

日本語 (にほんご · Nihongo)

MAE NI

まえに(前に) <Antes de>

Vる (Verbo Ru) / N (Sust.) の + 前に

1. 食事の**前に**手を洗いましょう。
Shokuji no **mae ni** te o araimashō.
Lavémonos las manos **antes de** comer.
2. 寝る**前に**歯をみがきなさい。
Neru **mae ni** ha o migaki nasai.
Cepille sus dientes **antes de** dormir.
3. 私は日本へ来る**前に**、少し日本語を勉強しました。
Watashi wa Nihon e kuru **mae ni**, sukoshi nihongo o benkyō shimashita.
Estudí japonés un poco **antes de** venir a Japón.
4. 昨日会社に行く**前に**、歯医者に行った。
Kinō kaisha ni iku **mae ni**, haisha ni itta.
Ayer fui al dentista **antes de** ir a trabajar.

Punto importante

1. En este caso, la primera acción a realizar es la que viene después de MAE NI.



APJ

ASOCIACIÓN
PERUANO
JAPONESA

ペルー日系人協会日本語普及部

Departamento de Difusión del Idioma Japonés - API

Centro Cultural Peruano Japonés. 10º piso. Av. Gregorio Escobedo 803, Jesús María, Lima.

E-mail: idiomas@apj.org.pe

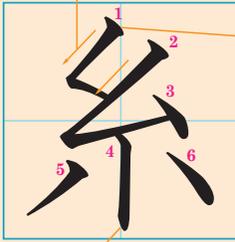
Facebook: Departamento de Idioma Japonés API | Centro Cultural Peruano Japonés

KANJI (漢字)

KANJI 15

Hilo: Ito

El trazo es paralelo



Se traza desde el medio

Este trazo también va al medio

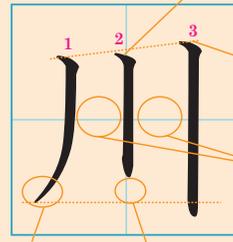


Lectura kun: 「いと」 ito
Lectura on: 「シ」 shi
Número de trazos: 6

Ejm: 糸口 針に糸を通す
Ito-guchi Hari ni ito o tōsu
Pista, indicio Pasar el hilo por el ojo de una aguja

Río: Kawa

Este trazo va al centro



Inicia un poco más arriba

Mismo espacio

Harau Dejar espacio



Lectura kun: 「かわ」 kawa
Lectura on: 「セン」 sen
Número de trazos: 3

Ejm: 川に沿って 川岸
Kawa ni sotto Kawagishi
A lo largo del río Orilla del río (ribera)

Efemérides (出来事)



"Día de la mujer policía"

婦人警官の日 (女性警察官の日)

Fujin keikan no hi (josei keisatsukan no hi)

El 27 de abril se conmemora el Día de la mujer policía de Japón. En esta fecha del año 1946 (Showa 21), las 62 primeras mujeres policías de Japón, iniciaron sus labores en el Departamento de Policía Metropolitana.

Aunque el nombre de Fujin Keikan (Mujer policía) fue cambiado, debido a la revisión de la ley en el año 2000, y pasó a llamarse Josei Keisatsukan (Mujer policía), se mantiene hasta el día de hoy la anterior nomenclatura para referirse al "Día de la mujer policía".

Disfruta de una caminata

ウォーキングを楽しんで Uōkingu o tanoshinde

Caminar es uno de los ejercicios más fáciles de realizar en cualquier temporada y recomendable para quienes no están familiarizados con ejercicios de alta carga.

Ha llegado el otoño en Perú, y podemos salir al aire libre (siempre tomando los cuidados necesarios) sin preocuparnos de las temperaturas extremas.

Si no tienes la oportunidad de practicar deportes スポーツ (supōtsu) de forma regular, no corres, trotas ジョギング (jogingu) o sueles participar en una maratón マラソン (marason), ¿por qué no comenzar con una buena caminata ウォーキング (uōkingu), que contribuye con tu bienestar y salud?

Si bien es cierto el trotar es un ejercicio muy común, debemos asegurarnos de estar acostumbrados primero a una buena caminata. Si deseas estar sano, es conveniente caminar durante unos 20 a 30 minutos, y si estás a dieta ダイエット (daietto), es eficaz caminar al menos 30 minutos. Una vez que te acostumbras, puedes caminar alrededor de una hora. Además, si es posible, lo deseable sería hacerlo todos los días, o en todo caso 3 días a la semana.

Puedes fortalecer tus músculos 筋肉 (kinniku), que constituyen el 50% del peso corporal. Estas están formadas por fibras musculares alargadas que podemos ayudar a relajar con el ejercicio 運動 (undō). Al entrenar, obtendrás músculos más gruesos y fuertes. Si te animas o ya disfrutas de una buena caminata debes tener en cuenta los siguientes puntos:

1. No lo hagas justo después de levantarte por la mañana, ya que el nivel de azúcar en la sangre es bajo y es peligroso porque puede causar hipoglucemia.
2. Si lo haces por la mañana, comienza 30 minutos después del desayuno.

Artículo (記事)



3. Usa zapatos con suelas gruesas.
4. Debes calentar. Dobla y estira los músculos de las extremidades superiores e inferiores.
5. Estira la espalda y camina con el talón.
6. No comas dulces justo antes de caminar. Si se toma azúcar inmediatamente antes del ejercicio, se produce un fenómeno en el que el nivel de azúcar en sangre aumenta bruscamente y el nivel alto de azúcar puede resultar en hipoglucemia.
7. Recuerda hidratarte 30 minutos antes y después de caminar. Puede ser solo agua.

Recuerda combinar la caminata con una alimentación adecuada, para mantener una salud balanceada. Para ello, es necesario tomar en cuenta comer cada uno de los seis nutrientes principales: azúcares 糖質 (tōshitsu), proteínas たんぱく質 (tanpakushitsu), grasas 脂肪 (shibō), vitaminas ビタミン (bitamin), minerales ミネラル (mineraru) y fibra dietética 食物繊維 (shokumotsu sen i). Recomendamos que se tome conscientemente el contenido de cada comida de acuerdo a su propósito.

En estos tiempos de pandemia la caminata puede ser una buena opción para mantenernos bien física 肉体的 (nikutaiteki) y mentalmente 精神的 (seishinteki).

Reto del mes (今月のチャレンジ)



En el Perú ペルー (Perū), la mayoría de los colegios 学校 (gakkō) inician el año lectivo en el mes de marzo 3月 (san gatsu), pero en Japón 日本 (Nihon o Nippon) el ingreso al colegio 入学 (nyūgaku) se da en el mes de abril 4月 (shi gatsu). Y así como aquí, para los niños 子供 (kodomo) de primer grado es todo un evento y hay que comprar muchas cosas, y una de ellas es la mochila.

Pregunta ¿Cómo se llama esta mochila que se estima dure toda la escuela primaria 小学校 (shōgakkō)?

1. リュックサック Ryukkusakku
2. カバン Kaban
3. ランドセル Randoseru
4. バッグ Baggu

Envía tu respuesta hasta el 17 de mayo de 2021 a: idiomas@apj.org.pe con tus datos (nombres, apellidos y correo electrónico). Si la respuesta es correcta, recibirás un premio especial, cuya entrega coordinaremos vía email.

La guía del mes (今月の道しるべ)

“El viento de mañana soplará mañana”

明日は明日の風が吹く

“Ashita wa ashita no kaze ga fuku”



Así como no podemos saber cómo soplará el viento mañana, tampoco podemos saber qué pasará el día de mañana. Y aunque es bueno hacer planes a futuro 将来 (shōrai), no tiene sentido preocuparse 心配 (shinpai) o pensar demás por estas cosas, a partir de ahora 今 (ima).

Las palabras, son interesantes 13 (言葉は、おもしろい ⑬)



¿Vertical u horizontal?

縦または横?

Tate mata wa yoko?

Es posible que cuando visitas una página web japonesa encuentres los contenidos para leerlos tal como lo haces en español, es decir, de manera horizontal, de izquierda 左 (hidari) a derecha 右 (migi). Pero si alguna vez te encuentras (o ya lo hiciste) con un texto como libros 本 (hon), novelas 小説 (shōsetsu), revistas 雑誌 (zashi), etc. que se lee verticalmente de derecha a izquierda y de arriba 上 (ue) hacia abajo 下 (shita), no te preocupes, ya que en Japón ambos son utilizados en todo tipo de textos. Quizás el dominar la lectura de este segundo nos tome un poco más de tiempo, pero será todo un reto que enriquecerá nuestro aprendizaje del nihongo. Actualmente, no estamos atendiendo de manera presencial en la Biblioteca Elena Kohatsu del Centro Cultural Peruano Japonés, pero en cuanto se pueda te invitamos a visitarnos, ya que podrás disfrutar de muchas publicaciones japonesas de este estilo.