



Quem perde os seus bens, perde muito; quem perde um amigo, perde mais; mas quem perde a coragem, perde tudo.  
(Autor desconhecido)



Relações Públicas da Cidade de Azumino

Dezembro de 2018 – 12月号

Língua Portuguesa Nº 155 / Língua Japonesa Nº 284 / 283

População de Azumino: 97.798 / Estrangeiros: 1288 (dados de 1º dezembro)

**INFORMAÇÃO**

● **TELEFONES ÚTEIS** . . . . .



おもてんわばんごう  
主の電話番号

PREFEITURA DE AZUMINO	0263-71-2000	CONSULADO GERAL DO BRASIL em TOKYO	03-5488-5451
POLÍCIA	110	EMBAIXADA DO BRASIL	03-3404-5211
BOMBEIRO / AMBULANCIA	119	REGIONAL DA IMIGRAÇÃO EM NAGANO	026-232-3317

**Atenção! O endereço da home page do informativo de Azumino em português, e do consulado do Brasil mudou, confira abaixo:**

- Consultas sobre as condições de trabalho dos estrangeiros, em português todas as **3ª e 6ª feira das 9 ~ 15:30h** TEL.: 026-223-0553
- Home page da cidade de Azumino em português : <http://www.city.azumino.nagano.jp/site/kohoshi/23791.html>
- Home page do consulado do Brasil em Tóquio : <http://cqtoquio@itamaraty.gov.br>

● **PAGAMENTOS DO MÊS DE JANEIRO** . . . . .

がつ のうき  
1月の納期

Imposto / Taxa	Parcela	Observação
Imposto residencial / Shiken minzei	4ª	
Seguro Saúde Nacional / kokumin Kenko Hoken	7ª	
Seguro Saúde Idoso / Koki Koureisha	10ª	Acima de 75 anos
Seguro Assistência Domiciliar e Reabilitação / Kaigo Hoken	10ª	Acima de 65 anos
Água		Toyoshina / Horigane / Akashina
Esgoto		Hotaka / Misato

~ PRAZO DE PAGAMENTO até 31 de JANEIRO (quinta-feira) ~

OBS: As contas acima que contém o código de barra, podem ser pagas também nas lojas de conveniência até a data de vencimento indicada no boleto.

□ **CLÍNICAS DE PLANTÃO NOS FINAIS DE SEMANA E FERIADOS DO MÊS DE janeiro**

がつ きゅうじつとうばんい  
1月の休日当番医

Dia	Dia 1 (ter)	dia 2 (quar)	Dia 3 (quin)	dia 6 (dom)	dia 13 (dom)	Dia14 (seg) feriado	dia 20 (dom)	dia 27 (dom)
Hospital Clínica	SHINANO NAIKA JUNKANKIKAI IIN HOTAKA 82-7722	HOTAKA HAATO CLINIC HOTAKA 50-6731	HOTAKA BYOUJIN HOTAKA 82-2474	TOUNOHARA UCHIKAWA CLINIC AKASHINA 81-2121	ODAGIRI IIN HOTAKA 83-8025	OIWAKE CLINIC HOTAKA 82-2129	FURUKAWA SEIKEI GEKKAI IIN HOTAKA 82-8880	MURAYAMA IIN HOTAKA 82-2101
	TANAKA IIN HOTAKA 82-2339	NARAMOTO NAIKA IIN TOYOSHINA 73-0616	SEKI HINYOUKIKAI CLINIC HOTAKA 82-0666	NEZU NAIKA IIN HOTAKA 82-8382	AZUMINO HIRABAYASHI SEIKEI GEKKA HORIGANE 88-3322	MOMOSE IIN HOTAKA 82-2205	FUJIMORI IIN TOYOSHINA 72-2011	TAKAHASHI IIN HOTAKA 82-2561
	TSURUMI IIN TOYOSHINA 72-4500	AKAZU SEIKEI GEKKA CLINIC MISATO 76-3133	TSUCHIYA CLINIC TOYOSHINA 71-1811	MARUYAMA NAIKA CLINIC TOYOSHINA 72-6188	WADA IIN HORIGANE 72-2047	ASAHI NAIKA CLINIC TOYOSHINA 50-8075	IKEDA IIN MISATO 77-2055	VERISTA HORIGANE SHINRYOJO HORIGANE 87-6700
Dentista	KEYAKI SHIKA HORIGANE 72-7272	MARUYAMA SHIKA IIN TOYOSHINA 72-2202	HAYASHI SHIKA IIN AKASHINA 62-2403	YAJIMA SHIKA IIN TOYOSHINA 72-2163	CHIKAZOE SHIKA IIN TOYOSHINA 88-7770	HORIGANE SHIKA IIN HORIGANE 72-6975	ISATSU SHIKA IIN TOYOSHINA 73-0648	ALPS SHIKA CLINIC MISATO 77-8901

\* Há casos em que as clínicas de plantão sofrem mudanças, favor confirmar pelo telefone de informações ( ☎ 0570-088-199)

**TELEFONES DOS CENTROS DE EMERGÊNCIAS NOTURNAS**



• **Pediatria e Clínica Geral** em frente ao HOKEN-CENTER de Toyoshina (19:00h as 22:00h) tel.: 0263-73-6383  
Fechado aos domingos, feriados, feriado de final e início de ano e finados.

• **Informações de Emergência Pediátrica na Província de Nagano** (19:00h as 23:00) tel: # 8000 caso não consiga linha ligue para 0263-72-2000

**COLETA DO LIXO:** cada bairro tem uma maneira diferente de jogar, favor confirmar as datas no Calendário Anual do Lixo distribuído no início do ano fiscal ( abril ). Final de ano, época de limpeza, época que se acumula muito lixo, favor se planejar para que consiga jogar todo o lixo antes do feriado da virada do ano, onde os caminhões da coleta também descansam. Favor também colaborar para não deixar o lixo nos locais de coleta durante o feriado. **Não haverá coleta do lixo combustível do dia 30 de dezembro a 3 de janeiro.**



**LIMPEZA NA FOSSA:** No final do ano há muito pedido para limpeza das fossas, caso tenha interesse não deixe para a última hora.

**TAXI DA CIDADE “AZUMIN”:** O taxi “Azumin “ da cidade estará de férias do dia 29 de dezembro à 3 de janeiro.

A prefeitura e as sub prefeituras estarão fechadas do dia 29/DEZ (sab) ao dia 3/JAN (quin) e entrará em funcionamento normal no dia 4 de Janeiro (sex).

Serviços Públicos	Datas	Dezembro / 2018				Janeiro de 2019			
		28 (sex)	29 (sab)	30 (dom)	31 (seg)	1 (3ªf)	2 (4ªf)	3 (5ªf)	4 (6ªf)
Prefeitura e Subprefeituras (inclui os Centros de Saúde)		FECHADO de 29/dez ~ 3/jan. ※ As máquinas para retirar atestado de inkan e end. nas lojas de conveniencia também não funcionam. Obs:Neste período a prefeitura central tem plantão para receber atestado de óbito.							
KOOMINKANS [Toyoshina, Hotaka, Horigane e Akashina]		FECHADO de 28/dez ~ 4/jan.							
Centros esportivos da administração municipal									
Bibliotecas Municipais [Toyoshina, Hotaka, Misato, Horigane e Akashina]									
Instituição Infantil ( JIDOOKAN ) [Toyoshina, Hotaka, Misato, Horigane e Akashina]		FECHADO de 29/dez ~ 3/jan.							

## ❖ CAMPANHA DE SEGURANÇA DO FINAL DE ANO

~ Vamos todos fazer uma cidade tranquila no final do ano ~

ねんまつ こうつうあんぜんうんどう じっし  
年末の交通安全運動を実施

A campanha deste ano será de 1º a 31 de dezembro e abrangerá toda a província.

No final de ano aumenta o número de roubos e violência. A polícia e a Associação de Medidas de Segurança da Cidade de Azumino juntos colocam em prática o **PERÍODO DE PREVENÇÃO ESPECIAL PARA O FINAL DE ANO**. A cooperação de todos os cidadãos é indispensável para ajudar a construir juntos uma cidade segura e tranquila.

1. Cuidado com roubo de bicicleta: Ao se afastar da bicicleta, tranque com a chave, cadeado.  
Previna-se fazendo o registro de segurança “ Bouhan Touroku”.
2. Cuidado com roubo de objeto no carro: Organize o ambiente interno do carro e não deixe bolsas a vista.  
Mesmo se for por pouco instante, ao se afastar do carro tranque a porta.
3. Proteja as mulheres e crianças ! : Ao sair volte ainda quando estiver claro, caso fique tarde peça para vir buscar.
4. Previna-se dos golpes de conta bancária: Tenha uma palavra chave entre família.

Faça uma consulta com a polícia caso chegar folhas para pagamento que desconhece. (através de e-mail, carta, tel e fax)

Contato: Policia de Azumino 0263-72-0110

## ❖ CAMPANHA DE SEGURANÇA NO TRÂNSITO DO FINAL DE ANO

~ As ruas da Província de Nagano tem um sorriso generoso e cordialidade

ねんまつ こうつうあんぜんうんどう じっし  
年末の交通安全運動を実施

Não dirija se ingerir bebidas alcoólicas.

### Conheça as consequências e o peso de dirigir embriagado

Ainda há casos de acidentes muito tristes e sem volta. Ao dirigir embriagado a penalidade é de até 5 anos de prisão e ou até 1 milhão de ienes de multa, além de perder a carteira.

### A penalidade será dada também para quem estiver acompanhando

Para quem estiver junto com quem estiver dirigindo embriagado a penalidade será dada da mesma forma, até 5 anos de prisão e ou até 1 milhão de ienes de multa.

### Decida sempre entre os amigos quem será o dono do volante antes de beber

O dono do volante é aquele que será responsável em não beber e levar o carro de volta ao retornar para casa. Há uma diferença de pessoa para pessoa, por exemplo, ao beber 350ml de cerveja, o tempo será de 2 a 3 horas para poder dirigir. Após beber não dirija, peça ao amigo que não bebeu ou chame um táxi.



## PREVENÇÃO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO

ねんまつ かさい よぼう  
年末の火災予防

A campanha deste ano será a partir de 25 a 30 de dezembro e abrangerá toda a província.

~ **É uma época fácil de causar incêndio!** ~

No final do ano com muita agitação acaba-se tendo negligência com o uso do fogo.

Vamos tomar alguns cuidados para não acontecer acidentes, e isso depende do esforço de cada um. Vamos tomar os seguintes cuidados para entrar bem no ano novo.

### Pontos importantes:

1. Não deixe próximo ao fogão objetos que queimem com facilidade. Não se afaste do fogão durante a preparação da refeição.
2. Antes de acender uma fogueira, providencie o balde com água e não deixe o fogo se alastrar.
3. Não deixe aos arredores da casa utensílios e objetos que queimem com facilidade.
4. No geral ao usar o fogo, use com cuidado.

**Contatos:** Corpo de Bombeiro de Toyoshina Tel: 72 – 3145 / Corpo de Bombeiro de Hotaka Tel 82 – 3262  
/ Corpo de Bombeiro de Azusagawa Tel : 78 – 2090 / Corpo de Bombeiro de Akashina Tel : 62 -2992

## ❖ FAVOR COLABORAR COM OS TRABALHOS E LIMPEZA DA NEVE

じよせつさぎよう きようりよく ねが  
除雪作業にご協力をお願いします

Estamos entrando na estação das neves. Na cidade de Azumino o carro de limpeza de neve entra em ação nos casos em que a acumulação de neve passa dos 10 centímetros, este dará primeiro prioridade para vias principais e as vias de acesso às escolas. Para evitar congestionamentos e acidentes desnecessários realizamos este trabalho durante a madrugada, também para que dê tempo até a hora em que a maioria sai para trabalhar ou ir para a escola. Porém, gostaríamos da compreensão, se o tempo não for suficiente para o término do trabalho, nos casos por exemplo de neve logo pela manhã.



### O que cada um pode fazer para colaborar com a eliminação da neve acumulada:



#### **RETIRAR A NEVE ACUMULADA NA ENTRADA DA CASA:**

Para que até a hora em que todos saem de casa os trabalhos estejam terminados, o carro de limpeza de neve [JYOSETSUSHA] pode acabar acumulando as neves das vias em frente as casas e garagens de particulares, sabemos o quanto isto se torna um transtorno, mas contamos com a colaboração da população para a limpeza da neve acumulada nestes

casos.



**COLABORAÇÃO PARA COM A LIMPEZA DAS RUAS E VIELAS:**  
Há vias e ruelas estreitas em que o JOSETSUSHA não consegue entrar, favor colaborar com os vizinhos e realizar a limpeza destes locais. Favor colaborar também com a limpeza da frente das casas de idosos e deficientes.



**NÃO ESTACIONAR NAS RUAS:**  
Favor não estacionar veículos nas ruas. Além de dificultar e até impedir a passagem do carro da limpeza, pode também se tornar um obstáculo para bombeiros e ambulâncias.



**CUIDADO AO JOGAR A NEVE:**  
Não empurre a neve acumulada no seu quintal para as ruas, a neve acumulada estreita as vias que pode acabar sendo a causa de acidentes. Também não

jogue a neve acumulada nas valetas para evitar o congelamento causando além de enchentes, o impedimento do uso do mesmo para os trabalhos de extinção de incêndios.



**POR FAVOR MANTENHA DISTÂNCIA DOS TRATORES "JOSETSUSHA" QUE LIMPAM A NEVE:**

Trabalhamos tomando o máximo de cuidado para não causar acidentes. Favor não se aproximar do JOSETSUSHA, e favor orientar sobre isto principalmente quem possui crianças pequenas em casa.



**DISTRIBUIÇÃO DO ENKARU:**

A cidade fará a distribuição de "Pó anti-congelante" (Enkaru) como todos os anos. Favor espalhar em locais com perigo de congelamento.



**Informações na prefeitura.**



## VAMOS APRENDER UM POUCO DAS TRADIÇÕES DO ANO NOVO JAPONÊS

### PREPARAÇÃO PARA O ANO NOVO - OSHOUGATSU

しょうがつ じゆんび  
お正月の準備

A preparação para o Ano Novo inicia-se no mês de dezembro, por ser um mês corrido no calendário lunar japonês dá-se o nome de **SHIWASU**, e o último dia do ano é chamado de **OOMISOKA**.



Para os japoneses a passagem do ano é sem dúvida uma das datas mais importante do calendário, e é festejado com muita tradição.

O interessante é a forte tradição religiosa, que desencadeia vários costumes rituais. A começar pelo "oosouji" – a faxina geral, que deve ser feita até o fim do ano, esta dá o sentido não só da limpeza do ambiente mas também espiritual. O **OSHOUGATSU** é o marco zero para a renovação e recomeço.

Por ser uma comemoração tão importante muitos voltam a terra natal para comemorar o **OSHOUGATSU** com os familiares.

## Abaixo vamos observar a maneira como os japoneses comemoram a passagem do ano:

### BOUNENKAI

ぼうねんかい しんねんかい  
忘年会 新年会

O mês de dezembro costuma ser muito agitado por causa das festas de final de ano. No Japão não é diferente, pois os *Bounenkai* são as festas, jantares realizadas para as pessoas se despedirem dos acontecimentos que tiveram no decorrer do ano. E em janeiro são organizados os *Shin'nenkai*, que são festas para dar as boas vindas ao Ano Novo.

Quando o Bounenkai é organizado pela empresa, o chefe ou diretor faz o tradicional discurso, onde são ditas frases chaves como : *kotoshi mo osewa ni narimashita* ( muito obrigado pela colaboração dispensada), e *rainem mo voroshiku onegaishimasu* ( espero novamente poder contar com sua colaboração no ano vindouro).



E nesta festa para variar os japoneses consomem muita bebida alcoólica até mesmo as mulheres.

### KADOMATSU

かどまつ  
門松



O **OSHOUGATSU** começa na realidade dias antes com inúmeros preparativos, neste inclui-se também a decoração da casa. O **KADOMATSU** é um dos enfeites mais tradicionais, é um arranjo de pinheiro ( símbolo da longevidade), haste de bambu ( símbolo da persistência) e galhos de ameixeira ( símbolo da prosperidade ), este é colocado na entrada da porta para trazer sorte aos moradores.

## KAGAMIMOCHI

かがみもち  
鏡餅

Desde a antigüidade, o kagami moti é oferecido aos deuses, principalmente no Ano Novo. Na realidade trata-se de dois moti (bolinho de arroz glutinoso) colocados um sobre o outro, sendo o de cima um pouco menor. O KAGAMI MOCHI simboliza a expectativa de felicidade e prosperidade no ano que se inicia. O kagami moti deve ficar na casa até o dia 11 de janeiro, quando é dividido em pequenos pedaços e consumido pela família num ritual chamado KAGAMI-BIRAKI, este é servido em sopa como ozouni ou shiruko. Este ritual é chamado de kagami biraki (literalmente, abertura do espelho).



しめかざり

## SHIMEKAZARI



Outro enfeite comum no Ano Novo é um pedaço de corda de palha grossa e entrelaçada, com tiras de papel branco penduradas, colocado no portão ou na entrada de uma casa. Nele se amarram laranja e folhas de samambaia, considerados amuletos. Acredita-se que uma casa com shimekazari é um lugar purificado para afastar maus espíritos e receber divindades.

## JOYA NO KANE

じょやかね  
除夜の鐘

Muitos japoneses vão ao templo na noite do dia 31 para assistir a cerimônia religiosa do **JYOYA NO KANE**, que consiste em 108 badaladas dos sinos dos templos japoneses. De acordo com a crença budista as 108 badaladas representam os 108 pecados ou desejos mundanos do homem, e o tocar so sino serve para afastar esses desejos a fim de que possa entrar o ano novo purificado.

Passar a passagem do ano assistindo o programa musical **KOUHAKU UTAGASEN** também já se tornou uma tradição japonesa. Muitos também saem pela madrugada em locais altos para ver o primeiro por do sol do ano - **HI NO DE**.

## NEGAJOU

ねんがじょう  
年賀状

Ao contrário do Brasil onde a troca de cartões ocorre durante o Natal, no Japão a tradição é enviar cartões de para dar saudações do Ano Novo - NENGAJOU.



Os cartões costumam ter ilustrações de objetos que representam boa sorte como o kadomatsu, takarabune (navio carregado de tesouros), hagoita (raquete para peteca), os sete deuses da sorte, ou os animais dos 12 signos do zodíaco oriental (o famoso horóscopo chinês), principalmente o que representa o ano regente, que em 2019 será o JAVALI.

Mesmo que a pessoa envie o cartão meados de dezembro, o sistema de Correios no Japão entregará exatamente em 1º de janeiro. Obs: Não se pode enviar Nengajou para pessoas que tiveram falecimento na família no ano decorrer do ano.

## TOSHIKOSHI SOBA

としこし  
年越しそば



Na véspera do ano Ano Novo as famílias se reúnem para comer o soba que neste caso é chamado Toshikoshi soba, esse costume deu início no período Edo (1603 a 1867), acreditavam que o soba ajudava a atrair dinheiro. Já hoje em dia este macarrão por ser fino e longo simboliza longevidade.

## OSECHIRYOURI

りょうり  
おせち料理

Este tem uma tradição de cerca de 650 anos, OSECHI RYOURI originalmente eram os pratos que serviam durante os festivais como uma oferenda aos deuses. Atualmente é a refeição principal nos 3 primeiros dias do ano novo. De acordo com cada região há mudanças no conteúdo, mas o básico é tsukemono, peixe defumado, feijão preto e outros, cada alimento tem um significado que simboliza algo relacionado a sorte ou felicidade. OSECHI RYOURI é colocado em uma caixa com 3 andares (há de 5 andares também mas normalmente usa-se a de 3) chama-se **JUUBAKO**.



## HATSUMOUE

はつもう  
初詣で



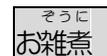
Esta é a primeira visita à um templo "otera" ou santuário shintoista "jinja" no Ano. O objetivo é rezar por saúde e felicidade para o ano que está se iniciando. Este também não deixa de ser uma diversão para as jovens que se vestem com kimonos e passeiam acompanhadas dos familiares, amigos ou namorados.

## OTOSHIDAMA



Esta é a tradição que as crianças mais gostam, esperam ansiosamente, o **TOSHIDAMA** é o presente em dinheiro que ganham dos pais e parentes. O valor varia de família para família, muitos recebem o TOSHIDAMA até iniciar o primeiro serviço.

## OZOUNI



Assim como as outras culturas, durante o Ano Novo os japoneses tem muitas tradições principalmente na área gastronômica. Uma das mais respeitadas é o OZOUNI, uma sopa com mochi (bolinho de arroz glutinoso) que promete boa sorte aos que a tomam no dia 1° de janeiro.

Os ingredientes variam de acordo com cada região. Como as famílias japonesas que moram no Brasil vieram de várias regiões do Japão, a receita se altera de família para família.

### E que tal preparar o seu também!.....Ozouni (para 4 pessoas)

60gr de peito de frango / 4 shiitake (espécie de cogumelo) / 8 fatias de kamaboko / 4 pedaços de mochi / A (1 colher de sopa de hondashi) / A (1/3 de colher de chá de sal) / A (1 colher de sopa de shoyu) / Um punhado de folhas de mitsuba ( parece muito com salsa ) / 3 copos de água para ferver

#### Modo de fazer:

(1) Coloque os 3 copos de água na panela para ferver, coloque os ingredientes A (hondashi, sal e shoyu) dê uma mexidinha apague o fogo e reserve. Obs: Não deixe ferver muito depois que colocar os ingredientes. (2) Corte o frango em pedaços pequenos e ferva com um pouco de água na panela, reserve. Retire o talho do shiitake lave e reserve, corte as fatias do kamaboko e reserve. (3) Depois de ferver o frango coloque-o no caldo que esta reservado (1), acrescente o shiitake e deixe ferver novamente. (4) asse o mochi e coloque-o no chawan, acrescente em cima o kamaboko, coloque o molho quente por cima junto com o shiitake e por fim coloque um punhado de mitsuba .

Sirva e deguste em quanto estiver quente.



## Vamos tomar cuidado com a Influenza



Vai começar a época de Influenza. Pessoas de todas as idades podem contrair a doença, todos devem portanto tomar muito cuidado. Vamos procurar prevenir "não pegando" e "não passando para outra pessoa" a influenza tomando os seguintes cuidados.

### 1 Para não contrair a doença

Lave sempre as mãos. Para eliminar o vírus, espume bem o sabão e principalmente quando voltar para casa ou antes das refeições lave as mãos com bastante cuidado. / Evite locais de aglomeração. Se não puder evitar, use máscara nesses locais. ◦Alimente-se e durma bem para aumentar a sua resistência corporal. / Em ambientes fechados onde o ar resseca com mais facilidade procure manter a umidade adequada com umidificadores.

### 2 Para não passar para outra pessoa

Se não estiver passando bem, procure ir ao médico o mais breve possível. / Se pegar a doença, descanse e durma bastante. / Não vá à escola e nem ao trabalho para não passar para outras pessoas. / Tome bastante líquido e coma com frequência. / Coloque uma máscara se estiver tossindo ou espirrando (Etiqueta da Tosse)

DICAS: Verifique como desejar felicidades no Ano Novo em japonês:

Até do dia 31 de dezembro: YOI OTOSHI WO OMIKAE KUDASAI ou YOI OTOSHIWO - Tenha uma boa passagem de ano.

A partir do dia 1° ao dia 7 de janeiro: AKEMASHITE OMEDETOU GOZAIMASU. KOTOSHI MO YOROSHIKU ONEGAI SHIMASU - Parabéns pela passagem do Ano Novo (Feliz Ano Novo). Espero a sua hospitalidade por mais este ano.

Do dia 8 até o dia 15 de janeiro: OMEDETOU GOZAIMASU. KOTOSHI MO YOROSHIKU ONEGAI SHIMASU.



## EDITORIAL

"Mais um ano chegando ao seu final. A cada dia de nossa vida, aprendemos com nossos erros ou nossas vitórias, o importante é saber que todos os dias vivemos algo novo, não desista dos seus sonhos. Desejo à todos um 2019 cheio de saúde, paz harmonia e amor com suas famílias. E que todos realizem os seus mais belos sonhos no decorrer do ano vindouro. Feliz Ano Novo!!