

Chuo City

1

JANEIRO  
2018  
Edição nº118

# MANAKA

JORNALZINHO DE

Informativo de Chuo-shi



**Visite o site da cidade,  
agora com um link em português**

<http://www.city.chuo.yamanashi.jp>



# Índice

## JORNALZINHO DE MANAKA / JANEIRO 2017

### お知らせ **INFORMAÇÕES**

ご つうやくしゃ  
ポルトガル語の通訳者について ..... P 1  
**ATENDIMENTO COM INTÉRPRETE (PORTUGUÊS)**

ばん み  
「MANAKA」のWEB版を見るには ..... P 1  
**PARA LER O MANAKA NA VERSÃO DA WEB**

にほんごきょうしつ こうしほしゅう  
日本語教室 ボランティア講師募集 ..... P 2  
**ESTAMOS RECRUTANDO INSTRUTORES VOLUNTÁRIOS PARA O CURSO DE LÍNGUA JAPONESA**

がいこくせきじゅうみん にほんごきょうしつ せいとほしゅう  
外国籍住民のための日本語教室 生徒募集 ..... P 2  
**CURSO DE LÍNGUA JAPONESA INSCRIÇÕES ABERTAS**

きゅうじつこうふ  
マイナンバーカード 休日交付 ..... P 3  
**ENTREGA DO CARTÃO DE PESSOA FÍSICA EM FINAIS DE SEMANA**

ちゅうおうしししょうぼうでぞめしき  
中央市消防出初式 ..... P 3  
**DESFILE DE ANO NOVO DO CORPO DE BOMBEIROS DA CIDADE DE CHUO DO ANO**

かせんじき かれくさしょうきやくさぎょう おこな  
河川敷の枯草焼却作業を行います ..... P 4  
**QUEIMADA DO MATO SECO DAS VÁRZEAS**

がつ じゅうみんぜい しけんみんぜい だい のうき  
1月は住民税(市県民税)第4納期です ..... P 4  
**JANEIRO É O MÊS DO PAGAMENTO DA QUARTA PARCELA DO IMPOSTO RESIDENCIAL**

### 相談 **CONSULTAS**

しみん しちょう たいわしつ  
市民と市長の対話室 **DIÁLOGO ENTRE O PREFEITO E O CIDADÃO** ..... P 5

がつ ぎょうせいそうだんじょ  
1月の行政相談所 **CONSULTAS ADMINISTRATIVAS DO MÊS DE JANEIRO** ..... P 5

### イベント・教室 **EVENTOS E CURSOS**

けんこう きょうしつ  
はじめる つづける 健康あつぷ教室 ..... P 5  
**COMEÇAR E CONTINUAR, AULAS PARA MELHORIA DA SAÚDE**

しょくすいけんこうきょうしつ  
食推健幸教室 ..... P 6  
**AULA DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

しょうがいきょういくこうざ かんこくりょうりきょうしつ  
生涯教育講座「韓国料理教室」 ..... P 7  
**EDUCAÇÃO CONTINUADA AULA DE CULINÁRIA COREANA**

きょうしつ  
スキー・スノーボード教室 **AULAS DE ESQUI E SNOWBOARD** ..... P 7

こそだ  
がんばれ子育て “DANDO DURO” NA CRIAÇÃO DOS FILHOS

<small>こんしゅん がつ しょうちゅうがっこう にゅうがく じどうせいと ほごしゃ</small> <b>今春4月に小中学校へ入学する児童生徒の保護者のみなさまへ</b>	.....	P 8
<b>AOS PAIS E RESPONSÁVEIS DE ALUNOS QUE VÃO INGRESSAR NO PRIMÁRIO E GINÁSIO EM ABRIL</b>		
<small>じどうかん し</small> <b>児童館からのお知らせ</b>	.....	P10
<b>AVISO DO JIDOOKAN</b>		
<small>がつこそだ しえんじぎょう</small> <b>&lt;1月&gt;子育て支援事業スケジュール</b>	.....	P11
<b>&lt; JANEIRO &gt; CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE APOIO À CRIAÇÃO DE FILHOS</b>		
<small>けんこう</small> <b>健康ライフ</b>	<b>VIDA SAUDÁVEL</b>	
<small>がつ ほけんじぎょう</small> <b>&lt;1月&gt;保健事業スケジュール</b>	.....	P12
<b>&lt; JANEIRO &gt; CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE SAÚDE</b>		
<small>ぼうさい</small> <b>防災コーナー</b>	<b>COLUNA PARA PREVENÇÃO DE DESASTRES</b>	
<small>こうせつじ ちゅうい きょうりよく ねが</small> <b>降雪時のご注意・ご協力をお願い</b>	.....	P14
<b>CUIDADOS E PEDIDO DE COLABORAÇÃO PARA QUANDO NEVAR</b>		
<small>かんきょうか</small> <b>環境課から</b>	<b>INFORME DA DIVISÃO DO MEIO AMBIENTE</b>	
<small>がつ しゅうしゅう</small> <b>&lt;1月&gt;ごみ収集スケジュール</b>	.....	P15
<b>&lt; JANEIRO &gt; CALENDÁRIO DA COLETA DE LIXO</b>		
<small>ちゅうおうしこくさいこうりゅうきょうかい</small> <b>中央市国際交流協会</b>	<b>ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DE CHUO</b>	
<small>ぼしゅう</small> <b>募集</b>	.....	P16
<b>RECRUTAMENTO</b>		
<small>めんせきじこう</small> <b>免責事項</b>	.....	P17
<b>TERMO DE IMUNIDADE</b>		

# お知らせ INFORMAÇÕES

## ポルトガル語の通訳者について ATENDIMENTO COM INTÉRPRETE (PORTUGUÊS)

市役所の玉穂庁舎へ来庁した時や、市役所に問い合わせをしたい時などに、日本語が分からなくてお困りの人は、中央市役所玉穂庁舎の市民課に一声おかけいただくか、下記のお問い合わせ先にご連絡ください。ポルトガル語の通訳者が対応します。

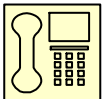
Se você não entende o idioma japonês ou tem dificuldade para se comunicar nessa língua e precisa resolver algum assunto na prefeitura de *Chuo* em *Tamaho*, ou mesmo fazer uma consulta sobre algum procedimento na prefeitura, procure a intérprete no **Shiminka (balcão 9) em Tamaho**. As consultas também podem ser feitas por telefone, no número abaixo.

● 通訳者のいる時間 毎週月曜日～金曜日 午前8時30分～12時、午後1時～5時15分

※ただし、市役所が休みの日は除きます。

Horário: das 8h30 às 17h15 de segunda a sexta, exceto feriados, sábados e domingos (Caso venha entre 12h00 e 14h00, confirme a presença da intérprete antes)

OBS: Confirme a presença da intérprete antes de comparecer à prefeitura para evitar desencontros.



お問い合わせ：市民課 ☎274-8541  
Informações: *Shiminka* (Divisão de Registro Civil) Tel: 274-8541

## 「MANAKA」のWEB版を見るには PARA LER O MANAKA NA VERSÃO DA WEB

外国語版画面からCotidiano - Meio Ambiente - Urbanismo内のSobre intercâmbio internacionalをクリック。文章中の“*Yamanashi no Heso Blog*”をクリックするとブログの画面へ。

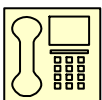
Clique *Sobre Intercâmbio Internacional* na página em língua estrangeira sobre *Cotidiano - Meio Ambiente - Urbanismo*. Clique o *Yamanashi no Heso Blog* e vá para a página do blog.

タイトルをクリック。  
Clique em cima do título.

添付ファイル

- 「JORNALZINHO DE MANAKA」2011年7月号(全ページ).pdf (6.19MB)
- 「JORNALZINHO DE MANAKA」2011年7月号(1～27ページ).pdf (2.61MB)
- 「JORNALZINHO DE MANAKA」2011年7月号(28～37ページ).pdf (2.72MB)

ブログの一番下に添付してあるファイルを開くと観ることができます。  
Abra os arquivos em anexo na parte inferior da página do blog.



お問い合わせ：政策秘書課秘書広聴広報担当 ☎274-8512  
Informações: *Seisaku Hishoka Hisho Koochoo Koohoo Tantoo* Tel: 274-8512  
(Divisão de Secretaria e Política, Encarregado de Ouvidoria e Relações Públicas)

にほんごきょうしつ こうしほしゅう  
日本語教室ボランティア講師募集

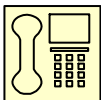
ESTAMOS RECRUTANDO INSTRUTORES VOLUNTÁRIOS PARA O CURSO DE LÍNGUA JAPONESA

ちゅうおうしこくさいこうりゅうきょうかい では、まいしゅうにちようび ねんまつねんし れんきゅう のぞ がいこくせきじゅうみん む にほんごきょうしつ おこな さいきん せいとすう ぞうか たいへんぎ を行っており、最近では生徒数が増加し大変賑わっています。

Todos os domingos (exceto no recesso de final e começo de ano ou feriados seguidos), a Associação Internacional de *Chuo* realiza o curso da língua japonesa voltado aos estrangeiros residentes, e ultimamente o número de alunos tem aumentado bastante.

そこで円滑な授業を行うためにボランティア講師を募集します。興味のある方はお気軽にご連絡ください。

Para que possamos realizar uma aula sem transtornos, estamos à procura de instrutores voluntários. Solicitamos aos interessados que entrem em contato conosco.



お問い合わせ 政策秘書課 ☎274-8512

Informações: *Seisaku Hishoka* (Divisão de Secretaria) Tel: 274-8512

がいこくせきじゅうみん にほんごきょうしつ せいとほしゅう  
外国籍住民のための日本語教室 生徒募集

CURSO DE LÍNGUA JAPONESA INSCRIÇÕES ABERTAS

ちゅうおうしこくさいこうりゅうきょうかい では、がつ がつ がつ がつ きかん がいこくせきじゅうみん にほんごきょうしつ かいこう しています。日本語を勉強したい外国籍の人を対象とし、中央市にお住まいでない方の参加も受け付けています。受講料は1期あたり最大5,000円(6か月在籍した場合)。申し込まれた月によって受講料が変わります。当日は事務局を2階に設置していますので、見学やお申し込みを希望の方は、一度立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

A Associação Internacional de *Chuo* está com as inscrições abertas para o “Curso da Língua Japonesa” para os residentes estrangeiros nos períodos de abril a setembro, e outubro a março. Visando o público estrangeiro interessado em aprender japonês, a inscrição de estrangeiros não residentes em *Chuo* também é bem-vinda. Com o valor máximo de 5 mil ienes por semestre (em caso de seis meses de frequência às aulas), o valor da taxa pode variar, dependendo do mês de inscrição. Como disponibilizaremos a secretaria geral no segundo andar em dias de curso, que tal assistir uma aula sem compromisso e caso tenha interesse fazer a inscrição?

にちじ 日時 まいしゅうにちようび ごぜん じ 毎週日曜日 午前10時～12時

Dia / Hora Todos os domingos de 10h00 ao meio-dia.

ばしよ 場所 たとみそうごうかいかん かい 田富総合会館2階

Local *Tatomi Soogoo Kaikan* piso superior.

	第21期の予定 21ª REALIZAÇÃO	受講料 TAXA DAS AULAS
10月 Outubro	15, 29日 (日) 15, 29 (dom)	5,000円 ienes
11月 Novembro	12, 19, 26日 (日) 13, 19, 26 (dom)	4,000円 ienes
12月 Dezembro	3, 10, 17, 24日 (日) 3, 10, 17, 24 (dom)	3,000円 ienes
1月 Janeiro	14, 21, 28日 (日) 14, 21, 28 (dom)	2,000円 ienes
2月 Fevereiro	4, 18, 25日 (日) 4, 18, 25 (dom)	1,000円 ienes
3月 Março	4, 11日 (日) 4, 11 (dom)	—

もうしこみ 申込み もうしこみしょ ひつようじこう きにゅう せいさくひしよかまどぐち ていしゅつ 申込書に必要事項を記入し、政策秘書課窓口まで提出してください。

もうしこみしょ ちゅうおうしやくしよたとみちようしや ちゅうおうしうすいあわら にほんごきょうしつとうじつ 申込書は中央市役所田富庁舎(中央市臼井阿原301-1)にあります。日本語教室当日の会場にもあります。

Inscrição Preencha os campos necessários no formulário e entregue-o no balcão da Divisão de Secretaria e Política em *Tatomi* (*Seisaku Hishoka*). Pegue o formulário de inscrição no prédio da prefeitura de *Tatomi* (*Chuo-shi Usui Awara 301-1*), ou no dia do curso.



お問い合わせ：政策秘書課（中央市役所田富庁舎） ☎274-8512

Informações: *Seisaku Hishoka* (Divisão de Secretaria e Política) Tel: 274-8512

マイナンバーカード休日交付

ENTREGA DO CARTÃO DE PESSOA FÍSICA EM FINAIS DE SEMANA

市からマイナンバーカードの「交付通知書」が届いている人は、毎月1回閉庁日に各庁舎で交付事務を行います。

Para aqueles que já receberam o “aviso de emissão” do *Cartão de Pessoa Física* (somente para aqueles que optaram em trocar para o cartão do *My Number* com foto mediante inscrição) enviado pela prefeitura de *Chuo*, notificamos que cada uma das prefeituras estará atendendo uma vez por mês exclusivamente para entrega do *Cartão de Pessoa Física*, em dias em que normalmente a prefeitura está fechada.

日時 1月28日（日） 午前9時～正午

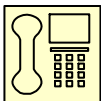
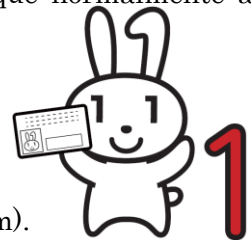
※来月は2月25日（日）を予定

Data / Horário : 28 de janeiro (dom) das 9h00 ao meio-dia.

※ No mês que vem a data prevista é o dia 25 de fevereiro (dom).

※交付通知書に記載されている日付を過ぎても受け取れます。

※O cartão poderá ser retirado mesmo que a data descrita no aviso de emissão tenha passado. (Aviso de emissão = *Hagaki* que tem um coelhinho)



お問い合わせ 市民課 ☎274-8541

Informações: *Shiminka* (Divisão de Registro Civil) Tel: 274-8541

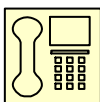
中央市消防出初式

DESFILE DE ANO NOVO DO CORPO DE BOMBEIROS DA CIDADE DE CHUO DO ANO

日時	1月8日（月・祝） Dia 8 (seg/feriado) de janeiro
Data / Horário	午前9時～ A partir das 9h00 ~
場所 Local	田富市民体育館 Ginásio de Esportes <i>Tatomi Shimin Taiikukan</i> 田富ふるさと公園 <i>Tatomi Furusato Koen</i> (Parque <i>Tatomi Furusato</i> )

各種功労章など団員表彰、ポンプ車による色水の一斉放水などを行います。市民の身体・生命・財産を守るために活躍している消防団員の勇姿をご覧ください。

Com a participação de vários bombeiros com méritos dos subdistritos da cidade, teremos demonstração de lançamento de água, etc... Os membros do corpo de bombeiros estarão demonstrando a sua coragem e prontidão em salvar, proteger as vidas e os bens dos cidadãos.



お問い合わせ：危機管理課 ☎274-8519

Informações: *Kiki Kanrika* (Divisão de Gerenciamento de Crises) Tel: 274-8519

かせんじき かれくさしやうきやくさぎやう おこな  
**河川敷の枯草焼却作業を行います**  
**QUEIMADA DO MATO SECO DAS VÁRZEAS**

くうき かんそう じき かせんじき くれくさ ひ がつ おお も あ かわら なか かざ  
 空気が乾燥するこの時期、河川敷の枯草に火がつくと大きく燃え上がり、河原の中だけではなく、風  
 向きによっては周囲にも燃え広がる危険があります。

ちゆうおうしやうぼうだん かさいよぼう まいとしかれくさ しやうきやくさぎやう じつし  
 中央市消防団では、そういった火災予防のために毎年枯草の焼却作業を実施しています。

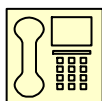
Com uma pequena faísca, o mato seco de várzeas logo pode se transformar em um grande incêndio nessa época em que o tempo fica seco, não somente em leitos de rios secos, mas o fogo pode se espalhar pelas redondezas conforme a direção do vento, causando grande perigo.

Para prevenção de incêndio, os membros dos corpos de bombeiros da cidade de Chuo realizam essa operação todos os anos.

にちじ 日時 Data / Horário	がつかつ 1月21日 (日) しょうご 正午~午後5時 21/jan (dom) / do meio-dia às 17h00.
よびび 予備日 Data alternativa	がつかつ 1月28日 (日) 28/jan (dom)
ばしょ 場所 Locais	かまなしがわ ふえふきがわ かまたがわ あさりがわ しちかがわ かせんじき 釜無川、笛吹川、鎌田川、浅利川、七覚川の河川敷 Várzea dos rios <i>Kamanashi, Fuefuki, Kamata, Asari e Shichikaku.</i>

※ 灰が広範囲に飛来することが予想されますので洗濯物等にご注意ください。

※ Há previsão de que as cinzas se espalhem por uma área extensa. Atenção com as roupas no varal.



お問い合わせ：危機管理課 ☎274-8519

Informações: *Kiki Kanrika* (Divisão de Gerenciamento de Crises) Tel: 274-8519

がつかつ じゆうみんぜい しけんみんぜい だい のうき  
**1月は住民税(市県民税)第4納期です**  
**JANEIRO É O MÊS DO PAGAMENTO DA QUARTA PARCELA DO**  
**IMPOSTO RESIDENCIAL**

だい きのうき がつかつ ち むく がつかつ にち すい  
**第4期納期 1月4日(木)~1月31日(水) Quarta parcela: 4 (qui) a 31 (qua) de janeiro.**

1月は、住民税第4期の納期です。期限内での納付をお願いします。また、口座振替をご利用の方は、1月31日(水)が振替日となります。再振替はありませんので、残高等の確認をお願いします。

Janeiro é o mês de pagamento da quarta parcela do imposto residencial. Faça o pagamento dentro do prazo estipulado. Àqueles que usam o débito automático pela conta bancária para efetuar o pagamento, o imposto será descontado no dia 31 de janeiro (qua). Confira o saldo antes do prazo (caso o débito automático não seja efetuado por falta de saldo, será enviado um boleto posteriormente, pois não haverá segunda tentativa de débito para a mesma parcela).

■ 市税等の納付には口座振替が便利です納付のためにコンビニや金融機関等の窓口まで出かける手間が省けるばかりでなく、納め忘れもなくなり安心・確実に納付できます。

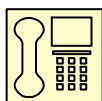
O débito automático pela conta bancária é muito prático para o pagamento de contas como imposto residencial, pois além de evitar incômodos como ter que sair de casa para fazer o pagamento em lojas de conveniência e bancos, evita o esquecimento e o pagamento é efetuado de maneira segura e garantida.

申込方法 口座振替依頼書(市役所や各金融機関にある申込用紙)に記入し、登録印を押印し、通帳持参の上、金融機関へ提出してください。

Como solicitar: preencha o formulário de solicitação de débito automático pela conta bancária (formulários disponíveis na prefeitura ou nas agências bancárias), carimbe-o com o carimbo usado no banco quando abriu a conta e entregue-o na agência bancária, não esquecendo de levar a caderneta do banco quando o fizer.

※ 詳細はお問い合わせください。

※ Para maiores informações entre em contato conosco.



お問い合わせ：税務課 ☎274-8546

Informações: *Zeimuka* (Divisão de Impostos) Tel: 274-8546

# 相談 CONSULTAS

## 市民と市長の対話室 DIÁLOGO ENTRE O PREFEITO E O CIDADÃO

●対象者：市内に在住、在勤、在学の個人または団体

Podem se inscrever: Moradores, trabalhadores ou estudantes da cidade, individualmente ou em grupo.

●対話時間：1人（1組）概ね30分です。

Tempo de diálogo: Para uma pessoa (grupo) - 30 minutos.

日 Data	時間 Horário	場所 Local
1月30日（火） 30/jan (ter)	午前9時30分～11時 9h30 às 11h00	田富庁舎 Prefeitura de <i>Tatomi</i>

★25日（木）までに、都合の良い時間を予約してください。

★Marcar horário até dia 25 (qui).

お問い合わせ：政策秘書課 ☎274-8512

Informações: *Seisaku Hishoka* (Divisão de Secretaria e Política) Tel: 274-8512

## 1月の行政相談所 CONSULTAS ADMINISTRATIVAS DO MÊS DE JANEIRO

●主な相談内容 Conteúdo das consultas

年金、医療保険、老人保健・福祉、交通安全、雇用保険、労災保険、登記事務、道路、環境衛生、郵便・貯金・簡易保険、消費者保護、行政窓口サービス等についての苦情や困っていること。

Aposentadoria, Seguro de Assistência Médica, Seguro e Assistência para Idosos, Segurança no Trânsito, Seguro Desemprego, Seguro contra Acidentes, Serviços de Registros, Vias de Trânsito, Limpeza Ambiental, Poupança e Seguro de Vida dos Correios, Proteção ao Consumidor, assuntos administrativos em geral. Neste balcão é possível fazer reclamações e tirar dúvidas sobre os serviços acima citados.

日 Data	時間 Horário	場所 Local
1月10日（水） 10/jan (qua)	午前9時30分～正午 9h30 às 12h00	田富総合会館 <i>Tatomi Soogoo Kaikan</i>
1月12日（金） 12/jan (sex)	午後1時30分～午後4時 13h30 às 16h00	玉穂総合会館 <i>Tamaho Soogoo Kaikan</i>

お問い合わせ：総務課 ☎274-8511

Informações: *Soomuka* Tel: 274-8511

## イベント・教室 EVENTOS E CURSOS

### はじめる つづける 健康あっぷ教室 COMEÇAR E CONTINUAR: AULAS PARA MELHORIA DA SAÚDE

市では、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予防・改善のための特定保健指導を行っています！この教室では6か月間、日々の体重や歩数を記録しながら、自分で決めた目標に沿ってメタボ解消を目指します。

O município está promovendo orientação sobre a prevenção e melhoria da saúde específica para a síndrome metabólica (síndrome de gordura visceral). Nesta classe, iremos anotar todos os dias o peso e a contagem dos passos dados por 6 meses, com o objetivo de eliminar a síndrome metabólica focando na meta determinada.



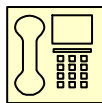
2回の採血検査（無料）があり、健康を実感できるのが魅力です。最近お腹周りが気になっている人や、なかなかダイエットが成功しないという人など、気軽にお申し込みください。

Haverá dois exames de sangue (gratuitos), como estímulo para constatar a melhoria da saúde. Se ultimamente você está incomodado (a) com a circunferência abdominal ou não está conseguindo resultados satisfatórios com dietas, que tal fazer a inscrição sem compromisso?

■参加資格 Aqueles que se qualificam para participação

(①②両方満たす人) (Aqueles que se enquadram ambos ao ① e ②)

①	市内在住の30～74歳の人 Residentes do município entre 30 e 74 anos.
②	男性は腹囲85 cm以上、女性は90 cm以上、もしくはBMI 25以上の人 Homens com mais de 85 cm e mulheres com mais de 90 cm de circunferência abdominal ou aqueles com o índice de massa corporal superior a 25 (índice de massa corporal (BMI body mass index) é a medida do peso de uma pessoa em relação a sua altura, para calcular o índice de gordura no corpo).
日時 Data / Horário	2月1日（木）または2日（金）午後7時～6か月間 1 (qui) ou 2 (sex) de fevereiro / às 19h00 durante 6 meses.
場所 Local	玉穂健康管理センター Tamaho Kenko Kanri Center
定員 Quantidade de participantes	20人 20 pessoas.
申込期限 Prazo de inscrição	1月26日（金）まで Até o dia 26 (sex) de janeiro.



お申し込み・お問い合わせ 健康推進課 ☎274-8542

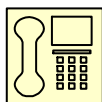
Inscrições e informações: *Kenkoo Suishinka* (Divisão de Promoção da Saúde)

食推健幸教室

AULA DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

普段の生活習慣と食生活を振り返り、調理実習を交えながら、健康生活について一緒に考えましょう！  
Que tal pensar juntos sobre uma rotina saudável durante a nossa prática culinária, revendo nossa rotina diária e hábitos alimentares?

日時 Data / Horário	1月20日（土）午前9時30分～午後1時 20/jan (sáb) / Das 9h30 às 13h00.
場所 Local	玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan
定員 Quantidade de participantes	30人 30 pessoas.
持ち物 Levar	エプロン、三角巾 Avental, lenço para amarrar na cabeça.
申込期限 Prazo de inscrição	1月12日（金）まで Até o dia 12/jan (sex).



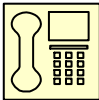
お申し込み・お問い合わせ 健康推進課 ☎274-8542

Inscrições e informações: *Kenkoo Suishinka* (Divisão de Promoção da Saúde)

食を通して韓国の文化に触れてみませんか？注目の「チーズタッカルビ」と「干しタラのスープ」を作ります。

Que tal experimentar um gostinho da cultura coreana através da culinária? Vamos fazer o prato do momento *cheese dak-galbi* (frango marinado refogado com outros ingredientes, como queijo, batata-doce, repolho, entre outros) e *sopa de bacalhau seco*.

日時 Data / Horário	2月6日 (火) 午前10時～午後1時 6/fev (ter) das 10h00 às 13h00
場所 Local de encontro	玉穂総合会館 <i>Tamaho Soogoo Kaikan</i>
対象・定員 Público alvo / número de participantes	市内在住の人 24人 (先着) Residentes do município 24 pessoas (por ordem de inscrição)
持ち物 Material necessário	エプロン、三角巾、布巾、タッパー2個 (お弁当箱くらいの大きさ) avental, lenço para cobrir os cabelos, pano de prato, dois potes de plástico (do tamanho de marmiteira retangular)
参加料 Taxa de participação	2,000円 2.000 ienes
申込期間 Período de inscrição	1月15日 (月)～31日 (水) De 15 (seg) a 31 (qua) de janeiro



お申し込み・お問い合わせ 生涯教育課 ☎274-8522

Inscrições e informações : *Shoogai Kyoaikuka* (Divisão de Educação Continuada)

スキー・スノーボード教室

AULAS DE ESQUI E SNOWBOARD

日時 Data / Horário	2月11日 (日) 午前5時30分 出発 11/ fev (dom) / Saída às 5h30.
集合場所 Local de encontro	田富・玉穂・豊富各庁舎 Prédios da prefeitura em <i>Tatomi</i> , <i>Tamaho</i> e <i>Toyotomi</i> .
行先 Destino	爺ガ岳スキー場 (長野県大町市) Pista de Esqui <i>Jigatake</i> (cidade de <i>Oomachi</i> , província de <i>Nagano</i> ).
対象・定員 Público alvo / quantidade de participantes	市内在住の人 200人 (先着) 200 pessoas residentes do município (por ordem de inscrição). ※中学生以下は保護者同伴 ※Crianças abaixo da escola ginásial terão de ser acompanhadas pelo responsável
参加料 Taxa de participação	2,000円 2.000 ienes

※ 1月29日以降のキャンセルは参加料を返金できませんのでご注意ください。

※ Fiquem atentos pois para cancelamentos após 29 de janeiro, a taxa de participação não será reembolsada.

■用具レンタル料 (必要な人のみ) Preço do aluguel de equipamentos (somente para aqueles que os necessitam).

スキー用具 Equipamentos de esqui	2,200円 2.200 ienes (中学生以下は500円割引) (Crianças abaixo da escola ginásial terão desconto de 500 ienes.)
スノーボード用具 Equipamentos de snowboard	2,700円 2.700 ienes (中学生以下は500円割引) (Crianças abaixo da escola ginásial terão desconto de 500 ienes.)

■ 当日必要な費用 とうじつひつよう ひよう Valor de despesas para o dia

<p>1 日リフト券 Bilhete do teleférico do dia inteiro</p>	<p>2,200円 <small>えん</small> 2.200 ienes. (中学生以下は600円割引) (Crianças abaixo da escola ginásial terão desconto de 600 ienes.)</p>
<p>食事 Refeição</p>	<p>適宜 <small>てきぎ</small> Conforme a conveniência de cada um.</p>

■ 申込期間 もうしこみ きかん Período de inscrição

1月4日(木) ~ 19日(金) de 4 (qui) a 19 (sex) de janeiro.

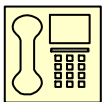
■ 申込方法 もうしこみほうほう Formas de inscrição

生涯教育課、玉穂・豊富窓口課にて申込書を記入し、参加料と用具レンタル料と共に提出してください。

Inscrições na prefeitura em *Tatomi* na Divisão de Educação Continuada (2º andar) ou na prefeitura em *Tamaho* e *Toyotomi*, na Divisão do Balcão de Atendimento (*madoguchika*). Preencha o formulário de inscrição e entregue-o juntamente com a taxa de participação e a taxa de aluguel de equipamento.

※ 講習を希望する人は、申込書の講習希望欄に記入してください。

※ Aqueles que desejam fazer aula devem marcar no campo adequado no formulário de inscrição.



お申し込み・お問い合わせ もうしこみ・とあわせ 生涯教育課 しょうがいきょういくか ☎274-8522

Inscrições e informações: *Shoogai Kyooikuka* (Divisão de Educação Continuada)

## がんばれ子育て “DANDO DURO” NA CRIAÇÃO DOS FILHOS

### 今春4月に小中学校へ入学する児童生徒の保護者のみなさまへ AOS PAIS E RESPONSÁVEIS DE ALUNOS QUE VÃO INGRESSAR NO PRIMÁRIO E GINÁSIO EM ABRIL

▼ 就学通知書を送ります

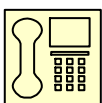
▼ Estaremos enviando a notificação de ingresso escolar

平成30年度に新しく小・中学校へ入学する児童・生徒(市内に住所を有する子どもおよび市内の学校へ就学を希望する外国籍の子ども)の保護者のみなさんへ1月上旬に就学通知書を送ります。

Estaremos enviando no começo de janeiro a notificação de ingresso escolar aos pais e responsáveis de crianças e alunos (aqueles que têm endereço registrado no município ou crianças estrangeiras que desejam frequentar escolas do município) que irão ingressar no primário e ginásio no próximo ano escolar (ano 30 da era Heisei).

特別な事情で指定された学校の変更を希望する人は、1月19日(金)までにご相談ください。

Aqueles que por algum motivo especial querem frequentar outra escola que aquela que foi designada, devem nos consultar até dia 19 (sex) de janeiro.



お問い合わせ とあわせ 教育総務課 きょういくそうむか ☎274-8521

Informações: *Kyooiku Soomuka* (Divisão de Administração Escolar) ☎274-8521

## ▼ひとり親家庭小中学校入進学支度金

### ▼Auxílio de ingresso escolar às famílias monoparentais (mãe solteira/pai solteiro)

ひとり親家庭（支給要件を満たす家庭）に対し「ひとり親家庭小中学校入進学支度金」を支給します。

Estaremos providenciando às famílias monoparentais (somente às famílias que se enquadram nos requisitos para esse benefício) o *auxílio de ingresso escolar às famílias monoparentais para primário e ginásio*.

対象（すべてに該当する人）

Quem tem direito (aqueles que se enquadram em todos os itens)

① 1月1日に市内在住で、4月に県内の小中学校（特別支援学校を含む）へ入学する児童を監護し、生計を同一としているひとり親家庭の父・母・養育者

① Aqueles que, residindo no município em 1 de janeiro, têm sob sua tutela crianças que irão ingressar no primário ou ginásio (incluindo escolas de ensino especial) dentro da província de Yamanashi, em abril

※ 児童福祉施設（母子生活支援施設を含む）に入所中の児童並びに里親に委託されている児童は除きます。

※ Exceto crianças que estão internadas em instituições de bem-estar infantil (incluindo instituições de auxílio a rotina do dia-a-dia materno-infantil) ou que estão sob a tutela de pais adotivos

② 平成28年分の所得税が非課税であること

② A renda de 2016 não gerou imposto (ficou isento de imposto este ano)

※ 「年少扶養親族に対する扶養控除の廃止」および「16歳以上19歳未満のものに対する扶養控除の上乗せ部分の廃止」が無いものとして計算した場合に所得税の額が0となる世帯も対象となります。また、ひとり親等が扶養義務者（父・母・兄弟など）と同居している場合は、扶養義務者の所得状況により支給制限があります。

※ Famílias cujo imposto sobre o salário resulta em zero em caso de cálculo desconsiderando a *revogação da dedução em relação a familiares dependentes menores de 16 anos* e também a *revogação da parcela adicional de dedução para dependentes maiores de 16 anos até 19 anos incompletos* também se enquadram. Além disso, caso o responsável pela família monoparental more junto com pessoas de dever obrigacional (pai, mãe, irmãos que tenham dependentes), dependendo da renda dessas pessoas, o benefício será limitado.

③ 生活保護を受けていないこと

Que não estejam recebendo o auxílio subsistência (*seikatsu hogo*)

提出場所 玉穂庁舎 子育て支援課

Local de entrega prefeitura em *Tamaho, Kosodate Shienka* (balcão 5)

提出書類

Documentos necessários

① ひとり親家庭小中学校入進学支度金支給申請書

Formulário do *auxílio de ingresso escolar às famílias monoparentais para primário e ginásio*

② ひとり親家庭医療費受給者証

Carteirinha azul do benefício de assistência médica para famílias monoparentais

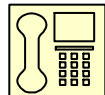
③ その他添付書類 Outros documentos

申請期限 1月31日（水）まで

Prazo de entrega até 31 de janeiro (qua)

※ 3月30日までに対象要件を満たすようになった場合は、随時受け付けます。

※ Caso até 30 de março a situação familiar venha a se enquadrar, a entrega dos documentos será aceita de acordo com a necessidade.



お問い合わせ：子育て支援課 ☎274-8557

Informações: *Kosodate Shienka* (Divisão de Apoio à Criação de Filhos) Tel: 274-8557

イベントのお知らせ <i>Informações sobre eventos</i>	
<p><b>いきいきふれあい広場 <i>Sala "Tki Iki Fureai"</i></b>  <small>かくじどうかん</small> <small>じっし</small> <small>さいいじょう</small> <small>ひと</small> <small>ま</small>            各児童館にて実施しています。65歳以上の人お待ちしています。            Será realizado em cada <i>jidookan</i>. Aguardamos a vinda de pessoas acima de 65 anos.</p>	<p><small>がつ</small> <small>にち</small> <small>にち</small> <small>か</small>            1月23日, 30日 (火)            23, 30 / jan (ter)  <small>ごぜん</small> <small>じ</small> <small>しょうご</small>            午前10時～正午            das 10h00 às 12h00.</p>
	<p><small>がつ</small> <small>にち</small> <small>もく</small>            1月25日 (木)            25 / jan (qui)  <small>ごぜん</small> <small>じ</small> <small>しょうご</small>            午前10時～正午            das 10h00 às 12h00.            ※特別なイベントは下記のとおりです。            ※Eventos especiais conforme descrito abaixo</p>
	<p><small>た</small><small>と</small><small>み</small><small>ちゅう</small><small>おう</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>にち</small> <small>にち</small> <small>もく</small>            田富中央 1月11日、18日、25日(木)  <small>ごぜん</small> <small>じ</small> <small>おん</small> <small>じ</small>            午前10時30分～11時 <small>へ</small> <small>びー</small> <small>り</small> <small>ど</small> <small>み</small> <small>っ</small> <small>く</small>  <small>ごぜん</small> <small>じ</small> <small>しょうご</small>            午前11時～正午 <small>り</small> <small>ど</small> <small>り</small> <small>ど</small> <small>み</small> <small>っ</small> <small>く</small>  <i>Tatomi Chuo</i> 11, 18 e 25/jan (qui)            Das 10h30 às 11h00 Ginástica rítmica para bebês            Das 11h00 ao meio-dia Ginástica rítmica para os pequenos</p>
<p><b>おやこふれあい広場 <i>Sala "Oyako Fureai"</i></b>  <small>にゅうようじ</small> <small>たいしやう</small> <small>こうさく</small>            乳幼児を対象にあそびや工作などをおこないます。あそびにきてね！            Serão realizadas brincadeiras e trabalhos manuais para bebês e crianças até 6 anos de idade, venha participar!</p>	<p><small>たま</small> <small>ほ</small> <small>せい</small> <small>ぶ</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>もく</small>            玉穂西部 1月11日(木)  <i>Tamaho Seibu</i> 11/jan (qui)            どうぶつ絵あわせ遊び Brincando de combinar desenhos de animais</p>
	<p><small>た</small><small>と</small><small>み</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>もく</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>ど</small>            田富つくし 1月25日(木)、2月3日(土)  <i>Tatomi Tsukushi</i> 25/jan (qui) e 3/fev (sab)            トトロのマラカス作り Confecção de maracas com desenho do <i>Totoro</i>            ※2月3日は事前予約をお願いします。            Para o dia 3/fev é necessário reserva            ※2月3日は小学生も対象です。            Crianças do primário também podem participar no dia 3/fev.</p>
	<p><small>た</small><small>と</small><small>み</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>もく</small>            田富ひまわり 1月25日(木)  <i>Tatomi Himawari</i> 25/jan (qui)            手形アートでカレンダー作り            Arte com formato de mãos – confecção de calendário</p>
	<p><small>た</small><small>と</small><small>み</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>もく</small>            田富わんぱく 1月25日(木)  <i>Tatomi Wanpaku</i> 25/jan (qui)            ペットボトルを使った工作            Artes manuais com garrafas pet</p>
<p><b>おひるねアートでぱちり <i>ARTE NA HORA DA SONECA</i></b>  <small>こんげつ</small> <small>しょうがつ</small>            今月のテーマは「お正月」です。            O tema deste mês é o Ano Novo</p>	<p><small>にち</small> <small>じ</small> <small>ぼ</small> <small>し</small> <small>ご</small> <small>ぜん</small> <small>じ</small> <small>しょう</small> <small>ご</small> <small>ずい</small> <small>じ</small>  <b>日時・場所</b> 午前10時～正午の随時            Data/horário : A qualquer momento das 10h00 às 12h00.</p> <p><small>た</small><small>と</small><small>み</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>にち</small>            田富すみれ 1月11日～13日  <i>Tatomi Sumire</i> de 11 a 13/jan</p> <p><small>た</small><small>と</small><small>み</small> <small>こ</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>にち</small>            田富杉の子 1月16日～20日  <i>Tatomi Suginoko</i> de 16 a 20/jan</p> <p><small>と</small><small>よ</small><small>と</small><small>み</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>にち</small>            豊富 1月25、26、29、31日  <i>Toyotomi</i> 25, 26, 29 e 31/jan</p> <p><small>た</small><small>と</small><small>み</small> <small>がつ</small> <small>にち</small> <small>にち</small> <small>にち</small>            田富ひばり 1月29日～2月3日  <i>Tatomi Hibari</i> 29/jan a 3/fev            ※ひばりのテーマは「バレンタイン」            O tema no <i>Hibari</i> é o dia dos namorados (Valentine's Day)</p>

お問い合わせ **Informações**

たまほちゅうおうじどうかん 玉穂中央児童館	Tamaho Chuo	Jidookan	Tel:273-8271	たともすぎ こじどうかん 田富杉の子児童館	Tatomi Suginoko	Jidookan	Tel: 273-1818
たまほくぼじどうかん 玉穂北部児童館	Tamaho Hokubu	Jidookan	Tel: 273-7967	たとも ひまわりじどうかん 田富ひまわり児童館	Tatomi Himawari	Jidookan	Tel: 273-0751
たまほせいぶじどうかん 玉穂西部児童館	Tamaho Seibu	Jidookan	Tel: 274-0097	たとも つくしじどうかん 田富つくし児童館	Tatomi Tsukushi	Jidookan	Tel: 274-3260
たともちゅうおうじどうかん 田富中央児童館	Tatomi Chuo	Jidookan	Tel: 274-2221	たとも すみれじどうかん 田富すみれ児童館	Tatomi Sumire	Jidookan	Tel: 274-2353
たとも わんぱくじどうかん 田富わんぱく児童館	Tatomi Wanpaku	Jidookan	Tel: 273-0588	とよとみ じどうかん 豊富児童館	Toyotomi	Jidookan	Tel: 269-3043
たとも ひばりじどうかん 田富ひばり児童館	Tatomi Hibari	Jidookan	Tel: 273-1417				

がっ こそだ しえんじぎょう  
**<1月>子育て支援事業スケジュール**  
**< JANEIRO > CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE APOIO À CRIAÇÃO DE FILHOS**

にち 日 dom	げつ 月 seg	か 火 ter	すい 水 qua	もく 木 qui	きん 金 sex	ど 土 sáb
	1	2	3	4	5	6
	トミーくんのおはなし・あそびタイム CONVERSA COM O TOMMY · HORA DE BRINCAR たともとしよかん たいしやう げつ 田富図書館(対象6か月~)Biblioteca de Tatomi(A partir de 6 meses ~)				ひろば えみ つどいの広場「笑」 Espaço “Emi” たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan	
7	8	9	10	11	12	13
		おやこきょうしつ 親子教室 Curso para pais e filhos たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan	おやこきょうしつ 親子教室 Curso para pais e filhos たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan		ひろば えみ つどいの広場「笑」 Espaço “Emi” たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan	
14	15	16	17	18	19	20
		おやこきょうしつ 親子教室 Curso para pais e filhos たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan	ちいちゃいちいちゃいおはなし会 Leitura de historinhas たまほしょうがいがくしゅうかん 玉穂生涯学習館 Tamaho Shoogai Gakushukan		ひろば えみ つどいの広場「笑」 Espaço “Emi” たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan	
21	22	23	24	25	26	27
		おやこきょうしつ 親子教室 Curso para pais e filhos たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan	おやこきょうしつ 親子教室 Curso para pais e filhos たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan		ひろば えみ つどいの広場「笑」 Espaço “Emi” たまほそうごうかいかん 玉穂総合会館 Tamaho Soogoo Kaikan	
28	29	30	31			
	ベビラ Be bira (12P)	おやこきょうしつ 親子教室 Curso para pais e filhos たともそうごうかいかん 田富総合会館 Tatomi Soogoo Kaikan				

ひろば えみ じやうほう  
**つどいの広場「笑」イベント情報 Espaço “Emi” Informações sobre eventos**  
 ♪ 音の遊び第3弾 ♪ BRINCADEIRAS ANTIGAS PARTE 3 ♪  
 “ゆうゆうゆう子育てランド 峡中”のみなさんと、「昔の遊び」で元気いっぱい遊ぼう！赤ちゃんからでも楽しめる内容です。ぜひ、遊びに来てください。  
 Vamos brincar pra valer com *brincadeiras de antigamente*, junto com o grupo *Yuyuyu Kosodate Land Kyoochuu*. Até mesmo bebês e crianças pequenas podem participar, venham brincar conosco!!  
 日時 : 1月26日(金)午前10時30分~11時30分 Data/horário : 26/jan (sex), das 10h30 às 11h30.  
 会場 : 玉穂総合会館 Local : Tamaho Soogoo Kaikan.  
 対象者 : 乳幼児親子 Participantes : Pais e crianças de 0 a 3 anos.  
 ※26日午前はイベント会場のみ開所し、午後からは、通常の「笑」を開設します。  
 Dia 26 pela manhã estará aberto somente para esse evento, porém à tarde, o “Espaço Emi” estará aberto normalmente

おやこきょうしつ  
**■親子教室** Curso para pais e filhos  
 かいせつじかん ごぜん じ ふん じ ふん  
**【開設時間】** 午前10時30分～11時30分  
**【Horário】** 10h30 às 11h30  
 ねんかんりようけん えん かくきょうしつ かいじょう う つ  
 年間利用券 (1,000円) を各教室の会場で受け付けています。参加を希望される人は、開催日に直接会場へお越しください。※予約不要  
 Os tickets dos cursos (período de 1 ano – ¥1.000) podem ser adquiridos no local das aulas. Aqueles que desejarem participar podem ir diretamente ao local. \* Não é necessário fazer reserva.  
 と あ こそだ しえんか  
 お問い合わせ : 子育て支援課 ☎274-8557  
 Informações : Kosodate Shienka Tel: 274-8557  
 (Divisão de Apoio à Criação de Filhos)

ひろば えみ  
**■つどいの広場「笑」** “Espaço Emi”  
 かいせつじかん ごぜん じ ごご じ しょうご ごご じきゅうけい  
**【開設時間】** 午前10時～午後4時 (正午から午後1時休憩)  
**【Horário】** 10h00 às 16h00 (intervalo das 12h00 às 13h00)  
 ひろば えみ にゅうようじ さい おや きがる  
 つどいの広場「笑」は乳幼児 (0～3歳) とその親が気軽に、いっしょ あそ こりゆう ぼしよ こそだ ふあん なや はな 一緒に遊ぶ交流の場所です。子育ての不安や悩みなども話せる場として小さなお子さんでも安心して遊ぶことができます。  
 \* Espaço “Emi” é um espaço/ local de intercâmbio onde crianças de 0 a 3 anos e seus pais podem brincar livremente. É também um espaço onde as mães (pais) podem falar das preocupações, inseguranças, trocar idéias quanto à criação dos filhos e mesmo crianças pequenas podem brincar em segurança.  
 お問い合わせ : 未来サポート・ちゅうおう ☎274-3232  
 Informações : Mirai Support Chuo Tel: 274-3232

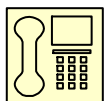
## 健康ライフ VIDA SAUDÁVEL

### <1月>保健事業スケジュール <JANEIRO> CALENDÁRIO DO SERVIÇO DE SAÚDE

- 健診は午後1時からの受付となります (母子手帳だけを置いておくことはできません)。時間は厳守してください。  
 A inscrição para os exames de saúde começa às 13h00. Não será possível deixar somente o *boshi techoo*. Favor cumprir o horário.
  - 医師の診察開始は午後1時30分の予定です。  
 A previsão de início do exame com o médico é às 13h30.
  - 多少時間がかかりますので、余裕をもってお出かけください。  
 Pode ocorrer uma pequena demora no atendimento médico, assim pedimos sua colaboração e paciência quanto ao tempo de espera.
  - 菓子類の持ち込みはご遠慮ください。  
 Não é permitido levar comestíveis (doces, bolachas, etc) ao local do exame de saúde.
  - 乳幼児健診時、体調不良や都合等で欠席をする場合は、必ず健康推進課に、欠席の連絡をお願いします。また、翌月の健診日に受診してください。  
 Em caso de falta no dia do exame por motivo de indisposição ou compromissos, avise sem falta o *Kenkoo Suishinka* e leve seu filho para fazer o exame no mês seguinte.
  - *Boshi techoo* é a caderneta da mãe e filho, com anotações importantes sobre a saúde e o desenvolvimento da criança.
- たまほけんこうかんり  
 ○玉穂健康管理センター Local: Tamaho Kenko Kanri Center \* é necessário fazer reserva.

事業名 Tipo de exame	実施日 Data	受付時間 Horário p/ inscrição	対象など Participante/ data de nascimento
ベビラ～ママとベビーのあそび場～ Babyra ~Espaço para a mamãe e o bebê～	29日(月) 29 (seg)	午前10:15～10:30 Das 10h15 às 10h30	H29年11月生まれの乳児と保護者 Nascidos em novembro / 2017 e seus responsáveis. 【持ち物】赤ちゃんに必要なもの(オムツ、ミルク等)・写真と撮れるもの Levar: O necessário para o bebê (fralda, leite em pó, etc,) câmera fotográfica (Celular ou câmera).
ははおやがっきゅう 母親学級 Curso para Gestantes	※申込制 マタニティーヨガと 母乳教室	午後1:15～1:30 Das 13h15 às 13h30	妊娠16週以降で経過が良好な妊婦 Gestantes cujo histórico de gestação seja normal e que já tenham passado da 16ª semana

	Loga para gestantes e aula de amamentação ※ Necessário reserva			も もの ほしけんこうてちょう 【持ち物】母子健康手帳・筆記用具・ヨガマットまたはバスタオル Levar: <i>boshi techoo</i> , material para anotações, esteira de ioga ou toalha de banho ※動きやすい格好でお越しください。 Ir com roupa que facilita o movimento.	
にゅうようじけんしん 乳幼児健診 Exame Pediátrico	げつじけんしん 4か月児健診 Exame de 4 meses	にち もく 25日(木) 25 (qui)	に ご 午後1:00~2:00 Das 13h00 às 14h00	ねん がつう にゅうじ ほごしゃ H29年9月生まれの乳児と保護者 Nascidos em setembro / 2017 e seus responsáveis. も もの ほしけんこうてちょう ほけんしやう いんかん しよくじひよう 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・食事表・バスタオル Levar: <i>Boshi techoo, hokenshoo, inkan</i> , histórico alimentar, toalha de banho.	
	げつじけんしん 7か月児健診 Exame de 7 meses	にち すい 24日(水) 24 (qua)		ねん がつう にゅうじ ほごしゃ H29年6月生まれの乳児と保護者 Nascidos em junho / 2017 e seus responsáveis. も もの ほしけんこうてちょう ほけんしやう いんかん しよくじひよう 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・食事表・バスタオル Levar: <i>Boshi techoo, hokenshoo, inkan</i> , histórico alimentar, toalha de banho.	
	げつじけんしん 12か月児健診 Exame de 12 meses	にち すい 17日(水) 17 (qua)		ねん がつう にゅうじ ほごしゃ H28年12月生まれの乳児と保護者 Nascidos em dezembro / 2016 e seus responsáveis. も もの ほしけんこうてちょう ほけんしやう いんかん しよくじひよう 【持ち物】母子健康手帳・保険証・印鑑・食事表・バスタオル Levar: <i>Boshi techoo, hokenshoo, inkan</i> , histórico alimentar, toalha de banho.	
	さい げつじけんしん 1歳6か月児健診 Exame de 1 ano e 6 meses	にち か 9日(火) 9 (ter)		ねん がつう ようじ ほごしゃ H28年6月生まれの幼児と保護者 Nascidos em junho / 2016 e seus responsáveis. も もの ほしけんこうてちょう もんしんひよう しよくじひよう ほけんしやう いんかん 【持ち物】母子健康手帳・問診票・食事表・保険証・印鑑・ ふだんしやう は 普段使用している歯ブラシ Levar: <i>Boshi techoo</i> , questionário médico, histórico alimentar, <i>hokenshoo, inkan</i> , escova de dentes usada normalmente.	
	さいじし かけんしん 2歳児歯科健診 Exame odontológico para crianças de 2 anos	にち か 16日(火) 16(ter)		ねん がつう ようじ ほごしゃ H27年8,9月生まれの幼児と保護者 Nascidos em Agosto, Setembro / 2015 e seus responsáveis. も もの ほしけんこうてちょう もんしんひよう しよくじひよう ふだんしやう は 【持ち物】母子健康手帳・問診票・食事表・普段使用している歯 ブラシ Levar: <i>boshi techoo</i> , questionário médico, histórico alimentar, escova de dentes usada normalmente.	
	さいじけんしん 3歳児健診 Exame de 3 anos	にち すい 10日(水) 10 (qua)		ねん がつう ようじ ほごしゃ H26年9月生まれの幼児と保護者 Nascidos em setembro / 2014 e seus responsáveis. も もの ほしけんこうてちょう もんしんひよう しよくじひよう によう ほけんしやう いんかん 【持ち物】母子健康手帳・問診票・食事表・尿・保険証・印鑑・ ふだんしやう は 普段使用している歯ブラシ Levar: <i>Boshi techoo</i> , questionário médico, histórico alimentar, <i>hokenshoo, inkan</i> , urina (para exame), escova de dentes usada normalmente.	
ぼしけんこうてちょう こうふ 母子健康手帳の交付 にんぶそうだん 妊婦相談 Emissão do <i>boshi techoo</i> , consultas para gestantes	にち げつ 15日(月) 15 (seg)	にち げつ 22日(月) 22 (seg)	にち げつ 29日(月) 29 (seg)	ごご 午後1:30~3:30 Das 13h30 às 15h30	にんしんとどけ す にんぶ 妊娠届を済ませていない妊婦 Gestantes que não se registraram ainda (que ainda não possuem o <i>boshi techoo</i> ). も もの いんかん 【持ち物】印鑑 Levar: <i>Inkan, zairyuu card</i> .
	ごぜん 午前9:30~11:30 Das 9h30 às 11h30	ごご 午後1:30~3:30 Das 13h30 às 15h30	ごぜん 午前9:30~11:00 Das 9h30 às 11h00		
そうだん すこやか相談 (すこやかルーム開放) <i>Sukoyaka soodan</i> (consultas sobre saúde em geral)	にち げつ 15日(月) 15(seg)	にち げつ 29日(月) 29 (seg)	にち げつ 29日(月) 29 (seg)	ごご 午後1:30~3:30 Das 13h30 às 15h30	しないざいじゆう にゅうようじ ほごしゃ 市内在住の乳幼児と保護者 Crianças pequenas e seus responsáveis, residentes em <i>Chuo</i> . も もの にゅうようじ ほしけんこうてちょう 【持ち物】乳幼児は母子健康手帳 Levar: em caso de crianças pequenas, <i>boshi techoo</i>
	ごぜん 午前9:30~11:00 Das 9h30 às 11h00	ごぜん 午前9:30~11:00 Das 9h30 às 11h00	ごぜん 午前9:30~11:00 Das 9h30 às 11h00		



と あ けんこうすいしん か  
お問い合わせ：健康推進課 ☎274-8542

Informações: *Kenkoo Suishinka* (Divisão de Promoção da Saúde) Tel: 274-8542



## COLUNA PARA PREVENÇÃO DE DESASTRES

こうせつじ ちゅうい きょうりやく ねが  
降雪時のご注意・ご協力のお願い

### CUIDADOS E PEDIDO DE COLABORAÇÃO PARA QUANDO NEVAR

降雪時、市は中央市建設協力会との協定により、幹線道路の車道を優先して除雪します。地域のみなさんには、自宅周辺や歩道、生活道路の除雪にご協力ください。

Quando neva, o município remove prioritariamente a neve de rodovias e estradas, em acordo com o *Chuo-shi Kensetsu Kyooryoku-kai* (cooperativa de construção de Chuo). Pedimos a colaboração da comunidade local para retirar a neve que fica acumulada perto de suas casas, calçadas e vias próximas.

道路への駐車はお止めください / Não estacione na rua

道路全体の除雪ができなくなり、作業に遅れが出てしまいます。

Interdita a remoção da neve da estrada como um todo, causando atraso no trabalho.

除雪車に近づかないでください / Não se aproxime do veículo de remoção de neve em operação

運転席からは近くにいる人が見えず、作業中は前進と後退を繰り返すため、除雪車付近は大変危険です。見かけたら注意を呼びかけましょう。

Não é possível enxergar as pessoas que estão próximas ao veículo de remoção de neve do assento do motorista; é extremamente perigoso pois durante o trabalho de remoção o movimento de ir para frente e para trás se repete várias vezes. Chame a atenção caso veja alguém próximo.

除雪作業にご協力ください / Contamos com sua cooperação para a remoção de neve

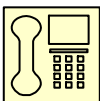
一般道路の除雪を迅速に行うため、玄関先から道路までの除雪は各ご家庭でお願いします。また歩道・通学路の除雪にもご協力をお願いします。

Para que possamos realizar a remoção de neve das estradas o quanto antes, pedimos que cada família faça a remoção de neve de sua porta de entrada até a rua. Contamos com sua cooperação também para a remoção da neve em calçadas e vias escolares.

けが、事故がないようにお願いします / Contamos para que não haja acidentes e lesões

除雪してすぐの道路は滑りやすくなっています。交通マナーを守り、通行にはご注意ください。

Logo após a remoção da neve as ruas tornam-se muito escorregadias. Vamos cumprir as regras de trânsito e ficar atentos ao tráfego.



お問い合わせ 建設課 ☎274-8553

Informações : *Kensetuka* (Divisão de Construção e Obras Públicas) Tel: 274-8553

## 〈1月〉ごみ収集スケジュール

### < JANEIRO > CALENDÁRIO DA COLETA DE LIXO

		可燃物 Lixo Incinerável	不燃物 Lixo não Incinerável	粗大ごみ Lixo de grande porte	リサイクル Reciclável
田富地区 Região de Tatomi	北部(田富北小学校区) Norte (distr. de <i>Tatomi Kita Shoogakkoo</i> )	毎週 月・水・金 Todas as segundas, quartas e sextas	4日(木) 16日(火) 4 (qui) e 16 (ter)	11日(木) 11 (qui)	9日(火) 9 (ter)
	中部(田富小学校区) Central (distrito de <i>Tatomi Shoogakkoo</i> )		9日(火) 23日(火) 9 (ter) e 23 (ter)		
	南部(田富南小学校区) Sul (distrito de <i>Tatomi Minami Shoogakkoo</i> )		11日(木) 25日(木) 11 (qui) e 25 (qui)		
玉穂地区 Região de Tamaho	東部 Leste		9日(火) 23日(火) 9 (ter) e 23 (ter)	8日(月) 8 (seg)	14日(日) 14 (dom)
	西部 Oeste		11日(木) 25日(木) 11 (qui) e 25 (qui)		

東部：井之口・西新居・中楯・新城・成島地区全域・極楽寺・高橋・乙黒

Leste: *Inokuchi, Nishiarai, Nakadate, Shinjo*, (todo o distrito de) *Narushima, Gokurakuji, Takahashi, Otoguro*.

西部：若宮・下河東・町之田・一町畑・上三條・下三條・上久保宿舎・看護師宿舎

Oeste: *Wakamiya, Shimokato, Machinota, Ichohata, Kamisanjo, Shimosanjo, Kamikuboshukusha, Kangoshishukusha*.

※ 田富・玉穂地区 祝日の可燃物収集について

Regiões de *Tatomi* e *Tamaho*: sobre a coleta de lixo incinerável nos feriados

1日(月)、3日(水)は収集しません。1月4日(木)に臨時収集を行います。8日(月・祝)の成人の日の可燃物収集については、通常通り行います。

Dias 1 (seg) e 3 (qua) não haverá coleta. Haverá coleta extraordinária no dia 4/jan (qui). Com referência à coleta de lixo incinerável do dia 8 (seg), feriado do *dia da maioridade*, a coleta será normal.

※ 田富北部地区の2日(火)の不燃物収集については、4日(木)に変更します。

Região norte de *Tatomi*: a coleta de lixo não incinerável do dia 2 (ter) foi transferida para o dia 4 (qui).

※ 玉穂地区の7日(日)の粗大ごみ収集については8日(月・祝)に変更します

Região de *Tamaho*: a coleta de lixo de grande porte do dia 7 (dom) foi transferida para o dia 8 (seg/feriado).

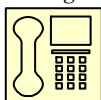
	可燃物・生ごみ Lixo Incinerável Lixo orgânico	不燃物 Lixo não Incinerável	ミックスペーパー Mix paper	新聞・雑誌 Jornais revistas	ペットボトル Garrafas Pet	資源物 Lixo reciclável	粗大ごみ Lixo de grande porte
豊富地区 Região de Toyotomi	毎週火・金 Todas as ter e sex	30日(火) 30 (ter) 31日(水) 31 (qua)	10日(水) 10 (qua)	17日(水) 17 (qua)	6日(土) 6 (sáb) 20日(土) 20 (sáb)	8日(月) 8 (seg) 22日(月) 22 (seg)	

※ 豊富地区の2日(火)の可燃物、生ごみ収集については、4日(木)に変更します。

Região de *Toyotomi*: a coleta de lixo incinerável e lixo orgânico do dia 2 (ter) foi transferida para o dia 4 (qui).

※ 豊富地区の8日(月・祝)の成人の日の資源物収集については、通常通り行います。

Região de *Toyotomi*: a coleta de lixo reciclável do dia 8 (seg/feriado), *dia da maioridade*, será feita normalmente.



お問い合わせ：環境課 ☎274-8543

Informações: *Kankyooka* (Divisão do Meio-ambiente) Tel: 274-8543

## 募集 RECRUTAMENTO

- ◆中央市国際交流協会では、日本語が話せるボランティア会員を募集しています。ボランティアの主な内容は、日本語教室の通訳スタッフや、交流イベントのお手伝いをしていただくことです。いろいろな国の市民と交流することにより、お互いを理解して差別や偏見をなくして、楽しい市民生活ができるよう一緒に活動しましょう。
- ◆A Associação Internacional de Chuo está recrutando voluntários estrangeiros que falem o idioma japonês. As principais atividades são : ajuda como tradutor/ intérprete nas aulas de *nihongo* e nos eventos de intercâmbio. O intercâmbio de moradores de várias nacionalidades faz com que haja compreensão mútua e diminui o preconceito. Vamos trabalhar juntos para ter uma vida agradável em Chuo!
- ◆中央市国際交流協会では「MANAKA」に広告を掲載したい企業を募集しています。
- ◆A Associação Internacional da Cidade de Chuo está abrindo oportunidades para veicular o anúncio seu comércio/serviços através do informativo MANAKA.

### 掲載料金 Valores dos anúncios

サイズ tamanho	9cm×9cm	9cm×18cm	半面 meia página	全面 pág. inteira
料金 (1 か月) taxa mensal	2,000円	4,000円	5,000円	8,000円

※料金はMANAKA配布時に回収します。

A taxa será coletada na ocasião da entrega do informativo MANAKA.

掲載期間：1 か月～

Período de veiculação: a partir de um mês

掲載場所：MANAKA 巻末 2 P

Local de veiculação: nas duas últimas páginas internas do informativo

※ スペースがない場合は、記事内の掲載になる可能性もあります。

Em caso de falta de espaço, é possível veicular o anúncio junto com os artigos.

申込方法：申込書に記入の上、広告の原稿を提出していただきます。

政策秘書課窓口、または、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

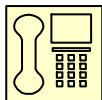
Como solicitar: preencher o formulário e entregá-lo junto com a matriz do anúncio no guichê do *Seisaku Hishoka* (Divisão de Secretaria e Política, em Tatomi) ou entrar em contato no telefone abaixo.

### 掲載できない広告(抜粋)

- (1) 法令等に違反するもの又はそのおそれがあるもの
- (2) 公序良俗に反するもの又はそのおそれがあるもの
- (3) 政治性又は宗教性のあるもの
- (4) 人権侵害、差別若しくは名誉毀損となるもの又はそのおそれがあるもの
- (5) 社会問題についての主義主張

## Anúncios (excertos) que não podem ser veiculados

- (1) que tenham conteúdo contrário às leis, normas e códigos ou cujo conteúdo tenha probabilidade de ser contraditório a estes.
- (2) que tenham conteúdo contrário aos costumes, ordem pública social e boa índole ou cujo conteúdo tenha probabilidade de ser contrário a estes.
- (3) que tenham conteúdo político ou religioso
- (4) que tenham conteúdo infrator dos direitos humanos, preconceituoso ou difamatório ou cujo conteúdo tenha probabilidade de sê-lo
- (5) que tenham conteúdo cujas idéias e princípios sejam a respeito de problemas sociais



お問い合わせ：政策秘書課 ☎274-8512

Informações: *Seisaku Hishoka* (Divisão de Secretaria e Política) Tel: 274-8512

めんせきじこう

### 免責事項

### TERMO DE IMUNIDADE

「MANAKA」は中央市広報の内容から、外国籍住民の方に特に必要と思われる情報を、中央市国際交流協会が抜粋し、編集を行ったものです。

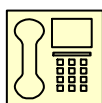
MANAKA é uma publicação constituída de extratos de artigos do periódico oficial do município de Chuo, cujo conteúdo, editado pela Associação Internacional de *Chuo-shi*, visa suprir as informações necessárias aos residentes estrangeiros.

掲載されている情報の正確さについては万全を期していますが、中央市国際交流協会は読者が「MANAKA」の情報を用いて行う一切の行為について、いかなる責任も負いません。

またいかなる場合においても、読者が「MANAKA」を利用したために被った損害、損失に対して一切の責任を負いません。

Para que as informações publicadas sejam precisas, o máximo esforço é dispensado, porém a Associação Internacional de *Chuo-shi* se reserva ao direito de se eximir de qualquer responsabilidade por quaisquer ações praticadas por leitores, que tenham sido levadas a cabo utilizando as informações publicadas no MANAKA ou por quaisquer prejuízos ou danos que os leitores venham a sofrer por terem utilizado as informações contidas no MANAKA.

また、内容の詳細につきましては、各記事末尾の「お問い合わせ先」まで、お尋ねください。Details do conteúdo de cada matéria, caso sejam necessários, devem ser solicitados diretamente na fonte, através do telefone de contato fornecido ao final de cada artigo.



お問い合わせ：政策秘書課 ☎274-8512

Informações: *Seisaku Hishoka* (Divisão de Secretaria e Política) Tel: 274-8512



# CHURRASCARIA BOI NA BRASA

## Seja Bem-Vindo!

Sexta-feira Das 18h00 às 22h00  
Sábado e domingo Das 11h00 às 22h00

Rodízio	Adulto ¥2.980 Idoso ¥2.500
	Estudantes do primário ¥980
	Crianças até 6 anos de idade ¥300

Em frente ao Jyoeidanti

Reservas e Informações **Tel:055-275-6955**

〒409-3862 Yamanashi-ken nakakoma-gun

showa-cho kamikatou 540-2 LB1



## 株式会社アルビス

出会いの数だけ貴方の未来が広がります

”自分に合った本当の仕事”始めてみませんか?

**TER UM MAIOR NÚMERO DE CONTATOS AJUDA-NOS A AMPLIAR O NOSSO FUTURO.**

**QUE TAL BUSCAR UM SERVIÇO QUE REALMENTE IDENTIFIQUE COM VOCÊ, NÃO QUER TENTAR?**

仕事を探されている方は一度アルビスにご相談ください。

ひとりひとりを見つめ 貴方の未来をサポート致します。

**VOCÊ QUE ESTA PROCURANDO TRABALHO ENTRE EM CONTATO COM A "ARBIS"**

**VALORIZANDO CADA TRABALHADOR, APOIANDO O SEU FUTURO.**

**K.K. ARBIS 株式会社アルビス**

Tel 055-274-5140 Fax 055-273-3936

hp // [www.arbis.co.jp](http://www.arbis.co.jp)

紹介 19-ユ-300065 一般派遣 般 19-300008

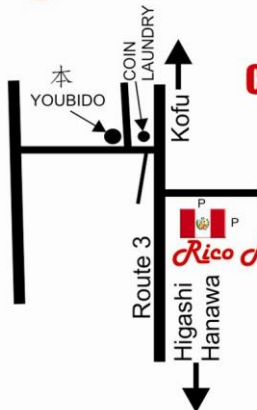


Restaurant



# Rico Mar

ペルー料理



**Comida Peruana - Buffets  
Agasajos - Eventos**

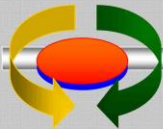
山梨県中央市布施1990

ウィルピア105-106

**Rico Mar** Yamanashi-ken Chuo-shi  
Fuse 1990 Will Peer 105-106

**Tel: 055-267-7150**

Horário: 7:00am~22:00pm (segunda~sexta)  
9:00am~22:00am (sábado~domingo)



## FOCUS SERVICE

# CARTEIRA DE MOTORISTA

AGORA TAMBÉM EM PORTUGUÊS

# TRADUÇÕES

# 090-9689-5122

## NELSON KADITA



## 株式会社トレンド Trend Co.,Ltd

A Trend Co.,Ltd. foi Fundada em junho de 2013 com a Matriz em Aichi e Filiais em Yamanashi e Fukuoka, trabalhamos na área de EMPREITEIRA e Apresentação de Empregos Diretos com Grandes Empresas locais.

Um dos Lemas da Empresa " Valorizar os laços com as pessoas " .

Acreditamos que Você irá encontrar o EMPREGO que procura aqui na Trend Co.,Ltd.

Venha fazer um CADASTRO conosco sem compromisso.

株式会社トレンドは、平成25年6月に誕生した企業です。人材派遣、職業紹介が主な事業で愛知県を拠点に山梨県、福岡県に支社を展開しています。「地元の人との絆を大切に」をモットーに地域密着で取引先や社員に愛される企業を目指し、日々努力しています。

きっとあなたに合うお仕事が見つかります。

Trend Co.,Ltd. Matriz

Aichi ken Kariya shi Ginza 4-40

Tel 0566-22-1177 (Atendimento em Português)

Fax 0566-70-8011

Trend Co.,Ltd. Filial de Yamanashi

Yamanashi ken Kofu shi Osato cho 1049-3

Tel 055-244-1083 (Atendimento em Português)

Fax 055-244-1082

Trend Co.,Ltd. Filial de Fukuoka

Fukuoka ken Iizuka shi Kaya no Mori 149-8

Tel 0948-43-9937 (Atendimento em Japonês)

Fax 0948-43-9938

Licenciado pelo Ministério do Trabalho, Saúde e Bem-estar Social

一般労働者派遣事業 般23-301378

有料職業紹介事業 23-ユ-301187

URL: [www.trendco.biz](http://www.trendco.biz)

E-mail: [info.mail@trendco.biz](mailto:info.mail@trendco.biz)



# Aqui temos, exatamente o trabalho que voce procura!

Exigimos nivel de conversação básica em japones (nível de entendimento de explicações do serviço)

☀️...TURNO DO DIA    🌞...À TARDE TRABALHO    🌙...TURNO DA NOITE

**① Chuo-shi**    **Fábrica em Tarefa fácil**

【Horário】 ☀️ 8:00~17:00  
 【Folgas】 Feriado semanal dois dias・  
 por alternancia  
 ※Ferias de esperança consulta ok  
 【Salário-hora】 **1,200 iens**~  
 Ate final de dezembro curto prazo

**① 中央市**    **工場内での軽作業**

【時間】 ☀️ 8:00~17:00  
 【休日】 週休2日・シフト制  
 ※希望休日相談OK  
 【時給】 **1,200円**~  
 12月末までの短期



**② Nirasaki-shi**    **OPERAÇÃO DO BOTÃO E PRODUTO ACABADO DE TIRAR VERIFIQUE**

【Horário】 ☀️ ①8:00~17:00 🌞 ②12:45~21:45  
 【Folgas】 Sabado・Domingo  
 (Calendário da empresa)  
 【Salário】 **200,000 iens**~  
 Shift work Ser capaz de Bem vindo

**② 韮崎市**    **ボタン操作と完成品の取り出しチェック**

【時間】 ☀️ ①8:00~17:00  
 🌞 ②12:45~21:45  
 【休日】 土・日 (他会社カレンダー)  
 【月収例】 **200,000 円**~  
 交替勤務出来る方歓迎!



**③ Kofu-shi**    **POPULARIDADE FAZENDODOCES ENCHIMENTO DE SACO**

【Horário】 ☀️ ① 6:00~15:00 🌞 ②8:30~17:30  
 🌞 ③15:00~24:00 🌙 ④24:00~翌6:00  
 【Folgas】 Sabado・Domingo・Feriado  
 (Calendário da empresa)  
 【Salário-hora】 **950 iens~1,275 iens**  
 Tem transporte grafito de Showa ※negociável



**③ 甲府市**    **人気のお菓子づくりと袋づめ**

【時間】 ☀️ ① 6:00~15:00 🌞 ②8:30~17:30  
 🌞 ③15:00~24:00 🌙 ④24:00~翌6:00  
 【休日】 土・日・祝 (他会社カレンダー)  
 【時給】 **950 円~1,275円**  
 無料送迎有り ※応相談

**④ Fuefuki-shi**    **COLOCAR EM CIMA DA COMIDA**

【Horário】 ☀️ ① 7:30~16:30 ☀️ ②8:00~16:00  
 ☀️ ③ 9:00~16:00  
 【Folgas】 Domingo・outro dia  
 【Salário-hora】 **950 iens**~  
 Idade média dos funcionários variada



**④ 笛吹市**    **食品の盛り付け**

【時間】 ☀️ ① 7:30~16:30 ☀️ ②8:00~16:00  
 ☀️ ③ 9:00~16:00  
 【休日】 日・他1日  
 【時給】 **950 円**~  
 幅広い年代のスタッフ活躍中

Temos uma grande quantidade de trabalho! Veja as oportunidades acessando a nossa HP! ⇒ <http://next-age.co>

派19-300122

**Next Age inc.**

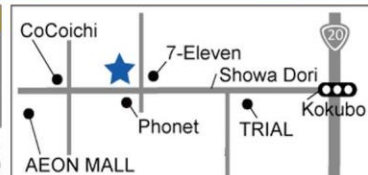
Yamanashi-ken, Nakakoma-gun, Showa-cho, Katonakajima, 963-1

**Pagamento diário ou Semanal**

(Auxílios) -Ajuda-transporte,  
 -Inscrição no seguro-saude,  
 -Fornecimento de uniforme,  
 -Folga remunerada(yuukyu)

Mais informações e esclarecimento de dúvidas, entre em contato conosco

☎️ **055-275-3216**



# ともに追いかけてよう キミのユメ！

## Vamos juntos correr atrás do seu sonho!



## Centro Educacional INOVE



**Na parte da manhã é o horário de aprendermos com afinco**

Língua japonesa para vivermos bem no **Japão**. Vamos fazer o aprendizado necessário para poder prestar o exame do ensino médio



**Na parte da tarde vamos direcionar agradavelmente os estudos para o seu sonho futuro.**

É hora de estudar para tornar o seu sonho de futuro em realidade. Os professores e profissionais competentes que atuam na área irão dar o suporte necessário para que você possa realizar o seu sonho futuro.



**Momento de movimentar o corpo no parque ao lado**

Alternar a rotina de estudos com a prática de exercícios ajuda na concentração, na postura e no bem estar, portanto vamos também nos movimentar no parque ao lado



**住所：南アルプス市桃園 1361-10**

**Endereço : Minamialps Momozono 1361-10**

**Tel : 090-6532-7783 (Irineu Uehara)**

こんげつ ひょうし  
今月の表紙 CAPA DO MÊS

こんげつ ひょうし とよとみ  
今月の表紙は豊富デイサービスセンターに豊  
とみ ほいくえん えんじ いもん おとず とよとみ  
富保育園の園児が慰問に訪れた時の一コマ。か  
わいらしいきものすがた しんしゅん かん  
わいらしい着物姿が新春を感じさせてくれますね。

A capa deste mês retrata uma cena da visita das crianças da creche de *Toyotomi* ao Centro de Atividades e Cuidados aos Idosos de *Toyotomi*. Dá até para sentir o clima de primavera no ar com as meninas vestidas em lindos *kimonos*!

ことし  
今年もたくさんの人にMANAKAを読んでいただ  
けるように、より良い情報を掲載していきたい  
とおもっています。今年もご愛読宜しく願いいた  
します。

Para que neste próximo ano também o *Manaka* seja lido por muitas pessoas, estaremos nos esforçando para publicar informações mais úteis ainda. Contamos com sua estima em ler nosso informativo este ano também!



JORNALZINHO DE MANAKA 2018年1月号 / JANEIRO 2018

ほんやく 翻訳: かとう 加藤 デイジー

Tradução: Daisy Kato

へんしゅう 編集: ちゅうおうしこくさいこうりゅうきょうかいじむきょく  
中央市国際交流協会事務局

Edição: Associação Internacional da Cidade de Chuo  
(*Chuo-shi Kokusai Kooryu Kyookai*)

じゅうしょ 住所: 〒409-3892  
やまなしけんちゅうおうしうすいあわら  
山梨県中央市臼井阿原301-1

Local: 301-1 *Usuiawara, Chuo, Yamanashi*  
409-3892

でんわ 電話: 055-274-8512

Tel: 055-274-8512

ファックス: 055-274-7130

Fax: 055-274-7130

e-mail: seisaku@city.chuo.yamanashi.jp

e-mail: seisaku@city.chuo.yamanashi.jp