

中文通讯

総社 チャイニーズ ニュース

总社市政府 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： 68,586 人

外国人人口： 1,169 人

统 计 日：2017 年 12 月 1 日

目 录

- ◆ 总社吉备路马拉松大会P1
- ◆ 招募特聘职员 税金申报 消费指南等P4
- ◆ 走步获得健康购物券P2
- ◆ 内科・外科・牙科值班医P5
- ◆ 医疗知识 法律咨询 猜谜抽奖P3
- ◆ 1 月份的各种活动P6

第10届 总社吉备路马拉松大会

日期：2018 年 2 月 25 日（周日）

地点：总社市吉备路竞技场

网上申请期限

1 月 12 日（周五）

■ 项目及开始时间

全程马拉松	10:30~	3 公里（中学生）	10:50~
半程马拉松	10:30~	3 公里（高学年）	11:05~
10 公里	10:00~	3 公里（低学年）	11:25~
5 公里	11:45~	1.5 公里	12:30~
		800 米	13:15~

■ 申请方法

在**竞跑网页** <http://runnet.jp/> 上申请。

需会员注册（免费）及申请手续费。

邮局汇款的受理期限是 12 月末。



■ 本地美食

会场内免费提供猪肉汤、咖啡、甜酒等。此外，还有冈山县本地的各种美食店出售美味佳肴供您品尝。



走步获取健康购物券



申请期限：1月4日（周四）～2月16日（周五）

※ 1月1日开始即可网上申请

实施期限：4月1日（周日）～2019年1月31日（周四）

参加费：1000日元

最多可获得

1万日元

走步获取健康购物券？

使用总社市提供的计步器，或者智能手机应用软件测量步数。根据所走的步数积分，获得可在市内各商店等使用的商品券。

除了走步之外，还可以通过体检（健康检查）或参加讲座的方式获得积分。

积分

- 1积分=1日元
- 2019年2月，将邮寄100日元为单位的商品券。
- 商品券可在市内各参与活动的商店等使用（有效期限：自发行起1年）。

项目	内容	分数	上限分数
走步积分	走步	0.0025分/步	7650分
健康积分	体检	250分/次	1500分
	体重/体内脂肪测量	10分/月	100分
	体检就诊推荐	70分/次	350分
讲座积分	参加指定讲座等	50分/次	400分

使用工具（使用下述计步器或智能手机应用软件测量步数）

- 计步器（谷田制造装载 FeliCa 的活动量器）
将计步器放在市内的公共设施等或设置在便利店（罗森）中的设备上，即可传送数据，进行积分。
- 智能手机应用软件“health planet walk(健康行星走步)”
从 Google play 商店或 App 商店下载应用软件。步数将自动测量，只按一下按钮即可发送数据，进行积分。



参加申请

- 对象：在市内有居民票的20岁以上的人。在实施期间能够持续参加的人。需要出席3月下旬召开的说明会，届时支付1000日元参加费。具体将在3月上旬之前进行通知。
- 申请方法：如下所示。

★ 面交 / 邮寄

市政府健康医疗课、各公民馆及各办事处备有“参加申请表 兼 问卷”，填写后直接提交或使用专用回信信封邮寄。

★ 网上提交

访问市政府官方网站 (<http://www.city.soja.okayama.jp/>) 上显示的 URL，或扫描右示二维码进入专用网站。



问询：健康医疗课健康增进系 ☎ 0866-92-8259

肝炎病毒检查

肝脏有发炎症状时，称为“肝炎”。反复出现炎症会导致细胞持续损坏，使这一部分变硬，肝脏功能将逐渐恶化。

与健康时相比，肝脏功能即使退减 30%，也不会出现任何不适症状，因此肝脏被称为“沉默的脏器”。肝炎症状持续 6 个月的，称为“慢性肝炎”。症状长期延续将有可能病变为肝硬化或肝癌。

肝炎病毒有甲、乙、丙、丁、戊型。在日本乙型肝炎病毒感染人数约有 110~140 万人，丙型肝炎病毒感染人数约有 190~230 万人。其中慢性肝炎的比率，乙型约占 15~20%，丙型约占 70%。

肝炎因为感染时期不明确，且几乎没有自觉症状，因此很少有人能够在适当的时期接受治疗，

很多病毒感染者在不知不觉中肝炎就转成了肝硬化或肝癌。

慢性肝炎的原因有病毒感染、药物服用、酒精摄取及肥胖等，但是 90%都是由于肝炎病毒感染造成的。所以，您最好还是接受一次肝炎病毒检查。

丙型肝炎饮用新药证明有显著的效果。乙型肝炎是通过疫苗接种可以预防的疾病。0 岁幼儿定期实施疫苗接种。希望大家接受疫苗接种。

吉备医师会
三宅 周 医师

健康医疗课健康增进系
☎ 0866-92-8259



法律咨询

年金咨询

日期: 1月25日(周四) 9:30~12:30
地点: 综合福祉中心
内容: 提供有关国民年金及厚生年金给付方面的咨询服务。需预约, 预约期限截止1月24日(周三)。
问询: 人权城建课 人权启发系 ☎ 92-8253

免费的法律人权行政咨询

日期: 2月7日(周三) 13:30~16:30
地点: 总社市政府西厅舍 301 会议室
内容: 律师(自1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、行政咨询委员为您提供咨询服务。律师以外的咨询员无需预约, 当天前去会场即可。请注意, 15:30 之后停止受理。
申请问询: 人权城建课 人权启发系 ☎ 92-8253

免费巡回法律咨询

日期: 2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: 律师为您提供咨询服务。(自1月15日(周一)起受理预约。年度内仅可利用一次)。
申请问询: 人权城建课 人权启发系 ☎ 92-8253

猜谜抽奖

阅读本月的『広報そうじゃ(总社月报)』, 回答下述问题, 可有机会获得总社市推出热卖的“消防署咖喱及各小学校咖喱”。

问: 预定2月25日(周日)举办的总社吉备路马拉松, 担任宣传吉祥物的非常可爱的小狗叫“きびマラ犬〇〇”(请参照『広報そうじゃ(总社月报)』封面)。

【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“总社消防署咖喱1盒、总社小学校咖喱2盒, 总社红米粥1盒。”



【応募期限】 2018年1月31日(周三)

发送至: 総社市役所市政情報課
(总社市政府市政情报课)
〒719-1192 中央一丁目1番1号
电子邮箱: shisei@city.soja.okayama.jp

各种生活信息



招募市政府特聘职员

考试时间/地点: 1月21日(周日) 9:30 ~ 综合福祉中心

考试内容: 适应性测试, 作文, 面试

报名期限:

1月5日(周五) ~ 15日(周一)

聘用期限: 原则上一年(2018年4月~)

职业(人数)	报名资格	问询/申请
固定资产税业务(1)	有固定资产评价业务经验或建筑师资格。普通驾照等。	税务课 92-8236
办事处事务(1)	会操作办公软件(word, excel)	市民课客服系 92-8388
财产调查事务(1)	有税务方面的知识, 簿记测试3级。会操作办公软件。	健康医疗课 92-8257
自立支援推进员(1)	社会福祉士资格, 有福祉业务经验等	福祉课 92-8266
护理认定调查员(1)	有护理员、保健士、护士、药剂师、理疗师社会福祉士等资格, 有普通驾照及汽车等。会操作办公软件。	长寿介护课 92-8369
用地所有人调查事务(1)	有继承等相关的知识, 会操作办公软件。	土木课土木系 92-8291
一般事务(残疾人)(1)	有残疾人手册, 普通驾照。	庶务课 92-8353
信息教育指导(1)	有ICU相关操作经验, 了解中心服务器等基本操作。	
日语教育辅助员(1)	有葡萄牙语笔译及口译经验。	学校教育课 92-8358
学校图书馆管理员(1)	有图书馆管理员资格。	
青少年培育中心辅导员(1)	会操作办公软件(word, excel), 有普通驾照。	生涯学习课 92-8362
图书馆管理员(1)	有图书馆管理员资格。	市图书馆 93-4422
交流馆特聘员(1)	防火管理员甲种资格, 录取后1年内可取得此资格的人。	社会广域环境设施组合 92-8256

税金确定申报通知

自2月16日(周五)至3月15日(周四), 在仓敷永旺商场2楼设置申报会场, 受理所得税及复兴特别所得税的个人纳税申报。在此期间, 仓敷税务署仅受理申报表及电话咨询。

问询: 仓敷税务署 ☎ 086-422-1201

在市内会场的所得税申报咨询期限

申报会场有可能会出现人多混乱的情况, 因此为了缩短时间, 请事先统计好医疗费、收支明细表等。

日程	会场
2/15(周四)~2/16(周五)	昭和公民馆
2/19(周一)~2/23(周五)	西公民馆
2/26(周一)~3/15(周四)	阳光之路吉备路

总社市内的申报日程及所需材料等, 有关税收申报的详细内容将在2月份的总社月刊中进行介绍。

※ 所有日程均不包括周六、周日

问询: 税务课市民税系 ☎ 0866-92-8234

消费生活要点指南

◆ 算卦网站变成约会网站?

在手机的算命网站上注册了生年月日、姓名、手机号码等后, 却自动转成了约会网站。在好奇心驱使下点了进去, 后来想要退会时却传来了“为了防止个人信息的流失, 需要删除数据。你需要汇入10万日元”这样的电子邮件。我真的需要支付这笔款吗?

◆ 不要轻易联系网站公司!

通过算命网站或游戏网站诱导对方进入约会网站, 从而要求支付注册费等情况很多。即使显示出“已注册”, 合同也未必成立, 有时会出现确认画面, 因此不要轻易联系网站公司。即使对方再三要求支付款项, 也不要轻易付款。

- ★ 不要轻易连接约会网站
- ★ 不要轻易联系网站公司
- ★ 对没有印象的付款请求, 可置之不理

咨询: 市消费生活中心 ☎ 0866-92-8527



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
1月 5日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
1月 10日(周三)	渡边医院	真壁	92-7222
1月 12日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
1月 15日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
1月 17日(周三)	角田医院	中央三丁目	93-1288
1月 19日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
1月 22日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
1月 24日(周三)	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房)	站前二丁目	92-3661
1月 26日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
1月 29日(周一)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房)	真壁	95-2860
1月 31日(周三)	泉诊所 (あんず药房)	小寺	94-5050
2月 2日(周五)	长野病院	总社二丁目	92-2361
不间周几均可对应(仅限内科)	诊疗ドクター(医师)杉生	门田 (须事先联系)	92-5771

内科・外科 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	
1月 1日(节日)	みやした(宮下)内科医院 (サカエ药房) 真壁 95-2860	高杉こども(儿童)诊所 井手 94-8839
1月 2日(周二)	こうら(小浦)整形外科 中央六丁目 90-2020	角田医院 中央三丁目 93-1288
1月 3日(周三)	パーク(公园)综合诊所 (トキワ药房) 站前二丁目 92-3661	药师寺医院 (マスクット药房) 中央一丁目 93-6555
1月 7日(周日)	くにとみ(国富)诊所 门田 92-0255	昭和医院 美袋 99-2762
1月 8日(节日)	さかえ(荣)外科内科诊所 真壁 93-8800	岡ハート(爱心)诊所 冈谷 93-3033
1月 14日(周日)	诊疗ドクター(医师)杉生 门田 92-5771	やまて(山手)诊所 (おかやま药房) 冈谷 92-9200
1月 21日(周日)	やまもと(山本)医院 (みわ药房) 三轮 93-7773	谷口妇女诊所 真壁 94-3300
1月 28日(周日)	长野病院 总社二丁目 92-2361	清音诊所 清音三因 94-4111
2月 4日(周日)	渡边医院 真壁 92-7222	原田整形外科 (すみれ药房) 井手 94-8881

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

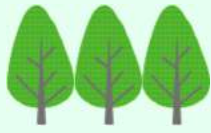
小儿急救医疗电话询问 # 8000
 周一至周五 下午 7 点至第二天早晨 8 点
 其他日期 下午 6 点至第二天早晨 8 点

牙科 9:00~12:00			
月 日(星期)	医疗机构名	地址	电话号码
1月 7日(周日)	高木齿科医院	真壁	93-6710
1月 14日(周日)	服部齿科诊所	井手	90-0801
1月 21日(周日)	田边齿科医院	中央二丁目	93-6481
1月 28日(周日)	清水齿科医院	中央一丁目	92-1077
2月 4日(周日)	迎齿科/小儿齿科	井手	31-8500

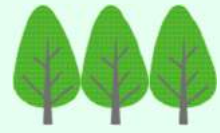
呼叫 吉备医师会 0866-93-5976
 救护车 119
 消防/救护咨询 0866-93-1119
 值班医【语音指南】0866-92-1998
 值班医有时会临时变更，请通过语音指南确认



- ◆ 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。
- ◆ 您也可利用总社市外的急救医院，利用时请事先联系。



1 月份的 活 动



日期 / 时间	活动内容	地 点
	秋葉山で初日の出を見よう(登秋叶山看日出)	
1月1日(周日) 5:30~	<p>观看日出活动。对前来参加的人员免费提供年糕和热饮。</p> <p>详细请问询：総社青年会議所(总社青年会议所) ☎0866-92-1126</p>	秋葉山の山頂 (秋叶山山顶)
	総社市成人記念式(总社市成人纪念典礼)	
1月7日(周日) 10:00~12:00	<p>今年约有 760 名新成人参加总社市举办的成人纪念典礼。在总社市居住年满 20 周岁的外国朋友也将会穿上和服，参加成人纪念典礼。</p> <p>详细请问询：生涯学習課社会教育係 (生涯学习课社会教育系) ☎ 0866-92-8276</p>	市民会館 (市民会馆)
	学校給食を知っ展 9 (学校伙食展 9)	
1月19日(周五) 10:00~17:00	<p>截至 20 日(周六)下午 4 点为止，向您介绍学校伙食的烹调过程及烹调法。举办钓鱼游戏、夹豆游戏等。自 19 日中午起对先到的 100 人免费提供“炒饭”。</p> <p>详细请咨询：総社東学校給食共同調理場 (总社东学校伙食共同调理场) ☎ 0866-92-2616</p>	天満屋ハッピータウンライブ総社店 (天满屋 Happy Town Live 总社店)
	法律ミニ講座(法律小讲座)	
1月25日(周四) 14:00~15:30	<p>由总社市权利拥护中心“支援”的小田弘昭律师，以“坟墓相关法律问题~有关坟墓的纠纷~”为主题进行讲演。</p> <p>详细请问询：市権利擁護センター“しえん” (市权利拥护中心“支援”) ☎ 0866-92-8374</p>	総合福祉センター (综合福祉中心)
	神が辻日曜ふれあい市 (神之街周日交流市场)	
1月28日(周日) 7:00~9:00	<p>有约 15 家店铺销售年货、花草、农产品、鱼贝类、加工食品等。本月免费提供年糕小豆羹。</p> <p>详细请问询：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) ☎ 0866-92-8242</p>	市役所駐車場 (市役所停车场)