

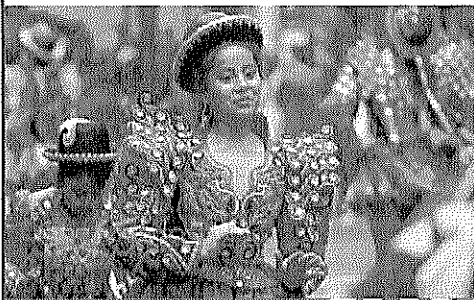
Un día para disfrutar la cultura de Bolivia

Plaza de Bolivia

5 de Octubre 11:00 a 16:00
(domingo)

Lugar : Tsu Mannaka Hiroba (Plazuela del Centro Palace)

Ingreso GRATIS (venta de comidas y bebidas)



STAGE

- ◆ Baile y canto de los niños
- ◆ Actuación de artistas sorpresa
- ◆ Bailes bolivianos
- ◆ Concurso
- ◆ Bingo
- ◆ Fiesta bailable

FOOD

- ◆ Pastel de quinua con queso boliviano
- ◆ Relleno de papa
- ◆ Empanadas ◆ Chorizo chuquisaqueño
- ◆ Gelatina de Pata ◆ Humintas
- ◆ Vino ◆ Mocoichinchi
- ◆ Variedad de tragos



Organizadora • Informaciones

NPO Centro de Soporte de la ciudad de Tsu
 Mie-Ken, Tsu-shi, Daimon 7-15 Tsu Center Palace 3 piso
 TEL: 059-213-7200 FAX: 059-213-7201
 Email: tsuinfo@tsu.or.jp URL: http://www.tsu.or.jp/index.html

Colaboradora

* Asociación de Residentes Bolivianos en Japon

※会場、会場周辺は駐車スペースが限られます。



本報協賛、博多愛知華道
 博多愛知華道会主催イベント事業
 の一環として開催しております。

10 Gazeta de Tsu

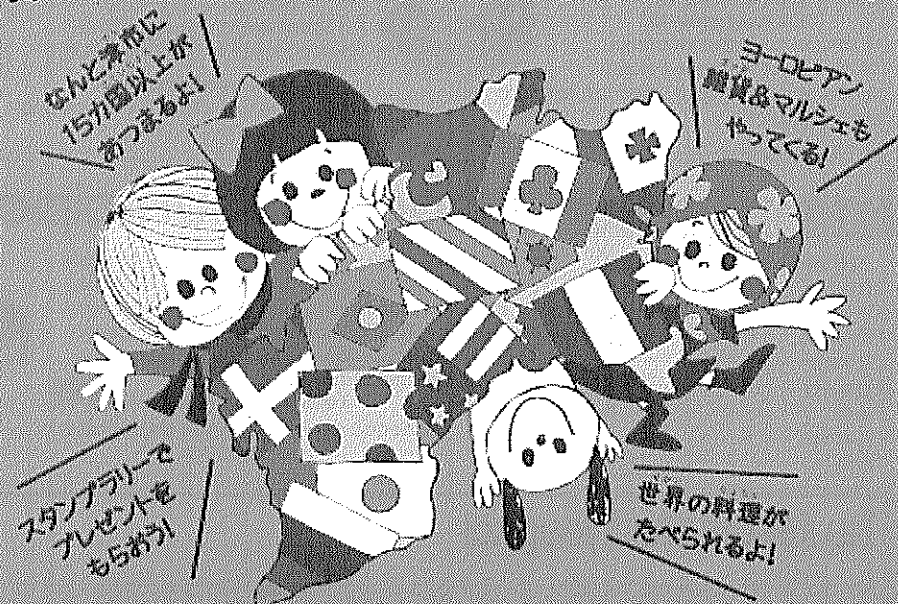
Editor: Associação de Intercâmbio Internacional de Tsu

Tsu shi Nishi Marunouchi 23-1 Tel: 059-229-3146 Fax: 059-229-3366 E-mail: info@tiza.jp

Outubro 2014 - ポルトガル語版

10/19 (Domingo)

Dia do Intercâmbio Internacional 2014!




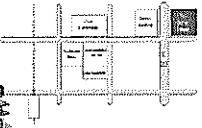


Contato: Associação de Intercâmbio Internacional
 (Prefeitura de Tsu - 3º andar Seção de Relações Internacionais)

Encarregada: Yamaguchi

Tel: 059-229-3146

FAX: 059-229-3366

Cursos de Japonês em Outubro

| Nome | Tsu Curso de japonês | Hisai Curso de japonês | Norte de Tsu Curso de japonês | Chisatogaoka Curso de japonês |
|---|---|---|---|--|
| Telefone | 059-229-3146 | 059-255-8839 | 059-244-1700 | 059-245-0259 |
| Data | DOMINGO 5,19 e 26 | TERÇA 7,14,21 e 28 | DOMINGO 5,12 e 19 | QUARTA 1,15,22 e 29 |
| Hora | 18:00 ~ 19:30 | 19:00 ~ 20:45 | 13:00 ~ 16:00 | 19:00 ~ 20:30 |
| Lugar | Center Palace 2º F Chuo Kominkan | Sucursal Geral de Hisai Salão 401 | Kominkan de Kawage 3º andar | Kominkan de Chisatogaoka |
|  |  |  |  | Ao lado da creche de Chisato gaoka |

Gambaru kai

Lugar: Centro Comunitário de Takachaya
 Hora: Todos os sábados 18:30 à 20:00
 Custo: Adultos ¥100/vez
 Crianças gratuito
 ☆ Estudo da língua japonesa
 ☆ Ajuda nas tarefas escolares
 ☆ Grupo de estudos para as crianças estrangeiras



Curso de Línguas

☆Inglês Terça (11 de novembro)
 ☆Português Quarta (12 de novembro)
 ☆Chinês Quinta (13 de novembro)
 Horário: 19:00 à 20:00
 Local: Region Plaza de Tsu 2F
 Inscrições até o dia 31 de outubro

Maiores informações
 Associação de Intercâmbio Internacional
 Tel. 059-229-3146

Índice de população estrangeira

(Atualizado em agosto de 2014)

| | |
|-----------|-------|
| Brasil | 2,010 |
| China | 1,839 |
| Filipinas | 1,114 |
| Coreia | 476 |
| Bolívia | 335 |
| Peru | 160 |
| Outros | 1,204 |
| Total | 7,138 |

Imposto Municipal

O vencimento da 3ª parcela do imposto municipal será no dia 31 de outubro de 2014. Deve-se efetuar o pagamento sem falta em uma instituição bancária, correio, lojas de conveniência ou utilizar o sistema de transferência automática.

(Maiores informações) 

Seção de Arrecadação de Impostos
 Tel. 059-229-3135



Tsu Keisatsusho Kyougikai

No dia 26 de setembro de 2014, foi realizada a segunda reunião do comitê com o tema "Controle sobre acidentes de trânsito e limite de velocidade". Após, houve explicação do novo alerta especial 「Tokubetsu Keihou」que foi anunciado em agosto e sobre as atividades da polícia em caso de desastres. E além disso, duas pessoas da equipe de resgate explicaram sobre as suas atividades em caso de terremotos, tufões, desastres naturais entre outros e fizeram demonstrações de como utilizar os equipamentos. A próxima reunião será no dia 11 de dezembro de 2014 com o tema 「Medidas de proteção das mulheres e crianças」.



Shirley Koga

Consultas Jurídicas Gratuitas com Intérpretes

Data: 26 de outubro de 2014

Horário: 13:00 às 17:30

Local: Ueno Fureai Plaza (Iga-shi Ueno Naka-machi 2976-1)

Haverá estacionamento gratuito e intérpretes de português, espanhol, tagalo, inglês, tailandês, chinês, indonésio, vietnamita, etc]

3 boas notícias

1. Realizado no domingo: Mesmo aqueles que trabalham durante a semana poderão participar!
2. Diversos especialistas presentes: Caso houver vagas disponíveis será possível consultar-se com diversos especialistas!
3. 60 minutos de consultas por pessoa: Aqueles que não conseguem explicar seus problemas em pouco tempo, poderão tirar suas dúvidas com calma.

MIEF 059-223-5006

Reservas à partir do dia 29 de setembro
 Sua consulta será mantida em sigilo absoluto.

Advogado: 4 vagas
 Tabelião: 4 vagas
 Especialista em leis trabalhistas e
 seguro social: 8 vagas

Atenção ao Diabetes!

☆Casos de Diabetes está aumentando

Pessoas com diabetes e suspeitas de diabetes tem aumentado em todo o país. Dentro das despesas médicas da cidade de Tsu, a proporção de diabetes está em terceiro lugar, ultrapassando a média estipulado pelo estado.

☆Que tipo de doença é a Diabetes?

É uma síndrome metabólica de origem múltipla, decorrente da falta de insulina, causando um aumento da glicose (açúcar) no sangue. No Japão, mais de 95% das pessoas sofrem de diabetes Tipo 2, estão associados a má alimentação, sedentarismo, etc.

Vamos fazer o teste!! (quanto mais itens assinalados, maior a chance de ter diabetes)

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> obeso | <input type="checkbox"/> não come muito verduras ou frutos do mar | <input type="checkbox"/> mais de 40 anos |
| <input type="checkbox"/> come demais | <input type="checkbox"/> não tem horário para comer | <input type="checkbox"/> parentes com diabetes |
| <input type="checkbox"/> bebe demais | <input type="checkbox"/> não toma café da manhã | <input type="checkbox"/> come sempre doces |
| <input type="checkbox"/> adora doces | <input type="checkbox"/> não pratica atividades | <input type="checkbox"/> não descansa suficiente |
| <input type="checkbox"/> gosta comida gordurosa | <input type="checkbox"/> se encontra estressado | |
| <input type="checkbox"/> já lhe disseram que durante a gravidez o seu nível de glicose aumenta | | |

Exame Específico de Saúde

No exame específico de saúde, poderá realizar exame de glicemia de jejum ou HbA1c e exame de urina (glicose). Aconselhamos realizar o exame específicos de saúde todos os anos para poder administrar a própria saúde. Para realizar tais exames é necessário os cupons enviados para as pessoas com idade entre 40 à 74 anos. Para obter mais informações sobre os exames, verifique a orientação específica de saúde.