

VIVA ! ひめじ

<Edição em Português> 9/2009 Vol.30

Informação feita pelo grupo de voluntários
Associação de Intercâmbio Internacional de Himeji
URL <http://www.himeji-iec.or.jp>

Nova Gripe A/H1N1	. . . P1
Sintoma de Infecção de Norovirus	. . . P2
Festival de outono de Himeji	. . . P3
14 ° Festival de Intercâmbio Internacional	. . . P4

Nova Gripe A / H1N1

A nova gripe transmitida pelo porco , que transmite de pessoa a pessoa surgiu a nova influenza (nova gripe A-H1N1), espalhando pelo mundo inteiro. Siga a informação correta dada pelo Governo e fique tranquila.

Sintoma

- dor de garganta
- coriza
- espirro
- tosse
- dor de cabeça
- febre repentino(38-40 graus)
- calafrio
- dor no músculo e articulação
- diarreia

O caminho de contágio

Contágio gotícula

O contágio vírus estende-se por tosse, espirro ou conversação.

A esfera de contágio é dentro de um metro.

Contágio pelo contato

Ao tocar seus olhos, boca ou nariz com a mão que tocou a mesa, a maçaneta de porta ou o interruptor, que alguém com vírus já tinha tocado, o vírus entra no corpo.

Prevenção

- evitar a sair para o lugar aglomerado
- usar a máscara na multidão.
- lavar as mãos e gargarejar quando volta em casa
- pôr o lenço ou o lenço de papel para sua boca quando tossir ou espirrar
- jogar o lenço de papel logo após o uso



O Serviço de Consulta

Posto de Saúde em Himeji (Divisão de Prevenção)
Tel 079-289-1635
3 Sakata-cho, Himeji



Sintoma de Infecção de Norovirus

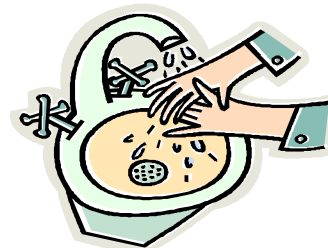
Todos os anos, desde novembro a abril do ano seguinte, alastra-se o sintoma de diarreia e vômito ocasionado pela infecção de norovirus. Principalmente nos lugares onde há grande concentração de crianças, como em creches, jardins de infância, escola primária a transmissão de uma para outra, é bem rápida. Essa propagação de pessoa para pessoa é forte. Abaixo citaremos os cuidados que devem ser tomados em casa, para evitar o máximo a contágio, o tratamento e o sintoma desse virus.

1. Sintoma e tratamento

Os principais sintomas são 「ânsia de vômito」 「vômito」 「diarreia」. Não há um remédio específico. Evitar o sintoma de desidratação, o mais importante é tomar bastante líquidos.

2. Cuidados dentro de casa

- (1) Ao chegar em casa, a família toda deve lavar as mãos com o sabonete e água corrente antes das refeições.
- (2) Se comer crua espécies de ostras pode contrair contágio de norovirus, cozinhar bem antes de comer
- (3) Vamos lavar as mãos com sabonete e água corrente antes de preparar a comida.

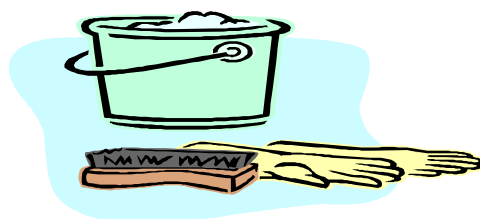


3. Vômito e diarreia

Em caso de infecção de norovirus, no vômito e na diarreia há grande quantidade de virus. Por mais que seja pouca quantidade de virus que entre no corpo, pode se infeccionar. Se deixar assim, há possibilidade de alastrar o contágio. Vamos limpar logo, quanto antes. Não há efeito na esterilização se não for com o desinfetante a base de ácido clorífico ou alvejante doméstico.

(Como fazer a limpeza) * * * Tomar muito cuidado na limpeza * * *

- (1) Usar a mascara e luvas
- (2) Limpar bem com pano de chão o vômito e a diarreia (colocar o pano de chão num saco plástico jogar fora fechando bem).
- (3) Desinfetante com cloro diluído (acima de 200 ppm : alvejante doméstico cerca de 200 vezes) esterilizar o local onde houve o vômito e diarreia.
- (4) As roupas sujas com vômito e diarreia, lavar escorrendo água num balde, usando as luvas e máscara, após desinfetado com desinfetante com cloro lavar na máquina de lavar roupa. Esterilizar o balde usado para escorrer com desinfetante com cloro.



Festival de outono de Himeji (2009)

- ① Shikama Matsuri · · · dias 8 ~9 de outubro (5ª.e 6ª) Ebisunomiya Tenmajinja e Hamanomiya Tenmangu 24 pessoas carregam um palco segurando o estrado do carro alegórico e caminham levantando várias vezes, chocam acompanhando ao som das vozes 「Daibaneri」 (Ebisunomiya), e 「Daibasashi」(Hamanomiya) que são as duas formas típicas de carregar.

Acesso : (Ebisunomiya Tenmajinja) trem Sanyo, da est. de Shikama 10 min. a pé (Hamanomiya Tenmangu) ônibus municipal da est.de Himeji que vai para Shikama, desce em 「Sukakitaguchi」

- ② Aki Matsuri · · · dias 10~11 de outubro (sab.e dom.) Templo Shou Hachiman
Além dos carros alegóricos, haverá a apresentação de dança do Dragão (shishimai), especialmente a chamada de 「Jyomai (Jyomaijyo)」, que começa a dança lentamente ao som do tambor e flauta, aos poucos vai agitando o tempo rapidamente.

Acesso : JR Bantansen, da est.de Mizoguchi lado leste, 10 min. a pé.

- ③ Shuki Reitaisai · · · dias 10~11 (sab. e dom.) Templo Takaoka
As pessoas que ficaram felizes ajuntando as ostras nas rochas puseram o nome de Hamaguri Iwa com 13 carros alegóricos「yoiyasa」 que sobem a montanha em ordem ao som das vozes.

Acesso : ônibus Shinki da estação de Himeji, desce em 「yamabuki」
10 min. a pé



Nada no Kenka Matsuri

- ④ Nada no Kenka Matsuri · · · dias 14~15 de outubro (4ª. e 5ª.) Templo Matsubara Hachiman
É o maior festival de Himeji, formado por 7 bairros ao redor de Shirahama. Em Honmiya, uma vez a cada 7 anos é responsável pela「neri ban」 chamado pelo bairro e realizados em 2 lugares, templo e Monte Otabi (a 1 km ao lado oeste do templo), 3 carros de Mikoshi se batem violentamente. Outros carros das danças festivas de 6 bairros também fortemente, comparecem mais de 100 mil visitantes.

Acesso : Linha Sanyo, andando 3 min. da estação de Shirahama no Miya

- ⑤ Koimo Matsuri · · · dias 17~18 de outubro (sab. e dom.) Templo Arakawa
Os carros das danças festivas, visto pelo altar Banba, chamado assim por parecer lavar as batatas dentro do moedor. Após a dança do carro Banba e Haidennai,e ainda sobe até o topo. A tarde desce 「Irohasaka」,dança o último carro de “Banba”,encerra o festival batendo as palmas 3 vezes de viva.

Acesso : ônibus municipal da Est. de Himeji, desce em 「Inokuchi」 ,
caminhando a oeste , 3 minutos

- ⑥ Chyochin Matsuri (Festival de Lanterna) · · · dias 21~22 de outubro (4ª. e 5ª.) Templo Usuki Hachiman

Em Yoimiya, realizam se a caminhada derrubando as lanternas na rua em frente ao portão, em Honmiya 「chyousa」com a voz característica levantam bem alto os carros das danças festivas. Terminando estes festejos, chega o equinócio de outono, há mudança de outono para inverno.

Acesso : Linha Sanyo, 10 min. a pé da estação de Aboshi

Além desses, no centro de Himeji, realizarão vários festivais de outono em templos. Esperamos que participem de muitos festivais e divirtam se nos festivais tradicionais.



Festival de Chochin

14 ° Festival de Intercâmbio Internacional

Data: 25 de outubro em 2009 (domingo) 10:00~15:00 (mesmo com chuva)

Local: Otemae koen(10 minutos da estação de Himeji, andando em direção ao norte na rua Otemae)

Patrocínio: cidade de Himeji, Associação Internacional de Himeji, Comissão de Organização do Festival de Intercâmbio Internacional

O Festival Intercâmbio Internacional é um evento para que o cidadão de Himeji tenha relação com os estrangeiros que moram em Himeji e as cidades arredores e possam compreender as diferenças culturais. Este ano também abordará 4 temas: “divertir”, “comer”, “assistir” e “intercâmbio”. Esta prevista a participação de aproximadamente 700 voluntários este ano.



① Diversão

Há vários cantinhos para experiência, vestir e fotografar com roupas típicas de outros países, e também haverá lições de conversação direta com os nativos. Vamos participar dos jogos de vários países do mundo. E, este ano será feita a demonstração de pintura “Sumie”.

② Alimentação

Serão preparados pelos estrangeiros residentes de 17 países, 21 tipos de comidas caseiras, baratas e interessantes por (150 yen o prato).

③ Assistir

No palco especial haverá apresentação de espetáculo tradicional japonês e do exterior, como músicas e fashion show de trajes típicos.

④ Intercâmbio

No cantinho de convívio entre várias culturas haverá concurso e workshop para as crianças, através de trocas de opiniões e a leitura de redação sobre a compreensão de diferenças culturais internacionais.

※※※ Nota da Edição※※※

Acabando a estação de festivais de verão, vem o outono, a estação de frutos. Mas, a preocupação é a nova gripe que pode voltar ao Japão ainda mais forte. Temos que nos cuidar e ter cuidados com as pessoas que estão com baixa imunidade!

「VIVA ! Himeji」 número 31, previsão para dezembro. Aguardem !!

Colaboração na tradução · Revisão nativa
Português : Yuma Hasegawa, Yu Kunimitsu、 Ines Kozue Higashimura

Constam somente nomes das pessoas que autorizaram. Agradecemos a colaboração.

「VIVA ! Himeji」 necessita de pessoas para ajudar na tradução, revisão por nativos. As pessoas interessadas, pedimos para contactar no endereço abaixo. Aguardamos.

Contactos
Associação de Intercâmbio Internacional de Himeji
〒670-0012 Himeji shi Honmachi 68-290 Egret Himeji 3°
Telephone: 079-287-0820 FAX: 079-287-0824
Mail : kokusai@city.himeji.hyogo.jp