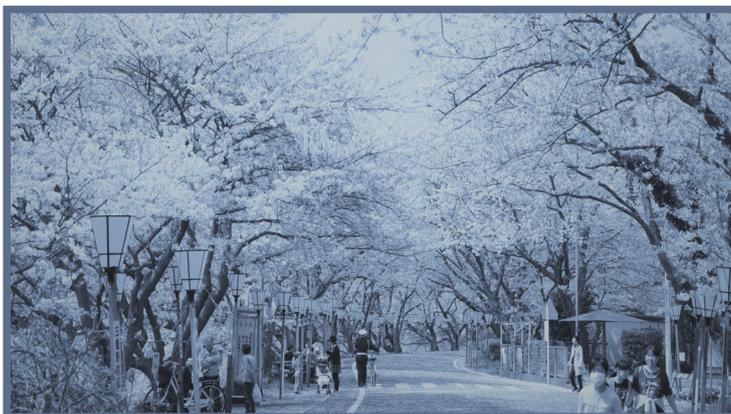
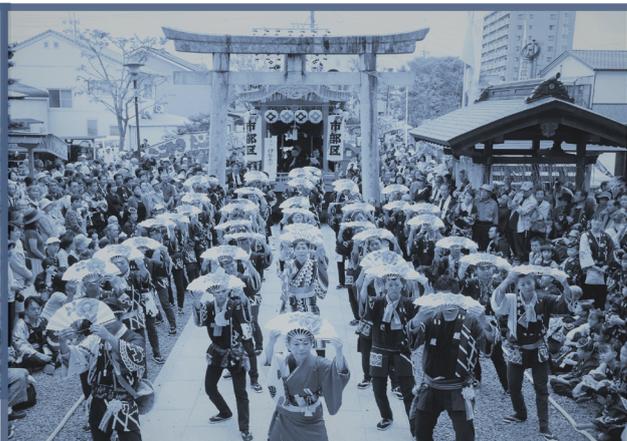


ふじえだ せいかつ ガイドブック

「やさしい日本語版」



も く じ

ぼうさい

1

ひっこし の てつぎ

3

びょういん で の かかりかた

5

こどもの けんこう・そうだん・ワクチン

8

じどう てあて こども いりょうひ

12

きょういく に ついて

14

ごみ の だしかた

15

しごと に かんする こと

18

ぜいきん

22

こまった ときの そうだん まどぐち

24

ふじえだ しやくしょ

(8:30 ~ 17:15)

〒 426-8722

ふじえだ し おかでやま 1-11-1

Tel: 054-643-3111

www.city.fujieda.shizuoka.jp

ぼうさい

にほんでまいとししぜんさいがいがあります。たくさんのひとやモノがなくなります。

おおきなじしんやつなみなどで、おおきなひがいをうけます。じしんやつなみがおきたあとともに
もどるまで、たくさんのじかんとどりよくがひつようとなります。くにやしやくしょなど、みんなでぼうさい
やげんさいのため、くんれんをするひつようがあります。

それをやることで、たくさんのひとのいのちやモノがまもることが出来ます。

■さいがい・きゅうきゅうのとき

119ばんにかけて、あわてずにつぎのとおりいってください。

○かじのとき「かじです。ふじえだし ○○ちょうめ ○○ばん ○○アパート、がもえています。

ちかくにあるおおきなモノは、○○○です。」

○じこのとき「こうつうじこです。○○し ○○ちょうめ ○○ばん ○○アパート、です。

ちかくにあるモノは○○○です。

○でんわがおわったら、なまえとでんわばんごうをおしえてください。

・さいがいじょうほうのといあわせ

さいがいじょうほうダイヤル：0180-955-099（にほんご）

・けんきゅうきゅういりょうじょうほうセンター24H

でんわ：0800-222-1199



・しだはいばらちいききゅうきゅういりょうセンター

ばしょ：ふじえだしせとあらや362-1

でんわ：054-644-0099（ないかとしょうにかがみてもらえます）

じかん：げつようび～きんようび よる7：30～10：00

どようび・にちようび よる7：30～あさ7じまで

※ごぞ10じのあとは、しょうにかだけみてもらえるひがあります。

いくまえにでんわしてください。



・ふじえだしそうごうびょういんきゅうきゅうセンター（24H）

ばしょ：ふじえだしするがだい4-1-11

でんわ：054-646-1111



・しだいしかいのきゅうじつきんきゅうとうばんい

じかん：あさ9じ～ごぞ5じ

（ホームページまたは「こうほうふじえだ」でかくにんしてください）

■たげんごたいおう（#119）

しだしょうほうほんぶで、つうやくサービスがあります。（21ことば）

・おはなしできることば

えいご・ちゅうごくご（ぺきんご）・かんこくご・タイご・ベトナムご・インドネシアご・タガログご・ネパールご・
ロシアご・スペインご・ドイツご・フランスご・イタリアご・ポルトガルご・マレーご・ミャンマーご・
クメールご・モンゴルご・シンハラご・ヒンディーご・ベンガルご。

※オペレーターにつながるまですこしじかんかかります。でんわきらないでください。

■じしん が くる まえの じゅんび

○いえ の たいしんか

じしん や つなみ など が おきた とき、どこに ひなん する か かぞくの なか で おはなし しましょう。ひじょうようひんの じゅんび も しましょう。たべもの や のみもの、ふく など を かばん に いれておく。1しゅうかん ぐらい せい かつ できる ため くさらない たべもの も ようい しましょう。いえの なか の もの を おちない ように こてい しましょう。

- ・じぶん の いえが じしん に だいじょうぶか どうか、かくにん しましょう。

※わからない ときは、けんちく じゅうたくか に でんわ してください。(でんわ：054-643-3481)

- ・のめる みずは ひとり 21L を ようい しましょう。ほかに みずを つかう かもしれません ので、おふる に みずを ためて、ふたを する。

■じしん の とき

- ・テーブルの した など で、じぶん を まもって ください。
- ・あわてて そと に とびださない。
- ・ゆれが おわったら、ひを けす。
- ・まど や ドア を あけて、でぐち を かくにん する。
※じしん の とき「じぶんを まもる こと」を いちばん に かんがえ ましょう。

■ひなんじょ

じしん や つなみ、たいふう の とき、どこ・どの ように にげれば いいか わかりますか？

にげる ばしょは、じしん の とき、「いちじひなんばしょ」へ、そのほか の さいがいは、じぶん の いえから ひなん が できる「していきんきゅうひなんばしょ」で ひなん して ください。しやくしよの ホーム ページ や ききかんり センターで かくにん して ください。

■どしゃさいがい・こうずい ハザードマップ

どしゃさいがい・こうずいハザードマップで たくさんの ひなん に かんする じょうほうなど たくさん かいて あります。また、あぶない ばしょ や「レッドゾーン または イエローゾーン」を マップに して かいて あります。じぶん の いえの まわりが、あぶないか、ひなんばしょ は どこに あるか、どの ように にげれば いいか、ぜんぶ かくにん して ください。

■ぼうさい インフォメーション

○こくど こうつうしょう

てんき、ひなんばしょ、さいがい など、たいせつ な じょうほう が みれる。

※8のことば で さがす ことが できます。したの URL または QR コード を みて ください。

www.mlit.go.jp/river/bousai/olympic/index.html



○きしょうちょう

てんき、じしん、つなみ、かざん に かん する じょうほう。

14のことば で かくにん できます。したの URL または QR コード を みて ください。

www.jma.go.jp/jma/indexe.html

○しずおかけん そうごう ぼうさい アプリ

きんきゅうインフォメーション、ハザードマップの かくにん など。9のことばで たいおう。

えいご、ポルトガルご、ちゅうごくご、スペインご、タイご、ベトナムご、タガログご、インドネシアご、かんこくご で ダウンロード できます。

www.pref.shizuoka.jp/bousai/application.html



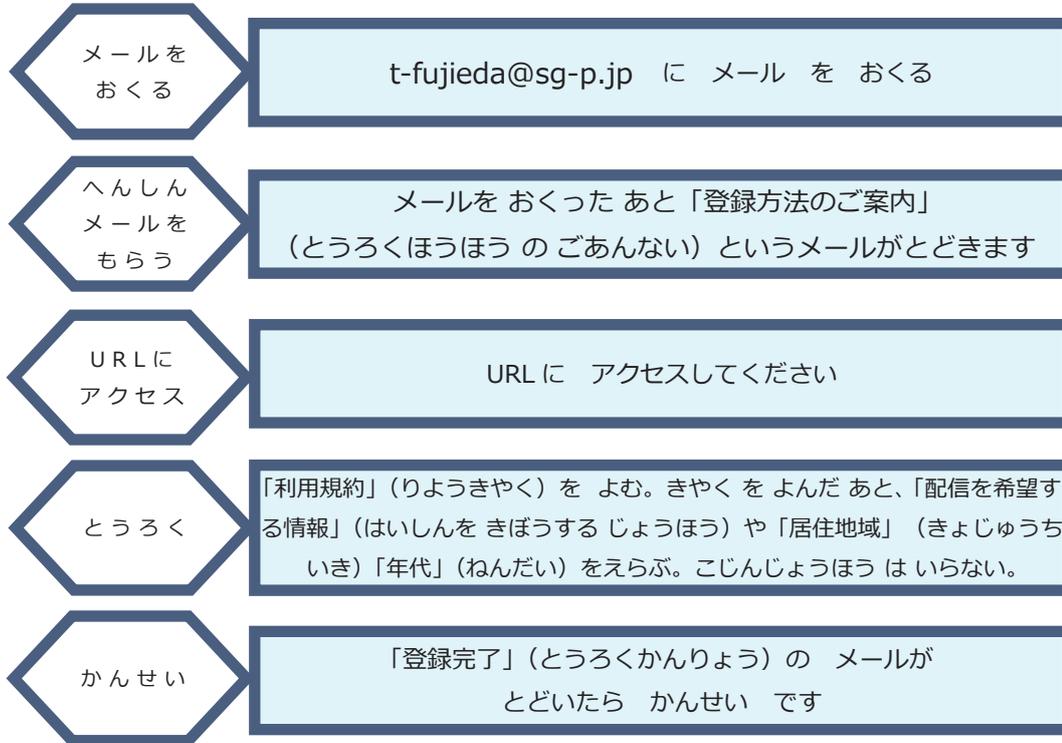
■キックオフメールについて

ふじえだしで「キックオフメール」という メール はいしん サービスを やっています。

この「キックオフメール」では、じしん や てんきなどの ぼうさいじょうほう や ふじえだし からの おしらせ・いべんとの じょうほう など を おくっています。リアルタイムで じょうほう を おくります。とうろく は かんたん です。おかね も いらぬ。だれでも ダウンロードできます。

とうろく しましょう！

○キックオフメール の とうろく の しかた



ひっこしの てつづき について

■がいこく から ふじえだし に ひっこす とき

がいこく から ふじえだし にはいる ときは、ざいりゅうカードとパスポートをもってきてください。14にちいないで てつづき を してください。ファミリーで てつづき するとき、ファミリーであることが しょうめいできる しょうい を もってきてください。たとえば、しゅっしょうしょうめいしょ・けっこんしょうめいしょ。また、しょういは オリジナル とにほんごに やくした もの を もってきてください。

ひつような もの
ざいりゅう カード
パスポート
くにの しょうめいしょ + ほんやく

■ほかの し から ひっこした とき

いままで すんでいた ところの しゃくしょで「てんしゅつ」の てつづき を してください。そのあと、ざいりゅうカードと マイナンバーカードを もってきてください (マイナンバーカード ないひとは てんしゅつしょうめいしょ を もってきてください)。ふじえだし に ひっこしてから 14にち いないで てつづき を してください。ファミリーで てつづき する ばあい、ファミリーであることが しょうめいできる しょうい を もってきてください。たとえば、しゅっしょうしょうめいしょ・けっこんしょうめいしょ。また、しょういは オリジナル とにほんごに やくした もの を もってきてください。

ひつような もの
ざいりゅうカード
マイナンバーカード (あるひと)
てんしゅつしょうめいしょ (マイナンバーカードないひと)
くにの しょうめいしょ + ほんやく

■ふじえだしのなかでひっこしするとき

あたらしいところにすんでから、14にちいないにてつづきをする。ざいりゅうカードとマイナンバーカード(あるひとだけ)をしゃくしょにもっていきます。ファミリーでてつづきするばあい、ファミリーであることがしょうめいできるしよるいをもってきてください。たとえば、しゅっしょうしよるめいしよ・けっこんしよるめいしよ。また、しよるいはオリジナルとにほんごにやくしたものををもってきてください。

ひつようなもの
ざいりゅうカード
マイナンバーカード (あるひとだけ)
くにのしょうめいしよ + ほんやく

■ほかのしにひっこすとき

ふじえだしからでるとき、しゃくしょでてつづきをするひつようがあります。ざいりゅうカードやマイナンバーカード(あるひとだけ)をもっています。てつづきはあたらしいところにすむ1かげつまえからてつづきができます。あたらしいじゅうしよとふじえだしのこくみんけんこうほけん(あるひとだけ)をしゃくしょにもっていきます。てつづきがおわりましたら、「てんしゅつしよるめいしよ」をわたします。マイナンバーカードもっているひとは、マイナンバーカードでてつづきやります。てんしゅつしよるめいしよまたはマイナンバーカードをあたらしいしのしゃくしょにもって行ってください。

ひつようなもの
ざいりゅうカード
マイナンバーカード (あるひとだけ)
こくみんけんこうほけん (あるひとだけ)

■にほんからでるとき

1ねんいじょうがいこくにすむときは、ざいりゅうカードとマイナンバーカード(あるひとだけ)をもって、しゃくしょで「こくがいてんしゅつ」のてつづきをしてください。にほんからでるときは、かならずざうりゅうカードをもってください。

ひつようなもの
ざいりゅうカード
マイナンバーカード (あるひとだけ)

■いんかんとうろく

とうろくできるひとは、ふじえだしゃくしょでじゅうしよのとうろくしているひと。15さいいじょうのひと。

ひつようなものは、いんかんとみぶんしよるめいしよ。おかねは300えんかかります。とうろくできないいんかんは、じぶんのなまえではないいんかん、ゴムのいんかん、こわれてるいんかんなど。※わからないときはしゃくしょにきいてください。



■しゅっしょう・けっこんなどのとどけで

しゅっしょうとどけ	あかちゃんがうまれてから14にちいないにしゃくしょでとうろくしないといけません。とどけでするひとのいんかん、ぼしけんこうてちょう、パパとママのパスポートとざいりゅうカード、ママのけんこうほけんしよるめいしよをもってきてください。※わからないときは、しゃくしょできいてください。
けっこんとどけ	がいこくじんがけっこんするばあい、くにによってひつようなしよるいがかわりますのでかならずしゃくしょにでんわしてください。
りこんとどけ	がいこくじんのりこんのてつづきは、くにによってひつようなしよるいがかわりますのでかならずしゃくしょにでんわしてください。
しぼうとどけ	しぼうしたことがわかるとどけでするひとのいんかん、なくなったひとのこくみんほけん(あるひと)。なくなったひから、7にちいないにしゃくしょでてつづきしないといけません。

■マイナンバー について

しゃくしょでじゅうしょとうろくしてあるひと、みんなマイナンバーもっています。うまれたあかちゃんやにほんにはじめてきたひと、しゃくしょでじゅうしょとうろくのてつづきをすれば、こじんばんごうつうちしょ（マイナンバーがわかるもの）がおくられます。つうちカードをおくられたあと、マイナンバーカードもしんせいができます。マイナンバーカードはざいりゅうカードとおなじ、みぶんしょうめいしょになります。ビザがおわるひまでつかえます。ビザのこうしんをするならマイナンバーカードのこうしんもしないといけない。マイナンバーカードのこうしんは、1かげつぐらいかかりますのではやめにてつづきをしましょう。



びょういんでのかかりかた

■びょういんでのかかりかた

にほんにはクリニックやびょういんなどがあります。びょうきやけがのグレードによってかかるところがわかります。わかることによって、だれでもあんしんしてちりょうができるようにしています。おおきなびょういんはきんきゅうせい（グレード）のたかいひとをみます。からだのちょうしがわるいときはまずちかくのクリニックでみてもらいましょう。でも、よるやにちようび（やすみのひ）にからだがわるくなって、せんせいにみてもらわないといけないときは、「しだはいばらちいききんきゅういりょうセンター」でみてもらいましょう。ちがたくさんでたとき、すぐきたいへんなときは、すぐきゅうきゅうしゃをよびましょう。

ちゅうい：COVID 19にならないため、いりょうセンターへいくまえにかならずでんわをしましょう。

■ふじえだしにあるびょういん

【ふじえだ しりつ そうごう びょういん】

がんやきゅうめいきゅうきゅうにちからをいれています。ちいきのかかりつけのせんせいとちからやコミュニケーションをとっています。ふじえだしりつそうごうびょういんでかかりたいときは、まずクリニックでみてもらい、「しょうかいじょう」をかいってもらうようにしましょう。

（しょうかいじょうがないとたかくなるかのうせいがありません）

ばしよ：ふじえだしするがだい 4-1-11

でんわ：054-646-1111



【しだはいばらちいききゅうきゅういりょうセンター】

ないか・しょうにかのよるのきゅうきゅうにたいおうしています。（にゅういんがひつようなとき、たいおうしてない）。センターにくるまえにでんわでしょうじょうをいってください。また、ほけんしょうとじゅきゅうしゃしょう（あれば）、おくすりてちょうをもってきてください。

ばしよ：ふじえだしせとあらや362-1

でんわ：054-644-0099

じかん：げつようび～きんようび よる7:30～あさ10:00

どようび・にちようび よる7:30～あさ10:00

※どようびとにちようびのごご10じ～つぎのひのあさ7じ

までは、しょうにかだけたいおうするかのうせいがありません。

また、これからじかんがかわるかもしれません。わからないときはしゃくしょのホームページをみてください。



■ふじえだしにある びょういんを さがそう！

ふじえだし に ある びょういんを さがすには、
した の リンクを つかって ください。
www.shida.shizuoka.med.or.jp/institutions/

やすみのひ に あいている びょういんを さがす に
は、こうほうふじえだ や、しゃくしょの ホームページ、
しだいしかい ホームページを みてください。
www.city.fujieda.shizuoka.jp/benri/tobani/html
www.shida.shizuoka.med.or.jp/holidays/

■どの びょういん で みてもらえれば いいか

びょういん で は、 いろんな せんもん (スペシャリスト) が あります。どこが わるいか で びょういん が
わかります。した の ひょう を みて、 いちばん いい ところ で そうだん しましょう。

■しょうじょう ガイド

ないか	しょうかきか	しょうか に かん する こと。むねやけ、はきけがする、おなか が いたい、ち を はいた、くろいべんがでた、げりがある、べんぴ、おうだん、きゅうにやせた、しょくよくが ない、い の レントゲンでへんなものがでた、べんのなかにちがまざっている、など。
	こきゅうきか	こきゅうに かん する こと。せき・たん、けつたん、こきゅうがくるしい、けんこうしんだん で むね の レントゲン に へんな ものが でた、など。
	じゅんかんきか	じゅんかんきに かん する こと。むねが いたい、むねにあつぱくかん が ある、しっしん、ドキドキする、けつあつが たかい、ふせいみやく、けんこうしんだん の しんでんず で へんな ものがでた、など。
	じんぞう	じんぞう に かん する こと。むくみ、おしっこが おおい または すくない、おしっこに かん する こと。
	とうによびょう ないぶんぴ	とうによびょうに かん する こと。のどが かわく、おしっこが たくさんでる、あせが たくさんでる、ゆびが ふるえる、たべるのに たいじゅうが へった。
	けつえき	けつえきに かん する こと。ねつが ある、リンパせんが はれる、しゅっけつ しやすい、かん せつが いたい、ひんけつ、はつけつきゅうが おおいまたは すくない。
	しんけい ないか	しんけい に かん する こと。あたまが いたい、しびれ、めまい、すぐ わすれる、ふるえる、けいれん、ちからが が いらぬ、きんにくが やせる、など。
げか	しょうかきげか	しょうかき に かん する こと。しょくどう、いちよう、かんぞう、たんのう。
	にゅうせん ない ぶんぴつせん げか	にゅうぼう の しこり、のどの しゅりゅう
	のうしんけい げか	のう に かん する こと。あたまが いたい、いしき しょうがい が ある、けいれん、まひ、しびれ、めまい、あたまに けが (きず) が ある、など。
	しんぞう けつかん げか	しんぞうに かんする こと。むくんでいる。
	けいせい げか・ びょうげか	げかに かん する こと。がいしょう、シミ、アザ、ほくろの ちりょう、やけど、わきがしょう、びょうげかの ちりょう
	こうもん げか	おしり に かん する こと。はいべん の いたみ、けつべん、じかく など
さんか	にんしん に かん する こと。しゅっさん、ふにんちりょう、など。	
ふじんか	せいり など に かん する びょうき。せいりが こない、せいり が おかしい、せいりのときが いたい、おなかの したが いたい、おなか が いたい、おなか の したが ふくらんでる、ちが できる、おりものが たくさん できる、ねつがある、かゆみ がある または いたみ がある、あせ が できる、かた が いたい・ねむれない・めまい・たくさんしんぱいする・すぐ おこる、など。	
せいけい げか	ほね が おれる、だぼく などの げか。ひざ や かた などの かんせつ の いたみ、くび や せなかや こしの いたみ、あさおきててが かたまるなど リウマチ の ある ひと。	
せいしんか し んりょう ないか	ねむれない、しんぱい する、きもち が げんきない、わすれる こと が おおい、アルツハイマーびょう、こころの もんだい、メンタル の びょうき。	
がんか	めの びょうき・め が かゆい、め が いたい、なみだが たくさん できる、とおく みえない、ちかくみえない、めに へんな ことが みえる。	
じびいん こう か	みみの びょうき。みみが いたい、みみから みず できる、みみなり する、きゅうに きこえなくなる、めまい が する、くしゃみ、はなみず、はなが つまる、はなが いたい、はなから ち が できる、のどが いたくて のみこめない、こえ が かすれる、のどに へん な もの を かんじる。	
ひによう きか	おしっこ に かんする こと。おしっこ で ち が できる、にょう が のこっている かんじ が する、よるに なんかい も おしっこ する、おしっこ が すくない、こどもが できない おとこ) など。	
ひふか	スキンに かんする こと。かゆみが たくさんある、かみの げが ぬける、つめの いろが しろい、など。	

■からだ が ふじゅう な かた の そうだん

しょうがい の ある ひと が じりつ《ひとり で できる こと》した にちじょう せいかつ が できる ように、ひつような じょうほう の ていきょう や しえん など を やっています。

○じりつ しえんか でんわ：054-643-3149

○ふじえだし きかん そうだん しえん センター でんわ：054-643-3131

■からだ が ふじゅうな かた・せいしん しょうがいの ある かた の ふくしてちょう

くに や し から サービス を うける ために てちょうを つくります。
とくべつ しょうがいしゃ てちょう など かくしゅ てあて の きゅうふ が あります。

- ① とくべつしょうがいしゃてあてなど かくしゅ てあて
- ② いりょうひ じょせい
- ③ ほそうぐ ひ など の しきゅう
- ④ JR、バス、タクシー、ひこうきチケットなどのディスカウント
- ⑤ しょとくぜい、じゅうみんぜい こうじょ、じどうしゃぜいの げんめん
- ⑥ そのた ※わからないことはじりつしえんかに でんわ してください。(054-643-3294)



■こくみん けんこう ほけん

○いりょう ほけん

すべてのひとが こうてき ほけん《しゃかいほけん または こくみんほけん》にはいらないといけません。

- ・かいしゃ で はたらく ひと は かいしゃ の しゃかい ほけん。
- ・じぶん で ビジネス ある ひと は、こくみん ほけん に はいらない と いけません。
- ・75さい いじょう の かた は しゃくしょ に そうだん してください。

○どんなひとがはいれるの？

こくみん けんこうほけん に はいる なら、かいしゃ の ほけん を やめない と いけません。
せいかつほご を うけている ひと も、こくみんほけん に はいる ことが できません。
また、がいこくじん は ざいりゅうカード もっている ひと、じゅうしょ とうろく してある ひと なら
こくみんほけん に はいる ことが できます。

○14にちいないに こくみんけんこうほけん へ はいる てつづき または やめる てつづき を しないといけない。

しゃくしょ で てんにゅう《しゃくしょ に はいる》てつづき が できて、こくみんけんこうほけん に はいる ひと は、こくほねんきんか の まどぐち で てつづき を してください。

かいしゃ を やめて しゃかいほけん が ない ひと は、「だったいれんらくひょう」を まどぐち まだに もってくる ひつよう が あります。かいしゃ を やめたら、こくみんけんこうほけん へ はやめにかえてください。
じぶん の くに に かえるときも、こくみんけんこうほけん の キャンセルを しない と いけない ので、しゃくしょ で てつづき を してください。てつづき しない と ほけん の おかね が かかります。
わからない ことは、こくほねんきんか に でんわ してください。(でんわ：054-643-3303)

○こくみんけんこうほけん で もらえる サポート

びょういん で こくみんけんこうほけん を つかうと、じぶん が 30% だけ はらいます。また、こどもや 70 さい いじょう の ひと が もらえる サポート が ほかに ありますので、よく かくにん してください。

○こくみんけんこうほけん を はらわないと いけない

こくみんけんこうほけん の しはらい は、かぞくの じょうきょう によって かわります。また、いつまでも おしはらい を すれば いいか、きまっていますので かならず まもってください。1ねんいじょう ほけんを しはらわないと こくみんけんこうほけん を かえさないと いけない ばあい が あります。

○40さい いじょう の ひと は、ねんに 1かい、とくていけんしん を うけない と いけません。

■こうき こうれいしゃ いりょう ほけん

ふじえだしにすんでいる75さいいじょうのひとには、こうきこうれいしゃいりょうほけんがあります。びょういでこうきこうれいしゃいりょうひほけんしょうをみせれば、10%だけはらいます。ほかのサービスもありますので、わからないことがしやくしよできいてください。こうきこうれいしゃいりょうほけんはしよとく《きゅうりょうなど》によってかわります。いつまでにおしはらいをしないといけないか、きまっていますのでかならずまもってください。1ねんいじょうほけんりょうをはらわないとほけんしょうをかえさないといけないばあいがあります。

■げんどがくてきようにんていしよ

びょういでおしはらいのおかねがとともたかいと、そのおかねのいちぶはふじえだしがおしはらいます。(しんせいをするひつようがあります)げんどがくてきようにんていしよをもっていると、びょういにかかるときほけんしょうといっしょにだすとやすくなるときがあります。げんどがくてきようにんていしよはけんこうほけんのしはらいがおくれているともらえないかのうせいがたかいです。

てつづきをしたいとき、つぎのものがひつようです。

- ・こくみんけんこうほけんしよ
- ・せたいぬしとじぶんのマイナンバーがわかるもの。
- ・まどぐちにくるひとのみぶんしよめいしよ(ざいりゅうカード、めんきよしよ・パスポートなど)
- ・いにんじよ(べつせたいのひとがしんせいするときだけ)

わからないときはふじえだしやくしよこくほねんきんかまででんわください。(でんわ:054-643-3349)

※かいしゃのほけん(しゃかいほけん)をもっているひとは、じぶんのかいしゃできいてください。

■かいご ほけん

じぶんやかぞくにかいごがひつようになったら、どうすればいいか、かんがえたことありますか?

みんながしんぱいする「かいご」をみんなでサポートするしくみです。かいごがひつようになったときは、しやくしよにそうだんしましょう。

【かいごほけんをつかえるひと】65さいいじょうのひとがつかえます。でも、こうつうじこなどのときはしやくしよへのとどけでがひつようです。ほかのじょうけんもありますので、わからないときはしやくしよにきいてください。

【かいごほけんのほけんしよ】65さいになるつきまでわたします。40さい~64さいのひとはにんていうけたひとにわたします。わからないときは、ふじえだしやくしよまででんわください(054-646-0294)

こどものけんこう・そうだん・ワクチンについて

しずおかけんでいろうなぐにのがいこくじんがすんでいます。たくさんのことば・ぶんか・しゅうきよがあります。にほんにすみたいとかんがえるひとがおおくなり、こどもをそだてるなどのケースもおおくなってあります。ママがいこくじんのばあい、にほんごがわからないことやほかにかぞくがないから、しんぱいなことがたくさんあるとおもいます。

■にんしん している と わかったら

にんしんとわかったら、ほけんセンターへ「にんしんとどけでしよ」をだしましょう。

にんしんとどけでしよをだすと、「ほしけんこうてちよう」がもらいます。ほしけんこうてちようは、おかあさんとあかちゃんのけんこうじよたいのきろくできるようにしています。また、おなじときに「にゅうようじけんこうしんさひよう」「よぼうせつしめてちよう」「にんぷ・さんぷけんこうしんさとうじゅしんひよう」ももらえます。



- ・ぼしよ ふじえだし ほけんセンター
(ふじえだし みなみするがだい1-14-1)
- ・じかん げつようび~きんようび あさ9:00~11:30
- ・もちもの にんしん とどけでしよ・みぶんしよめいしよ(ざいりゅうカード・めんきよしよなど)

※ふじえだしにひっこしたら、ほしけんこうてちようやまえのしでもらったしんさひようをもってきてください。

○ほし けんこうてちょう を もらうとき そうだん が できます。ひつよう なら いえまで いきます。
 ○びょういん にいくとき「にんぷ・さんぷけんこうちょうさとうじゅしんひょう」をつかうといちぶやすくなります。
 ○あかちゃん が うまれて、おかあさん が あんしん して こそだてが できる ように ほいくし が いえまで いて、サポート や おてつだい を します。
 ○あかちゃん が うまれたら、ほしけんこうてちょう に ある「しゅっしょうつうちひょう」を だしてください。
 しやくしょ の しみんか に ポスト が あります。
 ○ほけんし・じょさんし が あかちゃん と おかあさん が げんき か どうか、いえ まで みにいきます。そ のときに、いろんな サービスの せつめい を します。

■にゅうようじ の けんしん について

あかちゃんがうまれてから4かげつと10かげつのときに、けんこうしんさをします。じぶんでびょういんをえらんでよやくをします。(しんさができるびょういんはカレンダーにかいてあります)
 もちものは、けんこうしんさひょうとほしけんこうてちょうです。うまれて6かげつのそうだんまたは1ねん6かげつと3さいのときのけんこうしんさは、ほけんセンターでやります。

■こどもの いりょうひ じよせい

○ふじえだし に すんでいる こども へ の サポート について、ふじえだしやくしょ の こども かていか まで そうだん ください。

※こども かていか でんわ：054-643-3241

	たいしょうしゃ	じょうけん	いくら
びょういん に かかるとき	0さい~18さい (18さいになった、 つぎの3がつ31にちまで)	・ふじえだしにすんでいる ・びょういんにかかる (いちぶ)	500えん / 1かい (1かげつ 4かいまで)
にゅういん する とき			フリー

○みじゅくじ《ちいさく うまれた あかちゃん》へのサポートもあります。ふじえだしやくしょ の こども かて いか まで おといあわせ ください。にゅういん が ひつよう とする みじゅくじ に、にゅういん の おか ね の いちぶ を サポート します。

○しずおか けん からの サポートも ありますので、わからない ことが あれば ちゅうぶほけんじょ まで でんわ してください。(でんわ：054-644-9276)

■けんこう そうだん

ばしょ：ふじえだし ほけん センター(しゅつちょう そうだん を のぞく)

けんこう そうだん	しよくせいかつ そうだん (よやく)
【こども・おとな】げつようび ~ きんようび じかん： あさ9：00~あさ11：30 【お と な】 げつようび ~ きんようび じかん： ごご1：00~ごご3：30	かんり えいようし に そうだん できます もくようび ごご 1：30~3：00 きんようび あさ 9：00~11：00
しゅつちょう けんこう そうだん	はいしゃ そうだん (よやく)
【こども・おとな】まいつき 3ばんめの すいようび じかん： あさ9：30 ~ あさ11：00 【ばしょ】ふじえだし ふくし センター きすみれ2かい 【もちもの】バスタオル(こどものしんちょうをはかります)	しか えいせいし に そうだん できます。 くわしい ことは でんわ してください

■よぼう せっしゅ

よぼうせっしゅ は、こどもたちを びょうき から まもり、げんき な からだ を つくる ために やっておま
す。こども の からだ が げんきな ときに うけましょう。

○もっていくもの よしんひょう (ないばあい は びょういん で もらう) ・ ぼしけんこうてちょう

○いくら フリー (たいしょう の こども)

○せっしゅばしょ いたく いりょうきかん (けんこうカレンダーを みてください) よやく が ひつよう

しゅるい	なんさい	やりかた
□ タ	□タリックス うまれてから 6しゅう0にち～24しゅう0にち	27にち いじょう を あけて 2かいめ を せっしゅ
	□タテック うまれてから 6しゅう0にち～32しゅう0にち	27にち いじょう を あけて 3かいめ を せっしゅ
ヒブ	うまれてから 2かげつ～5さいのおわり	27にちいじょう をあけて 3かいせっしゅ 3かいめのせっしゅのあと、7かげつ いじょう を あけて 1かいせっしゅ。
しょうによ はいえん きゅうきん	うまれてから 2かげつ～5さい みまん	27にち いじょう をあけて 3かい せっしゅ。 うまれて12かげつ～15かげつのあいだに1かい せっしゅ。 (3かいめせっしゅのあと、60にちいじょう を あける)
Bがた かんえん	うまれて から 2かげつ～1さい みまん	27にち いじょうをあけて2かいせっしゅ。 1かいめのせっしゅから、139にちいじょ を あけて 1かいせっしゅ。
よんしゅ こんごう	うまれてから 3かげつ～7さい6かげつ みまん	20にちいじょうをあけて3かいせっしゅ。 3かいめせっしゅのあと、1ねん～1ねんはんぐらい あけて、 1かい せっしゅ。
BCG	うまれて1さい みまん	うまれて から5かげつ～8かげつまでのあいだに 1かい せっしゅ。
ましんふうしん	1き せいご1さい～2さい みまん	1かい せっしゅ。
こんごう	2き ねんちょうじ	1かい せっしゅ。
すいとろ	うまれて から 1さい～3さい みまん	6かげつ～1ねん を あけて 2かい せっしゅ。
にほんのうえん	1き 3さい～7さい6かげつ みまん	6にち～28にち を あけて 2かい せっしゅ。2かいめの せっしゅのあと、1ねんあとに1かいせっしゅ。
	2き しょうがっこう4ねんせい	1かい せっしゅ。
にしゅ こんごう	2き しょうがっこう6ねんせい	1かい せっしゅ。
しきゅうけい がんよぼう	しょうがっこう 6ねんせい～こうこう1ねんせい そうとう の じよし	サーバリックス：1かいめの せっしゅ の あと、かげつ あと に2かいめをせっしゅ。1かいめから 6かげつ あとに3 かいめをせっしゅ。
		ガーダシル：1かいめの せっしゅのあと、2かげつ あとに 2かいめをせっしゅ。1かいめから6かげつあとに3かいめを せっしゅ。

※わからないことは ふじえだし けんこうすいしん まで でんわください。(でんわ：054-645-1111)

■パパ ママ きょうしつ・プレママ えいよう きょうしつ ※はじめて パパ・ママになるひと

	パパママきょうしつ (パパにもおすすめ)	プレママ えいようきょうしつ (パパも さんか できます)
じかん	ごご 1:10～ごご 3:30 (うけつけ：ごご1じ～)	ごぜん 10:00～12:00 (うけつけ：ごぜん9:50～)
ないよう	あかちゃんとおっぱいのはなし、 にんしんたいけんなど	にんしんちゅう の ごはん の はなし など
もちもの	ぼしけんこうてちょう、ペン	ぼしけんこうてちょう、ペン

■フッソ

1さい6かげつじ けんしん じゅしん とうじつ きぼうしゃ はよやく いらぬい。 それいがいは でんわ よやく。

○いつ すいようび に やってます ごご1:30 ~ごご3:30

○ほうほう 1さい 6かげつの こども から 6かげつ を あけて4かい やります
(4さいに になるまで)

○もちもの ① ぼしけんこうてちょう ② ¥400 (キャッシュまたはPayPay、さいしょ だけ)

■しゅっさんの 後の せいかつ

しゅっさんのあとは、とてもいそがしく てつかれやすい ひびに なります。なぜなら
ママのからだは しゅっさん で すごく てつかれている のに、あかちゃんは ママのきもちや
スケジュールなんか かんけいなく なくて、 なにかを しらせようと するから です。たとえば、
おむつが めれていたり、おなか がすいていたり、ただ なきたかったり・・・
おむつをかえて、ミルクを あげて また おむつを かえて ねかしつけると もうつぎの
ミルク・・・といった かんじに、じかんは どんどん ながれていきます。

あわただしく、つかれが たまる と きぶんが おちこんで、 イライラ したり、なみだ が でてしまったり する
ことがある でしょう。でも それは だれも が けいけん することです。あかちゃんのおせわが うまく いかないのは あたり
まえ！おやこ といっても、はじめて であつた ふたりです。きもちを つかむまではじかん が かるのです。あかちゃん
がないても そんなに あせらずに、じぶん なの あかちゃんとの つき あいかたを さがしてください。

ひとり で がんばらず、まわりの サポート を うけましよう！



【かんじをおぼえましよう】

名前	なまえ	初めての月経の年齢	はじめての げっけい のねんれい
生年月日	せいねんがっぴ	一番最後の月経	いちばんさいごのげっけい
年齢	ねんれい	月経は順調ですか	げっけいはじゅんちょうですか
住所	じゅうしょ	月経周期	げっけいしゅうき
電話	でんわ	量	りょう
国籍	こくせき	月経痛	げっけいつう
言語	げんご	痛み止め	いたみどめ
通訳	つうやく	子宮筋腫	しきゅう きんしゅ
身長	しんちょう	卵巣のう種	らんそう のうしゅ
妊娠前の体重	にんしん まえ のたいじゅう	胃腸の病気	いちょうのびょうき
保険	ほけん	肝臓の病気	かんぞうのびょうき
生理がとまった	せいらがとまった	心臓の病気	しんぞう の びょうき
吐き気	はきけ	腎臓の病気	じんぞうのびょうき
妊娠かもしれない	にんしん かも しれない	甲状腺の病気	こうじょうせん の びょうき
生理が規則的にこない	せいらがきそくてきにこない	高血圧症	こうけつあつしょう
生理のときお腹が痛い	せいらのとき おなかがいたい	糖尿病	とうにょうびょう
外陰部がかゆい	がい いんぶ	喘息	ぜんそく
お腹が痛い	おなかがいたい	妊娠した事ありますか	にんしんしたことありますか
不妊について聞きたい	ふにんについてききたい	分娩	ぶんべん
初めての月経	はじめてのげっけい	経腔分娩	けいちつ ぶんべん
感染症	かんせんしょう	帝王切開	ていおうせっかい
淋病	りんびょう	アルコール消毒を使える	アルコールしょうどくをつかえる
クラミジア	くらみじあ	輸血できる	ゆけつできる
梅毒	ばいどく	医師の性別の希望	いしのせいべつのきぼう
尖圭コンジローマ	せんけいコンジローマ	お祈りの時間の希望がある	おいのりのじかんのきぼうがある
性器ヘルペス	せいきヘルペス	お祈りの場所の希望	おいのりのばしよのきぼう
手術を受けた事ありますか	しゅじゅつをうけたことありますか	アレルギーはありますか	あれるぎー は ありますか
B型肝炎	B がたかんえん	陣痛	じんつう
結核	けっかく	破水	はすい
トリコモナス	とりこもなす	診察券	しんさつけん
輸血をうけた事ありますか	ゆけつを うけたこと ありますか	パジャマなどの衣類	パジャマなどのいるい

じどう てあて、こども いりょうひ じゅきゅうしゃしょう

■ほいくえん・にんてい こどもえん へ の はいりかた

ほいくえんは パパ・ママがしごとのかんけいで、こどもをみることができない ときに、つかえる ばしょ です。ふじえだしのなかで、69 のばしょが あります。

■ようちえん に はいる とき

ようちえんに 3さいから 5さい のこども が はいれます。ようちえん に はいる ための てつづき については、ようちえん に きいて ください。ようちえん の おおく は ゆうがた まで こども を みてくれます (4じ~6じ ぐらい まで の じかん)。

■ふじのさと ファミリーサポートセンター

こども を そだてる こと に おてつだい したい ひと、こども を そだてる こと に てつだっ て もらいたい ひと が あつまっ て きょうりよく しあう ところ です。しょうかくせい の こども まで サポート できます。こちら を つかう に は、とうろく が ひつよう です。かならず ふじのさと ファミリーサポートセンター まで れんらく して ください。(でんわ: 054-643-6611)

■ちいき こそだて しえん センター

1さい までの こども が いる ファミリー に おてつだい する ため、ふじえだし の なか 14こ の ばしょ で そうだん・サポート・セミナーなど を やっている。

■しゅっさん いくじ いちじきん の しきゅう

けんこう ほけん (しゃかいほけん・こくみんほけん) に はいっている ひと が こども を うんだ とき、ひとりの こども に つき 42まんえん が もらえます。これを もらう に は、びょういん で てつづき を する ひつよう が あります。じょうけん も あります ので、くわしい こと は でんわ で きいて ください。しゃかいほけん を もっている ひと は かいしゃ に でんわ。

こくみんほけん を もっている ひと は しゃくしょ の こくほねんきんか まで でんわ ください。(でんわ: 054-643-3349)

■じどう てあて

じどう てあて は 0さい から ちゅうがっこう が おわる まで (15さい に なった あとの 3がつ 31にち) もらえます。てあて を もらう に は、てつづき が ひつよう です。てつづき は はやめ に やりましょう。(うまれて また、ひっこした ひ から 15にち の なか)

※てつづき が おくれる と、おかね が もらえなくなる かも しれません。わからない こと は、こども かていか で ききましょう。(でんわ: 054-643-7227)

なんさい	いっかげつ に もらう おかね	きゅうりょう が たかい ひとが もらう おかね
2さい 11かげつ まで	¥15,000	¥5,000
3さいから しょうがっこう おわる まで (こども ふたり まで)	¥10,000	¥5,000
3さいから しょうがっこう おわる まで (こども さんにん から)	¥15,000	¥5,000
ちゅうがっこう	¥10,000	¥5,000

■ぼしかていとう いりょうひ じよせい せいど

きゅうりょう が ない (すくない) シングルマザー・シングルファザー の こども が サポート してくれる システム です。サポート もらえる たいみんぐ は、しんせい した ひ の つぎのひ から つぎ の とし の 6がつ 30にち まで です。こうしん も できます ので、わからない こと は こども かていか また は おかべ ししょ まで れんらく して ください。

○ぼしかてい など いりょうひ じよせい せいど の ないよう

	びょういん に いくとき	にゅういん する とき
じぶんが はらう おかね	1かい ¥500 1かげつ の なか で 4かい まで 5かい め から むりよう (¥500みまん が その おかね を ふたん)	むりよう ほけん が きかない こと は じぶん で はらわない と いけない (ごはん・ふく など)

■みじゆくじ よういく いりょうひ じよせい せいど

ちいさく うまれた あかちゃん が にゅういん する とき に もらえる サポート です。ふじえだし に すんでいる 1さい までの こども が びょういん の せんせい に にゅういん が ひつよう と いわれた とき。びょういん の おかね の いちぶ を サポート します。くわしい こと は、こども みらいか まで でんわ ください。(でんわ：054-643-3241)

■じどう ふよう てあて

じどうふよう てあて は、18さい に なった つぎの 3がつ 31にち まで に もらえる てあて です。シングルマザー・シングルファザー、また よういくしゃ に あげる おかね です (じょうけん が あります)。

じどう ふよう てあて を うける には、しやくしょ で てつづき を する ひつよう が あります。

くわしい こと が こども かていか まで でんわ ください。(でんわ：054-643-3241)

■ひとりおや かていとう いりょうひ じよせい せいど

20さい までの こども (ひとり おや) が びょういん に かかった とき、その おかね の いちぶ が サポート されます。じょうけん が ありますので、くわしい こと は こども かていか まで でんわ ください。(でんわ：054-643-3241)

■ぼしかてい など じりつしえん きゅうふきん せいど

○じりつ しえん きょういく くんれん きゅうふきん せいど

シングルマザーまたはシングルファザーが しごと に やくだつ ぎのう や しかく を とる ため、こうぎ (セミナー) に さんか する ばあい、いくら か おかね の サポート が あります。

○こうとうしょくぎょうくんれん そくしんきゅうふきん および しゅうりょうしえん きゅうふきん せいど

シングルファザーまたはシングルマザーが かんごし または かいごふくしし・ほいくし などの しかく を とる ため の サポート です。1ねんいじょう がっこうなど で べんきょう する ばあい は おかね の サポート が あります。

※わからない こと は こどもかていか に といあわせて ください。(でんわ：054-643-3241)

○こども いりょうひ じゅきゅうしゃしょう について

18さい までの こども が びょうき や けが した とき に かかる おかね の いちぶ を ふじえだし が サポート します。

○ひつよう な もの

- ・しんせいしよ
- ・こども の ほけんしょう
- ・みぶんしょうめいしよ (ざいりゅうカード・マイナンバーカードなど)

■こども いりょうひ じゅきゅうしゃしょう

18さい までの こども が びょうき や けが した とき に かかる おかね の いちぶ を ふじえだし が サポート して くれます。わからない こと が あれば こども かていか まで でんわ してください。(でんわ：054-643-3241)

■こども いりょうひ じよせい せいど

18さい までの こども が びょういき や けが した とき に かかる おかね の いちぶ を ふじえだし が サポート します。わからない こと が あれば しやくしょ まで でんわ してください。

きょういく について

■にほんの がっこう について

○しょうがっこう に はいる まえ

3さい から しょうがっこう に はいる まえ まで ようちえん に いきます。

○ぎむ きょういく について

ぎむ きょういく は、6さい になってから 15さい までの 9ねんかん です。

しょうがっこう (6ねん) ちゅうがっこう (3ねん)

○しよとう ちゅうとう きょういく について

6さい になって つぎ の 4がつ から しょうがっこう に はいれます。

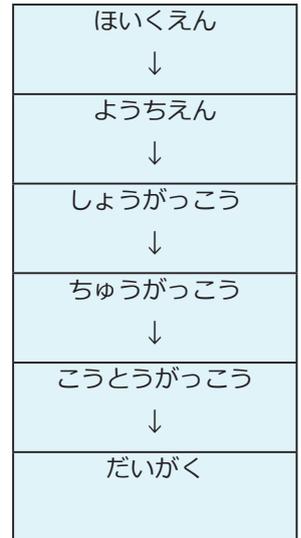
しょうがっこう で 6ねんかん べんきょう します。しょうがっこう そつぎょう すると

ちゅうがっこう に はいります。ちゅうがっこう で 3ねんかん べんきょう します。

しょうがっこう と ちゅうがっこう を そつぎょう すれば、こうとうがっこう (こうこう) に はいります。こうこう では 3ねんかん べんきょう します。

○こうとうきょういく について

こうとうきょういく は、おもに だいがく・たんきだいがく で やります。だいがく の べんきょう する きかん は 4ねんかん、たんきだいがく は 2ねんかん です。



■がっこう せいかつ について (しょうがっこう・ちゅうがっこう)

- ・がっこう の 1にち の クラス の じかん は、ようび や がくねん に よって かわります。とくべつ な こと が ない かいぎり、どようび と にちようび は やすみ です。しょうがっこう の 1つ の クラス は 45ふん やります。ちゅうがっこう は 50ふん です。しょうがっこう では、たんじんの せんせい が ほとんどの きょうか を おしえます。ちゅうがっこう では、きょうか ごとに かわります。

- ・しょうがっこう と ちゅうがっこう では、きゅうしよく を たべます。こども たちが じゅんぴ を して あと か たづ け も やります。げんき よく よく せいかつ する ため、えいよう バランス が よい たべもの を たべます。きゅうしよく の おかね は、パパ・ママが おしはらい します。



※アレルギーなど けんこう の もんだい、または しゅうきょう の りゆう で、たべられない もの が あれば、たんじんの せんせい に きいて ください。

※にほん で、そうじ の じかん が あります。じぶんたちで つかう きょうしつ や グランドなどを みんな で そうじ を します。

※ぶかつ かつどう は、1にち の クラス が おわった あとに、スポーツ や ぶんか てき かつどう を やる こと が できます。

■しょうがっこう・ちゅうがっこう

○しょうがっこう に はいる 3かげつ まえ (1がつの さいご) に、てがみ が とどきます。わからない こと が あれば、ふじえだし きょういく せいさく か ま で でんわ ください。

でんわ: 054-643-3271

○ちゅうがっこう に はいる 3かげつ まえに、しょうがっこう から おや に おしらせ します。わからない こと が あれば、ふじえだし きょういく せいさく か ま で でんわ ください。

でんわ: 054-643-3271

○ふじえだし の しょうがっこう・ちゅうがっこう に はいる ばあい、てつづき が ひつよう です。ほごしゃ の パスポート・ざいりゅうカード・いんかん を きょういく せいさく か ま で もって きて ください。わからない こと が あれば、ふじえだし きょういく せいさく か ま で でんわ ください。

でんわ: 054-643-3271

○しょうがっこう・ちゅうがっこう が かわる とき の てつづき

ふじえだし の なか で じゅうしよ が かわる とき、がっこう も かわります。ふじえだし や くしよ の しみんか で

てつづき を して から、きょういく せいさく か ま で きて ください。その あと、がっこう で てつづき を して ください。

■ほかの し に いく とき

しやくしょ の しみんか で ひっこし の てつづき が おわったら、きょういく せいさくか まで きて ください。その あと、べんきょう していた がっこう で てつづき を して ください。 わからない ことが あれば、ふじえだし きょういくせいさくか まで でんわ ください。(でんわ：054-643-3271)

〇とくべつしえん がつきゅうでは、しょうがい など、とくべつな サポートを ひつようと する こどもたち が います。ふじえだし の なかで、しょうがっこう 13こ あります。ちゅうがっこう は 9こ あります。

わからないことは、ふじえだし きょういくせいさくか まで でんわください。(でんわ：054-643-3271)

〇しゅうがくえんじょ は、おかね に こまっている かてい が きょういくのおかね を はらえない とき、おかね の サポートがあります。くわしいことはしやくしょ まで でんわしてください。(でんわ：054-643-3045)

〇にほんご が わからない こども たちの ために、がいこくじん せいとしどういん による サポートが あります。くわしいことは、きょういく せいさくか まで でんわ ください。(でんわ：054-643-3135)

■がいこくじん じどうせいと てきおうしどういん による じどうせいとしえん

「にほんご が よくわからない」「べんきょう が むずかしい」「こまった とき、だれに いえばいいのかな」と、しんぱい している こども たちが いませんか？

ふじえだしでは、しょうがっこう・ちゅうがっこうにいく こどもたちにたいして、にほんのがっこうのルールやマナー、にほんごをおしえるサポートをしております。ふじえだしで3にんの「しどういん」がいます。1しゅうかんに1かい、1じかんぐらい いっしょにべんきょうします。こどもたちがしんぱいしないで、よいがっこうせいかつができるようにしています。

ごみの だしかた

ふじえだしではごみのリサイクルとごみのただしすてかたをすすめるために、いえのごみを5タイプにわけてすてるようにしています。①もえるごみ ②プラスチック ③きくず ④かみりい ⑤もえないごみ

■ごみだしの ルールを まもりましょう

〇ごみは きめられた ひ の あさ8じ までに きまった ばしょで すててください。

〇まにあわなかった ときは、つぎのときに だしてください。

〇ごみを すてる ばしょは じぶんの ちょうないかい《おとなりさん どうしの コミュニティ》が かんりしています。ごみ を すてるばしょ や すてかた が わからないときは、ちょうないかいの ひとに きいてください。

〇ごみを すてる ひ が わからないときはごみのカレンダーを みてください。



このシールが はってあるごみは ひろえません。このごみを だした ひとは もってかえって ただしく すててください。

※わからないこと あれば しやくしょに でんわ してください (でんわ：054-643-3681)

■もえるごみ

もえるごみは きまった ひ と きまった ばしょ が あります。ふくろは 3つ まで です。

〇ごみを すてる ときは、なか のモノがわかる ため、とうめいか はんとうめいの ふくろに入れて、ふくろの くちを しばって すててください。

〇なまごみは みずを とって ひとつの て で もてる ぐらいのおおきさ や おもさに してください。

〇くさは できれば つちに かえすか、かわかしてから つちをおとして すててください。

〇ふとんや カーペットなどは、たたむか まるめて すてて下さい。

〇ホットカーペットの きかい の ところは、きつてもえないごみの ひ に すててください。

〇プラスチック せいひん (ブラマーク が ないモノ)、ゴムせいひん、ぬのるい、リサイクル に むかない かみりい は もやすごみ として すててください。

〇おおきい モノ (はば1mいじょう、ちよっけい30cmいじょう) は、 たかやなぎ せいそう こうじょうで すてる。

〇リサイクルできる かみりい は きまった ひ に すててください。

〇はなび や ライターなど あぶないものは、つかったあと みずで ぬらしてから すててください。

〇ごみを もやすのは やめましょう！ そとで ゴミを もやすことは ほうりつ で きんし されています。

○リサイクルできる かみりいは きまった ひ に すててください。

○はなび や ライターなど あぶないものは、つかったあと みずで ぬらしてから すててください。

○ごみを もやすのは やめましょう！ そとで ゴミを もやすことは ほうりつ で きんし されています。

■いりょう ごみの すてかた

もやすごみで すてることが できますけど、じこ にならないため つぎの ことに きをつけてください。インスリンの はり は ケースに いれたあと、かみパック または ペットボトルに入れて フタをして（在）と かいてください。そのあと、もやすごみで すててください。プラスチックバッグるい（てんてきなど）、チューブやカテーテルは ビニールぶくろ に いれてフタをして もやすごみとして すててください。

○いりょう ごみは、プラマークが ついていても もやすごみとして すててください。

○くすりの リキッドなどが のこっていると すてられません。

○ハリや きれるものは びょういんで すててもらいます。

■なまごみを わけて すてる みなさん へ

みずきりを しっかりしてから なまごみの ふくろ（きいろ）に いれてください。にじゅうぶくろ 《ふくろの なかに ふくろ》は きかいトラブルに なりますので やめてください。もやすごみ とおなじ ひの あさ8じ までに すててください。もやすごみと まぜないで ください。

・なまごみとして すてられないものしたに かいてあるものは、なまごみとして すてられません。ただしくわけて すててください。アルミホイル、キャップ、わりばし、ネット、ティー パック、コーヒー の フィルター、しんぶん、ウエットティッシュ、ふといほね、ひも、つまようじ、わゴム、くすり、タバコ、メタルるい、われものなど。

・なまごみ の ふくろが なくなったら

まいとし1セット（120まい）を わたしていますが、ぜんぶ つかったら、もっとわたしますので ふじえだしやくしょ の「せいかつ かんきょうか」まで でんわ ください。



■プラスチック【プラ】

1しゅうかん に 1かい、きめられた ひ に すててください。プラスチックは プラマークが ひょうじ されているもの。にじゅうぶくろ 《ふくろの中にふくろ》は きかいトラブルに なりますので やめてください。

※よごれは みずで きれいにすて してください。かならず かわかして ください。

※あぶらなどの よごれや においが とりにくいものは もやすごみで すててください。

※タイプごとに わけなくても だいじょうぶ。とうめい か はんとうめいの ポリぶくろに いれて すててください。

※かぜ つよいときは、すてなくてもいいです。どうしても すてたいときは、ふくろ と ふくろ を むすんで すててください。

※いりょう ごみは、プラマークが ついていても もやすごみとして すててください。



★★トレー★★

しろいトレーと いろあるトレー

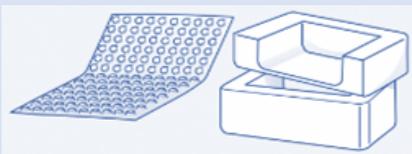


★★パック・カップ★★



★★チューブ★★

ぜんぶ つかってから すててください



★★はっぱう スチロールなど★★

おおきなものは ちいさく わってから ふくろに いれる。

ペットボトルは、もえないごみへ だしてください。

いりょうごみは、もやすごみで すててください。



★★ネット★★



★★ポリぶくろ・ラップ★★

シールなどを はがさなくても だいじょうぶ



★★ボトル・ふた★★

なかのモノが なくなってから だしてください。あんぜんのために ふた・ノズルは はずして ください。

■きくず

きくずは きめられた ひ に すててください。かみひも または はりがね で しばって すてる。きの えだ は、ながさ 1m×ちよっけい30cmまで。きから できた かぐ は、ばらして すててください。また、できれば メタルの ところを はずして ください。ラタンの おおきなものは きって すてて ください。ちいさいもの、きくず、えだ は、ふくろに いれて「きくず」と かいて 3ふくろ までで すててください。

だしてはいけないもの

くさ・たけ・わら・しょくぶつ の つる
※プラスチック・メタル・ビニールでプロセス してあり、そのビニールがはがせないもの

■かみりい

かみは 2しゅうかん に 1かい、4タイプに わけて すてる。しろ の かみひも で しばってください。ビニールの ひも は つかわないで ください。ビニールぶくろに いれて だすことも ダメです。かなぐ、ビニール、セロハンなどの ものは とつて ください。

①しんぶんの かみ

・しんぶん と チラシも いっしょに すてる。

②ダンボール

・おりたたんで すてる。たくさん すてる ばあい ダンボール すてられる ばしょに もっていき。

③マガジン

- ・マガジン・ハガキ・ふうとう・シュレッダーに かけた かみ など。
- ・かみ の ふくろ に いれて、くちを しろい かみひも で しばって すてる。
- ・なにも はいっていない はこ に いれて すてる。(ダンボールは つかわないで ください)
- ・マガジンや カタログの あいだ に いれて すてる。
- ・しろい かみひも で しばって すてる。

④かみバック

- ・さいしょに あらって、そのあと かわかします。
- ・プラスチックの ところ は、きって もやすごみ で すてる。

だして ダメな もの!

- ・しゃしん・アルバムなど。
- ・カーボンかみ・ビニール・アルミなどで プロセス して ある かみ。
- ・あぶら できたなくなった かみ・カップ ラーメン などのふた。
- ・せんこう の はこ など、においがあるもの。
- ・かみのおむつ、かみのマスク は もやすごみで すててください。

■もえない ごみ

つきに 1かい、きまった ばしょで すてる。※したにかいてある タイプに わけて、きまった カゴで すててください。

びん	3つ の いろ に わけてください。(とうめい・ちやいろ・ほかのいろ。 けしょうびんの びん は きまった かごへ。われた びんも いろ わけてください。びんの ふた は とつて ください。のうやく や くする などが はいってるものは すてられません。
アルミかん	かんづめは よごれを おとしてから すててください。 かんづめの フタは てつくず として すててください。スプレーは、あな を あけてから だしてください。つよく つぶさないで ください。
もえない おおきいゴミ	じてんしゃ・ストーブ・ビデオデッキ・ステレオ・でんしレンジ など。 せきゆストーブやファンヒーターは とうゆ を だして、はんたいに してから すてる。
メタル	①メタル・ちいさいかでんびん ⇒ ハンガー、とけい、なべ、フライパン、かさの ほね など。 ②こまかい メタル ⇒ くぎ、かみそり、はり、メタルのふた など。
メタルかん	スプレーかん(メタル・アルミ)、ジュース・ペールかん など。
ペットボトル	のみもの、おさけ、しょうゆ などの ボトルで PETの マークがある もの。 ①キャップや ラベルを とつて ください ②なかを きれいに してください ③ボトルを ちいさく してください。
バッテリー	あきかん などに いれて すてる。※ボタンバッテリー や じゅうでんバッテリーだけは でんきてん などに もって いってください。
ライト	でんきゅう・すいぎんたいおんけい など ※すいぎん の せいひん は ビニールぶくろに いれて くちを しばって すててください。※LEDはべつに して ください。
てんぷらあぶら	りょうりに つかった あぶら。
セラミック	セラミックでできたプレートなど
ガラスくず	ガラス(コップ・いたガラス)
けしょう びん	なかのモノは ぜんぶ つかって ください ⇒ プラスチックのモノを とつて ください ⇒ みずで あらってください。

■ごみを すてる ばしょ

○なまえ	リサイクルセンター
○ばしょ	ふじえだし おかべちょう うちや 833-2
○でんわ	054-667-2626
○ようび	げつようび～きんようび
○じかん	あさ9:00～11:00・ ごと 1:00～ 4:00
○いくら	◇50kgまで:フリー ◇51kgから:10kgごと ¥146



○なまえ	たかやなぎ せいそう こうじょう
○ばしょ	ふじえだし たかやなぎ 2338-1
○でんわ	054-636-0530
○ようび	げつようび～きんようび
○じかん	あさ9:00～11:00・ ごと 1:00～ 4:00
○いくら	◇50kgまで:フリー ◇51kgから10kgごと ¥146



■ふじえだし の とりくみ

ふじえだしはひとりあたりでだすごみのりょうがすくない。にほんで7いとなりました。これは、しみのみんなのおかげです。1いをめざしてリサイクルをしっかりとやりましょう。

※もやすごみのおもさの49%はなまごみです。なまごみのほとんどはすいぶんです。みずをぜんぶとってからなまごみをすてましょう。ごみのぶんべつもしっかりとやりましょう。

■ふほうとうき《ルールを まもらないで ゴミを すてる》ははんざいです！

◎みち や かわ など に ごみを すてることは きんしされております。

◎この ほうりつを まもらなかったら、5ねんまでの ちょうえき《けいむしょ に はいる》もしくは1,000まんえんでの ぼつきん または その りょうほう を うける かのうせいがあります。

◎じぶんの いえなどを きれいに たもたない と いけません。じぶんの ところに ごみ を すてられたばあい、ごみを うごかさないうで ください。ちかくの けいさつ に でんわ してください。

しごと に かんすること

■しごとを する まえ に すること

がいこくじんは、ビザによって、できるしごととできないしごとがあります。

おおきく わけると つぎの 3つの しゆるい があります。

○きまった しごと だけ できる ビザ

- ・がいこつ、こうよう、きょうじゆ、げいじゆつ、しゅうきょう、ほうどう、こうど
- せんもんしょく、けいえい、かんり、ほうりつ、かいけいぎょうむ、いりょう、けんきゅう、きょういく、ぎじゆつ・じんぶんちしき・こくさいぎょうむ、きぎょう ないてんきん、かいご、こうぎょう、ぎのう、とくていぎのう、ぎのうじっしゅう、とくていかつどう (ワーキングホリデー・かいごふくししなど)。

○しごとを することが できない ビザ

- ・ぶんかかつどう、たんきたいざい、りゅうがく、けんしゅう、かぞくたいざい

○どんな しごと も できる ビザ

- ・えいじゅうしゃ、にほんじんのはいぐうしゃとう、えいじゅうしゃのはいぐうしゃとう、ていじゅうしゃ

■どのような かたち で しごと できるか

○はけんしゃいん

- ・はけんしゃいん は つぎの かたち で しごと できます。

- ① はけんしゃいんは、はけんがいしゃ と けいやくしょ を かきます。
- ② はけんしゃいんは、はけんがいしゃが はけんけいやく を むすんでいる かいしゃ に はけん される。
- ③ はけんしゃいんは、はけんさき (はたらく ところ) の しじ を うけて、しごと します。



○けいやくしゃいん (けいやく きかん が ある しゃいん)

- ・けいやくしゃいんは、かいしゃ と きまっている きかんの けいやく を する ひと。
- ・けいやく きかんが おわれれば、けいやく も おわります。でも、けいやくしゃいんと かいしゃ で あたらしい けいやく を したい ばあいは こうしん できます。
- ・1かい あたり の けいやくきかん は ながくても 3ねん です。

○パートタイムしゃいん

- ・パートタイムしゃいんは、いっしょにはたらく しゃいんと くらべて、はたらく じかんが すくないひと の ことです。
 - ・パートタイムしゃいんは、ろうどうほう《しごとにかんする ほうりつ》にも まもられています。
 - ① ゆうきゅう きゅうか を とれます。
 - ② こようほけん や しゃかいほけん にも はいれます。
 - ・かいしゃは、パートタイムしゃいんをやとい入れるとき、つぎ の こと が まもらない と いけない。
 - ① しごと の じょうけん を おしえる こと。
 - ② とくに だいじ な じょうけん 6つ について、ぶんしょ (かみ) で わたす ひつよう が あります。
- ※パートタイムしゃいん や けいやくしゃいん は、「しょうきゅう があるか」「ボーナス があるか」「たいしょくてあて があるか」「こようかんりに ついて そうだんまどぐち」についても、ぶんしょ (かみ) で みせる ひつよう が あります。わからない ことがあれば、そうごうろうどうそうだんコーナーまで でんわ して ください。

○ぎょうむいたく (フリーランス) けいやくを むすんで はたらく ひと

「ぎょうむいたく」や「うけおい」といった なまえで はたらく ばあいには、ちゅうもんしゃから うけた しごとの かんせいに たいして ほうしゅうが しはられる というものなので、ちゅうもんしゃの しきめいれいを うけない「じぎょうぬし」としてあつかわれ、きほんてきには「ろうどうしゃ」としてのほごを うけることは できません。ただし、「ろうどうしゃ」や「うけおい」といった なまえで けいやくを していても、その じっさいの はたらきかた から ちゅうもんしゃ の しじを うけていて「ろうどうしゃ」であると はんだんされれば、「ろうどうしゃ」としての ほごを うけることが できます。「ろうどうしゃ」であるかどうかの はんだんについて こまったときは、ろうどうきじゅん かんとくしょに そうだんしてください。

■ろうどう けいやく

○ろうどうしゃ の はんい

- ・ろうどうしゃ は、いわれた しごと を して、その しごと に たいして きゅうりょう を もらう。
ろうどうしゃ は、ほうりつ (ろうどうほう) で まもられている。
- ・せいしゃいん だけ でなく、はけんしゃいん、けいやくしゃいん、パートタイムしゃいん、アルバイトしゃいん も みんな「ろうどうしゃ」です。

○ろうどう じょうけん

- ・ろうどうしゃ は、けいやく の ないよう が わからないまま しごと とする とトラブルに なります。トラブルにならないため、ろうどうじょうけん (こまかいところまで) をしっかりと おしえる ぎむが あります。
- ・とくに つぎの ことについて かいしゃ は ろうどうしゃ に おしえる ひつよう が あります。
また、ろうどうしゃ からの きぼう が あれば FAX や メールなど で おしえても かのう です。
 - ① けいやく は いつ から いつ までか。
 - ② しごと とする きかん が きまつていれば、こうしん が あるかどうか も おしえないと いけません。
 - ③ どこで しごと とするか、または どんな しごと を するか
 - ④ しごとが はじまる じかん・おわる じかん、または きゅうけいじかん、やすみ は なんにちか など。
 - ⑤ きゅうりょうは いくらか、いつふりこまれるか、どのようにふりこみするか、しはらい する ひ など。
 - ⑥ ろうどうけいやく の しゅうりょう について の きまり。(なぜ けいやく が おわるかなど)

■ろうどうけいやく の きんしじこう

ろうどうきじゅんほう《しごとにかんするほうりつ》では、かいしゃがわがろうどうけいやくにのせてはいけないこともまっています。

①ろうどうしゃがろうどうけいやくをまもらなかったらいやきん《ペナルティ》をはらわせることや、そんがいばいしょうがくを「まえもって」きめること。

※かいしゃがばいしょうをせいきゅうすることはきんしではありません。

②ろうどうすることをじょうけんとして、ろうどうしゃにおかねをまえがしし、まいつきのきゅうりょうからいっぽうてきにてんびきするかたちでへんさいさせること。

③ろうどうしゃにきょうせいてき《むりやり》にかいしゃにおかねをつみたてさせること。

しゃいんりょこうなどろうどうしゃのふくしのためでも、きょうせいてきに つみたてさせることはきんし。

■だんじょ どういつ ちんぎんの げんそく

ろうどうしゃがじょせいであることをりゆうとして、きゅうりょうについて、だんせいとさべつてきあつかいをしてはならない。

■ろうどうじょうけんがけいやくしたときのやくそくとちがっていたら

- ・しごとをはじめて、けいやくしたときのやくそくとちがうときは、そのことをりゆうとして、すぐにろうどうけいやくをやめることができます。
- ・ろうどうじょうけんは、けいやくしょとかいしゃのしゅうろうきそくとうによってままります。
- ・しごとをはじめてから、かいしゃがろうどうしゃのきよなく、いっぽうてきにふりえきなるろうどうじょうけんへんこうすることはできません。

■きょうせいろうどうの きんし

バイオレンス、きょうはく、かんきんなどをつかって、ろうどうしゃにたいして「きょうせいてき」にしごとさせることはいけません。

■ろうどうじかん

ろうどうしゃにきゅうけいじかんとべつに、いっしゅうかんに40じかんをこえて、しごとをさせてはならない。また、1にちに8じかんいじょうしごとをさせてはいけない。

※こちらのままりは、あくまでもげんそくです。

■きゅうけい

ろうどうじかんが6じかんをこえると、すくなくとも45ふんいじょうのきゅうけいするひつようがあります。また、8じかんをこえるとすくなくとも1じかんいじょうのきゅうけいじかんをとらないといけません。

■きゅうじつ《やすみのひ》

まいしゅう、すくなくとも1にちのやすみをあたえなければなりません。

■ゆうきゅう きゅうか

ろうどうしゃは、かいしゃにはいったひから、6かげつかんをつづけてしごとすると10にちかんのゆうきゅうをもらえます。じょうけんとして、ぜんろうどうびの80%いじょう、しゅつきんしないといけません。

つうじょうの ろうどうしゃの ゆうきゅうにつすう							
かいしゃにいるねんすう	0.5	1.5	2.5	3.5	4.5	5.5	6.5 いじょう
ゆうきゅうにつすう	10	11	12	14	16	18	20 まで



※したのリンクをみてください ↓↓↓

<http://www.japaneselawtranslation.go.jp/law/detail/?vm=04&id=5&re=02>

■たいしょく・かいこ など

○かいしゃをやめることはろうどうしゃのじゆうですが、しゃかいじんとしてのルールをまもってやめることがたいせつです。

- ① やめる まえに じょうし (かいしゃの ひと) に いう
- ② たいしょくとどけ を かいて かいしゃ の ひと に だす。
- ③ しごとの ひきつぎ を する
 - ・ かいしゃを やめると きめたら、どんな てつづき が ひつよう か、しらべる ことがひつようです。
 - ・ かいしゃ でやめるときの てつづきが きまっている であれば、そのルールを まもらない といけない。
 - ・ また、かいしゃをやめるといときは、けいやくきかんの さだめがあるか ないか により、ほうりつ でちがう ルールが きめられています。

○けいやく きかん が きまっていない とき

- ・ やめるといとき から、2しゅうかん あと に ろうどうけいやく が おわります。

○けいやく きかん が きまっている とき

- ・ おおきな りゆう が ない かぎり、けいやくきかんの とちゅう で かいしゃ やめる ことは できません。また、1ねん いじょう しごと している ばあい、やめる ことをつたえれば、いつでも やめる ことが できます。
- ・ けいやくきかん が おわったあとに、おなじ ばしょ でしごと するためには、あたらしく けいやくを しないと いけません。けいやく する ときは、かいしゃ と ろうどうしゃ の どうい が ひつよう。

○かいこの ばあい

- ・ かいこ は、かいしゃ の つごう で けいやく を おわらせること です。
- ・ かいこ は きゃっかんてきな ごうりてきりゆうがなく、しゃかいつうねんじょう そうとう と みとめられない ばあい、むこう です。つまり、かいこ は かいしゃが じゆう に おこなえる というもの ではありません。
- ・ また、かいしゃは しゅうぎようきそく に かいこの りゆう を まえもって きさいして おかない といけない。
- ・ かいしゃ は かいこしよう とする ばあいは、かならず 30にちまえ によこく を するか、30にち ぶん いじょう の へいきんちんぎん を しはらわなければ なりません。(やむをえない とき は のぞきます)

○やといどめ

- ・ やといどめ とは、けいやく の きまり が ある ろうどうけいやく の けいやく きかん が おわった とき、あたらしい ろうどうけいやく を しない こと です。
- ・ やといどめは、けいやくきかんの とちゅうで、かいしゃ が いっぽうてきに ろうどうけいやく を おわらせる かいこ と ちがいます。
- ・ つぎのような ひと には、やといどめ しようとする ばあい、30にちまえ によこく を する ひつよう が あります。
 - ① 3かい いじょう けいやく が こうしん されている ひと
 - ② 1ねん を こえて つづけて はたらいている ひと
- ・ やといどめが みとめられない ばあい、やといどめ まえと おなじ じょうけんで、きかんの さだめのある ろうどう けいやく が こうしん される こと になります。

○せいり かいこ

- ・ かいしゃ が ふきよう や マネジメントにもんだいがあり、ろうどうしゃ の にんずうを へらす こと です。
- ・ せいりかいこ が できる か できないか、つぎの こと で きまります。
 - ① ひと を へらす 「ひつよう」が あるとき。
 - ② かいこ を しないように どりよく したとき
 - ③ せいりかいこ の たいしょうしゃ の えらびかた の ごうりせい
 - ④ かいこの てつづきの だとうせい (ろうどうしゃ になつとく を もらうため、せつめい を すること)。

■ハローワーク

しごとを さがしている ひと と ひとを さがしている かいしゃ を マッチング させる ばしょ です。また、ハローワーク は しごとを みつける ための サポート (りれきしよ の かきかた、めんせつ の じゅんび、こようほけん の てつづき など) を やっています。しごと さがしている がいこくじん を サポート するために つうやくしゃ も います。

■ふじえだ の ハローワーク

ばしょ： BiViふじえだ（ふじえだし まえじま1-7-10 BiVi ふじえだ 2かい）

じかん： 10:00～18:00

でんわ： 054-636-2126



■がいこくじん こよう サービスコーナー

しずおかけん で、つうやくしゃ が いる ハローワークオフィスを さがすには つぎの URL を

みてください ⇒ www.jsite.mhlw.go.jp/shizuoka-roudoukyoku/madoguchi_annai/gaikokuzin.html

ぜいきん

■しけんみんぜい

しけんみんぜい は、ふじえだし と しずおかけん の ぜいきん です。ふじえだし が おかね を あつめた あと、しずおか けん に おかね を おくります。

○しけんみんぜい

しけんみんぜい は、1がつ1にち に じゅうしょ とうろく していた しゃくしょ に おしほらい します。たとえば、きゅうりょう が あって、1がつ1にち に ふじえだしやくしょ で じゅうしょ とうろく していれば、ふじえだ し に しけんみんぜい を しはらわない と いけません。

しけんみんぜい を はらわない と ビザの こうしんのとき、ビザが みじかくなったり、ビザが もらえない かも しれません ので、しっかり はらいましょう。

しけんみんぜい は まえ の とし の きゅうりょう に よって かわります。たくさん きゅうりょう もらっ ていけば、ぜいきん が たかくなります。きゅうりょう すくない と やすく なります。

○しけんみんぜい の はらいかた は ふたつ あります。

(1) とくべつ ちょうしゅう： かいしゃ が きゅうりょう から しけんみんぜい を ひいて、ふじえだし に おしほらい します。これは 12かい に わけて はらいます。かいしゃ で はたらくひとは これを やります。じぶん で はらう ひつよう ない です。

(2) ふつう ちょうしゅう： これは 4かい に わけて、じぶん で ふじえだし に おしほらい します。まいとし6がつ ごとに、てがみ が いえに とどきます。ぎんこう や コンビニ で はらいます。

○こういう ときは、きをつけて ください！

・かいしゃ を やめたら：とくべつ ちょうしゅう から ふつう ちょうしゅう に かわります。まだ はらってない しけん みんぜい は、じぶん で はらわない と いけない。

・にほん から であたら：じぶんの くに に かえる など、にほん から であるとき、まだ はらってない しけん みんぜい を はらわない と いけない。その ときは、じぶんの かわりに ぜいきん を はらう ひと 《のうぜい かんりにん》を きめ。かならず ふじえだし に とどける ひつよう も あります。

■ふじえだし に はらう ぜいきん

ふじえだし に しけんみんぜい、こていしさんぜい・としけいかくぜい《いえの ぜいきん》、けいじどうしゃぜい 《660cc までの くるま の ぜいきん》、こくみんけんこうほけんぜい を はらわない と いけない。

	6 がつ	7 がつ	8 がつ	9 がつ	10 がつ	11 がつ	12 がつ	1 がつ	2 がつ	3 がつ
しけんみんぜい (ふつうちょうしゅう)		1き		2き		3き			4き	
こていしさんぜい としけいかくぜい	1き		2き		3き			4き		
けいじどうしゃぜい	ぜんぶ									
こくみんけんこうほけんぜい			1き	2き	3き	4き	5き	6き	7き	8き

○しけんみんぜい は、4かい に わけて はらいます。7がつ・9がつ・11がつ・2がつ に はらいます。

○こていしさんぜい・としけいかくぜい は、4かい に わけて はらいます。6がつ・8がつ・10がつ・1がつ に はらいます。

○けいじどうしゃぜい は、1かい だけ、6がつ に はらいます。4がつ 1にち に、660ccまでの くるま を もっている ひと が はらいます。

○こくみんけんこうほけんぜい は、8かい に わけて はらいます。8がつ・9がつ・10がつ・11がつ・12がつ・1がつ・2がつ・3がつ に はらいます。



■かてい しんこく に ついて

にほんに すんでいる ひと、はたらいている ひと は、ぜいきん を はらう ぎむ が あります。ふじえだし に すんでいる ひとの しょとくぜい に かんして は、ふじえだぜいむしょ に そうだん してください。

○ふじえだぜいむしょ

ばしょ：ふじえだし あおき 2-36-17 でんわ：054-641-0680

※ふじえだし ぜいむしょ に いくまえ、かならず でんわ で よやく してください。

■しけんみんぜい を はらわなくても いい ひと

- ・ひとり おや の ひと、かふ、しょうがいしゃ、みせいねん で、まえの とし の きゅうりょう が ¥1,350,000を こえてない ひと。
- ・1ねん で ¥380,000 より すくない きゅうりょう を もらった ひと。
- ・はいぐうしゃ や こども を やしなっていて、きゅうりょう が すくない ひと。
(くわしい ことは ふじえだしやくしょ で きいて ください)

■こくみんけんこうほけん

にほんでは、しゃかいほけん (かいしゃ の ほけん) か こくみんほけん (しゃくしょ の ほけん) に かならず はいらない といけません。

※こうきこうれいしゃ いるよう ほけん や せいかつ ほご を うけている ひと だけ はいらなくても いいです。

○14にち いない に はいる てつづき または やめる てつづき を してください

こくみんけんこうほけん に はいる には、しゃくしょ での てつづき が ひつよう です。かいしゃ の ほけん を やめた とき、または ふじえだし に ひっこした とき から こくみん ほけん を はらわない といけません。かいしゃ の ほけん から こくみん ほけん に かわるとき、「だったいれんらくひょう」が ひつよう です。だったいれんらくひょう は かいしゃ から もらって ください。

※わからない ことが あれば ふじえだしやくしょ の こくほねんきんか に でんわ してください。

でんわ：054-643-3303

■こくみんねんきん

○こくみん ねんきん

とし を とり しごと が できなくなったり、じこ や びょうきで しょうがい が のこった とき、しんでしまった ときに、じぶん または かぞく が あんてい した せいかつ が できる ため に つくられた システム です。

にほんに すむ 20さい から 59さい までの ひと が はらいます。がいこくじん も しゃくしょ に じゅうしょ と ころく していれば、はらわない といけません。

※てつづき は、ふじえだしやくしょ でも できます。わからない ことは しゃくしょ まで でんわ してください。



○はらいかた

のうふしょ を もっていれば、ぎんこう や コンビニ で はらう こと が できます。ぎんこう こうざ から の ひきおとし、クレジットカード で はらう こと も できます。

2ねんぶん や 1ねんぶん、はんとし ぶん を まとめて はらいます と、ディスカウントも あります。

〇めんじょ について

おかねがなく、こまっているじょうたいであれば、おしはらいがめんじょとなるかのうせいがあります。くわしいことがふじえだしやくしよこくほねんきんかまででんわしてください。でんわ：054-643-3303

〇きゅうふのしゅるいとせいきゅう

ろうれいきそねんきん・しょうがいきそねんきん・いぞくきそねんきん・そのたのこくみんねんきんどくじきゅうふ。

■だったいいちじきん

こくみんほけんを6かげつじょうはらって、ねんきをうけることができないままきこくしたがいこくじんは、だったいいちじきをうけとることができます。にほんでてから2ねんいないにやらないといけません。わからないことは、こくみんねんきのホームページをみてください。インフォメーションは14のことばでさがすことができます。



■マイナンバー

しやくしよにじゅうしよをとろくしているひとには、12のばんごう「マイナンバー」があります。うまれたあかちゃんやあたらしくにほんにすみはじめたひとにもマイナンバーがあります。

- ・マイナンバーカードをつくるには、しやくしよでてつづきをしないとけません。
- ・すぐひっこすなら、ひっこしてからあたらしいところでつくってください。
- ・すぐビザをきれるひとは、ビザをこうしんしてからてつづきをしてください。
- ・マイナンバーカードにもゆうこうきげんがありますので、よくみてください。
- ・こうしんのてつづきをするとき、ざいりゅうカードとマイナンバーカードがひつようです。



こまったときの そうだんまどぐち

■そうだんまどぐち

まいにちのせいかつでこまっていることがあれば、そうだんしてください。

ばしよ：ふじえだしやくしよ ひがしかん 4かい だんじよきょうどうさんかく・
たぶんかきょうせい（よやくは ひつよう ありません）

でんわ：054-643-3198（げつようび～きんようび 8：30～5：15）



■せいかつほご

せいかつがむずかしいとき、びょうきやケガでしごとができないとき、びょういんのおかねがはらえないとき、いちどしやくしよでそうだんしてください。

〇じりつしえんか

ばしよ：ふじえだし おかでやま1-11-1ふじえだしやくしよにしかん 1かい

でんわ：054-643-3299（せいかつふくしがかり）

でんわ：054-643-3161（じりつせいかつサポートセンター）

■せいかつしきん

おかねでこまっているかぞくは、おかねをかりることができるかもしれません。

〇コールセンター きんきゅうこぐちしきん・そうごうしえんしきん そうだん

じかん：あさ9じ～よる9じまで（まいにち） でんわ：0120-46-1999

〇ふじえだししゃかいふくしきょうぎかい

じゅうしよ：ふじえだし おかでやま1-11-1ふじえだしやくしよにしかん 1かい

でんわ：054-643-3161（げつようび～きんようび だけ あさ8：30～ごご5：00）

■じゅうきよかくほきゅうふきん

しごとがなくなったひと、きゅうりょうがすくなくなったひと、アパートのおかねがはらえないひとは、しやくしよからサポートをもらえるかもしれません。（3かげつ～9かげつぶんのアパートのおかね）

〇じりつせいかつサポートセンター

ばしよ：ふじえだし おかでやま1-11-1ふじえだしやくしよにしかん 1かい でんわ：054-643-3161

■ドメスティックバイオレンス (DV)

パートナーから バイオレンスを うけている ひとは、ひとりで なやまないで、
かならず そうだん してください。サポートする ことができます。

○こども かてい か

ばしょ：ふじえだし おかでやま 1-11-1 ふじえだしやくしょ にしかん 4かい
でんわ：054-643-7227

○DV そうだん ナビ (#8008)

パートナーから バイオレンスを うけている。どこに そうだん すれば いいか
わからない。#8008 にでんわ してください。ひとりで なやまないで ください。
でんわ： #8008

○DV そうだん+ (プラス)

スペシャリストと そうだんが できます。なんでも きくことが できます。たとえば、これって
DV? バイオレンスをうけている? いますぐ パートナーから にげたい けど どうしたらいいの?
わたしの こども もしんばい です。このような ことが あれば、でんわ ください。(24H-OK)
10げんご で おはなし できます。あんぜん な ばしょも じゅんび できます。
でんわ：0120-279-889 ホームページ：www.soudanplus.jp/

■しずおかけん こくさい こうりゅう きょうかい

しずおかけん こくさい こうりゅう きょうかい では、ビザ・しごと・びょうき・ふくし など、
いろんな ことが そうだん できます。がいこくじん が せいかつ に こまっている ことが あれば、
おてつだい します。ポルトガルご、スペインご、フィリピンご、えいご、ベトナムご、ちゅうごくご、
インドネシアご、かんこくご で おはなし できます。にほんじん そうだんいん もたいおう できます。
でんわ：054-202-3411 ホームページ：www.sir.or.jp/multiculture/

■きゅうきゅうしゃ は #119

きゅうに びょうき や おおきな ケガを したとき、きゅうきゅうしゃ を よんで ください。
また、した に かいてある ような しょうじょう が あったら、#119 に でんわ を してください。

○おとな

- ・いしきしょうがい ⇒ いしき が ない または おかしい。
- ・はきけ ⇒ つめたい あせ と つよい はきけ が ある。
- ・けいれん ⇒ けいれんが とまらない や けいれんが とまっても、いしき が もどらない。
- ・のみこみ ⇒ ものを のどに つまらせて、こきゅう が くるしい。
- ・けが ⇒ たくさん ち が でて、けが が おおきい。
- ・じこ ⇒ こうつうじこ の とき、たかい ところ から おちた とき、うみ や プールの じこ。

○こども

- ・かお ⇒ くちびる の いろが むらさき また かおいろ わるい とき。
- ・あたま ⇒ あたまが いたい、けいれん が あるとき、あたまを ぶって ちが でた とき、いしき が ない ときなど。
- ・むね ⇒ せき が たくさん あるとき、いき できない とき、むね が ゼーゼー する とき。
- ・てあし ⇒ て あし が うごかない とき
- ・おなか ⇒ げり や はきけ が ひどい とき、みず のめない・ごはん たべない とき、おなか が
とても いたい とき、うんち に ち が まざった とき。



あぶない と かんじたら、すぐ けいさつ に
(#110) に でんわ して ください

SOS

この事業は、一般財団法人自治体国際化協会の助成事業により実施されています。