



总社月报 2025-6

No.133



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： 69,522 人
 外籍人口： 2,012 人
 统计日：2025年4月30日

目 录

- ◆ 日语教室 与相川七瀬一起体验红米插秧P1
- ◆ 各种生活信息P2
- ◆ 内科・外科・牙科值班医P3
- ◆ 体育教室 6月的活动P4

日语教室

总社市针对在市内居住或在市内工作的外国人开办日语教室，由有教学证的日语教师教大家日常生活中使用的日语以及日本的一些社会生活小知识。



时间：自6月8日（周日）起 每周日 9:30~11:30
 地点：总社市政府办公楼6楼会议室
 申请咨询：人权城市建设课国际交流推进系
 ☎ 0866-92-8242



与相川七瀬一起体验红米插秧

日程：6月22日（星期日）

13:00~14:30

地点：备中国分寺南侧的农田

对象：市内的小学生及其家长（儿童必须有家长陪同）

人数：60人（达到人数即刻停止招募）

参加费：500日元



申请方法：填写网上申请表进行申请

申请期限：6月13日（星期五）

申请问询：观光项目课

☎ 0866-92-8277

各种生活信息



小心蜱虫

圣德太子在书信中写道「つつがなきや（平安无恙）」，其中的「つつが（恙）」是指疾病等灾难，用来表示这些不幸的事情。由蜱虫传播的疾病中，也包括一种叫做“恙虫病”的疾病。是的，虽然只是被虫子叮咬，但如果被蜱虫叮咬，有时就无法“平安无恙”，因此需要特别注意。

蜱虫不同于居家灰尘中的尘螨。它们不仅存在于山林中，也常常潜伏在普通的草丛中。虽然携带病原体的蜱虫较为少见，但在进行户外活动时，仍需注意避免皮肤暴露（注意裤脚、袖口和领口的密封），并使用驱蚊喷雾（含避蚊胺或派卡瑞丁成分）以防被叮咬。与蚊子不同，蜱虫叮咬后会咬住皮肤不放，有时看起来像是一个血泡。被叮咬的部位较硬，若强行拉扯，蜱虫的口器可能会残留在皮肤中，造成麻烦。因此，建议前往皮肤科就诊。

如果在被叮咬后的1~2周内出现高烧，可能是

由蜱虫传播的疾病（如SFTS（发热伴血小板减少综合征）、日本斑疹热等）所引起的。这些疾病在接受适当治疗的情况下，大多可以挽救生命。因此，如有疑似症状，请务必告知医生自己曾被蜱虫叮咬，并前往发热门诊就诊。

此外，在经常被蜱虫叮咬的人当中，有些人会对牛肉、猪肉、鲷鱼鱼卵以及某些药物（如西妥昔单抗）产生过敏反应。如果能够避免再次被蜱虫叮咬，这种过敏在几年后有可能自行缓解或痊愈。



吉备医师会

菅田 明子 医师

健康医疗课

☎ 0866-92-8259

各种咨询

人权拥护委员日 特设咨询会

日期：6月2日（周一）10:00~12:00
13:00~15:00

地点：总社市政府办公楼三楼 301 会议室

内容：人权拥护委员为在总社市内居住的居民提供人权相关的咨询服务。

问询申请：人权城建课 人权启发系
☎ 0866-92-8253

年金咨询

日期：6月26日（周四）9:30~12:30

地点：总社市政府办公楼 6楼 601 会议室

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6月25日（周三）。

问询申请：仓敷东年金事务所
☎ 086-423-6150

免费的法律人权行政咨询

日期：7月2日（周三）13:30~16:30

地点：总社市政府办公楼 6楼 602 会议室

内容：律师（自6月16日（周一）起接受预约。年度内一人仅可利用一次）、司法书士、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，当天受理时间截至下午4点。

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：7月9日（周三）

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

地点：总社市政府办公楼 6楼 602 会议室

内容：律师为您提供咨询服务。（自6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



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 周日・节假日 9:00~17:00

| 月 日(星期) | 医疗机构名 | 地址 | 电话号码 | 医疗机构名 | 地址 | 电话号码 |
|-----------|----------------|-------|---------|-----------|-------|---------|
| 6月1日(周日) | 药师寺慈惠病院 | 总社一丁目 | 92-0146 | 谷口妇女诊所 | 真壁 | 94-3300 |
| 6月8日(周日) | 渡边医院 | 真壁 | 92-7222 | 杉本诊所 | 站前二丁目 | 92-1000 |
| 6月15日(周日) | しおつか(盐塚)泌尿器科诊所 | 金井户 | 90-0055 | 三宅内科小儿科医院 | 井手 | 93-8511 |
| 6月22日(周日) | こうら(小浦)整形外科 | 中央六丁目 | 90-2020 | 长野病院 | 金井户 | 92-2361 |
| 6月29日(周日) | 森下病院 | 站前一丁目 | 92-0591 | 友野内科医院 | 富原 | 92-8822 |
| 7月6日(周日) | 谷向内科 | 井手 | 94-8801 | 原田骨科医院 | 井手 | 94-8881 |

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 |
| 长野病院 | 金井户 | 92-2361 |

※ 就诊前，请务必打电话确认！



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

牙科 9:00~12:00

| 月 日(星期) | 医疗机构名 | 地址 | 电话号码 |
|-----------|---------|-------|---------|
| 6月1日(周日) | 青空齿科诊所 | 东阿曾 | 99-7118 |
| 6月8日(周日) | 小西齿科医院 | 中央二丁目 | 93-4178 |
| 6月15日(周日) | 高木齿科医院 | 真壁 | 93-6710 |
| 6月22日(周日) | 高桥齿科医院 | 久代 | 96-0118 |
| 6月29日(周日) | 吉备路齿科医院 | 站南二丁目 | 94-8226 |
| 7月6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。

体育教室

| 项目 | 日程/时间 | 地点 | 定员 | 对象 | 参加费 |
|-------|--|---------------------------------------|------|------------------------|--------|
| 软式网球 | 7/5~8/3 每周六・周日 7:00~9:00 【10次】 | 市体育中心网球场 | 30人 | 小学4年级以上的初学者 | 600日元 |
| 羽毛球 | 9/1~10/6 每周一・周三 (9月29日除外) 19:00~21:00 【10次】 | 吉备路竞技场 (附设竞技场) | 30人 | 小学生以上的初学者 | 800日元 |
| 剑术 | 7/19、20、26、8/2、3、9、10 9:00~12:00 【7次】 | 武道馆 | 60人 | 小学生以上 | 800日元 |
| 手球 | 7/16、23、30、8/20、27、9/3 10、17、24、10/1 19:00~21:00 【10次】 | 吉备路竞技场 (主竞技场) | 100人 | 小学生~高中生 | 1000日元 |
| 射箭术 | 7/5、8、12、15、19、22、26、 29、8/5、9 18:30~20:30 【10次】 | 武道馆射箭术场 | 40人 | 中学生以上 | 600日元 |
| 地面高尔夫 | 8/24~10/12 每周日 9:00~11:30 【8次】 | 8/24 勤劳之光总社 8/31~常盤公园 9/14 石原公园 | 30人 | 中学生以上 | 600日元 |
| 网球 | 7/26~9/27 每周六 19:00~21:00 【10次】 | 总社北公园田径竞技场 网球场 | 40人 | 中学生以上的初学者 及想要更进一步的人 | 600日元 |
| 太极拳 | 7/7、14、28、8/4、18、25、 9/1、8、29、10/6 10:00~12:00 【10次】 | 武道馆 | 40人 | 普通人 | 1000日元 |
| 乒乓球 | 7/18~10/10 每周五 (8/1、8除外) 19:00~21:00 【10次】 | 吉备路竞技场 (主竞技场) | 30人 | 小・中学生的初学者 及想要更进一步的人 | 600日元 |
| 合气道 | 7/10、11、17、18、24、25、 31、8/1、7、8 10:00~12:00 【10次】 | 武道馆 | 20人 | 小学生以上的初学者 | 600日元 |

对象人员: 在总社市居住，工作，或上学的人。

申请方法: 请填写提交申请表（姓名、住址、生年月日、参加项目等）至（特非）总社市体育协会事务所，同时缴付参加费（参加费中包括意外伤害保险费）。不接受电话及传真方式的申请。

申请期限: 6月1日（周日）~13日（周五）（8日（周日）除外） 9:00~12:00

问 询: （特非）总社市体育协会事务所（☎ 0866-93-0226 市体育中心附设竞技场南侧）

6月的活动

法律小讲座

由总社市权利拥护中心“支援”的山本谅平律师，以“有关人生终章规划・继承的法律讲座”为主题进行讲演。

时间: 6月12日（周四） 14:00~15:30

地点: 中央公民馆

详细请咨询: 市権利擁護センター“しえん”
(市权利拥护中心“支援”)
☎ 0866-92-8574

备中温罗大鼓 50周年纪念预演会

由“备中温罗大鼓”及“备中童大鼓”举办的音乐会。在综合文化中心等处销售门票（预售价：S座3000日元，A座2000日元，B座1000日元）。当天门票售价为预售价+500日元。

时间: 6月29日（周日）13:30~15:30

地点: 市民会馆

详细请咨询: 備中温羅太鼓（备中温罗大鼓）
☎ 090-7997-8260 盐尻