

# ちきゅうひろば

## 地球广场

## Chikyû Hiroba

July  
7月  
2023

Vol. 40



やさしい  
日本語

### 内容 (ないよう) Contents

- P.2** ● 国民健康保険の お知らせ  
 ● 国民年金の 保険料について  
 ● 夏の 交通事故 防止運動  
 ● 花火は ルールと マナーを 守りましょう!  
**P.3** ● 越後長岡 まちの駅 シールラリーの旅 2023  
 ● 夏が 来た! プールで 遊ぼう!  
 ● 道院高原 じゃがいも 収穫祭  
 ● 髪結い@長谷川邸



中文

- P.4** ● 关于国民健康保险  
 ● 关于国民年金保险费  
 ● 夏季交通安全活动  
 ● 遵守社会公德/文明燃放烟花!  
**P.5** ● 越后长冈贴纸拉力赛之旅 2023  
 ● 夏天来了! 在游泳池里畅游吧!  
 ● 道院高原 马铃薯收获节  
 ● 美发@长谷川邸

English

- P.6** ● Important Information about the National Health Insurance Policy  
 ● Important Information about Insurance Premiums for the National Pension Program  
 ● The Summer Traffic Safety Campaign  
 ● Safety Tips for Playing with Fireworks  
**P.7** ● The 2023 Echigo Nagaoka Machi no Eki (Town Stations) Sticker Rally Tour  
 ● Summer Is Here! Enjoy Playing in a Swimming Pool  
 ● The Potato Harvest Festival at Doin Kogen (Doin Heights)  
 ● Hair Styling Demonstration at the Historic Hasegawa Residence  
**P.8** ● 急患診療の おしらせ  
 ● 节假日急病就诊医疗机构  
 ● Emergency Medical Facilities



ながおかしこくさいこうりゅう ちきゅうひろば  
**長岡市国際交流センター「地球广场」**  
 〒940-0062 長岡市大手通2-2-6 ながおか市民センター1階  
 Phone: 0258-39-2714 Skype: Chikyû Hiroba で探してください。  
 E-mail: kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp  
 website: <https://www.city.nagaoka.niigata.jp/kurashi/cate13/chikyuhiroba/>  
 Facebook: <https://www.facebook.com/nagaoka.chikyû.hiroba/c>  
 Instagram: [https://www.instagram.com/nagaoka\\_chikyû\\_hiroba/](https://www.instagram.com/nagaoka_chikyû_hiroba/)

ちきゅうひろば 地球广场に いつでも 相談に 来て ください!



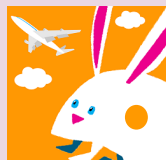
website

Facebook

Instagram

Map

「ちきゅうひろば」と「市政だより」が 10言語で 読めます!  
 「Catalog Pocket (カタログ ポケット)」という 無料の アプリを 使って 「ちきゅうひろば」や  
 「市政だより」などを 10言語で 読めるようになりました。  
 ぜひダウンロードして 使って ください。  
 【言葉】日本語、英語、中国語(簡体・繁体)、韓国語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、  
 スペイン語、ポルトガル語



iOS



Android



ながおかし

長岡市からの

お知らせ



こくみんけんこうほけん

# 国民健康保険のお知らせ

国民健康保険に入っている人に、新しい保険証が7月の終わりに届きます。色は空色で、8月から使うことができます。保険証です。

2023年度の保険料の納付通知書(保険料のお知らせ)が、7月の終わりに世帯主(家族の代表の人)に届きます。

会社を辞めさせられたなどで仕事がなくなった人は、保険料が少なくなることがあります。災害などの特別な理由で保険料を払うことが難しいときも、保険料が少なくなることがあります。

仕事を辞めて、会社の健康保険などに入っていない人は、14日以内に国民健康保険に入る手続きをしてください。

働くことになって会社の健康保険に入ったときは、14日以内に国民健康保険をやめる手続きをしてください。

## 【問い合わせ】

国保年金課 国保保険料担当 (電話:0258-39-2220)  
かくししよちいきんこう しみんせいかつか とちおししよ しみんせいかつか  
各支所地域振興・市民生活課 (栃尾支所は市民生活課)

# 夏の交通事故防止運動

7月22日(土)から31日(月)は夏の交通事故防止運動の期間です。

次のことを守って、交通事故にあわないように、おこさないようにしましょう。

- 横断歩道は歩行者が優先です。横断歩道を歩いている人、歩こうと待っている人がいたら、自動車は横断歩道の手前で止まりましょう。
- 運転をするときは、体の調子を調整しておきましょう。休憩をこまめにとりましょう。
- お酒を飲んだ後は絶対に自動車を運転してはいけません。

また、日本で運転できる国際運転免許証は<ジュネーブ条約式>の免許証だけです。

<ウィーン条約式>の国際運転免許証では運転できません。交通ルールをみんなが守って交通事故をなくしましょう。

【問い合わせ】市民課 TEL: 0258-39-2206



こくみんねんきん

ほけんりょう

# 国民年金の保険料について

国民年金の保険料を払うことが難しいときは、保険料の免除(払う保険料がなくなったり少なくなったりすること)や猶予(保険料を払う日を遅くすること)などの制度があります。保険料の免除や猶予を希望する人は、申し込みをしてください。

【保険料の免除や猶予を受けることができる人】

- ・給料が基準よりも低い人
- ・仕事がなくなった人

2023年度(2023年7月分から2024年6月分)の免除や猶予の申し込み

◆ 受付: 7月1日(土)から

◆ 持ち物: 基礎年金番号がわかるもの またはマイナンバーがわかるもの  
本人とわかるもの(在留カードなど)  
仕事をやめた人は「離職票」または「雇用保険受給資格者証」のコピー

※この他に、子どもが産まれる人や、学生のための保険料の免除や猶予などの制度もあります。

## 【問い合わせ】

国保年金課 国民年金係 (電話:0258-39-2250)  
かくししよちいきんこう しみんせいかつか とちおししよ しみんせいかつか  
各支所地域振興・市民生活課 (栃尾支所は市民生活課)



# 花火はルールとマナーを守りましょう!

【花火で遊ぶときに気をつけること】を紹介します。

- 周りの人の迷惑にならない場所、時間を選びましょう。風の強いときはしないでください。
  - 説明書をよく読み、注意事項を必ず守りましょう。子どもは必ず大人と一緒に遊びましょう。
  - 花火を人や家に向けたり、たくさんの花火に一度に火をつけたりしないでください。
  - 水の入ったバケツを用意して、火を最後まで消してください。遊び終わったらごみは持ち帰ってください。
- これらのことに気をつけて安全に花火を楽しみましょう。

【問い合わせ】消防本部 予防課 TEL: 0258-35-2190



★まちの駅とは？

長岡市には、42のまちの駅があります。  
まちの駅とは、まちの中の人や情報が集まる場所です。人と人をつなぐ場所であるということから、「ヒューマンステーション」とも呼ばれます。

まちの駅では、次のことができます。

- ① 休憩ができます！
- ② 駅長と「まちの案内人」がお迎えます！
- ③ 地域の情報がわかります！
- ④ トイレを借りることができます！



シールラリーに参加している長岡市内のまちの駅をめぐって、それぞれの地域のシールを集めて応募すると、抽選で選ばれた人はまちの駅の自慢の景品がもらえます。

ぜひこの機会に、いろいろなまちの駅に行ってみてください。

- ◆ 日時：7月29日(土)から9月3日(日)
- ◆ 景品の応募締切：9月3日(日)
- ◆ 場所：長岡市内のまちの駅 29駅



【問い合わせ】

越後長岡まちの駅ネットワーク事務局 (市民協働課内)

TEL: 0258-39-2291

夏が来た！プールで遊ぼう！

夏限定でプールに入ることができます。家族で楽しみませんか？

- ◆ 日時：7月1日(土)～9月10日(日)  
午前9時30分から 午後6時30分

※ 特別期間は 午後5時まで

- ・ 7月1日(土)～20日(木)
- ・ 8月1日(火)～3日(木)
- ・ 8月13日(日)
- ・ 8月21日(月)～9月10日(日)



- ◆ 場所：希望が丘プール
- ◆ 内容：25m・50mプール、スライダープール、幼児プール等
- ◆ 料金：

対象	料金
大人	400円
65歳以上・障がい者・介助者・高校生	300円
中学生 以下	150円
3歳以下	無料

※潜水用具 (特に深い水に潜るときに使う器具)、直径1m以上の浮き具、メガネ (付き添いに必要で、泳がない場合などを除く) は使えません。

【問い合わせ】 希望が丘プール TEL: 0258-28-1775

道院高原 じゃがいも 収穫祭

長岡市 栃尾地域にある 道院高原の畑でじゃがいも掘りを体験しませんか。採れたてのじゃがいもを食べたり、お土産として持ち帰ることができます。

- ◆ 日時：8月6日(日) 午前10時から 午後1時まで
- ◆ 集合：道院高原キャンプ場の管理棟の前
- ◆ 人数：申し込みが早い人から 40人
- ◆ 料金：大人1,000円 小学生 500円
- ◆ 申し込み：7月29日(土)までに電話で



※ 営業日時などの詳しい情報は 道院高原のホームページで見ることができます。

【申し込み・問い合わせ】

道院高原 TEL: 0258-58-2120



髪結い@長谷川邸

長谷川家と繋がりのある、江戸時代の浮世絵師・喜多川歌麿の作品にちなんだ日本髪（現代に例えると、美容師によるヘアセットのこと）の実演を行います。夏着の着物姿も見ることができます。

- ◆ 日時：7月16日(日) 午後3時から 午後4時
- ◆ 場所：長谷川邸 (塚野山)
- ◆ 内容：髪結いの実演
- ◆ 料金：高校生以上 420円  
小・中学生 210円



【問い合わせ】 長岡市立科学博物館 TEL: 0258-32-0546





# 来自长冈市的通知

## 关于国民健康保险

国民健康保险的参保者，将会在7月底收到新的健康保险证。今年的保险证的颜色为天蓝色，可以从8月份开始使用。

2023年度保险费的缴纳通知书将于7月下旬发送至各家庭的户主手中。因被辞退而失去工作的人，保险费有可能会获得减免。

另外，由于灾害等特殊原因，支付保险费有困难时，也有可能获得酌情减免。从公司离职，退出公司参保的健康保险者，请在14日以内办理国民健康保险的加入手续。

在公司就职，已加入公司参保的健康保险者，也请在14日以内办理国民健康保险的退保手续。

### 【咨询】

- 国保年金课 国保保险费系  
TEL : 0258-39-2220
- 各支所的地区振兴·市民生活课  
(枳尾支所为市民生活课)

## 关于国民年金保险费

国民年金（养老金）的参保者，因经济上的原因无法缴纳保险费时，有保险费减免和延缓缴纳等制度帮您度过难关。希望利用该制度的人士，需要事先办理申请手续。

可以享受保险费减免或延缓缴纳制度的对象为：

- 前一年所得收入低于规定标准的人士
- 失业人员

### 有关2023年度(2023年7月至2024年6月)保险费减免或延缓缴纳限期的申请

- ◆ 受理：从7月1日(周六)开始
- ◆ 申请时请携带：
  - ①年金手册或可以确认“个人编号”（マイナンバー）的文件
  - ②本人的身份证明(在留卡等)
  - ③失业人员请提交“离职票”或“雇用保险领取资格证”的复印件。

※ 除此之外，还有为产妇和学生专门提供的保险费减免和延缓缴纳等制度。

### 【咨询】

- 国保年金课国民年金系 TEL : 0258-39-2250
- 各支所的地区振兴·市民生活课  
(枳尾支所为市民生活课)

## 夏季交通安全活动

7月22日（周六）至31日（周一）是夏季防止交通事故活动期间。

请遵守以下事项，避免发生交通事故：

- 人行横道行人优先。如果有人等待通过人行横道或正在人行横道上行走的话，请将车辆停在人行横道前让行人优先通过。
- 注意休息，避免疲劳开车。
- 切勿酒后驾车。



此外，可以在日本驾驶的唯一国际驾照是<日内瓦公约>驾照。<维也纳公约>的国际驾照不被认可，在日本不允许驾驶。请大家遵守交通规则，保护他人和自身的安全吧！

【咨询】市民课 TEL: 0258-39-2206



## 遵守社会公德，文明燃放烟花！

燃放烟花注意事项：

- 选择不会打扰他人的地点和时间、强风时禁止燃放烟火。
- 仔细阅读说明书，务必遵守注意事项。
- 儿童务必由大人陪同。烟花不要对准人或房屋，也不要一次点燃大量烟花。
- 燃放烟花前先备好一桶水，结束后务必将火源彻底熄灭。
- 请将各自的垃圾带回家。

请大家遵守注意事项，安全燃放烟花。



### 【咨询】

消防本部 预防课 TEL: 0258-35-2190

## 越后长冈“街之站”贴纸拉力赛 2023

## ★何为“街之站”？

长冈市有42个“街之站”。

“街之站”是人群和信息聚集的地方。

因为是人们相遇、交流之处，所以，也称之为“众人之站”

“街之站”提供以下服务

- ①可以在此稍事歇息。
- ②可受到站长和“街道导游”的迎接！
- ③可以查询当地信息。
- ④可以借用洗手间。



最近正在举办“街之站贴纸拉力赛”活动，收集各地区选出的动漫人物贴纸参加抽选，中选者可获取纪念品。有机会一定要去各“街之站”溜达溜达，体验不同的风景哦。

- ◆ 日期：7月29日(周六)至9月3日(周日)
- ◆ 参加抽选纪念品报名截止日期：9月3日(周日)
- ◆ 地点：长冈市内29所“街之站”

活动参与帖信息  
请点击此处



【咨询】越后长冈“街之站”网络事務局  
(市民协动课内)

TEL: 0258-39-2291

## ---夏天来了！在游泳池里畅游吧！---

夏季来临，终于可以进入夏日限定开放的泳池里畅游啦！与家人一起尽情享受游泳的快乐吧！

- ◆ 时间：7月1日(周六)～9月10日(周日)  
上午9时30分～下午6时30分。

## ※ 以下的特别期间到下午5点为止：

- ・7月1日(周六)～20日(周四)
- ・8月1日(周二)～3日(周四)
- ・8月13日(周日)
- ・8月21日(周一)～9月10日(周日)

- ◆ 地点：希望之丘游泳池
- ◆ 内容：25m/50m泳池、滑梯泳池、幼儿泳池等
- ◆ 费用：

对象	费用
成人	400日元
65岁以上・残疾人・护理者・高中生	300日元
中学生以下	150日元
3岁以下	免费

※禁止使用潜水用具(特别是潜入深水时使用的器具)、直径1m以上的浮具以及眼镜(需要陪同、不参加游泳者除外)。



【咨询】希望之丘游泳池

TEL: 0258-28-1775

## 道院高原 马铃薯收获节

长冈市枳尾地区的道院高原，将举办体验挖马铃薯活动。参加者可以当场品尝刚收获的马铃薯，也可以作为土特产携带回家。

- ◆ 时间：8月6日(周日) 上午10点～下午1点
- ◆ 集合：道院高原露营地 管理楼前
- ◆ 限定人数：40人(按报名顺序)
- ◆ 费用：成人1,000日元、小学生500日元
- ◆ 报名方法：请在7月29日(周六)之前，通过电话报名



※ 营业日期等详细信息，请阅读道院高原官网

【报名・咨询】

道院高原 TEL: 0258-58-2120



官网

## 美发@长谷川邸

长谷川家族与江户时代浮世绘大师喜多川歌麿有着历史的渊源。在长谷川邸举办喜多川歌麿的作品中人物的日式发型的现场梳发表演(由美发师为身着夏季和服的模特儿梳发，再现画中人物风采)

- ◆ 时间：7月16日(周日) 下午3点～4点
- ◆ 地点：长谷川邸(塚野山)
- ◆ 内容：日式发型的演示
- ◆ 费用：高中生以上 420日元  
中小學生 210日元



【咨询】长冈市立科学博物馆

TEL: 0258-32-0546



## Important Information about the National Health Insurance Policy

A new blue health insurance card, which is to be used from this August, will be sent out at the end of July to members of the national health insurance system.

The notice regarding your premiums for the 2023 fiscal year will be sent to the head of your household around the middle of July.

If you were forced to quit or you have lost your job and it is difficult to pay your premiums, there is a chance that your premiums may be reduced.

If it is difficult for you to pay your premiums due to some specific reasons such as suffering from damage caused by disasters, your premium may also be reduced.

If you have quit your job and you are no longer a member of the employee's health insurance policy of your previous workplace, you are required to apply for the national health insurance policy within 14 days of your resignation.

If you find a new job and become a member of an employee's health insurance policy, you are required to terminate your national health insurance membership within 14 days.

For further information:

- *Kokuho Nenkin Ka, Kokuho Hokenryo Kakari* (The National Health Insurance Premium Section of the National Health Insurance and Pension Division) Phone: 0258-39-2220
- Regional Promotion-Citizens' Affairs and Service Division of each branch office
- Citizens' Affairs and Service Division in the Tochio Branch Office

## Important Information about Insurance Premiums for the National Pension Program

If it is difficult for you to pay the national pension program insurance premiums, you can apply for countermeasures such as exemption or postponement of the payments.

### [Eligible People for Exemption or Postponement]

- People whose previous year's income was lower than a set amount
- People who lost their jobs

### Applications for Exemption or Postponement for the 2023 Fiscal Year (Payments from July 2023 – June 2024)

Application: From July 1 (Sat.)

Necessary Items for Application:

- Pension Handbook, Individual Number (My Number ID) Card, or Individual Number Notice Card
- ID (Resident Card or other IDs)
- A photocopy of an Unemployment Slip or Employment Insurance Recipient Eligibility Certificate (if you are unemployed)

In addition to the people listed above, students or expecting mothers can also apply for exemption or postponement of these insurance payments.

For further information:

- *Kokuho Nenkin Ka, Kokumin Nenkin Kakari* (The National Pension Section of the National Health Insurance and Pension Division) Phone: 0258-39-2250
- Regional Promotion-Citizens' Affairs and Service Division of each branch office
- Citizens' Affairs and Service Division in the Tochio Branch Office

## The Summer Traffic Safety Campaign

The Traffic Safety Campaign for this summer will be held from Saturday, July 22<sup>nd</sup> to Monday, July 31<sup>st</sup>.

Everyone is advised to avoid traffic accidents by taking the following preventive measures.

- Crosswalks are for pedestrians. If pedestrians are in crosswalks or waiting to cross, stop your car for them.
- Keep yourself in good health and take breaks from time to time when driving.
- You MUST NOT drive after drinking alcohol.

Holders of an international driver's license specified by the Geneva Treaty can drive in Japan. Please note that the international driver's license specified by the Vienna Treaty is not valid in Japan.

Let's prevent traffic accidents by following traffic rules.

For further information:  
Citizens' Affairs Division  
Phone: 0258-39-2206



## Safety Tips for Playing with Fireworks

Playing with fireworks, called *hanabi* in Japanese, is a pleasure for many people in the summer. You are advised to keep in mind the following safety tips when handling fireworks.

- Choose an appropriate location and time that will not annoy other people.
- Avoid playing with fireworks when it is windy.
- Be sure to follow the instructions provided with the packages of fireworks.
- Children should always be accompanied by adults when handling fireworks.
- Do not point fireworks at people or houses.
- Do not light many fireworks all at once.
- Put used fireworks in a bucket of water to make sure that they are completely extinguished.
- Be sure to clean up after playing with fireworks and take your litter with you.

Enjoy playing with fireworks by keeping in mind the above safety tips.

For further information: Fire Prevention Division  
Fire Department Headquarters  
Phone: 0258-35-2190





## The 2023 Echigo Nagaoka *Machi no Eki* (Town Stations) Sticker Rally Tour

Chikyū Hiroba, July

### What are *Machi no Eki* (Town Stations)?

There are 42 Town Stations located in Nagaoka City. They are places people can visit and get various information from. They are also called “Human Stations,” because people can connect with each other at these places.

Things that visitors can do at Town Stations:

- You can rest.
- The stationmaster and town guides will welcome you.
- You can get various information about their respective areas.
- You can use their restrooms.



Machi no Eki



Machi no Eki

### Sticker Rally Tour

When: July 29 (Sat.) – September 3 (Sun.)

Where: 29 *Machi no Eki* in Nagaoka City

We recommend you take this opportunity to visit the many *Machi no Eki* in various locations throughout the city.

At the *Machi no Eki* that are participating in the sticker rally, you can collect stickers of their mascot characters and apply for a lottery. Winners will receive prizes that those town stations are proud of.

Deadline for Prize Application: September 3 (Sun.)

Search for participating stations via this QR code. ➡



For further information:

Echigo Nagaoka *Machi no Eki* Network Office

(in the Civic and Administrative Cooperation Division)

Phone: 0258-39-2291

### Summer Is Here!

#### Enjoy Playing in a Swimming Pool

The Kibogaoka Swimming Pool will welcome you and your family during the special hours and days for this summer.

Open from: July 1 (Sat.) – September 10 (Sun.)

Hours:

- 9:30 a.m. – 5:00 p.m.
  - July 1 (Sat.) – 20 (Thurs.)
  - August 1 (Tues.) – 3 (Thurs.)
  - August 13 (Sun.)
  - August 21 (Mon.) – September 10 (Sun.)
- 9:30 a.m. – 6:30 p.m. on all other days

Types of Swimming Pools:

A 25-meter pool, a 50-meter pool, a water slide, and a pool for infants

Fees:

- ¥400 for adults
- ¥300 for people aged 65 or above, special needs people, their aides, and high school students
- ¥150 for junior high school students and younger
- Free for children aged 3 and younger

Note:

- You are not allowed to use diving equipment (especially deep-sea diving equipment), floatation devices with a diameter of 1 meter or more, or glasses (excluding cases in which glasses are necessary for an aide or other attendant who is not swimming).
- You cannot use shampoo at the pool.

For further information: Kibogaoka Swimming Pool  
Phone: 0258-28-1775



### The Potato Harvest Festival at Doin Kogen (Doin Heights)

Everyone is welcome to a hands-on experience of digging for potatoes in the potato fields of Doin Kogen, located in the Tochio district of Nagaoka City. You can enjoy tasting freshly-harvested potatoes and even take some home as souvenirs.

When: August 6 (Sun.) 10:00 a.m. – 1:00 p.m.

Where: Participants will meet in front of the management building of the Doin Kogen Camping Site.

Participants: 40 on a first-come, first-served basis

Participation Fees: ¥1,000 for adults

¥500 for elementary school children

Application: By July 29 (Sat.) via telephone

For detailed information about business hours and others, refer to the Doin Kogen website.

For further information: Doin Kogen Office

Phone: 0258-58-2120



website

### Hair Styling Demonstration at the Historic Hasegawa Residence

A demonstration of traditional Japanese hair styling will be held at the historic Hasegawa Residence. The hairstyles will be from the works of Kitagawa Utamaro, an *ukiyo*e-artist of the Edo period (1603 – 1868). The demonstration will be just like a modern hair stylist styling someone’s hair.

It is said that Utamaro had a special tie with the Hasegawas, a landowning family of the Edo period in the former Koshiji Village (present-day Tsukanoyama in the Koshiji district in Nagaoka).

The audience can also enjoy seeing a traditional *kosode* (a silk *kimono* with short sleeves for the summer), which will be worn by the model.

When: July 16 (Sun.) 3:00 p.m. – 4:00 p.m.

Where: Hasegawa Residence in Tsukanoyama

Event Details: Hair Styling Demonstration

Admission:

• ¥420 for high school students and older

• ¥210 for elementary and junior high school students

For further information: Nagaoka City Museum of Science

Phone: 0258-32-0546



施設名	診療科目	あいている 時間
①こどもが 夜に 病気や けがをしたとき： 「中越こども急患センター」 TEL:0258-86-5099	小児科 <子どもが 病気の とき>	月曜日～土曜日 午後6時45分～9時30分
②夜や 休みの日に 病気や けがをしたとき： 「休日・夜間急患診療所」 TEL:0258-37-1199	内科 <お腹が いたいときや 風邪のときなど>	月曜日～金曜日 午後6時45分～9時30分 日曜日・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
	小児科 <子どもが 病気の とき> 外科 <けがなど のとき>	日曜日・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
③休みの日に 歯が いたくなったとき： 「休日・急患 歯科診療所」 TEL:0258-33-9644	歯科 <歯が 痛い とき>	日曜日・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分

◆新型コロナウイルスの 感染を 予防するため、 行く前に 必ず 電話で 相談して ください。

◆産婦人科（女の人の 病気や 赤ちゃんを 産むとき）は、在宅当番医制（休みの日に 開いている 病院）です。（日曜・祝 休日のみ）

◆わからないときは、 ②休日・夜間急患診療所（0258-37-1199）に きて ください。

**节假日急病就诊医疗机构** \*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・夜間急診診療所【幸町2-1-1 幸福广场（旧市役所办公大楼）】

医疗机构	医疗科目	挂号时间
①中越儿童急症中心 TEL:0258-86-5099	小児科	周一～周六（节假日除外）晚上6点45分～9点30分
②休息日・夜間急診診療所 TEL:0258-37-1199	内科	周一～周五（节假日除外）晚上6点45分～9点30分 周日・节假日 上午9点～11点30分 下午1点～4点30分
	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
③休息日牙科急診診療所 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

◆妇产科为轮流值班制(周日・节假日) 咨询:休息日・夜間急診診療所 TEL:0258-37-1199

**Emergency Medical Facilities Civic Health Center (Saiwai Plaza – 1F)**

Facilities	Departments	Hours
Chuetsu Center for Children's Emergency Treatment (0258-86-5099)	Pediatrics (Shônika)	(Monday – Saturday) 6: 45 p.m. – 9: 30 p.m.
Clinic for Sundays, Holidays, and Nights (0258-37-1199)	Internal Medicine (Naika)	(Monday – Friday) 6: 45 p.m. – 9: 30 p.m.
		(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. – 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. – 4: 30 p.m.
	Pediatrics (Shônika) Surgery (Geka)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. – 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. – 4: 30 p.m.
Dental Clinic for Sundays and Holidays (0258-33-9644)	Dentistry (Shika)	(Sundays and Holidays) 9: 00 a.m. – 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. – 3: 30 p.m.

主な 緊急医療施設	主要緊急医疗设施	General Hospitals available for outpatient emergency treatment	TEL
立川総合病院	立川综合病院	Tachikawa Sogo Byoin (General Hospital)	0258-33-3111
長岡赤十字病院	长冈红十字病院	Nagaoka Seki-juji Byoin (Red-Cross Hospital)	0258-28-3600
長岡中央総合病院	长冈中央综合病院	Nagaoka Chuo Sogo Byoin (Central General Hospital)	0258-35-3700