

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



微信

总社市人口: 69,611 人

外国人人口: 1,571 人

统计日: 2022年3月31日

目 录

- ◆ 购买守护认知症患者 GPS 设备等的补助措施
产前产后期间国民年金保险费的免缴措施P1
- ◆ 医疗知识 法律咨询 猜谜抽奖P2
- ◆ 内科·外科·牙科值班医P3
- ◆ 吉备路紫云英周 吉备路紫云英盖章竞走赛
5 月份的活动P4

购买守护认知症患者 GPS 设备等的补助措施

为了防止患有认知症（痴呆症）的人在
外徘徊发生事故，总社市政府针对购买或租
借 GPS 设备所用费用，在预算范围内给予补
助。补助范围不仅仅为设备及其充电器等附
属品，也包括可内置 GPS 的鞋子等相关物品
及手续费。

对 象: 在总社市内有住民票，且居家护
理符合右述之一的人的同居家属

- 年龄为 65 岁以上，且因为认知症的原因时
常在外徘徊的人
- 被认定为需要支援或需要护理的年龄为
40 岁以上未满 65 岁，且因为认知症的原
因时常在外徘徊的人

补助金额: 上限额 3 万日元



咨 询: 长寿介护课地域护理推进系
☎ 0866-92-8373

产前产后期间国民年金保险费的免缴措施

对自预产日或分娩日的上一个月起 4 个月
（多胎时自预产日或分娩日前 3 个月起的 6 个
月）的国民年金保险费，决定给予免除。但需
要各自申请，经过申请给予批准后，将认定已
经缴付了这几个月的保险费，将来可以领取这
部分的年金。如果您已经缴付了保险费，批准
后将给予返还。因收入低等经济原因，已经被
批准免缴保险费的人，有关产前产后期的保险

费，请利用此制度。

免除对象: 为国民年金第 1 号被保险人，且
于 2019 年 2 月 1 日之后分娩的人

申 请 期: 自预产日的 6 个月前开始受理
（分娩后也可以申请）

申请咨询: 健康医疗课保险年金系
☎ 0866-92-8257

各种生活信息



您是否为膝盖的疼痛而烦恼？

因为膝盖疼痛而前来诊所治疗的病人特别多。其中大多数人的病症都是由于覆盖膝盖表面的软骨的磨损退变而造成的膝关节骨性关节炎。如果是膝盖突然产生剧痛的情况，也有可能是得了伴有骨质疏松的不完全性骨折（裂纹骨折），股骨髁骨坏死，半月板损伤等。

软骨起着缓冲作用，软骨磨损会给关节带来很大的负担，出现疼痛。现在医疗上还没有将磨损的软骨回复至原状的方法。经常会有人问是否应摄取氨基葡萄糖及软骨素等营养补助食品，但是此等补助食品的效果还没有得到充分的科学验证。

针对患膝关节骨性关节炎的人的治疗方法：

- ① **用 药**：止痛药及外贴药，注射透明质酸等
- ② **生活指导**：减肥，以及尽量不要做弯腿的动作，如跪坐等。
- ③ **运 动**：锻炼膝盖周围的肌肉

④ **装 备**：护膝及脚垫

⑤ **手 术**：截骨及人工关节 等

基本上都是先实施①~④的治疗，在没有明显的效果时再考虑做手术。

作为最终手段的人工关节手术，建议您在实在无法走动时再做。做手术需要勇气，但现在手术方法、器具功能、以及麻醉方式等都有很大的进步，因此术后满足度还是很高的。上了年纪身体相对比较健康的人，手术之外的治疗不起作用的话，也可以考虑前去可做手术的医院咨询。

吉备医师会

楠叶 晃 医师

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26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，期限截止5月25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1日（周三） 13:30~16:30

地点：总社市政府西厅舍 301 会议室（西）

内容：律师（自5月16日（周一）起接受预约。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，当天受理时间截至16:00。

问询申请：人权城建课 人权启发系

☎ 0866-92-8253

免费巡回法律咨询

日期：6月8日（周三）

10:00~12:00 13:00~15:00

地点：总社市政府西厅舍 301 会议室（东）

内容：律师为您提供咨询服务。（自5月16日（周一）起受理预约。年度内仅可利用一次）。

问询申请：人权城建课 人权启发系

☎ 0866-92-8253

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：3月29日发表的使用包装卡车进行推广的政策是“障がい者〇〇〇〇雇用（雇用残疾人〇〇〇〇）”（请参照本月月刊日语版第2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1盒，总社红米粥1盒。”



【応募期限】2022年5月31日（周二）

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



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6日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月11日(周三)	药师寺慈惠病院	总社一丁目	92-0146
5月13日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月18日(周三)	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房)	站前二丁目	92-3661
5月20日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月25日(周三)	泉诊所	小寺	94-5050
5月27日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
6月1日(周三)	冈ハート(爱心)诊所	冈谷	93-3033

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(周日)	こうら(小浦)整形外科 中央六丁目 90-2020	友野内科医院 (エスマイル药房ほのぼの店) 富原 92-8822
5月3日(节日)	あさの(浅野)诊所 (アイ药房总社店) 中央二丁目 93-8808	森下病院 站前一丁目 92-0591
5月4日(节日)	清音诊所 清音三因 94-4111	长野病院 总社二丁目 92-2361
5月5日(节日)	药师寺慈惠病院 (きび药房) 总社一丁目 92-0146	泉诊所 (あんず药房) 小寺 94-5050
5月8日(周日)	杉生诊所 (かえで药房) 三须 92-0252	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药房真壁店) 真壁 95-2860
5月15日(周日)	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房) 站前二丁目 92-3661	きびじ(吉备路)骨科・内科 康复诊所 (スマイル药房きびじ店) 冈谷 93-1221
5月22日(周日)	高杉こども(儿童)诊所 (おかやま药房总社东店) 井手 94-8839	やまもと(山本)医院 (みわ药房) 三轮 93-7773
5月29日(周日)	诊疗ドクター(医师)杉生 门田 92-5771	冈ハート(爱心)诊所 冈谷 93-3033
6月5日(周日)	昭和医院 美袋 99-2762	三宅内科小儿科医院 (つばさ药房) 井手 93-8511

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

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
 ※ 值班医根据情况也许无法对应，因此请
 事先打电话确认

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！



牙科 9:00~12:00			
月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
5月8日(周日)	青空齿科诊所	东阿曾	99-7118
5月15日(周日)	小西齿科医院	中央二丁目	93-4178
5月22日(周日)	高木齿科医院	真壁	93-6710
5月29日(周日)	服部齿科诊所	井手	90-0801
6月5日(周日)	高桥齿科医院	久代	96-0118



◆ 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。

吉备路紫云英周

☺ 备中国分寺五重塔景观灯

日期: 4/29(节日) ~ 5/8(周日)
18:00~22:00

咨询: 吉备路紫云英节实行委员会
☎ 0866-92-8277

☺ 公开备中国分寺五重塔第一层·蝙蝠塚

古坟 有免费的观光导游
日期: 4/29(节日) ~ 5/1(周日)
5/3(节日) ~ 5/5(节日)
10:00~15:00

咨询: 吉备路旅游信息中心
☎ 0866-92-1211



☺ 丹顶鹤观察会

日期: 4/30(周六) ~ 5/5(节日) 13:30~14:30
※ 雨天取消。对鞋进行消毒, 请穿适合的鞋子。
咨询: 吉备路鹤之故乡 ☎ 0866-90-2431

☺ 吉备路新发现写生大会

日期: 5/3(节日) 9:00~15:00
地点: 选择吉备国分寺, 井山宝福寺, 清音故里交流广场, 名胜豪溪之中的一处
内容: 各自携带绘画用具和帽子, 便当, 饮料等。在各会场受理处下午1点之前发图画纸。对象为高中生以下人员。雨天时延至5/5(节日)。有参加奖!
咨询: 市文化协会事務局 ☎ 0866-92-3491

吉备路紫云英盖章竞走赛

截至5月31日(周二)为止, 实施巡回市内观光景点及餐饮店获取图章的吉备路紫云英盖章竞走赛, 以代替吉备路紫云英节活动。从応募人员中进行抽选赠送豪华奖品。

応募方法:

- ① 在参加此活动的店铺及观光景点备有応募用纸, 在吉备路周围的观光景点收集 1 个图章, 餐饮店收集 3 个以上图章(餐饮店的图章, 利用 1 次可获得 1 个)
- ② 投入応募箱(设置在市政府、各办事处、各公民馆)或以邮寄的方式応募

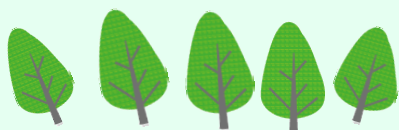
応募期限: 6月6日(周一) 邮戳有效

申请咨询: 吉备路紫云英节实行委员会事務局
☎ 0866-92-8277
〒719-1163 地头片山 17-1

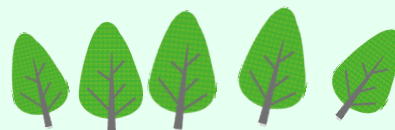


【抽选获得豪华奖品】

- A 奖 国民宿舍阳光之路吉备路利用券 1 万日元(10 人)
- B 奖 总社美味礼品商品目录 5000 日元(20 人)
- C 奖 旅游信息中心利用券 1000 日元(30 人)
面包&美食界总社优惠券 1000 日元(30 人)
吉备路招待馆利用券 1000 日元(30 人)



5 月份的活动



日期 / 时间	活动内容	地点
图书馆节		
5月14日(周六) 14:00~	举办手套剧场、面板剧场等, 欢迎小朋友前来观赏。 详细请咨询: 市図書館(市图书馆) ☎ 0866-93-4422	市図書館 (市图书馆)
为大人举办的朗读会		
5月27日(周五) 13:00~	朗读“鬼城 温罗物语”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)