



千葉市生活情報報

千葉市生活情報誌

千葉市 ちば

2021年8月号
中文版
第183号

発行：(公財)千葉市国際交流協会(千葉市国際交流協会) 編集：THANKS
〒260-0026 千葉市中央区千葉港 2-1 千葉中央コミュニティセンター2階
TEL：043-245-5750 FAX：043-245-5751
网页：<https://www.ccia-chiba.or.jp/>
脸书：<https://www.facebook.com/ccia1994>

本信息报可以通过扫描右边的
二维码下载



在千葉国際交流協会学习日语吧！
详情请扫描右边的二维码



ちばし 千葉市からのお知らせ 来自千葉的通知

とうきょう 東京2020パラリンピック開幕！ かいまく

东京2020残疾人奥运会拉开帷幕！

8月24日(周二)~9月5日(周日)
举行残疾人奥运会。

在幕张 Messe 将展开包括盲人门球、
坐式排球、跆拳道、轮椅击剑等 22
项比赛的热战。千葉市的有关选手也
将参加比赛，请大家声援！

咨询：奥林匹克运动会、
残疾人奥运会振兴课
☎043-245-5739



ただ 正しく知ろう！ しんがた 新型コロナワクチン せつしゆ 接种

正确认识！ 新冠疫苗的接种

★接种新冠疫苗后也要做好防止感染措施

新冠疫苗具有防止病毒感染
的效果。

接种后即使感染，多数患者
也不易重病化、并且接种后
不易扩散感染。

但是接种后也不能保证绝对
不感染。

请大家继续做好勤洗手、戴
口罩等基本的防止感染对策。



★请关注政府机关发布的官方信息

千葉市和日本厚生劳动省等机构会经常发布有关
新冠疫苗的最新信息。

其他媒体(电视、收音机等)也有关于接种的各种信
息。

但是 SNS 上有一些没有科学根据的信息，
请多加注意。

关于疫苗的详情请搜索

こうろうしやう 厚労省 コロナ ワクチン

★关于新冠疫苗接种后的副反应

新冠疫苗的副反应有以下几种症状

- ①接种部位红肿、疼痛
- ②身体乏力
- ③头疼
- ④发烧

接种后2天左右、这些症状几乎都会好转。

除此之外、在数十万人当中有一人的比例，会发生
过敏性休克的强烈副反应。

接种后30分钟之内、会出现荨麻疹、恶心、呼吸
困难等症状。

为此、特别是对药物或食物有过敏反应的人，接种
后、请休息30分钟之后再回家。

如有不安之处、请向以下咨询窗口咨询。

咨询窗口：

- ①关于接种后的副反应、医学方面等
请咨询县新冠疫苗副反应等专门咨询窗口

☎03-6412-9326 每日24小时

※周六、周日、节假日也受理咨询

②关于接种的通知、疫苗的信息等
请咨询厚生劳动省新冠疫苗接种专线
☎0120-761-770

每日 9:00~21:00

※周六、周日、节假日也受理咨询

★关于重新开始受理新冠疫苗接种预约的通知

一时中断的疫苗接种预约又重新开始受理了。
关于预约方法，个别接种和团体接种有所不同。

详情请向千叶市新冠疫苗接种专线咨询

或者搜索 千葉県 コロナワクチン

咨询：千叶市新冠疫苗接种专线

☎0120-57-8970

每日 8:30~18:00

※周六、周日、节假日也受理咨询

交通事故から身を守るために

预防交通事故 做好自我保护

暑假期间交通量将会增加。

为防止交通事故的发生，请遵守以下交通规则。

★驾驶车辆时

- ①遵守互相礼让、保持适当距离的交通规则
- ②接近人行横道时确认左右安全
- ③确认是否有人要过马路
- ④驾驶车辆时请勿使用手机
- ⑤严禁酒后驾驶

★骑自行车时

- ①自行车也是车辆之一
- ②在规定的道路上行驶
- ②无论成人还是儿童，请佩戴安全帽
- ③加入自行车保险

★步行时

- ①步行时请勿使用手机
- ②遵守交通信号
- ③过马路时确认左右安全
- ④不要突然横穿或斜穿马路
- ⑤夜间穿颜色明亮、容易辨别的衣服

咨询：地域安全课 ☎043-245-5148



子ども医療費助成受給券の更新

儿童医疗费助成受给券的更新

现在持有的儿童医疗费助成受给券可以使用至 7 月 31 日(周六)。8 月 1 日(周日)之后开始使用的受给券已寄出。

如果尚未收到，请联系所在区的「保健福祉中心 儿童与家庭课」

咨询：各区保健福祉中心 儿童与家庭课

中央：☎043-221-2149 花见川：☎043-275-6421

稻毛：☎043-284-6137 若叶：☎043-233-8150

绿：☎043-292-8137 美滨：☎043-270-3150

現況届は 8月31日(火)までに 出して ください
児童扶養手当

现状申报书的提交截止至 8 月 31 日(周二)

儿童抚养补贴

正在领取儿童抚养补贴的人，以及因所得限制等原因无法领取补贴的人，请在 8 月 31 日(周二)之前将现状申报书提交到所住区的保健福祉中心儿童与家庭课。也可以邮寄。

未提交者，11 月份以后将无法领取补贴。

初次申请补贴的人，请确认以下事项，到所住区的保健福祉中心儿童与家庭课办理申请手续。

★领取对象

抚养 18 岁以下儿童(18 岁后的最初 3 月 31 日为止)，或者 19 岁以下患有特定残疾儿童的下列人员

- ①孩子的父亲或者母亲
- ②代替父母抚养孩子的人

★领取条件

符合下列其中一项条件的儿童

- ①父母离异
- ②父母有一方去世
- ③母亲未婚等

★所得限制

2020 年的收入低于所得限制金额时可以领取补贴。(补贴金额根据收入而有所不同)。

详情请咨询。

咨询：各区保健福祉中心 儿童与家庭课

中央：☎043-221-2149 花见川：☎043-275-6421

稻毛：☎043-284-6137 若叶：☎043-233-8150

绿：☎043-292-8137 美滨：☎043-270-3150

更新手続きは 8月31日(火)までに!

ひとり親家庭の医療費助成

更新手续截止至 8月31日(周二)!

单亲家庭的医疗费补助

对单亲家庭(母子、父子家庭)等实行医疗费补助。

7月下旬给正在领取医疗费补助的家庭寄出了“更新申请书”。请在8月31日(周二)之前提交申请书和必要资料。

未提交者 11月以后将无法领取补助金。

初次申请补助的人,请到所住区的“保健福祉中心儿童与家庭课”办理申请手续。详情请咨询。

咨询/申请: 各区保健福祉中心儿童与家庭课

中央 ☎043-221-2149 花见川 ☎043-275-6421

稻毛 ☎043-284-6137 若叶 ☎043-233-8150

绿 ☎043-292-8137 美滨 ☎043-270-3150

児童虐待を防ごう!

防止虐待儿童!

管教孩子时,对孩子打、骂都属于虐待行为。为了保护儿童,应该注意和提醒周围人的行为。怀疑有虐待倾向时请与儿童咨询所联系,有关咨询内容与联系人都会保守秘密。

咨询: 儿童咨询所(児童相談所) ☎043-277-8880

也可从 [千葉市 児童虐待](#) 网站联系。

行って みましよう

去看看吧!

新型コロナウイルスの影響で 催し

(イベント)が 変更・中止・延期になる場合があります

由于新冠病毒的影响,原定活动可能会变更、取消或延期。

身体不适时,请不要参加活动。

关于最新信息,请搜索 [千葉市 新型コロナ イベント](#)

特別な体験を! 千葉市内のイベント

特别体验! 千葉市内的活动

介绍几个千葉市内、平时体验不到的活动。

★STARLIGHT CAMPZ

在灯光照明的动物园和昭和的森林公园露营或观赏

电影等娱乐活动。昭和的森林公园可以观赏音乐花火。

①会场: 昭和的森林

时间:

8月21日(周六)10:00~22日(周日)15:00

9月11日(周六)10:00~12日(周日)15:00

②会场: 动物园

时间:

8月28日(周六)16:30~29日(周日)9:30

详情请搜索 [STARLIGHT CAMPZ](#) 或咨询

咨询: STARLIGHT CAMPZ 实行委员会

☎090-3247-8849

★24小时都可在公园度过愉快时光!

in MAKUHARI BAY-PARK

在街心宽阔的公园里举办旧货市场、防灾运动会、灯饰、夜晚的咖啡、露营等活动,不分白天夜晚均可度过愉快的时光。

时间:

11月6日(周六)11:00~

7日(周日)16:00

会场: 若叶3丁目公园

详情请搜索 [B-P am](#) 咨询

咨询: MAKUHARI BAY-PARK

Area Management

幕张海湾公园地区管理处

☎043-273-4815



はじめての日本語クラス

初级日语班

时间: 8月26日(周四)~9月16日

(周四)10:00~12:00。

共7次。

地点: 千叶市国际交流广场

(中央区千葉港2-1)

内容: 学习平假名、片假名、发音、打招呼 and 数字等简单生活会话。

对象: 初学日语的人

定员: 先报名10人

费用: 2,000日元

报名、咨询: 千叶市国际交流协会

☎043-245-5750

E-MAIL nihongo@ccia-chiba.or.jp



健康・相談

健康・咨询

8月は食中毒予防強調月間 食中毒に注意しましょう

8月为预防食物中毒强调月

预防食物中毒！

夏季高温，细菌、病毒等活跃，易发生食物中毒。
请注意以下事项。

★避免细菌、病毒接触食物

- ①通过手、菜刀、菜板等会使食物沾染上细菌。烹调之前注意清洗。
- ②生吃用的肉、鱼和蔬菜等要与做熟的菜分别盛放。
- ③鱼、贝类烹饪之前，要清洗干净。

★防止细菌繁殖

- ①食物即使放在冰箱里也不要大意，尽早食用。
- ②放入冷冻室、冷藏室保存时，遵守正确的“保存方法”。

★消灭细菌、病毒

- ①通过高温烤煮等方法进行灭菌。
食用前要充分加热。
- ②不可生吃的食品中的寄生虫等会造成食物中毒，因此请充分烤煮后再食用。
- ③肉类和牡蛎等尽量不要生吃。

咨询：食品安全课 ☎043-238-9935

女性のための健康相談

为女性举办的健康咨询

妊娠、生产以及从青春期末至更年期等各种有关女性健康的问题均可向助产师咨询。

对象：关于女性健康感到不安的人。

时间、地点：

- ①8月24日(周二) 13:30~15:30
若叶区 若叶保健福祉中心
☎043-233-8714
- ②8月26日(周四) 10:00~12:00
中央区 中央保健福祉中心
☎043-221-2582
- ③8月27日(周五) 10:00~12:00
稻毛区 稻毛保健福祉中心
☎043-284-6494

报名方法：请向各区健康福祉中心电话报名。

定员：各区先报名2人

咨询：健康支援课 ☎043-238-9925

外国人のための労働相談・法律相談

面向外国人的劳务咨询、法律咨询

①由社会保险劳务士解答劳务咨询问题

9月9日(周四) 13:00~16:00

②由律师解答法律咨询问题

9月27日(周一) 17:00~20:00

地点：千叶市国际交流广场

(中央区千叶港2-1)

定员：先报名4人

(①和②各4人)

咨询免费。

需要翻译者，请报名时一并申请。

报名/咨询：千叶市国际交流协会 ☎043-245-5750

(中央区千叶港2-1)



【編集後記】【编后记】

THANKS のHマン

「翔平 TIME 中激动人心的二刀流！」

(※二刀流指棒球比赛中投球和击球兼而能之的选手)

在新冠病毒大流行的灾难中，感到沉重的信息居多，要说令人兴奋的消息那无疑是活跃在 MLB 大联赛中的大谷翔平选手了。无论投球还是击球都大显身手。托大谷选手的福，一大早就看到“大谷选手又打了本垒打！”的新闻，这一天都会感到心情舒畅。

本来首发投手应该在投球后四天之内不上场，进行按摩、休息、轻度投球练习等调整，为下次上场做准备。但大谷选手却从第二天起就被指定为击球手连续上场。不但打出了很多本垒打，并且时而安全短打、时而盗垒，一个人扮演着各种角色，真可谓三头六臂、身手不凡呀！全日本，不！仿佛全美国、全世界都被翔平 TIME 的魅力降伏了！

期待大谷选手在整个赛季中都不要受伤，一直活跃下去。目标当然是最优秀选手！

