

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: 69,290 人
 外国人人口: 1,655 人
 统计日: 2019年10月1日

目 录

- ◆ 面包节 最低工资 婚前姓氏的记载P1
- ◆ 2020 总社吉备路马拉松P2
- ◆ 招募新学期入园・入所儿童P3
- ◆ 医疗知识 法律咨询 留言板P4
- ◆ 内科・外科・牙科值班医P5
- ◆ 11 月份的活动P6

11月8日、9日、10日 总社面包节

【11月8日(周五)】

- ◆ **ベーカリートングウ**(☎92-0236、駅前 1-2-3)
购买面包,在付钱时说“パンわーど総社”立减 10%。
- ◆ **アンプロシア**(☎92-7377、駅前 1-35-18)
当天积分为平时的 2 倍。
- ◆ **農マル園芸吉備路農園ケーキ工房**(☎31-5235、西郡 411-1)
消费额超过 1000 日元减价 10%。
- ◆ **パティスリーマ・ジュール**(☎92-3737、岡谷 110)
消费额超过 1000 日元(不含税)的,付钱时说“パンわーど総社”赠送饼干。
- ◆ **パティスリー コア**(☎33-9114、中央 1-23-107 フィネスK1 102)
消费额超过 1000 日元赠送烘烤饼干 1 个。

【11月9日(周六)】

- ◆ **パンライフ**(☎95-2616、門田 1209)
先到 50 人可以得到面包干。

- ◆ **ナンバベーカリー**(☎95-2866、駅南 2-34-1)
购买 708 日元以上的先到 100 人可获得 200 日元减价券。
- ◆ **焼きたて食パン専門店一本堂岡山総社店**(☎37-6248、中央 2-7-20)
各种糖土司 1 个减价 30 日元。

【11月10日(周日)】

- ◆ **小さな洋菓子店プティ・グレース**(☎92-9676、窪木 911-1)
自消费总额减价 8% (不含圣诞节蛋糕)。
- ◆ **プランノエル**(☎94-1365、井手 907-1)
消费额超过 1000 日元(不含税)减价 10%。
- ◆ **パティスリー&ブーランジェリー杏**(☎33-9022、中央 6-10-106)
消费额超过 1000 日元赠送烘烤饼干。
- ◆ **クレセント総社店**(☎94-2800、総社 1370-3)
消费额每超过 500 日元赠送 100 日元的代金券(不含饮料)。

冈山县最低工资

自 10 月 2 日(周三)起,冈山县的最低工资改为 833 日元/小时。

咨询: 岡山劳动局劳动基准部工资室
☎ 086-225-2014

婚前姓氏的居民票记载

自 11 月 5 日起,婚前姓氏可以一并载入居民票,印章证明,个人番号卡上。需要的人请到市民课办理手续。
需要携带: 含有婚前姓氏的户籍誊本,印章,个人番号卡或通知卡,本人确认文件。

咨询: 市民课户籍住民登记系 ☎ 92-8247

2020 总社吉备路马拉松

2020年2月23日（周日）9:00~

11月1日（周五）开始受理报名



市官方网站



竞跑网

参赛资格: 在限定的时间内能够跑完全程的身体健康的人。有关家族型马拉松，由各家代表判断是否参加。

申请方法: 市政府及各营业所、各公民馆等备有专用的申请表・邮局汇款单，您可填写申请表报名，也可通过公式网站 (<http://runnet.jp/>) 报名。有关报名申请时的注意事项，请仔细阅读大会须知。

申请期限: 邮局汇款：2019年12月31日（周二） 网上申请：2020年1月10日（周五）

各参赛项目人数满员后，即刻终止招募。

※ 有关报名情况，将通过市官方网站及总社马拉松公式 facebook 予以公布。

参赛项目	人数	比赛时间	参赛费
全程马拉松	3000人	9:30~15:30	6100日元
	男：A组（50岁~），B组（35~49岁），C组（18~34岁） 女：A组（40岁~），B组（18~39岁）		
半程马拉松 (日本陆联公认项目)	5000人	9:30~12:10	一般 5100日元 高中生 2700日元
	日本陆联公认（日本陆联登记人员 男・女） 一般 男：A组（50岁~），B组（35~49岁），C组（高1~34岁） 一般 女：A组（40岁~），B组（高1~39岁）		
10公里 (日本陆联公认项目)	5000人	9:00~10:30	一般 4100日元 高中生 2200日元
	日本陆联公认（日本陆联登记人员 男・女） 一般 男：A组（50岁~），B组（35~49岁），C组（高1~34岁） 一般 女：A组（40岁~），B组（高1~39岁）		
5公里	3000人	11:00~11:50	一般 3500日元 中学/高中生 1800日元
	男：A组（50岁~），B组（35~49岁），C组（初1~34岁） 女：A组（40岁~），B组（初1~39岁）		
3公里	3000人	9:50~11:00	1500日元（参赛对象：小/中学生）
	男：A组（中学生），B组（小学4~6年），C组（小学1~3年） 女：A组（中学生），B组（小学4~6年），C组（小学1~3年）		
家族型马拉松（1.5公里）	3500人	11:50~	700日元 (参赛须2人以上，其中1名应为大人)
家族型马拉松（0.8公里）	2500人	12:30~	700日元 (参赛须2人以上，其中1名应为大人)

咨询：总社吉备路马拉松实行委员会事務局 ☎ 0866-92-8367（体育振兴课内）

招募新学期入园·入所儿童

幼儿园

2020年4月～入园

申请期限：11月7日（周四）～11月29日（周五）

对象：2014年4月2日至2017年4月1日之间出生的人

申请：请在指定的幼儿园领取申请书，填写后提交给此幼儿园。※想进入其他区域的幼儿园的，请咨询儿童梦想课。

其他：●符号，表示实施清早及结束后等保育的幼儿园。▲符号，表示实施规定时间外保育的幼儿园。

★符号，表示是“教育特区”对象幼儿园，全市的儿童均可以入园。

幼儿园名	电话号码	幼儿园名	电话号码	幼儿园名	电话号码
▲ 总社幼儿园	93-4303	▲ 阿曾幼儿园	99-9130	★ 新本幼儿园	96-0928
● 总社南幼儿园	93-5280	★ 池田幼儿园	95-8127	昭和幼儿园	99-1305
▲ 总社北幼儿园	93-2205	秦幼儿园	95-8930	★ 维新幼儿园	99-1310
▲ 常盘幼儿园	92-4408	神在幼儿园	93-0687	● 山手幼儿园	92-0581
三须幼儿园	92-0426	▲ 久代幼儿园	96-0423		
▲ 服部幼儿园	92-0323	★ 山田幼儿园	96-0927		

认定儿童园

2020年4月～入园

申请期限：11月7日（周四）～11月29日（周五）

园名	住址	电话	幼儿部
清音认定儿童园	清音轻部 762	94-0104	2014年4月2日～2017年4月1日出生，在指定地区居住的儿童。到认定儿童园领取申请表进行申请。
井尻野认定儿童园	井尻野 1717-4	92-3655	因家长有工作或生病等原因，需要利用保育的0～5岁儿童。请向儿童梦想课（新入园者）或预定申请的儿童园提交申请表。

保育所(园)

2020年4月～入所(园)

申请期限：11月7日（周四）～11月29日（周五）

对象：因家长有工作或生病等原因，需要利用保育的0～5岁儿童

申请：请到市役所儿童梦想课或附近的保育所(园)领取规定格式的申请表，填写后与其他所需材料一起提交。

2020年4月份新入所(园)的，请提交到儿童梦想课；现已入所的，请提交到您孩子所在的保育所(园)。

公私立	保育所名	所在地	电话	公私立	保育所名	所在地	电话
公设民营	中央保育所	站南一丁目 8-1	92-0975	私立	みどり保育园	总社 1295-14	93-6057
私立	ひかり保育园	上林 763-2	92-4889	"	山手保育园	冈谷 201-3	93-4858
"	第二ひかり保育园	真壁 162-1	92-4881	"	あのね保育园	站南一丁目 12-5	93-0802
"	第三ひかり保育园	三轮 1102-1	92-4885	"	スマイル保育园	小寺 487	92-1110
"	すみれ保育园	井手 979-1	92-3832	"	太阳保育园	南沟手 277-1	92-6985
"	すずらん保育园	秦 2947	95-8517	"	第二太阳保育园	井手 438	92-8700
"	第二すずらん保育园	秦 380-2	93-4265				

地域型保育事业

2020年4月～入园

申请期限：11月7日（周四）～11月29日（周五）

对象：因父母有工作或生病等原因，需要保育的0～2岁乳幼儿。

申请：请到市役所儿童梦想课或地域型保育事业所领取规定格式的申请表，填写后与其他所需材料一起提交。

2020年4月份新入所的，请提交到儿童梦想课；已经入所的，请提交到您孩子所在的地域型保育事业所。

事业区分	设施名	所在地	电话	事业区分	设施名	所在地	电话
小规模保育	さくら保育园	中央六丁目 8-109	93-9739	事业所内保育	いずみ保育园	小寺 995-1	93-1155
"	スマイル婴儿园	门田 1214	90-4188	"	セレーノほのぼの保育园	久代 5127	96-0733

放学后的儿童俱乐部

咨询：学校教育课 0866-92-8358

父母因工作等原因无法在家照顾时，儿童俱乐部代替其父母照顾放学后的小学生。

对象：小学6年级以下的儿童（根据俱乐部的情况，有可能有无法接受的学年）

申请：请在您想申请的俱乐部领取申请表，填写后与需要提交的资料一起提交。

其他：有关申请期限及参加条件等，请咨询各俱乐部。※因名额有限，有可能会建议您利用其他学区的俱乐部。

学校名	俱乐部名	电话	学校名	俱乐部名	电话
总社小学	总社向日葵儿童俱乐部	93-1933	神在小学	神在智者之树儿童俱乐部	31-5444
常盘小学	常盘蒲公英儿童俱乐部 A・B・C	92-1622	总社西小学	总社西伊吕波儿童俱乐部	96-0328
总社中央小学	妈妈小屋浅尾儿童俱乐部第1・第2	94-8065	新本小学	新本红米之乡儿童俱乐部	96-0303
总社北小学	总社北友爱儿童俱乐部第1・第2	94-0209	昭和・维新小学	放学后儿童俱乐部太阳	99-2850
总社东小学	总社东儿童俱乐部	31-9051	山手小学	山之子女儿童俱乐部第1・第2	94-4070
阿曾小学	阿曾鬼城儿童俱乐部	99-8280	清音小学	清音放学后儿童俱乐部书包	93-2838
秦小学	正木山儿童俱乐部	95-0032			

各种生活信息



预防牙周病

您就诊牙医的理由是什么？很多人可能都是因为“牙疼”“有虫牙”而去医院吧。但我告诉您作为病症，牙周病有时会比虫牙还要严重。与虫牙相比，牙周病没有自觉症状，不容易发现。80%以上的成年人都会得牙周病，丧失牙齿的主要原因不是虫牙而是牙周病。这绝对不是与自己无关的事情。

您了解牙周病吗？很多人可能都认为牙周病是牙龈肿胀及出血的病症，但实际上不仅仅是这些，这是牙龈下面支撑牙齿的颞骨溶化的病症。骨头溶化，听上去是一件很恐怖的事情。一旦骨头溶化，再怎么治疗基本上也没有可能恢复原状。因此，

预防牙周病非常重要。

牙周病的主要原因是附着在牙齿上的牙垢及牙石等。保持没有牙垢和牙石的第一步是养成用正确的方法刷牙的习惯。但仅靠刷牙有可能刷不掉牙石，建议您定期去牙科医院去除牙石。

现在是人生 100 岁的时代，保持好自己的牙齿有益健康长寿。建议您找一个固定的牙医，定期检查牙齿。

吉备医师会
迎和生 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：11月28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11月27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：12月4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11月15日（周五）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：12月11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11月15日（周五）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）
浅尾住宅1户（单身亦可）
申请期限：11月1日（周五）~15日（周五）
入住预定日：12月16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

岡山马拉松 2019

11月10日（周日）冈山市举办岡山马拉松大会。自上午7点45分至下午3点15分道路将大范围限制通行，因此有可能会发生交通堵塞。

前往冈山市方向的朋友，请您在出发前确认好限制通行的地点以及时间段以防万一。最好利用电车、大巴等公共交通工具前去。详细请查看大会公式网页（www.OkayamaMarathon.jp/）。

咨询：岡山马拉松实行委员会事務局
☎ 086-226-7905



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
11月1日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
11月6日(周三)	渡边医院	真壁	92-7222
11月8日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
11月13日(周三)	角田医院	中央三丁目	93-1288
11月15日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
11月20日(周三)	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房)	站前二丁目	92-3661
11月22日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
11月27日(周三)	泉诊所	小寺	94-5050
11月29日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
12月4日(周三)	冈ハート(爱心)诊所	冈谷	93-3033
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

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	
11月3日(节日)	泉诊所 (あんず药房) 小寺 94-5050	あさの(浅野)诊所 (アイ药房) 中央二丁目 93-8808
11月4日(假日)	杉生诊所 (かえで药房) 三须 92-0252	清音诊所 清音三因 94-4111
11月10日(周日)	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房) 站前二丁目 92-3661	角田医院 中央三丁目 93-1288
11月17日(周日)	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药房) 真壁 95-2860	药师寺医院 (マスカット药房) 中央一丁目 93-6555
11月23日(节日)	やまもと(山本)医院 (みわ药房) 三轮 93-7773	高杉こども(儿童)诊所 井手 94-8839
11月24日(周日)	冈ハート(爱心)诊所 冈谷 93-3033	诊疗ドクター(医师)杉生 门田 92-5771
12月1日(周日)	三宅内科小儿科医院 (つばさ药房) 井手 93-8511	昭和医院 美袋 99-2762

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

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

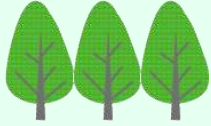
※ 就诊前，请务必打电话确认！

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

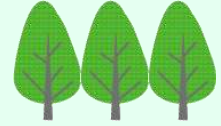


牙科 9:00~12:00			
月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
11月3日(节日)	中田齿科医院	南沟手	94-3360
11月10日(周日)	林齿科诊所	沟口	90-1418
11月17日(周日)	西齿科医院	门田	94-1182
11月24日(周日)	蒲公英齿科诊所	小寺	90-0600
12月1日(周日)	山手绿色齿科	冈谷	92-8148

◆ 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。



11月份的活動



日期 / 時間	活動內容	地 點
岡山县立大学文化节		
11月2日(周六) 9:00~20:00	截至3日(节日)下午8点半为止。以“和”为主题，由学生自主实施舞台表演及开办小吃店等。演员本乡奏多作为嘉宾前来助阵表演。 详细请问询：岡山县立大学 (岡山县立大学) ☎ 0866-94-9164	岡山县立大学 (岡山县立大学)
童话世界节		
11月2日(周四) 15:00~	内容有讲故事，面板剧院，围裙剧院，木偶戏等。 详细请咨询：市図書館 (市图书馆) ☎ 0866-93-4422	市図書館 (市图书馆)
金秋盛典		
11月10日(周日) 13:30~17:00	由平时使用勤劳青少年之家的朋友们，发表舞蹈、吹奏乐、合唱、乐队演奏等。需要整理券。 详细请问询：勤劳青少年ホーム (勤劳青少年之家) ☎ 0866-92-8371	市民会館 (市民会馆)
调皮鼠儿童节		
11月17日(周日) 10:00~13:00	内容有打年糕，各种儿童体验区，以家长为对象的有关生活计划及家人健康的活动等。 详细请问询：「子育て王国そうじゃ」まちづくり実行委員会事務局 (“育儿王国总社”城建实行委员会事務局) ☎ 0866-92-8268	総合福祉センター (综合福祉中心)
秋收祭祀感谢日		
11月23日(周六) 9:00~14:00	销售农特产和加工产品，同时销售姐妹城市茅野市的苹果。免费发送煮红薯等。 详细请问询：サン直広場ええとこそうじゃ組合 (直销广场好地方总社组合) ☎ 0866-92-5755	サンロード吉備路 (阳光之路吉备路)