



# Ooi!



ポルトガル語

Publicação: Utsunomiya Internacional Plaza (UIP)  
Edição: Utsunomiya City International Association (UCIA)  
Tel. 028-616-1563 Fax. 028-616-1568  
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp  
Utsunomiya, Babadori 4-1-1, Omotesando Square 5F



Índice	Página 2	Como levar uma vida sábia com espírito de <i>mottainai</i> , sem desperdício
	Página 3	Festival da Cultura Japonesa, Fórum de convivência multicultural e outros eventos
	Página 4	Bibliotecas municipais, Atendimento aos estrangeiros

## Feliz Ano Novo! Neste ano, vamos torcer nas Olimpíadas e Paraolimpíadas de Tokyo!



Feliz Ano Novo! Entre vários eventos que serão realizados neste ano, qual será o mais esperado?

Vou torcer pelos esportistas do meu país que virão nas Olimpíadas e Paraolimpíadas de Verão de Tokyo.



Quando será as Olimpíadas e Paraolimpíadas de Tokyo e quantos países vão participar?

As Olimpíadas serão realizadas de 24 de julho (6a) a 9 de agosto (dom) total de 17 dias e Paraolimpíadas será de 25 de agosto (3a) a 6 de setembro (dom) 13 dias.

Participarão 206 países e territórios separatistas. Até então, em Tokyo foi realizado XVIII Olimpíadas e II Paraolimpíadas em 1964.



Haverá quantos esportes e quantos atletas irão participar?

Nas Olimpíadas serão realizadas 33 esportes com 339 modalidades.

É previsto a participação de 11.090 atletas.

Foram incluídos 5 esportes: beisebol, softbol, karatê, skate, escalada esportiva e surf.

Nas Paraolimpíadas serão realizadas 22 esportes com 540 modalidades.

Participarão 4.400 atletas.

Foram acrescentados badminton e taekwondo.

Quais são os símbolos de Olimpíadas e Paraolimpíadas?



O símbolo das Olimpíadas é composto por 5 anéis que representam os continentes. Esta imagem simboliza a união dos continentes em prol do esporte.



O símbolo das Paraolimpíadas é composto por três agitos, das cores vermelha, azul e verde apontando para um único ponto, em um campo branco. O lema agito significa "Eu me movo" em latim.



Quando e como começaram?

### RENASCIMENTO DE OLÍMPIADAS

No final do século XIX, o Barão francês Coubertin convocou o congresso Esportivo e Cultural com objetivo de formação de pessoas que possam contribuir para a harmonia mundial, renascendo as olimpíadas realizadas antigamente na Grécia.

### INÍCIO DE PARAOLÍMPIADAS

O médico Ludwig Guttmann que reabilitava soldados feridos da guerra na Inglaterra introduziu esportes como reabilitação. Criou um campeonato de archery exclusivamente aos pacientes de cadeira de roda, sendo este o início de jogos paraolímpicos.

Vamos assistir e torcer pelos atletas de vários países que vão se reunir nos Jogos Olímpicos e Paraolímpicos de Tokyo!

## Como levar uma vida sábia com espírito de *mottainai*, sem desperdício



### A temperatura média aumentou em Utsunomiya

A temperatura média da cidade aumentou 2.1°C nos últimos 100 anos.

Quando a temperatura média aumenta apenas 1°C, aumenta casos de desastre natural como inundações e tempestades.

E quando o aumento é de 3 a 4°C, dizem que ocorrerá extinção de 40% de espécies.

Para reduzir o aquecimento global é muito importante a conscientização e mudança de atitudes de cada pessoa.

### O inverno é uma boa estação para refletirmos melhor sobre a aquecimento global.

No inverno, uma grande quantidade de energia é consumida, com o aumento de uso de ar condicionado, aquecedor de água etc.

Ao economizar energia em casa, reduzirão as emissões de dióxido de carbono e as contas de eletricidade.

## Vamos começar *eco challenge*



### **Step 1** Economia de energia em casa

A economia de energia poderá ser feita com pequenas coisas, como fechar as portas e *fusuma*, estreitar o local do aquecedor também tem bom resultado. Vestir dois casacos a temperatura ambiental sobe 2.2°C.

### **Step 2** Ao comprar escolha os ecológicos

Ao comprar um novo carro ou eletrodoméstico escolha os ecológicos para usarem por longo tempo e economizarem. Ao escolherem produtos amigáveis a ecologia estará prevenido o aquecimento global.



## Dicas para economizar energia no inverno

### Jarra elétrica

- ▽ Quando não for usar desconecte o plug.



### Fogão à gás

- ▽ Ajuste a chama para que não saia da panela



### *Kotatsu* elétrico

- ▽ Ajuste o edredom superior e interno.



### Ar condicionado

### Aquecedor de gás ou querosene

- ▽ Fixe a temperatura ambiente para 20°C.



### Sanitário com descarga de água quente

- ▽ Tampe quando não usa.
- ▽ Fixe baixo a temperatura do assento.



### Festival da Cultura Japonesa



- 🕒 16 de fevereiro, dom, 10h-14h
- 😊 · Poderão experienciar Kimono, Cerimônia de chá, Arranjo Floral, Caligrafia, Miniwaraji, Chigirie etc.  
· Terá atrações de Wadaiko, Shamisen etc
- ¥ ¥300 (Shogakusei ¥100)
- Insc** Sem inscrição
- @ 14F andar da Prefeitura, Daikaigishitsu (Asahi 1-1-5)
- ☎ Utsunomiya-city International Association (UCIA) 028-616-1870

### Mini Kokusai Koryukai!



- 🕒 1o. de fevereiro, sab, 9h-14h
- 😊 · Conversar e rir bastante 🎵  
· Fazer doce Wagashi e macarrão soba  
· Terá Cerimônia de chá 🎵
- ¥ gratuito
- @ Centro Minami Shogai Gakushu Center (Esojima 2-4-23)
- ☎ Midorigaoka Seishonen Ikuseikai 028-658-6229



### Forum sobre Convivência Multicultural



- 🕒 15 de fevereiro, sab, 10h-12h
- ✂ Confira os detalhes do dia, horário e local na HP da prefeitura <http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/shisei/gaiyo/kokusai/1007500.html>
- 😊 Os temas serão sobre o trabalho, educação, vida cotidiana e sociedade multicultural 🎵  
Os estrangeiros de Vietnã, Ghana, China e Nova Zelândia apresentarão de forma descontraída as diferenças e como se sentem vivendo em Utsunomiya.
- ¥ gratuito
- @ Utsunomiya Omotesando Square, 6F Tamokuteki Hall 1 e 2 (Babadori 4-1-1)
- ☎ Utsunomiya-city International Plaza 028-616-1567

### Salão de Confraternização 🎵



- 🕒 Todo 4o.sábado, 16h-18h
- 25/1 Ano Novo da China
- 22/2 Vamos fazer mágica 🎵
- 😊 Encontro para fazer amigos de vários países 🎵
- ¥ gratuito
- @ Utsunomiya International Plaza 028-616-1563

### Festa Setsubunsaí do Templo Futaarayama de Utsunomiya



- 🕒 3 de fevereiro
- Festa 14h30~, Mamemaki 15h~
- 😊 Festa tradicional que deseja a Felicidade do ano
- Est** 300 carros (pago)
- @ Templo Futaarayama de Utsunomiya (Babadori 1-1-1)
- ☎ 028-622-5271

## Dicas

# Bibliotecas Municipais de Utsunomiya



Biblioteca Chuo Toshokan



Central da biblioteca



Sala de Leitura

No município há 5 bibliotecas: Chuo Toshokan, Higashi Toshokan, Minami Toshokan, Kamikawachi Toshokan e Kawachi Toshokan.

- Chuo Toshokan: Utsunomiya-shi, Akebonocho 7-57 ☎028-636-0231
- Higashi Toshokan: Utsunomiya-shi, Nakaimaizumi 3-5-1 ☎028-638-5614
- Minami Toshokan: Utsunomiya-shi, Suzumenomiyacho 56-1 ☎028-653-7609
- Kamikawachi Toshokan: Utsunomiya-shi, Nakazatocho 182-1 ☎028-674-1123
- Kawachi Toshokan: Utsunomiya-shi, Nakaokamotocho 3397 ☎028-673-6782

Poderão emprestar livros, revistas, CD, DVD etc e usar Sala de Leitura.  
Venham participar dos eventos como leitura de livros ilustrados, concertos etc realizados pelas bibliotecas também. Confirmem o calendário dos eventos, dias que fecham de cada biblioteca pelo site <https://www.lib-utsunomiya.jp>



Esperamos sua participação nos eventos.

## Serviços de UIP



### Consultas aos Estrangeiros

		Espanhol Português	Chinês	Tailandê s	Inglês
UIP ☎028-616-1564	15:00-18:00	2a.feira	3a.feira	4a.feira	6a.feira
		quarto domingo (com reserva)			
Prefeitura ☎028-632-2834 (Horário de atendimento)	9:00-12:00	5a.feira	segunda 5a.feira	—	—
	14:00-17:00	5a.feira	—	segunda 5a.feira	segunda 5a.feira
Consulta com Despachante Público ☎028-616-1564	15:00-17:00	terceira 2a.feira (com reserva)			

### Serviço de Intérpretes

O intérprete acompanhará aos setores públicos auxiliando na comunicação.  
☎ de 2ª à sáb, das 8h30 às 19h  
\$ ¥2.000 (2horas)/vez  
O solicitante deve preencher o formulário e pagar o valor no Utsunomiya International Plaza (UIP)

Ooi! é publicado mensalmente em japonês, português, inglês, chinês, tailandês e vietnamita no site da UCIA, <http://www.ucia.or.jp> poderão ler as edições anteriores também.

Fornecimento de ilustrações da 1ª. página: Yurika Usui e Natsuki Nemoto