

Destinado aos Estrangeiros residentes em Himeji

VIVA! ひめじ

< Edição em Português > Dezembro/2012 Vol.43

Informativo feito pelos voluntaries
Editado pela Fundação Intercâmbio
International Cultura de Himeji
URL <http://www.himeji-iec.or.jp>

Cuidados de saúde, em preparação para o inverno	... P1
Informações dos eventos(2012.12~2013.3)/ Noticia de policia de Himeji	... P2 · 3
Aprendendo se divertindo nas instituições	... P4



Cuidados de saúde, em preparação para o inverno

O frio e o ar seco no farão que o inverno no Japão seja severo. Vai aumentar o infecções de gripe, resfriado e norovírus. Em particular, no caso da influenza e norovírus. Você deve ser cuidadoso para as crianças e idosos, pois seus sintomas deve ser grave.

Vamos nos vacinar contra a Influenza.

- * Idosos mais de 65 anos pode receber uma vacinação apenas 1,000 yenes pela primeira vez
 - * Família com o imposto municipal isentado ou quem recebe bem-estar pode receber vacinação gratuitamente, se você fornecer um certificado.
 - * Período:2012/10/15(segunda)~2013/1/31(quinta)
 - * Entre contato com o Divisão de sentro de saúde preventiva para mais informações.
- <TEL> 079-289-1635

Utilidade da máscara

- ① Protege a garganta, não ressecando
 - ② Evitar o respingo de tosse e espirro
 - ③ Manter o calor
- ※ Máscara é frequentemente usada no Japão, porque é muito eficaz no meio da multidão e no transporte coletivo.



O que é importante na prevenção de resfriado, é construir resistência física para não ser derrotado por vírus!! Se você pegar o resfriado, tome água com suporte nutricional e durma aquecendo o seu corpo. Se conscientizar com a “etiqueta da tosse” para não transmitir as pessoas ao redor etambém familiares.

“A Etiqueta de Tosse”

- Usar uma máscara, ao tosser ou espirrar.
- Quando não usa uma máscara, cobrir a boca e o nariz com o lenço ou tecido e afastar das pessoas ao seu redor.
 - ※ Não cobre com sua mão para que o vírus não contamine sua mão.
- Se a coriza dos espirros grudar nas mãos, lavar bem com sabão.



No inverno além da gripe é numeroso os casos de doenças do cérebro e do coração. É provocado por uma mudança brusca de temperatura (choque termico) causa uma súbita alteração na pressão sanguínea. Tomar o banho é uma das prevenções de frio, porque melhora a circulação sanguínea. Restaura do cansaço. Mas como no inverno normalmente o banheiro fica frio, antes de usar tome o cuidado aquecendo com a água quente, etc.

Informações dos eventos (2012.12~2013.3)

※Preste atenção no caso de mudança dos dias e conteúdo dos eventos por favor.

◆Shoshazan all night cruising 31 de Dezembro (seg) ate 1 de Janeiro em 2013 (ter)

<Acesso> Desce em “Shosha ropeway” de saída norte no estação Himeji de onibus Shinki (linha 8) 260 yen de ida

<Preço de ropeway> (de ida) adulto 500 yen criança 250 yen (ida e volta) adulto 900 yen criança 450 yen
Começa a serviço all night de ropeway das 21:00 no 31 de Dezembro. Quem se participa o serviço subida de partida meia noite no primeiro de Janeiro, estão entregados o certificação de Hatsunori e presentes dos lembranças. Poderá se ver o sol do ano novo de cima de montanha aproximadamente 7 de manha.

◆Festa de Setsubun e Onioi no fevereiro em 2013

Havera Mamemaki e dança dos diabos desejando o proteção contra mal.

Dia 3 de Fevereiro(dom) Harimanokuni Sossa, Shoshazan Engyoji, Hirominesan jinja, Himeji jinja

<Acesso> (Templo xintoista de Hirominesan) Desce em “Hiromine” de saída norte de estação Himeji (linha 4) e 30 minutos à pé no caminho de montanha 200 yen de ida
(Templo xintoista de Himeji) Desce “Himeyama koen Kita” de saída norte de estação Himeji de onibus Shinki (linha 5・11), 5 minutos à pé 170 yen de ida

Dia 11 de Fevereiro (seg) Masuiyama zuiganji

<Acesso> Desce em “Shirakuni” de saída norte de estação Himeji de onibus Shinki(linha 84・86), 20 minutos à pé no caminho de montanha 200 yen de ida

◆9º Spring Festival de Intercambio Internacional (local:Egret Himeji) 3 de Março em 2013 (dom)

Havera os eventos internacionais como espaço de exposição e café incluído competição discurso de Japones.

Noticia de policia de Himeji

~Final e começo do ano com segurança e tranquilidade!~

O final e começo do ano é uma época que muitos crimes acontecem como casa vazia (sem ninguém), roubo e ladrão. Noticiamos o que importa quando sair para o shopping, festa e primeira vista para xintoistas no ano novo.

- Comferir a base de fogo, por exemplo (o gás, aquecedor movido á quero sene que pode provocar incendio) .
- Mesmo se for sair por pouco tempo trancar a porta.
- A bolsa com objetos valiosos mantenha pessoalmente com você.
- No caso da bicicleta na cestinha da frente usar uma redinha para precaver que sua bolsa seja roubada.
- Quando andar nas ruas dar preferencia para ruas largas e com iluminação .



Dar uma olhada para o site de policia de Hyogo pois tem mais informações.

<http://www.police.pref.hyogo.jp/>

<http://www.police.pref.hyogo.jp/keitai> (site de celular)



Apresentamos os eventos para se divertir as musicas e espetaculos tradicionais do japão.

Himeji Bunca Center

<Acesso> Desce “Himejishi bunka center mae” de saída sul de estação Himeji (linha 95 · 96)
170 yen de ida

<HP> <http://www3.ocn.ne.jp/~bunka/center/> <TEL>079-298-8014

♪ Classico divertido de 0 ano ate adulto ♪ Family concert “Dadivas da música”

Dia 17 de Fevereiro em 2013 (dom) começa as 11:00

<Preço de entrada> adulto 1,500 yen criança 600 yen

Parnassus Hall

<Acesso> Para chegar no local, pegar o onibus da linha Shinki 8,9 que sai de Himeji Kita
Guti e desce do onibus quando anunciar Himekou Basu Tei Mae. 200 yen de ida

<HP> <http://www3.ocn.ne.jp/~bunka/parna/> <TEL>079-297-1141

♪ Parnassus Asa no Harmony ♪

Um concerto para se divertir a manha no Segundo sabado do mes de
manhã.

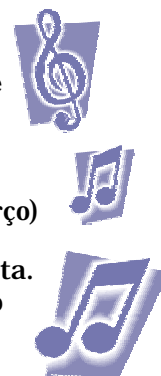
<Preço de entrada> Cada vez 500yen (De graça se menor de colegio)

♪ “Super Trombones”(começa as 10:30 dia 9 de Fevereiro em 2013)

♪ “Uta no sekai heno sasoi ~Mozart wo tyuusinni~” (das 10:30 9 de Março)

♪ Organ no hitotoki ♪ Dia 23 de Fevereiro começa das 14:00 entrada gratuita.
A execução musical será apresentada pelos membros que estudam orgão no
Parnassus.

♪ Koukyoushi himeji ♪ Dia 10 de Março começa as 14:00 entrada gratuita.
Kokyoshi Himeji é uma canção para comemorar o aniversario de 100 anos de cidade
Himeji.



Himeji Caspa Hall

<Local> 7 andar de edificio oeste de sanyo hyakka ten (logo de estação himeji)

<HP> <http://www3.ocn.ne.jp/~bunka/caspa/> <TEL>079-284-5806

✓ 14° “kyomo genkida!shigeyama kyogen” ✓ 20 de Janeiro em 2013(dom)das 14:00

<Preço de entrada> geral 4,000 yen menor de estudante de colegio 2,000 yen

Kyogen é um teatro alegre mesmo que acontece no vida atual como historia de fracasso
e brigasde casais. Titulo: “Suehirokari”, “Chidori” e “Kokuri banashi”

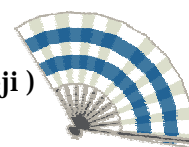
✓ Ningyo-Joruri “Bunraku” ✓ 3 de Março em 2013(dom)parte do dia começa as 13:30 e as
17:30 da noite

<Preço de entrada> geral 3,500 yen menor de estudante de colegio 2,000 yen

<Bilhete de dia e noite> geral : 6,000 yen menor de estudante de colegio 3,000 yen

“Ningyo-joruri” é um teatro de bonecos que narrador chamado “tayu” representa
varias papeis com a musica de Shamisen.

Do dia “Katsuragawa-Renrino-Shiragami”, de noite “Futari-Kamuro” “Yoshitsune-Senbonzakura”



Aprendendo se divertindo nas instituições

Nesta vez, introduzimos a instituição do ambiente e energia em Himeji com relação nossa vida.

Eco Park Aboshi

Não precisa a reserva

Com a guia, você pode ver o processo de descarte de lixo segundo a rota, chamado "Meguri route". Pode aprender sobre lixo e meio ambiente com diversão.

- Endereço : Aboshi-ku Aboshihama 4-1
- TEL : 079-272-9166
- Hora disponível : 9:00-17:00 exceto quarta-feira
- Taxa Gratuita ◦ Tempo : Cerca de 60 min.



Water Resource Center, "Mizu-no-Yakata," Kabutoyama Water Plant

(Centro de Recursos de Água "Mizu-no-Yakata," local de purificação da água em Kabutoyama)

Não precisa a reserva

É um centro de recursos para aprender a história do sistema de água e sua tecnologia de purificação de água com algum quiz e jogos, que ligado a nossa vida. Você pode participar de uma excursão da planta com a reserva.

- Endereço : Toyotomi-cho Toyotomi 1849
- TEL : 079-264-0411
- Hora disponível : 10:00-16:30 exceto segunda-feira (Não tem excursão da planta no sábado e domingo)
- Taxa Gratuita ◦ Tempo : 30 minutos

☆☆Informação da Fundação Associação de Intercâmbio Internacional de Himeji☆☆

Procurando concorrentes para Concurso de Oratório em Japonês



No dia 3 de Março em 2013, O Concurso de Oratório em Japonês será realizada em conjunto ao festival de primavera na salão de "Aimesse" no 3º andar de Egret Himeji. Os estrangeiros que moram, frequentam a escola ou trabalham em Himeji, podem participar entrando em contato com a responsável (Sra. Matsuoka)

※※※ Nota da Edição ※※※

O ano de 2012 brevemente terminara com várias inseguranças sociais em relação a este país com também os outros países. Obrigado por nos apoiar, lendo 「VIVA! ひめじ」. Estamos realmente esperando que o próximo ano, 2013, será feliz.

Volume 44 de 「VIVA! ひめじ」 vai ser publicado em março de 2013. Aguardem. Esperamos suas opiniões e impressões. Mande nos o e-mail ou telefone para endereço em baixo.

Colaboração na tradução · Revisão nativa

Português: Yu Kunimitsu, Yuma Hasegawa, Eni Takinami

Constam somente nomes das pessoas que autorizaram. Agradecemos a colaboração.

「VIVA! ひめじ」 necessita de pessoas que possam ajudar na tradução, revisão por nativos. As pessoas interessadas, pedimos para contactar no endereço abaixo. Aguardamos.

Contactos

Fundação Associação de Intercâmbio Internacional de Himeji
〒670-0012 Himeji shi Honmachi 68-290 Egret Himeji 3º andar
TEL : 079-282-8950 FAX : 079-282-8955
Mail to : info@himeji-iec.or.jp