

VIVA! ひめじ

Tháng 6 năm 2024 số 89

Việt ngữ

Giới thiệu "Ẩm thực thế giới" ②	• • • P1
Phòng bị cho động đất ①	• • • P2,3
Mua mới – Biện pháp tiết kiệm năng lượng	• • • P4
Cùng đến với bảo tàng Atom nào!	• • • P5
Ứng dụng hỗ trợ nuôi con "Himekko Techou"	• • • P6

Tổ chức Giao Lưu Văn Hóa Quốc Tế thành phố Himeji phát hành
Nhóm biên tập tình nguyện tạp chí thông tin

Giới thiệu "Ẩm thực thế giới" ② (Từ lễ hội giao lưu quốc tế Himeji)

Dưới đây là công thức của một số món ăn đã được giới thiệu tại Lễ hội giao lưu quốc tế Himeji năm ngoái với chủ đề "Ẩm thực thế giới".

Lần này là món "Empanadas" - một món ăn Argentina.

Nguyên liệu (cho khoảng 20 cái)

Phần vỏ: 500g bột mì, 1 cốc nước, 1 ½ thìa cà phê muối, 1 quả trứng, 150g mỡ lợn. (Có thể sử dụng vỏ bánh Gyoza để thay thế.)

Phần nhân: 1 lon ngô ngọt, 3 miếng thịt xông khói (cắt thành miếng nhỏ), 80g phô mát pizza



Cách làm (nếu sử dụng vỏ bánh Gyoza, hãy bắt đầu từ bước 3)

1. 【Trộn nguyên liệu vỏ】 Trộn bột mì, nước, muối, trứng theo thứ tự, rồi thêm mỡ lợn vào nhào.
2. 【Tạo hình cho vỏ bánh】 Khi bột đã đạt đến độ cứng cỡ như dái tai, để bột nghỉ khoảng 30 phút. Chia bột thành 20 phần. Dùng cây cán bột (※1), cán bột thành hình tròn có đường kính khoảng 7-8 cm để làm vỏ bánh.
3. Trộn tất cả các nguyên liệu của phần nhân với nhau.
4. Đặt nhân vào giữa vỏ bánh, gấp làm đôi. Ấn chặt miệng vỏ bánh.
5. Chiên trong dầu 180°C cho đến khi vỏ bánh có màu nâu nhạt.

※ Nguyên liệu làm nhân: 1 bó rau bina (cắt nhỏ), 1 lon cá ngừ đóng hộp (loại bỏ dầu), muối và hạt tiêu. Bạn biến tấu bằng cách xào các nguyên liệu trên, trộn với phô mát tan và sốt kem trắng cũng rất ngon.



※1

Số tới, chúng tôi cũng sẽ tiếp tục giới thiệu các công thức nấu ăn từ khắp nơi trên thế giới. Quý vị hãy đón đọc nhé !

Phòng bị cho động đất ①

Vào ngày 1 tháng 1 năm nay, một trận động đất lớn đã xảy ra ở vùng Hokuriku (phía Bắc). Theo cơ quan khí tượng Nhật Bản, trong vòng 30 năm tới thì động đất rãnh Nankai cũng có tới 70-80% khả năng xảy ra. Còn tại thành phố Himeji cũng được dự đoán sẽ có rung lắc động đất cường độ 6 độ mạnh (rung mạnh đến mức không thể đứng được) xảy ra do đới đứt gãy Yamasaki.



Dưới đây, chúng tôi sẽ giới thiệu các trang web và ứng dụng miễn phí giúp bạn thu thập thông tin, vì vậy xin hãy tải ứng dụng sẵn, tìm hiểu và chia sẻ với gia đình, bạn bè để phòng bị động đất.

Cảnh Báo Động Đất Khẩn Cấp

Ngay sau khi có động đất xảy ra, Cơ quan Khí tượng Nhật Bản sẽ đưa ra các dự báo về thời gian có rung chấn và cường độ rung lắc mạnh ở từng khu vực. Thời gian từ khi có thông báo cho đến khi xảy ra rung lắc lớn đó chỉ có từ vài giây đến vài chục giây. Xin hãy cài đặt trước trong điện thoại di động của bạn để nhận mail, tin nhắn cảnh báo khẩn cấp.

Safety Tips

Đây là một ứng dụng cung cấp thông tin thiên tai cho du khách nước ngoài.

Bạn sẽ nhận được các cảnh báo như cảnh báo động đất khẩn cấp, cảnh báo sóng thần, cảnh báo thời tiết đặc biệt, khuyến nghị sơ tán, v.v.

Ngôn ngữ được hỗ trợ: 14 ngôn ngữ bao gồm tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Việt, v.v.

Nếu quý vị đã tải ứng dụng rồi thì cần nâng cấp lên phiên bản “3.11”.

NHK World JAPAN

Thiết lập trang web nơi bạn có thể kiểm tra thông tin bằng nhiều ngôn ngữ trong trường hợp xảy ra thảm họa, trường hợp khẩn cấp.

Ngôn ngữ được hỗ trợ: 19 ngôn ngữ bao gồm tiếng Nhật dễ hiểu, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Bồ Đào Nha, v.v.

NHK sẽ phát sóng cho người nước ngoài trên kênh BS1, BS Premium có phụ âm thanh của đài truyền hình tổng hợp và đài Radio số 2.



Tài Khoản LINE Chính Thức Của Thành Phố Himeji

Nếu bạn thêm tài khoản LINE của Thành Phố Himeji vào mục “Bạn bè”, bạn có thể nhận được nhiều thông báo khác nhau từ thành phố. Ngoài ra, còn có các trang web liên kết như chức năng tìm kiếm trung tâm lưu trú tạm nạn, bản đồ phân vùng nguy hiểm, thông tin dự báo thời tiết, v.v., có thể kiểm tra thông tin mình cần trong trường hợp xảy ra thảm họa.



Bản Truyền Tin Thiên Tai (WEB171)

Đây là bản truyền tin sử dụng Internet để xác nhận an toàn của người dân ở vùng thiên tai. Bạn cũng có thể sử dụng nó khi ở nước ngoài nếu có mạng Internet để kết nối.

Ngôn ngữ được hỗ trợ: tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn

00000JAPAN (Five Zero Japan)

Đây là dịch vụ Wi-Fi miễn phí có thể được sử dụng khi xảy ra thảm họa. Chọn 00000JAPAN từ danh sách mạng trên màn hình Wi-Fi của điện thoại thông minh của bạn để kết nối.

Voice Tra

Đây là một ứng dụng dịch giọng nói có thể dịch sang tiếng nước ngoài khi bạn nói chuyện.

Ngôn ngữ được hỗ trợ: 36 ngôn ngữ bao gồm tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Bồ Đào Nha, v.v.

※Xin hãy tải các ứng dụng NHK World JAPAN, SafetyTips và Voice Tra từ AppStore hoặc Google Play.

Trong thảm họa, các thuật ngữ phòng chống thiên tai khó hiểu sẽ được sử dụng. Vì vậy trên “VIVA! Himeji” có đăng tải các thuật ngữ phòng chống thiên tai, hãy cố gắng nhớ càng nhiều càng tốt.

Thuật Ngữ Liên Quan Đến Phòng Chống Thiên Tai Trong Sổ Này

にじさいがい
二次災害 (Niji-saigai) Thảm họa thứ cấp:

Một thảm họa khác xảy ra do hậu quả của thảm họa đầu tiên.

Ví dụ) Sau một trận động đất, hãy cẩn thận với những thảm họa thứ cấp như sóng thần và hỏa hoạn.



Mua mới – Biện pháp tiết kiệm năng lượng

Những năm gần đây, sự biến đổi khí hậu đã kéo theo những hậu quả như mưa lớn cục bộ và các trận bão lớn trên toàn cầu. Để làm giảm lượng khí thải CO₂ cũng như tạo ra một môi trường lành mạnh cho Trái đất thì điều chúng ta có thể làm được là những gì?

Thay vì cố sử dụng đồ gia dụng cũ cho đến khi hỏng mới thôi thì việc chúng ta mua đồ mới để dùng, sẽ tiết kiệm được nguồn năng lượng như sau:

■ Máy điều hòa ... khoảng 17%

Hãy mua máy điều hòa có công suất phù hợp với căn phòng của bạn. Một chiếc máy mới có thể làm giảm sự tiêu hao của điện năng khi mở. Đồng thời, việc bật tắt điều hòa theo mùa và trường hợp sử dụng cũng có thể tiết kiệm năng lượng.

■ Tủ lạnh ... Từ 40% đến 47%

Khi mua, hãy suy nghĩ cẩn trọng về công suất, kích cỡ cũng như tính năng của máy rồi mới quyết định. Công suất cao thì lượng điện tiêu hao cũng sẽ tăng theo. Đặc biệt, tủ đông tiêu thụ rất nhiều điện năng, vì vậy tốt nhất bạn nên chọn loại phù hợp với nhu cầu của mình.

■ Thiết bị chiếu sáng... khoảng 86% (Thay thế đèn LED)

Mặc dù giá cao nhưng tốt hơn nên đến lúc phải thay thì bạn hãy lần lượt đổi hết sang đèn LED.

■ TV... khoảng 42%

Màn hình TV càng to thì lượng điện tiêu hao sẽ càng cao. Vì vậy khi mua, hãy xem xét đến số lượng thành viên trong gia đình và không gian nhà để quyết định.

■ Xe hơi

Những chiếc xe chạy bằng điện hoặc bằng hybrid cũng là một sự lựa chọn ki bạn có nhu cầu đổi xe. Xe điện, xe chạy bằng pin nhiên liệu, xe chạy bằng khí tự nhiên (đáp ứng đủ tiêu chuẩn khí thải năm 2018) và xe plug-in hybrid có thể được miễn thuế nếu mua, đăng ký mới và sử dụng ít nhất một năm.

Dán nhãn tiết kiệm năng lượng dùng để tham khảo khi mua một sản phẩm thay thế. Dấu ☆ màu vàng biểu thị hiệu suất tiết kiệm năng lượng của sản phẩm. Có 41 cấp độ từ 5.0 đến 1.0 theo thứ tự giảm dần.

Xin hãy tham khảo hình ảnh bên phải.



Cùng đến với bảo tàng Atom nào!

Bảo tàng khoa học Himeji còn được gọi với tên bảo tàng Atom. Khám phá 4 lĩnh vực: trái đất, tự nhiên, khoa học và vũ trụ. Độc giả hãy ghé thăm bảo tàng Atom để cảm nhận những thú vị và kì diệu của khoa học.



Thời gian mở cửa: từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều

Ngày nghỉ: thứ ba hằng tuần, nghỉ Tết (27/12 ~ 3/1)

Phí vào cửa: miễn phí vé cho trẻ em 4 tuổi đến học sinh lớp 9 có thẻ *Donguri* (chỉ áp dụng ở khu triển lãm phổ thông)

Để biết chi tiết xin hãy quét mã QR



Cách đi: từ bến xe buýt ở cổng phía Bắc ga Himeji, lên tuyến 37 hướng đi “Oichi”, xuống trạm “Hoshinokoyakata-mae”.

Bãi đỗ xe: miễn phí.

Tầng 1: Triển lãm đặc biệt, Cung thiên văn (Planetarium)

Là một trong số Cung thiên văn lớn trên thế giới với đường kính của mái vòm là 27m. Sẽ được giới thiệu về các ngôi sao có thể nhìn thấy vào tối ngày hôm đó và những chủ đề về vũ trụ được thay đổi theo mỗi tháng. Ở lối ra vào, bạn có thể chiêm ngưỡng con lắc Foucault và tảng đá hoá thạch (hình ※1).



※1

Tầng 2: Triển lãm về trái đất và thiên nhiên của địa phương.

Có thể ngắm các mô hình xương khủng long, mẫu vật côn trùng, chim muông v.v.

Tầng 3: Khoa học quanh chúng ta

Các bạn vừa có thể trải nghiệm và tìm hiểu những điều thú vị về cuộc sống quanh ta.

Có các show về khoa học.

Tầng 4: Vũ trụ của chúng ta.

Tìm hiểu về vũ trụ và vẫn thạch.

Tầng 5: Phòng quan sát

Sử dụng chiếc ống nhòm to ở đây thì bạn có thể nhìn thấy được thành Himeji.

Thông tin các sự kiện năm 2024

Triển lãm mùa xuân: “Bộ sưu tập quy mô lớn về côn trùng và côn trùng ~Tuyệt đỉnh! Thế giới loài bướm~”
27/4 ~ 7/7

Triển lãm đặc biệt kỳ nghỉ hè: “Triển lãm những công trình hỗ trợ đời sống” 27/7~1/9.

Triển lãm tác phẩm: “Triển lãm tác phẩm khoa học của học sinh” lần thứ 60 của Ban Chế tác đồ thủ công
28/9~20/10

Thông tin lớp chế tác thủ công và lớp học

Một số buổi học và lớp học cần phải đăng ký trước nên các bạn quét mã QR bên phải để xác nhận.



Ứng dụng hỗ trợ nuôi con “Himekko Techou”

“Himekko Techou (ひめっこ手帳)” là một ứng dụng miễn phí được phát hành bởi thành phố Himeji, có thể sử dụng trên máy tính, điện thoại và máy tính bảng,... Ngoài việc quản lý được lịch tiêm chủng dự phòng, thông tin ghi chép sức khỏe của trẻ em và sản phụ, ứng dụng còn có nhiều thông tin bổ ích về nuôi dạy trẻ.

1. Đọc mã QR bên phải để mở trang tải ứng dụng “Boshimo (ほしモ)”
2. Tải ứng dụng “Boshimo (ほしモ)”
3. Mở ứng dụng và đăng nhập
4. Đăng ký số bưu điện để kết nối với “Himekko techou (ひめっこ手帳)”



Giải đáp thắc mắc: Sở Y tế cộng đồng thành phố Himeji, Trung tâm hỗ trợ sức khỏe tương lai trẻ em
Tel: 079-263-7863



Vậy là mùa lễ hội pháo hoa sắp đến rồi nhỉ! Kỷ niệm về pháo hoa trong tôi là lúc đi xem bắn pháo hoa ở sông Uji-kawa của Kyoto, mà đến giờ tôi vẫn còn cảm thấy như những tia pháo đang bao trùm mình vậy. Pháo hoa được bắn ở cự li gần nên rất ấn tượng. Các bạn cũng đi xem bắn pháo hoa ở đâu đó vào mùa hè này đi nhé !

Tap chí được hoàn thành nhờ sự trợ giúp của quý vị

Tiếng Nhật: KONISHI Yasue, KUNIMITSU Minako, SHIGETA Fusako, SUZUKI Kazuhiro,
MOCHIZUKI Toshiharu

Tiếng Việt: Đinh Thị Thu Trang, Lê Văn Long, KAYAMA Misa, Phạm Thị Lệ Thúy, Hoàng Nam Phương,
Phạm Thị Thu Trang

Tap chí chỉ đăng tên quý vị đã cho phép. Xin chân thành cảm ơn sự hợp tác của quý vị!

Quý độc giả có thể xem lại được những số trước của “VIVA!ひめじ” tại trang Web của Tổ chức Pháp nhân Giao lưu văn hóa quốc tế thành phố Himeji. Vui lòng chờ đón số tiếp theo của Tap chí được dự định phát hành vào tháng 9 năm 2024.

Chúng tôi mong chờ những ý kiến đóng góp cũng như cảm tưởng của độc giả. Ngoài ra, tạp chí cũng đang tuyển thiện nguyện viên giúp đỡ biên dịch và kiểm tra bản thảo. Nếu quý vị có hứng thú với công việc này xin vui lòng liên hệ theo địa chỉ dưới đây.



Trang Web

Địa chỉ liên hệ

Tổ Chức Giao Lưu Văn Hóa Quốc Tế
thành phố Himeji
〒670-0012 Himeji shi, Honmachi 68-290,
Egret Himeji 3F
TEL: 079-282-8950 FAX: 079-282-8955
Email: info-iec@himeji-iec.or.jp
Trang Web: <https://www.himeji-iec.or.jp/>