

12 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【(幸町 2-1-1 幸福广场 (旧市役所办公大楼))】

	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 ※12/27 (周六)～1/4 (周日) 休诊
	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 ◎12/31 (周三)～1/4 (周日) 的时间有变更, 请事先联络。
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 ◎12/31 (周三)～1/4 (周日) 的时间有变更, 请事先联络。
③ 中越儿童急诊中心 (中越子ども急患センター) TEL:0258-86-5099	小児科	〈周一～周六〉(节假日除外) 下午 6 点 45 分～9 点 30 分 ※12/28 (周日)～1/4 (周日) 休诊

* 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 榎沢 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
12 月	7 日 (周日) 佐伯内科 (さえき内科) TEL:66-8500	星整形外科医院 (星整形外科医院) TEL:66-8808
	14 日 (周日) 关谷医院 (関谷医院) TEL:61-0205	中之岛诊所 (中之島クリニック) TEL:61-2551
	21 日 (周日) 石川医院 (石川医院) TEL:66-2140	见附南医院 (見附南病院) TEL:63-4477
	23 日 (节日) 林俊壹诊所 (林俊壹クリニック) TEL:66-3000	渡部皮肤科 (わたなべ皮膚科) TEL:62-7750
	28 日 (周日) 中岛医院 (なかじま医院) TEL:0256-45-7777	健康诊所 (お元気でクリニック) TEL:63-3800
1 月	1 日 (节日) 内岛医院 (内島医院) TEL:66-2446	贝濑皮肤科 (貝瀬皮膚科) TEL:66-8100
	2 日 (周五) 石川医院 (石川医院) TEL:66-2140	见附南医院 (見附南病院) TEL:63-4477
	3 日 (周六) 星野 (弘) 医院 (星野 (弘) 医院) TEL:62-0998	寺师医院 (寺師医院) TEL:62-0137
	4 日 (周日) 山谷诊所 (山谷クリニック) TEL:61-1388	渡部皮肤科 (わたなべ皮膚科) TEL:62-7750

※急诊时间请向各值班医院询问

※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

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

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/kurashi/cate13/chikyuhiroba/index.html



※从长冈站开始徒步 5 分钟

第 119 刊 发刊日: 2014.12.1

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

ながおかしこくさいこうりゅう ちきゅうひろば ちゅうごくご
 长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きてください。

【年末年初市政府办理业务指南】

●12月27日(周六)~1月4日(周日)市政府休假不办理业务。

有关市内各公共设施的休假日, 请向各设施直接询问或查阅长冈市的主页。

●年末年初期间以下各服务窗口照常办理业务, 敬请利用。



服务窗口		服务业务	12/27(周六) ~12/30(周二)	12月 31日 (周三) ~ 1月 2日 (周五) 休息	1/3(周六) 1/4(周日)
市政府综合服务窗口 【阿偶蓄长冈东栋1楼】 (TEL)39-7510	市政府综合指南处	市政府综合指南, 由市政府向导为您提供各种咨询服务		12月31日(周三)~1月2日(周五)休息	上午9点~ 下午5点
	市政府万事通窗口	町内会(街道居委会)咨询、对市政的意见·要求、发行刊物的销售			
	证明书发行窗口	住民票·户口·印章登记证明·税金关系证明等的各种证明书办理			
	住所变更·户口申报窗口	迁入·迁出等的各种申报の受理、印章登记、户口咨询等等			
	护照窗口	护照的申请·颁发			
	健康保险·年金(养老金)窗口	国民健康保险·后期高龄者医疗·国民年金(养老金)			
	福利窗口	儿童津贴、福利(残疾·高龄·护理保险)服务、医疗费补助的申请等			
市营住宅窗口	市营住宅的办理手续·咨询	上午9点~ 下午5点			
税金窗口	市民税·固定资产税·小型汽车税等				
东服务中心(长冈「安可乐思广场」内) (アクロスプラザ長岡内(TEL)39-7200)		○住民票、户口等的各种证明书的发放 ○有关税务方面各种证明书的发放 ○印章登记(下午5点为止)	上午10点~ 下午7点	休息	上午10点~ 下午7点
西服务中心(「里弗赛德千秋」内) (リバーサイド千秋内(TEL)29-6172)		○护照的申请·颁发(下午6点30分为止)			



【关于年末调整的通知】



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, 几乎所有被自动扣除的所得税的总税额和这个人本来应该缴纳的所得税额并不相符。

理由是, 每月从工资里自动扣除所得税时, 生命保险费、损害保险费等并不在考虑的范围。年内供养家人的增减也不能及时反应在税单上。

为此, 到了年末根据提出的各种申报, 需要对税金进行精确的计算, 此过程称为「年末调整」。

如果你受雇于某公司, 到了年底, 公司就会交给你一份「保险料控除申告书」(扣除保险费申报表)和「扶养控除等申告书」(扣除扶养费等申报表), 别忘了填好并及时提出申请!

咨询: 长冈税务署 长冈市千岁1丁目3番88号
长冈地方合同庁舎 TEL:0258-35-2070



ねんまつねんし し ぎょうむあんない 年末年始の市の業務案内



●12月27日(土)~1月4日(日)は、市役所の業務を休みます。

市の施設の休みについては、各施設に直接お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

●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。

まどぐち 窓口	と あつか ぎょうむ 取り扱う業務	12/27(土) ~ 12/30(火)	1/3(土) ~ 1/4(日)	
 市役所総合窓口 【アオーレ長岡東棟1階】 (TEL)39-7510	市役所総合案内、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(水) ~ 1月2日(金) やす 休み	
	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
	住民票・戸籍・印鑑登録証明・税関係証明などの各種証明書の交付			住民票・戸籍・印鑑登録証明・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 (アクロスプラザ長岡内) TEL39-7200	○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 ○印鑑登録(午後5時まで) ○パスポートの申請・交付(午後6時30分まで)	午前10時 ~ 午後7時	午前10時 ~ 午後7時	
西サービスセンター (リバーサイド千秋内) TEL29-6172				



ねんまつちようせい かん し 【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ります。

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。

問い合わせ: 長岡税务署 長岡市千歳1丁目3番88号
長岡地方合同庁舎 TEL:0258-35-2070



【年末年初収集垃圾の通知】

- 12月31日（星期三）～1月3日（星期六） 停止收集垃圾。
在此期间，请勿将垃圾放入垃圾收集场所。
- 年底最后一次和年初第一次的厨房垃圾的收集日，同时也收集可燃垃圾。
由于受冬季期间下雪的影响，收集路线和收集时间有可能发生变化。

垃圾必须在上午8点30分之前放入垃圾收集场所！

- 1月・2月停止收集「枝叶・草」类垃圾。
- 1月～3月停止「旧衣服、旧布类」的收集。

◆可以直接拿到垃圾处理场扔弃的垃圾：

能够直接拿到垃圾处理场扔弃的垃圾，仅限于搬家等大量垃圾需要处理时。

年末的垃圾扔弃到12月31日（周三）正午为止。请在扔弃的前一天为止跟清理中心电话联系。

放入厨房垃圾指定袋里（粉红色的指定袋）的垃圾不能直接拿到垃圾处理场扔弃。如果要扔弃厨房垃圾的话，请将其放入可燃垃圾指定袋里后（黄色的指定袋）才可以带到垃圾处理场里扔弃。



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	请在投弃的前一天 为止电话联系
鸟越清理中心 ☎47・1100（鸟越甲2818）	可燃垃圾、不可燃垃圾 大型垃圾※	



※大型垃圾必须贴好处理券

【年末年始のごみ収集について】

- 12月31日（水）～1月3日（土）はごみ収集を休みます
この期間は、ごみを出さないでください。
- 年末最後と年始最初の生ごみの収集日は燃やすごみも収集します
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分までにしてください。

- 1月、2月は「枝葉・草」の収集を休みます
- 1月～3月は「古着・古布」の収集を休みます
- 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。
年末の持ち込みは12月31日（水）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んでください。
生ごみ用指定袋に入った生ごみは持ち込むことができません。生ごみを持ち込む場合は燃やすごみ用指定袋に入れてください。



ごみカレンダーどりの
収集です。



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 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

【使用煤油注意事项！】

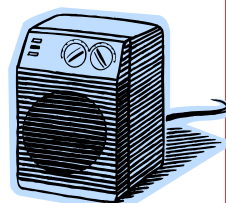
到了冬天，从一般家庭装煤油的容器里漏油的事事故频发。如果流入河川的话，将会成为水质污染的原因。

- ① 抽油时，不要离开现场
- ② 确认是否完全关闭了容器的阀门
- ③ 要经常检查容器的配管和软管有否有损坏等，必须十分加以注意。

万一漏油的话，请立刻关紧总开关，并采取应急措施用报纸或毛巾等堵住漏油处，防止煤油往外流出。然后再与消防本部或者市政府联络。

★迅速的对应・通报将事故的受害程度降低到最低限度！

查询：
消防本部 TEL:0258-36-0119
河川港湾课 TEL:0258-39-2233
环境政策课 TEL:0258-24-0528
各消防站・办事处、各支所市民生活课・产业建设课（枳尾支所建设课）



【灯油の取扱いにご注意を！】

冬はホームタンクからの灯油の流出事故が多発します。
河川に流れ出ると、水質汚染の原因となります。

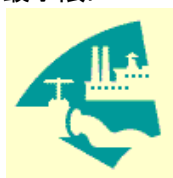
- ① 小分け中はその場を離れない
- ② タンクのバルブを完全に閉めたか確認する
- ③ タンクの配管やホースなどが破損していないか
日ごろから点検する

など、十分に注意してください。
万一漏れた場合は、すぐに元栓を締め、新聞紙やタオルなどで外部へ流出しないよう応急処置をしてください。その後消防本部または市役所に連絡してください。

★ すばやい対応・通報で事故の被害を最小限に！

問い合わせ
消防本部 TEL:0258-36-0119
河川港湾課 TEL:0258-39-2233
環境政策課 TEL:0258-24-0528

各消防署・出張所、各支所市民生活課・産業建設課（枳尾支所は建設課）



【冬季自来水管防冻措施！】

气温如果下降到零下4℃以下时，水管里的冷水会被冻结，水管有可能会破裂。

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…

- ・ 裸露在外的自来水管
- ・ 朝北方向的自来水管
- ・ 处在风力较强处的自来水管



怎样防止自来水管冻结…

- ・ 用保温材料等修补，为了避免弄湿再用塑料胶带包卷好。
- ・ 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会效果更好。

管道被冻结已经流不出水时…

- ・ 用毛巾将自来水管盖住，然后用温水缓慢浇毛巾。
- ・ 注意不能用开水浇自来水管以免导致管道破裂或产生裂痕。

如果自来水管已经破裂…

- ・ 立即将水表的阀门关好，停止流水。再请长冈市指定的工程企业的人员来修理。

【水道管に冬の備えを！】

气温がマイナス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時は、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。

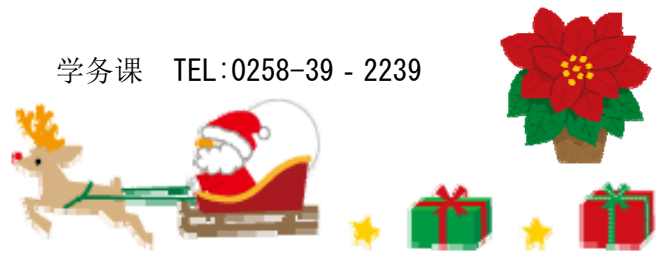
关于教育

对从明年4月份开始
进入中·小学的儿童家长发送入学通知书

小学的入学通知书将用邮寄，中学的入学通知书将通过儿童所在的小学校向家长发放。

如果您在12月25日（周四）还没有收到通知书的话，请与学务课联系。如果从入学通知书上记载的地址搬迁到其他地方的话，儿童入学的学校有可能随之变更。详情请查询学务课

学务课 TEL:0258-39-2239



中·小学入学指南

日本教育制度基础是，小学6年、中学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月份开学。其中，小学和中学为国家义务教育。

对外国籍的儿童不强制进行中·小学校义务教育，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。如果希望你的孩子从明年4月份起进入中·小学的话，请与学务课联系。

* 明年4月份入学对象者如下：

2015年度4月份小学入学对象者
⇒2008年4月2日～2009年4月1日出生的儿童

2015年度4月份中学入学对象者
⇒2002年4月2日～2003年4月1日出生的儿童

办理各种手续在语言上感到有困难的人，请到长冈市国际交流中心「地球广场」寻求帮助。



教育について

来年4月、小・中学校に入学する
子どもの保護者に入学通知書をお届けします

小学校の入学通知書は郵送で、中学校の入学通知書は小学校を通じてお届けします。

12月25日（木）頃までに届かない場合はご連絡ください。
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。詳しくはご連絡ください。

問い合わせ：学務課 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。

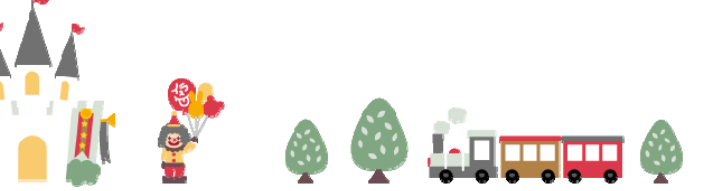
外国籍の子どもの小中学校入学は義務ではありませんが、希望する場合は日本人と同じように申し込みをすることができます。子どもを来年4月から小・中学校へ入学させたい方は学務課へ連絡してください。

* 来年4月入学対象者は下記のとおりです。

2015年度4月小学校入学対象者
⇒2008年4月2日から2009年4月1日の間に生まれた方

2015年度4月中学校入学対象者
⇒2002年4月2日から2003年4月1日の間に生まれた方

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。



活动信息



イベントのお知らせ

◆到越后丘陵公園

～观赏冬季灯饰去！

在室外，公园的象征树大光叶榉树闪耀辉煌。在室内，香槟酒杯树和塑料瓶树等被彩灯点缀得如梦如幻，为你展示美妙的银装世界。

期间：12月6日（周六）～7日（周日）、
13日（周六）～14日（周日）、
20日（周六）～25日（周四）

点灯时间：下午4点～晚上9点

* 12月～3月入园免费・停车费免费

询问：越后公园管理中心

TEL:0258-47-8001



圣诞节交流会

参加游戏和宾戈大会将使你乐在其中，一边品尝世界美食一边交流共度圣诞节！

时间：12月23日（周二/节日）下午2点～4点

会场：市民中心・地下会议室

报名：到12月14日（周日）为止

参加費：500日元



◆和世界友人共度正月◆

通过参加捣年糕、玩游戏等活动和来自各国的朋友们进行交流。

时间：2014年1月18日（周日）下午1点～3点

地点：长冈市国际交流中心「地球广场」

报名：12月10日（周三）～1月10日（周六）

参加費：免费

报名/询问：地球市民会活动实行委员会

长冈市国际交流中心「地球广场」内

TEL:0258-39-2714



国际交流中心「地球广场」 年末年初休假通知

12月29日（周一）～1月3日（周六）
由于市民中心休馆，「地球广场」停止办公。
从1月4日（星期日）开始，为照常上班时间。



◆越后丘陵公園の

ウィンターイルミネーションを見に行こう！

屋外では公園のシンボルツリーの大ケキが光り輝き、屋内ではシャンパングラスツリーやペットボトルツリーなどのライトアップが幻想的な世界を演出します。

期間：12月6日（土）～7日（日）、
13日（土）～14日（日）、
20日（土）～25日（木）

点灯時間：午後4時～9時

* 12月～3月は入園料・駐車料が無料

問い合わせ：越后公園管理センター

TEL:0258-47-8001



◆クリスマス交流会◆

ゲームやビンゴ大会を楽しんだり、世界の料理を試食しながら交流しましょう。

日時：12月23日（火・祝）午後2時～午後4時まで

会場：市民センター・地下会議室

申し込み：12月14日（日）まで

参加費：500円



◆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：2014年1月18日（日）午後1時～午後3時まで

会場：長岡市国際交流センター「地球広場」

申し込み：12月10日（水）～1月10日（土）まで

参加費：無料

申し込み・問い合わせ：

地球市民の会イベント実行委員会

長岡市国際交流センター「地球広場」

TEL:0258-39-2714



国際交流センター「地球広場」の 年末年始のお知らせ

12月29日（月）～1月3日（土）は
市民センター休館日のためお休みです。
1月4日（日）からは通常通り開館しています。

