



12、1 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。



①~③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
节假日・夜间急诊诊疗所 TEL:0258-37-1199 FAX:0258-35-8266	内科	〈周一~周五〉（节假日除外）下午 6 点 45 分~9 点 30 分 *12/31（周一）~1/3（周四）时间有变更（下记）
	内科 小儿科 外科	〈周日・节假日〉上午 9 点~11 点 30 分、下午 1 点~5 点 30 分 *12/31（周一）~1/3（周四）时间有变更（下记）
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 *12/31（周一）~1/3（周四）时间有变更（下记）

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

③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
中越儿童急诊中心 TEL:0258-86-5099	小儿科	〈周一~周六〉（节假日除外）下午 6 点 45 分~9 点 30 分 *12/29（周六）~1/3（周四）休假不看病。

◆12/31（周一）~1/3（周四）的医疗时间

	医疗科目	挂号时间	
节假日・夜间急诊诊疗所	内科 小儿科 外科	12月31日（周一）	下午 1 点~4 点 30 分
		1月1日（节假日）~ 3日（周四）	上午 10 点~11 点 30 分、下午 1 点~2 点 30 分
休息日牙科急诊医疗所	牙科	12月31日（周一）~ 1月3日（周四）	上午 10 点~11 点 30 分、下午 1 点~2 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（小国町榎沢 88）

	医疗科目	挂号时间
小国医疗所 TEL:0258-95-2010	内科 外科	第 3 个周日、上午 8 点 30 分~11 点 30 分、下午 3 点~4 点 30 分 *1/2（周三）~1/3（周四）请看下记
1/2（周三）~1/3（周四）		横田内科消化器科诊所 TEL:0258-95-3141 上午 9 点~正午

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
12月	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）
	16日（周日）	关谷医院（TEL:61-0205）	中之島クリニック(TEL:61-2551)
	23日（节日）	石川医院（TEL:66-2140）	渡边皮肤科（TEL: 62-7750）
	24日（休息日）	林俊壹クリニック（TEL:66-3000）	石泽医院（TEL:62-2500）
	30日（周日）	村上医院（TEL:63-4600）	お元気でクリニック（TEL:63-3800）
1月	1日（节日）	内岛医院（TEL:66-2446）	贝瀬皮肤科（TEL:66-8100）
	2日（周三）	杏仁堂医院（TEL:62-0123）	见附南医院（TEL:63-4477）
	3日（周四）	星野（弘）医院（TEL:62-0998）	寺师医院（TEL:62-0137）

*症状较轻时,请到平日就医处或按上記①~④挂号。

*需要住院或手术的重病患者急诊时请电话下记值班医院/诊疗所。

*节假日・夜间急诊 值班医院/诊疗所电话:37・1199（随时可以挂号）、长冈市医師会:22・5600、或者消防电话:33・9119

长冈市国际交流中心「地球广场」

〒940-0062 长冈市大手通 2-2-6 长冈市民中心

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

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。

长冈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

星期六（土曜日）

咨询业务是休息（お休み）

星期日（日曜日）1个月2、3次左右（月2、3回程度）

14:00~18:00

※12月的星期日中国語咨询时间是 2日和16日（12月の日曜日の相談日は 2日、16日）



【年末年始市役所の業務指南】

12月29日(周六)～1月3日(周四)市役所休暇。

年末年始期間以下各サービス窓口照常営業、敬請利用。

窓口		サービス業務	29(周六)	30(周日)		1/3(周四)
市役所総合窓口 【阿偶蓄長岡東棟1階】	市役所総合ナビ	市政府総合指南, 由市政府向导为您提供各种咨询	上午9点 ～ 下午5点		12月31日(周一)～1月2日(周三)	上午9点 ～ 下午5点
	市役所万事通窓口	町内会(街道居民会)咨询、市政意見・要求、発行刊物販売				
	証明書発行窓口	住民票・戸口・印章登記証明・税金关系証明等の各種証明書辦理				
	住所変更・戸口申告窓口	迁入・迁出等の各種申告の受理、印章登記、戸口咨询等等				
	护照窓口	护照申請・頒發				
	健康保険・年金窓口	国民健康保険・後期高齢者医療・国民年金(养老金)				
	福利窓口	児童津貼、福利(残疾・高齢・护理保険)サービス、医療費補助の申請等等				
市営住宅窓口	市営住宅の辦理手續・咨询	休息	上午10点 ～ 下午7点	上午10点 ～ 下午7点		
税金窓口	市民税・固定資産税・小型自動車税等等					
東サービスセンター (アクロスプラザ長岡内(TEL)39-7200)	住民票、戸口等の各種証明書の頒發 税务資料各種証明書の頒發 印章登記(下午5点为止) 护照申請・頒發(下午6点30分为止)					
西サービスセンター (リバーサイド千秋内(TEL)29-6172)						

*地球广场年末サービス到12月28日为止、年始从1月4日开始營業。欢迎您随时光临。



过冬前清点水道管!

气温如果下降到零下4℃以下, 水管的冷水会凝结成冰块使水管破裂。

所以在过冬前请做好防止冬季寒冷造成水管破裂的准备。

容易发生冻结处...

- 水道管裸露在外处
- 水道管朝北处
- 风力较强处

怎样防止水道管冻结...

- 用保温材料等补修好后再用塑料布包好。
- 如果预先知道夜晚会大大的降温, 最好放掉热水器中的冷水。
- 如果让水龙头细水长流效果更好。

水道已经冻结流不出水时...

- 用毛巾将水管盖住, 然后用温水缓慢浇毛巾。
- 注意不能用开水浇水管以免导致水道破裂或产生水管裂痕。

如果水道管已经破裂...

- 将临近水表的阀门关好, 再请长岡市指定的工程企业的人员来修理。

询问: 水道局管路科維持管理係 TEL:0258-35-0017 小国営業所 TEL:0258-95-2440
与板営業所 TEL:0258-72-2259 枳尾営業所 TEL:0258-52-5826
川口営業所 TEL:0258-89-4417



【年末年始の市の業務案内】

12月29日(土)～1月3日(木)は、市役所の業務を休みます。

次の各窓口は、年末年始の期間中も業務を行います。どうぞご利用ください。

窓口		業務	29(土)・30(日)		1/3(木)
市役所総合窓口 【アオーレ長岡東棟1階】	市役所総合ナビ	市役所の総合案内、市役所コンシェルジュによる相談	午前9時 ～ 午後5時	12月31日(月)～1月2日(水)	午前9時 ～ 午後5時
	市役所なんでも窓口	町内会相談、市政への意見・要望、刊行物の販売			
	証明書発行窓口	住民票・戸籍・印章登録証明・税関係証明などの各種証明書の交付			
	住所変更・戸籍届出窓口	転入・転出などの各種届出の受理、印鑑登録、戸籍相談など			
	パスポート窓口	パスポートの申請・交付			
	健康保険・年金窓口	国民健康保険、後期高齢者医療、国民年金			
	福祉窓口	児童手当、福祉(障害・高齢・介護保険)サービス、医療費助成の申請など			
	市営住宅窓口	市営住宅の手続き・相談			
	税金窓口	市民税・固定資産税・軽自動車税など			
	東サービスセンター TEL:39-7200 (アクロスプラザ長岡内)	住民票、戸籍などの各種証明書の交付 税に関する各種証明書の交付			
西サービスセンター TEL:29-6172 (リバーサイド千秋内)	印鑑の登録(午後5時まで) パスポートの申請・交付(午後6時30分まで)				

* ながおかし市民センター(長岡市国際交流センター「地球広場」)は12月28日(金)まで、年始は1月4日(金)から業務を行っています。お気軽にお立ち寄りください。

【水道管に冬の備えを!】

気温がマイナス4℃以下になると水道の水が凍ったり、管が破れたりします。

あらかじめ冬支度をして、水道管を寒さから守りましょう。

凍結はこんなところで...

- 水道管が露出しているところ
- 水道管が北向きにあるところ
- 風当たりの強いところ

水道管の凍結を防ぐには...

- 保温材料などで補修し、濡れないようにビニールテープを巻いておきましょう。
- 夜の冷え込みが厳しいと予想されるときは、湯沸器などの水抜きをしましょう。
- 蛇口から細く水を出しておくことも効果的です。

凍結して水が出ないときには...

- タオルをかぶせ、その上からゆっくりとぬるま湯をかけましょう。
- 熱湯はかけないでください。やけどの恐れがあるほか、水道管の破裂やひび割れの原因になります。

水道管が破裂したときは...

- 水道メーターの止水栓(バルブ)を締めて水を止め、長岡市の指定工事業者に修理を依頼してください。

問い合わせ: 水道局管路課維持管理係 TEL:0258-35-0017 小国営業所 TEL:0258-95-2440
与板営業所 TEL:0258-72-2259 枳尾営業所 TEL:0258-52-5826
川口営業所 TEL:0258-89-4417



【年末年始収集垃圾通知】

请参照下列年末年始垃圾收集指南。不收集期间，请勿将垃圾放入垃圾收集场所。
由于受冬季期间下雪的影响，收集路线、收集点可能会发生变化。
垃圾必须在上午8点30分以前投弃。

日期	收集时间
12月29日(周六)	请参照垃圾收集日历
12月30日(周日)~1月3日(周四)	休假
1月4日(周五)	请参照垃圾收集日历



◆直接扔到垃圾处理场

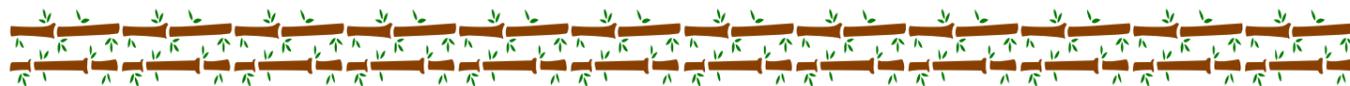
直接扔到垃圾处理场所，需要事先联系，仅限搬家等大量垃圾需要处理时（业务垃圾只限于可燃垃圾）。
年末的场到12月31日（星期一）正午为止。必须在投弃前一天跟清理中心电话联系。

垃圾处理场	直接投弃种类	申请
寿清理中心 ☎24・2856（寿3-6-1）	可燃垃圾	前一天电话联络后
鸟越清理中心 ☎47・1100（鸟越甲2818）	可燃垃圾、不可燃垃圾	
栢尾清理中心 ☎53・2205（榆原2334）	粗大垃圾※	

※粗大垃圾必须贴好处理券

◆1月・2月不收集「枝叶・草」垃圾。切掉的这类垃圾请在12月中扔掉。

如有其他关于垃圾收集的疑问，请问询：环境业务科 TEL0258-24-2837



【年末调整通知】

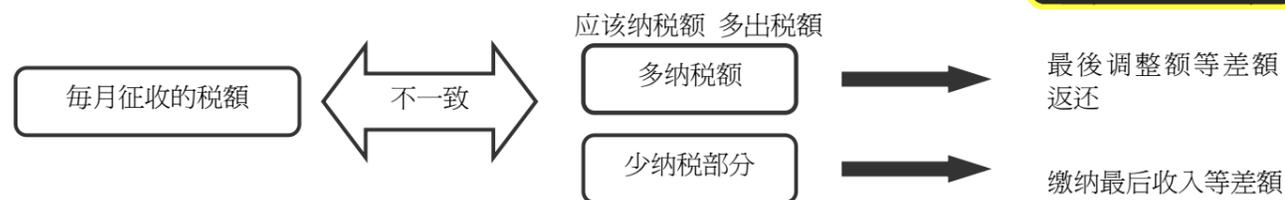
工薪阶层在一般的情况下，每月自动从工资里扣除税金。

但是，几乎所有自动扣除的所得税和这个人应该缴纳的所得税并不相符。
理由是，每月从工资里自动扣除所得税时，生命保险料、损害保险料不在考虑范围内。

年内供养家人的增减也不能及时反应在税单上。

为此，年末等调整会为你精确计算，此过程称为「年末调整」。

如果你受雇于某公司，年末年始时，公司会递交一份保险料控除申告书或扶养控除等申告书，别忘了填表提出申请。



上面流程是年末税收调整的简单说明图。如有疑问或想深入了解，
请问询公司财务负责人或向税务所问询。
问询：长冈税务署 长冈市南町 3-9-1 TEL:0258-35-2070

【年末年始のごみ収集について】

年末年始のごみ収集は下記の通りです。

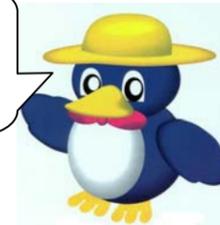
収集しない期間は、ステーションにはごみを出さないでください。

冬期間は降雪などの影響で収集の経路や時間が変わることがあります。

ごみは必ず午前8時30分までに出示してください。

日にち	収集体制
12月29日(土)	ごみカレンダー通り
12月30日(日)~1月3日(木)	休み
1月4日(金)	ごみカレンダー通り

ごみカレンダー
どおりの収集
です。



◆ごみ処理場への直接持ち込み

ごみの持ち込みは、引っ越しなどで多量のごみが出たときに限ります（事業系のごみは燃やすごみのみ）。

年末の持ち込みは12月31日（月）正午までです。前日までにクリーンセンターに電話で申し込みください。

ごみ処理場	持ち込みできる種類	申し込み
寿クリーンセンター ☎24・2856（寿3の6の1）	燃やすごみ	前日までに電話で
鳥越クリーンセンター ☎47・1100（鳥越甲2818）	燃やすごみ	
栢尾クリーンセンター ☎53・2205（榆原2334）	燃やさないごみ 粗大ごみ ※	

※粗大ごみは処理券シールを貼ってください

◆1月・2月は「枝叶・草」の収集を休みます。剪定した枝や草は12月中に出してください。

その他、ごみの収集に関することは下記にお問い合わせください。

問い合わせ：環境業務課 TEL:0258-24-2837

【年末調整に関するお知らせ】

会社などに雇用されている方は原則として毎月、給料から税金が天引きされています。

しかしほとんどの場合、天引きされた所得税額の合計額は、その人が本来納付しなければならない所得税額と一致しません。

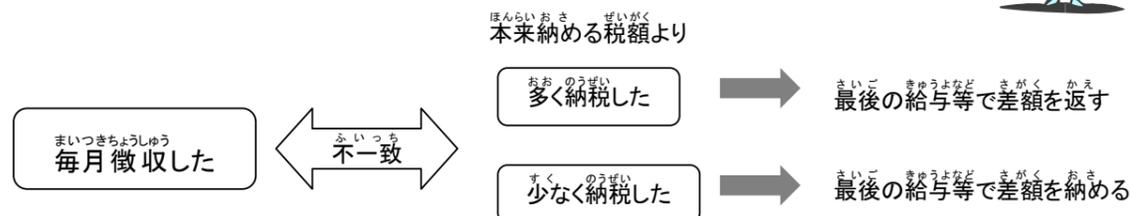
その理由には、生命保険料や損害保険料などの控除額が毎月の天引きの際に考慮されていないことや、年の途中で扶養家族が増減した場合も税金には反映されないことなどが挙げられます。

そのため、年末にそれらを申告して、税金の精算をする必要があるのです。

この精算の手続きを「年末調整」と呼びます。



雇用されて働いている方は、年末になると会社から保険料控除申告書と扶養控除等申告書が渡されますので、忘れずに提出しましょう。



上の図は年末調整についてわかりやすく説明したものです。

その他、詳しいことは、会社の担当者や税務署にお問い合わせください。

問い合わせ：長岡税務署 長岡市南町 3-9-1 TEL:0258-35-2070

小・中学校入学指南

日本の教育制度基礎は、小学校6年、中学校3年、高中3年和大学4年（短期大学为2年）。新学期从每年4月开学。其中，小学校、中学校为国家义务教育。

外国籍的小朋友不强制进行小中学校义务教育，但是只要希望入学就可以和日本人一样享受义务教育制度。如果你的孩子希望从明年4月起入学，请与学务课联系。



* 下記为明年4月入学対象。

2013年度4月小学校入学対象者

…2006年4月2日-2007年4月1日出生的小朋友

2013年度4月中学校入学対象者

…2000年4月2日-2001年4月1日出生的小朋友

另外,在市立小学就学的小朋友升中学时,由小朋友所在的学校向家长发放中学校入学通知书。

如果您在12月25日(周二)还没有收到的话,请与学务科联系。入学通知书上记载的住址如果变更的话,儿童入学的学校也可能随之变更。

办理各种手续有语言障碍的朋友请到长冈市国际交流中心「地球广场」寻求帮助。

◇教育費

市立的小中学校入学时,入学费、学费、教科书费全免。家长只需要负担学习用品、学杂费、

午餐费、春秋游费、毕业旅行费。如果负担以上费用有困难,请跟学务课联络。

根据您的家庭收入,「小中学校就学援助制度」可作您的后盾,进行减免。

询问:学务課 TEL:0258-39-2239

小・中学校の入学についてのご案内

日本の教育制度は、小学校6年、中学校3年、高校3年、大学4年（短期大学は2年）が基本となっており、新学期は4月から始まります。このうち、小学校と中学校は義務教育となっています。外国籍の子どもの小中学校入学は義務ではありませんが、希望する場合は日本人と同じように申し込むことができます。子どもを来年4月から小・中学校へ入学させたい方は学務課へ連絡してください。

* 来年度4月入学対象者は下記のおりです。

2013年度4月小学校入学対象者

…2006年4月2日から2007年4月1日の間に生まれたお子さん

2013年度4月中学校入学対象者

…2000年4月2日から2001年4月1日の間に生まれたお子さん

なお、市立の小中学校に就学しているお子さんで、中学校に入学する生徒の保護者には、小学校を通じて入学通知書をお届けします。

12月25日(火)ころまでに届かない場合は学務課へご連絡ください。入学通知書の住所から転居した場合は、入学する学校が変更になることがあります。

手続きをしたいけれど日本語が分からないという方は、長岡市国際交流センター「地球広場」へお越しください。

◇教育費について

市立の小中学校の場合、入学金、授業料、教科書代は無料です。保護者の負担となるのは、学用品・副教材費、給食費、遠足、修学旅行費用などとなっています。

ただし、費用のことでお困りの方は学務課にご相談ください。

世帯の収入等に応じて「小中学校の就学援助制度」を受けられる場合があります。

お問い合わせ:学務課 TEL:0258-39-2239

外国人のための行政書士による無料相談会

当日は英語、中国語、タイ語の通訳がいますので、日本語に自信のない方でも大丈夫です。

日本での生活や今後のことなど、困っていることがあれば、気軽にご相談ください。

日時:12月11日(火)午後1時~4時(受付12:30~15:30)

会場:新潟県国際交流協会研修室 (新潟市中央区万代橋5-1 万代島ビル2階)

相談方法:面談と電話(025-241-1881)

相談内容:入国・在留、永住、帰化、会社設立、営業許可、国際結婚・離婚、相続、生活や事業の困りごとなど

問い合わせ:新潟県行政書士会 TEL:025-255-5225

<http://www.niigata-gyousei.or.jp>

为外国人举办行政书士免费咨询会

行政书士可以帮助你解决关于在留资格和申请手续方面遇到的问题,为你排忧解难。不会日语也不用顾虑,有翻译帮你,你可以轻松愉快地用母语商量。

日時:12月11日(周二) 下午1点到4点

(受理时间:12:30-15:30)

地点:(财)新潟县国际交流协会研修室

(新潟市中央区万代橋5-1 万代島大楼2楼)

咨询方法:面谈或电话商量 025-241-1881

咨询内容:入国・在留资格、永住、归化、设立公司、营业许可、国际结婚・离婚、继承、生活和事业上遇到的问题都可以咨询。

询问:新潟县行政书士会电话 TEL:025-255-5225

<http://www.niigata-gyousei.or.jp>



◆和世界友人共度正月

我们期待你通过参加捣年糕、参与游戏等活动能遇上来自各国各族的好朋友。

日時:2013年1月14日(节日)下午1点~3点

会場:长冈市国际交流中心「地球广场」

参加費:免费

申请/询问:长冈市国际交流中心「地球广场」

TEL:0258-39-2714



◆世界の仲間とお正月交流会

餅つきやゲームを通して様々な国の人たちと交流しましょう。

日時:2013年1月14日(月・祝)午後1時~午後3時

会場:長岡市国際交流センター「地球広場」

参加費:無料

申し込み・問い合わせ:

長岡市国際交流センター「地球広場」

TEL:0258-39-2714



◆爵士/二胡 寺泊大厅音乐会

会場:长冈市寺泊文化中心大厅

費用:免费

问询:长冈市寺泊文化中心

TEL:0258-75-5155

①jaja 寺泊大厅音乐会

日時:12月22日(周六)下午7点30分开演

内容:活跃在亚洲7国的爵士乐队 jaja、在冬天的寺泊大厅再开音乐会。请您欣赏丰富多彩的歌唱活动。

②坂下正夫~二胡~寺泊大厅音乐会

日時:12月23日(周日)下午2点开演

内容:坂下正夫氏(专业二胡演奏者)、伊藤和美(电子琴演奏者)的精彩演出。

◆ジャズ/二胡 寺泊ロビーコンサート

会場:長岡市寺泊文化センターロビー

料金:無料

問い合わせ:長岡市寺泊文化センター

TEL:0258-75-5155

①jaja 寺泊ロビーコンサート

日時:12月22日(土)午後7時30分開演

内容:アジア7カ国で活躍するジャズバンド jaja が、冬の寺泊ロビーコンサートに再び登場。歌心に満ちたプロフェッショナルな演奏をお楽しみに。

②坂下正夫~二胡~寺泊ロビーコンサート

日時:12月23日(日)午後2時開演

内容:坂下正夫氏(プロ二胡奏者)と、伊藤和美(エレクーン奏者)による美しい演奏をお楽しみください。

