

# Hello Corner News

## ハロ-コーナーニュース



日本語・中文

No. 283

発行：埼玉県上尾市市民協働推進課

s53000@city.ageo.lg.jp

2017年8月

「你好窗口」的服务和「你好消息」的发行都是由上尾市市民协动推进课负责监督管理

### ねん きん 年金

#### じゆきゆうしかくきかん 受給資格期間

これまで、**年金(老齢年金)**の受給資格期間は原則として25年以上でしたが、平成29年8月1日から、10年以上あれば年金を受け取ることができるようになります。これに伴い新たに該当する人には、日本年金機構より「短縮用年金請求書(黄色の封筒)」を送ります。

#### せいきゆうてつづ 請求手続き

全ての年金は、受けられる資格があっても本人の請求の手続きがなければ受給できません。加入していた年金制度によって請求先が異なります。各年金の請求先は下表のとおりです。



### 年金

#### 領取資格期間

以前領取年金の資格原則上必須加入25年以上、但是从平成29年8月1日起只要有10年以上的加入期间就可以領取年金(老齢年金)。随着这次改变,日本年金机构将对符合条件的人以黄色的封信邮寄「短縮用年金請求書(缩短期间年金申请书)」。

#### 申請手續

所有的年金即使有領取的資格,但是本人不辦理申請手續就不能領取。按照您所加入的年金制度,申請處各有不同的。各個年金制度的申請處如下。



かにゆう ねんきんせいど 加入していた年金制度 加入过的年金制度	せいきゆうさき 請求先 請求先
こくみんねんきん 国民年金だけ 只加入国民年金	ほけんねんきんか しやくしょ かい 保険年金課 (市役所1階) 保険年金課 (市役所1楼)
<ul style="list-style-type: none"> <li>国民年金 国民年金 (第3号被保険者期間のある人) (一定期間以第3号被保険者加入的人)</li> <li>国民年金と厚生年金の加入期間のある人 一定期間加入国民年金和厚生年金的人</li> <li>厚生年金だけ 只加入厚生年金</li> </ul>	年金事務所/年金事務所 (埼玉県北区4-19-9))

→ 日本年金機構ねんきんダイヤル

TEL 0570-05-1165

おおみやねんきんじむしょ  
大宮年金事務所 TEL 652-3399

ほけんねんきんか  
保険年金課 TEL 775-5137 / Fax 775-9827

→ 日本年金机构年金电话号码

TEL 0570-05-1165

大宮年金事務所 TEL 652-3399

保険年金課 TEL 775-5137 / Fax 775-9827

## がん検診無料クーポン券

特定の年齢で市の検診を今までに1度も受けていない人に、「がん検診(乳がん・子宮がん)無料クーポン券」を4月末に送りました。がんは発見が早ければ早いほど、高い確率で治ります。クーポン券が届いた人は内容を確認して、がん検診を受けましょう。期日が迫ると医療機関が大変混み合います。事前に予約をして早めに受診してください。詳しくはクーポン券に同封した「がん検診のお知らせ」をご覧ください。

→ 西保健センター

Tel. 774-1411

Fax 776-7355



## 上尾シティマラソン

11月19日(日)開催。種目は上尾運動公園陸上競技場をスタート・フィニッシュとした、ハーフ・3キロ・5キロです。申込期間は8月1日(火)~25日(金)。各種目定員になり次第申込締め切ります。参加料は、高校生以上3,800~4,000円、中学生1,000円、小学5~6年生500円。

詳しくは、開催要項(市内公共施設内などで配布)または上尾シティマラソンホームページをご覧ください。<http://ageocity-marathon.com/>

## 農業体験教室(大根)

と き:9月2日(土) 午前9時~

と ころ:市民農園「アグリプラザ平塚」(平塚1516)

内 容:親子で大根の種をまき12月に収穫する

対 象:市内に在住の小学生と家族

定 員:20家族(応募家族多数の場合は抽選)

参加費:1人20円(保険料)

申込み:往復はがきに教室名、住所、郵便番号、氏名

(ふりがな)、学校名、学年、電話番号、参加人数

を書いて8月15日(火)まで(必着)に農政課

(〒362-8501本町3-1-1)へ

→ 農政課

Tel. 775-7384

Fax 775-9872



## 癌検査免费券

已于4月底为已达特定的年龄并且还没有接受检查的人邮寄、「がん検診(乳がん・子宮がん)無料クーポン券(癌検査(乳腺癌・子宮癌)免费券)」癌症发现得越早痊愈越高。收到癌检查免费券的人,请确认免费券的内容后接受检查。接近期间时,医疗机关可能会因为人多拥挤,建议还没有接受检查的人尽早接受检查。详细情况请阅览信内的「がん検診のお知らせ(癌检查的通知)」。

→ 西保健中心

Tel. 774-1411

Fax 776-7355



## 上尾城际马拉松

将于11月19日(星期日)举办。上尾市运动公园田径场将作为起点和终点。赛程分为3公里,5公里和半程马拉松。报名期间为8月1日(星期二)~25日(星期五)。每赛程达到定员就截止。参加费为高中生以上3,800~4,000日元、中学生1,000日元,小学5~6年级500日元。

详细情况请参考有关参赛说明书(在市内公共设施等可以领取)或上尾城际马拉松主页<http://ageocity-marathon.com/>。

## 农业体验教室(萝卜)

日期:9月2日(星期六) 上午9点~

地点:市民农园「アグリプラザ平塚」(平塚1516)

内容:亲子一起播萝卜种,在12月可以收获

对象:在市内居住的小学生及家属

定员:20家庭(报名多数时以抽签决定)

参加费:每人20日元(保险费)

报名:请在往返明信片上写明教室名称(農業体験教室(大根))、地址、邮政编码、姓名(片假名读音)、学校名、年级、电话号码、参加人数后8月15日(星期二)之前邮寄到农政课(〒362-8501本町3-1-1)。

→ 农政课

Tel. 775-7384

Fax 775-9872

## なつやす 夏休み

市内には、さいたま水上公園（HCN7月号参照）の他に子ども達が夏休みを楽しく過ごせる場所があります。

### 健康プラザわくわくランド

時間：午前10時～午後9時  
（夏休み中、水曜日は午後7時まで）

ところ：西貝塚17-1

8月の休館日：なし

入館料：大人600円（60歳以上300円）、  
小中学生300円、小学生未満は無料

アクセス：市内循環バス「ぐるっとくん」（平方丸山公園線・平方小敷谷循環）「わくわくランド」下車

### 自然学習館

時間：午前9時～午後5時

ところ：畔吉178（丸山公園内）

入館料：無料

アクセス：市内循環バス「ぐるっとくん」（平方丸山公園線）「丸山公園南口」または「自然学習館入り口」下車

◆「太陽の観察会」や体験もの作り教室などさまざまな催しを行っています。詳しくは、自然学習館へ

Tel. 780-1030 / Fax 726-7901



### 児童館「アッピーランド」

時間：午前9時～午後6時

ところ：本町6-11-25

8月の休館日：15日（火）

入館料：無料

アクセス：市内循環バス「ぐるっとくん」（上平循環・上平公園先回り、または原市循環・市役所先回り）「アッピーランド」下車



### 児童館「こどもの城」

時間：午前9時～午後6時

ところ：今泉272

8月の休館日：10日・24日（木）

入館料：無料

アクセス：市内循環バス「ぐるっとくん」（平方循環・日産先回り）「こどもの城」下車



## 暑假

在市内除了さいたま水上公園（请参考 HCN7月）以外还有其他小孩子们可以愉快地度过暑假的种种场所，如下：

### 健康プラザわくわくランド

开放时间：上午10点～晚上9点（在暑假每星期三到晚上7点）

地点：西贝塚17-1

8月每天开放

门票：大人600日元（60岁以上为300日元）、小中学生300日元、小学生未満免费

交通：坐市内循环巴士「ぐるっとくん」（平方丸山公園線・平方小敷谷循環）在「わくわくランド」下车

### 自然学習館

开放时间：上午9点～下午5点

地点：畔吉178（丸山公園内）

门票：免费

交通：坐市内循环巴士「ぐるっとくん」（平方丸山公園線）在「丸山公園南口（丸山公園南口）」或「自然学習館入り口（自然学習館入り口）」下车

◆举办「太阳的观察会」及体验制作教室等活动。

详细情况请向自然学习馆询问

Tel. 780-1030 / Fax 726-7901



### 児童館「アッピーランド」

开放时间：上午9点～下午6点

地点：本町6-11-25

8月的停止开放日：15日（星期二）

门票：免费

交通：坐市内循环巴士「ぐるっとくん」（上平循环・先去上平公園、或原市循环・先去市役所）在「アッピーランド」下车



### 児童館「こどもの城」

开放时间：上午9点～下午6点

地点：今泉272

8月的停止开放日：10日・24日（星期四）

门票：免费

交通：坐市内循环巴士「ぐるっとくん」（平方循环・先去日産）在「こどもの城」下车

あ が  
AGA

あ が さ ろ ん  
(1) AGAサロン

「外国人のための勉強会」

ーもし、日本で一人になったらー

と き：8月20日(日) 午後1時30分～4時30分

と ころ：コミュニティセンター

対 象：主に外国人女性

参加費：一般400円 / 会員 200円

◆使用言語は日本語



さ ま ー パ ー テ ィ ー  
(2) サマーパーティー

と き：8月26日(土)

午後6時30分から 8時30分

と ころ：エベレストイン (谷津2-1-50原田ビル 1F)

参加費：一般3,000円 / 会員2,500円

定 員：30人(先着順)

申込みは、(1)は 8月10日(木)、(2)は 8月18日(金)

まで(必着)に、ファックスまたはメールで市国際  
交流協会(AGA)事務局へ

Tel 780-2468

Fax 775-0007

[office@aga-world.com](mailto:office@aga-world.com)



AGA

(1) AGA沙龙

「专为外国人开办的学习会—因为离婚或配偶死亡，怎么在日本单独生活?—」

日期：8月20日(星期日) 下午1点30分～4点  
30分

地点：コミュニティセンター

対象：主要为外国人女性

参加費：一般400日元/ 会員 200日元

◆使用语言为日语。

(2) 仲夏晚会

日期：8月26日(星期六) 晚上6点30分～8点  
30分

地点：エベレストイン (谷津2-1-50 原田ビル  
1F)

参加費：一般3,000日元 / 会員 2,500日元

定员：30人(以报名先后为序)

报名：请用传真或电子邮件向市国际交流协会  
(AGA)事務局报名申请，(1)的截止为8月10日(星  
期四)、(2)的截止为8月18日(星期五)。

Tel. 780-2468

Fax 775-0007

[office@aga-world.com](mailto:office@aga-world.com)



「ハローコーナー」は外国人市民のための相談窓口です。

時間：毎週月曜日 午前9時～12時 英語／スペイン語  
午後1時～4時 スペイン語／中国語／ポルトガル語

場所：上尾市役所第3別館1階 (市役所の向かいの建物です)

電話番号：048-775-5111 (代表) \*交換手に「ハローコーナーお願いします」と言ってください。

「ハローコーナーニュース」は、市内のイベントや生活情報をお知らせする外国人市民のための情報紙です。

上尾市のホームページ(<http://www.city.ageo.lg.jp/>)でも見られますが、ご希望の方には郵送します(市内に

お住まいの方のみ)。詳しくは、上尾市役所 市民協働推進課まで。

電話：048-775-4597 / ファックス：048-775-0007 / 電子メール：[s53000@city.ageo.lg.jp](mailto:s53000@city.ageo.lg.jp)

「你好窗口」是专为外籍市民开设的免费外语咨询服务、严守秘密。

开设时间：每星期一上午9点～12点 西班牙语・英语

下午1点～4点 西班牙语・汉语・葡萄牙语

开设地点：上尾市役所别馆1楼(在市役所对面)

电话号码：048-775-5111(总机) \*请向交换台说「ハローコーナーお願いします」

「你好消息」是为在上尾市居住的外籍市民发行的免费月刊、提供市内各种活动及生活信息。您可以随时在上尾市网站查询・阅览。(<http://www.city.ageo.lg.jp/>)对于居住在市内的市民、除了上网阅览以外、我们向您还可以免费邮寄给「你好消息」。

→上尾市民协动推进课 tel.048-775-4597/fax 048-775-0007/email [s53000@city.ageo.lg.jp](mailto:s53000@city.ageo.lg.jp)