



6月的急诊医疗制度

*请在正常医疗时间以外和节假日身体不适时利用。



《长冈地区》

节假日・夜间急诊诊疗所（健康中心内：西千手2-5-1）

	医疗科目	挂号时间
①节假日・夜间急诊诊疗所 TEL:0258-37-1199 FAX:0258-35-8266	内科（小儿科） *星期一～星期五只看内科	〈周日・节假日〉上午9点～11点30分、 下午1点～5点30分 〈周一～周五〉下午6点45分～9点30分
	外科	〈周日・节假日〉上午9点～11点30分 下午1点～5点30分
②休息日牙科急诊医疗所 TEL:0258-33-9644	牙科	〈周日・节假日〉上午9点～11点30分 下午1点～3点30分

*妇产科为轮流值班制。（假日・节日）问询：节假日・夜间急诊诊疗所 0258-37-1199

中越儿童急诊中心（健康中心内：西千手2-5-1）

	医疗科目	挂号时间
③中越儿童急诊中心 TEL:0258-86-5099	小儿牙科	周一～周六（节假日除外）下午6点45分～9点30分

④《小国地区》小国医疗所（小国町榑沢88）

	医疗科目	挂号时间
小国医疗所 TEL:0258-95-2010	内科、牙科	第3个周日 上午8点30分～11点30分、下午3点～4点30分

⑤《见附・中之岛地区》休息日值班医生 急诊时间请事前联络

	内科	外科
6月 3日（周日）	さえき内科（TEL:66-8500）	石泽医院（TEL:62-2500）
10日（周日）	关谷医院（TEL:61-0205）	お元気でクリニック（TEL:63-3800）
17日（周日）	石川医院（TEL:66-2140）	贝濑皮肤科（TEL:66-8100）
24日（周日）	林俊壹クリニック（TEL:66-3000）	见附南医院（TEL:63-4477）
7月 1日（周日）	村上医院（TEL:63-4600）	寺师医院（TEL:62-0137）

※症状较轻时，请到平日就医处或按上記①～⑤挂号。

※就诊时，请记住要带上保险证和医疗费助成受给证（持有该证的人）

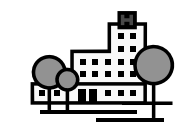
※需要住院或手术的重病患者急诊时请到这3所值班医院

节假日，夜间急诊值班医院 / 诊疗所电话：☎ 0258-37-1199

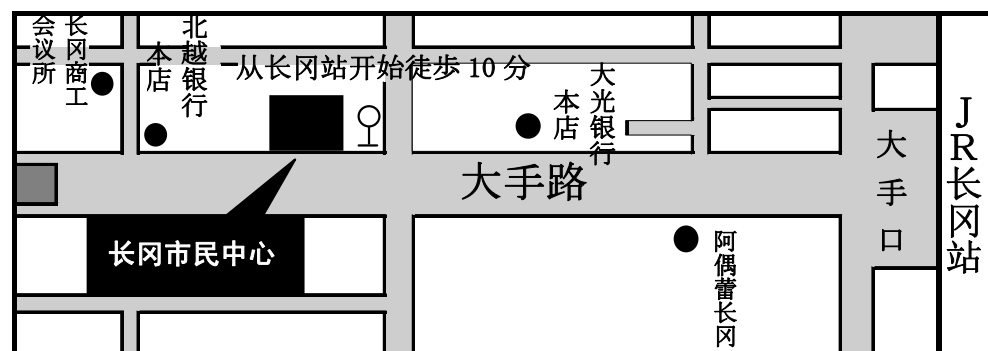
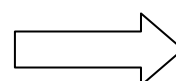
（挂号时间内）、長岡市医師会：☎ 0258-22-5600

或者消防电话：☎ 0258-36-0119

长冈红十字病院	☎0258-28-3600
长冈中央综合病院	☎0258-35-3700
立川综合病院	☎0258-33-3111



市民センターへ
の行き方



长冈市国际交流中心「地球广场」

〒940-0062 长冈市大手通2-2-6 TEL: 0258-39-2714 FAX: 0258-39-2715

E-mail: kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp

<http://www.city.nagaoka.niigata.jp/dpage/kokubun/chikyuhiroba/>

长冈市国际交流中心

你好！长冈



中国語咨询时间 中国語相談時間

地球广场设有专门为外籍人士服务的各种项目设施。

咨询不用预约.无论你在任何情况,如遇困难、不安、查询等都请随时利用。

長岡市国際交流センター「地球広場」では、中国語での相談業務を行なっております。

事前の予約は必要ありませんので、困っていることや分からないことがあるときは気軽に来てください。

星期一～星期五（月～金）	9:00～17:00
星期日（日曜日）10日、24日	14:00～18:00



怎样在市町村办理各种手续的通知



【关于新的在留管理制度】

继月刊五月号之后,我们将继续为大家介绍在留管理制度的相关条例。

本月我们将为大家介绍「在留卡」的要点。

要点1: 交付在留卡

在留卡是对于中长期侨居者之上陆许可及在留资格之变更许可,在留期间的更新许可等伴随有关在留许可而交付的卡。中长期在留者是指所持签证的在留资格为配偶、定住者、技术、人文知识、国际业务、技能实习生、留学生、永住者等签证持有者。短期在留者不成为该范围对象。在留卡上除了登载照片以外还要记载姓名、国籍、地区、生年月日、性别、在留资格、在留期限、可否就劳等情报。

要点2: 在留期限最长为5年

在留期间的上限最长为「5年」。在此基础上还可以追加各种各样的在留资格。

要点3: 再入国许可制度将变更

持有在留卡或者持有被视为和在留卡具有同等效力的外国人登录证明书者,在出境后一年内为了继续在日本的活动而再入境时,原则上没有必要在出境时办理再入国许可。(这种制度称为“视同再入国许可”)。但是,在出入国海关过境时,需要向入境审查官提示护照、在留卡、再入境用ED卡等出境确认手续。

要点4: 废止外国人登录制度

新的在留管理制度实施以后,外国人登录制度就废除了。但是,在新的在留卡交付使用以前,外国人登录证明书和在留卡具有同等效力,可以继续持有使用。

外国人登录证明书被视为和在留卡具有同等效力的期间是从2012年7月9日算起,根据外国人拥有的在留资格以及年龄的不同有如下差异。请注意

永住者:

16岁以上者⇒截至2015年7月8日

未满16岁者⇒截至2015年7月8日与16岁生日二者之较早日期

特定活动: ※仅限于因特定研究活动等而被赋予“5年”的居留期限者

16岁以上者⇒截至居留期限届满日与2015年7月8日二者之较早日期

未满16岁者⇒截至居留期限届满日,2015年7月8日及16岁生日三者之较早日期

其他居留资格:

16岁以上者⇒居留期限届满日

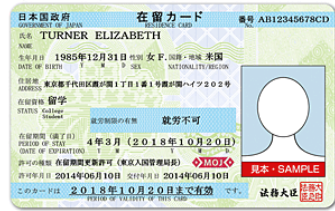
未满16岁者⇒截至居留期限届满日与16岁生日二者之较早日期

※此期限有时比外国人登录证明书上记载的下次确认申请期限短,因此,请加以注意。

详情请查询入国管理局的网页和摆放在长冈市国际交流中心「地球广场」的宣传小册子。

入国管理局网址: http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/zh-CN/index.html

询问: 入国管理局 外国人在留综合信息中心 TEL: 0570-013904 (平日8:30~17:15)



市町村手続きに関するお知らせ



【新しい在留管理制度について】

本誌5月号に引き続き、在留管理制度についてお知らせします。

今日は、「在留カード」のポイントを紹介していきます。

ポイント1: 「在留カード」が交付されます

在留カードは、中长期在留者に対し、上陸許可や、在留資格の変更許可、更新許可などの在留に係る許可に伴って交付されるものです。中长期在留者とは、在留資格が配偶者、定住者、技術、人文知識・国際業務、技能実習生、留学生、永住者の方であり、短期滞在者は対象とはなりません。在留カードには、顔写真のほか氏名、国籍・地域、生年月日、性別、在留資格、在留期限、就労の可否などの情報が記載されます。

ポイント2: 在留期間が最長5年になります

在留期間の上限が最長「5年」となったことにより、それぞれの在留資格に伴う在留期間が追加されました。

ポイント3: 再入国許可の制度が変わります

在留カードもしくは在留カードとみなされる外国人登録証明書を所持する方が、出国する際、出国後1年以内に日本での活動を継続するために再入国する場合は、原則として再入国許可を受ける必要がなくなる「みなし再入国許可」が導入されます。なお、出入国港においては、入国審査官に旅券と在留カードを提示し、再入国用EDカードを提出して出国確認を受けていただく必要があります。

ポイント4: 外国人登録制度が廃止されます

新しい在留管理制度の導入により、外国人登録制度は廃止されます。ただし、在留カードが交付されるまでは、外国人登録証明書が在留カードとみなされるので引き続き所持してください。

外国人登録証明書が在留カードとみなされる期間は、2012年7月9日の時点において外国人の方が有する在留資格及び年齢により異なります。

永住者:

16歳以上の方⇒2015年7月8日まで

16歳未満の方⇒2015年7月8日または16歳の誕生日のいずれか早い日まで

特定活動: ※特定研究活動等により「5年」の在留期間を付与されている者に限り

16歳以上の方⇒在留期間の満了日または2015年7月8日までのいずれか早い日まで

16歳未満の方⇒在留期間の満了日、2015年7月8日または16歳の誕生日のいずれか早い日まで

それ以外の在留資格:

16歳以上の方⇒在留期間の満了日

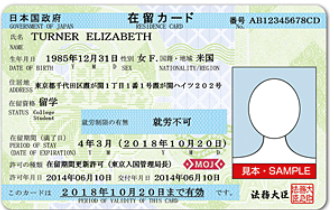
16歳未満の方⇒在留期間の満了日または16歳の誕生日のいずれか早い日まで

※その期間が外国人登録証明書に記載されている次回確認申請期間よりも短い場合がありますのでご注意ください。

詳しくは、入国管理局のホームページか長岡市国際交流センター「地球広場」に設置しているパンフレットで確認してください。

入国管理局ホームページ: http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/zh-CN/index.html

お問い合わせ: 入国管理局 外国人在留総合インフォメーションセンター TEL: 0570-013904 (平日8:30~17:15)



【児童補助現状と提交申請!】

从2012年4月开始,儿童补助将代替以前的养育津贴。接受补助者中有需要进行重新确认的会在6月中旬接到书面通知判定是否有资格继续接受补助,请务必按时填好现状报告提交手续

提交期间: 6月14日(周四)~29日(周五)

2012年度的支付日

6月・10月・来年2月各月15号

按2~5月份额、6~9月份额、10~来年1月份额、各按指定帐号汇入。

汇入金额请于汇入日以后到银行核实存折纪录。

询问: 儿童家庭科家庭支援 TEL: 0258-39-2300



【児童手当の現状届の提出を!】

2012年4月から、子ども手当に替わり、児童手当が支給されています。2012年4月から、子ども手当に替わり、児童手当が支給されています。2012年4月から、子ども手当に替わり、児童手当が支給されています。2012年4月から、子ども手当に替わり、児童手当が支給されています。

現状届を提出してください。

届出期間: 6月14日(木)~29日(金)

◇2012年度の支給日

6月・10月・来年2月の各15日に、それぞれ2~5月分、6~9月分、

10~来年1月分を、指定の口座に振り込みます。

入金日は、振込日以降に通帳などで確認してください。

お問い合わせ: 子ども家庭課家庭支援係 TEL: 0258-39-2300



【6月为防止塌方月】

如果感知到了有塌方滑坡的危险请立即避难。

尤其要注意:

- ・长雨或大雨时
- ・河水、井水、涌出水量有变化,伴随水质变混浊时
- ・土地产生龟裂、有小石块劈哩啪啦下落时

平常就要注意近处的山脉、岩崖、河流等的变化。

一旦发现异常请马上联络有关方面。

询问: 河川港湾科 TEL: 0258-39-2233

长冈地域振兴局治水科 TEL: 0258-38-2629

【6月は土砂災害防止月間】

がけ崩れや地すべりなど、土砂災害の危険を

感じたら、すぐに避難しましょう。

注意が必要なとき

- ・長雨や大雨のとき
- ・川の水、井戸水、湧き水の量が変化したり濁りだしたりしたとき
- ・土地に亀裂が生じ、小石がバラバラと落ちてくるとき

日ごろから近くの山、がけ、川などの様子に注意しましょう。いつもと違

うときはすぐに連絡してください。

お問い合わせ: 河川港湾課 TEL: 0258-39-2233

長岡地域振兴局治水課 TEL: 0258-38-2629





【住民税】

住民税即根据前一年收入所得，由地方公共团体所进行征收的税金。

住民税缴纳者

从该年度的1月1日起，凡在当地管辖内的公共团体地居住，有一定额度收入所得者，无论任何国籍都必须到居住地的市区町村纳税。

缴纳方法

在公司就职的收入所得者，从该年度的6月算起到第二年度的5月为止12个月的所得税、住民税直接从工资单上按平均应该缴纳的月额自动扣除。派遣职员或临时工届时会收到来自市区町村税务交纳课寄送的纳税通知书，纳税者应该持该通知书自己到银行等金融机关上税。

延迟支付时

从交纳税期限的第二天算起，根据延迟日数收取延付罚款。如果拒付，视情节轻重会遭到没收财产等处分。

租税条约及特例

日本为了避免纳税人重复付税，与很多国家签订了租税条约。根据以上相关条约，应该缴纳的住民税也有减轻、免除纳税的特别受惠特例。详细情况请询问公司财务人员或税务局。

◇2012年度住民税缴纳期限表

区分	市・县民税	市・県民税	区分	市・县民税	市・県民税
4月			8月	<2期>31日(周五)	12月
5月			9月		1月
6月	★<1期>7月2日(周五)		10月	<3期>31日(周三)	2月
7月			11月		3月

★ 缴纳期限考虑到来入、回入、口座等因素，排列如左表。

◇ 为避免遗忘缴纳市民税，建议市民办理方便缴纳的银行帐号自动转款手续。

希望办理方便缴纳的银行帐号自动付款手续者请到金融机关办理手续。

询问：

住民税

纳税管理人・税额等计算：长冈市役所市民税课

TEL:0258-39-2212

缴纳咨询：长冈市役所収納课 TEL:0258-39-2214

所得税

长冈税务局 长冈市南町3-9-1 TEL:0258-35-2070

【住民税について】

住民税とは

前年の所得に対して、地方公共団体が課す税金です。

住民税が課税される人

その年の1月1日現在、その地方公共団体に居住している方で一定額以上の所得がある場合は、国籍に関わらず、その時に住んで

いた市区町村で課税されます。

納付方法

会社に勤務している給与所得者の場合は、その年の6月から翌年の

5月まで12か月に、分割された住民税額が毎月の給料から自動的に引かれます。また、派遣社員やアルバイトなどの方は、市区町村の税務担当課から納税通知書が届きますので、銀行などの金融機関から振り込んでください。

滞納した場合

納付期限の翌日から、納めた日までの日数に応じて、延滞金がかかります。滞納したまましていると、財産の差し押さえなどの滞納処分

を受ける場合があります。

租税条約による特例

日本は、二重課税を避けるため多くの国と租税条約を締結しており、住民税についても特例により納税の軽減・免除の適用が受けられる場合があります。詳細は、会社の担当者や税務署にお問い合わせください。

◇2012年度住民税納期限カレンダー

区分	市・县民税	市・県民税	区分	市・县民税	市・県民税
4月			8月	<2期>31日(周五)	12月
5月			9月		1月
6月	★<1期>7月2日(周五)		10月	<3期>31日(周三)	2月
7月			11月		3月

★…納期限が土・日・祝日にあたるため、上記の通りになります。

◇ 市民税等の納付は納め忘れのない口座振替が便利です。

振り込みを希望される金融機関にてお手続きください

お問い合わせ：

住民税について

納税管理人・税额等の計算について：

長岡市役所市民税課 TEL0258-39-2212

納付のご相談について：長岡市役所収納課 TEL0258-39-2214

所得税について

長岡税務署 長岡市南町3-9-1 TEL:0258-35-2070



交通安全情報

交通安全情報

【交通规则】

交通事故非常频繁。为了避免交通事故，请大家注意遵守日本基本的交通规则。

自行车事故也在频繁增加。自行车和汽车一样是「车辆」。骑车时请一定小心注意。

◇基本的交通规则

- 行人右侧通行，汽车自行车左侧通行。
- 汽车和步行者相遇时，步行者优先。
- 行路时请遵守交通信号和道路标志。
- 请遵从警察官的指挥。

◇自行车安全利用五准则

1. 自行车行路，原则上车道，步道为例外
2. 车道左侧通行
3. 步行路上步行者优先，靠近车道缓行
4. 遵守安全规则
 - 禁止饮酒驾驶・二人同乘・并进
 - 夜间要点灯
 - 十字路口遵从交通信号，暂停・安全确认
5. 小孩子必须带头盔

◇请停止以下骑车方法！

- 2人同乘一车、打伞、一手拿物品一手掌车龙头单手骑车。

饮酒骑车 飲酒運転	二人乘车 ふたりのり 二人乗り	并进 へいしん 並進	不点灯 むとうか 無灯火	打伞 かささし

询问：长冈警察署 TEL:0258-38-0110

お問い合わせ：長岡警察署 TEL:0258-38-0110

劳资情报

労働に関する情報

【新潟外国人雇用サービス指南】

每周一回配有（中国語、英語）翻译，向外籍市民们介绍职业，举办就业咨询等服务。

地点：ハローワーク新潟内

（新潟市中央区美咲町1-2-1

新潟美咲合同庁舎2号館1楼）

开设日：第1周～第4周的周三

开设时间：下午1点～下午5点

询问：ハローワーク新潟

TEL:025-280-8609



【新潟外国人雇用サービスコーナーのご案内】

週1回通訳（中国語、英語）を配置し、外国籍市民の方々に就業相談や紹介サービスを行っています。

場所：ハローワーク新潟内

（新潟市中央区美咲町1-2-1 新潟美咲合同庁舎2号館1階）

開設曜日：第1週～第4週の水曜日

開設時間：午後1時～午後5時

お問い合わせ：ハローワーク新潟 TEL:025-280-8609



健康情報

健康に関するお知らせ



【请注意勿染弯曲杆菌 防止食物中毒！】

天气转暖,在外面享受烧烤野餐的快乐季节来到了。但是,请你一定要注意不要染上因烧烤而容易带来弯曲杆菌的病菌哦。

每年的4月~6月是食物中毒发生的高峰期。弯曲杆菌是食物中毒菌的一种,主要存在于肉类(尤其是寄生于鸡肉)内,如果食用生肉或者没有经过充分加热的肉类,就特别容易引起食物中毒。肉类请煮熟食用!

尤其是儿童·高龄者·孕妇等请勿食用生肉,也不要食用未充分加热的肉类。本身抵抗力弱的人感染上弯曲杆菌后有可能病情更加加重。

<怎样预防>

- ・食肉时一定要注意是否加热到肉类中心(中心部用75度以上温度加热1分钟以上)才能食用。
- ・请使用夹子等,食用时筷子切勿接触生肉。
- ・鸡胸肉等切勿生食。

询问:新潟县庁生活卫生課 TEL:025-280-5205

或者 长冈地域振兴局健康福祉环境部

(长冈保健所) TEL: 0258-33-4930

【カンピロバクター食中毒に気をつけましょう!】

暖かくなり、外でのバーベキューが楽しい季節となりました。しかし、バーベキューによるカンピロバクター食中毒が例年4月~6月に多く発生しています。

カンピロバクターは、食中毒菌の一種で、主に肉類(特に鶏肉)に付着しており、肉類を生や加熱不十分の状態です。

食べると、食中毒を起こす危険があります。肉類は中心部まで十分に加熱して食べましょう。特に子ども・高齢者・妊婦などは肉類と生で食べないようにしましょう。

これら抵抗力の弱い方がカンピロバクターに感染すると重症となる可能性があります。

<予防するには>

- ・食肉は中心部までよく加熱して(中心部を75度で1分以上)食べましょう。
 - ・トング等を使用し、食べる箸で生肉に触れないようにしましょう。
 - ・鶏ささみ等の肉を生で食べないようにしましょう。
- お問い合わせ:新潟県庁生活衛生課 TEL:025-280-5205、
または長岡地域振兴局健康福祉環境部
(長岡保健所) TEL:0258-33-4930



【第5回外国籍住民の医療相談会】

举办免费医疗咨询。配有中国语·英语等医疗翻译。

时间:2012年6月10日(周日)

上午10点~下午3点30分 ※不需要预约

会场:クロスパルにいがた 2楼

(新潟市中央区礎町通3ノ町2086)

※会场没有停车场。请利用公共交通工具或周围的收费民间停车场。

内容:

- ◆ 医疗咨询
- ◆ 日本的医疗·保险·福祉制度
- ◆ 内科、整形外科、精神科、歯科的医疗咨询
- ◆ 现阶段治疗中疾病的咨询
- ◆ 在公司以及特定健康检查的诊断结果検診結果等咨询(请带上诊断结果前来)

検査

咨询会当日的検査項目(免费)

- ◆ 身体検査(身高·体重·血压·尿検査)
- ◆ 胸部照光撮影
- ◆ 乳腺癌(钼钯X線撮影:乳房X線撮影)

※胸部照光·钼钯検査: 下午12点~下午2点

※请注意6月10日的医疗咨询会不进行血液検査。

欲知医疗咨询会详情请到长冈市国际交流中心索取宣传单。

询问:外国籍住民专设的医疗咨询会 实行委员会网址 <http://nimec.exblog.jp/>

邮箱地址 nimec@excite.co.jp



【第5回外国籍住民のための医療相談会】

無料医療相談会を開催します。中国語や英語などの医療通訳もありません。

日時:2012年6月10日(日) 午前10時~午後3時30分 ※予約不要

会場:クロスパルにいがた 2階(新潟市中央区礎町通3ノ町2086)

※会場には駐車場がありません。公共交通機関か周辺の有料民間駐車場をご利用ください。

内容:

- ◆ 医療相談
- ◆ 日本の医療·保険·福祉制度
- ◆ 内科、整形外科、精神科、歯科的医療相談
- ◆ 現在、治療中の病気の相談
- ◆ 職場及び特定健康診査の検査結果に関する相談(検査結果をお持ちください)

検査

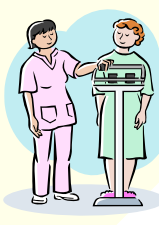
相談会当日的検査項目(無料)

- ◆ 身体検査(身長·体重·血压·尿検査)
- ◆ 胸部レントゲン撮影
- ◆ 乳がん検診(マンモグラフィ:乳房X線撮影)

※胸部レントゲン·マンモグラフィの検査: 午後12時~午後2時

※6月10日の医療相談会では血液検査は行いませんのでご注意ください。

医療相談会について詳しく知りたい方は、長岡市国際交流センターにリーフレットがあります。



【注意切勿中暑!】

中暑不光是盛夏特征。气温极速上升、湿度高升的季节尤其要注意。

请注意健康状况的变化,多休息放松,多补充水分。

询问:健康科 TEL: 0258-32-5000



【熱中症にご注意を!】

熱中症の危険は真夏だけではありません。急に暑くなり、湿度が高くなるこの季節にも注意が必要です。

体調の変化に注意し、こまめな休息や水分補給を心がけましょう。

問い合わせ:健康課 TEL: 0258-32-5000



活动情報

イベント情報

【七夕圆顶剧院】

时间:7月7日(周六)

①上午11点~ ②下午1点30分~ ③下午3点20分~

会场:青少年文化中心

定员:各回94名(按当日先来后到顺序)

费用:免费

询问:青少年文化中心 TEL: 0258-34-1305



【飘香的玫瑰花卉展览】

574品种2,200株的绚丽飘香的玫瑰宴席供您欣赏。

期间:6月2日(周六)~6月17日(周日)

开园时间:上午9点30分~下午6点

场所:国营越後丘陵公園

入园费用:

大人(高中生以上)400日元、小中学生80日元、未就学儿童免费、高龄者(65岁以上)200日元

停车费:

普通車300日元、大型1000日元、二轮車100日元

询问:越後公園管理中心 TEL 0258-47-8001



【第15回越路萤火虫节】

时间:6月30日(周六)下午4点30分~下午9点(予定)

会场:塚山南部地域体育中心、牛之首地区等

内容:合唱、边听乐玲边观赏萤火虫飞舞、有舞台活动、大排档、免费送饭团·团扇等礼物,送完为止

询问:越路萤火虫节实行委员会事務局

TEL: 0258-92-5903



【能和我们一起去参加长冈节前夜节的「民乐舞蹈」吗?】

长冈市国际交流中心「地球广场」每年作为事业团体都踊跃参加「大民乐舞蹈」。

日期:2012年8月1日(周三) 傍晚~晚上9点

场所:大手大道

参加条件:必须参加练习(最低3回)

练习场所:长冈市民中心内 「地球广场」

详细内容请询问「地球广场」

询问·申请:

长冈市国际交流中心「地球广场」 TEL: 0258-39-2714



【第15回越路ほたるまつり】

日時:6月30日(土) 午後4時30分~午後9時(予定)

会场:塚山南部地域体育中心、牛之首地区ほか

内容:コーラス、ミュージックベルを聴きながらのほたる観賞、ステージイベント、出店コーナー、おにぎり·うちわ等の先着プレゼントほか

お問い合わせ:越路ほたるまつり実行委員会事務局

TEL:0258-92-5903



【長岡まつり前夜祭「大民踊流し」に一緒に参加しませんか?】

長岡市国際交流センター「地球広場」では毎年一団体として、「大民踊流し」に参加します。

日時:2012年8月1日(水) 夕方~午後9時

場所:大手通り

参加条件:練習(最低3回)に参加できる方

練習は市民センター1階「地球広場」で行います。

詳しい内容は「地球広場」まで

お問い合わせ·申し込み:

長岡市国際交流センター「地球広場」 TEL:0258-39-2714

