

# HIS

Vol.

# 31

2024  
JLY

# Vamos!

旅に出る・・・そのワクワク感を日常に

by H.I.S. BRASIL TURISMO

行ったら意外と  
気に入るかも!?

## 特集：建築にハマる未来都市！ブラジリア

食で旅気分！南米 GURMET 寒い時に嬉しい「スープピュウフェ」

今回はブラジリアでこのひと！飲食店オーナーシェフ 杉浦崇さん

人気講師がお届けする！ポルトガル語フキ講座～Saborどんな味ですか？～

サンパウロ名所紹介 イタリア人移民の歴史が残る ピッシーガ地区

日本での歴史ある製法にこだわりました！ブラジル製「キッコマン本醸造しょうゆ」



# 桜田クリニックの インプラント システム

この中でどれが  
インプラントの歯か  
解りますか？\*

\*【答え】左中心から2番目。  
上の歯は前歯7本ともE-max。  
下は本物の歯(38歳、女性)。

桜田クリニックでは世界トップクラスのスイス製

『ノーベルバイオケア』『ストローマンインプラント』を使用

✔より安全   ✔より最新   ✔よりスピーディー

失われた1本の歯根の代替品として、インプラントを1本だけ使って、失った歯の部分を修復する方法は、最も洗練された治療方法であり、審美的にも満足のいく結果が得られます。



ブラジルで手術  
達人の口腔外科医  
マルコス・ビッタ先生担当

▶天然歯のように自然に

1本のインプラントによって  
あなたも自分の天然歯のように  
自然に感じられます。

▶本来の骨量維持

顎骨の萎縮の  
心配もなく、  
本来の骨量維持できます。

▶健康な歯を削る必要ない

ブリッジ入れる時のように  
健康な隣の歯を  
削る必要がありません。



院長の桜田ローザ先生

「他院で診療  
を受けたら、  
インプラントは  
できないと  
言われた」と  
いう方、ぜひ  
一度当院まで  
ご相談ください。

## インプラントなら28年のキャリアの桜田クリニックで

日本語でメッセージをどうぞ



ブラジル・サンパウロ  
桜田クリニック



メッセージのみでアテンドいたします。

(11) 97724-7214

📍 Av. Paulista, 491 Cj. 24 - Cerqueira César - São Paulo - SP - CEP 01311-000

🌐 www.clinicasakurada.com/   📱 rosasakuradadentista/   ✉️ rosakomori@gmail.com

「建築にハマる未来都市」

# Brazilia

## ブラジリア



国立美術館：Museu Nacional da República



### 意外と知られていない!?ブラジルの首都

リオデジャネイロからブラジリアに首都が移転されたのが1960年。当時の大統領であるジュセリーノ・クピチェックは、「内陸への首都移転することで、内陸を発展させ、ブラジル国内を均等に豊かにする」ことを目標とし、1956年に国際コンペが行われ、その後わずか数年で完成しました。

基本設計を担当したのは、ブラジル建築界の重鎮ルシオ・コスタ。そして主要な建築物を、ブラジルを代表する建築家オスカー・ニーマイヤーが設計します。巨大な人造湖に向かって飛行機が飛んでいる形に設計されたモダンな都市は、歴史の浅い新都市としては珍しく1987年に世界遺産にも登録されました。



ピンク色が飛行機の形をした都市計画。この飛行機内とその周辺に大統領府などの重要な建物が並んでいる。



ブラジリアはサンパウロから飛行機で約1時間半。標高1000mにあるため、夏は暑く日差しも強く、サンパウロと同様乾燥した気候。奥に見える湖 Lago Paranoá は、湿度が低い内陸高地に湿気を取り入れるため川を堰き止めて作られたもので、周囲80kmの巨大な湖。羽根の部分には、高級住宅や大使館などの建物が多く入っている。モダンで面白い形の公的施設と、整然と並んだ巨大な建物が特徴的な都市。



# 意外にハマる!?

## Architourism

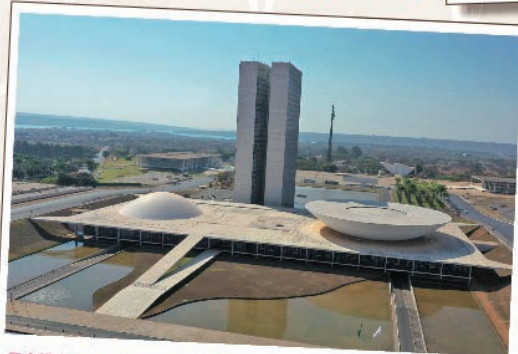
建築巡り



大聖堂の外観



ブラジリアのシンボルとも言えるブラジリア大聖堂。曲線とステンドグラスが美しく、外からみて、中に入って二度楽しめる教会です。内部の壁も曲線を描いており、端で話す声が反対側の端まで届くというトリビアがあり、試す人もちらほら。外観は左のイラストのように、16本のくの字型のはりで支えられている構造。



国会議事堂は、飛行機の形をした都市の操縦席のあたりに位置し、内部の見学が可能です。中央に2つの縦長のビル、左右に半球を伏せた状態と切り口を上に向けたものがあり、伏せたものは保守的な上院、逆に上に向けたものは、国民の声をきき新しいアイデアを生み出す下院が表現されているそう。館内には、連帯の資料なども展示されています。

ニューヨークの国連本部を設計した建築家の一人として、世界でも知られるブラジルの名建築家オスカー・ニーマイヤー。リオデジャネイロ州のニテロイにある現代美術館や、クリチバのオスカーニーマイヤー美術館、ミナスジェライス州・パンブーリャの Santuário Arquidiocesano São Francisco de Assis、サンパウロのセントロにあるコッパンビルなど、ブラジル各地に個性で美しいモダニズム建築を残しています。

ブラジリア観光の一つの目玉でもあるのは、建築巡り。都市計画のルシオ・コスタ、その下で才能を開花させたニーマイヤー、それに刺激を受けた後世の建築家たちが残した作品が立ち並びます。

首都として、大統領、各首脳、世界各国の領事など、要人たちの集う街だけあり、レストランやカフェもおしゃれでクオリティー高いお店も楽しめます。

また、国会議事堂や大統領府、大統領官邸などは、ブラジルならではの規模感で、お子さんの社会科見学としてもいいかもしれないですね。

地図上は、見どころが比較的まとまっているからか、もしくは街の見通しがいいせいか、歩いて色々な観光ポイントをまわれそうだと思うのですが、実際はかなり距離があるため、Uberや自転車などをうまく利用して観光を楽しむのがおすすめです。



写真は大統領府のプラナルト宮殿。この他に、湖の近くに大統領官邸であるアルボラーダ宮殿も。プラナルト宮殿では、頻繁に衛兵の交代式を目にすることができる他、日曜日はガイドツアーも行われています。夜のライトアップが綺麗なことでも有名です。





一面のステンドグラスが神秘的な空間を生み出しているドンボスコ教会 (Santuário São João Bosco) は、ブラジル大聖堂と共に外せないスポット。ブラジリアの太陽を受けて輝くガラスはイタリアから輸入されたもので、建設はニーマイヤーの弟子のカルロス・アウベルト・ナベス。イタリアの聖人ドン・ボスコが1883年に見た「ユートピア」にまつわる夢を元に建設されたことでも有名です。(場所はAsa Sulの翼の根元あたり)

ブラジリアの“飛行機”の船首部分には、前述の大統領府や、国会議事堂 (Palácio do Congresso Nacional: 見学可能)、外務省 (Palácio Itamaraty: 見学可能)、三権広場 (Praça dos Três Poderes)、ルシオ・コスタ展示室 (Espaço Lucio Costa: 見学可能)、連邦最高裁判所 (Supremo Tribunal Federal) など見どころが集まっています。

その中にある、タンクレド・ネヴェス祖国と自由のパンテオン (Panteão da Pátria e da Liberdade Tancredo Neves) は、ブラジルの軍政を経て初めて行われた選挙で選ばれながらも、大統領就任の前日に病に倒れ亡くなったタンクレド・ネヴェスや、祖国に尽くした政治家の歴史をみられる場所。ブラジリア見学は、ガイドで歴史を知ることによって深みが増すので、ガイド付きの観光もおすすめです。



## TORRE DE TV テレビ塔

ルシオ・コスタが設計したテレビ塔は、飛行機の形をした都市計画「パイロットプラン」を見渡せることから、ブラジリアでは外せない観光名所。高さ224mで、地上から75mのところには屋外の展望台があり、エレベーターでも上ることが可能です。夕方18時まで開いているので、夕景を見るもの人気。週末には付近でお土産物を売るフェイラなども楽しめます。

## MEMORIAL DOS POVOS INDÍGENAS

先住民記念博物館

“飛行機の尾翼”部分にあるニーマイヤーのデザインの美術館で、ブラジルが誇る先住民たちの写真や芸術品のような美しい手作りのカゴや体の装飾品などが展示されています。円形の建物の中央がパティオになっており、そこには200もあるとされる先住民部族の言葉が書かれた小さな柱が立てられています。



## IGREJA NOSSA SENHORA DE FÁTIMA

ファティマの聖母教会

ブラジリアへの遷都を成し遂げたジュセリーノ・クビチェック大統領の妻が、娘の病気が治ったことに感謝し1958年ブラジリアに初めて作ったカトリックの教会。(場所はAsa Sulの真ん中) ニーマイヤー設計で、ブラジル人アーティスト Athos Bulcão の可愛らしい星と白い鳩のタイルが印象的。



# Restaurante & Cafe

レストラン&カフェ巡り



ブラジリアで多くの人が休日を通すスポットの一つが湖畔。開放的な湖ビューのレストランやカフェなどもあり、週末は混み合うので早めの時間に訪ねるようにしましょう。湖には遊覧船があるので、湖上からの景色も楽しめます。

Pontão do Lago Sul が湖畔ビューのレストランやアイスやさんがあり、芝生で子供と遊んだり、お散歩もできるスポットとして有名。他にも、Cocobambu Lago sul などの有名店も湖畔に。NAU Frutos do Mar は、湖と有名な橋を一緒に見れるテラスで人気です。



Athos Bulcão グッズ

教会のタイルでも有名なアーティスト Athos Bulcão のグッズのお店もあります。ブラジリア旅行の思い出にいかがですか？  
お店情報: Instagram @fundathos

# Hotel

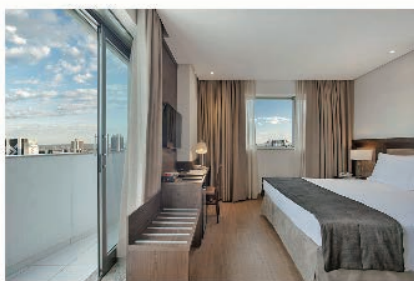
ホテルものんびり



Brasilia デザイングッズ

パイロットプランの飛行機デザインや、街の標識のサインなどをモチーフにしたグッズやさん。  
お店情報: Instagram @bsbmemo

おすすめは Windsor Hotel Brasilia。パイロットプランのちょうど心臓部にあり、ホテル休憩をとりながら観光もしやすいのも嬉しいポイントです。



@Windsor Brasilia

主要な観光スポットから少し離れると、湖畔でよりリゾート感のある Royal Tulip Brasília Alvorada や、オスカー・ニーマイヤーの設計が楽しめる Brasília Palace Hotel も。単身 or ご家族連れなどのメンバー構成や、旅のスタイルによって様々なチオイスがあります。

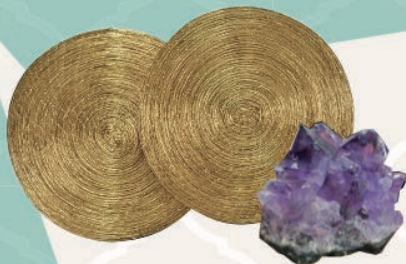
# Winery

ブラジリアでワイナリー!?



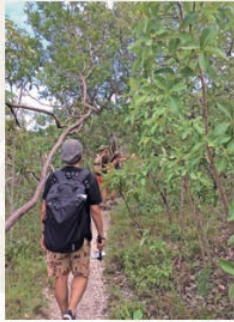
@villatriaccahotelvinicola

ブラジリアの中心部から車で1時間ほどのところには、ワイナリーを併設した Villa Triacca Hotel Vinicola & Spa も。宿泊もできますし、ワイナリーツアーだけでも受け付けています。



ブラジリアは、Goias州の中に位置し、天然石で有名なGoias州の街クリスタリーナの石や、お隣のトカンチンス州の金色の草Capim douradoも有名なお土産です。

# Suberby さらに 郊外で自然と街巡り



## ① Salto do Itiquira - Formosa

ブラジリアから車で1時間半ほどに位置するフォルモサは、高さ168mの滝 Salt de Itiquira で有名。洞窟や遺跡を訪れたり、ハイキングも楽しむことができます。

## ② Pirenópolis の古い街並み

ブラジリアから車で2時間強で到着する街ピレノーポリスは、石造りの通りや植民地時代の邸宅、レストランがあり静かに古い街歩きをしたい方におすすめ。近くにはいくつかの滝もあります。

## ③ Chapada dos veadeiros

ブラジリアから車で3時間半ほどと距離があるものの、いくつもの天然の滝とプールを巡りながらのトレッキングを楽しめるスポットとして人気。トレッキングは高低差があまりなく花や小川を楽しみながら歩けるので、小学生でも気軽に楽しめます。長期の休みで、ブラジリアの近代都市とブラジルならではの雄大な自然両方を楽しみたい方におすすめです。

(写真は全て Chapada dos veadeiros)

ブラジルで事業拡大を目指す日系企業を応援します

# HISコンサルティング

人材紹介

人事コンサルティング

通訳・翻訳サービス



お問い合わせ  
(11) 3181-7670 (11) 94180-3243  
contato@hisconsulting.com.br

H.I.S. INVESTIMENTOS E SERVIÇOS LTDA.  
www.hisconsulting.com.br/ja/  
Av. Paulista, 2028, 11 andar, Bela Vista, São Paulo

**HIS**  
CONSULTING





# ▶ 番外編! 「ブラジル このひと!」

今回はブラジル特集と連動し、首都ブラジリアで活躍する日本から来られた「このひと!」をご紹介します。  
第7回はブラジル在11年の飲食店オーナーシェフ **杉浦 崇** さんです。



2022年にはたじ焼き屋も近くにオープン。元々日本食材屋と同じ通りにお店を開いたので、お店の前にダイソーも出店。2024年ブラジリア政府から「Rua do Japão」と名付けられ、日本文化の発信ストリートとして賑わう。

## ーブラジルに来られた経緯を教えてください。

学生の頃、日本の音楽雑誌でブラジル音楽特集を目にし、ブラジル文化にハマりいつか訪ねたいと思いながら時間がたちました。27才の時に、働きながらブラジルに滞在できる日伯交流協会のプログラムを利用して1年間のサンパウロ研修に参加。“音楽が街中に生きている”の目にして心踊り、念願のブラジル生活を楽しんだものの、1年があっという間で後ろ髪ひかれる思いで帰国しました。いつかブラジルに戻りたいと思いな

がら東京でブラジル関係の仕事をしつつチャンスを狙っていたので、2013年にブラジリアの日系コンサル会社からお声がけいただいた時、2つ返事で承諾しました。妻も私の夢を理解し、当時4才の息子とついてきてくれたのも嬉しかったです。元々ブラジルの永住権がとれたら独立しようと思っていたので、4年コンサルで働いた後、かねてから興味があった食の分野のこたわりと経験を活かし、2018年にブラジリアで和食レストランを開きました。

## 自分を解放するのがうまい! 人情と助け合いの国

### ーブラジル生活で大変だった事、転職となった体験は何でしたか?

開業して2年ほどは試行錯誤の日々でした。居酒屋Dayをやってみましたがお酒が売れず“コーラとおつまみだけで長居”で売上に繋がらなかった(笑)。ブラジルの飲食あるあるですが、従業員に物やお金を盗まれたり、夜中強盗に入られたり…。ブラジリアは内陸なので、新鮮な魚介が手に入らないことから「寿司刺身はありません」というコンセプトでお店を開きましたが、日系人の多いサンパウロと違いますがまだ「日本食=寿司刺身」というイメージが色濃かったもので、寿司刺身ではない日本食の魅力を伝えるのにも時間を割きました。ただ、ブラジリアは政府機関で働く外国人や外交官や国家公務員が多く、海外経験や日本へ行ったことがある人も多かったので、徐々に常連さんが増えました。元々小さく初めて成長させようと考えていて、テイクアウトメインで始めたので、パンデミック

でも売り上げは伸び、人員も厳選できたので軌道に乗りました。調味料までなるべく既製品を使わず手作りを心がけていることや、接客にも力を入れているので、そこも支持を頂いている重要な要素だと思っています。オープンから6年、とんかつ、カレー、焼きそば、ハンバーグなど人気メニューも充実、週3回予約制のラーメンナイトも聞く他、インドの『ピンドルー』やジョージア料理『シュメルリ』など日本人が提案する海外の変化球メニューも好評を得ています。近年イートインスペースもより快適な空間にでき、人が集う場にもなりました。

### ーブラジルやブラジル人の好きなところは?

自分を解放するのがうまくて、感情を表に出すところです。知り合いでなくても道で挨拶を当たり前にするなど、人間関係を良くする方法を実践しているところも。人情があり、お金に余裕がない人でも困った人を助けようとする文化も素敵だと思います。



◀ 奥様は中学校の同級生

前に、お店でも使う携帯を1時間離れたアウトレットで落としたことがあるのですが、見ず知らずの20代の男子の持ち主を探し出して、バスを乗り継ぎ届けてくれたことがあったんです。とっさのことでお礼もできずに帰ってしまったのですが、そんな損得なしで動いてくれる人もブラジルにはたくさんいます。お店も成長した今、今までたくさんの人に助けられた感謝の気持ちを持って、次世代を担う若い世代の人たちに還元したいと思っています。

●UMAMI Deli  
住所: SHCS CLS 414 - Asa Sul, Brasília  
連絡先: 61-99623-4603 (日本語 OK)  
Instagram: @umami.deli.bsb



ネイル、マツエクもご予約可能です!

## M2 “髪質改善ストレート” がおすすめ! (酸性ストレート)

日本から入荷! 最新の施術をぜひお試しください!

- ・髪質改善ストレート
- ・酸熱トリートメント
- ・赤外線超音波トリートメント

髪内部の歪みやガタつきを改善! 艶のある髪に!



### M2 hair & beauty

住所: Rua José Maria Lisboa 662 Jardim Paulista  
予約 TEL: (11) 3554-6667 (11) 94502-0550  
ryomatsunaga527 m2ryomatsunaga



ツアー行程は、アレンジ可能!

## プライベートツアー ブラジル観光

1泊2日プラン

日本語ガイド R\$ **1,850**~

英語ガイド R\$ **1,750**~

\*2名様参加時の1名様あたりのご料金

10時着までのフライトで日帰りOK!

日帰りプラン

日本語ガイド R\$ **1,080**~

英語ガイド R\$ **980**~

\*2名様参加時の1名様あたりのご料金

- ✓ 往復送迎 (空港orホテル)
- ✓ 観光用お車&ドライバー
- ✓ 日or英ガイド & 入場料
- ✓ スタンダードクラスホテル利用2名1室  
\*1泊プランのみ

お気軽にお問い合わせ下さい♪

各種ツアー・航空券の  
お問い合わせ  
月~金 10時~19時

お電話 (11) 3181 7670  
メール [sao-paulista@his-world.com](mailto:sao-paulista@his-world.com)  
[www.his-brasil.com.br/jpn/](http://www.his-brasil.com.br/jpn/)

**HIS**  
BRAZIL





# 日本食レストラン 主都



ランチは定食メニューがございます。  
当店の味を楽しんでいただけ「おまかせ」メニューもございます。  
宅配も年中無休で承っております。



Av. Paulista, 854,  
Shopping Top Center内

TEL (11) 3262 - 2931  
インスタ @pubkeito

営業時間  
年中無休  
ランチ 11:30 - 14:30  
ディナー 18:00 - 22:00

宅配  
年中無休  
ランチ 11:30 - 14:30  
ディナー 18:00 - 20:30



## ご家族とゆったりな一日



### サベルチャカフェ

ビッシーガ地区で一番有名なコーヒーショップ。  
お茶やイタリアンソーダもあり、お菓子とおやつ  
のオプションも定期的に変わります。



### アキロピータ小教区

約20万人が集まる「フェスタ・ダ・アキロピータ」祭りが毎年8月に開催し、  
1908年からサンパウロの年間行事の一つです。イタリア料理の屋台が  
並び、地区全体がカラフルな装飾が飾られます。6月は「フェスタ・ジュニ  
ーナ」ブラジルの6月祭も開かれます。



### カンノレリア・

### カンノーリ・ド・ビッシーガ

サクサクでやさしい甘さ♪シチリア島の名物お菓子「カンノーリ」の人気  
店!!ピスタチオ、ザパイオーネ、ティラミス等7種類の味から選べます。  
中のクリームが甘過ぎず、ラム酒の風味が口の中に広がります。



## サンパウロ名所紹介⑨

## ビッシーガ地区

サンパウロのリトルイタリア&  
アンティークマーケット



### バジリカータ

### パン屋&レストラン

おうちで特別なパスタ料理を作りたい時  
も外で美味しいパスタを食べたい時も!  
イタリア食材が揃え、ペイストリー、パン、  
アンティパストのオプションもたくさんご  
ざいます。レストランにバーもあるので、  
お好みのドリンクを飲みながら、ゆった  
りランチお過ごしください。



### ドン・オリオネ広場

### のアンティークマーケット

インテリア、アクセサリ、古着、カメラ、  
お皿、ペンレコード等サンパウロでは珍  
しいヴィンテージ好きな方にたまらない  
イベント。ブースが盛りだくさんでゆっく  
りまわれます。

※毎週日曜日午前9時~午後4時まで  
住所: Praça Dom Orione - Bela Vista







# なん GOURMET

—名物料理を毎号一皿ずつ紹介—

## 大人気のスープピュッフエ



## Restaurant Info

レストラン名：Padaria Bella Paulista  
 営業時間：24時間営業  
 住所：Rua Haddock Lobo, 354  
 Cerqueira Cesar, São Paulo - SP  
 コンソラサウン駅から約5分（徒歩）  
 公式インスタグラム：padariabellapaulista

サンパウロが段々寒くなってきました！  
 今回はいろいろなブラジルのスープが召  
 し上げられるピュッフエをご紹介します。

パウリスタ通りを交わるハドック・ロボ通  
 りを少し歩くと、街角に「Bella Paulista  
 」というパン屋さんが見えてきます。24時  
 間営業で有名なこのパン屋さんでは毎日朝  
 ・昼・夜においしいピュッフエが提供され  
 ます。

スープピュッフエは午後6時～午前4時まで  
 お楽しみいただけます。ピュッフエ以外の  
 オプションもございますので、店員さんに  
 ピュッフエと伝えたら、パン屋さんのカー  
 ドに青いシールを貼ってくれます。5種類  
 のスープが提供され、ジュース、サラダ、  
 デザート、パスタ、パンの食べ放題も含ま  
 れております。その日のスープが毎日変わ  
 りますが、「Caldo Verde」と「Canja」  
 という種類は毎日提供されます。「Canja  
 」はブラジルでおかゆのように病気にしか  
 かった時によく飲まれております。お米、小  
 さいパスタ、にんにく、玉ねぎ、にんじん  
 と柔らかい鶏肉が入っております。  
 ピュッフエのパンは出来立てで、どのスー  
 プとも相性抜群です！デザートの中から、  
 プチタルトとブラジルプリンをおすすめし  
 ます。プリンは日本のプリンミックスの懐  
 かしい味がします。卵の味とキャラメル  
 の甘さを感じられます。店員さんの対応がよ  
 く、メニューは英語でも書かれてあるの  
 で、ご安心して、お楽しみいただけます。





## イベントレポート⑨

### 「Hello Kitty: 50周年記念イベント」

世界中で愛されているハローキティはブラジルでも大人気です!3月から6月末までサンパウロの「Vila Olímpia」ショッピングモールで50周年を祝う体験型の展示が開かれました。展示が2階に分かれ、1階ではキティ像と壁や床のデジタルアートが楽しめます。特別なVR体験ルームも用意され、キティちゃんの家を訪れます。2階では自分が塗ったキャラクターの絵が壁に映されます。

週末にはキティちゃんと写真が取れる時間もあり、大人たちも子供たちも長い列に並んでいました。展示のカフェでキティちゃんのお菓子が提供され、ブラジルの定番お菓子「プリガデイロ」にリボンが付けられ、とても可愛かったです。出口にグッズストアがあり、50周年の特別グッズと他のキャラクターのグッズも販売されておりました。

©'24 SANRIO 著作(株)サンリオ

## 7月~10月イベントカレンダー

冬でもホットなイベント!

7月

**Festival do Japão**

日本祭り

7月12日~14日

@festivaldojapao

**Anime Friends**

アニメフレンズ

7月13日~16日

@animefriends

8月

**Festa da cerejeira**

parque do Carmo

カルモ公園の桜祭り

8月上旬開催予定

@festadas

cerejeiras

**Festa da**

Achiropita

アキロピータ祭り

@festada

achiropitaoficial

9月

**Circuito das**

estações

「季節のコース」

マラソン

9月8日開催予定

@o2correbrasil

**Festa de**

San Gennaro

サンジェナーロ祭り

9月7日~10月6日

@festasangennaro

10月

**São Paulo**

Oktoberfest

サンパウロ

オクトーバーフェスト

10月10日~20日

@saopaulo

oktoberfest

**Brasil Game show**

ブラジル

ゲームショー

10月9日~13日

@brasilgameshow

※開催日は変更になることがあります。



幅広い専門分野で15年以上皆さまへの満足度に取り組んでいます



sakakura  
ODONTOLOGIA

歯科医療とフェイシャルエステで

# 素敵な笑顔を手に入れましょう

日本語で対応いたします



## 一般歯科



緊急対応と歯科治療の計画立案

## 歯科

### インプラント



切開手術なしで統合された骨インプラントによる失われた歯の補完。ガイド付き手術で回復が迅速で痛みが少ない

## 義歯



損傷した歯を修復し、形状、機能、外観、口内の健康を回復

## 矯正歯科



金属製の固定装置またはインビザラインのようなマウスピースを使用して、噛み合わせの修正と歯列矯正

## 口腔

### 老化



歯の形状の老化を引き起こす歯の過剰な締め付け（歯ぎしり）、破損、変形、摩耗、咀嚼機能の喪失による歯の感度と色の変化の治療

## 口腔

### リハビリテーション



専門分野の医師の協力により、口腔の健康と咀嚼機能を回復する



阪倉先生



地下鉄駅から近くて安心して通える歯科医院です

住所 Rua Itapeva, 518 - Conj. 903 - Bela Vista - 地下鉄 Trianon Masp 駅の近く

Whatsapp: 11 98769-4249 11 98345-9714

Instagram: sakakura\_odontologia Site www.sakakuraio.com.br





# サークル紹介 in サンパウロ

サンパウロ生活を充実するために参加できる、スポーツ&文化活動サークルや同窓会組織などを連載でご紹介しています。  
ご興味がある方は直接お問い合わせくださいね！

## メンバー募集中!のサークル一覧

### ●CCC (Clube de Corrida e Cerveja) : ランニング

活動内容 毎週土曜朝8時集合、イピラプエラ公園にて10K程度のラン  
代表から一言 「走り始めたいと思っていてもきつかけが無い方、また一人では続ける自信のない方、いつでも連絡ください」  
連絡先 WhatsApp (11)94285-7088 (堤 Tsutsumi)

### ●SMAB : 野球

参加資格 経験者だけでなく、未経験者も大歓迎です！  
活動内容 月に2回、土曜日または日曜日の午前中に活動しています。  
代表から一言 野球経験不問。奥様、お子様のご参加も大歓迎です。野球以外にも各種イベントも開催しています。ご連絡をお待ちしています！  
連絡先 WhatsApp (11) 99447-2309 (佐山 Sayama)

### ●長唄 和の会

活動内容 ブラジル日本棋院の2階で長唄の練習をしています。  
参加資格 長唄に興味のある人は誰でもOK。見学&経験者も大歓迎  
会費無料 (棋院の会費のみ)  
代表から一言 「三味線、楽劇も無料で揃っています！」  
連絡先 WhatsApp (11) 99589-9958 (杉本 Sugimoto)  
(11) 96344-2239 (武用 Buyo)

### ●神戸大学「ブラジル演習会」: OB 会

参加資格 神戸大学卒の方なら、学部問わずどなたでも大歓迎！  
活動内容 四半期毎に幅広い年齢層で懇親会を開催しております。  
代表から一言 「単なる食事会だけでなく週末シェハスコ他、楽しい企画を練っております。お気軽にご連絡下さい！」  
連絡先 WhatsApp (11) 94255-4361 (清水 Shimizu)

### ●中央大学「白門会」ブラジル

参加資格 中央大学OBの方ならどなたでも  
活動内容 不定期的情報交換の食事会等  
代表から一言 「白門の仲間をいつでも探しています。一緒に集まって、楽しく情報交換しましょう！」  
連絡先 WhatsApp (11) 97386-1988 (伊勢山 Iseyama)

### ●上智大学「サンパウロ・ソフィア会」

参加資格 上智大学 OBOG 及びその家族、上智大学からの留学生  
活動内容 定期的な食事会等  
代表から一言 「ブラジルでの歴史もあり、大所帯を誇る当会は、現在では上智大学本部の正式登録もある団体です。和気あいあいをモットーにしていますので、気軽に連絡ください。」  
連絡先 WhatsApp (11) 99106-3894 (加藤 Kato)

### ●サンパウロ「ゆる〜いバスケットボール部」(ゆるバス)

活動内容 パウリスタ近郊、毎週日曜日 10時~12時  
代表から一言 「基本、現地ブラジル人とのゲーム形式。子供も一緒に交じってやっています。見学、お越し、お子様、大歓迎です」  
連絡先 WhatsApp (11)98199-9563 (村上 Murakami)

### ●ブラジル日本棋院 : 囲碁

活動内容 Vila Mariana 地区にある囲碁会館での対局やルール学習  
代表から一言 「経験者から初心者まで大歓迎です！」  
HP nihonkin.com.br | Facebook BrasilNihonKin  
連絡先 TEL (11)5571-2874

### ●SPVB (サンパウロバレーボール)

種目 バレーボール  
活動内容 月に2回ほど毎週末午後2時前後に活動しています！  
代表から一言 「気軽にお問合せください！」  
連絡先 WhatsApp 11-97897-7508 (筒井 Tsutsul)

### ●大野ボクシング教室 : ボクシング

活動内容 毎週水曜日 19時からリベルダーヂの福島県人会に集まり練習をしています。興味がある方は気軽にご連絡をください。  
代表から一言 「皆さんの熱い気持ちをミットで受けます！(笑)」  
連絡先 WhatsApp (11) 94502-0550 (Ryo)

### ●Azulista (アズリスタ) : ソサイチ・フットサル・サッカー

参加資格 年齢も性別も関係なし！誰でもご参加可能です！  
活動内容 毎週土曜 or 日曜日 16時-18時  
代表から一言 「お子様も女性も、参加したい時に気軽に参加でき、参加者でコート代を割る仕組み。ピッチ内の活動だけでなく、食事会やシェハスコ、ゴルフ会なども開催しているので気軽にご連絡ください！」  
連絡先 WhatsApp (11) 998953009 (古庄 Furusyou)

### ●TVPS : テニス

活動内容 毎週土日早朝イピラプエラ公園近くホテル内テニスコートにて2時間程度試合形式の練習  
代表から一言 「がっつりテニスしたい方、入会お待ちしております」  
連絡先 WhatsApp (11) 91713-7328 (塩谷 Shionoya)


### ●三重県人会 剣道部

参加資格 年齢は7歳から。初心者でも参加可能です！  
活動内容 練習は月&水曜日の19:30から21:30までと、土曜朝9:30から11:30まで三重県人会本部で行っています。  
代表から一言 「初心者でも大歓迎！身体だけでなく精神統一や呼吸法も鍛えることができる剣道を一緒に学びましょう！」  
連絡先 WhatsApp (11) 97545-3048 (日本語 OK Édilson Shlono)

サークル会員募集・サークルイベント情報などを無料で掲載いたします！

連絡先 : [info-brazil@his-world.com](mailto:info-brazil@his-world.com) までご連絡を！



メモ 

gostoso  
muito  
um pouco

おいしい  
とても  
少し

## ポルトガル語プチ講座 ⑨ sabores

連載企画 こんな時はどう話すの?  
役に立つポルトガル語を場面ごとに紹介していきます

### 外食する時

現地のもを食べる時、ど  
んな味がするのかを聞き  
たくなりますよね!  
今回はそんな時に使える  
表現を教えます。

ケー ゴーストゥ テン  
Que **gosto** tem?  
どんな**味**ですか?

エッ アゼードゥ  
**é azedo!**  
酸っぱいです

エッ ピカンチ  
**é picante!**  
辛いです



エッ アマールグ  
**é amargo!**  
苦いです

エッ サウガードゥ  
**é salgado!**  
しょっぱいです

女性名詞と使う場合

salgada

amarga

azedo

エッ ドースイ  
**é doce!**  
甘いです

プライベートオンラインレッスン  
ご希望の方はこちらまで↓↓

メールアドレス: [contatoporugu@gmail.com](mailto:contatoporugu@gmail.com)

Instagram: [@vivaporugu](https://www.instagram.com/vivaporugu)

日常会話・ビジネスポルトガル語・メールの書き方など  
あなたのご希望に合わせて、教えます!





# TAKOYAKI 8

えいど

## 素材にこだわった屋台メシ



トッピングは  
ソースまたは  
ネギマヨ  
が選べるよ



たこ焼き

(たこ、えび、みっくす)

6個入 R\$ 22

8個入 R\$ 25

焼きそば

(どり、ぶた)

中 R\$ 35

大 R\$ 45

お好み焼き  
照り焼き丼

(どり、ぶた)

中 R\$ 30

大 R\$ 40

リベルダージ店

木 12時 ~ 19時、金・土 11時 ~ 19時

日・祝 11時 ~ 18時

Quiosque 3, Rua Barão de Iguape 158

アウグスタ店

月 ~ 金 11時 ~ 19時

Rua Luís Coelho, 192,

Consolação



HPはこちら



電話 (11) 99241-0568

Eメール takoyaki8.brazil@gmail.com

HP www.takoyaki8.com.br



takoyaki8.brasil

デリバリーはこちらから



2024年、夏のカンクン名物!

昨年遭遇率

98%



# ジンベエザメ シュノーケリング

メキシコのカリブ海で  
野生のジンベエザメと一緒に泳ごう!

★6月～8月末 期間限定予定★

期間の風物詩、カリブ海とメキシコ湾が交わるカンクン沖に、ジンベエザメが餌を求めて現れます。この巨大生物と水中で出会う興奮をぜひ体験してみませんか?★★★

ジンベエザメとのシュノーケリングの後は、イスラムハーレス島沖合で停泊し、美しいカリブ海を眺めながら休憩と軽食を楽しみましょう!

★経験豊富な英語ガイドがサポートします!

## 料金一覧

大人(12歳以上) US\$180.00

子供(4-11歳) US\$155.00

## ～ツアー詳細情報～

所要時間: 7時間30分

往復送迎: あり

ガイド: 英語対応

食事: あり

※普段酔わない方も酔い止めの服用をおすすめします。船酔いしてもツアー中は港に戻れますのでご了承ください。

HISカンクン支店のメールアドレスから予約すると

5% OFF!



【お問合せ】

団体向けに貸切の見積も可能です。ご不明な点がございましたら以下へご連絡くださいませ。

HISカンクン支店 [cancun@his-world.com](mailto:cancun@his-world.com)

上のQRコードから詳細の確認、予約が可能です

H.I.S. カンクン支店 H.I.S. Giras Internacionales Cancún

TEL : +52 (998) 887 - 9928

MAIL : [cancun@his-world.com](mailto:cancun@his-world.com)

HP : <https://his-latam.com/>



# 広告主募集！

HIS発行のフリーマガジン「Vamos!」に貴社の広告を載せませんか？

掲載サイズ	広告料 / 1回
裏表紙 (A5)	R\$ 1,200
表紙の裏面 (A5)	R\$ 1,000
裏表紙の裏面 (A5)	R\$ 900
1 ページ (A5)	R\$ 700
1/2 ページ	R\$ 400
1/4 ページ	R\$ 200

市内レストラン・日系企業に年4回配布、  
弊社HPにてデジタル配信！

発行回数 | 季刊 (1、4、7、10月)

発行部数 | 1,100部

配布先 | 市内レストラン、日系企業など約50軒、弊社HP上でのデジタル配信

読者ターゲット | 在サンパウロ邦人、日系コミュニティ

お申し込み・お問い合わせ

H.I.S. Brasil Turismo Ltda.

Email [info-brazil@his-world.com](mailto:info-brazil@his-world.com) | Tel (11) 3181-7670

営業時間 月～金 10:00 - 19:00

## Vamos!は以下の店舗・日系企業で配布中

Yakitori COCORO

博多一幸舎

うどん甚兵衛

TAKOYAKI 8

らーめん和

味噌屋

ばりこてラーメンまる

M2 hair&beauty

ジョジョラーメン

カフェ茶房未来

日本航空サンパウロオフィス

ジェットロサンパウロ事務所

ブラジル日本商工会議所

キッコーマン ブラジル社

桜田クリニック

きんばし

Sozai Japanese Deli

全日空サンパウロオフィス

izakaya COCORO

坂倉歯科

圭都レストラン

など50か所以上

HISサンパウロ支店HPでデジタル配信も行っています！

バックナンバーもお読みいただけます。www.his-brasil.com.br/jpn/vamos/



## Vamos! Vol.31

発行日 2024年7月1日

発行者 H.I.S. Brasil Turismo Ltda.

住所 Av. Paulista 2028, 11 andar, Bela Vista, São Paulo

電話 +55(11)31817670

Email [info-brazil@his-world.com](mailto:info-brazil@his-world.com)

印刷 Printi

**HIS**  
BRAZIL

ブラジル製

キッコーマン本醸造しょうゆ。

日本品質!

もう日本から  
持ち込まなくても大丈夫!  
リベルダージ地区や、  
お近くの\*スーパーで  
お買い求めいただけます。



素材を  
生かす  
澄んだ赤橙色  
深いコクとうまみ  
華やかな香り



275 ml



150 ml



1 L

主原料



大豆



小麦



塩

日本での歴史ある製法にこだわり、伝統的なしょうゆの原料である「大豆」と「小麦」を使用。

現地製造



日本からの技術者の  
厳しい管理のもと、  
サンパウロ・  
カンピーナス工場  
でしょうゆを製造し、  
ご提供します。

\* Made in Japan/Pão de açúcar/Hirotaなど

その他の調味料シリーズも好評!

とんかつソース



240 ml

ほんずタイプ



240 ml

ごまソース



240 ml

オイスターソース



190 ml / 390 ml

お問い合わせ | KIKKOMAN DO BRASIL INDÚSTRIA E COMÉRCIO DE ALIMENTOS E BEBIDAS LTDA.  
TEL: 011-3283-0733 E-MAIL: contato@kikkoman.com.br

Facebook Instagram @KikkomanBrasil

ALIMENTOS

BEBIDAS

