



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 5º andar



Índice Página 2 Mudança de penalidades por “andar de bicicleta usando celular e embriagado”, Prevenir DV
Página 3 Estantes de Livros Ilustrados do Mundo da TIA, Cinema anime, Concerto de Natal
Página 4 Entrevista de DANELA da Alemanha, Serviços de International Plaza UIP

Cuidado com intoxicação alimentar por norovírus

A intoxicação alimentar por norovírus é predominante no inverno.

Vamos adquirir conhecimentos sobre o norovírus para prevenirmos a intoxicação alimentar.

1. O que acontece se tiver uma intoxicação alimentar por norovírus?

Terá náuseas, vômitos, diarreia e dor abdominal.

Os sintomas continuam por 1 a 2 dias.



2. Como acontece a transmissão

▼ Infecção por alimentos

Poderá ser infectado comendo ou bebendo água ou marisco contaminado com norovírus sem aquecê-los suficientemente. Em particular, intoxicação alimentar por norovírus causada por ostras *Kaki* cruas ocorre com frequência.

▼ Infecção pela pessoa que preparou a comida

Quando uma pessoa infectada com norovírus cozinha, o norovírus pode ser transferido para os alimentos. As pessoas que comeram esta comida podem sofrer intoxicação alimentar.

▼ Infecção por fezes e vômito

O norovírus pode estar presente nas fezes ou no vômito.

O norovírus pode estar na maçaneta do banheiro, por isso é importante lavar bem as mãos depois de usar o banheiro.

3. Como prevenir

▼ Lave bem as mãos

O álcool não tem efeito sobre o norovírus.

Lave bem as mãos com sabão depois de usar o banheiro, antes de cozinhar e depois de voltar de fora.

▼ Cozinhe bem os alimentos

O norovírus é morto por aquecimento suficiente.

Aqueça bem os alimentos antes de comer.

Especialmente, ostras *Kaki* devem ser bem cozidos antes de serem consumidos.

Contato: Divisão de Saúde Pública ☎028-626-1110

A partir de 1º de novembro, as penalidades por “andar de bicicleta usando celular e embriagado” se tornaram mais rigorosas.

As alterações da Lei de Trânsito Rodoviário tornaram as penalidades mais rigorosas para os ciclistas que andam usando telefone celular e que andam embriagados.

-Siga as regras e ande de bicicleta com segurança!

■ Andar de bicicleta usando telefone celular

- ▼ Penalidades: ① Se você causar um acidente de trânsito, será condenado à prisão por até 1 ano ou terá multa de até 300.000 ienes.
- ② Além do ①, se pegar o celular e conversar ou olhar o celular, será condenado à prisão por até 6 meses ou terá multa de até 100.000 ienes.

■ Andar de bicicleta embriagado e sob efeito de álcool

- Andar de bicicleta embriagado (sem condições de andar com segurança) é punível. Agora andar de bicicleta sob efeito de álcool (com mais de 0,3 mg de álcool por 1 ml de sangue ou mais de 0,15 mg de álcool por 1l de ar expirado) também estará sujeito a penalidade.
- ▼ Penalidade: Prisão de até 3 anos ou multa de até 500.000 ienes

■ Facilitar que ande de bicicleta sob efeito de álcool

- ▼ Pessoa que fornecer a bicicleta para a pessoa que esta sob efeito de álcool:
Pena de prisão de até 3 anos ou multa de até 500.000 ienes
- ▼ Pessoa que fornecer a bebida alcoólica:
Pena de prisão de até 2 anos ou multa de até 300.000 ienes)

■ Outros

- A penalidade para ciclista que anda embriagado é de prisão até 5 anos ou multa de até 1 milhão de ienes.
- Para mais informações entre em contato com a delegacia de polícia.

Contato: Divisão de Segurança Cotidiana ☎028-632-2264

Prevenir a violência doméstica (DV)

DV é uma abreviatura de Violência Doméstica e refere-se à violência perpetrada por marido, esposa, namorado(a) etc. Além da **agressão física** (bater e chutar), há **agressão psicológica** (gritar), **pressão econômica** (não pagar despesas de subsistência), **coerção sexual** (não cooperar com a contracepção) etc.

-Não sofra sozinha(o), consulte alguém!

Atendimento	Horário
Centro Municipal de Aconselhamento e Apoio à Violência Conjugal (<i>Shi Haigusha Boryoku Sodan Shien Center</i>) ☎028-635-7751	▼ Atendimento por telefone e pessoal (pessoal com reserva) De 3a a sábado: 9h-17h Quarto sábado: até 12h
Sala de Consulta do Centro de Igualdade de Gênero de Tochigi (<i>Tochigi Danjo Kyodo Sankaku Center, Haigusha Boryoku Sodan Shien Center</i>) ☎028-662-8720	▼ Atendimento por telefone De 2a a 6a: 9h-20h De sábado e domingo: 9h-16h ▼ Atendimento pessoal (com reserva) De 3a a domingo: 9h-16h

Contato: Centro Municipal de Aconselhamento e Apoio à Violência Conjugal ☎028-635-7751

Salão de Confraternização 🎵

- 🕒 21 de dezembro (sab) 16h-18h
(realizado no todo 4º sábado
somente em dezembro no 3º)
- ☺ Vamos conhecer e trocar idéias
com pessoas de vários países 🎵
- ¥ Gratuito
- @ Utsunomiya International Plaza
(Babadori 4-1-1)
- ☎ 028-616-1563



Biblioteca TIA Livros Ilustrados do Mundo!

- 🕒 8h30-17h15 (fecha aos domingos, 2as e feriados)
- ☺ A TIA fez estantes de livros ilustrados do mundo onde poderão ler livros de 24 idiomas como inglês, vietnamita etc. Faça o cartão da biblioteca que poderá fazer o empréstimo de livros.
- URL https://tia21.or.jp/content/files/sekaino_ehon.pdf

Lista de livros



- @ Associação Internacional de Tochigi TIA
(Honcho 9-14,
Centro Internacional de Tochigi)
- ☎ 028-621-0777

Especial do Inverno Ohanashi Salon



- 🕒 21 de dezembro (sab) 14h-15h
- ☺ Histórias e artesanato de Natal e de inverno
- ¥ Gratuito
- Cap 20 pessoas
- Insc 7/12, 9h30~ por telefone ou direto
- @ Biblioteca Kawachi Toshokan
(Nakaokamotocho 3397)
- ☎ 028-673-6782

Cinema Anime



- 🕒 15 de dezembro (dom)
- ① 10h30- ② 14h-
- ☺ *Filme Nintama Rantarō*
- Cap 50 pessoas
Será distribuído bilhetes 30' antes
- @ Biblioteca Chuo Toshokan, Biblioteca
Audiovisual (Akebonocho 7-57)
- ☎ 028-638-5704

Vamos fazer uma casa para os besouros

- 🕒 12 de janeiro (dom) 9h15-12h
- ☺ Juntar folhas para fazer casas de besouros e passear no Satoyama
- Cap 20 pessoas
- Insc 4/12~ por telefone
- ¥ 200 ienes
- @ Nagaokajurinchi (Nagaokacho)
- ☎ Escritório Green Trust Utsunomiya
028-632-2559

Concerto de Natal 🎵



- 🕒 21 de dezembro (sab)
- ① 10h-12h ② 13h30-15h30
- ☺ Concerto de Natal que todos desde crianças a adultos poderão desfrutar 🎵
- Cap 300 pessoas
- Insc 5/12, 14h~ por telefone
- @ Biblioteca Minami Toshokan
(Suzumenomiyacho 56-1)
- ☎ 028-653-7609



Conversamos com Danela sobre a Bayern, atividade ecológica, o que os alemães gostam, o que gosta no Japão, experiência que recomenda e conselho ao recém chegado ao Japão.

Hallo! Olá em alemão.

Danela veio ao Japão há dois anos para estudar japonês.

UCIA De onde você é?

DANELA Sou do Bayern sul da Alemanha. Fica perto da Áustria onde há os Alpes. No inverno, fica tão frio como -10°C e neva bem. Tem muitas saunas. No verão, a temperatura às vezes ultrapassa os 30°C , mas é confortável. Adoro montanhas e estava estudando japonês na cidade de Kofu.

UCIA Imagino que na Alemanha a ecológica seja avançada, que tipo de atividades tem?

DANELA Na Alemanha colocamos latas e garrafas vazias nas máquinas de mercados, onde recebemos cupons que permitem fazer compras neste mercado. Assim, embora não haja lixo de latas e garrafas nas ruas, o Japão é mais limpo.

UCIA Os alemães gostam mesmo de cerveja?

DANELA Os alemães adoram linguiça e cerveja, mas prefiro *Natto* à linguiça e vinho à cerveja.

UCIA O que você gosta no Japão?

DANELA No Japão há banheiros em todo lugar que são limpos e têm papel higiênico. Na Alemanha apesar de não ter é preciso pagar. Há máquinas de venda automática de bebidas por toda a parte, não preciso carregar bebidas pesadas nas minhas caminhadas.

UCIA Que experiências recomenda no Japão?

DANELA Vestiram-me *Happi* e pude carregar o santuário *Mikoshi*. Nesta experiência de participar do festival tradicional japonês pude sentir o entusiasmo do povo japonês.

UCIA Que conselho daria aos que estão chegando ao Japão?

DANELA Ao andar de trem ou ônibus, não faça barulho, é melhor ficar quieto e que tenha boa conduta.

UCIA Danela, Danke (Obrigado).

Serviços de Utsunomiya International Plaza (UIP)

Consultas aos Estrangeiros

※Atendemos em outros idiomas com intérpretes por video.



		Espanhol Português	Vietnamita	Chinês	Tailandês	Inglês
UIP ☎028-616-1564	15h-18h	2a.feira	1a e 3a 2a.feira	3a.feira	4a.feira	6a.feira
		quarto domingo (com reserva)				
Prefeitura ☎028-632-2834 (Horário de atendimento)	9h-12h	5a.feira	—	2a 5a.feira	—	1a 5a.feira
	14h-17h	5a.feira	2a 5a.feira	—	1a 5a.feira	3a 5a.feira

UCIA LINE Oficial

Enviamos informações úteis para o cotidiano, eventos, cursos etc.

Adicione-nos no seu Line.



Ooi! é publicado mensalmente em japonês, português, inglês, chinês, tailandês e vietnamita no site da UCIA, <https://www.ucia.or.jp>



Ilustrações: páginas 1 e 3 Sachie Kin, páginas 1 e 4 Yurika Usui e Natsuki Nemoto