



あげお 暮らしのガイド

がいこくじん あげおし す ときに ひつよう じょうほう
外国人が、上尾市で 住む ときに 必要な 情報です。

てつづ 手続きに ついて 詳しいことは、 担当の か 課に 聞いて ください。

TELは ちやくせつ 直接 つながる でんわばんごう 電話番号 です。

しやくしょ あんない 市役所の 案内	2	ふくし 福祉	11
きんきゅうじょうほう 緊急情報	2~3	ほいく 保育	11
そうだんまどぐち 相談窓口	4	がっこうきょういく 学校教育	12
じゅうしょ とど で 住所の届け出	4~7	ごみ	12~13
こくみんけんこうほけん 国民健康保険	8	べんり じょうほう 便利な情報	13
こくみんねんきん 国民年金	8	にほんごきょうしつ 日本語教室	13~15
ぜいきん 税金	8	じしん そな 地震に備えて!	16~18
まいなんばん ー まいなんばんーかーど マイナンバー・マイナンバーカード	8~9	じちかい ちょうないかい くかい かにゅう 自治会、町内会、区会に加入しましょう	19~20
にんしん しゅつさん いくじ こ けんこう 妊娠・出産・育児・子どもの健康	9~10	にほん じゅうきよ 日本の住居	21~23
せいじんほけん おとな けんこう せいしんほけん 成人保健 (大人の健康)・精神保健			
こころ けんこう (心の健康)	10		

市役所の案内

●本庁舎

場所：上尾市本町3-1-1

電話番号：048-775-5111（代表）

行き方：JR上尾駅東口から歩いて8分くらい

開いている日：月曜日から金曜日 午前8時30分から午後5時まで

●本庁舎の一部は土曜日も開いています

開いている時間：午前8時30分から午後5時まで（昼の12時から午後1時は開いていません）

土曜日は窓口で受け付けることができないものがあります。市役所に来る前に担当の課に聞いてください。

土曜日に開いている窓口…1階：市民課・パスポートセンター・証明書発行センター・保険年金課・出納室

2階：市民税課・納税課・障害福祉課・高齢介護課

5階：子ども支援課・保育課・子ども家庭総合支援センター

緊急

●急に病気になったとき

<休みの日・夜に開いている病院を紹介します>

⇒ 消防本部指令課 TEL 048-775-1311

休みの日や、夜でも開いている病院を、消防本部指令課でいつでも紹介します。

電話で聞いてください。



<平日夜間急患診療（平日夜の病気・けが）>

場所：平日夜間・休日急患診療所 ⇒ TEL 048-774-2661（緑丘2-1-27 東保健センターの3階）

診療科目：小児科・内科

診療日：月曜日から金曜日（祝日はやっていません）

受け付け時間：午後8時から9時30分まで

<休日急患診療（休日の急な病気・けが）>

場所：平日夜間・休日急患診療所 ⇒ TEL 048-774-2661（緑丘2-1-27 東保健センターの3階）

診療科目：内科、小児科、外科

診療日：休みの日（日曜日・祝日・年末年始）にやっています。

受け付け時間：午前9時から11時30分までと午後1時から3時30分まで

<救急車を呼ぶ> ⇒ Tel119 携帯電話からも かけることができます。

119番に 電話したら 次のことを 言って ください。

- ：住所、目印に なるもの (近くの 建物など)
- ：けがをした人や、病気の人の 状態
- ：あなたの名前と 電話番号



●埼玉県救急医療情報センター ⇒ Tel #7119 (または 048-824-4199)

すぐに 診てほしい とき、近くの 診てくれる 病院を 24時間 電話で 教えます。

歯科 « 歯医者」、口腔外科、精神科の 病院を 教えることは できません。

●火災 « 火事 »

<火事を連絡します> ⇒ Tel119 (携帯電話からも かけることができます。)

小さな 火事でも、すぐに 119番に 電話して ください。 “あわてず・ 早く・ 正しく”電話 してください。
落ち着いて 次のことを 言って ください。

- ：火事の 場所、目印 (近くの 建物など)
- ：何が 燃えているか
- ：逃げることが 遅い人や けがをした人 がいるか。



そして、「火事だ!」と 大きい 声で 近くの 人に 言って ください。 近くの 人に 「手伝って ください」と お願い してください。

<住宅用火災警報器を 付ける>



⇒ 消防本部予防課 Tel 048-775-1314

住宅用火災警報器 « 火事を 早く 知らせる 機械 » を 全部の 家につけなくては なりません。

日本は 地震が 多い国です

自分と 家族の 安全が 一番 大切 です。 どこに 逃げるか、 どうやって 連絡するか 家族で 決めて ください。



交通ルールを守って ください

日本では、道の右側を歩きます。自動車・バイク・自転車に乗る人は左側を通ります。信号を守って、道路を渡るときは横断歩道を歩きます。



相談窓口

●ハローコーナー (外国人住民相談窓口)

ハローコーナーで、外国人の生活の相談ができます。申し込みは いりません。

月曜日の相談と 土曜日の相談があります。

ベトナム語は メールで 相談ができます。

<月曜日の相談>

開いている日：第1、2、3、5月曜日 (祝日は 開いていません。)

場所：市役所 第三別館1階

<土曜日の相談>

開いている日：第4土曜日 (市役所が 休みの 土曜日と 祝日は やっていません)

場所：市役所 本庁舎 501会議室



時	午前9時 ~ 12時	こ	スペイン語・英語
かん	午後1時 ~ 4時	と	スペイン語・ポルトガル語・中国語
間		ば	

⇒ Tel 048-775-5111 電話したら「ハローコーナー おねがいします」と 言ってください。

ベトナム語メール相談受付フォーム

<https://www.city.ageo.lg.jp/page/hcnv.html>



市役所に来た人に、次の 12言語は 電話での 通訳サービスがあります。

言語：英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、タガログ語、ネパール語、ヒンディー語、モンゴル語

住所の届 け 出 ⇒ 市民課 Tel 048-782-8790

外国人も 引っ越し などの ときに 届け出を しなくては なりません。観光で 短い 間だけ 日本に いる人は 届け出を しません。


外国籍の 人が 日本に 住んでいる 場合、住所の 届け出 (転入・転出等) が 必要です。この届け出

を すると、^{にほんじん} 日本人と ^{おな} 同じように ^{じゅうみんひょう} 住民票を ^{つく} 作ります。^{じゅうしょ} 住所や ^{ひこ} 引っ越し、^{かぞく} 家族はだれかを ^{きろく} 記録しま
す。^{しんせい} 申請を すると ^{しょうめいしょ} 証明書が ^{つく} 作られます。また、この^{じょうほう} 情報をもとに、いろいろな ^{あげおし} 上尾市の ^{さーびす} サービス
を ^う 受けることが できます。

外国人の引っ越しについての届け出の種類

住所や家族構成(家族の人数や人など)が変わったときは、届け出をしてください。本人か、一緒に住んでいる家族が届け出ることができます。子どもが生まれたときは子どものお父さんかお母さんが届け出ます。

●市役所の市民課で受け付けます(入管法の届け出も一緒にします)

手続きの種類	申請・届出の期間	手続きに必要なもの
<p>日本に来たとき</p> <p>※日本に在る期間が1年より短いときは届出がおりません。</p>	<p>日本に来た日から14日以内</p> <p>※平日だけやっています。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・パスポート ・在留カードか特別永住者証明書(※1) <p>※自分で来てください。</p>
<p>子どもが生まれたとき</p> 	<p>生まれた日から13日以内</p> <p>※休みの日は届出を預かるだけです。平日に手続きをします。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・出生届 ・母子健康手帳 ・国民健康保険証(加入している人だけ) ・パスポート(お父さんのパスポートとお母さんのパスポート) ・在留カードまたは特別永住者証明書(届出をする人のもの)
<p>他の市から上尾に引っ越したとき</p>	<p>引っ越した日から14日以内</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・前住んでいた市が作った転出証明書 ・届出をする人が本人であることを確認できるもの ・在留カードか特別永住者証明書(届出する人みんなのものが必要です) ・通知カードかマイナンバーカード(※1)(※2)
<p>上尾の中で引っ越したとき</p>	<p>引っ越した日から14日以内</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・届出する人が本人であることを確認できるもの ・在留カードか特別永住者証明書(届出する人みんなのものが必要です)

		つうちカードか マイナンバーカード ・通知カードか マイナンバーカード (※1) (※2) (※3)
--	--	--

●市役所の 市民課と、支所と、出張所で 受け付けます

手続きの種類	申請・届出の期間	手続きに必要なもの
上尾から 引っ越すとき (日本国内で 引っ越すとき)	引っ越しする前に 届け出を してください。	・届ける人が 本人で あることを 確認でき るもの
日本国外へ 引っ越すとき ※1年以内に 帰ってくる 場合 は 届出が いりません。	引っ越しする前に 届け出を してください。	・通知カードか マイナンバーカード (届ける 人みんな) ・届ける人が 本人で あることを 確認でき るもの (※3) (※4)
家族関係が 変わったとき	世帯主や 家族関係 (続柄) が 変わった 日から 14日以内 ※戸籍の 届け出を している 場合を 除きます。	・届ける人が 本人で あることを 確認でき るもの ・変わったことが 分かる 書類 (※3)

(※1) 他の方が 住んでいる 家に 引っ越すときは、家族関係を 証明する 書類が 必要となることが
あります。

(※2) 国民年金に 加入している 人は 年金手帳を 持って 来てください。

(※3) 国民健康保険に 加入している 人は 国民健康保険証を 持って 来てください。

(※4) 印鑑登録を している 人は 印鑑登録証を 持って 来てください。

★ 子ども (0歳~14歳) を 育てて いる 人は 子ども支援課へ 来てください。

★ 代理人 «代わりの 人» が 届け出を するときは 委任状 が 必要です。

★ 休みの 日は 届け出できない ものが あります。

国民健康保険 ⇒ 保険年金課 Tel. 048-775-5136 (11番窓口)

国民健康保険は、病気やけがになつたときに、皆さんが払つたお金(保険税)で、病院に行くことができる、助け合いです。

<加入資格 « 保険に入ることができる人 » >

- ①上尾に住居登録 « 住んでいることを市役所に届け出ること » をしている
- ②他の保険に入っていない
- ③日本に3か月以上いる予定であることを証明できると

①～③にぜんぶ当てはまる人は国民健康保険に入ります。国民健康保険に入ると、病院でかかる料金の70%か80%を保険が払います。(年齢で変わります)

保険料は、それぞれの人の前の年の収入で決まります。



国民年金 ⇒ 保険年金課 Tel. 048-775-5137

保険に入っている人が払う保険料と国の負担金で、国が責任をもって運営します。病気やけがになつたとき、年をとって働くことができなくなつたときにみんなで助け合います。生活に不安がないようにするための制度です。

◇ 住居登録をしている人で20歳～59歳の厚生年金に入っていない人は、国民年金に入ります。

◇ 保険料は、あなたの年・性別・収入に関係なくみんな同じです。



税金

●市・県民税 ⇒ 市民税課 Tel.048-775-5131

毎年1月1日に、上尾市に住んでいて、前の年(1月から12月まで)に収入があった人が払います。日本にいる期間が短い人(3か月くらい)は払わなくていいです。

●軽自動車税 ⇒ 市民税課 Tel.048-775-5130

毎年4月1日に原動機付自転車・バイク・軽自動車などを持っている人が払います。

●固定資産税 ⇒ 資産税課 Tel.048-775-5134

毎年1月1日に土地や家などを持っている人が払います。



マイナンバー、マイナンバーカード ⇒ 市民課 Tel. 048-782-8790

住民票がある人がそれぞれ持つ、12けたの番号で、一生使います。税金・保険・年金などの管理に使います。個人番号通知書に付いている個人番号カード交付申請書を使って、マイナンバーカードを申請する

ことが できます。マイナンバーカードは 身分証明書として 使えます。コンビニで 住民票の 写しを 取る ことが できて、便利です。

妊娠・出産・育児・子どもの健康

● 子育て世代包括支援センター（あげお版ネウボラ）

妊娠中の 生活の ことや、赤ちゃんのこと、子育てに ついての 相談を することができます。

東保健センター内 緑丘2-1-27 TEL 048-774-1414

子ども家庭総合支援センター 市役所5階 TEL 048-775-5294

子育て支援センター内 春日2-20-3 TEL048-778-2008



● 母子健康手帳・妊婦健康診査・新生児聴覚検査・産婦健康診査の費用の一部助成（検査のお金が少

し安くなります） ⇒ 健康増進課（東保健センターの 中に あります） TEL 048-774-1414

妊娠したときは、妊娠届出書を 出して 「母子健康手帳（母子手帳）」を もらってください。

外国語の母子手帳も用意してあります。東保健センター、市役所5階の子ども家庭総合支援セン

ターで もらうことが できます。母子手帳を もらうときは 次のものが 必要です。①「マイナンバーカード」か 「マイナンバー通知カード（名前や 住所が 正しい場合）」②在留カードなど 届け出る人が 本人で あることを 確認できるもの。この手帳は、お母さんと 赤ちゃんの 健康について 記録して、ずっと 使うことが できます。上尾市の サービスを 受けるときに 必要です。

母子健康手帳を もらうときに 14回分の 妊婦健康診査（妊婦健診）・新生児聴覚検査（赤ちゃんの 耳の 検査）・産婦健康診査の 助成券（検査の お金が 少し 安くなる 券）が もらえます。



※ 発達支援相談センター ⇒ 吉丁目東22-1 TEL 048-725-3373

- 子どもを 育てることについての 相談や、成長に 心配が ある 赤ちゃんと 小さな 子 どもを みています。乳幼児育児相談は、保健師・保育士に 相談してください。相談したい ときは 電話して 予約して ください。



● 子育て支援センター ⇒ 春日2-20-3 TEL 048-778-2008

上尾西保育所と 同じ 建物にあります。子どもを 育てることについての 相談や 講演会 « かわいい人の 話を 聞くことが できます」、子どもが 遊ぶ場所、他の 親と 話を したり、仲良く なることが できる イベントを しています。他にも 上尾市の 12の 場所に あります。

● 乳幼児「赤ちゃんあかと 小さい子どもちい」の 保健事業・予防接種 ⇒ 健康増進課
 (東保健センターの中にあります) Tel 048-774-1414



<乳幼児の健康診査・相談>

乳幼児健康診査には、4か月の赤ちゃんの健康診査・1歳6か月の赤ちゃんの健康診査・3歳の子どもの健康診査があります。健診の対象の人には健診の場所と時間を書いたはがきを送ります。10か月の赤ちゃんの『にこここ健康相談』では身長、体重を測ります。子育てについての相談、子どもの食べ物と歯について相談することができます。いつあるかは『広報あげお』や『上尾市健康カレンダー』、市ホームページに書いてありますから、見てください。健診を受けるときは母子健康手帳、お知らせのはがき、バスタオルを持って来てください。

<子どもの予防接種「注射」>

いつ、何回注射をするかは、ワクチンによって違います。『予防接種と子どもの健康』、『上尾市健康カレンダー』をよく読んでください。上尾で予防接種をやっている病院か、県内の協力している病院に予約をしてください。

ワクチンの種類： 口たウイルス・ヒブ・B型肝炎・小児用肺炎球菌・BCG・四種混合・二種混合
 麻疹風しん・水痘・日本脳炎・子宮頸がん予防ワクチン (女の子だけ)



持っていく物 母子健康手帳、予防接種予診票

予防接種予診票は、出生届を出したときに「予防接種と子どもの健康」という小さい本と一緒に渡します。持っていない人は市役所本庁舎(1階 市民課・5階 子ども家庭総合支援センター)、支所・出張所、東保健センター、西保健センターでもらってください。

成人保健「大人の健康」・精神保健「心の健康」

● 成人検(健)診・予防接種・保健事業 ⇒ 健康増進課 (西保健センターの中にあります)

Tel 048-774-1411



日にちと場所などは『広報あげお』や、『上尾市健康カレンダー』を見てください。お金がかかる健診があります。年齢などによってお金がかからない健診もあります。

● 予防接種(注射)

⇒ 健康増進課(東保健センターの中にあります) Tel 048-774-1414

福 祉

●児童手当 ⇒ 子ども支援課 Tel. 048-775-5120

上尾市に住民登録をしていて、日本で子どもを育てている人が申請をして手当を受け取ることができます。

●子ども医療 ⇒ 子ども支援課 Tel. 048-775-5120

子どもが病院へいったときの医療費(病気やけがを治すお金)が少し安くなります。登録が必要です。

保 育

●保育所 ⇒ 保育課 Tel. 048-775-5121

上尾市には67の認可保育施設(市立保育所14・私立保育園26、認定こども園5、小規模保育施設21、事業所内保育施設1)があります。仕事や病気で子どもの世話をすることができない保護者の代わりに、子どもの保育をします。保育の時間は、施設によってちがいます。上尾市立の保育所の場合、ふつうは平日は午前7時から夜7時までです(延長保育を含める)。土曜日は午前7時から午後6時までです。



●幼稚園・ ⇒ 保育課 Tel. 048-775-5044

上尾市には21か所の私立幼稚園(幼稚園16、認定こども園5)があります。入園について詳しくは、各幼稚園に聞いてください。

●認可外保育施設 ⇒ 保育課 Tel. 048-775-5044

上尾市には認可外保育施設もあります。利用について詳しくは、保育課に聞いてください。

●学童保育所 ⇒ 青少年課 Tel. 048-776-2488

昼、保護者が仕事などで家にいない小学生は学童保育所で安全に楽しく放課後を過ごすことができます。上尾に40あります。

時間は、月～金曜日は学校が終わってから午後7時まで、土曜日は午前8時から午後7時までです。

春休み、夏休み、冬休みなど、学校が休みの間は午前8時から午後7時までです。(月～土曜日)

学童保育所に入りたい人は、NPO法人あげお学童クラブの会に、電話してください。

NPO法人あげお学童クラブの会 Tel. 048-771-6945

学校 教育

●小学校・中学校に 入りたい 人 ⇒ 教育委員会学務課 Tel. 048-775-9604

外国人として 登録している 子どもが 入学するために、保護者が 届け出を してください。
日本語が わからない 子どもには 日本語を 教えます。



<就学援助制度> ⇒ 教育委員会学務課 Tel. 048-775-9604

経済的な 理由で 学校に 通うことが 難しい 子どもや 親に、子どもの 給食や 学用品 « 勉強の道具»
に かかる お金を 援助 しています。

ご み

●上尾市が 集めるごみ ⇒ 西貝塚環境センター (西貝塚35-1) Tel. 048-781-9141

家庭から 出る ごみは、燃えるごみ (プラスチックを 含む)、燃えないごみ (金属・陶器・充電ができる 小さい
家電)、資源物 (リサイクルが できる もの。ペットボトル・飲み物の 缶・スプレー缶・ガラス・
紙・布) に 分けて 集めています。ごみは、集める 日の 朝8時までに、正しく 分けて、
集積所 «ごみを 出す ところ» に 出して ください。ごみを 集める 日は 地域によっ
て ちがいます。ごみの 分け方や 集める日など、詳しいことは『ごみ収 集カレンダー』を 見てください。



ごみの出し方マニュアル <https://www.city.ageo.lg.jp/page/multilingual.html>



●上尾市ごみ分別アプリ

ごみを 分ける 方法を 簡単に 調べたり、ごみを 集める 日を 知らせたり することができます。
ごみ分別アプリを ぜひ 使って ください。外国語も あります。

ごみ分別アプリ「さんあ〜る®」



●地域リサイクル ⇒ 環境政策課 Tel. 048-775-6925

ごみを リサイクルする ために、自治会や PTAなどが 地域で 活動 しています。詳しいことは 環境政策課
に 聞いて ください。

●小型充電式電池 (小さくて くり返して 使える 電池) は、電器店や ホームセンターなどで 集めて いま
す。小型充電式電池を 取り外すことが 難しい 電化製品は 無理に 取り外すと 火が出る 危険が

あります。取り外さないでそのまま小型家電回収ボックス（小型家電を集める箱）に入れてください。小型家電回収ボックスは上尾市の公共施設にあります。

上尾市役所、支所、出張所、西貝塚環境センターにあります。

小型充電式電池にはニカド電池、ニッケル水素電池、リチウムイオン電池などの種類があります。下に書いてある製品に入っています。

デジタルカメラ・ビデオカメラ・ポータブルDVDプレーヤー・ノートパソコン・携帯電話・携帯ゲーム機・掃除機・電動アシスト自転車・加熱式たばこ・電子たばこ・電動シェーバー・電動歯ブラシ・モバイルバッテリーなど

便利な情報

☞ 上尾市のホームページ 多言語情報

<http://www.city.ageo.lg.jp/page/multilingual.html>



☞ 埼玉県のホームページ 多言語情報

<http://www.pref.saitama.lg.jp/kurashi/gaikokujin/guide/index.html>



☞ 上尾市国際交流協会のホームページ

<http://aga-world.com/top2018.html>



☞ 法務省外国人生活支援ポータルサイト

<https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>



☞ JP-MIRAIポータル

JP-MIRAIポータルは国や会社が協力して作っているサイトです。安心・安全に日本で働いたり暮らしたりするための情報があります。

<https://portal.jp-mirai.org/ja>



日本語教室

● 日本語教室について詳しいことは、上尾市国際交流協会（市役所第三別館）に聞いてください。国際交流協会の事務所は毎週月曜日と木曜日と金曜日の午前10時から午後4時まで開いています。

Tel. 048-780-2468 / Fax. 048-775-0007 / office@aga-world.com

※国際交流協会の事務所が休みの時は市役所4階市民協働推進課へ来てください。

⇒市民協働推進課 Tel.048-775-4597

はらいちこうみんかん
原市公民館 (Tel. 048-721-4948) でも にほんごきょうしつ
日本語教室を やっています。

まいしゅうとようび こごじ りんじ りんじ
毎週土曜日 午後1時30分~3時30分

へいじつ こごぜん じごごじ れんらく
平日 午前9時~午後5時に 連絡して ください。



にほんごきょうしつ
日本語教室



あが かよう すいようきょうしつ
AGA 火曜 / 水曜教室

ほらんていあ による まんつーまんけいしき
(ボランティアによるマンツーマン形式)

かようきょうしつ
火曜教室

とき：毎週火曜日 午前10時から 11時30分まで

ところ：上尾市コミュニティセンター (上尾市柏座4-2-3)

すいようきょうしつ
水曜教室

とき：毎週水曜日 午後7時から 8時30分まで

ところ：上尾公民館 (文化センターの 中です。上尾市二ツ宮750)

あが にほんごきょうしつ さんか ねんかいひ えん はら
AGAの 日本語教室に 参加するには、年会費2,000円を 払って ください。

もう こ じむきょく しやくしよだいさんべっかん かい
申し込み：AGA事務局 (市役所第三別館1階)

げつ もく きんよう じ じ じ
月、木、金曜の 10時から 12時、13時から 16時まで

Tel. 048-780-2468 / Fax 048-775-0007

メール office@aga-world.com

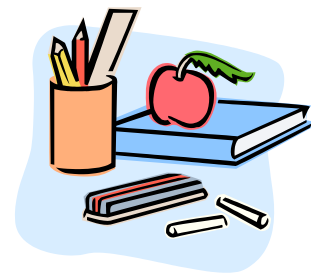
はらいちにほんごきょうしつ ほらんていあ まんつーまんけいしき
原市日本語教室 (ボランティアによるマンツーマン形式)

とき：毎週土曜日 午後1時30分から 3時30分まで

ところ：原市公民館 (上尾市原市3499)

もう こ はらいちこうみんかん
申し込み：原市公民館

Tel. 048-721-4948 / Fax 048-721-4946



とあ
お問い合わせ

しみんきょうどうすいしんか にほんご えいご れんらく
市民協働推進課に 日本語か 英語で 連絡して ください。

Tel. 048-775-4597 / Fax 048-775-0007)

ほか にほんごきょうしつ
他の日本語教室

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakayousei/nihongo.html>





地震のために 準備すること

あなたの家は大丈夫ですか？ しっかり調べておいてください。大きな地震が来たら水道・電気・ガスは使えません。防災グッズを準備してください。また、連絡場所や方法を家族と相談しておくこと安心です。

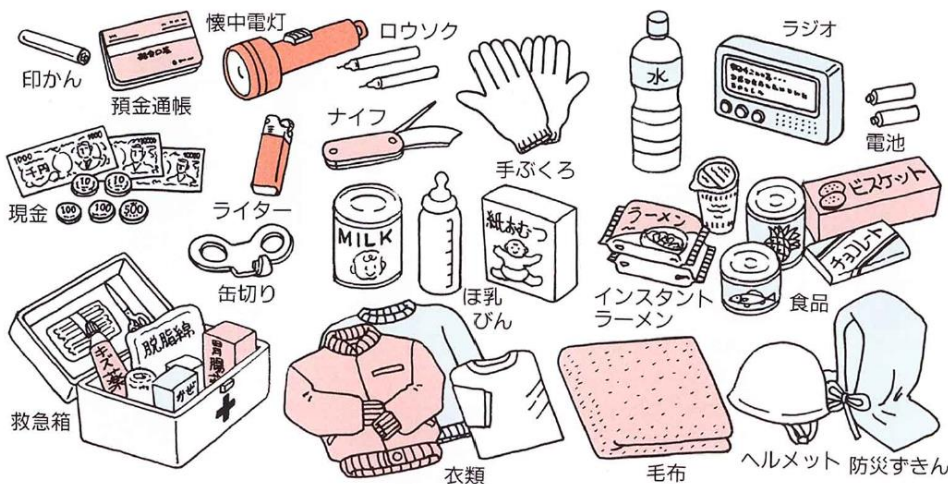


★地震が起きたらこれをしてください。

- ①自分と家族の安全が一番大切です。テーブルなどの下に隠れて、靴を履いてください。
- ②ストーブや台所の火をすぐに消してください。
- ③ドアを開けて逃げる道を作ってください。
- ④火が出たら、早く火を消してください。
- ⑤あわてて外へ出ないでください。安全を確認してください。
- ⑥ブロック塀や柱から離れて通ってください。
- ⑦海では津波(高い波)が来ます。すぐに高いところに逃げてください。がけは、崩れる危険があります。すぐに離れてください。
- ⑧逃げるときは歩いてください。たくさんの荷物を持たないでください。
- ⑨近所の人といっしょにお年寄りや子どもを助けましょう。
- ⑩市役所職員や消防隊員・警察官が言うことを聞いて、落ち着いてください。

★防災グッズ

食べ物(缶詰や乾パンなど)・缶切り・ろうそく・軍手・水・着替え・お金・通帳・パスポート・保険証・はんこ・電池・懐中電灯・マッチ・小型ナイフ・救急セット(薬・バンドエイド・はさみなど)・ラジオ・ティッシュ・ボールペン・ヘルメットや防災ずきん・赤ちゃん用ミルク・おむつ





★緊急のときに役立つ日本語

地震です！ Jishin desu!

火事です！ Kaji desu!

助けて！ Tasukete!

開けて！ Akete!

けがを しました。 Kega wo shimashita.

やけどを しました。 Yakedo wo shimashita.

救急車を 呼んでください。 Kyukyusha wo yonde kudasai.

病院に 連れて 行ってください。 Byoin ni turete itte kudasai.

市役所は どこですか？ Shiyakusho wa doko desuka?

避難所は どこですか？ Hinanjo wa doko desuka?

食料・水は どこで もらえますか？

Shokuryou/mizu wa doko de morae masuka?

ここは どこですか？ Koko wa doko desuka?

ここは 安全・危険ですか？ Koko wa anzen /kiken desuka?

どこへ 行けば いいですか？ Doko e ikebaiidesuka?

行き方を 教えてください。 Ikikata wo oshiete kudasai.

一緒に 行って いいですか？ Isshoni itte ii desuka?

電話 Denwa 電気 Denki

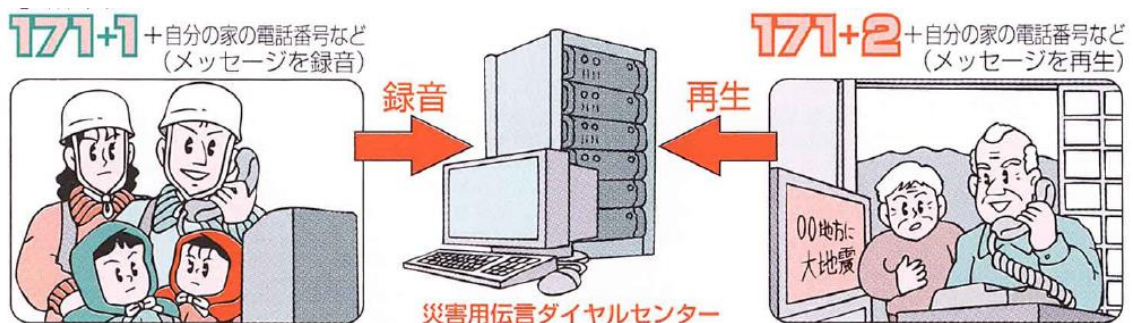
ガス Gasu 水道 Suidou

★地震など 大きな 災害が 起きると、電話が とても 掛かりにくくなります。

NTTの 災害用伝言サービスは 簡単に 録音や 再生が できます。

録音→171+1+電話番号+メッセージ録音

再生→171+2+電話番号+メッセージ再生





★^{あげおし}市内の^{ひなんばしよ}避難場所を^{しょうかい}紹介します。^{かそく}家族で^{かくにん}確認して ください。

<^{ひなんじよ}避難所 (逃げる^にところ)> ^た食べ物^{もの}などが あります。

市内の^しすべての^{しょう}小・^{ちゅう}中・^{こうこう}高校と ^い以下の^{しせつ}施設です。

上尾特別支援学級 ^{あすまち}東 町 3-2009-3 Tel.: 048-774-9331

上尾運動公園 ^{あたご}愛宕 3-28-30 Tel.: 048-771-4245

上尾かしの木特別支援学級 ^{ひらつか}平塚 1281-1 Tel.: 048-776-4601

聖学院大学 ^{とさき}戸崎 1-1 Tel.: 048-781-0031

市民体育館 ^{むこうやま}向山 4-3-10 Tel.: 048-781-8111

<^{こういきひなんばしよ}広域避難場所 (広い^{ひろ}避難所)> ^{おお}大きな ^か火事^しが ^お起きた^{とき}時は、^{あんぜん}安全の ^{ため}ために

^{ひろ}広い ^{ばしよ}場所に ^に逃^かげます。^{かみひらこうえん}上平公園には ^た食べ物^{もの}が ^{じゅんび}準備して あります。

上尾丸山公園・浅間台大公園・鴨川中央公園・平塚公園・上平公園

★^{でんき}電気の^{せつやく}節約の^{しかた}仕方

2011年の^{ねん}地震^{じしん}では ^{はつでんじよ}発電所 (電気を ^{つく}る ^{ところ}) が ^{ひがい}被害^{がい}にあい、

電気が ^{たり}足り^なく ^なって^います。電気を ^{せつやく}節約^{して}ください。

・^{つか}使^わない ^{でんきせいひん}電気製品^の ^{こんせん}コンセント^を ^ぬ抜^いて^ください。

・^{つか}使^わない ^{へや}部屋の ^{でんき}電気を ^け消^して^ください。

・^{れいぞうこ}冷蔵庫^の ^{おんど}温度^を ^{すこ}少し ^{たか}高く ^{しま}し^ましょう。

たくさん^の ^{もの}を ^い入れ^ずぎ^ないで ^くだ^さい。

・^{えあこん}エアコン^の ^{れいぼう}冷房^の ^{おんど}温度^は、^{すこ}少し ^{たか}高く ^{しま}し^ましょう。



★^{くわ}詳しい ^{ひなんばしよ}避難場所^の ^{ちず}地図^{など}は ^{しやくしよ}市役所⁴階^の ^{ききかんりほうさいか}危機管理防災課^に ^あり

ます。^わ分^から^ない^こと^が ^あつ^たら、^き聞^いて ^くだ^さい。

.....
● 「^{はろーこーなー}ハローコーナー」は^{がいこくじんしみん}外国人市民^{のため}の^{そうざんまどぐち}相談窓口^{です}。月曜日と土曜日の^{げつようび}相談^と土曜日^{どようび}の^{そうざん}相談^があります。

● <^{げつようび}月曜日の^{そうざん}相談>

● ^{とき}とき：第1、2、3、5月曜日 (祝日を除く)

● ^{ところ}ところ：上尾市役所第3別館1階

● <^{どようび}土曜日の^{そうざん}相談>

● ^{とき}とき：第4土曜日 (祝日と市役所が休みの日を除く)

● ^{ところ}ところ：上尾市役所 本庁舎501会議室

時間	言葉
午前9時～正午	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

● ^{でんわばんごう}電話番号：048-775-5111 (^{だいひょう}代表) ※^{こうかん}交換に「ハローコーナーお願いします」と言^いってください。

● 「^{はろーこーなーにゅーす}ハローコーナーニュース」は、市内の^いイベント^と生活情報^ををお知らせする^{がいこくじん}外国人^{のため}の^{じょうほうし}情報紙^{です}。

● 上尾市の^{ホームページ}ホームページ^{でも}見^られます^が、^ご希望^{の方}には^{ゆうそう}郵送^{します} (上尾市に^ま住^{んで}いる^{ひと}人^{だけ})

● ^{くわ}詳しくは、^{あげおしやくしよしみんきょうどうすいしんか}上尾市役所市民協働推進課^{まで}

● →^{でんわ}電話：048-775-4597、^ふファックス：048-775-0007 E-mail: s53000@city.ageo.lg.jp

はいましよう!

じちかい ちょうないかい くかい 自治会・町内会・区会

じちかい ちょうないかい くかい
自治会・町内会・区会は、
ちいきで かつどう する 団たいです。 かいでは、
すい ちいきに するために 皆さんが いろいろな かつどう
して います。 ぜひ、自治会・町内会・区会に 入って、
もっと いい ちいきをつくりましよう。



ほうさい 防災



ほうさいくねん
防災訓練を します。 じしん や おおあめ
の ための ために 食べ物などを 準備し
て います。



ほうはん 防犯

ちいきの 安全の ために、 がいどう ち
の 電気)を 管理して います。 ほうはん
パトロールを して います。

ちいき 地域ののお知らせ



かいらんばん
回覧板などで 皆さんの
ちいきの 情報を 教え
ます。

かんきょうび かつどう 環境美化活動

ちいきを そうじ したり、
リサイクル活動を したり
して います。



かいさい イベントの開催

ちいきのひと 仲よく
なる ために 夏祭
りや 運動会 など
イベントを 開きます。



ちいき ささ あ 地域の支え合い



ちいきで しゃかいふくしかつどう
募金活動に 協力しま
す。 子どもや お年寄りを
助ける 活動を します。

主な地域活動の例

【安心安全なまちづくり】

夜犯罪が起きないように街路灯(道の電気)の管理をします。小学生が学校へ行くときや帰るときに防犯パトロールをしています。



【地域の支え合い】

地域での社会福祉活動や募金活動に協力しています。子どもからお年寄りまで地域の人と助け合っています。



【環境美化運動の推進】

地域をきれいにするために地域のそうじやリサイクル活動をしています。



【スポーツレクリエーション活動】

地域の人と仲よくなるために夏祭りや運動会、伝統行事などを開いています。



▼ 連絡先

市民協働推進課 TEL 775-4597 FAX 775-0007
 原市支所 TEL 721-1604 FAX 720-1113
 上平支所 TEL 771-2315 FAX 770-1102
 原市団地自治会 TEL 722-2481 FAX 796-0287
 西上尾第一団地自治会 TEL 726-2067 FAX 726-2067

平方支所 TEL 725-2004 FAX 780-1112
 大石支所 TEL 725-1079 FAX 780-1114
 大谷支所 TEL 781-0121 FAX 780-1113
 尾山台団地自治会 TEL 721-3752 FAX 721-3752
 西上尾第二団地自治会 TEL 726-0131 FAX 726-1404

【地区連絡欄】

みんかんちんたいじゅうたく

1 民間賃貸住宅

民間(会社が管理している)の賃貸住宅(貸し家、アパート)を探すときは、住みたい地域の不動産屋に頼みます。賃貸契約には、特別な手続きが必要です。引っ越した後の生活が問題なくできるように、日本の生活習慣をよく知っておくことが大切です。

(1) 賃貸住宅の概要

家賃と管理費	<p>① 家賃は、毎月先に払います。</p> <p>② 掃除のお金、廊下の電気などみんなで使うものの費用(管理費・共益費)も払います。</p>
部屋の大きさと間取り	<p>① 住宅の広さは、リビングのほか、トイレ、お風呂、台所などを入れた全部の床の面積を「専有30㎡」と書きます。</p> <p>② 部屋の広さは、畳の数で表し、一畳は約1.6㎡です。部屋は、和室、洋室のどちらかで表示します。</p>
設備	<p>① 電気、水道、ガスなどの設備はあります。使いはじめるときに住む人が手続きをします。</p> <p>② 照明器具(電気・明かり)、ガステーブル、家具などはついていません。</p>
交通	<p>普通は、「最寄り駅から0分」と書きます。 (例：上尾駅から徒歩15分)</p>

(2) 賃貸契約をする前に

賃貸契約書で貸し主(家を貸す人)と借り主(家を借りる人)の権利と義務をはっきり決めます。契約書に名前を書いたら、契約書の中に書かれている条件を守らなければなりません。内容をよく読んでわかってから署名する(名前を書く)ことが大切です。契約するときには、在留カード、所得証明書、保証人又は誓約書、印鑑登録証明書などが必要です。

(3) 契約するときに必要なお金

家賃	<p>家賃は次の月の分を前の月に支払います。入居する時は、その月の家賃と次の月の分の2か月分を支払うことになります。銀行振込での支払いが普通です。</p>
敷金	<p>契約するときに借りる人が家賃の担保(保証、deposit)として、家賃の1~3か月分を大家さん(部屋を貸す人)に預けます。これは、借りる人が家から引っ越すときに支払っていない家賃があった時や家の修理のために使います。残ったお金</p>

	が あれば、返して もらえます。
礼金	契約した ときに 大家さんにお礼として 支払うお金です。家賃の 1～2か月分を 払うように 言われる 場合があります。礼金は 返して もらえません。
仲介料	不動産屋に 支払う 手数料です。家賃の 1か月分を 貸す人と 借りる 人で 半分ずつ 払うのが 普通ですが、支払う 各々の 人が 了承すれば、 払う 割合 (%) を 変える ことができます。
契約更新料	賃貸契約の 期間は、通常2年です。契約を 更新 する ときには、 大家さんから 家賃 1か 月分の 更新料を 払うよう 言われる 場合があります。

(4) 注意すること

保証人	入居申し込みの 時に 保証人が 必要になることが 多いです。保証人が いないときは、保証会社を 利用できる 場合があります。不動産屋に 相談してください。
家賃の支払い	契約書で 決められた 日までに、 次の月の 家賃を 支払わなければ なりません。
借主以外の居住	大家さんに 言わないで、家族以外の 人と 住んでは いけません。
転貸（またがし）の 禁止	家の 一部 または 全部を 他の人に 貸しては いけません。
改装や模様替え	改造（ガス・電気工事・備品の取り付けなど）や 部屋の 模様替えを するときは、先に 大家さんに 相談して ください。
契約の解除（やめる）	途中で 契約を 解除したいときは、契約書で 決められた とおりに、 先に 大家さんに 知らせます。大家さんに 知らせないで 引っ越し たり、 直前に 知らせると、敷金を 返して もらえないことが あります。
契約が終わるとき の条件	契約が 終わるときに 敷金を 返して もらえなかったり、 高い 金額の ハウスクリーニング代（部屋の掃除のお金）を 払うように 言われることが あります。解約する ときに 支払う お金を 決めて から 契約してください。
ペット	多くの 大家さんが ペットを 禁止して います。ペットを 飼いたい 場合は、不動産業者に 契約の 前に 確認してください。

みんかんちんたいじゅうたく かん そうだんまどぐち
 <民間賃貸住宅に関するそのほかの相談窓口>

名 前	電話番号	受付時間
(社) 埼玉県宅地建物取引業協会	048-811-1818	月・水・金 10:00~12:00 13:00~15:00
(社) 全日本不動産協会埼玉県本部	048-866-5225	月~金 9:00~12:00 13:00~17:00

こうえいちんたいじゅうたく
 2 公営賃貸住宅

埼玉県は、収入が 少ない人の ために 県営住宅を 貸して います。入居したい
 人が 多いので、入居は 抽選で 決めます。募集は、1月、4月、7月、10月に
 行います。

<県営住宅の入居申込みの条件>

- ・ 住民登録を して、在留資格を 持っていること
- ・ 住宅に 困っていること
- ・ 一緒に 住む 親族 (配偶者 または 親や 子ども) が いること
(単身用住宅を 除く)
- ・ 埼玉県内に 住所又は 働いている 場所があること
- ・ 世帯全員の 収入の 合計が 決まっている 金額より 少ないこと
- ・ 県民税・市民税を 全部 払っていること
- ・ 公共賃貸住宅 (地方公共団体、独立行政法人都市再生機構又は地方住宅供給公社が
整備する 賃貸住宅) の家賃 または 損害賠償金の 滞納がないこと
- ・ 入居申込者 又は 一緒に 住む 親族が 暴力団員でないこと

詳しいことは、埼玉県住宅供給公社 (電話048-829-2875) に お問い合わせください。

<県営住宅については、こちらでも相談を受け付けています>

名 前	電話番号	受付時間
埼玉県住宅供給公社住まい相談プラザ (JR大宮駅構内)	048-658-3017	ねんまつねんし のぞくまいにち 年未年始を除く毎日 10:00~19:00