



千葉市生活情報

千葉市生活情報誌

千葉市・ちば

2014年1月号

中文版

発行：(公財)千葉市国際交流協会(千葉市国際交流協会)

〒260-0013 千葉市中央区中央 2-5-1 千葉中央ツビル 2号館 8階

TEL: 043-202-3000 FAX: 043-202-3111

URL: <http://www.ccia-chiba.or.jp/>

中国語サービス時間：周一至周五 15:00~19:30

この情報誌は、下記のアドレスよりダウンロードすることができます。

本情報誌可以在下列网页下载

<http://www.ccia-chiba.or.jp/005003jyoho/index02.html>

除本信息报之外，在千葉市国际交流协会网页的博客上也有刊登各种信息。

記事网址：<http://cciachiba.blog21.fc2.com/>

如果您需要咨询市政府或区政府，请拨打市政热线：043-245-4894（时间 平日 8:30~21:00，周六、日和节假日 8:30~17:00）传真：043-248-4894

ちばし 千葉市からのお知らせ

来自千葉市的信息

ねん ちばし きょうじ
2014年 千葉市の行事

2014年 千葉市的活动

千葉市在新的一年里也将举办各种有趣的活动。1月至12月的主要活动介绍如下，请踊跃参加。

1月

★13日(节日)：成人(20岁)庆祝会(成人式)

★19日(周日)：产经体育千葉海滨马拉松赛

2月

★9日(周日)：千葉国际越野赛

★9日(周日)：2014年千葉市国际交流节



3月

★月上旬~中旬：JEF千葉J2リーグ
福田电子比赛场 开幕赛

★下旬~4月上旬：千葉城 樱花节

4月

1日(周二)：千葉乐天专业棒球联赛(Lotte Pacific League) QVCマリンフィールド
开幕赛

★下旬~5月上旬：三阳美术馆 春季展览会

5月

★25日(周日)：无垃圾清洁日

★下旬：健康咀嚼2014

6月

★中旬~下旬：三阳美术馆 薰衣草展览会

★中旬~7月中旬：

市花「大贺荷花」盛开

7月

★中旬~8月31日(周日)：

・稻毛海滨公园游泳池开放

・稻毛滨海水浴场开放

8月

★17日(周日)：千葉祖孙三代夏收节

★月上旬：千葉市民烟火大会
(幕张海滨烟火节)

9月

★20日(周六)：青少年节

★8月下旬~9月上旬：
九都县市联合防灾训练(防灾周)



10月

★18日(周六): 市民节

★中旬: 千叶单轨电车节 2014

11月

★8日(周六)、9日(周日): 千叶大象节 2014

★24日(休日): 2014 国际千叶长跑接力赛

12月

★11月中旬~12月下旬: 千叶港塔圣诞节灯饰

★上旬~明年1月中旬: 千叶都心灯饰

问询: 市役所电话服务中心 ☎245-4894

はじめよう 健康づくり 请开始强身健体吧

健康可以给我们带来
生气勃勃的每一天和
身心充实的生活。

请利用本市的跑步、散步
跑道以及各种健康、体育
教室等, 向「强身健体」
挑战吧!

首先请感受运动的乐趣,

不要勉强, 从养成良好的运动习惯开始。

本市新修建的跑道是「幕张稻毛海滨跑道」。全长达
13公里。

沐浴着舒适的海风, 偶尔能瞭望到已成为世界遗产的
富士山, 请尽情享受海滨的景色吧。

此外, 有关这方面的信息在各保健福祉中心的健康课
及千叶市的网页上也可以查找。请有效利用。

千叶市网页: <http://www.city.chiba.jp/>



海外へ旅行するときは 感染症に 気をつけてください

到海外旅行时请注意传染病

为了避免感染脊髓灰质炎、
霍乱、痢疾、伤寒、疟疾、
狂犬病等传染病, 预定去
海外旅行的人, 请注意
下列事项。

特别是去非洲地区的人,
旅行前, 请咨询检疫所。

<旅行前>

★请浏览检疫所的网页等, 确认所去国家(地区)的
传染病信息。

★请尽早咨询有关传染病的预防接种。



<旅行中>

★请勿饮用生水、加冰块的饮料和食用生食品等。

★如果发生腹泻、发烧和发疹等症状时, 请迅速去
当地的医院接受诊察。

★请勿触摸动物(特别是鸡、鸭、狗等)

★请注意免遭虫咬。

<回国时>

★如果出现腹泻、发烧等症状时, 请务必咨询检疫
所。

<回国后>

★如果出现腹泻、发烧等症状时, 请立刻去医院接
受医生的诊察并告知您的旅行地区。

问询: 市保健所感染症对策课 ☎238-9974

国民健康保険からの お知らせ 来自国民健康保险的通知

请协助利用非专利药(指专利权过期后, 用完全相同的
成份、性能制作的医药品)。

换用这种非专利药, 既可以减轻在医院看病的药费,
又可以免增国民保险的负担额。请一定协助。希望用
非专利药时, 请与医生或药剂师商量。

国民健康保险的缴纳请利用帐户转帐(口座振替)!

问询: 各区役所保险年金课

中央区: ☎221-2131 稻毛区: ☎284-6119

花见川区: ☎275-6255 绿区: ☎292-8119

若叶区: ☎233-8131 美滨区: ☎270-3131

子育てママの おしゃべりタイム 育儿妈妈的聊天时间

各场时间均为10:00~12:00。

育儿中的妈妈和孕妇聚集在一起就育儿问题交换意见。
可以带着孩子一起参加, 时间内出入自由。无需报名,
请当天直接到会场。

★中央区: 新宿公民馆 1/20(周一)

宫崎公民馆 1/27(周一)

问询: 松之丘公民馆 ☎261-5990

★花见川区: 幕张公民馆 1/23(周四)

问询: 幕张公民馆 ☎273-7522

★稻毛区: 小中台公民馆 1/20(周一)

问询: 小中台公民馆 ☎251-6616

★若叶区: 樱木公民馆 1/16(周四)

みつわ台公民馆 1/23(周四)

问询: 千城台公民馆 ☎237-1400

★绿区: 誉田公民馆 1/20(周一)

问询: 誉田公民馆 ☎291-1512

★美浜区：高浜公民館 1/17(周五)
问询：稻浜公民館 ☎247-8555

行ってみましょう！

去看一看吧！

生涯学習センター映画上映会

生涯学习中心电影上映会

10:00和14:00 各上映两场,30分钟前开始入场。

①亲子动漫上映会「姆明谷的彗星来袭(ムーミン谷の彗星)」

1月11日(周六)

定员：先到者

各场80人

②周四经典电影馆

「冬天的狮子

(冬のライオン)」

1月16日(周四)

定员：先到者各场250人

③周一古典名作上映会「初恋(初恋)」

1月20日(周一)

定员：先到者各场250人

问询：生涯学习中心(中央区弁天3)

☎207-5820

バレンタインのお菓子づくり
情人节的点心制作

2月8日(周六) 13:30~16:30

地点：南部青少年中心

(中央区白旗1)

对象：小学生~中学生

(2年级以下的小学生，

请家长一起来场)

定员：先到者24人

费用：700日元

报名、问询：请直接到场或打电话到南部青少年中心

☎264-8995 (周一、节日休息)

いきいきプラザ・センターの催し

健身广场・中心的活动

★苏我健身中心(中央区今井1)

中心节 1月25日(周六)、26日(周日)

10:00~15:00。举办模拟店、讲座的展示和发表等。请直接到会场。

问询：苏我健身中心 ☎264-6966

★花见川健身中心(花見川区花見川)

中心节

1月18日(周六)、19日(周日) 9:30~15:00

举办展示、发表、演艺会等。

请直接到会场。

问询：花见川健身中心 ☎286-8030

保健・相談

保健、咨询

女性のための健康相談

面向女性的健康咨询

由女性医师(妇人科)应对因女性荷尔蒙所引起的身心失调、不安等女性的当面咨询。需要预约。

时间：1月22日(周三) 13:15~15:20

会场：市保健所(美浜区幸町1)

*同时开设保健士的电话咨询。详情，请问询。

报名、咨询、问询：健康支援课 ☎238-1220

不妊専門相談

不孕专门咨询

1月22日(周三) 14:45~17:00

由医师、助产师应对因患有不孕症(如反复流产等造成的不孕)而烦恼的夫妇的个别咨询。

对象：不孕及不育症

(即使怀孕也会反复

流产、不能生下宝宝的症状)

地点：市保健所

(美浜区幸町1)

定员：夫妇3组(需要预约)

报名、问询：健康支援课 ☎238-9925

1月6日(周一)开始预约。

特設法律相談

特设法律咨询

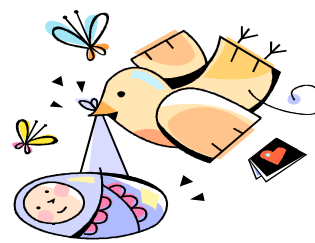
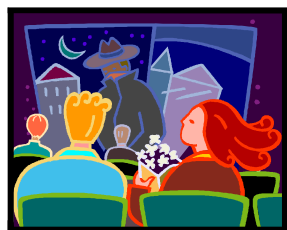
1月25日(周六) 13:00~16:00

由律师应对咨询。已在裁判所诉讼和调停中的案件不予受理。

定员：先到者16人(1人20分钟左右)，需要预约。

预约：截止于1月16日(周四)17:00，

可以打电话预约。(电话咨询不可)



地点：中央社区中心 2 楼
 报名、问询：广听课 ☎245-5609

たじゅうさいむしや とくべつそうだん
多重債務者 特別相談
多重債務者特別咨询

由律师应对因多处借款陷入困境的人的咨询。

需要预约，请债务者本人直接
 来场。不受理电话咨询。

时间：1 月 23 日(周四) 13:00~16:00

地点：消费生活中心(中央区弁天1)

定员：各 6 组 (1 组 30 分钟左右)

报名、问询：消费生活中心 ☎207-3000

しゃかいほけんろうむし そうだん
社会保険労務士 相談
社会保険労務士咨询



举办有关劳务、社会保険、年金(养老金)等咨询。请当
 天直接到会场。也可以打电话咨询。

时间：1 月 20 日(周一)、2 月 3 日(周一)
 10:00~16:00

地点：县森林会馆 304 号室(中央区長洲1)。

电话咨询专线：☎224-9027

问询：广听课 ☎245-5609

がいこくじん むりょうほうりつそうだん
外国人のための 無料法律相談
面向外国人的免费法律咨询

1 月 20 日(周一) 13:00~16:00

在千叶市国际交流广场会议室

(中央区中央2)进行。

定员：先到者 4 人

需要预约。

需要翻译的人请事先商定。

报名、问询：千叶市国际交流协会 ☎202-3000



よる あいだ やす ひ びょうき こま とぎ
夜の間に 休みの日に 病気で 困った時
在夜间和假日因生病而陷入困境时

在夜间和假日生病时等也可以看病。生病或受伤的早期治疗非常重要。

夜间	节假日(周日、节日、年末年始)
千叶市夜间急诊(夜急诊) 地 址：美滨区磯辺 3-31-1 ☎279-3131 诊疗科目：仅限内科、小儿科 诊疗时间：周一~周五 19:00~次晨 6:00 周六、周日、节日、年末年始 18:00~次晨 6:00	节假日救急诊疗所(综合保健医疗中心内) ☎244-5353 (休息日的 8:00~16:15) 地 址：美滨区幸町 1-3-9 诊疗科目：内科、小儿科、外科、整形外科、 耳鼻咽喉科、眼科、齿科 诊疗时间：9:00~17:00 挂号时间：8:30~11:30 13:00~16:30
因受伤或手术等需要急救时 ☎244-8080 (向导时间 8:00~次晨 6:00) 诊疗科目：外科、整形外科 诊疗时间：18:00~次晨 6:00	妇产科的值班医生 ☎244-0202 (休息日的 8:00~17:00) 诊疗时间：9:00~17:00
夜间开诊医疗机关指南 ☎246-9797 向导时间：17:30~19:30 向导日期：周一~周六(节日及年末年始休息)	
去医院时需要携带的证件等 ①健康保険証(如持有各种「受給者証」也请一起带上) ②现金(诊疗费) ③药(服用的人请带上) ④药品手册(持有的人请务必带上)	
医院等的指南 网页 http://www.city.chiba.jp/doctor/top.html	