

旅に出る・・・そのワクワク感を日常に

Vamos!

by H.I.S. Turismo

Vol. 7

七色の魅力が詰まった国！！

特集：メキシコ&死者の日のお祭り

サンパウロ女子会 ～生活用品&雑貨店 Zodio に行ってみよう！～

気がついたらあなたも曲がっている！？ 猫背改善ストレッチ！

誰かにプレゼントしたくなる子供服 A Raposa e o Elefante

読者サービスもあります！学びのページ&広告ページ！

待っていました！11月12月おススメツアーをご紹介！！

創刊 7号

¥0・無料

Contents

- 02 誰かにプレゼントしたくなる子供服! A Raposa e o Elefante
- 03-05 **七色の魅力が詰まった国 メキシコ&死者の日のお祭り**
- 06 弾丸! 死者の日のお祭りツアー
- 08/10 サンパウロ女子会~生活用品&雑貨店 Zodio に行ってみよう!~
- 12 学びのページ~カフェトーク&スタートアップフォーラム
- 14 読者サービスあり! いろいろお得な広告ページ
- 15 気がついたらあなたも曲がってる!? 猫背改善ストレッチ
- 16-18 待っていました! 11月12月のおすすめツアー

A Raposa e o Elefante



サンパウロ女子会



↓死者の日のお祭り



タイトル&コンセプト

- Vamos は英語の Let's に当たる単語。Vamos viajar! (旅行に行こう!) Vamos comer! (食べよう!) のように使いひとりではなくみんなで楽しむ! という意味も込められています。
- フリーペーパー「Vamos!」は、H.I.S.ブラジルが2ヶ月に1回お届けする情報誌。旅に出た時のように、日常にもワクワクを! をテーマに、ブラジルの情報、毎日の暮らしを豊かにするアイデア、オススメレストラン、休暇を使った旅行プランなどをご紹介します。ブラジル人も日本人も、そして世界の人も人と人をつなぐきっかけ作りを目指しています。

Vamos! 配布場所のご案内



Vamos! をより多くの方に届けるため H.I.S. の支店 3 店舗以外にも以下の拠点にご協力をいただき配布しております。パラゾ地区 (レストラン金星、ブラジル未来塾、JoJo ラーメン、語学学校 CALJ、美容院 M2) ジャルジン地区 (居酒屋 QuitoQuito)、リベルダージ地区 (エスパッソカズ、メウドン、一幸舎、ホルケシム) ご協力をいただきありがとうございます! また、雑誌の電子購読をご希望の方は revistavamos.his.brasil@gmail.com までご連絡をお願いします!

私たちが印刷しています!

リベルダージの印刷会社 Gráfica Paulo's。企業のパンフレットやカレンダー、雑誌などを手がけています。
Paulo's Comunicação e Artes Gráficas LTDA.
R. São Joaquim, 158 - Liberdade, São Paulo Tel : (11) 3277-8214

広告募集

Vamos! では、レストランやスパなど、日本人に伝えたいサービスや広告を募集しています! 詳しくは下記連絡先までお問い合わせください。

連絡先: revistavamos.his.brasil@gmail.com

→ レストラン Kinoshita
振りこたつ式個室もあります!



誰かにプレゼントしたくなる子供服 A Raposa e o Elefante

きっかけ

A Raposa e o Elefante (きつねとぞう) という名の子供服ブランドを立ち上げたロレーナとホチエレは、2人ともペロ・オリゾンチ出身。企業でのインターンで知り合った彼女たちは、お互いに子供を持つと、ブラジル国内に好みの子供服がないことに気がつきました。

「気がつけば、かわいいと思うのは海外の子供服ばかり。ブラジルにないのであれば、作ろうと思ったのです。」お互い別の仕事もしていましたが、仕事と家庭と子供の面倒と洋服作りのバランスをとりながら、まずは自分たちの子供にとって最高の洋服を考えることから始めました。



流行りを追わず、着心地よい服を

どのような服をコンセプトにするのかわかりずらいサーチをした時、魅力的に感じたのは、北欧の暮らしに根付いたシンプルなスタイル。それにブラジルの要素であるビビットな色や、アマゾンを中心にしたモチーフを取り入れました。

「あらゆるものから自由である服を目指しました。ロゴはつけず流行りを追わずにいつでも着られる服。季節も問わずに楽しめて女の子でも男の子でも境界なく着られるユニセックスの服。プリントするモチーフも、それまでの子供服にはない物を選び、それまで柔らかい色だけを使っていた子供服の伝統も取り去りました。」肌触りがいいコットン100%はもちろんのこと、実際に自分の子どもたちに着せながら、無理なく着心地がいい形も探りました。



長く支持してもらえるブランドに

洋服を作る中で、そして完成した洋服を発信していく中で、多国籍企業で働いていたロレーナのキャリアや、写真家として働いていたホチエレのキャリアも最大限に活かされ、そして何より、母として子供に着せたい服を作りたい、自分の子が気持ちよく安全にいつでも着られる服を作りたいという気持ちが、ブランド立ち上げの原動力となりました。インスタグラムで裁縫をしてきているスタッフを紹介しているのも、作り手の顔が見えるブランドにしたいという彼女たちのアイデア。将来はリサイクル可能なコットンを使い、自然に優しい洋服を提案していきたいと話します。彼女たちの遊びどころと愛情がこもった子供服はホームページから購入できます。

お店情報

HP : <https://www.araposaeoelefante.com.br>
Instagram : araposaeoelefante

七色の魅力が詰まった国
メキシコ&死者の目

この国は1度訪れるだけでは終わらない！
リゾート地で癒されて、大自然で冒険して
遺跡を訪ね遥かなる歴史を感じて。。。

面白いお祭りもたくさんある。だから
来る度に好きになってハマる国なんだと
メキシコ人は熱く語った。

セノテ

魅力① 海あり山あり洞窟あり砂漠あり！

アメリカのトランプ大統領が「メキシコとの国境に巨大な壁を増築！」「不法移民の親子を引き
難す！」というショッキングなニュースで最近よく登場する国メキシコ。アメリカの下にある
国なんだなということは誰にも知られるようになりましたが、その一方でなんとなく貧しい国
なのか？という印象ばかりが付いています。でも実は、中南米でも有数の観光地なんです！
エメラルドグリーンのお海で癒されるカリブ海の大リゾートあり、天然の温泉プールもある
絶景の石の滝「イエルベ・エル・アグア」や、セノテと呼ばれる洞窟の中の泉など、世界
の人々を病みつきにさせる自然の神秘が数多く存在します。



魅力② サボテンとマラカスだけじゃない！知って楽しい食と文化のキーワードいっぱい！

メキシコ人というと、サボテンの近くで帽子かぶってマラカスを鳴らしている。。。というイメージが浮かぶ人も多いはず。
いえいえ、それだけではありません。古くからスペインの植民地として開拓されたその土地には、先住民の文化や文明・多くの
遺跡も各地に残されていて、様々な文化やお祭りが存在し、豊かな音楽や食も楽しめるのです！次のページでキーワード
のいくつかをご紹介します！！



3 カリブ海リゾートカンクン

タコス



肉や野菜をトウモロコシの粉でできた皮で包んで食べるメキシコのソールフード。他にもアボカドで作ったディップやカモシヤ、スープも種類豊富で、食は満喫できること間違いなし！伝統料理は、ユネスコにも登録されています！

ルチャリョ



メキシコスタイルのプロレスです。メキシコシティーには聖地と呼ばれる試合会場アレナ・メヒコが存在。格闘技好きだけではなくても試合の雰囲気は一見の価値ありですよ。街にはマスクも売っています！

Photo: upeslases

フリーダ・カーロ



なぜかアザルでもよく見かけるがメキシコ人画家。生涯に渡り200点以上の作品を残すがそのほとんどが自画像であった。フリーダ・カーロ記念館を訪れてみては。

ウーパールーパー



みんな覚えてるかな???

懐かしい！別名がキシコオオヤツシヨウヤオ！メキシコ盆地の湖に生息していたが現在は埋め立てられてしまったそう！（泣）

テキーラ



メキシコを代表するお酒。リュウゼツランの根っさも原料にして作られています。美味しいものはストレートで楽しんで！

マリアッチ



メキシコの音楽を演奏する楽団。伝統的な衣装と髯の帽子が有名です。レストランなどで演奏しています！

メキシコドラマ & 映画



NetflixやHulu上で話題となっているメキシコドラマも多いのです！「秘密のホテル」や「Ingobernable」がその代表。実は有名な映画監督を多く排出しているメキシコ。映画を見て旅気分を味わうのはいかがですか？

マヤ文明&遺跡探索



チクエン・イツツァ遺跡をはじめ、テオティワカン遺跡、エンバラン遺跡、トゥルム遺跡やウシュマル遺跡、コバ遺跡。歴史と遺跡好きにはたまらない遺跡の宝庫です！悠久の時代に思いを馳せてみるのも旅の楽しみです！



メキシコ国情報！！

国名：メキシコ合衆国 面積：日本の約5倍
 首都：メキシコシティー 人口：約1億3千万人
 公用語：スペイン語
 宗教：キリスト教カトリック（9割）
 通貨：メキシコペソ 1ペソ＝約6円



世界遺産

安心の頼れる
日本語ガイドがご案内!



海外

年に一度の死者の祭典に参加するH.I.S.特別企画、お仕事帰りに行く深夜便利用!

メキシコシティ4日間

催行日 11月1日(木)~11月4日(日)

旅行代金 スーベリアクラス ホテル利用 US\$ 1,990~

日程	スケジュール
11月1日(木)	20:45まで グアルーリョス空港集合 LATAM航空チェックインカウンター前にご集合ください。 サンパウロ/グアルーリョス国際空港※深夜発となります。 (機内泊)
11月2日(金)	メキシコシティ空港着 到着後、日本語ガイドと合流となります。 空港からホテルへご案内いたします。 到着後からチェックイン、お部屋の利用が可能です。 ホテルにて朝食をお召し上がりください。 お昼までは自由行動となります。 昼食は各自にてお召し上がりください。  聖地ミスキック&フリーダ・カロとヘアレスドックツアー メキシコ死者の日カラフル&フォトジェニックなお盆を体験ください。 ハロウィンのような仮装ができる衣装や、死者の日メイク化粧用品などがあると盛り上がります!  夕食はレストランにてお召し上がりください。 終了後はホテルまでお送りいたします。 GALERIA PLAZAまたは同等クラス メキシコシティ泊
11月3日(土)	ホテルにて朝食 テオティワカン遺跡&グアダルーベ寺院観光 登れるピラミッドとして世界一の高さを誇るテオティワカン遺跡とグアダルーベ寺院を効率よく巡ります。 ※遺跡・博物館へのビデオカメラのお持込は、45ペソの税金がかかりますのでご注意ください。 観光後はレストランにて昼食をお召し上がりください。 昼食後空港へ向けてご出発 空港到着予定 メキシコシティ空港発 (機内泊)
11月4日(日)	サンパウロ/グアルーリョス国際空港着 ~お疲れ様でした~

エイチ・アイ・エス オススメツアーポイント

1 今アニメーション映画で話題の「死者の日」のメキシコへ死者の日の聖地と呼ばれる「ミスキック」へご案内
死者の日の聖地「ミスキック」へ、たくさんのお花で飾られたお墓やろうそくの灯り、幻想的な世界が広がります。



カラフルな
ガイコツメイク
をすれば
楽しさ倍増♪

2 各観光地にてこの時期ならではの、死者の日の祭壇(オフレンダ)をご覧ください。
また、あのアニメーション映画にも登場したフリーダ・カーロの住んでいた家の博物館へご案内!!



映画でも異彩&まゆ毛が特徴のフリーダ・カーロの作品をご覧いただけます。

3 【世界遺産】テオティワカン遺跡とキリスト教三大奇跡のある グアダルーベ寺院を見学

巨大なピラミッドや神殿群が無数に立ち並ぶ世界遺産テオティワカン遺跡とキリスト教三大奇跡の一つ「聖母マリアの出現」の場所。グアダルーベ寺院を観光します。



無形文化遺産 死者の日とは

自分の親しかった家族、友人などの死んだ人が、骸骨になって死者の日にこの世に戻ってくると言われていました。
いわゆる日本のお盆のようなものですが、カラフルに明るく楽しく祝うのがメキシコ流です。
メキシコの死者の日は、とても賑やかで、笑顔がいっぱいです。



死者の日の祭壇
オフレンダ

死者の日、メキシコでは亡くなったご先祖様がこの世に戻ってくると信じられています。
オレンジ色のマリーゴールドの花は死者の霊が道に迷わないための道しるべ、『オフレンダ』と呼ばれる祭壇をカラフルに飾りご先祖様を偲びます。





おすすめ優待店

ブラジル全国170万店以上のお店で
JCBカードをご利用いただけます。

(ご利用の際には、CIELO社・REDE社のカード端末をご指定下さい。)



SUKIYA すき家 SUKIYA

全店

日本人にはおなじみの牛丼・カレーの名店、すき家全店での期間限定JCBカード割引優待を開始いたしました。お支払い時にJCBカードご利用の旨お申し出いただくと、すき家でのお食事料金（お飲み物、すき家米含む）が全品20%引きになります。定番の牛丼やカレーだけでなく、大人気のラーメンやバラエティ豊かな丼メニューのほか、すき家でしか楽しめない各種スイーツ、おいしいすき家米もすべて20%引きになります。この機会にJCBカードを持ってご家族、ご友人とすき家各店にお出かけください！



【優待内容】

JCBカードお支払いで、 全品20%引き

※デリバリーのご注文は割引対象外です
※お会計時にお申し出ください
※他の優待との併用はできません

期間限定
2018年12月31日まで
※本キャンペーンは予告なく変更・中止する場合がございます。



>> CAIXA JCB Único カード会員募集中!!

- 初年度年会費無料!
※2018年12月31日までにご入会のおお客様
- レアル建て決済カード
- ご利用1ドル相当につき、CAIXAポイント 1.3ポイントが
たまる!
- JCB優待店での特別優待
- GRUBSTER (レストラン割引予約サイト)の利用費無料

お申し込みは
お近くの
CAIXA
銀行支店まで!

※お申し込みの際は、CAIXA銀行所定の審査
がございます。審査の結果、ご希望に添えない場合
もございますのであらかじめご了承ください。

【優待内容】

**特製豚メン
プレゼント**

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝えください。
※団体でご利用の場合、JCBカード1枚のお支払いで2名様まで



- 📍 R. Dr. Rafael de Barros, 262
- 🕒 月~土 18:30-22:00
月~金 11:30~14:30
土 12:00~15:00
- ☎️ (11) 3279-5005

【優待内容】

**お食事代金10%引き
(ランチタイムのみ)**

※ご注文時にJCBカードご利用の旨をお伝えください



- 📍 Rua Manuel da Nóbrega, 76 - Loja 15
- 🕒 月~土 11:30-14:30, 18:00-21:00
日曜日・祝日:休
- ☎️ (11) 3284-4776

【優待内容】

**コーヒー
(おかわり自由)
または
駐車場無料サービス**

※ご注文時にお申し出ください
※他の優待との併用はできません



- 📍 Al. Fernão Cardim, 39
- 🕒 月~金 12:00-14:30/18:30-23:00
土 18:30-23:00
日曜日・祝日:休
- ☎️ (11) 3251-5157

【優待内容】

**前菜1品または
ビール1杯プレゼント**

※ご注文時にJCBカードご利用の旨をお伝えください



- 📍 R. Thomaz Gonzaga, 45
- 🕒 月火水金 11:30-14:30, 18:30-22:00
木 18:30-22:00
金土日祝 12:00-15:00, 18:30-22:00
- ☎️ (11) 3132-3777

【優待内容】

**唐揚げ or
ビール1本プレゼント**

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝え下さい
※他の優待との併用はできません



【優待内容】

半チャーハン

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝え下さい
※他の優待との併用はできません



【優待内容】

全品10%引き

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝え下さい
※他の優待との併用はできません



大人気の和グループ全レストランでのJCB優待がともにお得です。ラーメン、日本料理、スイーツ、お酒、そして、うどんと言わずと知れた定評のある商品どちらをこご利用になられてもお得な優待をご利用いただけます。ぜひこの機会に和グループでJCBカードをご利用ください!新商品も続々登場しますので、ご期待ください。

- 📍 Rua Tomaz Gonzaga, 84/90
- ☎️ (11) 3275-1790
- 🕒 エスパッソ和 - 平日 11:00-15:00/18:00-22:30
土 11:00-15:30/18:00-22:30 日祝 11:00-15:30/18:00-21:00
エスプレッソ和 - 終日 10:00-21:00
メウ・ウドン - 平日・土 11:30-15:30/18:00-22:30
日祝 11:30-15:30/18:00-21:00

- 📍 Rua Tomaz Gonzaga, 51
- ☎️ (11) 3277-4286
- 🕒 ラーメン和 - 月~土 11:00-15:00/18:00-22:30
日祝 11:00-15:00/18:00-21:00

- 📍 Alameda Santos, 53
- 🕒 月~土 11:30-15:30 / 17:30-22:30

【優待内容】

**天ぷら一品 or
大盛り無料**

※ご注文時にJCBカードでお支払いの旨をお伝え下さい
※他の優待との併用はできません
※団体でご利用の場合、JCBカード1枚のお支払いで3名様まで





サンパウロ女子会とは? ブラジル&サンパウロライフをより楽しむために結成。第1回目のスイーツ会議、2回目のクロワッサン会議につき、今回3回目。今後は「新調味料を開拓」「子供と過ごすオススメスポット開拓」「Uber Eats だけで家 Party」「セアザ大冒険」「各国料理の会」「お誕生日会の開き方」「習い事大研究」「楽しく断捨離してスッキリの会」「ピニエイロスの散策マップ作り」「サラミ&チーズ食べ比べ選手権」など、女子目線であつたら嬉しい情報を企画&レポートします!

サンパウロ トキメク生活雑貨&用品店 事情

少しお休みをしていましたサンパウロ女子会! その間にご帰国されたメンバーも多くいらして寂しいのですが、また新たにご参加いただいたメンバーと再結成し、フランス発の生活雑貨&用品店 Zodio に探検に行く企画です!

- Q これから生活雑貨やさんへの冒険! ですが、みなさんサンパウロのお気に入りの生活雑貨&用品店はありますか?
—皆 「.....」「う〜ん。」「.....」「ええっと.....」「.....」
- Q あれ? 😞 女子会しょっぱなからみんな無言に(泣) 😞 女子力&トキメキを回復できるお店...でもOKですよ! ?
—象 雑貨はブラジルに期待していないところもあつたり...トキメキはレストランで補給しているかも.....
- Q 😞 た...確かに。かわいいものが見つかりにくかつたり、あまり物を増やせなかつたり...ありますよね。
—ラ 旅行の時に海外で買つたり、日本帰国の時に買つたりが多いかも。—Q 😞 そ、そうですね.....
あ、でも、自分で探すまでではないけれどいいところがあつたら行きたいかな.....
- ト 私は Tok & Stok (トッキストッキ) の路面店は、暇な土日にたまにいきます。ニトリとかよりかわいいと思う。アジア系雑貨の SouQ と洋服ブランドの Farm は、私がショッピングで巡るトキメキ・ルートです。
- 皆 SouQ かわいいよね!! —Q 数少ないけれど、かわいい雑貨屋さんもありますよね。😊 ホッ.....
- 牛 Farm は色がかわいいから私も見ます! 南国感満載ならば、オスカーフレイレの Munny のふきんもオススメです。
—ラ 私は長く住んでいるので、Tok & Stok はちょっと飽きてきた感じも..... (牛: うなずく。)
- キ 家庭用品ではないけれど、私はお菓子作りが大好きなのですが、お菓子に関するグッズならばモエマの Barra Doce (ババ・ドーセ) を愛用しています。場所も安全で行きやすいところだしね。(皆: キリンさん、さすが!!)
- う 安全面も重要かも。私は手芸が好きなのですが、ピンチシンコが安いのはわかるのだけれど、安全なほうがいい人はみんなピニエイロスの Zuda に行きます。(皆: ピンチシンコぶらぶらしにくいしね.....)
- 象 私は、土日にやっている雑貨フェイラに行くのが好きかな。いろいろなものが揃っていて楽しい! (皆: うなずく)
- ラ 家具屋さんの Etna は時々見てたの楽しみです。あと Zara Home はプレゼント買う時に行きますよ!
- 牛 Zara Home 私も好きです! 近くのショッピングにあつたらいいんだけど.....。あとキッチン用品ならば、ショッピングの中の Camicado かな。それにしても、色々な物が一気に見れるお店があればいいけれど.....

みなさんのお話を聞くと、雑貨を見るのは好きだけど色々な理由でテンション低めな模様。そのテンションを上げることが出来るのか!? 今回探検する Zodio は、比較的いろいろなグッズが揃っているお店! バライツ&ジャルジンからはちょっと遠い(30-40分)ので、タクシーに乗り合せて向かいました!

Zodio 基礎知識

ラバ地区近くの幹線道路沿いにある大型店舗の一つ、フランス系のホームセンター Leroy Merlin (レロイ・メルリン) の2階に昨年12月にオープンしたフランス系の生活用品・雑貨・食材・手芸・手作り用品屋さん。今回、パライソ地区からタクシーで約65レアル。距離もあるので、平日に女子友もしくは、週末に家族でゆったり行くのもオススメ。帰りのタクシーは拾いにくいので、配車サービスか配車アプリが必須。自家用車の場合は2階(建物上)に停めるとZodioに近いので楽です。

住所: Av. Presidente Castelo Branco, 6061 - Pte. Pequena, Sao Paulo
営業時間: 10AM - 10PM (日曜日のみ夜8時に閉店)
FB & Instagram: Zodiobrasil で写真もみられます!



かわいいかも〜
思ったより広いわ!

結構色々なものが売ってる!
食材とかもあるわ!!!

ユニクロの展示! ? 同じアイテムでも色とりどりや並べている。ブラジルのお店にしてはきれいに並べている印象



入り口横にクッキングクラスができるスペースも! HP から予約することです!

さらに奥には、IKEA 的なお部屋のディスプレイ案も数種類ありました!



料理教室は、子供用・初心者用・中級・上級とコースが分かれているみたい。

Zodio 内で売っているもの一覧!!

タオル・寝具・お皿&コップ・グラス類・スパイス・コーヒー・紅茶
食べるもの(チョコ・ジャム・お菓子づくり用品) キッチングッズ (包丁・フライパン鍋つかみ・ポット・その他色々)・パーティーグッズ・造花
・ハンドメイド用品 (布・刺繍糸・ワッペン・ズバゲッティー)・陶器類
髪とスキンケア商品・キャンドル・アロマオイル・マッサージ系電化製品・
収納グッズ・額・鏡・シールやノート、マスクングテープなど文房具、子供の遊び道具・証明・・・などなどなど・・・。



色柄付き厘も売ってる
!!! 高いけど・・・

カゴに入っている商品はデイスカウントのもの
安売りのものはお得感があり!!!



手作り教室が行われるブースも4つほどありました! マウ情報はホームページに載っていて、登録もそこで行うとのことですよ!



ブラジルのスパイスや色んな国のオリーブオイルを測り買えるコーナーもあります!

ナチュラルカラーのポット

日本でもおなじみ
ストウブのお鍋



↑カラフルリボンや刺繍糸など色々



かわいいお茶の入り缶
中のお茶は香りを試す
ことができます!!

コーヒーも10種類
以上のラインナップ!
それぞれの香りを
比べて買うことが
できます!!

これかわいい!! シュハスコパーティーと飲めるわ!

ほんととー!!! これなら日本でも飲める!

↑ドリンクサーバー (2種類入れられるタイプ) 約260レアル
←約150レアル

↑ヨーロパが中心の世界地図アイテム

↑陶器の置きもの

↑子供が遊べるシール&迷路などお遊びブック 約10レアル

↑ポプコーン用の乾燥トウモロコシ&トウジンジョの薬 ↑約5レアル

↑パーティー用のカップや紙ナプキン、イチゴのお皿!

↑クレープ&パンケーキも焼く電化製品

↑宝石のようなお菓子のトッピング約40レアル

↑メッセージが書けるお湯ポットとペン

↑バスケットボール

↑このワッペンかわいい! ハンバーガー乗ってるよ!

↑約3レアル

↑お菓子グッズの品揃えはすごいと思う! でもちょっと値段が高めのものが残念かな... だにここに売っているお菓子の種類は結構ある!!

↑フランスのメーカーのカップケーキ作りセット 170レアル

↑メイド・イン・ブラジル食料

↑アラゴンオイルいい香りのオーガニック石鹸

↑カカオの香りのキャンドル

↑Zodioのオリジナルアイテムもあるみたい!

↑バナナプルミトン
→南国柄のクッション
どうやらバーゲンで約40レアル (もとは約100レアル)

*値段は変わることがありますので、ご参考まで!

女子たちの感想&コメントまとめ!

オススメ度と満足度の4!!! 一度は来たらいいところ!
(場所が遠いと安いものはかりではないのでマイナス1でした。)
全体的に高いけれど、見るだけでテンション上がるのは間違いなし!!
フラジルに来たらすぐ雑貨揃えに来るのにオススメ!!
Zodio だけなら1時間半くらいで十分見られます!

女子友と来るのが一番楽しいけれど、日曜にやることがない時にもいい!
家族で来るならば夫 (&子供) は1Fのホームセンターで時間を潰すことも可能! (入り口外にアチカフェと椅子もあります。)

1Fのホームセンターにも一部インテリアや生活用品もあります。

フランス発のお店だけど、フランスのものは少ないかな!?
ちなみに、ホンフィニルホンは売っていませんでした。

つくれば!

象さんとトラさんがお買い物をしたものでさっそく手作り!!

アイロンでワッペンもつけてみました!!

ポーキもZodioに売ってます

乾燥トウモロコシで手作りポップコーン!!



ピンチシコワッペンよりくっつきやすかったです!

フライパン&ふたで簡単! 5分の1の量でたっぷりできて、味も調整できるので子供のおやつに◎



日系の配車サービス会社 Hase Service プレゼンツ! Zodio+女性に人気の Higienopolis ショッピング送迎サービス

フラジルにまだ慣れない方も、安心の日本語が通じるドライバーの送迎で、お友達と Zodio & Higienopolis (ランチ&ショッピング) を楽しみませんか?

嬉しい
大幅割引!

【ルート】 **パターン1** : ご自宅 (複数人の場合最大4箇所) から Zodio まで送迎 → Zodio 滞在 (お買い物) 最大2時間 → Zodio からショッピング Higienopolis まで送迎 (お食事やお買い物をお楽しみください。) *帰宅はご自身で。

パターン2 : ご自宅 (複数人の場合最大4箇所) から Zodio まで送迎 → Zodio 滞在 (お買い物) 最大2時間 → Zodio からご自宅 (複数人の場合は最大4箇所) まで送迎。

【条件】 12月31日までのお好きな月〜土曜日。送迎はパライソ・ジャルジン・パウリスタ近隣地区。お子様に関してはお問い合わせください。

【料金】 セダン1台220レアル/最大4名まで (料金に含まれているのは、送迎の車&日本語を話すドライバーのみです。)

お問い合わせ (日本語可) : reservas@haseservie.com.br お申し込みは2日前まで (月曜手配は金曜でOK!)

インターネットラーニングのカフェトークとコラボ企画！ 新規ご登録の方先着2名様に、1000ポイントをプレゼント！

*1000ポイントは、カフェトークでレッスンを受けるためのポイント。1000円に相当するものです。

日本発のインターネットラーニングサイトのカフェトークは、元大手商社にお勤めだった橋爪小太郎さんが2010年に立ち上げました。世界中の講師連による外国語講座や、ビジネス講座、パソコン&システム講座、カウンセリング&コーチング、楽器など、あらゆる習い事を提供しています。ブラジルでお気に入りのアウラが見つからない時、気分転換をしたい時、時間を持た余している時、ちょっとホームページを覗いてみると、ブラジル滞在の新たな可能性が広がります!!

編集部 A 子は、Vamos! 1月号でコーチングを受講。詳しくはレストラン金星でバックナンバーをご確認ください!!



↑カフェトークのページ。登録して授業も検索できます。

【1000のポイントで何が出来るの?】

カフェトークでは、オンライン上で購入したポイントでレッスンを受けます。1000のポイントでも、10分から15分の語学のトライアル授業を受けることもできますし、子供のためのアチビアノ講座や、ボイストレーニング、英語でヨガ、マインドフルネス、ITプログラミング講座、家庭教師... などなど様々な講座をトライアルできます。また、希望の講座が1000のポイントを超える場合、追加でポイント購入も可能。支払いも7つの通貨から選ぶことができます。定期的に割引をしている講師もいるのでホームページのクーポン欄をチェックするのもおすすめです。

【応募の方法】

Vamos! 専用のメールアドレスにご応募のメールをお送りください。Vamos! 担当者から先着2名様にURLをお送りいたします。そのURLよりご登録をいただくと自動的に1000ポイントがプレゼントされ、ご利用いただけます!!

Vamos! メールアドレス 8revistavamos.his.brasil@gmail.com



カフェトーク
Cafetalk
カフェトークホームページ:
<https://cafetalk.com>

ブラジル&世界の動きに注目しよう!

ちかごろブラジルへの投資が注目されている! ?のお話・・・

最近、日本の投資家がブラジルに視察ツアーをする・・・という話をちらほら耳にする編集部 A 子。いったいブラジル&投資界で何が起きているのか! ? 求伯する投資家の動きをよく知るブラジル・ベンチャー・キャピタルのCEO 中山充氏にお話を伺いました!

【ブラジルは注目のスタートアップ大国!】

2017年、日本の大手企業 SoftBank グループがブラジル発の配車サービス 99 に10億ドルを投資しニュースになったのも記憶に新しいところ。中山さん曰く、実はブラジルには注目に値する投資対象が多いのだそう。スタートアップが盛んで、ブラジル向けのベンチャーキャピタルへの投資額は2017年に5億7500万ドルと、前の年に比べ50%近く増加したというデータも発表されているとのこと。

「ブラジルには貧富の格差や治安など社会的な課題が多く残っているからこそ、ビジネスチャンスが多いとも言えます。富裕層、貧困層それぞれに必要とされるビジネスがあるので。世界第5位の人口を有し、インターネットユーザー数は世界第4位。IT サービスも急速に発展しています。さらに近年フィンテックの分野でも続々とユニコーン企業が生まれていることから注目度が上がりました。」

【最新のスタートアップを押さえるのは今やビジネスの常識!】

ブラジルに於ける最新のスタートアップの動向や企業情報に興味がある人々の声を受け、11月にも日本人向けのスタートアップ・フォーラムが行われる予定だ。「今やスタートアップの動きを押さえることは、海外に進出する日系企業の常識になりつつあります。」フィンテックの分野だけではなく、農業分野でもブラジルならではのユニークな企業が存在すると話す中山さん。お話を伺う中で経済も選挙の状況もさえないブラジルでの新たな希望が見えた気がした A 子でした。

【知っておこう! 投資関連の注目キーワード】 ①フィンテック ②ユニコーン企業 ③エンジェル投資家

ブラジル・ジャパニーズ スタートアップ・フォーラム

開催期間: 2018年11月22日 - 23日

1日目「ブラジルベンチャーキャピタルを知る」
夜「ネットワークディナー」

2日目「ピッチコンテスト」「ブラジル投資説明会」

場所: セミナーにより異なるのでお問い合わせください。

詳細 & お問い合わせ先: ブラジル・ベンチャー・キャピタル

HP: <http://www.brazilventurecapital.net/jp/>

Email: info@brazilventurecapital.net

*セミナー&会食参加には参加費が必要となります。

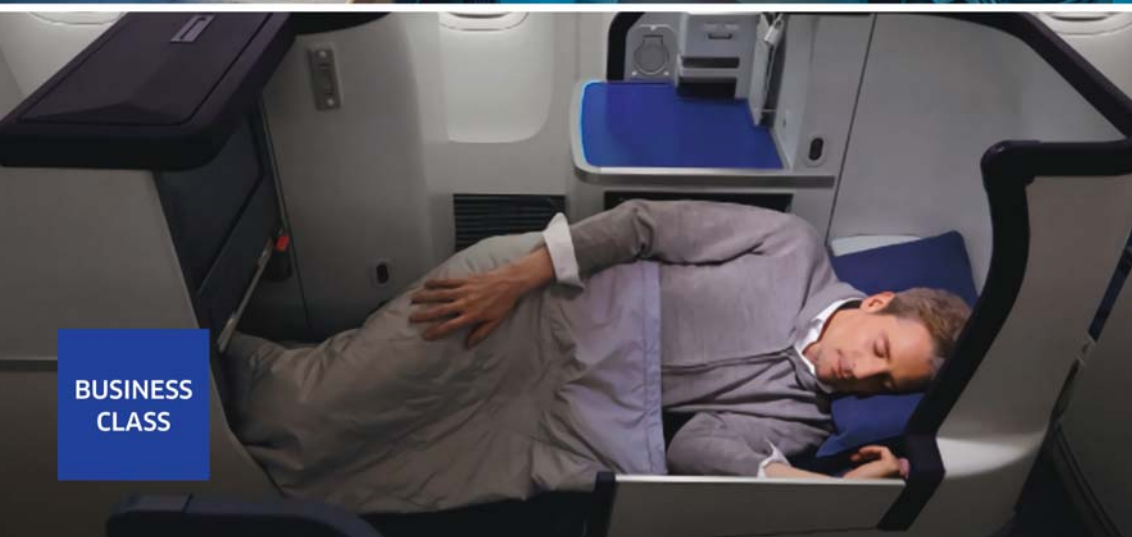
ANA

UNITED

STAR ALLIANCE MEMBERS

あなたの旅をより快適に。
ANAとユナイテッド航空のビジネスクラスで
ワンランク上のサービスをご満喫ください。

united.com/anabrasil



Radisson

PAULISTA
SAO PAULO

日本人に愛されるあのホテルが
ラディソン・パウリスタとして
生まれかわりました！

ロパライズ地区で安心の滞在。周囲には日本食レストランや
ラーメン屋も豊富で、長期の滞在でも居心地よくご滞在を
いただけます。

ロエントランスホールには軽く打ち合わせも
できるカフェが併設され、安心です

ロバスタブ完備のお部屋で癒しのひとときを！

ロ高級レストランオールシーズンズ
ワインも豊富に取り揃えております

パウリスタ通りのパライズ地区に近い場所に位置し、日本人ビジネスマンにもっとも利用されているホテルが、今年の4月よりラディソングループの仲間入りをし、サンパウロ市内で3つめのコレクションとして生まれ変わりました。国際的に知られるラディソン・ホテルは、1909年にアメリカのミネソタ州で生まれたブランド。現在は70カ国以上に約1000のこだわりのホテルを所有します。

国際基準のサービスと快適さを目指し、フロントには英語と日本語を話すスタッフを完備。ホテルから出なくても快適なサンパウロ滞在をしていただけるように、プール・サウナ・フィットネスセンターのアクティビティスペースから、海外のお客様もご満足いただけるお料理を提供するレストラン「オール・シーズンズ」も備えております。レストランでは、180人を収容できるイベントの開催も可能。またホテル内には、300人まで収容できる会議室も備えていることから、国際的な会議を開くことも可能です。

日本人に嬉しいのは、バスタブ完備の部屋があること。長旅や慣れない土地での滞在に疲れた身体を身体癒していただけます。さらに朝食にも和食やアジアの料理も取り揃えておりますので、その日の気分や体調でお選び頂けます。

ラディソングループが自信を持っておすすめするラディソン・パウリスタをぜひご利用ください。



ホテル・ラディソン・パウリスタ



- ・全館無料 Wifi 完備
- ・ラウンジバー
- ・パティスリー併設
- ・部屋タイプも豊富
- ・プール&サウナ
- ・フィットネス



住所：Alameda Santos, 85 - Jardins, São Paulo - SP

御予約 Email：reservas.rdpa@atlantichotels.com.br 電話：+55 11- 2627 - 1000

ラディソンホテル HP：www.radisson.com



数々の要人やVIPをお迎えした実績 安心のおもてなし



ハイヤー配車・日本語通訳派遣
HASE SERVICE

法人契約承ります!!

ご両親やお友達がお遊びに来られた時も
お子様とお病院に行きたい時も
日本語バイリンガルドライバーが
細かなリクエストにも即対応いたします。
ビジネスからプライベートまで
お客様のニーズに誠意をもってお答えします。

HASE サービスプレゼント
東御園でくだもの狩りツアー
12月1日(土) 御行の1回狩りツアー、詳しくは上記の電話
もしくはEmailアドレスまでご連絡ください!

お問い合わせ (日本語):
reservas@haseservice.com.br
TEL: (11) 3266-5667 (日本語 OK)

Spa Harumi モニター割引キャンペーン!! (施術後簡単なアンケートにお答えいただく代わりに15%OFF)

① フェイシャルエステ & ピーリングコース (1回90分 + 60分) 先着5名様

BRL 300 → BRL 255 *通常フェイシャルエステは145レアル/90分。ピーリングが60分です。
*ピーリングは、お客様の肌タイプによりエステティシャンが以下の3つより選びます。
*ダイヤモンドピーリングの方は242.25レアルです。(ケミカルピーリング通常155レアル・クリスタル155レアル・ダイヤモンド140レアル)

② 夏の前に! 気になる 脂肪&セルライトケア (5回コース/1回40分) 先着5名様

BRL 500 → BRL 425 *効果を実感していただくために通常10回の施術をオンスズメしていますが今回はその
半分の5回を試せるトライアルコースとなります。施術中に10回コースに変更の場合
は同様に15%引きとさせていただきます。10回は通常945レアルです。
*施術部分は、お尻がお腹かご希望で選ぶことができます。

スパ HARUMI 住所: Rua Abílio Soares, 530 - paraíso *エステティシャンは日本語を話ませんが、受付は日本語 OK なので安心です!
営業時間: 月 - 金 7:00~20:00 土 9:00~16:00 予約 Tel: (11) 3051-2209 Whatsapp: (11) 94716-7792



M2

新しい季節の始まりに
デジタルパーマでイメージチェンジ!
癒しのヘッドスパもご用意です。
お気軽にぜひお越しください!

ヘアスタイリスト 松永良 (まつながりょう)
東京、NY、LA とカナダ、そして現在サンパウロと経歴17年。
デジタルパーマの先駆者として注目され、講師としても活動。
ブラジルのモデルや俳優にも支持される美容師。現在はブラジル
を中心に、世界に日本の技術を広げるため活動中!!

**Vamos! おかげさまで1周年
ご愛読いただきありがとうございます!**

新規割引サービス

女性: カット+ブロー
BRL 250 → BRL 175

男性: シャンプー+カット
BRL 220 → BRL 154

*条件: 10月31日(水)までの日程に
ご予約をいれられた新規のお客様!!

住所: Rua Sampaio Viana, 286 - paraíso レストランShigeの横!
営業時間: 火~土 朝9時-夜9時 (日・月は要相談)
予約 TEL: (11) 3554-6667 (11) 94502-0550

ryomatsunaga527 日本語でどうぞ! m2ryomatsunaga

Vol.1 モロッコ特集! (X なくなりました)
Vol.2 コスタリカ特集!
Vol.3 ホリビア・ウユニ特集!
Vol.4 レンゾイス・サンルイス特集!
Vol.5 イグアスの滝特集!
Vol.6 ペルー特集!

バックナンバーは金星でどうぞ!

気がいたらあなたも猫背!? 姿勢改善ストレッチ

プロフェッショナルに、毎日3分のできるエクササイズやエクササイズを教えてくださいこのシリーズ! 3回にシリーズで、整体師の大山先生に猫背改善ストレッチを教えてください! パソコンの作業が多かったり、携帯を見る時間が長かったり、寒い室内にいたり・・ブラジルで知らぬ間に猫背になってしまっている日本人は多いのだそう。立ち姿や歩く姿が老けて見えるだけではなく、肩こり・頭痛・腰の痛みへの影響や内臓にも悪い影響を及ぼすと言われています。今回まずは猫背チェックからはじめましょう! さらに、3回に渡り正しい姿勢をキープする3つの筋肉を鍛えるストレッチをご紹介します!

簡単! 猫背
CHECK!

OK!!

猫背
要注意!!

猫背に関わる3つのポイント



リョウはいさん
① 菱形筋
が伸びきっている

だいきょうさん
② 大胸筋
しょうきょうさん
小胸筋
が縮まっている

こつぱん
③ 骨盤
がゆがんで動きが硬くなっている

猫背の悪い姿勢はこんな感じ!!

壁にかかととおしりをつけていつもの姿勢で立つ。背骨・肩・頭が壁につかない人は猫背の可能性大!!

猫背改善

重要なポイントは“縮める”動き!!

レッスン1! 伸びて硬直した菱形筋を縮めて改善

菱形筋とは?



肩甲骨と背骨をつなっているインナーマッスル。猫背は菱形筋が伸びたまま固まってしまっている状態です。この筋肉を正常な状態に戻すために縮めるストレッチが重要!

Point!! 通常「縮んで硬直した筋肉」は伸ばすことで改善を図りますが「伸びて硬直した筋肉」は縮めることが改善の鍵となります!!



←STEP1:
壁際に立ち腕から肘を壁につける

→Point:
腕は体のラインより少し後ろに垂直に



STEP2: 菱形筋を縮めるように体を壁に近づける



←Point:
水色のように伸びた菱形筋をピンクのように縮める意識をしながら。肩甲骨は時計回りに少しねじるイメージで。縮めた筋肉が自然に戻る動きが重要となります。

6秒ほど縮める×3回!
反対側も同様!
1日数回行いましょう!

3

整体師・鍼灸師：大山牧彦（おおやま まきひこ）

東京の整体・鍼灸院で修行と施術を重ねたのち、2012年より奥様の故郷であるブラジルで開業。以降、サンパウロ在住の日本人・ブラジル人だけでなく、ブラジルを訪れる日本の著名人にも人気の整体師。予約は、メールかWhatsapp、急ぎの場合はお電話で。土曜日は予約が取りにくいので平日がオススメ。

整体院「Body Therapy Mao」 * 駅反対側に引越しました!!

住所: Rua Domingo de Morais, 770 Bloco 2 Sobre Loja Sala 7 Vila Mariana SP Ana Rosa 駅から徒歩4分

* 建物の中2階なのですが、エレベーターが最初は分かりにくいのでメッセージをお送りください。

営業: 月・水・金・土 8:00-17:00 火 8:00~13:00 * 木曜日は要相談。

予約: Email: body_mao@hotmail.com Whatsapp & 電話: (11) 96335-8480

透明度を超える透明度の湧水や澄んだ溪流に感動！
ブラジルの誇るエコツーリズムを体感ください。

安心の頼れる
日本語ガイドがご案内！

清流地 ボート4日間

催行日 11月15日(木)～11月18日(日)
旅行代金 スーパーアクラス
ホテル利用 BR\$ 3,800～

国内

お客様とでも安心の
歩いて観光できるスポット

12月～1月の朝は、湖に直接光が差し込むため、遠くからでも湖が青く輝いて見えます。また、足場がすべりやすいこともあるので洞窟へはスニーカーで行かれることがオススメです！



おすすめエコツアー

フローティングツアー ラフティングツアー

抜群の透明度を誇るスクリー川で多種多様な魚たちとスノーケルをつが川の流れに身を任せ、ゆっくり下ります。水が清く、透明度が高いため、水中でも魚がよく見えます。また、足場がすべりやすいこともあるので洞窟へはスニーカーで行かれることがオススメです！



大人気！アマゾンのジャングルロッジ滞在し神秘のアマゾンで大満喫！！

安心の頼れる
日本語ガイドがご案内！

アマゾン・マナウス4日間

催行日 11月17日(土)～11月20日(火)
旅行代金 スーパーアクラス
ホテル利用 BR\$ 3,690～

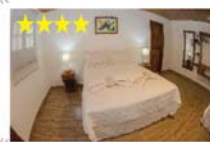
国内

日程 スケジュール

日程	スケジュール
11月17日(土)	サンパウロ/グアルーリョス国際空港発 マナウス空港着 到着後、日本語ガイドと合流します。 到着後、ロッジにチェックイン。チェックイン後は自由行動。 夕食はロッジにてお召し上がりください。
11月18日(日)	ロッジにて朝食後 ①エコツアー(日本語ガイド付)へ参ります。 昼食はロッジにてお召し上がりください。 ②エコツアー(日本語ガイド付)へ参ります。 ※エコツアーは当日の天候など鑑み、現地にて決定されます。
11月19日(月)	ロッジにて朝食 ③エコツアー(日本語ガイド付)へ参ります。 昼食はロッジにてランチをお召し上がりください。 ④エコツアー(日本語ガイド付)へ参ります。 ※エコツアーは当日の天候など鑑み、現地にて決定されます。 アマゾンエコツアーについては下記のツアーから決定されます。 二河川合流点、朝日・夕日鑑賞、ピンクウィルカツアー、ヒラニア釣り、ジャングルトレッキング、原住民宅訪問などにご参加いただけます。
11月20日(火)	ロッジにて朝食をお召し上がり下さい。 ボートと車両にて空港へ向けて移動となります(約2時間半) マナウス空港発 サンパウロ/グアルーリョス国際空港着 お疲れ様でした。



ジャングルに囲まれた大自然の中に宿泊しながら
エコツーリズムあるるアクティビティを楽しみましょう！！



Evolução Ecolodge

市内から2時間ほど移動した先の熱帯雨林の中に行むエコロッジホテル。シンプルながらも綺麗に整えられたお部屋と、ピンクウィルカや二河川合流を始めてみる様々なアクティビティがあることで人気のホテルです！

お得なツアー続々登場! 旅のご相談 & お手配は **HIS** にお任せください!

10月

10月12日(金)~14日(日)

南部ブルメナウで楽しむ!
オクトーバーフェスタ 3日間

ドイツ系移民の街で体験するビール祭り!



国内

英語
ガイド
付



ダンスあり、音楽あり! まるでドイツにいるような美しい街並みの中でビールだけでなくドイツゆかりの食も楽しめます!

- ✓会場までの送迎と入場券(2日分)付き!
- ✓ホテルは中心部4星クラスをご用意!
- ✓2つのビール工場見学とガラス博物館も訪れます!
- ✓最終日はビーチリゾートでランチ付き!
- ✓お子様連れに優しい午前発直行便利用でご家族で楽しめます!

旅行代金 BR\$
3,290~

11月2日(金)~4日(日)

グループツアーでお得な価格を実現!
サルバドール&ビーチ満喫 3日間



国内

英語
ガイド
付

11月

旅行代金 BR\$
2,600~

- ✓サルバドール歴史地区の観光付き! カポエイラショーやバイア州の名物料理もご堪能いただけます!
- ✓ホテルはデラックスクラスでビーチ目の前の'MAR BRASIL HOTEL'
- ✓2日目には人気のプライヤドフォルテへ! ウミガメ保護の施設を訪れます。お子様にも人気です!
- ✓フライトは往復とも直行便利用! さらに午前出発午後帰り! 現地滞在時間も長い!

11月1日(木)~4日(日)

南米に住んでいるからこまに参加できる旅!

メキシコで有名なお祭り
死者の日に参加! 弾丸4日間!!



海外

日本語
ガイド
付

- ✓深夜利用の弾丸ツアー! 深夜利用のため会社を休まず参加可能です!
- ✓メキシコ滞在中、現地日本語ガイド付きで安心!
- ✓年に一回の特別企画! カラフル&フォトジェニックなお盆を体験しよう!
- ✓到着後すぐにホテル利用可で気持ちよく観光!
- ✓登れる遺跡! ティオティワカンも、もちろん行きます! 4日間盛りだくさんの旅です!

自分たちも仮装するとさらに楽しい!!

旅行代金 US\$
1,990~

11月15日(木)~18日(日)

アクティビティーいっぱい!

透明度No.1! 清流地ボニート 自然を体感する4日間!!

国内

日本語
アシスト
付

旅行代金 BR\$
3,800~

- ✓ 人数限定のツアーなので、早い者勝ち!
- ✓ H.I.S. はボニート滞在中、日本語アシスト付きで安心!
- ✓ 滞在中はたっぷり清流感享うエコツアへご案内致します。
- ✓ 人気のアクティビティーを事前確約! 「青の洞窟ツアー」、「ラフティング」、「天然水族館及びスクリー川でのフローティング」、ブラジルが誇る素晴らしい自然を体感できます。

大人気のラフティング! 水の中に潜って魚達と
触れ合い、洞窟を訪れたりアクティビティー盛り沢山!

11月17日(土)~20日(火)

アマゾンにいるなら一度は行きたい!

アマゾン&マナウス 4日間

国内

日本語
ガイド
付

旅行代金 BR\$
3,690~

- ✓ 往復直行便利用を確約!
- ✓ 送迎も観光も日本語ガイド付きで安心!
- ✓ 初日からジャングルロッジに宿泊いただけます!
- ✓ 二河川合流点見学&幸せを呼ぶピンクイルカツアー付き!!

12月23日(日)~29日(土)

毎年年末の大人気ツアー!!!

12月 南部アフリカ& ビクトリアフォールズ 7日間!!

海外

日本語
ガイド
付

旅行代金 US\$
3,690~

*詳しくは H.I.S. ブラジルの
ホームページへ!



ご予約はパウリスタの H.I.S. 支店へ!

サンパウロ・パウリスタ支店

世界70カ国 273拠点!

個人旅行のお手配も
私たちにお任せ下さい!

住所

Av. Paulista, 854 - Piso superior 25-B - Bela Vista
*日本語館と同じビルです。

TEL

11 - 3171 - 3620
日本語専用: 11 - 3171 - 3646

営業時間

月~金 10:00~19:00 土 10:00~17:00
日・祝 12:00~17:00

Email

his.paulista@his-brasil.com.br (日本語 OK)

ご出張・会議の際もお任せください!

おかげさまで現在 150 社を超える日系企業の
お客様にご愛顧いただいております!

*トランスコスモス・アナリティクス調べ

お問い合わせは日本語でどうぞ!

H.I.S.

法人デスクの
ご案内

- ★ ご出張向け各種航空券の手配
- ★ ホテル、送迎、保険オプションの手配
- ★ 企業契約など航空会社、ホテルとの交渉
- ★ コンサルティング、危機管理情報システム
- ★ レポーティング etc

営業時間 月~金 10:00~19:00 土 9:00~13:00
日・祝休

TEL 11-4873-1350 日本語専用: 11-4873-1360

Email corp.jpn@his-brasil.com.br (日本語 OK)

旅行会社
世界進出国数
No.1

帰国は、突然です。



今すぐ、日通へ。

思い出を運びます。日通の海外引越説明会!!

次回、日通の海外引越説明会は、

10月25日(木) AM10:30~

11月22日(木) AM10:30~

ブラジル商工会議所にて

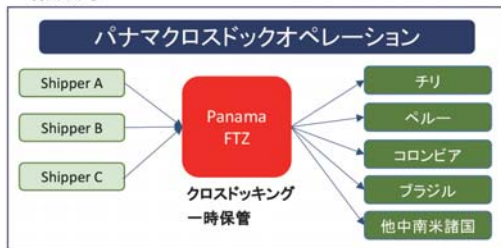
特典

説明会にご参加いただいた方には、
サンパウロ市内無料配達箇所を拡大いたします!

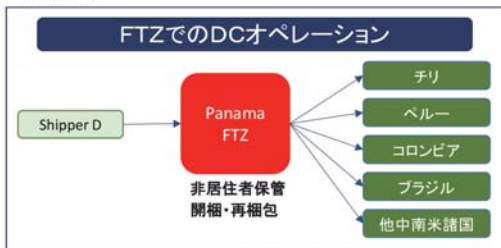
日系フォワーダー初、パナマで営業開始しました!!

パナマ支店の開設により、中南米地域で物流サービスの拡充を行い、多様化する物流ニーズにお応えします。

活用例①



活用例②



物流でお困りのことがあれば、是非、ブラジル日通にご相談を!!

ブラジル日通は、多様な国際物流サービスをご提供しております。

南米域内における物流事情、国境通関や輸送手配に関するお問い合わせもブラジル日通まで。

ブラジル日本通運有限公司

TEL: 011-3583-3882 (日本語でどうぞ!)

e-mail: removals@nittsu.com.br

担当: マリッサ安慶名 / 篠田

