

上尾生活指南

(2014年版)

上尾生活指南愿为生活在上尾市的外国人住民提供基本的生活信息,希望能给您带来方便。

(注)详细手续,请直接向担当课询问。电话为直通号码。

(注)担当课只限日语回答,请理解。

市役所

●市役所大楼

地 址: 上尾市本町3-1-1

电话号码: 048-775-5111(总机)

交 通: JR高崎线上尾车站东口步行大约8分

办公时间: 每星期一~星期五 上午8点30分~下午5点

●市役所一部分星期六,也办公

办公时间: 上午8点30分~下午5点(中午12点~1点除外)

星期六和星期日向市民提供的服务中,根据内容,部分业务只限平日受理,请事先向担当课咨询。

办公窗口...1楼:市民课·保险年金课·出纳室

2楼:市民税课·纳税课·伤残人福祉课·高龄护理课

5楼:儿童支援课·保育课

紧急情况

●急病

<介绍节假日·夜间也可以问诊的医疗机关>

消防本部指令课为您介绍节假日·夜间也可以问诊的医院。请电话咨询。

⇒消防本部指令课·电话775-1311

<急诊病人(平日夜间)>

地 点:上尾医生会夜间·节假日诊疗所⇒电话774-2661(绿丘2-1-27 东保健中心3楼)

问诊科目:儿科·内科

问诊时间:星期一~星期五(节假日除外)晚上8点~10点(挂号时间8点~9点30分)

<急诊病人(节假日)>

地 点:上尾医生会夜间·节假日诊疗所⇒电话774-2661(绿丘2-1-27 东保健中心3楼)

问诊科目:内科·儿科·外科

问诊时间:节假日(星期日·节日·年末年初)上午9点~12点/下午1点~4点

(挂号截止时间:上午11点30分/下午3点30分)

<救护车> ⇒电话号码119

拨119时请用日语说明下列情况。也可以利用手机拨打。

◇地址·现场周围的明显标志 ◇受伤人·病人的病情·症状 ◇您的姓名,电话号码。

●火灾 ⇒119

<火警> ⇒电话号码119

很小的火灾也务请拨打119。请不要惊慌,迅速,准确,并请用日语冷静地陈述下列情况。也可以利用手机拨打。

·火灾发生的地点·现场周围的明显标志·燃烧的物品·有来不及跑出来或者受伤的人吗?

另外请大声呼救「着火了!(火事!)」,以获得周围人的援助。

<设置住宅用火灾警报器> ⇒消防本部预防课·电话775-1314

住宅用火灾警报器可以早期探知火灾的发生。新建住宅和现有住宅对安装火灾报警器实施义务化。

日本是地震多发国家

发生地震时请注意灭火。请不要由于惊慌而立即逃离建筑物。

遵守交通规则

在日本，行人靠右侧行走，汽车·摩托车·自行车靠左侧通行。请遵守信号，横过马路时请走人行横道。

咨询窗口

●外国人住民咨询窗口(ハローコーナー)

该窗口可以帮助外国人住民解决在日常生活中遇到的各种问题，请利用。

开放时间： 每星期一(节假日除外)

地 点： 市役所 第三别馆

时 间	上午9点~12点	使用 言语	西班牙语·英语
	下午1点~4点		西班牙语·葡萄牙语·中文

⇒请先拨打市役所总机 775-5111，然后告诉接线员「ハローコーナーお願いします」

申报住址 ⇒市民课·电话 775-5128

外国人住民在住址发生变化时也必需办理申报手续。

在日本有住址的外籍人士(观光等短期滞在者除外)需要办理居住地址登记手续(迁入·迁出等)。根据申报将和日本人一样制作住民票,记载住址,迁入·迁出事项和家族全体成员等内容,经申请后可发行证明书。另外根据住民票内容可以为您提供各种行政服务。

有关外籍人士必需申报变更手续的种类

在住址和家族成员发生变化时,需要办理申报。本人或同居的家属需要办理申请。办理出生登记时必需由父亲或母亲办理申请。

●在市役所本厅市民课受理申请

申报种类	申请·受理期间	所需文件
入境	入境后 14 天以内 ※星期一至五	• 护照 • 在留卡或特别永住者证明书 ※务必本人办理申请
出生	在生后 13 天以内 ※平日以外只能接收 文件无法开出证明	• 出生登记 • 护照(父母都需要) • 母子手册 • 印章 • 国民健康保险证(拥有者)
从其他市町村迁入	迁入后 14 天以内	• 以前居住的市町村发给的搬迁证明书 • 可以证明身份的文件 • 在留卡或特别永住者证明书(全体成员)
在市内搬迁	搬迁后 14 天以内	• 可以证明身份的文件 • 在留卡或特别永住者证明书(全体成员)

●除了市役所本厅市民课以外在支所·出張所也可以受理申报手续。

申报种类	申请·受理期间	所需文件
迁出(含国外)	迁出之前需要事先申报	• 可以证明身份的文件
家族成员有变化时	户主或家属关系发生变化后 14 天以内 ※户籍申报时不用。	• 可以证明身份的文件 • 可以确认发生变化的文件

- ★迁入到其他家庭时,有时会要求提出证明家属关系的文件。
- ★代理申报时除了上記文件以外还需要委任状。
- ★在平日以外(星期例假日)办理申报时,会有一部分无法受理。

国民健康保险 ⇒ 保险年金课・电话775-5136

国民健康保险是一种互相协助的制度,加入者事先支付的保险金额(也称保险费),在生病・受伤时充当一部分的医疗费用。

〈加入资格〉已办理住民登录,未加入其他保险,并且在留资格超过3个月以上者,均有资格加入。加入国民健康保险后,被保险者在医疗机关问诊时,所需医疗费(医保对象内)的70%将由上尾市支付。保险金额按各人前一年的收入等来计算。

国民年金 ⇒ 保险年金课・电话775-5137

这是根据被保险者缴纳的保险费及国家负担金构成,由国家经营,并由国家全权负责的社会制度。满足一定条件的加入者,在生病,受伤或者到高龄时,由此互相协助制度来减轻生活负担。

- ◇ 已办理住民登录,20岁以上60岁未满者都有义务加入(已加入厚生年金者除外)。
- ◇ 国民年金的保险费不论年龄・性别・收入一律同额。

税金 ⇒ 市民税课・电话775-5131 资产税课・电话775-5134

外国人住民也有纳税义务。每年1月1日住所在上尾市,而且前一年(1月~12月)有收入的外籍市民都必须缴纳市民税。但是在日短期逗留(大约3个月以内)者,无需缴纳。市民税与县民税同时征收。另外拥有不动产或汽车的话也征收。

出生・育儿・儿童健康

● 母子健康手册・孕妇健康检查 健康增进课(东保健中心内・电话774-1414)

怀孕时,请办理妊娠登记手续,在提交「妊娠届」之后,请领取「母子健康手册」。在东西保健中心・市民课・各支所・出張所・健康推进课也可以办理妊娠登记,并领取母子健康手册。该手册记录了孕妇及婴儿的健康状况,可以终生利用,在接受上尾市的各种保健服务时也会用到。

领取母子健康手帐时可以同时拿到妊妇健康诊查受诊票・补助券。妊妇健康诊查受诊票和补助券共有14次,当您接受产前健康检查时可以享受优惠;但是,如果检查费用超过补助券的金额时就必须请您缴付差额。(健诊费用等依医院各有不同)

● 发达支援咨询中心 ⇒ 本町4-13-1 (电话776-6166)

发达支援咨询中心是一所综合设施,1楼是上尾保育所,2楼设有乳幼儿咨询中心。

本中心接受育儿,儿童发育等各种方面的咨询。家长可以带儿童自由使用这里备有各种木制玩具的游戏房。保健师,保育士可以回答育儿方面的各种咨询。请事先打电话预约。

● 育儿支援中心 ⇒ 春日2-20-3 (电话778-2008)

这是与上尾西保育所的共建设施。接受育儿咨询,举办演讲会,提供儿童游戏场所、还举办各种家长之间的交流活动等。在市内也有11所。

● 乳幼儿的保健事业・预防接种 ⇒ 健康增进课(东保健中心内・电话774-1414)

〈乳幼儿健康检查・咨询〉

乳幼儿健康检查分3期:4个月、1岁6个月和3岁。另外还设有10个月的婴儿健康咨询,乳幼儿健康咨询有「すくすく計測会」(量身高・体重)・乳幼儿健康咨询有「ここにこ健康相談」(量身高・体重、育儿咨询、吃饭和有关牙齿方面的咨询)。具体日程,请在「广报上尾」或「上尾市健康カレンダー」中确认。上尾市还对每一位健康检查对象儿童邮寄通知书。接受健康检查时请携带母子健康手册・收到的通知(明信片)和浴巾。

<乳幼儿期・儿童期的预防接种>

预防接种,按照接种疫苗内容的不同,有一定的接种时期和次数。请仔细确认「予防接種と子どもの健康」「上尾市健康カレンダー」后,向市内实施接种的医疗机构或县内契约医疗机构预约再接受接种。

接种疫苗的种类:流行性感冒b型・小儿用肺炎球菌・BCG・四种混合・二种混合・麻疹风疹・乙型脑炎・子宫颈癌预防(女子)

携带物品:母子健康手册、预防接种预诊票、保险证。

预防接种预诊票,在市役所本厅(1楼市民课、5楼儿童支援课、各支所・出張所、东保健中心、西保健中心等)可以索取。

成人保健

●成年人健康检查・预防接种・保健事业 ⇒健康增进课(西保健中心内・电话774-1411)

关于日程和地点等,请在「广报上尾」或「上尾市健康カレンダー」中确认。

健康检查分付费和免费两种。符合一定年龄或条件者可以免费。

福祉

●儿童津贴 ⇒儿童支援课・电话775-5120

在上尾市住民登录同时抚养孩子的人,先申请后可以领取津贴。

儿童保育

●保育所 ⇒保育课・电话775-5121

市内现有32所保育所(市立16所,私立16所),由于家长是双职工或者由于生病等原因不能照顾孩子的家庭,保育所可以代替家长照顾儿童。保育时间原则上是星期一至星期五从上午8点半至5点,星期六只限上午。

※除了上述保育时间以外还设有延长保育。私立保育所的保育时间各有不同。

※持工作及留学签证的家长也可以申请保育所。

●家庭保育室 ⇒保育课・电话775-5121

除了保育所以外还有与上尾市签署合约的16个家庭保育室,对象儿童的年龄从0岁~2岁。

●学童保育所 ⇒青少年课・电话776-2488

学童保育所是为白天父母不在家的小学生,在放学以后也可以有人照管,以促进儿童健全成长的设施。市内有27所。

保育时间在平日从放学以后至下午7点,星期六从上午8点至下午5点。在春假,暑假和寒假等放假期间,从上午8点至下午7点。希望入所者请直接与NPO法人上尾学童俱乐部会(电话771-6945)联系。

学校教育

●小学・中学的就学手续 ⇒教育委员会学务课・电话775-9604

已办理完外国人登记手续的儿童如果希望上学,必须由家长向教育委员会提出就学希望申请。对不会日语的儿童配有专职日语指导教师。

<就学援助制度> ⇒教育委员会学务课・电话775-9604

对于经济困难的儿童及家长,上尾市将在学校伙食费,学习用品费等方面给予援助。

垃圾和资源

●上尾市收集的垃圾和资源 ⇒西贝冢环境中心(西贝冢35-1)・电话781-9141

每个家庭的垃圾按照下列分类而收集:可燃垃圾(含有塑料)・不然垃圾(金属,陶瓷)・资源物资(塑料瓶,空罐,玻璃,纸类)。把所有的垃圾请正确分类后,在每个地区规定的收集日上午8点之前放置在收集场所。关于收集日程和分类方法等详细情况,请参照「ごみ収集カレンダー」。

●按地区划分的垃圾再利用制度 ⇒环境政策课・电话775-6925

为了把垃圾变成资源并进行有效利用,在自治会和PTA等团体的协助下,各地区开展废物再利用事业。详细情况请向环境政策课咨询。

日语教室

有关日语教室详细情况,请在上尾市国际交流协会(市役所第三别馆)询问。每星期一,四,五上午 10 点~下午 4 点。电话・传真 780-2468 <http://aga-world.com> 其他大谷公民馆(781-6892)和原市公民馆(725-1604)也有日语教室。

其它详细情报

上尾市网站 多语言 <http://www.city.ageo.lg.jp/page/multilingual.html>

埼玉县网站 多语言 <http://www.pref.saitama.lg.jp/site/tabunkakyousei/seikatsu-guide.html>