

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： 68,017 人

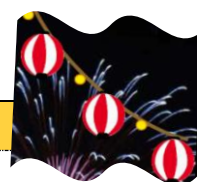
外国人人口： 849 人

统 计 日：2016 年 6 月 1 日

目 录

- ◆ 夏季各种活动 2016P1
- ◆ 2016 中国节 圆满结束P2
- ◆ 医疗知识 法律咨询 夏季特别活动P3
- ◆ SOS 认知症支援 垃圾减量 其他P4
- ◆ 内科・外科・牙科值班医P5
- ◆ 7 月份的各种活动P6

夏季各种活动 2016



举办日期	名称	地点
7月16日(周六) 19:30~	西村夏季祭礼	天仲院停车场(井尻野)
7月16日(周日) 19:00~	神在纳凉节	神在小学校
7月17日(周日) 18:00~	粟嶋神社夏季祭礼	粟嶋神社周边(门田)
7月23日(周六) 17:50~	义民祭	新本小学校
7月30日(周六) 12:00~	清流节	高梁川清音河岸运动场
7月30日(周六) 17:30~	总社宫跳环	总社宫
7月30日(周六) 18:00~	北小学区町内夏季祭礼	总社北小学运动场
7月31日(周日) 18:00~	上三轮町内会夏季祭礼	常磐地下道交叉点西南(天王殿下)
8月6日(周六) 16:00~	★ 雪舟庆典	高梁川河岸运动场
8月6日(周六) 17:30~	弓月庆典	秦交流广场
8月6日(周六) 18:00~	山田地区夏季祭礼	加茂神社
8月13日(周六) 19:00~	江崎・松井盂兰盆舞大会	国分寺停车场
8月13日(周六) 19:00~	交流夏季祭礼	池田小学运动场
8月14日(周日) 19:00~	西郡盂兰盆舞大会	西郡分馆(公正馆)
8月14日(周日) 19:30~	维新学区交流纳凉节	水内河原河岸
8月20日(周六) 18:00~	服部地区夏季祭礼	服部互动广场
8月20日(周六) 18:30~	真壁町内会夏季祭礼盂兰盆舞大会	沟口公园
8月20日(周六) 19:00~	阿曾地区交流夏季祭礼	阿曾小学运动场





2016
中 国 节
 圆 满 结 束
 感谢各位的支持与配合
 下次再会



小心梅雨季过后的中暑

又到了一年之中最热的季节，随着今后到户外运动及游玩机会的增多，需要注意的就是“中暑”。以往都是在高温环境下工作及运动时发生的中暑，最近在日常生活中也时有发生，而且其症状也有所不同。

容易中暑的是患有心脏疾病、糖尿病、甲状腺疾病等的人，以及服用特定药品、体温调节功能下降的老年人及儿童、肥胖的人。另外，睡眠不足及喝酒过多也是引发中暑的因素。

预防措施是尽量补充水分、注意随时喝水及时常到阴凉的地方去休息，避免穿不通风及厚重的衣服，尽量不要穿紧贴身的、热量不容易散发的衣服，使用能够遮阳的帽子或阳伞等。特别是

平时不太运动或不适应炎热环境的人，要注意采取预防措施。此外，老年人由于年龄关系，对热度的感知不如年轻人敏感。即使是在日常生活中，在自己居住的房间内也有可能中暑，因此更需小心谨慎。

一旦出现头痛、头晕、呕吐等症状时，马上移至凉爽的地方进行补充水分，脱掉外套散发热量，用制冷剂及冰水等降低体温。

梅雨季过后气温急速上升，因此在这个时期一定要注意避免中暑，相互提醒采取必要的措施。

吉备医师会
山本 优 医师



法律咨询

年金咨询

日期: 7月28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7月27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: 8月3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7月15日(周五)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: 8月10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7月15日(周五)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

夏季特别活动

市游泳池一般开放

7月23日(周六)~8月28日(周日)
时间: 上午 9:30~11:40 下午 1:00~4:00
费用: 小学生以下 50 日元
中学/高中生 100 日元
大人 150 日元
其他: 因为举办游泳大会，7/27(周三)及前一天下午休息。
咨询: 吉备路竞技场 ☎93-2100 开放期间 ☎93-7496

暑假儿童人权咨询

如果你在学校、和朋友之间的关系等方面有烦恼或感到为难的事情(被欺负了、被说坏话等)，可随时前来咨询。人权拥护委员提供咨询服务，帮助你解决烦恼。家长也可以前来咨询。

日期: 7月28日(周四) 下午 1:00~4:00
地点: 市役所 2 楼第 2 委员会室
咨询: 仓敷人权拥护委员协议会总社支部事務局
☎ 92-8253 (人权城建课 内)

各种生活信息



SOS 认知症支援

通过 SOS 邮件，地域居民相互配合、传递爱心、做好支援活动。希望更多的居民登录加入 SOS 邮箱。



S (そうじゃ 总社)
O (おかえり 回家)
S (サポート 支援)

遇难求助信号

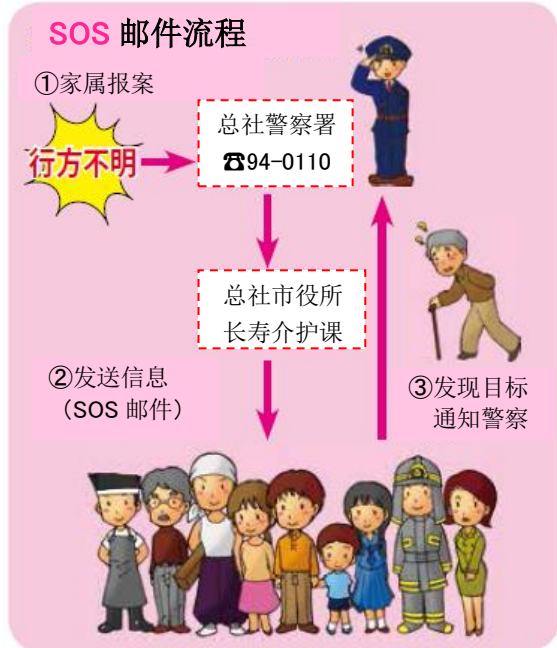
患认知症（痴呆症）的人，一个人外出走动，往往不知道自己在哪里？即使是在自己家的附近也不知道怎么回家。针对这样患有认知症的老人，总社市呼吁广大市民登录加入“そうじゃ おかえり サポート メール（SOS 邮箱）”，通过邮件传递有关失踪人员的信息。

【登录方式】

用手机等扫描 QR 码（二维码），或向下述邮箱发送空白电子邮件，按照回复邮件中所示的顺序进行登录。

t-soja@sg-m.jp

送信分类为“认知症支援”



◆ 致认知症者的家属

为了在紧急时发送 SOS 邮件，事先需要家属为认知症者办理本人登录手续。市役所长寿介护课窗口受理相关咨询等事宜。

咨询：长寿介护课地域护理推进系 ☎ 0866-92-8373

垃圾减量

◆ 使用 EM 波卡西（除臭菌粉）减少垃圾



将各家庭中的厨房垃圾变成肥料，可以减少可燃垃圾的重量。

EM 波卡西是用 EM（有用微生物群）

将米糠和稻壳发酵得到的物品，可将厨房垃圾变成肥料。将厨房垃圾与 EM 波卡西放到密封的容器里发酵，可制成堆肥。

◆ 调皮鼠传授小知识

市役所环境课及各办事处发放 EM 波卡西，来取时请自带袋子。



申请处：环境课美化推进系

咨询：☎ 0866-92-8338

其他

地域协同防灾训练

7月30日（周六）在总社市居住的日本人及外国人协同实施防灾训练，通过实际操作学习了解发生地震、火灾及洪水等时的具体对应方法。

时间：7月30日（周六）上午 8:00~10:00

地点：总社中学校

咨询：人权城建课 国际交流推进系 ☎ 92-8242

※ 有英语、中国语、葡萄牙语、西班牙语翻译

护照更新一日游

冈山县华侨华人总会组织专车前往中国驻大阪总领事馆办理护照更新事宜，护照需要更新的朋友可报名参加，费用 13000 日元。（返程参观神户中华街）

时间：7月16日（周六）7:00 出发

集合地点：冈山国际交流中心

报名期限：7月8日（周五）12:00（定员 40 名）

申请·咨询：冈山县华侨华人总会

☎ 086-201-1076 / 090-3639-7879(姜)



内科・外科・牙科 值班医



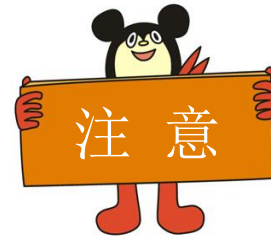
内科・外科 夜间 19:00~21:00			
月 日(星期)	医疗机构名(药店名)	地址	电话号码
7月1日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月4日(周一)	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
7月6日(周三)	药师寺医院 (マスカット药房)	中央一丁目	93-6555
7月8日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月11日(周一)	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
7月13日(周三)	渡边病院	真壁	92-7222
7月15日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月20日(周三)	角田医院	中央三丁目	93-1288
7月22日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
7月25日(周一)	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
7月27日(周三)	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房)	站前二丁目	92-3661
7月29日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
8月1日(周一)	みやした(宫下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
不問周几均可对应(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
7月3日(周日)	さかえ(荣)外科内科诊所 真壁 93-8800	高杉こども(儿童)诊所 井手 94-8839
7月10日(周日)	やまもと(山本)医院 (みわ药房) 三轮 93-7773	くにとみ(国富)诊所 门田 92-0255
7月17日(周日)	原田整形外科 (すみれ药房) 井手 94-8881	诊疗ドクター(医师)杉生 门田 92-5771
7月18日(节日)	谷口妇女诊所 真壁 94-3300	冈ハート(爱心)诊所 冈谷 93-3033
7月24日(周日)	长野病院 总社二丁目 92-2361	药师寺医院 (マスカット药房) 中央一丁目 93-6555
7月31日(周日)	しおつか(盐塚)泌尿器科诊所 金井戸 90-0055	清音诊所 清音三因 94-4111
8月7日(周日)	药师寺慈惠病院 (きび药房) 总社一丁目 92-0146	昭和医院 美袋 99-2762

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
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

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



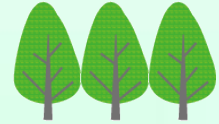
牙科诊察 9:00~12:00			
月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
7月3日(周日)	秋山第2齿科	富原	94-4777
7月10日(周日)	大村齿科医院	中央一丁目	93-5576
7月17日(周日)	小川齿科诊所	总社三丁目	93-9880
7月24日(周日)	角谷齿科医院	久代	96-0227
7月31日(周日)	龟山齿科医院	总社一丁目	92-8020
8月7日(周日)	吉备路齿科医院	三轮	94-8226

◆ 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。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。



7 月 份 的 活 动



日期 / 时间	活动内容	地 点
総社市サマーミュージックフェスタ 2016 (总社市夏季音乐节 2016)		
7月17日(周日) 13:30~16:15	由市内的中学生等进行发表吹奏乐及合唱等。免费入场。 详细请咨询：文化課文化振興係（文化課文化振兴系） ☎ 0866-92-3491	市民会館 (市民会馆)
神が辻日曜ふれあい市 (神之街周日交流市场)		
7月24日(周日) 7:00~9:00	每月都有约15家店铺出售花草、农产品、鱼贝类、加工食品等。现招募销售各类物品的店铺，有意者请联系下述部门。 详细请咨询：人權・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) ☎ 0866-92-8242	市役所駐車場 (市役所停车场)
法律ミニ講座(法律小讲座)		
7月28日(周四) 14:00~15:30	总社市权利拥护中心“支援”的山内弘美律师，以“离婚~孩子的问题~”为主题进行讲演。 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”) ☎ 0866-92-8374	総合福祉センター (综合福祉中心)
夏休み子ども映画館(夏季儿童影院)		
7月29日(周五) 10:00~	上午10点上映『それいけ!アンパンマン 人魚姫のなみだ(起飞!面包超人 美人鱼的眼泪)』; 下午2点上映『名探偵コナン 時計じかけの摩天楼(名侦探柯南 引爆摩天楼)』。 详细请咨询：市図書館(市图书馆) ☎ 0866-93-4422	市図書館 (市图书馆)
大人のための映画館(大人影院)		
7月31日(周日) 13:00~	上映电影『蝉しぐれ(蝉时雨)』。免费入场，感兴趣的人可前去观赏。 详细请咨询：市図書館(市图书馆) ☎ 0866-93-4422	市図書館 (市图书馆)