



Informativo

Prefeitura de Minowa 箕輪町役場

O informativo é publicado mensalmente pela prefeitura de Minowa.

〒399-4695 Nagano-ken.Kamiina-gun. Minowa-machi. Oaza Naka Minowa ,10298.

399-4695 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪 10298

TEL:0265-79-3111 内線・ramais: 1371/1714



“A estação fria chegou !”

~Vamos tomar as medidas adequadas
contra as infecções~



O verão quente acabou e o inverno seco chegou. É importante tomar medidas contra doenças infecciosas, como a gripe, bem como o novo coronavírus.

Verifique a etiqueta básica abaixo e previna-se:

Limpe suas mãos !

Lave as mãos com sabão ou desinfete com álcool desinfetante para as mãos.

Não toque !

Não toque em seus olhos, nariz ou boca. Tenha cuidado ao tocá-los.

Mantenha 1 m. de distância !

Deixe pelo menos 1 m. de distância. Não se esqueça de usar máscara quando a distância for curta.

Não se esqueça da sua etiqueta !

Ao tossir cubra o nariz e a boca com a parte interna do cotovelo ou com um lenço de papel.

Mantenha ventilação freqüentemente !

Não se esqueça de ventilar o ambiente. O ar seco aumenta o risco de infecção.

Não se sobrecarregue !

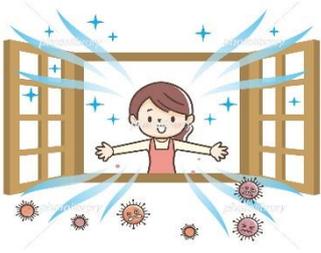
Se sentir mal, fique em casa. Se tiver febre, tosse ou dificuldade para respirar, consulte um médico. Entre em contato com a instituição médica com antecedência antes de ir à clínica, para ter certeza que poderá ser atendido.



Chegou uma estação seca do ano.

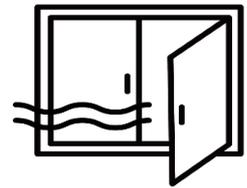
Lembre-se “dos cuidados” básicos para medidas contra doenças infecciosas como a gripe, influenza e também o novo coronavírus.

Prevenir-se é muito importante! !



コロナに負けるな！ 換気は大事！

**Não perca para o corona!
A ventilação é importante!**



Nesta época do ano, frio de inverno, o ar fica mais seco, e justamente devido ao frio, não costumamos renovar o ar "abrindo as janelas" e devido a isso, o ar seco acumulado dentro de casa proporciona ao vírus um ambiente para se acumular.

Portanto, substituir o ar da sala por cerca de 5 a 10 minutos a cada 1 hora a princípio é o suficiente para renovação do ar.

A ventilação diligente é importante no inverno, quando os ambientes internos tendem a ser densos/secos.

O método de ventilação consiste em primeiro abrir as janelas na diagonal da divisão e criar uma passagem de ar. Em seguida, abra a janela e substitua o ar por cerca de 5 a 10 minutos por hora.

É um pouco difícil abrir a janela em um dia frio, mas é importante se criar o hábito da ventilação adequada ao usar aquecedores a querosene e a gás com aquecimento rápido excelente.

Porém, se a casa ou apartamento em que você mora for um prédio construído posterior a Julho de 2003, originalmente ele tem um mecanismo de ventilação (porta de ventilação, sistema de ventilação 24 horas). Verifique novamente se este mecanismo está sendo usado corretamente.

A ventilação também evita a condensação de orvalho (umidade nas janelas).

Além disso, **a ventilação no inverno é eficaz não apenas para o novo coronavírus, mas também para medidas contra a condensação do orvalho.** [Em primeiro lugar, a causa da condensação do orvalho é que a umidade no ambiente se torna alta e há uma diferença de temperatura entre o exterior e o ambiente]. Ao expulsar o ar da sala que contém muita água, é possível evitar a condensação do orvalho que tende a se formar no parapeito da janela e suprimir o crescimento de "mofo".

A propósito, o dia 09 de Novembro [11/9] é o dia do [ii kuuki] ➡(dia do ar puro), portanto, o que você acha de aproveitar esta data e conversar com toda a sua família e tomar "medidas de ventilação" de inverno?

ATENÇÃO !!!

Rede SOS – Distribuição de alimentos

Dias **5 de Novembro** (sábado), das **9:00 hrs ~ 11:00 hrs**
18 de Novembro (6ª feira), das **18:00 hrs ~ 20:00 hrs**



⚠️ ATENÇÃO! ⚠️ Não haverá [Consultoria Gratuita]

(Pedimos desculpas, pois, as consultas com advogado está com as reservas lotadas até final de Dezembro)

Somente entrega de alimentos!! Food Bank/Rede de Suporte de Sobrevivência de Emergência da Rede SOS.

Local: Salão/Kinoshita Kouminkan (próximo ao Seven Eleven e Sukiya de Minowa)

End.: Minowa-machi, Oaza Nakaminowa, 11393-1

※O apoio alimentar não importa onde mora, porém não há fornecimento em outros dias, devido aos preparativos.

(Portanto, caso não puder comparecer ao local por algum motivo, entre em contato conosco com antecedência)

[Comunicado importante aos estrangeiros residentes em Minowa]

A Prefeitura de Minowa continua a disponibilizar meios de comunicação através de:

● Messenger



● Line



● Whats App



Notícias/Informações/Comunicados importantes

da cidade no FACEBOOK

facebook

Enviamos notícias/informações atualizadas da Prefeitura de Minowa através do Facebook aos estrangeiros.

Por favor, confirmem através de [Minowa News] no Facebook.

[Curso prático de nihongô (japonês)] : (Nihongô Kyoushitsu)

“Aula de japonês voltado ao trabalho”

- ※ Pessoas que ainda não conseguem ler e escrever o [hiraganá] e [katakaná]
- ※ Pessoas que querem estudar e aprender o japonês para trabalhar (Atualmente estamos estudando nihongô voltado ao dia a dia) (Ex.: Comunicação em hospitais, lojas...como chamar ambulância, etc.)

※ **As pessoas interessadas, podem ir direto ao local de aulas ou vir à Prefeitura tirar dúvidas!**

Tudo bem se não puder vir continuamente...Se não puder vir às 8:30 hs...Se não souber ler ou escrever hiraganá... Pessoas de vários níveis podem estudar.

Taxa (**GRATUÍTA**)

Todas as quinta-feiras :

- 2022/11/10, 11/17, 11/24
12/1, 12/8, 12/15, 12/22

Horário: (Manhã) : das 8:30 hrs às 10:30 hrs

Local: **Minowa Sangyo Shien Center**

(Prédio novo em frente à Prefeitura- 2º andar)

※ **Taxa gratuita** → (Traga um caderno e uma caneta)

Qualquer dúvida entre em contato com a Prefeitura de Minowa!

Telefone: 0265-79-3154 ramal:1371 (Responsável: Irikura Masako)

E-mail: m-irikura@town.minowa.lg.jp ou através de **Messenger, Whats app, Line.**



[Aula de japonês] com voluntários japoneses

(Aos sábados – das 13:00 hrs às 15:00 hrs)

Está de volta!
Porém, pode haver mudanças

(* **Taxa de ¥200 yen/por vez**)

- *dia 05 de Novembro: (Yassumi) Folga
- *dia 12 de Novembro: à partir das 13:00hrs ~ (local:Bunka Center Minowa salas 5 e 6)
- *dia 19 de Novembro: à partir das 13:00hrs ~ (local:Bunka Center Minowa salas 5 e 6)
- *dia 26 de Novembro: à partir das 13:00hrs ~ (local:Bunka Center Minowa salas 5 e 6)

Obrigatório uso de máscara

[Comprovante de Vacinação]

Aqueles que pretendem viajar para fora do Japão e receberam as 3 ou 4 doses de Vacinação contra o corona, podem obter um (Certificado de vacinação) em inglês e japonês na Prefeitura.

O que precisa:

- Passaporte, Formulário de vacinação contra Covid-19 e os adesivos da vacina.
*Demora em torno de 1 semana para entregar este documento. Se você não puder vir à Prefeitura pessoalmente pegar este documento após 1 semana, pode ser enviado via correio, mas será cobrada uma taxa de selo de ¥86. A taxa para retirar este documento é gratuita.
- Tome cuidado, pois você não receberá imediatamente no dia da inscrição, portanto, faça o pedido o quanto antes possível.

(Prefeitura de Minowa/Setor de Promoção da Saúde)



[Pedido de Enquete aos moradores estrangeiros de Minowa]

Estamos nos preparando para abrir um [Curso de língua japonesa] para tornar mais fácil aos residentes estrangeiros que vivem na cidade de Minowa viverem na comunidade. Por esse motivo, gostaríamos de ouvir opiniões de todos.

Aqueles que disponibilizam em responder a enquete, por favor, podem participar através do acesso ao QR code ou pelo link abaixo.

Caso vier pessoalmente à Prefeitura para resolver algum compromisso e puder responder a enquete, por gentileza, procure pela Irikura Masako, no Setor de Assistência Social, balcão 8.

Agradecemos desde já a colaboração de todos !



<https://forms.gle/JXR8yvbvXVbzceD7>



Data: **11** mês **27** dia **domingo**
日時 **11** **27** **日曜日**

Horário: **10:00** às **13:00**
午前 10:00 ~ 午後 1:00

さんかほうほう
参加方法 Como participar:

Quem pode participar:

- Moradores em Minowa (mãe&filhos) (estudantes de primário e ginásial)
- ※Aqueles que moram em cidades vizinhas e queiram participar favor nos contactar para uma possível participação.
- 15 pares (por ordem de reserva)

O que trazer:

- Lenço (bandana), avental, calçado para usar na cozinha
- Roupa apropriada

Taxa de participação:

¥500 por pessoa

Prazo de inscrição: **11/8 ~ 17**
9:00 ~ 17:00

Desafio para pais&filhos! Pratos típicos estrangeiros!
親子で挑戦! 外国のお料理!
おやちいごぶんせんがいてんまこちい

Local:

ぼしよ
場所

まちぶんか

町文化センター 和室・調理室
Center Cultural de Minowa-Sala de Culinária



Apresentando os 3 países e seus pratos:

- [Filipinas] Frango Adobo
- [China] 小籠包 (Shouronpou)
- [Brasil] Pão de queijo

※A culinária será instruída por voluntárias estrangeiras



Modo de Reserva:



0265-79-2178

Horário: 9:00 ~ 17:00

みのわまちこうみんかん
箕輪町公民館
[Centro Cultural de Minowa]

〒399-4601 箕輪町中箕輪1 0291
Endereço: Minowa-machi, Nakaminowa, 10291.