: das 8h30min da manhã até o meio-dia Happy Monday: das 8h30min da manhã até o meio-dia

Solicitamos sua cooperação em trazer no horário de atendimento e efetuar o pagamento.

* Happy Monday é como os feriados Umi no hi, Keirou no hi, Taiiku no hi e Seijin no hi são chamados.

【Dias que a Usina de Incineração não abre】

Domingos e Feriados (com exceção da “Happy Monday”) 15 e 16 de Agosto/Feriados de fim e começo de ano

◇ Perguntas frequentes

P: Como jogar fora um telefone celular?

R: Leve para a loja em que você comprou. **Não jogue telefones celulares nas sacolas de lixo não-queimável.**

◇ Dias de coleta de lixo •••• Confirme os dias (Período: de 1º de Abril de 2009 a 31 de Março de 2010)

De acordo com a região, o dia de coleta do lixo e do tipo de lixo a ser coletado variam. Também pedimos sua colaboração na redução do lixo.

★ Dias em que o lixo não é recolhido nos locais designados

○ Domingos e feriados (porém, nos feriados abaixo o lixo será recolhido)

• Umi no hi (Terceira segunda-feira de Julho) • Keirou no hi (Terceira segunda-feira de Setembro) • Taiiku no hi (Segunda segunda-feira de Outubro) • Seijin no hi (Segunda segunda-feira de Janeiro)

○ Dias 15 e 16 de Agosto ○ Do dia 29 de Dezembro ao dia 3 de Janeiro



Lixo queimável			
Dia da semana	Seg/qui	Ter/sex	Qua/sábado
Região	間下 小尾口 小口 東堀 中屋 中村 横川	下浜 上浜 新屋敷 小井川 西堀	今井 岡谷 小坂 花岡 三沢 新倉 駒沢 鮎沢 橋原

Lixo não-queimável					
	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
1ª ... do mês	下浜 小尾口 新屋敷	間下 小口	中屋 中村 横川	上浜 西堀	三沢 新倉
2ª ... do mês	岡谷	今井	東堀	小井川	小坂 花岡 駒沢 鮎沢 橋原
※Não há coleta na terceira, quarta ou quinta ...do mês					

Latas de alumínio, de aço e metais					
	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
1ª ... do mês	下浜 小尾口 新屋敷	間下 小口	中屋 中村 横川	上浜 西堀	三沢 新倉
3ª ... do mês					
2ª ... do mês	岡谷	今井	東堀	小井川	小坂 花岡 駒沢 鮎沢 橋原
4ª ... do mês					
※Não há coleta na quinta ... do mês					

Garrafas de vidro/outras garrafas					
	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex
1ª ... do mês	岡谷	今井	東堀	小井川	小坂 花岡 駒沢 鮎沢 橋原
3ª ... do mês					
2ª ... do mês	下浜 小尾口 新屋敷	間下 小口	中屋 中村 横川	上浜 西堀	三沢 新倉
4ª ... do mês					
※Não há coleta na quinta ... do mês					

Lâmpadas redondas e lâmpadas fluorescentes					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Primeira... do mês	岡谷	今井	東堀	小井川	小坂 花岡 駒沢 鮎沢 橋原
Segunda ... do mês	下浜 小尾口 新屋敷	間下 小口	中屋 中村 横川	上浜 西堀	三沢 新倉
※Não há coleta na terceira, quarta ou quinta ...do mês					

Papéis velhos/roupas velhas						
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sab.
1ª do mês	今井 上浜 樋沢	三沢 横川	下浜 小口	駒沢 鮎沢 橋原	東堀	小尾口 西堀
3ª do mês						
2ª do mês	新倉	小坂 花岡 中屋 中村	小井川	新屋敷	岡谷	間下
4ª do mês						
※Não há coleta na quinta ... do mês						

◇ Nome das regiões...Confira o nome da sua região

間下 (Mashita) 小尾口 (Koguchi) 小口 (Oguchi) 東堀 (Higashibori) 中屋 (Nakaya) 中村 (Nakamura) 横川 (Yokokawa)
下浜 (Shimohama) 上浜 (Kamihama) 新屋敷 (Arayashiki) 小井川 (Oikawa) 西堀 (Nishibori) 今井 (Imai) 岡谷 (Okaya)
小坂 (Osaka) 花岡 (Hanaoka) 三沢 (Misawa) 新倉 (Arakura) 駒沢 (Komazawa) 鮎沢 (Aizawa) 橋原 (Hashibara)

◇ Informações: Fukushimayoubu Kankyoka