

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: 92-8242
<http://www.city.soja.okayama.jp/>
e-mail:jinken-machi@city.soja.okayama.jp

总社市人口: 67,786 人
外国人人口: 720 人
统计日: 2014年6月1日

国民年金保险费的免缴及延缓申请

有关国民年金保险费的缴付, 设有免缴及延缓制度。

【免缴】

因收入低无法缴纳保险费的人申请后, 经审核给予批准的, 可免缴保险费。

◆ 免缴的种类及缴付金额

- 全额免缴
- 缴付 1/4 3,810 日元
- 缴付 1/2 7,630 日元
- 缴付 3/4 1万 1,440 日元

全额免缴及部分免缴期也将被算入年金领取资格期限内, 但是与全额缴付保险费的人相比, 将来领取的老年年金金额将会减少。

◆ 注意事项

被批准部分免缴的人, 如果忘记缴付应缴部分的保险费, 将被作为未缴付处理。免缴年数为 10 年之内的, 可以“补缴”, 最终的老年年金可达到全额程度。但免缴期结束后超 2 年的, 除了缴付保险费外, 还应另缴付一定的金额。

【年轻人的缴付延缓】

收入低的年满 20 岁未满 30 岁的人, 延缓缴付申请被批准后, 可延缓缴付国民年金保险费。

◆ 注意事项

延缓期不反映到年金金额中。如果晚年想多领取年金, 您可补缴保险费。

【免缴及延缓手续】

全额免缴及部分免缴, 延缓缴付的审核批准期限为 7 月至第二年 6 月。原则上须一年一申请。

2014 年 7 月至 2015 年 6 月止的免缴、延缓缴付申请受理开始日期为 7 月 1 日 (周二)。

【询问】

总社市役所 市民课 保险年金系
0866-92-8257

日语教室

6月8日(周日)由市役所主办的日语教室正式开讲。当天来自 8 个国家 29 名学员参加了日语教室。开讲仪式结束后, 学员们根据日语水平的不同分为 2 个班 (初级 I、初级 II), 在讲师和多名辅助人员的帮助下学习了日语。

今后在日语教室中将会学习有关买东西、医疗、工作、防灾、交通等各种情景下的日语会话等。参加日语教室不仅可以学习日语、了解日本文化, 还能够和很多日本人交流、结交, 成为朋友。如有兴趣, 您不妨周日上午 9:30-11:30 前去保健中心二楼体验一下。

市游泳池对外开放

- 日期
市游泳池将会在 7 月 19 日 (周六) 至 8 月 24 日 (周日) 上午 9:30-11:40、下午 1:00-4:00 对一般市民进行开放。(可能会有变动)
- 费用
上午或下午利用一次, 小学生以下 50 日元; 中学生及高中生 100 日元; 大人 150 日元。
- 问询
きびじアリーナ (吉备路竞技场)
电话号码: 0866-93-2100
(开放期间受理电话为 0866-93-7496)

夏季各种活动 2014

8月2日(周六) 雪舟庆典

16:30~21:30 高梁川河岸运动场

舞蹈・伴奏竞赛・烟花

欢 歌 劲 舞
共 度 良 宵

市内各地的夏季祭礼活动一览表

举办日期	名称 / 内容	地点
7月13日(周日) 9:00~	五星学园儿童节 / 音乐发表会、共同参加舞台、小吃店	昭和中学校、游乐基地(太阳)
7月19日(周六) 17:50~	义民祭 / 祭礼、义民舞蹈、小歌剧、作品展示 ★ 雨天时, 义民舞蹈将会延至20日(周日) ★ 详细请咨询: 西办事处 0866-96-0420	新本小学校
7月19日(周六) 19:00~	神在纳凉节 / 盂兰盆舞、夜市、乐队演奏等	神在小学校园内
7月19日(周六) 19:30~	西村夏季祭礼 / 小摊店、抽选会、舞蹈	天仲院停车场
7月20日(周日) 16:00~	稻荷・木野山神社夏季祭礼 / 夜店、小吃摊、宾果游戏、口琴演奏等	浜町木野山神社
7月20日(周日) 18:00~	粟嶋神社夏季祭礼 / 焰火大会、备中温罗鼓、夜市	粟嶋神社周边
7月26日(周六) 15:00~	清流节 / 舞蹈竞赛、舞台表演、小摊店、烟花 ★ 总社出身的歌手あみさん现场演唱, 烟火1200发。自市役所及清音支所等有免费的接送大巴。天气恶化时延至27日(周日) ★ 详细请咨询: 清流节2014实行委员会事務局 0866-94-0111	高梁川清音河岸运动场
7月26日(周六) 18:00~	夏季祭礼山手 / 舞蹈、游戏、夜市、艺能表演、十日町交流 ★ 雨天改为室内举办 ★ 详细请咨询: 夏季祭礼山手实行委员会 0866-92-1241	山手公民馆
7月26日(周六) 18:00~	北小学区町内夏季祭礼 / 舞蹈、烟花、夜市、抽彩	总社北小学运动场
7月27日(周日) 18:00~	上三轮町内会夏季祭礼 / 儿童相扑、祈祷	长盘地下道交叉点西南
7月27日(周日) 17:30~	下仓地区交流纳凉节 / 盂兰盆舞、卡拉OK、乐队演奏、义卖	下仓分馆
8月1日(周五) 18:00~	阿曾之火祭礼 / 小学生朗诵剧、演奏等	阿宗神社
8月2日(周六) 18:00~	弓月庆典 / 盂兰盆舞、夜市、小型烟花等	秦交流广场
8月9日(周六) 18:00~	山田地区夏季祭礼 / 跳环祭神仪式、玉兰盆舞、彩票、夜市、展示	加茂神社
8月13日(周三) 19:00~	江崎・松井玉兰盆舞大会 / 盂兰盆舞、游戏、扔糖果等	国分寺停车场
8月13日(周三) 19:30~	日羽盂兰盆舞大会 / 盂兰盆舞、夜市、现场演奏、抽选会	日羽站前广场
8月14日(周四) 19:00~	西郡盂兰盆舞大会 / 盂兰盆舞、夜市、烟花、抽签	西郡分馆(公正馆)
8月14日(周四) 19:30~	维新学区交流纳凉节 / 盂兰盆舞、烟花、夜市	水内河原河岸
8月16日(周六) 18:00~	沟口地区夏季祭礼 / 盂兰盆舞、石头剪子布大会、小吃店	总社公园
8月16日(周六) 18:00~	服部地区夏季祭礼 / 舞蹈、乐趣抽选会、夜市等	服部互动广场
8月16日(周六) 18:00~	平山夏季祭礼 / 盂兰盆舞、夜市、游戏、小型烟花	平山国府园
8月16日(周六) 18:30~	真壁町内会夏季祭礼盂兰盆舞大会 / 盂兰盆舞、宾果游戏、儿童投福(散投糖果等)、石头剪子布大会、小吃摊	沟口公园
8月16日(周六) 19:00~	阿曾地区交流夏季祭礼 / 舞蹈、备中温罗大鼓、夜市	阿曾小学

提高维权意识、增强自保能力

◇ 消费生活咨询

自今年4月份开始，在总社市役所人权城市建设课内新设置了具有消费生活专职顾问资格的生活安全业务特聘人员。有关消费生活的商品及服务合同纠纷等的咨询，将会为您做出更为专业的建议。

现在，随着社会生活的复杂化，在日常消费中会发生各种纠纷，如：被骗买了高价的东西；买的东西质量不合规等等。诸如此类，您都可前来市役所或电话咨询。（时间：8:30~17:00）

咨询：人权城市建设课安心安全系 0866-92-8249

◇ 夏季“儿童人权咨询处”

接受咨询的人员为人权拥护委员。如果儿童有烦恼及遇到困难（如：被欺负，被辱骂等）都可以前来咨询。另也接待家长的咨询。

日期：7月19日（周六）13:00~16:00

地点：市图书馆

咨询：仓敷人权拥护委员协议会总社支部事务所
(0866-92-8253 人权城市建设课内)

不要小视糖尿病

体检时被告知“你可能有糖尿病”，之后到医院检查时被确诊为“有轻微的糖尿病症状，需实施饮食疗法”时，您会做出怎样的反应？“为什么是我？”还是“不需吃药的话，应该没什么事儿吧！”

现已被称为国民病的糖尿病，患者人数不断增多，却很少有人定期前去医院接受诊察。因为，即使血糖值上升也不会疼痛，因此很多人都认为“仅仅是听医师及营养师的讲解的话，没必要特意花费时间和金钱前去”。

但是，千万不要小看糖尿病。即使症状轻微，有病就应该治疗。饮食疗法及运动疗法也是一种治疗方法。与其自己一个人控制饮酒和甜食、降低体重、进行运动，还不如和医师、护士、以及营养师一起采取措施会更有效果。症状轻微时接受治疗与症状恶化后接受治疗的人的心肌梗塞、中风、肾功能衰竭等并发症的发生率完全不同。30年前得了糖尿病，但依然健康、充满活力的大有人在。及时、合理、良好的治疗会使您更加长寿。

您不必过度担心，但也不能小看糖尿病，与主治医师配合商量，做好与糖尿病长期相处的准备。

各种咨询

◆ 年金（养老金）咨询（需预约：截至7/23）

日期：7月24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事宜

申请·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：8月6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7月15日（周二）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：8月13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：7月15日（周二）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)

猜谜抽奖

阅读本月的『広報そうじゃ（总社导报）』，回答下述问题，可有机会领取「サントピア岡山総社ランチバイキング無料券（阳光之乡岡山总社自助午餐免费券）」一张。

问：7月4日开始的市长及市政府干部与市民的互动平台，被称为「ガラス張り○○○○○（透明的○○○○○）」。

【応募方法】请写明答案、您的姓名、住址、电话号码、以及对市政和总社导报的建议及要求，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“阳光之乡岡山总社自助午餐免费券（一张可用餐者2人）”。

【応募期限】7月31日（周四）

发送至：総社市役所企画課（总社市役所企划课）

〒719-1192 中央一丁目1番1号

电子邮箱：kikaku@city.soja.okayama.jp

各种生活信息



小型汽车税的变更

根据地方税法的修改，自 2015 年起小型汽车税将有如下变动。

车种		2014 年止	2015 年起
汽油机	~50cc	1,000 日元	2,000 日元
助力自行 车	50cc~90cc	1,200 日元	2,000 日元
	90cc~125cc	1,600 日元	2,400 日元
	20cc~(三轮以上)	2,500 日元	3,700 日元
小型特 殊汽车	农耕用	1,600 日元	2,400 日元
	其他	4,700 日元	5,900 日元
轻二轮(125cc~250cc)		2,400 日元	3,600 日元
小型二轮(超过 250cc)		4,000 日元	6,000 日元
车种	现行税率※1 2014 年	新税率※2 2015 年起	重课税率※3 2016 年起
轻三轮	3,100 日元	3,900 日元	4,600 日元
轻 四 轮	乘 私家用	7,200 日元	10,800 日元
	营 业用	5,500 日元	6,900 日元
	货 私家用	4,000 日元	5,000 日元
	营 业用	3,000 日元	3,800 日元

※1 2015 年 3 月 31 日之前接受了初次检查的车辆，自初次检查起 13 年内适用现行税率。

※2 2015 年 4 月 1 日之后接受初次检查的车辆，自初次检查起 13 年内适用新税率。

※3 对自初次检查起经过了 13 年的环境负荷较大的汽车，实施重课税率，增收 20% 的税金。（咨询：税务课税政系 0866-92-8238）

安心安全建议

夏天穿戴的衣服少了，会引发心怀不轨的人的邪念，遭受性骚扰的几率也随之增多。因此要提高警惕，不给可疑者乘虚而入的机会。

心有邪念的人，往往会潜伏在“夜晚行人稀少的地方”，伺机对“单独行动的、没有防备心的女性”下手。走路时看手机或听音乐，会注意不到有图谋的人的接近，容易被盯上。另，乘坐电车时打盹儿也会使犯罪分子有机可乘。

为了以防万一，外出时请您时刻小心，特别是夜晚最好不要一个人行走。警方提示您：

- 夜晚外出时，①选择行人多的有路灯的道路；②走路时不要看手机；③随身携带防范报警器等；④多留意观察周围的情况、不可粗心大意；⑤行走时不要靠近停止的车辆。
- 遇到可疑之人（车）时，①感觉被跟踪时、即刻报警；②发现可疑车辆时，最好转到与之反方向行驶的道路那边；③记下可疑车辆的车牌号；④避开可疑者出现过的地方。
- 平时的准备，①事先找个遇到可疑者时可脱身的地方；②登录冈山县警察“ももくん安心メール（小桃安心邮箱）”，留意可疑者信息。

咨询：总社警察署 0866-94-0110

各种讲座等

◆ 一生健康・一生在职讲座

チクバ外科・胃腸科・肛門科病院 沓上隆夫院长，以《对胃肠等疾病的理解与预防》为主题进行讲演。

日期：8 月 2 日（周六）10:00~11:30

地点：东公民馆

咨询：东公民馆（0866-93-2995 周一休息）

◆ 太极拳讲座

以初学者为对象的太极拳讲座。请随意参加。

日期：7 月 27 日（周日）10:00~12:00

地点：武道馆

※ 穿容易运动的服装及裤子。携带室内运动鞋。

申请咨询：德野さん（亿野）0866-93-1020

◆ 暑假亲子工厂参观

JFE 钢铁西日本炼铁厂召开工厂参观会。

日期：8 月 14 日（周四）、15 日（周五）、18 日（周一）上午 9:30~、下午 14:00~

人员：各 90 人

集合地点、申请咨询：JFE 钢铁西日本炼铁厂参观中心 086-448-1300（截至参观日的前一天，电话申请）。

其他

◇ 刷牙及涂氟指导

针对 3 岁至小学 2 年级的儿童及其家长，有关刷牙及涂氟（虫牙预防剂）的做法进行指导。

日期：8 月 7 日（周四）9:30~14:30

地点：总社市保健中心

人员：100 组

申请咨询：儿童课母子保健系 0866-92-8261

（自 7 月 1 日开始受理申请）

◇ 市营住宅入住者招募

招募住宅：市成住宅 1 户（家族型）

浅尾住宅 1 户（家族型）

申请期限：7 月 1 日（周二）~15 日（周二）

入住预定日：8 月 1 日（周五）

申请·咨询：建筑住宅课营缮住宅系(92-8287)

◇ 夏季彩票

サマージャンボ宝くじ（夏季巨额彩票）于 7 月 4 日（周五）开始销售，截至 7 月 25 日为止。此彩票的收益金将用于市町村的城市建设。

详细请咨询：みずほ銀行岡山支店

（瑞穗银行岡山支店）

086-224-0281



内科・外科・牙科 值班医



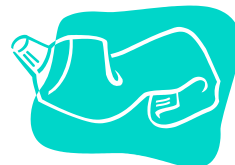
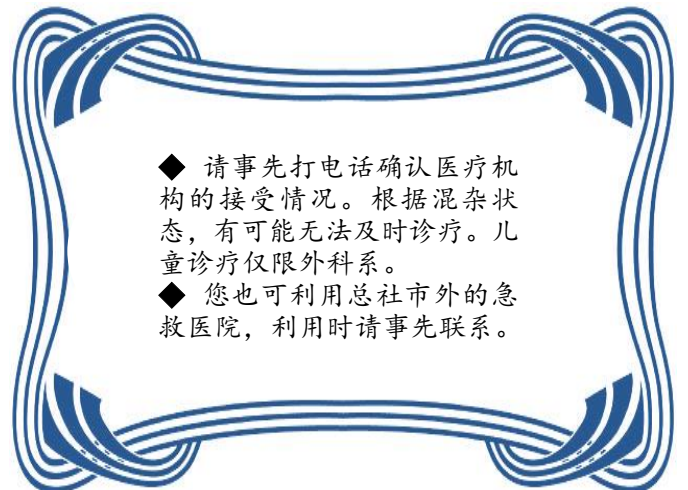
内科・外科 夜间 19:00~21:00			
月 日(星期)	医疗机构名(药局名)	地址	电话号码
7月2日(周三)	やまもと(山本)医院 (みわ药局)	三轮	93-7773
7月4日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月7日(周一)	みやした(宫下)内科 医院 (サカエ药局)	真壁	95-2860
7月9日(周三)	くにとみ(国富)诊所	门田	92-0255
7月11日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月14日(周一)	みやした(宫下)内科 医院 (サカエ药局)	真壁	95-2860
7月16日(周三)	杉生诊所 (かえで药局)	三须	92-0252
7月18日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月23日(周三)	杉本诊所	站前二丁目	92-1000
7月25日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月28日(周一)	みやした(宫下)内科 医院 (サカエ药局)	真壁	95-2860
7月30日(周三)	平川内科诊所	久代	96-2002
8月1日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
不问周几均予对应(仅限内科)	诊疗ドクター(医师)杉生	门田	92-5771 (事先需要联系)

周日・节假日 9:00~17:00		
月 日 (星期)	医疗机构名(药局名)・地址・电话号码	
	外科系	内科系
7月6日(周日)	森下病院 站前一丁目 92-0591	角田医院 中央三丁目 93-1288
7月13日(周日)	渡边外科胃肠科医院 真壁 92-7222	パーク(公园)综合诊所 站前二丁目 92-3661
7月20日(周日)	泉诊所 小寺 94-5050	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药局) 真壁 95-2860
7月21日(节日)	こうら(小浦)整形外科 中央六丁目 90-2020	高杉こども(儿童)诊所 井手 94-8839
7月27日(周日)	さかえ(荣)外科内科诊所 真壁 93-8800	くにとみ(国富)诊所 门田 92-0255
8月3日(周日)	やまもと(山本)医院 (みわ药局) 三轮 93-7773	诊疗ドクター(医师)杉生 门田 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

小儿急救医疗电话咨询 # 8000

平时 19:00~23:00, 其他日期 18:00~23:00



牙科诊察 9:00~12:00			
月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
7月6日(周日)	はやし(林)齿科诊所	沟口	90-1418
7月13日(周日)	たんぼぼ(蒲公英) 齿科诊所	小寺	90-0600
7月20日(周日)	高桥齿科医院	久代	96-0118
7月27日(周日)	みやお(宫尾)齿科 诊所	真壁	92-0181
8月3日(周日)	宫胁齿科医院	清音轻部	93-6627

7月份的活動

日期 / 时间	活动内容	地点
7月6日(周日) 14:00~	<p>東日本大震災復興支援チャリティーコンサート (东日本灾区重建支援慈善演奏会)</p> <p>这是支援「そうじゃ・宮城っ子基金(总社・宮城儿童基金)」的慈善演奏会。当天，由ザ十二ヶ郷・陽水(十二乡・阳水)等支持同基金的总社市内及近邻的乐队进行演奏。</p> <p>详细请咨询: 東日本大震災復興支援チャリティーコンサート実行委員会(东日本灾区重建支援慈善演奏会执行委员会) 电话 080-3056-1095 (宇佐美)</p>	井山宝福寺 (井山宝福寺)
7月9日(周日) 13:30~15:00	<p>地域の絆研修会(地域之纽带研修会)</p> <p>株式会社メルヘンプラザ(童话广场)统括综合管理人石藤延史氏, 针对在总社市内居住或工作的民众, 以“将强项变为产业, 振兴地域经济”为主题进行讲演。</p> <p>详细请咨询: 生涯学習課社会教育係 (生涯学习课社会教育系) 电话 92-8362</p>	総合福祉センター (综合福祉中心)
7月20日(周日) 7:00~9:00	<p>神が辻日曜ふれあい市(神之街周日交流市场)</p> <p>每月约有15家店铺参加, 为您提供新鲜的花草、农产品、鱼贝类、加工食品等, 各种各样物美价廉的商品。</p> <p>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 92-8242</p>	市役所駐車場 (市役所停车场)
7月25日(周五) 10:00~ 14:00~	<p>夏休み子ども映画会(暑假儿童上映会)</p> <p>总社市图书馆假期免费为孩子们上映动漫电影。上午10点开始上映『それいけ! アンパンマン 空とぶ絵本とガラスの靴(起飞! 面包超人 飞行画册与玻璃鞋)』(60分钟); 下午14点开始上映『名探偵コナン 世紀末の魔術師(名侦探柯南 世纪末之魔术师)』(100分钟)。</p> <p>详细请咨询: 市図書館(市图书馆) 电话 93-4422</p>	市図書館 (市图书馆)
7月27日(周日) 13:00~	<p>大人のための映画会(大人专映会)</p> <p>总社市图书馆免费为您上映『父と暮らせば(与父亲相处的日子)』(100分钟)。</p> <p>详细请咨询: 市図書館(市图书馆) 电话 93-4422</p>	市図書館 (市图书馆)

编者后记

现在, 在总社市居住的中国人约 220 人(最多的是巴西人), 其中前来市役所咨询或参加日语教室的不到十分之一。相对于巴西人, 中国人的市役所利用率非常低。市役所为市民实施各种政策措施、提供各种便民服务, 详细您可进入总社市官方网站(www.city.soja.okayama.jp/)查看。如有需要, 可随时前来市役所或打电话(92-8242)咨询。