

## 中文通讯

総社 チャイニーズ ニュース

总社市政府 人权・城市建设课 国际・交流推进系  
 电话号码：(0866) 92 - 8242  
 网 址：http://www.city.soja.okayama.jp/  
 e-mail : jinken-machi@city.soja.okayama.jp

总社市人口： 68,994 人  
 外国人人口： 1,531 人  
 统计日：2019年4月1日

### 目 录

- ◆ 4/27(周六)-5/6(周一)长假通知 .....P1
- ◆ 医疗知识 法律咨询 留言板 .....P4
- ◆ 市政府办公楼各部门的部署变更 .....P2
- ◆ 内科・外科・牙科值班医 .....P5
- ◆ 越南日 消费生活要点指南 猜谜抽奖 ...P3
- ◆ 5月份的各种活动 .....P6

### 4/27（周六）-5/6（周一） 长假通知

今年由于改朝换代（现天皇退位，新天皇登基）更改年号的原因，自4月27日（周六）起至5月6日（周一）止，共计10天市政府部门不办公。

但5月1日年号改为“令和”的这一天具有纪念性的意义，因此市政府市民课在这一天特别开设临时窗口受理结婚登记、出生、迁入手续，并赠送总社市独创的纪念品。时间：5月1日（节日）9:00~17:00；地点：市政府1楼门厅。另在这一天，同时受理住民票发行业务。 咨询：市民课户籍住民登记系(☎ 0866-92-8247)

长假期间相关各部门的办公情况（○办公、×休息）

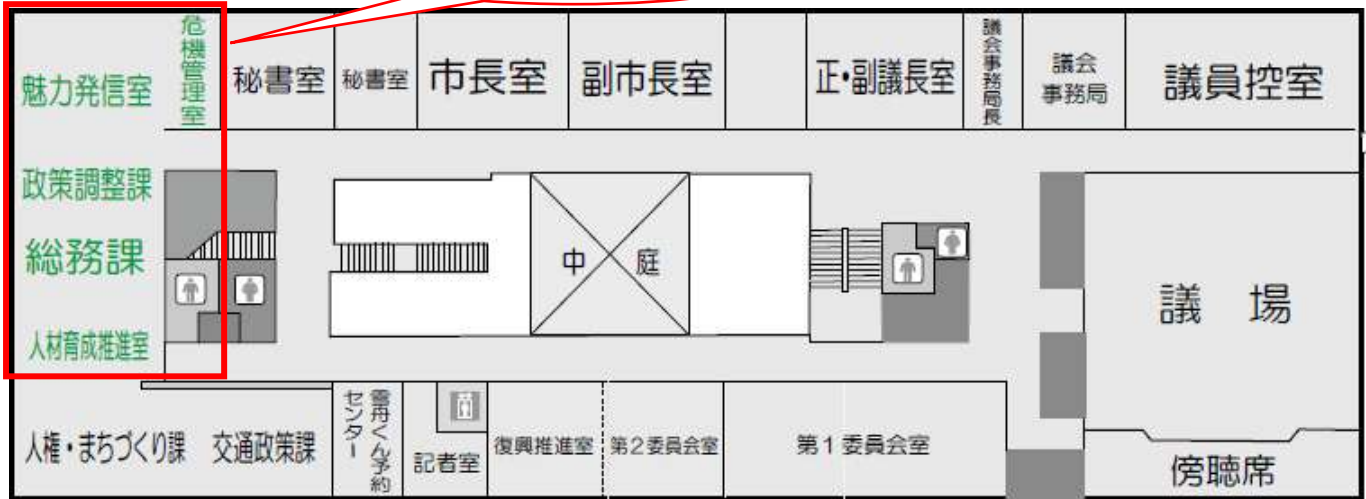
	4月				5月							咨询
	27日	28日	29日	30日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	
	周六	周日	节日	假日	节日	假日	节日	节日	节日	假日	周二	
市政府	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	市政府 92-8200
市图书馆	○	○	×	×	×	○	×	×	×	×	○	市图书馆 93-4422
市民会馆	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	文化艺术课 92-3491
勤劳青少年之家	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	
各公民馆	○	○	×	○	○	○	○	○	○	×	○	生涯学习课 92-8362
清音梦幻舞台	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
市体育中心	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	体育振兴课 92-8367
垃圾回收	×	×	○	○	○	○	○	×	×	○	○	环境课美化推进系 92-8338
吉备路清洁中心	×	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	
雪舟君	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	○	交通政策课 92-8249

# 市政府办公楼各部门的部署变更

自 4 月起，伴随着新部门的设置，市政府办公楼内的部署也有所变更。原隶属于总务部的‘危机管理室’改为市长直属；原‘总社吉备路马拉松推进室’改为‘体育振兴课’；由‘文化体育部’统括管理‘体育振兴课’、‘生涯学习课’、‘文化艺术课’三课；原‘人口增推进室’和‘故乡纳税推进室’合并为‘魅力发信室’。

## 【市政府主楼 2 楼】

位置移动的课室



## 【市保健中心 3 楼】



## 【山手办事处】

以往的‘文化课文化财系’  
并入‘观光项目课’



## 5/18 (周六) 越南日



**ベトナムデー in 総社**

2019年 5.18 (土) 11:00~17:00

参加費無料

12:00~13:00 ① 日越文化交流イベント

13:00~14:00 ② ベトナム大使来総社記念フォーラム

14:30~16:00 ③ カラオケ大会

16:00~16:45 ④ ビンゴ大会

17:00~18:00 ⑤ ベトナムをはじめとした各国の料理の屋台

5月18日(周六)在总社市举办越南日(越南节)。内容为:①日越文化交流活动;②越南大使前来总社进行讲演,总社市长讲演;③卡拉OK大会;④宾果游戏;⑤越南等各国料理。欢迎前来参加!

**时间:** 5月18日(周六) 11:00~17:00  
**地点:** 总社市民会馆、神之街广场

### 越南语咨询窗口

自今年4月份起,总社市新设置了越南语的咨询窗口。针对在总社市内居住的越南朋友提供咨询服务和各种相关信息。



多元文化共存推进员

ジュン・ティトウエツト・チンさん

**办公时间:** 每周二~周四  
 8:30~17:15  
**办公地点:** 人权城建课

## 消费生活要点指南

### Q 购买的电话推销物品是否能解约?

有个公司打来电话推销说:“由于年号的更改,制作了天皇的影集,建议您购买留念。原价8万,现特价销售为3万。千万不要错过!”我本来就对皇室感兴趣,所以经不住劝诱就买了。请问我能解约吗?

### A 冷却期内可以无条件解约

这属于电话推销(特定商业交易法),在冷却期可以无条件解约。您收到书面合同后8天内,通过特定记录邮件通知对方就可以。如果已经收到了商品,请给予退还。如果是在不合理的劝诱下签约的,即使过了8天也没关系,请前至消费生活中心咨询。

### 友情提示

- 和对方聊的时间长了就很难回绝,所以没有购买意愿的话,最好尽快回绝。
- 快递过来的商品,如果不知道是谁订购的话,请不要接收。

有关消费生活方面的问题,请咨询市消费生活中心

咨询: 市消费生活中心 ☎ 0866-92-8527

## 猜谜抽奖

阅读本月的『広報そうじゃ(总社月报)』,回答下述问题,可有机会获得总社市推出热卖的“消防署咖喱及各小学校咖喱”。

**问:** 将总社保育所和井尻野幼稚园合并成立的,市内第2个认定儿童园为:“○○○○认定儿童园”。(请参照本月月刊日语版封面及30页)

**【応募方法】**请写明答案、您的姓名、住址、电话号码、以及对市政和总社月报的建议及要求,以明信片或电子邮件的方式发送至编辑室。我们将从答对的人中抽选出2名,赠送“总社消防署咖喱1盒、总社小学校咖喱2盒,总社红米粥1盒。”



**【応募期限】**2019年5月31日(周五)

**发送至:** 総社市役所市政情報課  
 (总社市政府市政情报课)  
 〒719-1192 中央一丁目1番1号  
 电子邮箱: shisei@city.soja.okayama.jp

# 各种生活信息



## 通过特定体检检查肥胖和代谢综合症

您知道代谢综合症这个词吗？在我们的日常生活中，这个词现在已经不再陌生。早在二十多年前，这个词被刚刚提起的时候，认为肥胖是众病的根源，肥胖会导致患糖尿病、高血压、血脂异常等。

代谢综合症的定义是需要符合以下两点。一、肥胖（肚子周围：男性 85 厘米，女性 90 厘米）；二、符合下述 3 点中的 2 点以上：①高血压（收缩期血压 130mmHg 以上，或扩张期血压 85mmHg 以上），②血糖值高（空腹时 110mg/dL 以上），③血脂异常（中性脂肪 150mg/dL 以上或胆固醇 40mg/dL 以上）。

作为生活习惯病的出发点，由肥胖引发糖尿病和高血压症、血脂异常等的情况被称为“代谢多米诺”。

“人和血管一起老化”，其本质就是动脉硬化。随着年龄的增长，动脉硬化也不断恶化。其恶化因素有很多，最根本的原因就是肥胖。

肥胖已经成为特定体检的评价项目。建议您接受一年一度的体检。同时在日常生活中多注意饮食和保持运动，以防发胖，患上生活习惯病。

吉备医师会  
平川 秀三 医生  
健康医疗课健康增进系  
☎ 0866-92-8259



## 法律咨询

### 年金咨询

日期：5月23日（周四） 9:30~12:30  
地点：综合福祉中心  
内容：提供有关国民年金及厚生年金给付方面的咨询服务。需预约，预约期限截止5月22日（周三）。  
问询：仓敷东年金事务所 ☎ 086-423-6150

### 免费的法律人权行政咨询

日期：6月5日（周三） 13:30~16:30  
地点：总社市政府西厅舍 301 会议室  
内容：律师（自5月15日（周三）起受理预约。年度内一人仅可利用一次）、司法代笔人、人权拥护委员、行政咨询委员为您提供咨询服务。律师以外的咨询员无需预约，当天前去会场即可。请注意，15:30之后停止受理。  
申请·问询：人权城建课 人权启发系 ☎ 92-8253

### 免费巡回法律咨询

日期：6月12日（周三）  
10:00~12:00 13:00~15:00  
地点：总社市役所西厅舍 301 会议室  
内容：律师为您提供咨询服务。（自5月15日（周三）起受理预约。年度内仅可利用一次）。  
申请问询：人权城建课 人权启发系 ☎ 92-8253

## 留言板

### 市营住宅入住者招募

招募住宅：浅尾住宅1户（家族型）  
井尻野住宅1户（家族型）  
申请期限：5月7日（周二）~15日（周三）  
入住预定日：6月3日（周一）  
※ 市营住宅禁止饲养猫狗等宠物  
申请·咨询：建筑住宅课营缮住宅系  
☎ 0866-92-8287

### 灭火器的扔法

不要的灭火器以及内有灭火剂的喷雾罐是不能直接扔到回收站的。吉备路清洁中心也不予受理。请您交给您所购买的店铺或专门的公司。

如有不明之处，请咨询消防本部预防课（☎ 0866-92-8343）或灭火器回收再利用推进中心（☎ 03-5829-6773）。

咨询：环境课美化推进系  
☎ 0866-92-8338



节假日・夜间就诊时，可利用下述医院



# 内科・外科・牙科 值班医

内科・外科 夜间 19:00~21:00			
月 日(星期)	医疗机构名(药店名)	地址	电话号码
5月8日(周三)	友野内科医院 (ほのぼの药房)	富原	92-8822
5月10日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月15日(周三)	且医院	美袋	99-1120
5月17日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月22日(周三)	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
5月24日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月29日(周三)	やまもと(山本)医院 (みわ药房)	三轮	93-7773
5月31日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
6月5日(周三)	くにとみ(国富)诊所	门田	92-0255
不问周几均可对应(仅限内科)	诊疗ドクター(医师)杉生	门田 (须事先联系)	92-5771

夜间等工作时间外的急诊(急救)		
急救公告医疗机构名	地址	电话号码
森下病院	站前一丁目	92-0591
药师寺慈惠病院	总社一丁目	92-0146

**小儿急救医疗电话问询 # 8000**  
 周一至周五 下午7点至第二天早晨8点  
 其他日期 下午6点至第二天早晨8点

内科・外科 周日・节假日 9:00~17:00		
月 日(星期)	医疗机构名(药店名)・地址・电话号码	
5月1日(节日)	冈ハート(爱心)诊所 冈谷 93-3033	原田整形外科 (すみれ药房) 井手 94-8881
5月2日(假日)	三宅内科小児科医院 (つばさ药房) 井手 93-8511	杉本诊所 站前二丁目 92-1000
5月3日(节日)	谷向内科 (すみれ药房) 井手 94-8801	渡边医院 真壁 92-7222
5月4日(节日)	平川内科诊所 久代 96-2002	且医院 美袋 99-1120
5月5日(节日)	友野内科医院 (ほのぼの药房) 富原 92-8822	药师寺慈惠病院 (きび药房) 总社一丁目 92-0146
5月6日(假日)	森下病院 站前一丁目 92-0591	あさの(浅野)诊所 (アイ药房) 中央二丁目 93-8808
5月12日(周日)	长野病院 总社二丁目 92-2361	しおつか(盐塚)泌尿器科诊所 金井戸 90-0055
5月19日(周日)	角田医院 中央三丁目 93-1288	こうら(小浦)整形外科 中央六丁目 90-2020
5月26日(周日)	泉诊所 (あんず药房) 小寺 94-5050	清音诊所 清音三因 94-4111
6月2日(周日)	高杉こども(儿童)诊所 井手 94-8839	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房) 站前二丁目 92-3661

**呼叫** 吉备医师会 0866-93-5976  
 救护车 119  
 消防/救护咨询 0866-93-1119  
 值班医【语音指南】0866-92-1998  
 值班医有时会临时变更，请通过语音指南确认

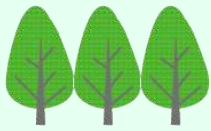


牙科 9:00~12:00			
月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
5月12日(周日)	林齿科诊所	沟口	90-1418
5月19日(周日)	高桥齿科医院	久代	96-0118
5月26日(周日)	清水齿科医院	中央一丁目	92-1077
6月2日(周日)	中田齿科医院	南沟手	94-3360

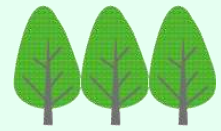


◆ 请事先打电话确认医疗机构的接受情况。人多混杂时，有可能无法及时诊疗。  
 ◆ 您也可利用总社市外的急救医院，利用时请事先电话确认。

本月预定开展下述活动，如感兴趣可前去参加！



# 5月份的活動



日期 / 時間	活動內容	地 點
5月3日(節日) 9:00~15:00	<p><b>吉備再發現寫生大會</b></p> <p>高中生以下為對象，需要攜帶畫畫用具(畫板、顏料等)、午飯、飲料、帽子、鋪墊等。受理時間截至下午1點，在各會場受理處發放圖畫紙。雨天時延至4日(節日)。右示地點任意選擇其中的一處即可。</p> <p>詳細請諮詢：<b>市文化協會(市文化協會)</b> ☎ 0866-92-3491 (綜合文化中心內)</p>	<p>★ 備中國分寺 (備中國分寺)</p> <p>★ 井山寶福寺 (井山寶福寺)</p> <p>★ 清音ふるさとふれあい広場(清音故鄉交流廣場)</p> <p>★ 豪溪(豪溪)</p>
5月3日(節日) 19:00~21:00	<p><b>夢幻盛宴</b></p> <p>以燈火通明的備中國分寺五重塔為背景，在夢幻般的氛圍中，表演日式大鼓、備中神樂、日本舞蹈等鄉土文藝。雨天時延至5月4日(節日)。</p> <p>詳細請諮詢：<b>吉備路觀光案内センター(吉備路觀光嚮導中心)</b> ☎ 0866-92-1211</p>	<p>備中國分寺 (備中國分寺)</p>
5月6日(假日) 9:30~16:00	<p><b>清音故里交流廣場綠色音樂會 2019</b></p> <p>由總社市附近的舞蹈愛好者及音樂團體登台表演的音樂會。</p> <p>詳細請諮詢：<b>きよね夢てらす(清音夢幻舞台)</b> ☎ 0866-92-0355</p>	<p>清音ふるさとふれあい広場 (清音故里交流廣場)</p>
5月11日(周六) 15:00~	<p><b>圖書館節</b></p> <p>舉辦大型畫冊、圍裙劇場、面板劇場、連環畫劇等，歡迎小朋友前來觀賞。</p> <p>詳細請諮詢：<b>市圖書館(市圖書館)</b> ☎ 0866-93-4422</p>	<p>市圖書館 (市圖書館)</p>
5月25日(周六) 17:00~19:00	<p><b>縣立總社南高中管樂社團定期演奏會</b></p> <p>舞台三部構成，共演奏15支樂曲。入場費500日元。</p> <p>詳細請諮詢：<b>總社南高等學校(總社南高中)</b> ☎ 0866-93-6811</p>	<p>市民會館 (市民會館)</p>

