

目录 目次

姫路市の概要 1-2 姫路市の概要

关于姫路市国际交流中心 3-4 姫路市国際交流センターについて

电话 49-52 電話

邮寄信件时 53-54 郵便を送るとき

●緊急！急需帮助时 緊急！急いで助けが必要なとき

急需帮助时 5-6 急いで助けが必要なときは

在假日、夜间想要接受医生的治疗时 7-8 休日・夜間に医師の治療を受けたいときは

发生火灾时／发现煤气泄漏时 9-10 火災が発生したときは／ガスもれがわかったときは

发生地震时该怎么办 11-12 地震が発生したときは

做好应对台风的准备 13-14 台風に備えて

●各种谘询窗口 15-18 各種相談窓口

●为了开始在日本的新生活 日本で始まる新しい生活のために

有关在留的手续 19-20 在留のための手続き

在留卡、特别永住者证明书／居民登录／
个人编号 (My number) ／印章登录 21-24 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

在这种情况下也请提出申报
结婚、生育、离婚、死亡 25-26 こんなときにも届け出を(結婚・出産・離婚・死亡)

医疗保险的加入方法 27-28 医療保険への加入方法は

国民年金的加入手续 29-30 国民年金への加入手続きは

为孩子申请入学的手续 31-32 子どもが学校に通うための手続きは

想利用福利服务时 33-36 福祉サービスを利用したい

寻找住房的方法与租赁方法 37-40 住まいの見つけ方、借り方

垃圾的投放方法(一般家庭用清洁日行事表) 41-44 ごみの出し方(一般家庭用クリーンカレンダー)

使用电・自来水・煤气时 45-48 電気・水道・ガスを使用するときは

●有助于日常生活的信息 毎日の暮らしに役に立つこと

生病或受伤时／健康检查 健康保养 55-56 病気やけがの場合は 健康診査／健康保持

怀孕后 婴儿出生后 儿童的健康 57-58 妊娠したら 赤ちゃんが生まれたら こどもの健康

交通 59-60 交通

学习日语／使用外语的弥撒 61-62 日本語を学ぶ／外国語によるミサ

税金的种类和纳税方法 63-64 税金の種類と支払い方法

●让生活更加充实丰富吧 さあ、生活を豊かに楽しもう

学习日本文化／去图书馆或文化大厅 65-66 日本文化を学びたい／図書館・ホールへ行く

想使用体育设施时 67-70 スポーツ施設を利用したい

想了解市内的名胜古迹 71-74 市内の名所を知りたい

●搬家或回国时 引越し・帰国するときに

迁移、迁出、出国时的必要手续 75-76 移転・転出・出国の際に必要な手続きは

●参考信息 参考情報

使用外语提供诊疗的医疗机构的信息 77-80 外国語で診療可能な医療機関情報

到各地区事务所、分所、办事处、服务中心的导向图 81-84 地域事務所・支所・出張所・サービスセンターへの案内図

市内主要地区的地图指南 85-87 市内主要地区地図

姫路市の概要

姫路市の概要

姫路市位于兵庫県西南部播磨平原の中央。这里依山傍海，自古以来就作为西日本の交通要塞，不断发展繁荣。作为“城下町”（以诸侯的居城为中心发展起来的城邑）的姫路市，拥有悠久的历史 and 孕育出丰富的文化，并富有祥和而丰饶的大自然，是一个个性鲜明、风格独特的城市。自从1889年4月施行城市制度以来，随着城市范围的扩大，人口也随之不断增加，现在姫路市大约拥有52万人口。其中，约有1万多外国居民与日本居民共同生活在这里。姫路市作为播磨的经济、文化、教育中心不断发展，已经形成了一大经济文化圈。

国際交流

〈姐妹城市、友好城市、姐妹城堡〉

姫路市与海外的6个城市和2座城堡缔结了姐妹城市、友好城市、姐妹城堡关系，并与其开展了各种各样的交流活动。

缔结对象、缔结日	
沙勒罗瓦市（比利时）	1965年7月13日
凤凰城（美国）	1976年11月3日
阿德莱德市（澳大利亚）	1982年4月19日
库里奇巴市（巴西）	1984年5月14日
太原市（中国）	1987年5月20日
尚蒂伊城堡（法国）	1989年5月11日
昌原市（韩国）	2000年4月18日
康威城堡（英国）	2019年10月29日
瓦维尔城堡（波兰）	2024年10月16日

〈观光友好交流协定〉

姫路市与德国拜仁州缔结了姫路城与新天鹅石城堡之间的观光友好交流协定，正在进行以振兴观光为主题的合作与交流。

缔结对象、缔结日	
新天鹅石城堡（德国）	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〉

旨在推动姫路市的国际化和全体地区的国际交流，实现多元文化共生的社会。

- ・与居住在本市的外国人的交流
国際交流互动教室
姫路国際交流节
日语演讲比赛
- ・为实现国际化而开办的讲座、研修
面向市民的外语讲座
加深国际理解的上门讲座
日语学习支援志愿者培训讲座
志愿者提高学习会
加深国际理解的电影放映会
- ・与姐妹城市、城堡的交流
青少年互访（中学生・高中生）
通过线上等方式开展青少年之间的交流
- ・对居住在本地的外国人的援助
姫路市外国人咨询中心
南语广播
面向外国人的日语讲座
面向外国人的多语种生活信息杂志

本財団国際交流担当，设有赞助会员制度。

■有关详细内容请咨询： 公益財団法人 姫路市文化国際交流財団 （国際交流担当）

邮编670-0012 姫路市本町68番地290
Egret姫路3楼

电话 079-282-8950
传真 079-282-8955
网页 <https://www.himeji-iec.or.jp>
电子邮箱 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52万人の市民が生活しています。その中には1万人を超す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
ヴァヴェル城（ポーランド）	2024年10月16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
国際理解映画上映会
- ・姉妹都市・姉妹城との交流
青少年相互派遣（中学生・高校生）
オンライン等による青少年交流
- ・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

<设置目的>

姫路市国际交流中心从 2001 年 9 月开始运作。作为地区的国际化据点设施，收集并发出信息、援助 NGO、志愿者的活动、为外国人提供生活咨询、与政府、NGO、学校、企业等积极地携手合作。

<关于设施>

- ①图书角
收集并提供关于国际交流的书籍和资料。在这里还可以浏览外国的新闻杂志以及各种专业书籍。
- ②姐妹城市角
介绍并展览海外姐妹城市、友好城市及姐妹城堡。

- ③交流大厅
志愿者团体或个人都可以自由使用，可以在此进行国际交流。
- ④志愿者活动室
这是在本中心注册的国际交流团体的活动场所。备有存衣柜和邮箱。
- ⑤印刷室
这是在本中心注册的团体的工作空间。设有印刷机和工作桌等。
- ⑥咨询面谈室
提供面向外国人的生活咨询服务。

此外，本中心还设有会议室、研讨室、日本和室。

<设置目的>

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。

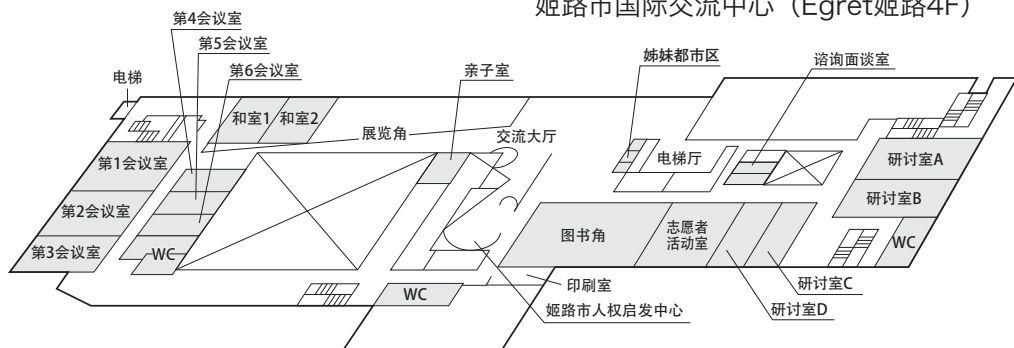
<施設について>

- 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。

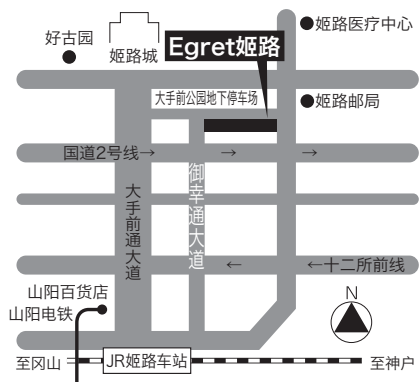
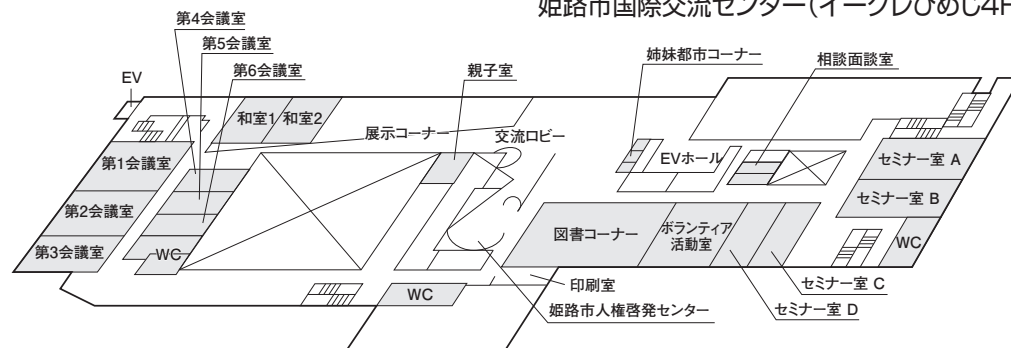
- ④ボランティア活動室
センターに登録している国際交流団体の活動の場です。ロッカー、メールボックスを備えています。
- ⑤印刷室
センターに登録している団体のワークスペース。印刷機、作業机などを設置しています。
- ⑥相談面談室
外国人のための生活相談を実施しています。

この他、会議室、セミナー室、和室があります。

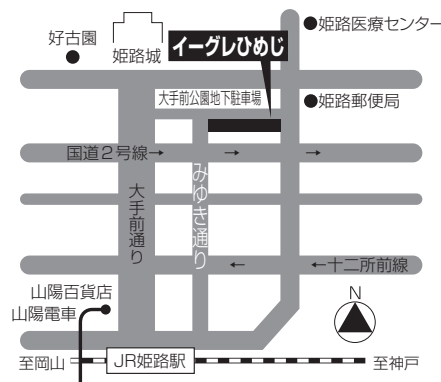
姫路市国际交流中心 (Egret 姬路 4F)



姫路市国際交流センター (イーグレひめじ 4F)



● 开馆时间 9:00~21:00
● 休馆日 年末年初 (12月28日~1月4日)、其他、临时休馆日
● 咨询
邮编 670 - 0012 姫路市本町68番地290
Egret 姬路
电话: 079 - 287 - 0800 (受理馆内设施出租)
079 - 287 - 0820 (办公室)
传真: 079 - 287 - 0824
网页: <https://www.city.himeji.lg.jp/>
[姫路市国际交流中心] 检索
电子邮箱: 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) 其他 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] 检索
Eメール kokusai@city.himeji.lg.jp



急需帮助时

● 因受伤或急诊需要呼叫救护车时

请拨打 119 (消防本部)。
消防本部全天 24 小时接受通报。
电话接通后, 请通报是“急救 (Kyukyu desu)”, 然后沉着、清楚地将受伤或需要急诊的情况告诉工作人员。即使您不会说日语, 也没有关系, 您可以跟工作人员还有多语种呼叫中心进行三者间的通话。也可以使用公用电话免费拨打 119。当电话出现占线时, 请沉住气反复拨打。

消防本部 电话：119

为避免通报时的慌乱无措, 在平时就把自己的姓名和地址, 以及附近较明显、容易辨认的建筑物的名称用较大字体的平假名或罗马字母写好, 贴在电话旁, 这样会比较方便。

● 在下列情况可以利用救护车

- 受重伤时
- 发生急病 (呼吸异常、没有意识、有剧烈疼痛感等) 时
- 因烧伤或煤气中毒等必需紧急处置时

● 在下列情况不可以利用救护车

- 病情轻微或受轻伤时
- 可以用出租车或私家车运送的疾病或受伤时
- 尸体搬运时

● 日本的救护车是免费的

即使呼叫救护车也不会被要求付钱。但是, 回家时不能使用救护车。

● 遭遇交通事故或是犯罪事件时

首先请向 110 (警察总部) 报警。
无论受害程度如何都请向 110 报警。110 接受 24 小时的通报服务。

警察总部 电话：110

● 在警察人员到达之前, 请不要离开现场

遭遇交通事故或是犯罪事件时, 在警察人员到达之前, 请不要离开现场。您有可能被作为证人要求提供证词。同时, 除了对受伤者进行应急处理之外, 请保持现场原样。在遭遇被盗时, 也请不要动现场。此外, 如果发现存折或是现金提款卡被盗时, 请立即与银行等有关部门联系, 办理挂失手续。

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。電話が繋がったら「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、けがや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。



在假日、夜间想要接受医生的治疗时

●可以在假日、夜间急病中心接受诊疗

在一般情况下，有很多地方的大医院只有在平日的上午接受门诊服务，而普通医院或诊所除了在日常的上午以外，傍晚也接受门诊服务，但是夜间和星期天、假日里不接受诊疗服务。因此，夜间或假日里突发急病时可由市立的假日、夜间急病中心进行应急处理。在接受诊疗时需要出示健康保险证或个人编号保险证、福祉医疗领取者证，请不要忘记携带。有假日、夜间急病中心根据医生的处方仅提供1天份的所需药品的情形。请在接受诊断时充分听取说明。

假日诊疗内容：内科、小児科、耳鼻咽喉科、眼科
 受理时间：8:30~17:30
 诊疗时间：9:00~18:00
 诊疗日：星期天、节假日、8月15日、12月31日~1月3日

夜间诊疗内容：内科、小児科
 受理时间：20:30~隔日5:30
 诊疗时间：21:00~隔日6:00
 诊疗日：全年照常诊疗

假日、夜间急病中心 电话079-298-0119
 姫路市西今宿3丁目7-21

●在假日里出现牙痛的情况时

由齿科(牙科)医师会口腔保健中心提供治疗。需要出示健康保险证或个人编号保险证，请不要忘记携带。

诊疗内容：牙科急诊患者的应急处理
 诊疗受理时间：9:30~中午
 诊疗日：星期天、节假日、8月14日、8月15日、12月30日~1月3日

齿科(牙科)医师会口腔保健中心
 电话079-288-5896
 姫路市安田3丁目107

●因突发疾病或者受伤时，难以判断是否需要去医院的时候

遇到突发疾病或者受伤的情况，难以判断「是否需要叫救护车」，「是否需要现在马上去医院」等类似这样的情况下，还可以选择24小时365天全年无休，针对所有年龄段的病患，有护士可以给出建议的电话咨询窗口。

电话号码：#7119
 如果打不通的话，请拨打078-331-7119
 咨询时间：24小时365天

使用外语提供诊疗的医疗机构的信息 P.77, 79

休日・夜間に 医師の治療を受けたいときは



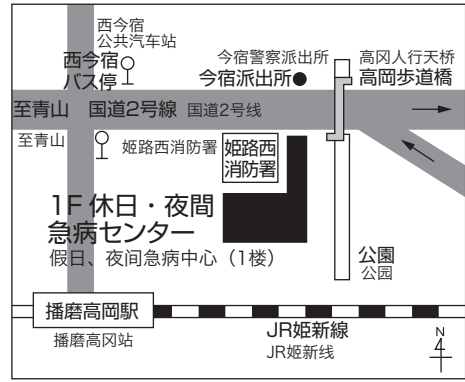
●休日・夜间急病センターで診察が受けられます

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・夜间急病センターが応急処置を行っています。診察の際には保険証やマイナ保険証、福祉医療受給者証が必要です。休日・夜间急病センターでは、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・夜间急病センター ☎079-298-0119
 姫路市西今宿3丁目7-21

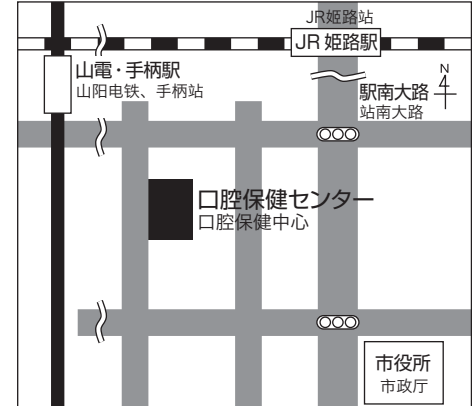


●休日に歯が痛くなったとき

歯科医師会口腔保健センターが対応しています。保険証やマイナ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
 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



●急な病気やケガで医療機関を受診するか判断に迷ったとき

急な病気やケガをした時に、「救急車を呼んだ方がよいか」、「今すぐ病院に行った方がよいか」など判断に迷った際に、24時間365日体制で看護師等からアドバイスを受けることができる全年齢を対象とした電話相談窓口です。

電話番号 ☎#7119
 つながらない場合は、☎078-331-7119
 相談時間：24時間365日



发生火灾时 / 发现煤气泄漏时

●如何预防火灾

火灾一旦发生，就会迅速蔓延开来，有时还会殃及邻近住家。请务必注意下列事项：

- 养成临睡前以及外出前务必确认火烛的习惯。
- 为防止疑似人为纵火等起因不明的火灾发生，请清理住宅的四周，并在指定时间将垃圾投放到指定地点。
- 不要在床上吸烟，不要乱扔烟头。
- 孩子玩火引发火灾，或者烹调油炸食品时引发火灾的现象比较多见，请加以注意。
- 日本的冬季空气干燥，容易引发火灾。使用取暖设备时请充分注意安全。

●发生火灾时

请大声喊叫“着火了（Kaji da）！”，告知周围的人。然后拨打119向消防本部通报，并使用灭火器进行初期灭火。请用湿毛巾捂住口鼻，保持下蹲的身体姿态，避开有毒气体和烟雾，迅速逃离现场。一旦发现火灾，不论火势大小请拨打119进行通报。即使您不会说日语也没有关系，您可以跟工作人员还有多语种呼叫中心进行三方通话。

消防本部 电话：119

●灭火器

初期火灾扑救最有效的是灭火器。有关灭火器等详情，请向附近的消防署咨询。

姫路东消防署	电话：079-288-0119
姫路西消防署	电话：079-294-0119
饰磨消防署	电话：079-233-0119
网干消防署	电话：079-273-0119
中播消防署	电话：0790-23-0119

●发生煤气泄漏时 请立即联系煤气公司

煤气泄漏，或煤气系统设备的破损是造成火灾、事故的原因。如果发现了这些情况请立即联系大阪煤气网（株），通报“煤气泄漏”、“煤气灶不能正常点燃”等具体状况，并请告知您的住址和姓名。并且，为了避免出现意外情况，请把通报的内容也告知周围的人。

（如果是使用罐装煤气的情况，请拨打罐装煤气气瓶上所记载的电话号码进行联系。）

大大阪煤气网（株）兵库事业部煤气泄漏通报专线
电话：0120-7-19424

一旦发现煤气泄漏 P.47



火灾が発生したときは / ガスもれがわかったときは

●火灾を発生させないために

火灾は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。
- 不審火による火灾を防ぐため、家の周りを整理し、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灾も多くなっていきますので注意してください。
- 日本の冬は空気が乾燥し、火灾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。

●火灾になったときは

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、火灾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効果的です。消火器などの相談は、お近くの消防署で。

姫路东消防署	☎079-288-0119
姫路西消防署	☎079-294-0119
饰磨消防署	☎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灾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）
兵库事业部ガスもれ通報専用
☎ 0120-7-19424



ガスもれに気づいたら P.48



发生地震时该怎么办

●日本是屈指可数的地震国家

日本是世界上屈指可数的地震国家，兵库县在1995年的阪神淡路大地震中遭遇了前所未有的破坏。姬路市的正下方存在有山崎断层，让我们设想地震发生时的状况，在心理和物质这两个方面都作好应对的准备。

●日常的准备工作足够充分吗？

◇已经确认过了吗？

- 家里面最安全的场所是哪里？
- 与家属的联系方法、失散后的碰头地点是否确定？
- 所居住地区的避难场所在哪里？
- 自己国家的大使馆的电话号码是多少？

◇您收存好了吗？

- 手电筒、毛巾、手套、口罩、备份的眼镜、内衣、紧急用饮用水、紧急用食品、应急药品、袖珍收音机、鞋子等应该归拢后统一装入逃生的背包里，事先准备好。水的最低需求量是每人每天3升左右。
- 为了避免衣柜、书架等家具倒下而导致受伤，应事先将家具固定在墙壁上。
- 窗户和橱柜上的玻璃应该事先贴上防止玻璃破损后飞溅的专用薄膜。
- 灭火器应该常备。浴缸里的水可以用于灭火，洗澡后请不要立即放掉储存起来。

●一旦发生地震时

- 躲藏在桌子下面等处，确保身体的安全。
- 如果是正在用火时，请等候震动停止后再熄火（熄火时请十分小心）。
- 用靠垫或坐垫等保护头部，预防物品落下时受伤。
- 打开门窗以确保逃生的出口。
- 不要忘记穿上鞋或拖鞋，以免踩到碎玻璃而受伤。
- 大的震动之后一段时间里会持续发生余震，请予以注意。
- 根据正确的信息采取行动（不要惊恐失措）。

日本国内发生地震时，电视、广播等立即会播放地震的规模和震源地在哪里等的信息。一旦发生地震请立即打开电视、收音机等。此外，还有行政方面发布的信息，地区防灾组织的信息等，也可以向大使馆问询，力争获取正确的信息。

●避难时的注意事项

- 护照、在留卡等重要证件应该随身携带。
- 行李控制在必要的最小限度。
- 鞋子类最好是结实耐用的。
- 向外出不去的家属和同居人以纸条留言等方式明确避难场所、联系方法等。
- 徒步采取行动。
- 协助开展应急救援工作。
- 关闭煤气的入户总阀。
- 切断总控电闸。

●想要确认家属是否安全时

固定电话和手机会因占线或者电话线中断等原因很难打通。请利用灾害留言专用电话 171 等。

地震が発生したときは



●日本は有数の地震国です

日本是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っておく。
- 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。



做好应对台风的准备

●请充分注意气象信息

日本在7月至10月期间发生台风的次数较多，有时会造成塌方和洪水等严重的灾害。台风接近时请充分注意气象信息，不要外出进行登山、钓鱼、海水浴等活动。

●做好准备应对强风和大雨

- 放在院子或阳台上的垃圾箱、花盆、摆设用品等，请将其加固或搬入家中。
- 地势较低或有可能遭受水浸的房屋，应尽量将家具、家电产品等置于高处。
- 窗户的玻璃等贴上胶带纸或塑料胶带进行加固，如果装有防雨窗、百叶窗的话，事先关好。
- 有时会停电，所以将手电筒和袖珍收音机等放在与家属事先商量好的地方。
- 通过灾害警示图等掌握“地区的灾害风险”。
- 事先确认好各类防灾信息的获取处。

●台风来临时

- 刮强风时请避免外出。如果不得不外出，则用头盔或有厚度的帽子保护好头部。
- 不要接近折断的电线杆或下垂的电线。
- 充分注意气象信息，听到避难指示后应迅速避难。尤其是家中有老人或婴幼儿等避难需要时间的人时，更应提早采取行动。
- 避难时关好煤气的总开关，以免造成火灾，关掉电源，确认门窗已经关好后离开家。

●避难场所的确认方法

面对地震、台风等灾害的发生，为了做到有备无患，请事先确认好避难的路线和避难场所。

危机管理室 发生灾害时 电话：079-221-2200

情况正常时 电话：079-223-9595

可以扫下面的二维码进行确认。



(全国避难所指南)

兵庫防災ネットワーク

注册制邮件



Android



iOS



台風に備えて



●気象情報に十分注意しましょう

日本の7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、避難指示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指示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。

危機管理室 ☎(災害時) 079-221-2200

☎(通常時) 079-223-9595

下記のQRコードより確認できます。



(全国避難所ガイド)

ひょうご防災ネット

登録制メール



Android



iOS





各种咨询窗口

名称	咨询内容	电话	星期/时间	对应语言
姬路市外国人 咨询中心 (公財) 姬路市 文化国際交流財団	所有生活方面	079-221-2159 (姬路市政厅市民 咨询中心内)	星期一~星期五 9:00~12:00 13:00~17:00	英语(星期一~星期五)・ 越南语(星期一~星期五)13:00~17:00・ 汉语(星期二)13:00~17:00・葡萄牙语、 西班牙语(星期二)13:00~16:00 咨询人员不懂的语言或其他语言, 可以使用翻译机在窗口进行咨询。
(公財) 姬路市 文化国際交流財団	所有生活方面	080-6158-4445 (只限咨询日)	星期二: 城东町综合中心 星期三: 高木综合中心 星期四: 见野之乡交流馆 星期二~星期四 13:00~17:00	越南语
姬路发世界	所有生活方面	079-287-0821 (只限咨询日)	每个月的第2・第4周日 14:00~17:00	西班牙语・葡萄牙语 汉语・英语 可以使用翻译机进行咨询
(財) 亚洲福利 教育財団 難民事業本部 关西支部	所有生活方面 ※对象为难民及其家属	078-361-1700 0120-090-091	面对面咨询(预约制・姬路市政府 市民咨询中心内) 星期一~星期五10:00-12:00, 13:00-16:00 电话咨询 星期一~星期五 9:30~12:30, 13:30~17:00	越南语 越南语・英语
兵庫多文化共生 综合咨询中心 (公財) 兵库县国際交流協会 外国人县民信息中心	所有生活方面、 法律咨询、 入管咨询	078-382-2052	星期一~星期五 9:00~17:00 法律咨询是每个星期的星期一。 预约制。(13:00~14:00, 14:00~15:00), 入管咨询是第三个星期的星期四。 预约制。(13:00~14:30, 14:30~15:30, 15:30~16:30)	英语・汉语・西班牙语・ 葡萄牙语・越南语・ 他加禄语・韩语・朝鲜语・ 泰语・印度尼西亚语・马来语・ 尼泊尔语・缅甸语・柬埔寨语・ 蒙古语・僧伽罗语・印地语・ 法语・德语・意大利语・俄语・ 乌克兰语
(NGO) 神戸外国人救援网络	生活咨询	078-232-1290	星期六・星期日 9:00~17:00	
(公財) 神戸国際協力 交流中心 神戸国際社区中心	所有生活方面、 专项咨询(出入境、 在留、行政手续)	078-742-8705	星期一~星期五 10:00~12:00、13:00~17:00 专项咨询(预约制) ①入境在留・行政手续 第1・第3周三 13:30~16:30 ②出入境・在留手续 每月第2个星期五 13:30~16:30	生活咨询 英语(星期一~星期五)・ 汉语(星期一~星期五)・ 越南语(星期一、星期三)・ 西班牙语(星期二、星期四)・ 尼泊尔语(星期一)・泰语(星期二)・ 菲律宾语(星期三)・葡萄牙语(星期四)・ 韩语・朝鲜语・印度尼西亚语(星期五)
神戸公共职业介绍所 外国人雇用服务处	介绍工作	079-222-4431	平时 8:30~17:15	英语・西班牙语・葡萄牙语 (星期一)13:00~17:00・ 汉语(第1,3,5周四)13:00~16:00・ 越南语(星期二)13:00~16:00・ (第2,4周四)13:00~16:00
神戸公共职业介绍所 外国人雇用服务处	介绍工作	078-362-8610	平时 8:30~17:15	汉语(星期一・星期五) 10:00~12:00 13:00~16:00 英语・葡萄牙语・西班牙语 (星期二~星期四 13:15~17:15) 越南语(星期四・星期五)13:00~16:00
兵庫労働局労働基準部監督科 外国人労働者咨询处	劳动条件、 雇用条件	078-371-5310	星期二・星期三 9:30~12:00, 13:00~17:00	汉语

順序任意



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 (出入境、 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13:15~17:15)・ 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

順序不同 16



各种咨询窗口

名称	咨询内容	电话	星期/时间	对应语言
姫路労働基準監督署 外国人労働者咨询处	労働条件	079-224-8181	星期四・毎月の第1、3、5周五9:30~17:00	越南语（希望在窗口咨询的人请事先联系。）
神戸地方法务局	人权	0570-090911 自动语音应答	平时 9:00~17:00	英语・汉语・韩语・朝鲜语・ 菲律宾语・葡萄牙语・ 越南语・尼泊尔语・西班牙语・ 印度尼西亚语・泰语
兵庫県弁護士会 综合法律中心 西播磨咨询所	法律	079-286-8222	平时 13:30~16:30 有料（予約制）	日语
外国人在留综合 信息中心（神戸）	出入境、在留	0570-013904	星期一~星期五 8:30~17:15	英语・汉语・葡萄牙语・ 西班牙语
外国人在留综合 信息中心（大阪）	出入境、在留	（但是 IP电话、 或在海外请拨打 03-5796-7112）	星期一~星期五 8:30~17:15	英语・汉语・葡萄牙语・ 韩语・朝鲜语
NPO法人 神戸定居外国人 支援中心(KFC)	所有生活方面、 日语学习的支援、 职业训练、住房、 教育问题等	078-612-2402	平时 9:30~17:30	汉语・越南语・蒙古语
NPO法人NGO神戸 外国人救援网络	所有生活方面	078-232-1290	星期五 13:00~20:00	英语・西班牙语・葡萄牙语・ 他加禄语（汉语・越南语・ 俄语是预约制）
NPO法人 AMDA 国际医疗信息中心	可应对外语的 医疗机构介绍、 电话翻译等	03-6233-9266	平时 10:00~16:00	英语（星期一~星期五）・ 韩语・朝鲜语（星期一）・ 菲律宾语（星期一）・ 汉语（星期二、星期四）・ 泰语（星期二）・ 西班牙语（星期三）・ 越南语（星期三）・ 葡萄牙语（星期五）
NPO法人CHARM （大阪）	HIV、性感染症	06-6354-5901	星期二~星期四 16:00~20:00	葡萄牙语・西班牙语・ 英语（星期二）・ 汉语（星期三）・ 英语（星期四）
多文化共生中心・兵庫	所有生活方面、 医疗、保健	078-453-7440 080-7852-4507	星期五 13:00~18:00	英语・汉语・越南语・ 西班牙语
姫路市男女共同参与 推进中心“l-messae” 为女性开办的咨询室	女性的所有烦恼	面试（预约制） 079-287-0807	星期二・星期四・星期六 10:00~16:00 星期三・五 10:00~18:00	日语
		079-287-0801	星期二 10:00~16:00 星期三・五 10:00~18:00	
面向男性的电话咨询	男性的所有烦恼	079-287-0804	第2个星期二 17:00~19:00	
姫路市配偶 暴力咨询支援中心	家庭暴力咨询	079-221-1532	平时 8:50~17:20	日语

顺序任意



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	人权	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 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
NPO法人 神戸定居外国人 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）・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 080-7852-4507	金 13:00~18:00	英語・中国語・ベトナム語・ スペイン語
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



有关在留的手续

●在留资格の確認請参看护照或者在留卡

请注意，因在留资格的不同，逗留的条件也会不一样。能够在日本逗留的期间有多长呢？首先，请确认在您护照的入境许可上所盖的印章或者在留卡其显示的在留资格、在留期限。希望变更在留资格或者更新在留期限时，需要在地方出入国在留管理局办理手续。

●请注意以下各事项

〈短期逗留不能从事工作〉

出于旅游等目的持短期逗留资格入境的情况下，不能从事工作。

〈想要从事资格以外的活动时〉

根据在留资格的不同，有的必须提前申请资格外活动许可。

〈想要变更在留资格或者更新在留期限时〉

想变更在留资格时，可以随时申请；想更新在留期限时，可以在期限满期的3个月前开始提出申请。但是，原则上短期逗留的在留资格不予更新。

〈暂时离开日本时〉（参照P.75）

暂时离开日本，希望再次以相同目的入境时，需要申请再次入境许可后再出国。

〈非法就业，非法逗留的情况〉

无视在留资格的规定而从事资格以外的活动，或者在没有就业资格的前提下就业，将被视为非法就业而受到惩罚。另外，在留期限满期后依然在日本逗留的，将被视为非法逗留而成为强制离境的对象。

非法逗留等违反了入管法的外国人无法在姬路港办事处办理手续。请前往神户分局。

※因2012年7月法律的修改，再入国手续等有所变更。
（详细情况请参阅出入国在留管理局网页
<https://www.moj.go.jp/isa/index.html>）。

●出入境审查和在留审查手续

出入国在留管理局可以办理再入境许可、在留期限更新、在留资格变更手续。

逗留在姬路市的外国人，有关出入境方面的审查以及在留审查手续，或其他申请，都在位于姬路港的大阪出入国在留管理局神户分局姬路港办事处办理手续。申请在留资格认定证明书，以及申请在留资格的变更、在留期限的更新时，根据不同的在留资格对申请手续所需的文件资料有不同的要求，详细情况请向

外国人在留综合信息中心

电话：0570-013904

（IP电话，从国外拨打的话，

电话：03-5796-7112）

或者向姬路港办事处咨询。

大阪出入国在留管理局神户分局姬路港办事处
电话：079-235-4688
地址：邮编672-8063
姬路市饰磨区须加294-1 姬路港湾联合行政大楼内
交通：神姬公共汽车94路 在港町或终点站下车

参考信息：

大阪出入国在留管理局神户分局

电话：078-391-6377

各种咨询窗口

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。

〈資格外活動をしたいときは〉

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、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

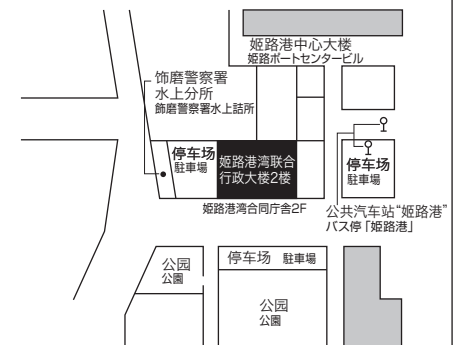
外国人在留総合インフォメーションセンター

☎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



在留卡、特别永住者证明书／居民登录／ 个人编号 (My number)／印章登录

●在留卡或特别永住者证明书

中长期逗留在日本的外国人，需要办理在留卡或特别永住者证明书的手续。在留卡可以在入境的机场或地方出入国在留管理局办理，特别永住者证明书请到市政厅办理。在留卡和特别永住者证明书都有有效期，请在有效期过期之前办理更新手续。

- 需要准备：护照、照片1张（4×3cm）（未满16岁的人不需要）等
- 申请场所：在留卡

大阪出入国在留管理局神戸分局姫路港办事处
电话：079-235-4688
特别永住者证明书
市政厅的居民窗口中心、分所、
地区事务所、站前市政厅、办事处、
服务中心
电话：079-221-2355

大阪出入国在留管理局神戸分局姫路港办事处 地图 P.20
市政厅的驻外窗口 地图 P.81~84

●居民登录请到市政厅窗口办理

在日本合法逗留时间在3个月以上，并拥有住所的外国人请办理居民登录。当入境或迁居等，在确定住所之日起14天之内，请到市政厅的居民窗口中心、分所、地区事务所、站前市政厅、办事处、服务中心进行申报。办理居民登录后可以发行居民票，接受各种各样的行政服务。

市政厅的驻外窗口 地图 P.81~84

●办理居民登录需要下列资料

- ①入境后
 - 护照、在留卡（未领取的话不需要）或者特别永住者证明书
- ②在市内迁居后
 - 在留卡或者特别永住者证明书、个人编号 (My number) 卡（只限持有人）
- ③迁出市外、出国时
 - 在留卡或者特别永住者证明书、个人编号 (My number) 卡（只限持有人）
- ④从市外迁入市内后
 - 在留卡或者特别永住者证明书、个人编号 (My number) 卡（只限持有人）
 - 迁出证明书（请向原居住所在地的市政厅申请出具）

各种情形的申请期限都约为14天之内。

居民窗口中心 电话：079-221-2355

●有关个人编号 (My number) 制度

有居民登记的人，会收到记载个人编号 (My number) 的“个人编号通知书”。而且，对于希望者将交付个人编号 (My number) 卡（塑料卡）。个人编号在今后的生活中需要，请您不要丢失，好好保管。

在留期限更新以后，请在有效期内办理个人编号 (My number) 卡的更新手续。

※个人编号 (My number) 卡、由地方公共团体信息系统机构制作，不能当天交付。

居民窗口中心 电话：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

中长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 地图 P.20
市役所の出先窓口 P.81~84

●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.81~84

●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

●被要求提交居民票时

在签订合同或是应试等许多场合，被要求出示身份和住址的证明，这种情况下请申请发行“居民票”。可以向市政厅的居民窗口中心以及各分所、地区事务所、站前市政厅、办事处、服务中心申请发行。但是，申请这份证明书只限本人或同居的家属才能够提出申请。若是委托朋友或不同居的家属代为申请的话，申请居民票的本人应该出具委任状，将委任状托付给代理人进行申请。申请时，需要来窗口的人的在留卡等身份证明书和手续费（1份300日元）

●在留卡或者特别永住者证明书发生遗失或污损等情况时

当发生遗失、被盗的情况，或者发生弄脏或破损的情况，需要申请再次交付。

- ・ 申请期限：在知道发生遗失、被盗之日起14天之内
- ・ 必要的文件：护照、照片1张（4×3cm）、（未满16岁的人不需要）破损或弄脏的在留卡或者特别永住者证明书、发生遗失，被盗的情况，由警察局出具的遗失报备证明书等
- ・ 申请场所：在留卡
大阪出入国在留管理局神戸分局姫路港办事处
电话：079-235-4688
特别永住者证明书
市政厅的居民窗口中心、分所、地区事务所、站前市政厅、办事处、服务中心
电话：079-221-2355

大阪出入国在留管理局神戸分局姫路港办事处 地图 P.20
市政厅的驻外窗口 地图 P.81~84

●签订房地产合同或购买汽车时需要印章登录证明

在日本，签订合同时需要用到印章，但对于外国人，一般情况下允许以签字代替。但是，购买汽车，或签订房地产合同时需用到经过官方登录的个人印章。办理印章登录手续时，首先在就近的印章店制作印章，然后带上用于登录的印章和在留卡或者特别永住者证明书到市政厅的居民窗口中心、分所、地区事务所、站前市政厅、办事处、服务中心办理登录手续。手续办完后会发行印章登录证，需要出示印章登录证明书（印章证明）时，请带上印章登录证和手续费（1份300日元），到上述任何一个窗口办理申请。

〈制作印章时〉

在印章店订做后约两个星期就能完成。能够予以登录的印章，应该以英文字母或者片假名、平假名标记其姓名的读法。详细情况请向居民窗口中心印章登录责任单位（电话：079-221-2365）咨询。在银行等使用的印章不一定需要使用这种经过官方登录的印章，官方登录过的印章主要用于重要文件。因此，应该和银行等日常生活中使用的印章区分使用，这样比较安全。

●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

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.81~84

●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ものになります。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。





在这种情况下也请提出申报 结婚、生育、离婚、死亡

●结婚时

- 结婚登记 自结婚登记受理之日起即具有婚姻效力。
- 必要的文件 结婚登记表（需要2名18岁以上证人的签名）、在提出结婚登记时，不会妨碍任何有关在自己国家的法律证明文件及其翻译文、国籍证明书（护照）等。

外国人在日本申请结婚或者离婚时，需要提交几种附属文件，其内容根据不同国籍有不同要求，请事先向居民窗口中心咨询。

居民窗口中心 电话：079-221-2352

●婴儿出生后

- 出生登记 出生之日起14天之内
- 必要的文件 出生登记表、医生出具的出生证明书（印刷在出生登记表的右半部分）、母子健康手册等

婴儿出生后

P.57

居民窗口中心 电话：079-221-2352

●离婚时

有关在日本，离婚的方法分协议离婚、调停离婚、审判离婚这3种。不管是哪种离婚，有孩子的情况下，在离婚手续的同时还必须决定孩子的亲权（监管权）归属哪方。

居民窗口中心 电话：079-221-2352

●亲属死亡时

- 死亡登记 得知死亡的事实之日起7天之内
- 必要的文件 死亡登记表、医生出具的死亡诊断书（印刷在死亡登记表的右半部分）
死亡者在留卡或者特别永住者证明书等

居民窗口中心 电话：079-221-2352

〈关于火葬许可证〉

请向市政厅的居民窗口中心，或附近的分所、地区事务所、站前市政厅、办事处、服务中心提交死亡登记表，同时领取火葬许可证。实施火葬的场所有名古屋山斋场、清水谷斋场、绣球花（Ajisai）苑（以死亡时住址在安富町的人为对象）、幸福（Koufuku）苑（以死亡时住址在香寺町的人为对象）（收费）。使用灵柩车的话需要支付12,000日元（仅限名古屋山斋场，仅限在市內行驶）。

名古屋山灵苑管理事务所：姫路市名古屋山町14-1
电话：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 電話：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 電話：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 電話：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 電話：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。火葬は名古屋山斎場、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12,000円が必要です（名古屋山斎場利用のみ、市内運行のみ）。

名古屋山霊苑管理事務所：姫路市名古屋山町14-1
電話：079-297-5030



医疗保险的加入方法

● 医疗保险制度简介

日本有医疗保险制度。75岁以上的人从生日当天开始加入后期高齢者医疗制度，未满75岁的企业职工请在工作单位加入健康保险，其他人请加入国民健康保险。外国的医疗保险不能在日本使用。

※65岁以上，未满75岁，有一定残疾的人，也可以加入后期高齢者医疗制度。

● 接受诊疗时需要出示健康保险证

加入医疗保险后可以领取保险证，这是证明您是被保险人的重要证件，请注意保管。接受医生的诊疗时请务必出示保险证或者个人编号保险证，在日本国内旅行时也请随身携带。保险证既不得借给他人，也不得向他人借用。（令和6年12月2日开始，保险证将变成资格确认书等。）

● 国民健康保险、后期高齢者医疗制度简介

保险制度以保险费等等作为财源，目的在于减轻个人在医疗机构看病时的医疗费负担。加入的对象为“居民基本台帐（登记册）法”中，被作为适用对象的外国居民。加入国民健康保险后，一般医疗费费的70%由国民健康保险承担，剩下的30%由患者自己支付。加入后期高齢者医疗制度后，一般医疗费费的90%由后期高齢者医疗制度承担，剩下的10%由患者自己支付。

● 医疗保险给予支付或不给予支付的情况

〈医疗费不给予支付的情况〉

正常的怀孕、生育、健康诊断、接种疫苗、工作上的受伤或疾病（适用劳动灾害的情况下）、因打架而造成的受伤。

〈交通事故等情况〉

由于交通事故导致被他人造成伤害的时候，可以使用保险证，但是需要报备。

〈在旅行等突发急病，没有携带保险证，接受诊疗时支付了全额医疗费的情况下〉

事过之后，带上收据、诊疗报酬明细单、个人编号（My number）卡、保险证、银行存折（加入的是国民健康保险的话，需要的是户主名义的存折，加入的是后期高齢者医疗制度的话，需要的是被保险人本人名义的存折），国民健康保险加入者到国民健康保险科，后期高齢者医疗制度加入者则到后期高齢者医疗保险科，或分所、地区事务所、站前市政厅、办事处、服务中心申请退还。经审查之后，被认可的医疗费（国民健康保险原则为70%，后期高齢者医疗原则为90%）将给予退还。

〈医疗费超过一定金额时〉

1个月所支付的医疗费超过一定金额时，超过部分将给予退还。

〈被保险人生育或死亡时〉

加入国民健康保险的情况，在生育后，可以领取48万8千日元的生育育儿补助金（如果是在加入了产科医疗补偿制度的医疗机构生育时，则能领取50万日元的补助金）；死亡时可以领取5万日元的葬祭费。

后期高齢者医疗制度加入者死亡时，可以领取5万日元的葬祭费。

详细情况请咨询市政厅1楼国民健康保险科或者后期高齢者医疗保险科。

国民健康保险科 电话：079-221-234

后期高齢者医疗保险科 电话：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保険証やマイナ保険証を見せます。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。（令和6年12月2日から、保険証が資格確認書等に変わります。）

● 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となります。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となります。

● 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名義、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48万8千円（産科医療補償制度加入医療機関での出産は、50万円）、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



国民年金的加入手续

●年金制度简介

年金制度与年龄、残疾、死亡有关，其目的是通过支付必要的年金以确保生活的稳定。年金的种类分为国民年金和厚生年金保险，与国籍无关，所有在日本国内拥有住所的20岁以上，未满60岁的人都必须加入公共年金制度。（以“特定活动（医疗逗留）”或者“特定活动（以观光等为目的的长期逗留）”的在留资格逗留的人除外。需另行办理手续。）在公司或工厂工作的人加入厚生年金保险，加入手续由工作单位进行办理。其他没有加入厚生年金的人应加入国民年金，加入手续由本人在市政厅国民年金窗口中心办理。

国民年金窗口中心 电话：079-221-2332

●支付的年金有年龄、残疾、遗族基础年金

- ・原则上缴纳保险费在10年（支付资格年限）以上，满65岁时领取。
→老龄基础年金
- ・加入期间内成为残疾人，或是在20岁前因疾病或受伤成为残疾人的情况下。
→残疾基础年金
- ・加入者死亡，只剩下有孩子的配偶（丈夫或者妻子）或者孩子时。
→遗族基础年金

需要满足一定的领取条件，详细请向年金事务所，或市政厅1楼国民年金窗口中心咨询。

姫路年金事務所 电话：079-224-6382

●关于退出制度时的一次性支付金

国民年金保险费的缴纳期间，或是厚生年金保险的加入期间在6个月以上，但还不具备老龄基础年金领取资格的外国人，如果丧失了被保险人资格，在失去日本国内住所之日起两年之内进行申请的话，可以领取一次性的退出支付金。

姫路年金事務所 电话：079-224-6382

国民年金への加入手続きは



●年金制度

年金制度は年齢、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

●老龄、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
→老龄基礎年金
- ・加入中に障害者になったときや20歳前の病気が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、老龄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





为孩子申请入学的手续

●日本の学校制度

- ・日本の学制为小学6年，初中3年。再进一步升学的有高中、大学，还有研究生院和各类专门学校。
- ・上课时间为星期一至星期五。
- ・学年始于4月，于翌年3月结束。
- ・在日本，孩子满6岁即可进入小学。
- ・学校分为市立、县立、私立。

●学校的种类与入学手续的办理方法

◇幼儿园

教育小学入学前的3岁至5岁的幼儿，目的是帮助孩子的身心发展。如果希望到市立幼儿园接受保育，请直接到幼儿园办理入园手续。市立幼儿园从4岁开始可以入园（有的幼儿园3岁可以入园），有不清楚的地方请咨询。

儿童保育科 电话：079-221-2313

有关托儿所

P.33

◇小学、初中、义务教育学校

6岁至15岁的孩子可以在小学、初中、义务教育学校或者特别支援学校学习。教科书免费分发。小学、初中、义务教育学校（部分除外）、特别支援学校提供午餐（收费）。

教育委员会学校指导科 电话：079-221-2762

◇高中

初中毕业后，经入学考试合格的话，可以升入高中学习。

高中有各种学科，分为普通科、专业学科、职业学科、综合学科等。在初中学习的孩子一般在中学办理高中的报考手续。报考县立高中的请向兵库县教育委员会高中教育科咨询，报考市立高中的请向姬路市教育委员会学校指导科咨询。

县教育委员会高中教育科

电话：078-362-9444

市教育委员会学校指导科

电话：079-221-2766

◇大学

高中毕业后，经入学考试合格者，可以升入大学学习。

大学有国立、公立、私立大学，除了4年制大学以外，也有2年制的短期大学。

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。

教育委员会学校指導課 ☎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员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。





想利用福利服务时

●为孩子们准备的制度

1. 各种津贴的支付

- ① 儿童津贴
「令和6年9月为止」（有收入限制）
「从令和6年10月开始」（无收入限制）
对象：养育着高中毕业前的儿童的人
- ② 儿童抚养津贴（有收入限制）
对象：在单亲家庭养育的儿童，或者父亲或母亲有重度残疾的养育儿童的家长等。
- ③ 特别儿童抚养津贴（有收入限制）
对象：身体或精神上有中度以上残疾的未满20岁的儿童的父亲或母亲，或者代替父母亲养育该儿童的人。
- ④ 残疾儿童福利津贴（有收入限制）
身体或精神上有重度残疾，随时需要护理的未满20岁的儿童。
儿童支援科 电话：079-221-2312

2. 有关托儿所、认可儿童园

托儿所是替因工作不能在家照看孩子的家长保育儿童的设施，认可儿童园不管家长是否工作都接收儿童入园，是集教育和保育于一体的设施。有关托儿所、认可儿童园的利用，请向儿童保育科咨询。

儿童保育科 电话：079-221-2313

●有关残疾者（儿童）的福利

1. 有关残疾者手册

对身体残疾的人发给“身体残疾者手册”，对智力残疾的人发给“疗育手册”，对精神残疾的人发给“精神残疾者保健福祉手册”。

2. 福利服务

- ・派遣家庭服务员
 - ・短期入住残疾人设施
 - ・定期去社会福利设施 等。
- 残疾福利科 电话：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
・「令和6年9月分まで」（所得制限あり）
・「令和6年10月分から」（所得制限なし）
对象 高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）
对象 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）
对象 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 電話：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 電話：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 電話：079-221-2305



●面向高龄者的制度

1. 在家接受福利服务 (不包括护理服务的利用)
 高龄者支援科 电话: 079-221-2306
2. 入住保健老人院
 有关保健老人院的相关咨询请拨打地区总括支援科的电话。
 地区总括支援科 电话: 079-221-2451
3. 有关护理・福利的相关咨询 (地区总括支援中心)

白鷺・琴陵地区总括支援中心	电话: 079-299-3939
城干・东光地区总括支援中心	电话: 079-289-1703
安室地区总括支援中心	电话: 079-291-5757
高冈地区总括支援中心	电话: 079-290-9990
山阳地区总括支援中心	电话: 079-283-1511
书写・林田地区总括支援中心	电话: 079-266-5885
大白书地区总括支援中心	电话: 079-267-3929
花田・城山地区总括支援中心	电话: 079-253-8178
四乡・东地区总括支援中心	电话: 079-252-8009
增位・广岭地区总括支援中心	电话: 079-225-6766
北地区总括支援中心	电话: 079-264-6153
滩地区总括支援中心	电话: 079-247-3355
大的地区总括支援中心	电话: 079-254-3811
饰磨西地区总括支援中心	电话: 079-240-6528
饰磨地区总括支援中心	电话: 079-231-4302
广畑地区总括支援中心	电话: 079-236-8114
大津地区总括支援中心	电话: 079-236-3170
朝日地区总括支援中心	电话: 079-273-1610
网干地区总括支援中心	电话: 079-272-6936
家岛地区总括支援中心	电话: 079-325-0780
梦前地区总括支援中心	电话: 079-290-8866
香寺地区总括支援中心	电话: 079-232-3337
安富地区总括支援中心	电话: 0790-66-4357

●医疗费补助

1. 步入老年人
 对象: 在市内拥有住所的65岁以上, 未满70岁 (后期高龄者医疗制度的被保险人除外), 加入了医疗保险的人 (有收入限制等)。
2. 婴幼儿等
 对象: 至小学3年级结业为止的婴幼儿等, 加入了医疗保险的人 (令和6年7月起, 没有收入限制)。

3. 儿童

对象: 小学4年级到满18岁生日以后的第一个3月31日为止的儿童、学生, 加入了医疗保险的人 (令和6年7月起, 没有收入限制)。

4. 母子家庭等

对象: 母子家庭的母子或者只有孩子、父子家庭的父子或者只有孩子、遗孤, 加入了医疗保险的人 (有收入限制)。

5. 残疾人

对象: 重度的残疾人 [身体残疾者手册 (1级、2级)、疗育手册 (A)、精神残疾者保健福祉手册 (1级)], 加入了医疗保险的人 (有收入限制)。
福利总务科 电话: 079-221-2307

●护理保险制度

护理保险制度是由加入者互相交出保险费, 在需要护理时接受保险支付, 从而得以利用护理服务的制度。

1. 加入者 (被保险人)

入境当初的在留期限超过3个月, 或者根据来到日本的目的以及入境后的实际生活状态, 被认可在日本的逗留期限超过3个月的, 并符合以下要件的人。
 ・65岁以上的人
 ・40岁以上, 未满65岁的医疗保险加入者

2. 护理服务的利用方法

向市政厅提出申请, 接受了“要护理”或者“要支援”的认定后, 与各护理服务单位缔结合同。

3. 利用费的负担

原则上, 护理服务费用的10%~30%由利用者负担。
护理保险科 电话: 079-221-2923

●高龄者の方のために

1. 在宅福祉サービス (介護サービス利用対象外)
 高龄者支援課 ☎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地域包括支援課にお問い合わせください。
 地域包括支援課 ☎079-221-2451
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
城干・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
 对象: 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
 对象: 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 (令和6年7月から所得制限はありません)

3. こども

对象: 小学4年生から18歳に達する日以降の最初の3月31日までの児童・生徒で、医療保険に加入している人 (令和6年7月から所得制限はありません)

4. 母子家庭等

对象: 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

对象: 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)
福祉総務課 ☎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、入国後の生活実態をふまえて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 ☎079-221-2923



寻找住房的方法与租赁方法

●日本の住宅

日本の住房有公営住宅和民営住宅。公営住宅由县、市政厅负责运营，民営住宅一般由房地产公司运营。土地和楼面经常以坪为单位来表示，1坪约为3.3平方米。房间的大小一般用榻榻米的张数来表示，1张榻榻米的大小约为180cm×90cm，榻榻米的单位是“畳(jou)”。

●公営住宅

有些公営住宅外国人也可以申请入住，但是有收入标准等的申请资格限制，当申请者较多的时候以抽签方式决定。（县営住宅每月抽签）

市営住宅：姫路市住宅科

电话：079-221-2632

县営住宅：(株)兵庫県公社住宅服务

姫路事務所 电话：079-286-9701

县公社住宅：兵庫県住宅供給公社

住宅管理部営業推進室営業企画科

电话：078-232-9578

●民営住宅

在日本寻找民営住宅时，通常委托给房地产公司经办。房地产公司可以介绍住宅、简易公寓、高级公寓等，也做买卖的中介，可以提供丰富的信息。

●准备租赁住房之前需要明确的事项

- 能够支付的房租的限度是多少
- 想要房子的大小和房间的数量
- 想住在哪个地区等

这些条件在租房前应该加以明确，然后到想要居住的地区的房地产公司那里商量具体的要求（位置、预算、房间布局）。

〈选好住房至入住之前的事项〉

让房地产公司介绍几个候选的住房，从中选择要租的房子。听取详细情况的说明并确认清楚之后，认为可以接受的话，就向房地产公司提交入住申请书。其后，还需要得到出借人的同意，如果得不到出借人的同意，则合同不能成立。出借人同意后再听取合同内容的说明，租赁合同成立即可入住。

还有，在合同书上签字之前，对于您自己所应承担的责任，以及房主、房地产公司所应承担的责任，应该充分予以确认。

〈住宅广告的用词含义〉

K	：厨房
DK	：餐厅兼厨房
1DK	：1个房间和餐厅兼厨房
LDK	：客厅和餐厅兼厨房
S	：储藏室

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

住宅管理部営業推進室営業企画課

☎078-232-9578

●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

● 合同所需费用和用语

租赁合同书：确定并记载了出租方与租户方之间约定事项的文件。

重要事项说明书：记载了为判断是否租房所必不可少的重要事项的文件。

租赁费（房租）：1个月份的房子租借费用。

押金（保证金）：寄放在房东那里的 保证金。

押金扣除金：解除合同，退出所租房子时从押金中被抵扣的金额。

共益费（管理费）：除了房租以外，维护管理（清扫、维修等）公用部分等需的各项费用。

中介手续费：支付给房地产公司的手续费。

连带责任保证人：发生纠纷时，能够与租户方一起为纠纷负责人。

● 租房时的注意事项

〈确保连带责任保证人〉

连带责任保证人是必须的，请事先确保能够出示保证人的住址、姓名、电话号码、工作单位等。

（公营住宅不需要连带责任保证人）。

〈与会讲日语的人一起去〉

不会日语的话，无法与房地产公司顺利沟通，甚至有可能被卷入纠纷。因此，请务必与会日语的人一起去，最好能与连带责任保证人一起去。

〈入住集体住宅的情况下〉

公营住宅或简易公寓等集体住宅，由于入住者之间在生活习惯上的不同，有时会发生纠纷。

因此，相互之间在生活上应该注意不给他人带来麻烦。

〈禁止事项〉

- 未经房东许可不得装修房子。
- 日本法律禁止将租借的房子转借他人。
- 有的住宅禁止饲养狗、猫等宠物。

〈出现下列情况时合同将遭到解除〉

- 拖欠房租。
- 以噪音等骚扰近邻住家。
- 其他
在入住之际请充分听取房地产商的说明。

〈有关冷暖气设备〉

请注意，日本的租赁住宅有时不附带冷暖气设备。夏季非常炎热，湿度很高，有必要事先确认是否附带空调设备。

● 请准备下列证件

1. 在留卡等。
2. 证明您有收入的文件。
3. 连带责任保证人的姓名、住址、工作单位、电话号码等。

● 找不到合适的房地产公司的时候

（一般社団）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

电话：078-382-0141（总机）

（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

电话：078-261-0901（总机）

● 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）

2024年度 [令和6年4月~7年3月] 一般家庭用垃圾回收日程表

我们不能将垃圾从办公室扔到当地的垃圾站。



对于垃圾, 请联系回收利用课。☎221-2404
<https://www.city.himeji.lg.jp/s40/2212404.html>



从2024年度起, 家庭垃圾的收集管理制度将发生变化。
 敬请严格遵守丢弃时间, 以确保垃圾收集工作顺利进行。

可燃垃圾、塑料制容器包装、混合废纸的丢弃时间

日间收集区域→上午8点之前 夜间收集区域→晚上10点之前

●市所收集的垃圾(家庭垃圾) ※1月1日、2日、3日不收集。

可燃垃圾	每周	塑料制容器包装	每周	混合废纸	第	周的	注意																								
<p>厨房垃圾(将厨房垃圾的水沥干)其他可燃垃圾 (食物渣、茶叶渣等)</p> <p>CD、CD盒 录像带 CD盒 录像带 CD盒 录像带</p> <p>鞋子、拖革、皮包、木屑、鲜花、贝壳、一次性打火机(见背面)、盒式录音带、录像带、CD、布制玩偶、纸尿裤类、不能再利用的纸类(复印纸等) ※去除纸尿裤布类脏污后, 装入垃圾袋作为可燃垃圾处理。</p>	●	<p>袋类、托盘类、盖子类、塑料瓶类、包装类、网类、保鲜膜类、泡沫塑料 ※带有回收标识的容器包装 ※食品的包装作为可燃垃圾处理 ※不能放入袋子的大件垃圾作为塑料复合制品类处理 ※塑料瓶作为大型垃圾处理 ※注意不要在风大时飞行, 以防散落</p>	●	<p>能够再利用的纸类 纸袋</p>	●	<table border="1"> <thead> <tr> <th>4月</th> <th>5月</th> <th>6月</th> <th>7月</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> </tr> <tr> <th>8月</th> <th>9月</th> <th>10月</th> <th>11月</th> </tr> <tr> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> </tr> <tr> <th>12月</th> <th>1月</th> <th>2月</th> <th>3月</th> </tr> <tr> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> </tr> </tbody> </table>	4月	5月	6月	7月	日	日	日	日	8月	9月	10月	11月	日	日	日	日	12月	1月	2月	3月	日	日	日	日	<p>●倒垃圾时间 到收集日上午8点之前 (夜间收集区至晚上10点之前)</p> <p>●如何排放垃圾 可燃垃圾 ↳ 专用指定袋(见左图)</p> <p>塑料制容器包装 ↳ 专用指定袋(见左图)</p> <p>混合废纸 ↳ 纸袋</p> <p>●排放地点 指定可燃垃圾站</p>
4月	5月	6月	7月																												
日	日	日	日																												
8月	9月	10月	11月																												
日	日	日	日																												
12月	1月	2月	3月																												
日	日	日	日																												

大型垃圾	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
<p>大型垃圾 (每月两次) (长度2m以下、重量不足50kg)</p>	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	日	<p>●倒垃圾时间 到收集日上午8点之前</p> <p>●排放地点 指定特大垃圾站</p>
<p>木制品类 (尽力而为、砸破之后捆扎好)</p> <p>木制品类(桌子、椅子、床、衣柜等)、木棍、隔扇、以木材为主体的复合制品</p> <p>※竹子、小竹、苇帘子请截断至80cm及以下。</p>	<p>金属复合制品类</p> <p>床架(带弹簧)、自行车、铁丝网类、熨斗、微波炉、吸尘器、缝纫机、电扇、取暖炉(倒出油、取出电池)、录像机、CD播放器、电脑打印机、以金属为主的复合制品</p> <p>※刀具等刃的部分用报纸等裹好再处理。 ※电池类请尽量取出。(包括充电电池)</p>		<p>塑料复合制品类</p> <p>软管、头盔、钟表、照明器具、泡沫塑料(无法装入指定袋子中的泡沫塑料)、聚乙烯桶(倒掉桶内物质)、以塑料为主体的复合性产品</p> <p>※纯塑料的并可装入袋子的垃圾作为可燃垃圾处理 ※电池类请尽量取出。(包括充电电池)</p>		<p>陶瓷器类、装过饮料或食品的空瓶以外的玻璃类 (放入结实的袋子里)</p> <p>镜子、花盆、宠物用沙子、茶碗、园艺沙土、耐热玻璃、平板玻璃、晾衣架、化妆瓶、玻璃杯</p> <p>※含有石棉成分的家庭用品, 请勿回收利用请咨询。(☎221-2404)</p>								
<p>空瓶类 (倒出里面的东西并洗净, 取出塞子和盖子, 不要放入袋子里)</p> <p>无色 茶色 其他</p> <p>※饮料或食品以外的瓶类、耐热玻璃器皿(玻璃制钢、钢盖)及化妆品瓶等作为陶瓷器类处理。</p>	<p>PET塑料瓶 (清洗、取下瓶盖和标签、踩扁)</p> <p>「辨别标识」的物品</p> <p>回收成PET瓶。</p> <p>※取下瓶盖和标签后装入塑料制容器</p>		<p>纸包装盒 (洗净、展开后晾干)</p> <p>500ml以上的纸箱</p> <p>※500ml未满的纸箱作为混合废纸处理 ※内侧为茶色的垃圾或贴有铝箔的垃圾袋至作为可燃垃圾处理</p>		<p>空罐类 (倒净空罐内的残留物, 取出塞子和盖子, 不要放入袋子里)</p> <p>20L以下的空罐类</p> <p>※请务必用尽喷雾罐、简易煤气罐, 并打上孔后搬出, 否则会造爆炸或火灾的原因。(详情请参阅反面)</p>								
<p>被褥、地毯类 (用结实的绳子捆扎)</p> <p>铺垫物、床垫(不含弹簧)、毯子、窗帘、电热毯、布类、衣类</p> <p>※衣服类装入可看清内容的袋中。但是, 再使用, 再利用, 请将有姓名的物品或属的物品作为可燃垃圾丢弃。</p>	<p>荧光灯 (放进荧光灯回收箱时请不要弄碎灯管)</p> <p>荧光灯·白炽灯泡·LED灯泡</p> <p>※请不要放在箱子里。 ※破碎的话, 请在能看见内部东西的袋子里。</p>		<p>干电池等 (请在没有破裂状态下放进干电池回收箱里)</p> <p>干电池·一次性锂电池·水银体温计·水银温度计·水银血压计</p> <p>※硬币型锂电池(型号为CR或BR)请贴透明胶带, 绝缘后再丢弃。 ※但是, 小型充电式电池, 纽扣式电池请送往店铺回收 ※破碎的话, 请在能看见内部东西的袋子里。 ※不含水银的体温计和温度计请作为陶瓷类、玻璃类丢弃。</p>		<p>废纸类 (请分为报纸、报纸、杂志类, 分别用十字型紧紧地捆扎住。)</p> <p>报纸(含广告单) 瓦楞纸隔板 杂志类</p>								

●市不收集的物品(不能丢到垃圾站)

特定家电产品	家用电脑	不能排出的危险垃圾等	量多的垃圾	来自店铺或办事处的垃圾
<p>电视机、电冰箱/冷冻库(含葡萄酒库、保冷库、冷温库)、洗衣机/衣物干燥机、空调(含室外机)。不可投放至大型垃圾站或带往网干新美化中心(Ecopark Aboshi)。请让附近的零售店等回收。(请参阅反面)</p>	<p>家用电脑(包括显示器)。请委托制造商或快递公司回收。(请参阅反面)</p>	<p>交给购买的店铺, 进行处理。</p> <p>煤气罐、水中呼吸器的瓶体、灭火器、轮胎、电瓶、剩下的油漆、石油、烈性药、榻榻米、保险杠、钢琴、摩托车、注射器等</p>	<p>搬家垃圾、50kg以上的重物、大量木屑和废弃树枝不可送往垃圾站丢弃。即使每件重量在50公斤以下, 也请确保一次卸货重量不超过50公斤。</p> <p>方法1 如果您希望将其带到网干新美化中心, 请检查背面并提前与我们联系。(☎272-5540・5551) 方法2 请委托市政府认可的垃圾收集公司(收费)详情请咨询回收利用课(☎221-2404)或访问路地市主页。</p>	<p>因经营活动产生的垃圾, 根据法律必须各自负责进行处理。</p> <p>方法1 力求废品再利用·再资源化。 方法2 自己进行处理。 方法3 交给本市认可的收集部门进行处理。(收费)</p>

2024年度保存版

[分类则成资源, 混合则成垃圾]

※请阅览反面

令和6年度〔令和6年4月～7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
<https://www.city.himeji.jp/s40/2212404.html>



令和6年度から家庭ごみの収集体制が変更になります。
 円滑なごみ収集のため、**排出時間の厳守**にご協力くださいますようお願い申し上げます。

可燃ごみ・プラスチック製容器包装・ミックスペーパーの排出時間

昼間収集地域 → 午前8時まで 夜間収集地域 → 午後10時まで

●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	プラスチック製容器包装	毎週	曜日	ミックスペーパー	第	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 (調理くず・茶殻等) 紙オムツ、ビデオテープ、カーボン紙、CD・CDケース、ジョイントマット、アルバム 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			発泡スチロール、お菓子の袋、紙パック、ふた類、ラベル(シール)、袋類、トレイ類、ふた類、ボトル類、パック類、ネット類、ラップ類、発泡スチロール ※②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複合製品類へ ※ペットボトルは粗大ごみへ ※飛散防止のため、強風の日は飛ばないように注意			再生できる紙類、紙袋、包装紙類、紙袋類、紙箱類、紙在り類、台紙類、容器包装以外の再生できる紙類(ノート、コピー用紙、はかさ等)、500cc未満の紙パック ※食品・臭いのついたものは可燃ごみへ																										
<table border="1"> <thead> <tr> <th>4月</th> <th>5月</th> <th>6月</th> <th>7月</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> </tr> <tr> <th>8月</th> <th>9月</th> <th>10月</th> <th>11月</th> </tr> <tr> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> </tr> <tr> <th>12月</th> <th>1月</th> <th>2月</th> <th>3月</th> </tr> <tr> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> <td>日</td> </tr> </tbody> </table>									4月	5月	6月	7月	日	日	日	日	8月	9月	10月	11月	日	日	日	日	12月	1月	2月	3月	日	日	日	日
4月	5月	6月	7月																													
日	日	日	日																													
8月	9月	10月	11月																													
日	日	日	日																													
12月	1月	2月	3月																													
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
	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

木製品類 (できる限り、こわして、束ねて) 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・よしずは、長さ80cm以下に切断してください	金属複合製品類 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 ※刃物等は刃の部分新聞紙等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。	プラスチック複合製品類 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。	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) 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)
空ビン類 (中身を出し、洗って、栓・フタを取って、袋に入れず) 無色、茶色、その他 ※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。	ペットボトル (洗って、フタ・ラベルを外して、つぶして) 「識別表示マーク」のついたもの PET ※フタ・ラベルは外してプラスチック製容器包装へ	紙パック (洗って、開いて、乾かして) 500ml以上の紙パック ※500cc未満の紙パ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	空カン類 (中身を出し、栓・フタを取って、袋に入れず) 20ℓ以下の空カン類 ※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、必ず使い切って、穴を開けてから出してください。(裏面参照)
ふとん・ジュータン類 (ひもでしっかり結ぶ) 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。	蛍光管 (蛍光管カゴへ割れないように入れてください) 蛍光管・白熱電球・LED電球等 ※箱に入れずにそのまま。 ※割れたものは中身の見える袋に入れてください。	乾電池等 (乾電池箱へ割れないように入れてください) 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 ※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。 ※水銀が含まれていない体温計・温度計は、陶磁器類・ガラス類に出してください。	古紙類 (新聞紙、ダンボール、雑誌類ごと)ひもで十字にしっかり結ぶ 新聞紙(チラシを含む) ダンボール 雑誌類

●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	店舗・事業所からのごみ
テレビ、冷蔵庫・冷凍庫(ワイン庫・保冷庫・冷凍庫を含む)、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ぼ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、メーカーもしくは宅配業者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ってください。 ガスボンベ、スクーバのボンベ、消火器、タイヤ、バッテリー、残ったペンキ、石油、劇薬、農薬、金庫、ピアノ、バイク、注射器等	引越ごみ、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、一度に排出する重量が50kg以上にならないようにしてください。 エコパークあぼし 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① 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。 方法②	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6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



使用電・自来水・煤气时

● 姫路の電圧が100伏／頻率为60赫兹

日本の電圧が100伏。頻率有两种：关西地区（神戸及姫路等）为60赫兹，关东地区（东京）为50赫兹。在使用电器用品之前，请先确认频率和电压是否符合当地的规格。频率及电压不符合规格的电器用品有可能会引起火灾等事故，因此千万不可使用。

● 想用电时

1. 想用电时，请向您希望申请的零售电事业者申请。
※有关零售电事业者一览表，请在资源能源厅官网等确认。（只有日语）。
[資源エネルギー庁、小売電気事業者](#) [検索](#)
2. 申请用电时，需要供给地点特定的号码。请您确认“用电顾客须知”信函中的内容，记下供给地点特定号码。
3. 用电前，请通知零售电事业者您的地址、姓名、用电开始日期和供给地点特定号码，办理用电契约手续。
4. 打开总控电闸开关，确认是否可以用电。
※打开开关的状态下还不能用电时，请联系您申请用电的零售电事业者。

● 关于支付电费

原则上，每个月工作人员会查电表，之后您会收到写有当月用电量的电费通知单。

● 想停止使用时

在您搬家10天前，请与您签约的零售电事业者联系，告知对方您的地址、姓名、搬家日和供给地点特定号码。

暂时离开日本时 P.75

● 停电或者发生灾害时的联系电话

关西电力送配电株式会社
电话：0800-777-3081(免费通话)

● 关于自来水

自来水可以放心地直接饮用。想使用自来水，应提前10天向姫路市水道料金中心（自来水收费中心）提出申请。停止使用时也应提前10天通知姫路市自来水收费中心，以便结算水费。

姫路市水道料金中心 电话：079-221-2711

● 水费的支付方式

水费每2个月支付一次。可以通过在姫路市内的总店、分店的金融机构开设的帐户进行自动转帐支付，或拿缴费通知单支付，也可以在便利店拿缴费通知单支付，或者使用电子支付的方法进行支付。

● 关于下水道使用费

下水道使用费根据2个月的自来水用水量计算，每2个月一次和自来水费一起支付。

暂时离开日本时 P.75

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る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ります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](#) [検索](#)
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、コンビニエンスストアで納付書による支払い、キャッシュレス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、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

●关于煤气

根据居住的地区，煤气分为管道煤气和罐装煤气。煤气器具的热量根据管道煤气和罐装煤气也有所不同，使用前请确认煤气种类和煤气器具是否符合。

●管道煤气 (13A) 地区

想开始使用管道煤气时，请向您希望申请的煤气零售事业者申请。在你方便的日期，工作人员会来到你家中打开煤气阀。打开煤气阀需要你本人在场。

※煤气零售事业者的一览表可以在资源能源厅官网查看（只有日语）

資源エネルギー庁、ガス小売事業者

検索

●关于煤气费的支付

原则上，每月查表后您会收到写有煤气用量的通知书，并被要求缴纳费用。

- ・自动缴费 从你指定的金融机构的帐户自动缴费。
- ・用现金支付 在金融机构、指定的便利店等用现金支付。

●想停止使用时

请在搬家的前一天之前，将搬家的日期告知煤气零售事业者。工作人员就会来为你办理必要的手续。

暂时离开日本时 P.77

●罐装煤气地区

◇联系方式

开始使用或停止使用时，请直接与附在煤气表上的附表所记载的销售店联系。

◇煤气费

销售店工作人员查煤气表，之后每月支付煤气费。

◇请使用专用器具

罐装煤气专用的器具全国共通，但管道煤气用的器具则不可使用。请务必接受工作人员的检查，并使用罐装煤气专用的器具。

一旦发现煤气泄漏

- ◎如发现异常，请关上总阀，打开门窗把煤气放出室外。然后查找原因。
- ◎发生煤气泄漏时，如果打开电器器具，可能会由火花引起煤气爆炸，非常危险。请绝对不可触摸换气扇、电灯等的开关。
(因为丙烷气比空气重，所以请用笤帚之类的东西扫出去。)

发现煤气泄漏时 P.9

大阪煤气网(株) 兵庫事業部 煤气泄漏通报专线
电话：0120-7-19424

●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

都市ガスを使いはじめたいときは、ご希望のガス小売事業者に申し込んでください。都合の良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事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。



电话

●想在家里安装电话时

请向NTT西日本等申请。

<如果在NTT西日本申请>

- ◆必要的文件 在留卡、驾照、护照中任何一种
- ◆费用 签约费
安装电话的必要设施的设置费用
安装费

●关于电话费

电话费每个月需缴纳一次,由基础费和通话费构成。您可以在银行、邮局、便利店用现金缴费。也可以通过在银行、邮局开设的帐户自动缴费。

●搬家时请尽早与NTT西日本等联系

电话安装或拆除实行预约制。决定搬家后请尽早进行申请。

●NTT西日本咨询处

- 电话号码问讯 电话：104 (收费)
- 电话故障 电话：113

※用手机的话,请拨打
电话：0120-444113

- 新设、迁移 电话：116

※用手机的话,请拨打
电话：0800-2000116

- 综合问讯

(可以使用英语、葡萄牙语、
西班牙语、汉语、韩语)

电话：0120-064337

- 电话费查询

电话：0120-747488

※通话费免费。但是,“104”电话号码查询,则需要另外交费。

※请仔细确认要拨打的电话号码,不要打错。

●电话簿

安装电话就会免费获得所居住区域的职业分类电话簿Town Page (NTT西日本公司实行此举)。特别是Town Page可以提供各种信息,非常方便。

Town Page 按职业类别分类的电话簿
Town Page 中心 电话：0120-506309

※Hello Page姬路版于2021年10月停刊。

暂时离开日本时 P.75

●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み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



●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

●关于手机

目前,在关西地区可以使用NTT Docomo、au、SoftBank等公司的手机。基础费和通话费等各公司各不相同。购买手机需在各自的销售店进行签约。

◆必要的文件

在留卡、驾照、护照、能够确认现住址的公共费用缴费单等、印章

●拨打国际电话

从日本拨打国际电话,可以通过接线员接通的方法,也可以使用直接拨打的方法。通过接线员拨打国际电话费用更高。根据通话时间、拨打的国家、电话公司的不同,通话费也有所不同。

●从公用电话拨打国际电话

◇请使用国际通话兼用的公用电话

请使用电话机屏幕上显示有“国际通话利用可(可以拨打国际电话)”及“INTERNATIONAL & DOMESTIC”的数字式公用电话。投入100日元硬币或插入电话磁卡即可使用。

※有些公用电话不能用电话卡拨打国际电话。

●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。





邮寄信件时

●邮局

标有“〒”标志的地方是邮局。一般邮政业务的窗口营业时间为星期一至星期五的上午9点至下午5点。但姬路邮局、姬路南、香寺、御着等大邮局 17:00以后以及星期六、星期日、节假日也营业。

●邮局业务

除收集和递送明信片、信件、小型物品等业务外，还办理储蓄、转账等的金融业务。除向日本全国，还可以向海外的主要城市汇款。（金融业务的窗口营业时间为工作日的上午9点至下午4点。星期六、星期日及节假日休息。）

邮政网页（日文、英文）

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

●关于国内邮件

信函	定型	长度 14~23.5cm 宽度 9~12cm 厚度 1cm以内	50g以内 110日元
	定型以外	标准范围之内(1kg以内) 长度 34cm以内 宽度 25cm以内 厚度 3cm以内 标准范围之内(4kg以内) 长度 60cm以内 长·宽·厚度合计 90cm以内	50g以内 140日元 1kg以内 750日元 50g以内 260日元 4kg以内 1,750日元
明信片	普通明信片		85日元
	往返明信片		170日元
邮政包裹	根据距离、尺寸、邮费会有所不同。 长·宽·厚度合计170cm以内	基本运费 (寄往县内时)	
	25kg以内	60cm尺寸 820日元 170cm尺寸 3,000日元	
	超过25kg在30kg以内	基本运费+560日元	

如果希望尽快邮寄到时，可以另付邮费，用“速达（快信、快件）”方式邮寄，就能够比普通邮件更快寄达。此外，重要的文书、物品可以选择“书留（挂号）”方式邮寄，万一遗失可以获得损失赔偿。请在窗口申请以上服务。

●关于国际邮件

〈信函〉
最多在2kg以内。邮费根据邮寄的对象国家有所不同。

〈明信片〉
无论寄到哪个国家，海运是90日元，空运是100日元就可以邮寄

〈航空印刷物〉
最多在5kg之内。原则上应为开封投寄物。

〈航空小型包裹〉
根据对象国不同，规定的重量也不相同，但最多可以邮寄2kg以内的物品。应粘贴海关票据（邮局有备）。

〈全球邮政特快专递（EMS）〉
30kg以内（有些国家为20kg以内）的邮寄物最快的国际邮政服务。

◇**邮寄所需天数** 根据对象国不同有所不同。
(例) 往美国纽约邮寄10kg的物品
〈全球邮政特快专递（EMS）〉 3~18天
〈空运〉 5~21天
〈海运〉 2~4个月

其他关于国际邮件的咨询
姬路邮局 电话：0570-943-219



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

八ガキ、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	定型	長さ 14-23.5cm 幅 9-12cm 厚さ 1cmまで	50gまで 110円
	定型外	規格内(1kg以内) 長さ 34cmまで 幅 25cmまで 厚さ 3cmまで 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 140円 1kgまで 750円 50gまで 260円 4kgまで1,750円
はがき	通常はがき		85円
	往復はがき		170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 820円 170サイズ 3,000円	
	25kgを超え30kgまで	基本運賃+560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。

〈はがき〉
世界中どこでも船便で90円、航空便で100円で送れます。

〈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）〉 3~18日
〈航空便〉 5~21日
〈船便〉 2~4カ月

その他国際郵便に関する問い合わせは
姫路郵便局 ☎0570-943-219



生病或受伤时 健康检查 / 健康保养

●生病或受伤时

如果自己家附近有可以随时就诊的诊所，一定会非常放心。询问一下朋友，你所居住的附近是否有这样的诊所。但是，对母语非日语的人来说，向医生诉说疼痛等症状或是接受医生的说明是非常困难的。而与医生充分的沟通在医疗中是必不可缺少的，因此建议你与懂日语的人一同就诊。另外，去医院或诊所就诊时，请务必携带健康保险证。

可以用外语就诊的医疗机构信息
P.77, 79

●关于在市场上出售的药品

感冒药、肠胃药、头痛药、眼药等，即使没有医生的处方，也可以从药局、超市、便利店等商店买到。用药时请仔细阅读说明书。

●接受健康检查

在日本的学校和企业等有进行定期的健康检查，以期尽早发现疾病。
国家把进行特定健康检查（身体测定、血液检查等）规定为医疗保险者的义务，请你向自身所属的医疗保险者咨询，然后接受健康检查。
癌症检查请咨询保健所预防科。

国民健康保险科 电话：079-221-2339
后期高齢者医疗保険科 电话：079-221-2315
保健所预防科 电话：079-289-1555

关于健康检查的结果以及生活习惯病等的咨询以预约的方式在保健所进行。

保健所健康科 电话：079-289-1697

●为保持健康应注意的事项

从梅雨季节（6月）到夏季，湿度很高，因此室内可能会长霉，或被褥潮湿。请注意空气流通，常在日光下晒被子，努力保持自身健康。此外，日本的夏天高温多湿，容易引起食物中毒。因此，特别注意食物应充分加热、在做饭和吃饭之前应用肥皂好好地洗手、食物即使放在冰箱里也应尽快吃完等。孩子和老人一旦患上则有可能会非常严重，因此需要特别注意。

保健所卫生科 电话：079-289-1633

●关于传染病

关于传染病的咨询，艾滋病，梅毒的检查是以预约的方式进行的。为了预防流感以及新型冠状病毒引起的传染病，外出回到家中要洗手，日常饮食要营养平衡，保持正确的生活规律。

保健所防疫科 电话：079-289-1721

病气やけがの場合は 健康診査 / 健康保持



●病气やけがの場合は

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心がけましょう。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

●感染症について

感染症に関する相談、エイズ・梅毒検査を予約制で受け付けています。インフルエンザや新型コロナウイルス感染症を予防するために、外出から家に帰ったら手を洗い、普段からバランスの取れた食事をとって規則正しい生活をしましょう。

保健所防疫課 ☎079-289-1721



怀孕后 婴儿出生后 儿童的健康

●怀孕后

◇发给母子健康手册

保健中心、保健中心分室等市内六个地方发给母子健康手册。在交给母子健康手册时，保健师将与孕妇面谈，并接受孕妇对自身健康、婴儿的相关咨询，以解除孕妇的不安。此外，还对从怀孕期到育儿期的各种制度进行说明。母子健康手册，是记录怀孕期间以及婴儿出生后母子健康状况的重要手册。如果你知道自己怀孕了，应尽早领取“母子健康手册”，定期接受孕妇健康检查。母子健康手册还备有各种外语版本（英语、葡萄牙语、菲律宾语、韩语、汉语、泰语、印度尼西亚语、西班牙语、越南语）。

◇关于对怀孕以及分娩的支援

孕妇健康诊察费补助、孕产妇健康诊察费补助、孕产妇牙科健康检查、新生儿听觉检查费补助、1个月婴儿健康诊察费补助
针对怀孕时以及分娩后的健康检查等补助一部分费用。牙科健康检查是到分娩后的1年3个月为止。

保健所健康科 电话：079-289-1641

◇关于对不孕及不育的支援

特定的不孕治疗费补助、不孕治疗双人检查辅助事业、不育症治疗支援事业
辅助是有条件的。

关于费用辅助的咨询

保健所健康科 电话：079-289-1641

关于不孕、不育症的咨询、预期外怀孕的咨询、有关哺乳的咨询

儿童的未来健康支援中心 电话：079-263-7863

●婴儿出生后

◇各种申报

出生登记 出生后14日以内（请参照P.26）
申请护照 孩子所属国家的驻日大使馆或领事馆

获取在留资格 出生后30日之内
大阪出入国在留管理局神戸分局姫路港办事处
电话：079-235-4688

◇婴幼儿健康检查（体检）、相关咨询

- ・4个月婴儿的健康检查
- ・7个月婴儿的健康咨询
- ・10个月婴儿的健康检查
- ・1岁6个月幼儿健康检查
- ・2岁幼儿牙齿涂氟化物
- ・3岁幼儿健康检查

到了要健康检查的时期，您将收到邮寄来的诊察票。请到诊察票上所记载的场所接受检查。

保健所健康科 电话：079-289-1641

◇预防疫苗接种

在对象年龄内持有接种票，就可以在医疗机构免费接受定期预防疫苗接种。预防疫苗接种票在出生大约2个月左右之前会邮寄给您。没有收到预防疫苗接种票的人，在保健中心也可以领取。此外，保健所备有关于疫苗接种的宣传资料（英语、葡萄牙语、韩语、汉语、菲律宾语），敬请咨询。

保健所防疫科 电话：079-289-1721

◇婴幼儿医疗费补助（请参照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・妊産婦歯科健診・新生児聴覚検査費助成・1か月児健康診査費助成

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

保健所健康課 電話：079-289-1641

◇不妊や不育に関する支援

特定不妊治療費助成・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 電話：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
電話：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
電話：079-235-4688

◇健康診査、相談関係

- ・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
- ・2歳児フッ化物塗布
- ・3歳児健康診査

健診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けてください。

保健所健康課 電話：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。

保健所防疫課 電話：079-289-1721

◇乳幼児医療費の助成（P.36参照）



交通

●姫路市内の交通工具

姫路市内の交通工具有JR、山阳电车和神姬公共汽车以及出租车。JR拥有日本全境最大的铁路网，通往日本全国各地。如果乘坐新干线，可以以很短的时间到达日本国内的主要城市，但需要付特快运费。山阳电车是连结姫路市和神户的私营铁路，列车直通至阪神大阪梅田。神姬公共汽车通往姫路市内的各个角落。请根据自己的目的选择最佳的交通工具。

●JR

◇一般路线

有山阳干线(爱称:JR神戸线)、姫新线、播但线。

〈山阳干线〉

去神户和大阪，乘坐“新快速”比较方便。新快速只在主要车站停车，因此到神户只需大约40分钟，到大阪需大约1个小时。每站都停的普通列车和“快速”，由于停车站较多，因此要花费更长时间。

◇新干线

姫路车站是新干线的车站。“Nozomi号”、“Mizuho号”、“Sakura号”、“Hikari号”、“Kodama号”在姫路站停车。但是，“Nozomi号”、“Mizuho号”、“Sakura号”有些车次不停，请乘坐时留意。

●山阳电车

山阳电车姫路车站，在山阳百货店的2层有检票口。乘坐开往阪神梅田的“直通特急”，到阪神神户三宫大约1个小时，到阪神大阪梅田大约92分钟，到大阪难波大约110分钟。姫路市内停靠饰磨和大盐。不需要支付特快费用。

●神姬公共汽车

神姬公共汽车在姫路地区营运。除姫路市内，市外周边地区也是其营运范围。儿童票价(小学生)为成人票价的一半。此外，一名大人最多可以带2名的幼儿(学龄前儿童)免费乘车，从第三名儿童起则需购买儿童车票。

●自行车、50CC的小型摩托车的停车

将自行车或小型摩托车停放在道路等公共场所后离开的行为，是法律法规所禁止的。请使用自行车停车场。

●自行车等的撤走

搁置在道路等上的自行车等可能会被撤走。如果您停放在市管理的道路等上的自行车或小型摩托车不见了，请向自行车保管场所询问是否有被撤走。自行车保管场所的开放时间为上午9点至下午6点(除星期一以及年末年初)。被撤走的自行车等将从被撤走的第二天起，在自行车保管场所保管60天。请带上自行车等的钥匙、身份证件(写有住址和姓名的证件)，前往自行车保管场所进行领取。领取时需交纳2,500日元转移保管手续费(小型摩托车需5,000日元)。

姫路市南条3丁目 姫路迂回公路高架桥下

自行车保管场所 电话：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。

交通



●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、自転車保管場所です。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2,500円(原付は5,000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



学习日语／使用外语的弥撒

●要想学习日语

公益財団法人 姫路市文化国際交流財団（国際交流担当）

除专业讲师教授的日语讲座外，还有志愿者进行的日语指导。此外，还进行地区自发举办的志愿者的日语教室的介绍，详情请咨询姫路市文化国際交流財団（国際交流担当）。

电话：079-282-8950

●要想学习其他外语

姫路独协大学（总务部地区合作科）

以普通群众为对象的“独协讲座”会举办英语、汉语、韩语、西班牙语等的外语讲座。详情请咨询地域合作科。

交通：从姫路车站乘坐开往姫路独协大学的神姫公共汽车 电话：079-223-9258

●天主教姫路教会也举办外语的弥撒

英语 每周周日（第5个星期日除外）15:00开始

越南语 第4周周六 19:00开始

天主教姫路教会 电话：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 毎週日曜日（第5週を除く）午後3時より

カトリック姫路教会 ☎079-222-0043



税金の種類と納税方法

● 请向本国的总领事馆也进行咨询

在日本生活的所有人都负有纳税的义务。这些税金，是支撑包括在日外国人在内的所有人舒适、安心生活的重要财源。关于税金制度非常复杂，有些部分还要参考自己国家的规则。因此，需要时可以向自己国家在日的总领事馆联络，请求协助。

● 所得税（国家）

居住在姬路市的居民，从1月1日到12月31日的一年之内，原则上要对在全世界所获取的收入自行计算所得收入金额和税额，于次年的2月16日至3月15日期间进行申报和纳税。收入仅限于工资收入的人，原则上工作单位将为其进行年末调整，不需要进行确定申报。非居住在姬路市的居民，仅一定的国内源泉收入将被课税，根据所得收入的种类，有时只需扣除所得税，就完成纳税义务了。

详情请向税务署咨询。

姫路税務署 电话：079-282-1135
(姫路市北条1丁目250番地)

● 居民税（县・市）

应于2月16日至3月15日期间，填写你前一年（1～12月）的收入金额及其他必要事项，向你在1月1日当时所居住的市镇进行申报。但是，只有工资收入的人，以及对所得税进行确定申报的人，不必申报。以工资为收入的人，原则上，其雇主会从6月到次年5月，从每个月的工资中扣除并向市里缴纳居民税。

除此以外的人，必须按照市政厅寄来的纳税通知，一年分4次缴纳居民税。请记住，在最终离开日本之前，请务必缴纳完居民税。

详情请向市民税科咨询。

市民税科 电话：079-221-2261

● 固定资产税

1月1日当时，拥有土地、房屋、偿还资产（以上统称为固定资产）的人，根据这些固定资产的价格所应该负担的税金。

详情请向资产税科咨询

资产税科 电话：079-221-2271

● 小型汽车税（按照排量）

在4月1日当时拥有或使用小型汽车等的人应负担的税金。购买小型汽车等时应在15日之内申报，报废或卖掉时应在30日之内进行申报。

主税科 电话：079-221-2257

● 汽车税按照排量

在4月1日当时，原则上拥有汽车（负担小型汽车税的除外）的人应负担的税金。购买、报废或出售汽车时，请务必在运输分局等办理登记手续。

姫路县税事務所汽车税科 电话：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てもらいましょう。

● 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えます。）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



学习日本文化/ 去图书馆或文化大厅

●想要学习日本文化时

在公民馆、市民会馆、市民中心举办茶道、花道、和服穿法、书道等各种讲座，请向附近的设施咨询。

关于公民馆、市民会馆、市民中心的咨询，请向各设施联系。

●图书馆

〈开馆时间〉

城内图书馆 10:00~19:00
(7~8月为9:30~19:00)

各分馆 10:00~18:00
(网干、花北、饰磨、东光、白浜、安室、青山、广畑、手柄、东、家岛、梦前、香寺、安富)

〈休馆日〉

星期一、但如与节假日重合时，则为次日休息。
第3个星期四、节假日（星期六、日开馆。城内图书馆5月3~5日、11月3日也开馆）、12月28日~1月4日、春季整理资料期间（大约10天）

城内图书馆 电话：079-289-4884

●文化大厅

在文化大厅举办各种活动及音乐会等。活动内容请向各文化大厅咨询。

◇Arcrea HIMEJI (Himeji Culture and Convention Center)

除了拥有大、中、小三个大厅以外，还有大型展厅、会议室、演播室的大规模综合设施。拥有大型厅（2,010个席位）、中型厅（693个席位）、小型厅（164个席位）、展厅（面积约4,000㎡、可以隔开使用）、室外展厅（面积约1,600㎡）、会议室（10间）、主要演播室（1间）、演播室（6间）。

电话：079-263-8082

◇姫路Caspia文化大厅

可以演出邦乐（日本古典音乐）的多目的文化大厅。331个席位。

电话：079-284-5815

◇Parnassus音乐大厅

设在姬路高等学校（高中）的音乐专用大厅。拥有主大厅（811个席位）及2个练习室。

电话：079-297-1141

◇市民会馆大厅

可以用于戏剧表演、讲演会、音乐会等。800个席位。

电话：079-284-2800

◇北部市民中心大厅

可用于讲演会、音乐会等。609个席位。

电话：079-336-4080

◇花之北市民广场大厅

可用于讲演会、音乐会等。503个席位。

电话：079-289-0815

◇市民广场

- ・市民画廊
可用于发表绘画、工艺品、书法等作品的场所。5个展览室、艺术大厅（120个席位）
- ・市民室内比赛场
可以用于体育、展览、各种活动等多种目的。室内比赛场A、室内比赛场B

电话：079-287-0830

◇I-messae大厅

可用于讲演会、研讨会、发表会、展览等多种目的。舞台、观众席可以收起。280个席位。

电话：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、饰磨、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28日~1月4日、春季資料手入れ期間（約10日間）

城内図書館 電話：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・中・小3つのホールのほか、大型展示場、会議室、スタジオを備えた大規模複合施設。

大ホール（2,010席）、中ホール（693席）、小ホール（164席）、展示場（約4,000㎡・分割可）、屋外展示場（約1,600㎡）、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。

電話：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。

電話：079-284-5815

◇パルナソスホール

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。

電話：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。

電話：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。

電話：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。

電話：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

電話：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。

電話：079-287-0800



想使用体育设施时

●室内体育设施

①**総合体育会館** 電話：079-293-1321
有体育馆、柔道場、剣道場、弓道場、乒乓球場、温水游泳池、健身房可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 12月28日～1月4日

②**Victorina Wink体育館（中央体育館）**
電話：079-298-0951

有体育馆、相撲場可供使用。
・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 12月28日～1月4日

③**花北体育館** 電話：079-281-3881
有体育馆、健身房、多功能室可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 12月28日～1月4日

④**広畑体育館** 電話：079-236-1550
有体育馆、多功能室可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 12月28日～1月4日

⑤**広畑健身房** 電話：079-238-1044
有健身房、多功能室可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 12月28日～1月4日

⑥**飾磨体育館** 電話：079-235-1445
有体育馆可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 12月28日～1月4日

⑦**網干南公園交流館** 電話：079-274-5761
有体育馆、乒乓球場可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 星期一（如逢节假日，则为次日工作日）
12月28日～1月3日

⑧**船津公園交流館** 電話：079-232-5406
有体育馆可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 星期一（如逢节假日，则为次日工作日）
12月28日～1月3日

⑨**KD 姫路（姫路Minato Dome）** 電話：079-231-4477
可用于运动、娱乐、展会和各类活动等。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 毎月第2个星期二（如逢节假日，则为次日工作日）
12月28日～1月4日

⑩**兵庫県立武道館** 電話：079-292-8210
有武道館、健身设施可供使用。

・開館時間 9:00～21:00
・閉館日 星期一（如逢节假日，则为次日工作日）
12月28日～1月3日

●球赛

球赛体育中心 電話：079-253-2001
有球类比赛場、软式棒球場、网球场、多目的広場等可供使用。

・開館時間 9:00～17:00
・閉館日 12月28日～1月4日

●棒球場等

Wink球場（姫路球場）、丰富球場可以用于硬式和软式。中島棒球場仅限中学生以下，也可以用于硬式。灘浜棒球場使用2面时，仅限中学生以下，也可以用于硬式。其他球場均为软式专用。

Wink球場（姫路球場）（有夜间比赛设备）
広畑棒球場（拥有夜间比赛设备）
中島棒球場
灘浜棒球場（拥有夜间比赛设备）
林田运动場
白浜新開棒球場
白浜运动場
丰富球場

総合体育会館 電話：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** 電話：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）**
電話：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** 電話：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** 電話：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** 電話：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** 電話：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** 電話：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** 電話：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**KD姫路みなとドーム（姫路みなとドーム）**
電話：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（祝日の場合は翌平日）
12月28日～1月4日

⑩**兵庫県立武道館** 電話：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 電話：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）・丰富球場は硬式・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）（ナイター設備あり）
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
丰富球場

総合スポーツ会館 電話：079-293-1321



想了解市内的名胜古迹

① 姫路城 电话：079-285-1146

从JR姫路城口（北口）、山阳姫路站步行20分钟。

- ・入城时间 9:00～17:00（最终入城时间是16:00）※根据季节会有变动
- ・休城日 12月29日、30日

② 好古園 电话：079-289-4120

邻接姫路城西边的日本庭園。

- ・入园时间 9:00～17:00（最终入园时间是16:30）※根据季节会有变动
- ・休园日 12月29日、30日

③ 姫路市立美術館 电话：079-222-2288

邻接姫路城东边的红砖建筑。这里收集并展览着乡土画家及国内外的各种名作。在美丽的庭院里面，还有很多的雕塑可以免费观赏。

- ・入馆时间 10:00～16:30
- ・休馆日 星期一（如遇节假日，则为次日工作日）、12月28日～1月3日

④ 兵庫県立歴史博物館 电话：079-288-9011

位于姫路城的北部，介绍兵库县的历史、姫路城和城下町，民俗文化娱乐、儿童文化等。在这里还设有不同主题的展示区以供了解。

- ・开馆时间 10:00～17:00（最后入馆时间是16:30）
- ・休馆日 星期一（如遇节假日，则为隔日休）、年末年初 有临时休馆日

⑤ 姫路市立動物園 电话：079-284-3636

邻接姫路城的东边，在这里可以观看到大约90种、370头动物。

- ・入园时间 9:00～17:00（最终入园时间是16:30）
- ・休园日 12月29日～1月1日

⑥ 姫路文学館 电话：079-293-8228

位于姫路城的西北部，展览乡土文学家和姫路城历史的相关资料，并设有司马辽太郎纪念馆。从JR姫路车站北边乘坐神姫公共汽车，在“市之桥文学馆前、男山千姬天满宫”下车。步行4分钟即到。

- ・入馆时间 10:00～16:30
- ・休馆日 星期一、节假日的隔日（周六・周日、节假日开馆）、12月25日～1月5日

⑦ 櫻山周辺地区

有4所设施，在欣赏丰富的大自然的同时，可以进行各种体验。

请在姫路车站北口（姫路城口）公共汽车终点站

④号乘车处，乘坐开往“太市（櫻山公园前）”的神姫公共汽车。去星星之子馆、科学馆，请在“星星之子馆前”站下车，去儿童馆请在“儿童馆前”站下车，去自然观察之森林请在“自然观察之森林”站下车。去櫻山公园请在终点站的“太市（櫻山公园前）”站下车。

(1) 星之子館 电话：079-267-3050

- ・开馆时间 9:00～17:00
天体观望会举办两次（需报名）
19:00开始及20:00开始
- ・休馆日 8月和12月除外，每个月第2个星期三（如遇节假日，则为隔日休）、12月28日～1月4日

(2) 姫路科学館 电话：079-267-3001

- ・开馆时间 9:30～16:30
- ・休馆日 星期二（如遇节假日，则为隔日休）、节假日的隔日、年末年初

(3) 自然观察之森林 电话：079-269-1260

- ・开园时间 9:00～16:30
- ・休馆日 星期一（如遇节假日，则为次日工作日）、12月28日～1月4日

市内の名所を知りたい



① 姫路城 电话：079-285-1146

JR姫路城口（北口）・山陽姫路駅から徒歩20分。

- ・開城時間 午前9時～午後5時（最終入城受付は午後4時）※季節により変動あり
- ・休城日 12月29日・30日

② 好古園 电话：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（最終入園受付は午後4時30分）※季節により変動あり
- ・休園日 12月29日・30日

③ 姫路市立美術館 电话：079-222-2288

姫路城東隣の赤レンガの建物。郷土作家や国内外的の名品を収集、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 电话：079-288-9011

姫路城の北に位置し、兵庫県歴史、姫路城と城下町、民俗芸能、子ども文化など、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 电话：079-284-3636

姫路城の東隣にあり約90種、370点の動物をみることが出来ます。

- ・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 电话：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、祝休日は開館）、12月25日～1月5日

⑦ 櫻山周辺

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・櫻山公園前」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」、櫻山公園は終点「太市・櫻山公園前」のバス停で降りてください。

(1) 星の子館 电话：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 电话：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 电话：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) 兵庫県立児童館 电话：079-267-1153

- ・ 开馆时间 9:30～16:30
- ・ 休馆日 星期二（如遇节假日，则为次工作日）、每个月的月末、12月28日～1月4日

⑧ 书写山圆教寺

从姫路车站北口（姫路城口）公共汽车终点站⑩号乘车处，乘坐开往“书写山索道缆车”的公共汽车，至终点站“书写山索道缆车站”下车。

乘坐索道缆车4分钟，从山顶车站步行20分钟。书写山圆教寺的佛教建筑和自然风光极为和谐，形成了美不胜收的景色。

索道缆车运行时间

8:30～17:00（根据星期、季节，会有延长）

每个小时的00、15、30、45分发车

姫路市书写山索道缆车 电话：079-266-2006**⑨ 书写之乡・美术工艺馆 电话：079-267-0301**

请乘坐去书写山圆教寺相同的公共汽车。

- ・ 入馆时间 10:00～16:30
- ・ 休馆日 星期一（如遇节假日，则为隔日休）、节假日的隔日（星期六、日、节假日除外）、12月25日～1月5日

⑩ 名古屋灵苑 电话：079-297-5030

请从神姬公共汽车 ⑦⑩ 号乘车处乘车，在名古屋山北口下车（途径横关）；或从②号乘车处乘车，在车崎下车（今宿循环）。

- ・ 佛舍利塔开馆时间 8:40～16:30
- ・ 休馆日 12月29日～31日

⑪ 手柄山中央公园

从山阳电车手柄站步行10分钟。

(1) 手柄山温室植物园 电话：079-296-0503

- ・ 入园时间 9:00～16:30
- ・ 休园日 星期五（如遇节假日，则为前一天休）、12月29日～1月1日

(2) 和平资料馆 电话：079-291-2525

- ・ 入馆时间 9:30～16:30
- ・ 休馆日 星期一（如遇节假日，则为隔日休）、节假日的隔日（星期六、日、节假日除外）、12月28日～1月5日

(3) 水族馆 电话：079-297-0321

- ・ 入馆时间 9:00～16:30
- ・ 休馆日 星期二（如遇节假日，则为隔日休）、12月29日～1月1日

(4) 手柄山交流所 电话：079-299-2500

- ・ 开馆时间 9:00～17:00
- ・ 休馆日 星期二（如遇节假日，则为隔日休）、12月29日～1月3日

(5) 绿色咨询所 电话：079-298-5571

- ・ 入馆时间 9:00～17:00
- ・ 休馆日 星期二（如遇节假日，则为隔日休）、12月29日～1月1日

⑫ 自来水资料馆“水之馆” 电话：079-264-0411

运用音像器材进行生动有趣的展览，寓教于乐地让你学到有关水的知识。

- ・ 开馆时间 10:00～16:30（需在下午4点前入馆）
- ・ 休馆日 星期一（如遇节假日，则为隔日休）、12月28日～1月4日

⑬ 埋藏文化遗产中心 电话：079-252-3950

展示在市内出土的考古资料。在这里你可以学到乡土历史。从姫路车站北口（姫路城口）公共汽车终点站⑯号乘车处乘车，乘坐开往“见野古坟群”的公共汽车，在“坂元”下车，步行3分钟。

- ・ 入馆时间 10:00～16:30
- ・ 休馆日 星期一（如遇节假日，则为隔日休）、节假日的隔日（星期六、日、节假日除外）、12月28日～1月4日

姫路市观光问讯处（可用英语应答）

电话：079-287-0003

(4) 兵庫県立こどもの館 ☎079-267-1153

- ・ 开馆時間 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（曜日、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 名古屋霊苑 ☎079-297-5030

神姫バス⑦⑩乗り場から名古屋山北口下車（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。

- ・ 仏舍利塔開館時間 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) 手柄山温室植物园 ☎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 埋藏文化財センター ☎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



迁移、迁出、出国时的必要手续

●在姫路市内改变住址时

从迁居日算起14天以内，请本人或同居的家属提出申报。未满16岁者请由同居的家属代为申报。

必要的文件：在留卡或者特别永住者证明书、个人编号(My number)卡(只限持有人)、国民健康保险证(只限加入保险人)等

●迁出姫路市时

从迁出日算起14天以内，请本人或同居的家属提出申报。未满16岁者请由同居的家属代为申报。

当登录事项发生变更时

P.21

●暂时离开日本时

◇想获得再入国许可时

持有有效护照及在留卡，或持有特别永住者证明书的外国人，如在出国时表明在出国后1年以内(特别永驻者为2年以内)再次进入日本的意愿，原则上不需要申请再入国许可(“认定再入国制度”)。

利用“认定再入国制度”出国时，其有效期不可在海外延长。如果在离开日本后1年以内(特别永住者为2年以内)没有再入国，将丧失在留资格，敬请注意。

大阪出入国在留管理局神戸分局姫路港办事处

电话：079-235-4688

如果暂时离开日本的期间较长时，请办理电、煤气、电话、自来水等的暂停手续。

咨询

电和煤气请联系您所签约的零售电事业者、煤气零售事业者。

NTT西日本 电话：116 (通话费免费)

※用手机的话，请拨打

电话：0800-2000116 (通话费免费)

姫路市水道料金中心(自来水收费中心)

电话：079-221-2711

●出国(离开日本)时

请向市政厅提交迁出申请书。必须将在留卡返还给你出境机场(海港)的入境审查官(获得再入国许可或者以认定再入国制度出国时不需要)。加入国民年金者，请在日本年金机构(年金事务所)办理“出国后脱离年金补助费”的申请手续。

有关在留的手续

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港出張所

☎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

使用外语提供诊疗的医疗机构的信息

到2024年10月为止

医疗机构名	诊疗科目	所在地	电话号码	语言
赤木皮肤科诊所	皮肤科	白浜町寺家1-183	079-246-4112	英语
Asano整形外科	整形外科	嵐山町14-7	079-297-2118	英语
安积外科胃肠科医院	外科・消化器内科 肛門外科	砥堀45-1	079-264-1155	英语
石川医院	外科・泌尿器科・ 整形外科	别所町别所2丁目150	079-252-5235	英语
石田内科诊所	内科	白浜町宇佐崎中2-522-2	079-245-3366	英语
石桥内科	内科	广畑区东新町1-29	079-237-1484	英语・缅甸语・ 印度尼西亚语・ 汉语
石桥内科广畑Century医院	内科	广畑区正門通4-2-1	079-230-0800	英语・缅甸语・ 印度尼西亚语・ 汉语
井野医院	内科・外科・ 眼科・整形外科・ 耳鼻咽喉科・妇科	大盐町汐咲1丁目27	079-254-5553	英语
入江医院	外科・内科・ 肠胃科・ 消化器门诊	饰磨区英贺春日町2丁目25	079-239-3121	英语
梅田耳鼻咽喉科诊所	耳鼻咽喉科	河间町99-3	079-281-3381	英语
大室整形外科脊椎・关节诊所	整形外科・ 复健科	中地371	079-293-3355	英语
小国医院	妇产科	南条2丁目23	079-284-0381	英语・汉语・ 越南语・ 韩语
尾关耳鼻咽喉科诊所	耳鼻咽喉科	龟井町100	079-289-0426	德语
尾上眼科	眼科	元塩町142-1	079-223-0559	英语
Kajiya循环器内科	循环器科・内科	白銀町36番地1 中之門Shapo大楼3楼	079-282-5078	英语
菊川荒木内科心疗内科	心疗内科・精神科	保城296-1	079-289-0110	英语
木村内科	内科・循环器内科・ 呼吸器内科	饰磨区城南町1-67-1	079-237-3000	英语
栗原整形外科	整形外科・外伤外科	别所町别所1684-5	079-253-8376	英语
Kurosaka小儿科・过敏科	小儿科・过敏科	岩端町107-4 Central姫路2楼	079-292-1551	英语
Keifu心疗诊所	精神科・ 心疗内科・ 神经内科	西今宿3丁目19番41号	079-293-8855	英语
Koba妇女诊所	妇科	北条口2丁目18 宮本大楼1楼	079-223-4924	英语
酒井医院	整形外科	饰西412-1	079-266-8833	英语
Shimizu眼科	眼科	青山西2-19-12	079-268-0700	英语
城阳江尻医院	内科	北条1丁目279	079-225-1231	英语
神野医院	内科・整形外科	2-533-3 Shimonoda, Shikama-ku	079-235-5501	英语
信和内科诊所	内科・肠胃科・ 呼吸器科	砥堀329-2	079-264-6533	英语
整形外科Hosoi诊所	整形外科	南亩町2-31 浜屋Heart Building8楼	079-224-2003	英语
空地内科诊所	内科・风湿病科	吳服町8 空地大楼5楼	079-223-3877	英语
高冈医院	精神科・ 神经内科・ 心疗内科・ 内科	西今宿5丁目3-8	079-293-3315	英语
浅谷内科诊所	内科・小児科	菅生台1	079-266-2353	英语
竹村整形外科诊所	整形外科・ 风湿病科・复健科	香寺町中仁野257-2	079-232-1059	英语
辰巳诊所	内科・ 消化器内科・ 外科・ 肛門外科	増位新町1丁目24番地103	079-289-1023	英语
Tamaki家庭诊所	小儿科	新在家本町1丁目3-5	079-228-8550	英语

外国語で診療可能な医療機関情報

2024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
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	吳服町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
瀧谷内科医院	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
辰巳クリニック	内科・ 消化器内科・ 外科・ 肛門外科	増位新町1丁目24番地103	079-289-1023	英語
たまきファミリークリニック	小児科	新在家本町1丁目3-5	079-228-8550	英語

使用外语提供诊疗的医疗机构的信息

到2024年10月为止

医疗机构名	诊疗科目	所在地	电话号码	语言
长久天满诊所	皮肤科・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
长久医院	脑神经外科・一般外科	广畑区长町2丁目66-1	079-237-5252	英語
三荣会广畑医院	内科・脑神经内科	广畑区夢前町3丁目1番地1	079-230-0008	英語
Tsukazaki 医院	脑神经外科・神经内科 眼科・综合内科・放射科	网干区和久68番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	网干区余子浜字网干川1582	079-274-3387	英語
中谷医院	内科・過敏科・ 循環器内科・呼吸器科	飾磨区細江2501番地	079-235-5566	英語
Nakamura诊所	脑神经外科・内科・ 复健科	下寺町111	079-283-2333	英語
Nabetani内科诊所	内科	饰西492-1	079-266-1515	英語
Nishihara乳腺诊所	乳腺外科	南町11 Capital, i 姫路2楼	079-283-6101	英語
野里家庭诊所	内科・脑神经外科・ 小児外科	野里176-6	079-262-6700	英語
野中耳鼻咽喉科诊所	耳鼻咽喉科	御立中5丁目6-24	079-293-4187	英語・ドイツ語
野間児童诊所	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
长谷川耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科	广畑区高浜町1丁目119 (Clean Pier广畑1楼)	079-236-0303	英語
Hayashi内科・循環器科	内科・循環器科・ 复健科	别所町别所456-6	079-253-6078	英語
姫路医疗生活協同組合共立医院	内科	市川台3丁目12	079-285-3377	英語
姫路圣母玛利亚医院	内科・循環器内科・外科・整形外科・ 小児科・皮肤科・妇产科・ 耳鼻咽喉科・過敏科	仁丰野650	079-265-5111	英語
姫路红十字医院	内科・小児科・ 小児外科・外科・呼吸器外科・ 心血管外科・整形外科・形成外科・ 脑神经外科・妇产科・眼科・ 麻酔科	下手野1丁目12番1号	079-294-2251	英語
姫路田中医院	整形外科	书写717	079-267-2020	英語
姫路中央医院	内科・外科・ 脑神经外科・ 神经内科・麻酔科	飾磨区三宅2丁目36	079-235-7331	英語
姫路中央医院附属诊所	神经内科	飾磨区上野田1丁目16-1	079-235-5454	英語
兵庫県立Harima姫路综合医疗中心	消化器内科・小児科・ 緩和医疗内科・整形外科・ 循環器内科・复健科・ 腎内科・外科・ 消化器外科・伝染病内科・ 麻酔科・疼痛科・ 脑神经外科・心血管外科・ 形成外科	神屋町3-264	079-289-5080	英語
福岛整形外科	整形外科	网干区余子浜215-2	079-274-0280	英語
藤井内科诊所	内科・胃腸科	増位本町1丁目7-14	079-224-1106	英語
藤田诊所	内科	东今宿4丁目1-10	079-297-4823	英語
松浦诊所	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
三轮整形外科	整形外科	北条口3丁目77	079-222-1881	英語
Morita家庭诊所	内科・外科・小児外科	北条宮町221	079-289-5729	英語
安富诊所	内科	安富町安志1135-1	0790-66-2387	英語
山田医院	内科・皮肤科	网干区兴浜39	079-273-8311	英語
吉田整形外科	整形外科	城東町79-3 (Crios大楼1楼)	079-223-5011	英語

※可以用外语看病的医生有可能不在的情况，因此请务必事先联络。

外国語で診療可能な医療機関情報

2024年10月現在

医療機関名	診療科目	所在地	電話番号	言語
长久天满診療所	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
长久病院	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・ 放射線科	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 (クリーンピア広畑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・ 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
福岛整形外科	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
三轮整形外科	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	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。

到2025年4月为止

市中心部派出机构		
窗口	所在地	电话
中央分所	姫路市本町68-68	079-289-0811
花北服务中心	姫路市増位新町2-12	079-289-0820
城干服务中心	姫路市南八代町6-1	079-297-1010
安室服务中心	姫路市田寺东2-2-3	079-296-0030
高冈服务中心	姫路市东今宿5-3-20	079-296-3743
站前市政厅	姫路市南町1（山阳百货店西馆3楼）	079-288-1177

市东部派出机构		
窗口	所在地	电话
东办事处	姫路市御国野町御着1142-8	079-252-6363
饰东办事处	姫路市饰东町丰国1163-13	079-253-0101

市北部派出机构		
窗口	所在地	电话
北办事处	姫路市丰富町御荫957	079-264-0002
船山办事处	姫路市船津町3857	079-232-0002

市西部派出机构		
窗口	所在地	电话
西办事处	姫路市饰西728-5	079-266-0004
林田办事处	姫路市林田町林田13	079-261-2001

市南东部派出机构		
窗口	所在地	电话
饰磨分所	姫路市饰磨区细江2655	079-235-0781
白滨分所	姫路市白滨町甲396-8	079-245-1771
妻鹿服务中心	姫路市饰磨区妻鹿170-6	079-245-1871
的形服务中心	姫路市的形町的形1358-4	079-254-4339
大盐服务中心	姫路市大盐町汐咲1-39	079-254-0039

2025年4月現在

市中心部出先機関		
窓口	所在地	電話
中央支所	姫路市本町68-68	079-289-0811
花の北サービスセンター	姫路市増位新町二丁目12	079-289-0820
城乾サービスセンター	姫路市南八代町6-1	079-297-1010
安室サービスセンター	姫路市田寺東二丁目2-3	079-296-0030
高岡サービスセンター	姫路市東今宿五丁目3-20	079-296-3743
駅前市役所	姫路市南町1（山陽百貨店西館3階）	079-288-1177

市東部出先機関		
窓口	所在地	電話
東出張所	姫路市御国野町御着1142-8	079-252-6363
飾東出張所	姫路市飾東町豊国1163-13	079-253-0101

市北部出先機関		
窓口	所在地	電話
北出張所	姫路市豊富町御蔭957	079-264-0002
船山出張所	姫路市船津町3857	079-232-0002

市西部出先機関		
窓口	所在地	電話
西出張所	姫路市飾西728-5	079-266-0004
林田出張所	姫路市林田町林田13	079-261-2001

市南東部出先機関		
窓口	所在地	電話
飾磨支所	姫路市飾磨区細江2655	079-235-0781
白浜支所	姫路市白浜町甲396-8	079-245-1771
妻鹿サービスセンター	姫路市飾磨区妻鹿170-6	079-245-1871
的形サービスセンター	姫路市的形町的形1358-4	079-254-4339
大塩サービスセンター	姫路市大塩町汐咲一丁目39	079-254-0039

到2024年4月为止

市西南部派出机构		
窗口	所在地	电话
广畑分所	姫路市广畑区正门通1-7-3	079-236-1991
网干分所	姫路市网干区垣内中町120	079-272-0181
胜原服务中心	姫路市胜原区丁743	079-273-9713

家岛地区派出机构		
窗口	所在地	电话
家岛事务所	姫路市家岛町真浦2137-1	079-325-1001
坊势服务中心	姫路市家岛町坊势186	079-327-1001

梦前地区派出机构		
窗口	所在地	电话
梦前事务所	姫路市梦前町前之庄2160	079-336-0001
置盐服务中心	姫路市梦前町糸田609-1	079-335-0002
菅野服务中心	姫路市梦前町塚本225	079-335-0001

香寺地区派出机构		
窗口	所在地	电话
香寺事务所	姫路市香寺町中屋14	079-232-0001

安富地区派出机构		
窗口	所在地	电话
安富事务所	姫路市安富町安志1151	0790-66-2300

2025年4月現在

市西南部出先機関		
窓口	所在地	電話
広畑支所	姫路市広畑区正門通一丁目7-3	079-236-1991
網干支所	姫路市網干区垣内中町120	079-272-0181
勝原サービスセンター	姫路市勝原区丁743	079-273-9713

家島地域出先機関		
窓口	所在地	電話
家島事務所	姫路市家島町真浦2137-1	079-325-1001
坊勢サービスセンター	姫路市家島町坊势186	079-327-1001

夢前地域出先機関		
窓口	所在地	電話
夢前事務所	姫路市夢前町前之庄2160	079-336-0001
置塩サービスセンター	姫路市夢前町糸田609-1	079-335-0002
菅野サービスセンター	姫路市夢前町塚本225	079-335-0001

香寺地域出先機関		
窓口	所在地	電話
香寺事務所	姫路市香寺町中屋14	079-232-0001

安富地域出先機関		
窓口	所在地	電話
安富事務所	姫路市安富町安志1151	0790-66-2300

