

— Em busca de uma sociedade em que estrangeiros que não dominam a língua japonesa também possam receber atendimento médico com tranquilidade —

## Realizamos o Seminário para Intérpretes Médicos Voluntários

O Centro Internacional de Gifu coordena o projeto “Intermediação de Intérpretes Médicos Voluntários da Província de Gifu” como parte das atividades para a construção de uma sociedade de coexistência multicultural, na qual faz a intermediação de intérpretes médicos voluntários (nos idiomas português, chinês ou tagalo) que tenham conhecimentos e técnicas acima de um padrão solicitado pelas instituições médicas da província, para que os estrangeiros que não dominam o idioma japonês possam receber atendimento médico com tranquilidade. Como parte desta atividade, e com o objetivo de elevar o nível daqueles que já estão atuando como intérprete médico voluntário, além de buscar novos membros e capacitá-los, realizamos nos dias 15 e 16 de outubro (sábado e domingo) o Seminário para Intérpretes Médicos Voluntários 2016 em correalização com o departamento de medicina da Universidade de Gifu. Apresentaremos a seguir, um pouco do vasto conteúdo dos dois dias de seminário que teve a participação de 52 voluntários.

### 1º dia palestra



Os participantes aprenderam sobre as funções do intérprete médico, métodos para estudo dos conhecimentos e técnicas necessárias e ética. Aprenderam também, medidas que devem tomar enquanto intérpretes médicos em relação a possíveis problemas, e como lidar com problemas difíceis, através da troca de informações entre os participantes.

Em relação aos conhecimentos médicos básicos, aprenderam o nome, sintomas, formas atuais de tratamento da doença com maior taxa de mortalidade na sociedade japonesa contemporânea e os nomes e estruturas das partes do corpo relacionadas a ela. Além disso, houve uma palestra sobre os tipos de remédios, benefícios e efeitos colaterais, prescrição do medicamento, e, através do conhecimento sobre a forma que o remédio circula pelo corpo, puderam aprofundar o entendimento sobre a importância de seguir a prescrição para tomar o remédio corretamente (horário, quantidade, combinação com as refeições, etc.).

### 2º dia palestra e prática



Os participantes foram divididos em grupos (português, chinês e tagalo) para treinarem interpretação e tradução do japonês para o idioma escolhido, como realizar anotações durante a interpretação, entre outros. E ainda, enquanto ouviam as explicações dos estudantes de medicina sobre os aparelhos e ferramentas utilizadas na consulta, puderam ver e tocar nos bonecos simuladores.

Ainda em grupos, puderam simular e treinar na prática a interpretação da conversação entre o paciente e o médico durante uma consulta médica. Além de atuar como intérpretes, revesaram também entre o papel de paciente, recebendo orientações dos médicos sobre uma interpretação precisa e como agir diante de palavras que não compreenderem.

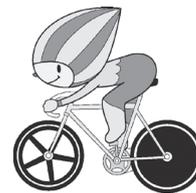
Recebemos vários comentários por parte dos participantes, dizendo que participar de uma palestra conduzida por especialistas da área de interpretação médica, médicos e por estudantes de medicina é uma experiência única e que a palestra foi bastante explicativa e muito proveitosa. Entusiasmos e interesses do tipo: “Quero ajudar as pessoas que estão na mesma circunstância que eu estive quando não sabia o japonês e passava por apuros”, “Como um membro da comunidade regional, quero ajudar” que levam a construção de uma sociedade em que todos possam viver tranquilamente. Agradecemos a todos pelo empenho!



## O que devo saber sobre as regras para ciclistas

Passou-se mais de um ano após a reforma das regras para ciclistas, mas todos estão respeitando essas leis? As bicicletas são utilizadas por pessoas de várias faixas etárias, de crianças a idosos, e assim, para que todos possam usar a bicicleta de forma segura e tranquila, existem regras. Além disso, andar na rua, significa que deverão tomar cuidado não somente com bicicletas, mas também, com pedestres e automóveis.

Respeitar regras é muito importante para você e para o próximo, portanto, vamos reforçar o conhecimento!



### Sistema de treinamento para ciclistas

O ciclista que cometer 2 ou mais **infrações graves** citadas abaixo, num período de 3 anos, terá que assistir ao treinamento para ciclistas. O curso tem duração de 3 horas e deve ser pago uma taxa de 5,700 ienes (valor padrão). Além disso, se o infrator se recusar a assistir ao curso, ele precisará pagar uma multa de até 50 mil ienes.



Conduzir embriagado

Atravessar a linha de trem com a cancela fechada

Desrespeitar a sinalização "PARE"

Utilizar a bicicleta com problemas nos freios

Desrespeitar o semáforo



Entre outros

### 5 regras para utilizar a bicicleta com segurança

Para evitar acidentes, é importante respeitar as 5 regras de segurança descritas abaixo.

**1** As bicicletas devem trafegar na rua como regra. A calçada é exceção. A bicicleta é considerada "veículo leve", portanto, a regra é trafegar na rua.

**2** Na rua, deverá trafegar pelo lado esquerdo. Neste caso, circule pelo canto esquerdo da pista de rolamento.

**3** Na calçada, a prioridade é do pedestre, e os ciclistas devem trafegar devagar próximo à pista de rolamento.

**4** Respeitar as regras de segurança.

- É proibido conduzir embriagado, trafegar com alguém na garupa e trafegar lado a lado;
- Ligar o farol à noite;
- Respeitar o semáforo, a sinalização "pare" e conferir a segurança nos cruzamentos

**5** As crianças devem usar capacete.



### Seguro contra danos em caso de acidente de bicicleta (Seguro de bicicleta)

É um seguro privado que cobre não somente casos em que o próprio segurado sofre acidente, mas também quando este cause ferimentos em uma terceira pessoa, inclusive quando quebrar ou riscar algum objeto enquanto anda de bicicleta. Faça a comparação dos benefícios da cobertura para você e para terceiros e escolha um seguro ideal para você. Em geral, os seguros cobrem os seguintes casos:

#### Exemplos de acidentes

- Machucar-se ao cair da bicicleta
- Colisão entre bicicletas e ferir-se
- Esbarrar em um ciclista enquanto caminha e se machucar
- Ferir alguém ao esbarrar de bicicleta
- Riscar um carro parado com a bicicleta



#### Cobertura a terceiros

- Seguro contra danos a terceiros (pessoas e objetos) 10 milhões a 100 milhões de ienes



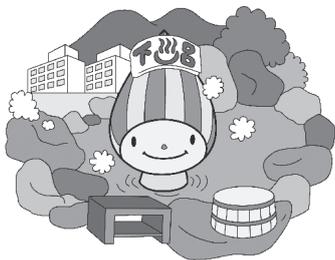
#### Cobertura de danos pessoais

- Cobertura de internação
- Cobertura médica
- Seguro de vida, etc.



\* O conteúdo da cobertura difere de acordo com o plano, portanto, confira o conteúdo no momento da assinatura do contrato.

# Dicas para o inverno



Em época fria, queremos entrar num *onsen* (termas) e relaxar tranquilamente, né? Em Gifu existem várias fontes termais e dentre elas, o *Gero Onsen*, é um dos três *onsen* mais famosos do Japão, juntamente com o *Kusatsu* e *Arima*. Com propriedades

alcalinas, é famoso por proporcionar uma pele macia e bonita. É possível ir de Gifu a Gero de carro (aprox. 1h50min) ou de trem (da estação Gifu à Gero pela linha JR Expresso Wide View Hida são aprox.1h20min). Para aqueles que irão hospedar, dependendo do hotel, é disponibilizado um ônibus que sai da estação de Gifu e vai direto ao hotel, portanto, é de fácil acesso.

Aqueles que preferem voltar no mesmo dia, podem adquirir o “*Yumeguritegata*” por 1,300 ienes e visitar 3 locais entre os mais de 31 estabelecimentos (pousadas e hotéis afiliados). Se cansar de caminhar pela cidade termal tradicional, uma dica é descansar nos “*ashiyu* – termas para esquentar os pés” (gratuito).

Além do Gero Onsen, o “*Okuhidaonsengou*” que engloba as 5 fontes: “*Hirayuonsen, Fukuionsen, Shinhirayuonsen, Tochioonsen,*

*Shinhotakaonsen*” possui o maior número de *rotenburo* (águas termais ao ar livre) do Japão. No *Okuhidaonsen*, cercado pelos famosos montes conhecidos por Alpes do Norte – montes *Yari, Hotaka, Norikuradake, Kasagatake* (o maior monte da província de Gifu), é possível sentir uma nostalgia única de um vilarejo montanhoso e apreciar as diversas expressões das quatro estações. Além disso, na época do inverno, a dica é o “*Yukimionsen*”. Mergulhar em águas termais com a vista para as neves do Alpes no Norte, é uma exclusividade da estação do inverno. Nessa estação, é possível apreciar a paisagem de neve nos festivais *Nakao Kamakura* (iglús de neve) e *Hirayu Otaki Keppyou* (grande cachoeira congelada) e as diversas iluminações.

No entanto, existem aqueles que gostariam de ir ao *onsen* mas devido à distância e a falta de tempo, não podem, ou, aqueles que não podem ir devido ao alto custo do transporte e hospedagem... Nesses casos, podem ir a um *super sento* (casa de banhos públicos). Diferentemente de uma casa de banho comum, o *super sento* tem *rotenburo*, itens de banho (toalha, sabonete, shampoo, condicionador, etc.), sauna, restaurantes, salões de beleza, etc. É possível ir e voltar no mesmo dia e o preço também é acessível. Que tal fazer uma visita?

## Etiquetas para o banho

No exterior (principalmente em países em que não há águas termais), há um certo receio em permanecer nu em locais públicos onde há várias pessoas. Porém, estrangeiros que já tiveram experiência num *onsen*, dizem que o *onsen* é um lugar de fácil acesso.

Qualquer pessoa, inclusive estrangeiros, podem ir a um *onsen*. No entanto, diferentemente da sua casa, é um local público onde todos entram juntos. Vamos respeitamos as regras para não causar problemas ao próximo e curtir o *onsen*!



### Lave-se antes de entrar na água!

Lavando-se o corpo, mantém-se a água limpa e ao retirar a maquiagem, os poros se abrem proporcionando uma melhor absorção das propriedades do *onsen*. Use o chuveiro sentado(a).

### Não deixe a toalha mergulhar na água.

Há possibilidade de microorganismos presentes na toalha passarem para a água. A toalha deve ser utilizada para esconder, discretamente, as partes íntimas durante os deslocamentos e descanso.

### Kakeyu (jogar água no corpo)

Antes de entrar na água, vamos fazer o *kakeyu*. Este possui a função de não sujar a água e acostumar com a água e temperatura. Comece jogando pelas partes mais distantes do coração, como os pés.

### Conversas devem ser moderadas

A maioria das pessoas vão ao *onsen* em busca de tranquilidade. Conversas entram em nosso ouvido mesmo quando não queremos, portanto, evite conversas que possam causar incômodo às pessoas ao seu redor.

### Amarre o cabelo

Há possibilidade de ciscos e caspas presentes no cabelo sujam a água, portanto, é anti-higiênico. Utilize prendedores de cabelo ou a toalha para que o cabelo não toque na água, por favor.

### Antes de voltar ao vestiário, seque o corpo

Ao sair do *onsen*, seque o corpo com a toalha molhada com a água do *onsen*. Isso tem o objetivo de aproveitar ao máximo as propriedades do *onsen* e evitar molhar o vestiário, proporcionando um ambiente agradável a todos.

### O que levar

Depende do estabelecimento (*onsen*), portanto, é melhor pesquisar antecipadamente se há toalhas, etc.

### Por que as pessoas deixam a toalha na cabeça?

Mergulhar durante horas na água quente, faz com que as veias fiquem dilatadas por um longo tempo, levando o sangue em excesso para o cérebro, o que facilita os sintomas de dor de cabeça, ansia de vômito e desidratação. Isso é denominado “*nobose*”. A toalha gelada na cabeça tem a função de “esfriar” o sangue que chega na cabeça, evitando o “*nobose*”.

# Realização do Seminário para formação de voluntários de apoio a estrangeiros em caso de desastres na cidade de Kakamigahara

Medidas de prevenção de desastres para estrangeiros ~ Para construir uma sociedade regional tranquila e segura ~

Nesta província, há um aumento dos residentes estrangeiros de longa permanência, e há a preocupação de que, quando acontecer um desastre (um grande terremoto, por exemplo), estes não consigam compreender a informação emitida pelos órgãos públicos e assim, ficarem sem receber informações e apoio necessário. Portanto, para avaliar e construir um sistema que possibilite o apoio e a divulgação de informações precisas aos estrangeiros em regiões em que houver uma grande quantidade de residentes estrangeiros quando ocorrer calamidades de grande porte, o Centro Internacional de Gifu, em correalização com a cidade de Kakamigahara e a Associação Internacional de Kakamigahara, realizaram no dia 18 de dezembro de 2016 o “Seminário para formação de voluntários de apoio a estrangeiros em caso de desastres”, em Kakamigahara.

No seminário, supondo a ocorrência de um terremoto de grande intensidade na cidade de Kakamigahara, realizou-se um treinamento prático para instalar e gerir o Centro de Apoio Multilíngue em Caso de Desastres. Os participantes do seminário, dividiram-se em duas equipes para a realização dos trabalhos: Direção geral (somu-han), responsável por informar-se dos locais de refúgio que houver estrangeiros e analisar a rota para verificá-los; e

Equipe de informação (joho-han), responsável por realizar as traduções das informações necessárias aos residentes estrangeiros. No treinamento para a rota de visitas aos locais de refúgio, com a informação traduzida pela equipe de informação nas mãos, treinaram transmitir informações aos participantes que fizeram o papel de residentes estrangeiros vítimas do desastre, e treinaram obter informações sobre as dificuldades e os apoios necessitados nos refúgios.

Além disso, também foi realizado o Workshop para Prevenção de Desastres para os residentes estrangeiros, e os participantes puderam aprender, divertidamente, como obter informações para proteger a sua própria vida e aprender vocabulários relacionados a desastres em japonês e expressões para pedir socorro.

O Centro Internacional de Gifu, continuará realizando atividades com intuito de reduzir ao mínimo, os danos causados por desastres e promovendo a construção de uma sociedade regional em que os residentes estrangeiros possam viver com segurança e tranquilidade. Estamos recrutando voluntários capacitados para atuar como intérprete a qualquer momento, portanto, os interessados podem entrar em contato com este Centro, por favor.

## ● Treinamento para instalação e funcionamento do Centro de Apoio Multilíngue em Caso de Desastres

Os participantes envolvidos com seriedade (local: Kakamigahara-shi Sogo Fukushi Kaikan)



## Elaboramos o “Guia de Ingresso ao Ensino Fundamental (Shogakko) aos pais e responsáveis estrangeiros”

– Em 4 idiomas (além do japonês): inglês, chinês, português e tagalo –

O Centro Internacional de Gifu elaborou o “Guia de Ingresso ao Ensino Fundamental (Shogakko) aos pais e responsáveis estrangeiros” que contém informações, regras, entre outros, sobre os preparativos necessários para o início das aulas e sobre a vida escolar, para que os pais e responsáveis estrangeiros possam conhecer melhor as escolas do Japão e não sentirem dificuldade no momento do ingresso da criança ao ensino fundamental (shogakko).



- Conteúdo**
- Preparativos para o ingresso no shogakko (Procedimentos de matrícula, taxas, auxílio escolar, etc.);
  - A vida escolar (o dia a dia, o ano letivo, eventos, etc.);
  - Conteúdo educacional e língua japonesa (Disciplinas, aprendizado da língua japonesa, manutenção da língua materna);
  - Objetos a preparar antes do ingresso escolar;
  - O que não levar para a escola;
  - O papel dos pais e responsáveis (o estudo em casa, avisos sobre falta, etc);
  - Sites úteis, etc.

**Idiomas** 4 idiomas: inglês, chinês, português, tagalo Japonês (página esquerda) / Língua estrangeira (página direita)

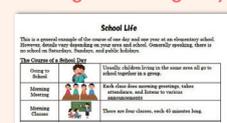
**Arquivo** É possível fazer o download pelo site do Centro Internacional de Gifu.  
URL: <http://www.gic.or.jp/2017/01/post-60.html>  
<http://www.gic.or.jp/pt/>

**Informações** Centro Internacional de Gifu

### Guia de Ingresso ao Ensino Fundamental (Shogakko) aos pais e responsáveis estrangeiros (A4 · 18 páginas · japonês e em língua estrangeira)



Capa



O dia a dia na escola



Objetos a preparar antes do ingresso escolar

\* Este guia foi elaborado com subsídio do CLAIR – Conselho de Órgãos Autônomos Locais para a Internacionalização

Edição/  
Publicação:

**Centro Internacional de Gifu (GIC)**  
〒500-8875 Gifu-shi Yanagase-dori 1-12  
Gifu Chunichi Biru 2º andar  
Tel: 058-214-7700 Fax: 058-263-8067  
Trifone: 058-263-8066 (serviço de interpretação em ligação simultânea entre 3 pessoas)  
E-mail: [gic@gic.or.jp](mailto:gic@gic.or.jp) URL: <http://www.gic.or.jp>  
Horário de funcionamento: domingo a sexta-feira, 9:30-18:00  
Fechado aos sábados, feriados e fim/início de ano  
Atendimento em: Inglês, chinês, tagalo e português

Data de  
publicação:

1º de fevereiro de 2017  
(Há publicações em julho, novembro e fevereiro)

