



那須塩原市



が い こ く じ ん せ い か つ

外国人生活 ガイドブック



外国人生活指南



中国語
中文



こんにちは

Olá

Xin chào



Hello

你好

Hola

1 前言



欢迎您此次来那須塩原市。

这本指南书中用外语以及附有假名的日语登载了大家在那須塩原市生活所需要的“信息”以及“服务”。

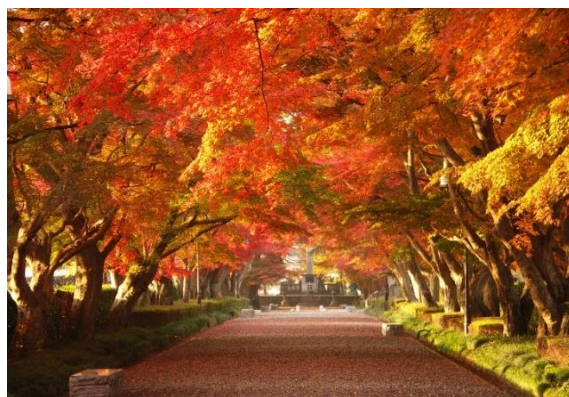
希望大家能够有效地利用这本指南，尽早地习惯和能够安心地在那須塩原市生活。



在利用时

在使用这指南时，请注意以下这一点。

在去本书登载的窗口，以及用本书登载的电话号码打电话询问时，请尽可能让会日语的人帮助你询问。



2 对于外国人

2.1 外国人的咨询窗口



那須塩原市外国人生活相談窓口（那須塩原市あたご町 2-3）

咨询员回答住在那須塩原市的外国人的各种各样的问题。

咨询时间 每周星期五 上午 8 点 30 分至下午 5 点

咨询地点 那須塩原市役所西那須野市制庁 1 楼

语种 日语、英语、葡萄牙语、西班牙语

联系方式 没有专用的电话。

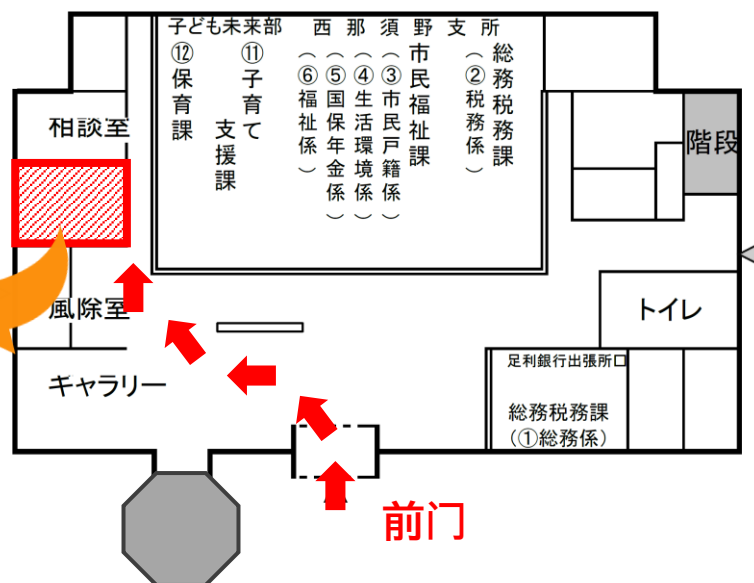
请拨打以下的电话号码，会被接通咨询窗口。

☎0287-62-7019（市民協働推進課ダイバーシティ推進係）



<问讯处>

那須塩原市役所 市民協働推進課 ☎0287-62-7019



栃木県国際交流協会（宇都宮市本町 9-14）

咨询员回答住在栃木县的外国人的各种各样的问题。

咨询时间

星期二至星期六 上午 9 点至下午 4 点

语种

日语、英语、葡萄牙语、西班牙语、中文、越南语、
他加禄语、尼泊尔语、泰语、僧伽罗语、泰米尔语、
印度尼西亚语

联系方式

咨询专用电话 ☎028-627-3399

URL <http://tia21.or.jp/>

E-mail tia@tia21.or.jp



2.2 学习日语



在那须塩原市有二处为外国来的人而设的「日本語教室」。学习在日本生活必须的日常会话、平假名、片假名、汉字等。不仅学日语、大家还能说说话、还能结识新朋友。

随时都可以参加的。请大家务必来。参加费是免费的。

教室名	地点	时间	问讯处
こうりゅうサロン (交流沙龙)	東那須野公民館 (東小屋 474-11)	每周星期二 晚上 7 点至 8 点 30 分	那須塩原市国際交流協会 ☎0287-62-7019
三島公民館日本語教室	三島公民館 (東三島 6-337)	星期六(每月三次) 下午 1 点 30 分至 3 点 30 分	三島公民館 ☎0287-36-8531



<问讯处>

那須塩原市役所 市民協働推進課 ☎0287-62-7019

2.3 那須塩原市国際交流協会



那須塩原市国際交流協会为了努力使外国人也能在那須塩原市更便利地生活，为了加深外国人与日本人的交流，加深对彼此文化的理解，实施着各种各样的活动。

你也成为会员，一起和当地人共享交流之快乐吧。外国人的会费是免费的。



那須塩原市国際交流協会实施的主要活动

日语教室(こうりゅうサロン)	每周星期二 晚上7点至8点30分 東那須野公民館
有关外国文化的演讲会	活动旨在促进对不同文化的理解。
国际交流活动	世界性的节日、圣诞节活动等
会杂志的发行	一年发行一次。还有有关活动的通知。



详细情况请看那須塩原市国際交流協会的主页。

ホームページ : <https://nasushiobara-ia.jp>



<问讯处>

那須塩原市役所 市民協働推進課 ☎0287-62-7019

目录

1 前言

在利用时

2 对于外国人

- 2.1 外国人的咨询窗口
- 2.2 学习日语
- 2.3 那須塩原市国际交流协会

3 紧急的时候

- 3.1 预防地震和台风····· 2
- 3.2 避难场所····· 8

4 在日本逗留

- 4.1 在市政府办的手续····· 14
- 4.2 在入国管理局办的手续····· 18

5 为了健康

- 5.1 生病和受伤的时候····· 20
- 5.2 去医疗机构的方法····· 30
- 5.3 急病时的医疗机关····· 34
- 5.4 能用外语（中文、葡萄牙语、西班牙语）就诊的医疗机关····· 34
- 5.5 健康状态的表现····· 36
- 5.6 有关新冠肺炎····· 36
- 5.7 健康保险····· 38
- 5.8 医疗费补助····· 42
- 5.9 为了健康地生活····· 46
- 5.10 养老金····· 50

6 有关福利

- 6.1 为了孩子们····· 54
- 6.2 为了母子家庭、父子家庭····· 58
- 6.3 为了身心有残疾的人····· 58

6.4	为了高龄者	58
6.5	看护保险(需要看护的时候)	60
6.6	生活救济	60
6.7	有关结婚	62
6.8	关于那須塩原伴侣承诺制度	62
6.9	DV(家庭暴力)	64
6.10	对于缺少卫生用品的人	64

7 有关保育园·幼儿园·认定孩子园·学校·放学后的儿童俱乐部

7.1	保育园	66
7.2	幼儿园	70
7.3	认定孩子园	70
7.4	学校	72
7.5	放学后的儿童俱乐部	78

8 在日本的生活

8.1	有关个人编号卡制度	86
8.2	有关印章	88
8.3	垃圾的分法·扔法	92
8.4	税金	104
8.5	缴纳和征收	106
8.6	日本的习惯和礼仪	108
8.7	地区的生活	110
8.8	居住	112
8.9	工作时	114
8.10	交通机关	116
8.11	驾驶汽车的时候	120
8.12	养狗的时候要注意的事项	126
8.13	消费者投诉纠纷	128

9 公共服务

9.1	上水道	130
9.2	下水道	130
9.3	电	132
9.4	煤气	134

9.5 电话·····	136
9.6 邮件等·····	138
9.7 金融机关·····	140
9.8 向国外汇款·····	140

10 那须盐原市的概况

10.1 那须盐原市的位置、地势、产业·····	142
10.2 气候·····	142
10.3 基本数据·····	142
10.4 主要的地区活动·····	144
10.5 那须盐原市主页·····	146
10.6 広報なすしおばら·····	146

欢迎您此次来那须盐原市。



3 紧急的时候



在日本紧急时的电话号码是：救护车和消防车☎119、警察☎110。打电话的时候，请大声，清楚地说明以下的话。

	火灾	☎ 119	『 kajidesu 』	偷盗	☎ 110	『 doroboudesu 』	
	急病	☎ 119	『 kyuubyoudesu 』	犯罪	☎ 110	『 tasuketekudasai 』	
	重伤	☎ 119	『 ookegadesu 』	交通事故	☎ 110	『 jikodesu 』	

※一定要说清楚地点、名字、电话号码。不清楚的时候，请向附近的人求助。

3.1 预防地震和台风



如果台风接近了

在日本，从夏天到秋天不断有台风到来。

- 来台风时伴随着大雨和强风，请把容易被风吹飞走的东西预先放到家中吧。
- 台风临近时，请把铁板套窗及卷帘式铁门关上，并且请注意收音机和电视里的台风新闻吧。
- 如果台风在某一地区造成暴雨，预计会发生洪水，您应该准备沙袋和其他物品，防止水进入该地区。在灾难之前，请预先准备吧。

发生地震时

日本是个多地震的国家。即使发生地震，也不要慌张，请采取以下这样的行动吧。

- 请不要盲目慌张地朝外跑。屋顶的瓦掉下来，墙崩塌的话，很危险。
- 如果在使用火，请马上熄灭火。



- 开好一处窗或者门，准备好出口。
- 离开容易倒下的东西，钻入写字台，桌子下，等待摇晃平息。
- 在家里避难时，要用褥垫和靠垫等保护头，这是很重要的事。



受台风的影响，以及因发生大地震而引起灾害的话，有时会停水停电。但不要惊慌，请注意电视和无线电的信息，以及来自市政府和消防站的消息。

此外，受灾后以及在预测到有可能受灾的情况下，有时会让有灾情区域内的人到安全的地方去避难。

平时预先准备好紧急时带出袋，并且让全家人都知道放的地方。家人出去避难的时候，最好预先决定好家里人的集合地方。



紧急时带出袋里要放的比较好的东西（供参考）

饮用水 	收音机 	手电筒 
压缩饼干 	毛巾 	电池 
罐头等 (不用烹调就能吃的东西) 	餐巾纸 	充电宝 
罐头起子 	湿纸巾 	刀、打火机、绳子 
药 	毛毯 	蜡烛 
工作手套 	保鲜膜 	重要的东西 (钱、护照等) 
内衣等 		

灾害时留言拨打 171

如果发生灾难，电话可能无法使用。手机邮箱比较好。
这是在发生灾难时联系家人和朋友的一个系统的使用方法。



当你想报平安时（说话）

- ① 拨打 **1 7 1**
- ② 按 **1**
- ③ 按您家或您要联系的人的电话号码（从地区代码开始）
- ④ 留言
- ⑤ 按 **9 #**
- ⑥ 结束

当你想确认对方安全时（听）

- ① 拨打 **1 7 1**
- ② 按 **2**
- ③ 按你家的电话号码，或者按想确认对方是否安全的那个人的电话号码（从地区代码开始）
- ④ 听留言
- ⑤ 按 **9 #**
- ⑥ 结束

此外（雷、龙卷风、冰雹、大雨）

栃木县夏季多雷雨。打雷时，尽可能避免外出，拔掉电器产品的插头等，注意雷击。

如果发生龙卷风或突然的阵风，请立即躲进混凝土等建造的坚固的建筑物或汽车内。

当冰雹（小冰粒）落下时，请进入坚固的建筑物内。请拉上窗帘，远离窗户。冰可能会撞击并撞碎玻璃窗。



栃木县国际交流协会「外国人向け防災情報」

栃木县为在这里生活的外国人提供各种语言的防灾信息。

在灾难发生之前确认一下。

主页 <https://tia21.or.jp/disaster.html>



3.2 避难场所



避难场所是在发生大地震、大火灾、洪水等重大灾难时能避难的地方。

灾害发生时以及在预测到有可能受灾的情况下，为了让危险区域的居民，以及危险区域的旅馆和宾馆的利用者，有秩序地转移到安全的地方，预先指定好了避难场所。



做好防灾准备，预先确认好避难场所和到避难场所去的安全路线。在灾难发生后必须避难的情况下，请尽量去离自己现在所在的地点最近的可利用的避难场所避难。

在避难场所可以领取水、应急食品（罐头食品）、毛毯等。



黒磯地区

指定避难所	电话号码	地址	对象地区名
黒磯小学校	0287-60-1290	豊町2-1	黒磯公民館内地区
いきいきふれあいセンター	0287-60-1115	桜町1-5	
黒磯中学校	0287-60-1010	豊町5-3	
共英小学校	0287-60-1295	共墾社99-11	厚崎公民館内地区
埼玉小学校	0287-60-1293	埼玉99	
厚崎中学校	0287-60-1008	上厚崎385	
石川スポーツグラウンド くろいそ武道館 (くろいそ運動場武道館)	0287-60-1113	上厚崎664	
厚崎公民館	0287-60-1166	上厚崎500-1	
大正堂くろいそみるひい ホール(黒磯文化会館)	0287-63-3219	上厚崎490	
稲村小学校	0287-60-1291	埼玉8	稲村公民館内地区
東原小学校	0287-60-1292	東原4	
黒磯北中学校	0287-60-1012	埼玉6	
稲村公民館	0287-64-3998	若草町117-1	

豊浦小学校	0287-60-1294	豊浦17	とようら公民館内地区
日新中学校	0287-60-1009	鍋掛1087	
とようら公民館	0287-60-3122	東豊浦23-110	
シニアセンター	0287-73-2210	鍋掛1429-34	
鍋掛小学校	0287-60-1296	鍋掛1019	鍋掛公民館内地区
旧寺子小学校	—	寺子1146-2	
鍋掛公民館	0287-60-1164	鍋掛531	
大原間小学校	0287-67-1055	方京3-14-6	東那須野公民館内地区
波立小学校	0287-67-1056	波立228	
東那須野中学校	0287-67-1166	島方689	
東那須野公民館	0287-67-1163	東小屋474-11	
高林小学校	0287-68-7118	高林483	高林公民館内地区
青木小学校	0287-62-1293	青木12	
高林中学校	0287-68-7116	箭坪353	
高林公民館	0287-68-0115	箭坪347-1	

西那須野地区

指定避難所	電話番号	地址	対象地区名
三島小学校	0287-36-0103	三島1-21	三島小学校学区
槻沢小学校	0287-36-0246	槻沢1	槻沢小学校学区
東小学校	0287-36-0066	太夫塚1-193	東小学校学区
南小学校	0287-36-0244	二区町399	南小学校学区
西小学校	0287-36-0243	四区町662	西小学校学区
大山小学校	0287-36-4192	下永田8-7	大山小学校学区
三島中学校	0287-36-0209	東三島1-104	三島、西、槻沢小学校学区
西那須野中学校	0287-36-0146	下永田4-3	東、南、大山小学校学区
西那須野公民館	0287-36-1143	太夫塚1-194-78	東小学校学区
狩野公民館	0287-37-3528	槻沢231	槻沢小学校学区
南公民館	0287-36-7341	二区町401	南小学校学区
西公民館	0287-37-1677	四区町661	西小学校学区
三島公民館	0287-36-8531	東三島6-337	三島小学校学区
大山公民館	0287-37-6130	下永田8-7-86	大山小学校学区

キョクトウ三島スポーツパーク(三島体育センター)	0287-36-4787	三島5-1	三島小学校学区
三和住宅にしなすのスポーツプラザ(にしなすの運動公園)	0287-36-4785	高柳10	三島、槻沢小学校学区
健康長寿センター	0287-38-1355	南郷屋5-163	

塩原地区

指定避難所	电话号码	地址	対象地区名
塩原公民館	0287-32-3812	中塩原1-2	塩原温泉地区
宿泊体験館メープル	0287-32-2909	上塩原58-3	
箒根学園	0287-35-2034	関谷2018-1	ハロープラザ地区
ハロープラザ	0287-35-2006	関谷1266-4	
旧箒根中学校	—	関谷1251	
旧金沢小学校	—	金沢1969-2	
旧大貫小学校	—	上大貫2077-2	
旧横林小学校	—	横林137-5	

※请在「那須塩原市外国人向け便利マップ」・「防災ハザードマップ」中确认避难场所的位置。



<问讯处>

那須塩原市役所 危機管理室 ☎0287-62-7150
 西那須野支所総務税務課 ☎0287-37-5105
 塩原支所総務福祉課 ☎0287-32-2911

4 在日本逗留

4.1 在市政府办的手续



要在那須塩原市生活，必须要提出一些申请。同时，也可以得到市政府发行的必要的证明书。主要的申报事项如下。

地址的登记

- 持有在留卡的外国人，和日本人一样，必须在居住地的政府机关办理居住地报告。
- 定了新的地址以及地址有了变化的时候，请带好 在留卡或者特别永住者证明书和护照以及个人编号卡。
- 已登记了住民票的外国人，去别的市区町村以及去国外时，需要在那須塩原市办理转出申请。



有关特别永住者证明书

- 特别永住者在改姓名的时候等，更改特别永住者证明书的内容时，有效期限到期时、需要提出申请。



结婚登记

- 外国人在日本结婚的时候，必须按照自己国家的法律和日本的法律根据规定的婚姻手续办理。
- 有关自己国家的法律，请向领事馆或者大使馆询问。
- 请向市政府提出结婚申请。



出生报告

- 孩子出生了以后，在出生后的 14 日以内，必须向市政府提出出生报告。
- 提出出生报告时，需要有医生写的出生证明书。
- 请在出生后 60 日以内，在入国管理局办理手续。



死亡报告

- 死亡后 7 日以内，请把死亡报告送交到市政府。
- 送交死亡报告时，需要有医生写的死亡诊断书。

<问讯处>

那須塩原市役所 市民課

☎0287-62-7132

西那須野支所市民福祉課

☎0287-37-5102

塩原支所総務福祉課

☎0287-32-2988

筹根出張所

☎0287-35-2511

4.2 在入国管理局办的手续



在留资格和在留期间等、有关在留卡

在留资格、在留期间有变化时，在留卡的内容要变更时，需要提交变更申请。请到東京出入国在留管理局去办理这手续。



〈问讯处〉

- 東京出入国在留管理局宇都宮出張所 ☎028-600-7750
(栃木県宇都宮市小幡 2-1-11 宇都宮法務総合庁舎 1 階)

- 東京出入国在留管理局 ☎0570-034259 / ☎03-5796-7234
(東京都港区港南 5-5-30)



〈外语问讯处〉

- 外国人在留総合インフォメーションセンター ☎0570-013904 / ☎03-5796-7112
(日语、英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语、越南语、菲律宾语、尼泊尔语、印度尼西亚语、泰语等)

- ワンストップ型相談センター ☎03-3202-5535 / ☎03-5155-4039
(英语、中文、西班牙语、葡萄牙语、越南语、印度尼西亚语、塔加洛语)



※各个星期对应语种各不相同，详细情况请看主页。

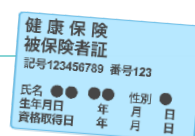
<https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html>

5 为了健康

5.1 生病和受伤的时候



如果生病和受伤了，尽早地去医院受诊吧。去医院时，请带好健康保险证。



医疗机关一览表

黒磯地区

医疗机关名	地址	电话号码	诊疗科目（请看 28 页）
いたむろクリニック	百村 3042-31	0287-69-0316	①②③
伊野田眼科クリニック	方京 1-1-18	0287-65-3787	④
大柿耳鼻咽喉科医院	弥生町 1-18	0287-62-8741	⑤
大島内科小児科医院	錦町 4-20	0287-62-0106	①②③④⑪⑫
おひさまクリニック	阿波町 99-55	0287-62-2200	⑬
尾形クリニック那須	沓掛 2-10-3	0287-65-0755	①⑤⑦他
かつらクリニック	方京 2-2-1	0287-67-3350	⑪⑫
金澤医院	中央町 1-8	0287-62-0029	①⑪⑬⑭
菅間記念病院	大黒町 2-5	0287-62-0733	①②③④⑤⑥⑦⑪⑬⑭⑮ ⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕ ㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝他
菅間附属診療所	前弥六 51-1	0287-67-1570	①②③④⑦⑬⑲⑳㉑
黒磯病院	高砂町 3-5	0287-62-0961	①⑥⑬⑭
しんたくレディースクリニック	方京 1-7-3	0287-67-1221	㉒㉓
鈴木内科外科クリニック	上厚崎 323-12	0287-62-2337	①⑬⑲⑳㉑㉒
須田医院	高林 1206-8	0287-68-0006	①⑪
滝田メディカルクリニック	本町 9-26	0287-62-0392	①⑬⑲⑳㉑㉒
中川医院	黒磯幸町 6-27	0287-62-0040	①⑪⑬⑲⑳㉑㉒
那須あいクリニック	沓掛 3-12-2	0287-74-3888	①⑲⑳
那須高原クリニック	唐杉 31-2	0287-67-2701	①②⑨⑪⑲⑳
那須こころの医院	方京 1-16-2	0287-74-3233	㉓㉔
なすこどもクリニック	沓掛 2-19-1	0287-67-0011	⑨⑪
那須脳神経外科病院	野間 453-14	0287-62-5500	①③⑥⑲⑳㉑
なすのクリニック	共壘社 83-24	0287-60-5211	①③④⑦⑲⑳
ふじおか内科小児科	豊浦 93-15	0287-64-3366	①⑪
福島整形外科病院	弥生町 1-10	0287-62-0805	⑲

ふくだ内科クリニック	新町 115-3	0287-73-8170	①④他
藤田産婦人科医院	宮町 5-19	0287-62-0115	⑩
ふみの耳鼻咽喉科	杓掛 1-11-5	0287-65-3387	⑫
緑の杜クリニック	大原間西 1-6-7	0287-67-3339	①⑨⑫⑬
三森医院	宮町 1-9	0287-62-1095	①⑪⑬⑫⑳㉑㉒㉓㉔
宗形医院	弥生町 9-16	0287-62-1360	①⑪
ムラキクリニック	杓掛 3-8-25	0287-74-6662	①⑬⑳
米倉クリニック	本町 2-4	0287-64-3335	①㉔
渡部医院	大原間 140-1	0287-65-3535	①⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱㉒
秋田歯科医院	本町 8-25	0287-62-0055	⑳
荒井歯科医院	大原間 378-6	0287-65-1180	⑳
いずみ歯科医院	豊浦中町 100-103	0287-63-0048	⑳㉑
磯歯科医院	高砂町 4-6	0287-64-2171	⑳
江口歯科医院	大原間西 1-8-2	0287-65-2133	⑳
大田原歯科医院	住吉町 3-34	0287-63-9323	⑳
大野歯科クリニック	東原 3-1493	0287-60-5181	⑳㉑㉒㉓
グリーン歯科本田クリニック	材木町 6-32	0287-64-2332	⑳㉑㉒㉓
坂元クリニック	中央町 4-21	0287-60-1414	⑳㉓
さとみ歯科クリニック	阿波町 99-82	0287-64-3200	⑳
清水歯科医院	豊浦 11-184	0287-64-2525	⑳㉑㉒㉓
新藤歯科医院	上厚崎 721-1	0287-64-4182	⑳㉑㉒㉓
せきぐち歯科医院	上厚崎 582-5	0287-62-6487	⑳㉑㉒㉓
たさき歯科	黒磯幸町 5-21	0287-74-3626	⑳㉑㉒㉓
DENTAL CLINIC M' S	方京 1-6-2	0287-65-4505	⑳㉑㉒㉓
なべかけ歯科	鍋掛 1475-642	0287-60-1717	⑳㉑
桧山歯科クリニック	弥生町 2-28	0287-64-1180	⑳㉑㉒㉓
ピレネー歯科	青木 27-2392	0287-63-4182	⑳㉑㉒㉓他
ましこ歯科医院	錦町 3-26	0287-63-8648	⑳
マジマ歯科医院	若葉町 7-6	0287-63-8833	⑳
松井歯科診療室	東小屋 193-2	0287-65-4618	⑳㉑㉒㉓
松本歯科・矯正歯科	鍋掛 1087-398	0287-63-5919	⑳㉑㉒
馬渡歯科医院	高林 1201-23	0287-68-1356	⑳㉑㉒㉓
水谷歯科医院	共墾社 1-82-5	0287-64-3111	⑳㉑㉒㉓
室賀歯科医院	豊浦 93	0287-63-8851	⑳
雄歯科	島方 538-14	0287-65-1235	⑳㉓
渡邊歯科医院	埼玉 78-86	0287-64-3911	⑳㉑

西那須野地区

阿久津整形外科	永田町 3-16	0287-36-3639	①⑬⑳㉑㉒㉓
石塚産婦人科	三島 2-14-9	0287-36-6231	⑳
いしばし眼科	睦 146-12	0287-47-7766	㉔
大原クリニック	東三島 3-67	0287-37-1133	①⑪㉔㉕
国際医療福祉大学病院	井口 537-3	0287-37-2221	①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑪⑫ ⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗ ㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟他
小関整形外科	扇町 12-12	0287-36-0203	㉑㉒
小沼内科胃腸科クリニック	西朝日町 6-42	0287-37-5353	①⑪⑳
さいとうクリニック	西幸町 7-13	0287-39-1805	①⑪⑳
佐藤医院	西栄町 7-16	0287-36-0147	①⑪㉖
高澤クリニック	緑 1-8-472	0287-37-9901	①⑬㉕他
つばさクリニック那須	南郷屋 1-106 セラヴィⅢ406	0287-53-7567	①㉖㉗
西那須野内科循環器科 クリニック	永田町 7-13	0287-36-1100	①③⑳
はらクリニック	東三島 4-54-7	0287-39-5232	①⑬⑳
原内科小児科医院	西原町 8-35	0287-36-0732	①⑪
ぽっぽクリニック	石林 666-10	0287-46-5103	①⑬
平野皮膚科医院	三島 1-15-11	0287-36-9088	㉖
みずぬまクリニック	東三島 2-80-6	0287-39-1581	①⑪⑳㉕㉖
みどりクリニック	一区町 160-1	0287-37-8231	①⑪⑬㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙ ㉚㉛㉜㉝㉞㉟
生駒デンタルクリニック 矯正歯科	太夫塚 1-195-21	0287-36-4545	㉙㉚㉛
伊藤歯科医院	扇町 6-16	0287-36-7120	㉙㉚㉛
うすい歯科医院	太夫塚 6-232-474	0287-46-5135	㉙㉚
おがわ歯科医院	下永田 3-1173-2	0287-39-6656	㉙㉚㉛㉜
おとなとこどもの歯医者 さん小野歯科	下永田 7-7-132	0287-47-7900	㉙㉚
五味渕歯科医院	永田町 7-10	0287-36-0253	㉙
しのはら歯科	西朝日町 6-19	0287-47-7922	㉙
渋井歯科医院	西幸町 7-10	0287-37-1444	㉙
たかさき歯科医院	南郷屋 4-31-158	0287-36-6321	㉙㉚
高野歯科医院	東三島 2-79-2	0287-36-5590	㉙㉚㉛㉜

武田歯科医院	西栄町 4-4	0287-36-0409	㉔
たなべ歯科クリニック	東三島 6-396-16	0287-47-5166	㉔㉗㉘
中江歯科医院	永田町 2-4	0287-36-0017	㉔
西田歯科医院	下永田 7-1098-3	0287-37-9511	㉔㉗
虹の街歯科医院	西大和 1-8	0287-36-7800	㉔
ヒライデ歯科医院	五軒町 2-25	0287-37-0580	㉔㉗
平野歯科医院	三島 1-15-5	0287-37-6681	㉔
増淵歯科医院	西三島 1-155-3	0287-36-7750	㉔
三島歯科クリニック	三島 2-121-10	0287-36-6672	㉔
みゆき歯科	高柳 61-18	0287-39-6061	㉔㉗㉘
渡辺歯科クリニック	西三島 2-178-18	0287-36-8241	㉔㉖㉗㉘

塩原地区

きくち内科クリニック	下田野 531-130	0287-34-0678	①
栃木県医師会塩原温泉病院	塩原 1333	0287-32-4111	①⑥㉑㉒㉓他
印南歯科医院	下田野 420-25	0287-35-4373	㉔
ワタナベミキヒコ歯科 クリニック	関谷 2040-2	0287-34-0005	㉔㉗

※内容可能有变更。受诊时请务必确认一下医疗机关。

※「那須塩原市外国人向け便利マップ」(面向外国人的那須塩原市便利图)
登载着医疗机关的地点。



诊疗科目

① 内科	⑱ 消化器外科 (肠胃外科)	⑳ 矫正牙科
② 呼吸器内科	㉑ 肛门外科	㉒ 小儿牙科
③ 循环器内科	㉓ 脑神经外科	㉔ 牙科口腔外科
④ 消化器官内科 (肠胃内科)	㉕ 风湿症科	㉖ 放射线科
⑤ 肾脏内科	㉗ 整形外科	㉘ 麻醉科
⑥ 神经内科	㉙ 康复科	㉚ 病理诊断科
⑦ 糖尿病内科 (代谢内科)	㉛ 眼科	㉜ 临床检查科
⑧ 血液内科	㉝ 五官科	㉞ 急救科
⑨ 过敏症科	㉟ 皮肤科	㊱ 神经科
⑩ 感染症内科	㊲ 泌尿科	㊳ 呼吸道科
⑪ 小儿科	㊴ 形成外科	㊵ 消化道科
⑫ 小儿外科	㊶ 美容外科	㊷ 肠胃科
⑬ 外科	㊸ 妇产科	㊹ 循环器科
⑭ 呼吸器外科	㊺ 产科	㊻ 心脏血管外科
⑮ 循环器外科 (心脏・血管外科)	㊼ 妇科	㊽ 皮肤泌尿器科
⑯ 乳腺外科	㊾ 精神科	㊿ 性病科
⑰ 气管食管外科	㉀ 心疗内科	㉁ 肛门科
	㉂ 牙科	㉃ 气管食管科



<问讯处>

那須塩原市役所 健康増進課 黒磯保健センター ☎0287-63-1100

5.2 去医疗机构的方法



去医院之前（之前准备）

- ① 确认一下想去的医疗机构的就诊日，就诊时间。确认一下是否是预约制，如果是预约制的话就预约，不是预约制的话马上去。
- ② 如果是去过的医院的话，去时带好保险证和就诊卡。
加入留学生保险和旅行保险的人，带好保险证和能确认个人身份的证件去。加入留学生保险和旅行保险的人，带好保险证和能确认个人身份的证件去。
- ③ 准备好现金。
在日本因为能用信用卡支付的医疗机构还比较少，所以要带好现金。

到了医疗机构后（从就诊到付费）

- ① 在挂号处出示保险证，第一次就诊的话就告诉一下院方。
过去来过的话就出示就诊卡。第一次就诊的话填写问诊票，交给挂号处。
不懂日语的问诊票时，和挂号处的人商量。
- ② 在候诊室等待，直至叫到你的名字。
或者在挂号处拿到号码时，在候诊室等待，直至显示你的号码。
- ③ 就诊后，在候诊室等待，直至叫到你的名字或者显示你的号码。
付钱后，去医院里的药店拿药，或者拿了药方去配药店拿药。医院旁边，
市内有写着「接受药方」、「配药店」的药店。



有关问诊票

为了让医生诊断时参考，填写症状和病历的纸。

【问诊票上常有的项目】

主要症状

写上来医院的理由。写「发热」「恶心」「肚子痛」「头痛」等的症状。



到现在为止得过大病吗？

写「心脏病」、「糖尿病」、「哮喘」过去得大病的经历。

现在、在别的医疗机关就诊的人、在吃药的人



如果还在别的医院就诊的话，写上那医院名。

写上吃的药的药名。※不知道药名的话，带上那药就行。



到现在为止有没有过药物和食物过敏？

有的话写一下药物和食物名。



有关嗜好

抽烟喝酒的人写一下抽烟量喝酒的量。



现在、正在怀孕的人

如在怀孕，写一下怀孕周数。



5.3 急病时的医疗机关



对在假日和夜间等的急病患者进行诊疗。请务必打电话确认了各个医疗机关以后，再去受诊。

	医疗机关名	对象	诊疗日・时间
假日	有值班医生的医疗机关 ※请确认「広報なすしおばら」、报纸等	轻度的急病患者	星期日、假日、 年终年初（12/29～1/3） 上午9点至下午5点
夜间	那須地区夜间急诊所 那須赤十字病院内 ☎0287-47-5663	内科、小儿科	每天晚上7点至晚上9点30分



<问讯处>

那須塩原市役所 健康増進課 黒磯保健センター ☎0287-63-1100

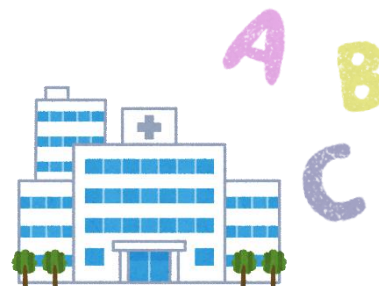
5.4 能用外语就诊的医疗机关



医疗机关名	地址	电话号码	能使用的语言
大原クリニック	東三島 3-67	0287-37-1133	中文普通话
生駒デンタルクリニック 牙齿矫正	太夫塚 1-195-21	0287-36-4545	葡萄牙语、西班牙语

※内容可能有变更。受诊前请务必确认一下医疗机关。

※各自的医疗机关的诊疗科目，请看20～28页。



5.5 健康状态的表现



Zutsuu ga suru	感到头痛	
Samuke ga suru	觉得发冷	
Hatsunetsu, Netsu ga deru	发热・发烧	
Hakkan	出汗	
Darui	懒倦	
Shokuyoku-fushin	没有食欲	
Memai	头晕	
Itami	疼	
Kayui	痒	
Seki ga deru	咳嗽	
Hakike	恶心	

Outo	呕吐	
Geri	腹泻	
Kossetsu	骨折	
Itsuu, I ga itai	胃痛	
Kusuri	药	
Chiryou	治疗	
Chuusha	注射	
Arerugii, Ijyou hannou	过敏・异常反应	
Isha o yonde kudasai	请叫医生	
Kyuuukyuuasha o yonde kudasai	请叫救护车	

5.6 有关新冠肺炎



如果您对新冠肺炎有任何烦恼或疑虑，请参阅以下网站。

栃木県主页

<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e04/coronaviccinegaikokujin.html>



相談ホットライン（栃木県国際交流協会）



☎028-678-8282（可以全天 24 小时咨询）

5.7 健康保险



日本的医疗保险有国民健康保险和社会保险(公司的健康保险)。住在日本的人,必须加入其中的一个。保险外的诊疗费是非常高额的。

接受了在留卡或者特别永住者证明书,在那须塩原市有住民登记的人,没有社会保险的话,请在市政府办理国民健康保险的加入手续吧。

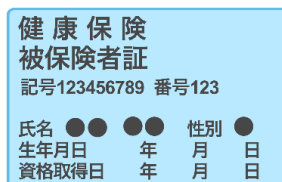
国民健康保险

加入时需要的东西

在留卡或者特别永住者证明书



- 在医院受诊的时候,自己付属于医疗保险范围的医疗费费的30%(自己负担额)。(未满6岁的付20%,到了70岁的,根据收入,付费比例要变)
- 请从迁入那须塩原市的那天,或者从失去公司的健康保险的那天开始,在14日以内办理加入手续。
- 加入了那须塩原市的国民健康保险的人,在迁出市外(国外)的时候,或者转为社会保险的时候,请带好社会保险和国民健康保险两个保险证,到那须塩原市政府去办理手续。
- 加入国民健康保险以后,户主付国民健康保险费。国民健康保险费的税额是根据加入者上一年的收入等来决定的。在年度的中途加入国民健康保险的时候,税从加入的月开始算起。此外,在年度的中途迁出市外(国外),或者转为社会保险的时候,税算到迁出的上个月为止,按月平均计算。
- 国民健康保险费用于医疗费,生孩子育儿一次性付费等费用。

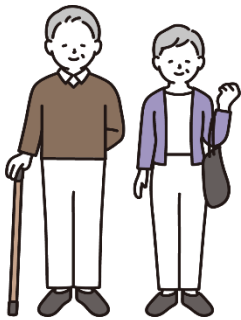


社会保険

- 社会保険中，有全国健康保険協會的健康保險，以及健康保險組合等的健康保險。社会保險是靠从每月的工资中扣除的保險费和企业主承担的保險费来经营的。
- 加入公司的健康保險时，不能加入国民健康保險。请向自己的公司确认一下。

后期高齢者医疗制度

- 75 岁以上(包括 75 岁)的人和 65 岁以上(包括 65 岁)被认定身体有一定残疾，障害的人，退出已加入的保險，加入后期高齢者-医疗制度。
- 保險费是按人付费的。保險费是根据个人的收入来决定的。



<问讯处>

那須塩原市役所 国保年金課

☎0287-62-7129

西那須野支所市民福祉課

☎0287-37-5103

塩原支所総務福祉課

☎0287-32-2988

5.8 医疗费补助

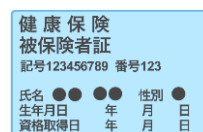


加入健康保险且属于以下几种情况的人，在医院等用了的医疗费中，属于保险范围的医疗费的我负担部分，可得到补助。以下的医疗费补助申请的手续，都从诊疗月份的第二个月开始才能办。

孩子医疗费补助

补助对象 从0岁至18岁（高中3年级）的孩子

期间、申请方法等



0岁~15岁（0岁~中学3年级）

把市政府发行的卡(接待资格者证)和健康保险证给县内的医院及药店等的接待窗口看的话，就不用付属于医疗保险范围的医疗费（保险范围的医疗费的我负担部分）（不要办申请手续）。只是在县外就诊或就诊时忘了带卡的情况下，付了钱以后，请在孩子医疗费补助申请书上附上医院及药店的收据或者证明，去办申请手续。

16岁~18岁（高中1年级~高中3年级）

支付医疗费用后，请将医院或药房的收据或证明附在儿童医疗费用补助申请表上，并完成申请手续。



孕产妇医疗费补助

补助对象 孕产妇

期间 从提出妊娠报告的月份，到产生的月份(生孩子的月份)的下一个月份止

申请方法等 在医院及药店等的接待窗口付了医疗费以后，请在孕产妇医疗费补助申请书上附上医院及药店的收据或者证明，去办申请手续。日后，属于保险范围医疗费的我负担部分的钱，会汇款到你户头上。



重度身心残疾者医疗费补助

补助对象 身心有残疾的人(详细内容, 请去询问)

期间 到残疾的程度有变化为止

申请方法等 在医院及药店等的接待窗口付了医疗费以后, 请在重度身心残疾者医疗费补助申请书上附上医院及药店的收据或者证明, 去办申请手续。日后, 属于保险范围医疗费的我负担部分的钱, 会汇款到你户头上。

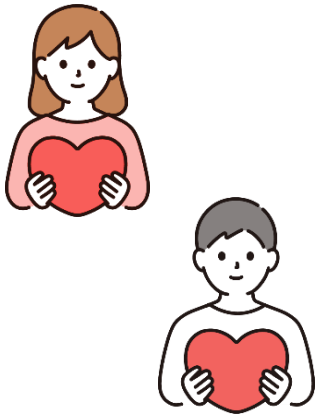
单亲家庭医疗费补助

补助对象 母子或者父子家庭等的父母和孩子(详细内容, 请去询问)

期间 至孩子 18 岁以后最初的 3 月 31 日为止

申请方法等 在医院及药店等的接待窗口付了医疗费以后, 请在单亲家庭医疗费补助申请书上附上医院及药店的收据或者证明, 去办申请手续。日后, 属于保险范围医疗费的我负担部分的钱, 会汇款到你户头上。

每年对收入进行调查, 超过规定数额的话, 不能成为补助对象。



<问讯处>

那須塩原市役所 子育て支援課

☎0287-46-5533

子育て支援課総合支援係

☎0287-62-7042

塩原支所総務福祉課

☎0287-32-2988

5.9 为了健康地生活



健康诊查

- 对于加入国民健康保险的 40 岁至 74 岁的人，市里给与免费的特定健康检查。此外，加入社会保险等其它的健康保险的人，请向各自加入的健康保险人（工作单位）等询问。
- 收费进行以下的健康诊查。（满 70 岁以后不收费）

胃癌检查、肺癌检查、大肠癌检查、前立腺癌检查、子宫颈癌检查、乳房癌检查、骨质疏松症检查(只限女性)、胃癌危险度检查、肝炎病毒筛查等



牙周炎检查

- 为 40、50、60 和 70 岁的人群提供付费牙周炎检查。（70 岁以上免费）



儿童疫苗接种



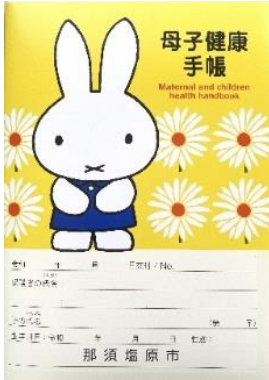
儿童比成人更容易生病，并且易症状恶化，因此必须保护他们免于生病。为此，日本推荐疫苗接种。请让医生仔细地检查孩子的健康状态，商量以后接种疫苗吧。有许多可以免费接种的疫苗。有关疫苗接种的内容，请询问黑磯保健中心。

<问讯处>

那須塩原市役所 健康増進課 黒磯保健センター ☎0287-63-1100

母子健康手册

怀孕了以后，让医生写好妊娠报告，然后去子育て相談課办手续，就能拿到「母子健康手册」。手册对于记录孕妇健康检查、预防接种、孩子的成长等是必要的。



乳幼児健康診断

孩子接受以下免费的健康诊断。



乳幼児健康診断

孩子4个月、10个月的时候接受健康诊断。将受到健康诊断的孩子会收到通知。

1岁6个月、3岁孩子的健康诊断

符合体检条件的儿童会得到通知。



2岁孩子的牙科诊断

指导有关蛀牙预防的正确知识和牙齿的管理方法。通知将受到健康诊断的孩子。

除此以外，还进行着各种商量等。

养育孩子、断奶食、孩子的成长等



<问讯处>

那須塩原市役所 子育て相談課 ☎0287-38-1356

5.10 养老金



结构

日本的养老金，是加入者上了年纪，因病或者受伤而不能工作的时候，以及死亡的时候，加入者及遗族能生活下去，作为一次性保险金以及作为养老金而支付的制度。在日本居住的 20 岁至 60 岁的人，都必须加入保险。



养老金的种类

国民养老金分为以下 3 种，要加入其中一个。

第一号被保险人：住在日本的 20 岁至 60 岁生日为止的人

保险费 保险费的金额一律相同。日本年金機構把缴纳单寄给你，你要在规定的期限内到银行、邮局、24 小时便利店等去用现金缴纳保险费。



也有利用转帐、信用卡和网上银行的方法。

第二号被保险人：在公司和工厂工作的，加入厚生养老金保险等的人

保险费 根据工资额各不相同。从工资中扣除。




第三号被保险人：第二号被保险者的妻子或丈夫、20 岁至 60 岁生日为止的人

保险费 自己可以不支付。

养老金的支付

能拿养老金的人 符合保险费交了10年以上等条件的人

老年养老金	原则上到了65岁以后可领取。	
残疾基础养老金	在加入国民养老金期间中新生的病和新受的伤而去医院等治疗，并且因此不能工作的时候(符合残疾等级一级或者相当二级状态的时候)，将被支付残疾养老金。	
遗族养老金	加入养老金的人死亡时，符合条件的话，遗族可领取。	

领取残疾养老金和遗族养老金要符合一定的保险费缴纳条件，不符合这个条件的话，就无法领取。详细情况请去询问。

一次性脱离金

交了6个月以上保险费的短期居住的外国人，领不到养老金，在提交要离开日本的申请的前提下，出国之后2年以内提出申请的话，根据已缴纳的保险费的数额，可得到相应的一次性脱离金。

商量·问讯处

「ねんきんダイヤル」 ☎0570-05-1165

来自海外的询问 ☎03-6700-1165



<问讯处>

那須塩原市役所 国民年金課 ☎0287-62-7129

西那須野支所市民福祉課 ☎0287-37-5103

塩原支所総務福祉課 ☎0287-32-2988

6 有关福利

为了孩子、残疾人、高龄者(老人)、有各种各样的福利服务。

6.1 为了孩子们



商量抚养孩子

听取有孩子(0~18岁为止)家庭的各种烦恼和接受商量。

商量日 星期一至星期五 上午8点30分至下午5点

地点 子育て相談課



<问讯处>

子育て相談課 ☎0287-46-5537

发育支援系统

是为了连接需要发育支援的孩子(0~20岁)及其家长的有关方面的商量,以及与相关机关的联系和支援信息的共享的系统。系统的使用需要申请。



<问讯处>

子育て相談課 ☎0287-46-5538

疗育支援(おひさまルーム:太阳房)

对学龄前儿童(0~6岁)的发育感到不安的亲子进行支援。接受支援的话,需要申请。

开设日 星期一至五星期 上午9点至下午5点

地点 子育て相談センター



养育孩子沙龙

可以亲子一起来玩的地方，也是母亲们交朋友和交换信息的地方。保育员接受养育孩子方面的商量、并提出建议、还和孩子一起做手中游戏等。

开设日 星期一至星期五 上午9点至12点 下午1点至4点

除此以外，各地区公民馆等每月开设1~2次。

地点 いきいきふれあいセンター なかよしひろば



<问讯处>

子育て相談センター ☎0287-64-5531

儿童津贴

儿童津贴支付给养育孩子的人，支付到孩子中学毕业。



<问讯处>

那須塩原市役所 子育て支援課

☎0287-46-5533

子育て支援課総合支援係

☎0287-62-7042

塩原支所総務福祉課

☎0287-32-2912

6.2 为了母子家庭、父子家庭



儿童抚养津贴

是支付给没有父亲或母亲，或者父亲或母亲是残疾人的家庭的，是给养育孩子的人的津贴。支付到孩子 18 岁为止。接受儿童抚养津贴的人每年 8 月份必须提出现状报告。



<问讯处>

那須塩原市役所 子育て支援課 ☎0287-46-5533
子育て支援課総合支援係 ☎0287-62-7042
塩原支所総務福祉課 ☎0287-32-2912

6.3 为了身心有残疾的人



发给身心有残疾的人残疾人手册、疗育手册、精神障碍者保险福利手册、持证者可受到各种服务。详细情况请去询问。



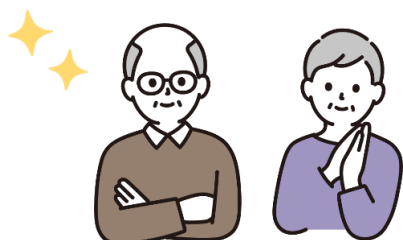
<问讯处>

那須塩原市役所 社会福祉課 ☎0287-62-7026
西那須野支所市民福祉課 ☎0287-37-6231
塩原支所総務福祉課 ☎0287-32-2912

6.4 为了高龄者



到了 65 岁的高龄者可得到的服务。也进行着商量接待。详细情况请去询问。



<问讯处>

那須塩原市役所 高齢福祉課 ☎0287-62-7137
西那須野支所市民福祉課 ☎0287-37-6231
塩原支所総務福祉課 ☎0287-32-2912

6.5 看护保险(需要看护的时候)



高龄及生病等需要看护的时候，为了在自己家里自己生活，而受到看护服务的制度。

在自己家里生活困难的时候，在有关的设施里可得到服务。需要看护的时候，请拿着看护保险证，在市政府办手续。

加入看护保险的人

- 居住超过3个月以上的40岁以上的住在那须塩原市的人



可得到服务的人

- 满65岁被认定要看护(要支援)的人
- 从40岁到64岁由于特别规定的病而被认定要看护(要支援)的人

可得到的服务

ホームヘルプサービス(在家帮助服务)、访问洗澡看护、访问护理、访问康复护理、日间服务、借给福利用具、住宅修复等



<问讯处>

那须塩原市役所 高龄福祉课	☎0287-62-7113
西那须野支所市民福祉课	☎0287-37-6231
塩原支所总务福祉课	☎0287-32-2912

6.6 生活救济



由于生病、受伤、以及别的理由等收入大幅度减少，生活上困难时，请向以下问讯处商量。



<问讯处>

那须塩原市役所 社会福祉课	☎0287-62-7136
西那须野支所市民福祉课	☎0287-37-6231
塩原支所总务福祉课	☎0287-32-2912

6.7 有关结婚



有一个「那須塩原市結婚サポートセンター」，对单身男女从约会到结婚进行支援，主要从事婚介业务和栃木婚姻支持业务。对于结婚，除了提供咨询、支援和信息外、还举办研讨会和活动。



婚介业务

安排相亲提供会面地点。婚姻支援者充当媒人，从找对象到结婚一路支援到底。会员注册费是免费的。

那須塩原市結婚サポートセンター（市民協働推進課内） ☎0287-62-7019

栃木婚姻支持业务



使用栃木婚姻支持中心的匹配系统自行寻找伴侣。可以通过智能手机或电脑注册会员、查看对方信息、申请配对等。两年的注册费为 10,000 日元。

<问讯处>

那須塩原市役所 市民協働推進課 ☎0287-62-7019

6.8 关于那須塩原伴侣承诺制度



这是一个官方承认性少数群体（如 LGBT）的同性伴侣为伴侣的制度。

双方宣誓后发给证明书。通过出示该证明，可以在申请市政住房和医院住院时会见家属方面，享受与亲属一样的待遇。

详细内容请看以下 URL

<https://www.city.nasushiobara.lg.jp/soshikikarasagasu/shiminkyodosuishinka/partnership/15206.html>



<问讯处>

那須塩原市役所 市民協働推進課 ☎0287-62-7019

6.9 DV（家庭暴力）



DV 是指来自配偶（包括离婚后的前配偶或者恋爱对象）的暴力、不仅包括身体暴力、还包括精神、经济、社会和性暴力。这些是对人权的严重侵犯，其中也包括构成犯罪的行为，是绝对不能原谅的。

接受对于来自丈夫或恋爱对象的暴力而困扰的人的咨询。

为此感到烦恼的人也可以进入显示的二维码进行网上商谈

内閣府 DV 咨询+ ☎0120-279-889

也可以通过聊天或电子邮件（多种语言）进行咨询。



<问讯处>

那須塩原市役所 子育て相談課 ☎0287-46-5538

6.10 对于缺少卫生用品的人



为买不起卫生用品的人免费提供卫生巾。

提供对象

只要是买不起卫生用品的需要者，无论是谁

能领到的东西

卫生巾一套 ※数量有限。

利用方法（有①和②的方法）

- ① 市政府的女厕所里放有呼叫声援卡。请在分发窗口递上卡片。
- ② 请在分发窗口出示网站上的呼叫声援卡（Yell Card）的画面。

<https://www.city.nasushiobara.lg.jp/soshikikarasagasu/kosodateshienka/12101.html>



发放窗口

- 西那須野庁舎（子育て支援課、子育て相談課）
- 本庁舎（子育て支援課総合支援係、社会福祉課）
- 塩原庁舎（総務福祉課）
- 箒根出張所 等



<问讯处>

那須塩原市役所 子育て支援課 ☎0287-46-5532

7 有关保育园・幼儿园・认定孩子园・

学校・放学后的儿童俱乐部

7.1 保育园



保育园，是代替一些因为工作和生病等原因对在家保育孩子感到困难的家长保育孩子（0岁至上小学之前）的设施。

各个保育园的入园年龄，保育时间各不相同，保育费也根据家长的收入各不相同。详细情况请去询问。



保育园一览表

黒磯地区

	保育园名	地址	电话号码
公立	さくら	桜町 1-9	0287-62-0369
	ひがしなす	東小屋 189	0287-65-3716
	たかはやし	箭坪 353-14	0287-68-0025
	なべかけ	鍋掛 539	0287-62-2251
	わかば	若葉町 9-21	0287-62-2123
	さきたま	埼玉 100	0287-63-7153
私立	友里かご	豊浦 12-209	0287-62-1144
	ひばりヶ丘	埼玉 370-5	0287-64-0425
	コメット	黒磯 6-44	0287-60-4150
	ゆたか	新緑町 92-280	0287-63-8282
	とようら	鍋掛 1088-182	0287-62-2222
	いなむら	若草町 117-1122	0287-63-7711

西那須野地区

	保育園名	地址	电话号码
公立	永田	下永田 4-1341	0287-36-4649
	三島	三島 4-30	0287-36-3980
	南	一区町 287	0287-37-0987
私立	ほし	東赤田 343-158	0287-37-0614
	東	南郷屋 5-163-116	0287-36-0447
	西	四区町 662	0287-36-2483
	こひつじ	西大和 6-5	0287-36-5033
	ひかりみどり	緑 1-8	0287-36-5311
	あったか	東三島 2-87	0287-36-4841

塩原地区

	保育園名	地址	电话号码
公立	大貫	上大貫 2077-7	0287-35-2808
私立	ひまわり	関谷 1173-1	0287-35-2226

<问讯处>

那須塩原市役所 保育課 ☎0287-46-5536



7.2 幼儿园



幼儿园，是教育从满3岁到小学入学前儿童的设施。保育费免费。其他的费用、例行活动、假日、时间外保育等、请向幼儿园询问。

幼儿园一览表

	地区	幼儿园名	地址	电话号码
私立	西那須野地区	すぎのこ三島幼稚園	東三島 2-87	0287-36-4841

<问讯处>

那須塩原市役所 保育課 ☎0287-46-5536

7.3 认定孩子园



认定孩子园，是兼并了保育园和幼儿园的机能和特长的设施。由于入园年龄、保育时间各不相同、保育费也根据家长的收入各不相同、详细情况请去询问。

认定孩子园一览表

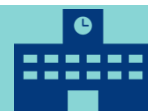
	地区	幼儿园名	地址	电话号码
私立	黒磯地区	虹ヶ丘認定こども園	黒磯 6-38	0287-62-1393
		認定あけぼのこども園	上厚崎 523-3	0287-62-1226
		マロニエ幼稚園	埼玉 8-478	0287-62-2760
		黒磯いずみ幼稚園	島方 451-33	0287-65-0840
		黒磯幼稚園	住吉町 2-8	0287-62-0661
	西那須野地区	すぎのこ幼稚園	扇町 3-30	0287-36-0460
		第二ひかり幼稚園	緑 1 丁目 8	0287-36-5311
		西那須野幼稚園	西大和 6-15	0287-36-0440
		西那須野キッズハウス	井口 533-15	0287-36-1135
	塩原地区	塩原認定こども園	塩原 652-1	0287-32-2360



<问讯处>

那須塩原市役所 保育課 ☎0287-46-5536

7.4 学校



日本的教育制度

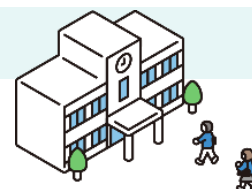
日本的学校是4月开始，3月结束。

小学、中学的9年是义务教育，所以教科书和学费是免费的。高中和大学不是义务教育，入学金、学费和教科书是自己负担。

外国的孩子们也能在当地的学校学习。为了还不能理解日语的孩子，有的学校还配置日语指导员，详细情况请询问有关部门。

想上小学、中学的时候

- 小学从6岁开始上学。
- 根据年龄来决定年级。
- 市内有17所小学和8所中学，2所义务教育学校根据住址来决定学校。
- 学校的伙食费、教材费是要收费的。



小学一览表

黒磯地区

学校名	地址	电话号码
黒磯小学校	豊町 2-1	0287-60-1290
稲村小学校	埼玉 8	0287-60-1291
東原小学校	東原 4	0287-60-1292
埼玉小学校	埼玉 99	0287-60-1293
豊浦小学校	豊浦 17	0287-60-1294
共英小学校	共壘社 99-11	0287-60-1295
鍋掛小学校	鍋掛 1019	0287-60-1296
大原間小学校	方京 3-14-6	0287-67-1055
波立小学校	波立 228	0287-67-1056
高林小学校	高林 483	0287-68-7118
青木小学校	青木 12	0287-62-1293

西那須野地区

三島小学校	三島 1-21	0287-36-0103
槻沢小学校	槻沢 1	0287-36-0246
東小学校	太夫塚 1-193	0287-36-0066
南小学校	二区町 399	0287-36-0244
西小学校	四区町 662	0287-36-0243
大山小学校	下永田 8-7	0287-36-4192

中学一覧表

黒磯地区

黒磯中学校	豊町 5-3	0287-60-1010
黒磯北中学校	埼玉 6	0287-60-1012
厚崎中学校	上厚崎 385	0287-60-1008
日新中学校	鍋掛 1087	0287-60-1009
東那須野中学校	島方 689	0287-67-1166
高林中学校	箭坪 353	0287-68-7116

西那須野地区

三島中学校	東三島 1-104	0287-36-0209
西那須野中学校	下永田 4-3	0287-36-0146

义务教育学校一覧表

塩原地区

塩原小中学校	中塩原 364	0287-32-2919
箒根学園	関谷 2018-1	0287-35-2034

入学・插入学的手续



- 决定住址。
- 向教育委员会提出入学或者插入学申请。
- 从教育委员会那儿得到入学或者插入学通知书。
- 去学校办理入学或者插入学手续。



转学手续

- 在那須塩原市内搬迁的时候，向教育委员会提出转学报告，并得到被指定的学校的转入学通知书，去新学校办理转入学手续。
- 从那須塩原市搬家到另外的市镇村去时，去新搬家的市镇村的教育委员会，在新学校办理转入学手续。

退学手续

从那須塩原市搬家到另外的市镇村以后，不再转到日本的学校的时候，请向那須塩原市的学校提出退学报告。

详细情况请询问：学校教育課或者学校。



教育商量

接受有关孩子的欺侮问题、不上学、不正当行为问题的商量。

商量日 星期一至星期五 上午9点至下午4点

详细情况请询问：児童生徒サポートセンター ☎0287-63-8526



<问讯处>

那須塩原市役所 学校教育課 ☎0287-37-5289

7.5 放学后的儿童俱乐部



由于工作、生病、生孩子等原因，有些家长等白天不在家。儿童俱乐部是在放学后和放长假的时候，照顾那些家长等白天不在家的家庭的孩子。

各个俱乐部的开设日、保育费用、经营方式及申请方式等各不相同。请向各个俱乐部询问。



俱乐部一览表

黒磯地区

No	対象学区	倶楽部名	开设地点	电话号码
1	黒磯小学校	黒磯ふたばクラブ	黒磯小学校敷地内	0287-74-5560
2	稲村小学校	稲村わんぱくクラブ	稲村小学校附近	0287-64-3435
3		稲村こりすクラブ	稲村小学校内	070-4165-9869
4	東原小学校	東原元気っ子クラブ	東原小学校敷地内	0287-73-8922
5	埼玉小学校	埼玉すくすくクラブ	埼玉小学校敷地内	0287-74-5565
6	豊浦小学校	豊浦とよっこクラブ	豊浦小学校敷地内	0287-64-2757
7	共英小学校	共英まつのみクラブ	共英小学校敷地内	0287-74-2213
8	鍋掛小学校	鍋掛なべっこクラブ	鍋掛小学校敷地内	0287-73-8061
9	大原間小学校	大原間のびっこクラブ	大原間小学校敷地内	0287-74-5388
10	高林小学校	高林おひさまクラブ	高林小学校附近	0287-68-1128
11		高林あさひクラブ		0287-68-1128

12	青木小学校	青木みどりクラブ	青木小学校附近	0287-74-3700
13	主要是黒磯地区的小学校	第一せいわクラブ	豊浦	0287-64-2933
14		第二せいわクラブ	塩野崎新田	0287-65-3727
15		第二せいわいちごクラブ		0287-65-3727
16		クレヨンくらぶ	黒磯	0287-60-3678
17		たけのこクラブ	豊浦	0287-62-1144
18		島方クラブ	島方	0287-65-0840
19		くろいそフレンドクラブ	住吉町	0287-62-0661
20		学童クラブてらこや	春日町	0287-73-5771
21		学童保育ゆめみらい	東栄	0287-74-6800
22		学童保育ゆめみらいツー	東豊浦	0287-74-6800
23		スマイルクラブ	上厚崎	0287-62-1226
24		学童保育木の子クラブ	北和田	070-3893-7077
25		学童保育スマイリア	松浦町	050-5236-8884
26		学童クラブ Ni-ko	上厚崎	080-2887-1453



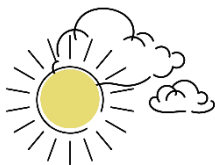
西那須野地区

No	対象学区	倶楽部名	開設地点	電話番号
1	三島小学校	三島さんさんクラブ	三島小学校附近	0287-48-6505
2		三島なかよしクラブ		0287-48-7866
3		三島にこにこクラブ		0287-48-7715
4	槻沢小学校	槻沢みらいクラブ	槻沢小学校内	0287-47-5280
5	東小学校	東えがおクラブ	東小学校敷地内	0287-47-6884
6	南小学校	南よつばクラブ	南公民館敷地内	0287-48-6705
7		南けやきっこクラブ		0287-48-6226
8	西小学校	西ひだまりクラブ	西公民館敷地内	0287-48-6117
9		西ふたごクラブ		0287-48-6063
10	大山小学校	大山やんちゃクラブ	大山公民館敷地内	0287-47-5012
11		大山あおぞらクラブ		0287-47-6377
12		大山たいようクラブ		0287-47-7150
13	主要是西那須野地区 的小学校	わくわくクラブ	西大和	090-8721-8989
14		のびのびクラブ		090-8721-8989
15		ほのぼのクラブ		090-8721-8989
16		ビーキッズ	五軒町	0287-46-6011

17		at-home (あっとほーむ)	西三島	0287-46-4340
18	主要是西那須野地区 的小学校	第三せいわクラブ	二区町	0287-36-2886
19		第三せいわメロンクラブ		0287-36-2886
20		学童保育さくらんぼ	扇町	070-1265-1459
21	主要是西那須野地区 的小学校、箒根地区 的小学校	学童保育友学館	西赤田	0287-46-5725

塩原地区

No	対象学区	クラブ名	开设地点	电话号码
1	箒根学園	関谷もみじクラブ	箒根学園敷地内	0287-47-5922
2		関谷やまびこクラブ		0287-47-5922
3	塩原小中学校	にっこり学童クラブ	塩原	0287-32-2360

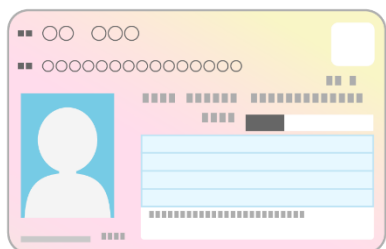


<问讯处>

那須塩原市役所 子育て支援課 ☎0287-46-5532

8 在日本的生活

8.1 有关个人编号卡制度



个人编号（个人号码）是在日本有住民票的所有的人（包括外国人）都有的一个12位数字的号码。仅适用于社会保障，税收和灾害对策领域的法律规定的事务时使用。原则上同一个号码是终身使用的，除非有特殊原因，否则不能更改。

有关个人编号卡的申请

有以下两个方法。没有发行手续费。

- ① 申请→收到通知书→到办理窗口确认本人，拿到卡
- ② 本人到办理窗口确认，申请→通过邮寄收到卡



如果遗失或被盗…

请暂时停止使用卡。

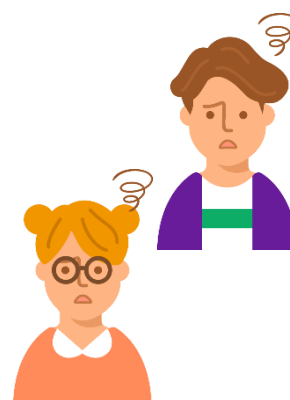
- (1) 如果在外遗失或被盗，请向警察局报警。
- (2) 接下来请打以下两个电话号码。

マイナンバー総合フリーダイヤル（免费）

- 24小时365日可以使用 ☎0120-95-0178
- 外语窗口 ☎0120-0178-27

（工作日：上午9点30分至下午8点，

星期六、星期日、节假日：上午9点30分至下午5点30分）



<问讯处>

那須塩原市役所 市民課 ☎0287-62-7132

8.2 有关印章



所谓印章

在日本，与签字有同样意义的，是使用刻了自己的姓和名的印章。印章对银行、邮局的存款户头的开设和提取、收据的发行等、都可使用。有一般使用的「认可印」、和重要的契约等必需的「正式印章」。在印章销售店等处可做印章。

正式印章和印章登记证明书

所谓「正式印章」，就是在市政府做了登记的印章。证明那个印章是正式印章的文件，就叫做「印章登记证明书」。

正式印章和印章登记证明书用于房地产和汽车的登记等权利及义务的发生，变更等的重要的行为。



印章登记的手续

「正式印章」的登记是在做住民登记的市政府办理。登记时，拿着想登记的印章和在留卡或者驾驶执照和个人编号卡去办理。请本人办理手续。本人无论如何也不能来登记的时候，请事前询问。

手续办完以后，发给办手续人印章登记证(卡)。以后出示这个印章登记证后，就发行印章登记证明书。没有印章登记证的话，印章登记证明书就不能发行，请慎重保管印章登记证。



※不能登记的印章如下

- 显示了住民基本台帳（住民票）上记载的姓名以外的文字。借用字也不能使用。
- 橡胶印等容易变形的东西。
- 印迹不鲜明的和不能辨认的东西。
- 印迹的大小:一边的长度小于 8mm 正方形的。或者，一边的长度大于 25mm 正方形的。
- 家里人已经登记的印章。

<问讯处>

那須塩原市役所 市民課	☎0287-62-7132
西那須野支所市民福祉課	☎0287-37-5102
塩原支所総務福祉課	☎0287-32-2988
箒根出張所	☎0287-35-2511

8.3 垃圾的分法·扔法



请在各自的收集日早上 8 点 30 分(塩原温泉地区是早上 8 点)之前, 把严格分类好的垃圾扔到规定的地区垃圾站。

在地区垃圾站扔「可燃垃圾」和「不燃垃圾」时, 请一定要使用指定垃圾袋。无论节假日、星期一至星期五都收集垃圾(除了 1 月 1 日~3 日)。

	垃圾的分法		垃圾的扔法
资源物品	报纸	报纸、夹在报刊内的广告纸 ※请把报纸和夹在报刊内的广告纸扎在一起送出	请按种类各自用绳子扎好十字扔出 
	瓦楞纸板	 ←断面是波浪形的纸板	
	纸做容器	 仅限于有纸容器记号的容器	
	杂志·其它的纸类	杂志、书类、点心盒等	
	塑料瓶	 杂志、书类、点心盒等	请放到那种透过袋子能看到报纸的透明袋里 
	罐头	饮料、酒类、罐头、点心罐头等一边的长度是 25cm 以下的罐头	
	棕色瓶子	食品、饮料、化妆品的瓶	
	非棕色瓶子		
干电池	干电池、锂电池等		

<p>小型家电</p>	<p>用插座的电器产品和电池的电器产品（包括电脑） 电线也可放在一起</p>	<p>●含有个人信息的 定点回收（不放到袋里放入回收箱） 桌上型电脑等放不下的东西请直接送到那須塩原市クリーンセンター 【定点回收的场所：市政厅】 ●不含有个人信息的 地区垃圾站扔每月回收一次 请放到那种透过袋子能看到报纸的字的透明袋里</p> 
<p>白的发泡苯乙烯</p>	 <p>仅限于有记号的容器</p>	<p>定点回收(不放到袋内，放入回收箱) 【定点回收的场所：市政厅・市公民馆・保健センター】 ※地区垃圾站每月回收一次</p>
<p>废食用油</p>	<p>液体的植物食用油</p>	<p>定点回收(不放到袋内，放入回收箱) ※请把油过滤之后倒入塑料瓶后提出 【定点回收的场所：市政厅・市公民馆・保健センター】</p>

资源物品	使用水银的产品垃圾	<p>直管・圆形・电灯泡型的荧光灯管</p> 	<p>定点回收(不放到袋内、放入回收箱)</p> <p>※地区垃圾站不回收</p> <p>【定点回收的场所：市政厅・市公民馆・保健センター】</p>
		<p>使用水银的体温计、血压计、温度计等、内部使用水银的产品</p> 	<p>定点回收(放到透明袋内、再放入荧光灯管回收箱)</p> <p>※地区垃圾站不回收</p> <p>【定点回收的场所：市政厅・市公民馆・保健センター】</p>

	垃圾的分法	垃圾的扔法
不可燃垃圾	<p>玻璃、陶器类、罐头拉盖、油漆罐等</p> 	<p>请装入不可燃指定垃圾袋（蓝色）中扔出</p>
有起火性危险的垃圾	<p>用了的喷雾器罐、盒式炉灶用的煤气罐、一次性打火机、混合油、汽油、油等高挥发性引火性的液体容器</p> 	<p>请使用透明程度是透过袋子能够看清袋子后面报纸的字的透明袋。</p> <p>※喷雾器罐、煤气罐用完后不开孔。</p> <p>※挥发性、引火性很高的液体容器不要盖盖子。盖子是不可燃垃圾</p>
可燃垃圾	<p>含有水分的垃圾、塑料类、皮革产品、草、叶等</p> 	<p>请装入可燃指定垃圾袋（粉红色）中扔出</p>

大件的垃圾	<p>不能整个放入指定垃圾袋(中)中、用绳扎不了的东西</p> 	<p>直接自己运送…10kg150 日元</p> <p>个别访问收集…1 次(2 吨卡车 1 车)5000 日元</p> <p>※事先需要电话预约</p>
市不能处理的東西	<p>不宜处理物</p> <ul style="list-style-type: none"> • 放有弹簧的产品、轮胎、灭火器等 	<p>请咨询销售店和专业店</p>
	<p>特定家电产品</p> <ul style="list-style-type: none"> • 空调、电视、电冰箱、冷冻箱、洗衣机、衣服烘干机 	<p>请和销售店商量。</p> <p>自行处理时请在邮局购入再利用券后自己送到规定的场所去。</p> <p>另外，市内的零售店里也有收费接受处理的店，请向废弃物对策课问讯。</p>
	<p>小型充电式电池</p> <ul style="list-style-type: none"> • 充电式电池、带有「再利用标志的小型 2 次电池」中、镍镉电池、镍氢电池、锂离子电池、铅电池 	<p>请扔到销售店，电器店等的回收箱里。</p>

有关地区垃圾站的利用

- 地区垃圾站是由利用者大家自己管理的。请遵守规则，把垃圾扔到规定的地区垃圾站去。
- 不知道地区垃圾站的地点的话，请询问那須塩原市市役所廃棄物対策課。



有关指定垃圾袋

可燃垃圾和不燃垃圾是收费指定垃圾袋。请在(超市、ホームセンター「不卖生食品等的大型综合店」、便利店等)「指定垃圾袋专卖店」购买可燃垃圾用和不燃垃圾用的指定垃圾袋，把垃圾扔到地区垃圾站去。有关指定垃圾袋专卖店的详情，请询问那須塩原市市役所廃棄物対策課。

指定垃圾袋的价格（一袋内有 10 只指定垃圾袋）

可燃垃圾	大（相当于 45L）	中（相当于 30L）	小（相当于 20L）
	500 日元	300 日元	200 日元

不可燃垃圾	中（相当于 30L）	小（相当于 20L）	特小（相当于 10L）
	300 日元	200 日元	100 日元



向那須塩原市クリーンセンター「清扫中心」直接运送垃圾



垃圾可直接送到那須塩原市クリーンセンター。



地址 蕨沼 593（「那須塩原市外国人向け便利マップ」「面向外国人的那須塩原市便利图」有登载）

电话号码 0287-68-1881

接待时间 星期一至星期六：上午 9 点至 12 点、下午 1 点至 5 点

休息日 星期日、1 月 1 日至 1 月 3 日

※可燃垃圾、不燃垃圾、大件的垃圾每 10kg 要付 150 日元的垃圾处理手续费。

（如果把可燃垃圾和不可燃垃圾放入各自指定垃圾袋，送到那須塩原市クリーンセンター的话，可不付垃圾处理手续费。）

※即使不足 10 公斤，也要付 150 日元垃圾处理手续费。

关于事业系垃圾

把事务所和饮食店等由于事业活动而产生的垃圾称为事业系垃圾。事业系垃圾不能扔到地区垃圾站去。不能使用指定垃圾袋，要把垃圾放入到袋内内容能确认的袋袋等内，直接送到清扫中心，或者委托市里许可的垃圾收集行业收集。（有关得到许可的「垃圾收集行业公司的情况一览表」，请向市里询问。）

清扫中心的垃圾处理手续费是 10 公斤 150 日元。但是因为资源垃圾是不要处理手续费的，请协助彻底分类，减少垃圾。



<问讯处>

那須塩原市役所 廃棄物対策課 ☎0287-62-7301

8.4 税金



主要的税金

按大范围划分的话，日本有两种税金。一是国家征的国税，二是都道府县和市镇村征的地方税。

在那須塩原市要交的税，主要有以下几种。

税的种类	纳税者
市・県民税	从这年的1月1日起住在那須塩原市的，且前年度有一定收入的人
固定资产税	从这年的1月1日起，在那須塩原市内拥有土地、房屋、事业用资产（折旧资产）的人
都市计划税	从这年的1月1日起，在一定的区域内有土地，房屋的人
小型汽车税	从这年的4月1日起，有摩托车和小型汽车的人
国民健康保险税	有加入国民健康保险的家庭的户主
护理保险费	加入国民健康保险的40岁至~64岁的户主
	加入了工作单位的医疗保险的人
	65岁以上的人

税金是为了使大家能富裕地，安心地生活，作为地区社会的会费，而互相拿出的费用，用于学校和道路、消防、福利等。如果收到了纳税的通知，请不要忘记纳税吧。



<问讯处>

那須塩原市役所 課税課 ☎0287-62-7179

8.5 缴纳和征收



在市政府(总厅、分所、办事处)、金融机关、便利店根据纳税单纳税。另外，户头转帐、用支付 Pay-easy、PayPay app、LINEPay app、信用卡也可以缴纳（F-REGI 只付地方政府的各种收费）。

根据法律规定，对于过了纳期限还不缴纳的人要做催促，还征收拖延金。同时，为了适当的确保财源和从纳税的公平性的观点出发，对不纳税的人的个人财产要做扣押。



<问讯处>

那須塩原市役所 収税課 ☎0287-62-7190

8.6 日本的习惯和礼仪



问候



在日本，边弯腰边问候，早晨说「おはようございます」、白天说「こんにちは」、晚上说「こんばんは」、这是一般的问候。问候时并且还鞠躬的话就更礼貌。

脱鞋生活

在日本，基本上在进门处脱了鞋以后进门。在家中换穿拖鞋，但进榻榻米房间时，连拖鞋也要脱去。



洗澡

在日本，洗澡时，在澡盆外洗了身体以后，进澡盆里暖身子。肥皂和毛巾不放入澡盆里洗身体。洗澡的热水不是一个人换一次，为了后洗澡的人，尽可能不要弄脏洗澡水。



厕所



在日本，有洋式和日本式厕所，日本式厕所要两脚分开放在便器的两侧蹲下使用。

小费

在日本，利用出租汽车、旅馆、饭店等服务时、没有付小费的习惯。



8.7 地区的生活



邻居交往

每天的生活中，「垃圾怎样扔?」「买东西在哪儿买为好?」「幼儿园、医院在哪儿?」想得到这些生活中必要的信息时、自己及家人生病、受伤时、以及地震和火灾等受灾时等、有什么感到困难的时候，能帮助你的是邻居。

在每天的生活中，如果重视跟邻居们的交往，即使不怎么会日语，有什么感到为难事的话，一定能够互相帮助的。

重视每天的交往吧。



自治会的加入

自治会是为创建一个尽可能生活便利地区的一个非常重要的地方自治团体。

自治会为创建一个生活便利的地区，举行各种各样的活动。有预防地震和台风等灾难的防灾活动、保护地区的防犯罪活动、有区域内的垃圾站和道路的路灯（防盗灯）管理、有地区内的道路、公园的清扫活动、还有祭祀、运动会等的活动等。

加入不加入自治组织是自由的。

不过，和邻居一起参加地区活动、通过传览板等知道住的信息、这对于在地区生活是很重要的。和隔壁邻居有交往、对在发生了什么感到为难事的时候等非常有用。

加入自治会，虽然有要付会费的，但是为了安心地在地区中生活，请加入地方自治会吧。



<问讯处>

那須塩原市役所 市民協働推進課 ☎0287-62-7151

8.8 居住



租借房屋的方法

在日本租房的时候一般请地产商找寻。如果找到了务必看过之后决定吧。签约的时候要交房租，押金、酬谢金、中介手续费等。

借市营住宅

能借市营住宅的人

- 对住房有困难的人
- 住在那须塩原市的人或者在那须塩原市工作的人
- 有一起住的家人
- 按规定付税金的人
- 所得在规定的范围内的人
- 有适合条件的连带保证人
- 不是暴力团的团员



招收时期

在広報なすしおばら和那须塩原市主页上随时有通知。

<问讯处>

那须塩原市营住宅管理事務所 やしおプラザ ☎0287-74-2800

↓有关县营住宅

栃木県县营住宅管理事務所 那须プラザ ☎0287-74-5901

8.9 工作时



劳动资格



在日本能工作的只是那些具有在留资格的人。根据不同的在留资格，能从事的职业将受到限制。

<问讯处>

東京入国管理局宇都宮出張所 ☎028-600-7750

找工作

公共職業安定所(ハローワーク)根据在留资格的不同，进行相应的职业商量，工作介绍。正在找工作的人，请先提出申请吧。

此外，开始工作的时候，为了以后不引起纠纷，请事先让雇主在纸上写好劳动条件。在日本的法律中，有规定雇主必须把以下几点写成文。

- ① 劳动期间从几时到几时。
- ② 在哪儿作什么工作。
- ③ 工作从几点开始到几点结束。以及有没有劳动中的休息时间、休息日、休假和加班。
- ④ 工资的数额、工资的计算方法、工资的支付方法、以及工资的计算以哪天为划分。哪天付工资。是在怎样的情况下要加工资。
- ⑤ 辞职的时候的手续。



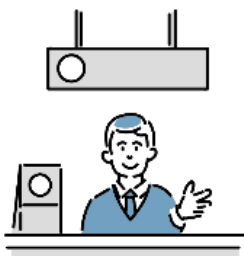
<问讯处>

ハローワーク黒磯 ☎0287-62-0144

ハローワーク大田原 ☎0287-22-2268

有关劳动方面的商谈

如果雇主不能遵守劳动条件、工作时受了伤、发生了纠纷等、请与劳动基准监督署商量。



<问讯处>

大田原労働基準監督署 ☎0287-22-2279

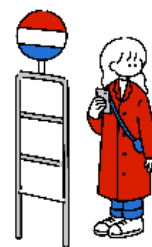
8.10 交通机关



公共汽车

公共汽车的行驶

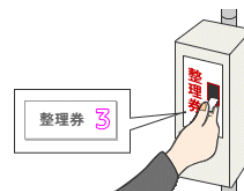
- 在那須塩原市内，除了行驶着市运营的「ゆーバス」以外，还行驶着私营的公共汽车。
- 公共汽车的行驶时刻表、星期六、星期日、节日都各不相同的。
- 仔细地确认好时刻表上的目的地和时间等之后乘坐吧。
- 在市的主页中可查到ゆーバスの时刻表和路线图。



乘公共汽车的上、下车方法

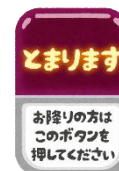
上车的时候

- 请在公共汽车的入口处拿了发券机发出的整理券以后乘坐。



下车的时候

- 请在下车的时候，当公交车要靠近要下车的公交车站时，请按车内的下车按钮，并告诉司机要下车。
- 请把上车的时候拿的整理券和车费一起放入车费箱中。
- 车票价就是：你拿着的整理券号码与票价表上的相同号码的地方显示的金额，就是你要付的车费。
- ゆーバスの车费单程一次一律 200 日元。
- 私营的公共汽车，根据乘车距离车费不同。



ゆーバスの标识



<问讯处>

有关ゆーバス : 那須塩原市役所 生活課

☎0287-62-7127

除此以外的线路：ジェイアールバス関東西那須野支店

☎0287-36-0109

関東自動車那須塩原営業所

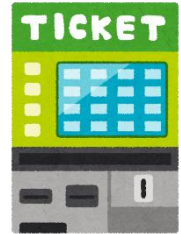
☎0287-74-2911

电车

电车票的购买方法



在车站的自动售票机或者在窗口买到目的地为止的票。不知道想去的车站的车费时，问车站工作人员就行了。



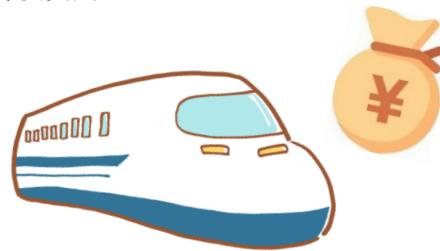
目的地向导标示

在检票口和月台的上方显示着电车的开车时刻和目的地。

电车的利用



电车除了自由座位以外还有指定座位，称作“グリーン車”（车厢）的特别座位。乘坐这些座位的话，要另外加费。同时，乘坐特快列车或者新干线的时候，除了电车费以外还需要特快费用或者新干线特快费用。



出租车

在那須塩原市内乘车的时候，在电车站前的出租车乘车地乘车，或者就必须打电话叫出租车。

出租车的后部左侧车门是自动开关的，乘坐的时候需注意这门的开闭。不需要小费，不过，从夜晚10点至早晨5点要加收费用。



8.11 驾驶汽车的时候

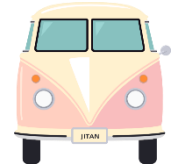


在日本开汽车，必须要有驾驶执照。开汽车时，必须随身携带驾驶执照。

持有国际驾驶执照开车的时候

在持有国际驾驶执照的情况下，到日本后原则上最多可以开一年车。但是国籍不同，情况也相应地不同。即使持有国际驾驶执照，也有在日本不能开车的情况。

在日本长住的情况下，请考取日本的驾驶执照。



要取得日本驾驶执照的时候



把本国的驾驶执照换成日本的驾驶执照的时候

持有本国驾驶执照的人(只限取得本国驾驶执照以后，在本国滞留了3个月以上的人)，在驾驶执照中心可换成日本的驾驶执照。

去驾驶执照中心的时候，还是和会日语的人一起去为好。(根据不同的国籍，取得驾驶执照的书面材料也相应地不同。所以请向驾驶执照中心打电话确认了以后再去做。)在驾驶执照中心、除了书面审查、适应性检查、还必须接受书面考试及实际技术考试。

要取得新的驾驶执照的时候

为了在日本取得新的驾驶执照，无论何种国籍的人，必须通过适应性检查、书面考试及实际技能考试。一般在汽车教习所学习了以后，在驾驶执照中心接受考试。

驾驶执照的有效期

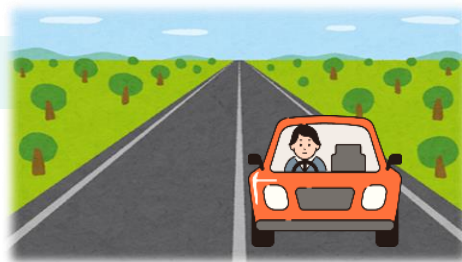
发行的驾驶执照，到第3次生日的一个月后为止有效。这以后每3年或者每5年更新一次。

<问讯处>

栃木県運転免許センター（鹿沼市下石川 681） ☎0289-76-0110

开车的基本规则

- 在道路上行驶时，左侧通行。
- 开车时，一直保持步行者优先。
- 请遵守限制速度吧。限制速度写在道路旁的标识牌上。
- 即使只喝了一点儿酒，也绝对不能开车。尽管不发生交通事故，饮酒开车也将受到严厉的处罚。
- 驾驶员、同乘车者都必须系好安全带。不满 6 岁的孩子必须系好儿童用的安全带。
- 不能边开车边看手机的荧屏，以及与人通话。



日本主要的道路标识

<p>禁止通行</p>	<p>禁止车辆通行</p>	<p>禁止车辆入</p>	<p>指定方行外禁止前进</p>	<p>禁止驻停车</p>	<p>禁止停车</p>
<p>临时停止</p>	<p>有学校、幼儿园、保育所等</p>	<p>慢行</p>	<p>最高速度</p>	<p>自行车以及步行者专用</p>	<p>单行道通行</p>



车检

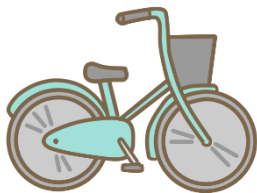
仅限新车，购入后3年后车检，除此以外必须每两年车检一次。

汽车损害赔偿责任和随意保险

汽车损害赔偿责任保险(简称:自赔责)是在买车的时候，以及汽车检查的时候。必须加入的保险。此外，因为仅仅自赔责保险不很充分全面，随意保险也加入为好。

骑自行车的基本规则

- 骑自行车时请戴头盔
- 行走时，请靠右侧人行道或像行人一样走人行道。
- 请务必行人优先。
- 天暗了以后，务必开车灯吧。
- 即使只喝了一点儿酒，也绝对不能骑自行车。既是饮酒骑自行车也是犯罪。
- 不能边骑自行车边看手机或者打电话。
- 请定期检查刹车键，在自行车上容易被发现的地方装上反光材料吧。
- 如果发生了事故，必须要付很多的钱。以防事故，加入自行车损害赔偿 responsibility 保险吧。
- 黑磯车站、那須塩原车站、西那須野车站的附近有市里经营的停车场。



<问讯处>

那須塩原市役所 生活課 ☎0287-62-7127

8.12 养狗的时候要注意的事项

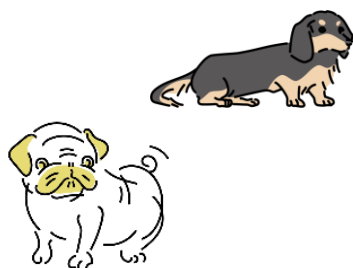


- 根据《狂犬病防治法》规定，出生后 91 日以上的狗必须要登记一次，每年注射一次狂犬病疫苗。
- 新登记的时候，请到市政府窗口办理，或者去属于栃木県獣医師会の动物医院去。手续费 3,000 日元。
- 将狗放在栅栏或笼子里用链子等锁住饲养是主人必须做的义务。



散步的时候

- 请套上牵狗绳，不能放手。
- 不能不处理狗粪，主人必须将自家狗的狗粪带回家。



<问讯处>

那須塩原市役所 環境課 ☎0287-62-7142

西那須野支所市民福祉課 ☎0287-37-5102

塩原支所総務福祉課 ☎0287-32-2939

8.13 消费者投诉纠纷

(例如被欺骗签署合同或购买产品等)



常见的消费者问题有，

- 没有订货，商品却送到自己家中
- 只想购买一次，却签了定期购买的合同
- 网购的名牌商品却是假货
- 被上门推销员逼着签了合同 等



为了预防此类损害并尽早发现，重要的是要了解家庭成员和周围人的生活的变化。

签合同和买东西时遇到麻烦的时候，请打消费者热线（☎188）

或者请联系那須塩原市消費生活センター ☎0287-63-7900

<问讯处>

那須塩原市役所 生活課 ☎0287-62-7126

9 公共服务

9.1 上水道



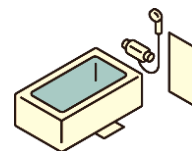
开始使用自来水的时候

在自来水上下水道部的接待窗口办理手续之后，使用自来水。



需要办手续的时候

- 开始使用自来水的时候
- 停止使用自来水的时候(不办手续的话，一直要付自来水费。)
- 自来水的用户换了的时候
- 想变换付水费方法的时候



<问讯处>

那須塩原市役所	上下水道部管理課	☎0287-37-5100
	上下水道部黒磯事務所	☎0287-62-7175
	上下水道部塩原事務所	☎0287-32-2522

9.2 下水道



在铺设了下水道的地区，按照自来水的使用量，付下水道费。

付下水道费的时候

一旦提出自来水的开始使用报告，就要自动地一起付自来水费和下水道费。

停止使用下水道的时候

搬家等原因停止使用下水道的时候，请办理停止使用下水道的手续。下水道费和自来水费一起结算。



<问讯处>

那須塩原市役所	上下水道部管理課	☎0287-37-5100
	上下水道部黒磯事務所	☎0287-62-7175
	上下水道部塩原事務所	☎0287-32-2522

9.3 电



开始使用电的时候

入居后初次使用电的时候，请把电流断路器的开关拨到“入”（上端），打开电源。电流断路器附有使用申请书，请在申请书上写上你的姓名、住址、使用开始日等，然后请投到邮箱里。没有申请书以及不知道电的使用方法的时候，请向房东联系。

也可通过网上，电传申请。

※从 2016 年开始可以和新电力公司签署合同。（详细情况请询问各个电力零售商。）但是，根据合同的内容和住宅的设备的情况，有时需要电力公司的工作人员上门。在这种情况下，请注意，电力公司会有预先通知。



支付电费

可以拿电力公司寄来的付费单到邮局、银行、便利店去付费。

希望转账的话，请联系电力公司。

注意

日本的一般家庭用的电源是 100 伏特，周波数根据地区不同而不同，那须盐原市是 50Hz。在使用之前请检查一下要使用的器具是不是与之相符合。不确认赫兹的差异而错误地使用的话，有使器具性能下降，也有成为火灾的原因，很危险。



遇到困难时 . . .

- ① 房东
- ② 房产中介商
- ③ 如果你对于电力公司的营业行为，合同等方面感到困惑麻烦的时候
<https://www.emsc.meti.go.jp/general/consult.html>



9.4 煤气



开始使用煤气的时候

请在开始使用煤气 2~3 日之前、预先与液化石油气代售店取得联系，把搬家的日期和具体时间告诉液化石油气代售店，以便能按时使用煤气。迁出的时候，也请把搬家的日期和时间告诉液化石油气代售店，以便能按时切断煤气。

煤气以及煤气器具的使用方法

煤气器具必须与自己使用的煤气的种类相符合。如果不相合的话，使用时会引起不完全燃烧。非常危险。

有煤气味的时候，请马上与煤气代理店联系。



有煤气味的时候

- 请关上总开关。
- 请不要使用火。
- 请不要碰电器用品、把门、窗打开、让煤气流散到外面去。

※详细情况请咨询附近的液化石油气代售店。



9.5 电话



开始使用电话的时候

自己的家里等新设电话机时，请咨询 NTT。

- 从固定电话打的时候 ☎116
- 从手机・PHS・NTT 以外的电话打的时候 ☎0120-116-000

※除 NTT 以外还有别的固定电话公司，请咨询各自的电话公司。



电话号码查询服务

当您有一个想要知道的电话号码时，请说出名称（名称/公司名称等的地址。），您将获得一个电话号码。您可以在电话簿中看到该人的电话号码以及注册该信息的人的电话号码，编号为 104。

- 查询电话号码的时候请拨 ☎104(收费)

国际电话

能从家里和公共电话等向国外打电话。电话公司不同、费用、打法、能通话的国家、区域各不相同。详细情况请咨询各个电话公司。

公共电话的打法

公共电话越来越少了，用公共电话打电话时，使用 10 日元、100 日元硬币或者电话卡打电话。用 100 日元时，没有找零。



手机



手机在手机店和电器店里有卖。买时请同时提出加入申请。

- 在医院里，请遵守规则切断电源等。
- 在电车中以及人多的地方，请不要使用手机吧。

电话费的支付

可以拿电话公司寄来的付费单到邮局、银行、便利店去付费。希望转账的话，请联系各自的电话公司。

9.6 邮件等



邮件接受时间

接待时间从星期一到星期五上午 9 点到下午 5 点(黑磯邮局及西那須野邮局到晚上 7 点)。上班时间以外、星期六、星期日、假日也可在「ゆうゆう窓口」(ゆうゆう窓口)得到接待。各个邮局的接待时间不同, 请向附近的邮局询问。



※邮局在「那須塩原市外国人向け便利マップ」「面向外国人的那須塩原市便利图」中有登载。

国内邮件



国内邮件有明信片(63 日元)封口的书信(84 日元~)等, 寄信时贴上邮票投入信箱, 或者送到邮局的接待窗口。还可寄包裹。

国际邮件

给国外寄信和包裹、有国际快速邮件、航空邮件、经济航空邮件、船运邮件。邮费是根据邮件的种类、重量、要寄去的对方国家来决定的。详细情况请询问附近的邮局。



宅配便

运输公司递送行李等物品。根据行李的重量、要送的目的地、各个运输公司的费用各不相同。要寄的行李可直接送到运输公司的收集递送店、代办店。也有到客户家去取行李的服务。详细情况请询问各个运输公司。



9.7 金融机关



营业时间

星期一至星期五，上午 9 点至下午 3 点(邮局是 4 点)。

星期六、星期日、假日、银行的接待窗口休息。



开户头的方法

拿着护照、在留卡等身分证和印章（也有签字就行的时候），到银行去办理。

开好户头后，马上可以拿到存折。存折上记录钱的存进取出。

※如果担心用日语交流，请让会日语的一直帮助支持你（你的工作单位或学校）的人为你翻译。



ATM（现金自动柜员机）

开户头时做好现金卡的话，在 ATM 可以存钱取钱。除了银行、在便利店、百货店、超市等也有 ATM。

注意：根据利用的时间和星期不同，有要手续费的。



转帐

办好转账手续后，从户头上自动地把要付的每月的电费、煤气费、电话费、税、自来水费等钱汇到支付处，支付很方便。详细情况请问金融机关。

9.8 向国外汇款



向国外汇款有各种各样的方法。银行、邮局等金融机关、对于汇款的费用、速度以及汇款的方法各不相同。详细情况请询问附近的银行或者邮局。

10 那须盐原市的概况



10.1 那须盐原市的位置、地势、产业

那须盐原市位于距离首都圈 150km 的栃木县的北部。市的面积的一半，是属于自然丰富的山岳部。先是以属于那须火山带的温泉涌出量丰富的盐原温泉、板室温泉乡、三斗小屋温泉为代表、其次、是以箒川沿河的四季应时显示色彩的盐原溪谷和沼っ原湿原为代表的旅游名胜地。

剩下的一半，被北侧的箒川和南侧的那珂川夹着，是缓慢的倾斜扇形地。JR 东北新干线、宇都宫线的那须盐原、黑磯、西那须野的各站周边和国道 4 号、国道 400 号沿途已形成市区。

同时，盛行奶酪畜牧业，鲜牛奶的生产量夸耀本州第 1 位（全国第 2 位）。

10.2 气候



标高 200m 以上，属高原性较寒凉气候。降水量夏季多，冬季少，一年降水 1,500~2,000mm。山间部冬季有积雪，4 月下旬还能看到残雪。

10.3 基本数据



面积	592.74 km ²
人口	116,762 人（至令和 4 年 4 月 1 日现在）
户口数	51,308 户（至令和 4 年 4 月 1 日现在）
外国人数	2,246 人（至令和 4 年 4 月 1 日现在）



10.4 主要的地区活动



1 月第 2 个星期日 西那須野初市（西那須野駅前）

有卖花木、ダルマ（达磨：象大的不倒翁似的东西）、吉祥物等东西的各种店和因此去的很多人，非常热闹。



1 月第 4 星期六 黒磯初市（黒磯駅前）

设有花木、棉花糖、花卉饰品等各种店、很热闹。



5 月第 3 个星期日 花まつり（烏ヶ森公園）

由于有疏水鼓的演奏和商店营业，有许多人参加非常热闹。在公园内 4 月是樱花、5 月是杜鹃、6 月至 7 月是看八仙花的好时节。



6 月 28 日 那須野波切不動尊火祭り（金乘院）

光脚在火上走和由行者主持的洗热水锅浴的修行等，进行令人感到吃惊的艰苦修行。

7 月最后的星期六 西那須野ふれあいまつり（西那須野駅前）

在车站前设立步行街，举行盛装游行和各种活动，非常热闹。并且各地区和事业所参加夜晚的盛装舞、边走边跳、互相竞舞。

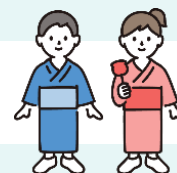
8 月上旬（隔年举行） 那須野ふるさと花火大会（那珂川河畔公園）

大约 20,000 发的焰火，点缀夏天的夜空。是代表那須塩原夏天的活动。



8 月上中旬 那須塩原市盆踊り大会（黒磯小学校）

合着歌和伴奏许多人围成圈子跳舞。



10 月 8 日 板室温泉神社祭礼（板室温泉）

这是在被认为对腰腿的健康有益的神社举行的祭祀活动，给参拜的人分发感谢品、招待甜酒。

10 月第 3 星期日及此前日 産業文化祭（にしなすの運動公園）

有畜産フェア（我们市镇的农畜产节）、郷土芸能祭（乡土艺术节）、教育祭（教育节）、商工祭（工商节）、芸術祭（艺术节）、福祉祭（福利节）等各种集会、非常热闹。

10月第4星期日以及此前日 那須野巻狩まつり

(那須塩原駅西口駅前广场・那珂川河畔運動公園)



在那珂川河畔運動公園的主要会场，除了当地企业在会场设了许多店以外，还召开黑磯围猎猎鼓和围猎猎舞、围猎锅等各种集会。

<问讯处>

那須塩原市役所 商工観光課 ☎0287-62-7154

西那須野支所産業観光建設課 ☎0287-37-5107

塩原支所産業観光建設課 ☎0287-32-2914

10.5 那須塩原市主页

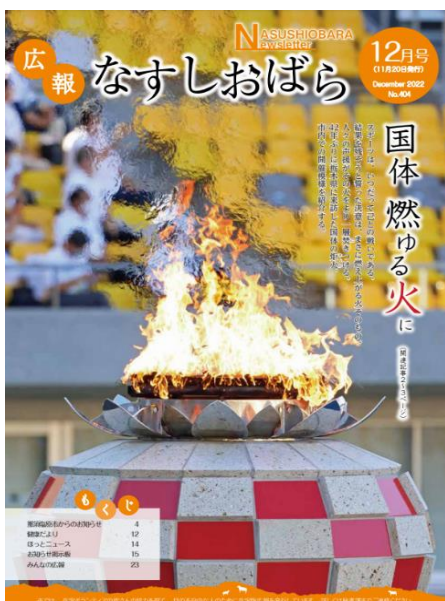


可以查询市的各种各样的信息，有关在市政府办的手续。

主页地址(URL) <http://www.city.nasushiobara.lg.jp/>



10.6 広報なすしおばら



在広報なすしおばら上登载着那須塩原市的新闻和各种各样的通知。该报纸每月20日出版一次，通过各地区的自治会等送到各个家庭的。除此以外，可以把放在市政府、公民馆等的公共设施中的広報带回去。



<问讯处>

那須塩原市役所 企画政策課 ☎0287-62-7109



はっこうねんげつ
■発行年月 2023年3月

はっ こう とちぎけん な すしおぼらし
■発行 栃木県那須塩原市

■発行年月 2023年3月

■発行 栃木県那須塩原市