

第二章

生活情報

Informações sobre a Vida
Cotidiana



1

社会と生きる Vivend em sociedade

1

外国人登録と在留手続 〜まず身分を確保しよう!〜

Registro de estrangeiro e procedimento de visto e status de permanência ~Primeiro, garantam seu status de permanência!~



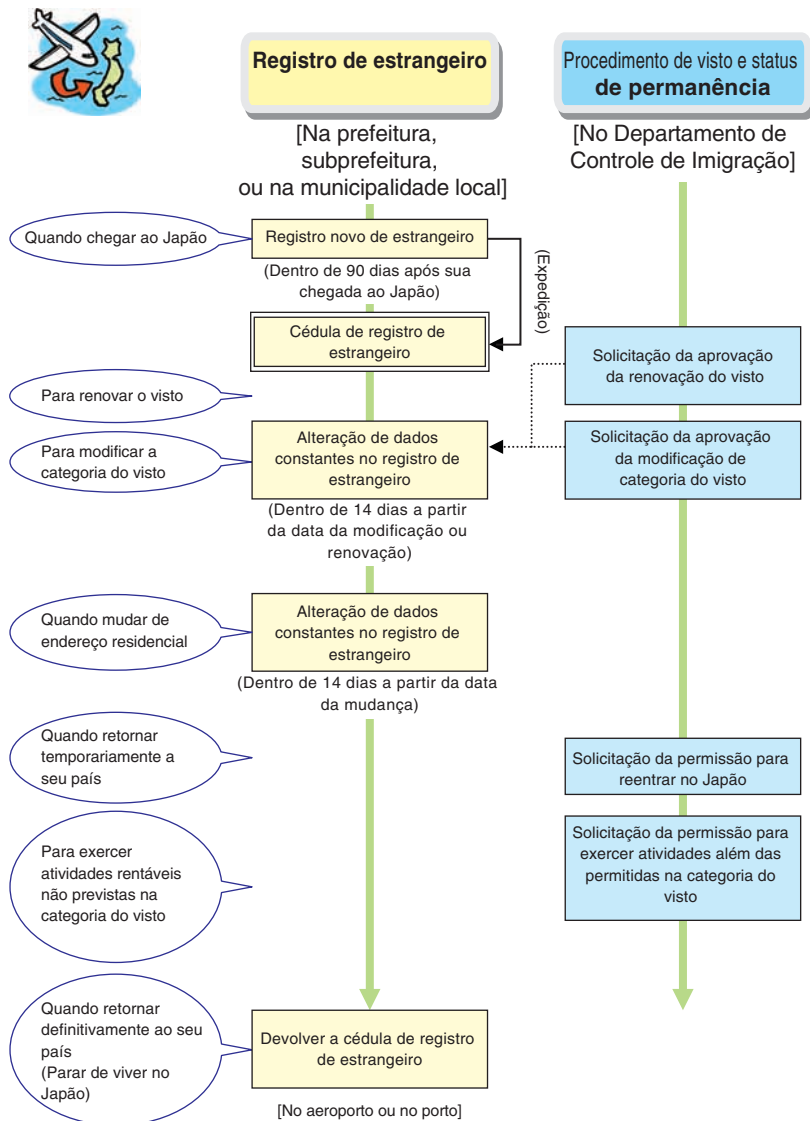
Bem-vindos ao Japão! A partir de hoje, vocês fazem parte da sociedade japonesa.

Existem alguns trâmites aos quais todos os estrangeiros que começam a viver no Japão ou mudam certas condições de sua vida diária devem submeter-se. Recomendamos que façam seus procedimentos o mais cedo possível. O processo não é tão complicado quanto parece.

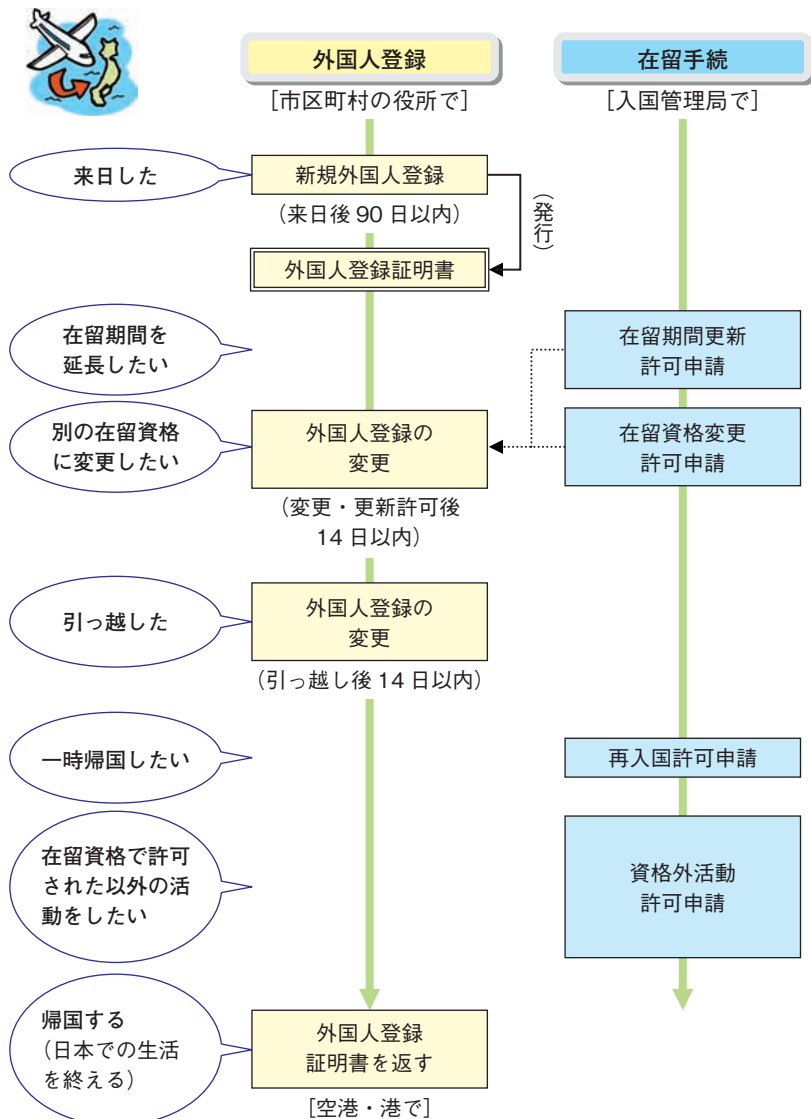
ようこそ日本へ! 今日からあなたも日本社会の一員です。

日本で新しく生活を始めるときや、生活の状況が変わったときに、必ずしなければならない法的手続があります。なるべく早めに手続をしましょう。面倒に思える手続も、意外と簡単です。

Os trâmites exigidos pela lei são basicamente esses: o registro de estrangeiro e o procedimento de visto e status de permanência. Os documentos necessários podem ser confirmados junto ao guichê.



法的手続は、大きく分けて外国人登録の手續と在留資格の手續の2種類です。必要な書類は窓口で確認してください。



estrangeiro, pessoa estrangeira, pessoas de nacionalidade estrangeira?

Muitos sites que as prefeituras japonesas mantêm na internet fornecem informações relativas ao Registro de Estrangeiro. A expressão em japonês usada para designar as pessoas obrigadas a fazer esse Registro de Estrangeiro varia muito de site para site, porque existem diversas formas de expressar o “estrangeiro”, tais como “estrangeiro”, “pessoa estrangeira”, “pessoas de nacionalidade estrangeira”, etc. O objetivo de uso das palavras é o mesmo: expressar “quem”, mas a impressão dada para quem lê varia sutilmente de expressão para expressão. Como esses sites são destinados para os estrangeiros, em geral fazem uso de certa criatividade para elaborar na forma mais compreensível possível. No entanto, em alguns casos, essa criatividade é excessiva e acabam se tornando mais complicados. Vocês podem tentar imaginar o sentimento de quem emprega as palavras, refletido no uso dessas palavras.

外国人・がいこくじん・外国籍を有する方？

市町村のホームページを御覧になると、大抵「外国人登録」についての情報が記載されています。この「外国人登録」が必要な人ですが、「外国人」ばかりではありません。「外国人の方」、「がいこくじん」、「外国籍を有する方」など市町村により様々な表現がみられます。「だれ」という点ではいずれも同じですが、そこから受ける印象は微妙に違います。読み手を外国人と想定し、一般的には分かりやすい工夫がされているようです。しかし、なかには、工夫をしすぎて逆に難しい表現になってしまっているものもあるようです。ことばのちょっとしたバリエーションから、ことばの使い手の気持ちを考えてみてはいかがでしょう。





O seguro social, um dos sistemas previdenciários no Japão, garante a vida dos segurados e membros de sua família, em casos de enfermidade, ferimento e/ou invalidez, quando tenha pagado devidamente os prêmios. O tipo de seguro varia em função da idade e ocupação do segurado. Todos os estrangeiros, exceto aqueles que permanecem no país por curto período, devem inscrever-se no seguro social.

社会保険とは、日本の社会保障制度の一つです。あらかじめ保険料を払うと、病気やけが、働けなくなったときに加入者やその家族の生活を保障します。加入する保険は年齢や仕事によって違います。短期滞在者を除き、外国人も加入しなければなりません。

Existem basicamente os seguintes tipos de seguro social: “Seguro de Saúde” para reduzir o encargo financeiro quando sofrer enfermidade ou ferimento e “Seguro de Pensão” para garantir a vida no caso de invalidez. As pessoas que trabalham nas empresas se inscrevem no sistema de seguro social diferente daquele das pessoas autônomas.



Seguro de Saúde

	Seguro Nacional de Saúde	Seguro de Saúde
Quem pode se inscrever	As pessoas que permanecerão por mais de 1 ano no Japão	As pessoas que trabalham nas empresas ou nos escritórios, tendo o visto apropriado
Onde se inscrever	Na prefeitura, subprefeitura, ou na municipalidade local	O trâmite é feito pela empresapaperwork.
Prêmio de seguro	100% pago pelo segurado	Arrecadação na fonte (50% é de encargo da empresa)
Em casos de enfermidade ou ferimento	O segurado e seus dependentes podem receber tratamento médico pagando 30% da despesa. (20% nos casos de crianças com menos de 3 anos, e 10% nos casos de idosos entre 70 e 75 anos)	É igual ao Seguro Nacional de Saúde, nos casos de enfermidade e injúria não ligados ao trabalho. Para os casos de enfermidade e injúria ocorridos no trabalho é aplicado o Seguro Contra Acidente de Trabalho (→ Pág.28)
Sistema de reembolso de despesas médicas caras	Quando for arcado um valor maior que o estabelecido por mês com a despesa médica, uma parte da quantia paga é reembolsada posteriormente ao segurado mediante solicitação	
Outros	É expedida a Cédula de Seguro	

Seguro de Pensão (Pensão de Idosos, Pensão de Portador de Deficiência, Pensão de Sobrevivente)

	Seguro Nacional de Pensão	Seguro de Pensão Corporativa
Quem pode se inscrever	Os estrangeiros, de mais de 20 e menos de 60 anos, que tenham registro de estrangeiro	Os estrangeiros que trabalham nas empresas ou nos escritórios, que possuem o visto apropriado para trabalhar
Onde se inscrever	Na prefeitura, subprefeitura, ou na municipalidade local	O trâmite é feito pela empresa
Prêmio de seguro	100% pago pelo segurado	Arrecadação na fonte (50% é de encargo da empresa)
Benefício	Pensão Básica	Pensão Básica e Pensão Corporativa
Sistema de devolução das contribuições	Quem contribuir ao seguro de pensão no Japão por mais de 6 meses terá direito à devolução de um certo valor, ao regressar definitivamente a seu país, mediante a solicitação dentro de 2 anos a contar da data do regresso. Confirme se você tem direito junto ao Escritório de Seguro Social ou outros órgãos responsáveis.	
Outros	É expedida a Caderneta de Pensão	

社会保険には、病気やけがをしたときの経済的負担を軽くするための「医療保険」と、働けなくなったときの生活を保障するための「年金保険」があります。会社などで働いている人とそうでない人で種類が違います。



医療保険

	国民健康保険	健康保険
対 象	日本に1年以上住む人	就労できる在留資格をもち会社などで働く人
手 続	市区町村の役所でします	会社が手続きをします
保険料	全額自己負担	源泉徴収 (50%は会社が負担します)
病気・けがのとき	本人と家族は3割の自己負担で治療が受けられます (3歳未満 → 2割 70歳以上75歳未満 → 1割)	仕事以外の病気・けがは左と同じです 仕事中の病気・けがは労災の対象です (→ P.29)
高額医療費制度	1か月の医療費の自己負担額が高額になったときに、申請するとその一部が後日払い戻されます	
そのほか	保険証が交付されます	

年金保険（老齢年金・障害年金・遺族年金）

	国民年金	厚生年金
対 象	外国人登録をした20歳以上60歳未満の人	就労できる在留資格をもち会社などで働く人
手 続	市区町村の役所でします	会社が手続きをします
保険料	全額自己負担	源泉徴収 (50%は会社が負担します)
支 給	基礎年金	基礎年金+厚生年金
脱退一時金制度	日本で6か月以上保険料を納めた人は、帰国後2年以内に請求すれば、脱退一時金が支給されます 帰国前に、社会保険事務所などで確認してください	
そのほか	年金手帳が交付されます	

Sensação para com o som

Vocês sentem incomodados quando ouvem o som de música do audiofone de quem está o seu lado no trem? Ou o som de assoar-se é desagradável para vocês? E o som alto de sorver, ao comer o Soba (macarronete do trigo mourisco

Algumas pessoas sentem desagradadas por esses sons mas outras não. Isso pode ser por causa da diferença existente na tolerância perceptiva relativa ao volume de som entre as pessoas. Mas parece que a causa não é somente o volume, porque algumas pessoas toleram o som mais alto que o de sorver o “soba”. Sugerimos que observem com que tipo de som os japoneses ficam ou não incomodados. A observação certamente vai revelar que existe algo mais que explica que o problema não é apenas por causa da tolerância relativa ao volume do som.

音に対する感じ方

みなさんは、電車の中で隣の人のヘッドホンから音が漏れているのが聞こえたとき、不快に感じますか。では、鼻をかんでいるときの音は不快ですか。そばを食べるとき「ズズズー」と音をたてる人がいますが、不快に感じますか。

これらの「音」を不快に感じる人もいれば、何とも感じない人もいますでしょう。それは、許容できる音の大きさに差があるのでしょう。しかし、ことは音の大きさだけが問題ではないようです。そばをすする音より大きい音でも不快に感じないこともあるでしょう。日本人がどんな音を不快に感じ、また、感じないのか、観察してみてください。「音の大きさ」だけで説明できない何かが見えてくるでしょう。





O número de consultas dos trabalhadores estrangeiros a que atendemos mostra uma tendência crescente.

As leis e as instituições em vigor para proteger os trabalhadores são aplicáveis também aos estrangeiros. Recomendamos que confirmem bem o seu status de permanência e os direitos do trabalhador, antes de começar a trabalhar. Evitando problemas, vocês poderão trabalhar confortavelmente no Japão.

外国人からの労働相談が増えています。

労働者を守るためのいろいろな法律や制度は、外国人にも適用されます。働き始める前に、自分の在留資格や、労働者の権利についてよく理解しておきましょう。トラブルを防いで、日本で気持ちよく働きましょう。

Como procurar emprego

Consultoria sobre emprego e apresentação de empregos é disponível gratuitamente na Agência Pública de Emprego (Hello Work). É necessário levar seu passaporte e cédula de registro de estrangeiro para utilizar este serviço. Alguns escritórios da Hello Work dispõem de intérpretes. Os estrangeiros podem ou não exercer atividades remunerativas, dependendo do status de permanência do seu visto.

Status de permanência	Residente permanente, cônjuge de japonês, cônjuge de residente permanente, residente de longa permanência	Professores, Artes, Religião, Informação de massa, Investimentos e administração empresarial, Atividades jurídicas ou contábeis, Medicina, Pesquisa, Educação, Tecnologia, Conhecimento da área de Humanas e Atividades internacionais, Transferências internas da empresa, Espetáculos, Conhecimentos técnicos, Atividades específicas	Atividades culturais, Bolsa de estudos, Escolaridade, Permanência de membros da família
Restrição de atividades remunerativas	Não há restrição. A pessoa pode trabalhar em qualquer tipo de emprego.	A pessoa pode trabalhar dentro do âmbito permitido pelo seu status de permanência. * Para mudar o tipo de emprego, é necessário solicitar a alteração do status de permanência.	É necessário obter a permissão para exercer atividades remunerativas não previstas no seu visto. * Há limite do número de horas de trabalho.

Contrato de trabalho

Ao trabalhar como empregado, procurem firmar sempre um contrato de trabalho e confirmar as principais condições de trabalho tais como o salário e o horário de expediente.

As legislações trabalhistas vigentes no Japão tais como Lei Padrão de Trabalho, Lei de Salário Mínimo, Lei de Segurança e Higiene no Trabalho e Lei de Seguro contra Acidente de Trabalho são aplicáveis também aos trabalhadores estrangeiros. Quando encontrarem problemas no seu emprego, consultem imediatamente as Delegacias de Inspeção de Normas Trabalhistas ou Balcões de Consulta para Trabalhadores.



Seguro contra Acidente de Trabalho

Todas as empresas devem estar inscritas no Seguro contra Acidente de Trabalho.

	Seguro contra Acidente de Trabalho	Seguro contra Desemprego
A quem se aplica	Todos os trabalhadores estrangeiros, inclusive aos arubaitos (trabalhadores de bico)	Todos os trabalhadores, exceto arubaitos, empregados de curto período ou empregados que estão para retornar ao seu país após a expiração do termo de contrato
Contribuição	100% paga pela empresa contratadora	Descontada do salário (As despesas são arcadas pelo trabalhador e pela empresa)
Principais benefícios	Os benefícios são pagos nos casos de enfermidade, injúria, invalidez ou morte sofridos durante o trabalho ou durante o percurso para o trabalho.	Os benefícios são pagos quando o segurado é desempregado ou procura novos empregos.

仕事を探す

ハローワーク（公共職業安定所）では、無料で就職相談や就職紹介をしています。パスポートと外国人登録証が必要です。通訳がいるハローワークもあります。在留資格によって就労できるかどうか決まっています。

在留資格	永住者 日本人の配偶者等 永住者の配偶者等 定住者	教授、芸術、宗教、報道、投資・経営、法律・ 会計業務、医療、研究、教育、技術、人文知識・ 国際業務、企業内転勤、興行、技能、特定活動	文化活動 留学 就学 家族滞在
就労制限	どのような仕事 でもできます	在留資格内の範囲内で働くことができます *転職するときは在留資格変更の許可申請が必要 です	資格外活動の 許可が必要です *労働時間の制限があり ます

労働契約

就職するときは必ず労働契約を結んで、賃金、労働時間などの主な労働条件を確認しましょう。

日本の労働基準法、最低賃金法、労働安全衛生法、労働者災害補償保険法は外国人にも適用されます。問題があったらすぐに労働基準監督署や、労働相談窓口にご相談してください。



労働保険

すべての会社は必ず労働保険に加入しなければなりません。

	労働者災害補償保険	雇用保険
対 象	すべての外国人労働者 (アルバイトも含む)	次の外国人労働者は対象外（アルバイト、短期雇用、雇用期間終了で帰国する人）
保険料	全額会社負担	源泉徴収 (労働者と会社双方が負担)
主 給 付 内 容	仕事や通勤で病気・けがをしたときや、障害が残ったり死亡したときに、必要な保険給付が受けられます	失業したときの生活の安定や再就職のために、必要な給付が受けられます

Seguro contra as consequências de uma recusa

Há tradição no Japão de se convidar entre as pessoas de um local de trabalho, para sessões de bebida, depois do expediente. Essas sessões muitas vezes fornecem oportunidades para trocas de informações relativas ao trabalho entre os chefes e subordinados ou entre os colegas de trabalho. Como se tratam de coisas fora do expediente, podemos recusar a participar, se não quisermos, mas na realidade...

O Sr. A, coreano, recém chegado no Japão, foi convidado uma vez por seu chefe para tomar um drink depois do expediente. Como não suportava bebidas alcoólicas, o Sr. A se recusou a ir explicando o motivo. Mas no dia seguinte, ele sentiu alguns problemas no andamento do seu trabalho, por causa de não ter participado dessa sessão de drink. O Sr. A mudou de opinião e decidiu participar das sessões de drink o mais freqüentemente possível. Hoje este tipo de “nominikeeshon” (comunicação através de drinks) não é tão freqüente como antes. Mas pode-se dizer ainda que a participação nessas sessões pode ser um tipo de “seguro” para vocês no local de trabalho.

断り方にも保険を掛けよう

日本では仕事が終わった後、上司や同僚にお酒の席に誘われることがあります。その席での話題はというと、仕事上の話がされることもあるようです。アフターファイブのことですから、断りたいときは断れるはずですが・・・。

来日間もない韓国人A氏は、業務後、上司に「飲みに行こう」と誘われました。お酒が飲めないA氏は、理由を話して断りました。ところが、翌日になってみると、昨日の酒席に出席しなかったばかりに、仕事に支障が生じたそうです。A氏はそれをさかいに、酒席にはできる限り出席するようになりました。近年、こうした飲みニケーションは少なくなりましたが、こうした酒席に出ることも、仕事上の「保険」と言えるかもしれません。

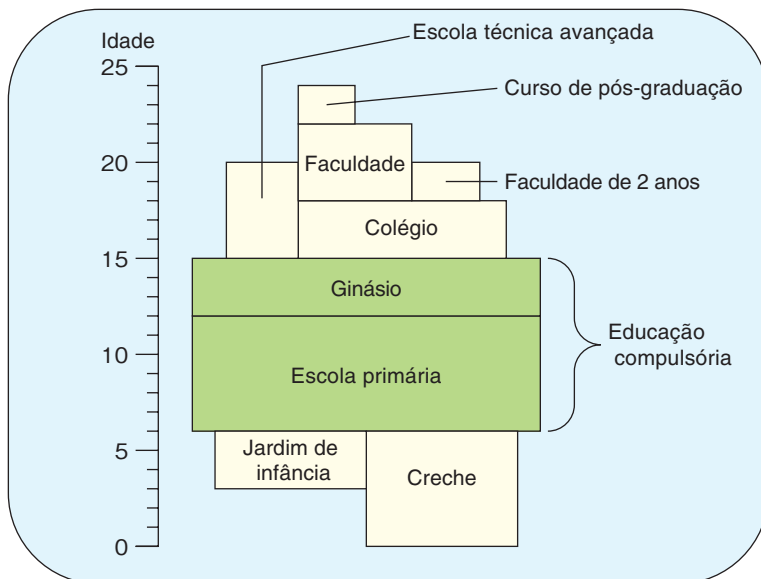




A educação compulsória no Japão não se aplica às crianças de nacionalidade estrangeira. Mas as escolas primárias e ginasiais estão de portas abertas para todas as crianças que quiserem estudar. Há vários sistemas que ajudam as crianças que têm dificuldade de língua. Em algumas regiões, as escolas internacionais ou étnicas também são disponíveis. Procurem escolher a escola para seus filhos, levando em consideração a perspectiva de permanência no Japão e o local onde os filhos irão possivelmente viver no futuro.

外国籍の子供は義務教育ではありませんが、希望すれば、日本の小・中学校で学ぶことができます。日本語の分からない子供のために、いろいろな支援制度もあります。地域によっては、インターナショナル・スクールや民族学校で学ぶこともできます。日本滞在の予定や子供が将来どこで生活することになるのかよく考えて、学校を選びましょう。

Sistema de ensino no Japão



A escola primária (de 6 a 12 anos de idade) e o ginásio (de 12 a 15 anos de idade) formam o período de educação compulsória no Japão. Não há sistema de saltar o grau escolar nem reprovação na educação compulsória. O ano letivo começa em abril e termina em março do ano seguinte.

Procedimento para matricular-se numa escola

[Escolas públicas] A matrícula é feita na prefeitura, subprefeitura, ou na municipalidade local, ou ainda junto ao Comitê Educacional da sua área de residência.

[Escolas particulares, escolas internacionais e escolas étnicas] A matrícula é feita nas respectivas escolas.

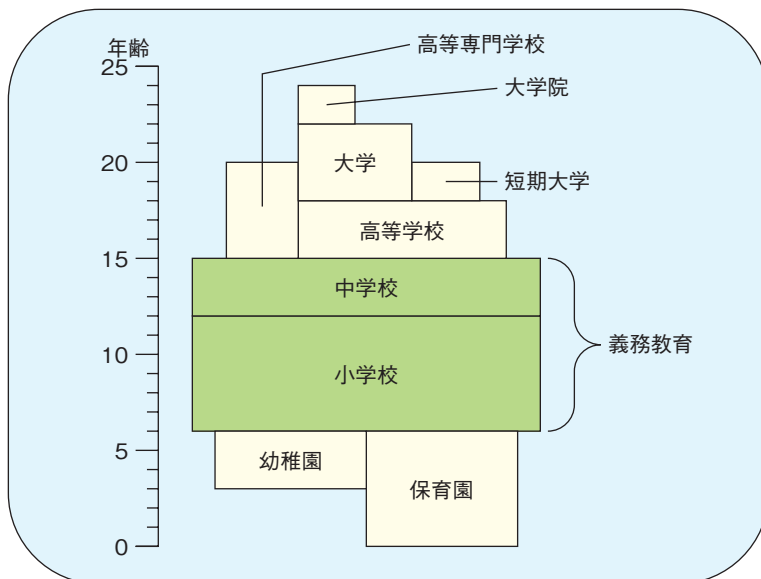


Despesas de educação e auxílio público educacional

As escolas primárias e ginasiais públicas são gratuitas. Os livros didáticos também são distribuídos gratuitamente. As despesas de materiais escolares, atividades extracurriculares, viagem de estudo e merenda escolar são de encargo dos pais.

Caso houver dificuldade para arcar com essas despesas, consultem sua escola ou o Comitê Educacional da região para saber do sistema de auxílio financeiro educacional. O auxílio também é aplicável para as crianças que estudam nas escolas particulares, internacionais ou étnicas.

日本の教育制度



小学校（6歳から12歳まで）と中学校（12歳から15歳まで）は義務教育です。義務教育には、飛び級や落第はありません。学年は4月に始まって、次の年の3月に終わります。

編入学・就学手続

〔公立学校〕 住んでいる市区町村の役所か教育委員会で行います。

〔私立学校、インターナショナル・スクールや民族学校〕 その学校で行います。



費用と就学援助制度

公立小学校、中学校の授業料や教科書は無料です。学用品、校外活動、修学旅行、給食などの費用は払わなければなりません。

経済的な理由があれば、就学援助制度がありますので、学校か教育委員会に相談してください。私立、インターナショナル・スクールや民族学校でも援助が受けられます。

Mamatomo – mães amigas

A Sra. B é coreana e vive há quatro anos no Japão onde teve um filho e começou a fazer amizade com as mães japonesas. As amigas mães são chamadas de “mamatomo” (forma encurtada de mama tomodatchi). E a Sra. B conta que essa amizade entre as mães é cheia de choque cultural. Um dia, ela se reuniu com as amigas na casa de uma das mães, quando um dos bebês defecou na fralda. A mãe do bebê logo pediu desculpas à dona da casa. A Sra. B ficou assustada ao ver isso, porque acha que o bebê defecar na fralda é uma coisa natural, e não vê motivo para pedir desculpas.

As circunstâncias do ato de pedir perdão são encaradas de um modo muito peculiar em cada região ou país. Um mesmo tipo de problema pode exigir diferentes níveis de perdão, dependendo do lugar. Sugerimos que vocês prestem atenção às regras japonesas para pedir perdão.

ママトモ

来日4年目の韓国人Bさんは日本で子供を生み、子供を介した母親同士の付き合いがスタートしたそうです。いわゆるママトモ（ママ友達の略）です。しかし、このママトモ、Bさんには衝撃の連続だそうです。先日もママトモ同士であるお宅に集まったとき、一人の子がオムツの中にうんちをしたそうです。その母親はすかさず「ごめんなさい」と、その家のママトモに謝りました。Bさんは、子供がオムツにうんちをするのは当然で、それをわざわざ謝るなんてと驚いたそうです。

謝罪すべきか否かという問題は国や地域によって随分異なります。同じ問題でも、謝罪のレベルが異なることもあります。日本人の謝罪のルールを観察してみてください。





Os impostos são aproveitados pela nação e pelos governos regionais para proporcionar serviços públicos tais como a previdência social, tratamento médico, educação, policiamento e corpo de bombeiros.

Os estrangeiros, não somente os residentes no Japão mas também aqueles que permanecem por curto período obtendo remuneração, também devem pagar seus impostos.

税金は、国や地方自治体が福祉・医療・教育・警察・消防などの公共サービスを提供するために使われています。

日本に住んでいる外国人だけでなく、一時的に来日した外国人が働いて収入を得たときにも、税金を納めなくてはなりません。

Principais tipos de imposto

		Imposto direto	Imposto indireto
Impostos nacionais		Imposto de Renda: arrecadado sobre a renda do ano Imposto sobre Herança: arrecadado sobre os bens herdados	Imposto sobre Consumo: arrecadado sobre praticamente todas as mercadorias e serviços (taxa de 4%) Imposto sobre Bebidas Alcoólicas: arrecadado sobre as bebidas tais como sakê, cerveja, etc. Imposto sobre Tabaco; arrecadado sobre o tabaco
Impostos regionais	Impostos provinciais	Imposto Provincial: arrecadado sobre a renda do ano anterior do residente Imposto sobre Automóvel: arrecadado sobre a posse de automóveis	Imposto Regional sobre Consumo: igual ao Imposto sobre Consumo (taxa de 1%) Imposto sobre Uso de Campos de Golfe: arrecadado sobre o uso de campos de golfe Imposto Regional sobre Tabaco: arrecadado sobre o tabaco
	Impostos municipais (Impostos de bairros especiais metropolitanos)	Imposto Municipal (Imposto de Bairros Especiais Metropolitanos): arrecadado sobre a renda do ano anterior do residente de respectivo município (ou bairro especial)	Imposto Municipal sobre Tabaco: arrecadado sobre o tabaco Imposto sobre Banhos Termais: arrecadado sobre o uso de banhos em áreas de águas termais

Como pagar seus impostos

[Trabalhadores em empresas ou escritórios] ...Paga-se por arrecadação

O Imposto de Renda e os Impostos Regionais (Provincial e Municipal) são descontados automaticamente do salário mensal. Este sistema é chamado de “gensen chooshuu” (arrecadação na fonte). A sua empresa emite o “gensen chooshuu hyo” (certificado de arrecadação na fonte) anualmente por volta do mês de janeiro, pelo qual vocês podem saber o montante do imposto pago no ano anterior.

[Outros trabalhadores] ...Pagar o Imposto de Renda pela Declaração de Renda, e o Imposto Regional pelo talão de pagamento de imposto.

Os trabalhadores não sujeitos à arrecadação na fonte devem fazer os trâmites para pagar o Imposto de Renda declarando-se na delegacia fiscal, e o Imposto Regional junto à prefeitura, subprefeitura, ou na municipalidade local.



Certificado do Pagamento de Impostos, Certificado de Renda

Estes certificados podem ser exigidos na hora de renovar seu visto, modificar seu status de permanência ou inscrever-se para alugar apartamentos públicos. Estes documentos são disponíveis na prefeitura, subprefeitura, ou na municipalidade local.

主な税金の種類

		直接税	間接税
国税		所得税…その年の所得に対して掛かります 相続税…死亡した人から財産を相続したときに掛かります	消費税…ほとんどの商品やサービスに掛かります（税率 4%） 酒税…日本酒、ビールなどに掛かります たばこ税…たばこに掛かります
	都道府県税	都道府県民税…その都道府県内に住所がある人に前の年の収入に応じて掛かります 自動車税…自動車をもっているときに掛かります	地方消費税…消費税と同じです（税率 1%） ゴルフ場利用税…ゴルフ場を利用したときに掛かります 県たばこ税…たばこに掛かります
地方税	市町村民税（特別区民税）	市町村民税（特別区民税）…その市町村（区）に住所がある人に前の年の収入に応じて掛かります	市区町村たばこ税…たばこに掛かります 入湯税…温泉地の温泉に入浴したときに掛かります

税金の納め方

【会社などで働いている人】…源泉徴収で納める

所得税と住民税（都道府県民税と市町村民税）は、毎月の給与から自動的に引かれています。これを源泉徴収といいます。毎年 1 月頃に会社からもらう源泉徴収票で前の年の納税額が分かります。

【それ以外の人】…所得税は確定申告で、住民税は納税通知書で納める

源泉徴収されない人は、所得税は税務署で、住民税は市区町村の役所で、納付手続きをします。



納税証明書、所得証明書

在留資格の更新・変更や公団住宅に入居を申し込む場合に必要になることがあります。これらの書類は、市区町村の役所で申請します。

Como chamar as pessoas

Roberto : Outro dia fui à prefeitura para solicitação de documento e fiquei esperando minha vez de ser atendido. Ali eles me chamaram de Roberto-san. Mas há outras vezes em que me chamam de Roberto-sama.

Suzana : É mesmo. Um conhecido japonês me explicou que “san” dá impressão de proximidade enquanto que “sama” é a forma mais polida.

Roberto : Ah é? Agora, ontem fui a um hospital onde me deram um cartão numerado e disseram para esperar na sala. E depois me chamaram pelo número. Será que para eles o número é mais cortês?

Suzana : Não. Acho que nesse caso eles usam o número pensando na proteção à privacidade.

Roberto : Nossa, uma simples forma de chamada já está implicada com várias circunstâncias, como “grau de cortesia”, “grau de proximidade”, “proteção à privacidade”, etc. Certo?

呼 称

ロバート : 先日、書類の申請で役所に行って、順番を待っていたら、「ロバートさん」って呼ばれたんだけど、「ロバートさま」のときもあるんだよね。

スーザン : そうそう、日本人に聞いたら「さん」は親しみを感じ、「さま」は丁寧な感じがすると言ってたよ。

ロバート : そうなんだ。それから昨日は、病院に行ったんだけど、受付で番号をもらって待合室で待っていたら、今度は「番号」で呼ばれたよ。これって丁寧なのかな。

スーザン : そうじゃなくて、それは、プライバシーの保護という観点から名前を呼ぶのを避けているんじゃない。

ロバート : 呼び方一つにも「丁寧度」や「親しみの程度」、「プライバシーの保護」などいろいろな事情が関係しているんだね。



2

安全・安心に暮らす Viver com segurança

1

災害と緊急電話 ～いざというときに備えよう～

Desastres e telefones de emergência ~Preparem-se bem contra o inesperado!~



Os desastres naturais, tais como terremotos e tufões são freqüentes no Japão. Para minimizar os danos causados pelos desastres, é importante que vocês estejam preparados. Vamos participar ativamente dos treinamentos de prevenção de desastres, promovidos na sua municipalidade.

日本は地震や台風など、自然災害が多い国です。もし災害が起きても被害をできるだけ少なくするために、ふだんから準備しておきましょう。市区町村が実施する防災訓練に積極的に参加しましょう。

Estejam preparados a terremotos

- Fixem seus móveis junto à parede com peças contra queda.
- Juntem e coloquem num lugar de fácil acesso os artigos de emergência (lanterna de mão, rádio portátil, alimentos para casos de emergência, água potável, estojo de primeiros socorros, etc.).
- Confirmem os locais de refúgio designados pela prefeitura.
- Tenham um local de encontro definido entre os membros da família.



Área de refúgio em casos de emergência
(Foundation for Promoting Personal Mobility and Ecological Transportation)

Quando ocorrer um terremoto

- Escondam-se em baixo das mesas, para se proteger.
- Depois que os tremores cessarem, apaguem o fogo e fechem a válvula de gás.
- Abram as janelas e portas para assegurar a saída.
- Dirijam-se aos locais de refúgio a pé, levando seus artigos de emergência.
- Não usem elevadores.
- Solicitamos a colaboração de quem sabe falar japonês para ajudar na comunicação.

Quando vier um tufão

- Evitem sair na rua quanto puder.
- Confirmem as informações meteorológicas na TV ou rádio.
- Não se aproximem dos lugares perigosos tais como barrancos ou subsolos sujeitos à inundação.



Números de telefone de emergência

☎ 110 [Polícia] Roubos, crimes, acidentes de trânsito, etc. (ligação gratuita)

- ① Comunicar o ocorrido, esclarecendo a hora e o local.
- ② Comunicar seu nome, endereço e número de telefone.

☎ 119 [Corpo de Bombeiros] Incêndio, ambulância (casos de enfermidade aguda e injúria grave), etc. (ligação gratuita)

- ① Para a pergunta “É incêndio (kaji) ou ambulância (kyuukyuu)?”, responder qual é o seu caso.
- ② Comunicar o ocorrido, esclarecendo a hora e o local.
- ③ Comunicar seu nome, endereço e número de telefone.

☎ 171 [Disque para recado de emergência] Serviço fornecido nos locais afetados por catástrofes, para deixar recados e confirmar a segurança das pessoas vitimadas (será cobrada apenas a tarifa da ligação)
A gravação é de 30 segundos para cada recado.

地震に備えて…

- ・家具が倒れないように壁に固定しておきます。
- ・非常持ち出し品（懐中電灯・ラジオ・非常食・飲料水・医療品など）をまとめて、すぐに持ち出せるところに置いておきます。
- ・市区町村が決めた避難場所を確認しておきます。
- ・家族の集合場所を決めておきます。



広域避難場所
(交通エコロジー・モビリティ財団)

地震が起きたら…

- ・テーブルなどの下に隠れて体を守ってください。
- ・揺れが止まったら、火を消してガスの元栓を閉めてください。
- ・ドアや窓を開けて逃げ道を作ってください。
- ・非常持ち出し品を持って歩いて避難場所に行ってください。
- ・ビルのエレベーターは使ってはいけません。
- ・日本語の分かる人はコミュニケーションの手伝いをしましょう。

台風ときは…

- ・できるだけ外出しないでください。
- ・テレビやラジオで気象情報を確認してください。
- ・崖や浸水しやすい地下階など危ない場所に近づかないでください。

緊急電話

☎ 110 **【警察】** 盗難，犯罪，交通事故など（無料）

- ①いつ，どこで，何が起きたか話します。
- ②自分の名前，住所，電話番号を言います。

☎ 119 **【消防署】** 火事，救急（急病・大けが）など（無料）

- ①「火事ですか，救急ですか」と聞かれたら，どちらか答えます。
- ②いつ，どこで，何が起きたか話します。
- ③自分の名前，住所，電話番号を言います。

☎ 171 **【災害用伝言ダイヤル】** 被災地との連絡，安否確認（通話料のみ）

大きな災害で被災地への電話がつながりにくくなったときに提供されます。一つの伝言は 30 秒まで録音できます。







Casos de enfermidade ou ferimento deixam muito mais nervosas as pessoas quando se encontram fora da sua terra. Para poder comunicar os sintomas com precisão e saber bem sobre o tratamento oferecido, é recomendável ir ao hospital acompanhado de alguém que saiba falar japonês.

Alguns hospitais dispõem de intérpretes. As informações sobre esses hospitais podem ser obtidas junto à prefeitura, subprefeitura, municipalidade local, ou na Associação de Intercâmbio Internacional.

外国で病気やけがをしたら、とても心配だと思います。症状を正確に伝えたいときや、治療について詳しく知りたいときは、日本語の分かる知人と一緒に病院へ行く方がいいでしょう。

通訳のいる病院もあります。市区町村の役所や国際交流協会に問い合わせてください。

Instituições médico-hospitalares

[Hospitais, consultórios médicos, clínicas]

Pequenas instituições médico-hospitalares regionais. Casos de mal-estar são atendidos em primeiro lugar por estas entidades.

[Hospitais gerais]

Hospitais com vários departamentos.



Fluxo de atendimento

Embora varie um pouco de entidade para entidade, o fluxo detalhado abaixo pode servir para dar idéia de como o atendimento num hospital é procedido. Muitas instituições médicas atendem por ordem de chegada dos pacientes, mas há também outras que atendem por consulta marcada, como no caso dos dentistas.

	Hospitais, consultórios médicos, clínicas	Hospitais gerais
Na primeira consulta	- Comunicar que é a primeira consulta (Hajimete), apresentando a cédula de Seguro de Saúde (→ Página 24) na recepção. - Preencher o formulário de consulta. Caso não entender, comunicar que você tem dificuldade de japonês (Nihongo ga wakarimasen). - Aguardar na sala de espera até ser chamado. - Depois de ser chamado, entrar na sala de consulta para ser atendido pelo médico.	- Preencher o formulário para solicitar a consulta e entregar junto com a cédula de Seguro de Saúde, na recepção geral. - Os pacientes serão chamados por ordem de recebimento do formulário. Depois de ser chamado e receber seu boletim clínico, leve-o para entregar no departamento onde você vai ser consultado e aguardar num local próximo. - Preencher o formulário de consulta. - Depois de ser chamado, entrar na sala de consulta para ser atendido pelo médico.
Na segunda consulta em diante	- Entregar a cédula de consulta na recepção (juntar a cédula de Seguro de Saúde se tiver passado para o outro mês do da última consulta). - Aguardar na sala de espera até ser chamado.	- Entregar a cédula de consulta diretamente no departamento onde será consultado (juntar a cédula de Seguro de Saúde se tiver passado para o outro mês do da última consulta). Em alguns hospitais, a partir da 2ª consulta, o procedimento de recepção pode ser feito pelas máquinas instaladas na recepção geral. - Aguardar nas proximidades do departamento onde será consultado, até ser chamado.
Depois da consulta	- Aguardar na sala de espera. - Ao ser chamado, receber a prescrição médica, cédula de consulta e cédula de Seguro de Saúde e efetuar o pagamento. - Comprar remédios levando a receita médica numa farmácia de manipulação. As despesas com remédios devem ser pagas separadamente da consulta médica.	- Esperar no guichê de pagamento (este guichê pode ser separado da recepção geral). - Ao ser chamado, receber a prescrição médica, cédula de consulta e cédula de Seguro de Saúde e efetuar o pagamento. - Comprar remédios levando a receita médica numa farmácia de manipulação. As despesas com remédios devem ser pagas separadamente da consulta médica.

* Consultas num hospital geral podem requerer carta de recomendação do médico de uma clínica.

* Em alguns hospitais os remédios são entregues em seu próprio departamento farmacêutico.

医療機関

〔医院・診療所・クリニック〕

地域の小規模な病院。具合が悪くなったら、まずここに行きましょう。

〔総合病院〕

複数の診療科がある大きな病院。

受診の流れ

医療機関によって違いますので、大体の参考にしてください。歯科など予約制の医療機関もありますが、当日の受付順での診察が多いです。

	医院・診療所・クリニック	総合病院
初診のとき	①受付で保険証（→P.25）を出して、「初めて」だと言います。 ②問診票を書きます。分からないときは「日本語が分かりません」と言ってください。 ③待合室で名前が呼ばれるのを待ちます。 ④名前が呼ばれたら、診察室へ入って診察を受けます。	①総合受付で、診療申込書に必要事項を書いて、保険証と一緒に出します。 ②受付順に名前が呼ばれます。カルテを受け取って、受診科の受付にカルテを出して、受診科の近くで待ちます。 ③問診票を書きます。 ④名前が呼ばれたら、診察室へ入って診察を受けます。
再診のとき	①診察券（月が変わったら保険証も）を受付に出します。 ②待合室で名前が呼ばれるのを待ちます。	①直接、受診する科へ行って、診察券（月が変わったら保険証も）を出します。総合受付に再診受付機があるときは、それで受付します。 ②受診科の近くで名前が呼ばれるのを待ちます。
診察のあとで	①待合室に戻って待ちます。 ②名前が呼ばれたら、処方箋、診察券、保険証をもらって支払をします。 ③調剤薬局に行って処方箋を渡して薬をもらいます。薬代は診療費と別に払います。	①料金支払窓口（総合窓口と別のことがあります）で待ちます。 ②名前が呼ばれたら、処方箋、診察券、保険証をもらって支払をします。 ③調剤薬局に行って処方箋を渡して薬をもらいます。薬代は診療費と別に払います。

※総合病院は、医院などの紹介状が必要なこともあります。

※薬は医療機関内の薬局で受け取ることもあります。



Um senso comum, para quem?

O que você faz quando sente que está pegando um resfriado?



Todas essas alternativas são baseadas na medicina doméstica de tradição mantida entre pessoas de determinadas faixas etárias em algumas regiões do mundo. Nem todas podem ser explicadas cientificamente ou logicamente. Mas o que existe em comum entre essas alternativas é que as pessoas, com boa vontade, se ajudam mutuamente, partilham a sabedoria e transmite-a através de gerações, para viver melhor. Para nós, é muito fácil notar que outro qualquer é diferente de nós. Mas para viver num ambiente onde coexistem culturas diferentes, é importante pensar também nos aspectos comuns que existem entre nós e os outros.

だれの常識？

風邪を引きそうになったとき、あなたはどのようにしますか。

A：あたたかくして早く寝る

B：牛肉を食べる

C：みかんの皮を焼いて食べる

D：しょうがを食べる

E：チキンスープを飲む

F：蛇のスープを飲む

G：お祈りをする

これらは様々な地域や年齢の人々に伝わっている家庭の医学です。自分の常識とは違うかもしれませんが、全部を科学や論理では説明できないかもしれません。しかし、人はよりよく生きるために助け合い、知恵を共有し、世代を超えて伝え合う、そうした善意があることが大きな共通点です。自分と異なるものは意識しやすいものですが、その中にある共通点を考えていくことも異文化の生活の中では重要です。



Dar a luz e cuidar de bebês no Japão deve ser um grande desafio para as mães estrangeiras. Há vários programas governamentais de suporte para o parto e criação de filhos, oferecidos igualmente também aos estrangeiros. Consultem a prefeitura, subprefeitura ou municipalidade local.

外国人のお母さんにとって、日本で赤ちゃんを生んで育てるということは大変なことです。出産・育児を支援するいろいろな制度は、外国人も利用できますので、市区町村の役所に相談してみましょう。

Da gravidez ao parto

[Caderneta de Maternidade]

A prefeitura da sua área de residência distribui a Caderneta de Maternidade para quem estiver grávida, para registrar os dados de saúde da mãe e do bebê. Em algumas cidades, a Caderneta é redigida em línguas estrangeiras também.

[Despesas do Parto]

No Japão, a gestante é internada aproximadamente durante uma semana para o parto. As despesas do parto custam entre 300 a 500 mil ienes. Há programas de subsídio ao parto. Consultem a prefeitura da sua área de residência.



Após o parto

[Registro de Nascimento]

É necessário registrar, na prefeitura, subprefeitura ou municipalidade local, o nascimento do seu bebê dentro de 14 dias depois da data de nascimento.

[Subsídio de Parto]

O Subsídio de Parto, no valor aproximado de 300 mil ienes, é fornecido mediante a solicitação ao guichê do Seguro de Saúde.

- Seguro Nacional de Saúde → Prefeitura, subprefeitura, municipalidade local
- Seguro de Saúde Corporativo → Empresas

[Registro de Estrangeiro e Status de Permanência]

Outros procedimentos, além do registro de nascimento, são exigidos para os bebês de nacionalidade estrangeira:

- Solicitação de obtenção do status de permanência → No escritório regional do Departamento de Controle de Imigração (dentro de 30 dias a partir do nascimento)
- Registro de estrangeiro → Prefeitura, subprefeitura ou municipalidade local (dentro de 60 dias depois do nascimento)
- Registro de nascimento junto ao governo do país de origem → Entrem em com a embaixada ou o consulado do seu país no Japão.

Criação de bebês

[Exame médico e consultoria sobre a criação de bebês]

O serviço de exame médico e consultoria sobre a criação de bebês é providenciado pela prefeitura, acompanhando o crescimento dos bebês. Os detalhes do serviço variam de região para região.

[Vacinação]

As vacinas têm o objetivo de prevenir enfermidades. Tipos e períodos determinados no Japão para a vacinação podem diferir daqueles dos outros países. Se vocês vieram ou estão deixando o Japão durante o período de vacinação, verifiquem o que está registrado na caderneta de maternidade e consultem a prefeitura ou médicos pediatras.

妊娠から出産まで

〔母子健康手帳〕

妊娠したら、市区町村の役所で母子健康手帳がもらえます。外国語の手帳がもらえる市区町村もあります。この手帳に、妊娠、出産、育児の様子など母と子の健康状態を記録しておきます。

〔出産費用〕

日本では、出産するとき1週間くらい入院します。費用は30～50万円くらい掛かります。出産費用の援助制度もありますので、市区町村の役所で確認してください。

出産したら

〔出生届〕

赤ちゃんが生まれたら、14日以内に市区町村の役所に出生届を出します。

〔出産育児一時金〕

健康保険の窓口に申請すると30万円程度の出産育児一時金が出ます。

- ・国民健康保険→市区町村の役所
- ・健康保険→会社

〔外国人登録と在留資格〕

日本国籍ではない赤ちゃんは、出生届のほかに次の手続も必要です。

- ・在留資格の取得申請→地方入国管理局（出生後30日以内）
- ・外国人登録→市区町村の役所（出生後60日以内）
- ・本国政府への報告→大使館か領事館に問い合わせてください。



育児

〔健康診査と育児相談〕

赤ちゃんの成長に合わせて、健康診査や育児相談を行っています。サービスの内容は市区町村によって違います。

〔予防接種〕

予防接種は、病気を防ぐために打つ注射です。日本の予防接種は、あなたの国とは違うかもしれません。もし予防接種の途中で来日したとき、帰国するときは、母子健康手帳の記録を見て、市区町村の役所や小児科医に相談しましょう。

O essencial é o equilíbrio

A Sra. C, coreana que teve filhos no Japão, diz que ficou perplexa com a refeição oferecida no hospital de maternidade. Na Coreia, a principal refeição pós-parto costuma ser sopas quentes para melhorar a perspiração e circulação sanguínea. Mas no Japão, o cardápio era altamente nutritivo e, portanto, um pouco pesado para a Sra. C.

Um simples exemplo da refeição pós-parto já mostra a diferença de costume por região ou país. Mas tentar adaptar-se totalmente à cultura do local onde reside deve ser um trabalho difícil e exaustivo. Nesses casos, recomenda-se procurar um equilíbrio. Como a Sra. C, que tomou bastante sopa durante um tempo depois de receber alta.

バランスが大切

日本で子供を生んだ経験がある韓国人Cさんは、産院での食事に驚いたそうです。韓国では、出産後は体内の汗を出して血行をよくするという目的で、食事は熱いスープなどが中心だそうです。ところが、日本では、栄養価の高い献立が続いたので、Cさんにとっては少々重い食事だったそうです。

上記の例のように、産後の食事一つとっても国や地域によって異なる場合があります。そんなとき、すべてを生活圏の方式に合わせるのも難しいでしょうし、ストレスがたまることもあるでしょう。そんなときは、バランスをとることを心がけたらいかでしょう。Cさんは、退院後は家でスープざんまいの生活を送ったそうです。





Durante muito tempo o Japão era considerado o país mais seguro do mundo. Mas hoje talvez seja necessário afirmar que isso mudou. Estejam atentos para não serem envolvidos em acidentes ou crimes. Se, por acaso, vocês forem vítima de acidentes ou crimes, comuniquem às delegacias ou postos policiais com calma.

長い間、日本は世界一安全な国と言われてきました。しかし、最近は少し変わってきたかもしれません。事故や事件などのトラブルに巻き込まれないために、日頃から注意しておきましょう。万が一、事故や被害にあったら、あわてずに警察か交番に連絡してください。

Regras de trânsito

Observem as regras básicas de trânsito, para não provocar ou ser vítima de acidentes.

- Em princípio, os pedestres usam o lado direito da rua, e os automóveis e bicicletas o lado esquerdo.
- Os pedestres têm sempre a prioridade acima dos automóveis.
- Observem os regulamentos de trânsito, sinais e indicações nas ruas e estradas.
- Dirigir depois de ter tomado bebida alcoólica é punido. A punição é aplicada não somente a quem dirige depois de ter tomado bebida alcoólica, mas também aos passageiros que estão no mesmo veículo e as pessoas (restaurantes ou bares) que serviram bebidas alcoólicas ao motorista.

Acidente de trânsito

Em casos de acidente de trânsito, façam o seguinte:

- Verifiquem a segurança ao redor do local.
- Se tiver alguém ferido, disquem 119 para chamar a ambulância.
- Disquem 110. A polícia virá ao local para registrar o acidente. (O registro é um importante instrumento para atestar a ocorrência do acidente.)
- Sejam informados do nome, endereço e telefone da outra parte envolvida no acidente.



Furto

Casos de furto praticado em residências sem gente são agora mais frequentes. Tranquem sempre a porta de sua casa, mesmo quando vocês saírem por um instante, por exemplo para jogar lixo.

Caso forem furtados na sua residência, comuniquem à delegacia ou ao posto policial mais próximo.

- Preservem o local do furto até a polícia chegar.
- Comuniquem o número de registro contra furto, quando se trata do furto de bicicletas ou motocicletas.
- Quando tiverem sua caderneta bancária ou cartão de crédito furtado, comuniquem imediatamente ao banco emissor da caderneta ou companhia de cartão de crédito para barrar o processo de pagamento.

Objetos perdidos ou esquecidos

Os casos de objetos perdidos ou esquecidos devem ser comunicados à delegacia ou posto policial mais próximo. Quando se trata de objetos esquecidos nos trens, estações de trem, ou estabelecimentos como lojas de departamento, é recomendável informar-se também nas entidades administradoras do local onde o objeto foi esquecido.

交通ルール

被害者や加害者にならないために、基本的なルールを守ってください。

- ・歩行者は右側通行，自動車や自転車は左側通行が基本です。
- ・歩行者と自動車では，歩行者が優先です。
- ・交通法規を守り，信号と道路標識に従いましょう。
- ・飲酒運転は，お酒を飲んだ本人だけでなく，一緒に車に乗っている人やお酒を飲ませた人（お酒を出したお店）も罰せられます。

交通事故

交通事故が起きたときは，次のようにしてください。

- ・まわりの安全を確かめてください。
- ・けがをした人がいたら，119に連絡して救急車を呼んでください。
- ・110に連絡してください。警察官が現場に来て調書を作成します。（調書は事故の発生を証明する重要な資料です。）
- ・事故の相手の住所・氏名・電話番号を聞いてください。

盗難

留守の家をねらった泥棒が増えています。ゴミ捨てなど少しだけ家を留守にするときも必ずかぎをかけましょう。

泥棒に入られたときは，警察に連絡するか近くの交番に届け出ます。

- ・警察官が来るまで現場をそのままにしておきます。
- ・自転車やバイクが盗まれたときは，防犯登録の番号などを伝えます。
- ・通帳やクレジットカードが盗まれたときは，すぐに発行元の銀行やカード会社にも連絡して，支払停止の手続をします。



落とし物，忘れ物

落とし物や忘れ物をしたときは，近くの警察か交番に届け出てください。電車の中や駅，デパートなどの施設でなくしたときは，その場所を管理しているところにも問い合わせましょう。

O significado do pedido de desculpa

“O japonês pede desculpas mas não faz nada”

É o que ouvimos muito dos estrangeiros que vivem neste país.

Em cada país há uma palavra para o pedido de perdão. Mas nem sempre tem o mesmo significado.

Na cultura A, considera-se que o pedido de perdão significa a admissão da própria culpa e a obrigatoriedade de indenização.

Na cultura B, considera-se que o pedido de desculpas, independentemente da responsabilidade, começa com a postura de exposição de que você sabe que desagradou o outro. A cultura do Japão é do tipo B.

“Sumimasen” é uma palavra mágica que pode ser usada tanto para agradecer como para pedir perdão. Na tentativa de uma tradução mais próxima, a palavra pode significar “Estou ciente de que lhe causei transtorno desnecessário”.

謝罪の意味

「日本人ってよく謝るけど、ことばだけで何もしてくれない。」

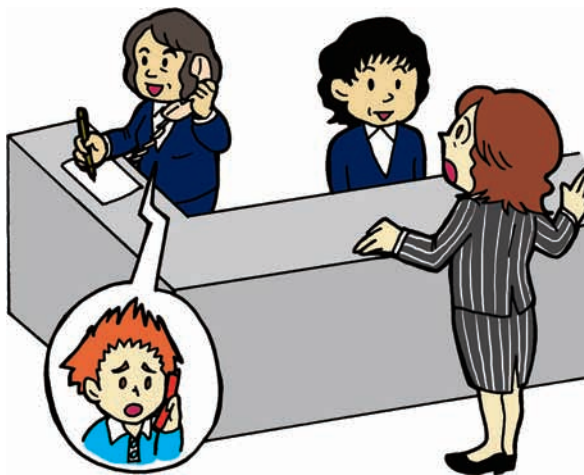
そんなコメントを日本で生活する外国人からよく聞きます。

各国に謝罪を示すことばがあります。しかし、謝罪の意味は同じではありません。A文化では、謝罪をすることは自分の過失を認め、相手に補償をすることと考えます。

B文化では、責任をとるかは別問題だが、相手の気分を害していることを理解していることを示すことが謝罪の第一歩と考えます。日本はB文化です。

「すみません」ということばは感謝にも謝罪にも使える不思議なことばです。翻訳するなら、「あなたに余計な気遣いをさせたことを私は理解しています」と考えるといいかもしれません。





Há vários balcões de consulta que atendem aos estrangeiros com dificuldades na vida diária no Japão. A consulta é atendida por tipo de dificuldade. Há também atendimento por telefone e visitas feitas pelos consultores, em várias línguas. As línguas disponíveis são diferentes para cada região.

Não fiquem sofrendo sozinhos. Aproveitem já os serviços de consulta.

日本で暮らしていて何か分からないことや困ったことがあったら、その内容に応じて相談できる窓口があります。電話や訪問による相談にいろいろな言語で対応しています。対応できる言語は地域によって違います。

一人で悩まないで早めに相談しましょう。

Fornecimento de informações sobre a vida diária e consultoria para os estrangeiros

As Associações de Intercâmbio Internacional fornecem aos moradores estrangeiros, várias informações sobre a vida diária e consultoria em línguas estrangeiras. O endereço da Associação pode ser obtido na prefeitura, subprefeitura ou municipalidade local.

Sobre o status de permanência

O centro de informações do escritório regional do Departamento de Controle de Imigração oferece consultoria sobre o procedimento de entrada no Japão e obtenção do status de permanência.

Sobre o trabalho

A Seção de Superintendência, do Departamento de Normas de Trabalho, da Delegacia Regional de Trabalho oferece consultoria sobre as condições de trabalho dos trabalhadores estrangeiros.

Sobre a violência doméstica

“Violência Doméstica” (DV) é a violência praticada usualmente pelo marido, amante ou namorado. A “DV” é um crime.

A consultoria sobre a “DV” é oferecida na prefeitura, subprefeitura, municipalidade local, escritórios de previdência social, ou centros de mulheres. Há também abrigos particulares e entidades civis que ajudam as vítimas. Nas delegacias de polícia, “Seção de Segurança da Vida Diária” é responsável pelo assunto. Pela Lei de Prevenção de Violência Doméstica, foi estabelecido o Centro de Consultoria e Assistência às Vítimas da Violência Conjugal em cada província, para oferecer consultas, proteção temporária de emergência e ajuda à obtenção de independência.

Sobre os assuntos jurídicos

[Japan Legal Support Center (Centro de Apoio Jurídico do Japão)]

O Centro de Apoio Jurídico do Japão (apelido: Houterasu) opera um Central de Atendimento por Telefone, fornecendo informações sobre as legislações e balcões de consultoria, úteis para resolução jurídica de problemas ligados a dinheiro, status de permanência, trabalho e família. (Atendimento somente em japonês e inglês)

Call center 0570-078374

Dias úteis das 9:00 às 21:00 e Sábados das 9:00 às 17:00

Guia de Usuário em inglês (na internet) <http://www.houterasu.or.jp/content/e0425.pdf>

Guia Multilíngüe de Informações Cotidianas

Atende em 13 línguas diferentes.

“Guia Multilíngüe de Informações Cotidianas” <http://www.clair.or.jp/tagengo/>



在住外国人向け生活情報、相談など

各地の国際交流協会では、外国人のための様々な生活情報の提供や、外国語による相談などを行っています。国際交流協会（→ P.181）の場所は、市区町村の役所で聞いてください。

在留資格に関すること

地方入国管理局の外国人在留総合インフォメーションセンターで、入国手続や在留手続についての相談ができます。

労働に関すること

地方労働局労働基準部監督課で、外国人の労働条件の相談に対応しています。

DV（ドメスティック・バイオレンス）に関すること

「DV」とは、「夫や恋人などからの暴力」という意味で使われます。DVは犯罪です。市区町村の役所、福祉事務所、女性センターなどでDVについて相談できます。民間シェルターや市民団体などもあります。警察では、「生活安全課」が担当しています。また、DV防止法により、各都道府県に配偶者暴力相談支援センターがあり、相談、緊急一時保護、自立支援までの対応をしています。



法律に関すること

[Japan Legal Support Center]

日本司法支援センター（愛称：法テラス）のコールセンターでは、金銭・在留資格・労働・家庭問題などの悩みに対して、法制度や相談窓口など解決のきっかけとなる情報を提供しています。（日本語・英語対応のみ可）。

コールセンター 0570-078374

平日 9時～21時 土曜 9時～17時

英語版利用案内（ホームページより） <http://www.houterasu.or.jp/content/e0425.pdf>

多言語生活情報

13 か国語で対応しています。

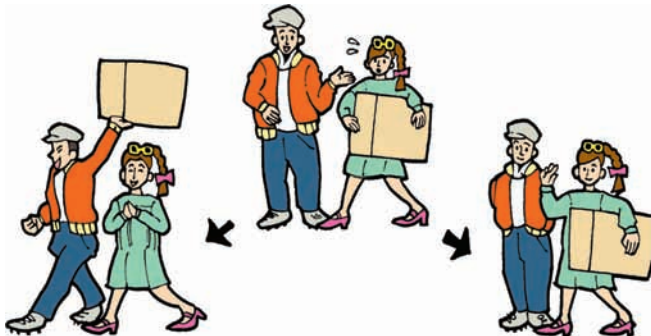
「多言語生活情報」 <http://www.clair.or.jp/tagengo/>

Pensar nos outros

A bíblia nos ensina para “fazer a outros o que agrada a nós próprios”, enquanto que o Confúcio nos diz para “não fazer a outros o que desagrada a nós próprios”. Os dois ensinamentos, embora sejam um do Oriente e outro do Ocidente, nos sugerem em formas diferentes uma mesma coisa: o importante é pensar nos outros. No fundo deste pensamento há a idéia de que todos os homens são iguais. Mas na verdade, um homem se difere do outro em língua, costume e idéias. “O que agrada a si próprio” nem sempre é “o que agrada aos outros”. A idéia de que cada indivíduo é diferente do outro é o fundamento para a importância de conhecer o padrão do outro ou imaginar o que o outro está sentindo, para saber o que é o verdadeiro desejo do outro. Para poder pensar nos outros, num ambiente cultural alheia, comecemos por perguntar como os outros sentem e observar a reação deles.

思いやり

聖書では「己の欲することを他人にせよ」と言い、孔子は「己の欲せざることは他人にせず」と言っています。言い方は違いますが、洋の東西にかかわらず、相手を思いやることが重要だと言っているのは同じです。こうした考えの根底には「人間はみな同じ」という考え方があります。しかし、言語も習慣も考え方も実は人それぞれです。「自分の好きなこと＝相手の好きなこと」とは限りません。人間一人一人は違っていると考えると、「相手はどうしてほしいのか」と相手の基準を知ること、相手の気持ちを想像することが大切です。異文化の中での思いやりは「あなたはどのように感じているの?」と質問したり、相手をよく観察するところから始まります。



3

生活を楽しむ Divertir-se na vida

1

あいさつ、近所づきあい ~コミュニケーションはあいさつから~
Saudações, comunicação com a vizinhança ~A comunicação começa com uma saudação~



A idéia da amizade com a vizinhança é diferente para cada região ou pessoa. Mas em geral, uma saudação simples pode fazer as pessoas felizes. Vamos cumprimentar aos vizinhos com as palavras “ohayoogozaimasu” (Bom dia) , “kon'nichiwa” (Boa tarde) e “kombanwa” (Boa noite) . Também é bom cumprimentar, curvando-se levemente.

近所づきあいに対する考え方は地域や人によっても違います。でも、人に出会ったときにあいさつを交わすのは、お互いに気持ちがいいものです。近所の人に会ったときは「おはようございます」「こんにちは」「こんばんは」などのあいさつをしましょう。軽くおじぎをするのもいいでしょう。

Cumprimento na hora da mudança

Segundo o costume japonês, muitas vezes as pessoas que se mudam para um lugar visitam os vizinhos para se apresentar. Isso é válido também para iniciar a amizade que pode ajudar vocês em casos de dificuldade. Por isso, é recomendável que cumprimentem à vizinhança, apresentando-se assim: “Meu nome é XXXX. Acabei de me mudar para cá”.

Associação Autônoma (“Jichikai”)

Em cada região existem associações comunitárias chamadas “Jichikai” ou “Choonaikai”, administradas pela contribuição dos moradores. Essas associações promovem atividades tais como festival de verão, limpeza do bairro, treinamento contra desastres naturais, com o objetivo de providenciar um ambiente de vida confortável para todos os moradores. As informações da prefeitura e da “Jichikai” são transmitidas por um ficheiro circular chamado “Kairamban”. Uma vez lido, o “Kairamban” deve ser entregue a seu vizinho rapidamente.

Participando na “Jichikai”, vocês podem entender melhor os costumes e conhecer a região onde residem, além de poderem fazer amizade. Participem ativamente!

Maiores informações podem ser obtidas de seus vizinhos ou na prefeitura.

Lixo

Cada região estabelece suas regras para jogar lixo. Não observação dessas regras pode causar problemas à vizinhança ou conflito pessoal entre os moradores.

Para saber como separar o lixo ou confirmar dias e locais para jogar o lixo, consultem a prefeitura ou a “Jichikai” da área onde residem. Algumas regiões onde há concentração de moradores estrangeiros fornecem as informações escritas em línguas estrangeiras.



引っ越しのあいさつ

日本の習慣では、引っ越してきた人が近所の人にあいさつをして回ることが多いです。困ったときに相談しやすい関係を作っておくためにも、引っ越したら、「今度、引っ越してきた（名前）です。よろしくお願いします。」と、あいさつをしておくといいでしょう。

自治会

それぞれの地域には「自治会」や「町内会」という住民組織があります。住民から集めた会費で運営されています。だれもが安心して快適に暮らせるように、夏祭りや清掃活動、防災訓練などいろいろな活動をしています。役所や自治会からの情報は「回覧板」というファイルに挟んでリレー方式で伝えます。読んだらすぐに隣の家に届けましょう。

自治会に参加すると日本の習慣や地域のこともよく分かりますし、近所の人と親しくなれます。積極的に参加しましょう。

詳しくは、近所の人や市区町村の役所に話を聞いてみましょう。

ゴミ

地域によって、ゴミの出し方のルールが決まっています。ルールを守らないと近所の人に迷惑になります。トラブルの原因にもなります。

ゴミの分け方、回収する曜日や場所が分からないときは、住んでいる市区町村の役所や自治会に問い合わせてください。外国人が多く住んでいる地域では、外国語で書かれた資料もあります。



Saudação e a distância entre pessoas

Há muitas formas de cumprimentar no mundo como “ojigi (vênia)”, beijos e abraços. Independentemente da sua forma, o cumprimento é uma das maneiras fundamentais de comunicação entre as pessoas. No caso de, as pessoas não se tocam. Os japoneses que vivem nessa cultura de muitas vezes ficam tensos quando são abraçados, porque não estão acostumados com o contato.

A distância entre duas pessoas num é um pouco maior que a do caso de aperto de mão. Essa é em geral à distância em que os japoneses se sentem confortáveis para conversar. Mas a mesma distância pode parecer grande e fria para as pessoas acostumadas com o aperto de mão. Apesar de tudo, é um fato comum em todo o mundo, que a distância se torna bem menor entre os namorados, que se amam.

あいさつと距離

お辞儀, キス, ハグ, 抱擁, 世界中には様々なあいさつがあります。形は違いますが、あいさつが人間関係の基本的コミュニケーションの一つなのは共通しています。ただ、人と接触することや自分と相手の距離の感覚は文化によって異なります。お辞儀は人に触れません。ですから、お辞儀文化の日本人にハグをすると、慣れていないので身体や表情が緊張する人がいます。

お辞儀をするときの距離は握手をする距離より半歩程度遠くなります。その距離が一般の日本人が知人と話すときに心地のよい距離です。しかし、握手文化の人にとっては何だかよそよそしいと感じる距離になります。しかし、愛し合う恋人たちの距離がとても近くなるのは世界共通です。





Há quinze dias de feriados nacionais por ano no Japão. Nesses dias, as repartições públicas e as escolas ficam fechadas. Nos feriados nacionais são promovidos vários festivais e eventos no país inteiro.

Muitos desses festivais e eventos populares são ligados às atividades anuais tradicionais. Muitos são considerados como atração turística, onde podemos assistir ou participar à vontade. Conheçam e divirtam-se com a cultura e costumes tradicionais do Japão.

日本には1年間に15日の国民の祝日があります。この日は官公庁や学校は休みです。全国各地でいろいろなお祭りやイベントがあります。

年中行事にちなんだお祭りやイベントも多いです。観光の名物になっているものや気軽に楽しめるものがたくさんありますので、日本の伝統的な文化や風習を体験してみましょう。

Feriados nacionais

01 de janeiro	Confraternização universal
2ª Segunda-feira de janeiro	Dia da maioridade
11 de fevereiro	Dia da Fundação Nacional
Por volta de 21 de março	Equinócio de primavera
29 de abril	Dia da era Showa
3 de maio	Dia da Constituição
4 de maio	Dia do verde
5 de maio	Dia das crianças
3ª Segunda-feira de julho	Dia do mar
3ª Segunda-feira de setembro	Dia de respeito aos idosos
Por volta de 23 de setembro	Equinócio de outono
2ª Segunda-feira de outubro	Dia dos esportes
3 de novembro	Dia da cultura
23 de novembro	Dia de ação de graças ao trabalho
23 de dezembro	Aniversário do Imperador

※ Os Equinócios de primavera e de outono variam para cada ano.

※ O período de feriados contínuos do fim de abril ao início de maio é chamado de Golden Week.



Atividades anuais

Entre as atividades anuais tradicionais do Japão, podemos destacar Setsubun (3 de fevereiro), Tanabata (7 de julho), Obon (15 de agosto), Shichigosan (15 de novembro), etc. Além destas, são atualmente consideradas atividades anuais a comemoração do Natal, Dia do São Valentino, etc.

As atividades anuais são marcadas por festas e eventos populares em todo o Japão. Podemos ver nas atividades tradicionais as características de cada região.

国民の祝日

1月1日	元日
1月の第2月曜日	成人の日
2月11日	建国記念の日
3月21日頃	春分の日
4月29日	昭和の日
5月3日	憲法記念日
5月4日	みどりの日
5月5日	こどもの日
7月の第3月曜日	海の日
9月の第3月曜日	敬老の日
9月23日頃	秋分の日
10月の第2月曜日	体育の日
11月3日	文化の日
11月23日	勤労感謝の日
12月23日	天皇誕生日



※春分の日と秋分の日は、年によって変わります。

※4月下旬から5月上旬まで、国民の祝日が集中する大型連休のことをゴールデンウィークと呼びます。

年中行事

日本の伝統的な年中行事には、節分（2月3日）、七夕（7月7日）、お盆（8月15日）、七五三（11月15日）などがあります。そして現代になって新しくできた年中行事として、クリスマス、バレンタインなどもあります。

全国各地で、年中行事にちなんだお祭りやイベントが行われています。伝統的な年中行事には、地域によって独特のやり方があります。

Hora marcada, encontro marcado

Vamos supor que você está sendo convidado para um jantar às 19 horas. A que horas você vai ao local de encontro?

A : “Acho melhor chegar entre 18:50 e 19:00.”

B : “Vou pelas 19 e meia.”

C : “Vou por volta das 21 horas.”

Todas as respostas são de bom senso de acordo com as respectivas culturas. A hora, ou o horário, é uma unidade numérica objetiva. Mas a percepção do tempo e o significado dos compromissos são diferentes para cada situação ou para cada pessoa. Em geral, no Japão, espera-se que todas as pessoas envolvidas estejam reunidas no horário marcado no lugar combinado. Quanto mais formal for o encontro, espera-se mais fortemente que os participantes estejam reunidos no local marcado antes da hora marcada, sendo o atraso considerado como um ato rude. Contudo, quando a reunião for de caráter informal, é aconselhável confirmar com o anfitrião o horário do encontro, uma vez que há diferença de costume entre regiões mesmo dentro do Japão.

待ち合わせの時間

友人宅に午後7時に夕食に招待されました。あなたは何時に行きますか。

A : 「6時50分から7時の間かな。ちょうどいいのは」

B : 「7時半頃に行きます」

C : 「9時頃かな」

どの答えもある国の文化では常識的な答えです。時間は客観的数字ですが、それをとらえる感覚や約束の意味は状況や人によって異なります。一般に日本の場合、言われた時間には全員そろってその場にいることが期待されます。ビジネスや公式の行事になるほど、参加者は予定の時間には集合することが期待され、遅刻は失礼なこととみなされます。友人関係や親しい人との集まりは地域差もあるので、集合時間については相手側に確認をしておくとういでしょう。





No Japão, a grande maioria dos pagamentos é feita com dinheiro. Por isso, o cartão de conta bancária e a ATM facilitam sua vida. Os cheques praticamente não são usados nas transações individuais comuns. Os cartões de crédito são aceitos em grande número de estabelecimentos comerciais.

日本では支払をするとき主に現金が使われます。ですから、キャッシュカードを使って ATM でお金を出し入れできると便利です。個人の小切手はほとんど使われていません。クレジットカードは多くの店で使うことができます。

Notas e moedas

A unidade de dinheiro no Japão é Yen (ou iene). As moedas são de 1, 5, 10, 50, 100 e 500 ienes, e as notas são de 1.000, 2.000, 5.000 e 10.000 ienes. As moedas de 5 e 50 têm um furo no meio. (→ Página 170)

Contas bancárias

Com uma conta bancária aberta, os serviços de depósito, remessa, pagamento automático de contas de serviços públicos, pagamento de despesas de cartões de crédito e outros se tornam acessíveis.

Para abrir uma conta bancária, é necessário apresentar os documentos de identificação pessoal (tais como passaporte e carteira de habilitação), de comprovação do endereço no Japão (cédula de registro de estrangeiro e outros) e um carimbo (é aceita a assinatura em alguns bancos).

Na maioria dos bancos, o horário de atendimento nos guichês é das 9:00 às 15:00 dos dias úteis.

Cartão de depósito e saque

Ao abrir a conta bancária, pode pedir a emissão do cartão de depósito e saque (o cartão é enviado à sua casa via correio, aproximadamente uma semana depois de feita a solicitação). Com esse cartão, o depósito, saque e transferência de dinheiro podem ser feitos na ATM (caixa automática). Para solicitar a emissão do cartão, é necessário registrar uma senha. A ATM só pode ser operada com essa senha.

A ATM pode ser utilizada durante o horário designado por cada banco. O uso das ATM de outros bancos e o uso nos determinados horários são sujeitos a taxas extras de utilização.

Pagamento automático de contas de serviços públicos

As contas de energia, água canalizada, gás, etc. podem ser pagas nos balcões de banco e lojas de conveniência. Mas o procedimento é meio trabalhoso porque o prazo de pagamento varia para cada serviço. O seu banco pode efetuar mensalmente o pagamento automático das contas, mediante sua solicitação. Nesses casos, os comprovantes de pagamento são enviados à sua residência.



お金の種類

日本のお金の単位は円です。硬貨は1円、5円、10円、50円、100円、500円の6種類です。お札は1,000円、2,000円、5,000円、10,000円の4種類です。5円と50円の硬貨には穴が開いています。(→ P.170)

銀行口座

銀行口座を開設すると、預金や送金、公共料金の自動振り込み、クレジットカードの代金支払などのサービスが利用できるようになります。

銀行口座の開設には、身分を証明できるもの（パスポート、運転免許証など）と日本での住所を証明できるもの（外国人登録証明書など）と印鑑（銀行によってはサインも可）が必要です。

銀行窓口の営業時間は、ほとんどが平日の9:00～15:00です。

キャッシュカード

口座開設のときにキャッシュカードを作ることができます（申込みから1週間ぐらいで自宅に届きます）。キャッシュカードがあると、ATM（現金自動預け払い機）で入金・払戻し・振り込みができます。カードの申込みのとき4桁の暗証番号を決めます。ATMを使うときは必ずこの暗証番号が必要です。

ATMの利用時間は銀行によって違います。契約銀行以外のATMや、利用時間によっては手数料が掛かります。



公共料金の自動振替

電気・水道・ガスなどの公共料金は、銀行の窓口やコンビニで支払が可能です。支払期限がばらばらで面倒です。銀行で一度手続きをしておくと、銀行口座から毎月自動的に支払われて、それぞれの領収書が届けられるようになります。

O Japão visto de uma caixa de pagamentos?

O Sr. Yang, que veio de Vietnam, diz que ficou surpreso quando viu o aviso “Favor pagar a soma do grupo em conjunto” colocado junto à caixa, quando ia fazer seu pagamento num restaurante.

No Japão, quando um grupo de pessoas toma refeição num restaurante, o pagamento pode ser feito ou por uma pessoa representando todos os membros do grupo, ou por cada um pagando sua conta. Mas no caso de “warikan (dividir a despesa por igual)”, a pessoa que pagou a conta de todos precisa calcular depois a parte de cada um para receber. O costume de pagar cada um a sua parte na caixa nasceu provavelmente para evitar esse trabalho. Mas para o restaurante, isso é um pouco incômodo. E por isso deve ter surgido o aviso que o Sr. Yang viu. Na próxima vez que forem a um restaurante, prestem atenção para ver se tem algum aviso parecido na caixa.

レジ周りから日本が見えてくる？

レストランで支払をしたときのこと、ベトナム人のヤンさんは「お会計はまとめてお願いします」という案内に驚いたそうです。

日本ではグループで食事をした場合、まとめて一人が支払う場合もあれば、レジで各自が別々に支払う場合もあります。いわゆる「割り勘」なのですが、一人がまとめて支払うと、支払った人が後で各自の支払金額を計算しなければなりません。そこで、支払う段階で、各自が別々に支払うのでしょう。しかしそれではレストラン側も手間なので、こうした掲示をしているようです。今度レストランに行ったらレジ周りを御覧になってください。





Vocês podem expandir seu campo de atividades usando trens e ônibus. Principalmente nas grandes cidades, os meios de transporte coletivo são mais desenvolvidos e oferecem muita conveniência.

No interior, com menos meios de transporte coletivo disponíveis, é mais conveniente usar seu próprio automóvel. Para dirigir carros, é necessário que seja portador da carteira de habilitação emitida no Japão ou da carteira internacional expedida por um país afiliado da Convenção de Genebra.

鉄道やバスを利用すると行動範囲が広がります。特に大都市は、公共交通機関が発達していて便利です。

地方では、公共交通機関の便数が少ないので、自動車をもっていると便利です。自動車を運転するには、日本国内でとった運転免許証かジュネーブ条約加盟国で交付された国際運転免許証が必要です。

Ferrovias

Há vários tipos de ferrovias tais como metrô, JR e linhas particulares. As passagens são à venda nas máquinas. A tarifa até o destino pode ser confirmada com o mapa das linhas. Os alunos do primário pagam a meia tarifa, e até duas crianças de menos de 6 anos de idade por um adulto acompanhante não pagam a passagem. Há várias passagens com desconto, como por exemplo um bilhete válido para um dia inteiro, passe escolar, passe de trabalhadores, etc. Existem também cartões IC, que servem como passe ou cartão pré-pago.



Ônibus

Algumas linhas cobram tarifa única e outras a tarifa que varia conforme a distância percorrida. Na maioria das linhas de tarifa única, o passageiro paga a passagem na caixa instalada ao lado do motorista, ao tomar o ônibus. Quando a tarifa varia de acordo com a distância percorrida, o passageiro pega um bilhete numerado na entrada e paga a tarifa ao descer, colocando na caixa de coleta o dinheiro no valor da tarifa que pode ser confirmado na tabela de tarifas. Nas linhas de ônibus também há passagem válida para um dia, passe escolar, passe de trabalhador e cartão pré-pago.

Para descer do ônibus, o passageiro aperta um dos botões instalados perto dos assentos, depois de ser anunciado o nome do ponto.

Táxi

O táxi pode ser pego nos pontos de táxi, na rua ou telefonando às companhias de táxi. O táxi não ocupado é indicado com as letras “空車 (livre)” em luz vermelha no pára-brisa, no lado do passageiro. Para parar o táxi, basta levantar a mão. A porta do táxi é automática. A tarifa varia conforme a distância percorrida e o tempo gasto.

Conversão para a carteira de habilitação japonesa

O portador de carteira de habilitação expedida por um país estrangeiro, que tenha permanecido nesse país por mais de 3 meses no total após a data da expedição, tem o direito de solicitar a conversão dessa carteira em carteira de habilitação japonesa, no Centro de Habilitação de cada província. O portador aprovado nos exames de conhecimento e prática recebe a carteira japonesa. Os maiores detalhes podem ser obtidos em cada Centro de Habilitação.

Seguro de automóvel

Além de inscrever-se no seguro obrigatório, é recomendável que o motorista se inscreva no seguro voluntário de automóvel para se prevenir de indenizações de alto valor em casos de acidente..

鉄道

地下鉄、JR、私鉄など様々な鉄道があります。切符は自動券売機で買います。行き先までの料金は路線図で調べます。小学生は半額、6歳未満の幼児は大人一人につき二人まで無料になります。一日乗車券や定期券など割安な切符もあります。定期券とプリペイドカードの機能をもったICカードを利用することもできます。



バス

料金が均一のバスと、乗車距離によって料金が変わるバスがあります。均一料金のバスは、一般的に乗るときに運転席横の料金箱にお金を入れます。乗車距離によって料金が変わるバスでは、乗るときに整理券をとり、降りるときに運賃表で整理券の番号の料金を確認して、料金箱に入れます。バスにも一日乗車券や定期券、プリペイドカードがあります。自分が降りるバス停がアナウンスされたら、座席近くのボタンを押して降りることを知らせます。

タクシー

タクシー乗り場で乗るか、路上で拾うか、タクシー会社に電話して呼びます。助手席側に赤いランプで「空車」と表示されているタクシーに乗ることができます。手を上げると止まります。タクシーのドアは自動で開きます。料金は、走行距離と時間によって変わります。

運転免許証の切替え

免許証が発行されてからその国に通算3か月以上滞在していた人は、各都道府県の運転免許センターで、外国の運転免許証から日本の運転免許証への切替え申請ができます。知識・実技確認に合格すると運転免許証が交付されます。詳しくは運転免許センターに問い合わせてください。

自動車保険

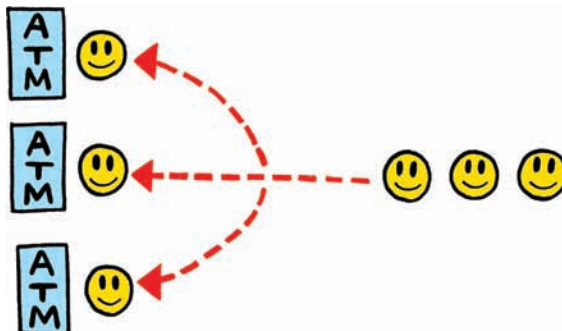
加入が義務づけられている自賠責保険のほか、万が一の事故による多額の損害賠償に備えて任意保険に加入しておくといいでしょう。

Fazendo filas

Nas filas de automóveis no pedágio esperando a vez para pagar a taxa, muitas vezes ficamos arrependidos por não termos escolhido uma outra fila. A mesma coisa poderia acontecer nas filas das pessoas. Por isso, os bancos, por exemplo, adotam o sistema de uma única fila para várias caixas automáticas, para as pessoas irem usando em ordem a máquina que se tornar desocupadas. Essa maneira de formar fila é chamada de “fooku narabi” (fila em forma de garfo). Ela pode resolver a aliviar a “insatisfação” dos clientes nas filas. Mas a forma em garfo não é ainda aplicada para todos os casos de filas no Japão. A diferença entre regiões é observada por exemplo, na escada rolante: nalgumas regiões, as pessoas deixam o espaço no lado direito para quem está com pressa, mas noutras localidades, deixam o lado esquerdo livre. É interessante observar.

並び方いろいろ

高速道路の料金所前で順番を待つ複数の車列が続いています。そんなとき、隣のレーンに並べばよかった、と感じた経験はありませんか。人が順番を待つ場合にもあるかと思います。そこで銀行のATMなどでは、ブースごとに並ぶのではなく、一列に並び、順番を待つ並び方が取られています。「フォーク並び」などと言われています。これだと順番に対する「不満」も軽減されるのかもしれませんが。しかし、これが日本の一般的な姿というわけではありません。また、エスカレーターの乗り方も、急ぐ人のために右側を空けておく地域と、左側を空けておく地域があります。日本の中でも様々なバリエーションがあります。観察してみてください。





A Associação de Intercâmbio Internacional promove uma série de atividades em benefício dos estrangeiros que vivem no Japão. Se tiverem dúvidas sobre o Japão, ou se tiverem dificuldade de fazer amizade com os japoneses, não hesitem em visitar uma vez a Associação de Intercâmbio Internacional da sua área de residência. (→ P.181)

国際交流協会は、日本に暮らす外国人のために、いろいろな活動をしています。「日本のことがよく分からない」「なかなか日本人の友達ができない」そんな人は是非一度、国際交流協会に行ってみましょう。(→ P.181)

O que é a Associação de Intercâmbio Internacional?

A Associação de Intercâmbio Internacional existe em muitas das províncias e municipalidades, promovendo os eventos de intercâmbio entre os estrangeiros e japoneses e fornecendo informações em línguas estrangeiras. Algumas dessas associações existem dentro das prefeituras, mas outras são organizações à parte. Cada uma delas tem atividade própria diferente das outras. Abaixo apresentamos as principais atividades.

Curso de japonês

Na Associação, o curso de japonês é oferecido gratuitamente ou a preços baixos. Vejam os maiores detalhes no Capítulo 3.

Eventos de intercâmbio internacional e cursos variados

A Associação promove também vários eventos de intercâmbio internacional e cursos de língua, culinária e cultura tradicional japonesa.

Seção de Informações e Biblioteca



Estão disponíveis os livros sobre o Japão escritos em várias línguas e também os jornais e revistas estrangeiros. As informações sobre entidades particulares e grupos de intercâmbio internacional também podem ser obtidas. A seção de informações e a biblioteca podem ser utilizadas gratuitamente por todas as pessoas. Algumas Associações possuem homepage ou programas de rádio para fornecer aos estrangeiros informações relativas aos eventos e à vida diária.

Consultoria

A Associação oferece consultoria gratuita aos estrangeiros que têm dúvidas ou dificuldades na vida diária no Japão. Algumas Associações oferecem também a consultoria especializada por escrivão administrativo ou advogado. As línguas disponíveis variam de Associação para Associação.

Atividades voluntárias

A Associação mantém o registro de voluntários que oferecem para os estrangeiros oportunidades de hospedagem ou visita às suas residências, serviços de intérprete e tradução, introdução de cultura japonesa, etc. Aceita também o registro dos estrangeiros que querem trabalhar como voluntários.

国際交流協会とは？

国際交流協会は、多くの都道府県や市区町村にあり、外国人と日本人との交流イベントをしたり、外国語での情報提供などを行ったりしています。協会は役所の中にあるか、別の組織になっています。活動内容はそれぞれの協会によって違います。ここでは、代表的なサービスを紹介します。



日本語教室

無料又は安い費用で日本語を学ぶことができます。詳しくは、3章を見てください。

国際交流イベント・各種講座

各国の文化や行事などを紹介するイベントや、語学講座、料理教室、日本の伝統文化の教室などが行われています。

情報コーナー・図書室

外国語による日本紹介の本や外国の新聞、雑誌などを読むことができます。民間の国際交流団体やサークルの紹介などもしています。だれでも無料で利用できます。このほか、ホームページやラジオで、外国人向けのイベント情報や生活情報を提供している協会もあります。

相談コーナー

日本での生活について分からないことや困ったことを無料で相談できます。行政書士や弁護士による専門的な相談を受け付けている協会もあります。対応できる言語はそれぞれの協会によって違います。

ボランティア活動

ホームステイやホームビジット、通訳・翻訳、日本文化紹介などのボランティアが登録されていて、利用することができます。また、ボランティアをしたい外国人の登録も受け付けています。

Auto-apresentação

“Meu nome é Nerima Anjai. Me formei em 2008 pela Faculdade de Direito da famosa Universidade de Safira de Opal, com a nota máxima do grupo. Comecei a estudar japonês há pouco tempo, mas como já falo cinco línguas, creio que aprenderei rapidamente. Muito prazer.”

Algumas pessoas podem considerar que esta auto-apresentação é uma “expressão franca de apresentação da capacidade intelectual própria”, enquanto que outras podem pensar que “a pessoa é arrogante”.

No Japão existe um provérbio que diz “quanto mais carregada à espiga, mais abaixa a cabeça.”

“Sou ainda muito imaturo...” ou “Por mera sorte fui promovido...” são as expressões usadas pelos japoneses que querem mostrar humildade ou modéstia. Mas elas podem parecer aos olhos dos estrangeiros, como prova de que a pessoa não é auto-confiante ou que tem baixo nível de auto-avaliação.

自己紹介

「私はネリマ・アンジャイと申します。2008年にオパール国の名門サファイア大学法学部を主席で卒業しました。日本語は習い始めたばかりですが、私は5か国語話せるので、すぐに覚えられと思っています。どうぞよろしくお願いします。」

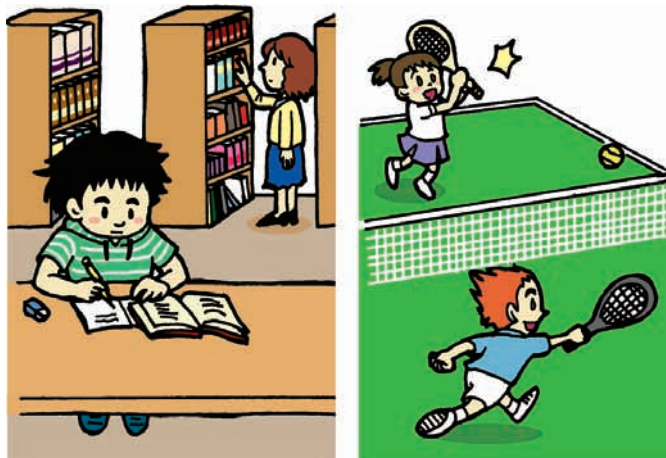
この自己紹介を「率直な自分の能力の表明」ととらえる人、「自慢をしている」と考える人もいます。

日本には「穂は実るほど頭を下げる」という諺^{ことわざ}があります。

「まだまだ未熟で…」 「運良く昇進しましたが…」 といった日本人のことは「謙虚さ」を示したいのです。一方で、それを「自信がない」、「低い自己評価」と受け止める外国人もいます。

参考文献：『異文化コミュニケーション・ワークブック』 八代京子，荒木晶子，樋口容視子，山本志都，コミサロフ喜美著 三修社刊





As províncias e as municipalidades dispõem de várias instalações e serviços públicos, para proporcionar uma vida melhor aos seus moradores. Os moradores estrangeiros também podem utilizá-los gratuitamente ou a preços baixos. Aproveitem os dias de folga para visitar essas instalações convidando amigos ou junto com a sua família.

都道府県や市区町村には、住民が快適に暮らせるように、様々な施設やサービスがあります。その地域に住んでいる外国人も無料か安い料金で利用できます。休みの日に、友達や家族と一緒に行ってみませんか。

Biblioteca

Os livros são emprestados gratuitamente. Para pedir os livros emprestados, levem os documentos que comprovam seu endereço, tais como a cédula de registro de estrangeiro e então será emitida a carteira de usuário. O número máximo de livros emprestados e o período de empréstimo variam de biblioteca para biblioteca. Há bibliotecas que emprestam CDs e Vídeos. E algumas existem livros e revistas em diferentes línguas também. A busca de livros ou informações específicas pode ser feita usando os computadores instalados ou pedindo no balcão. Os usuários podem também solicitar à biblioteca a aquisição de livros que quiserem ler.

Instalações esportivas

A piscina, ginásio esportivo, quadras de tênis e outras instalações podem ser utilizadas a preços baixos. Algumas instalações requerem a reserva prévia para a utilização. As instalações esportivas também promovem cursos e torneios cujos participantes são recrutados diretamente pelas instalações ou através de jornais informativos publicados pela prefeitura.

Centros e salões comunitários

São instalações que podem ser utilizadas a preços baixos pelos moradores para reuniões ou atividades grupais. É necessário fazer reserva. São promovidos para os moradores locais, os cursos de língua, culinária, música, esporte, cultura japonesa, etc., ou ainda bazar e atividades em grupo. Para participar dessas atividades é necessário pagar em alguns casos, mas a taxa é baixa. O Centro comunitário realiza também as atividades ligadas ao meio ambiente, assistência social e treinamento de prevenção contra desastres naturais.



図書館

無料で本を借りることができます。初めに外国人登録証など、住所の確認できるものを見せて、利用者カードを作ります。借りられる冊数や日数は、図書館によって違います。CD やビデオが借りられる図書館もあります。外国語の本や雑誌が読める図書館もあります。調べたいことや読みたい本を探すときは、コンピュータで蔵書検索をしたり、カウンターで調べてもらうことができます。図書館に置いてほしい本をリクエストすることもできます。

スポーツ施設

プール、体育館、テニスコートなどを安く利用できます。利用するときは予約をしなければならない施設もあります。それぞれの施設では、スポーツ教室や大会なども行われます。参加者はそれぞれの施設や市区町村の広報紙で募集しています。

コミュニティーセンター・公民館

その地域の住民が集会やサークル活動などをするとときに安く利用できます。予約が必要です。住民のための語学、料理、音楽、スポーツ、日本文化などの講座や趣味のサークル活動、バザーなどが行われています。これらは参加料が必要な場合もありますが、安いです。地域の環境、福祉、防災の活動なども行っています。



Experiência: Verdades múltiplas e interpretações variadas

Vejam a ilustração abaixo e leiam o sinal do meio.

II B IS
A B C

Nota-se que o sinal do meio é interpretado de diferentes maneiras quando os sinais da frente e de trás são diferentes. Em outras palavras, quando o ambiente é diferente, uma mesma coisa pode ser vista de maneira diferente. Você é o Sr. B e era compreendido como o Sr. B com sua personalidade no seu país. Mas quando está no Japão, ou seja, num outro ambiente, você pode não ser mais compreendido da mesma maneira, mesmo que esteja agindo da maneira e mesma intenção com as quais você agia no seu país. Mas os dois fatos são verdadeiros.

Na vida num ambiente cultural alheio, a resposta não é única. Ela sempre pode ser na forma múltipla. Por isso é que as pessoas devem discutir cuidadosamente para entender mutuamente as diferenças.

実験：真実は様々、解釈も様々

上のイラストを見て、真ん中の記号を読んでみてください。

前後の記号の環境が異なるだけで、真ん中の記号が異なった意味に解釈されます。つまり、環境が違えば、同じものが異なるように見えるのです。あなたは母国ではBさんで、Bさんという性格で理解されていました。あなた自身が母国にいたときと同じ気持ちで同じ行動をしても、日本という環境ではほかの人はあなたの考えるようには解釈しないかもしれません。でも、どちらも真実なのです。

異文化の生活では、答えは一つではありません。複数です。だからこそ、丁寧に異なる点をお互いに話し合っていかなければならないのです。



イラスト：『異文化コミュニケーション・ワークブック』より 八代京子，荒木晶子，
樋口容視子，山本志都，コミサロフ喜美著 三修社刊