

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/
e-mail : jinken-machi@city.soja.okayama.jp

总社市人口： 67,912 人
外国人人口： 814 人
统 计 日：2016 年 4 月 1 日

目 录

- ◆ 熊本震灾支援 电子版灾害预测图 ……………P1
- ◆ 吉备路紫云英周 垃圾减量 等 ……………P4
- ◆ 中国节 家族支援中心的利用 ……………P2
- ◆ 内科・外科・牙科值班医 ……………P5
- ◆ 医疗知识 法律咨询 袋鼠广场 ……………P3
- ◆ 5 月份的各种活动 ……………P6

熊本震灾支援

4 月 14 日在熊本县发生了震级为 7 的地震，现在已经过了两周的时间，但却仍然余震不断（每天平均发生余震约 30 次）。因震灾而不幸去世的人数已达到 49 人（因避难生活的不适而去世的为 12 人），重伤约 280 人、轻伤超过 1000 人，在避难所避难的人口超过 6 万人。

总社市在地震的第二天立刻作出反应，派遣了第一支支援队伍与 AMDA 医疗队一同前往熊本。自 4 月 17 日起，向广大居民募集善款及支援物资，得到了民众的大力支持与配合。

在总社市居住的外国人组织 SBC & IF 亦号召在日外国人支援熊本，于 23 日（周六）及 24 日（周日）接到了 6 万 3 千多日元的善款及大量的物资，将通过总社市政府送至灾民手中。在此，非常感谢中国同胞的支持与配合！

电子版灾害预测图

大家是否看过总社市的官方网站？如有机会，可以点入逛逛。总社市的官方网站主页左侧显示有防灾信息项目。其中包含了气象信息、河川水位、自主防灾组织、防灾准备、防灾计划、避难场所等信息。其中，电子版灾害预测图（防灾信息综合网站内）除了日语之外，还配置了中国语、英语及葡萄牙语版。

现在在总社市内居住的外国人有 800 多人，其中较多的是巴西人、中国人、越南人、菲律宾人、韩国/朝鲜人、秘鲁人等。市役所内配置了中国语、葡萄牙语、西班牙语、英语翻译，为您提供日常的咨询服务。前去市役所办事，如果有困难可以到二楼人权城建课咨询。

虽然总社市是个相对安全的地方，为了以防万一，平时还是需要掌握一些防灾方面的知识，做好灾害发生时临阵不乱的准备。

6月12日 中国节



中国节 2016

6月12日(周日)
11:00~15:00

- ◆ 中国节的目的是通过舞台表演及美食等宣传介绍中国文化,促进相互之间的友好和交流。
- ◆ 中国节是以自带食物聚餐的形式举办(携带食物不限,随意即可)。
- ◆ 不问国籍、年龄,欢迎大家携朋带友前来参加。

会场 总社市综合福祉中心
3楼(大会议室)
总社市中央 1-1-3

主办 SBC&IF 中国部
会长 谭俊伟 090-6400-3926
sbw1sh@gmail.com
※ 招募赞助商(如提供游戏时的奖品等。
我们可在海报及会场为您提供宣传空间)

各位朋友,大家好!

今年预定在6月12日(周日)举办中国节。目的是通过舞台表演及美食宣传中国文化,使日本人及其他诸国的朋友进一步了解中国,促进相互之间的友好和国际交流。因此,希望在总社市及近邻居住的中国同胞,男女老少携朋带友前来参加。

中国节是以自带食物聚餐的形式举办,因此希望参加的朋友,最好携带一些自己做的中国菜肴(种类、多少不限。随意即可)供国际朋友品尝。



家族支援中心的利用

需要育儿支援,定期或临时保育及接送服务时均可利用。

【入会时需要的东西】 印章、入会金 200 日元、年会费 1000 日元

【对象年龄】 原则上为 0 岁~高中生

- ◆ **临时支援服务** 家长因生病、住院、护理家人、红白喜事等无法照顾孩子时,以及放学后的孩子的保育,不问理由均可提供服务。
- ◆ **生病儿童支援** 接到因孩子生病或发烧等需要去接的通知时,与协助医生及医院配合提供支援服务。
- ◆ **陪同支援服务** 陪同(接送)儿童前去保育所(园)、幼儿园、放学后儿童俱乐部、习艺等。
- ◆ **集体支援服务** 集体保育多数儿童,参加私人性质的集体活动等。
- ◆ **体验支援服务** 不问会员或非会员,免费提供保育服务。
 - 利用范围 儿童 1 人 2 小时 会员一年 2 次,非会员一年 1 次
 - 利用方法 非会员按月设定的天数有限。需要预约。



星期	保育时间	陪同支援	临时支援	生病儿童支援
周一~周五	7:00~18:00	500 日元/30 分以内	700 日元/时	800 日元/时
	基本时间外	600 日元/30 分以内	800 日元/时	900 日元/时
周六、周日、节日	7:00~18:00	600 日元/30 分以内	800 日元/时	900 日元/时
	基本时间外	700 日元/30 分以内	900 日元/时	1000 日元/时
延时费		--	30 分内半额、超过 30 分收 1 小时的费用	
取消费		前一天为止不收费,当天收基本费用的半额×委托时间(次)		
交通费(移动时所需费用)		提供辅助会员单独移动时,原则上市内 120 日元、市外 200 日元。市外超过 10km 时,1km 追加 20 日元。		

申请咨询: NPO 法人 保育支援“爱·爱” 电话 0866-94-5665 (交流中心内)

服药方法

药(くすり), 有“苦をすり減らす(减轻痛苦)”的意思, 主要作用是治病, 减轻症状。但同时也会脱离本来的目的, 出现一些副作用, 如: 因为用药导致出疹子、胃疼等。比如: 镇痛剂可以抑制减轻疼痛, 但是同时会使胃的保护膜变薄变弱; 很多控制鼻涕的药品, 会使大脑功能下降、容易发困。因此需要注意, 如: 镇痛剂要在饭后饮用, 服用了鼻炎药后, 尽量避免驾驶汽车或操作机械等。

药物在问世前, 尽量将其制造成既发挥主要功能, 又避免发生副作用的物品。为了保持平衡, 在服用时请务必遵守注意事项。但是, 即使遵守了服用时的注意事项, 但也会根据每个人的体质

和当时的身体情况、以及所服用的药物及食品而发生变化, 出现失衡的情况。因此, 各自服用时都应小心谨慎。

医师开的处方药会附有服用说明, 药店卖的药物盒内也会附有说明书, 这些都是重要的信息源。应仔细阅读, 且好好保管。

在药店买药时不用处方, 因此您可灵活运用个人药物手册, 有关药物方面的问题, 请咨询您的就诊医师。

县药剂师会吉备支部
吉田 和司 医师



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: 为您提供有关国民年金及厚生年金给付方面的咨询服务。预约截至期限为5月25日(周三)。
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: 6月1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(自5月16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、行政咨询委员为您提供咨询服务。律师以外的咨询员可不必预约, 当天前去会场即可。请注意, 15:30之后停止受理。
申请·咨询: 人权城建课 人权启发系 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: 总社市役所西厅舍 301 会议室
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)。
申请·咨询: 人权城建课 人权启发系 92-8253

袋鼠广场

怀孕对孕妇来说, 无论是身体上还是精神上都是是一种负担, 有时会感到“身体乏力”“心情郁闷”。为了使孕妇能够安心迎接产期, 在市内3处欢聚广场新设“袋鼠广场”, 您随时可以前去咨询。

袋鼠广场配有助产士、保健师、营养师为您提供专业咨询和各种援助。前来咨询时请携带母子健康手册。在各欢聚广场每月举办一次咨询活动。详细请咨询各主办会场。

- **好朋友广场 こっこ**
每月第3星期四 下午1:00~ 2小时
住址: 清音轻部 666-6 (清音梦幻舞台)
咨询: 0866-92-0355
- **好朋友广场 ぴよこっこ**
每月第2星期六 下午1:00~ 2小时
住址: 门田 187 (天满屋ハッピータウンリブ总社店 3楼)
咨询: 0866-31-7686
- **儿童游乐广场**
每月第4星期四 下午1:00~ 2小时
住址: 地头片山 143-1 (山手保健中心内)
咨询: 0866-93-9834

各种生活信息



吉备路紫云英周

4/29(节日)~5/5(节日)

在紫云英盛开的吉备国分寺周围开展各种活动。欢迎前来游览充满历史氛围的吉备路，沐浴春天的阳光、呼吸清新的空气、观赏美丽的紫海。

- **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)~5/5(节日) 10:00~15:00
※ 有免费导游
- **吉备路紫云英节 备中国分寺周围**
4/29(节日) 10:00~15:00 (雨天改为 4/30)
- **自由市场**
吉备路招待馆
5/3 ~5/5(节日)
9:00~15:00
雨天中止



- **吉备路再发现写生大会**
5/3(节日) 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)
- **吉备路观光周游巴士 鬼城定期往返出租车**
自总社车站出发，环游井山宝福寺及备中国分寺等市内的观光景点后返回总社车站。具体的路线及时间，请咨询商工观光课观光项目系。

时间：4月30日(周六)~5月5日(节日)
9:00~17:00 每60分钟运行一次

其他：“吉备路观光周游巴士、鬼城定期往返出租车”上会贴有右示图案。
(Bus & Shuttle Taxi)



咨询：商工观光课观光项目系
0866-92-8277

垃圾减量

为了让我们居住的总社市变得更加干净舒适，请大家注意扔垃圾时的处理方式！

厨房垃圾控干水分可减轻重量

将厨房垃圾的水分控干后，作为可燃垃圾处理可减轻垃圾的重量。此外，厨房垃圾在夏季容易产生臭味，控干水分或晒干垃圾也可防止臭味的发生。

如上所述，控干水分即可以减轻垃圾重量，又可以防止臭味发生，是一举两得的办法。

调皮鼠传授小知识

可燃垃圾的约一半都是水分，所以控干水分可以节省垃圾袋。



申请处：环境课美化推进系
咨询： 0866-92-8338

其他

个人编码临时受理窗口

想办理个人编号卡，却因为平时工作繁忙无法前去市役所办理手续的朋友，总社市役所将在 5 月 22 日(周日)、6 月 12 日(周日)、6 月 26 日(周日)设置临时受理窗口，但是事先需要预约。

时间：9:00~16:00

预约及临时受理窗口的地点：市民课户籍住民登录系
电话：0866-92-8370

市营住宅入住者招募

招募住宅： 诸上住宅 1 户(家族型)
浅尾住宅 1 户(家族型)

申请期限： 5 月 2 日(周一)~13 日(周五)

入住预定日： 6 月 1 日(周三)

※ 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
电话 0866-92-8287



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2日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
5月6日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月9日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
5月11日(周三)	且医院	美袋	99-1120
5月13日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月16日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
5月18日(周三)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
5月20日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月23日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
5月25日(周三)	やまもと(山本)医院 (みわ药房)	三轮	93-7773
5月27日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
5月30日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
6月1日(周三)	くにとみ(国富)诊所	门田	92-0255
不问周几均可对应(仅限内科)	诊疗ドクター(医师)杉生	门田 (须事先联系)	92-5771

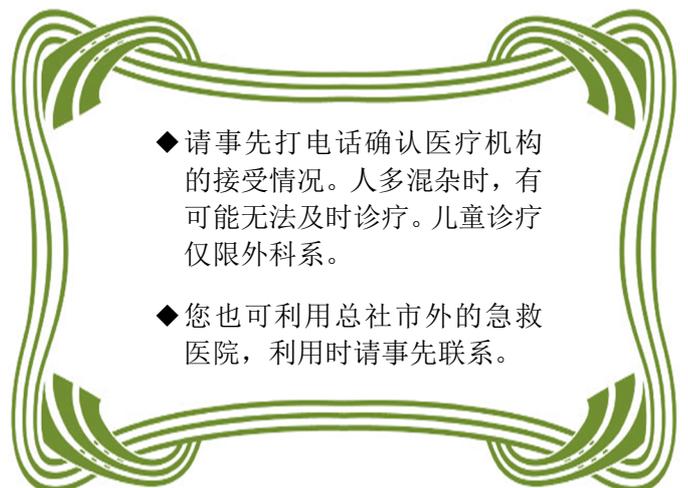
周日・节假日 9:00~17:00		
月 日 (星期)	医疗机构名(药店名)・地址・电话号码	
	外科系	内科系
5月1日(周日)	泉诊所 (あんず药房) 小寺 94-5050	谷向内科 (すみれ药房) 井手 94-8801
5月3日(节日)	こうら(小浦)整形外科 中央六丁目 90-2020	渡边医院 真壁 92-7222
5月4日(节日)	さかえ(栄)外科内科诊所 真壁 93-8800	三宅内科小児科医院 (つばさ药房) 井手 93-8511
5月5日(节日)	やまもと(山本)医院 (みわ药房) 三轮 93-7773	杉本诊所 站前二丁目 92-1000
5月8日(周日)	长野病院 总社二丁目 92-2361	杉生诊所 (かえで药房) 三须 92-0252
5月15日(周日)	谷口妇女诊所 真壁 94-3300	友野内科医院 (ほのほの药房) 富原 92-8822
5月22日(周日)	原田整形外科 (すみれ药房) 井手 94-8881	あさの(浅野)诊所 (アイ药房) 中央二丁目 93-8808
5月29日(周日)	しおつか(盐塚)泌尿器科诊所 金井戸 90-0055	平川内科诊所 久代 96-2002
6月5日(周日)	药师寺慈惠病院 (きび药房) 总社一丁目 92-0146	且医院 美袋 99-1120

小儿急救医疗电话咨询 # 8000
或 ☎ 086-251-6608
 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

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
5月8日(周日)	西齿科医院	门田	94-1182
5月15日(周日)	中田齿科医院	南沟手	94-3360
5月22日(周日)	田边齿科医院	中央二丁目	93-6480
5月29日(周日)	林齿科诊所	沟口	90-1418
6月5日(周日)	宫尾齿科诊所	真壁	92-0181

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



本月预定开展下述活动，如感兴趣可前去参加！

5月份的活動

日期 / 时间	活动内容	地点
 <p>5月1日(周日) 10:00~13:00</p>	<p>2016 吉備路ふれあいメーデー (2016 吉备路交流劳动节)</p> <p>举办劳动节典礼、各种店铺及舞台表演活动。</p> <p>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</p>	<p>カミガツジプラザ (神之街广场)</p> 
 <p>5月7日(周六) 15:00~</p>	<p>としょかんまつり(图书馆节)</p> <p>举办大型画册的朗读会、围裙剧场、面板剧场等。</p> <p>详细请咨询：市図書館(市图书馆) 电话：0866-93-4422</p>	<p>市図書館 (市图书馆)</p> 
 <p>5月19日(周日) 19:00~21:00</p>	<p>わかりやすい予防接種のお話 (简单易懂的预防接种讲演)</p> <p>由川崎医科大学教授中野贵司，以“你知道吗？疫苗可以预防患病”为主题进行讲演。提供儿童保育服务（需要预约。费用：儿童1人1720日元，请向NPO法人保育支援“爱·爱”申请，电话：0866-94-5665）。</p> <p>详细请咨询：こども課母子保健係 (儿童课母子保健系) 电话：0866-92-8261</p>	<p>総合福祉センター (综合福祉中心)</p> 
 <p>5月22日(周日) 7:00~9:00</p>	<p>神が辻日曜ふれあい市 (神之街周日交流市场)</p> <p>每月都有约15家店铺出售花草、农产品、鱼贝类、加工食品等。本月免费提供猪肉汤。现招募销售各类物品的店铺，有意者请联系下述部门。</p> <p>详细请咨询：人権・まちづくり課 国際・交流推進係 (人权城建课 国际交流推进系) 电话：0866-92-8242</p>	<p>市役所駐車場 (市役所停车场)</p> 
 <p>5月28日(周六) 17:00~19:00</p>	<p>県立総社南高等学校定期演奏会 (县立总社南高等学校定期演奏会)</p> <p>由三部分组成，您可欣赏到各种乐器的演奏。</p> <p>详细请咨询：総社南高等学校吹奏学部 (总社南高等学校吹奏乐部) 电话：0866-93-6811</p>	<p>市民会館 (市民会馆)</p> 