Português

ながのけんインフォメーション（ポルトガル語版）

Informativo da Província de Nagano

Edição Junho/ 2024 №78

Governo da Província de Nagano
Departamento Civil e Cultural
Setor Multicultural / Passaporte
TEL：026-235-7173
tabunka@pref.nagano.lg.jp

Aviso

Alerta à Temporada de Chuvas!

Estamos entrando na época das chuvas e dos tufões. Com as chuvas intensas, o nível dos rios pode subir rapidamente. Ventos fortes podem causar quedas e lançar objetos pelo ar. Para evitar riscos, é importante estar sempre preparado.

Preparativos

・Verifique os locais de abrigo
・Prepare uma mochila de emergência (doc. identidade, hokensho, alimentos, etc.)
・Guarde dentro de casa os objetos que estão do lado de fora
・Deixe estocado alimentos suficientes para alguns dias antes do tufão

Em caso de chuvas fortes

・Evite se aproximar de rios e áreas alagadas
・Não saia de casa
・Tranque as portas
・Acompanhe as notícias meteorológicas

Dicas

Participe dos Festivais de Verão!

Na província de Nagano, diversos festivais locais são realizados em várias cidades. Venha se divertir com danças tradicionais, grandes shows de fogos de artifício e deliciosas comidas de barracas (*Yatai*)!

・Iiyama　Festival das Lanternas de Iiyama
・Nagano　Nagano Binzuru
・Ueda　Ueda Wasshoi
・Matsumoto　Matsumoto Bonbon
・Okaya　Festival de Tambores de Okaya
・Iida　Festival de Teatro de Marionetes de Iida e Iida Ringon, entre outros

Lista completa ↓

Consulta

Consultoria Gratuita Itinerante

O Centro de Consulta Multicultural da Província de Nagano realizará uma sessão gratuita de consultas para residentes estrangeiros, onde você poderá receber orientação de escrivães judiciais e despachantes.

Gratuito

Cidade	Data	Horário	Local
Ueda	30 de julho（ter）	10:00～15:00	Prefeitura de Ueda
Azumino	11 de agosto (dom)	10:00～15:00 (previsão)	Hotaka Kouryu Gakushu Center Mirai
Matsumoto	22 de agosto（qui）	10:00～15:00	M Wing
Komoro	4 de outubro (sex)		Komoro Shimin Kouryu Center
Ina	7 de outubro (seg)		Tamokuteki Hall

※ Pode haver alterações nos horários e locais planejados.

Por favor, verifique as informações detalhadas no site do Centro de Consultas Multicultural da Província de Nagano.

Aviso

Julho é o Mês da Promoção da Convivência Multicultural

Em dezembro de 2023, a população estrangeira vivendo na província de Nagano atingiu 41.536 pessoas. Esse número está em crescimento e agora representa mais de 2% da população total da província.

Nagano celebra julho como o "Mês de Promoção da Convivência Multicultural". Durante este período, tanto estrangeiros quanto japoneses são incentivados a aprender uns sobre os outros e a reconhecer e respeitar suas diferenças, construindo juntos uma sociedade onde todos possam conviver em harmonia.

長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

Anúncio

Cuidado com a Intoxicação Alimentar

Com a chegada do verão, as temperaturas e a umidade aumentam. As bactérias adoram ambientes úmidos e, por isso, durante a temporada de chuvas (junho), é importante tomar cuidado extra com a intoxicação alimentar. Siga estas dicas para se proteger:

Evite Contaminar! Lave as mãos regularmente (antes de cozinhar ou comer, antes e depois de tocar em carne/peixe cru).

Não deixe multiplicar! Armazene alimentos em temperaturas baixas (coloque-os na geladeira logo após a compra e consuma rapidamente).

Elimine-as! Aqueça bem os alimentos, garantindo que sejam completamente cozidos e desinfete os utensílios de cozinha com água quente.

Aviso

Envie seu Plano de Escalada

Ao fazer trilhas nas rotas designadas em Nagano, é obrigatório enviar um plano de escalada.

○ Vantagens:

・Conhecer as características da montanha
・Fazer os preparativos adequados
・Servirá de referência para operações de resgate imediatas em caso de emergência

○ Como enviar:

・Serviço de solicitação eletrônica (apenas em japonês)

・Loja de conveniência（FAX）
・Correio ou pessoalmente

〒380-8570 **(não há necessidade de preencher seu endereço)**
Naganoken Kankoubu Sangaku Kōgen Kankō-ka
Endereçar para「Tōzan Keikakusho」

○ Outras recomendações:

・(Recomendado) Contratar um seguro de escalada em montanha
・Usar roupas e equipamentos adequados para a temporada de escalada

Prepare-se bem para garantir uma escalada segura e divertida!

Mais detalhes↓

No Centro de Consulta Multicultural da Província de Nagano (Nagano-ken Tabunka Kyōsei Sōdan Center 長野県 多文化共生相談センター) é possível receber consultas em 15 idiomas. A consulta é gratuita.
Ligue para 026-219-3068 ou 080-4454-1899. HP: https://www.naganoken-tabunka-center.jp/