

# VIVA! ひめじ

<español> Junio 2013 Vol.45

Grupo voluntario que edita la revista  
informativa de la Fundación cultural e  
intercambio internacional de Himeji  
URL <http://www.himeji-iec.or.jp>

Información de Paseos (Verano · 2013)	· · · P1
Medidas para evitar Moho en la temporada de lluvias y como secar secado	· · · P2
Batido de plátano de Camerún	· · · P3
Anuncio · Carta de la Policía	· · · P4

## Información de Paseos (Verano · 2013)

### «Eventos»

#### ☆HIMEJI YUKATA MATSURI(Festival de Yukata en Himeji)☆

22 (sabado)~24 (lunes) de junio Osakabe Jinja (Templo Sintoista  
Osakabe), Avenida Otemae y alrededores.

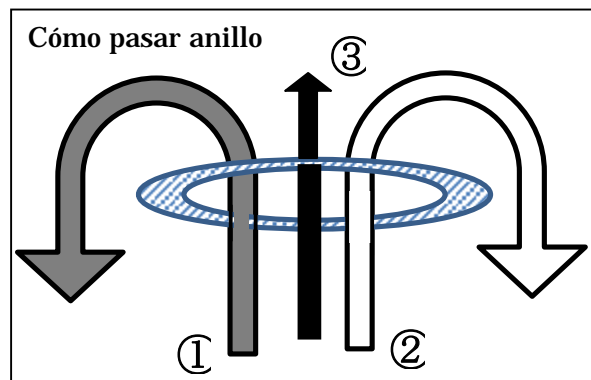
#### ☆64o. HIMEJI OSHIRO MATSURI(Festival del Castillo de Himeji)☆

2 (viernes)~4 (domingo) de agosto Parque de Otemae, Avenida Otemae

#### WANUKE MATSURI (Festival de purificación)

30 (domingo) de junio , 1 (lunes) de julio Harima-no-kuni Sohsha

Es el festival para quitar y purificar las calamidades de la primera mitad de este año. Y rezar para pasar sin peligro la segunda mitad del año. Visitar el santuario principal después de pasar por el anillo grande tres veces frente de la puerta de dios(Shin-mon).



### (Cómo pasar por el anillo)

- ① Avanza en rotación hacia la izquierda y regresa al puesto original.
- ② Avanza en rotación hacia la derecha y regresa al puesto original.
- ③ Pasa derecho.

### Lugares de ocio

#### R Himeji shimin Pool(Piscina) R 6 (sabado) de julio~1 (domingo) de septiembre

<Acceso> Parada "Himeji shimin Pool mae" del autobus Shinki ruta 95, 96 salida sur de la estación Himeji de JR (200yenes)

<Tarifa> Adulto (a partir de estudiantes de secundaria) 1,000yenes, Niños (mayores de 4 años de edad) 500yenes

<Horario> 9 : 30~18 : 00

#### R Matogata Kaisui Yokujo(Playa) R 1 (lunes) de julio~31 (sabado) de agosto

<Acceso> 17 minutos a pie de la estación Matogata de Sanyo Dentetsu

<Tarifa> Adulto (a partir de estudiantes de secundaria ) 700yenes, Niños (mayores de 4 años de edad) 500yenes

#### RShirahama Kaisui Yokujo(Playa) R 1(lunes) de julio~31(sabado) de agosto

<Acceso> 10 minutos a pie de la estación Shirahama-no-miya de Sanyo Dentetsu

<Tarifa> Adulto (a partir de estudiantes de secundaria)1,000yenes,

Niños (Escuela primaria) 600yenes

Niños (mayores de 3 años de edad) 200yenes

## Medidas para evitar moho en la temporada de lluvias y como secar colchonetas



Dentro de poco va a llegar la temporada de lluvias. Hoy presentamos unas medidas para evitar el moho y como secar colchonetas para pasar esta temporada incómoda de la mejor forma posible.

### Medidas para evitar moho en la temporada de lluvias

Mohos salen cuando hay cuatro condiciones; humedad, temperatura, alimentación y oxígeno. Puede prevenir mohos eliminando una de las cuatro condiciones.

Baño · · · Eliminar residuos de jabón y manchas de sebo después de bañarse. Secar el baño con un trapo y ventilarlo.

Cocina · · · Usar el extractor de humo mientras cocina. Desinfectar la nevera con etanol.

Sala y dormitorios · · · Colocar los muebles alejados 5cm de la pared. Colocar depósitos de agua (acuarios) y plantas ornamentales en lugares bien aireados.

Aire acondicionado · · · Limpiar el filtro frecuentemente y rociar etanol para desinfectarlo.

Ropa para lavar · · · Se dice que una de las causas del moho, es el olor de la ropa medio seca. Si va a secar la ropa en un cuarto, use un ventilador o un deshumidificador para secar la ropa en el menor tiempo posible. Usar detergentes especiales para secar en cuartos o suavizantes efectivos para eliminar microbios.

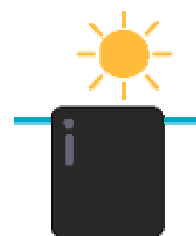
En la temporada de lluvias hay mucho polvo porque cerramos ventanas, dejando el ambiente cerrado. Ahí el microbio de moho y la garrapata se pegan. Airee los cuartos frecuentemente.

### ★ En caso de haber moho en el baño....

Primero, limpie con etanol. En caso de que no pueda limpiar completamente, use detergentes para quitar moho. Airee el baño y use mascarilla y guantes mientras limpia.

Nunca mezcle detergente de cloro para quitar moho con sustancias ácidas.

Nunca use etanol cerca de fuego.



### Como secar colchonetas

Es mejor secar las colchonetas frecuentemente. Pero cuando el suelo está mojado (por ejemplo después de la lluvia) no coloque las colchonetas en el balcón para secarlas. Las colchonetas se humedecen por el vapor del suelo. Cuando no puede secarlas por mucho tiempo utilice tela para deshumedecer o secadora.

Si mete la colchoneta en la bolsa negra especial y la seca, también puede evitar polvo, polen y garrapatas. Puede comprar la bolsa para secar colchonetas en tiendas "Home Center"

## Batido de plátano de Camerún

Ultimamente llueve mucho y hace bochorno. ¿Qué le parece hacer una bebida fría? Comer y hacer la comida casera es muy agradable y vale la pena de hacer. Esta vez, presentamos el batido de plátano de Camerún.



### Batido de plátano (Tiempo requerido 10 min)

※Los ingredientes principales※

#### Plátano



#### Cacao



#### Avellana (Hazel nuts)



#### Leche



### Los Ingredientes (Para 4 vasos)

- ⊙ 3 Plátanos
- ⊙ 1 Huevo
- ⊙ Cacao en polvo (2 Cucharadas)
- ⊙ Avellana finamente picada (50g)  
※Podéis usar cacahuete
- ⊙ Leche (800ml)
- ⊙ Crema de nata (100ml)
- ⊙ Azúcar (un poco)
- ⊙ Pretzel de chocolate (4)

### Elaboración del batido de plátano

- ① Ponemos los plátanos cortados en un bol.
- ② Añadimos el huevo a ① y machacamos.
- ③ Añadimos el cacao y avellanas a ②.
- ④ Añadimos la leche y la crema de nata a ③, mezclamos bien.
- ⑤ Por último, añadimos azúcar al gusto.
- ⑥ Lo vertemos al vaso, Encima le ponemos Pretzel de chocolate para decorar. ¡Está listo!

### Camerún

Es una república situada en Africa central, su litoral forma parte del Golfo de Guinea. Su capital es Yaundé. Población 14,880,000 hab.

Es un país con mucha producción de plátano, cacao, café y palma. También es famoso por el futbol.



## Carta de la Estación de Policía de Himeji

~ Precauciones que debe tener cuando pasea por la noche ~

Al caer la noche la visibilidad se reduce. Peatones y ciclistas tienen que pegar material reflectante a efectos personales como ropa y calzado. Revisemos que la bicicleta esté en buenas condiciones.

### 【Precauciones que debe tener cuando camina】

- Elegir caminos iluminados con farolas y con delimitación de la acera y la calzada.
- No empezar a correr repentinamente, no cruzar a media calle.



### 【Precauciones al montar en bicicleta】

- La bicicleta en principio debe usar la calzada (al lado izquierdo). En la acera los peatones tienen la precedencia, el ciclista tiene que ir del lado de la calzada despacio.
- Se prohíbe conducir en estado de embriaguez, dos personas en la bici y formados en paralelo.
- Por la noche debe encender la luz (un poco antes)
- En las intersecciones debe respetar la señal del semáforo y hacer alto total y confirmar la seguridad.
- Para aligerar el daño tiene que usar el casco. Los niños pequeños debe usar siempre



### ※※※Nota de Redacción※※※

Es junio. Espera con ansiedad que venga el verano. Este verano, Uds, ¿Qué están programado para hacer? ¿En dónde?

“Es un milagro que mañana llegue para usted. Solamente con saberlo la felicidad llena todos los días” Esto lo escribió en el blog una persona joven que tiene la esperanza de vida restringida.

¡El verano 2013 solo lo hay una vez, disfrutemoslo todo lo posible aunque haga calor!

Puedes ver el número anterior de 「VIVA!ひめじ」 en el sitio web del Grupo voluntario que edita la revista informativa de la Fundación cultural e intercambio internacional de Himeji (a cargo del intercambio internacional) (<http://www.himeji-iec.or.jp/>).

La próxima está planeada en septiembre. ¡Espérala! Esperamos sus opiniones y comentarios. Por favor envíenlos a la dirección escrita abajo.

Los asistentes de traducción y los correctores nativos

Español : Takeshi Sonoda, Tukasa Takahama, Saori Horii, Reina Wakamatsu  
(Solo ponemos los nombres de quienes permitieron imprimir)      Agradecemos su ayuda.

「V I V A ! ひ め じ」 Buscamos asistentes que ayuden a la traducción y corrección  
Les rogamos a los interesados que se pongan en contacto con nosotros.

Himeji Cultural and International Exchange  
Foundation Egret Himeji 3F, 68-290 Honmachi, Himeji,  
670-0012  
TEL: 079-282-8950 FAX: 079-282-8955  
Email: [info@himeji-iec.or.jp](mailto:info@himeji-iec.or.jp)

