



千葉市生活情報

千葉市生活情報誌

千葉市・ちば

2017年9月号
中文版
第136号

发行：(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 千葉中央ツインビル 2号館 8階

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

网页: <http://www.ccia-chiba.or.jp/> 脸书: <http://www.facebook.com/ccia1994>

中国语服务时间: 周一、周三、周四 9:00~19:30

周二 9:00~15:30 周五 14:00~19:30

この情報誌は 下の URL または 右の QR コードより
ダウンロードすることができます。

本情報誌可以通过下列网页或右边的 QR 码下载

<http://www.ccia-chiba.or.jp/index.php/forforeign/residentialnewsletter.html/>



千葉市からのお知らせ

来自千葉市的告知

みんなで災害に 備えよう

请大家做好防灾准备

地震以及大雨等自然灾害随时都有可能发生。

为了减轻灾害带来的损失，事先做好预防准备是非常重要的。

減災のために 私たちができること

为了减轻受灾损失，我们大家可以做到的事情

★循环补充储备品！

循环补充是指多买些能够长期保存的食品等，先从保存期较短的食品开始使用，再把用掉的部分补充买齐。这种循环补充的储备方法既不浪费又可以预防万一。



饮料和食品，至少需要 3 天的用量；如条件允许的话，请最好准备一周的用量。

★把家具等固定好以防倒塌和掉落。

- ①用金属器具将家具固定，以防倒落。
- ②考虑好家具倒落时的方向和位置，妥善安置。
(卧室和孩子的房间里尽量不摆放家具)
- ③为了防止餐具厨和窗玻璃的破碎和飞散，可以贴上一层塑料薄膜。

问询：防灾对策课 ☎245-5113

災害時に 慌てないために

为了在灾害发生时不惊慌

★灾害发生时不要慌忙移动

灾害发生时，可能会造成电车停运、有家难回以及失去联系等异常状况。

- ①确保自身的安全、确认家人的平安。
- ②查询交通信息等。

★平时留意可以步行安全回家的路线

①平时确认好可以步行回家的路线和灾害时归宅支援站的位置等。

在贴有右侧标签的 24 小时便利店和加油站，可以使用卫生间，并可提供饮用水和相关信息等。

②随身携带收音机和地图。

③在职场等处适量存放饮用水、食物以及行走方便的鞋子等。1

★灾害用留言电话

可以利用灾害用留言电话，来通知和确认安全，也可以利用网上留言的方法。

问询：危机管理课 ☎245-5151



9月10日(日)~16日(土)は自殺予防週間

気づいてください！ 体と心の限界サイン

9月10日(周日)~16日(周六)为自杀预防周

请注意！身体和心灵的极限信号

2016年全国约有 21,000 人、千葉市内有 133 人

因自杀而丧失了宝贵的生命。自杀现象已经成为一个严重的社会问题。

有关专家认为，很多当事人是因各种烦恼而导致心灵变得极为脆弱，最终被迫走上绝路的。

为了防止此类自杀事件的继续发生，当您发现周围处于忧虑的人有些异常时，去关照一声是非常重要的。

有各种烦恼的人以及发现他们有些异常的人，请务必咨询下列单位。

★有关心理健康的烦恼

①千叶市心灵的电话 ☎204-1583

(平日 10:00~12:00
13:00~17:00)

②千叶生命的电话

☎227-3900
(24 小时 365 日)

③心灵和生命的相谈室

(当面咨询) ☎216-3618

时间：每周一、周五 18:00~21:00

(9月12日(周二)~14日(周四)为临时开设)

地点：中央区新町18-12 第8东大楼501号室
需要预约。



★有关身体健康方面的烦恼

各区保健福祉中心健康课

中央☎221-2582 花见川☎275-6296

稻毛☎284-6494 若叶 ☎233-8714

绿 ☎292-2630 美浜 ☎270-2221

★有关工作方面的烦恼

劳动相谈室 ☎300-8282

(平日 9:00~16:00)

周六、周日 9:00~15:00)

★有关借款方面的烦恼

消费生活中心 ☎207-3000

(平日、周六 9:00~16:30)

★有关经营、事业资金方面的烦恼

市产业振兴财团 ☎201-9505

(平日 9:00~17:00)

★有关学校生活方面的烦恼

①教育相谈电话 24

☎0120-101-830

(24 小时 365 日)

②教育中心 ☎255-3702

(平日 9:00~17:00)



可通过电脑或智能手机在市政网页「心灵的体温计」上进行简单的心理健康测试。请点击 [千葉県 こころの](#)

[体温計](#) 浏览。

问询：地域福祉课 ☎245-5218

けんすいどうきょく すいどうりょうきん げすいどうしやうりょう
県水道局の水道料金と下水道使用料

县水道局的水费和下水道使用费

明年1月开始，水费和下水道费的支付将合二为一，作为上下水道费统一征收。帐户转帐(口座振替)和支付期限也随之变为检针日次月的16日。详情，请问询。

问询：下水道营业课 ☎245-5410

行って みましよう

去看一看吧

じゅこうしゃぼしゅう りょく
受講者募集 パパ力UP! パパスクール

募集受講者 提高爸爸力! 爸爸学校

举办有关育儿方面的讲演和男保育士的育儿游戏方法讲座等。

时间：9/17(周日)、10/15(周日)、11/19(周日)、
12/17(周日)，共4次 10:00~12:00。

地点：中央社区中心

对象：学龄前儿童的父亲

定员：报名者前20人

报名、问询：邮件、电话、传真均可

幼保支援课 ☎245-5105

FAX 245-5629

邮箱 Shien.CFC@city.chiba.lg.jp

プレパパママ講座

准爸爸妈妈讲座

时间：10月1日、11月12日、12月3日的
各周日 9:30~12:00

地点：中央社区中心

对象：即将成为父母的夫妇等

定员：各取前18组(需要事先电话报名)

问询、报名：幼保支援课 ☎245-5105

まくはり きょうしつ
幕張ウォーキング教室

幕张步行教室

时间：9月30日(周六)、

10月21日(周六)

集合：9:00~9:30

JR 海浜幕张站南口

解散：13:00 左右

幕张海滨公园

(美浜区ひび野2)

定员：当日先到者50人

费用：300 日元



雨天中止。

请携带饮料、坐垫及笔记用具。

问询：县步行协会 ☎255-0141

9/17(日)開催 動物愛護フェスティバル2017 in ちば

いのち・ふれあい・ささえあい
～共に生きる命の輪～

9/17(周日)举办

动物爱护节 2017 in 千叶

相互生存、相互接触、相互帮助

～共同生存的生命之环～

9月20日(周三)～26日(周二)为“动物爱护周”。
为了爱护动物，加深对有关正确饲养方法的关心和理解，特此举办“动物爱护节 2017in 千叶”。

节日期间举办各种与动物有关的活动，欢迎前来参加。

时间：9月17日(周日) 12:00～16:00

会场：千叶港塔、千叶港公园
(中央区中央港1)

内容：爱犬障碍赛跑体验会

兽医体验会

宠物的健康以及饲养方法咨询等

问询：动物爱护节 2017 in 千叶

活动事務局 ☎241-3001

公民館の講座

公民馆的讲座

★亲子教室“幼儿期的重要玩具和游戏”

时间：9/28(周四)、10/5(周四)、10/19(周四)
10:00～12:00

对象：2、3岁幼儿及其家长

定员：报名者前15组

地点、报名：中央区新宿公民馆(新宿2-16-14)
☎243-4343 请直接到场或电话报名

★亲子婴儿按摩教室

时间：10/13(周五) 10:00～12:00

对象：3个月～1岁的幼儿及家长

定员：报名者前10组

地点、报名：花见川区

さつき之丘公民馆
(さつきが丘1-32-4)

☎250-7967

请直接到场或电话报名

★2、3岁幼儿的健康育儿「体操、书、健康指导」



时间：9/26(周二)、10/3(周二)・10/10(周二)
10:00～12:00

对象：2、3岁幼儿及其家长

定员：报名者前15组

地点、报名：稻毛区稻毛公民馆(稻毛1-10-17)
☎243-7425 请直接到场或电话报名

★在家里也可以做！面向大人的点心教室

时间：9/27(周三)、10/4(周三) 9:30～12:30

对象：20岁以上者

定员：报名者前16人

费用：1,200日元(教材费)

地点、报名：若叶区若松公民馆

(若松町2117-2) ☎231-7991

9/20(周三)前，请直接到场或电话报名

★秋季的花卉制作入门

时间：9/28(周四)、10/26(周四)、11/30(周四)
10:00～11:30

对象：20岁以上

定员：报名者前10人

费用：300日元

地点、报名：绿区椎名公民馆(富岡町290-1)

☎292-0210 请直接到场或电话报名

★婴儿和母亲的体操教室

时间：9/20(周三)、9/27(周三)、10/4(周三)
10:00～12:00

对象：3～11个月的婴儿及其母亲

定员：报名者前20组

地点、报名：美浜区稻浜公民馆(稲毛海岸3-4-1)
☎247-8555 请直接到场或电话报名

青少年の日フェスタ

青少年节

为了加强青少年与家庭、学校、地区和行政部门的密切联系，创造提高交流能力的安心活动场所，特此举办青年节。

时间：9月16日(周六)
10:00～16:00

地点：生涯学习中心(中央区弁天3)

内容：气球艺术体验、科学教室(制作人工鲑鱼子!)
趣味算数教室、应急治疗实技体验、象棋体验等。

此外，将在植草学园大学附属高中(中央区弁天2)会场



举办中小学及高中合唱部、舞蹈部等的发表会。
详情，请进入市政网页，点击 [千葉市青少年の日フェスタ](#) 浏览。
问询：健全育成课 ☎245-5973

健康・相談 健康、咨询

9月はがん征圧月間
早めのがん検診を受けましょう！

9月是征服癌症月
请尽早进行癌检验！

本市实行各种癌检验。
由于12月以后，各医疗机构都会非常拥挤，因此，请尽早就诊。



检验期间截止于2018年2月28日(周三)。详情，请浏览市政网页。
问询：健康支援课 ☎238-9930

ちば司法書士総合相談センター相談会
千葉司法書士総合相談中心咨询会

9月16日(周六)、30日(周六) 10:00~15:00
举办继承、借款等咨询。

地点：千葉司法書士会館(美浜区幸町2)
报名、问询：千葉司法書士総合相談中心
☎204-8333

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

因多处借款而陷入困境的人
可以向律师咨询。
请借款人本人到场，
不受理电话咨询。

时间：9月14日、
28日(周四)
13:00~16:00

地点：消费生活中心(中央区弁天1)
定员：预约者前6人(每人约30分钟)
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

9月19日(周二) 10:00~16:00

举办与工作有关的法律、社会保险、年金等咨询。
地点：森林会馆(中央区長洲1)
定员：预约者前6人
报名、问询：县社会保险劳务士会 ☎224-9027

しんばいごとそうだんじよ そうだん
心配事相談所の相談

担心事相談所的咨询

①法律咨询

9月14日(周四) 13:00~15:00

可以向律师咨询，在法院审判中或调停中的案件不能咨询。不受理电话咨询。

定员：预约者前6人

②常设咨询

周一~周五(节日休息) 10:00~15:00

由民生委员和儿童委员应对咨询。

电话咨询与来相談所当面咨询均可。

①②均于担心事相談所。

(中央区千葉寺町ハーモニープラザ)内。

报名、问询：担心事相談所 ☎209-8860

じよせい けんこうそうだん
女性のための健康相談

面向女性的健康咨询

因女性荷尔蒙紊乱等原因造成身心不调、不安的人，
请咨询。

①女性医师(妇人科)的咨询

9月20日(周三) 13:15~15:20

地点：市保健所(美浜区幸町1)

需要打电话预约。不受理电话咨询。

②保健师的电话咨询

每周一~周五(节日休息)

9:00~12:00、13:00~16:00

咨询专用电话 ☎238-1220

报名、问询、咨询：健康支援课 ☎238-1220

がいこくじん ほうりつそうだん
外国人のための法律相談

面向外国人的法律咨询

9月25日(周一)

17:00~20:00

在千叶市国际交流广场

会议室(中央区中央2)

举办。免费。

定员：先到者4人(需要报名)

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

