

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》休息日・夜间急诊诊疗所（西千手 2-5-1 健康中心内）

	医疗科目	挂号时间
①休息日・夜间急诊诊疗所 (休日・夜間急患診療所) 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～4 点 30 分
②休息日牙科急诊诊疗所 (休日急患歯科診療所) 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 (中越子ども急患センター) 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（周日・节假日） 询问：休息日・夜间急诊诊疗所 0258-37-1199

④《小国地区》小国诊疗所（小国町榑沢 88）

	医疗科目	挂号时间
小国诊疗所 (小国診療所) 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

	内科	外科
1 1 月	3 日 (周日) 星野 (弘) 医院 (星野 (弘) 医院) TEL:62-0998	金井医院 (金井医院) TEL:62-0116
	4 日 (节假日) 山谷诊所 (山谷クリニック) TEL:61-1388	星整形外科医院 (星整形外科医院) TEL:66-8808
	10 日 (周日) 杏仁堂医院 (杏仁堂医院) TEL:62-0123	中之岛诊所 (中之島クリニック) TEL:61-2551
	17 日 (周日) 佐伯内科 (さえき内科) TEL:66-8500	渡边皮肤科 (わたなべ皮膚科) TEL:62-7750
	23 日 (节日) 关谷医院 (関谷医院) TEL:61-0205	石泽医院 (石澤医院) TEL:62-2500
1 2 月	24 日 (周日) 霜鸟医院 (霜鳥医院) TEL:62-0579	健康诊所 (お元気でクリニック) TEL:63-3800
	1 日 (周日) 石川医院 (石川医院) TEL:66-2140	贝濑皮肤科 (貝瀬皮膚科) TEL:66-8100
	8 日 (周日) 林俊壹诊所 (林俊壹クリニック) TEL:66-3000	中之岛诊所 (中之島クリニック) TEL:61-2551

※急诊时间请向各值班医院询问

长冈红十字病院 (長岡赤十字病院) ☎0258-28-3600
长冈中央综合病院 (長岡中央綜合病院) ☎0258-35-3700
立川综合病院 (立川綜合病院) ☎0258-33-3111

※症状较轻时, 请到平日就医处或按上记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左边这 3 所值班医院

《诊疗所电话》

休息日・夜间急诊诊疗所: ☎ 0258-37-1199 (挂号时间内)

长冈市医师会: ☎ 0258-22-5600 消防电话: ☎ 0258-36-0119



※从长冈站开始徒步 5 分钟

长冈市国际交流中心「地球广场」

〒940-0062 长冈市大手通 2-2-6 长冈市民中心内

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



中国语咨询

地球广场开设了专门为外籍人士服务的咨询窗口。
不需要事先预约, 无论你在任何情况下, 如遇困难、
不安、查询等都请随时利用。

中国語相談

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。

生活情報

11月为防止虐待儿童推进月

如果您有分娩、育儿等烦恼，请到儿童家庭课
儿童家庭中心来咨询。
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：儿童家庭课儿童家庭中心
TEL：0258-39-0889



秋季防火运动

11月9日(周六)~11月15日(周五)为防火周。
2013年全国统一标语：
“熄灭为止 心灵的警报 ON 的状态”
(意为将火彻底熄灭为止，决不放松警惕)
冬季即将来临，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：消防本部予防课 TEL：0258-35-2190

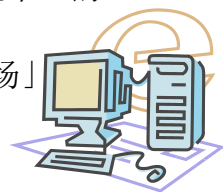
资源物资临时回收站!

时间：11月16日(周六) 上午9点~正午
地点：幸町旧市政府办公楼(幸町1丁目)的西侧
回收资源物资：来自家庭的重新使用的瓶类、
旧衣服、餐具类、小型家电、瓶・罐・塑料瓶、
废纸类、使用过的炸天麸罗的油、鞋、包、皮带、
混合纸(照片、碎纸机垃圾、牛奶盒等的加工纸)。
扔弃方法：餐具请用纸包上，其他的東西，请放
入透明或半透明的袋里后再扔弃。
详细请询问环境业务课 TEL:0258-24-2837

来自地球广场的通知

【因特网的利用方法】

在国际交流中心“地球广场”里，设置有2台可以
上网的电脑。
任何人都可以在1天中免费使用电脑30分钟。
能够搜索中文的网站，还能用中文输入。但是，
不能利用USB以及DVD，也不能够进行打印。
如果您想使用电脑的话，请跟国际交流中心的工作
人员打声招呼。
询问：长冈市国际交流中心「地球广场」
TEL：0258-39-2714



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(土)~11月15日(金)は火災予防週間です。
2013年全国統一標語：
『消すまでは 心の警報 ON のまま』
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

資源物の拠点回収を臨時開催

日時：11月16日(土)午前9時~正午
場所：幸町分室庁舎(幸町1丁目)西側
回収資源物：リユースびん、古着、古布、食器類、
小型家電、びん・缶・ペットボトル、古紙類、使用済み
天ぷら油、靴、かばん・ベルト、ミックスペーパー
(写真、紙パックなどの加工紙)
出し方：食器類は紙で包む。その他は透明・半透明の
袋に入れてください。詳しくは問い合わせてください。
問い合わせ：環境業務課 TEL:0258-24-2837

地球広場からのお知らせ

【インターネットの利用について】

国際交流センター「地球広場」には、インターネット
接続されているパソコンが2台設置されています。
このパソコンは、誰でも1日30分無料で利用することが
できます。
中国語のサイトを検索したり、中国語で入力したりす
ることもできます。ただし、USBやDVDのデータを見たり、
印刷したりすることはできません。
パソコンを利用したい人は、国際交流センターのスタッ
フにお声がけください。
問い合わせ：長岡市国際交流センター「地球広場」
TEL:0258-39-2714

国民健康保険、后期高齢者医療、护理、国民年金の保険料は税金の扣除対象
扣除の対象：2013年1月到12月期间所支付的保险费の总额(包括以前未支付的保险费，过后支付的
金额)。

○ 保险费の确认方法

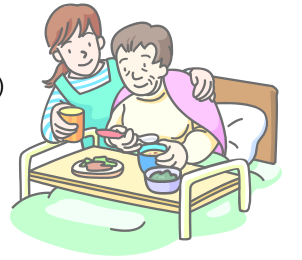
[国民健康保険料、后期高齢者医療保険料、护理保険料] ※申报时，不需要提交确认文件。

種類	国民健康保険	后期高齢者医療	介護保険
缴纳方法	国民健康保険	后期高齢者医療	介護保険
缴纳通知	1月下旬将预定发送的“年间缴纳完毕金额的通知”		收据
户头转帐	也可以从收据、转帐户头银行存款折得到确认。		指定转帐的银行存款帐户
从年金直接扣除	日本年金机构将在1月下旬预定发送「公共年金等的源泉征收票」 (从残疾年金和遗族年金直接扣除者，不发送源泉征收票) ※ 从年金直接支付者的扣除对象为本人。 ※ 请减去退还的保险费后再申报。		
咨询	国保年金課 TEL: 39-2220 各支所市民生活課	国保年金課 TEL: 39-2317 各支所市民生活課	介護保険課 TEL: 39-2245 各支所市民生活課

※ 如果持有本人确认文件(驾驶证等)的话，也可以在服务窗口得到确认。

[国民年金保险费]

日本年金机构将在11月上旬将「社会保険料(国民年金保险费)扣除证明书」发送到各位手中。
(对从10月以后今年初次缴纳的人，将在明年2月上旬发送)。
申报时，请附上该证明书或发票收据。
询问：扣除证明书专用电话 TEL:0570-070-117(IP电话等 TEL:03-6700-1130)
或者向长冈年金事务所询问 TEL:88-0003



国保・後期高齢者医療・介護・国民年金の保険料は税金の控除の対象です

控除の対象：2013年1月~12月に納めた保険料の合計。過去の未払い保険料の支払い分も含む。

○ 保険料の確認方法

【国民健康保険料、后期高齢者医療保険料、介護保険料】 ※申告には、確認書類の添付は不要です。

種別	国民健康保険	后期高齢者医療	介護保険
納付方法	国民健康保険	后期高齢者医療	介護保険
納付書	1月下旬送付予定の「年間納付済額のお知らせ」		領収書
口座振替	領収書、口座振替指定の預貯金通帳での確認も可能です。		口座振替指定の預貯金通帳
年金からの支払い	日本年金機構などから1月下旬送付予定の「公的年金等の源泉徴収票」 (障害年金や遺族年金から支払いした人には、源泉徴収票は送付されません) ※年金から支払いした本人の控除対象になります。 ※還付された保険料は差し引いて申告してください。		
問い合わせ	国保年金課 TEL: 39-2220 各支所市民生活課	国保年金課 TEL: 39-2317 各支所市民生活課	介護保険課 TEL: 39-2245 各支所市民生活課

※本人確認書類(運転免許書等)をお持ちいただければ窓口での確認も可能です。

【国民年金保険料】

11月上旬に日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」が送付されます(10月以降に本年初めて納付
する人には来年2月上旬に送付されます)。申告には、この証明書や領収書を添付してください。
問い合わせ：控除証明書専用ダイヤル TEL:0570-070-117(IP電話等は TEL:03-6700-1130)
または長岡年金事務所 TEL:88-0003

労賃問答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、什么雇用形式（临时雇用、短工、计件付酬），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 2013 年 10 月 26 日

发布的标准为每小时 701 日元。

另外，和最低薪金相比较的对象的薪金指的是，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 个月以上的期间所支付的薪金（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课 TEL：025-288-3503

【观光周游巴士「满载号」・秋】

本季最后的周游巴士「满载号」，将在被红叶染红的小国・越路地区巡游。

时 间：到 11 月 30 日为止的周六・周日和节假日

费 用：中学生以上 500 日元，小学生 200 日元

（不包括入馆费等）

售票处：越后交通长冈站大手口问讯处等

《上午班次》

地点	时间
蓬平温泉	9:00 发车
长冈站大手口	9:30 发车
山口庭园	10:15-10:45
酒乐之乡朝日山・枫叶园	11:10-12:20
长冈站大手口	13:10 到达

《下午班次》

地点	时间
长冈站大手口	13:30 发车
酒乐之乡朝日山・枫叶园	14:00 到达
山口庭园	14:25-14:55
酒乐之乡朝日山・枫叶园	15:30 发车
蓬平温泉	16:00 到达
长冈站大手口	16:30 到达、 17:30 发车
枫叶园	18:00-18:45
长冈站大手口	19:15 到达

※长冈站 17:30 发车的班次到 11 月 23 日为止

询问：观光企画课 TEL：0258-39-2344

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、2013年10月26日から時間額701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りません。

<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



【観光周遊バス「てんこもり号」・秋】

今シーズン最後の「てんこもり号」は、紅葉に燃える小国・越路をめぐります。

期間：11月30日（土）までの土・日・祝

料金：中学生以上500円、小学生200円（入館料など別）

販売所：越後交通長岡駅大手口案内所など

《午前便》

ばしょ 場所	じかん 時間
よもぎひらおんせん 蓬平温泉	9:00 発
ながおかえきおおてぐち 長岡駅大手口	9:30 発
やまぐちていえん 山口庭園	10:15-10:45
さらさと やま えん 酒楽の里あさひ山・もみじ園	11:10-12:40
ながおかえきおおてぐち 長岡駅大手口	13:10 着

《午後便》

ばしょ 場所	じかん 時間
ながおかえきおおてぐち 長岡駅大手口	13:30 発
さらさと やま えん 酒楽の里あさひ山・もみじ園	14:00 着
やまぐちていえん 山口庭園	14:25-14:55
さらさと やま えん 酒楽の里あさひ山・もみじ園	15:30 発
よもぎひらおんせん 蓬平温泉	16:00 着
ながおかえきおおてぐち 長岡駅大手口	16:30 着・17:30 発
もみじ園	18:00-18:45
ながおかえきおおてぐち 長岡駅大手口	19:15 着

※長岡駅17:30発は 11月23日までの運行

問い合わせ：観光企画課 TEL:0258-39-2344

【长冈市秋祭】 会場：市政庁广场「阿偶蕾长冈」 询问：节庆活动振兴课 TEL：0258-39-2221

	日 時	内 容 等
锦鲤展销会	11月2日（周六）～11月4日（周一・节日）	长冈自古以来是日本锦鲤的发源地。约1万条锦鲤汇集在此。
兰铸品评会、展销会	上午9点～下午4点 *兰铸品评会只限于3日（周日）	当场出售约500条的兰铸，并回答有关饲养的咨询问题。
秋天的味获市	11月2日（周六）～11月4日（周一・节日） 上午10点～下午4点	请尽情享受秋天的美味吧！
菊花展览会	11月2日（周六）～11月6日（周三） 上午9点～下午4点 *2日从下午1点开始、6日到正午为止	展览长冈市菊花爱好者会员以及市民的作品约500件。 第1-4花坛、自由1.3树干立形、悬崖形、盆景约500鉢

【長岡市秋まつり】 会場：シティーホールプラザ「アオーレ長岡」 問い合わせ：まつり振興課 TEL:0258-39-2221

	日 時	内 容
錦鯉展示即売会	11月2日（土）～11月4日（月・休）	長岡は、日本古来の錦鯉発祥の地。約1万匹の錦鯉が集まります。
らんちゅう品評会・即売会	午前9時～午後4時 *らんちゅう品評会は3日（日）のみ	らんちゅう約500匹を即売。飼育の相談にもお答えします。
あき みかくいち 秋の味獲市	11月2日（土）～11月4日（月・休） 午前10時～午後4時	おいしい秋の味覚を堪能！
きつかてんじかい 菊花展示会	11月2日（土）～11月6日（水） 午前9時～午後4時 *2日は午後1時頃から、6日は正午まで	ながおかしきつかてんじかい会員や、市民の作品約500点を展示。 第1～4花坛、自由1・3幹立、懸崖、盆栽など約500鉢

【从海到山“咚咚咚”越后长冈 和太鼓节 2013】

今年将举行第 7 回由市内各地区和太鼓团体聚集一堂的太鼓庆典活动。

由保育園儿、学生、成年人等 18 个团体总共 500 人参加并演示平日苦练的结果。有使用本地食材的饮食摊位等，快和家人一起参加共同享受吧。

时间：12月7日（周六）上午9时30分～下午4时30分
会场：阿偶蕾长冈 阿里纳・纳卡多玛

询问：地域振兴战略部 TEL：0258-39-2260



【飘香的玫瑰节・秋】

都说秋天的玫瑰，由于开花缓慢，香气、颜色以及形状都属上品。在迎接玫瑰园 10 周年的今年，将举办由志愿者组织的花园周游队。请欣赏与春天不同的秋天玫瑰之美吧。

期间：到 11 月 4 日（周一・节日）为止
花园周游日：3 日（周日）. 4 日（周一・节日）

两天都是从 10 点以及 11 点开始

地点：天香玫瑰园（越后丘陵公园内）

品种・棵数：2, 220 棵 609 品种

（其中的 2/3 在秋天开花）

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：普通车 300 日元、大型车 1000 日元、二轮车 100 日元

询问：越后公园管理中心 TEL 0258-47-8001

【海から山まで“どんどこどん”越後長岡 和太鼓祭 2013】

今年で 7 回目となる市内各地域の和太鼓団体が一堂に会する太鼓の祭典です。

保育園児、学生、社会人など計 18 団体総勢 500 名が参加し、日頃の練習の成果を披露します。
地域の食材を使った飲食ブースなどもあり、家族そろって楽しめます。

日時：12月7日（土）午前9時30分～午後4時30分

会場：アオーレ長岡アリーナ・ナカドマ

問い合わせ：地域振興戦略部 TEL:0258-39-2260

【香りのばらまつり・秋】

秋ばらは、ゆつくりと開花が進み、香りや色、花形が良いと言われています。ばら園10周年を迎えた今年には、ボランティアによるガーデンツアーも開催しています。春のばらと一味違う秋ばらの美しさをお楽しみください。

期間：11月4日（月・休）まで

ガーデンツアー：3日（日）・4日（月・休）

両日とも 10 時及び 11 時から

場所：香りのばら園

品種・株数：609 品種 2,220 株

（秋はその内の 2/3 が開花します）

入園料：大人（高校生以上）400 日元、小人（小中学生）80 日元、未就学児無料、シルバー（65 歳以上）200 日元

駐車料：普通車 300 日元、大型車 1,000 日元、二輪車 100 日元

問い合わせ：越後公園管理センター TEL:0258-47-8001

