

ちゅうごくご
中文 中国語

伊勢崎市

外国人

生活指南

いせさきし
がいこくじん
せいかつガイドブック

れいわ ねん がつ かいてい
令和7年4月 改訂

いせさきし
伊勢崎市

目 录

咨询	咨询服务	3p
	群马外国人综合咨询 “一站式” 中心	3p
	群马外国人综合咨询 “一站式” 中心 Facebook (脸谱网)	5p
申报	归化、国籍取得	5p
	申报 / 住民票	7p
	个人编号卡 / 印鉴登记	9p
	税款	11p
健康・福利	国民健康保险	15p
	福祉医疗费	17p
	后期老年人医疗制度	17p
	护理保险	19p
	残疾人福利	21p
	国民养老金	21p
	健康养生	25p
育儿・教育	儿童福利	31p
	托儿所 / 幼儿园	33p
	小学校、中学校	35p
生活	町内会 (街道居民会) 和区长	37p
	大的声音	37p
	垃圾的扔出方法	39p
	交通规则	41p
	关于宠物狗	43p
	互联网上的生活信息	45p
	市营住宅	47p
	上下水道使用	49p
防灾・犯罪预防	防灾	53p
	对警察	57p
	急救、消防的通报	57p

前 言

该手册是为了住在伊势崎市的、或即将迁入伊势崎市的外国人士，归纳于生活上所需要的市役所服务的指南书。市役所除了一部分服务以外，基本上在周一至周五 8:30 至 17:15 进行服务。

もくじ

相談	相談窓口(そうだんまどぐち)	3p
	ぐんま外国人総合相談ワンストップセンター	3p
	ぐんま外国人総合相談ワンストップセンターFacebook	5p
必要な手続き	帰化(きか)・国籍取得(こくせきしゅとく)	5p
	届出(とどけで) / 住民票(じゅうみんひょう)	7p
	マイナンバー / 印鑑登録(いんかんとうろく)	9p
	税金(ぜいきん)	11p
健康と福祉	国民健康保険(こくみんけんこうほけん)	15p
	福祉医療費(ふくしいりょうひ)	17p
	後期高齢者医療制度(こうきこうれいしゃいりょうせいど)	17p
	介護保険(かいごほけん)	19p
	障害者福祉(しょうがいしゃふくし)	21p
	国民年金(こくみんねんきん)	21p
	健康(けんこう)づくり	25p
育児と教育	児童福祉(じどうふくし)	31p
	保育所(ほいくしょ) / 幼稚園(ようちえん)	33p
	小学校・中学校(しょうがっこう・ちゅうがっこう)	35p
くらし	町内会(ちょうないかい)と区長(くちょう)さん	37p
	大(おお)きな音(おと)や声(こえ)	37p
	ごみの出し方(だしかた)	39p
	交通(こうつう)ルール	41p
	飼い犬(かいいぬ)について	43p
	インターネットの生活情報(せいかつじょうほう)	45p
	市営住宅(しえいじゅうたく)	47p
	上下水道(じょうげすいどう)の使用(しょう)	49p
防災と防犯	防災(ぼうさい)	53p
	警察(けいさつ)	57p
	救急・消防(きゅうきゅう・しょうぼう)への通報(つうほう)	57p

あいさつ

この本は、伊勢崎市に住んでいる、またはこれから住もうとしている外国人の方のために、生活に必要な市役所のサービスなどをまとめたものです。市役所は一部を除き、月曜日から金曜日までの8：30から17：15まで開いています。

询服务

市役所进行各种咨询服务。您如有什么困难，请利用如下服务。

●外国人综合咨询窗口

有能说葡萄牙语、西班牙语、塔加洛语、英语、越南语、日语的咨询员。对于其他语言，使用语音翻译器。

[会场] 市役所本馆 1 楼 2 号窗口

[时间] 8:30 ~ 17:00

[联系号码] 0270-24-5111



●人权/法律/行政咨询

对于结婚/离婚/贷款和借款/交通事故/劳动问题等担忧的事项，由律师、人权维护委员、行政咨询委员来进行咨询。

- 电话预约制：申请在咨询日的 7 天前起接受

- 在申请时，通知当天的咨询时间。

- 14:00 ~ 16:00 (1 人时间为 20 分钟)

- 人权课 TEL 0270-27-2730

· 会场和日程	： 人权课	每月 第 1、3 个周五
	： 赤堀支所庶务课	每月 第 4 个周二
	： 东支所庶务课	每月 第 2 个周二
	： 境支所庶务课	每月 第 3 个周二

※因节日等的情况，有时变更日程。

※支所仅进行法律咨询（日语）。

※您在咨询时需要翻译的话，必须和多文化共生课进行调整。

●DV 咨询（家庭暴力咨询）

进行 DV 相关的咨询和介绍各种咨询机构等支援。

[联系号码] 0270-27-5811

[周·时间] 周一至周五（周一至周五）9:00 ~ 16:00

※若您需要翻译时，必须和多文化共生课进行调整。

群马外国人综合咨询“一站式”中心

能够用各种语言咨询生活上或工作上的烦恼。从接受外国人的经营者等的咨询也接受。

（根据星期几，应对语言不同）

[会场] 〒371-0026 前桥市大手町 1-1-1 群马县政府昭和厅舍 1 楼

[联系号码] 027-289-8275

[周·时间] 周一至周五（周一至周五）9:00 ~ 17:00

相談窓口(そうだんまどぐち)

市役所では、さまざまな相談窓口を開いています。お困りごとがあれば、以下の窓口を利用してください。

●外国人総合相談窓口

ポルトガル語、スペイン語、カンダラ語、英語、ベトナム語、日本語を話せる相談員がいます。
その他の言語は音声翻訳機を使用します。

[場 所] 市役所本館 1 階 2 番窓口

[時 間] 8:30~17:00

[電話番号] 0270-24-5111

●人権・法律・行政相談

結婚・離婚・金の貸し借り・交通事故・労働問題などの心配ごとについて、
弁護士、人権擁護委員、行政相談委員が相談にあたります。

- ・電話予約制：申込は相談日の 7 日前から受付
- ・申込のときに、当日の相談時間をお話しします。
- ・14:00~16:00(1 人 20 分間)
- ・人権課 TEL 0270-27-2730
- ・会場と日程：人権課 毎月 第 1・3 金曜日
赤堀支所庶務課 毎月 第 4 火曜日
あずま支所庶務課 毎月 第 2 火曜日
境支所庶務課 毎月 第 3 火曜日

※祝日などの都合により日程が変更となる場合があります。

※支所は法律相談(日本語)のみです。

※相談の際に通訳が必要な場合は、多文化共生課と調整が必要です。

●DV 相談

DV に関する相談や各種相談機関の紹介などの支援を行います。

[電話番号] 0270-27-5811

[曜日と時間] 月~金(平日のみ) 9:00~16:00

※通訳が必要な場合には、多文化共生課と調整が必要です。

ぐんま外国人総合相談ワンストップセンター

生活や仕事の悩みごとを色々な言葉で相談が出来ます。外国人を受け入れている
事業者等からの相談も受け付けています。(曜日により対応言語が異なります)

[場 所] 〒371-0026 前橋市大手町 1-1-1 昭和庁舎 1 階

[電 話 番 号] 027-289-8275

[曜日と時間] 月~金(平日のみ) 9:00~17:00

群马外国人综合咨询“一站式”中心 Facebook（脸谱网）

简单的日语	英语	葡萄牙语	西班牙语
			
越南语	中文（简体字）	中文（繁体字）	尼泊尔语
			

[通过 Facebook Messenger（移动即时通）的在线咨询方法]

1. 在 Facebook 搜索 “Gtia Gunma”。
2. 对 “Gtia Gunma” 发送好友请求。
3. 使用 Messenger（即时通）发送 “在线咨询要求”。
4. 在 Messenger（即时通）上等待联系。

●免费法律咨询

对于生活全面的问题，能够向律师免费咨询。

※可翻译的职员坐在一起（英语、西班牙语、越南语、中文、西班牙语、尼泊尔语）

※因为事前需要预约，用电话等咨询详细内容。

归化、国籍取得

关于归化申请/国籍取得，请您不是与市役所咨询，而是与**前桥地方法务局**咨询。

〔前桥地方法务局〕

〔会 场〕 〒371-8535 前桥市大手町二丁目 3-1 前桥地方合同厅舍 4 楼

〔联系号码〕 027-221-4466

ぐんま外国人総合相談ワンストップセンターFacebook

やさしい日本語	英語	ポルトガル語	スペイン語
			
ベトナム語	中国語（簡体字）	中国語（繁体字）	ネパール語
			

[Facebook の Messenger を使ったオンライン相談のやり方]

1. Facebook で「Gtia Gunma」を検索する
2. 「Gtia Gunma」に友達のリクエスト申請をする
3. Messenger で「オンライン相談希望」と送る
4. Messenger で連絡が来るのを待つ

●無料法律相談

生活全般のトラブルについて、弁護士に無料で相談ができます。

※通訳がいます。(英語 ポルトガル語 ベトナム語 中国語 スペイン語 ネパール語)

※予約が必要です。詳しくはお問い合わせください。

帰化(きか)・国籍取得(こくせきしゅとく)

帰化申請・国籍取得については、市役所ではなく前橋地方法務局にお問い合わせください。

[場 所] 〒371-8535 前橋市大手町二丁目 3-1 前橋地方合同庁舎 4 階

[電話番号] 027-221-4466

申报

担当窗口：市民课 TEL 0270-27-2729，各支所市民服务课

●住址有变更时...请在 14 天以内申报。

必要资料...在留卡或特别永住者证明书等本人确认资料

转出证明书（迁到伊势崎市时）

护照（从海外迁入时）

开始住在伊势崎市	请携带当前住居的政府所发行的“转出证明书”，在伊势崎市政府办理迁入手续。
迁出伊势崎市且迁到别的市町村	请携带伊势崎市所发行的“转出证明书”，在别的市町村政府办理迁入手续。
在伊势崎市内变更住址时	请办理转居手续。



●在日本产生孩子时...

在 14 天以内[包括产生孩子的当天]，请携带出生证明书与母子健康手册办理出生手续。

●在日本家人去世时...

在 7 天以内[包括知道家人去世的当天]，请携带死亡诊断书办理死亡手续。

●结婚和离婚的申报

根据您和爱人的国籍，所需要的资料和生效要件不同。此外，也有无法接受的情况。请提前与窗口咨询。

住民票

担当窗口：市民课 TEL 0270-27-2727、各支所市民服务课、
伊势崎 Gardens 行政中心 / SMARK 伊势崎行政中心

将住址登记于伊势崎市的人在住民票上记载。

住民票在各种手续上使用。

●必要资料...需要在留卡或特别永住者证明书等本人确认资料

外国人士也记载于住民基本台账中。

在平成 24 年 7 月 9 日改正了法律，持有超过 3 个月的在留资格的人在与日本人同一的住民基本台账中记载。

申请姓名或住址的证明书时，请使用住民票。

届出(とどけで)

担当窓口：市民課（TEL 0270-27-2729）、各支所市民サービス課

- 住所が変わったら…14 日以内に届出をしてください。
必要書類…在留カードや特別永住者証明書などの本人確認書類
転出証明書(転入の場合)
パスポート(国外転入の場合)

伊勢崎市に住みはじめる	前に住んでいた町で発行された「転出証明書」を持って転入届をしてください。
伊勢崎市から出てほかの町に住む	伊勢崎市で発行する「転出証明書」を持って、引っ越した先の町で転入届をしてください。
伊勢崎市内で住所が変わった	転居届をしてください。

- 日本で子どもが生まれたら…
14 日以内〔出生した日を含む〕に、出生証明書と母子健康手帳を持って出生届をしてください。
- 日本でご家族が亡くなったら…
7 日以内〔死亡を知った日を含む〕に、死亡診断書を持って、死亡届をしてください。
- 結婚と離婚の届出
あなたと相手の出身国によって、必要な書類や成立要件などが異なります。
また、受理することができない場合があります。窓口にご相談してください。

住民票(じゅうみんひょう)

担当窓口：市民課（TEL 0270-27-2727）、各支所市民サービス課、
いせさきガーデンズ行政センター／スマーク伊勢崎行政センター

伊勢崎市に住所を登録した人は、住民票に記載されます。
住民票は、いろいろな手続きに利用されます。

- 必要書類…在留カードや特別永住者証明書などの本人確認書類が必要です。
外国人の方も住民基本台帳に記載されます。
平成 24 年 7 月 9 日に法律が変わり、3 カ月を越える在留資格を持つ人は、日本人と同じ住民基本台帳に記載されます。
名前や住所の証明書は**住民票**をご利用ください。



个人编号卡

担当窗口：市民课 TEL 0270-27-6276，各支所市民服务课

- 个人编号卡（个人编号）是运用于日本国内的社会保障、税、灾害对策的3个领域里。在平成27年（2015年）10月5日以后，从国外入住或出生等理由第一次制订住民票时，被分配12位的个人编号并办理住民登记的市町村发送个人编号卡的通知。请妥善保管。

- 个人编号卡的通知以邮寄（简易挂号）发送到您的地址。

此外，收到该通知需要几个星期。

- 请无缘无故地告诉别人自己的个人编号。

●个人编号卡

个人编号卡是记载有个人编号的附脸部照片的一张卡。

除了能够作为本人确认资料以及证明个人编号的资料来利用以外，还能在便利店发行住民票等各种证明书。

个人编号卡有期限。期限是未满18岁的人为到第5次生日为止，18岁以上的人为到第10次生日为止，在留资格上有规定的人为到在留期限为止。

印鉴登记



担当窗口：市民课 TEL 0270-27-2727、各支所市民服务课、
伊势崎 Gardens 行政中心 / SMARK 伊势崎行政中心

在购买汽车、或租房时，有时需要印鉴登记证明书。需要在自己住居的市政府登记印鉴。

- 手续办法...期望印鉴登记的本人携带所要登记的印鉴和在留卡等本人确认资料，
在窗口直接申请。

※如下印鉴不能登记：没有外框的印鉴、破损的印鉴、橡皮制印鉴、表示姓名及通称名以外的事项的印鉴。

■各种证明

证明书类别	手续费
户籍全部事项证明书（影印本）	1件 450 日元
户籍个人事项证明书（抄本）	1件 450 日元
住民票副本	1件 300 日元
住民票记载事项证明书	1件 300 日元
印鉴登记证明书	1件 300 日元
印鉴登记	1件 200 日元

マイナンバー

担当窓口：市民課（TEL 0270-27-6276）、各支所市民サービス課

- マイナンバー（個人番号）は、日本国内での社会保障や税、災害対策の3分野で利用されるものです。平成27年10月5日以降、国外からの転入や出生などで初めて住民票が作成される際に12桁のマイナンバーが付番され、住民登録した市町村からマイナンバーのお知らせが届きます。大切に保管してください。

- ・マイナンバーの通知は、郵便（簡易書留）であなたの住所に届きます。

また、届くまでに数週間かかります。

- ・みだりにマイナンバーを他人に教えないでください。

- マイナンバーカード

マイナンバーカードは、マイナンバー（個人番号）が記載された顔写真付きのカードです。本人確認書類やマイナンバーを証明する書類として利用できるほか、コンビニエンスストアで住民票などの各種証明書を取得できます。

マイナンバーカードには有効期限があります。18歳未満の方は5回目の誕生日まで、18歳以上の方は10回目の誕生日まで、在留期間に定めのある方は在留期限まで。

印鑑登録(いんかんとうろく)

担当窓口：市民課（TEL 0270-27-2727）、各支所市民サービス課、いせさきガーデンズ行政センター／スマーク伊勢崎行政センター

車を買う時、アパートを借りる時に、印鑑登録証明書が必要な場合があります。自分の住む市で印鑑を登録する必要があります。

- 手続方法…印鑑登録を希望する本人が、登録する印鑑と在留カードなどの本人確認書類を持参し、直接窓口で申請してください。

※縁のない印鑑、破損している印鑑、ゴム印、氏名及び通称名以外の事項をあらわす印鑑などは登録できません。

■各種証明

証明書の種類	手数料
戸籍全部事項証明書（謄本）	1 通 450 円
戸籍個人事項証明書（抄本）	
住民票の写し	1 通 300 円
住民票記載事項証明書	
印鑑登録証明書	1 枚 300 円
印鑑登録	1 件 200 円

税款

为了大家的生活或城市建设，如福祉、教育、土木工程等，请在规定日期之前缴付税金。

■主要担当课

课名	电话号码	担当业务
市民税课	0270-27-2715 0270-27-2716 0270-27-2717	轻型汽车税[类别优惠]/市民税/县民税
资产税课	0270-27-2719	固定资产税
收纳课	0270-27-2722 0270-27-2723	收纳税款等、账户转账
国民健康保险课	0270-27-2736	国民健康保险税

关于市税款

●市民税/县民税

对于1月1日时间点在市内有住址的人，根据前一年的1月1日起12月31日为止的1年所得进行课税。

为了计算税款，需要提交“市民税/县民税申告书”。但是，对于已进行所得税的确定申告或只有工资收入并且从工作单位向市役所已提交“给与支払报告书（工资支付报告）”的人，原则上不需要提交“市民税/县民税申告书”。

●固定资产税

对于1月1日时间点在市内有土地/房子等的人进行课税。

●轻型汽车税[类别优惠]

对于4月1日时间点具有摩托车或轻型汽车等的人进行课税。

●国民健康保险税

若在家庭内（家人中）有加入国民健康保险的人，户主要缴纳国民健康保险税。

（即使有户主加入公司的健康保险的情况，也要由户主缴纳。）

国民健康保险税的金额是根据加入国民健康保险的人的前1年的所得、加入国民健康保险的人数以及加入期间等来计算。



税金(ぜいきん)

福祉、教育、土木事業など、みなさんの生活やまちづくりのために、決められた日までに税金を納めてください。

■主な担当課

課名	電話番号	取扱業務
市民税課	0270-27-2715・27-2716・27-2717	軽自動車税[種別割]、市民税・県民税
資産税課	0270-27-2719	固定資産税
収納課	0270-27-2722・2723	税などの収納、口座振替
国民健康保険課	0270-27-2736	国民健康保険税

市の税金について

●市民税・県民税

1月1日の時点で市内に住所がある人に、前年の1月1日から12月31日までの1年間の所得に応じて課税されます。

税額を計算するため、「市民税・県民税申告書」の提出が必要です。

ただし、所得税の確定申告をした人や給与所得のみの人で、勤務先から市役所に、「給与支払報告書」が提出されている人は、原則として必要ありません。

●固定資産税

1月1日の時点で、市内に土地・家屋などを所有している人に課税されます。

●軽自動車税[種別割]

4月1日の時点でバイクや軽自動車などを所有している人に課税されます。

●国民健康保険税

世帯（家族）に国民健康保険に入っている人がいるときは、世帯主が国民健康保険税を支払います。

（世帯主が会社の健康保険に入っている場合でも、世帯主が支払います。）

国民健康保険税の金額は、国民健康保険に入っている人の、前の年の1年間の所得と、国民健康保険に入っている家族の人数や、入っている期間などで計算します。

■关于市税等的主要证明

证明类别	主要使用目的	内容	手续费
所得证明	抚养认定、养老金申请	前 1 年的所得额	300 日元
课税证明	儿童补贴申请、儿童抚养津贴申请、住宅给付金申请、签证手续、保育园等的入园手续、公营住宅申请	前 1 年的所得额与适用年度的市县民税额	
非课税证明	抚养认定	适用年度的市县民税为非课税的证明	
缴税证明	签证、金融相关的申请	适用年度及税项的缴税额	
土地/房子等的证明	房地产登记、金融相关的申请等	固定资产等的证明	(注)

(注) 手续费根据证明事项不同。

关于缴税

●缴款地点

银行等金融机构、便利店、市役所、各支所、行政中心

※可利用 Pay-easy、信用卡、智能手机的软件缴付。

●在缴纳期限为止未缴付时，通过文件/电话/家庭访问等被要求早期缴纳。

此外，过了缴纳期限，有时再追加欠款。

在将超过缴纳期限的税款无法一次付清的情况，可在市役所接受缴税咨询。

●通过电话的缴税咨询

与来市役所窗口同样，可通过电话咨询。给收纳课打电话，告诉“我要对税款咨询”。

●休日缴税咨询

可进行税款的缴付和缴税咨询。

· 每月第 1、4 个周日 / 9:00 ~ 17:00

· 市役所本馆 1 楼 6 号窗口

· 每月第 4 个周日(9:00 ~ 15:00) 有葡萄牙语、西班牙语的翻译。

TOPICS 推荐利用银行转账。

可从指定金融机构的自己账户自动地直接转账的方法来缴付。利用银行转账，不需要去指定金融机构且可防止忘记缴付。

对于详细情况，请咨询收纳课。

■市税などに関する主な証明

証明の種類	主な使用目的	内容	手数料
所得証明	扶養認定、年金申請	前年 1 年間の所得額	300 円
課税証明	児童手当申請、児童扶養手当申請、 ビザ、保育園など入園手続き、公営住宅申込	前年 1 年間の所得額と 該当年度の市県民税額	
非課税証明	扶養認定	該当年度の市県民税が非課税である証明	
納税証明	ビザ、金融関係申請	該当する年度及び税目の納税額	
土地・家屋などの証明	登記、金融関係申請など	固定資産などの証明	(注 1)

(注 1) 手数料は証明事項により異なります。

納税について

●納付場所

銀行などの取扱金融機関、コンビニエンスストア、市役所、各支所市民サービス課、行政センター
※ペイジーやクレジットカード、スマートフォンアプリ決済でも納付できます。

●納期限までに納めない場合、文書・電話・自宅訪問などにて早期納付のお願いをしています。また、納期限を過ぎると延滞金が増加される場合があります。

納期限を過ぎた税金を一括で納められない場合は、市役所で納税相談を受けることができます。

●電話での納税相談

電話でも市役所の窓口と同じように相談することができます。

収納課に電話して「税金の相談がしたい」と伝えてください。

●休日納税相談

税の納付や納税相談ができます。

・毎月第 1・4 日曜日 9:00～17:00

・市役所本館 1 階 6 番窓口

・毎月第 4 日曜日(9:00～15:00)はポルトガル語、スペイン語の通訳がいます。

トピック □座振替が便利です。

市税、国民健康保険税などは、取扱金融機関にある口座から自動振替の方法で納めることができます。口座振替を利用すると、取扱金融機関などに出掛ける必要もなく、納め忘れも防ぐことができます。

詳しくは、収納課にお問い合わせください。

国民健康保险

担当窗口：国民健康保险课 TEL 0270-27-2735・27-2736・27-2737、
各支所市民服务课

已加入国民健康保险并使用个人编号卡作为保险证的人将收到其资格信息的通知，除此之外的人将收到资格确认书。因疾病或受伤就医时，请携带个人编号保险证或资格证明书。此时，本人以外的个人编号保险证或资格证明书不能使用。

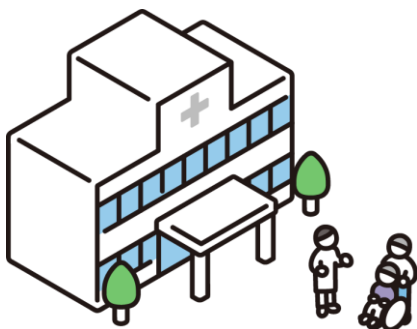
※如果已登记的个人编号保险证在医院或药房无法读取的情况下，可以通过出示资格信息的通知来接受医疗。

■主要申报 ※请在 14 天以内申请。

加入国民健康保险时	迁入伊势崎市或入境时
	停止工作单位的健康保险的时候，或不是扶养家属了的时候
	出生孩子时
	当不再接受生活保护时
	外国住民制订住民票时（在留期间超过 3 个月等）
退出国民健康保险时	从伊势崎市迁出或出国时
	加入工作单位的健康保险时，或成为抚养家属的时候
	死亡时
	接受生活保护时
其他	变更户主、住址、姓名时
	资格确认书丢失、损坏时

※申请时需要带脸部相片的本人确认资料（个人编号卡，在留卡，驾驶执照等）和能够知道个人编号的资料。

在留资格为“特别活动”的人要加入国民健康保险时，请携带护照上贴着的指定书。



国民健康保険(こくみんけんこうほけん)

担当窓口：国民健康保険課（TEL 0270-27-2735・27-2736・27-2737）、各支所市民サービス課

国民健康保険に加入している人で、マイナンバーカードを保険証として利用している人には、資格情報のお知らせを、それ以外の人には資格確認書を交付します。病気やけがで医者にかかるときは、マイナ保険証または資格確認書を持って行ってください。その際は、本人以外のものは使えません。

※登録したマイナ保険証が病院や薬局で読み込めなかった場合は、資格情報のお知らせを提示することで医療を受けられます。

■主な届出 ※14日以内に届出をしてください。

国民健康保険に加入するとき	伊勢崎市に転入（入国）したとき
	勤務先の健康保険をやめたとき、または扶養家族でなくなったとき
	子どもが生まれたとき
	生活保護を受けなくなったとき
	外国人住民で住民票が作成されたとき(在留期間が3カ月を超えるなど)
国民健康保険をやめるとき	伊勢崎市から転出（出国）するとき
	勤務先の健康保険に加入したとき、または扶養家族になったとき
	死亡したとき
	生活保護を受けるとき
その他	世帯主、住所、氏名などを変更したとき
	資格確認書を紛失、破損したとき

※届出には、顔写真付きの本人確認書類（マイナンバーカード、在留カード、運転免許証等）とマイナンバーが分かる書類が必要です。

在留資格が「特別活動」の人が加入するときは、パスポートに貼ってある指定書もお持ちください。

福祉医疗费

担当窗口：年金医疗课 TEL 0270-27-2740、各支所市民服务课
将在医疗机构等接受诊察时的自己负担的医疗费，由市作为福祉医疗费负担。

《儿童医疗费补助》18 岁为止

《严重运动和智力残疾者的补助》身体障害者手册 1 级或 2 级的人、疗育手册 A 判定的人、B1 判定的人、B2 判定且未满 18 岁的孩子、特别儿童抚养津贴 1 级或 2 级的人、残废抚恤金（障害年金）1 级的人、有残废抚恤金 1 级水平的残疾却不能收到残废抚恤金的人

《单亲家庭等医疗费补助》抚养未满 18 岁孩子的母子家庭和父子家庭、没有父母的未满 18 岁儿童

《其他医疗费补助》精神疾病的受诊者

为了利用福利医疗制度，需要自立支援医疗领取者证（绿色），请您向担当窗口咨询所需文件后，办理交付申请手续。

后期老年人医疗制度

担当窗口：年金医疗课 TEL 0270-27-2739、各支所市民服务课
这是以 75 岁以上（有一定的残疾的人为 65 岁以上）的人为对象的制度。
对新加入后期老年人医疗制度的人，发给资格确认书。因生病或受伤去医院就诊时，请携带个人编号保险证（※1）或资格确认书。

※1 个人编号保险证是指预先登记的、可作为健康保险证使用的个人编号卡。

对象的人	成为对象的日期
75 岁以上的人	从 75 岁生日当天起 ※不需要办理加入手续
65 岁到 74 岁的有一定残疾（※2），并被广域联合认定的人	在窗口申请后，被广域联合认定的日期起

※2 有一定的残疾是指

- 残疾人手册（身体障害者手帳） 1～3 级及 4 级的一部分
- 精神障碍者健康福利手册（精神障害者保健福祉手帳） 1～2 级
- 康复手册（療育手帳） A1～A2
- 伤残基础养老金（障害基礎年金） 1～2 级 等

●后期老年人医疗保险费

为了用来支付被保险人生病或受伤时的医疗费等，每个人都必须缴纳保险费。保险费率（人均金额和所得比例）每隔 2 年重新评估一次，并在群馬县内统一。

福祉医療費(ふくしいりょうひ)

担当窓口：年金医療課（TEL 0270-27-2740）、各支所市民サービス課

医療機関等を受診したときの医療費の自己負担分を市が福祉医療費として負担します。

《子ども医療費の助成》 18歳まで

《重度心身障害者医療費の助成》

身体障害者手帳1級または2級の人、療育手帳A判定の人、B1判定の人、B2判定で18歳未満の子ども、特別児童扶養手当1級または2級の人、障害年金1級の人、障害年金1級程度の障害で障害年金を受給できない人

《ひとり親等医療費の助成》

18歳未満の子どもを扶養している母子家庭・父子家庭、18歳未満の父母のない児童

《その他医療費の助成》精神疾患での受診者

福祉医療制度の利用には、自立支援医療受給者証（みどり色）が必要となりますので、担当窓口まで必要書類をお問い合わせの上、交付申請の手続きをしてください。

後期高齢者医療制度(こうきこうれいしゃいりょうせいど)

担当窓口：年金医療課（TEL 0270-27-2739）、各支所市民サービス課

75歳以上(一定の障がいがある人は65歳以上)の人を対象とする制度です。

新たに後期高齢者医療制度に加入した人には、資格確認書を交付します。病気やけがで病院にかかるときは、マイナ保険証(※1)もしくは資格確認書を持って行ってください。

※1 マイナ保険証とは、事前に健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカードのことです。

対象となる人	対象となる日
75歳以上の人	75歳の誕生日当日から ※加入手続きは不要です
65歳から74歳までの一定の障がい(※2)がある人で、広域連合の認定を受けた人	窓口で申請し、広域連合の認定を受けた日から

※2 一定の障がいとは

- ・身体障害者手帳 1～3級と4級の一部
- ・精神障害者保健福祉手帳 1～2級
- ・療育手帳 A1～A2
- ・障害基礎年金 1～2級 など

●後期高齢者医療保険料

被保険者のみなさまが病気やケガをした時の医療費などの支払いに充てるため、一人ひとりが保険料を納めなければいけません。保険料率(均等割額と所得割率)は、2年ごとに見直され、群馬県内で均一となります。

护理保险

担当窗口：介护保险课 TEL 0270-27-2742・27-2743・27-2744，各支所市民服务课
通过 40 岁以上的全国民负担保险费，而以社会全体支承需要护理的人和其家人。

■护理保险的被保险者

项目	第 1 号被保险者	第 2 号被保险者
年龄区分	65 岁以上的人	40 岁以上 65 岁未满，并且加入医疗保险的人
可利用护理保险的人	被认定为在日常生活上需要护理或支援的状态的人	由于患增加年龄为原因的 16 种疾病，被认定为需要护理或支援的状态的人
发布被保险者证	在属于 65 岁生日的前一天的月份寄送。	对于被认定为需要护理的人邮寄。
保险费	根据本人及家人的所得情况类别为每阶段。由于被寄送付款单，收到后在金融机构、便利店、市役所等支付。对于在一年接受 18 万日元以上的养老金的人，从养老金中扣除。	各医疗保险者个别确定。保险费包括在医疗保险的金额中。
迁出/迁入	对于迁入伊势崎市的人发行被保险者证。请从伊势崎市迁出的人归还被保险证。 ※被认定为需护理的人携带旧住址的政府发行的证明的话，可移交护理度。	被认定为需护理的人携带旧住址的政府发行的证明书的话，可移交护理度。

●护理保险费

・65 岁以上的人的保险费

保险费根据每所得阶段区别，按照基准日(4 月 1 日或资格取得日)时的本人与家庭的课税情况和所得，确定当人的阶段。

・40 岁～64 岁的人的保险费

基于每加入的医疗保险的计算方法确定保险费，与医疗费一起支付。对于详细内容，请向各医疗保险者询问。



●可利用的护理服务

有居家服务(访问护理、福利设施内康复训练)、设施服务(特别护理老人院)、地域密切型服务等。对于详细内容，请向介护保险课询问。

介護保険(かいごほけん)

担当窓口：介護保険課（TEL 0270-27-2742・27-2743・27-2744）、各支所市民サービス課

40 歳以上の人全員で保険料を負担することで、介護が必要な人やその家族を社会全体で支え合います。

■介護保険の被保険者

項目	第 1 号被保険者	第 2 号被保険者
年齢区分	65 歳以上の人	40 歳以上 65 歳未満で医療保険に加入している人
介護保険のサービスを利用できる人	日常生活に介護や支援が必要な状態と認められた人	加齢が原因とされる 16 種類の病気により、介護や支援が必要な状態と認められた人
被保険者証の交付	65 歳の誕生日の前日の属する月に郵送します。	要介護認定された人に郵送します。
保険料	本人および家族の所得状況により段階ごとに分けられます。納付書が郵送されますので、届きましたら金融機関、コンビニエンスストア、市役所などで納めてください。年金を年間で 18 万円以上受給している人は、年金から差引となります。	各医療保険者が個別に定めます。保険料は医療保険の金額に含まれています。
転出・転入	転入される人には被保険者証を発行します。転出される人は被保険者証を返納してください。※要介護認定されている人は、旧住所地で発行される証明書をお持ちになると介護度を引き継ぐことができます。	要介護認定されている人は、旧住所地で発行される証明書をお持ちになると介護度を引き継ぐことができます。

●介護保険料

・65 歳以上の人

保険料は所得段階ごとに分かれていて、基準日(4 月 1 日または資格取得日)現在の本人と世帯の課税状況や所得に応じて、その人の段階が決まります。

・40 歳～64 歳の人

加入している医療保険ごとの算定方法に基づいて保険料が決まり、医療分と一緒に支払いになります。詳しくは、各医療保険者にお問い合わせください。

●利用できる介護サービス

居宅サービス(訪問介護、通所リハビリテーション)、施設サービス(特別養護老人ホーム)、地域密着型サービスなどがあります。詳しくは、介護保険課にお問い合わせください。

残疾人福利

担当窗口：障害福祉課 TEL 0270-27-2753、各支所市民サービス課

对于有残疾的人、有智力障碍的人及患疑难杂症的人提供各种支援。

■各种手册的交付

类别	内容
残疾人手册	发给身体有残疾的人。
康复手册	发给被判定为智力障碍的人。
精神障碍者健康福利手册	发给精神有障碍的人。

●残疾福利服务

为了支援有障碍的人的日常生活及社会生活，可以利用护理和训练的支援等各种服务。此外，对残疾儿童的服务也有发展支援等。对于详细内容，请向障害福祉課咨询。

国民养老金

担当窗口：年金医療課 TEL 0270-27-2741、各支所市民サービス課

在日本国内有住址的 20 岁以上且未满 60 岁的人均须加入国民养老金（国民年金）。对于第 1 类被保险人，将基础养老金编号通知单和保险费缴纳单邮寄。

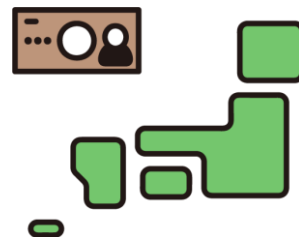
■加入者类别

第 1 号被保险人	自营职业者/学生等（没有加入养老保险（厚生年金）或共济组合的人）
第 2 号被保险人	公司职员、公务员等
第 3 号被保险人	被公司职员或公务员(第 2 号被保险人)抚养的配偶

●国民养老金保险费

在 20 岁至 60 岁为止的期间中，作为第 1 号被保险人加入国民养老金的期间均须缴纳国民养老金保险费。不管加入者的所得的多少，保险缴纳额均为固定。

・每月 1 万 7, 510 日元（令和 7 年度）（2025 年）



障害者福祉(しょうがいしゃふくし)

担当窓口：障害福祉課（TEL 0270-27-2753）、各支所市民サービス課

身体障害のある人や知的障害のある人、精神障害のある人、難病の人にさまざまな支援をしています。

■各種手帳の交付

種類	内容
身体障害者手帳	身体に障害のある人に交付されます。
療育手帳	知的障害と判定された人に交付されます。
精神障害者保健福祉手帳	精神に障害のある人に交付されます。

●障害福祉サービス

障害のある人の日常生活や社会生活を支援するために介護や訓練の支援など、各種サービスを利用することができます。また、障害児へのサービスには発達支援などがあります。詳しくは、障害福祉課にお問い合わせください。

国民年金(こくみんねんきん)

担当窓口：年金医療課（TEL 0270-27-2741）、各支所市民サービス課

日本国内に住所が在る 20 歳以上 60 歳未満の人は、国民年金に加入しなければなりません。第 1 号被保険者には、基礎年金番号通知書と保険料納付書が郵送されます。

■加入者の種類

第 1 号被保険者	自営業・学生など(厚生年金や共済組合に加入していない人)
第 2 号被保険者	会社員、公務員など
第 3 号被保険者	会社員や公務員(第 2 号被保険者)に扶養されている配偶者

●国民年金保険料

20 歳から 60 歳までに第 1 号被保険者として国民年金に加入している期間は、国民年金保険料を納めなければなりません。

納める保険料は、加入者の所得に関わらず定額となります。

- ・定額保険料…月額 1 万 7,510 円(令和 7 年度)

■缴付办法等

第 1 号被保险人	有利用从日本年金机构发送的缴纳单的现金缴付(在金融机构或便利店缴付)、利用账户转账的缴付、使用信用卡的缴付等。
第 2 号被保险人	在每月从月薪中扣除, 作为养老保险费、共济养老金保险费。
第 3 号被保险人	由于以养老金制度整体来负担, 因而个人不需要缴付。

■主要申报处等

在申报时, 需要提示个人编号卡或者通知卡与本人确认资料(附相片的身业证明为 1 件、没有相片的身业证明为 2 件)。

在本人以外的人申报时, 需要委托状等。

	如下情况	另外需要的资料	申请窗口
加入国民养老金	· 在成为 20 岁时 · 登记居住在日本时	※加入养老保险、共济组合的人除外	· 年金医疗课 · 各支所市民服务课
	在离开工作单位等时(2 号→1 号)	社会保险脱离证明书、养老金证(注 1) 等	
加入养老保险	在公司就业、到别的公司换工作时(1 号→2 号、2 号→2 号)	与工作单位的事业主确认	工作单位
豁免保险费(注 2)	在如收入过低而无力缴纳国民养老金时	养老金证(注 1)、雇佣保险被保险人离职票(失业时)、学生证等	· 年金医疗课 · 各支所市民服务课
其他	因丢失养老金证(注 1) 而要申请补发时(仅接受申请)	※第 1 号被保险人	· 年金医疗课 · 各支所市民服务课
		※第 2 号被保险人	本人的工作单位
		※第 3 号被保险人	配偶的工作单位

(注 1) 从令和 4 年(2022 年) 4 月 1 日起, 年金手册被废止, 改为基础年金编号通知书了。

(注 2) 在 1 号被保险人分娩时, 产前产后期间的国民年金保险费全部免除。要利用该制度需要申请, 请向年金医疗课咨询详情。

■納付の方法など

第1号被保険者	日本年金機構から送付された納付書による現金納付 (金融機関またはコンビニエンスストアで納付)、口座振替納付、 クレジットカード納付などがあります。
第2号被保険者	厚生年金保険料、共済年金保険料として毎月の給料から天引きされます。
第3号被保険者	年金制度全体で負担しているため、個人で納める必要はありません。

■主な届出先など

届出には、マイナンバーカードまたは通知カードと本人確認書類(顔写真付き
身分証明書は1点、顔写真なしの身分証明書は2点)の提示が必要となります。
本人以外が届出する場合は、委任状などが必要です。

	このようなとき	その他必要なもの	申請窓口
国民年金の加入	・20歳になったとき ・日本に住民登録したとき	※厚生年金、共済組合 加入者は除く	- 年金医療課 - 各支所市民サービス課
	会社などを退職したとき (2号→1号)	社会保険離脱証明書、 年金手帳(注1)など	
厚生年金の加入	会社などに就職、別の会社 などに転職したとき (1号→2号、2号→2号)	就職先の事業主に確認	勤務先
保険料の免除猶予 (注2)	収入が少なく国民年金保険 料を納めるのが困難なとき	年金手帳(注1)、 雇用保険被保険者離職票(失業の場合)、 学生証など	- 年金医療課 - 各支所市民サービス課
その他	年金手帳(注1)をなくしたため 再交付を申請したいとき (申請受付のみ)	※第1号被保険者	- 年金医療課 - 各支所市民サービス課
		※第2号被保険者	本人の勤務先
		※第3号被保険者	配偶者の勤務先

(注1) 令和4年4月1日より年金手帳の発行は廃止になり、基礎年金番号通知書
になりました。

(注2) 1号被保険者が出産した場合、産前産後期間に係る国民年金保険料が全額
免除されます。申請が必要になりますので詳しくは年金医療課にお問い合わせ
ください。

健康养生①

孩子的健康

担当窗口：伊势崎市保健中心（Kuwamaru plaza） TEL 0270-27-6290

●母子健康手册

如果知道怀孕，请尽快接受母子健康手册的交付。同时发给用于部分补助健康检查费用的受诊表。

交付地点...伊势崎市保健中心



●妊娠/生育支援礼物事业

怀孕申报后和出生申报后实施面试和问卷调查，向提交申请书的人交付妊娠支援礼物和生育支援礼物。

●婴幼儿健康体检

孩子满月后，请使用和母子健康手册一起发放的受诊票，在分娩的医疗机构接受健康检查。

孩子满4个月、10个月、1岁6个月、2岁3个月、3岁时，会事先发送个人通知，请接受健康检查（咨询）。

※孩子4个月、1岁6个月、3岁时的健康检查，有时会配备葡萄牙语、西班牙语等翻译。

●健康咨询等

为能够安心地抚养，进行支持。

・类别...窗口健康咨询、家庭访问、断乳食物讲习会等

●预防接种

请在医疗机构接受。根据预防接种的种类，所接种的年龄、次数、间隔不同。

・必要资料...母子健康手册、贴好“姓名标签”的预诊表

・种类...乙型肝炎、轮状病毒、小儿肺炎链球菌、5种混合疫苗接种、BCG、MR、水痘、乙型脑炎、DT、HPV

健康づくり(けんこうづくり)①

子どもの健康(こどものけんこう)

担当窓口：伊勢崎市保健センター【くわまるプラザ】TEL 0270-27-6290

●母子健康手帳

妊娠したら早めに母子健康手帳の交付を受けてください。あわせて、健診費用の一部助成のための受診票を交付します。

- ・ 交付場所…伊勢崎市保健センター

●妊娠・出産応援ギフト事業

妊娠届出後と出生届出後に面談やアンケートを実施し、申請書を提出していただいた方に、妊娠応援ギフト・出産応援ギフトを支給します。

●乳幼児健診

こどもが1か月児のとき、母子健康手帳と一緒に交付された受診票を使用し、出産した医療機関で健康診査を受けてください。

こどもが4か月児、10か月児、1歳6か月児、2歳3か月児、3歳児のとき、事前に個人通知を送りますので、健康診査（相談）を受けてください。

※4か月児、1歳6か月児、3歳児健康診査のときには、ポルトガル語、スペイン語等の通訳がつくことがあります。

●健康相談など

安心して子育てができるよう応援します。

- ・ 種類…窓口健康相談、家庭訪問、離乳食講習会など

●予防接種

医療機関で受けてください。予防接種の種類により、接種する年齢、回数、間隔が異なります。

- ・ 必要書類…母子健康手帳、「名前シール」を貼った予診票
- ・ 種類…B型肝炎、ロタウイルス、小児用肺炎球菌、
5種混合、BCG、MR、
水痘、日本脳炎、DT、HPV

健康养生②

成年人的健康

担当窗口：伊势崎市保健中心（Kuwamaru plaza） TEL 0270-27-6290

为了保护市民的健康，伊势崎市进行各种身体检查和预防接种、健康咨询。请积极地利用。根据身体检查、健康检查的种类，对象年龄、自己负担的金额不同。

- 癌症检查... 胃、大肠、子宫颈部、乳/甲状腺、肺、前列腺癌检查
- 女性身体检查...为早期发现进行的一套检查：胃、大肠、乳甲状腺、子宫颈癌。
- 检查... 骨质疏松症检查、牙周病检查、肝炎病毒检查、结核检查
- COSMOS（秋樱）健康检查... 18～39岁的人仅自己负担1,000日圆能够进行体检、血液检查、尿检查等健康点检。请用于预防生活习惯病。
- 特定健康检查/后期高龄者健康检查... 以40岁以上的国民健康保险/后期高龄者医疗制度加入者为对象，预防生活习惯病为目的的健康检查(所加入的医疗保健者实施)
- 窗口健康咨询...公共卫生护士/营养师来接受咨询，及对应于血压测量、血糖测量、尿液分析。
- 预防接种
如下疫苗有自己负担的费用。
 - ・流感疫苗（65岁以上）
 - ・新冠疫苗接种(65岁以上)
 - ・高龄者肺炎球菌疫苗接种(65岁)



休日/夜间诊察

- 请参阅广报伊势崎的“休息日、夜间急救诊疗”的部分。
- 消防本部/急救电话服务 TEL 0270-23-1299
※介绍在休日夜间接受医院诊察的医院。
- 孩子医疗电话 TEL#8000
※对于在休日夜间接受医院诊察的方法和家庭中的处置方法，接受咨询。

健康づくり(けんこうづくり)②

大人の健康(おとなのけんこう)

担当窓口：伊勢崎市保健センター【くわまるプラザ】TEL 0270-27-6290

伊勢崎市では、市民の健康を守るためにさまざまな検診（健診）や予防接種、健康相談を行っています。検診、健診の種類により、対象年齢、自己負担額が異なります。

- がん検診…胃、大腸、乳・甲状腺、子宮頸部、肺、前立腺がん検診
- レディース検診…胃、大腸、乳・甲状腺、子宮頸がんのセット検診
- 検診…骨粗しょう症検診、歯周病検診、肝炎ウイルス検診、結核検診
- コスモス健診…18～39歳までの方は、自己負担1,000円で、身体計測、血液検査、尿検査などの健康チェックができます。
生活習慣病の予防にご利用ください。
- 特定健診・後期高齢者健診…40歳以上の国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者を対象に生活習慣病予防を目的とした健診(加入する医療保険者が実施)
- 窓口健康相談…保健師・栄養士による相談、血圧測定等
※事前に連絡をしてください。
- 予防接種
以下のワクチンは、費用の自己負担があります。
 - ・インフルエンザワクチン(65歳以上)
 - ・新型コロナウイルスワクチン(65歳以上)
 - ・高齢者肺炎球菌ワクチン(65歳)

休日・夜間の診療(きゅうじつ・やかんのしんりょう)

- 広報いせさきの「休日・夜間の救急診療」の欄をご覧ください。
- 消防本部・救急テレホンサービス TEL 0270-23-1299
※休日夜間に診療している病院をご案内します。
- こども医療電話 TEL #8000
※休日夜間の病院のかかり方や家庭での対処法について相談に応じます。

健康养生③

健康咨询等

担当窗口：伊势崎市保健中心（Kuwamaru plaza） TEL 0270-27-6290

■健康养生

事业名	内容
饮食生活改善推进员培养讲座	培养接受健康养生和饮食生活的讲习、且在地区进行活动的饮食生活改善促进成员
活力步行教室	以为了健身进行简单的运动为目的，公园等市内6个地点为会场，除了夏季，每月1次，在周日举办运动教室
健康信息站	在医疗机构及商业设施等地点设置各种健康信息及利用当季食材的烹饪食谱
健康节	为了提高健康促进意识而举办的活动
饮食生活改善促进成员的活动	通过进行改进饮食生活的烹饪讲习，促使健康的维持增进的集体的活动
健康促进成员的活动	向婴儿出生的家庭发送育儿资料、传达健康信息等，旨在增进健康保持的团体活动

■精神卫生

事业名	内容
精神卫生咨询	・精神科医生的个别咨询 ・接受有精神上的烦恼和衰退的人及其家人的咨询 ※预约制
其他健康咨询	・窗口健康咨询 ・电话咨询 ・家庭访问 等



健康づくり(けんこうづくり)③

健康相談(けんこうそうだん)など

担当窓口：伊勢崎市保健センター【くわまるプラザ】TEL 0270-27-6290

■健康づくり

事業名	内容
食生活改善推進員養成講座	健康づくりや食生活の講習を受け、地域で活動する食生活改善推進員を養成
はつらつウオーキング教室	健康づくりのための簡単な運動を行うことを目的に、公園等の市内6会場とし、夏季を除き月1回、日曜日に運動教室を開催
健康情報ステーション	各種健康情報や旬の食材を利用した料理のレシピを医療機関や商業施設などに設置
健康まつり	健康づくりへの関心を高めるため開催するイベント
食生活改善推進員活動	食生活を良くする調理講習を通して、健康の保持増進を図る団体の活動
健康推進員活動	赤ちゃんの生まれた家庭に子育ての資料を届けたり、健康情報の伝達をするなど、健康の保持増進を図る団体の活動

■こころの健康

事業名	内容
こころの健康相談	・精神科医師による個別相談 ・こころの悩みや不調を抱える人やその家族の相談 ※予約制
その他の健康相談	・窓口健康相談 ・電話相談 ・家庭訪問 など

儿童福利



■主要育儿支援

担当窗口：抚育支援课、儿童家庭中心、婴幼儿保育课、各支所市民服务课、图书馆课

类别	内容
儿童馆/儿童中心	通过为儿童提供健康娱乐，促使精神和身体的提高发育，同时陶冶情操为目的的设施。
放学后儿童俱乐部	父母/监护人白天不在家庭的小学生为对象，提供适当的娱乐和生活场所且促使健康发育。
家庭支援中心	由需要帮助抚育的人和志愿抚育的人组成的会员组织。 ※询问处:市家庭支援中心 (婴幼儿保育课内 Tel.0270-23-6471)
抚育支援据点事业	开设婴幼儿及其家长进行交流的地点，进行抚育相关的咨询、信息提供等。
临时托儿	将在保育设施没有入所的儿童临时放在这儿抚育。
休日抚育	将在保育设施已入所的儿童为对象，在周日/节日等休日抚育。
儿童家庭中心	进行抚育相关的咨询及发给抚育笔记本。 (保健中心内 TEL 0270-27-6291)
阅读起跑线	在 10 个月婴儿健康咨询会场，把图画书读出来给婴儿听并赠送图画书。

■津贴等

担当窗口：抚养支援课、各支所市民服务课

类别	内容	备考
儿童津贴	儿童补贴发给抚养高中结业前(到 18 岁后的第一个 3 月 31 日为止)儿童的人。 在家长中，对于维持生计程度较高的人发给。	在审查儿童津贴时，确认所加入的年金类别及所得。
儿童抚养津贴	在没有父亲或母亲的家庭、父亲或母亲有一定的残疾的家庭中，对于抚养 18 岁达到后首次 3 月 31 日为止的儿童的人发给。	根据所得限制，有不能发给的情况。
特别儿童抚养津贴	对于抚养有一定的残疾的未满 20 岁儿童的人发给。	根据所得限制，有不能发给的情况。
单亲家庭等福祉津贴	支给在伊势崎市拥有 6 个月以上的住址，并抚养义务教育中儿童的单亲家庭等的监护人。	在外国人的情况，有永久居民或特别永久居民的在留资格的人
交通事故孤儿等福祉津贴	支给抚养初中毕业前(年满 15 岁后的第 1 个 3 月 31 日为止)的交通(工伤)遗孤、或有一定程度的残疾的未满 20 岁的儿童的人。	
分娩礼金	在第 3 个孩子以后的分娩时，对于在 6 个月以上具有伊势崎市的住址的人发给。	外国人时，具有永久居民或特别永久居民者永住者的在留资格的人

児童福祉(じどうふくし)

■主な育児支援

担当窓口：子育て支援課、こども家庭センター、こども保育課、各支所市民サービス課、図書館課

種類	内容
児童館・児童センター	児童に健全な遊びを提供し、心身の向上発達を図るとともに、情操を豊かにすることを目的とする施設です。
放課後児童クラブ	昼間保護者が家庭にいない小学生を対象に、適切な遊びや生活の場を与え健全育成を図っています。
ファミリー・サポート・センター	子育ての手伝いをしてほしい人と子育ての支援を行いたい人からなる会員組織です。 ※お問い合わせ：市ファミリー・サポート・センター (こども保育課内 TEL 0270-23-6471)
子育て支援拠点事業	乳幼児およびその保護者の交流を行う場所を開設し、子育てについての相談、情報の提供などを行います。
一時預かり	保育施設に入所していない児童を一時的に預かり保育します。
休日保育	保育施設に入所している児童を対象として、日曜日・祝日などの休日に保育を行います。
こども家庭センター	子育てに関する相談や子育て支援ノートブックの配布などを行っています。 (保健センター内 TEL 0270-27-6291)
ブックスタート	10か月児健康相談の会場で、読み聞かせと絵本のプレゼントをしています。

■手当など

担当窓口：子育て支援課、各支所市民サービス課

種類	内容	備考
児童手当	高校修了前(18歳到達後の最初の3月31日まで)の児童を養育している人に支給します。 保護者のうち、生計を維持する程度の高い人に支給します。	児童手当の審査の際に加入年金の種別や所得の確認をします。
児童扶養手当	父または母がいない家庭、父または母が一定の障害にある家庭などで、18歳到達後最初の3月31日までの児童を養育している人に支給します。	所得制限などにより支給されない場合があります。
特別児童扶養手当	一定の障害のある20歳未満の児童を養育している人に支給します。	所得制限などにより支給されない場合があります。
ひとり親家庭等福祉手当	伊勢崎市に6カ月以上住所を有し、義務教育中の児童を養育しているひとり親家庭などの保護者に支給します。	外国人の場合は、永住者または特別永住者の在留資格を有する人
交通遺児等福祉手当	中学校修了前(15歳到達後の最初の3月31日まで)の交通(労災)遺児や、一定の障害のある20歳未満の児童を養育している人に支給します。	
出産祝金	第3子以降の出産に対し、伊勢崎市に6カ月以上住所を有する人に支給します。	外国人の場合は、永住者または特別永住者の在留資格を有する人

托儿所 (0 岁~)

担当窗口：婴幼儿保育课 TEL 0270-27-2751

托儿所是因父母都要上班或患病/护理/分娩等理由在家庭里无法抚养儿童时，替父母抚养儿童的设施。

●申请条件

- 住在伊势崎市，并登记居住在伊势崎市
- 儿童在托儿所的集体生活上无障碍
- 有因监护人的工作、疾病、护理、分娩等理由无法抚养儿童的情况

●手续/必要资料

· 4 月的入所

在前一年的 9 月份左右实施申请受理。请附加必要资料申请。

· 5 月以后的入所

在要入所的月份的前一个月 10 日为止，附加必要资料进行申请。

①保育设施入所申请书

②父亲、母亲的在职证明及健康状况证明（有规定的文件格式）

③父亲、母亲的在留卡等

幼儿园 (3 岁~5 岁)

幼儿园是可接受上小学之前的教育的设施。

有公立和私立的 2 种幼稚园。对于教育内容等详细内容，请向各幼儿园询问。

· 公立幼稚园

担当窗口：学务课

TEL 0270-27-2787

· 私立幼稚园

担当窗口：婴幼儿保育课

TEL 0270-27-2751

●入园随时接受。但是，到达限制人数就结束招募。

●手续

提前给希望的幼稚园打电话联系，并确认入园手续所需要的东西后，和孩子一起直接去幼稚园办理手续。



保育所(ほいくしょ) (0歳～)

担当窓口：こども保育課（TEL 0270-27-2751）

保護者が働いていたり、病気・介護・出産などのために児童を家庭で保育できないときに、保護者にかわって保育する施設です。

●申込の条件

- ・伊勢崎市に住んでいて、住民登録していること
- ・保育所での集団生活に支障のない児童であること
- ・保護者の就労や病気、介護、出産などのため児童を保育できない場合であること

●手続き・必要書類

- ・4月の入所
前年の9月ごろに申込受付をしています。必要書類を添えて申込をしてください。
- ・5月以降の入所
入所したい月の前月 10 日までに必要書類を添えて申込をしてください。
 - ①保育施設入所申込書
 - ②父、母の就労証明書や、病状内容証明書（所定の様式があります）
 - ③父、母の在留カード など

幼稚園(ようちえん) (3歳～5歳)

小学校へ入る前の教育を受けることのできる施設です。

公立と私立の2種類の幼稚園があります。教育内容などの詳細については各幼稚園にお問い合わせください。

・公立幼稚園

担当窓口：学務課 TEL 0270-27-2787

・私立幼稚園

担当窓口：こども保育課 TEL 0270-27-2751

●入園は随時受け付けています。ただし、定員になり次第募集は終了になります。

●手続き

事前に希望する幼稚園に電話連絡し、入園手続きに必要なものを確認の上、お子さんと一緒に直接幼稚園に行って、手続きをしてください。

小学校、中学校 (6 岁~15 岁)

担当窗口：学务课 TEL 0270-27-2787

伊势崎市在外国籍的儿童多的学校里设置日语教室，将会讲葡萄牙语或西班牙语的职员派遣到学校。为了外国籍的儿童能够安心地学习，积极地支援。

●在小学校、中学校入学

在小学校入学的前一年的 9 月份，发送“就学时健康诊断的通知”。

在入学小学校/中学校前的 1 月末发送“入学通知”。

※在①、②的情况，请尽快联系。

①有迁出、迁居的预定。

②没收到入学通知，或内容有错误。

●在第一次进日本的学校时

请携带孩子的在留卡和护照，在学务课(市役所本馆 4 楼 4 0 号窗口)办理手续。

●在转校时

①从市外迁到伊势崎市时

在市民课(市役所本馆 1 楼 1 号窗口)办理迁入手续后，再在学务课办理手续。

②在伊势崎市内变更住址时

在迁到学区外时，需要转校。从现在的学校收到转校资料，在市民课办理迁居手续后，再在学务课办理转校手续。

③从伊势崎市迁出，在别的市町村生活时

从现在的学校收到转校资料，在市民课办理迁出手续，接受开始新生活的市区町村的教育委员会的指示。

●指定校变更手续

在如下情况，认定向学校区以外的学校的就学变更。

- ・虽然迁居，但是到学期末为止，在现在的学校学习时
- ・因父母都要上班等理由，在别的学区的亲戚家或课余设施（学童设施）托孩子的情况



小学校・中学校(しょうがっこう・ちゅうがっこう) (6歳～15歳)

担当窓口：学務課（TEL 0270-27-2787）

伊勢崎市では、外国籍の子どもたちの多い学校に日本語教室を設置し、ポルトガル語やスペイン語などを話せる職員を学校へ派遣しています。外国籍の子どもが日本の学校で安心して学べるよう、積極的に支援します。

●小学校・中学校への入学

小学校へ入学する前年の9月に、「就学時健康診断のお知らせ」を送ります。

小・中学校へ入学する前の1月末に「入学通知」を送ります。

※①、②の場合は、早めに連絡してください。

①転出・転居予定がある。

②入学通知が届かない、内容に誤りがある。

●日本の学校に初めて入るとき

お子さんの在留カードとパスポートを持って、学務課で手続きをしてください。

●転校するとき

①市外から伊勢崎市へ引っ越して来るとき

市民課(市役所本館 1 階 1 番窓口)で転入手続きをした後、学務課で手続きをしてください。

②伊勢崎市内で住所が変わるとき

学区外へ転居すると、学校が変わります。現在の学校から転校の書類をもらい、市民課で転居手続きをした後、学務課で転校手続きをしてください。

③伊勢崎市を出て、ほかの市町村で暮らすとき

現在の学校から転校の書類をもらい、市民課で転出の手続きをし、新しく住む市区町村の教育委員会の指示を受けてください。

●指定校変更手続き

次のような場合、通学区以外の学校への就学変更を認めます。

- ・転居したが、学期末まで現在の学校に通う場合
- ・共働きなどで、他の通学区の親戚や学童にお子さんを預ける場合

町内会（街道居民会）和区长

担当窗口：行政课 TEL 0270-27-2702

●町内会是...

伊势崎市有 170 个町内会，为了建设适合住居的地区，采取各种活动。
请积极地参加町内会。

另外，关于加入町内会，与区长、组长（班长）咨询。

●区长是...

区长是町内会的代表者。町内会的活动以区长为中心实施。如果有不明白的事情，请随时与区长咨询。

●町内会的活动

- 垃圾站的管理/街道社区的卫生管理
- 自主防灾、交通安全、预防犯罪活动
- 培育儿童会、老人俱乐部等团体
- 分发公报和传阅物
- 参加庆典和体育及娱乐活动等地区活动
- 协助捐款

※如果不知道您的町内的区长时，向行政课询问。

大的声音

担当窗口：环境保全课 TEL 0270-27-2733

生活上无法避开的声音及对自己来说很方便的、愉快的、舒服的声音，有时对别人来说却变成不舒服的、吵闹的声音。
因为这样的“生活噪声”问题在邻居之间容易引起麻烦，所以从平时起“留意”邻近的生活环境。

■为了避开麻烦“留意”周围的人

- 考虑到适当的时间。
- 为了不漏出生活声音，慎重考虑。
- 想办法使声音变小。
- 使用声音小的设备。
- 与邻居建立良好关系。



町内会と区長さん(ちょうないかいとくちょうさん)

担当窓口：行政課（TEL 0270-27-2702）

●町内会(ちょうないかい)とは…

伊勢崎市には 170 の町内会があり、住みよいまちづくりを目指して、様々な取り組みをしています。積極的に町内会へ加入しましょう。

なお、町内会の加入は区長、組長(班長)さんに相談してください。

●区長(くちょう)さんとは…

区長さんは町内会の代表者です。町内会の活動は区長さんを中心に行われていますので、わからないことなどを気軽に相談してください。

●町内会の活動

- ・ごみステーションの管理・きれいなまちづくり
- ・自主防災、交通安全、防犯活動
- ・子ども会、老人クラブなどの団体の育成
- ・広報や回覧物の配布
- ・お祭りやスポーツレクリエーションなど地区行事への参加
- ・募金への協力

※あなたの町内の区長さんがわからない場合は、行政課に聞いてください。

大(おお)きな音(おと)や声(こえ)

担当窓口：環境政策課 TEL 0270-27-2733

生活していくうえで避けられない音、自分にとっては都合の良い音や楽しい音、快適な音が他の人にとっては不快な音、うるさい音として受け取られることがあります。

そのような「生活騒音」問題は、ご近所とのトラブルになりやすいため、日頃から近隣の生活環境に「気配り」しましょう。

■トラブルをなくすための周りへの「気配り」

- 時間帯に配慮しましょう。
- 音が漏れないよう工夫をしましょう。
- 音を小さくする工夫をしましょう。
- 音の小さな機器を使いましょう。
- ご近所との付き合いを大切にしましょう。

垃圾的扔出方法

担当窗口：资源循环课 TEL 0270-27-2732

- 请正确地分别后，放在“市指定垃圾袋”里扔出。
 - 市指定垃圾袋（可燃垃圾、不可燃垃圾、塑料制容器包装袋、铁罐袋、瓶类袋）在商店里购买。
 - 请在规定的“垃圾收集站”、“收集日”扔出。
※如果不知道垃圾收集站的所在，请向环境政策课询问。
 - 在收集日当天的“早上 8:30 为止”扔出。
 - 为了防止扩散，请放在“网内或篮子中”。
 - 垃圾收集站在“整理好、整顿好”的状态下使用。
 - 垃圾的非法倾销是犯罪。
- ※“资源和垃圾收集日历”等在市政府和公民馆发放，也可以在市政府网站上确认。

【外国语的垃圾扔出挂历・资源和垃圾的分类方法和扔出方法・垃圾分类辞典】

请阅览自己居住的地区（町）的挂历。

简单的日语	西班牙语	葡萄牙语	英语
			
塔加洛语	越南语	中文	
			

※请下载可以搜索扔垃圾日期和垃圾分类方法的应用程序“San a - ru”。

（葡萄牙语、西班牙语、英文、越南语、菲律宾语、中文）

iOS	Android
	



ごみの出し方

担当窓口：資源循環課 TEL 0270-27-2732

- 正しく分別して、「市指定ごみ袋」で出してください。
- 市指定ごみ袋(もえるごみ袋、もえないごみ袋、プラスチック製容器包装袋、缶袋、びん袋)は、お店で購入してください。
- 決められた「ごみ集積所(しゅうせきじょ)」、「収集日(しゅうしゅうび)」に出してください。
※ごみ集積所の場所がわからない場合は、お問い合わせください。
- 収集日当日の「朝 8 時 30 分まで」に出してください。
- 散乱防止のため、「ネットやカゴの中」に入れてください。
- ごみ集積所は、「整理・整頓」して使用してください。
- ごみの不法投棄は犯罪(はんざい)です。
※「資源とごみの収集カレンダー」などは、市役所や公民館で配布しており、市ホームページからも確認できます。

【外国語ごみ収集カレンダー・資源とごみの分け方と出し方・ごみ分別辞典】

自分の住んでいる地区(町)のカレンダーを見てください。

やさしい日本語	スペイン語	ポルトガル語	英語
			
タガログ語	ベトナム語	中国語	
			

※ごみ出し日やごみの分別方法を検索できるアプリ「さんあ〜る」をダウンロードしてください。

(ポルトガル語、スペイン語、英語、ベトナム語、タガログ語、中国語)

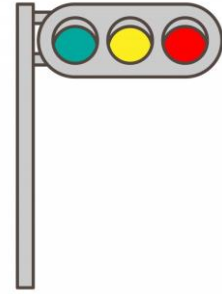
iOS 版	Android 版
	

交通规则

担当窗口：交通政策课 TEL 0270-27-2734

■基本规则

- 步行者是右侧通行，自行车和汽车是左侧通行。
- 在步行者和自行车、汽车中，优选的是步行者。
- 请遵守红绿灯和交通标志。
- 请遵从警察的指示。
- 骑自行车时要戴安全帽。



■步行者的通行办法

- 在有人行道的马路的情况下，通行人行道。
- 在没有人行道的马路的情况下，通行马路的右侧。
- 在穿过马路时，一定停止一次并确认左右的安全。此外，如果附近有人行横道，通过人行横道过马路。
- 在夜间出去时，穿亮色的衣服或佩戴反光材料。

【交通安全录像】

- ・在马路行走时的规定

简单的日语	英语	葡萄牙语	西班牙语
			
越南语	塔加洛语	中文	印尼语
			
泰语	孟加拉语	尼泊尔语	乌尔都语
			

- ・骑自行车时的规定

简单的日语	英语	葡萄牙语	西班牙语
			
越南语	塔加洛语	中文	印尼语
			
泰语	孟加拉语	尼泊尔语	乌尔都语
			

交通ルール

担当窓口：交通政策課 TEL 0270-27-2734

■基本ルール

- 歩行者は右側通行、自転車・自動車は左側通行です。
- 歩行者と自転車・自動車では歩行者優先です。
- 信号機や交通標識を守ってください。
- 警察官の指示に従ってください。
- 自転車に乗るときはヘルメットをかぶりましょう。

■歩行者の通行方法

- 歩道がある道路では、歩道を通行します。
- 歩道がない道路では、道路の右側を通行します。
- 道路を横断する時は、必ず一度止まり左右の安全を確認します。
また、横断歩道が近くにあるところでは、横断歩道を渡ります。
- 夜間に外出する時は、明るい服装や反射材を身につけましょう。

【交通安全動画】

- ・道路を歩くときのおやくそく

やさしい日本語	英語	ポルトガル語	スペイン語
			
ベトナム語	カンク語	中国語	インドネシア語
			
タイ語	ベトナム語	ネパール語	ウルドゥー語
			

- ・自転車にのるときのおやくそく

やさしい日本語	英語	ポルトガル語	スペイン語
			
ベトナム語	カンク語	中国語	インドネシア語
			
タイ語	ベトナム語	ネパール語	ウルドゥー語
			

关于宠物狗

担当窗口：环境政策课 TEL 0270-27-2733
(窗口：柴町 954 清扫再利用中心 21 管理栋 2 楼)

狗的饲养主对市政府登记狗，并使狗接受狂犬病预防接种。



■登记狗与狂犬病预防接种

项目	内容	费用
登记狗	法律规定出生后 91 天以上的宠物狗必须登记。 登记手续可在环境政策课、狂犬病预防注射会场、市内的动物医院办理。	登记费 3,000 日元
狂犬病预防接种	法律规定出生后 91 天以上的宠物狗必须接受 1 年 1 次的狂犬病预防接种。预防接种可在狂犬病预防接种会场、市内的动物医院等接受。 ※如果您在宠物店或市外的动物医院等接种疫苗，未领取疫苗接种证明（心型金属牌），必须将接种证明带到环境政策课窗口，领取疫苗接种证明。（交付手续费 550 日元）	狂犬病预防接种会场的接种费用 3,500 日元
变更登记内容	在登记过的狗死去、宠物主人变更了、搬家了等时，请迅速向环境政策课申报。	免费

- 上面注射费用是令和 7 年（2025 年）4 月时的费用。今后有可能更改。
- 在登记的狗迁到市外时，向迁入的市区町村政府申报。
- 对于狂犬病预防接种会场(集体接种)的日程，在公报和官方网页上通知。
- 严禁放置狗屎
不许在公园、公路及别人的土地里放置狗屎。如果违反，有时根据条例被惩罚。
- 系泊义务
狗要锁起来、或周围用栅栏、笼子等围起来，不要放养。
散步时，请一定要用皮带等连接。
- 如果你养的狗让人受伤的话
请对受伤的人进行急救以及搬运到医院。
另外，需要向群馬县动物爱护中心提交事故发生报告。
群馬县动物爱护中心 TEL 0270-75-1718

飼い犬(かわいいぬ)について

担当窓口：環境政策課 TEL 0270-27-2733
(窓口：柴町 954 清掃リサイクルセンター21 管理棟 2 階)

犬の飼い主は市に犬の登録をし、狂犬病予防注射を受けさせましょう。

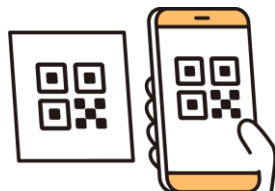
■犬の登録と狂犬病予防注射

項目	内容	料金
犬の登録	生後 91 日以上の飼い犬は、登録を行うことが法律で義務付けられています。 登録の手続きは、環境政策課、狂犬病予防注射会場、市内の動物病院で行うことができます。	登録料金 3,000 円
狂犬病予防注射	生後 91 日以上の飼い犬は、年 1 回の狂犬病予防注射を行うことが法律で義務付けられています。 予防注射は、狂犬病予防注射会場、市内の動物病院などでできます。 ※ペットショップや市外の動物病院などで注射し、注射済票（ハート型の金属プレート）の交付を受けなかった場合は、注射した証明書を環境政策課窓口へ持参して、注射済票の交付を受ける必要があります。 (交付手数料 550 円)	狂犬病予防注射 会場の注射料金 3,500 円
登録内容の変更	登録した犬が死亡した、飼い主が変わった、引っ越したなどのときには、速やかに環境政策課に届出をしてください。	無料

- 注射料金は令和 7 年 4 月現在です。今後、変更になる可能性があります。
- 登録した犬が市外に転出した場合には、転出先の市区町村に届出をしてください。
- 狂犬病予防注射会場(集合注射)の日程については、広報やホームページなどでお知らせしています。
- 犬のフンの放置禁止
公園や道路、他人の土地に犬のフンを放置してはいけません。違反すると条例により罰せられることがあります。
- 係留義務
犬は鎖でつないだり柵やおりなどで囲い、放し飼いはやめましょう。
散歩中は必ずリードなどで繋いでください。
- 飼い犬が人にけがをさせてしまったら
けがをした人への応急手当と病院への搬送を行ってください。
また、群馬県動物愛護センターへ事故発生届書の提出が必要です。
群馬県動物愛護センター TEL 0270-75-1718

互联网上的生活信息

伊势崎市国际交流协会 Facebook 以活动指南相关的信息为首, 在 Facebook 上发布与日常生活和行政相关的信息。	
NHK WORLD-JAPAN 以 20 种语言能看到新闻和日常生活上有用的信息。	
外国人生活支援门户网站 提供在日本安心生活所需的信息。	
伊势崎市官方网站 刊登了生活信息及关于观光、活动的通知等各种各样的信息。通过自动翻译对应于 108 种语言。在面向外国人的网站, 用「简单日语」刊载了生活上需要的信息。	
伊势崎市官方 Facebook 随时发送关于生活的信息和活动指南。	
伊势崎市官方 X 主要提供防灾、防犯、应急所需的信息。	
从伊势崎市的通知《KUWAMARU 广播》(ISESAKI F M76.9) 播放生活有关的信息及活动介绍。 (在网上也可以听) 播放日: 每星期一至五 时间: 上午 7 点 5 4 分 ~ 5 9 分 下午 1 点 2 5 分 ~ 3 0 分 下午 5 点 5 0 分 ~ 5 5 分 【外语广播】 英语 第 1 个星期三 葡萄牙语 第 2 个星期三 越南语 第 3 个星期三 西班牙语 第 4 个星期三	
	
	



インターネットの生活情報

伊勢崎市国際交流協会 Facebook イベント案内に関する情報ははじめ、生活や行政に関する情報をフェイスブックで発信しています。	
NHK WORLD-JAPAN ニュースや生活に役立つ情報を20言語で見られます。	
外国人生活支援ポータルサイト 日本で安心して生活するための情報を提供しています。	
伊勢崎市ホームページ くらしの情報や観光・イベントに関するお知らせなどさまざまな情報を掲載しています。自動翻訳で108言語に対応しています。外国人向けサイトでは、生活に必要な情報を「やさしい日本語」で掲載しています。	
伊勢崎市公式 Facebook 生活に関する情報やイベント案内を随時発信しています。	
伊勢崎市公式 X 防災・防犯および緊急時に必要な情報を中心に発信しています。	
伊勢崎市からのお知らせ『くわまるラジオ』（いせさきFM76.9） 生活に関する情報やイベント案内を放送しています。 （ネット配信でも聴けます） 放送日：毎週月～金曜日 時間：午前7時54分～59分 午後1時25分～30分 午後5時50分～55分 【外国語放送】 英語 第1水曜日 ポルトガル語 第2水曜日 ベトナム語 第3水曜日 スペイン語 第4水曜日	
	
	

市营住宅

担当窗口：住宅课 TEL 0270-27-2764

●市营住宅是

市营住宅是为了住宅方面有困难的低收入的人，以廉价的房租提供为目的建设的住宅。因此，入住市营住宅规定有申请资格。

●申请资格（条件）

- (1) 在住宅方面有穷困
- (2) 有 2 人以上的家庭成员(家人)或 1 人家庭
- (3) 家庭全成员没有拖欠市町村民税等
- (4) 家庭的人员都不是黑社会的成员及准成员。
- (5) 在入住时，可支付 3 个月的租金作为押金
- (6) 在 1 人家庭的人申请时，需要 1 个担保人。
- (7) 收入在条例规定的标准以内
- (8) 在原则上，定住者（包括日本人的配偶等、永住者的配偶等）、取得永久居留许可的人、或有特别永住者的资格的人

●入住招募

募集是 5 月、9 月、1 月的一年 3 次（预定）。也进行随时招募。
招募内容发布于公报与官方网页。

●退去时的注意事项

从市营住宅退去的 15 天前为止，在住宅课办理所需要的手续。



市営住宅(しえいじゅうたく)

担当窓口：住宅課（TEL 0270-27-2764）

●市営住宅とは

市営住宅とは、住宅にお困りの低所得の方のために、安い家賃で貸すことを目的として建てられた住宅です。このため、市営住宅の入居には申込資格が定められています。

●申込資格(条件)

- (1)住宅に困窮していること
- (2)2人以上の世帯員(家族)または1人世帯
- (3)世帯の全員が、市町村民税などの滞納がないこと
- (4)世帯の全員が、暴力団員の構成員及び準構成員でないこと
- (5)入居するとき、敷金として家賃の3カ月分を納められること
- (6)1人世帯で申込む場合は、身元引受人1人をつけられる人
- (7)収入が、条例で定めた基準以内であること
- (8)原則として、定住者（日本人の配偶者等、永住者の配偶者等を含む）、永住許可を受けた者、又は特別永住者の資格を有する者

●入居募集

募集は5月、9月、1月の年3回（予定）です。随時募集も行っています。詳細は、広報やホームページに掲載します。

●退去するときの注意

市営住宅から退去する15日前までに住宅課で必要な手続きを行ってください。

上下水道使用

担当窗口：上下水道局费用窗口 TEL 0270-30-1230 FAX 0270-21-1101

●为了喝安全的自来水，请办理正确的手续和支付费用。

①开始使用时...

通过电话尽早联系。

之后，提交“自来水(下水道)使用合同书(开始申请)”。

→通过寄送或在上下水道局的窗口申请

※作为合同保证金，与首次的自来水费用一起保管 10,000 日圆。

合同保证金在经过 5 年后、或停止自来水的使用后退还。

②查表...

每 2 个月 1 次查自来水表。

为了能够顺畅地查表，请不要在仪表盒周围放置物品。请您给予协助。

③支付

· 请求费用支付为 2 个月有 1 次。

※请在金融机构、便利店、市役所综合窗口、各支所庶务课、

上下水道局收费窗口支付，或利用智能手机应用程序的移动支付。

· 可以通过转帐支付。

请在市政府网站、办理该服务的金融机构或上下水道局收费窗口办理手续。

④停止时...

通过电话尽早联系。

※在有如下情况，有时停止给水。

· 没有开始的联络。

· 没有支付合同保证金。

· 没有支付费用。



上下水道(じょうげすいどう)の使用

担当窓口：上下水道局料金窓口

(TEL 0270-30-1230・FAX 0270-21-1101)

●安全な水道水を飲むために、正しい手続きと料金のお支払いをお願いします。

①使い始めるとき…

電話で早めに連絡してください。

その後、「水道(下水道)使用契約書(開始届)」を提出してください。

→郵送または上下水道局の窓口で申込みしてください

※契約保証金として、最初の水道料金と一緒に 10,000 円をお預かりします。

契約保証金は、5 年経過後または水道の使用を中止した後にお返しします。

②検針…

2 カ月に 1 度水道メーターの検針を行っています。

検針がスムーズにできるようメーターボックスのまわりに物を置かないでください。ご協力をお願いします。

③支払い

・料金の請求は 2 カ月に 1 回です。

※金融機関、コンビニエンスストア、スマートフォンアプリ決済、
市役所税総合窓口、各支所庶務課、上下水道局料金窓口でお支払いください。

・口座振替によるお支払いもできます。

市ホームページ、取扱金融機関または上下水道局料金窓口で手続きをしてください。

④止めるとき…

電話などで早めに連絡してください。

※次の場合は給水を停止させていただく場合があります。

- ・開始の連絡がない。
- ・契約保証金の支払いがない。
- ・料金の支払いがない。

●自来水费用

对根据自来水表的口径的基本费用及按照使用水量的水量费用的总额乘以消费税额的金额 (去掉零数)。

■每口径基本费用 (2 个月、不含税)

自来水表的口径	基本费用
13mm	1,520 日元
20mm	2,100 日元
25mm	4,220 日元
30mm	9,600 日元
40mm	2 万 2,200 日元
50mm	4 万 3,200 日元
75mm	7 万 8,400 日元
100mm	10 万 5,400 日元
150mm	21 万 600 日元

■水量费用 (2 个月、不含税)

水量	费用(每 1m ³)
1 ~ 20m ³	70 日元
21 ~ 40 m ³	115 日元
41 ~ 100 m ³	130 日元
101 m ³ ~	145 日元

●下水道使用费

使用下水道的人需要支付下水道使用费。

下水道使用费与水表的口径无关, 是一律的基本费用以及与使用水量相应的水量费用的合计额乘以消费税率的金额 (去掉零数)。

■基本费用 (2 个月、不含税)

基本费用
一律 1, 400 日元

■水量费用 (2 个月、不含税)

水量	费用(每 1m ³)
1 ~ 20 m ³	58 日元
21 ~ 50 m ³	95 日元
51 ~ 100 m ³	106 日元
101 ~ 500 m ³	109 日元
501 m ³ 以上	113 日元

●水道料金

メーターの口径に応じた基本料金および使用水量に応じた水量料金の合計額に消費税率を掛けた額(端数切捨て)になります。

■口径別基本料金(2 カ月分・税抜)

メーターの口径	基本料金
13mm	1,520 円
20mm	2,100 円
25mm	4,220 円
30mm	9,600 円
40mm	2 万 2,200 円
50mm	4 万 3,200 円
75mm	7 万 8,400 円
100mm	10 万 5,400 円
150mm	21 万 600 円

■水量料金(2 カ月分・税抜)

水量	料金(1m ³ 当たり)
1～20m ³	70 円
21～40 m ³	115 円
41～100 m ³	130 円
101 m ³ 以上	145 円

●下水道使用料

下水道を使用している方には下水道使用料が掛かります。

下水道使用料は、メーターの口径に関係なく一律の基本料金および使用水量に応じた水量料金の合計額に消費税率を掛けた額(端数切捨て)になります。

■基本料金(2 カ月分・税抜)

基本料金
一律 1, 400円

■水量料金(2 カ月分・税抜)

水量	料金 (1 m ³ 当たり)
1～20 m ³	58円
21～50 m ³	95円
51～100 m ³	106円
101～500 m ³	109円
501 m ³ 以上	113円



防灾

担当窗口：安心安全课 TEL 0270-27-2706

●调查灾害信息

请利用网站及智能手机的应用软件等，确认灾害的发生信息。

气象厅【Web】

将气象信息以 15 语言发出，并提供按照每灾害的危险度来颜色区分的地图。



多语言

词典数据



Safety tips【应用软件】

这是通知紧急地震速报及避难信息等的免费应用软件。以 14 个国家的 15 种语言提供。



Android

iOS

Japan Official Travel App【应用软件】

将气象厅所发表的信息推送通知到受影响地区的使用者。



伊势崎信息电子邮件【Mail】

这是注册制的邮递服务，使用电子邮件发送防灾信息等。（仅日语）

注册用信件地址（将空白邮件发送到这里）t-isesaki@sg-p.jp



传真发信服务【FAX】

这是注册制的传真发信服务，使用传真发送防灾信息等。（非对应多种语言）



电视 d 按钮【TV】

在收看电视节目时，按下遥控器的 d 按钮，就能够确认气象信息及河川的水位。

X、Facebook【SNS】

在伊势崎市的公众号上也发布灾害信息及避难信息等。

避难所开设/拥挤信息「VACAN」【Web】

能够实时地确认避难所开设及拥挤情况。



出入国在留管理厅 HP “外国人生活支援门户网站”（紧急/灾害）

登载了遭遇灾害时的避难信息和避难方法。



防災(ぼうさい)

担当窓口：安心安全課 TEL 0270-27-2706

●災害の情報を調べる

災害の発生情報を Web サイトやスマートフォンのアプリなどで確認しましょう。

気象庁【Web】

気象情報を 15 言語で発信し、災害別の危険度を色分けした地図を提供しています。



多言語辞書 データ



Safety tips【アプリ】

緊急地震速報や避難情報などを通知する無料アプリです。14 か国語 15 言語で提供しています。



Android 版

iOS 版

Japan Official Travel App【アプリ】

気象庁から発表された情報を影響地域のユーザーにプッシュ通知されます。



いせさき情報メール【Mail】

登録制のメール配信サービスで、防災情報などをメールで配信します。（日本語のみ）

登録用メールアドレス（こちらに空メールを送ってください） t-isesaki@sg-p.jp



ファクス配信サービス【FAX】

登録制のファクス配信サービスで、防災情報などをファクスで配信します。（多言語非対応）



テレビdボタン【TV】

テレビの番組視聴中にリモコンのdボタンを押すと気象情報や河川の水位などが確認できます。

X、Facebook【SNS】

市の公式アカウントでも災害情報や避難情報などを掲載します。

避難所開設・混雑情報「VACAN」【Web】

避難所の開設や混雑状況などリアルタイムで確認できます。



出入国在留管理庁 HP「外国人生活支援ポータルサイト」（緊急・災害）

災害に遭ったときの避難情報や避難方法を、掲載しています。



●防备灾害

为了将受害最小化，提前准备。

综合防灾地图

能够确认自己居住地区的因洪水的淹水深度及避难场所等信息。



防止家具翻到，准备防灾应急袋，储备水和食品
在伊势崎市官方网站及综合防灾地图上能够确认。



●到安全的地方避难

在发生灾害时，在危险场所的人原则上要到安全场所避难。

避难场所被指定为小学校等公共设施。

指定一般避难所、福利避难所、指定紧急避难场所
在伊势崎市官方网站及综合防灾地图上能够确认。



避难信息



●灾害用留言服避难信息务

为了顺利地进行家人和熟人的安危确认、避难场所的联络等，利用固定电话、手机及互联网留言的服务。

【灾害用留言服务】

灾害用留言电话（171）

在固定电话、手机、PHS 等电话号码上录音是否安康的信息（留言），能够播放其声音。



NTT

灾害用留言板

使用手机及 PHS 的互联网连接功能，以文字登记留言，基于手机号码及 PHS 号码能够确认留言。



NTT / NTT Docomo



KDDI (au)



Softbank・Y mobile

灾害留言板（web171）

可以通过电脑或智能手机输入固定电话或手机的号码来登录并确认安全信息（消息）。



●災害に備える

被害を最小限にするために事前に準備しましょう。

総合防災マップ

自分の住んでいる地域の洪水による浸水深や避難場所などを確認できます。



家具の転倒防止、非常時持ち出し袋の準備、水や食料の備蓄

市ホームページや総合防災マップで確認できます。



●安全な場所に避難する

災害時に危険な場所にいる人は安全な場所に避難することが原則です。

避難所は小学校などの公共施設が指定されています。

指定一般避難所、福祉避難所、指定緊急避難場所

市ホームページや総合防災マップで確認できます。



避難情報



●災害用伝言サービス

家族や知人の安否確認や避難場所の連絡などをスムーズに行うため、固定電話や携帯電話、インターネットで伝言できるサービスです。

【災害用伝言サービス】

災害用伝言ダイヤル（171）

固定電話や携帯電話、PHS などの電話番号宛に安否情報(伝言)を録音し、その音声を再生できます。



NTT

災害用伝言板

携帯電話や PHS のインターネット接続機能で、伝言を文字で登録し、携帯電話や PHS 番号をもとにして伝言を確認できます。



NTT ドコモ



KDDI (au)



ソフトバンク／ワイモバイル

災害用伝言板（web171）

パソコンやスマートフォンなどから固定電話や携帯電話の電話番号を入力して安否情報（伝言）の登録し、確認できます。



对警察的通报 (1 1 0 号)

如果发生或目击事件、事故时，先不要着慌，请拨打“1 1 0”。在不懂日语的情况下，有时由翻译对待，但是尽量用日语说话。

●要传达的内容

- 发生什么...是否交通事故、或小偷、或打架
- 什么时候...现在、○点○分左右、在○分前左右
- 在哪儿... “地点是○○町。是○○的附近。”
- 谁... “犯人是穿○○色夹克的○○岁左右的男的。”
“车号○○的○○色汽车往○○方向逃跑了。”
- 告诉您的姓名、住址及电话号码。
- 回答警察官的提问。



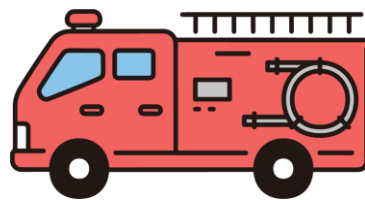
※在不紧急时，和警察署(TEL 0270-26-0110)、或附近的警察岗亭/公安派出所联系。

急救/消防的通报 (1 1 9 号)

在火灾时、或在急病及受伤严重时，请冷静地拨打 119。

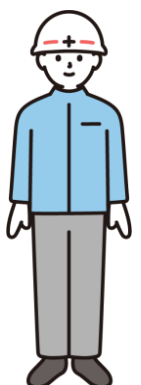
在火灾时，先到安全的地方避难后打电话。

在受伤不严重或疾病时，请不要使用救护车。



●119 号通报方法

- ①拨打 119。请告诉对方火灾还是疾病（受伤或疾病）。
- ②请准确地告诉需要消防车和救护车的地址。
- ③如果不明白地址，问附近的人、或者告诉附近的建筑物的名称。
- ④急救时，请准备好健康保险证和钱。
- ⑤听到了消防车或急救车的声音，请挥手带路。



警察(けいさつ)への通報(110番)

事件・事故が起きたときや目撃したときは、あわてないで「110」へ電話をしてください。
日本語が分からなければ、通訳に代わることもあります。なるべく日本語で話してください。

●伝えること

- ・何があったか…こうつうじこ、どろぼう、けんか
- ・いつ…いま、〇じ 〇ふん ごろ、〇ふん くらいまえ
- ・どこで…「ばしょは 〇〇まち(ちょう)です。〇〇の ちかくです。」
- ・だれが…「はんにんは、〇〇いろの うわぎを きた 〇〇さいくらいの おとこです。」

「ナンバー〇〇の 〇〇いろの くるまが 〇〇ほうこうに にげた。」

- ・あなたの名前(なまえ)、住所(じゅうしょ)、電話番号(でんわばんごう)を伝える。
- ・警察官から聞かれたことに答える。

※緊急でないときは、警察署(TEL 0270-26-0110)、または近くの交番・駐在所へ連絡してください。

救急・消防(きゅうきゅう・しょうぼう)への通報(119番)

火事的时候、急な病気や大きなけがをしたときは、おちついて119番に電話をしてください。

火事的时候は、安全な場所に逃げてから電話をしてください。

軽いけがや病気的时候は、救急車は使わないでください。

●119番通報のしかた

- ①119番に電話をします。火事か救急(けがや病気)か、伝えてください。
- ②消防車や救急車を向かわせるところの住所を正しく伝えてください。
- ③住所がわからないときは、近くの人に聞いたり、近くにある建物の名前を教えてください。
- ④救急的时候は、健康保険証とお金を用意してください。
- ⑤消防車か救急車の音が聞こえてきたら、手をふって案内してください。

■咨询机构（参考）

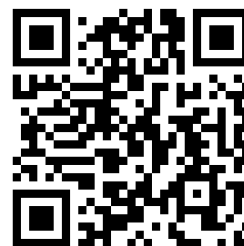
咨询内容	机构名称		联系处等	对应语言
在留审查一般	出入国在留管理厅	东京出入国在留管理局 高崎办事处	〒370-0829 高崎市高松町 26-5 高崎法务综合厅舍 1F TEL 027-328-1154 9:00 ~ 16:00 (除周六、周日及节假日外)	日语
在留手续等		咨询中心	TEL 0570-013904 8:30 ~ 17:15(周一至周五) E-mail: info-tokyo@i.moj.go.jp	西班牙语、英语、中文、 越南语、葡萄牙语等
・ 入国管理手续等 ・ 生活相关的事项		一应俱全咨询中心 (外国人综合咨询支援中心)	〒160-0021 东京都新宿区歌舞伎町 2-44-1 「Haijia」11 楼 新宿多文化共生广场内 TEL 03-3202-5535 9:00 ~ 16:00 (周一至周五) ※每月第二、四个星期三是休馆日	・ 葡萄牙语 (周一/周二/周三) ・ 西班牙语 (周一/周二/周三) ・ 英语、中文 (周一至周五) ・ 越南语 (周一/周三) ・ 印尼语 (周二) ・ 他加禄语 (周五)
・ 生活上或工作上等的烦恼 ・ 从接受外国人的经营者等的咨询	群马外国人综合咨询 “一站式”中心		〒371-0026 前桥市大手町 1-1-1 TEL 027-289-8275 9:00 ~ 17:00 (周一至周五) ※免费法律咨询为每月第二、四个星期二	・ 英语、葡萄牙语、越南语 (周一至周五) ・ 中文、西班牙语 (周一/周二/周四/周五) ・ 尼泊尔语 (周三)
免费法律咨询				英语、葡萄牙语、越南语、 中文、西班牙语、尼泊尔语
介绍日本的法律制度和咨询窗口信息	法律支援中心 (多语言信息提供服务)		TEL 0570-078377 9:00 ~ 17:00(周一至周五)	葡萄牙语、西班牙语、 塔加洛语、英语、中文、 韩国语、越南语、 尼泊尔语、泰语等
工作的介绍和咨询	Hello Work (公共就业服务)伊势崎		〒372-0006 伊势崎市太田町 554-10 TEL 0270-23-8609 8:30 ~ 17:15(周一至周五)	葡萄牙语、西班牙语、 日语等
担忧咨询服务	YORISOI 热线 (为外国人服务的免费咨询电话)		TEL 0120-279-338 ※待日语语音说明后 →请按 2 (外国语对应) 10:00 ~ 22:00	葡萄牙语、西班牙语、塔加洛语、 英语、中文、韩国/朝鲜语、 越南语、尼泊尔语、 印尼语、泰语
向在留外国人士发送有用的信息	东京出入国在留管理局		 Facebook	

■相談機関(参考)

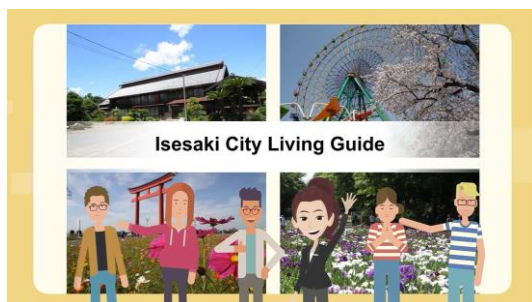
相談内容	機関名		連絡先など	対応言語
在留審査一般	出入国在留管理庁	東京出入国在留管理局 高崎出張所	〒370-0829 高崎市高松町26-5 高崎法務総合庁舎 1F TEL 027-328-1154 9:00~16:00 (土曜日、日曜日、休日を除く)	日本語
在留手続など		インフォメーションセンター	TEL 0570-013904 8:30~17:15(平日) E-mail : info-tokyo@i.moj.go.jp	スペイン語、英語、中国語、ベトナム語、ポルトガル語など
・入国管理手続など ・生活に関すること		ワンストップ型相談センター (外国人総合相談支援センター)	〒160-0021 東京都新宿区歌舞伎町2-44-1 「ハイア」11F しんじゅく多文化共生プラザ 内 TEL 03-3202-5535 9:00~16:00(平日) ※水曜日は第1・3・5のみ	・ポルトガル語(月・火・水) ・スペイン語(月・火・水) ・英語、中国語(月~金) ・ベトナム語(月・水) ・インドネシア語(火) ・カンボジア語(金)
・生活や仕事などの悩みごと ・外国人を受け入れている事業者等からの相談	ぐんま外国人総合相談ワンストップセンター		〒371-0026 前橋市大手町1-1-1 TEL 027-289-8275 9:00~17:00(平日) ※無料法律相談は毎月第2・4火曜日	・英語、ポルトガル語、ベトナム語(月~金) ・中国語、スペイン語(月・火・木・金) ・ベトナム語(水)
無料法律相談				英語、ポルトガル語、ベトナム語、中国語、スペイン語、ベトナム語
日本の法制度や相談窓口情報の紹介	法テラス (多言語情報提供サービス)		TEL 0570-078377 9:00~17:00(平日)	ポルトガル語、スペイン語、カンボジア語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ベトナム語、タイ語など
仕事の紹介・相談	ハローワーク伊勢崎		〒372-0006 伊勢崎市太田町554-10 TEL 0270-23-8609 8:30~17:15(平日)	ポルトガル語、スペイン語、日本語など
悩み相談	よりそいホットライン		TEL 0120-279-338 ※音声ガイダンス→2番を押す(外国語対応) 10:00~22:00	ポルトガル語、スペイン語、カンボジア語、英語、中国語、韓国・朝鮮語、ベトナム語、ベトナム語、インドネシア語、タイ語
在留外国人の方々に役立つ情報を発信	東京出入国在留管理局		 Facebook	

在本视频中，我们将介绍在伊势崎市生活时有用的五项规则和必要的程序。

【简单的日语】



【英语】



【葡萄牙语】



【西班牙语】



【越南语】



この動画では、伊勢崎市で生活するときに知っておくと便利なルールや、必要な手続きを5つ紹介します。

【やさしい日本語】



【英語】



【ポルトガル語】



【スペイン語】



【ベトナム語】



