

摘录 中文通讯

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

总社市人口: 67,833 人
 外国人人口: 720 人
 统计日: 2014年11月1日

12月14日 12:00~14:00 周日免费咨询服务

总社市役所为在市内外居住的外国人提供咨询服务, 考虑到大家平日里工作繁忙, 无暇前去市役所咨询, 因此自12月份起每月利用一个周末为您提供一次**免费的咨询服务**。在生活中、工作中所遇到的任何问题, 无论大小均可前来咨询。事先需打电话预约, 一人30分钟。

预约电话 **0866-92-8242** (总社市役所 人权城市建设课)

◆ 打电话时请说

きゅうじつ そうだん よやく
 休日 相談の 予約 したいです。

ちゅうごくじん なまえ
 中国人です。 名前は _____ です。

じかん じ じはん
 時間は _____ 時から _____ 時半まで

(或者)

じはん じ
 _____ 時半から _____ 時まで

おねがいします。

【地点: 总社市保健中心二楼】



市民提议类事业

总社市以市民与政府携手共建城市为目的, 为了鼓励市民团体及地域团体积极策划实施具有公益性质的事业, 针对此类团体给予支付补助金。

召开说明会

时间: 12月9日(周二) 19:00~

地点: 市役所西厅舍 301 会议室

◎ 相关材料请前去市役所人权城市建设课咨询或查询总社市役所官方网站 (<http://www.city.soja.okayama.jp/>)

招募事业类型: 为解决本地域存在的各种问题, 使总社成为具有魅力的城市, 由市民团体等在市内主动、独自实施的事业

事业实施期限: 2015年4月至2016年3月

补助金额: 50万日元为上限

对象团体: 成员超过5人, 有明确的代表人, 在市内实施业务, 能够完成目标的团体。

招募期限: 12月10日至2015年1月16日

外国人年金退出补助金

各位朋友，如果您在日本加入了厚生年金或国民年金超过6个月，回国后2年内千万不要忘记申请要求退还您所缴纳的年金。详细请参考如下内容。

原则上对符合下述4项条件的人，自丧失国民年金、厚生年金保险或互助会的被保险人资格，在日本没有住址之日起2年内经申请，给予支付年金退出补助金（支付美元）。

- | | |
|-----------|------------------|
| ① 没有日本国籍 | ② 被保险人期间的月数超过6个月 |
| ③ 在日本没有住址 | ④ 未曾领取过年金（含残疾补贴） |

<提交材料>

- 退出补助金付款请求书（国民年金/厚生年金保险）
- 护照复印件（能够您确认离开日本最后日期、姓名、出生年月日、国籍、签字、在留资格的页面）
- 能够确认“银行名”“分行名”“分行所在地”“账户号码”以及“申请人本人的帐号名义”的材料（银行发行的证明书等。或者，“银行帐号证明印章”一栏中盖上银行证明印章）
- 年金手册

厚生年金

在日本国内加入保险超过6个月且不满25年不具备领取年金资格的外国人，回国后2年内可以申请领取年金退出补助金。

支付时征收20.42%的所得税（经申请可退还）

您可向税务局申请退还所支付的厚生年金保险所得税。但手续需由您指定的纳税管理人进行办理，退还的所得税款项也将汇给您的纳税管理人，再由您的纳税管理人将其转交予您。因此，在回国前您最好向所管辖的税务署提交“纳税管理人申请书”并指定纳税管理人，纳税管理人的资格除“居住在日本”以外没有其他特别要求。没有提交“纳税管理人申请书”就回国的，在进行所得税退还申请时请提交“纳税管理人申请书”。

在向您汇寄退出补助金款项的同时，寄送“退出补助金支付决定通知书”，请将其原件交给纳税管理人。由纳税管理人代替本人办理退还申请。

厚生年金被保险者的领取金额计算公式如下：

$$\text{年金退出补助金} = \text{平均工资报酬额} \times \text{支付率}$$

（根据厚生年金保险的被保险人期间支付率稍有不同）
例如：

厚生年金被保险人期间月数	最后一个月在2014年9月~2015年8月时的支付率
6个月以上不满12个月	0.5
12个月以上不满18个月	1.0
18个月以上不满24个月	1.5
24个月以上不满30个月	2.1
30个月以上不满36个月	2.6
36个月以上	3.1

国民年金

在日本加入保险超过6个月的外国人，自丧失国民年金被保险人资格之日（在日本没有住址日）起2年内可以申请领取年金退出补助金。

不征收所得税

加入国民年金的人，如申请年金退出补助金，需丧失国民年金被保险人资格。在回国前，请向所在地的市区町村提交“搬迁申请”以及“国民年金被保险人资格丧失申请书”。

国民年金被保险者的领取金额，根据最后缴纳保险费的月份有所不同。例如，2014年4月至2015年3月之间保险费缴纳完毕可以领取的金额如下：

对象月数	可领取金额
6个月以上不满12个月	45,750 日元
12个月以上不满18个月	91,500 日元
18个月以上不满24个月	137,250 日元
24个月以上不满30个月	183,000 日元
30个月以上不满36个月	228,750 日元
36个月以上	274,500 日元

提交处：（日文）〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番地24号

日本年金機構 外国業務グループ

（中文）邮编号码 168-8505 東京都杉並区高井戸西3丁目5番地24号

日本年金机构 外国业务组

咨询电话：81-3-6700-1165（用日语）

梅尼埃病指的是头晕吗？

以前，人们认为头晕都是由大脑的异常造成的。但是，1842年生理学家弗卢朗发现损坏鸽子的耳朵（半规管）会使鸽子出现身体失衡的情况。巴黎的内科医生梅尼埃了解这一情况后，确认到已死亡的患者中出现头晕症状的人耳朵有异常状况，由此命名为“梅尼埃病”，一直流传至今。后来，查明这一病症是由原因不明的内耳的浮肿造成的，因此也得到了更为适当的治疗。

据了解，每10万人中约有20~50人患梅尼埃病，特别是做事严谨认真的人容易患上此病。此症状的发生多与精神、肉体上的疲劳或睡眠不足等相关，为了减少发作，重要的是应控制好造成精神压力的因素，缓解压力。

典型的梅尼埃病的临床表现是出现突发性的旋转性眩晕，同时会出现听力下降及耳鸣症状。头晕的持续时间，最长会持续将近一天。发作后有的会恢复到原来的状态，有的会在一段时间内出现恶心或身体失衡的情况。这种病长期持续下去的话，虽然头晕的情况会减少，但是听力会逐渐下降。

为了使症状不再恶化，应尽早接受治疗。经常出现头晕症状的人，建议您前去耳鼻咽喉科进行诊察。

（吉备医师会 田中文雄 医师）



法律咨询

年金咨询

日期: 12月25日（周四）9:30~12:30
地点: 综合福祉中心
内容: 有关国民年金及厚生年金的支付问题，免费接受您的咨询。请在12月24日（周三）之前进行预约。
咨询: 仓敷东年金事务所 086-423-6156

免费的法律人权行政咨询

日期: 1月7日（周三）13:30~16:30
地点: 总社市役所西厅舍301会议室
内容: 律师（需预约：自12月15日（周一）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、行政咨询委员接受您的咨询。律师以外的人员不必预约，当天前去会场即可。但请注意，15:30之后停止受理。
申请·咨询: 人权城市建设课 人权启发系
0866-92-8253

免费巡回法律咨询

日期: 1月14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: 律师接受您的各种咨询。（需预约：12月15日（周一）开始受理预约。年度内一人仅可利用一次）
申请·咨询: 人权城市建设课 人权启发系
0866-92-8253

电暖桌现场演唱会

12月20日（周六）晚上，在总社市役所门前举办电暖桌现场演唱会。当天在市役所正门前摆放约100张电暖桌，您可以和家人及朋友前来，任意挑选座位，大家围坐在电暖桌周围，观看夜空下的漂亮彩灯，欣赏舞台上的精彩表演。

同时在坐席周边开设超级球及投环等游戏场以及各种夜市小吃店。您还可以自带食物及饮料，边吃、边聊、边听、边看。

因举办电暖桌现场演唱会，特将市役所北侧（正门前道路）和东侧的道路临时改设为步行街。因此，北侧道路自下午5点15分，东侧道路自下午4点开始至9点半，禁止车辆通行。

※ 雨天时顺延至第二天。

日期: 12月20日（周六）17:30~21:00

地点: 市役所停车场及市役所前道路

咨询: 总社彩灯实行委员会事務局
0866-92-8276 商工观光课内

各种生活信息



中国护照开始签发电子护照

根据中国政府主管部门的通知，中国驻日本大使馆及各领事馆于 2014 年 9 月 16 日起签发电子护照。申请新护照、换发护照及补发护照的申请人，应在提交申请材料的同时，提供相应的照片，并留取指纹和签名式样。

◆ 电子护照人像照片规格

申请人须提交 6 个月内纸质近照 2 张及同版数字照片。背景为白色。数字照片文件须为 JPEG 格式，文件大小在 30K 到 80K 字节之间。

照片尺寸为宽 33mm，高 48mm，头部宽度在 15mm 至 22mm 之间；头部高度（从下巴至头顶）在 28mm 至 33mm 之间；头顶至照片上边距离在 3mm 至 5mm 之间；人脸下颚以下到图像下边沿高度不小于 7mm。

◆ 电子护照指纹采集

采集数量及采集顺序：先右手后左手，各采集 1 枚指纹，拇指优先。

◆ 电子护照手写纸质签名规格

签名应为申请人本人真实姓名，不得由其他人代替签名。申请人应使用不折行方式进行签名，原则上以规范汉字签名，少数民族公民可以使用本民族文字填写，但应当与其居民身份证上的民族文字姓名保持一致。

友情提示：

以往委托华人华侨总会等机构办理护照手续的朋友，请注意，因需要采集指纹及手写纸质签名，今后需要本人亲自去大使馆或各管辖的领事馆办理手续。

农田的租借

（公财）冈山县农林渔业骨干培育财团被指定为农业中间管理机构，自今年 4 月份起开展农田中间管理事业。事业内容是从因经营规模的缩小或退休等原因自己不种植的农田所有人手中接手租借农田，然后转租给想种田的人。

通过这种方式出租人可以放心出租，租借人也可以免去自己寻找农田的麻烦，同时还能够租借一定规模的田地。

总社市在各地设置了农田流动化推进员，积极促进农田的使用权设定（租借）。想出租或想租借农田的人，请联系总社市役所农林课。

此外，随着务农人员的减少及老龄化，荒废的农田越来越多，因此，为了保护农田以及维护市容的美观，对于租借利用农田种植农作物的农耕人员，总社市设立了资助经费制度以及免费出借专用农机具的制度。请您有效地运用这一制度。详细请咨询总社市役所农林课农林系。

咨询：总社市役所农林课农林系
0866-92-8271

其他

母子・父子・寡妇福祉资金贷款制度

福祉资金贷款制度是，母子及寡妇家庭对于子女的高中及大学升学等费用，可以向市政府申请贷款的制度。此制度的目的是通过经济上的援助增强其对生活的信心及对儿童的福利。为了减少偿还时的负担，此贷款为无利息或低利息贷款。

自 2014 年 10 月 1 日起福祉资金贷款制度的对象扩大至父子家庭。即，子女为 20 岁以下的父子家庭也可以申请贷款。申请贷款需具备偿还能力，且需要担保人。

详细请咨询总社市役所儿童课育儿支援系。

申请・咨询：儿童课育儿支援系 0866-92-8268

日语教室今后的预定

- 11 月 30 日（周日） 9:15 ~ 集合
前去医院参观，听医师讲课
- 12 月 7 日（周日） 了解职场问候语及表达方式
- 12 月 14 日（周日） 前去图书馆，学习图书馆及出租商店的利用方法
- 12 月 21 日（周日） 学习怎么用日语写年贺卡



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
12月1日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
12月3日(周三)	药师寺医院 (マスカット薬局)	中央一丁目	93-6555
12月5日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
12月8日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
12月10日(周三)	渡边外科胃肠科医院	真壁	92-7222
12月12日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
12月15日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
12月17日(周三)	角田医院	中央三丁目	93-1288
12月19日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
12月22日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
12月24日(周三)	パーク(公园) 综合诊所	站前二丁目	92-3661
12月26日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
1月5日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
不問周几均予对应(仅限内科)	诊疗ドクター(医师) 杉生	门田	92-5771 (须事先联系)

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	
	外科系	内科系
12月7日(周日)	原田整形外科医院 (すみれ薬局) 井手 94-8881	药师寺医院 (マスカット薬局) 中央一丁目 93-6555
12月14日(节日)	药师寺慈惠病院 (きび薬局) 总社一丁目 92-0146	昭和医院 美袋 99-2762
12月21日(周日)	森下病院 站前一丁目 92-0591	やまて(山手) 诊所 (おかやま薬局) 冈谷 92-9200
12月23日(节日)	渡边外科胃肠科医院 真壁 92-7222	谷向内科 (すみれ薬局) 井手 94-8801
12月28日(周日)	泉诊所 小寺 94-5050	三宅内科小児科医院 (つばさ薬局) 井手 93-8511
12月29日(周一)	こうら(小浦) 整形外科 中央六丁目 90-2020	杉本诊所 站前二丁目 92-1000
12月30日(周二)	さかえ(栄) 外科内科诊所 真壁 93-8800	杉生诊所 (かえで薬局) 三须 92-0252
12月31日(周三)	やまもと(山本) 医院 (みわ薬局) 三轮 93-7773	友野内科医院 (ほのぼの薬局) 富原 92-8822
1月1日(节日)	长野病院 总社二丁目 92-2361	あさの(浅野) 诊所 中央二丁目 93-8808
1月2日(周五)	谷口レディース(妇女) 诊所 真壁 94-3300	平川内科诊所 久代 96-2002
1月3日(周六)	原田整形外科医院 (すみれ薬局) 井手 94-8881	佐野医院 清音上中岛 93-1606

小儿急救医疗电话咨询 # 8000

平时 19:00~23:00, 其他日期 18:00~23:00

呼叫 吉备医师会 0866-93-5976
救护车 119
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

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

牙科诊察 9:00~12:00

月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
12月7日(周日)	中田齿科医院	南沟手	94-3360
12月14日(周日)	西齿科医院	门田	94-1182
12月21日(周日)	山手グリーン(绿色) 齿科	冈谷	92-8148
12月28日(周日)	たんぼぼ(蒲公英) 齿科	小寺	90-0600
1月4日(周日)	吉备路齿科诊所	三轮	94-8226



- ◆ 请事先打电话确认医疗机构的接受情况。根据混杂状态，有可能无法及时诊疗。儿童诊疗仅限外科系。
- ◆ 您也可利用总社市外的急救医院，利用时请事先联系。

12月份的活動

日期 / 时间	活动内容	地点
12月7日(周日) 10:00~15:00	有機農業フェア (有机农业展销会) 当天销售总社市产的既安全又好吃的有机无农药蔬菜，您可免费品尝胡萝卜汁等。 详细请咨询：総社市有機農業推進協議会 (总社市有机农业推进协议会) 电话：080-6305-7316 (田尻)	農マル園芸吉備 路農園 (标准园艺吉备路农园)
12月14日(周日) 10:00~13:00	そば祭り (荞麦面条节) 销售用水内地区产的荞麦粉做的荞麦面条(数量有限)及野猪肉汤、蔬菜，体验做荞麦面条。 详细请咨询：東さん (东) 0866-99-1165	水内コミュニティ 広場 (水内社区广场)
12月18日(周四) 14:00~	中東情勢を知る (了解中东形势) 现任外务省中东非洲局长的上村司先生以“怎么看伊斯兰国家？”为主题，为您讲解中东、北非目前的形势，以及对中东、北非、伊斯兰地区的基本观点。这是直接了解中东形势的极其宝贵的机会，希望更多的人能够前来听讲。 详细请咨询：市役所総務課 (市役所总务课) 电话：0866-92-8220	総合福祉センター (综合福祉中心)
12月20日(周六) 13:00~16:00	みんなで遊ぼう!!ちびっこ「ミニこたつライブ」 (大家一起玩!!儿童“小型电暖桌演奏会”) 舞台发表歌曲和舞蹈等。手工制作乐器及灯笼(材料费200日元)等。雨天中止。 详细请咨询：SOJA イルミネーション実行委員会事務局 (总社彩灯实行委员会事務局) 电话：0866-92-8276	カミガツジプラザ (神之街广场)
12月28日(周日) 7:00~9:00	神が辻日曜ふれあい市 (神之街周日交流市场) 召开年年举办的年底大甩卖。由实行委员会开办新鲜蔬菜特售店。免费提供猪肉汤。另有抽奖活动(没有空签)。 详细请咨询：人権・まちづくり課 国際・交流推進係 (人权・城市建设课 国际・交流推进系) 电话：0866-92-8242	市役所駐車場 (市役所停车场)



编后记

上周在“真备快乐广场”召开了在日秘鲁人联欢会。恰逢周日，笔者也借机前去一探。当天来自县内外的上百人参加了联欢会，大家欢聚一堂，气氛甚是温馨。舞台上表演了秘鲁的民族舞蹈及乐器，餐桌上摆放了秘鲁独特的各色菜肴(由参加人员自带的)。边品尝南美的特色美味，边享受印加的民族旋律。在欢快的乐奏下，孩子们玩得也特别开心。各位朋友，我们策划在明年2、3月份召开总社市的中国新春联欢会。届时希望大家前来参加，欢度新春！