



11 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	〈周一~周五〉 下午 6 点 45 分~9 点 30 分
	内科・小児科 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
③中越儿童急诊中心 TEL:0258-86-5099	小児牙科	周一~周六（节假日除外） 下午 6 点 45 分~9 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

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
11 月	3 日（节假日） 村上医院（TEL:63-4600）	渡边皮肤科（TEL: 62-7750）
	4 日（周日） 内岛医院（TEL:66-2446）	石泽医院（TEL:62-2500）
	11 日（周日） 田崎医院（TEL:62-1122）	星整形外科医院（TEL:66-8808）
	18 日（周日） 星野（弘）医院（TEL:62-0998）	见附南医院（TEL:63-4477）
	23 日（节假日） 山谷クリニック（TEL:61-1388）	お元気でクリニック（TEL:63-3800）
12 月	25 日（周日） 霜鸟医院（TEL:62-0579）	寺师医院（TEL:62-0137）
	2 日（周日） 杏仁堂医院（TEL:62-0123）	金井医院（TEL:62-0116）
	9 日（周日） さえき内科（TEL:66-8500）	星整形外科医院（TEL:66-8808）

※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）

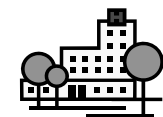
※需要住院或手术的重病患者急诊时请到这 3 所值班医院

《诊疗所电话》

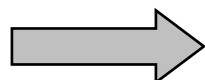
节假日・夜间急诊诊疗所：☎ 0258-37-1199（挂号时间内）

长岡市医師会：☎ 0258-22-5600 消防电话：☎ 0258-36-0119

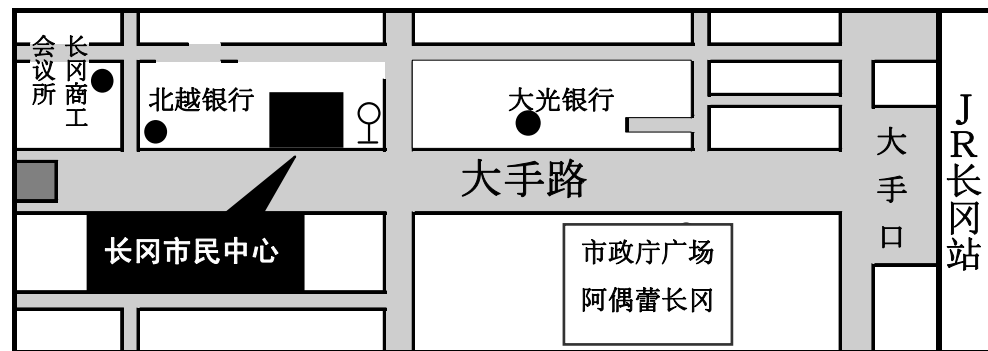
长岡红十字病院	☎0258-28-3600
长岡中央综合病院	☎0258-35-3700
立川综合病院	☎0258-33-3111



长岡市民中心



从长岡站开始徒步 10 分



长岡市国际交流中心「地球广场」

〒940-0062 长岡市大手通 2-2-6 长岡市民中心

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/>

长岡市国际交流中心

你好！长岡



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。

长岡市国际交流センター「地球广场」では、中国語での相談業務を行っております。

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きてください。

星期一 ~ 星期五（月~金）	9:00~17:00
星期日（日曜日）11日、18日	14:00~18:00



長岡市からのお知らせ

◆为支援岩手县大槌町，恳请大家理解安全接收地震瓦砾一事

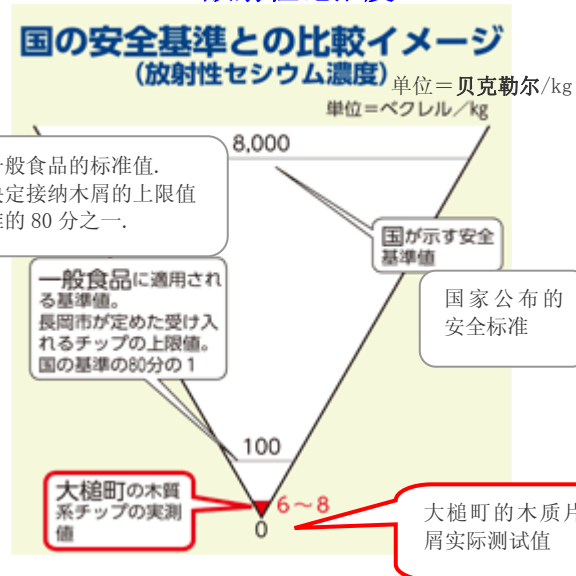
长冈市、新潟市、三条市、柏崎市、新发田市同时表明愿意接收灾害废弃物(瓦砾)的大范围处理，即接收由国家分配的岩手县大槌町的地震瓦砾。5 市县经过反复磋商达成协议，一致同意进行焚烧试验。

◎首先，通过焚烧试验确认其安全性，结果全部公开在接收瓦砾之前，首先进行焚烧试验以检验其安全性。焚烧试验结果数据全部公开，并向广大的市民边详细解答边一起讨论。

◎大槌町の瓦砾在食品检验标准的 1 / 12 以下准备接受的瓦砾不是被放射线污染的，而是由于海啸的发生而产生的灾害垃圾，具体类别如下：

- ①柱子・四方木材、倒树等木质屑片
 - ②木屑的放射性物质浓度平均一公斤在 100 个贝克勒尔以下(跟超市等店头摆放的米、蔬菜、水果等食品同样标准)
 - ※国家标准(1 kg 大概是 8,000 贝克勒尔)的 80 分之 1
 - ③焚烧灰也控制在 1 kg 平均 100 贝克勒尔以下在大槌町采样的屑片里，放射性物质浓度是 1 kg 平均 6~8 贝克勒尔，浓度极低。
- 只接收对日常的垃圾处理不造成影响的接受量。

和国家公布的安全标准比较图表 (放射性铯浓度)



◎埋埋在全国屈指可数的、极具安全性的带屋顶的处理场进行

焚烧在栃尾清洁中心进行，焚烧灰在栃尾最终处理后就地掩埋。带屋顶的处理设施是密闭型的，市内仅此一处。「不受雨水等自然条件的影响」「处理场地内的水，由水泥封闭，绝不会外流」是完全密闭型的处理场所。

询问：环境设施科 TEL: 0258-24-2838

◆岩手県大槌町の支援のため、震災がれきの安全な受け入れにご理解をお願いします

長岡市は、新潟市、三条市、柏崎市、新発田市とともに災害廃棄物(がれき)の広域処理の受け入れを表明しました。受け入れるのは国からの配分により岩手県大槌町のがれきです。5 市と県でがれき受け入れの協議を重ね、試験焼却について合意しました。

◎まずは、試験焼却で安全を確認。結果は全て公開します

がれきを受け入れるにあたり、まず試験焼却を行い安全性を検証します。試験焼却の様子や結果は全て公開。市民のみなさんに丁寧に説明し議論していきます。

◎大槌町のがれきは食品の基準値の 1 / 12 以下でした

受け入れるがれきは放射能に汚染されたものではなく、津波により発生した災害ごみで、次のとおりです。

- ①柱・角材、倒木などの木質系チップ
 - ②チップの放射性セシウム濃度は、1 kg 当たり 100 ベクレル以下(スーパーマーケットなどの店頭と並んでいる米、野菜、果物などの食品と同じ基準)※国の基準(1 kg 当たり 8,000 ベクレル)の 80 分の 1
 - ③焼却灰も、1 kg 当たり 100 ベクレル以下に抑える
- 大槌町で採取したチップの放射性セシウム濃度は、1 kg 当たり 6~8 ベクレルで、極めて低い濃度でした。通常のごみ処理に支障を及ぼさない量を受け入れます。



◎埋め立ては、全国トップレベルの安全性を持つ屋根付き処分場で行います

焼却は栃尾クリーンセンターで行い、焼却灰は栃尾最終処分場に埋め立てます。屋根の付いた密閉型の施設は、市内でここだけしかありません。「雨水などの自然の影響を受けない」「処分場内の水は、コンクリートで周囲を囲まれ外部に一切出ない」密閉型の処分場です

問い合わせ：環境施設課 TEL: 0258-24-2838

劳资问答 Q & A

Q、听说最低劳动工资将上调。愿闻其详!

A、国家基于劳动最低报酬法，为各都道府県规定了劳动最低薪金，无论什么工作，无论什么雇用形式(临时雇用、短工、计件付酬)等等，资方必须按照国家规定的最低薪金以上的报酬支付劳动者。

新潟县最低薪金根据 2012 年 10 月 5 日发布的标准为每小时 689 円。

另外，和最低薪金相比较的对象薪金指的是，从实际上被支付的工资的总额当中，除去下记列举出的薪金以外的部分，如果金额达不到最低薪金以上的话将变成无效，资方必须支付最低薪金以上的金额。

<不能算着最低薪金的部分>

- 1) 临时支付的薪金(结婚补贴等等)
- 2) 超过 1 个月以后支付的薪金(奖金等)
- 3) 所定时间外劳动、休日劳动以及深夜劳动的加班补贴
- 4) 全勤津贴、交通补贴、家属补贴

询问：新潟劳动局劳动监督科 TEL: 025-288-3503

生活情报

11 月为防止虐待儿童推动月

如果您有分娩、育儿等烦恼，请到儿童家庭科来咨询。担心日语不好的朋友，请到可以用中文咨询的国际交流中心「地球广场」来咨询。询问：儿童家庭科儿童家庭中心 TEL: 0258-39-0889

秋季防火运动

11 月 9 日(星期五)~11 月 15 日(星期四)为防火周。冬季又要到了，又到了该使用取暖用具的时候了，请不要在取暖用具周围堆放易燃物品。另外，在给炉子加油时要先熄火，注意墨盒式油箱加油后盖子要拧紧。询问：消防本部予防科 TEL: 0258-35-2190

労働に関して Q & A

Q、最低賃金が引き上げられると聞きました。詳しく教えてください。

A、国は最低賃金法に基づき都道府県ごとの賃金最低限度を定め、どのような仕事、どのような雇用形態(臨時雇用、アルバイト、歩合給)でも、使用者はその最低賃金以上の賃金を労働者に支払わなければならないとしています。

新潟県最低賃金は、2012 年 10 月 5 日から時間額 689 円となります。

なお、最低賃金と比較する対象の賃金は、実際に支払われる賃金の総額から次に挙げる賃金を除外したもので、この金額が最低賃金以上に達しなければこれは無効となり、使用者は最低賃金以上の金額を支払わなければならないとします。

<除外される賃金>

- 1) 臨時に支払われる賃金(結婚手当など)
- 2) 1ヶ月を超える期間ごとに支払われる賃金(賞与など)
- 3) 所定時間外労働、休日労働および深夜労働に対して支払われる割増賃金
- 4) 精皆勤手当、通勤手当、家族手当

問い合わせ：新潟労働局監督課 TEL: 025-288-3503

生活に関するお知らせ

11 月は児童虐待防止推進月間

出産や子育てに悩んだときは、子ども家庭課子ども家庭センターに相談してください。日本語が不安な方は、中国語の相談を国際交流センター「地球広場」で受け付けています。問い合わせ：子ども家庭課子ども家庭センター TEL: 0258-39-0889

秋の火災予防運動

11 月 9 日(金)~11 月 15 日(木)は火災予防週間です。冬に向けて、暖房器具を使用する機会が多くなります。暖房器具の周りに燃えやすいものを置かない。また、ストーブに給油をする際は火を消し、カートリッジタンクはキャップをしっかりと締めるなど注意してください。問い合わせ：消防本部予防課 TEL: 0258-35-2190

NEW 2013年4月开始进行「厨房垃圾的分类收集」

从2013年4月开始，厨房垃圾要分别收集了。为此，「可燃垃圾」「纸尿裤」「厨房垃圾」的收集日不一样了。





Q. 分别收集的厨房垃圾怎样处理呢？

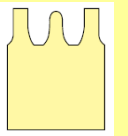
A. 「厨房垃圾」分别收集后，先不焚烧，而是进行微生物发酵后再分解处理。

这样就可以削减由于焚烧垃圾而产生的二氧化碳排放。

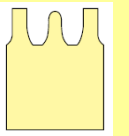
而且，由厨房垃圾的发酵而产生的「沼气」可以用来发电，发电量可以让全部沼气设施和焚烧设施减少一半的用电量，然后发酵分解完后的残渣还可以作为燃料卖给民营的生物能源所。



	扔弃方法	主要垃圾
厨房垃圾 收费指定袋 (粉红色半透明) 	<ul style="list-style-type: none"> ●将水分挤干，装入指定的厨房垃圾袋，将袋口封好，在收集日上午8时30分放在指定的垃圾扔弃处 ●如果分不清楚是厨房垃圾否，请按「可燃垃圾」分类 	【厨房垃圾】 蔬菜、熟食、水果、烹饪垃圾、贝壳、肉、鱼、茶叶、茶叶袋子等 【不能作为厨房垃圾扔掉的】 贝壳、螃蟹壳子、玉米包皮、竹笋皮、固体废油、报纸包的厨房垃圾等
可燃垃圾 收费指定袋 (黄色类半透明) 	<ul style="list-style-type: none"> ●把垃圾装进指定袋封口，在收集日上午8时30分放在指定的垃圾扔弃处。 	污纸、加工纸、木制小物、木板（冬季用栅栏板等）、宠物的尿尿用砂、磁带、录像带 （※磁带的包装是不可燃垃圾）。
纸尿裤 收费指定袋 (黄色类半透明) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「可燃垃圾」收集日 将可燃垃圾放入指定袋子封口在收集日上午8时30分放在指定的垃圾扔弃处 ●「厨房垃圾」的收集日时 在专用的指定袋尿布记号上划○，将尿布放入封口在收集日上午8时30分放在指定的垃圾扔弃处 	纸尿裤、尿垫子、生理用品 

星期一	可燃垃圾
星期三	
星期五	

現在

星期二	可燃垃圾
星期四	
星期六	

2013年4月开始

星期一	厨房垃圾	纸尿裤
星期三	可燃垃圾	
星期五	厨房垃圾	纸尿裤

星期二	厨房垃圾	纸尿裤
星期四	可燃垃圾	
星期六	厨房垃圾	纸尿裤

NEW 2013年4月から「生ごみの分別収集」スタート

2013年4月から生ごみの分別収集が始まります。それに伴い、「燃やすごみ」「紙おむつ」「生ごみ」の収集日が変更されます。





Q. 分別収集した、生ごみはどう処理するのでしょうか？

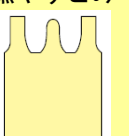
A. 「生ごみ」を分別収集し、生ごみは焼却せずに微生物の働きで発酵分解させます。

これにより、焼却するごみと発生する二酸化炭素を削減することができます。

そして、生ごみの発酵で発生した「バイオガス」を利用して発電し、バイオガス化施設全体と隣のごみ焼却施設の約半分の電力をまかないます。また、発酵分解させた後の残りは、民間バイオマス発電所の燃料として売却されます。



	出し方	主なごみ
生ごみ 有料指定袋 (ピンク系半透明) 	<ul style="list-style-type: none"> ●よく水切りした生ごみを指定袋に入れて、口を結んで、収集日の午前8時30分までに決められたごみステーションに出す。 ●生ごみかどうか迷った場合は、「燃やすごみ」に分別する。 	【生ごみに出せるもの】 野菜、総菜、果物、調理くず、穀類、肉、魚、お茶がらやティーパックなど 【生ごみに出せないもの】 貝殻、カニの殻、トウモロコシやタケノコの皮、油を固めたもの、新聞紙で包んだ「生ごみ」
燃やすごみ 有料指定袋 (黄色系半透明) 	<ul style="list-style-type: none"> ●指定袋にごみを入れて、口を結んで、収集日の午前8時30分までに決められたごみステーションに出す。 	よごれた紙、加工紙、木製小物、板（冬囲いの板など）、ペット用トイレの砂、ビデオテープ、カセットテープ等 （※テープのケースは「燃やさないごみ」です。）
紙おむつ 有料指定袋 (黄色系半透明) 	<ul style="list-style-type: none"> ●「燃やすごみ」の収集日に出す場合 燃やすごみと一緒に指定袋に入れて、口を結んで、収集日の午前8時30分までに決められたごみステーションに出す。 ●「生ごみ」の収集日に出す場合 燃やすごみ用の指定袋の紙おむつの絵を○で囲み、紙おむつだけを入れて、口を結んで、収集日の午前8時30分までに決められたごみステーションに出す。 	紙おむつ、尿パッド、生理用品 

月曜日	燃やすごみ
水曜日	
金曜日	

げんざい
現在

火曜日	燃やすごみ
木曜日	
土曜日	

2013年
4月から

月曜日	生ごみ	紙おむつ
水曜日	燃やすごみ	
金曜日	生ごみ	紙おむつ

火曜日	生ごみ	紙おむつ
木曜日	燃やすごみ	
土曜日	生ごみ	紙おむつ

医療咨询

如果您在节假日或平日夜间患病,请到急患诊疗所救治。

此时此刻该怎么办?

问:下班后发现孩子没有精神,原来是发烧了。此时此刻最好去什么地方看病?

答:此时此刻请利用中越儿童急诊中心。

中越儿童急诊中心,从星期一到星期六夜间均有小儿科医生待诊,对突然发烧等病况比较轻的儿童施行救急医疗措施。

大概到15岁为止的孩子都是接待对象。也可以拿药,但救急医疗的原则是药方提供量不超过1日的药量。

如果第二天症状没有缓解,请到有关医疗机构接受治疗。



◆中越儿童急诊中心

地点:长冈市西千手2丁目5-1(健康中心内)

TEL:0258-86-5099

路线:长冈站大手口④号线南循环巴士内循环「健康中心前」下车



门诊日:每周星期一~星期六

(除去星期日、节日及年末年始)

挂号时间:下午6时45分~9时30分

看病时间:下午7时~10时

◇健康中心除此以外还对病症较轻的患者施行救急诊治。

医療に関するお知らせ

きゆうじつ へいじつ やかん くあい わる ほう きゆうかんしんりょうじよ かいせつ
休日や平日の夜間に具合が悪くなった方のために急患診療所を開設しています。

こんなときどうするの?

Q. 仕事から帰宅したら子どもが急に熱を出しました。

このような場合、どこで診てもらえますか?

A. そのような時は、「中越こども急患センター」をご利用ください。

「中越こども急患センター」は、月曜日から土曜日の夜間に小児科医が、急な発熱等比較的軽い症状のお子さんの救急医療を行います。

おおむね15歳までのお子さんが対象です。

薬も処方しますが、救急医療のため原則1日分の処方です。

翌日になっても症状が改善しない場合はかかりつけの医療機関で診療を受けてください。

◆中越こども急患センター

場所:長岡市西千手2丁目5-1(健康センター内)

TEL:0258-86-5099

行き方:長岡駅大手口④

番線南循環バス内回り「健康センター前」下車

診療日:毎週月曜日から土曜日

(日、祝日及び年末年始を除く)

受付時間:午後6時45分~9時30分

診療時間:午後7時~10時

◇健康センターには、このほかにも比較的軽症な方の救急診療を実施しています。



育儿情报 / 子育て情報

「了解日本学校！」研讨会

为了让生长于国外的儿童和家长们了解日本,专门举办了日本学校说明会。

从小学校入学到生活、考试、由学校的老师、同学交谈亲身体会等,可让您了解日本学校的诸多情况。

①日時:11月17日(周六)上午10时~12时

②場所:クロスパルにいがた 4楼 403・404 講座室

路线:从长冈站大手口④号线乘坐高速巴士,在「古町」下车、徒歩

从新潟站万代口乘坐开往古町方面的巴士,在「礎町」或「本町」下车、徒歩3~5分

③报名方式:用电话、传真、电子邮件联系新潟市国际交流协会

④报名截止:11月9日(星期五)

⑤参加費:免费

问询:新潟市国际交流协会

TEL:025-225-2727

FAX:025-225-2733

E-mail: nigtief@pavc.ne.jp



「日本の学校を知ろう！」セミナー

外国にルーツを持つ子どもとご家族のために、日本の学校のしくみについての説明会です。

小学校に入学してからの生活や受験について、学校の先生や受験を経験した子どもからの体験談など、日本の学校のわからないことを聞きましょう。

①日時:11月17日(土)午前10時~12時

②場所:クロスパルにいがた 4F 403・404 講座室

行き方:長岡駅大手口④番線より高速バス乗車、「古町」下車、徒歩

新潟駅万代口より古町方面行きのバスに乗車、「礎町」または「本町」下車、徒歩3~5分

③申込み方法:新潟市国際交流協会へ電話、ファクシミリ、メールで受付

④締切り:11月9日(金)

⑤参加費:無料

問い合わせ:新潟市国際交流協会 TEL:025-225-2727

FAX:025-225-2733 E-mail: nigtief@pavc.ne.jp



为外籍人士服务的同时咨询会(外国人的110拨号)

以外国人为对象的免费法律咨询会。

免费电话咨询(0570-045533)的实施只限于当天。

日時:11月17日(周六)上午10点~下午4点

会场:新潟县律师协会会馆

(新潟市中央区学校町1番町1番地新潟地方裁判所院内)

費用:免费

问询:新潟县律师协会 TEL:025-222-5533

外国人のための一斉相談会(外国人110番)

外国人を対象とした無料法律相談会です。

無料電話相談(0570-045533)も当日限りで実施します。

日時:11月17日(土) 午前10時~午後4時

会場:新潟県弁護士会館

(新潟市中央区学校町1番町1番地新潟地方裁判所構内)

料金:無料

問い合わせ:新潟県弁護士会 TEL:025-222-5533

活动情报 / イベント情報

◆あぐり之郷丰收节

日時:11月3日(周六·节日) 上午10时~正午

会场:道之站「越後川口 あぐりの里」

内容:あぐり汤、鲜糍粑、钓蔬菜、川口特色小吃摊等

问询:道之站「越後川口 あぐりの里」

TEL:0258-89-4550

◆长冈市秋节

期间:11月2日(周五)~11月7日(周三)

会场:阿偶蓄长冈

①約1万匹!錦鲤展示现场贩卖会

②約500匹等待您光临!兰寿品评会 现场贩卖

③美味大大的有!秋日美味市场

日時:11月3日(周六·节日)~5日(周一)

①②上午8时~下午4时(品评会只有3日才有)

③上午10时~下午4时

③菊花展示会

日時:11月2日(周五)~7日(周三)

上午9时~下午5时

※2日(周五)审查会后下午1时开始。7日(周三)到正午为止。

问询:观光科 TEL:0258-39-2221



◆2012 越后长冈日本大鼓节

市内各地区和大鼓团体聚集一堂表演。

保育園児、学生、社会人等24团体 总共500名演示平日苦练的结果。

请欣赏各具风格的独特表演

日時:12月1日(周六) 下午0时30分~下午4时

12月2日(周日) 上午9时30分~下午4时(予定)

会场:阿偶蓄长冈 阿里纳·纳卡多玛

内容:参加团体的演奏、东日本大震災受灾地区团体的合奏、日本大鼓火锅等节日出店

问询:地区振兴战略部 TEL:0258-39-2260



◆来吧、看吧、学吧!大家的防灾博览会

日時:12月1日(周六) 上午10时~下午5时

12月2日(周日) 上午10时~下午4时

会场:ハイブ长冈

内容:防灾用品等展示、舞台活动、复兴支援食堂等

问询:大家的防灾博览会事務局 TEL:025-283-1244



◆あぐりの里収穫祭

日時:11月3日(土·祝) 午前10時~正午

会場:道の駅「越後川口 あぐりの里」

内容:あぐり汁、つきたて餅の販売、野菜釣り、川口のうまい物屋台など

問い合わせ:道の駅「越後川口 あぐりの里」 TEL:0258-89-4550

◆長岡市秋まつり

期間:11月2日(金)~11月7日(水)

会場:アオーレ長岡

①約1万匹!錦鲤展示即売会

②約500匹を即売!らんちゅう品評会・即売会

③おいしいものいっぱい!秋の味雑市

日時:11月3日(土·祝)~5日(月)

①②午前8時~午後4時(品評会は3日のみ) ③午前10時~午後4時

④菊花展示会

日時:11月2日(金)~7日(水) 午前9時~午後5時

※2日(金)審査会が終了する午後1時ごろから。7日(水)は正午まで。

問い合わせ:観光課 TEL:0258-39-2221

◆越後長岡 和太鼓祭2012

市内各地域和太鼓団体が一堂に会する太鼓の祭典。

保育園児、学生、社会人など24団体 総勢500名が日頃の練習の成果を披露します。個性あふれる演奏をお楽しみください。

日時:12月1日(土) 午後0時30分~午後4時

12月2日(日) 午前9時30分~午後4時(予定)

会場:アオーレ長岡アリーナ・ナカドマ

内容:参加団体の演奏、東日本大震災被災地域団体とのコラボレーション演奏、和太鼓鍋や祭縁日などのブース

問い合わせ:地域振興戦略部 TEL:0258-39-2260

◆来て、見て、学ぼう!みんなの防災フェア

日時:12月1日(土) 午前10時~午後5時

12月2日(日) 午前10時~午後4時

会場:ハイブ長岡

内容:防災用品等の展示、ステージイベント、復興応援食堂など

問い合わせ:みんなの防災フェア事務局 TEL:025-283-1244

