

Bản tin sinh hoạt dành cho ngoại kiều .

VIVA ! ひめじ

Tổ chức Giao Lưu Văn Hóa Quốc Tế thành phố
Himeji phát hành
Nhóm biên tập tình nguyện tạp chí thông tin
URL <http://www.himeji-iec.or.jp>

<Bản Việt ngữ> Tháng 6 năm 2013 số 45

Thông tin đi chơi (mùa hè năm 2013)	...P1
Giải Pháp Phòng Chống Nấm Mốc Trong Mùa Mưa Và Phơi Chăn Nệm	...P2
Hương Vị Từ Đất Nước Cameroon · Bánh Chuối Sữa	...P3
Thư của cảnh sát Himeji	...P4



Thông tin đi chơi (mùa hè năm 2013)

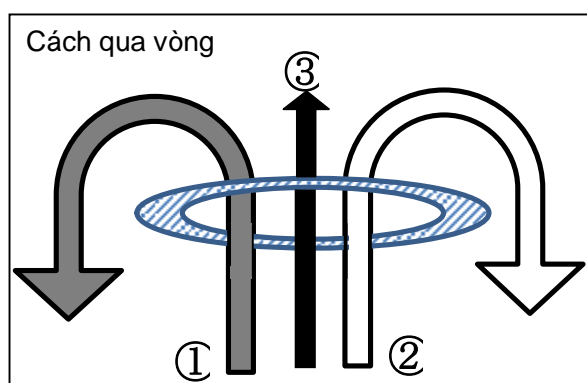
« Sự kiện »

☆ **Lễ hội Yukata Himeji** ☆ Ngày 22 (thứ 7) ~ 24 (thứ 2) tháng 6, diễn ra tại đền Osakabe, Ohtemae Koen.

☆ **Lễ hội thành lần thứ 64** ☆ Ngày 2 (thứ 6)~4 (chủ nhật) tháng 8, diễn ra tại Ohtemae Koen, Ohtemae Dohri.

☆ **Lễ hội Wanuke (đi qua vòng)** ☆ Ngày 30 tháng 6 (chủ nhật) , ngày 1 tháng 7 (thứ 2) tại đền Harima-no-kuni Sohsha.

Đây là lễ hội mừng cho tai qua nạn khỏi nửa đầu năm và cầu phúc cho nửa cuối năm. Tại cổng đền có làm một vòng lớn, những người tham gia phải bước qua vòng 3 lần rồi mới vào điện thờ chính.



Cách qua vòng:

- ① Đi qua vòng, vòng trái trở lại vị trí ban đầu
- ② Đi qua vòng, vòng phải trở lại vị trí ban đầu
- ③ Đi qua vòng và tiến thẳng

« Địa điểm vui chơi »

RBể bơi thành phố HimejiR Dự định từ ngày 6 tháng 7 (thứ 7) ~ ngày 1 tháng 9 (chủ nhật)

<Cách đi> Lên xe bus Shinki (tuyến số 95,96) ở phía nam ga JR Himeji, xuống bến "Himeji shimin puuru", 200 yên

<Vé vào cửa> Người lớn (học sinh cấp 2 trở lên) : 1000 yên ; trẻ em (trên 4 tuổi) : 500 yên

<Thời gian> 9:30~ 18:00

RTắm biển ở MatogataR từ ngày 1 tháng 7 (thứ 2) ~ ngày 31 tháng 8 (thứ 7)

<Cách đi> Đi bộ 17 phút từ ga Matogata của tuyến Sanyo Dentetsu

<Vé vào> Người lớn (học sinh cấp 2 trở lên) : 700 yên ; trẻ em (trên 4 tuổi) : 500 yên

RTắm biển ở ShirahamaR từ ngày 1 tháng 7 (thứ 2) ~ ngày 31 tháng 8 (thứ 7)

<Cách đi> Đi bộ 10 phút từ ga Shirahama-no-miya của tuyến Sanyo Dentetsu

<Vé vào> Người lớn (học sinh cấp 2 trở lên) : 1000 yên ; trẻ em (học sinh cấp 1) : 600 yên, em bé (trên 3 tuổi) : 200 yên

Giải Pháp Phòng Chống Nấm Mốc Trong Mùa Mưa Và Phơi Chăn Nệm



Chẳng bao lâu nữa thì bước vào mùa mưa cùng với nhiệt độ cao và sự ẩm thấp của không khí. Đây quả là một thời kỳ không dễ chịu chút nào, để trải qua thời kỳ này một cách thoải mái, Chúng tôi xin giới thiệu về cách phơi chăn nệm và phòng chống nấm mốc một cách hiệu quả.

Giải pháp phòng chống nấm mốc trong mùa mưa

Độ ẩm, nhiệt độ, chất hữu cơ (thức ăn còn sót lại), Oxy hóa (O_2) là các nguyên nhân làm phát sinh ra nấm mốc. Do đó, các nguyên nhân này được triệt tiêu thì chúng ta sẽ phòng chống được nấm mốc.

- + Phòng tắm: Sau khi tắm xong thì phải dùng vòi nước xả sạch cạnh xà phòng và các bã nhờn của da, dùng khăn lau nước còn bám lại và làm thông gió.
 - + Nhà bếp: Khi chế biến thức ăn thì phải mở quạt thông gió. Khử độc tủ lạnh bằng dung dịch Etanol.
 - + Phòng khách, Phòng ngủ, Đồ gia dụng: Phải đặt cách tường khoảng 5cm. Bể nước, chậu bông cây cảnh trang trí phải đặt nơi để thông gió.
 - + Máy lạnh: Phải vệ sinh thật kỹ bộ lọc không khí, phun xịt dung dịch Etanol để khử độc.
 - + Giặt quần áo: Mùi hôi ẩm của quần áo chưa khô được cho là nguyên nhân của nấm mốc. Nên dùng quạt gió, máy khử độ ẩm để làm khô quần áo trong một thời gian ngắn. Sử dụng bột giặt dùng cho đồ giặt phơi trong nhà cũng như dùng nước xả mềm vải có chức năng diệt vi khuẩn.
- Vào mùa mưa thì các căn phòng thường được đóng kín. Từ đó bụi bặm dễ tích tụ, vi nấm cũng như rệp phát sinh và bám dính. Nên chú ý thông gió và làm thông thoáng phòng.

★ Nếu chẳng may phòng tắm bị nấm mốc thì...

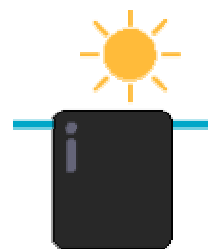
Trước hết, dùng dung dịch Etanol để tẩy rửa. Nhưng nếu không tẩy được thì phải dùng các sản phẩm tẩy nấm mốc có bán ở siêu thị. Khi tẩy rửa nấm mốc thì phải đảm bảo việc thông gió, mang khẩu trang và mang bao tay. Các nhóm muối tẩy rửa nấm mốc có tính axit thì không được pha rộn lẫn nhau. Etanol thì không được dùng ở những nơi dễ cháy, dễ nổ.

Cách phơi chăn nệm

Chăn nệm được phơi kỹ thì tốt, nhưng nếu khi trời nắng mà mặt đất ẩm ướt thì không nên phơi chăn nệm ở ngoài, vì chăn nệm sẽ bị hơi nước từ mặt đất bốc lên thấm vào.

Trong một thời gian dài không phơi được thì nên sử dụng tấm khử ẩm hay là máy sấy để làm khô.

Cho chăn nệm vào túi phơi để phơi cũng phòng chống được bụi và phấn hoa... Khi độ ẩm cao thì cũng mang lại hiệu quả trong việc trừ khử rệp. Có thể mua túi phơi chăn nệm ở các siêu thị nội thất.



Hương Vị Từ Đất Nước Cameroon • Bánh Chuối Sữa

Những ngày mưa nhiều nóng bức, mọi người trong nhà đã đến đủ . Vậy sao chúng ta không cùng nhau nấu món ăn lạnh nhỉ ? Món ăn gia đình khi nấu lẫn khi ăn đều vui, là việc mà mọi người ai cũng muốn tham gia làm. Lần này chúng tôi xin giới thiệu món ăn bánh chuối sữa của Cameroon, đất nước tràn ngập ánh sáng mặt trời.



Bánh chuối sữa (thời gian tiến hành khoảng 10 phút)

Nguyên liệu chủ yếu

Chuối



Cocoa(hạt nguyên)



Hạt Zerelnut



Sữa



Nguyên liệu

(4Ly)

- ⊙ Chuối (3 trái)
- ⊙ Trứng (1 quả)
- ⊙ Cocoa (2 muỗng to)
- ⊙ Hạt hazelnut băm vụn (50g)
※Có thể dùng đậu phộng
- ⊙ Sữa (800ml)
- ⊙ Kem tươi (100ml)
- ⊙ Đường (lượng vừa phải)
- ⊙ Choco Pretz (4cây)

Cách làm

- ① Lột vỏ chuối, cắt mỏng, cho vào khay.
 - ② thì cho trứng vào ①đánh đều lên.
 - ③ Cho cocoa và hạt zerelnut vào ②.
 - ④ Cho sữa kem vào③、trộn đều lên.
 - ⑤ Cho lượng đường thích hợp vào④.
 - ⑥ Rót ⑤ vào ly, Sau đó trang trí ChocoPretz lên ly và hoàn thành.
- ※ Khi đã làm hoàn thành xong thì hãy ăn nhanh.

Giới thiệu về Cameroon

Nằm ở miền trung Châu Phi, là nước Cộng hòa hướng về vịnh Guinea.
Thủ đô Yaoundé Dân số 14 triệu 88 ngàn dân.
Sản xuất nhiều về chuối, cocoa, cà phê, dừa v.v...
Và cũng là đất nước nổi tiếng về bóng đá.



Thay đổi lịch tư vấn tiếng Việt của Phòng hỗ trợ tị nạn

- Lịch mới . . . Thứ 3 của tuần thứ 2 và tuần thứ 4 hàng tháng
- Nơi tư vấn . . . Tầng 1 tòa thị chính thành phố Himeji

Thư của cảnh sát Himeji

~Chú ý khi đi lúc chiều tối hoặc ban đêm~

Thị lực của chúng ta thường bị giảm vào lúc chiều tối hoặc ban đêm.
Đối với người đi bộ hoặc đi xe đạp nên gắn các loại vật dụng phản quang vào quần áo, xe.. Xe đạp cũng nên kiểm tra.

Chất phản quang



【Lưu ý khi đi bộ】

- Đi vào đường có phân chia làn rõ ràng cho người đi bộ và xe hơi, hoặc đường có đèn sáng.
- Không chạy nhanh, rẽ ầu.

【Lưu ý khi đi xe đạp】

- Xe đạp theo nguyên tắc đi vào bên trái của đường. Đường dành cho người đi bộ là ưu tiên cho người đi bộ, nếu đi vào phải đi chậm.
- Cấm đi xe khi uống rượu, chở 2 người, đi dàn hàng.
- Bật đèn khi đi ban đêm.
- Tuân thủ đèn giao thông, tạm dừng để xác nhận an toàn.
- Đội mũ bảo hiểm để giảm chấn thương khi tai nạn.
Phải đội mũ đối với trẻ em.



Các bạn có thể xem các số trước của 「V I V A ! ひめじ」 tại Web Site của Tổ chức giao lưu văn hóa quốc tế thành phố Himeji (<http://www.himeji-iec.or.jp/>).

Số tiếp theo chúng tôi dự định phát hành vào tháng 9. Các bạn hãy đón chờ nhé ! Chúng tôi mong đợi những ý kiến đóng góp và cảm tưởng của các bạn cho tạp chí . Xin hãy liên lạc với địa chỉ dưới đây . /

Đã nhờ sự phiên dịch và kiểm bản thảo của quý vị.

Tiếng Việt : Huyen Tien Thong, Phan Thi Minh Xuan, Hoang Nam Phuong, Pham

Chúng tôi chỉ đăng tên quý vị đã cho phép. Cảm ơn sự hợp tác của quý vị.

「VIVA ! ひめじ」 Đang cần sự giúp đỡ thiện chí của quý vị trong việc phiên dịch và kiểm bản thảo, nếu thấy thích công việc này xin mời liên lạc theo địa chỉ dưới đây, chúng tôi mong chờ quý vị.

Địa chỉ liên hệ

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