



朋友 你好

静岡市国際交流協会

2010年6月

発行：静岡市国際交流協会 *Shizuoka City Association for Multicultural Exchange*

特定健康检查・特定保健指导

(静岡市国民健康保険加入者対象の特定健康检查・特定保健指导)



< 特定健康检查 >

对象・・・40岁-74岁的静岡市国民健康保険加入者

内容・・・①问诊 诊疗 身高测定 体重测定 腹围测定 血压测定 血液检查 尿检查

②医生判断为有必要时，将实施心电图・眼底检查・贫血检查。

※40岁・50岁・60岁的人需要做心电图和贫血检查。

健诊实施期间・・・2010年6月1日-2011年3月31日

自己负担金额・・・1,500日元

非市民税课税的家庭・70岁以上的人500日元

实施医疗机关・・・请上网查询：静岡市主页—特定健康诊查—“静岡市的指

定医疗机关”，请向刊登的相关医疗机关查询。亦可参考静岡市国际交流协会发

行的「可用外语受诊的医疗机关目录」，或协会主页。

携带物品・・・静岡市国民健康保険证・特定健康诊查受诊券・质问票

※特定健康诊查受诊券・质问票会邮寄给该对象。

< 特定保健指导 >

将邮寄“特定保健指导利用券”给符合特定保健指导的对象，以预防生活习惯疾病及持续进行个人的指导。

【咨询处】 葵区役所 保险年金课 Ph 2 2 1 - 1 0 7 0

骏河区役所 保险年金课 Ph 2 8 7 - 8 6 2 1

清水区役所 保险年金课 Ph 3 5 4 - 2 1 4 1

静岡市保险年金管理课 Ph 2 2 1 - 1 3 7 6



请上网浏览
SAME多语言情报



SAME主页

<http://www.samenet.jp/>
英语、中文、韩国语、印度尼西亚语、菲律宾语、葡萄牙语、西班牙语、越南语

- ・生活便利手册
- ・日本語教室目录
- ・外语对应医疗单位目录
- ・有用电话手册
- ・日本的文化、习惯



动画网页

S A M E Web-TV
<http://www.same-web.com/>
点击“外国语新闻”、可进入各国语言的网页。



FM广播FM-Hi!76.9MHz”
每周一～五 6:50-6:59 OA
「TAKE FIVE」
星期一：中国语
星期二：西班牙语
星期三：菲律宾语
星期四：英语
星期五：葡萄牙语



音声网页「TAKE FIVE PLUS」

TAKE-FIVE的播放内容、访谈等可在该网页上收听到。

气象警报、注意报的发表区域有更改

(警报、注意报の发表区域が変わります)

静岡地方气象台对大雨洪水的警报，以县内8个区域为对象进行发布。(富士山南东、中部北、远州南等)。从5月7日开始，将以市和町为区域进行发布。

静岡市将以“静岡市南部〇〇警报”、“静岡市北部〇〇注意报”等形式发布。

市内发布警报的时候，对象区域也将同时进行同报无线电的发布。放送内容，可以在市的网页和电话指南服务(0180-99-5656)确认。

详细请参考静岡地方气象台的网页。<http://www.jma-net.go.jp/shizuoka/> 咨询：防灾对策课 221-1012

2010 静岡大道艺世界杯招募市民义务工作者

(大道艺ワールドカップ市民ボランティアスタッフ募集)

对象：举办期间可以参加2天以上的人(事前有全体说明会和研修)

申请：8月31日(周二)截止。在报名用纸上填好必要事项，邮寄或传真至实行委员会(也可登入网页申请)

招募内容：翻译(演员和工作人员之间的交流和外国人观众的对应)、宣传、宣传翻译人员(活动主页和当天散发的宣传品的取材和制作)等共26職種。

实行委员会 T: 205-9840 F: 204-9920

<http://www.daidogei.com>

☆高、中学生的参加需要得到家长的许可。部分职种不接受高中生的报名。

☆报名用纸可在市经济事务所或各区役所综合服务台领取。

SAME发行的便利生活情报 (SAME発行 生活情報の知らせ)

静岡市国际交流协会提供各种各样的生活情报给居住在静岡的外国人。在此向您介绍今年春天更新的2种刊物。

①生活地区地图「見てGo!」

地图分为葵区，骏河区和清水区，向外国人介绍有关生活的相关情报。

地图上用英文和日文刊登市内的公共设施，医疗机关，避难地，学校，邮局，银行，和便利商店。

可用外国语受诊的医疗机关名单

为了让居住在日本的外国人理解日本的医疗制度，并能安心地接受医疗。名单上除了刊登各医疗机关的诊疗课，对应的语言(英语，中国语，韩国语，西班牙语，意大利语，法语，德语，孟加拉语)，也介绍日本的医疗体制和有关医疗的咨询机关。

名单放置在本协会，各区的户籍住民课外国人登录窗口，静岡市国际课，大学，日本語学校等地。虽提供邮寄服务但邮费请自行承担。

详情请向协会咨询。



防災インフォメーション

火灾发生时

「火灾が発生したら」



为了将地震的灾害减至最低，应付地震后发生的火灾是很重要的。火灾是无法100%的预防，但至少可以把灾害减至最低。

1. 火灾发生时：大声地向周围的人告知「失火了」并寻求协助。

使用自家或公寓设置的灭火器灭火。火被扑灭后确实把瓦斯的总开关关紧。

火势太强时请赶快逃逸。若火势燃烧至天花板，请赶紧避难。

尽管火势小也请拨打119通报「失火」的场所和距离「失火」场所最近的大型目标物。

2. 预防火灾：①预防纵火所引起的火灾

家的周围整理整顿并且不要放置易燃物品。请将仓库或车库的门上锁。

②预防吸烟所引起的火灾

请不要躺着吸烟，不要点了烟后就搁在烟灰缸上，不要积存烟头在烟灰缸里。

③预防玩火所引起的火灾

请好好保管火柴或打火机，别让小孩拿得到。

④预防电器所引起的火灾

请不要把电器软线压在家具等重物底下，不要使用多条配电线路。

请定期扫除插座的插头，不要积灰尘。



中国新闻

各地缩小工资差距,企业职工工资标准大幅提高

近日各地陆续发布2010年企业工资指导线方案,企业职工工资标准都有大幅提高,并注重控制工资差距。

今年,南京企业工资增长的基准线定在12%。预警线设定为20%,下线为6%。南京市人力资源和社会保障综合工资处周克伟:“今年工资要在上一年的平均工资水平基础上增长12%左右;预警线主要是对工资增长过快企业工资水平的控制。”今年的工资增长指导线关注了行业间的收入差距。“电力、煤气水的供应,金融行业,这次我们制定工资指导线的时候做了适当调整,他们的工资预警线和基准线要低两个百分点以上。”

吉林省最低工资标准由原来的三个档次变为现在的四个档次。最高档长春地区最低工资标准为每月820元,涨幅达到26.2%。这对城市低收入群体来说,无疑是个好消息。在长春打工的小赵:“这次工资涨幅力度这么大,都快1千了,挺高兴、挺满足。”吉林省此次最低工资调整平均涨幅达到22.9%,吉林省人力资源和社会保障厅副厅长申奉澈:“必须加大监察力度,特别是要加大对各类中小企业和劳动密集型企业的监督检查,督促用人单位严格执行新的最低工资标准。”

浙江省最低月工资标准调整为1100元、980元、900元、800元4档。江省人力资源和社会保障厅劳动关系处处长王怀忠说:“我们的指导思想就是让低收入人群的收入增加一点,越往低的增长越高。”



静岡市的各种通知

(市からのお知らせ)

外国居民的免费生活咨询会

◆时间:6月12日(星期六) 下午1:00-4:00

◆地点:静岡市クリエイター支援センター 1楼

◆咨询:静岡市国际交流协会 清水支部 354-2009

◆内容:以外国居民或与外国人有关的日本人为对象,举办的法律咨询、人权咨询、入国手续、在留资格取得、期间更新等的咨询会。同时,有行政书士现场接受咨询。

◆现场翻译:英语、菲律宾语、中国语、西班牙语、葡萄牙语

◆申请:可事前电话联系,也可当天直接来会场。



大家来进行土砂灾害的防灾

土砂灾害防灾月间:6月1日-6月30日

山体滑坡防灾周间:5月6日-6月10日

为了保护您和您的家庭

- 调查危险的场所
- 决定好避难的路径
- 注意下雨
- 留意情报
- 避难的准备

6月16日-15日,县和市的担当者会进行治山设施的机能和周围情况的视察,如果有任何疑问,请联络:县中部农林事务所治山课286-9077,治山林道课354-2145

2010年4月起,因公司倒闭等原因被解雇的失业者国民健康保险费用将减少

(1)对象者:离职时,64岁以下,且符合以下状况之一者:①雇用保险的特定受给资格者(倒闭·解雇等离职)②雇用保险的特定理由离职者(停止雇用等离职),但是,2009年3月31日以后离职者,只有2010年度的保险费减少。

(2)减少费用:以对象者前年的给与所得的30%来计算

(3)减少期间:离职的隔天至隔年年底为止(最大2年)※与雇用保险的失业等给付期间不同

※国民健康保险加入时,即使中途就职,保险费用仍可减少。但一旦退出国民健康保险,即中止。