

¿Qué es el Método Rohringu-Sutokku?	
¡Preparémonos para emergencias!	• • • P1
¡Vamos a Pasear!	• • • P2
¿Qué es este?	• • • P3
¡ Disfruta alrededor del Castillo de Himeji !	• • • P4

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

¿Qué es el Método Rohringu-Sutokku? – ¡Preparémonos para emergencias!

Es un método para controlar los alimentos almacenados para emergencias, poniendo atención a la fecha de caducidad de cada producto. Se compra una cantidad extra de alimentos que consume habitualmente; cuando haya alimentos por caducar, se consumen y se reponen. Así, se puede mantener almacenada la cantidad de alimentos necesarios. Aplicando este método y combinando alimentos de larga y corta fecha de caducidad, se almacenan y controlan los alimentos para emergencias como desastres naturales.

◆ ¿Cómo se hace?

① Almacena:

【Ejemplos de productos a almacenar】

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Agua | <input type="checkbox"/> Arroz, cereales, fideos |
| <input type="checkbox"/> Alimentos empaquetados | <input type="checkbox"/> Alimentos instantáneos |
| <input type="checkbox"/> Alimentos secos | <input type="checkbox"/> Snacks, dulces y otros |

【Cantidad recomendada】

- | | | | |
|-------------------------------------|-----------|------------|-------------------------|
| <input type="checkbox"/> Agua: | 3 Lts | x 6 (días) | x (número de personas). |
| <input type="checkbox"/> Alimentos: | 3 comidas | x 3 (días) | x (número de personas). |

② Consume regularmente:

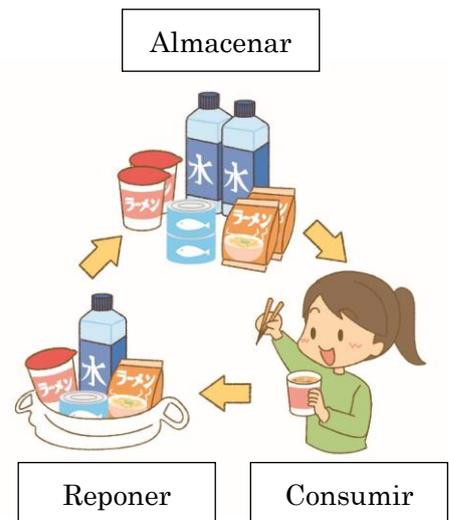
- ※ Lo que está por caducar.

③ Repone:

- ※ Lo que ha consumido para mantener siempre la misma cantidad.

◆ Otros productos útiles para emergencias:

- Cocina y cilindros de gas portátiles:
 - Se puede cocinar aunque se corten servicios de gas y electricidad.
- Papel periódico, papel transparente para cocina, bolsas de plástico, etc:
 - Cuando no hay platos limpios, sirven para hacer platos desechables.
- Pilas y baterías, toallas húmedas, calentadores de manos desechables (kairo), etc.



¡Vamos a Pasear!



❁ Himeji-shi Shizen Kansatsu no Mori (Bosque de observación de la naturaleza de Himeji)

Hay 8 km de senderos para observar la naturaleza en las 60 hectáreas del sitio. Una amplia vista del mar interior se puede apreciar desde la plataforma del observatorio en los días despejados. En el Nature-Center del sitio, dan el mapa del bosque y prestan binoculares (a mayores de 6 años). También hay paneles de exhibición, enciclopedias ilustradas, libros y una sección donde puedes tocar huesos de animales reales, como ciervos, etc. El programa de observación de la naturaleza con una guía forestal también está disponible. Por favor, consulte el siguiente sitio web para más información.

*Puede encontrar el mapa del bosque en el centro de información turística en la estación Himeji o en la estación JR Yobe.

Horario: 9:00 am - 4:30 pm

Descanso: Lunes (Si es día festivo, será el día siguiente)

Costo: Gratis (tarifa de admisión y estacionamiento)

Acceso: En tren... bajar en la estación Yobe JR (Línea Kishin-sen). Se tarda 10 minutos andando a la puerta del sendero y 50 minutos andando al Nature-Center.

En autobús...desde la estación Himeji kitaguchi, tomar el autobus (para Ohichi), bajar en la parada de "Shizen Kansatsu no Mori"

Dirección: 〒671-2233 915-6 Ooichi, Naka, Himeji Teléfono: 079-269-1260

Web: <http://park15.wakwak.com/~himeji/top/top.htm>



❁ Parque Yumesaki no Mori

Es un parque lleno de vegetación y con mucha agua, rodeado de crestas montañosas. Cuenta con senderos y plataformas de observación y puede caminar libremente en cualquier momento. Se pueden observar muchas formas de vida en el lago "Tsuhoji-ike", riachuelos, etc.

◆ Eventos Principales:

- Alpinismo mensual (primer sábado del mes)
- 3 de mayo: Disfrutar de caminata en montañas en fresco verdor (requiere solicitud)
- 4 de mayo: "Festival fresco verdor", mercado de cosas hechas a mano, venta local de vegetales, concierto de música, juego de rally a pie, etc. Además, se programan ocasionalmente clases de trabajos manuales y arreglos florales.

Para obtener más información, consulte el siguiente web u obtenga el folleto "Guía de eventos (de abril a junio)" distribuido en el ayuntamiento, centros comunitarios y las bibliotecas.

Horario: 9:00 am - 6:00 pm (Mayo-Agosto), 9:00 am - 5:00 pm (Septiembre-Abril)

Costo: Gratis (tarifa de admisión y estacionamiento)

Descanso: Lunes (Si es día festivo, será el día siguiente)

Acceso: Desde la estación Himeji kitaguchi, tomar el autobus (para Maenoshō, o Yamanouchi), bajar en la parada de "Matasaka." Se tarda 40 minutos andando.

Dirección: 〒671-2116 2160-2 Yumesakicho-tera, Himeji Teléfono: 079-337-3220

Web: <http://www.yumesakinomori.server-shared.com/index.html>

*Por favor lleve su comida ya que no hay tiendas en ninguno de estos dos parques naturales.

No llevarse ninguna planta ni animal, no se permite ninguna fuente de ignición.

Asegúrate de llevar ropa apropiada para trekking; mangas largas y pantalones



¿QUE ES ESTO?



¿En la vida diaria, no hay unas palabras que no puede entender aunque consulte el diccionario?

FILE 4

¡Ofrecemos la solución para su pregunta!

「^く食う」 *kuu*

= comer, toma tiempo o dinero, vivir, sufrir un acto desagradable, etc.,

Usted probablemente piensa en comida cuando escucha las palabras 「食べる」 (*taberu*), 「食う」 (*kuu*).

Pero 「食う」 (*kuu*) tiene diversos significados y se puede utilizar en expresiones que no tienen relación con comida. Aquí, le presentamos unas frases de uso frecuente.

① 「^{みちくさ}道草を食う」 *Michikusa o kuu*

= Cuando va a un destino, dar un desvío y dedicarle tiempo.

ejemplo: ^{みちくさ}道草を食ってないで、^{はや}早く^{かえ}帰ってきてね。

Michikusa o kuttenaide hayaku kaette kitene. / Vuelve pronto si entretienerte en el camino



② 「^{おなじ}同じ^{かま}釜の^{めし}飯を食う」 *Onajikama no meshi o kuu*

= Relación cercana que ha compartido una dificultad por haber vivido junto o trabajando en el mismo lugar.

ejemplo: ^{わたし}私たちは^{ながねん}長年^{おなじ}同じ^{かま}釜の^{めし}飯を^く食った^{なか}仲だ。

Watashitachi wa naganen onaji kama no meshi o kutta nakama da. /

Somos amigos que hemos compartido un problema por mucho tiempo.



③ 「^{ひや}冷や^{めし}飯を食う」 *Hiyameshi o kuu*

= Ser tratado friamente

ejemplo: ^{しょくば}職場で^{ミス}ミスをしてから、^{ずっと}ずっと^{ひや}冷や^{めし}飯を^く食っている。

Shokuba de misu o shite kara zutto hiyameshi o kutteiru. / Después de hacer un error en el trabajo, me tratan friamente.



④ 「^く食ってかかる」 *kutte kakaru*

= Impugnar o resistir al compañero de manera o actitud agresiva

ejemplo: ^{かれ}彼は^{おこ}怒って^{わたし}私に^く食って^かかかってきた。

Kare wa okotte watashi ni kutte kakatte kita. /

Él me impugnó con enojo.



Aceptamos las palabras que no puede entender. Por favor, solicítelas en el contacto indicado en la última página.

¡ Disfruta alrededor del Castillo de Himeji !

<<🏰 Museo de Historia de la Prefectura de Hyogo>>

1er piso • Zona gratuita. “Teatro virtual de Historia”

“Prueba de Yoroi (Armadura de Samurai) y Jyuunihitoe (Vestido de damas reales), (3 veces al día para 1 persona por sorteo).” En los horarios de 10:30 am, 1:30 pm, 3:30 pm., se lo podrán probar de forma gratuita. También cuentan con tallas para niños.

2do piso • Zona con costo. Con secciones como “Festivales de Hyogo”, “El Castillo de Himeji y su pueblo”, “Museo de los niños”, etc., podrá conocer mucha de la historia y cultura de Japón.

【Horario】 10:00 am~5:00 pm (Última entrada a las 4:30 pm)

【Descanso】 Lunes (Si es día festivo, será el día siguiente)

【Cuota de entrada (2do piso)】 Adultos 200 yenes, Universitarios 150 yenes, estudiantes de Preparatoria o menores gratis.

※Exhibiciones especiales tienen una cuota extra.



<<🌳 Parque Memorial de Shirotopia>>

Se hizo este parque después de realizar la “Expo de Himeji Shirotopia ’89”. Cuenta con una zona de pasto donde se puede apreciar el edificio principal del Castillo de Himeji, así como un escenario al aire libre. Se podrá disfrutar más en la temporada de cerezos y de brotación de hojas verdes.

Nuestra recomendación dentro de este parque es el “Caminito masajeador de los pies.” Se dice que es bueno para la salud caminar arriba de piedras grandes y pequeñas, ya que éstas harán presión en las plantas de los pies.

◆◆◆Desde la Redacción◆◆◆

Dentro de poco iniciará un nuevo año escolar. En mi hogar, celebraremos 2 ceremonias de ingreso. Mi hijo mayor con su uniforme grandísimo, y mi hija mayor con su mochila (Randoseru) demasiado grande para ella, están esperando con ansias el inicio de las clases. Estoy preocupada porque diario me encuentro con cosas nuevas y no sé que hacer. Me imagino que algunos de ustedes también tienen hijos. Si hay algo que sea difícil de resolver por empezar una nueva etapa en la vida, no duden en contactarnos! Buscaremos la solución con las notas de “VIVA! Himeji”.

Los asistentes de traducción y los correctores nativos

Español: Shizuka Yoshii, Kenichiro Shimizu, Chie Hattori, Megumi Kotake

Solo ponemos los nombres de quienes permitieron imprimir.

Agradecemos su ayuda.

Léa los números anteriores de 「VIVA!ひめじ」 en nuestro sitio web (<http://www.himeji-iec.or.jp/>).

El próximo número saldrá en junio. ¡Esperelo!. Esperamos sus opiniones y comentarios.

Buscamos asistentes que ayuden a la traducción y corrección. Por favor póngase en contacto con nosotros en la siguiente dirección de contacto.

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