

Himeji is located at the center of the Harima Plain in the southwestern part of Hyogo Prefecture. Surrounded by mountains and the sea, Himeji has developed as a transportation hub of western Japan. Blessed with a mild climate and natural beauty, the city has realized excellent cultural characteristics through its long history as a castle town.

Since Himeji became a city in April 1889, its population has increased together with expansion of the city area, and now currently exceeds 530,000, including more than 10,000 international residents.

While evolving as a center for economics, culture and education in the Harima region, the city now comprises a large economic and cultural block in the region.

## International partnerships

### <Sister city/friendship city/sister castle relationships>

Six sister city/friendship city relationships and two sister castle relationships have been formed between Himeji and overseas cities. Based on these relations, the city has promoted international exchange activities in various areas.

#### Location/Date of agreement

Charleroi (Belgium): July 13, 1965

Phoenix (USA): November 3, 1976

Adelaide (Australia): April 19, 1982

Curitiba (Brazil): May 14, 1984

Taiyuan (China): May 20, 1987

Chateau de Chantilly (France): May 11, 1989

Changwon (South Korea): April 18, 2000

Conwy Castle (Wales): October 29, 2019

### Tourism and Friendship Exchange Agreement

Himeji City has signed a Tourism and Friendship Exchange Agreement with Castles in Bavaria, Germany, and is pursuing collaborations and exchanges based on tourism promotion.

#### Location/Date of agreement

Neuschwanstein Castle (Germany): March 26, 2015

### Activities of the Himeji Cultural and International Exchange Foundation (in charge of international exchange)

The Himeji Cultural and International Exchange Foundation aims to promote the city's globalization and community-based international exchange activities.

- ・ Programs to enhance communication with international residents  
Activities For International Exchange & Understanding  
International Friendship Festival  
Japanese Speech Contest

- ・ Learning and training courses  
Various language classes for citizens  
Holding sessions to facilitate understanding of other cultures at different sites upon users' request by dispatching lecturers  
Volunteer Step-Up Study Group

- ・ Exchanges with sister cities and castles  
Sending and accepting young people (junior high or high school students)

- ・ Support for international residents  
Consultation services, broadcasting in different languages, Japanese classes for foreigners, information magazine for international residents in different languages.

The Foundation (in charge of international exchange) has a supporting members system.

■ For detailed information, contact:  
**Himeji Cultural and International Exchange Foundation (in charge of international exchange)**  
3F Egret Himeji Building, 68-290  
Honmachi, Himeji 670-0012  
**TEL (079) 282-8950**  
**FAX (079) 282-8955**  
**Website: <https://www.himeji-iec.or.jp>**  
**Email: [info-iec@himeji-iec.or.jp](mailto:info-iec@himeji-iec.or.jp)**

姫路市は兵庫県の西南部に広がる播磨平野の中央部に位置しています。山と海に囲まれ、古くから西日本の交通の要衝として発展を続けてきました。城下町としての豊かな歴史と文化に育まれ、穏やかで豊かな自然に恵まれた、個性と風格に満ちた都市です。

1889年4月に市制が施行されてから、市域の拡大とともに人口も増加し、現在は約53万人の市民が生活しています。その中には1万人を超過外国人住民も共に暮らしています。播磨の経済・文化・教育の中心として発展を続け、一大経済文化圏を築きあげてきました。

## 国際交流

### 〈姉妹都市・友好都市・姉妹城〉

姫路市は、海外の6都市2城と姉妹都市、友好都市、姉妹城の提携を行い、様々な交流活動を進めています。

#### 提携先・提携日

シャルルロア市(ベルギー)	1965年7月13日
フェニックス市(アメリカ)	1976年11月3日
アデレード市(オーストラリア)	1982年4月19日
クリチーバ市(ブラジル)	1984年5月14日
太原市(中国)	1987年5月20日
シャンティイ城(フランス)	1989年5月11日
昌原市(韓国)	2000年4月18日
コンウィ城(英国)	2019年10月29日

### <観光友好交流協定>

姫路市は、ドイツのバイエルン州と城を通じた観光友好交流協定を締結し、観光振興を主題とした連携と交流を進めています。

#### 提携先・提携日

ノイシュバンシュタイン城(ドイツ) 2015年3月26日

### 〈公益財団法人 姫路市文化国際交流財団 (国際交流担当) の活動〉

姫路市の国際化と地域ぐるみの国際交流を推進し、多文化共生社会を実現することを目的としています。

- ・ 在住外国人との交流  
国際交流ふれあい教室  
ひめじ国際交流フェスティバル  
日本語スピーチコンテスト
- ・ 国際化をめざす講座・研修  
市民のための外国語講座  
国際理解出前講座  
日本語学習支援ボランティア養成講座  
ボランティアステップアップ学習会

- ・ 姉妹都市・姉妹城との交流  
青少年相互派遣(中学生・高校生)

- ・ 在住外国人支援  
姫路市外国人相談センター  
ベトナム語ラジオ放送  
外国人のための日本語講座  
外国人のための多言語生活情報誌

当財団国際交流担当には、賛助会員制度があります。

### ■詳細についての問い合わせは、公益財団法人 姫路市文化国際交流財団 (国際交流担当)

〒670-0012 姫路市本町68番地290  
イーグレひめじ3階

**TEL (079) 282-8950**

**FAX (079) 282-8955**

#### ホームページ

<https://www.himeji-iec.or.jp>

**Eメール** [info-iec@himeji-iec.or.jp](mailto:info-iec@himeji-iec.or.jp)

## &lt;Purpose of establishment&gt;

In September 2001, the Himeji International Exchange Center was opened to:

- Develop human resources who respect human rights and have skills to communicate with people from other cultures.
- Create an environment where people from other countries can live in comfort.
- Make Himeji open and attractive to the rest of the world.

As a community-based focal point, the Center works to make Himeji an international city, by collecting and disseminating necessary information, assisting activities by NGOs and volunteer groups, helping international residents with issues in daily life, and promoting partnership between governments, NGOs, schools and businesses.

## &lt;Center facilities&gt;

## ①Library Corner

The Center's collection of books and documents regarding international exchange is available to

visitors, who can also view overseas newspapers and magazines, and technical books in various fields.

## ②Sister City Corner

Displays to introduce overseas cities and castles with which Himeji has a sister city, friendship city, or sister castle relationship

## ③Communication Lobby

Open to volunteer groups and individual visitors as a space for international exchanges.

## ④Volunteer Activity Room

Volunteer groups registered at the Center can use the room for their activities. Lockers and mailboxes are also available.

## ⑤Printing Room

A work space for volunteer groups registered at the Center. Printers and tables are available.

## ⑥Consultation Room

Provides consultation for foreign residents on daily life in Himeji.

There are also meeting rooms, seminar rooms and Japanese rooms (rooms with tatami mats).

## &lt;設置目的&gt;

姫路市国際交流センターは、2001年9月に開館し、地域の国際化の拠点施設として、情報の収集と発信、NGO・ボランティアの支援、在住外国人の生活相談、行政・NGO・学校・企業等の連携に取り組んでいます。

## &lt;施設について&gt;

## ①図書コーナー

国際交流に関する書籍や資料を収集し、提供します。外国の新聞雑誌や、各種専門書などの閲覧もできます。

## ②姉妹都市コーナー

海外姉妹・友好都市、姉妹城を紹介展示。

## ③交流ロビー

ボランティアグループや個人が気軽に利用でき、国際交流に触れることができます。

## ④ボランティア活動室

センターに登録している国際交流団体の活動の場です。ロッカー、メールボックスを備えています。

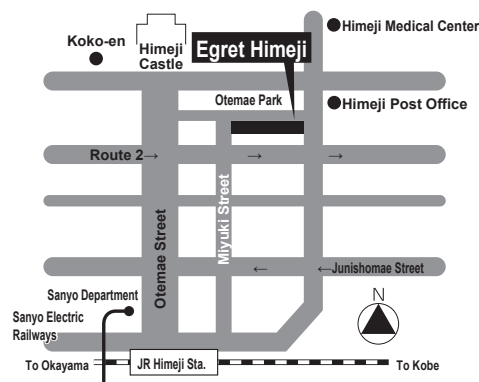
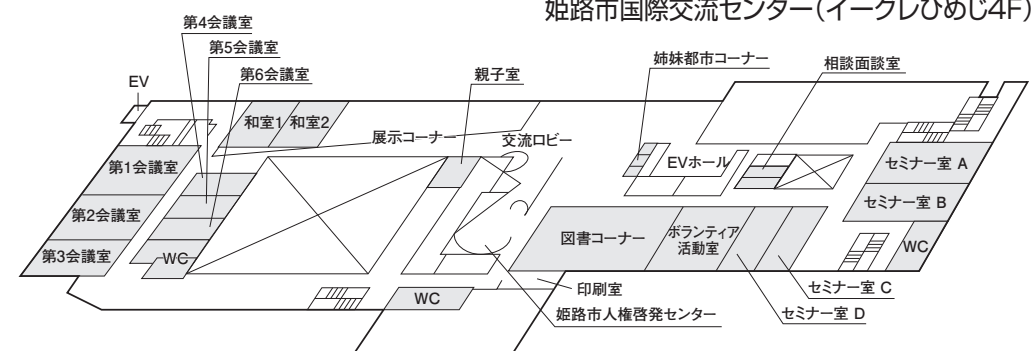
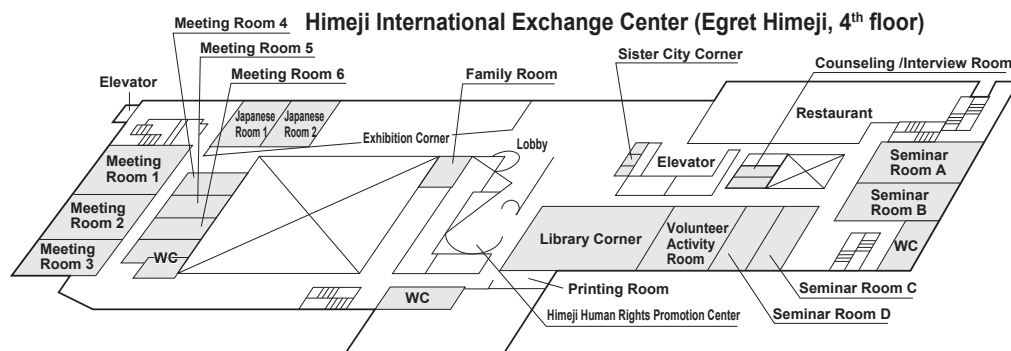
## ⑤印刷室

センターに登録している団体のワークスペース。印刷機、作業机などを設置しています。

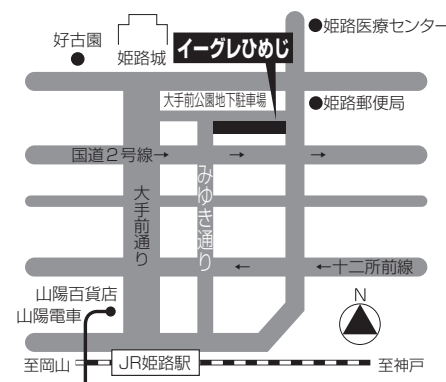
## ⑥相談面談室

外国人のための生活相談を実施しています。

この他、会議室、セミナー室、和室があります。



- Hours: 9:00-21:00
- Closes from December 28 to January 4  
The Center may occasionally close as is necessary.
- Address:  
Egret Himeji, 68-290 Honmachi, Himeji 670-0012  
Tel: 079 - 287 - 0800 (for room reservation)  
079 - 287 - 0820 (administrative office)  
Fax: 079 - 287 - 0824  
Website: <http://www.city.himeji.lg.jp/>  
[Himeji International Exchange Center] Search  
E-mail: [kokusai@city.himeji.lg.jp](mailto:kokusai@city.himeji.lg.jp)



- 開館時間 午前9時～午後9時
- 休館日 年末年始(12月28日～1月4日)  
その他 臨時に休館する日
- お問い合わせ  
〒670 - 0012 姫路市本町68番地290  
イーグレひめじ  
TEL. 079 - 287 - 0800 (貸室受付)  
079 - 287 - 0820 (事務室)  
FAX. 079 - 287 - 0824  
ホームページ <https://www.city.himeji.lg.jp/>  
[姫路市国際交流センター] 検索  
Eメール [kokusai@city.himeji.lg.jp](mailto:kokusai@city.himeji.lg.jp)



## If you need emergency help

### ● To call an ambulance in case of injury or illness

Call 119 (Fire Department).

The Fire Department is on call 24 hours a day. When your call is answered, say, "Kyukyu desu (This is an emergency)," stay calm and clearly explain your situation to the operator. Even if you do not speak Japanese, you may have a three-way call with the operator and multilingual call center staff. Emergency calls can be made for free from public/mobile phones. If the line is busy, stay calm and try again.

**Fire Department ☎119**

It would be useful to write your name, address and the name of the nearest landmarks on a piece of paper and keep it in a noticeable place around your telephone so that you are easily able to tell the operator in an emergency.

### ● When to call ambulance service:

- major injury
- sudden illness (difficulty breathing, loss in consciousness, severe pain, etc.)
- burns, gas poisoning or other serious conditions that need immediate medical care

### ● Cases for which ambulance service is NOT available include:

- mild illness or injury,
- illness or injury that is not severe, for which a personal car or taxi can be used,
- transportation of a deceased person.

### ● In Japan, the ambulance service is free of charge

You will not be charged for using the ambulance service. However, you may not use

an ambulance for a ride home.

### ● If you are involved in a crime or an automobile accident

When to call 110 (Police Department). In case of an accident or an incident that causes damage, contact the police first. It does not matter how slight the damage seems. The police are ready to take your call 24 hours a day.

**Police Department ☎110**

### ● Do not leave the site until the police arrive.

If you call 110 to report a traffic accident or crime in which you are involved or have witnessed, do not leave the site until the police arrive. It may be necessary for the police to ask you questions as a witness. Furthermore, do not touch anything at the scene and only treat injuries if necessary. If you are reporting a burglary, do not touch anything at the scene. If you find that your bankbook or cash card has been stolen, contact your bank or financial institution to deactivate them.

## 急いで助けが必要なときは



### ● けが、急病で救急車を呼ぶときは

119番(消防本部)に通報してください。

消防本部では24時間体制で通報を受け付けています。電話がつながったら「救急です!」と通報し、続いてけがや急病の状況を落ち着いて、はっきりと係員に伝えてください。日本語が話せなくても、あなたと係員、多言語コールセンターとの三者間通話が可能です。公衆電話や携帯電話でも無料でかけられます。また、話し中のときには落ち着いて再度かけなおしてください。

**消防本部 ☎119**

伝えるときに、あわてないように、日頃から自分の名前と住所、近くの目印となる建物の名前を大きく書いて、電話の近くにはっておくと便利です。

### ● 救急車はこんなときに利用できます

- 大けがのとき
- 急病（呼吸がおかしい、意識がない、激しい痛みがある、など）のとき
- やけどやガス中毒などで急いで手当てが必要なおとき

### ● こんなときは救急車は利用できません

- 軽い病気やケガ
- タクシーや自家用車で運べる病気やけが
- 死体を運ぶとき

### ● 日本では救急車は無料です

救急車を呼んでもお金を請求されることはありません。ただし、帰宅時には救急車は使えません。

### ● 交通事故や犯罪事件に巻き込まれたときは

まず110番(警察本部)に通報しましょう。どんなに小さな被害でも110番に通報してください。24時間体制で受け付けています。

**警察本部 ☎110**

### ● 警察官が来るまでその場を離れないでください

交通事故や犯罪事件に巻き込まれた場合は警察官が来るまでその場を離れないでください。参考人としてあなたの話が必要な場合があります。また、けが人の応急処置以外は現場をそのままにしておいてください。盗難の被害にあった場合も現場をさわらないでください。また、預金通帳やキャッシュカードが盗まれていることがわかったら、支払い中止の手続きのため、すぐに銀行などの金融機関に連絡しましょう。



## If you need medical treatment during a holiday or after hours

### ● You can receive medical examinations at the Emergency Medical Center.

Large hospitals usually accept new patients only during the morning on weekdays. Many smaller hospitals and clinics receive new patients in the afternoon as well. To receive medical treatment from a doctor after hours or on Sundays/holidays, you can go to the Emergency Medical Center, which is open during night hours and on Sundays/holidays. Please make sure that you bring your health insurance card/Social Welfare Recipient's Card when going to the Center for medical treatment. One day's worth of prescribed medicine may be given at the Emergency Medical Center, so please ask the prescribing doctor for a detailed explanation.

On holidays:	departments of internal medicine; pediatrics; ear, nose and throat; and ophthalmology
Reception hours:	8:30-17:30
Treatment hours:	9:00-18:00
Open on:	Sundays, national holidays, August 15, December 31-January 3
Night hours:	departments of internal medicine and pediatrics
Reception hours:	20:30-5:30 of the following day
Treatment hours:	21:00-6:00 on the following day
Open on:	Open every day

**Emergency Medical Center for Nights and Holidays**  
☎079-298-0119  
3-7-21 Nishi-imajuku, Himeji

### ● If you need dental treatment whilst on holiday

The Dental Association Oral Health Center is ready to assist you. Please be sure to bring your health insurance card.

Assistance First-aid treatment for dental available: problems  
ClinicHours: 9:30-12:00  
Open on: Sundays, national holidays, August 14-15, and December 30-January 3

**The Dental Association Oral Health Center**  
☎079-288-5896  
3-107 Yasuda, Himeji

**List of doctors (with availability of foreign languages)**  
P.77, 79

## 休日・夜間に 医師の治療を受けたいときは



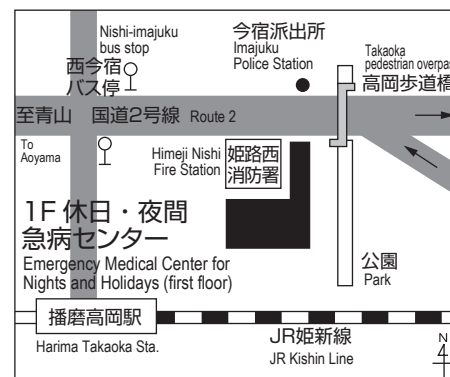
### ●休日・夜間急病センターで診察が受けられます

大きな病院は平日の午前中のみ、一般の病院、診療所では平日の午前中に加えて夕方、外来患者を受け付けているところが多く、夜間や日曜・祝日は診療を受けることができません。夜間や休日の急病時には市の休日・夜間急病センターが応急処置を行っています。診察の際には健康保険証、福祉医療受給者証が必要ですので忘れずに持って行きましょう。休日・夜間急病センターでは、医師の処方により、1日分の薬が出る場合があります。診察の際に十分な説明を受けてください。

休日の診療：内科・小児科・耳鼻いんこう科・眼科  
受付時間：午前8時30分～午後5時30分  
診療時間：午前9時～午後6時  
診療日：日曜日・祝日・8月15日・12月31日～1月3日

夜間の診療：内科・小児科  
受付時間：午後8時30分～翌日午前5時30分  
診療時間：午後9時～翌日午前6時  
診療日：年中無休

休日・夜間急病センター ☎079-298-0119  
姫路市西今宿3丁目7-21

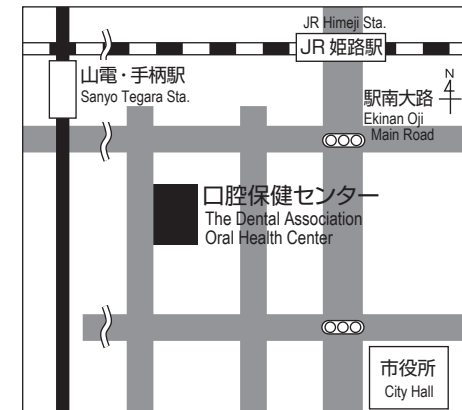


### ●休日に歯が痛くなったとき

歯科医師会口腔保健センターが対応しています。健康保険証が必要ですので忘れずに持って行きましょう。

診療内容：歯科急患の応急処置  
診療受付時間：午前9時30分～正午  
診療日：日曜、祝日・8月14日・8月15日・12月30日～1月3日

歯科医師会口腔保健センター ☎079-288-5896  
姫路市安田3丁目107



外国語で診療可能な医療機関情報  
P.78, 80





## In case of a fire/gas leak

### ● Fire Prevention

Once a house catches fire, the fire can intensify very quickly and spread to neighboring houses. To prevent fire, please be sure to:

- make sure there are no open flames before going out or going to bed.
- keep your home surroundings clear of flammable items and put out your garbage for collection at a designated time and place to prevent arson.
- not smoke in bed or throw away a lit cigarette.
- keep children away from flames and observe caution when cooking (Fires are often caused by accidents when cooking or children playing with fire).
- observe caution when using stoves and other heating equipment, especially in winter when the air becomes dry, which enables fires to start easily.

### ● In case of fire

Yell "Kaji da! (Fire!)" to let others know that there is a fire. Next, call 119 (Fire Department), then try to control the fire using a fire extinguisher if possible. Cover your nose and mouth with a wet towel, stay low to the floor to avoid smoke and poisonous gases, and escape from the fire quickly. Should you find a fire, call 119 to report it no matter how small it is. Even if you do not speak Japanese, you may have a three-way call with the operator and multilingual call center staff.

**Fire Department ☎119**

### ● Fire Extinguishers

Fire extinguishers are the most helpful tool for early fire suppression. Consult your nearest fire stations for installing fire extinguishers.

Himeji Higashi Fire Station	☎079-288-0119
Himeji Nishi Fire Station	☎079-294-0119
Shikama Fire Station	☎079-233-0119
Aboshi Fire Station	☎079-273-0119
Chuban Fire Station	☎0790-23-0119

### ● If there is a gas leak, contact the gas company immediately.

Gas leaks or broken gas lines can cause fires or fatal accidents. If you find problems such as a gas leak or gas equipment failure, call Osaka Gas Network's Himeji Branch immediately to report it, along with your name and address. It is also recommended that you alert your neighbors to the situation, just in case.

<If you are using propane gas, contact the number indicated on the tank.>

**Osaka Gas Network Co., Ltd., Hyogo Regional Office's designated line for gas leak report ☎0120-7-19424**

**If you notice a gas leak P.47**

## 火災が発生したときは／ ガスもれがわかったときは



### ●火災を発生させないために

火災が一度発生するとあっという間に燃えひろがり、近隣にまで延焼することがあります。以下のようなことに注意しましょう。

- ・就寝、外出の前にはかならず火元を確認する習慣をつけましょう。
- ・不審火による火災を防ぐため、家の周囲を整理し、ゴミは決められた日時に、決められた場所に出しましょう。
- ・寝たばこやたばこの投げ捨てはしないようにしましょう。
- ・子どもの火遊びや調理中の火災も多くなっていますので注意してください。
- ・日本の冬は空気が乾燥し、火災が発生しやすくなります。暖房機器の取り扱いには十分注意してください。

### ●火災になったときは

大きな声で「火事だ!」と叫んで周囲に知らせましょう。そして119番(消防本部)に通報し、消火器で初期消火をしてください。濡れタオルを口や鼻にあて、姿勢を低くし、有毒ガスや煙をさけてすみやかに避難してください。また、火災をみつけたらどんな小さな火でも119番に通報してください。日本語が話せなくても、あなたと係員、多言語コールセンターとの三者間通話が可能です。

**消防本部 ☎119**

### ●消火器

初期の消火には消火器がいちばん役立ちます。消火器などの相談は、お近くの消防署で。

姫路東消防署	☎079-288-0119
姫路西消防署	☎079-294-0119
飾磨消防署	☎079-233-0119
網干消防署	☎079-273-0119
中播消防署	☎0790-23-0119

### ●ガスもれが発生したときは ガス会社にすぐ連絡を

ガスもれ、ガス系統の破損は火災や事故の原因になります。気づいたらすぐに大阪ガスネットワーク(株)に「ガスもれです」「ガスの火がつきません」など状況を伝えてあなたの住所と名前を知らせてください。また、万が一のことを考えて周囲にも知らせましょう。

《プロパンガスの場合は、ボンベに書いてある電話番号に連絡してください。》

**大阪ガスネットワーク(株)  
兵庫事業部ガスもれ通報専用**

**☎0120-7-19424**



**ガスもれに気づいたら P.48**



## In case of an earthquake

### ● Japan is one of the most earthquake-prone countries in the world.

Japan is one of the countries where earthquakes occur most frequently. In 1995, the Great Hanshin Earthquake struck Hyogo Prefecture, causing devastating damage in the area. Beneath the Nishiharima region, there is a major fault called the Yamazaki fault. Stocks of emergency supplies and awareness of disaster management are required to ensure preparedness for a possible earthquake.

### ● Basic preparedness

#### ◇ Necessary information on:

- where is the safest place in your home,
- how to contact family members and where to meet with each other,
- where to go for evacuation in your neighborhood, and
- how to contact your embassy

#### ◇ Emergency supplies and measures to minimize damage

- Prepare a set of emergency items including flashlight, towels, gloves, masks, extra pair of eyeglasses, underwear, water, food, medical supplies, portable radio and shoes. It is recommended that you keep these items together in a backpack. One person needs at least three liters of water per day.
- Secure your closets, bookshelves and other furniture to the wall, to prevent them from falling in case of an earthquake.
- Apply film sheets to your windows and shelf glasses to prevent their breaking into pieces and scattering.
- Keep a fire extinguisher handy. Keep water in your bathtub after use, so that it can be used for extinguishing fires.

### ● In case of an earthquake

- Take cover under a table or another solid item to protect yourself.

- Extinguish all naked flames when the shaking has stopped. (Extinguish flames with great care.)
- Cover your head with a cushion or pillow for protection from falling objects.
- Open doors or windows to secure escape routes.
- Be sure to wear slippers or shoes to avoid the risk of being injured by broken glass.
- Stay cautious about aftershocks, which often follow a large earthquake.
- Act on correct information (Do not panic).

In Japan, should an earthquake occur, information about the scale or epicenter of the earthquake is provided on the TV and radio. Therefore, make sure to turn on a TV or radio immediately when an earthquake occurs. Obtain correct information by referring to information provided by government offices or local disaster management organizations, or by contacting your embassy.

### ● When evacuating

- Be sure to take with you important documents such as your passport and residence card.
- Make your baggage as compact as possible.
- Wear durable shoes.
- Leave a note to let your family or roommates know your whereabouts and how to contact you.
- Travel by foot.
- Work with other people to help those in need.
- Turn off the gas service shutoff valve.
- Turn off power to the main breaker.

### ● When calling to confirm your family's safety

Telephone land lines are often out of service due to overcapacity or broken cables. In such cases, we recommend using the emergency messaging service (171) or other methods.

## 地震が発生したときは



### ●日本は有数の地震国です

日本は世界有数の地震国です。兵庫県は1995年の阪神・淡路大震災で未曾有の被害を受けました。姫路市には直下に山崎断層があります。地震が発生したときのことを考え、心とモノの両面から準備しておきましょう。

### ●日頃の準備は万全ですか？

#### ◇確認できていますか？

- 家の中でいちばん安全な場所は？
- 家族との連絡方法・集合場所は？
- 住んでいる地域の避難場所は？
- 自国の大使館の電話番号は？

#### ◇備えていますか？

- 懐中電灯、タオル、手袋、マスク、予備のメガネ、下着、非常用飲料水、非常用食料、緊急用薬品、携帯用ラジオ、靴などをひとまとめにした避難用のリュックサックの用意を。水の最低必要量は1人1日3リットル程度。
- たんすや本棚などの家具が倒れてケガをしないように、家具は壁に固定しておく。
- 窓や棚のガラスには破壊飛散を防ぐ専用フィルムをあらかじめ貼しておく。
- 消火器を常備しておく。ふろの湯は消火用水として利用できるのですぐに流さず溜めておく。

### ●地震が発生したら

- テーブルの下などに避難し、身体の安全を図る。
- 火を使っているときは揺れがおさまってから消す（消火時は十分に注意する）。
- クッション、座布団などで落下物から頭を保護する。
- ドア、窓を開けて脱出口を確保する。
- 割れたガラスでけがをすることがあるので靴、スリッパは忘れずに。
- 大きな揺れのあと、しばらく余震が続くことがあるので注意する。

- 正しい情報のもとに行動する（パニックにならないこと）。

日本では国内で地震が発生するとただちにテレビ、ラジオなどで地震の規模や震源地はどこかなどの情報が流れます。地震が発生したらすぐにテレビや、ラジオなどをつけてください。

さらに行政からの情報、地域の防災組織からの情報、大使館への問い合わせなどにより正しい情報を得るようにしましょう。

### ●避難するときは

- パスポート、在留カードなど重要書類は常に携帯しておく。
- 荷物は必要最小限に
- 履き物は丈夫なものを
- 外出中の家族や同居者に避難場所、連絡先のメモを残してから
- 行動は徒歩で
- 協力しあって応急救護を
- ガスの元栓を閉める
- 電気のブレーカーを切る

### ●家族の安否を確認するときは

固定電話や携帯電話が回線オーバーや電話線途絶のためかかりにくくなります。災害用伝言ダイヤル171などを利用しましょう。



## In case of an approaching typhoon

### ● Check weather information frequently

Typhoons often hit Japan between August and October, causing damage such as landslides and floods. If a typhoon approaches, refer to weather forecasts and avoid outdoor activities such as mountain climbing, fishing and swimming.

### ● To minimize damage by storm and heavy rain

- Fasten down or bring inside garbage cans, potted plants, ornaments and other items in your garden or on your veranda.
- If you live in an area or house that is vulnerable to flooding, move furniture, electric appliances and other items to higher places.
- Reinforce your windows using masking tape or packing tape, and close any shutters or storm doors.
- In case of a power outage, keep flashlights and portable radios in a specified handy place.
- Be aware of potential "local disaster risks" through hazard maps or other means.

- Determine in advance where to obtain various types of disaster prevention information.

### ● During the storm

- Do not go outside during strong winds. If you must go out, protect your head with a helmet or thick hat.
- Keep away from broken electric poles or downed power lines.
- Monitor weather information. When an evacuation recommendation is issued, take refuge promptly. In particular, houses with elderly people, infants, and other people who need time to evacuate, please do so as soon as possible.
- Before leaving your home, to prevent a fire or other damage, be sure to close all gas lines, turn off electrical power and lock all doors and windows.

### ● Where to go for evacuation

Confirm evacuation routes or shelter beforehand in case of earthquake or typhoon.

Evacuation locations are marked with the following symbol.

Kiki Kanrishitsu (Crisis Management Office)  
(During a disaster) ☎079-221-2200

(In times of safety) ☎079-223-9595

..... SAMPLE (Evacuation Area Sign) .....

姫路市指定  
**緊急避難場所**  
Emergency Evacuation Area  
手柄小学校

				
洪水 Flood	土砂災害 Landslide	地震 Earthquake	津波 Tsunami	高潮 Storm surges
L1 △ L2 △	△	○	—	○

○ 適 (Can use) — 対象外 (Not applicable)  
△ 1階が利用不可能となることがある (First floor can not be used in some circumstances)  
△ 体育館のみ使用可能 (Only the gym can be used)  
L1:計画規模(概ね100年に1回程度起こる)降雨のとき  
L2:想定最大規模(概ね1,000年に1回程度起こる)降雨のとき

Hyogo Emergency Net

E-mail  
(Registration)



Android



iOS



## 台風に向けて



### ● 気象情報に十分注意しましょう

日本の8月から10月は台風が多く発生し、時には土砂崩れや洪水などの大きな被害をもたらすこともあります。台風が近づいたら気象情報に十分注意して登山、釣り、海水浴などの外出はひかえてください。

### ● 強風や大雨に備えて

- 庭やベランダに出ているごみ箱、鉢植え、置物などを固定するか家に入れる。
- 浸水の恐れがある家や低地では家具、電気製品などをできるだけ高いところに置く。
- 窓ガラス等はガムテープやビニールテープを貼って補強し、雨戸、シャッターなどがあれば閉めておく。
- 停電することがあるので懐中電灯や携帯ラジオなどを家族が決めた場所に置く。
- ハザードマップなどで「地域の災害リスク」を把握しておく。
- 各種防災情報の入手先を事前に確定する。

### ● 台風がきたら

- 強風の時には外出しない。どうしても外出しなければならないときはヘルメットや厚手の帽子で頭部を保護する。
- 折れた電柱や垂れ下がった電線には近づかない。
- 気象情報に十分注意し、避難勧告等が出たらすみやかに避難する。とくにお年寄りや乳幼児など避難に時間が必要な方がいる家は早めに。
- 避難するときは火事の原因になるガスの元栓を閉め、電源を切り、戸締まりを確認してから家を離れる。

### ● 避難場所の確認は

地震や台風など災害の発生に備えて避難経路や避難場所を確認しておいてください。  
避難場所は下記の看板が目印です。

危機管理室 ☎(災害時) 079-221-2200

☎(通常時) 079-223-9595

..... サンプル (避難場所看板) .....

姫路市指定  
**緊急避難場所**  
Emergency Evacuation Area  
手柄小学校

				
洪水 Flood	土砂災害 Landslide	地震 Earthquake	津波 Tsunami	高潮 Storm surges
L1 △ L2 △	△	○	—	○

○ 適 (Can use) — 対象外 (Not applicable)  
△ 1階が利用不可能となることがある (First floor can not be used in some circumstances)  
△ 体育館のみ使用可能 (Only the gym can be used)  
L1:計画規模(概ね100年に1回程度起こる)降雨のとき  
L2:想定最大規模(概ね1,000年に1回程度起こる)降雨のとき

ひょうご防災ネット

登録制メール



Android



iOS







# Information and consultation services for international residents

Organizations	Consultations	Phone	Business hours and days	Languages
Foreign Nationals Advice Center (Himeji Cultural and International Exchange Foundation)	General affairs	079-221-2159 (At the Himeji Residents Advice Center)	Mon-Fri 9:00-12:00 13:00-17:00	English (Mon-Fri), Vietnamese (Mon-Fri 13:00-17:00), Chinese (Tues 13:00-17:00), Portuguese, Spanish (Tue 13:00-16:00) If the available staff does not speak your language, you may consult using a translation device.
(Himeji Cultural and International Exchange Foundation)	General affairs	080-6158-4445 (Only during consultation hours)	Tue Jotomachi General Center Wed Takagi General Center Thu Mino-no-Sato Exchange Center Tues-Thur 13:00-17:00	Vietnamese
Himeji-hatsu Sekai	General affairs	079-287-0821 (Only on consultation days)	Sun (2 <sup>nd</sup> and 4 <sup>th</sup> ) 14:00-17:00	Spanish, Portuguese, Chinese, English Translation machine available upon request
Refugee Assistance Headquarters Kansai Branch, Foundation for the Welfare and Education of the Asian People	General affairs * For refugees and their families	079-361-1720 0120-090-091	Face-to-face consultation (by appointment only, at Himeji Residents Advice Center) Mon-Fri 10:00-12:00, 13:00-16:00  Phone Consultation Mon-Fri 9:30-12:30, 13:30-17:00	Vietnamese  English, Vietnamese
Hyogo Multicultural Counseling Center (Information and Advisory Service, Hyogo International Association)	General affairs Legal issues Immigration	078-382-2052	Mon-Fri 9:00-17:00 Legal consultation available on Mondays. Reservation required. (13:00-14:00, 14:00-15:00), Immigration consultation available every 3rd Thursday. Reservation required (13:00-14:30, 14:30-15:30, 15:30-16:30)	English, Chinese, Spanish, Portuguese, Vietnamese, Tagalog, Korean, Thai, Indonesian, Malaysian, Nepalese, Burmese, Khmer, Mongolian, Sinhala, Hindi, French, German, Italian, Russian, Ukrainian
(NPO Corporation NGO Network for Foreigners, Assistance KOBE)	General affairs	078-232-1290	Sat-Sun 9:00-17:00	
Kobe International Community Center	General affairs Specific consultation services (immigration, visas, administration procedures)	078-742-8705	Mon-Fri 10:00-12:00, 13:00-17:00 Professional Consultation (By reservation only): 1) Visas and Administration Procedures: 1st and 3rd Wed 13:30-16:30 2) Immigration and Residency Procedures 2nd Friday 13:30-16:30	Lifestyle Consultation English (Mon-Fri), Chinese (Mon-Fri), Vietnamese (Mon/Wed), Spanish (Tue/Thu), Nepalese (Mon), Thai (Tues), Tagalog (Wed), Portuguese (Thur), Korean, Indonesian (Fri)
Employment Service Corner for Non-Japanese Workers, Himeji Public Employment Security Office	Employment Services	079-222-4431	Weekdays 8:30-17:15	English, Spanish, Portuguese (Mon 13:00-17:00), Chinese (1st, 3rd, and 5th Thu 13:00-16:00) Vietnamese (Tue 13:00-16:00, 2nd and 4th Thu 13:00-16:00)
Employment Service Corner for Non-Japanese Workers, Kobe Public Employment Security Office	Employment Services	078-362-8610	Weekdays 8:30-17:15	Chinese (Mon, Fri 10:00-12:00, 13:00-16:00) English, Portuguese, Spanish (Tue-Thu 13:00-17:00), Vietnamese (Thu, Fri 13:00-16:00)
Consultation Corner for Non-Japanese Workers, Supervision Section, Department of Labor Standards, Hyogo Labor Bureau	Labor/employment conditions	078-371-5310	Tue-Wed 9:30-12:00 13:00-17:00	Chinese

(Organization names above are in random order.)

## 各種相談窓口



名 称	相談内容	電 話	曜日・時間	対応言語
姫路市外国人相談センター (公財)姫路市文化国際交流財団	生活全般	079-221-2159 (姫路市役所市民相談センター内)	月～金 9:00～12:00 13:00～17:00	英語(月～金) ベトナム語(月～金 13:00～17:00) 中国語(火 13:00～17:00) ポルトガル語・スペイン語(火 13:00～16:00) 相談員が話せないことばやその他のことばでも、翻訳機をつかって窓口で相談可能。
(公財)姫路市文化国際交流財団	生活全般	080-6158-4445 (相談日時のみ)	火:城東町総合センター 水:高木総合センター 木:見野の郷交流館 火～木 13:00～17:00	ベトナム語
ひめじ発世界	生活全般	079-287-0821 (相談日時のみ)	毎月第2・4日曜 14:00～17:00	スペイン語・ポルトガル語・中国語・英語 翻訳機利用相談可能
(公財)アジア福祉教育財団 難民事業本部 関西支部	生活全般 ※対象は難民とその家族	078-361-1720 0120-090-091	対面相談(予約制・姫路市役所市民相談センター内)月～金 10:00～12:00、13:00～16:00 電話相談 月～金 9:30～12:30, 13:30～17:00	ベトナム語 ベトナム語・英語
ひょうご多文化共生総合相談センター (公財)兵庫県国際交流協会 (外国人県民インフォメーションセンター)	生活全般、法律相談、入管相談	078-382-2052	月～金 9:00～17:00 法律相談は毎週月曜。予約制。(13:00～14:00, 14:00～15:00) 入管相談は第3木曜。予約制。(13:30～14:30, 14:30～15:30, 15:30～16:30)	英語・中国語・スペイン語・ポルトガル語・ベトナム語・タガログ語・韓国語・タイ語・インドネシア語・マレー語・ネパール語・ミャンマー語・クメール語・モンゴル語・シンハラ語・ヒンディー語・フランス語・ドイツ語・イタリア語・ロシア語・ウクライナ語
(NPO)法人NGO神戸外国人救援ネット	生活全般	078-232-1290	土・日 9:00～17:00	
(公財)神戸国際コミュニティセンター	生活全般、専門相談(出入国、在留、行政手続)	078-742-8705	月～金 10:00～12:00、13:00～17:00 専門相談(予約制) ①入国在留・行政手続 第1・3水曜 13:30～16:30 ②出入国・在留手続 第2金曜 13:30～16:30	生活相談 英語(月～金) 中国語(月～金) ベトナム語(月・水) スペイン語(火・木) ネパール語(月) タイ語(火) フィリピン語(水) ポルトガル語(木) 韓国語・朝鮮語・インドネシア語(金)
姫路公共職業安定所 外国人雇用サービスコーナー	就職の斡旋	079-222-4431	平日 8:30～17:15	英語・スペイン語・ポルトガル語(月曜 13:00～17:00) 中国語(第1・3・5木曜 13:00～16:00) ベトナム語(毎週火曜 13:00～16:00 第2・4木曜 13:00～16:00)
神戸公共職業安定所 外国人雇用サービスコーナー	就職の斡旋	078-362-8610	平日 8:30～17:15	中国語(月金 10:00～12:00 13:00～16:00) 英語・ポルトガル語・スペイン語(火～木 13:00～17:00) ベトナム語(木金 13:00～16:00)
兵庫労働局労働基準部監督課 外国人労働者相談コーナー	労働条件、雇用条件	078-371-5310	火、水 9:30～12:00 13:00～17:00	中国語





# Information and consultation services for international residents

Organizations	Consultations	Phone	Business hours and days	Languages
Consultation Corner for Non-Japanese Workers, Himeji Labor Standards Supervision Department	Labor/employment conditions	079-224-8181	Thu, 1st/3rd/5th Fri 9:30-17:00	Vietnamese (Please request in advance if you wish to use during consultation)
Kobe District Legal Affairs Bureau	Human rights	0570-090911 (Recorded voice)	Weekdays 9:00~17:00	English, Chinese, Korean, Tagalog, Portuguese, Vietnamese, Nepalese, Spanish, Indonesian, Thai
Nishi-Harima Bureau, Legal Center, Hyogo-ken Bar Association	Legal issues	079-286-8222	Weekdays 13:30~16:30 Sat 10:00~11:00 Pay service (reservation required)	Japanese
Immigration Information Center Kobe	Immigration, visa	0570-013904 (Call 03-5796-7112 from IP phones, or if abroad)	Mon-Fri 8:30~17:15	English, Chinese, Portuguese, Spanish
Immigration Information Center Osaka	Immigration, visa		Mon-Fri 8:30~17:15	English, Chinese, Portuguese, Korean, Spanish
NPO Corporation Kobe Foreigners Friendship Center(KFC)	General affairs, support for Japanese learning, jobs, housing, education, etc.	078-612-2402	Weekdays 9:30~17:30	Chinese, Vietnamese, Mongolian
NPO Corporation NGO Network for Foreigners' Assistance KOBÉ	General affairs	078-232-1290	Fri 13:00~20:00	English, Spanish, Portuguese, Tagalog (Chinese, Vietnamese, Russian by appointment only)
NPO Corporation AMDA International Medical Information Center	Referrals to medical institutions with foreign language support	03-6233-9266	Weekdays 10:00~16:00	English (Mon-Fri), Korean (Mon), Tagalog (Mon), Chinese (Tues, Thur), Thai (Tues), Spanish (Wed), Vietnamese (Wed, Fri), Portuguese (Fri)
NPO Corporation CHARM (Osaka)	HIV, Sexually transmitted diseases consultation	06-6354-5901	Tues-Thurs 16:00-20:00	Portuguese, Spanish, English (Tues), Chinese (Wed), English (Thurs)
Center for Multicultural Information and Assistance-Hyogo	General affairs, medical and health, child raising	078-453-7440	Fri 13:00~18:00	English, Chinese, Vietnamese
Himeji City Gender Equality Promotion Center "I-messae" Women's Advice Service	All issues affecting women	Consultations (by appointment) 079-287-0807	Tue, Thu, Sat 10:00~16:00 Wed, Fri 10:00~18:00	Japanese
		079-287-0801	Tue 10:00-16:00 Wed, Fri 10:00-18:00	
For male consultations	All issues affecting men	079-287-0804	2nd Tue 17:00-19:00	
Himeji City Partner Violence Consultation and Support Center	Domestic violence consultation	079-221-1532	Weekdays 8:50~17:20	Japanese

(Organization names above are in random order.)

## 各種相談窓口



名 称	相談内容	電 話	曜日・時間	対応言語
姫路労働基準監督署 外国人労働者相談コーナー	労働条件	079-224-8181	木曜、第1・3・5金曜 9:30~17:00	ベトナム語(窓口でのご相談を希望される方は事前にご連絡をお願いします。)
神戸地方法務局	人権	0570-090911 (ナビダイヤル)	平日 9:00~17:00	英語・中国語・韓国語・フィリピン語・ポルトガル語・ベトナム語・ネパール語・スペイン語・インドネシア語・タイ語
兵庫県弁護士会 総合法律センター 西播磨相談所	法律	079-286-8222	平日 13:30~16:30 土 10:00~11:00 有料(予約制)	日本語
外国人在留総合 インフォメーション センター(神戸)	出入国、在留	0570-013904 (ただし IP電話、海外からは 03-5796-7112)	月~金 8:30~17:15	英語・中国語・ポルトガル語・スペイン語
外国人在留総合 インフォメーション センター(大阪)	出入国、在留		月~金 8:30~17:15	英語・中国語・ポルトガル語・韓国語・スペイン語
NPO法人 神戸定住外国人 支援センター (KFC)	生活全般、日本語学習のサポート、職業、住宅、教育問題等	078-612-2402	平日 9:30~17:30	中国語・ベトナム語・モンゴル語
NPO法人NGO神戸 外国人救援ネット	生活全般	078-232-1290	金 13:00~20:00	英語・スペイン語・ポルトガル語・タガログ語・(中国語・ベトナム語・ロシア語は予約制)
NPO法人 AMDA 国際医療情報センター	外国語の通じる医療機関の案内等	03-6233-9266	平日 10:00~16:00	英語(月~金)・韓国語(月)・フィリピン語(月)・中国語(火・木)・タイ語(火)・スペイン語(水)・ベトナム語(水・金)・ポルトガル語(金)
NPO法人CHARM (大阪)	HIV、性感染症	06-6354-5901	火~木 16:00~20:00	ポルトガル語・スペイン語・英語(火)・中国語(水)・英語(木)
多文化共生センター ひょうご	生活全般、保健医療、子育て	078-453-7440	金 13:00~18:00	英語・中国語・ベトナム語
姫路市男女共同参画 推進センター“あいめっせ” 女性のための相談室	女性の悩み全般	面接(予約制) 079-287-0807	火・木・土 10:00~16:00 水・金 10:00~18:00	日本語
		079-287-0801	火 10:00~16:00 水・金 10:00~18:00	
男性のための電話相談	男性の悩み全般	079-287-0804	第2火曜 17:00~19:00	
姫路市配偶者暴力 相談支援センター	DV相談	079-221-1532	平日 8:50~17:20	日本語

順不同 18



## Visa procedures

### ● Check your Residence Status on your Passport and Residence Card

The conditions of your stay may vary depending on your residence status. Confirm your visa status and duration, as indicated in the landing permission stamp on your passport, to see how long you can stay in Japan. Changes to your Residence Status or Period of Residence require you to submit an application to your local Immigration Bureau office.

### ● Please note the following. <Short-term visitors are not allowed to work in Japan>

Those who have entered Japan on a short-term visa for tourism or other such purpose are not allowed to work in Japan.

### <To obtain permission to engage in activities not allowed under current visa status>

Depending on your residence status, it may be necessary for you to receive "Permission to Engage Activity Other Than That Permitted Under the Status of Residence Previously Granted" before you can engage in the activity in question.

### <Extend your visa>

Applications to change your residence status can be made at any time. Applications to extend your visa can be made from three months prior the expiry of your visa. Short-term visas may not, in principle, be extended.

### <To leave Japan temporarily> (see p.75)

When you leave Japan temporarily and plan to return for the same purpose as your previous entry, you must obtain a re-entry permit before leaving.

### <Illegal employment or stay>

Conducting activities not permitted under your visa, or working without a visa or under a short-stay visa, is deemed illegal employment and subject to punishment. Staying in Japan after visa expiration, is also deemed an illegal act and subject to deportation. Procedures for foreign nationals who

have violated the Immigration Control Act, such as illegal residence, are not available at the Himeji Port Branch Office. Please go to the Kobe Branch Office if these are needed.

\* Following changes to the law made in July 2012, re-entry procedures have changed. (Please refer to the website of the Immigration Bureau of Japan. <https://www.moj.go.jp/isa/index.html>)

### ● Immigration control and residence procedures

The Immigration Bureau handles applications for re-entry permit, visa extension and visa status change. The Osaka Regional Immigration Bureau's Kobe District Immigration Office, Himeji Port Branch Office is responsible for handling immigration control and residence procedures and other applications for international residents in Himeji. Documentation required for certificate of eligibility, visa status change and visa extension varies depending on the type of visa status. For further information, contact: Immigration Information Center at ☎ 0570-013904 (For IP phones or abroad: ☎ 03-5796-7112) or the Himeji Port Branch Office

**Kobe District Immigration Office,  
Osaka Regional Immigration Bureau  
Himeji Port Branch Office**  
☎079-235-4688

Address: Port of Himeji Administration  
Affairs Building, 294-1 Suka,  
Shikama-ku, Himeji 672-8063  
Access: Minato-cho or the final stop of  
Himeji Bus line #94

### Other related offices:

Kobe District Immigration Office, Osaka Regional  
Immigration Bureau ☎078-391-6377

Information and consultation services  
for international residents P.15, 17

## 在留のための手続き



### ●在留資格の確認はパスポートまたは在留カードで

在留資格ごとに滞在の条件が異なるので注意しましょう。日本に滞在できる期間がどれだけあるのか、まずあなたのパスポートの上陸許可証印または在留カードの在留資格・在留期間を確認してください。在留資格変更や在留期間更新を希望するときには、地方出入国在留管理局での手続きが必要です。

### ●こんなことには注意しましょう <短期滞在では働けません>

観光などの目的で短期滞在資格を持って入国している場合は働くことはできません。

### <資格外の活動をしたときは>

在留資格によっては事前に資格外活動許可を受ける必要があります。

### <在留資格を変更または在留期間を更新したいとき>

在留資格の変更を受けたい場合は随時に、または在留期間の更新を受けたい場合は在留期限満了日の3カ月前から申請は受け付けられます。ただし短期滞在の在留資格は原則として更新は認められません。

### <日本から一時出国するときは> (P.76参照)

一時的に日本を離れ、再び同じ目的で入国を希望するときは再入国許可を受け、出国する必要があります。

### <不法就労、不法滞在の場合>

在留の資格で定められたこと以外の活動を行ったり、就労の資格を持たないで働くこと不法就労で罰せられます。また在留期限が切れたまま日本に滞在すると不法残留となり退去強制の対象になります。不法在留など入管法違反者となった外国人の方の手続きは、姫路港出張所ではできません。神戸支局まで出頭してください。

※2012年7月の法改正により、再入国手続等について変更がありました。(詳しくは、出入国在留管理局ホームページをご覧ください。 <https://www.moj.go.jp/isa/index.html>)

### ●出入国審査や在留審査手続

出入国在留管理局は再入国許可、在留期間更新、在留資格変更を取り扱います。姫路市に在留している外国人の方の出入国に関する審査や在留審査手続その他の申請は、姫路港にある大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所で行われます。

在留資格認定証明書の申請及び在留資格の変更申請、在留期間更新の申請を行う際に必要な書類等については各在留資格によって異なりますので、詳細は

外国人在留総合インフォメーションセンター

☎0570-013904 (IP、海外からは、

☎03-5796-7112)、

または姫路港出張所に問い合わせてください。

**大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所**  
☎079-235-4688

住所: 〒672-8063  
姫路市飾磨区須加294-1  
姫路港湾合同庁舎内  
交通: 神姫バス94番  
みなと町または終点で下車



参考情報:  
大阪出入国在留管理局神戸支局 ☎078-391-6377

各種相談窓口 P.16.18



## Residence Card/Special Permanent Resident Certificate/Resident Registration/Social security and tax number ("My Number")/Seal Registration

### ● Residence Card and Special Permanent Resident Certificate

Long term international residents of Japan are required to apply for either Residence Card or Special Permanent Resident Certificate. The Residence Card can be applied for at the airport when you enter Japan or at any Regional Office of the Bureau of Immigration. Applications for a Special Permanent Resident Certificate should be made at the City Office. Residence Cards and Certificates of Special Permanent Residency have a period of validity. Please apply to renew your document before this period expires.

- Required for application Passport, one photograph (4 x 3 cm) (not required for minors under 16)
- Location for Application For Residence Card  
**Himeji Port Branch Office, Kobe District Immigration Office, Osaka Regional Immigration Bureau**

**☎079-235-4688**

For Special Permanent Resident Certificate

City Hall's Jumin Madoguchi (citizen's information) Center, Branch Offices, Regional Offices, "Ekimae Shiyakusho (City Hall near Himeji Station)", Local Offices, and services centers

**☎079-221-2355**

Map of Himeji Port Branch Office, Kobe District Immigration Office, Osaka Regional Immigration Bureau  
P.20  
Himeji City Branch Offices P.81-85

### ● Apply for Resident Registration at the counter of the City Office

You should apply for Resident Registration if you are a foreign resident who has legally resided in Japan for a period of 3 months or more and you have an address in Japan. You should submit your application within 14 days of entering Japan, or the date of changing to a new address, at any of City Hall's Jumin Madoguchi (citizen's information) Centers, Branch Offices, Regional Offices, "Ekimae Shiyakusho (City Hall near Himeji Station)", Local Offices, or services centers. When you have completed Resident Registration, you will become eligible to have a

certificate of Resident Registration issued on your behalf, as well as gaining access to various other administrative services.

**Himeji City Branch Offices**  
**P.81-85**

### ● Necessary Documentation:

- (1) When entering Japan:  
Passport, Residence Card (not required if you have not received one yet) or Special Permanent Resident Certificate
- (2) When moving to a new address within Himeji City  
Residence Card or Special Permanent Resident Certificate Social security and My Number Card (if in possession of one)
- (3) When moving to an Address Outside of Himeji City or Outside of Japan: Residence Card or Special Permanent Resident Certificate, My Number Card (if in possession of one)
- (4) When moving to Himeji City from another city:  
Residence Card or Special Permanent Resident Certificate Social security, My Number Card (if in possession of one), and Certificate of Departure (obtain this from the City Town or Village Office of your previous residence).

All application periods are approx. 14 days

**Jumin Madoguchi (citizen's information) Center**  
**☎079-221-2355**

### ● About the My Number System

After you complete resident registration, you will receive an "My Number Card Notification" in the mail. Those who wish to, can have a (plastic) My Number Card issued to them as well. Your My Number will be essential to you in your future life, so be careful not to lose it. If your Period of Stay is extended, please perform the procedures to update your My Number Card within the validity period.

\* My Number Cards are issued by the Organization for Local Government Information Sharing

**Jumin Madoguchi (citizen's information) Center**  
**☎079-221-2150**

## 在留カード・特別永住者証明書／住民登録／マイナンバー／印鑑登録



### ●在留カードまたは特別永住者証明書

中長期在留する外国人は、在留カードまたは特別永住者証明書の手続きが必要です。在留カードは入国した空港または地方出入国在留管理局で、特別永住者証明書は市役所で手続きをしてください。在留カード、特別永住者証明書は、有効期間があります。有効期間が過ぎる前に更新の手続きをしてください。

- ・必要なもの パスポート、写真1枚(4×3cm) (16歳未満の方は不要) など
- ・申請場所 在留カードは  
**大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所**  
**☎079-235-4688**  
特別永住者証明書は  
**市役所の住民窓口センター、支所・地域事務所・駅前市役所・出張所・サービスセンター**  
**☎079-221-2355**

大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所 地図  
P.20  
市役所の出先窓口 P.81~85

### ●住民登録は市役所の窓口へ

適法に3カ月以上日本に滞在する外国人で住所を有する方は、住民登録をしてください。入国や転居などで住所を定めた日から14日以内に市役所の住民窓口センター、支所、地域事務所、駅前市役所、出張所、サービスセンターへ届けください。住民登録をすると住民票が作られ、さまざまな行政サービスを受けられるようになります。

市役所の出先窓口 P.81~85

### ●住民登録にはこんな書類が必要です

- ①入国したとき
  - ・パスポート、在留カード(未受領の場合は不要)または特別永住者証明書
- ②市内で転居したとき
  - ・在留カードまたは特別永住者証明書、マイナンバーカード(お持ちの方のみ)
- ③市外へ転出・出国するとき
  - ・在留カードまたは特別永住者証明書、マイナンバーカード(お持ちの方のみ)
- ④市外から転入したとき
  - ・在留カードまたは特別永住者証明書、マイナンバーカード(お持ちの方のみ)
  - ・転出証明書(前住所の役場でもらってください)

申請期間はいずれもおおむね14日以内です。  
**住民窓口センター ☎079-221-2355**

### ●マイナンバー制度について

住民登録された場合、マイナンバーを記載した「個人番号通知書」が届きます。また、希望者には「マイナンバーカード(プラスチック製)」が交付されます。マイナンバーは、今後の生活で必要となりますのでカードを紛失しないように大切に保管して下さい。

在留期間の更新をされた方は、有効期間内にマイナンバーカードの更新手続きをしてください。

※マイナンバーカードは、地方公共団体情報システム機構で作成するので、即日交付はできません。

**住民窓口センター ☎079-221-2150**



## ● When required to submit a "Certificate of Residence"

You may be required to submit an ID document in such circumstances such as signing a contract or applying for a school entrance exam. In these cases you should request a "Certificate of Residence". The Certificate can be obtained upon application at City Hall's Jumin Madoguchi (citizen's information) Center, City Hall branches, regional City offices, Ekimae Shiyakusho (City Hall near Himeji Station), sub-branches and service centers. The application must be filed by the foreigner registration card holder personally or by family members living at the same address. If you would like a friend, or a family member who does not live with you, to obtain the certificate for you, you will need to send them with a letter authorizing them to apply for the "Certificate of Residence" on your behalf.

When requesting the certificate on your behalf, the person who attends the City Office will be required to provide some form of personal identification, such as a Residence Card, and pay a fee of 300 yen for each certificate requested.

## ● If your Residence Card or Special Permanent Resident Certificate is lost or damaged

If your card is lost, stolen, or damaged you must file a request to have it re-issued.

- Period:  
Within 14 days of realizing that card has been lost, stolen or damaged
- Necessary documentation:  
passport, one photograph (4 x 3 cm) (not required for minors under 16), damaged Residence Card or Special Permanent Resident Certificate that needs to be replaced. In case of loss or theft, a certificate of loss issued by the police department.
- Application Locations: For Residence Cards:  
**Himeji Port Branch Office, Kobe District Immigration Office, Osaka Regional Immigration Bureau**  
**☎079-235-4688**

For Special Permanent Resident Certificate

City Hall's Jumin Madoguchi (citizen's information) Center, Branch Offices, Regional Offices, "Ekimae Shiyakusho (City Hall near Himeji Station)", Local Offices, and services centers ☎079-221-2355

**Himeji Port Branch Office, Kobe District Immigration Office, Osaka Regional Immigration Bureau P.20**  
**Himeji City Branch Offices P.81-85**

## ● Seal registration

Although a seal is required for signing contracts or conducting legal procedures in Japan, international residents can use their signature in most cases. However, one's registered seal is required in certain situations, such as when purchasing a car or signing a real estate contract. To have your seal registered, file an application presenting your seal you have had made at shops nearby and residence card at City Hall's Jumin Madoguchi (citizen's information) Center, City Hall branches, regional City offices, -Ekimae Shiyakusho (City Hall near Himeji Station), sub-branches or service centers. Upon completing the procedure, your Inkan Torokusho (Seal Registration Card) will be issued. To have an Inkan Shomei (seal registration certificate) issued, submit a request at the above municipal offices or service centers, presenting your Seal Registration Card a fee of 300 yen for each certificate requested. City Hall also offers an automated service for issuing seal registration certificates.

### <To create your own seal>

It takes approximately two weeks to have your own seal created if you order it at a hanko (seal) shop. For seal registration, you must have your name indicated on the seal in Roman letters, katakana or hiragana. Contact The Seal Registration division (079-221-2365) of the Jumin Madoguchi (citizen's information) Center at City Hall for further information. You can use unregistered seals for transactions such as opening a bank account. It is recommended that you have two seals to use for different purposes: a registered one for legal or other important procedures, and an unregistered one for daily use such as bank transactions.

## ●住民票の提出を求められたとき

契約や受験など、さまざまな場面で身分や住所の証明を要求されることがあります。このような場合、「住民票」を請求してください。市役所の住民窓口センターまたは近くの支所、地域事務所、駅前市役所、出張所、サービスセンターで請求できます。ただしこの証明書を請求できるのは本人か、同居の家族に限られています。友人や同居していない家族に依頼するときには「住民票」の必要な本人が委任状を作成し、それを代理人に託してください。請求する際には、窓口へ来られる方の在留カード等の身分証明書と手数料(1通300円)等が必要です。

## ●在留カードまたは特別永住者証明書を紛失したり、汚してしまったときは

紛失したり、盗難にあった場合、または汚れたり破れてしまった場合は再交付申請が必要です。

- 申請期間 紛失、盗難にあったことを知った日から14日以内
- 必要なもの パスポート、写真1枚(4×3cm)(16歳未満の方は不要) 破損したり、汚れた在留カードまたは特別永住者証明書、紛失・盗難の場合は、警察署が発行する遺失届出証明書など
- 申請場所 在留カードは  
**大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所**  
**☎079-235-4688**  
特別永住者証明書は  
**市役所の住民窓口センター、支所・地域事務所・駅前市役所・出張所・サービスセンター**  
**☎079-221-2355**

## ●不動産の契約や車の購入には印鑑登録が必要です

日本では契約等に印鑑を使用しますが、外国人の方の場合、たいていはサインで済ませることができます。しかし自動車の購入や不動産の契約時には公的に登録された個人の印鑑が必要です。印鑑を登録する場合は、まず近くの印判店で印鑑を作り、市役所の住民窓口センターか、支所・地域事務所・駅前市役所・出張所・サービスセンターに登録する印鑑と在留カードまたは特別永住者証明書を持参してください。手続きが完了すると印鑑登録証が発行されます。印鑑登録をしていることの証明書(印鑑証明)が必要な場合は印鑑登録証と手数料(1通300円)を持って上記いずれかの窓口にお越しください。

### 〈印鑑をつくるときは〉

印判店に注文すれば2週間くらいでつくることができます。登録できる印鑑は、アルファベット又はカタカナやひらがなで氏名の読みを表したのになります。詳しくは住民窓口センター印鑑登録担当(079-221-2365)にお問い合わせください。銀行などの登録印は印鑑登録したものでなくてもかまいません。印鑑登録した印鑑は大切な書類用に、銀行など普段の生活で使用するものと使い分けておいた方が安全です。



**大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所 地図 P.20**  
**市役所の出先窓口 P.81~85**





## Notifications (marriage, birth, divorce or death)

### ● Marriage

#### • Notification of marriage:

Marriage becomes legally effective as of the date notification of marriage is received.

#### • Necessary documentation:

Marriage notification form (should be signed by two witnesses who are 18 years of age or older), documents certifying that the marriage is not against the laws and regulation of the applicants' home country/ies, and Japanese translations of the documents, Documents certifying nationality (passport, etc.)

When international residents file a notification of marriage or divorce, several additional documents are required; the necessary documents vary, depending on the nationality. Contact Jumin Madoguchi (citizen's information) Center in advance, for details.

**Jumin Madoguchi (citizen's information) Center**  
☎079-221-2352

### ● Birth

#### • Notification of birth:

within 14 days after birth

#### • Necessary documentation:

birth notification form, birth certificate issued by a doctor (printed on the right half of the notification form), maternal and child health handbook, etc.

When a baby is born P.57

**Jumin Madoguchi (citizen's information) Center**  
☎079-221-2352

### ● Divorce

In Japan, there are three types of divorce proceedings: by both parties' consent, through family court arbitration, and by court decision. In either case, if the divorcing couple have

children, to complete the divorce procedure it is necessary to determine which party has child custody.

**Jumin Madoguchi (citizen's information) Center**  
☎079-221-2352

### ● Death of a family member

#### • Notification of death:

within 7 days after learning of the death

#### • Necessary documentation:

death notification form, death certificate issued by a doctor (printed on the right half of the notification form), The deceased person's Residence Card or Special Permanent Resident Certificate, etc.

**Jumin Madoguchi (citizen's information) Center**  
☎079-221-2352

#### <Cremation permit>

To obtain a cremation permit, submit a request for a cremation permit when filing the notification of death at City Hall's Jumin Madoguchi (citizen's information) Center, City Hall branches, regional City offices, Ekimae Shiyakusho (City Hall near Himeji Station), sub-branches or service centers. Cremation service is offered at Nagoyama Saijo (cemetery), Shimizudani Saijo, Ajsai-en (for those residing in Yasutomi-cho at the time of death) and Kofuku-en (for those residing in Kodera-cho at the time of death) (fee-required). Transportation by hearse for 10,180yen (available only for Nagoyama Saijo, only for transportation within the city).

**Administrative Office, Nagoyama Cemetery:**  
14-1 Nagoyama-cho, Himeji ☎079-297-5030

## こんなときにも届け出を 結婚・出産・離婚・死亡



### ●結婚するときは

- ・婚姻届 婚姻届を受理された日から婚姻の効力があります。
- ・必要なもの 婚姻届書（18歳以上の証人2名の署名が必要）、婚姻届の提出にあたって本国法において何の障害もないことを証明する書類とその翻訳文、国籍証明書（パスポート等）など

外国人の方が日本で婚姻または離婚を届け出る場合には、数種類の添付書類が必要です。またその内容も国籍によって様々なので事前に住民窓口センターまでお問い合わせください。

**住民窓口センター ☎079-221-2352**

### ●赤ちゃんが生まれたら

- ・出生届 出生の日から14日以内
- ・必要なもの 出生届書 医師発行の出生証明書（届書の右半分に印刷されています）  
母子健康手帳など

赤ちゃんが生まれたら P.58

**住民窓口センター ☎079-221-2352**

### ●離婚するときは

日本における離婚の方法には協議離婚、調停離婚、裁判離婚の3つがあります。いずれの場合も子どものいる場合は、離婚の手続きと共に、子どもの親権をどちらにするか決めなければなりません。

**住民窓口センター ☎079-221-2352**

### ●親族が死亡したときは

- ・死亡届 死亡の事実を知った日から7日以内
- ・必要なもの 死亡届書 医師発行の死亡診断書（届書の右半分に印刷されています）  
死亡者の在留カードまたは特別永住者証明書など

**住民窓口センター ☎079-221-2352**

#### 〈火葬許可証について〉

市役所の住民窓口センター、近くの支所、地域事務所、駅前市役所、出張所、サービスセンターへ死亡届を出して火葬許可証をもらってください。火葬は名古屋斎場、清水谷斎場、あじさい苑（死亡時に安富町に住所があった人が対象）、こうふく苑（死亡時に香寺町に住所があった人が対象）で行えます（有料）。霊きゅう自動車を使用するときは10,180円が必要です（名古屋斎場利用のみ、市内運行のみ）。

**名古屋霊苑管理事務所：姫路市名古屋町14-1**  
☎079-297-5030



## Medical insurance

### ● Health insurance system in Japan

Those over 75 years of age will be enrolled in the Medical Care System for People Age 75 and over. Company employees under 75 must enroll in employee health insurance through their employer; others must enroll in the National Health Insurance program. If you have enrolled in a health or social insurance program outside Japan, such insurance program is not available in Japan.

\*Those over 65 and under 75 who have certain disabilities may be covered under the Medical Care System for People Aged 75 and over.

### ● Be sure to show your health insurance card when receiving medical treatment.

If you enroll in health insurance, a health insurance card is issued, an important document certifying your coverage by health insurance. You are required to show your health insurance card when receiving medical treatment or examination. It is recommended that you carry it with you when travelling in Japan. You cannot use another person's health insurance card, or let others use your card.

### ● National health insurance and medical care system for people aged 75 and over

Financed by insurance premiums and other resources, National Health Insurance covers a part of medical expenses to lessen the financial burden on the insured. You can enroll in National Health Insurance if you are an international resident of Himeji City to whom the Basic Resident Register Law applies. National Health Insurance covers 70% of total medical expenses; the insured pays the remaining 30%. Under the medical care system for people age 75 and over, the medical benefits generally cover 90% of total medical expenses; the insured pays the remaining 10%.

### ● Coverage of Health Insurance

#### <Cases not covered>

Normal pregnancy/childbirth; checkup; vaccinations; treatment of occupational injury or illness (when covered by worker's compensation), injuries due to an altercation.

#### <Cases involving traffic accidents>

When you are injured by someone else, such as in a traffic

accident, you can use your insurance card, but you must report it.

#### <If due to sudden illness during a trip, or for other reasons, you received medical treatment without your health insurance card and paid all medical expenses>

You can apply for reimbursement of the medical expenses you paid. File a reimbursement request at City Hall's Kokumin Kenko Hokenka (National Health Insurance Section) for national health insurance, or Koki Koreishairyo Hokenka (insurance section of medical care system for people aged 75 and over) for medical care system for people aged 75 and over, or at City Hall branches, regional City offices, Ekimae Shiyakusho (City Hall near Himeji Station), sub-branches or service centers. Be sure to bring the receipts, statement of medical treatment fee, Individual Number Card, your health insurance card, and bankbook (of the head of your household for National Health Insurance; of the insured for Medical Care System for People Aged 75 and over). After a review of your presented documents, the authorized expenses (70% in principle for National Health Insurance; 90% in principle for Medical Care System for People Aged 75 and over) will be reimbursed.

#### <Reimbursement of medical fee exceeding a certain amount>

If your monthly payment for medical treatment exceeds a specified amount, you can have the excess portion reimbursed.

#### <If the insured gave birth to a child or has passed away>

A childbirth benefit of 408,000 yen is provided if the insured gives birth to a child under National Health Insurance (420,000 yen for delivery at a hospital enrolled in Japan Obstetric Compensation System), and a funeral benefit of 50,000 yen is provided if the insured has passed away.

If the insured passed away under Medical Care System for People Aged 75 and over, a funeral benefit of 50,000 yen is provided.

Contact the National Health Insurance Section on the first floor of City Hall or Insurance Section of Medical Care System for People Aged 75 and over for further information.

National Health Insurance Section ☎079-221-2341  
Insurance Section of Medical Care System for People Aged 75 and over ☎079-221-2315

## 医療保険への加入方法は



### ●医療保険制度とは

日本には医療保険制度があります。75歳以上の方は誕生日当日から後期高齢者医療制度に加入となります。75歳未満の会社員の方は勤務先で健康保険に加入してください。それ以外の方は国民健康保険に加入してください。外国の医療保険は日本では使えません。

※65歳以上75歳未満で一定の障害がある方は、後期高齢者医療制度へ加入することもできます。

### ●健康保険証は診察のとき必要です

医療保険に加入すると健康保険証が交付されます。被保険者であることを証明するものですから大切に扱ってください。医師の診察を受けるときはかならず保険証を見せます。日本国内を旅行するときにも持って行きましょう。この保険証は他の人に貸したり、借りたりしてはいけません。

### ●国民健康保険、後期高齢者医療制度は

保険料などを財源として、皆さんが医療機関にかかるときの医療費の負担を軽くすることを目的としています。加入の対象となるのは住民基本台帳法の適用対象とされた外国人住民となります。

国民健康保険の場合、一般的に医療費の70%を国民健康保険が負担し、残り30%を患者が支払うことになります。後期高齢者医療制度の場合、一般的に医療費の90%を後期高齢者医療制度の給付費が負担し、残り10%を患者が支払うことになります。

### ●医療保険が給付される場合、されない場合

#### <医療給付がされない場合>

正常な妊娠・出産、健康診断、予防接種、仕事上のケガや病気（労災適用の場合）、けんかをしたためのケガ。

#### <交通事故などの場合>

交通事故などで他人にケガをさせられたとき、保険証は使えますが、届出が必要です。

#### <旅行などで急病にかかり、保険証をもたずに受診し全額支払ったとき>

後日、領収書、診療報酬明細書、マイナンバーカード、保険証、預金通帳（国民健康保険加入の場合は世帯主義、後期高齢者医療制度加入の場合は被保険者本人名義のもの）を持って国民健康保険加入の場合は国民健康保険課で、後期高齢者医療制度加入の場合は後期高齢者医療保険課で、又は支所・地域事務所・駅前市役所・出張所・サービスセンターに申請します。審査の後、認められた治療費（国民健康保険の場合、原則その70%、後期高齢者医療の場合、原則その90%）が払い戻されます。

#### <医療費が一定の額をこえる場合>

1カ月間に支払った医療費が一定の額をこえる場合は超過分の払い戻しが受けられます。

#### <被保険者が出産あるいは死亡した場合>

国民健康保険の場合、出産したときは出産育児一時金40万8千円（産科医療補償制度加入医療機関での出産は、42万円）、死亡したときには葬祭費5万円が支給されます。後期高齢者医療制度の場合、死亡したときには葬祭費5万円が支給されます。

詳しくは市役所1階国民健康保険課又は後期高齢者医療保険課にお問い合わせください。

国民健康保険課 ☎079-221-2341  
後期高齢者医療保険課 ☎079-221-2315



## National pension plan

### ● Pension System

Pension programs are designed to financially support the lives of the elderly, handicapped or family of the insured, in case of his/her death. Regardless of nationality, all Japanese residents age 20 to 59 should enroll in public pension programs: basic pension plan and/or employee's pension plan. (Excluding those whose status of residence is "Specially Designated Activities (medical stay)" or "Specially Designated Activities (long stay for sightseeing and recreation, etc.)." Separate procedures are required.) Corporate or factory employees are enrolled in an employee's pension program, employers are responsible for enrollment procedures. Those not covered by employee's pension programs should enroll in the public pension plan. Applications for the public pension plan are accepted at Kokumin Nenkin Madoguchi Center (National Pension Section) of City Hall. Please note that an application must be filed by the person who will be covered by the pension plan.

National Pension Section ☎079-221-2332

### ● Allowance provision

Provision of Basic Elderly Pension starts when a person enrolled in the program reaches the age of 65, having paid pension premiums for at least 10 years (minimum period) in principle. A Basic Disability Pension is provided to pension program members who become handicapped. The Disability Pension is also provided to those who became handicapped due to illness or injury before the age of 20, in which case the provision of pension starts when the person becomes 20 years of age. A Basic Survivor's Pension is provided to the spouse (husband or wife) and child(ren), or child(ren) only, of a deceased person who was enrolled in the pension program. Certain conditions must be met in order to be eligible for the above pension programs. Contact Nenkin Jimusho (Pension Office) or

National Pension Section on the first floor of City Hall for further information.

Himeji Nenkin Jimusho (Himeji Pension Branch Office) ☎079-224-6382

### ● Withdrawal payment

If a non-Japanese person who has paid the premiums of the public pension or employee's pension program for at least six months withdraws from the pension program, they can receive withdrawal payment by filing a repayment request within two years after they move their address outside Japan, if that they are not receiving the Basic Elderly Pension.

Himeji Nenkin Jimusho (Himeji Pension Branch Office) ☎079-224-6382

## 国民年金への加入手続きは



### ● 年金制度

年金制度は老齢、障害、死亡に関して必要な年金を支給することで、生活の安定をはかることを目的としています。年金には、国民年金や厚生年金保険があります。国籍に関係なく日本国内に住所を有する20歳以上60歳未満のすべての方が公的年金制度に加入しなくてはなりません。(在留資格が「特定活動(医療滞在)」や「特定活動(観光等を目的とするロングステイ)」により滞在する方を除く。別途手続きが必要になります。)会社や工場に勤めている方は厚生年金保険に加入し、加入手続きは勤務先の会社が行います。その他厚生年金に加入していない方は国民年金に加入し、加入手続きは、本人が市役所国民年金窓口センターで行います。

国民年金窓口センター ☎079-221-2332

### ● 老齢、障害、遺族基礎年金が支給されます

- ・原則として10年(受給資格期間)以上保険料を納め、65歳になったとき  
→老齢基礎年金
- ・加入中に障害者になったときや20歳前の病気やケガで障害者になったとき  
→障害基礎年金
- ・加入者が死亡し、子のある配偶者(夫もしくは妻)または子だけがのこされたとき  
→遺族基礎年金

一定の受給条件を満たしていることが必要ですので、くわしくは年金事務所または市役所1階国民年金窓口センターにお問い合わせください。

姫路年金事務所 ☎079-224-6382

### ● 脱退一時金について

国民年金保険料の納付済期間、または厚生年金保険の加入期間が6カ月以上あり、老齢基礎年金の受給資格のない外国人の方が被保険者の資格を喪失し、日本国内に住所がなくなった日から2年以内に請求すれば脱退一時金が支給されます。

姫路年金事務所 ☎079-224-6382







## School education

### ● School education in Japan

Japanese compulsory education comprises six years of elementary school and three years of middle school. There is also high school and university, graduate and technical-level education available. The school week runs from Monday through Friday. The school year begins in April and ends in March of the following year. In Japan, children enter elementary school at the age of six. There are public schools (run by city or prefectural governments) and private schools.

### ● Education stages and enrollment procedures

#### ◇ Kindergarten

Kindergartens offer education programs for pre-school-aged children three to five years of age to enhance children's mental and physical development. For enrollment in public kindergartens, complete necessary procedures at the kindergarten. Children from four years of age can be enrolled in public kindergartens (some Kindergartens start enrolling students from 3 years of age). If you experience difficulties, please contact the number below.

**Childcare Section ☎079-221-2313**

**Daycare centers**

**P.33**

#### ◇ Elementary, Junior, & Compulsory Schools

Children from age 6 to 15 must take mandatory education courses in elementary school and junior high school, combined elementary-junior high school, or special needs education schools. Textbooks are provided free of charge. Elementary, junior high, combined elementary-junior high school,

and special needs education schools provide lunch services (paid).

**Instructors Division, Board of Education  
☎079-221-2762**

#### ◇ High schools

Entry to high school is permitted for those who have graduated from junior high schools and passed the entrance exam. High schools offer different courses, including general, technical, vocational, and integrated studies. Junior high schools are responsible for application procedures for their students who wish to enter high school. Contact Koko Kyoikuka (High School Education Section) of the Hyogo Prefectural Board of Education for inquiries about Prefectural High Schools; contact the Gakko Shidoka (School Education Management Section) of Himeji City Board of Education for inquiries about City High Schools.

**High School Education Section, Hyogo Prefectural Board of Education  
☎078-362-9444**

**School Education Management Section,  
Himeji City Board of Education  
☎079-221-2766**

#### ◇ Universities/colleges

Universities/colleges accept those who have graduated from high schools and passed an entrance exam. Public (national or municipal) and private universities and colleges offer four-year courses, while junior colleges provide two-year curricula.

## 子どもが学校に通うための手続きは



### ●日本の学校について

- ・日本の学校は小学校6年、中学校3年です。さらに高等学校、大学、大学院や各種専門学校に進むこともできます。
- ・月曜日から金曜日まで授業があります。
- ・学年は4月にはじまり、翌年の3月に終わります。
- ・日本では6歳になると小学校に入学します。
- ・学校は市立、県立、私立があります。

### ●学校の種類と入学手続きの方法

#### ◇幼稚園

小学校入学をひかえた3歳から5歳までの幼児を教育し、心身の発達を助長することを目的としています。市立幼稚園に入園を希望する場合は、幼稚園へ直接行って入園手続きをしてください。市立幼稚園には、4歳から（園によっては3歳から）入園できます。分かりにくいときはご相談ください。

**こども保育課 ☎079-221-2313**

**保育所について**

**P.34**

#### ◇小・中・義務教育学校

6歳から15歳までの子どもは小学校、中学校、義務教育学校または特別支援学校で学ぶことができます。教科書は無償で給与されます。小・中・義務教育学校・特別支援学校では給食（有料）があります。

**教育委員会学校指導課 ☎079-221-2762**

#### ◇高等学校

中学校を卒業後、入学試験に合格すれば高等学校への入学が許可されます。高等学校には普通科・専門学科・職業学科・総合学科などさまざまな学科があります。中学校に在学している場合は中学校で高校の応募手続きをします。県立高校の場合は兵庫県教育委員会高校教育課に、市立高校の場合は姫路市教育委員会学校指導課にご相談ください。

**県教委高校教育課 ☎078-362-9444  
市教委学校指導課 ☎079-221-2766**

#### ◇大学

高等学校を卒業し、入学試験に合格すると大学入学が許可されます。大学には国立・公立・私立があり、4年制のほか、2年制の短期大学もあります。







## Social services

### ● For children

#### 1. Financial assistance

- ① Childcare Benefits (income restrictions apply)  
Eligibility: Parent(s) or guardian of student up to junior high school age
- ② Childcare financial assistance (income requirements apply)  
Eligibility: Single parent of a child or guardian, etc. of a child with a severely disabled father or mother.
- ③ Special childcare benefits (income requirements apply)  
Eligibility: Parent or guardian of a child with moderate or severe mental or physical disability. The benefit is provided until the child reaches the age of 20.
- ④ Benefits for disabled childcare (income requirements apply)  
For a child who has a severe mental or physical disability and requires constant help in daily activities. The benefit is provided until the child reaches the age of 20.

**Child Support Payments Section**  
☎079-221-2312

#### 2. About Daycare Centers and Certified Centers for Early Childhood Education and Care

Daycare centers provide childcare services for families who are unable to look after their children at home for work or other reasons. Certified Centers for Early Childhood Education and Care accept children regardless of whether their parents are working or not and provide integrated education and childcare services. Please contact the Childcare Section for information about using Certified Centers for Early Childhood Education and Care.

**Childcare Section** ☎079-221-2313

### ● Care for disabled child

#### 1. Disability ID booklet

There are three kinds of ID booklets for disabled people: Shintai Shogaisha Techo (ID booklet for the physically disabled), Ryoiku Techo (ID booklet for the intellectually disabled), and Seishin Shogaisha Hokenfukushi Techo (ID booklet for the mentally disabled).

#### 2. Care services

- Home helper service
- Temporary stay at facilities for the disabled
- Day visits to facilities, etc.

**Shogai Fukushima**  
(Welfare Section for the Disabled)  
☎079-221-2305

## 福祉サービスを利用したい



### ●子どもたちのために

#### 1. 各種手当の支給

- ① 児童手当 (所得制限あり)  
対象 中学校修了前の児童を養育している人
- ② 児童扶養手当 (所得制限あり)  
対象 ひとり親家庭の児童や、父親または母親が重度の障害を持つ児童を養育する保護者等
- ③ 特別児童扶養手当 (所得制限あり)  
対象 身体または精神に中度以上の障害を持つ20歳未満の児童の父もしくは母、または父母に代わって養育している人
- ④ 障害児福祉手当 (所得制限あり)  
身体または精神に重度の障害を持ち、常時介護を必要とする20歳未満の児童

**こども支援課** ☎079-221-2312

#### 2. 保育所・認定こども園について

保育所は就労などのために家庭で保育ができない保護者に代わって保育する施設で、認定こども園は保護者の就労の有無にかかわらず受け入れ、教育と保育を一体的に行う施設です。保育所・認定こども園利用については、こども保育課にお問い合わせください。

**こども保育課** ☎079-221-2313

### ●障害者（児）のために

1. 障害者手帳について  
身体障害の方には「身体障害者手帳」が、知的障害の方には「療育手帳」が、精神障害の方には「精神障害者保健福祉手帳」があります。
2. 福祉サービス  
・ホームヘルパーの派遣  
・障害者施設への短期入所  
・施設への通所 など。

**障害福祉課** ☎079-221-2305



## ● Aging Life Care

1. In-home care (nursing care insurance not applicable)  
**Senior Citizens Support Section**  
**☎079-221-2306**

2. Residence at geriatric nursing facility  
 Contact the Senior Citizens Support Section for all inquiries related to geriatric nursing care facilities.

**Senior Citizens Support Section**  
**☎079-221-2306**

3. Contacts for nursing care and welfare  
 (Community General Support Center)  
**Shirasagi/Kinryo Community General Support Center**  
**☎079-299-3939**

**Joken/Toko Community General Support Center**  
**☎079-289-1703**

**Yasumuro Community General Support Center**  
**☎079-291-5757**

**Takaoka Community General Support Center**  
**☎079-290-9990**

**Sanyo Community General Support Center**  
**☎079-283-1511**

**Shosha/Hayashida Community General Support Center**  
**☎079-266-5885**

**Daihakusho Community General Support Center**  
**☎079-267-3929**

**Hanada/Shiroyama Community General Support Center**  
**☎079-253-8178**

**Shigo/Hlgashi Community General Support Center**  
**☎079-252-8009**

**Masui/Hiromine Community General Support Center**  
**☎079-225-6766**

**Kita Community General Support Center**  
**☎079-264-6153**

**Nada Community General Support Center**  
**☎079-247-3355**

**Omato Community General Support Center**  
**☎079-254-3811**

**Shikama-Nishi Community General Support Center**  
**☎079-240-6528**

**Shikama Community General Support Center**  
**☎079-231-4302**

**Hirohata Community General Support Center**  
**☎079-236-8114**

**Otsu Community General Support Center**  
**☎079-236-3170**

**Asahi Community General Support Center**  
**☎079-273-1610**

**Aboshi Community General Support Center**  
**☎079-272-6936**

**Ieshima Community General Support Center**  
**☎079-325-0780**

**Yumesaki Community General Support Center**  
**☎079-290-8866**

**Kodera Community General Support Center**  
**☎079-232-3337**

**Yasutomi Community General Support Center**  
**☎0790-66-4357**

## ● Medical expense allowance

1. Those transitioning to their elder years  
 Eligibility: For those between the ages of 65 and 69, residing within the City (excluding those insured in Medical Care System for People Aged 75 and over) covered by public medical insurance (income and other requirements apply.)

2. Infants, etc.  
 Eligibility: For infants up to 3rd grade of elementary school, covered by public medical insurance (income requirements apply to 3-year-olds and above.)

3. Children  
 Eligibility: For children from 4th grade of Elementary School to the completion of 3rd grade of Junior High School who are covered by public medical insurance (income requirements apply.)

4. Single-parent households  
 Eligibility: Single parents and/or their children and orphans who are covered by public medical insurance (income requirements apply.)

5. For the disabled  
 Eligibility: The severely disabled (holders of Grade 1 or 2 ID booklet for the physically disabled, Ryoiku Techo (Grade-A Therapy Card), or Grade 1 ID booklet for mentally disabled) who are covered by the public medical insurance (income requirements apply.)

**Health and Welfare Policy Section**  
**☎079-221-2307**

## ● Nursing Care Insurance System

Nursing Care Insurance is a program whose members pay insurance premiums to receive benefits and use care services when necessary.

1. Members (the insured)  
 This scheme covers international residents who have entered Japan with a visa valid for over three months, or are likely to stay in Japan for over three months judging from the purpose of entry and lifestyle in Japan when: aged 65 or over aged 40 to 64 and covered by public medical insurance

2. How to use care services  
 To use the service, first apply at City Hall for authorization of "yo-kaigo (constant care needed)" state or "yo-shien (constant support needed)" state, then sign a contract with a care provider.

3. Expenses  
 Generally, service users pay 10 to 30% of care service costs.

**Nursing Care Section**  
**☎079-221-2445**

## ●高齢者の方のために

1. 在宅福祉サービス(介護サービス利用対象外)  
**高齢者支援課** **☎079-221-2306**

2. 養護老人ホームへの入所  
 養護老人ホームについてのご相談は高齢者支援課にお問い合わせください。  
**高齢者支援課** **☎079-221-2306**

3. 介護・福祉に関する相談(地域包括支援センター)  
**白鷺・琴陵地域包括支援センター** **☎079-299-3939**  
**城乾・東光地域包括支援センター** **☎079-289-1703**  
**安室地域包括支援センター** **☎079-291-5757**  
**高岡地域包括支援センター** **☎079-290-9990**  
**山陽地域包括支援センター** **☎079-283-1511**  
**書写・林田地域包括支援センター** **☎079-266-5885**  
**大白書地域包括支援センター** **☎079-267-3929**  
**花田・城山地域包括支援センター** **☎079-253-8178**  
**四郷・東地域包括支援センター** **☎079-252-8009**  
**増位・広嶺地域包括支援センター** **☎079-225-6766**  
**北地域包括支援センター** **☎079-264-6153**  
**灘地域包括支援センター** **☎079-247-3355**  
**大的地域包括支援センター** **☎079-254-3811**  
**飾磨西地域包括支援センター** **☎079-240-6528**  
**飾磨地域包括支援センター** **☎079-231-4302**  
**広畑地域包括支援センター** **☎079-236-8114**  
**大津地域包括支援センター** **☎079-236-3170**  
**朝日地域包括支援センター** **☎079-273-1610**  
**網干地域包括支援センター** **☎079-272-6936**  
**家島地域包括支援センター** **☎079-325-0780**  
**夢前地域包括支援センター** **☎079-290-8866**  
**香寺地域包括支援センター** **☎079-232-3337**  
**安富地域包括支援センター** **☎0790-66-4357**

## ●医療費の助成

1. 高齢期移行者  
 対象 市内に住所のある65歳以上70歳未満(後期高齢者医療制度の被保険者は除く)の方で医療保険に加入している人(所得制限等があります)

2. 乳幼児等  
 対象 小学3年生修了までの乳幼児等で、医療保険に加入している人(3歳以上は所得制限があります)

3. こども  
 対象 小学4年生から中学3年生修了までの児童・生徒で、医療保険に加入している人(所得制限があります)

4. 母子家庭等  
 対象 母子家庭の母子又は子のみ、父子家庭の父子又は子のみ、遺児で医療保険に加入している人(所得制限があります)

5. 障害者  
 対象 重度の障害者[身体障害者手帳(1級、2級)、療育手帳(A)、精神障害者保健福祉手帳(1級)]で医療保険に加入している人(所得制限があります)  
**保健福祉政策課** **☎079-221-2307**

## ●介護保険制度

介護保険制度は、加入者が保険料を出し合い介護が必要になった場合に保険の給付を受けて介護サービスが利用できる制度です。

1. 加入者(被保険者)  
 入国当初の在留期間が3カ月を超えるか、または日本への入国目的、入国後の生活態をふまえて3カ月を超えて日本に滞在すると認められる人で次の要件に該当する人  
 ・65歳以上の人  
 ・40歳以上65歳未満の医療保険加入者

2. 介護サービスの利用  
 市役所に申請して要介護認定または要支援認定を受けてから、各介護サービス事業所と契約します。

3. 利用料の負担  
 原則、介護サービス料金の1割～3割が利用者の負担です。

**介護保険課** **☎079-221-2445**



## Housing

### ● Japanese housing

In Japan, housing is provided either by public organizations or private corporations. Public housing is managed by prefectural or city governments, while private real estate brokers arrange private housing. Lot size and floor space are usually indicated in the Japanese unit tsubo, which is equivalent to approximately 3.3 square meters. In general, room space is expressed in terms of tatami mats (which are about 180x90cm each), using a unit called jo.

### ● Public housing

Some public housing is available for international residents. There are some criteria for application, including income requirements. If the number of applicants exceeds that of open housing units available, applicants are selected by lottery.

**City-owned housing: Himeji City Housing Section**

☎079-221-2632

**Prefectural housing: Hyogo Prefecture Public Housing Service Corporation Himeji Branch**

☎079-286-9701

**Prefectural kosha (public) housing: Hyogo Prefectural Housing Corporation, Housing Management Division, Western Management Division**

☎078-232-0045

### ● Private housing

Real estate companies offer a brokerage service for finding, selling or buying private real estate, such as houses, apartments and condominiums.

### ● It is recommended that you clarify your preferences in advance

- how much you can pay for rent
- how many rooms and how much space you need
- which area you prefer to live in.

Visit real estate brokers in the area you prefer, and tell them your preferences (location, budget, layout).

#### <Signing a contract>

Generally, it is recommended that you see several properties before making a decision. Be sure to receive a detailed explanation of lease conditions. If you agree with the lease conditions, submit an application to the real estate company. Your application will undergo the landlord's screening and may be declined if the landlord disagrees. Upon the landlord's agreement, you will receive an explanation of contract terms and conditions and sign a lease contract before moving in. It is also necessary for you to confirm with the landlord and real estate broker regarding your and their responsibilities before signing the contract.

#### <Example real estate advertisement symbols>

K : kitchen  
DK : dining-kitchen  
1DK : dining-kitchen plus one bedroom  
LDK : dining-kitchen and living room  
S : storage

## 住まいの見つけ方、借り方



### ●日本の住宅

日本の住まいには公営住宅と民間住宅があります。公営住宅は県、市などが扱うもので、民間住宅は一般的に不動産業者が扱っています。土地や床面積は坪という単位で表示される場合があります。1坪は約3.3平方メートルです。一般的に部屋の広さは畳の数で表示されます。畳1枚の大きさは約180cm×約90cmで、「じょう」という単位を使います。

### ●公営住宅

外国人の方でも申し込める公営住宅があります。収入基準等の応募資格があり、希望者多数の場合は抽選になります。(県営住宅は毎月抽選)

**市営住宅…姫路市住宅課**

☎079-221-2632

**県営住宅…(株)兵庫県公社住宅サービス**

姫路事務所 ☎079-286-9701

**県公社住宅…兵庫県住宅供給公社**

住宅管理事務所公社西部管理課

☎078-232-0045

### ●民間住宅

日本で民間住宅を探すときは通常不動産業者に依頼します。住宅、アパート、マンション等の紹介から売買まで多くの情報を提供してくれます。

### ●住宅を借りようと思ったときは事前に

- ・家賃はいくらまで支払い可能か
- ・広さや部屋数の希望
- ・どの地域に住みたいか

などの条件を明確にしておきましょう。そして入居を希望する地域の不動産業者へ行き、希望する物件(場所、予算、間取り)について相談します。

#### 《物件の特定から入居まで》

いくつかの候補物件を紹介してもらい、その中から特定します。詳細について説明を受け、確認の上、納得できたら入居申込書を業者に提出しましょう。その後、貸主の承諾を受けることになりますが、承諾を得られないときは契約が不成立となります。貸主の承諾を得られた場合は契約内容の説明を受け、賃貸借契約が成立して入居となります。

また、契約書にサインする前にあなたにどんな責任があるのか、同様に家主、業者にどんな責任があるのかをきちんと確認しておきましょう。

#### 《住宅広告の表現》

K : キッチン  
DK : ダイニングキッチン  
1DK : 1部屋とダイニングキッチン  
LDK : リビング・ダイニングキッチン  
S : 納戸



## ● Costs and terms of real estate contract

Chintaishaku keiyakusho:

a lease contract on which agreements between a landlord and a tenant are indicated

Juyo Jiko Setsumeisho (Explanation of Essential Items): A document which summarizes all of the essential items that are required in order to decide whether or not you will be allowed to rent the property.

Chinryo (yachin): monthly rent

Shiki-kin (hoshokin): deposit money

Shiki-biki-kin:

non-refundable portion of shiki-kin. The rest of the shiki-kin is refunded when the lease contract ends and the tenant moves out.

Kyoeiki-hi (kanri-hi):

expenses for maintenance of shared areas (cleaning, repair, etc.) the tenant must pay in addition to rent

Chukai tesuryo: real estate broker's commission

Rental hoshonin:

a cosigner, jointly with the tenant, to guarantee compensation to the landlord for any damage caused by the tenant

## ● Precautions when renting real estate

### <Secure a cosigner>

A cosigner is necessary for renting a house/room. Be sure that you have your cosigner's name, address, telephone number, job, etc. when visiting a real estate broker. (Public housing does not require a cosigner.)

### <Visit a real estate company with a Japanese speaker>

If you cannot speak Japanese, it is likely that you will encounter difficulty in communicating with the real estate broker, or will be involved in trouble. Therefore, it is strongly recommended that you visit a real estate company with someone who speaks Japanese. It would be best if you are accompanied by your cosigner.

### <Living in apartments>

When living in public housing or apartments, conflicts may occur due to differences in lifestyles between residents.

Try to mind your manners to avoid trouble.

### <Prohibited acts>

- The property cannot be changed or renovated without the prior consent of the landlord.
- Subletting is prohibited in most cases.
- Having a pet is often prohibited.

### <Lease contract may be canceled in the following cases>

- Failure to pay the rent
- Cause trouble and bother neighbors by making loud noises, etc.
- Other cases (Be sure to have sufficient explanation from the real estate broker.)

### <Air-conditioning>

In Japan, some rental housing has no air-conditioning. Be sure to confirm whether such units are provided, as it becomes very hot and humid in summer.

## ● Documentation required

1. Residence Card, etc.
2. Income certificate
3. Cosigner's name, address, job, telephone number, etc.

## ● If you cannot find appropriate real estate brokers

Hyogoken Takuchitatemono Torihikigyo Kyokai (Hyogo Real Estate Association)  
5-5-26 Kitanagasa-dori, Chuo-ku, Kobe  
☎078-382-0141  
(main switchboard)

Zen-nihon Fudosan Kyokai (Japan real Estate Federation), Hyogo Head Office  
4-22-4 Nakayamate-dori, Chuo-ku, Kobe  
☎078-261-0901  
(main switchboard)

## ● 契約に必要な費用と用語

賃貸借契約書：貸主・借主の約束事が取り決めである書類

重要事項説明書：借りるかどうかの判断に必要な重要な事項をまとめた書類

賃料(家賃)：1カ月分の部屋の借り賃

敷金(保証金)：貸主に預ける保証金

敷引金：解約し、退去するときに敷金より差し引かれる金額

共益費(管理費)：家賃とは別に共用部分等の維持管理(清掃、補修等)に要する諸費用

仲介手数料：不動産業者に支払う手数料

連帯保証人：トラブルが発生した場合、借主とともにそのトラブルに責任をもつことができる人

## ● 家を借りるときの注意事項

### <連帯保証人を確保する>

連帯保証人が必要になりますので、その方の住所、氏名、電話番号、勤務先等を示すことができるようにしておいてください。  
(公営住宅は連帯保証人不要です)。

### <日本語のできる人と行きましょう>

日本語が理解できないと業者との相談がスムーズにいかない、あるいはトラブルに巻き込まれることも予想されますので必ず日本語が理解できる人と一緒に行きましょう。連帯保証人の方と行くのが一番良いでしょう。

### <共同住宅に住む場合>

公営住宅やアパートなどの共同住宅では入居者同士の生活習慣の違いからトラブルが生じることがあります。

迷惑をかけないようにお互いに気をつけて生活しましょう。

### <禁止されていること>

- ・家主の許可なく改装してはいけません。
- ・借りた部屋を他人に又貸しすることは基本的に禁止されています。
- ・犬猫などの動物の飼育が禁止されている場合もあります。

### <このような場合は契約が解除されます>

- ・家賃の滞納
- ・騒音等で近隣住民に迷惑をかけたとき
- ・その他  
入居の際に業者から十分に説明を受けてください。

### <冷暖房設備について>

日本の賃貸住宅は冷暖房設備がない場合があるので注意してください。夏は非常に暑く高湿になるのでエアコンがついているかどうか確認しておく必要があります。

## ● こんな書類を用意してください

1. 在留カード等
2. 所得があることを証明するもの
3. 連帯保証人の氏名、住所、勤務先、電話番号等

## ● 適当な不動産業者が見つけれないときは

### (一社) 兵庫県宅地建物取引業協会

神戸市中央区北長狭通5丁目5-26

☎078-382-0141 (代)

### (公社) 全日本不動産協会兵庫県本部

神戸市中央区中山手通4丁目22-4

☎078-261-0901 (代)



# FY2023 (April 2023 through March 2024) Clean Calendar for General Households Use




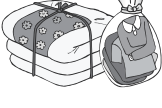

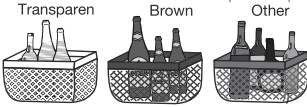


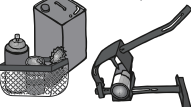


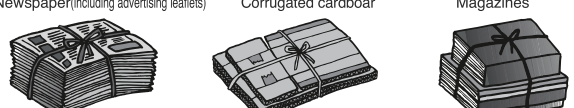
Do not put a non-household garbage into the local community garbage pit.



For enquiries about the waste collecting service, please contact Recycle Section. ☎221-2404  
http://www.city.himeji.lg.jp/s40/2212404.html

## ●Items the city collects (Domestic garbage) ※ Please note that there will be no collection from January 1st to 3rd.

Burnable Garbage		Weekly:		and		Plastic containers and packs		Weekly:		Paper wastes		Week:		and		Caution																																		
<b>Kitchen garbage</b> (Please drain as much water as possible from kitchen garbage) (Kitchen waste, tea dregs, etc.)  Shoes, slippers, bags, wood pieces, natural flowers, shells, disposable lighters(see the back as well.), cassette tapes, videotapes, CDs, stuffed animals, disposable diapers, and non-recyclable paper (e.g., carbon paper). ※For paper diapers, dispose of filth in a toilet and place the diaper in a plastic bag. Put them out with burnable garbage.		<b>Other burnable garbage</b>  Videotapes CD Case Interlocking mats Carbon paper  designated trash bag		  Styrofoam Snack bags Covers Labels Egg packs Bags, trays, covers, bottles, packs, nets, wrapping sheets, and Polystyrene ※Containers and packs with ♻️ ※Separate the above wastes as burnable garbage if food is attached to the wastes ※Garbage larger than the bag should go to the plastic items category. ※Dispose of plastic bottles as "Large garbage". ※To prevent scattering, be careful not to fly on days with strong winds.		 designated trash bag		  Recyclable paper waste Paper bag Wrapping paper, paper bags, cartons, paper cans, pasteboard, and recyclable paper wastes other than paper containers and cartons (e.g., notebooks, copy paper, postcards). Paper package less than 500 ml ※Dispose of food and odorous waste as "Burnable garbage".		<table><tr><th>April</th><th>May</th><th>June</th><th>July</th></tr><tr><td>th</td><td>th</td><td>th</td><td>th</td></tr><tr><td>th</td><td>th</td><td>th</td><td>th</td></tr><tr><th>August</th><th>September</th><th>October</th><th>November</th></tr><tr><td>th</td><td>th</td><td>th</td><td>th</td></tr><tr><td>th</td><td>th</td><td>th</td><td>th</td></tr><tr><th>December</th><th>January</th><th>February</th><th>March</th></tr><tr><td>th</td><td>th</td><td>th</td><td>th</td></tr><tr><td>th</td><td>th</td><td>th</td><td>th</td></tr></table>		April	May	June	July		th	th	th	th	th	th	th	th	August	September	October	November	th	th	th	th	th	th	th	th	December	January	February	March	th	th	th	th	th	th	th	th	●Time to take out the trash before 8 am on the collection day (As for night collection area, before 10 pm)  ●How to take out the trash Burnable garbage ↳Use the designated trash bag. (See figure on the left) Plastic containers and packs ↳Use the designated trash bag. (See figure on the left) Paper wastes ↳Paper bag  ●Place to take out the trash Designated burnable waste station.	
April	May	June	July																																															
th	th	th	th																																															
th	th	th	th																																															
August	September	October	November																																															
th	th	th	th																																															
th	th	th	th																																															
December	January	February	March																																															
th	th	th	th																																															
th	th	th	th																																															

Large Garbage (Twice a Month)  (Length of 2m or less, weight of less than 50 kg)	April	May	June	July	August	September	October	November	December	January	February	March	Caution
	th	th	th	th	th	th	th	th	th	th	th	th	
	th	th	th	th	th	th	th	th	th	th	th	th	
<b>Wood items</b> (Break and bundle as much as possible)  Wood items (desks, chairs, beds, drawers, etc.), wood pieces, fusuma doors, items composed mainly of wood. ※ Please cut bamboo, bamboo grass, and reed blinds to a length 80 cm or less.	<b>Metal item</b>  Mattress (with spring), Bicycles, steel products, metal screens, long metal pieces, metallic doors, irons, sewing machines, electric fans, heaters (fuel drained and batteries removed), Video decks, CD players, air purifiers. ※ For edged tools, please wrap newspaper around the blade, etc. Before discarding. ※ Please remove batteries (including rechargeable battery) where possible.		<b>Plastic item</b>  Hoses, helmets, clocks, lighting fixtures, styrofoam (pieces that do not fit inside designated bags), polyethylene tanks (emptied of contents), composite products made mainly of plastics. ※ If the garbage comprised only of plastics and can fit in a designated garbage bag, place in a burnable garbage. ※ Please remove batteries (including rechargeable battery) where possible.		<b>Bedding / rugs</b> (Tie the top tightly with strong string)  Carpet, Mattresses (without springs), blanket, curtain, electric carpet, cloths/clothing. ※ Dispose clothes in a bag that allows the contents to be seen. They are reused and recycled, so please dispose of items with your name on them or items that are dirty as burnable garbage. ※ Please remove batteries (including rechargeable battery) where possible.		<b>China and porcelain (ceramics)/glasses other than empty bottles used to contain beverages and foods</b> (in a sturdy bag)  Mirrors, flowerpots, sand for pets, teacups, horticulture earth and sand, heat-resistant glass, sheet glass, Clothes drying platforms, cosmetic bottles, glass tumblers. ※ Contact Recycle Section for household articles containing asbestos. (☎221-2404)						
<b>Empty bottles</b> (The contents need to be washed and emptied. Remove the cap and cover. Do not put it in a plastic bag when throwing it away.)  Transparent Brown Other ※ Glass bottles that contained materials other than drink or food, are made of heat resistant glass (glass pots and covers) and glass cosmetics bottles must be categorized as ceramics for garbage disposal.	<b>Plastic bottles</b> (Wash, remove covers and labels, crush.)  Recycled into PET bottles. PET "Identification Display Mark" "Material Indication Mark" ※ Take off covers and labels, and throw them out as plastic container packages.		<b>Paper cartons</b> (washed, open and dried)  Paper packages of 500ml or bigger ※ Throw paper package of less than 500ml in size as a "mixed paper". ※ When the inside of a package is brown or laminated with aluminum foil, treat it as burnable garbage.		<b>Empty cans</b> (Contents must be emptied. Remove the caps and covers. Do not put them in plastic bags when throwing them away)  Empty cans less than 20 liters in size ※ Spray cans and gas cylinders for home cooking can cause explosions and/or fire. Make sure you use up the contents and punch a hole in each can before throwing them away (see the back as well.)								
<b>Fluorescent tubes</b> (Put these items in bins for fluorescent tubes without breaking them.)  Fluorescent tubes, incandescent light bulbs, LED bulbs, and similar items ※ Dispose of these items without putting them in boxes, ※ If any of these items are broken, put them in transparent bags.	<b>Batteries and similar items</b> (Put these items in battery recycling bins without breaking them.)  Batteries, Lithium primary batteries, clinical mercury thermometers, mercury thermometers, mercury manometers, and similar items ※ Please insulate coin cell lithium batteries (with model numbers CR or BR) with cellophane tape, etc. Before discarding. ※ However, small rechargeable batteries / button cell batteries are to be disposed of at stores. ※ If any of these items are broken, put them in transparent bags.		<b>Used paper</b> (Newspaper, cardboard and magazines should each be securely tied up in bundles with string)  Newspaper (including advertising leaflets) Corrugated cardboard Magazines										

## ●Items the city does not collect (These cannot be put out at garbage collection spot.)

Designated Home Electric Appliances	Personal computers for home use	Hazardous waste that cannot be discharged	Excessive amount of garbage	Industrial garbage
TVs, refrigerators and freezers (including wine fridges, coolers and chillers), washing machines and clothes dryers, air conditioners (including outdoor units) cannot be disposed of at the bulky waste station or brought to Eco Park Aboshi. Please have them picked up by your nearest retail store. (see the back as well.) 	Ask the manufacturer or a delivery service to collect the home computer and display. (See the back as well.) 	These items should be returned to the shop or store where the item was purchased. 	Massive amounts of waste that are the result of moving, objects 50kg or heavier, and large amounts of wood waste or pruned tree branches cannot be taken to regular garbage disposal sites. Even if each piece weighs 50kg or less, please ensure that the total amount discharged at one time does not exceed 50kg. <ol style="list-style-type: none"><li>For information on how to bring in the garbage to Eco Park Aboshi refer to the back side and contact us in advance. (TEL: 272-5540-5551)</li><li>Or, request a collection business designated by the city to collect these items. (Charged service) For more information, please contact: Recycling Section (221-2404) or the Himeji City website.</li></ol>	According to the law, it is the responsibility of each industry to dispose of their own industrial garbage. <ol style="list-style-type: none"><li>Try to recycle/return items back to resources.</li><li>Dispose of the item by yourself.</li><li>Ask city approved garbage collection dealers to dispose of the item. (for a fee)</li></ol>

# 令和5年度〔令和5年4月～6年3月〕一般家庭用クリーンカレンダー

事業所のごみは、地域のごみステーションへは出せません。



ごみについてのお問い合わせは、リサイクル課へ。 ☎221-2404  
http://www.city.himeji.lg.jp/s40/2212404.html

●市が収集するもの(家庭ごみ) ※1月1日・2日・3日の収集はありません。

可燃ごみ

毎週

曜日

台所ごみ

(生ごみは水をしっかり切って)

その他燃えるごみ

CD

CDケース

紙オムツ

ビデオテープ

ジョイントマット

カーボン紙

くつ、スリッパ、かばん、木くず、生花、貝殻、使い捨てライター(裏面参照)、カセットテープ、ビデオテープ、CD、ぬいぐるみ、紙オムツ類、再生できない紙類(カーボン紙等)

※紙オムツ類は汚物を処理し、袋に入れてから可燃ごみに出してください。

専用指定袋

プラスチック製容器包装

毎週

曜日

袋類、トレイ類、ふた類、ボトル類、バック類、ネット類、ラップ類、発泡スチロール、お菓子の袋

※のついた容器包装 ※食品のついたものは可燃ごみへ

※袋に入らない大きなものはプラスチック製合製品類へ

※ペットボトルは粗大ごみへ

※飛散防止のため、強風の日には飛ばさないよう注意

専用指定袋

ミックスペーパー

第

曜日

再生できる紙類

紙袋

包装紙類、紙袋類、紙箱類、紙紙類、容器包装以外の再生できる紙類(ノート、コピー用紙、はがき等)、500ml未満の紙バック

※食品、臭いのついたものは可燃ごみへ

専用指定袋

4月	5月	6月	7月
日	日	日	日
日	日	日	日
8月	9月	10月	11月
日	日	日	日
日	日	日	日
12月	1月	2月	3月
日	日	日	日
日	日	日	日

●排出時間

収集日当日の午前8時まで

(夜間収集区域は午後10時まで)

●排出方法

・可燃ごみ

↳専用指定袋(左図参照)

・プラスチック製容器包装

↳専用指定袋(左図参照)









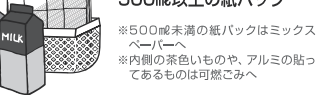



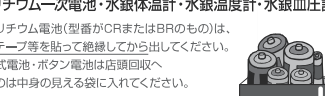



・ミックスペーパー

↳紙袋

●排出場所

指定された可燃ごみステーション

粗大ごみ (月2回) (長さ2m以下、重さ50kg未満)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	注意 事項
	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	
	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	●排出時間 収集日当日の午前8時まで  ●排出場所 指定された粗大ごみステーション

<div>木製品類 (できる限り、こわして、束ねて)</div> <div></div> <div>木製品類(机、イス、ベッド、タンスなど)、木切れ、ふすま、木を主体とした複合製品 ※竹・笹・よしは、長さ80cm以下に切断してください。</div>	<div>金属複合製品類</div> <div></div> <div>マットレス(スプリング入り)、自転車、金網類、アイロン、電子レンジ、掃除機、ミシン、扇風機、ストーブ(油や電池を抜いて)、ビデオデッキ、CDプレーヤー、PCプリンター、金属を主体とした複合製品 ※刃物等は刃の部分を開閉状態で包んで出してください。 ※電池類(充電式電池を含む)は取り外してください。</div>	<div>プラスチック複合製品類</div> <div></div> <div>ホース、ヘルメット、照明器具、時計、発泡スチロール(指定袋に入らないもの)、ポリタンク(中身を抜いて)、プラスチックを主体とした複合製品 ※プラスチックだけでできたもので袋に入るものは可燃ごみへ ※電池類(充電式電池を含む)は取り外してください。</div>	<div>ふとん・ジュタン類(ひもでしっかり結ぶ)</div> <div></div> <div>敷物、毛布、カーテン、マットレス(スプリングなし)、ホットカーペット、布類・衣類 ※衣類は中身の見える袋に入れてください。リユース、リサイクルを行っていますので、名前の書いてあるものや汚れているものは可燃ごみに出してください。</div>	<div>陶磁器類(セトモノ)・飲料や食品が入っていた空ビン以外のガラス類(丈夫な袋に入れて)</div> <div></div> <div>鏡、植木鉢、ペット用砂、茶碗、園芸土砂、耐熱ガラス、板ガラス、物干し台、化粧ビン、ガラスコップ ※アスベスト含有家庭用品についてはリサイクル課へお問い合わせください。(☎221-2404)</div>
<div>空ビン類(中身を出し、洗って、栓・フタを取って、袋に入れて)</div> <div><div>無色</div><div>茶色</div><div>その他の色</div><div></div></div> <div>※飲料や食品が入っていたビン以外のもの、耐熱ガラスのもの(ガラス製なべ、ふた)や化粧ビン等は陶磁器類に出してください。</div>	<div>ペットボトル(洗って、フタ・ラベルを外して、つぶして)</div> <div><div></div><div><div>再びペットボトルに再生しています。</div></div><div>「識別表示マーク」のついたもの</div><div>※フタ・ラベルは外してプラスチック製容器包装へ</div></div>	<div>紙バック(洗って、開いて、乾かして)</div> <div><div></div><div>500ml以上の紙バック</div><div>※500ml未満の紙バックはミックスペーパーへ ※内側の茶色いものや、アルミの貼ってあるものは可燃ごみへ</div></div>	<div>空カン類(中身を出し、栓・フタを取って、袋に入れて)</div> <div><div></div><div>20ℓ以下の空カン類</div><div>※スプレー缶・カセットコンロのボンベは、爆発や火災の原因となりますので、必ず使い切った後、穴を開けてから出してください。(裏面参照)</div></div>	
<div>蛍光灯(蛍光管カゴへ割れないように入れてください)</div> <div><div></div><div>蛍光管・白熱電球・LED電球等</div><div></div><div>※箱に入らずにそのまま。 ※割れたものは中身の見える袋に入れてください。</div></div>	<div>乾電池等(乾電池箱へ割れないように入れてください)</div> <div><div></div><div>乾電池・リチウム一次電池・水銀体温計・水銀温度計・水銀血圧計等</div><div>※コイン型リチウム電池(型番がCRまたはBRのものは、セロハンテープ等を貼って絶縁してから出してください)。 ※小型充電式電池・ボタン電池は店頭回収へ ※割れたものは中身の見える袋に入れてください。</div></div>	<div>古紙類(新聞紙、ダンボール、雑誌類ごとにひもで十字にしっかり結ぶ)</div> <div><div></div><div>新聞紙(チラシを含む)</div><div></div><div>ダンボール</div><div></div><div>雑誌類</div></div>		

●市が収集しないもの(ごみステーションには出せません。)

特定家電品	家庭用パソコン	排出できない危険なごみ等	多量のごみ	事業活動によるごみ
テレビ、冷蔵庫・冷凍庫(ワイン庫・保冷庫・冷温庫を含む)、洗濯機、衣類乾燥機、エアコン(室外機を含む)は、粗大ごみステーションへの排出やエコパークあほしへの持ち込みはできません。 お近くの小売店等で引き取ってもらってください。 (裏面参照)	家庭用パソコン(ディスプレイを含む)は、メーカーもしくは家電業者等に回収を依頼してください。 (裏面参照)	購入した店等で引き取ってもらうください。 ガスボンベ、スキューバのボンベ、消火器、タイヤ、バッテリー、残ったペンキ、石油、劇薬、量、金庫、ピアノ、バイク、注射器等 ※ガスボンベ、スキューバのボンベ、消火器、タイヤ、バッテリー、残ったペンキ、石油、劇薬、量、金庫、ピアノ、バイク、注射器等 ※ガスボンベ、スキューバのボンベ、消火器、タイヤ、バッテリー、残ったペンキ、石油、劇薬、量、金庫、ピアノ、バイク、注射器等	引越しごみ、50kg以上の重量物、多量の木くず、剪定枝はごみステーションに出せません。1個あたりが50kg以下の重量物であっても、一度に排出する総量が50kg以上にならないようにしてください。 方法1 エコパークあほし への持ち込みは裏面を参照し、事前に連絡してください。(☎272-5540・5551) 方法2 市の認めた収集業者に依頼してください。(有料) 詳しくは、リサイクル課へ(☎221-2404)又は、姫路市HPを確認してください。	事業活動によるごみは、法律により自らの責任において処理することが義務づけられています。 方法1 リサイクル・再資源化を図ってください。 方法2 自己処理を行ってください。 方法3 市の認めた収集業者に依頼してください。(有料)

令和5年度保存版

【分ければ資源、混ぜればごみ】

※裏面もご覧ください





## Electric, water, gas services

### ● Electrical voltage and frequency in Himeji: 100V and 60Hz

While electrical voltage is 100V throughout Japan, the frequency differs by region: 60Hz in the Kansai region (e.g. Kobe and Himeji) and 50Hz in the Kanto region (e.g. Tokyo). Before using any electric appliance, check its voltage and frequency requirements to see whether it can be used under the electrical conditions in your area. DO NOT use an appliance if its voltage and frequency specs are different from those which apply in your area, because it is a potential cause of accidents such as fire.

### ● To start using electricity

1. Apply to your desired electricity company to start using electricity.

\*A list of electricity companies is available on the Agency for Natural Resources and Energy website (Japanese only).

資源エネルギー庁、小売電気事業者

2. You need a Supply Location ID Number to apply for electricity. See the envelope entitled "Request for Electricity Customers" and note down your Supply Location ID Number.
3. Before you start using electricity, you must notify your desired electricity company of your address, name and date you will begin using electricity, and the Supply Location ID Number you have noted down, then perform the procedures for an electricity contract.
4. Switch the breaker to ON and check whether you can use the electricity or not.

\*If you still do not have power after switching the breaker to ON, contact the electricity company you applied to.

### ● Payment

Generally, your electricity meter is checked every month and you will receive a bill for an amount calculated according to your usage.

### ● To terminate service

Please contact your electricity company, about

10 days before moving and provide your name, address, date of moving and Supply Location ID Number.

See P.75 if you will leave Japan temporarily

### ● Contact in case of power outage or disaster

The Kansai Electric Power Co., Inc.

☎0800-777-3081 (free call)

### ● Water service

Tap water is drinkable. To begin using water service, submit a request to the Suido Ryokin Center (Water Service Section) of the City's Water Bureau at least 10 days prior to the day on which you wish to start using water. To terminate the service, contact the Service Section at least 10 days in advance, since the Service Section must prepare a final bill.

Himeji Water Service Section  
☎079-221-2711

### ● Water bill payment

Bills are issued every two months. Payment can be made in cash at convenience stores or financial institutions with a main office or branch in Himeji or electronic payment via a smart phone. Automatic payment is also possible from your account at the post office or financial institution that has a main office or branch in Himeji.

### ● Sewage service fee

Sewage service fee is charged by the Water Bureau on a bimonthly basis, together with the water service fee, and proportional to the amount used.

See P.75 if you will leave Japan temporarily

## 電気・水道・ガスを使用するときは



### ● 姫路の電気は 100ボルト／60ヘルツです

日本の電圧は100ボルトです。周波数は関西（神戸や姫路など）では60ヘルツ、関東（東京）では50ヘルツです。電気器具の使用をはじめ前に地域の規格に合っているかどうか、周波数、電圧の両方を確認してください。ヘルツ、ボルトが適していない器具は火災などの事故につながる場合があるので使用してはいけません。

### ● 電気を使いたいときは

1. 電気をご使用される場合は、ご希望の小売電気事業者にお申し込みください。

※小売電気事業者の一覧については、資源エネルギー庁のホームページ等で確認できます（日本語のみ）。

資源エネルギー庁、小売電気事業者

2. 電気の申し込みには、供給地点特定番号が必要です。「電気をご使用になるお客さまへのお願い」の封書をご確認いただき、供給地点特定番号をメモしてください。
3. 電気のご使用前にご希望の小売電気事業者に、ご住所、お名前、電気使用開始日、メモした供給地点特定番号をお知らせし、電気の契約手続きをしてください。
4. ブレーカーをONにして電気が使えるかどうかを確認してください。

※ブレーカーをONにしても電気が使えない場合は、電気の使用申し込みをした小売電気事業者へ連絡をお願いします。

### ● 支払いについて

原則、毎月メーターの検針を行い、使用量に基づき計算した金額が請求されます。

### ● 使用をやめたいとき

引っ越しの10日前に、ご住所、お名前、引越日、供給地点特定番号をご契約先の小売電気事業者へ連絡してください。

日本から一時出国するときは P.76

### ● 停電や災害のときの連絡先

関西電力送配電株式会社 ☎0800-777-3081  
(通話料無料)

### ● 水道について

水道水は、そのまま飲んでも安心です。水道水を使うには姫路市水道料金センターに使い始めたい日の10日前までに申し込んでください。使用をやめる場合は水道料金の精算ができるように10日前までに姫路市水道料金センターに知らせてください。

姫路市水道料金センター ☎079-221-2711

### ● 水道料金の支払い方法は

支払いは2カ月に1回です。市内に本・支店のある金融機関での口座振替または納付書による支払い、郵便局での自動払込及びコンビニエンスストアで納付書による支払い、スマートフォンの電子決済により支払う方法があります。

### ● 下水道使用料について

下水道使用料は2カ月分の水道使用水量によって計算され、2カ月に1回上水道料金と合わせて請求されます。

日本から一時出国するときは P.76



## ● Gas service

The type of gas differs depending on where you live. City gas is used in some areas, propane gas in other areas. Be sure to confirm whether your gas equipment is suitable for the type of gas you are provided, since city gas and propane gas have different calorific values.

## ● City gas (13A) service area

Contact your desired gas company and apply to begin using the city gas service. You can designate the date on which a service person can come to your home to turn on the gas. Your presence is required during the procedure.

\*A list of gas companies is available on the Agency for Natural Resources and Energy website (Japanese only).

資源エネルギー庁、ガス小売事業者

Search

## ● Payment

Generally, your gas meter is checked on a monthly basis and a slip is issued indicating the amount of gas used, then your gas fee is charged.

### • Direct debit

The bill amount is withdrawn from your account at the financial institution you specify.

### • In cash

Pay in cash at financial institutions, designated convenience stores, etc.

## ● To terminate service

Inform your gas company of the date you will move out at least 1 day in advance. A service person will come to your home for necessary procedures.

See P.75 if you will leave Japan temporarily

## ● Propane gas service area

### ◇ Where to contact

Contact the shop indicated on the slip attached to the meter to initiate or terminate service.

### ◇ Payment

A service person from the shop checks the meter and issues a bill on a monthly basis.

### ◇ Use appropriate equipment

Equipment for propane gas can be used anywhere in Japan. However, equipment for city gas cannot be used for propane gas. Be sure to have your equipment checked by the service person to ensure that it is appropriate for the intended use.

## If you notice a gas leak

○If you notice any abnormality, immediately turn off the gas and open doors or windows for ventilation, then try to find the cause of the abnormality.

○If there is a gas leak, an explosion may be caused by a spark from an electric appliance switch. DO NOT touch switches of electric exhaust fans or lights.

<Since propane gas is heavier than air, sweep it out using a broom.>

In case of a gas leak P.9

Osaka Gas Network Co., Ltd.'s  
designated line for reporting gas leaks:  
☎0120-7-19424

Contact your propane gas shop for further information about the use of propane gas.

## ●ガスについて

ガスは、住んでいる区域によって都市ガスとプロパンガスに分かれています。ガス器具も都市ガスとプロパンガスではガスのカロリーが違うので、使用の際にはガスとガス器具が合っているかどうか確認してください。

## ●都市ガス(13A)エリア

都市ガスを使い始めたいときは、ご希望のガス小売業者に申し込んでください。都合のいい日に係員が家にきてガスの開栓をしてくれます。開栓には本人の立ち会いが必要です。  
※ガス小売事業者の一覧については、資源エネルギー庁のホームページで確認できます(日本語のみ)。

資源エネルギー庁、ガス小売事業者

検索

## ●支払いについて

原則、毎月メーターが読まれてガスの使用料を書いたお知らせが渡され、料金が請求されます。

- ・口座自動振替払い 指定の金融機関の口座から直接引き落とされます。
- ・現金で支払う 金融機関、指定のコンビニエンスストアなどで現金支払い。

## ●使用をやめたいとき

引っ越しの前日までに、引っ越しの日をガス小売業者に知らせてください。係員がきて必要な手続きを行ってくれます。

日本から一時出国するときは P.76

## ●プロパンガスエリア

### ◇連絡先

使い始めるときも、使用をやめるときもメーターの付表に書いてある販売店に連絡してください。

### ◇料金

その販売店がガスメーターをチェックし、毎月の料金を請求します。

### ◇専用の器具を使いましょう

プロパンガス専用の器具は全国共通ですが、都市ガス用のものは使えません。必ず係員の点検を受けてプロパンガス専用のものを使ってください。

## ガスもれに気づいたら

○異常があれば元栓を閉め、窓や戸を開けてガスを外へ出しましょう。それから原因をチェックします。

○ガスがもれていると、電気器具のスイッチを入れたときに火花によるガス爆発を起こすことがあります大変危険です。換気扇・電灯などのスイッチには絶対にふれないでください。  
<プロパンガスは空気より重いのでほうきのようなもので掃きだしてください。>

ガスもれがわかったときは P.10

大阪ガスネットワーク(株) 兵庫事業部

ガスもれ通報専用 ☎0120-7-19424

プロパンガスについては販売店に相談してみてください。



## Telephone service

### ● To open a telephone line

Contact NTT, etc. to apply for a new line.  
(In the case of applying to NTT WEST)

- ◆ Necessary documentation:  
Residence Card, driver's license, or passport
- ◆ Costs: contract fee  
Subscription fee  
Installation fee

### ● Billing

A telephone bill is issued on a monthly basis. The bill includes basic rate and calling charges. Payments in cash can be made at a bank, post office or convenience stores. Direct debit from your bank or post office saving account is also possible.

### ● Contact NTT WEST or your telephone provider if you intend to move

To open a telephone line in your new residence, you are required to call NTT or the relevant provider in advance to arrange the installation work. It is recommended that you make arrangements as soon as possible after deciding the moving date.

### ● NTT WEST contact numbers

- Directory assistance: ☎104(paid service)
- Telephone repairs: ☎113  
\*From mobile phones ☎0120-444113
- Installation/removal: ☎116  
\* From mobile phones ☎0800-2000116
- Information (English, Portuguese, Spanish, Chinese, Korean available): ☎0120-064337
- Inquiry about telephone bill: ☎0120-747488  
\* Call charges do not apply. However, calls to "104" directory assistance incur a separate charge for using the service.

\*Please check and make sure you are dialing the correct number.

### ● Telephone directory

A "Town Page" Classified Directory for your local area is provided to NTT telephone line subscribers free of charge. The "Town Page" is useful when you need to find information such as hospitals or shops.

Town Page Classified Directory

Town Page Center: ☎0120-506309

\*Hello Page Himeji services ended as of October 2021.

See P.75 if you will leave Japan temporarily

## 電話



### ●家に新しく電話をつけたいときは

NTT西日本などに申し込みます。

《NTT西日本の場合》

- ◆必要なもの 在留カード、運転免許証、パスポートのいずれか
- ◆費用 契約料  
電話加入の施設設置負担金  
工事費

### ●料金について

電話料金は1カ月ごとに請求され、基本料金と通話料等で構成されています。現金支払いの場合は銀行、郵便局、コンビニエンスストアでお支払いください。銀行、郵便局の口座から自動振込にすることもできます。

### ●引っ越しの場合は 早めにNTT西日本などに連絡を

電話の工事は予約制です。引っ越しが決まりましたら早めに申し込んでください。

### ●NTT西日本問い合わせ先

- 電話番号案内 ☎104 (有料)
- 電話の故障 ☎113  
※携帯電話からは ☎0120-444113
- 新設・移転 ☎116  
※携帯電話からは ☎0800-2000116
- インフォメーション  
(英語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、韓国語可)  
☎0120-064337
- 電話料金 ☎0120-747488  
※通話料は無料です。ただし、電話番号案内「104」は別途ご利用料金が必要です。

※電話番号をお確かめのうえ、お間違いのないようお願い致します。

### ●電話帳

電話に加入すると居住エリアの職業別電話帳タウンページは無料でもらえます(NTT西日本の場合)。タウンページは各種情報を知るのに便利です。

タウンページ 職業別電話帳

タウンページセンター ☎0120-506309

※ハローページ姫路版は2021年10月をもって終了しました。

日本から一時出国するときは P.76

## ● Mobile phones

There are many different cell phone companies in Japan. Basic rates and dialing charges vary depending on the company and the service plans they offer. Apply for the service at sales shops of the respective companies.

### ◆ Necessary documentation

Residence card, driver's license or passport, cash card or credit card, seal, and documents certifying your address – i.e. utility bill receipts.

## ● To make an international call

You can make international calls via an operator or by direct dialing. Rates differ depending on call duration and destination, as well as which telephone company you use.

## ● To make an international call from public phones

### ◇ Use public telephone units equipped for international calls

You can make international calls on digital telephone units that indicate “kokusai tsuwa riyoka (equipped for international calls)” and “INTERNATIONAL & DOMESTIC.” Telephone cards or 100-yen coins can be used.

\* Some public phones cannot be used with a telephone card for international calls.

## ●携帯電話について

日本には、色々な携帯電話会社があります。基本料、通話料などは各社で異なり、契約はそれぞれのショップで行ないます。

### ◆必要なもの

在留カード・運転免許証・パスポート・キャッシュカード・クレジットカード・現住所が確認できる公共料金の領収書などと印鑑

## ●国際電話をかけるときは

日本から国際電話をかけるにはオペレーターを通じて申し込む方法と直接ダイヤルする方法があります。料金は通話時間、相手国、会社の料金によってちがいます。

## ●公衆電話から国際電話をかけるには

### ◇国際電話は国際通話兼用公衆電話を利用してください。

電話機ディスプレイに「国際通話利用可」及び「INTERNATIONAL & DOMESTIC」と表示されているデジタル公衆電話を利用してください。100円硬貨または磁気テレホンカードで利用できます。

※テレホンカードでは国際通話をご利用いただけない公衆電話機があります。







## Mail service

### ● Post office

All post office buildings are marked by the “〒” symbol. Regular tellers for postal service are open from 9:00 to 17:00 Monday to Friday, while larger offices such as Himeji, Himeji Minami, Kodera, and Gochaku Post Offices are open after 17:00 and on Sat., Sun. and national holidays for certain services.

### ● Post Office Services

Services include collection and delivery of postcards, enclosed envelopes and small parcels, as well as financial services of deposit and transfer. Remittance to destinations nationwide and major overseas cities is possible. (Tellers for financial services only open 9:00-16:00 on weekdays. Closed on Sat., Sun. and national holidays.)

Website (Japanese/English)  
<http://www.post.japanpost.jp/index.html>

### ● Domestic mail

Letters	Standard size		Length: within 14 ~ 23.5 cm Width: within 9 ~ 12 cm Thickness: within 1 cm	Within 25 g: 84 yen Within 50 g: 94 yen
	Non-standard size	Within the specified size (within 1 kg) Over the specified size (within 4 kg)	Length: within 34 cm Width: within 25 cm Thickness: within 3 cm Length: within 60 cm Total of length, width, and thickness: within 90 cm	Within 50 g: 120 yen Within 1 kg: 580 yen Within 50 g: 200 yen Within 4 kg: 1,350 yen
Postcards	Regular postcard			63 yen
	Return postcard			126 yen
Parcels	Fees differ based on distance and size. Total length, width, and thickness: within 170 cm.			Standard postage (within the prefecture)
	Within 25 kg			60 size: 810 yen 170 size: 2,340 yen
	Over 25 kg and within 30 kg			Standard postage + 520 yen

For quick delivery, sokutatsu (express mail) service is available for an extra fee. For delivery of valuable documents or items, kakitome (registered mail) service is recommended, by which compensation is provided if delivery fails. These services can be requested at the post office counter.

### ● International mail

#### <Letters>

Up to 2kg. Postal fee varies depending on destination country.

#### <Kokushokan (Aerogram)>

Aerogram forms are available at post offices for 90 yen, regardless of destination country.

#### <Postcards (by air)>

Available at uniform rate of 70 yen regardless of destination country. Rules for shape and size is: 14-23.5cm in length x 9-12cm in width.

#### <Printed documents by air>

Available up to 5kg. Envelopes must be unsealed in principle.

#### <Small packages by air>

Available up to 2kg, the limit varying depending on the destination country. A zeikan hyoufu (custom inspection notification) must be attached.

#### <International Express Mail Service (EMS)>

The quickest international mailing service offered by Japan Post, available for letters and parcels up to 30kg (20kg for some destinations).

#### ◇ Time for delivery (varies depending on destination)

e.g.) If a 10kg-parcel were sent to New York, USA:

**<EMS> 2 days**  
**<Air mail> 10 days**  
**<Sea mail> 2-3 months**

For inquiry about international mail service, contact:

**Post Office, Counter Sales Department**  
**☎079-222-4850**

## 郵便を送るとき



### ●郵便局は

〒マークのあるところが郵便局です。一般の郵便の窓口は月～金曜日の午前9時～午後5時ですが、姫路郵便局、姫路南、香寺、御着など大きな郵便局では午後5時以降や土、日、祝日も受け付けているところがあります。

### ●郵便局業務

ハガキ、封書、小荷物の集配業務のほか、貯金、振込などの金融業務も行っています。また日本全国、そして海外の主要都市への送金もできます。(ただし、金融業務の窓口は、平日の午前9時から午後4時まで。土日祝日は、お休みです)

ゆうびんホームページ (日・英)

<http://www.post.japanpost.jp/index.html>

### ●国内郵便について

封書	定形	長さ 14~23.5cm 幅 9~12cm 厚さ 1cmまで	25gまで 84円 50gまで 94円
	定形外	規格内 (1kg以内)	長さ 34cmまで 幅 25cmまで 厚さ 3cmまで 50gまで 120円 1kgまで 580円
		規格外 (4kg以内)	長さ 60cmまで 長さ・幅・厚さの合計 90cmまで 50gまで 200円 4kgまで 1,350円
はがき	通常はがき		63円
	往復はがき		126円
ゆうパック	距離、大きさによって料金が違います。長さ・幅・厚さの合計170cmまで		基本運賃 (県内の場合)
	25kgまで		60サイズ 810円 170サイズ 2,340円
	25kgを超え30kgまで		基本運賃+520円

急いで配達してほしい時には別途料金を支払い「速達」にすると通常便より速く届けてもらえます。

また重要な文書・物は「書留」にすると万一の場合に損害賠償が受けられます。

窓口に申し出てください。

### ●国際郵便について

#### <封書>

最高2kgまで。料金は郵送先の国によってちがいます。

#### <航空書簡>

郵便局の窓口で売っている既製の用紙を使用すると世界中どこでも90円で送れます。

#### <国際郵便はがき>

世界中どこでも航空扱いは70円で送れます。形や大きさの規格は、長さ14~23.5cm、幅9~12cmです。

#### <航空印刷物>

最高5kgまで。原則として開封で差し出されるもの。

#### <航空小形包装物>

国によって多少違いますが最高2kgまで送れます。郵便局にある税関票付を貼ります。

#### <国際スピード郵便 (EMS)>

30kg (国によっては20kg) までの郵便物なら最も早い国際郵便サービス。

#### ◇配達所要日数 国によりちがいます

(例) 10キロの荷物をアメリカ・ニューヨークに送った場合

**<国際スピード郵便 (EMS)> 2日**  
**<航空便> 10日**  
**<船 便> 2~3カ月**

その他国際郵便に関する問い合わせは

**姫路郵便局 窓口営業部 ☎079-222-4850**



## In case of illness or injury/Medical checkups/To maintain your health

### ● In case of illness or injury

It will be helpful if you have your family doctor in your neighborhood. Find clinics and hospitals in your neighborhood through your neighbors or friends. It may be difficult for non-Japanese speakers to explain their pains or symptoms, or understand the doctor's explanation properly. Sufficient communication is essential for proper medical treatment. It is recommended that you be accompanied by someone who can speak Japanese. Be sure to bring your health insurance card when receiving medical treatment.

List of doctors (with availability of foreign languages) P.77, 79

### ● Over-the-counter medicine

Cold medicine, digestive medicine, painkillers, eye drops are available at pharmacies, supermarkets or convenience stores without a prescription. Be sure to read the instructions before taking any medicine.

### ● Medical checkups

In Japan, schools and companies organize regular checkups for students and employees for early disease detection. As Tokutei Kenshin (specified checkup: body measurement, blood test, etc.) is obligatory for insurers, please contact your medical insurer for details and have yourself checked. For cancer screenings, please contact the Yoboka (Disease Control Section), Health Department.

Kokumin Kenko Hokenka (National Health Insurance Section)

☎079-221-2339

Koki Koreishairyo Hokenka (Insurance Section of Medical Care System for 75 and over)

☎079-221-2315

Yoboka (Disease Control Section), Health

Department ☎079-289-1555

Consultations regarding the results of medical checkups and lifestyle-related diseases are available at the Health Department by appointment only.

Kenkoka (Health Service Section), Health Department ☎079-289-1697

### ● To maintain your health

In Japan, it becomes very humid from June into mid-summer, which can cause mold in rooms or dampness of futon mats. As a measure to help maintain your health, it is recommended that you ensure sufficient ventilation in your room and air your bedding frequently. In Japan, humidity and temperatures become very high during summer. Since these conditions can result in food poisoning, precautions should be taken, such as cooking food thoroughly, washing hands before cooking or eating, and ensuring that foods are consumed as soon as possible, even if they are kept in the refrigerator. In winter, influenza epidemics often occur. For prevention, you should wash your hands when coming home, maintain a well-balanced diet and keep regular hours daily. Regarding food poisoning and influenza, special precautions should be taken regarding children and the elderly, as the symptoms may increase in severity.

Eiseika (Health and Medical Section), Health Department ☎079-289-1633

Boekika (Quarantine Section), Health Department ☎079-289-1721

### ● Regarding Infectious Diseases

Consultation on COVID-19 and other infectious diseases (tuberculosis, etc.), as well as AIDS and syphilis tests, are available by appointment.

<For COVID-19>

COVID-19, Boekika (Quarantine Section), Health Department ☎079-289-0066

<For infectious diseases other than COVID-19>

Boekika (Quarantine Section), Health Department ☎079-289-1721

## 病気やけがの場合は／健康診査／健康保持



### ●病気やけがの場合は

近所にかかりつけの診療所があれば何かと心強いものです。近くに診療所があるか友人に聞いてみましょう。しかし、痛みなどの症状を訴えたり、医師の説明を受けるのは日本語が母国語でない人には難しいものです。医師との十分なコミュニケーションは診療に欠かせません。日本語のできる人に付き添ってもらうことをおすすめします。また病院や診療所に行くときは必ず健康保険証を持って行きましょう。

外国語で診療可能な医療機関情報 P.78, 80

### ●市販薬について

風邪薬、胃腸薬、頭痛薬、目薬などは医師の処方箋がなくても薬局、スーパーマーケット、コンビニエンスストア等でも買うことができます。薬を使用するときは説明書をよく読んでください。

### ●健康診査を受けましょう

日本の学校や企業などでは定期的に健康診断を行っており、病気の早期発見につとめています。特定健診（身体測定、血液検査等）は、医療保険者の義務となっていますので、自分が所属する医療保険者にお問い合わせの上、お受けください。

がん検診は保健所予防課にお問い合わせください。

国民健康保険課 ☎079-221-2339

後期高齢者医療保険課 ☎079-221-2315

保健所予防課 ☎079-289-1555

検診の結果や生活習慣病などについての相談は予約制で、保健所で行っています。

保健所健康課 ☎079-289-1697

### ●健康を保持するために心がけたいこと

梅雨（6月）から夏にかけては湿度が非常に高くなるので室内にかびが発生したり、ふとんが湿ってしまうことがあります。換気をよくし、ふとんを日光で乾燥させるなどして健康維持につとめましょう。

また、日本の夏は高温多湿で食中毒が起こりやすくなります。食物は充分加熱する、調理や食事の前には石けんでよく手を洗う、食物は冷蔵庫に入れていてもできるだけ早く食べるなどがけましょう。冬にはインフルエンザが大流行することがあります。外出から家に帰ったら手を洗い、普段からバランスのとれた食事をとって規則正しい生活をしましょう。食中毒も、インフルエンザも、子どもや高齢者の場合、重症化することがあるので特に注意してください。

保健所衛生課 ☎079-289-1633

保健所防疫課 ☎079-289-1721

### ●感染症について

新型コロナウイルス感染症やその他の感染症（結核等）に関する相談、エイズ・梅毒検査を予約制で受け付けています。

<新型コロナウイルス感染症について>

保健所防疫課新型コロナウイルス感染症担当 ☎079-289-0066

<新型コロナウイルス感染症以外の感染症について>

保健所防疫課 ☎079-289-1721



## If you become pregnant/When a baby is born/For your children's health

### ● If you become pregnant

#### ◇ Maternal and Child Health Handbook

This is issued at health centers, and health center branch offices at 6 locations in Himeji City. When handing over the Maternal and Child Health Handbook, the health care professional holds a consultation with the pregnant mother about whether she has any worries about her physical condition or about the baby she is carrying and explains about the various systems that apply during the time from pregnancy through child raising. The Maternal and Child Health Handbook is an important diary that records the health of mother and child during pregnancy and after the birth. You should make sure to obtain your Maternal and Child Health Handbook as soon as possible after becoming pregnant and receive checkups at regular intervals during pregnancy. The Handbook is also available in different languages (English, Portuguese, Tagalog, Korean, Chinese, Thai, Indonesian, Spanish, and Vietnamese).

#### ◇ Support for pregnancy and childbirth

Subsidies for Pregnancy Health Examination, Maternal Health Examination, Dental Examination for Expectant and Nursing Mothers

Partial subsidies are provided for medical examinations during pregnancy and after childbirth. Dental checkups are covered up to 1 year and 3 months after delivery.

**Kenkoka (Health Service Section), Health Department ☎079-289-1641**

#### ◇ Support for pregnancy and childbirth

Subsidies for specific infertility treatment (advanced medical treatment), subsidies for infertility treatment paired tests, and support for infertility treatment

Conditions for subsidies apply.

**Consultation regarding cost subsidies: Kenkoka (Health Service Section), Health Department ☎079-289-1641**

Consultation on infertility, unexpected pregnancy, breastfeeding:

**Kodomo no Mirai Kenko Support Center ☎079-263-7863**

### ● When a baby is born

#### ◇ Notifications

Notification of birth: within 14 days after birth (see p.25)

Acquisition of passport: Apply to embassy or consulate of the child's nationality

Acquisition of visa: Apply within 30 days

**Himeji Port Branch Office, Kobe District Immigration Office, Osaka Regional Immigration Bureau ☎079-235-4688**

#### ◇ Medical Checkups, Consultations Subsidy for hearing test for newborn babies

A portion of the cost of the examination is subsidized.

- Health checkup at 4 months
- Health consultation at 7 months
- Health checkup at 10 months
- Health checkup at 1 year and 6 months
- Health checkup at 3 years

When it is time for the health checkup, you will receive a ticket in the mail. Please have the medical examination at the place indicated on the ticket.

**Kenkoka (Health Service Section), Health Department ☎079-289-1641**

#### ◇ Vaccinations

Vaccination services are provided free of charge to children of eligible age who have a vaccination ticket. Tickets will be mailed by around 2 months of age. If you do not have a vaccination ticket, it can be issued at the Health Center. Information regarding vaccinations is available at the Health Department (English, Portuguese, Korean, Chinese, Tagalog).

**Yoboka (Disease Control Section), Health Department ☎079-289-1635**

#### ◇ Financial assistance for infant medical expenses (see p.35)

## 妊娠したら／赤ちゃんが生まれたら／こどもの健康



### ● 妊娠したら

#### ◇ 母子健康手帳の交付

保健センター、保健センター分室の市内6カ所で交付しています。母子健康手帳をお渡しする時に、保健師が妊婦さんと面接をして、妊婦さんの体調やおなかの赤ちゃんのことなど心配なことについて相談をお受けし、妊娠中から子育て期までの各種制度について説明します。母子健康手帳は、妊娠中そして出産後のお母さんと子どもの健康を記録する大切な手帳です。妊娠が分かったら、できるだけ早く「母子健康手帳」を受け取り、定期的な妊婦健康診査を受けましょう。

外国語版母子健康手帳（英語、ポルトガル語、タガログ語、韓国語、中国語、タイ語、インドネシア語、スペイン語、ベトナム語）もあります。

#### ◇ 妊娠や出産に関する支援

妊婦健康診査費助成・産婦健康診査費助成・妊産婦歯科検診

妊娠時や出産後の健診に対する費用の一部を助成します。歯科検診は出産後1年3か月までが対象。

**保健所健康課 ☎079-289-1641**

#### ◇ 不妊や不育に関する支援

特定不妊治療費（先進医療）助成・不妊治療ペア検査助成事業・不育症治療支援事業  
助成に当たっては条件があります。

#### 費用助成に関する相談

**保健所健康課 ☎079-289-1641**

**不妊・不育症に関する相談・予期しない妊娠の相談・授乳に関する相談**

**こどもの未来健康支援センター ☎079-263-7863**

### ● 赤ちゃんが生まれたら

#### ◇ 届出関係

出生届 出生から14日以内（P.26参照）  
パスポート取得 子どもが属する国の駐日大使館または領事館

在留資格取得 出生から30日以内

**大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所 ☎079-235-4688**

#### ◇ 健康診査、相談関係

##### 新生児聴覚検査費助成

検査にかかる費用の一部を助成します。

- ・ 4か月児健康診査
- ・ 7か月児の健康相談
- ・ 10か月児健康診査
- ・ 1歳6か月児健康診査
- ・ 3歳児健康診査

健診時の時期になれば受診券が自宅に届きます。受診券の記載場所で受診してください。

**保健所健康課 ☎079-289-1641**

#### ◇ 予防接種

定期予防接種は、対象年齢内で接種券があれば、医療機関で無料で受けられます。予防接種券は生後2カ月頃までに郵送します。予防接種券がない方は保健センターで発行できます。なお、予防接種についての案内（英語、ポルトガル語、韓国語、中国語、タガログ語）は保健所にありますので相談してください。

**保健所予防課 ☎079-289-1635**

#### ◇ 乳幼児医療費の助成（P.36参照）





## Transportation

### ● Transportation in Himeji

Japan Railways (JR), Sanyo Electric Railway, and Shinkii Bus and taxis are available. JR is the largest railway company in Japan; its service network covers almost all areas of the country. Taking the Shinkansen (bullet train) can significantly shorten your travel time to major Japanese cities, although an additional charge for express service is required. Sanyo Electric Railway, a private railway, links Himeji and Kobe and trains run directly to Hanshin Osaka Umeda. Shinkii Bus covers all of Himeji. Users can employ these transportation services depending on their purpose.

#### ● JR

##### ◇ Local railway

Sanyo Honsen (main line)(nickname: JR Kobe Line), Kishin line and Bantan line.

##### <Sanyo Honsen>

Shinkaisoku (Rapid Express) is convenient when going to Kobe or Osaka. Stopping only at major stations, Shinkaisoku links Himeji and Sannomiya, Kobe in approximately 40 minutes and Osaka in about an hour. Meanwhile, there are local trains that stop at all stations and Kaisoku (Rapid) trains that stop at more stations than Shinkaisoku.

##### ◇ Shinkansen bullet train

Himeji has a Shinkansen Station. All Kodama and Hikari trains stop at Himeji. Please note that some Nozomi, Mizuho and Sakura trains do not stop at Himeji.

### ● Sanyo Electric Railway

The entrance to Sanyo Electric Railway Himeji Station is on the 2nd floor of the Sanyo Department Store. The "Chokutsu Tokkyu (Direct Express)" bound for Hanshin Osaka Umeda Station will take you to Hanshin Kobe-Sannomiya Station in about an hour, to Hanshin Osaka Umeda Station in about 92 minutes, and to Osaka-Namba Station in about 110 minutes. Within Himeji City, the train stops at Shikama and Oshio. No express fare required.

### ● Shinkii Bus

Shinkii Bus provides bus service throughout Himeji. In addition to areas within the City, Shinkii Bus also covers areas outside the city. Child fare (elementary school students) is half of adult fare. In addition, up to 2 small children (pre-school age) traveling together with an accompanying adult, will travel free of charge. Any additional children traveling together with the same accompanying adult will be required to pay a child fare. A special one-day ticket that allows unlimited one-day riding from Himeji/Aboshi to Kobe Sannomiya and Osaka Umeda/Osaka Namba is available at ticket machines at each station of Sanyo Railway.

### ● Bicycle and small motorcycle parking

It is prohibited by laws and ordinances to leave your bicycle or small motorcycle parked on streets or other public places. Please park it in a bicycle parking lot.

### ● If your bicycle is impounded

Your bicycle may be impounded if it is left on the road. If you had parked your bicycle or small motorcycle on a road managed by the city and it cannot be found, please inquire at the Bicycle Impound Site. The Bicycle Impound Site is open 9 AM - 6 PM every day except Mondays and New Year's Holidays. Impounded bicycles will be kept at the Bicycle Impound Site for 60 days, starting the day after impoundment. Please bring your bicycle key and a form of personal identification (with name and address) to the Bicycle Impound Site to pick up your bicycle. A fee of 2,000 yen (4,000 yen for small motorcycles) will be charged for the transportation and safekeeping of your bike when you pick it up.

3 Nanjo, Himeji (under the overpass of Himeji Bypass) Bicycle impound site ☎079-288-4720

### ● 姫路市内の交通機関

姫路市内の交通機関には、JR、山陽電車と神姫バス、そしてタクシーがあります。JRは日本最大の鉄道網で日本全国、ほとんどどこへでも行くことができます。新幹線を利用すると、短時間で全国の主要都市に行くことができますが、特急料金が必要です。山陽電車は姫路市と神戸を結ぶ私鉄で、列車は阪神大阪梅田まで直通運行しています。神姫バスは姫路市内をくまなく走っているので、それぞれの目的に応じて利用しましょう。

#### ● JR

##### ◇ 在来線

山陽本線（愛称名：JR神戸線）、姫新線、播但線があります。

##### ◇ (山陽本線)

神戸や大阪に行くには「新快速」が便利です。新快速は主要な駅にしか停車しないので神戸には約40分、大阪には約1時間で到着します。各駅停車や「快速」は、停車駅が多く時間がかかります。

##### ◇ 新幹線

姫路駅は新幹線の停車駅です。「のぞみ」「みずほ」「さくら」「ひかり」「こだま」が停車します。「のぞみ」「みずほ」「さくら」で停車しないものもありますので注意してください。

### ● 山陽電車

山陽電車姫路駅は、山陽百貨店の2階に改札口があります。阪神大阪梅田へ向かう「直通特急」を利用すると阪神神戸三宮まで約1時間、阪神大阪梅田まで約92分、大阪難波まで約110分で到着します。姫路市内では飾磨・大塩に停車します。特急料金は不要です。姫路・網干から神戸三宮、大阪梅田・大阪難波までが一日乗り放題となるお得な1 dayチケットを山陽電車の各駅券売機で発売しています。

### ● 神姫バス

姫路地域は神姫バスが運行しています。姫路市内の他、周辺の市外でも走っています。小児運賃（小学生）は大人運賃の半額です。また大人1名につき、幼児（未就学児）2名までは無料となりますが、3人目からは小児運賃が必要です。

### ● 自転車・原動機付自転車の駐輪

道路など公共の場所に自転車や原付をとめたままその場を離れることは、法律や条例で禁止されています。駐輪場をご利用ください。

### ● 自転車等の撤去

道路などに放置された自転車等は撤去されることがあります。市の管理する道路などにとめていた自転車や原付がなくなった場合は、撤去されていないか自転車保管場所に問い合わせてください。自転車保管場所は月曜日及び年末年始を除く午前9時から午後6時まで開所しています。

撤去された自転車等は、自転車保管場所で撤去翌日から60日間保管しています。自転車等のカギ、身分証明書（住所と氏名のわかるもの）を持って、自転車保管場所へ引き取りに行ってください。なお、引き取りの際に移送保管手数料として2,000円（原付は4,000円）が必要です。

姫路市南条3丁目 姫路バイパス高架下  
自転車保管場所 ☎079-288-4720



## 交通



## Learning Japanese/Mass for non-Japanese speakers

### ● To learn Japanese

#### Himeji Cultural and International Exchange Foundation (in charge of international exchange)

The Foundation offers Japanese courses given by professional teachers and Japanese language assistance by volunteers.

For further information on classes given by volunteer groups, please contact Himeji Cultural and International Exchange Foundation (in charge of international exchange)

☎079-282-8950

### ● Other languages

#### Himeji Dokkyo University, General Affairs Department, Chiikirenkeika (Local Cooperation Section)

"Dokkyo Koza" language courses offered at the University for the general public include English, Chinese, Korean, and Spanish classes. Please inquire with the Chiikirenkeika (Local Cooperation Section).

Access: From Himeji Station, take Shinko Bus line for Himeji Dokkyo University.

☎079-223-9258

### ● Himeji Catholic Church gives Mass in different languages.

English, Vietnamese: Every Sunday from 15:00

Himeji Catholic Church

☎079-222-0043

## 日本語を学ぶ／外国語によるミサ



### ●日本語を学ぶには

#### 公益財団法人 姫路市文化国際交流財団 (国際交流担当)

プロの講師による日本語講座やボランティアによる日本語指導があります。

また、地域で自発的に行われているボランティアの日本語教室の紹介も行っていますので、姫路市文化国際交流財団（国際交流担当）までお問い合わせください。

☎079-282-8950

### ●その他の外国語を学ぶには

#### 姫路獨協大学 (総務部地域連携課)

一般の方を対象とした「獨協講座」で、英語、中国語、韓国語、スペイン語などの外国語講座を開講しています。地域連携課までお問い合わせください。

交通／姫路駅から神姫バス姫路獨協大学行き

☎079-223-9258

### ●カトリック姫路教会では外国語に よるミサも行なっています

英語・ベトナム語 毎週日曜日 午後3時より

カトリック姫路教会 ☎079-222-0043



## Taxes and payment procedures

### ● Contact your consulate general for assistance

All residents in Japan must pay taxes if applicable. These taxes are used as resources to ensure that all residents in the country, including international residents, can live a comfortable and secure life in Japan. Since the tax systems are very complex and international residents may be required to follow the rules of their home country, it is recommended that you contact your consulate general for assistance in this regard.

### ● Income tax (national tax)

Those who reside in Japan should file an income tax return and pay income tax between February 16 and March 15. To file a tax return, you must calculate your tax based on your total earnings from January 1 to December 31 of the previous year. Any income you earned in other countries must be included. However, if you are a company employee and have no other revenue source, you do not need to file an income tax return, because your income tax is deducted from your salary and your employer makes the annual adjustment for you. If you are a short-term visitor, the tax is imposed only on income have earned in Japan as specified by law, and the tax is collected at source, requiring no further tax procedures provided certain conditions are met. Contact Himeji Tax Office for further information.

**Himeji Tax Office** ☎079-282-1135  
(1-250 Hojo, Himeji)

### ● Residence tax (collected by Prefecture / City)

Those who reside in Japan must file a residence tax return between February 16 and March 15 in the City or Town where they reside as of January 1, reporting total earnings of the previous year (Jan. to Dec.)

and other information. However, you do not need to file the residence tax return if you are a company employee with no other income source. In principle, resident's tax for a company employee is collected from June to May by the employer, who then pays the collected tax to the municipality. All others will receive a tax bill from City Hall that can be paid in four installments. Be sure you complete tax payment before leaving Japan for good. Contact the Shiminzeika (Municipal Tax Section) of Himeji City Hall for further information.

**Municipal Tax Section** ☎079-221-2261

### ● Fixed assets tax

As of January 1st, the fixed assets tax is levied on owners of land, housing, and other depreciable assets ("fixed assets"). In accordance with the asset value. Contact the Shisanzeika (Property Tax Section) for further information.

**Property Tax Section** ☎079-221-2271

### ● Light vehicle tax (Type-specific discount)

This tax is imposed on those who own light vehicles as of April 1. Be sure to complete the necessary procedures within 15 days after acquiring a light vehicle or 30 days after scrapping or selling one.

**Shuzeika (Taxation Section)** ☎079-221-2257

### ● Automobile tax

In principle, this tax is imposed on those who own an automobile (excluding those eligible for the light vehicle tax) as of April 1st. Be sure to complete the registration procedures at the Transport Branch when acquiring, scrapping, or selling an automobile.

**Automobile Tax Section, Himeji Prefectural Tax Office** ☎079-281-9118

## 税金の種類と支払い方法



### ●母国の総領事館にもご相談ください

税金は、日本で生活するすべての人々に支払いの義務があります。これらの税金は、在留外国人の方々も快適に、安心して暮らすことができるための財源となっています。

税金については大変複雑であり、母国の規則によるところもありますので、母国の総領事館に連絡をとって助けをもらいましょう。

### ●所得税（国）

居住者の方は、1月1日から12月31日の1年間に原則として世界中で得た所得について、自ら所得金額や税額を計算して、次の年の2月16日から3月15日の間に申告、納税することになっています。所得が給与のみの人は原則として勤務先で年末調整してもらうので、確定申告をする必要がありません。非居住者の方は、一定の国内源泉所得のみ課税されますが、所得の種類によっては、源泉徴収だけで納税義務が完結する場合があります。

詳しくは、税務署にお問い合わせください。

**姫路税務署** ☎079-282-1135  
(姫路市北条1丁目250番地)

### ●住民税（県・市）

1月1日現在の居住地の市町に前年中(1～12月)の所得金額、その他必要事項を記入して2月16日から3月15日までの期間内に申告することになっています。ただし、給与所得のみの人や所得税の確定申告をされる人は、申告の必要はありません。給与所得者の場合、原則、雇用主が6月から次の年の5月まで月々の給料から差し引き、市へ住民税を納めます。

それ以外の人は、市役所から税金の支払い通知が送られてくるとおり、1年4回に分けて住民税を支払わなくてはなりません。最終的に日本を離れる前にこの税金は必ず払い終えていなければなら

ないことを覚えておきましょう。  
詳しくは、市民税課にお問い合わせください。

**市民税課** ☎079-221-2261

### ●固定資産税

1月1日現在、土地・家屋・償却資産（これらを総称して固定資産といいます。）を持っている人に、これらの固定資産の価格に応じて負担していただく税金です。詳しくは資産税課にご連絡ください。

**資産税課** ☎079-221-2271

### ●軽自動車税（種別割）

4月1日現在、軽自動車などを所有または使用している人にかかる税金です。軽自動車などを取得したときは15日以内に、廃車または売却したときには30日以内に申告してください。

**主税課** ☎079-221-2257

### ●自動車税種別割

4月1日現在、自動車（軽自動車税がかかるものを除く。）を原則所有している人にかかる税金です。自動車を取得したとき、廃車または売却したときには、運輸支局等で必ず登録手続きをしてください。

**姫路県税事務所自動車税課** ☎079-281-9118





## Studying Japanese culture/ Libraries and halls

### ● To learn Japanese culture

Kominkan (community education centers), Shimin Kaikan (citizens' hall) and Shimin (citizen) centers offer various Japanese culture classes such as tea ceremony, flower arranging, kimono etiquette and calligraphy. Contact these centers in your neighborhood for further information.

Contact community halls, citizens' halls, or citizen's centers for inquiries regarding their activities.

### ● Libraries <Hours>

Jonai Library: 10:00-19:00

(9:30-19:00 during July and August)

Branch libraries: 10:00-18:00

(Aboshi, Hanakita, Shikama, Toko, Shirahama, Yasumuro, Aoyama, Hirohata, Tegara, Higashi, Ieshima, Yumesaki, Kodera, Yasutomi)

### <Holidays>

Mondays, or the next day if the Monday falls on a national holiday; libraries are then closed on the following Tuesday. Third Thursdays, national holidays (open Saturday and Sunday; Jonai library is also open May 3-5 and November 3.) December 28-January 4, and the maintenance period in spring (around 10 days)

**Jonai Library** ☎079-289-4884

### ● Halls

The following halls organize various events and concerts. Contact the respective facility for further information.

### ◇ Arcrea HIMEJI (Himeji Culture and Convention Center)

Grand hall (2,010 seats), medium hall (693 seats), small hall (164 seats), exhibition hall (approx. 4,000 m<sup>2</sup>, divisible), outdoor exhibition space (approx. 1,600 m<sup>2</sup>), conference rooms (10 rooms), main studio (1 room), and studios (6 rooms).

☎079-263-8082

### ◇ Himeji Caspa Hall

Available for various purposes, including Japanese traditional music concerts (331 seats).

☎079-284-5815

### ◇ Parnassus Hall

A facility for musical events, attached to Himeji High School, with a main hall (811 seats) and two practice rooms.

☎079-297-1141

### ◇ Great Hall of Citizens' Hall

For theatrical performances, lectures and music concerts (800 seats).

☎079-284-2800

### ◇ Hokubu Shimin Center Great Hall

For lectures and music concerts (609 seats).

☎079-336-4080

### ◇ Great Hall of Hananokita Citizens' Plaza

For lectures and music concerts (503 seats).

☎079-289-0815

### ◇ Citizens' Plaza

#### • Citizens' Gallery

Available for exhibitions of paintings, crafts and calligraphies.

Five exhibition rooms, Art Hall (120 seats)

#### • Citizens' Arena

Available for various purposes, such as sport, events, exhibitions, etc. Arenas A and B.

☎079-287-0830

### ◇ I-Messe Hall

Available for various purposes such as lectures, symposiums, presentations and exhibitions. The stage and audience seats are removable. 280 seats.

☎079-287-0800

## 日本文化を学びたい／ 図書館・ホールへ行く



### ●日本文化を学びたいときは

公民館、市民会館・市民センターで茶道、華道、着物の着付け、書道など様々な講座を開いていますので近くの施設に問い合わせてください。

公民館・市民会館・市民センターについての問い合わせは各施設へ

### ●図書館

〈開館時間〉

城内図書館 午前10時～午後7時（7～8月は午前9時30分～午後7時）

各分館 午前10時～午後6時

（網干、花北、飾磨、東光、白浜、安室、青山、広畑、手柄、東、家島、夢前、香寺、安富）

〈休館日〉

月曜日、但し祝日又は休日と重なった場合はその翌日、第3木曜日、祝日（土曜・日曜は開館。城内図書館は5月3～5日・11月3日も開館）、12月8日～1月4日、春期資料手入れ期間（約10日間）

城内図書館 ☎079-289-4884

### ●ホール

ホールではさまざまな催しやコンサートなどが行われます。催しの内容などは各ホールに問い合わせてください。

### ◇アクリエひめじ（姫路市文化コンベンションセンター）

大ホール（2,010席）、中ホール（693席）、小ホール（164席）、展示場（約4,000m<sup>2</sup>・分割可）、屋外展示場（約1,600m<sup>2</sup>）、会議室（10室）、メインスタジオ（1室）、スタジオ（6室）があります。

☎079-263-8082

### ◇姫路キャスパホール

邦楽にも対応できる多目的ホール。331席。

☎079-284-5815

### ◇バルナソスホール

姫路高等学校に併設した音楽専用ホール。主ホール（811席）と2つの練習室があります。

☎079-297-1141

### ◇市民会館大ホール

演劇・講演会・音楽などに利用。800席。

☎079-284-2800

### ◇北部市民センター大ホール

講演会・音楽などに利用。609席。

☎079-336-4080

### ◇花の北市民広場大ホール

講演会・音楽などに利用。503席。

☎079-289-0815

### ◇市民プラザ

・市民ギャラリー

絵画、工芸、書道などの作品発表の場に利用。展示室5室・アートホール（120席）

・市民アリーナ

スポーツ・展示・イベント等多目的に使えます。アリーナA・アリーナB

☎079-287-0830

### ◇あいめっせホール

講演会・シンポジウム・発表会・展示等、多目的に利用。舞台・観覧席は収納可能。280席。

☎079-287-0800



## Sports facilities

### ● Indoor Sports facilities

#### ① Sogo Sports Kaikan (general sports center) ☎079-293-1321

The center has a gymnasium, judo area, kendo area, archery area, table tennis area, heated swimming pool, and training room.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: December 28-January 4

#### ② Victorina/Wink Gymnasium (Central Gymnasium) ☎079-298-0951

Gymnasium and sumo area are available.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: December 28-January 4

#### ③ Hanakita Gymnasium ☎079-281-3881

Gymnasium, training room, and multipurpose room are available.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: December 28-January 4

#### ④ Hirohata Gymnasium ☎079-236-1550

Gymnasium and multipurpose room are available.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: December 28-January 4

#### ⑤ Hirohata Training Gym ☎079-238-1044

Training room and multipurpose room are available.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: December 28-January 4

#### ⑥ Shikama Gymnasium ☎079-235-1445

Gymnasium is available.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: December 28-January 4

#### ⑦ Aboshi Minami Koen Fureai-no-Yakata ☎079-274-5761

Gymnasium and table tennis court are available.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: Mondays (or the following weekday if Monday is a national holiday)  
December 28 - January 3

#### ⑧ Funatsu Koen Fureai-no-Yakata ☎079-232-5406

Gymnasium is available.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: Mondays (or the following weekday if Monday is a national holiday)  
December 28 - January 3

#### ⑨ MIYACOCO Minato Dome (Himeji Minato Dome) ☎079-231-4477

A multipurpose facility for sports, recreation, exhibitions, and other events.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: 2nd Tuesday of the month  
December 28 - January 4

#### ⑩ Hyogo Prefecture Budoukan ☎079-292-8210

Facility for martial arts and other training areas.

- Hours: 9:00-21:00
- Closed: Mondays (or the following weekday if Monday is a national holiday)  
December 29 - January 3

### ● Ball Games

**Kyugi (ball games) Sports Center ☎079-253-2001**  
Facilities include ball game field, rubber-ball baseball field, tennis courts, and multi-purpose field are available.

- Hours: 9:00-17:00
- Closed: December 28-January 4

### ● Baseball fields

Wink Baseball Grounds (Himeji Baseball Ground) and Toyotomi Baseball Grounds are available for both rubber-ball and standard baseball. Nakajima Baseball Ground is also available for standard baseball for junior high school students and younger only. Nadahama Baseball Ground is also available for junior high school students and younger for standard baseball if both grounds are used. Other baseball grounds are for rubber-ball baseball only.

- Wink Baseball Ground (Himeji Baseball Ground)
- Hirohata Baseball Grounds (with facilities for night games)
- Nakajima Baseball Grounds
- Nadahama Baseball Grounds (with facilities for night games)
- Hayashida Grounds
- Shirahama Shinkai Baseball Grounds
- Shirahama Grounds
- Toyotomi Baseball Grounds

#### Sogo Sports Kaikan (general sports center) ☎079-293-1321

## スポーツ施設を利用したい



### ● 屋内体育施設

#### ① 総合スポーツ会館 ☎079-293-1321

体育館・柔道場・剣道場・弓道場・卓球場・温水プール・トレーニングルームが利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 12月28日～1月4日

#### ② ヴィクトリーナ・ウインク体育館 (中央体育館) ☎079-298-0951

体育館・相撲場が利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 12月28日～1月4日

#### ③ 花北体育館 ☎079-281-3881

体育館・トレーニングルーム・多目的ルームが利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 12月28日～1月4日

#### ④ 広畑体育館 ☎079-236-1550

体育館・多目的ルームが利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 12月28日～1月4日

#### ⑤ 広畑トレーニングルーム ☎079-238-1044

トレーニングルーム・多目的ルームが利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 12月28日～1月4日

#### ⑥ 飾磨体育館 ☎079-235-1445

体育館が利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 12月28日～1月4日

#### ⑦ 網干南公園ふれあいの館 ☎079-274-5761

体育館、卓球場が利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 月曜日 (祝日の場合は翌平日)  
12月28日～1月3日

#### ⑧ 船津公園ふれあいの館 ☎079-232-5406

体育館が利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時

- 閉館日 月曜日 (祝日の場合は翌平日)  
12月28日～1月3日

#### ⑨ MIYACOCOみなとドーム (姫路みなとドーム) ☎079-231-4477

スポーツ・レクリエーションや展示会、各種イベントなど多目的に利用することができます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 毎月第2火曜日  
12月28日～1月4日

#### ⑩ 兵庫県立武道館 ☎079-292-8210

武道館、トレーニング施設が利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後9時
- 閉館日 月曜日 (祝日の場合は翌平日)  
12月29日～1月3日

### ● 球 技

#### 球技スポーツセンター ☎079-253-2001

球技場・軟式野球場・テニスコート・多目的広場などが利用できます。

- 開館時間 午前9時～午後5時
- 閉館日 12月28日～1月4日

### ● 野球場等

ウインク球場 (姫路球場)・豊富球場は硬式・軟式ともに使用できます。中島野球場は、中学生以下に限り硬式も使用できます。灘浜野球場は、2面使用の場合、中学生以下に限り、硬式も使用できます。その他の球場は、軟式専用です。

- ウインク球場 (姫路球場)
- 広畑野球場 (ナイター設備あり)
- 中島野球場
- 灘浜野球場 (ナイター設備あり)
- 林田グラウンド
- 白浜新開野球場
- 白浜グラウンド
- 豊富球場

#### 総合スポーツ会館 ☎079-293-1321

## ●Sports areas in parks

Grounds, tennis courts, and multipurpose fields are available free of charge.

**Parks and Gardens Section** ☎079-221-2413

## ●Tennis courts

**Tadera Tennis Courts** ☎079-298-0571  
**Aboshi Tennis Courts** ☎079-274-1119  
**Hirohata Tennis Courts** ☎079-238-1187  
**Shosha Tennis Club** (with facilities for night games)  
 ☎079-267-1660

・Closed: December 28-January 4

## ●Track sports

**Wink Athletic Stadium (Athletic Field)** ☎079-293-8751

・Hours: 9:00-17:00  
 ・Closed: December 28-January 4

## ●Other facilities

### ①Skateboard Park

・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: December 28-January 4

**Sports Promotion Office** ☎079-221-2699

### ②Kiba Yacht Harbor

☎079-246-3928  
 ・Closed: Tuesdays, December 28-January 4

## ●Regional sports facilities

### ①Ieshima B&G Kaiyo (ocean) Center / Ieshima Sports Ground

Available facilities include gymnasium, swimming pools, grounds and tennis courts.

・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: Mondays, (the next weekday when Monday is a holiday)  
 December 28-January 4

### ②Boze Sports Center / Boze Sports Ground

☎079-327-1900  
 Available facilities include gymnasium, swimming pool, grounds and tennis courts.

・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: Mondays (of the following weekday when Monday is a holiday), December 28-January 4

### ③Yumesaki Sports Center

☎079-336-0767  
 Available facilities include grounds, gymnasium, tennis courts and martial arts hall.

・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: December 28-January 4

### ④Kodera Sogokoen (leisure park) Sports Center

Available facilities include baseball grounds, tennis courts and martial arts rooms.

☎079-232-0511  
 ・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: December 28-January 4

Gymnasium and grounds available also. ☎079-232-2442

・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: December 28-January 4

### ⑤Kodera Onsui (heated) Pool

☎079-232-7997  
 Heated pools (a 25-m 3-lane pool with a changeable depth floor and a 25-m 6-lane pool) are available.

・Hours: 9:30-21:00 (Tuesday-Saturday)  
 9:30-18:00(Sunday)  
 ・Closed: Mondays, December 28-January 4

### ⑥Yasutomi Sports Center

☎0790-66-4180  
 Center facilities include baseball grounds, tennis courts, multi-purpose ground and gymnasium.

・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: December 28-January 4

### ⑦Yasutomi B&G Kaiyo (ocean) Center

☎0790-66-3686

A pool (25m, 6 lanes) is available.  
 ・Hours: 10:00-18:00 (June, September)  
 10:00-20:00 (July, August)  
 ・Closed: September 16-June 14

### ⑧Aboshi Health Promotion Center "Refre Chosa (nickname)"

☎079-272-5601  
 Bathing facilities, heated pool, training gym, grounds, and golf are available.

・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: Wednesday (or the following weekday if Wednesday is a holiday)  
 December 29-January 3

### ⑨Yumesaki Welfare Center Parumu

☎079-336-1500

Pool and training gym are available.  
 ・Hours: 9:00-21:00  
 ・Closed: Mondays (or the following weekday when Monday is a holiday)  
 December 28-January 4

### ⑩Himeji City Sukoyaka (Health) Center

☎079-223-5630  
 Heated pool, training gym, exercise floor, and relaxation room are available.

・Hours: 9:00-21:00 (Closes at 18:00 on Sundays and holidays)  
 ・Closed: Wednesdays (open when Wednesday is a national holiday)  
 December 28-January 4

## ●公園内運動広場

グラウンド、テニスコート、多目的広場などが無料で利用できます。

**公園緑地課** ☎079-221-2413

## ●テニスコート

**田寺テニスコート** ☎079-298-0571  
**網干テニスコート** ☎079-274-1119  
**広畑テニスコート** ☎079-238-1187  
**書写テニスコート** (ナイター設備あり)  
 ☎079-267-1660

・閉館日 12月28日～1月4日

## ●陸上

**ウイंक陸上競技場(陸上競技場)**  
 ☎079-293-8751

・開場時間 午前9時～午後5時  
 ・休場日 12月28日～1月4日

## ●その他

### ①スケートボードパーク

・開場時間 午前9時～午後9時  
 ・休場日 12月28日～1月4日  
**スポーツ振興室** ☎079-221-2699

### ②木場ヨットハーバー

☎079-246-3928  
 ・休場日 火曜日  
 12月28日～1月4日

## ●地域体育施設

### ①家島B&G海洋センター 家島運動広場

☎079-325-1000

体育館、プール、グラウンド、テニスコートなどが利用できます。

・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 月曜日(祝日の場合はその翌日)  
 12月28日～1月4日

### ②坊勢スポーツセンター 坊勢運動広場

☎079-327-1900

体育館、プール、グラウンド、テニスコートなどが利用できます。

・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 月曜日(祝日の場合はその翌日)  
 12月28日～1月4日

### ③夢前スポーツセンター

☎079-336-0767  
 グラウンド、体育館、テニスコート、武道館などが利用できます。

・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 12月28日～1月4日

### ④香寺総合公園スポーツセンター

野球場、テニスコート、武道館などが利用できます。  
 ☎079-232-0511

・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 12月28日～1月4日

体育館、グラウンドが利用できます。 ☎079-232-2442

・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 12月28日～1月4日

### ⑤香寺温水プール

☎079-232-7997  
 温水プール(25メートル可動床・3コース)  
 (25メートル・6コース)が利用できます。  
 ・開館時間 午前9時30分～午後9時(火曜日～土曜日)  
 午前9時30分～午後6時(日曜日)  
 ・閉館日 月曜日・12月28日～1月4日

### ⑥安富スポーツセンター

グラウンド、テニスコート、多目的広場などが利用できます。  
 ☎0790-66-4180

・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 12月28日～1月4日

### ⑦安富B&G海洋センター

☎0790-66-3686  
 プール(25メートル・6コース)が利用できます。  
 ・開館時間 午前10時～午後6時(6月・9月)  
 午前10時～午後8時(7月・8月)  
 ・閉館日 9月16日～翌年6月14日

### ⑧網干健康増進センター「リフレ・チョーサ(愛称)」

☎079-272-5601  
 温浴施設、温水プール、トレーニングジム、グラウンドゴルフなどが利用できます。

・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 水曜日(祝日の場合、翌平日)  
 12月29日～1月3日

### ⑨夢前福祉センターばるむ

☎079-336-1500  
 プール、トレーニングルームが利用できます。  
 ・開館時間 午前9時～午後9時  
 ・閉館日 月曜日(祝日の場合はその翌日)  
 12月28日～1月4日

### ⑩姫路市すこやかセンター

☎079-223-5630  
 温水プール、トレーニングルーム、運動フロア、リラクゼーションルームなどが利用できます。  
 ・開館時間 午前9時～午後9時  
 (日曜・祝日は午後6時まで)  
 ・閉館日 水曜日(祝日を除く)  
 12月28日～1月4日





## Places of interest in Himeji

### ① Himeji Castle ☎079-285-1146

A twenty-minute walk from the north exit (Himeji Castle exit) of JR Himeji Station and Sanyo Himeji Station.

- Opening hours: 9:00-17:00 (Admission until 16:00)
- Closed: December 29-30

### ② Koko-en ☎079-289-4120

A Japanese garden located on the western side of Himeji Castle.

- Opening hours: 9:00-17:00 (Admission until 16:30)
- Closed: December 29-30

### ③ Himeji City Museum of Art ☎079-222-2288

Located on the eastern side of Himeji Castle, a museum of classical appearance with a red-brick offers collections of works by local artists. Displays also include splendid works by other Japanese artists, as well as artists from abroad. Many sculptures can be viewed free of charge in the beautiful gardens.

- Admission hours: 10:00-16:30
- Closed: Mondays (or the following business day when a Monday falls on a national holiday), year-end and New Year holidays, and other occasional closings.

### ④ Hyogo Prefectural Museum of History ☎079-288-9011

Located on the northeastern side of Himeji Castle, the Museum of History introduces the history of Hyogo, culture and arts. Playing with toys of olden days or putting on miniature samurai armor or twelve-layered ceremonial Kimono is available.

- Admission hours: 10:00-17:00 (entrance until 16:30)
- Closed: Mondays (or the following business day when a Monday falls on a national holiday), year-end and New Year holidays, and other occasional closings.

### ⑤ Himeji Zoo ☎079-284-3636

At the Zoo located on the eastern side of Himeji Castle, visitors can observe approximately 370 animals of 90 species.

- Opening hours: 9:00-17:00 (Admission until 16:30)
- Closed: December 29-January 1

### ⑥ Himeji City Museum of Literature ☎079-293-8228

Located on the northwestern side of Himeji Castle, the Museum of Literature mainly features literary figures born in Himeji and the history of the castle, while you

can also visit the Shiba Ryotaro Memorial Room. Take Shinkai Bus from the north exit of JR Himeji Station. A four-minute walk from "Ichinohashi Bungakukan-mae" bus stop.

- Admission hours: 10:00-16:30
- Closed: Mondays, the day after a national holiday (but open on Saturdays, Sundays, and national holidays), December 25-January 5

### ⑦ Sakurayama area

There are four facilities in the area where you can enjoy various experiences while coming in contact with the richness of the natural environment. Take the Shinkai Bus from Stand 4 of Himeji Station North Exit (Himeji Castle Exit) Bus Terminal bound for "Oichi, Sakurayama Koen-mae". Get off at "Hoshinoko Yakata mae" stop for Hoshinoko Yakata and Himeji City Science Museum, at "Kodomo no Yakata mae" stop for the Children's Center, at "Shizen Kansatsu no Mori" stop for the Nature Center, and the last stop of "Oichi/Sakurayama-koen-mae" for Sakurayama Park.

#### (1) Hoshinoko Yakata ☎079-267-3050

- Admission hours: 9:00-17:00
- Stargazing activities: twice daily from 19:00 and 20:00 (reservation required)
- Closed: 2nd Wednesdays excluding August and December (closed on following day if Wednesday falls on a national holiday), December 28-January 4.

#### (2) Himeji City Science Museum "Atom no Yakata" ☎079-267-3001

- Opening hours: 9:30-17:00 (Admission until 16:30)
- Closed: Tuesdays (or following day if Tuesday is a national holiday), the day after national holidays (open Saturdays, Sundays, and holidays), and New Year's holidays

#### (3) Shizen Kansatsu no Mori (Nature Center) ☎079-269-1260

- Admission hours: 9:00-16:30
- Closed: Mondays (or following business day if Monday is a national holiday) December 28-January 4

## 市内の名所を知りたい



### ① 姫路城 ☎079-285-1146

JR姫路駅北口(姫路城口)・山陽姫路駅から徒歩20分。

- 開城時間 午前9時～午後5時  
(入城は午後4時まで)
- 休城日 12月29日・30日

### ② 好古園 ☎079-289-4120

姫路城の西隣にある日本庭園。

- 開園時間 午前9時～午後5時  
(入園は午後4時30分まで)
- 休園日 12月29日・30日

### ③ 姫路市立美術館 ☎079-222-2288

姫路城東隣の赤レンガの建物。郷土作家や国内外の名品を収集、展示しています。美しい庭園では、たくさんの彫刻が無料で鑑賞できます。

- 入館時間 午前10時～午後4時30分
- 休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)  
12月28日～1月3日

### ④ 兵庫県立歴史博物館 ☎079-288-9011

姫路城の北に位置し、兵庫県の歴史、民俗芸能、子ども文化、姫路城と城下町など、テーマごとに展示スペースを設けて紹介しています。

- 入館時間 午前10時～午後5時  
(入館は午後4時30分まで)
- 休館日 月曜日(祝日の場合は翌日休館)  
年末年始 臨時休館あり

### ⑤ 姫路市立動物園 ☎079-284-3636

姫路城の東隣にあり約90種、370点の動物をみるができます。

- 開園時間 午前9時～午後5時  
(入園は午後4時30分まで)
- 休園日 12月29日～1月1日

### ⑥ 姫路文学館 ☎079-293-8228

姫路城の北西にあり、郷土ゆかりの文学者や城の歴史の展示、司馬遼太郎記念室があります。JR姫路駅北側から神姫バスに乗車のうえ、「市之橋文学館前」下車。徒歩4分。

- 入館時間 午前10時～午後4時30分
- 休館日 月曜日、祝休日の翌日(土・日、祝日は開館)、12月25日～1月5日

### ⑦ 桜山周辺

4つの施設があり、豊かな自然にふれながらさまざまな体験ができます。

姫路駅北口(姫路城口)バスターミナル④乗り場から「太市・桜山公園前」行きの神姫バスをご利用ください。星の子館、科学館は「星の子館前」、こどもの館は「こどもの館前」、自然観察の森は「自然観察の森」、桜山公園は終点「太市・桜山公園前」のバス停で降りてください。

#### (1) 星の子館 ☎079-267-3050

- 開館時間 午前9時～午後5時  
天体観望会は午後7時～と午後8時～の計2回(要申込)
- 休館日 8月と12月を除く毎月第2水曜日(祝日の場合は翌日)、12月28日～1月4日

#### (2) 姫路科学館「アトム館」 ☎079-267-3001

- 開館時間 午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで)
- 休館日 火曜日(祝日の場合は翌日) 祝日の翌日(土・日・祝日は開館)、年末年始

#### (3) 自然観察の森 ☎079-269-1260

- 開園時間 午前9時～午後4時30分
- 休園日 月曜日(祝日の場合は翌平日)  
12月28日～1月4日

**(4) Hyogo Children's Center****☎079-267-1153**

- Admission hours: 9:30-16:30
- Closed: Tuesdays (or following business day or later if national holiday), last day of the month, December 28-January 4

**⑧ Engyo-ji (temple) on Mt. Shosha**

Take the Shinki Bus from Stand 10 at the Himeji Station North Exit(Himeji Castle exit) Bus Terminal bound for "Shoshazan Ropeway" and get off at the final stop,"Shoshazan Ropeway" A 4-minute ride on the ropeway and a 20-minute walk takes you to the site, where you can enjoy the harmonious landscape of the Buddhist temple complex and its natural beauty.

- Ropeway hours: 8:30-17:00 (extended depending on seasons)  
Departs at :00, :15, :30, and :45 every hour.

**Himeji Mt. Shosha Ropeway****☎079-266-2006****⑨ Shosha Art and Craft Museum****☎079-267-0301**

Use same bus line as for Engyo Temple.

- Admission hours: 10:00-16:30
- Closed: Mondays (following day if Monday falls on a national holiday), day after a national holiday (excluding Saturdays, Sundays and national holidays), December 25-January 5

**⑩ Nagoyama Cemetery****☎079-297-5030**

Take the Shinki Bus from the #17 and #18 bus stops to "Nagoyama kitaguchi" (via Yokozeki), or from the #2 bus stop to "Kurumazaki" (on the Imajuku loop line).

- Bussharito (stupa) admission hours: 8:40-16:30
- Closed: December 29-31

**⑪ Tegarayama Chuokoen (central park)**

A ten-minute walk from Sanyo Electric Railway Tegara Station.

**(1) Tegarayama Botanical Garden****☎079-296-4300**

- Admission hours: 9:00-16:30
- Closed: Fridays (closed on previous day if Friday falls on a national holiday), December 29-January 1

**(2) Historical Peace Center****☎079-291-2525**

- Admission hours: 9:30-16:30
- Closed: Mondays (following day if Monday falls on a national holiday), following day of a

national holiday (excluding Saturdays, Sundays and national holidays), December 28-January 5

**(3) Aquarium****☎079-297-0321**

- Admission hours: 9:00-16:30
- Closed: Tuesdays (following day if Tuesday falls on a national holiday), December 29-January 1

**(4) Tegarayama Koryu (exchange) Station****☎079-299-2500**

- Hours: 9:00-17:00
- Closed: Tuesdays (following day if Tuesday falls on a national holiday), December 29-January 1 (Multi-purpose Hall closed until January 3)

**(5) Midori Consultation Center****☎079-298-5571**

- Hours: 9:00-17:00
- Closed: Tuesdays (or the following day if Tuesday is a national holiday), December 29-January 3

**⑫ "Mizu no Yakata", Water Museum****☎079-264-0411**

Unique displays using latest audiovisual equipment to provide visitors with various facts about water.

- Opening hours: 10:00-16:30 (Admission until 16:00)
- Closed: Mondays (or the following day if Monday is a national holiday), December 28-January 4

**⑬ Himeji Archaeological Research Center****☎079-252-3950**

The Center offers displays of archaeological artifacts excavated in Himeji, from which visitors can learn about the ancient history of the city.

From the #15 bus stop at the Himeji Station North Exit (Himeji Castle exit) bus terminal, take the bus bound for "Mino Kofungun" and get off at "Sakamoto" bus stop, then walk 3 minutes.

- Admission hours: 10:00-16:30
- Mondays (or the following day if Monday is a national holiday), day after a national holiday (excluding Saturdays, Sundays and national holidays), December 28-January 4

**JR Himeji Station Tourist Information****(English available) ☎079-287-0003****(4) 兵庫県立こどもの館 ☎079-267-1153**

- 開館時間 午前9時30分～午後4時30分
- 休館日 火曜日（祝日の場合は翌日以降の平日）、月の末日、12月28日～1月4日

**⑧ 書寫山圓教寺**

姫路駅北口（姫路城口）バスターミナル⑩乗り場から、「書写山ロープウェイ」行きのバスに乗って終点書写山ロープウェイ下車。ロープウェイで4分、山上駅から徒歩で20分、書寫山圓教寺は仏教建築と自然の調和がとれた美しいところです。

- ロープウェイ運行時間  
午前8時30分～午後5時（季節延長あり）  
出発は毎時00、15、30、45分

**姫路市書写山ロープウェイ ☎079-266-2006****⑨ 書写の里・美術工芸館 ☎079-267-0301**

書寫山圓教寺に行く場合と同じバスを利用してください。

- 入館時間 午前10時から午後4時30分
- 休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）  
祝日の翌日（土・日・祝日を除く）  
12月25日～1月5日

**⑩ 名古山霊苑 ☎079-297-5030**

神姫バス⑪⑫乗り場から名古山北口下車（横関経由）又は②乗り場から車崎下車（今宿循環）をご利用ください。

- 仏舎利塔開館時間 午前8時40分～午後4時30分
- 休館日 12月29日～31日

**⑪ 手柄山中央公園**

山陽電車手柄駅から徒歩10分です。

**(1) 手柄山温室植物園 ☎079-296-4300**

- 入園時間 午前9時～午後4時30分
- 休園日 金曜日（祝日の場合は前日）  
12月29日～1月1日

**(2) 平和資料館 ☎079-291-2525**

- 入館時間 午前9時30分～午後4時30分
- 休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）  
祝日の翌日（土・日・祝日を除く）  
12月28日～1月5日

**(3) 水族館****☎079-297-0321**

- 入館時間 午前9時～午後4時30分
- 休館日 火曜日（祝日の場合は翌日）  
12月29日～1月1日

**(4) 手柄山交流ステーション ☎079-299-2500**

- 開館時間 午前9時～午後5時
- 休館日 火曜日（祝日の場合は翌日）  
12月29日～1月3日

**(5) 緑の相談所****☎079-298-5571**

- 開所時間 午前9時～午後5時
- 休館日 火曜日（祝日の場合は翌日）  
12月29日～1月3日

**⑫ 水道資料館「水の館」 ☎079-264-0411**

AV機器を使ったユニークな展示で楽しみながら水について学べます。

- 開館時間 午前10時～午後4時30分  
（入館は午後4時まで）
- 休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）  
12月28日～1月4日

**⑬ 埋蔵文化財センター ☎079-252-3950**

市内で出土した考古資料を展示。郷土の歴史について学べます。姫路駅北口（姫路城口）バスターミナル⑩乗り場から、「見野古墳群」行きのバスに乗り「坂元」下車、徒歩3分

- 入館時間 午前10時～午後4時30分
- 休館日 月曜日（祝日の場合は翌日）  
祝日の翌日（土・日・祝日を除く）  
12月28日～1月4日

**姫路市観光案内所（英語対応） ☎079-287-0003**



## Necessary procedures

### ●Moving within Himeji

Resident card holders must file a notification in person within 14 days after moving at the foreign resident registration section of a city government office serving the area they have moved to. For individuals 15 years of age or younger, their parents or guardians living in the same address must file the notification on their behalf.

Necessary documentation: Residence Card, Special Permanent Resident Certificate, Individual Number Card (if in possession of one), and National Health Insurance Card (for those enrolled in National Health Insurance only), etc.

### ●Moving outside Himeji

The Resident (or a family member who lives together with them) must submit the notification within 14 days after the date of departure. For registration card holders 15 years of age or younger, their parents or guardians living in the same address must file the notification on their behalf.

Revision of registered matters  
P.21

### ●To leave Japan temporarily

#### ◇ To obtain a re-entry permit

When leaving Japan temporarily, if non-Japanese nationals possessing a valid passport, and a Residence Card or Special Permanent Resident Certificate, indicate that they intend to re-enter Japan within 1 year after their departure (within 2 years for Special Permanent Residents), there generally is no need for a re-entry permit (under the "Special Re-entry Permit System").

After departing Japan under the Special Re-entry Permit System, its valid period cannot be extended while overseas. Take careful note that if you do not re-enter Japan within 1 year

after your departure (within 2 years for Special Permanent Residents), your residence status will be lost.

**Himeji Port Branch Office, Kobe District Immigration Office, Osaka Regional Immigration Bureau**  
☎079-235-4688

It is recommended that you have your utility services suspended if you plan to leave Japan for an extended period of time.

#### Contacts:

Contact your electricity and gas companies to suspend your electricity and gas service.

**NTT WEST ☎116 (no call charge applies)**

\* From mobile phones:

☎0800-2000116 (no call charge applies)

**Himeji Water Service Section**  
☎079-221-2711

### ●When leaving Japan

Please submit your notice of departure to the City Office. You must return your Residence Card to the immigration officials at your (air)port of departure (unless you have a re-entry permit or are leaving the country under the deemed re-entry system). If enrolled in the National Pension Plan, please go to the Japan Pension Service (Pension Office) to apply for the Lump-sum Withdrawal.

Visa procedures  
P.19

## 移転・転出・出国の際に必要な手続きは



### ●姫路市内で住所が変わったとき

転居から14日以内に、本人又は同居の家族が届けてください。16歳未満の場合は同居の家族が代理申請してください。

必要な書類：在留カードまたは特別永住者証明書、マイナンバーカード（お持ちの方のみ）、国民健康保険証等（加入している方のみ）など

### ●姫路市外へ転出するとき

転出日から14日以内に本人又は同居の家族が届けてください。16歳未満の場合は同居の家族が代理申請してください。

登録事項に変更が生じたときは  
P.22

### ●日本から一時出国するときは

#### ◇再入国許可を取得したいときは

有効な旅券及び在留カード又は特別永住者証明書を所持する外国人の方が、出国の際に、出国後1年以内（特別永住者については2年以内）に再入国する意図を表明する場合は、原則として再入国許可の必要はありません（「みなし再入国制度」）。

みなし再入国制度で出国した場合、その有効期間を海外で延長することはできません。出国後1年以内（特別永住者については2年以内）に再入国しなければ、在留資格が失われますので、ご注意ください。

**大阪出入国在留管理局神戸支局姫路出張所**  
☎079-235-4688

一時出国期間が長期にわたる場合は電気、ガス、電話、水道などの一時停止手続きをしておきましょう。

#### 問い合わせ先

電気・ガスについてはご契約先の小売電気事業者・ガス小売事業者へ連絡をお願いします。

**NTT西日本 ☎116 (通話料無料)**

※携帯電話からは

☎0800-2000116 (通話料無料)

**姫路市水道料金センター ☎079-221-2711**

### ●出国の際には

市役所に転出届をしてください。出国する空（海）港の入国審査官に在留カードを返納しなければなりません（再入国許可を受けているまたは、みなし再入国制度で出国する場合は不要）。国民年金に加入されていた方は日本年金機構（年金事務所）にて出国後脱退一時金の請求手続きをしてください。

在留のための手続き  
P.20



List of Doctors (With Availability of Foreign Languages)

As of Oct. 2023

Clinic/Hospital	Department	Address	Phone	Language
Akagi Dermatology Clinic	Dermatology	1-183 Shirahamacho Jike	079-246-4112	English
Asano Orthopedics	Orthopedics	14-7 Arashiyamacho	079-297-2118	English
Azumi gekaichoka Clinic	Surgery, Gastroenterology, Proctal Surgery	45-1 Tohori	079-264-1155	English
Ishikawa Hospital	Surgery, Urology, Orthopedics	2-150 Bessho, Bessho-cho	079-252-5235	English
Ishida Internal Medicine Clinic	Internal Medicine	2-522-2 Shirahamacho Usazakinaka,	079-245-3366	English
Ishibashi Internal Medicine	Internal Medicine	1-29 Higashi-shinmachi, Hirohata-ku	079-237-1484	English, Burmese, Indonesian, Chinese
Ishibashi-naika/ Hirohata Century Hospital	Internal Medicine	4-2-1 Seimon-dori, Hirohata-ku	079-230-0800	English, Burmese, Indonesian, Chinese
Ino Hospital	Surgery, Internal Medicine, Optometry, Orthopedics, Otolaryngology, Gynecology	1-27 Shiosaki, Oshio-cho	079-254-5553	English
Irie Hospital	Surgery, Internal Medicine, Gastroenterology, Gastroenterological surgery	2-25 Agakasuga-cho, Shikama-ku	079-239-3121	English
Umeda Ear, Nose and Throat Hospital	Otolaryngology	99-3 Kobasama-cho	079-281-3381	English
Omuro Orthopedics, Spine and Joint Clinic	Orthopedics, Rehabilitation Medicine	371 Chuji	079-293-3355	English
Ogasa Clinic	Internal Medicine	824-14 Kamo-minami, Shikama-ku	079-231-0808	English
Oguni Hospital	Obstetrics and gynecology	2-23 Nanjo	079-284-0381	English, Chinese, Vietnamese, Korean
Ozeki Otolaryngology Clinic	Otolaryngology	100 Kamei-machi	079-289-0426	German
Onoe Optometrist	Optometry	142-1 Motoshio-machi	079-223-0559	English
Kajiya Cardiovascular Hospital	Cardiovascular Medicine, Internal Medicine	3F Nakanomon, Chapeau Bld., 36-1 Shirogane-machi	079-282-5078	English
Kikukawa/Araki Psychosomatic Medicine	Psychosomatic Medicine, Psychiatry	296-1 Hoshiro	079-289-0110	English
Kimura Internal Medicine	Internal Medicine, Cardiovascular Medicine, Respiratory Medicine	1-67-1 Jonan-cho, Shikama-ku	079-237-3000	English
Kurihara Orthopedics	Orthopedics, Trauma Surgery	1684-5 Bessho, Bessho-cho	079-253-8376	English
Kurosaka Pediatrics, Allergology	Pediatrics, Allergology	7- 2-16-1 Tsujii	079-292-1551	English
Keifu Psychotherapy Clinic	Psychiatry, Psychosomatic Medicine, Neurology	3-19-41 Nishimajuku	079-293-8855	English
Koba Ladies' Clinic	Gynecology	1F Miyamoto Building, 2-18 Hojoguchi	079-223-4924	English
Sakai Hospital	Orthopedics	412-1 Shikisai	079-266-8833	English
Shimizu Ophthalmology	Optometry	2-19-12 Aoyamanishi	079-268-0700	English
Joyo Ejiri Hospital	Internal Medicine	1-279 Hojo	079-225-1231	English
Jinno Hospital	Internal Medicine, Orthopedics	2-533-3 Shimonoda, Shikama-ku	079-235-5501	English
Shinwa Internal Medicine Clinic	Internal Medicine, Gastroenterology, Respiratory Medicine	329-2 Tohori	079-264-6533	English
Orthopedic Surgeon Hosoi Clinic	Orthopedics	8F Hamaya Heart Bld. 2-31 Nonen-cho	079-224-2003	English
Sorachi Internal Medicine Clinic	Internal mdicine, Rheumatology	5F Sorachi Building, 8 Gofuku-machi	079-223-3877	English
Takaoka Hospital	Psychiatry, Neurology, Psychosomatic Medicine, Internal Medicine	5-3-8 Nishimajuku	079-293-3315	English
Takitani Internal Medicine Clinic	Internal Medicine, Pediatrics	1 Sugou-dai	079-266-2353	English
Takemura Orthopedics Clinic	Orthopedics, Rheumatology, Rehabilitation Medicine	257-2 Nakanino, Kodera-cho	079-232-1059	English
Tateiwa Obstetrics and gynecology Clinic	Obstetrics and gynecology	4-189 Kamae, Shikama-ku	079-234-3000	English
Tamaki Family Clinic	Pediatrics, Internal Medicine	1-3-5 Shinzaikohoncho	079-228-8550	English

外国語で診療可能な医療機関情報

2023年10月現在

医療機関名	診療科目	所 在 地	電話番号	言語
赤木皮膚科クリニック	皮膚科	白浜町寺家1丁目183	079-246-4112	英 語
あさの整形外科	整形外科	嵐山町14-7	079-297-2118	英 語
安積外科胃腸科医院	外科・消化器内科・肛門外科	砥堀45-1	079-264-1155	英 語
石川病院	外科・泌尿器科・整形外科	別所町別所2丁目150	079-252-5235	英 語
石田内科クリニック	内科	白浜町宇佐崎中2丁目522-2	079-245-3366	英 語
石橋内科	内科	広畑区東新町1丁目29	079-237-1484	英語・ミャンマー語・インドネシア語・中国語
石橋内科広畑センチュリー病院	内科	広畑区正門通4丁目2-1	079-230-0800	英語・ミャンマー語・インドネシア語・中国語
井野病院	内科・外科・眼科・整形外科・耳鼻咽喉科・婦人科	大塩町汐咲1丁目27	079-254-5553	英 語
入江病院	外科・内科・胃腸科・消化器外科	飾磨区英賀春日町2丁目25	079-239-3121	英 語
梅田耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉科	河間町99-3	079-281-3381	英 語
大室整形外科 脊椎・関節クリニック	整形外科・リハビリテーション科	中地371	079-293-3355	英 語
おがさ内科	内科	飾磨区加茂南824-14	079-231-0808	英 語
小国病院	産婦人科	南条2丁目23	079-284-0381	英語・中国語・ベトナム語・韓国語
尾関耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉科	亀井町100	079-289-0426	ドイツ語
尾上眼科	眼科	元塩町142-1	079-223-0559	英 語
かじや循環器内科	循環器科・内科	白銀町36-1 中ノ門シャポービル3階	079-282-5078	英 語
菊川荒木内科心療内科	心療内科・精神科	保城296-1	079-289-0110	英 語
木村内科	内科・循環器内科・呼吸器内科	飾磨区城南町1丁目67-1	079-237-3000	英 語
栗原整形外科	整形外科・外傷外科	別所町別所1684-5	079-253-8376	英 語
くろさか小児科アレルギー科	小児科・アレルギー科	辻井7丁目2-16-1	079-292-1551	英 語
けいふう心療クリニック	精神科・心療内科・神経内科	西今宿3丁目19番41号	079-293-8855	英 語
Kobaレディースクリニック	婦人科	北条口2丁目18 宮本ビル1階	079-223-4924	英 語
酒井病院	整形外科	飾西412-1	079-266-8833	英 語
しみず眼科	眼科	青山西2-19-12	079-268-0700	英 語
城陽江尻病院	内科	北条1丁目279	079-225-1231	英 語
神野病院	内科・整形外科	飾磨区下野田2丁目533-3	079-235-5501	英 語
信和内科クリニック	内科・胃腸科・呼吸器科	砥堀329-2	079-264-6533	英 語
整形外科 ほそいクリニック	整形外科	南畝町2-31 (浜屋ハートビル8階)	079-224-2003	英 語
空地内科院	内科・リウマチ科	呉服町8 空地ビル5階	079-223-3877	英 語
高岡病院	精神科・神経内科・心療内科・内科	西今宿5丁目3番8号	079-293-3315	英 語
瀬谷内科医院	内科・小児科	菅生台1	079-266-2353	英 語
竹村整形外科医院	整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科	香寺町中仁野257-2	079-232-1059	英 語
立岩産婦人科医院	産婦人科	飾磨区構4丁目189	079-234-3000	英 語
たまきファミリークリニック	小児科・内科	新在家本町1丁目3-5	079-228-8550	英 語

List of Doctors (With Availability of Foreign Languages)

As of Oct. 2023

Clinic/Hospital	Department	Address	Phone	Language
Chokyu Tenma Clinic	Dermatology, Urology, Proctology, Internal Medicine	1-55-2 Tenjin-machi, Otsu-ku	079-236-1526	English
Chokyu Hospital	Neurosurgery, Surgery	2-66-1 Hirohataku Komatsucho	079-237-5252	English
Saneikaihirohata Clinics	Internal Medicine, Neurology	Hirohataku Yumesakicho, 3 Chome 1-1	079-230-0008	English
Tsukazaki Hospital	Neurosurgery, Neurology, Optometry, Comprehensive Internal Medicine	68-1 Aboshi-ku Waku	079-272-8555	English
Terada Internal Medicine, Respiratory Medicine Nakagawa Clinic	Respiratory Medicine, Internal Medicine Otolaryngology	3-6 Gokenya, Jyoto-machi 582 Yokohama, Aboshi-ku	079-285-0111 079-274-3387	English English
Nakatani Hospital	Internal Medicine, Allergology, Respiratory Medicine, Cardiovascular Medicine	2501 Hosoe, Shikama-ku	079-235-5566	English
Nakamura Clinic	Neurosurgery, Internal Medicine, Rehabilitation Medicine	111 Shimodera-machi	079-283-2333	English
Nabetani Internal Medicine Clinic	Internal Medicine	492-1Shikisai	079-266-1515	English
Nishihara Breast Clinic	Clinical Oncology	11 Minamimachi (Capital I Himeji 2F)	079-283-6101	English
Nozato Family Clinic	Internal Medicine, Neurosurgery, Pediatric Surgery	176-6 Nozato	079-262-6700	English
Nonaka Otolaryngology Clinic	Otolaryngology	5-6-24 Mitachinaka	079-293-4187	English, German
Noma Children's Clinic	Pediatrics	189-2 Tenma, Otsu-ku	079-230-0015	English
Nomoto Optometrist	Optometry	26 Otsu, Takajo-cho	079-299-1000	English
Hasegawa Clinic	Otolaryngology	1F Clean Pier Hirohata, 1-119 Takahama-cho, Hirohata-ku	079-236-0303	English
Hayashi Internal Medicine, Cardiovascular Medicine	Internal Medicine, Cardiovascular Medicine, Rehabilitation Medicine	456-6 Bessho, Bessho-cho	079-253-6078	English
Himeji Medical CO-OP Kyoritsu Hospital	Internal Medicine	3-12 Ichikawa-dai	079-285-3377	English
Himeji St. Mary's Hospital	Internal Medicine, Cardiovascular Medicine, Surgery, Orthopedics, Pediatrics, Dermatology, Otolaryngology, Obstetrics and gynecology, Anesthesiology, Allergology	650 Nibuno	079-265-5111	English
Himeji Red Cross Hospital	Internal Medicine, Pediatrics, Pediatric Surgery, Cardiovascular Surgery, Anesthesiology, Plastic surgery, Orthopedics, Optometry, Neurosurgery	1-12-1 Shimoteno	079-294-2251	English
Himeji Tanaka Hospital	Orthopedics	717 Shosha	079-267-2020	English
Himeji Central Hospital	Internal Medicine, Surgery, Neurosurgery, Neurology, Anesthesiology	2-36 Miyake, Shikama-ku	079-235-7331	English
Hyogo Prefectural Harima-Himeji General Medical Center	Gastroenterology, Pediatrics, Palliative Medicine, Orthopedics, Cardiovascular Medicine, Rehabilitation Medicine, Nephrology, Surgery, Gastroenterological Surgery, Infectious Disease Medicine, Anesthesiology, Pain Clinic, Neurosurgery, Cardiovascular Surgery, Plastic Surgery	3-264 Kamiyacho	079-289-5080	English
Himeji Central Hospital's Clinic	Neurology	1-16-1 Kaminoda, Shikama-ku	079-235-5454	English
Fukushima Orthopedics	Orthopedics	215-2 Yokohama, Aboshi-ku	079-274-0280	English
Fuji Internal Medicine Clinic	Internal Medicine, Gastroenterology	1-7-14 Masuihomomachi	079-224-1106	English
Fujita Clinic	Internal Medicine	4-1-10 Higashi-imajuku	079-297-4823	English
Matsuura Clinic	Internal Medicine, Pediatrics	232-7 Miyaoki, Yumesaki-cho	079-335-0140	English
Miki Clinic	Internal Medicine, Cardiovascular Medicine	1-70 Shinmachi, Otsu-ku	079-236-1515	English
Miwa Orthopedics	Orthopedics	3-77 Hojoguchi	079-222-1881	English
Morita Family Clinic	Internal Medicine, Surgery, Pediatric Surgery	221 Hojomiyanomachi	079-289-5729	English
Yasutomi Clinic	Surgery, Pediatrics, Internal Medicine	1135-1 Anji, Yasutomi-cho	0790-66-2387	English
Yamada Clinic	Internal Medicine, Dermatology	39 Okinohama, Aboshi-ku	079-273-8311	English
Yoshida Orthopedics	Orthopedics	1F Crios Building, 79-3 Jotomachi	079-223-5011	English

\* Contact the clinic/hospital beforehand, as doctors speaking foreign languages may not always be present.

外国語で診療可能な医療機関情報

2023年10月現在

医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	言語
長久天満診療所	皮膚科・泌尿器科・肛門科・内科	大津区天神町1丁目55-2	079-236-1526	英語
長久病院	脳神経外科・一般外科	広畑区小松町2丁目66-1	079-237-5252	英語
三栄会広畑病院	内科・脳神経内科	広畑区夢前町3丁目1番地1	079-230-0008	英語
ツカザキ病院	脳神経外科・神経内科・眼科・総合内科	網干区和久68-1	079-272-8555	英語
寺田内科・呼吸器科	呼吸器内科・内科	城東町五軒屋3-6	079-285-0111	英語
中川耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科	網干区余子浜582	079-274-3387	英語
中谷病院	内科・アレルギー科・循環器内科・呼吸器科	飾磨区細江2501番地	079-235-5566	英語
ナカムラ医院	脳神経外科・内科・リハビリテーション科	下寺町111	079-283-2333	英語
なべたに内科クリニック	内科	飾西492-1	079-266-1515	英語
にしはら乳腺クリニック	乳腺外科	南町11番地キャピタルI姫路2F	079-283-6101	英語
野里ファミリークリニック	内科・脳神経外科・小児外科	野里176-6	079-262-6700	英語
野中耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉科	御立中5丁目6-24	079-293-4187	英語・ドイツ語
野間こどもクリニック	小児科	大津区天満189-2	079-230-0015	英語
野本眼科	眼科	鷹匠町乙26	079-299-1000	英語
長谷川耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科	広畑区高浜町1丁目119 (グリーンピア広畑1階)	079-236-0303	英語
はやし内科・循環器科	内科・循環器科・リハビリテーション科	別所町別所456-6	079-253-6078	英語
姫路医療生活協同組合共立病院	内科	市川台3丁目12	079-285-3377	英語
姫路聖マリア病院	内科・循環器内科・外科・整形外科・小児科・皮膚科・産婦人科・耳鼻咽喉科・麻酔科・アレルギー科	仁豊野650	079-265-5111	英語
姫路赤十字病院	内科・小児外科・外科・心臓血管外科・麻酔科・整形外科・形成外科・脳神経外科・眼科	下手野1丁目12-1	079-294-2251	英語
姫路田中病院	整形外科	書写717	079-267-2020	英語
姫路中央病院	内科・外科・脳神経外科・神経内科・麻酔科	飾磨区三宅2丁目36	079-235-7331	英語
兵庫県立はりま姫路総合医療センター	消化器内科・小児科・緩和ケア内科・整形外科・循環器内科・リハビリテーション科・腎臓内科・外科・消化器外科・感染症内科・麻酔科・ペインクリニック科・脳神経外科・心臓血管外科・形成外科	神屋町3丁目264番地	079-289-5080	英語
姫路中央病院附属クリニック	神経内科	飾磨区上野田1丁目16-1	079-235-5454	英語
福島整形外科	整形外科	網干区余子浜215-2	079-274-0280	英語
藤井内科クリニック	内科・胃腸科	増位本町1丁目7-14	079-224-1106	英語
藤田クリニック	内科	東今宿4丁目1-10	079-297-4823	英語
松浦診療所	内科・小児科	夢前町宮置232-7	079-335-0140	英語
三木医院	内科・循環器内科	大津区新町1丁目70	079-236-1515	英語
三輪整形外科	整形外科	北条口3丁目77	079-222-1881	英語
もりたファミリークリニック	内科・外科・小児外科	北条宮の町221	079-289-5729	英語
安富診療所	小児科・内科	安富町安志1135-1	0790-66-2387	英語
山田病院	内科・皮膚科	網干区興浜39	079-273-8311	英語
吉田整形外科	整形外科	城東町79-3(クリオスビル1階)	079-223-5011	英語

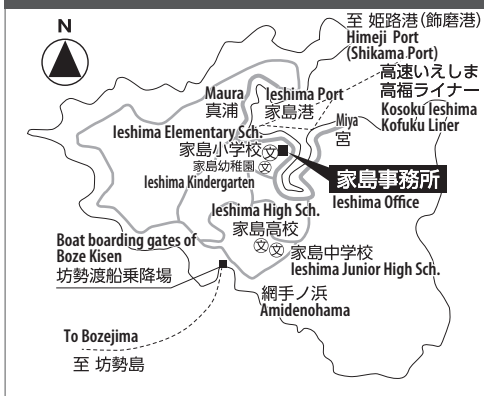
※外国語で診療可能な医師が不在の場合もありますので、必ず事前にお問い合わせください。

## Guide maps of Himeji municipal offices

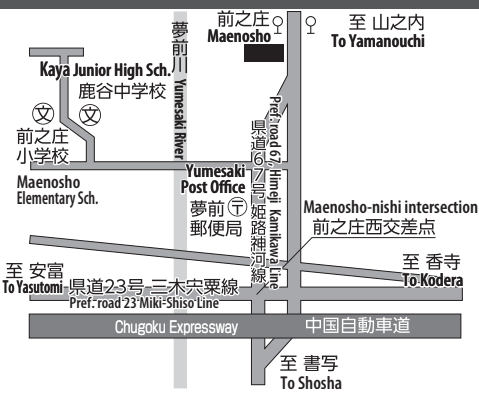
Regional City Offices (Chiiki jimusho) / 地域事務所 City Hall's Branches (Shisho) / 支所 Sub-branches (Shucchoshō) / 出張所 Service Centers / サービスセンター

## 地域事務所・支所・出張所・サービスセンターへの案内図

### ●家島事務所 Ieshima Office Tel: 079-325-1002



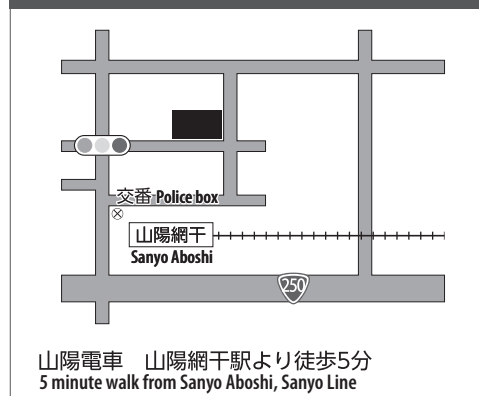
### ●夢前事務所 Yumesaki Office Tel: 079-336-0001



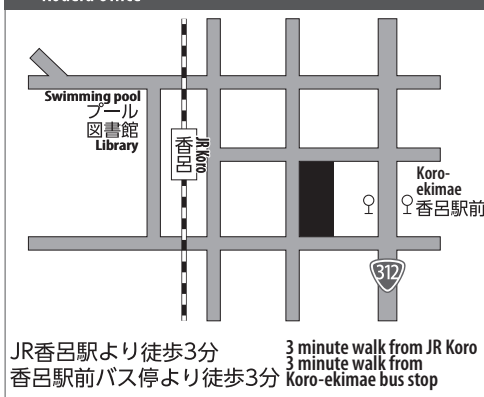
### ●広畑支所 Hirohata Branch Tel: 079-236-1991



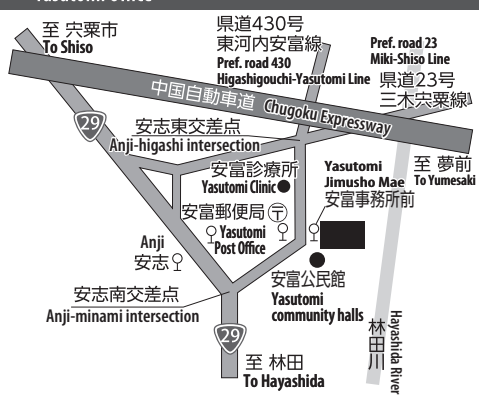
### ●網干支所 Aboshi Branch Tel: 079-272-0181



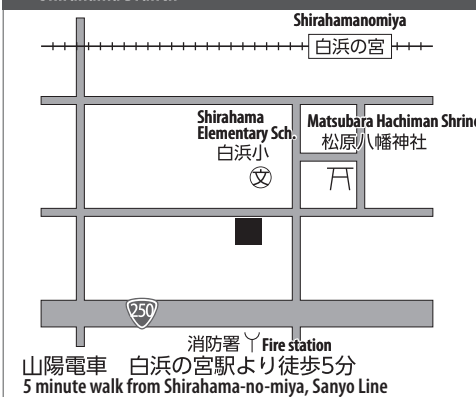
### ●香寺事務所 Koderama Office Tel: 079-232-0001



### ●安富事務所 Yasutomi Office Tel: 0790-66-2300



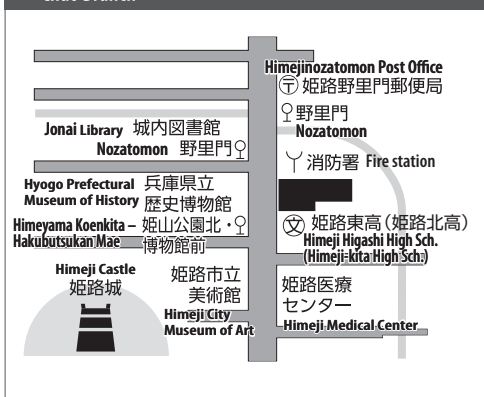
### ●白浜支所 Shirahama Branch Tel: 079-245-1771



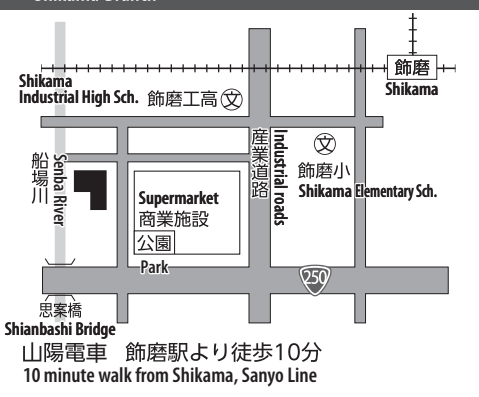
### ●駅前市役所 Ekimae Ward Office Tel: 079-288-1177



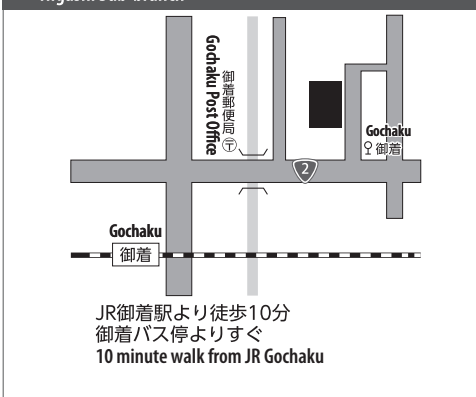
### ●中央支所 Chuo Branch Tel: 079-289-0811



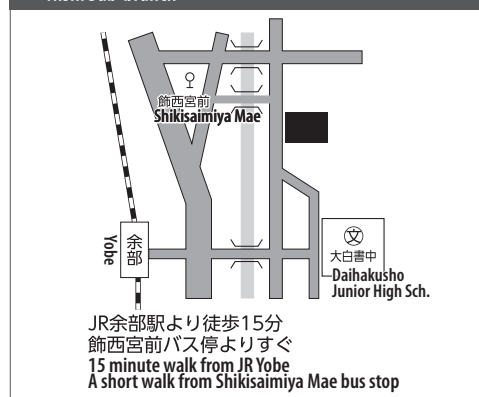
### ●飾磨支所 Shikama Branch Tel: 079-235-0781



### ●東出張所 Higashi Sub-branch Tel: 079-252-6363



### ●西出張所 Nishi Sub-branch Tel: 079-266-0004



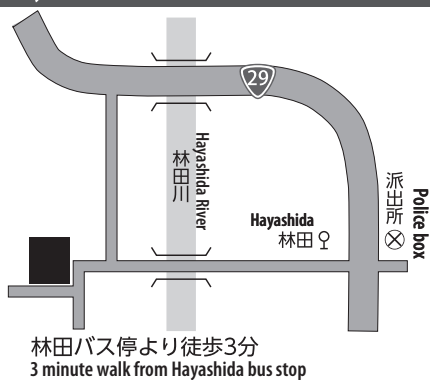


## Guide maps of Himeji municipal offices

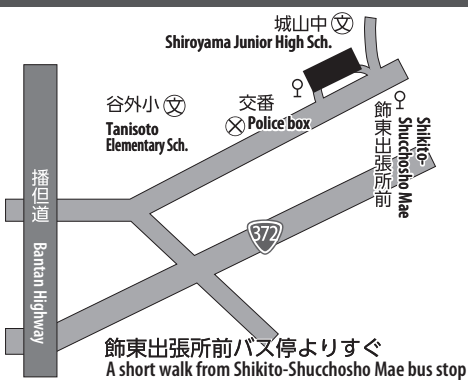
Regional City Offices (Chiiki jimusho) / 地域事務所 City Hall's Branches (Shisho) / 支所 Sub-branches (Shucchoshosho) / 出張所 Service Centers / サービスセンター

## 地域事務所・支所・出張所・サービスセンターへの案内図

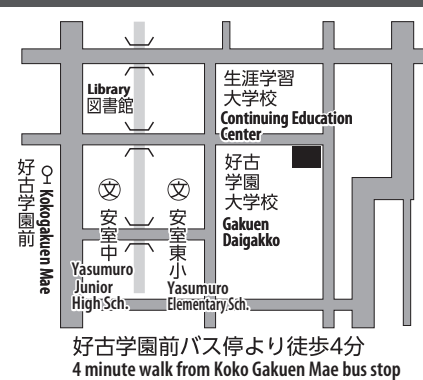
### ●林田出張所 Hayashida Sub-branch Tel: 079-261-2001



### ●飾東出張所 Shikito Sub-branch Tel: 079-253-0101



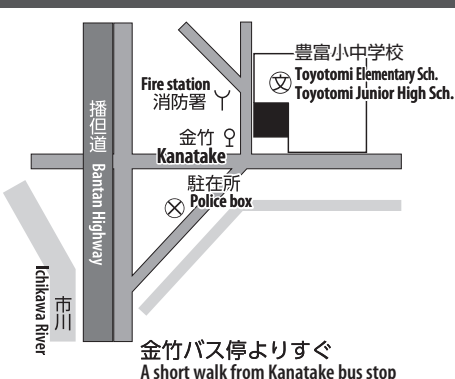
### ●安室サービスセンター Yasumuro Service Center Tel: 079-296-0030



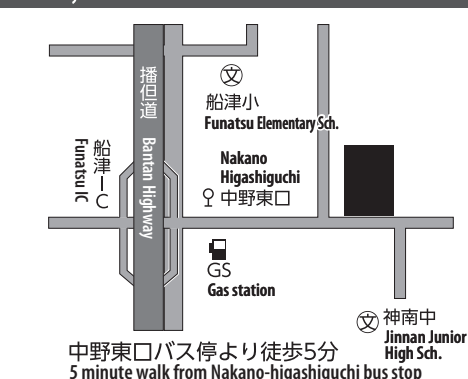
### ●高岡サービスセンター Takaoka Service Center Tel: 079-296-3743



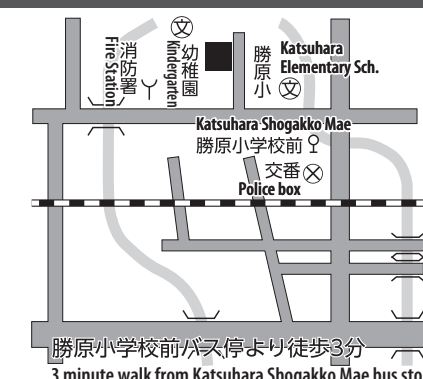
### ●北出張所 Kita Sub-branch Tel: 079-264-0002



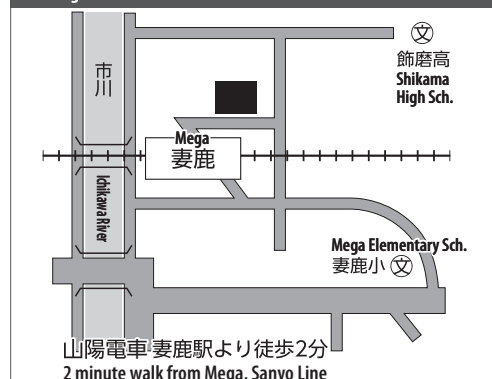
### ●船山出張所 Funayama Sub-branch Tel: 079-232-0002



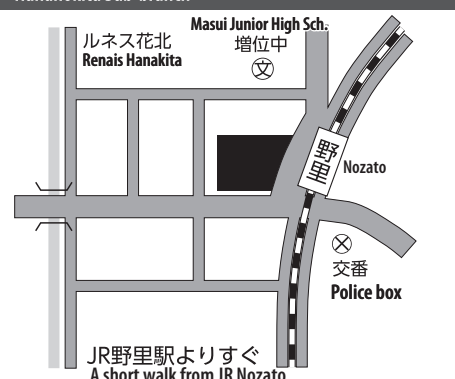
### ●勝原サービスセンター Katsuhara Service Center Tel: 079-273-9713



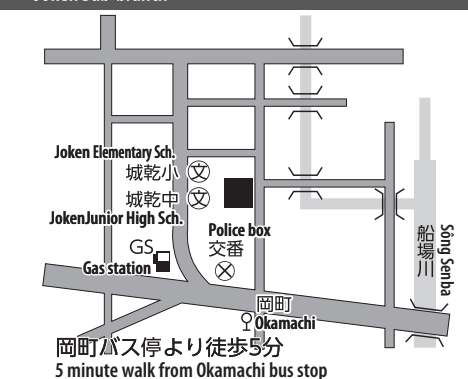
### ●妻鹿サービスセンター Mega Service Center Tel: 079-245-1871



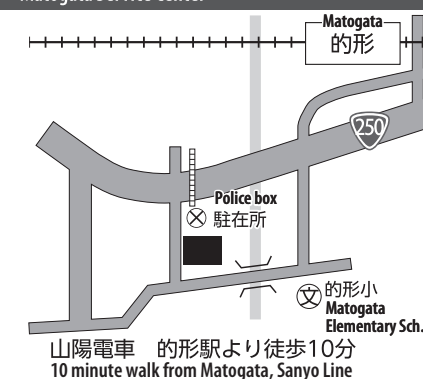
### ●花の北サービスセンター Hananokita Sub-branch Tel: 079-289-0820



### ●城乾サービスセンター Joken Sub-branch Tel: 079-297-1010



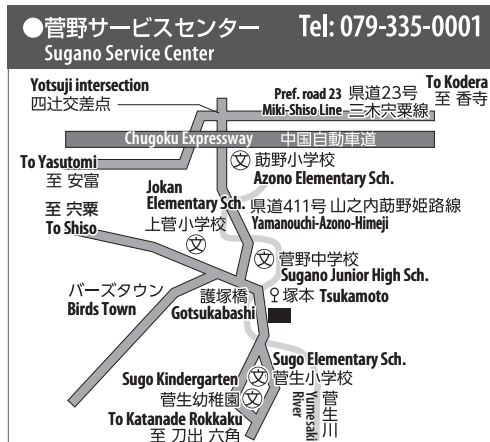
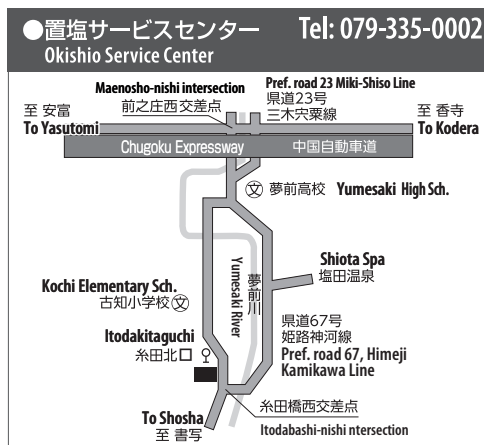
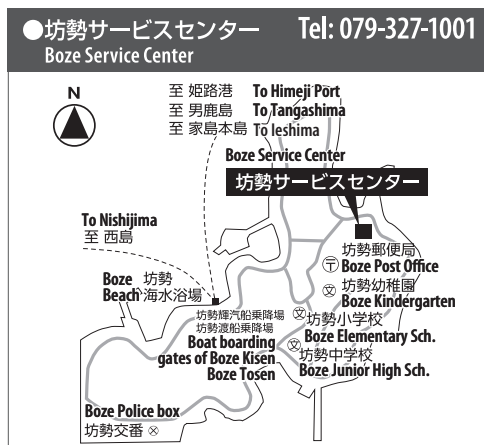
### ●的形サービスセンター Matogata Service Center Tel: 079-254-4339



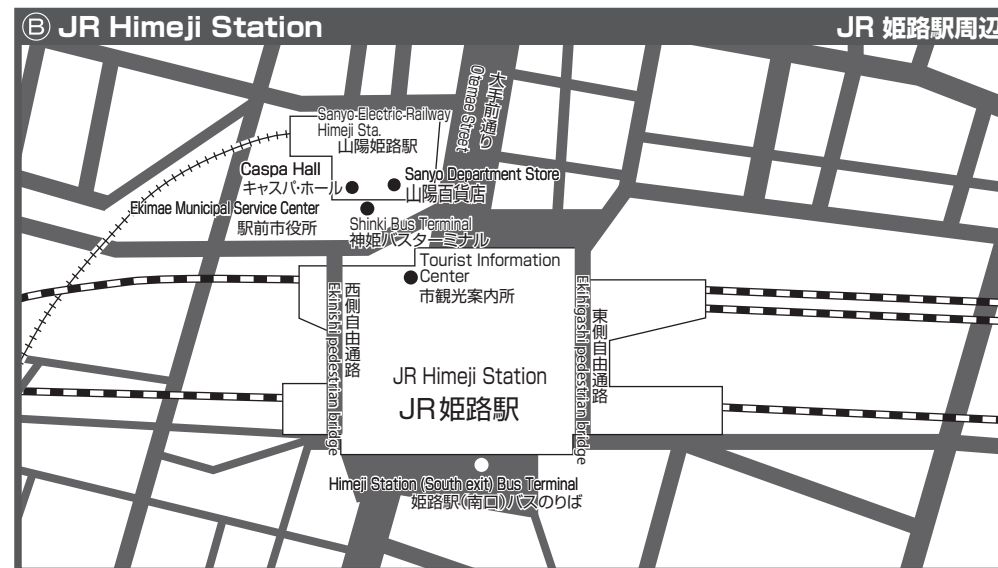
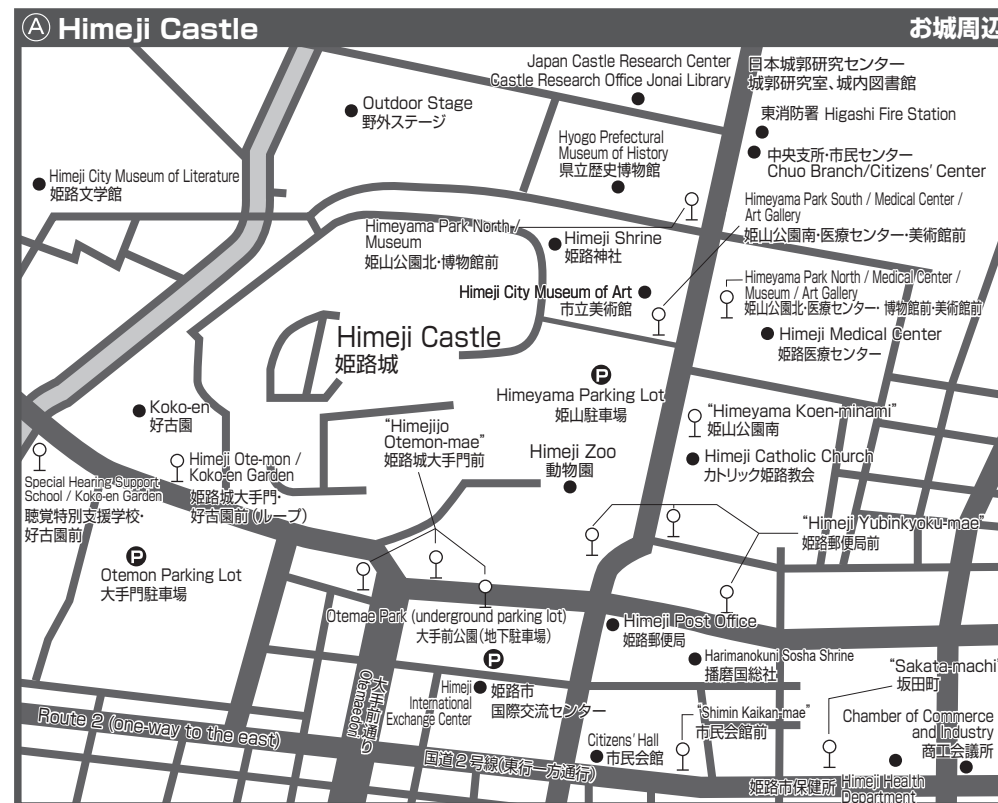
### ●大塩サービスセンター Oshio Service Center Tel: 079-254-0039

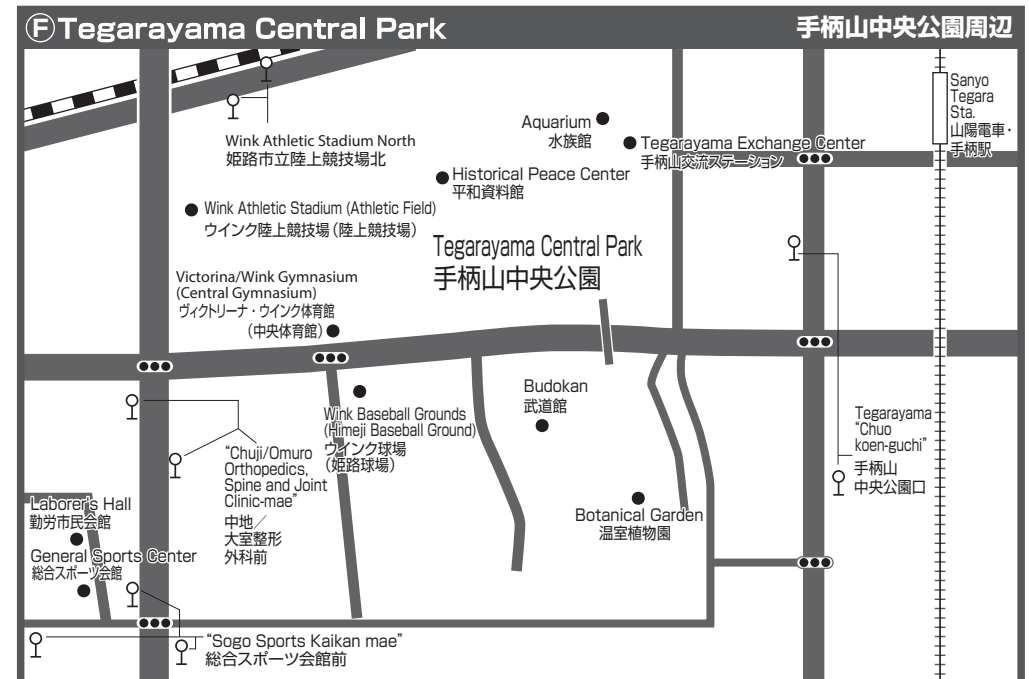
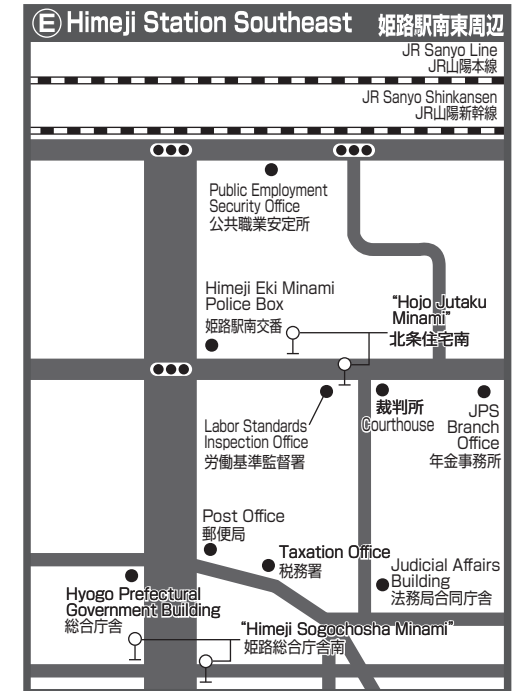
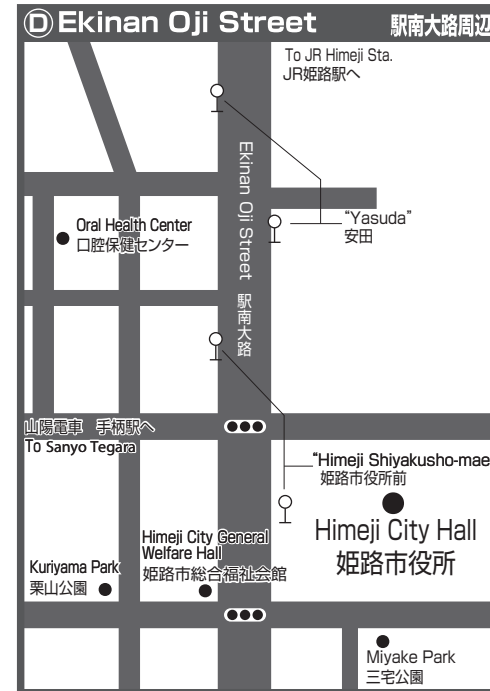
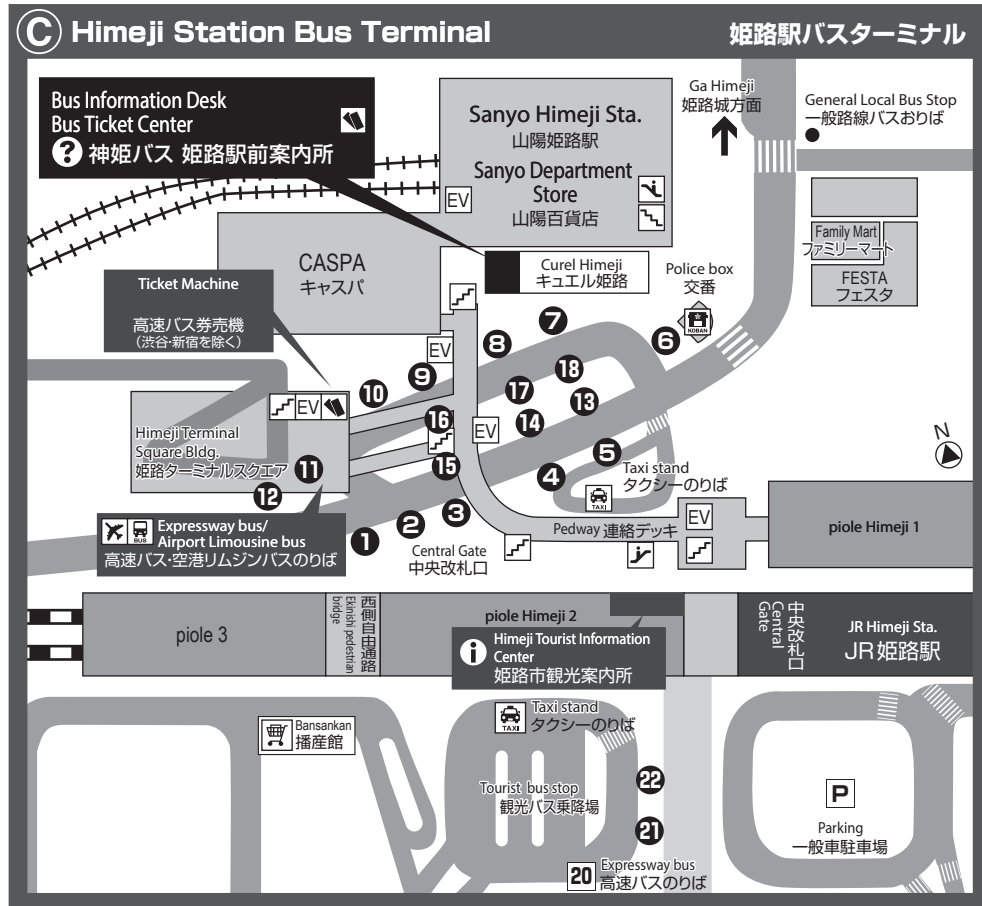


## Regional City Offices (Chiiki jimusho) / 地域事務所    City Hall's Branches (Shisho) / 支所    Sub-branches (Shucchoshō) / 出張所    Service Centers / サービスセンター



### 市内主要地区地図









緊急連絡メモ

Emergency Contacts

- 姫路市休日・夜間急病センター 079-298-0119  
Himeji City Weekend, Holiday, and Night Urgent Care Center
- 歯科医師会口腔保健センター 079-288-5896  
Dental Association Oral Health Center

●避難場所 / Evacuation locations

	名称 / Name	住所 / Address	電話番号 / Telephone
一時避難場所 Temporary evacuation location			
避難所 Evacuation center			
大規模避難場所 Large-scale evacuation location			
家族が離ればなれに なったときの集合場所 Family meeting place			

●家族の連絡先 / Family contacts

氏名 / Name	学校・勤務先 / School / Workplace	住所 / Address	電話番号 / Telephone	その地域の避難所 / Evacuation center

●家族の緊急用データ / Family emergency data

氏名 / Name	生年月日 Birthdate	血液型 Blood type	アレルギー・病気・介護 Allergies, illness, nursing care	常備薬 Regular medicines	かかりつけの医療機関との連絡先 Family doctor contact information

●非常時の連絡先 / Emergency contacts

氏名 / Name	住所 / Address	電話番号 / Telephone	家族との関係 / Relationship with family

●緊急連絡先 / Emergency contact information

連絡先 / Contact	電話番号 / Telephone	連絡先 / Contact	電話番号 / Telephone
姫路市役所 / Himeji City Hall Disaster 災害対策本部 / Response Headquarters	☎ 079-221-2200	大阪ガスネットワーク(株)兵庫事業部 Osaka Gas Network Co., Ltd.	☎ 0120-7-19424
消防本部 / Fire Department	☎ 119	上下水道局水道整備課 Waterworks Bureau Facilities Section	☎ 079-221-2727
警察本部 / Police	☎ 110	災害用伝言ダイヤル Disaster Emergency Message Dial	☎ 171
関西電力送配電株式会社 / Kansai Electric Power Co., Inc.	☎ 0800-777-3081		