



春夏秋冬

中区城市报 No.38
2020年春季号 4~6月
发行日期：2020.4.1
1·4·7·10月发行

●编辑·发行 横浜市中区役所広報相談係 〒231-0021 横浜市中区日本大通35 电话：045-224-8123 传真：045-224-8214
http://www.city.yokohama.lg.jp/naka/chinese/chinesenews/ (中区城市报也可从网页上阅读) (电子邮件) na-koho@city.yokohama.jp



为了让外国居民与日本居民拥有和谐共处的优良生活环境，中区在此通过多语言城市报的形式，用中文和英语与您共享行政信息、生活规则、社会制度等与生活息息相关的信息。

即使不懂日语

也要迈出第一步

相信有很多人因不懂日语，除了家人之外没有可聊天的对象，而感到孤独与烦恼吧。虽然积极融入新的环境很不容易，但在中区也有很多人克服了困难，勇敢地迈出了第一步。下面我们将为大家介绍他们是在哪里迈出第一步的。

第一步——日语教室

日语教室即使来日时间短也能轻松参加。在那里，您可以遇到许多和您有同样境遇的人们。中区有很多日语教室，虽然开课时间和学费不尽相同，但学员们普遍反映找到了聊天对象，有了集体感。

探访中区国际交流处日语教室！

位于中区役所别馆的中区国际交流处设有日语教室，每年招生2次，每周2节课。我们前去采访时，学员们正分成小组，在和谐愉快的氛围中学习日语。



房艳女士 (来日第4年)

学员采访！

对您来说日语教室意味着什么？

接受采访的2位学员都是因国际婚姻来到日本的。她们刚到日本时忙于育儿，没能马上参加日语教室。



董琴女士 (来日第1年)

Q 是因为什么契机参加了日语教室？

A 我从其他妈妈们那里听说了有关日语教室的情况。虽然不懂日语生活也能过得去，但是考虑到孩子以及以后的日子，还是报名参加了。而且这里下课后正好和接孩子的时间衔接上，特别适合我。(房女士)



Q 您觉得日语教室怎么样？

A 参加日语教室，既能跟他人建立联系，又能从日本老师那里了解日本。之前我常常感到十分孤独，现在觉得我不再是一个人了。有了大家的支持，我变得更加自信，就算可能有语误我也会大胆开口说出来。这里还能获得许多信息。特别是有中国员工，让我感觉很放松。(董女士)



Q 参加日语教室后有没有什么变化？

A 我现在会带着孩子和其他妈妈们一起去公园，下课后还会一起去吃饭。我性格比较内向，以前一直没怎么出门，现在终于有了可以相约为伴的人了。老师也像家人一样关怀我，让我有种回到家乡的感觉。(房女士)

Q 今后有什么规划吗？

A 我希望能够和日本人的正常交流，准确表达自己想传达的意思。还想跟孩子的小学老师多一些沟通。(董女士)

希望大家都能不再犹豫，勇敢迈出一步！

大概1年前从印度来到日本的吉娜女士向我们讲述了她从日语教室迈出的第二步。去年，吉娜女士作为工作人员参加了中区一年一度的“多元文化节”，负责印度文化展台，非常活跃。



您的日语真不错！在哪里学的呀？

我刚来日本的时候每天都待在家里，非常无聊。有一次听说了日语教室，就马上报名了，现在跟所有老师都成为了朋友。有时去公园我还会跟日本人搭话，聊聊工作、家人和旅行。此外，我会一边教日本人做印度料理，一边跟他们学日料理。



听说您作为工作人员参加了“多元文化节”呢！

对，中区国际交流处的工作人员邀请了我，我觉得这个体验非常棒。

接到邀请的时候我没有任何犹豫，因为我喜欢日本人，也想向他们介绍印度文化。一开始我什么都不懂，觉得非常困难。为此我在家里进行大量的日语练习，现在已经能写大概200个汉字了。活动当天有日本人用印地语跟我打招呼，让我既惊讶又感动。我知道了日本人也想了解印度，感到很高兴。

今后有什么规划吗？

我现在正在准备日语能力考试，希望日语水平能更上一层楼。未来我想跟日本人一样去工作，当一名英语老师。

您觉得学习日语是个好事吗？

当然。通过点滴积累学习日语，我的生活也变得更加多彩。所以我想对刚来日本的人，尤其是面临挑战踌躇不前的人说，请不要犹豫。日语教室是学习日本语言 and 文化的最佳场所。我非常高兴自己当初选择了学习日语，这一点永远不会变。

中区国际交流处日语教室协调人 高女士



我的工作中不仅要考虑课堂内容，还要跟学员建立信赖关系。如果不从根本上消除学员的疑问和不安，他们就无法全身心地投入学习。所以我尽可能地帮助学员解决问题，给予他们支持，努力和他们成为朋友。学员遇到问题的时候能想着来找我商量，这让我感到很高兴。最近经常有人来找我聊有关育儿的问题。

中区国际交流处日语教室招生通知

- 期间：5月12日至10月13日
- 时间：每周二、周四 10:30 ~ 12:00 (有暑假)
- 费用：6,000 日元 (共 30 节课程)

轻松愉快学习日常用语的日语教室。按照日语水平进行小班授课。请先预约面试，以便提前分班。(10:00 ~ 17:00, 周二、周六至 20:00, 每月第3个星期日休馆)。

※ 原则上以在中区居住或工作，且年满16岁以上的日语初学者为对象

【中区国际交流处 TEL: 045-210-0667】

夏日祭典 不要担忧语言障碍，试着体验一下氛围吧。

夏日祭典可以很轻松的参加。有小吃摊，还有盂兰盆节舞。可以穿平时的衣服，也可以尝试穿一下浴衣(棉布做的轻便和服)！推荐想体验日本文化的人去参加。



身边的一步 ~地区活动~

自治会和町内会经常举办各种各样的活动。大家往往认为不会日语就不能参加，其实不是这样的。我们在这里向大家简单介绍一下在很多地区都会举行的活动。如果有感兴趣的，不妨试着参加一下。

和当地人定期接触的机会——清扫公园

地区道路和公园的整洁依靠大家的共同努力。自治会和町内会经常组织扫落叶、捡垃圾等活动。活动时间大多数情况下会通过传阅板或公告板通知。参加活动的话可以和附近的居民定期聚在一起，所以就算语言不太通畅，也能一点一点变得熟悉起来。

目标全勤奖！孩子们暑假的固定活动——

广播体操

日本人所熟悉的广播体操，是一种配合着带语音指示的音乐进行的体操活动。暑假的早晨，在很多地方都可以看到孩子们聚集在一起做体操。父母和孩子一起参加也不错。



若询问处的服务没写明“英语对应”、“中文对应”，则表示对应语种仅为日语。

致饲养宠物犬的人士

根据法律规定，犬主在饲养宠物犬时，有义务进行登记（一生登记1次即可）、每年需接种狂犬病疫苗1次并提交接种证明。

▶ 宠物犬的登记

请在饲养宠物犬后30日之内（幼犬则为出生90日以后的30日以内）完成饲养宠物犬的登记。登记手续费3,000日元/只。登记时发放的“铭牌”用于证明宠物犬已经完成登记。如果搬家，在新家所在的自治体也需使用该证明办理相应手续，请妥善保管。



▶ 狂犬病疫苗接种

可在宠物医院进行预防接种。接种后，请将兽医开具的《狂犬病疫苗接种证明》提交至区役所，办理《狂犬病疫苗已注射票》。办理手续费550日元/只。（部分宠物医院也可以办理铭牌和已注射票）



<中区役所生活衛生課 TEL: 045-224-8339 >

申请入住市营住宅、县营住宅

市营住宅和县营住宅是可以以较低房租入住的公营住宅。开放申请时，会在区役所1楼综合案内处发放带有申请书的指南（日语），指南上写有住宅详情及申请条件等。

▶ 市营住宅 4月13日（周一）～4月24日（周五）
TEL: 045-451-7777

▶ 县营住宅 预计5月开放申请
TEL: 045-201-3673

※如果看不懂指南或不会用日语写申请书，请

携带申请书前往神奈川外国人住宅支援中心（横滨 YMCA2 楼 045-228-1752）寻求帮助。周一～周五 10:00～17:00（英语：周二～周五，中文：周二、周三，周四下午可承接其他语种的咨询。）

致参加国民健康保险者

▶ 区役所正在依次寄出特定健康查的就诊券

40~74岁人士将收到特定健康查的就诊券及问诊票，凭券可接受以早期发现生活习惯病为目的的健康检查。检查免费，请尽早预约前往。可以进行检查的医疗机构名单（日语）也会一同寄出，请您直接与医疗机构进行预约。如果想了解可以使用母语的医疗机构，请与中区国际交流处联系（045-210-0667）。

▶ 2020年度国民健康保险金额决定通知将于6月中旬寄出

通知内容为1年份的保险费用（4月～下一年3月）。保费将分10次收取，缴纳通知将分别于6月、7月、10月及下一年1月寄出。请于缴纳期限前缴清保费。同时，我们还设有便捷的转账付款制度。

<中区役所保険年金課 TEL: 045-224-8315 >

儿童津贴现状届（现状申报）的提交日期截止到6月30日

领取儿童津贴者，每年需提交现状申报，告知区役所当年6月1日的状况。如未提交现状申报，则可能无法领取6月以后的津贴，请务必提交。相关资料会在6月上旬寄出（日语）。<中区役所子ども家庭支援（儿童家庭支援）課 TEL: 045-224-8198 >

扔垃圾时请分类！

如果不清楚垃圾如何分类，可以通过物品名称进行搜索。



详情请扫描二维码→

专栏 “自治会町内会”

～介绍自治会町内会的活动以及职责

在日本，多数地区都设有“自治会町内会”

自治会町内会是由近邻组成的地区居民组织。为了互相结识，在紧急时刻能够互相帮助，构建可以安心生活的居住环境，大家自发地组织活动。居民通过缴纳会费等方式参加。各位外籍人士作为居民，也请加入自治会町内会。多一点熟人，在日本的生活将会变得更加快乐。加入方法可以询问邻居，语言不通的话请到服务中区国际交流处（045-210-0667）咨询。



<中区役所地域振興（地区振兴）課 TEL: 045-224-8131 >

中区役所多语言网站

用英语、中文、韩语、以及简单易懂的日语发布行政服务和活动的信息。每月更新。



市·县民税（第2期部分）的缴纳期限为8月31日（周一）

收到市·县民税纳税通知书者，请在此日之前到便利店（仅限印有条形码的通知书）或银行等支付第2期部分的税金。银行转账也是很便捷的缴纳方式（该手续将花费较长时间）。

国际服务员 区役所2楼23号窗口
中文8:45～15:45 英语10:00～17:00

介绍区役所业务、担任窗口翻译、协助填写办理各类证明的申请表等。对于用日语办理手续感到不便的人，可向国际服务员求助。

这可怎么办！ 疑问解答



什么是“地区防灾据点”？

⇒发生震度5强以上的地震时，会在附近的学校等地设置地区防灾据点。当私有住宅因倒塌或火灾而无法居住时，可与当地居民协作，暂时居住在防灾据点避难。



在地区防灾据点（避难所）避难时，最重要的是什么？

以地区居民为中心的运营委员会负责地区防灾据点中避难者的生活。为了避难所顺利运营，避难者也需要积极协助，这一点非常重要。

～避难生活所需的水和食物～

地区防灾据点储备有最低限度的水和食物，是为了支援因火灾等原因未能带出家庭储备食品的人而准备的。因此，每个家庭必须常备应急物资，在避难时随身携带。

～地区防灾据点演习～

每年举行一次，地区居民可在演习中明确共同生活的规则等。

●未雨绸缪●

为了在发生灾害时能更好进行邻里合作，平时积极打招呼，常见面多沟通也是很重要的。

如想了解更多有关日本防灾，请扫描二维码！（多语言版）





不出去走走吗

跑跑步吧！

迎着港口的风，
享受跑步的乐趣吧！

今年夏天，将会迎来期待已久的东京 2020 奥运会与残奥会。中区的横滨球场将会举行棒球和垒球赛事。趁着这个机会，多享受体育运动吧。这次就为大家介绍能体验港口风貌街景的跑步路线！



山下公园

每年春夏，玫瑰等五颜六色的花朵争奇斗艳。



象鼻公园

可在公园内的象鼻咖啡厅休息！



樱通

在樱花树下跑步非常惬意！



可享受夜景的
夜间跑步路线也值得推荐！

外国人的所见所闻 日本的生活与文化



融入社区

初来日本如何尽快地融入当地的生活，估计是困扰许多外国人的事情。我也有过这样的烦恼。

女儿在两岁时从中国来到了日本，为了让女儿顺利的开始在日生活，我提前做了许多准备，比如查找公园，设施的信息等。第一次带她走出家门时的情景至今让我印象深刻。当时，我们来到了家附近的幼儿游玩设施，里面有书籍，玩具，还有陪同小朋友的工作人员。本以为活泼的女儿会满心欢喜的立刻玩儿起来，没想到她就像一具雕像一样，一动不动一直站在那里，眼中充满了戒备和不安，大约经过了 15 分钟左右情况才得到缓和。原来是因为她不懂日语，对陌生的环境不能立刻适应所造成的。看到

女儿这样，实在让人心疼。后来我尽量带女儿多走出家门接触外边，去家附近的公园，幼儿设施，幼儿园和保育院的开放日等，女儿从中发现了许多的乐趣，慢慢的适应了日本的生活。儿子在小学时也遇到因为我们搬家而找不到小伙伴的问题，后来他在积极的走出家门去公园玩儿的过程中，逐渐的融入到了新的环境。

来到日本后如果您有对融入环境的困扰，欢迎到中区国际交流处咨询。

(中区国际交流处 中文工作人员)



不可不知的 日本文化！

介绍季节性活动以及衣食住相关的日本文化

端午の節句（端午节）

5月5日是端午节，曾是一个趋避疾病和灾难的节日。由于端午节使用的“菖蒲”日语发音和“尚武”近似，且叶子的形状和剑相似，因此逐渐成了祝贺男孩诞生，祝福男孩健康成长的节日。

现在，5月5日作为“儿童节”而广为人知，成为日本法定节假日。“儿童节”要装饰头盔和鲤鱼旗，以示庆祝。



多语言城市报分发点正火热招募中。如有经常接待外国人的店铺、医院、机构等需要该城市报，请联系我们安排邮寄。下期将在7月1日发行。