



HIS

Vol.

35

2025
JLY

Vamos!

旅に出る・・・そのワクワク感を日常に

by H.I.S. BRASIL TURISMO

ブラジルが誇る
自然と文化!

特集：地球の肺！アマゾン流域を知ろう！

誰もが憧れるカリブ海！カンクンのオールインクルーシブ旅をご紹介！！

サンパウロこのひと！4ヶ国語の通訳！ジョニー・インバシさん

人気講師がお届けする！ポルトガル語7千講座13 ～電話番号編～

名所紹介はエンブー・ダス・アルデス！南米グルメはモルタデッラサンド！！

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

透明な マウスピース 矯正

金具のいらない矯正治療を知っていますか？

インビザライン



- ✓ 装置がずっと歯についていることに抵抗がある
- ✓ 仕事柄、装置が見えるのはNG
- ✓ 矯正していることをあまり人に気づかれないと言う方にお勧めの矯正器具です。

 **invisalign®** インビザラインは世界で1番普及しているアメリカの「マウスピース型矯正装置」のバイオニア企業です。

院長の桜田ローザ先生

治療の流れ

1 口腔内をスキャン

医師との治療相談後、「口腔内をスキャンし、簡易的な3Dシュミレーション画像を作成します。」

2 3Dシミュレーション

3D治療計画ソフトウェアを通じて、治療開始から完了に至るまでの歯の動きを、コンピューター上で画像および動画として再現します。

3 アライナー製作

作成された治療計画にご了承いただけたら、忠実かつ正確に各ステージのアライナー(透明のマウスピース)が作製されます。

4 アライナー装着

アライナー(透明のマウスピース)を装着していただきます。アタッチメント、スライスカットなど必要であれば調整します。

当クリニックインビザライン認定医

ベテラン

インビザライン 認定医が3人

全員矯正歯科修士号を習得しておりインビザラインゴールドカテゴリー(ブラジルで最も症例の多い歯科医のカテゴリー)に入っている先生もいます。



シルバナ・ロッシ先生



アンドレ
アルメンターノ先生



栗森エリカ先生

まずはビデオシミュレーションをしましょう



ブラジル・サンパウロ
桜田クリニック

 (11) 97724-7214

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

 www.clinicasakurada.com/  [rosasakuradadentista/](https://www.facebook.com/rosasakuradadentista/)  rosakomori@gmail.com

地球の肺

Amazon

アマゾン河と熱帯雨林

11月に国連の気候変動会議であるCOP30がペレンで開催されることで、世界からも注目されるアマゾン流域。今回はそのアマゾンをちょっと知った気になれる特集です！

Q 河の全長は？

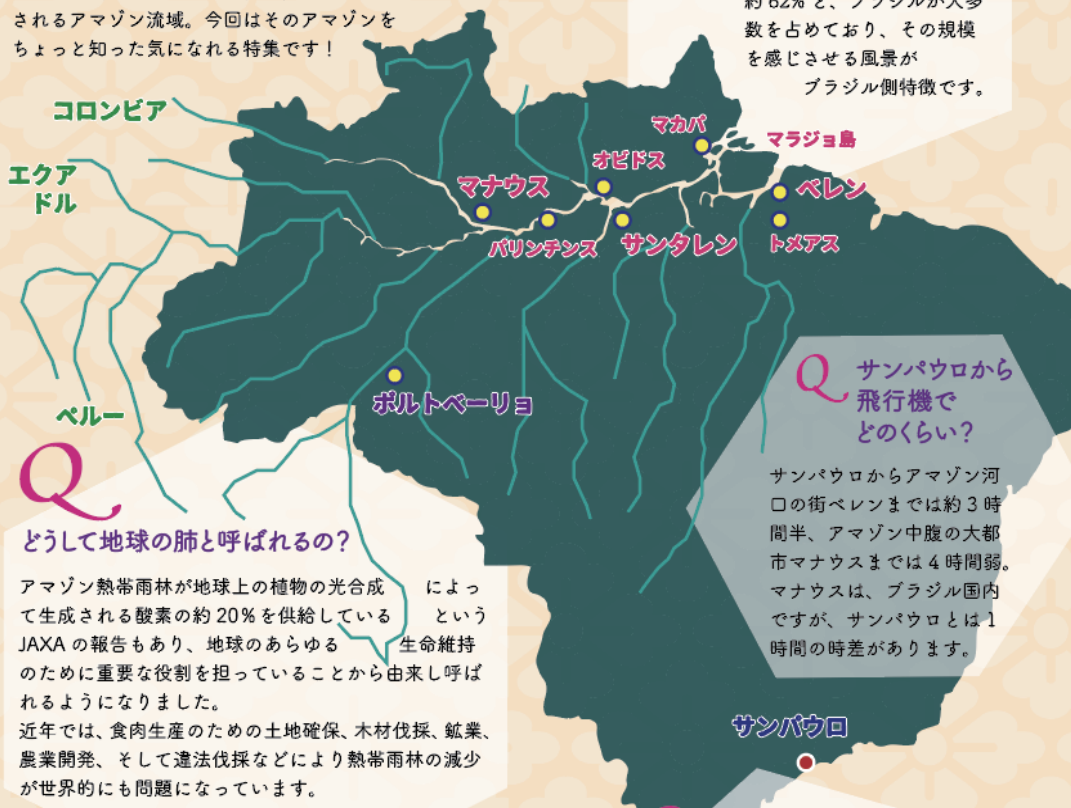
全長は6516 km。6,695 kmのナイル河につぎ、世界で2番目に長い河です。名前の由来は、ギリシア神話の女人族アマゾネスと言われています。

Q 何カ国にまたがっている？

ブラジルを中心に、ベネズエラ、コロンビア、エクアドル、ペルー、ボリビアの計6カ国。流域面積は、日本の総面積の約19倍にあたります。

Q ブラジルは何%を占める？

約62%と、ブラジルが大多数を占めており、その規模を感じさせる風景がブラジル側特徴です。



Q どうして地球の肺と呼ばれるの？

アマゾン熱帯雨林が地球上の植物の光合成によって生成される酸素の約20%を供給しているというJAXAの報告もあり、地球のあらゆる生命維持のために重要な役割を担っていることから由来し呼ばれるようになりました。

近年では、食肉生産のための土地確保、木材伐採、鉱業、農業開発、そして違法伐採などにより熱帯雨林の減少が世界的にも問題になっています。

Q サンパウロから飛行機でどのくらい？

サンパウロからアマゾン河口の街ペレンまでは約3時間半、アマゾン中腹の大都市マナウスまでは4時間弱。マナウスは、ブラジル国内ですが、サンパウロとは1時間の時差があります。

Q どんな暮らしや文化があるの？

アマゾン流域には、300を超える部族の先住民が暮らしています。中でもヤノマミ族やカヤポ族が有名で、豊かな文化を持っています。アマゾン観光の中心地マナウスでは、先住民の人々の暮らしやダンス、工芸などを体験できるツアーもあり、人気です。

アマゾン流域には、河の上に高床式の建物を作り暮らし人々もあり、水面が高くなると船を使って移動し、水面が低くなると地面が出てくるので、畑作りや家畜の飼育をするという面白い生活をしている地域もあります。



アマゾン河口の街ペレンは、パラ州の州都。港の前に広がるアマゾン河は海のようなひろさでその規模の大きさを感じさせます。

Belém

ベレン

砂糖やコーヒー、天然ゴムなどの輸出港として栄えた街。街路樹にマンゴーの木が植えられていることでも有名です。日系移民や子孫も住んでおり、日本領事館が置かれています。港沿いにある市場ペロペーゾとその周辺では、アマゾンの面白い魚やカニ、フルーツのジュース、アサイー、薬草を使った薬の小瓶などが売られています。路上で食べられるタカカーというスープはベレンのB級グルメ。10月にはナザレ大祭が行われ、地方からも巡礼の人々が集まり賑わいます。11月にはCOP30がありすでにホテルが手配困難なので、その時期を避けて訪ねましょう。



Marajo

マラジョ島

アマゾン河口にある四方を淡水に囲まれた世界最大級の島。インディオ達によるマラジョ文化の遺跡や工芸品で有名。現在は天然ゴムや水牛の飼育が主な産業となっている。豊かな自然を求める人々の隠れた観光地としても知られ、水牛観光や淡水の美しいビーチ、船の探索、自然散策などが楽しめます。Carimbóというダンスや、水牛のお祭り Búfalo-bumbá、Turu と呼ばれる海の行きものの料理が特徴的。ベレンから Soure という島都まで高速船で2時間半ほどで到着します。



Toméaçu

トメアス

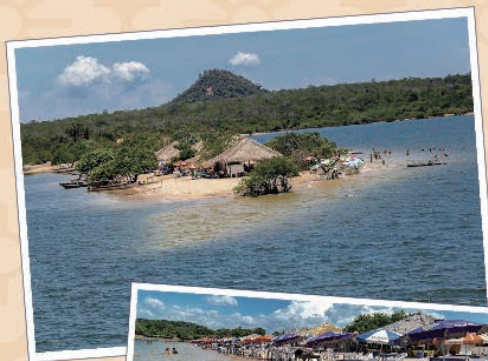
アマゾン流域でも有名な日本人移民の移住地。1929年に最初の日本人アマゾン移民が到着した土地でもある。現在でも日系の農家がアグロフォレストリーという森を作りながら行う持続可能な農業を実践し、世界からも注目を浴びています。日本でも手に入る FrutaFruta のアマゾンフルーツのビューレなどは、主にトメアス地域の農協から輸入されています。ベレンからトメアスまでは車と船を使って3時間半~4時間ほど。隣町のクアトロス・ボカスには、日系の移民資料館があります。



Macapá

マカパ

アマゾン河を挟んでベレンの反対側に位置するアマパー州の州都。赤道直下にある都市としても有名。スズ、鉄、金、マンガンなどの鉱物採掘が主な産業。アマゾンの他の街ほど豊富な観光資源はありませんが、植民地時代に作られた要塞や、自然を体感できるエコツーリズムが人気です。



Santarém

サンタレン

タバジョス川とアマゾナス川の合流点にあるサンタレンは、1661年に設立されたアマゾン地域で最も古い都市の一つ。タバジョス川の透き通った水と砂浜が100キロメートル以上続くビーチ“Alter do Chão（アルテル・ド・シャオン）”は、「ブラジルのカリブ海」と呼ばれ、英紙より、ブラジルで最も美しいビーチの一つに選ばれました。近郊には、水上生活の村々が点在し、ピラルクーの養殖が行われている他、金の採掘を仕事とするガリンペイロ経験者も多く住む街です。



アマゾンの主な交通手段は寝台船

Óbidos

オビドス

サンタレンから船で4-5時間のところにある小さな湊町オビドスは、観光の街というよりはアマゾンの日常が佇む静かな街。ただ、6-7月に行われるボイブンバナと様々なお祭りが開催。また2-3月のカーニバル“Carnapauxis（カルナバウシス）”も比較的名で、周辺地域の人々が集まり、1週間に渡り賑わいます。

Parintins

パリンチンス

アマゾン河の中流にありながら、10万ほどの人口のある比較的大きな街。世界文化遺産であるパリンチンス民俗フェスティバルで有名です。1965年に始まったお祭りで、6月の最終金曜日から日曜日にかけて開催されます。ボイ・ガランティード（赤色）とボイ・カブリチョーザ（青色）という2つのグループにより、野外で歌と衣装、ダンスが披露され、お祭り期間中には世界中からなんと10万人以上の観光客が訪れるのだとか。パリンチンスを訪れるのには、マナウスからプロペラ機で1時間半ほどか、船で8~10時間ほどかかります。



Manaus

マナウス

アマゾン流域で最も有名なアマゾン観光の拠点の街マナウス。かつてヨーロッパから船で運ばれた豪華な装飾により作られた劇場や、面白い食材や民芸品が売られる市場など人気の観光スポットもある他、周辺地域にはアマゾンロッジが点在し、先住民の暮らしや2つの色の河の合流地点を見る船のツアー、ピンクイルカのツアー、ピラニア釣り、アマゾンレッキングや、ナイトサファリなどなど、アマゾンの面白さと豊かさを体感できるツアーが盛りだくさん。サンパウロから飛行機で4時間ほどです。

マナウスはアマゾン流域最大の街。人口約2000万。



キートな
ピンクイルカ



Culture & Shopping

アマゾンの文化を体感!



▲ナマケモノもアマゾン流域でよく見られる動物。ナイトサファリでは、蛇やワニなどに遭遇することもある!



▶マナウスの市場。アマゾン川の魚は意外にも美味しく、中でもタンパッキの塩焼きは日本人にも大人気です。

▲アマゾンロッジは、豪華な設備がありヘリコプターなどに好まれるものから、より自然派のロッジまで様々。宿泊期間に行われるツアーを参考に選ぶのも重要です。

▶装飾が美しいマナウスの劇場。



▲アマゾンフルーツクラブアス



▲先住民が彫る動物たちも

アマゾンの食の豊かさに驚かれる日本の方も多くいるほど、フルーツでもお魚でも美味しいものがたくさんあるアマゾン。スーパーフルーツもたくさんあり、アイスなどで気軽に楽しめるのでおすすめです。先住民の文化も色濃く感じられる民芸品も多く、その手仕事の細やかさに見惚れてしまうことも。木の種などを使ったアクセサリも人気です。



バンクーバーの歴史ある語学学校で英語を学ぼう

カナディアン・カレッジ・オブ・イングリッシュ・ランゲージ

Canadian College of English Language

おすすめポイント

- ◆ 今までに70か国から10万人が受講!
- ◆ 独自のオンラインリソースSMRTを使用した画期的な授業!
- ◆ TESOL/CELTA資格を保持するベテラン講師陣!
- ◆ 優れたスタッフのサポートで安心!



ご自宅からオンライン留学もOK!

お問い合わせ

(11) 97815-6985

sao-intercambio@his-world.com

www.canadiancollegebrasil.com.br

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



Canadian
College

HIS

BRAZIL

ジャングルロッジで楽しむ アマゾン2泊3日～ R\$ 3,230～



2名様参加・2名様1室利用時の最安値



エボルソン ロッジ

マナウスから約70キロに位置。
アマゾン河イルカ(ピンクイルカを含む)観察ツアーがすべてのパッケージに含まれている唯一のロッジ。



エコパーク ロッジ

マナウスから約25キロに位置。
敷地内ジャングルに70軒のバンガローがある。「サル森」と呼ばれる霊長類リハビリセンターを併設。



ジュマ ロッジ

マナウスから約100キロの自然保護区域内に位置。ロッジまでの道のりで二河川合流点を見学可能。雨季は水上コテージとなる。

ツアー料金に含まれるもの:

- 空港と各観光地、ホテルへの送迎(車両・ポート)
- ロッジ宿泊
- ロッジでの全食事
- 英語or日本語現地ガイド
- ロッジでのアクティビティ

ロッジで楽しめるアクティビティ:

- 二河川合流点
- 朝日・夕日鑑賞
- ピラニア釣り
- ジャングルトレッキング、○原住民宅訪問
- ナイトサファリツアーティ
- ピンクイルカ観察

※ロッジ・天候により参加できるアクティビティが変わります。

ベストシーズンはいつ?

通年観光可能。ただし、年間を通しての水位の差はなんと15メートル!季節によって景色が変わります。

- 雨季:12月中旬～6月
- 乾季:7月～12月上旬
- ◆最増水期:6月
- ◆最減水期:12月

お問い合わせ

H.I.S.サンパウロ支店 (11) 3181-7670 | sao-paulista@his-world.com

サンパウロ市内から車で約1時間離れた
エンブー・ダス・アルテス「Embu das Artes」
は毎週土曜日と日曜日に開かれる民芸品の市
場で有名な町です。

ブラジルらしい小物や織物などの露店とお店
がエンブーの歴史地区の通りにずらりと並ん
でおります。食べ歩きしながら、楽しめることも
できるし、ブラジル料理のレストランもたくさ
んございますので、日帰りのゆったりなお出か
けにおすすめいたします！

サンパウロ名所紹介 ⑬

エンブー・ ダス・アルテス

サンパウロ郊外の芸術の町

民芸品の市場は1969年から開かれ、現在は約500軒の露店が出ており、2021年にサンパウロ州の無形文化遺産に登録されました。ほとんどの露店はイエズス会の宗教美術館の周辺に設置され、このエリアには家具や飾り物のお店もたくさんございます。ヤノマミというお店では蔓編みのかごやかわいらしい動物モチーフの置き物が販売されております。美術館は土日でも開店しますが、12時～13時の間は閉館しております。



ノッサ・セニョーラ・ド・
ロザリオ通りの店々の間
には長い細道がございます。
その道は昔服を洗
うために女性たちが通
っていた細道で、それで
「Viela das lavadeiras」と
名付けられました。現在は
綺麗な壁画が描かれ、イン
スタ映えスポットとして人
気を集めております。可愛
いマグのお店とヴィンテー
ジアンテリアショップもご
ざいます。



アーティザンリキュールやワイン
のお店「Cachaçaria da Vila」では
たくさん種類のお酒が販売され
ており、昔ながらのクッキーやビ
スケットもサクサクで美
味しいです。



お昼ご飯の時は有名で人気の「O Garimpo」又
は「Casa Florida」というお店をおすすめいた
します。「Casa Florida」はお花がたくさん飾
られ、ロマンチックな店内をお楽しみいただけ
ます。他に、アカラジェやシュラスコなどのお
店も点々と。

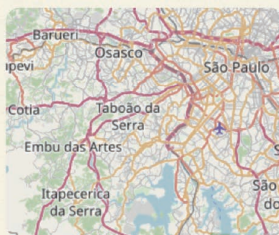
詳しくはウェブ
サイトにてお問い
合わせください。



開催情報

土日 午前10時頃～午後4時頃まで
※雨の日は露店が少なくなることも
ございます。

住所：Rua da Matriz, 16A
- Centro, Embu das Artes -
SP, 06803-420
Instagramアカウント：
@feiradeembudasartesoficial



© OpenStreetMap

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



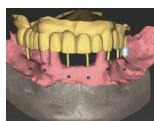
一般歯科



緊急対応と歯科
治療の計画立案

歯科

インプラント



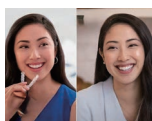
切開手術なしで
統合された骨イン
プラントによる
失われた歯の補
完。ガイド付き手
術で回復が迅速
で痛みが少ない

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



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

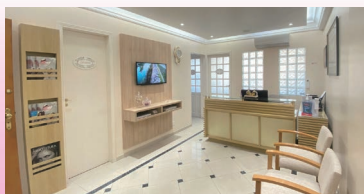
リハビリテーション



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

なん GOURMET べい = 名物料理を毎号一皿ずつ紹介 =

今回はサンパウロの名物料理「モルタデッササンド」を提供している人気店「Hocca Bar」をご紹介します。

1号店は1935年にポルトガルから移民したカップルのオラシオさんとマリアさんによってサンパウロの観光名所の一つ市立市場に設立され、現在はサンパウロ州に5店舗がございます。モエマ地区にある店舗は駅から近く、駐車場もあるので、とても行きやすいです。

モルタデッササンド「Mercadão」には350グラムのモルタデッサととろ〜りけたプロヴォローネチーズとマスタードが入っております。薄切りのモルタデッサがたくさん入っている割に、サイズが小さめです。パンがフワフワで、マスタードがプロヴォローネの風味を高め、一人でも飽きずに食べられます。

Sanduíche de Mortadela



メニューにはサンドイッチ以外にもステーキやタラが入った料理もございます。タラのムニエルは新鮮な野菜がたっぷりで、バターが効いており、3人で分けることができます。タラのクロックと揚げたてでサクサクのバステウも大人気です。エビのバステウは2023年に世界各地の料理をレビューするガイド「テイストアトラス」に「世界で一番美味しいバステウ」として選ばれました。土曜日の昼間は耳に心地いいMPBの生演奏を開催しております。広々とした店内でゆっくりお食事をとお楽しみください！

店名: Hocca Bar

営業時間: 月〜日 12時から22時まで

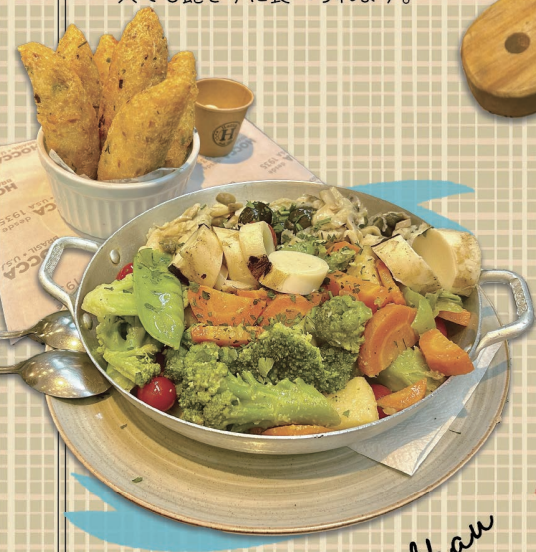
住所: Alameda Jauaperi, 1487

- Moema, São Paulo - SP, 04523-015

※紫線のエウカリプス駅から徒歩5分

公式インスタグラム: @hoccabrasil

Bacalhau



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る「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



カンクン オールインクルーシブ旅

ハイアットジーバカンクン

カリブ海発祥とも言われる「オールインクルーシブホテル」

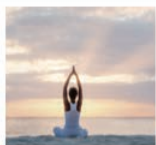
チェックインした瞬間から、食べ放題&飲み放題がスタート！

お財布を気にせず、思いっきりリゾート気分を満喫できると人気のスタイルです。

今回は、そんなオールインクルーシブホテルで、どんな楽しみ方ができるのかをご紹介します！



プールアクティビティ



ヨガ



ジム



スノーケリング



食べ放題



飲み放題



キッズクラブ



テイasting



エンターテインメント



メキシカンショー



チップ



ルームサービス

カンクン人気ホテル ハイアットジーバカンクン

ハイアット ジーバ カンクン (Hyatt Ziva Cancun) は、メキシコ・カンクンのプンタ・カンクン半島に位置する人気のオールインクルーシブリゾートです。家族連れからカップル、単身旅行者まで幅広く楽しめる設備とサービスが魅力です。

- ・ホテル内に3つのインフィニティプール、大人専用プール、スイムアップバーあり
- ・全547室のスイートルームは、モダンなカリブ海風デザイン、ミニバー無料補充、豪華なバスルーム、24時間ルームサービス付き
- ・キッズクラブ「KidZ Club」、ティーンズ専用ラウンジ「@Moods」など、子ども向け設備も充実
- ・屋外アンフィシアターで毎晩のライブショー



お問い合わせ

HISブラジル支店

+55-11-3181-7670

sao-paulista@his-world.com



ANAで巡る、日本の魅力

ANA（全日空）は、信頼と快適さを備えたサービスで、日本国内61都市へ就航しております。

ブラジル発米国、メキシコ、欧州、トルコ経由で毎日約10経路、スムーズな乗り継ぎで目的地へお届けいたします。
旅行代理店にてご相談ください。

ANAならではの、おもてなしをぜひご体験ください。

ANA - 日本の心を、空から。



ANA Brasil: 11 2141- 2121 | e-mail: anabrasil@anabr.com.br

「サンパウロ このひと！」

ブラジル・サンパウロで活躍する「このひと！」をご紹介しますコーナー。
第11回は 4ヶ国語の通訳をこなす **ジョニー・イシバシ** さんです。

ー簡単に自己紹介をお願いします。

サンパウロで生まれた日系2世です。1990年から33年に渡り日本で過ごし、日本語・ポルトガル語・英語・スペイン語の通訳・同時通訳者、MCやナレーターとして活動してきました。通訳では、スポーツ選手や現場、日本の省庁の極秘会議から皇族の通訳、ブラジルの大統領の同時通訳など様々なシーンのお仕事をさせていただきました。

ー日本で通訳になられたきっかけは何だったんですか？

読売ジャイアンツの外国人選手の通訳に応募し採用されたのが始まりでした。その後、

Jリーグが創設されると、ヴェルディ川崎や浦和レッズ、名古屋グランパスエイトなど様々なチームの通訳や、ジーコさんを始めとする監督たちの専属通訳にも呼んでいただきました。子供の頃からよく「おせっかいな性格だ」と言われてきたのですが(笑)、言葉ができない人をよく助けていたこともあり、通訳という仕事もスムーズにこなすことができたのかもかもしれません。通訳というのは、「話す力」だと思われている方も多いのですが、実は「聞く力」が重要です。日本語で「行間を読む」という

ジョニーさんと元ブラジル代表のロナウジーニョ。ベッカム選手の通訳を英語でこなしただけでなく、様々なチャンスが来た時のために、事前に勉強と準備を欠かさなかったことも、様々な著名な方々に認めてもらった理由と話す。現在はフランス語を磨き中だそう。

通訳で培った経験で、日本に恩返しをしたい

言葉がありますが、話をよく聞き、その人が言いたいことを読み取り、的確に伝える。言い換えれば「ゴール」まで連れて行くサポートをするのが通訳だと思っています。おせっかいで人の役に立つのが好きな性格なので、通訳の現場では、毎回人助けをして喜ばれるという感動をその場で実感でき、自己肯定感を上げることができました。

ーお仕事で大変なことは何でしたか？

あまり大変だと感じない性格ですが、大御所の通訳に嫌がらせされたこともありまし。でも、私を信頼して頼んでくれる方々、選手や監督などがいてくれたおかげで、仕事をとぎらせることなく続けてこれました。何事も信頼されないとうまいかないと思っています。通訳中に知らない専門用語が出た時、誤魔化して通訳しても伝わらないので、ちゃんと意味を理解するために質問をしました。チームや選手だけでなく、選手の家族のサポートも快く引き受けてき

た事も、彼らから深く信頼してもらえた理由の一つかもしれません。

ーブラジルに戻られて現在の活動は？

今でも、日本に住む外国人選手の家族のサポートや、元選手のセカンドキャリアのために英語の授業をオンラインで続けていますが、日本で素晴らしい体験をさせてもらってきた恩返しに、ブラジルに住む日本人や日系人をサポートしたいという思いが募り、パンデミック後にブラジルに戻りました。帰国後に始めた事の一つは、ブラジルの日系企業で通訳をしている方々のサポート。日本に出稼ぎをしたり、出稼ぎの子供たちで、簡単な通訳ができるもの、よりスキルアップしたいという方向けにワークショップを行っています。

そして、2つ目は駐在帯同で来られている日本人家族のサポートです。簡単な日常会話でも、一つ覚えると生活がグッと楽になります。現在、駐在帯同の奥様に、買い物



など、日常生活ですぐ使える実践的なポルトガル語も教えています。約30年ぶりにブラジルに戻ってきて感じたのですが、ネットバンクやPIXなどの利便性はあるものの、ブラジルはまだトイレトペーパーがトイレに流せない国(笑)。でも、なるべく日本の方々にとって快適で素敵なブラジル滞在になり、より多くの良い思い出を作りたいために、可能な限りのサポートを続けたいと思っています。

●ジョニーさんのレッスンやワークショップなど、詳細はemailにご連絡を！
ishibashijhonny2@gmail.com
(日本語でOKです！)

M2

冬の寒さと乾燥でダメージを受ける髪
ヘッドスパ&カットでケアしませんか??

新規のお客様 30%OFF

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

日本でも人気の
「髪質改善ストレート」で
うねった髪も
つやつや&サラサラに!

M2 hair & beauty

住所: Rua José Maria Lisboa 662 Jardim Paulista

予約 TEL: (11) 3554-6667 (11) 94502-0550

ryomatsunaga527 m2ryomatsunaga



After

髪質改善ストレートは、髪へのダメージも少なく安心して!

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！

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 WhatsApp (11) 99470-1892 (園井 Kunii)

●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回ほど毎週午後2時～4時ほど活動しています！

代表から一言 「気軽に同窓会ください！」

連絡先 WhatsApp 11-97897-7508 (筒井 Tsutsui)

●神戸大学「ブラジル凌霄会」：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談会を開催しております。

代表から一言 「単なる食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 不定期の情報交換の食会等

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)

●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 nihonkiin.com.br | Facebook BrasilNihonKiin

連絡先 TEL (11)5571-2874

●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、お試し、お子様、大歓迎です」

連絡先 WhatsApp (11)98199-9563 (村上 Murakami)

●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、楽譜も無料で揃えています！」

連絡先 WhatsApp (11) 99589-9958 (杉本 Sugimoto)

(11) 96344-2239 (武用 Buyo)

●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)

●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、気軽に連絡をください。」

連絡先 WhatsApp (11) 99106-3894 (加藤 Kato)

●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)

●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 Edison Shiono)

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 までご連絡を！

神秘的な 空間を満喫

ヨーロッパの大都市を回ったプロジェクションマッピング「エオナリウム：ジェネシス」が初めてパウリスタ通りで開催！

サン・ルイス・ゴンザーガ教会の天井や壁面をデジタル映像で彩る煌びやかなプロジェクションマッピングがスタートすると、約30分間宇宙、地球内部、海や森の中にあるような気分に使ってくれます。クラシック音楽、オペラ、トロピカルな楽器までが流れ、映されている植物や動物たちがリズムに合わせて動いてくれます。

チケット購入の際、プレミアムシートというオプションを選ぶことができます。こちらは後ろ、真ん中と前の方に設置されているビーンバッグチェアになります。後ろの席から天井全体を見ることができるので、一番おすすめです。うっとりするほど美しいデジタルアートが映されるので、是非見に行ってみてください！

マッピ
ン
グ
シ
ョ
ン
エ
オ
ナ
リ
ウ
ム
レ
ポ
ー
ト
13

開催期間
2025年7月25日まで

※チケット購入は下記まで
<https://feverup.com/pt/sao-paulo>

7月～10月までのイベントカレンダー

7月

Festival do Japão
日本祭り
7月11日～13日
@festivaldojapao

Tanabata Matsuri
七夕祭り
通常7月上旬開催

Festas das
Cerejeiras
カルモ公園の桜祭り
通常7月下旬開催
@festadascerejeiras

8月

Festa da Achiropita
「フェスタ・ダ・
アキロピータ」祭り
通常8月開催
@festada
achiropitaoficial

Run the Bridge
「ラン・ザ・ブリッジ」
マラソン
8月31日開催予定
@iguanasports

9月

Círculo das
estações 2025
「季節のコース」
マラソン
9月7日開催予定
@o2correbrasil

The Town 2025
「ザ・タウン」音楽祭
9月6日～7日
9月12日～14日
@thetownfestival

10月

São Paulo
Oktoberfest
サンパウロ
オクトーバーフェスト
9月19日～10月5日
@saopaulo
oktoberfest

Brasil Game Show
ブラジル
ゲームショー
10月9日～12日
@brasilgameshow

※開催日は変更になることがあります。

ポルトガル語プチ講座⑬

número de telefone

telephone
fixo
固定電話



telephone
celular
携帯電話



電話番号が聞かれる時

今回はブラジルで電話番号が聞かれる時又は聞きたい時に使える表現を教えます。

クアーウェウ セウ テレフォニ
Qual é o seu telefone?
あなたの電話番号は？

エッ デデデヴィンティイウン
ノーヴィ ウン メイア
シンク ゼーロ ゼーロ
オイトウ トレス ノーヴィ
É DDD21 91650-0839!

「DDD」というのは
市外局番のことです。
同じエリアに住んでいる方は
電話番号を伝える時「DDD」を
言わないことが多いです。



「Meia」はどんな時に使えますか？



meia
「6」電話番号
を伝える時



meia dúzia
6個のたまご
(12個の半分)



meia hora
30分
(1時間の半分)



a meia
靴下

初回無料体験レッスン

2025年7月18日～8月16日

- ・期間中、一人につき一回(60分)ご参加いただけます。
- ・ポルトガル語のオンラインプライベートレッスンになります。
- ・空き状況に応じてお受けいたします。

ご希望の方は下記までご連絡ください。

メールアドレス: contatoporugo@gmail.com
Instagram: [vivaporugo](https://www.instagram.com/vivaporugo)

- ・ゼロから学びたい方
- ・ポルトガル語検定試験「Celpe-Bras」に向けての勉強がしたい方
- ・ビジネスメールの書き方が学びたい方は是非お問合せください♪



TAKOYAKI 8

えい
や

素材にこだわった屋台メシ



焼きそばと
お好み焼きは
とり、ぶた、
えび、しいたけ
から選べるよ!



たこ焼き

(たこ、えび、しいたけ、みつくす)

6個入 R\$ 25

8個入 R\$ 30



セットメニュー

たこ焼き4個とワンドリシク付き

焼きそば R\$ 50

お好み焼き R\$ 45

照り焼き丼 R\$ 45

※単品もあります。

リベルダージ店

木 12:00 ~ 19:00、金・土 11:00 ~ 19:00

日・祝 11:00 ~ 18:00

Quiosque 3, Rua Barão de Iguape 158

アウグスタ店

月 ~ 金 11:00 ~ 19:00

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



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 | 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

きんぼし

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/



HIS
BRAZIL

Vamos! Vol.35

発行日 2025 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

印刷 Printi



KIKKOMAN[®] SHOYU

本醸造が生み出す旨みと芳醇な香り。
食品安全の国際規格である
FSSC22000を取得している
ブラジルカンピーナス工場にて
製造しています。



KIKKOMAN DO BRASIL
ホームページ



Instagram



BKD
KOSHER PARVE

kikkoman
seasoning your life



KIKKOMAN[®]

AZUMA東

AZUMA

MIROKUMAI