

中文通讯

総社 チャイニーズ ニュース

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

总社市人口: 67,799 人
 外国人人口: 720 人
 统计日: 2015年3月1日

4月19日 12:00~14:00 周日免费咨询服务

总社市役所每周一至周五 8:30~17:15, 为在市内外居住的中国人提供汉语咨询、翻译服务(市役所二楼), 考虑到大家平日里工作繁忙, 无暇前去市役所, 因此每月为您提供一次**免费的周日咨询服务**。任何问题, 无论大小均可前来咨询。

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。

周日地点: 总社市保健中心二楼



市民提议类事业

总社市自去年起设立了“市民提议类事业补助金制度”, 对具有公益性的市民组织自主策划实施的事业给予补助。2015年2月24日, 对初审合格的8个组织实施了再次审核。其中5个组织通过了审核, 被认定为总社市市民提议类事业。5个组织分别为:

- ① 秦历史遗产保护协议会 (历史遗产探求事业);
- ② 总社国际朋友会 (介绍巴西、中国、菲律宾、秘鲁4个国家文化习惯等的联欢会);

- ③ 总社正木山越野跑实行委员会 (举办总社正木山越野跑大会);
- ④ 加强西郡地区纽带之会 (加强地区内的团结, 向下一代传达“地区的历史及生活方式”);
- ⑤ 利用总社商店街的旧民宅开展活动之非营利法人组织 (在旧商店街、街头咖啡店旧堀和平宅邂逅朋友、历史和文化)。

※ 各位朋友, 总社国际朋友会在4月5日举办中国联欢会, 4月26日举办巴西狂欢会, 欢迎您前来参加!

中国联欢会



4月5日(周日)

下午 2:00~



本次联欢会是自带食品聚餐会，因此您可以选择携带如下之一：

- ① 自己做的菜肴（大约 5~10 人份）
- ② 购买的糖果 · 零食、饮料等
- ③ 1000 日元的参加费

非常感谢您的协助与配合！

地点：まびいきいきプラザ（仓敷市真备健康福祉馆）

倉敷市真備町川辺 2271

電話：086-698-1555

乘坐电车“井原铁路线”

- 总社车站→川边宿车站（约 8 分钟）
 - 清音车站→川边宿车站（约 3 分钟）
- 下车后步行 2 分钟



【节目】	舞蹈、歌曲、游戏等	节目丰富多彩
【饮食】	包子、饺子、蛋糕等	菜肴美味可口



主办：总社国际朋友会 中国部门
 会长：谭俊伟 电话：090-6400-3926
 Email: sbcwish@gmail.com

协助：总社市役所人权城市建设课
 电话 0866-92-8242
 （2015 年 总社市市民提议类事业）

各种生活信息

代谢综合症

我们的身体中有动脉和静脉两种血管。自中心向身体的各个部位输送营养的是动脉，自身体的各个部位将血液送还至中心的是静脉。脑血栓及心肌梗塞等疾病是因为动脉的一部分变硬变细，导致血液不能流至大脑及心脏而引起的症状。很多人上了年纪后容易患动脉硬化相关的疾病。

动脉硬化会随着年龄的增长而逐渐恶化。就像是血管内壁生锈了似的，而且这个锈积累了一层有一层，越积越厚。在积累期间没有任何症状，在人们不知不觉中一点儿一点儿积累的锈越来越多。

众所周知，血压、血糖及胆固醇的数值变高与动脉硬化有关。另外，肥胖也会致使血压、血

糖及胆固醇的数值变高。代谢综合症是指，除了肥胖之外，血压、血糖及胆固醇的数值异常的人将来也容易患脑梗塞、心肌梗塞等疾病。

通过特定体检，在动脉硬化之前，查出可能变为脑梗塞或心肌梗塞的坏苗头（相当于代谢综合症的症状），进行保健指导，从而采取预防措施，减少动脉硬化性疾患。因此，我们应在没有知觉任何症状时，就应接受定期体检，尽早地加以预防，管理好身体的健康状况。

（吉备医师会 宫下浩明 医师）



法律咨询

不动产免费咨询会

日期: 4月9日(周四)
10:00~12:00、13:00~15:00
地点: 总社市役所西厅舍 301 会议室
内容: 有关不动产的租赁、买卖等,冈山县宅地建设交易业协会的咨询员接受您的咨询。
申请·咨询: 人权城市建设课 人权启发系
0866-92-8253

年金咨询

日期: 4月23日(周四)
上午 9:30~下午 0:30
地点: 总社市役所西厅舍 301 会议室
内容: 有关国民年金及厚生年金的给付方面的咨询服务(请在4月22日(周三)之前预约)
申请·咨询: 仓敷东年金事务所
086-423-6150

免费的法律人权行政咨询

日期: 5月13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4月15日(周三)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

4月26日 巴西狂欢会

4月26日(周日)下午2点,在仓敷市真备健康福祉馆(まびいきいきプラザ)举办巴西狂欢会。

巴西狂欢会是由巴西人为中心举办的一年一次的庆典。当天的舞台表演将充分展示巴西人活泼热情的性格,既有狂热的桑巴舞,又有豪放的歌声,同时还有南美特色的美食等待您的到来。

与中国联欢会同样,巴西的狂欢会也是自带食品聚餐会,因此您可以选择携带如下之一:

- ① 自己做的菜肴(大约5~10人份)
- ② 购买的糖果·零食、饮料等
- ③ 1000日元的参加费

※ 详细地点请参照第2页的地图

主办: 总社国际朋友会 巴西部门
会长: 谭俊伟 电话: 090-6400-3926
Email: sbcwish@gmail.com

协助: 总社市役所人权城市建设课
电话 0866-92-8242
(2015年 总社市市民提议类事业)

各种生活信息



4月29~5月6日 吉备路紫云英周

【活动内容】

- 备中国分寺五重塔景观灯
每天 日落~22:00
- 开放备中国分寺五重塔第一层・蝙蝠塚古坟
4/29(节日)、5/2(周六)~6(假日) 10:00~12:00
※ 有免费导游
- 吉备路紫云英节 备中国分寺周围
4/29(节日) 10:00~15:30 (雨天改为5/2)
“故事列车”JR 吉备线
冈山出发 9:26、10:17 总社出发 15:24、15:53
- 自由市场
吉备路招待馆
5/3(节日)
~6(假日)
9:00~15:00



- 梦幻之盛宴 备中国分寺
5/3(节日)19:00~21:00 (雨天改为5/4)
- 咨询: 商工观光课观光项目系 0866-92-8277

【免费导游】

4月12日(周日)至5月31日(周日)期间的周日、节日、假日上午10:00~下午3:00,有免费的导游陪您游览总社市的观光景点“鬼城”。

如有需要,请您咨询位于鬼城山访客中心前的志愿者观光导游协会。

- 咨询: 吉备路志愿者
观光导游协会
电话 92-1211
(吉备路观光指南中心内)



文化事业补助金

针对以总社市为活动根据地的团体,自主主办或表演的非营利性质的事业,或对市民发表或公开的事业,总社市文化振兴财团将给予资助,支付补助金,以求广大市民参加的自主文化活动更加活跃。

事业实施机构: 2015年6月1日(周一)至2016年3月10日(周四)

对象经费: 事业所需的会场准备・舞台费、报酬、宣传费等。

补助金额: 自对象经费中扣除收入等后的团体负担额的80%以下。上限为20万日元。

申请方法: 截至4月30日(周四)为止,提交指定的申请表,并附上其他所需材料。

详细请咨询: 市文化振兴财团
0866-92-3491 (综合文化中心内)

其他

市营住宅入住者招募

- 招募住宅 :** 井尻野住宅1户(家族型)
浅尾住宅1户(家族型)
- 申请期限 :** 4月1日(周三)~15日(周三)
- 入住预定日:** 5月1日(周五)
- 申请资格 :** ①申请人的居所或工作地点在总社市; ②家族型的,须有同居家属; ③一户的月收入不超过15万8千日元; ④没有住房; ⑤家族成员中没有暴力团(黑社会)成员。
- 入居审核 :** 进行书面审核及面谈,根据经济状况决定入居的优先顺序。
- ※ 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(92-8287)

太极拳讲座

- 日期:** 4月19日(周日)10:00~12:00
- 地点:** 武道馆
- 对象:** 初学者
- 其他:** 请穿方便运动的服装,并携带体育馆内穿的运动鞋
- 申请咨询:** 亿野(0866-93-1020)



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
4月1日(周三)	药师寺医院 (マスカット薬局)	中央一丁目	93-6555
4月3日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
4月6日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
4月8日(周三)	渡边医院	真壁	92-7222
4月10日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
4月13日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
4月15日(周三)	角田医院	中央三丁目	93-1288
4月17日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
4月20日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
4月22日(周三)	公园综合诊所	站前二丁目	92-3661
4月24日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
4月27日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ薬局)	真壁	95-2860
5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 (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
4月5日(周日)	やまもと(山本)医院 (みわ薬局) 三轮 93-7773	友野内科医院 (ほのほの薬局) 富原 92-8822
4月12日(周日)	长野病院 总社二丁目 92-2361	浅野诊所 (アイ薬局) 中央二丁目 93-8808
4月19日(周日)	谷口妇女诊所 真壁 94-3300	平川内科诊所 久代 96-2002
4月26日(周日)	さかえ(栄)外科内科诊所 真壁 93-8800	佐藤医院 清音上中岛 93-1606
4月29日(节日)	药师寺慈惠病院 (きび薬局) 总社一丁目 92-0146	巨医院 美袋 99-1120
5月3日(节日)	森下病院 站前一丁目 92-0591	角田医院 中央三丁目 93-1288

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 下午7点至下午11点
其他日期 下午6点至下午11点

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



牙科诊察 9:00~12:00			
月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
4月5日(周日)	小川齿科诊所	总社三丁目	93-9880
4月12日(周日)	高木齿科医院	真壁	93-6710
4月19日(周日)	服部齿科诊所	井手	90-0801
4月26日(周日)	清水齿科医院	中央一丁目	92-1077
5月10日(周日)	田边齿科医院	中央二丁目	93-6480

- ◆ 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。

4月份的活動

日期 / 时间	活动内容	地点
4月18日(周六) 9:00~	子ども読書デー (儿童读书日) 18日至19日在总社市图书馆展示儿童图书，预备了“图书礼包”(数量有限) 18日 10:00~、14:00~ 图书馆探险游；19日 10:00~朗读图画书。 详细请咨询：市図書館(市图书馆) 电话：0866-93-4422	市図書館 (市图书馆)
4月18日(周六) 9:30~14:00	清音ふれあいフェスティバル (清音交流庆典) 以“花草树木和体育运动的盛典”为主题，设置小吃店、销售本地特产、进行文艺表演等。雨天时改为19日。 详细请咨询：清音ふれあいフェスティバル実行委員会事務局(清音交流庆典实行委员会事務局) 电话：0866-94-0111 (清音办事处内)	清音ふるさとふれあい広場 (清音交流庆典)
4月19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) 每月均有约15家店铺出售花草、农产品、鱼贝类、加工食品等。有意开店的人请联系下述部门。 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)
4月19日(周日) 14:00~16:00	Viva Brass 2015 (欢呼 铜管乐团 2015) 总社吹奏乐团开办演奏会。演奏“美国骑士”中的“当选人士”等。可免费入场，但需事先领取整理号码。 详细请咨询：市勤労青少年ホーム(市勤労青少年之家) 电话：0866-92-8371	市民会館 (市民会馆)
4月26日(周日) 10:00~13:00	吉備路ふれあいメーデー (吉备路交流劳动节) 举办国际劳动节典礼，摆设各种店铺，设置表演舞台等。 详细请咨询：吉備路ふれあいメーデー実行委員会(吉备路交流劳动节实行委员会) 电话：0866-92-8666	カミガツジプラザ (神之街广场)



编后记

光阴似箭，转眼间2014年度已经结束，自4月份起新的年度又开始了。在新的一年里，笔者将继续为在总社市居住的各位朋友提供各种信息、咨询及中文翻译等服务。如果您有什么困难，可到市役所二楼人权城市建设课咨询。另外，2015年度的日语教室将在6月14日(周日)开讲。想参加日语教室的朋友，请您到市役所人权城市建设课申请报名。