

# あやせ トウデイ

Comissão Editorial de “Ayase Today - Ayase Hoje”

あやせしたげんごじょうほうしりょう  
綾瀬市多言語情報資料

あやせトウデイ作成委員会

6

## Para viver melhor – Sobre o Centro de Informação em Língua Estrangeira

よりよい生活のために・・・外国語による相談窓口について～

Em nossa vida diária, temos que enfrentar diversas situações. Muitas vezes sentimos dificuldade porque não entendemos a língua japonesa. O governo da Província de Kanagawa e outros órgãos criaram Centros de Consulta aos Estrangeiros para ajudá-los a viver melhor. Procurem utilizá-los sempre que aparecem dúvidas ou necessitarem de fazer consultas sobre problemas da vida diária.

ふだんの生活の中では、さまざまな場面に会おうことがあります。そんなとき、日本語がわからなくて困ってしまうことがあることも多いでしょう。神奈川県やそのほかの機関では、外国籍の方のための相談窓口を設けています。生活の中での相談や疑問があるときには是非ご利用ください。

Centro de Consulta Integrado ...Ken'o Chiiki Kensei Sogo Center (Centro Público Integrado da Região Central) – Gaikokujin Soudan Madoguchi

Tel: 046 – 221 – 5774 (em Língua Portuguesa e Língua Espanhola)

É possível fazer a ligação pela internet através do Informativo Multilíngue do Centro de Intercâmbio Internacional da Província de Kanagawa (Kanagawa-ken Kokusai Koryu Kyoukai) <http://www.k-i-a.or.jp/tagengo-link/index.html>

Quando estiver doente e não souber onde ir, chame a Seção Internacional do governo da província de Kanagawa (Kanagawa-ken, Kenmin-bu, Kokusai-ka Tel: 045 – 210 – 3748. Há uma lista de hospitais que atendem em língua estrangeira.. <http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/kokusai/tagengo.htm>

Consultas sobre moradias, chame o centro “Kanagawa Gaikokujin Sumai Support Center” Tel: 045- 228 - 1752

・総合的な窓口・・・県央地域政総センター-外国籍相談窓口 045-221-5774 (スペイン語・ポルトガル語)

・・・神奈川県国際交流協会(多言語情報リンク集があります) <http://www.k-i-a.or.jp/tagengo-link/index.html>

・病気になるってしまったけど、どこにかゆめはわからない! そんな時には・・・神奈川県国際課まで 045-210-3748

(いろいろな言葉で診察が受けられる病院のリストがあります。) <http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/kokusai/tagengo.htm>

・すまいに関する相談は・・・「かながわ外国人すまいサポートセンター」まで 045-228-1752



Na região onde moram, há uma pessoa chamada “Minsei Jido Iin”. Esta pessoa é uma voluntária que trabalha como assistente social na comunidade, atuando como um elo entre o serviço público e as pessoas que necessitam de auxílio. Esta assistente social voluntária atende consultas sobre problemas da vida diária e ajuda as pessoas. Para fazer uma consulta com a assistente social “Minsei Jido Iin, é necessário levar uma pessoa que fale a língua japonesa. Para informação, contate a Seção Geral de Serviço Social da Prefeitura (Fukushi Somu-ka) Tel: 70 – 5613.

また、みなさんのお住まいの地域には民生委員児童委員があります。ボランティアでみなさんと行政とのパイプ役や、生活の相談などのお手伝いをしています。

お近くの民生委員児童委員を訪ねるときは、日本語のわかる人と一緒に行きましょう。問い合わせは 市役所福祉総務課 70-5613まで。

Vamos Experimentar os Pratos Especiais do Japão para o Ano Novo !

にほんしょうがつた  
日本のお正月を食べてみよう!

Em seu país, quais são os pratos especiais que se comem para comemorar a entrada do Ano Novo ?

No Japão, na manhã do Primeiro dia do Ano, come-se o “OZOUNI” (uma sopa com muitos ingredientes e “mochi”. Este é um costume generalizado nas famílias japonesas.

O “OZOUNI” na região de Kanto, contém um “mochi” retangular e verduras como o rabanete e a cenoura, e é temperado com “shoyu”.

Na região de Kansai, o “OZOUNI” é temperado com “misso”(pasta de soja fermentada) e contém um “mochi” redondo. Há diferentes tipos de “OZOUNI” em cada região do Japão.

Que tal você também preparar o seu “OZOUNI” original e saboreá-lo no Ano Novo ?

みなさんの国では新しい年を迎えるときに何を食べますか?

日本では、お正月にはお雑煮(たくさんの具と餅を入れた汁物)を食べるのが一般的になっています。

お雑煮は関東ではお醤油の汁の中に四角いお餅と大根・にんじんなどの野菜を入れます。

関西では、味噌仕立ての汁の中に、丸いお餅をいれるのが普通です。

日本全国各地、様々なお雑煮があります。

みなさんも、是非「わが家のお雑煮」を手作りして、お正月に食べてみてはいかがですか?



Modo de Fazer: Faça uma sopa com peixe seco (katsuo bushi), tempere com “shoyu” e coloque dentro rabanete e cenoura cortados em rodela. Quando os legumes ficarem macios, acrescente um “mochi” assado e está pronto o OZOUNI delicioso !

(作り方)

お醤油と鰹節のだしで作った汁の中に大根・にんじんなどを切  
って入れましょう。火が通ったら焼いたお餅を入れてできあがり!

**AIDS .... Você pensa que não tem “Nada a Ver” com a AIDS ? (Texto extraído da Campanha do Dia Internacional da AIDS do ano 2005)**

エイズ・・・あなたは「関係ない」と思っていますか？ (平成17年度世界エイズデーキャンペーンテーマより)

A AIDS é uma doença transmissível que pode levar à morte, pois não é possível curar completamente esta doença, isto é, eliminar completamente o vírus do HIV. Esta doença não se transmite na nossa vida diária, a não ser através do ato sexual. Entretanto, esta doença está aumentando incessantemente, no mundo todo.

エイズ(HIVウイルス)はまだ完全に治すことは出来ず、死に至ることもある感染症です。ふだんの生活の中では性行為以外で感染することはまずありません。しかし、世界中で感染者は確実に増えているのが現実です。

**O primeiro passo para prevenir-se contra a AIDS é utilizar o condomu (camisa-de-vênus ou preservativo) e evitar o sexo com um grande número de pessoas não especificadas.**

性交渉時にはかならずコンドームをつけること・不特定多数の人と性交渉を持たないこと。それが予防の第一歩です。

A Província de Kanagawa está realizando exames de HIV com resultado no mesmo dia, para os residentes estrangeiros desta província. O exame é gratuito. Se Você tem uma suspeita de...“Será que não fui contagiado(a) ?” e está preocupado(a), não sofra com a dúvida e faça um exame antes de mais nada..

神奈川県では外国籍県民を対象にしたHIV即日検査を実施しています。検査は無料です。

もし・・・「感染しているのではないか」という不安があったら、ただ悩むではなく、まずは検査を受けましょう。

Para informação: Centro de Consulta do Residente Estrangeiro da Província de Kanagawa (Kanagawa-ken Gaikokujin Kenmin Soudan Madoguchi)

Tel: 046 - 221 - 5775 ou o Escritório de Saúde e Bem Estar da cidade de Yamato (Yamato Hoken Fukushi Jimusho) Tel:046 - 261 - 2948

(問合わせ) 神奈川県外国籍県民相談窓口 046-221-5774または大和保健福祉事務所 046-261-2948

・多言語情報...エイズリーフレット エイズ情報ネット <http://api-netjap.or.jp>、24時間エイズ相談受付 JFAP サポートライン 03-5521-1177

Informação Multilingue: Folheto AIDS, Net AIDS · Informação <http://api-netjap.or.jp>, Consultas 24 horas sobre AIDS · JFAP Support Line 03 - 5521 - 1177



Red Ribon (Fita Vermelha) – Símbolo de Compreensão e Auxílio para as pessoas que sofrem com o HIV –

レッドリボン ～HIVに苦しむ方々への理解と支援の象徴～

Muitas pessoas no mundo inteiro estão sofrendo com enfermidades decorrentes do HIV. O que é necessário é o conhecimento correto. E não permitir a discriminação e o preconceito. O “Red Ribon” contém a mensagem de não discriminar as pessoas que convivem com a AIDS. Dia 1º de Dezembro é o “Dia Internacional da AIDS”.

世界では多くの人々が、HIVによる病で苦しんでいます。必要なのは、正しい知識。そして差別・偏見を持たないこと。

レッドリボンには、エイズとともに生きる人々を差別しないというメッセージがこめられています。

12月1日は「世界エイズデー」です。

**Convidamos pessoas para participarem da Comissão Executiva do Festival Internacional de Oratória !**

国際スピーチフェスティバル実行委員募集 !

O Festival Internacional de Oratória realizado todos os anos, será aberto este ano no dia 5 de Março de 2006 (Ano Heisei 18), domingo. Por isso estamos convidando as pessoas interessadas para participarem como membros da Comissão Executiva do Festival, para programar um evento bem animado. Você não quer participar e divertir-se no Festival ? Para inscrever-se ou informar-se, contate o encarregado da Seção de Planejamento da Prefeitura “Kikaku-ka, Kikaku Seisaku Tanto” Tel: 70 - 5635

毎年恒例の国際スピーチフェスティバルの開催が、今年度は18年3月5日(日)にきました！そこで、フェスティバルを盛り上げてくれる実行委員を募集します。やってみようと思う人、すこしだけ興味のある人、是非一緒にフェスティバルを楽しみませんか？問い合わせはこちらまで・・・市役所企画課企画政策担当 70-5635

ことばの教室 : Estudo de Palavras / 日本語 : Língua Japonesa ↔ Língua Portuguesa :			
日本の文字 : Escrita	日本語の発音 : Pronúncia	語の文字 : Escrita	日本語の発音 : Pronúncia
1 こんにちは	konbanha	Boa Noite !	ボア・ノイテ
2 おげんきですか	ogennkidesuka	Tudo bem ?	トウド・ベン ?
3 いただきます	itadakimasu	Bom Apetite !	ボン・アペチーテ

“Ayase Today - Ayase Hoje” é um informativo visando desenvolver um ambiente onde os residentes estrangeiros desta cidade se sintam parte da comunidade e vivam bem. Este Informativo é feito com a colaboração dos voluntários da Cidade de Ayase.

「あやせトゥデイ」は、外国籍住民の方が、地域の一員として暮らしやすい環境をつくるための情報資料として、ボランティアの方々が作成しています。