

せいかつが い ど ぶ っ く
生活ガイドブック

Aklat-Patnubay ng Pamumuhay

(抜粋版)



たはらしやくしょ こうほうひしょか
田原市役所 広報秘書課

〒441-3492 たはらしたはらちょうみなみばんば
田原市田原町南番場30-1

TEL : 0531-22-1111 / FAX : 0531-23-0180

EMAIL : kokusai@city.tahara.aichi.jp

田原市ホームページ : <http://www.city.tahara.aichi.jp/>

発行 : 2020年4月

Lungsod ng Tahara

Sangay ng Ugnayang Pampubliko at Kalihim

30-1 Minami Banba, Tahara-cho, Aichi 441-3492 Japan

Telepono : 0531-22-1111 / Fax : 0531-23-0180

E-mail : kokusai@city.tahara.aichi.jp

Website ng Lungsod ng Tahara : <http://www.city.tahara.aichi.jp/>

Nilathala: Taong 2020 Abril

せいかつがいどぶっく 生活ガイドブック もくじ 《 にほんご 日本語 》

0 1	ごみ・リサイクル	3
0 2	^{じちかい} 自治会	9
0 3	^{ぜいきん} 税金	1 1
0 4	^{すいどう} 水道、 ^{げすいどう} 下水道	1 5
0 5	^{でんわ} 電話・ ^{でんき} 電気・ガス・NHK ^{じゅしんりょう} 受信料	1 7
0 6	^{こくみんけんこうほけん} 国民健康保険	1 9
0 7	^{こくみんねんきん} 国民年金	2 3
0 8	^{せいじんほけんじぎょう} 成人保健事業	2 7
0 9	^{そうだんまどぐち} 相談窓口	3 1
1 0	^{しせつ} 施設リスト	3 7
1 1	^{こうきょうこうつうきかん} 公共交通機関	4 1
1 2	^{がいこくご} 外国語による ^{じょうほう} 情報	4 3
1 3	^{にほんごきょうしつ} 日本語教室	4 7
1 4	^{きんきゅうつうほう} 緊急通報	4 9
1 5	災害への備え	5 1

Mga Nilalaman ng Aklat-Patnubay ng Pamumuhay «Tagalog»

0 1	Basura at “Recycle”	4
0 2	Asosasyon ng Komunidad	1 0
0 3	Buwis	1 2
0 4	Tubig	1 6
0 5	Telepono, Kuryente, Bayad sa NHK	1 8
0 6	Pambansang Seguro Pangkalusugan	2 0
0 7	Pambansang Pensiyon	2 4
0 8	Serbisyong Pangkalusugan para sa mga Adulto	2 8
0 9	Tanggapan para sa Konsultasyon	3 2
1 0	Listahan ng mga Institusyon	3 8
1 1	Transportasyong Pampubliko	4 2
1 2	Impormasyon sa Wikang Banyaga	4 4
1 3	Klase Para sa Wikang Hapon	4 8
1 4	Pag-uulat sa Oras ng Emerhensya	5 0
1 5	Paghahanda sa Kalamidad	5 2

1 ゴミ・リサイクル（廃棄物対策課 TEL: 23-3538）

(1) ゴミの出し方

ゴミを集める日は、住んでいる場所によって違います。「ゴミ収集カレンダー」で、ゴミを集める日とゴミを出す場所を確認してください。ゴミは、集める日の午前6時から8時の間に出してください。

田原市のごみの分別と集める日は、次のとおりです。詳しい分別の仕方やゴミの出し方は、「ゴミ収集カレンダー」を見てください。

- もやせるゴミ（集める日：週2回）
- こわすゴミ（集める日：月1回）
- 紙類（集める日：月1回）
- 布類（集める日：月1回）
- プラスチック容器類（集める日：2週間に1回）
- ペットボトル（集める日：2週間に1回）
- 白色トレイ（集める日：2週間に1回）
- 空缶（アルミ・スチール）（集める日：月1回）
- 小物金属（集める日：月1回）
- 電化製品類（集める日：月1回）
- 発泡スチロール（集める日：月1回）
- 有害ゴミ（集める日：月1回）
- 埋めるゴミ（集める日：月1回）
- ガラスびん（集める日：月1回）



ゴミを出せるのは、収集日の午前6時から8時までです。
分別区分により、出す場所が異なりますので、確認して出してください。



1 Basura at “Recycle” (Sangay na Namamahala sa Basura TEL 23–3538)

Ang koleksyon ng basura ay magkakaiba depende sa lugar na tinitirhan. Tiyakin sa kalendaryo ng basura ang araw at lugar ng tapunan ng basura. Ang basura ay maaaring itapon mula ika-anim ng umaga hanggang ika-walo ng umaga, ng araw ng tapunan.

Ang mga sumusunod, ang araw ng koleksyon ng basura at paghihiwalay ng mga basura. Para sa detalye ng pamamaraan ng paghihiwalay ng basura at pagtatapon, basahin ang kalendaryo ng basura.

- Nasusunog na Basura (Araw ng Koleksyon: dalawang beses sa isang linggo)
- Basura na maaaring baklasin (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Papel (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Tela (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Seramik na gawa sa plastik (Araw ng Koleksyon: isang beses sa dalawang linggo)
- Pet Bottle (Araw ng Koleksyon: isang beses sa dalawang linggo)
- Puting trey (Araw ng Koleksyon: isang beses sa dalawang linggo)
- Walang laman na lata (aluminyum at lata) (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Maliit na Metal
(Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Kagamitang De-koryente (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Styro foam (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Basurang mapanganib o nakakalason (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Basurang maaaring ibaon (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)
- Bote (Araw ng Koleksyon: isang beses sa isang buwan)



Ang basura ay maaaring ilabas sa araw ng tapunan mula alas sais hanggang alas otso ng umaga.

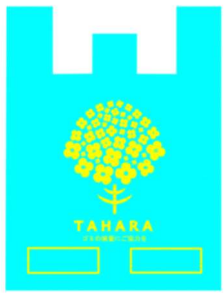
Ang lugar ng tapunan ng basura ay depende sa klase ng segregasyon, tiyakin ang lugar ng tapunan at tsaka ilabas.




しげん
○資源ごみ・埋めるごみ

ぶんべつぶん 分別区分	ひんもく 品目	だかた 出し方
かみるい 紙類	しんぶん ざっし かみぱっく だんぼーる 新聞、雑誌、紙パック、ダンボール	しゆるい ひも じゅうじ しぼ 種類ごとに紐で十字に縛る
ぬのるい 布類	しゃつ ずぼん くつした たおる かーてん シャツ、ズボン、靴下、タオル、カーテンなど	とうめい ほんとうめい ふくろ い 透明・半透明の袋に入れる
ぶらすちっく プラスチック ようきるい 容器類	かし れいとうしょくひん ふくろ べんとう とれい お菓子・冷凍食品の袋、弁当のトレイなどの マークが付いたプラスチック製品"	ぶんべつぶん あみぶくろ い 分別区分ごとに網袋に入れる。
べっとぼとる ペットボトル	べっとぼとる ペットボトル	あみぶくろ 網袋の 色いろ ぶらすちっく ようきるい あお プラスチック容器類→青 べっとぼとる みどり ペットボトル→緑 しろいろ とれい くる 白色トレイ→黒
しろいろ とれい 白色トレイ	おもて うら しろいろ とれい 表も裏も白色のトレイ	
あきかん 空缶	あるみかん すちーるかん すぶれーかん アルミ缶、スチール缶、スプレー缶	ぶんべつぶん 分別区分ごとにコンテナに入れる
こものきんぞく 小物金属	きんぞく しゅたい 金属が主体でできているもの	
でんかせいひんるい 電化製品類	でんち でんき つか 電池・電気を使うもの	
はっほうすちるーる 発泡スチロール	よご 汚れていない発泡スチロール	しろいろ あみぶくろ 白色の網袋に入れる
ゆうがい 有害ごみ	けいこうとう でんきゅう でんち かがみ すいぎんい たいおんけい 蛍光灯・電球、電池、鏡、水銀入り体温計	ぶんべつぶん 分別区分ごとにコンテナに入れる
う埋めるごみ	わ 割れたびん、陶器類、ガラス製品、ライターなど	
がらす ガラスびん	わ 割れていないびん（透明・茶色・その他の色）	いろ 色ごとにコンテナに入れる



おお
○大きさによって出し方が変わるごみ

ぶんべつぶん 分別区分	たいしょう 対象	だかた 出し方
もやせるごみ	さいず サイズ	ゆうりょうかしてい 有料化指定ごみ袋に 入れて出す 
	ひんもく 品目	
こわすごみ	さいず サイズ	しげんか 資源化センターへ ちやくせつはんじゆう 直接搬入する
	ひんもく 品目	
そだい 粗大ごみ	さいず サイズ	しげんか 資源化センターへ ちやくせつはんじゆう 直接搬入する
	ひんもく 品目	

○ Basura na Maaaring I-recycle/Basura na Maaaring Ibaon

Klase ng Segregasyon	Bagay	Paraan ng Pagtatapon	
Papel	Diyaryo, magasin, tetra pack, kahon	Itali ng pa-krus ang pareparehong bagay.	
Tela	Shirt, pantalon, medyas, tuwalya, kurtina, atbp.	Ilagay sa walang kulay o bahagyang may kulay na supot.	
Plastik na lalagyan	Lalagyan ng snack at frozen na pagkain, tray ng obento, at mga lalagyan na may tatak 	Ilagay sa net na lalagyan ang bawat klase ng segregasyon	
Pet bottle	Pet bottle	Kulay	Plastik →Blue Pet bottle→Berde Putting tray→Itim
Kulay puting tray	Ang harap at likod ng tray ay kulay puti		Ilagay sa lalagyan ang bawat klase ng segregasyon
Walang lamang lata	Aluminium, lata, pang-spray		
Maliit na metal	Gawa sa metal		
Kagamitang de-koryente	Baterya, ginagamitan ng koryente		
Styro foam	Malinis na styro foam	Ilagay sa puting supot na lalagyan	
Mapanganib o nakakalason	Flourescent lamp, bombilya, baterya, salamin, thermometer na may mercury	Ilagay sa lalagyan ang bawat klase ng segregasyon	
Maaaring ibaon	Basag na bote, ceramics, babasagin, lighter, atbp.	Ilagay sa lalagyan ang bawat klase ng segregasyon	
Botelya	Malinis na bote (walang kulay, brown, at iba pang kulay)	Ilagay sa lalagyan ang bawat kulay.	

○ Ang pagtatapon ng basura ay nagbago batay sa laki

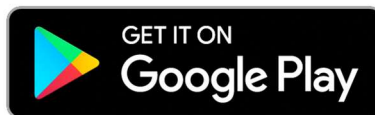
Klase ng Segregasyon	Bagay		Paraan ng Pagtatapon
Nasusunog na basura	Laki	Hindi lalagpas ng 30 cm.	Ilagay sa nabibiling itinakdang supot at tsaka itapon. 
	Bagay	Sariwang basura, bagay na katad, sapatos, maliit na stuff toys, mga malilit na lalagyang plastik na walang nakalagay na  marka.	
Nababaklas na basura	Laki	Mas malaki sa 30 cm, at mas maliit sa 45L. na itinakdang lalagyang plastik	
	Bagay	Balde, taniman ng halaman, bota, video tape at bagay na magkasamang metal at masusunog na materyales.	
Malalaking basura	Laki	Mas Malaki sa 45L. na itinakdang lalagyan. Mga bagay na hindi kakasya sa lalagyang plastik (maliban sa payong)	Dalhin ng direkta sa recycling center.
	Bagay	Futon, muwebles, bisikleta o tricycle, malalaking kasangkapan sa bahay. ※Hindi sakop ang 4 na dekoryenteng kasangkapan sa bahay (telebisyon, palamigan o freezer, labahan o dryer ng damit at aircon).	

○^{しゅうしゅう}収集しないごみ

家具などの粗大^{そだい}ごみは、^{しゅうしゅう}収集は行いませんので、^{しょぶん}処分を希望される場合は、^{ばあい}各資源化^{かくしげんか}センター、^{かんきょう}環境センターへ直接^{ちよくせつ}持ち込んでください。

家電^{かでん}4品目（テレビ^{ひんもく}、冷蔵庫^{てれび}・冷凍庫^{れいぞうこ}、洗濯機^{れいとうこ}・衣類乾燥機^{せんたくき}、エアコン^{いるいかんそうき}）は、その商品^{しょうひん}を買った店または、新しく^{あたら}買い替える店で引き取ってもらってください。そのとき、^{りさいく}リサイクル料金を^{りょうきん}支払います。

この他^{ほか}、詳しい^{くわ}分別^{ぶんべつ}については、「^{しゅうしゅう}ごみ収集カレンダー」、^わ「^{かた}ごみの分け方出し方（パンフレット）」、「さんあ〜る（^{ぶんべつ}ごみ分別アプリ）」などで^{かくにん}確認してください。



Mga Hindi Kinokolektang Basura

Ang mga malalaking basura tulad ng mga kasangkapan sa bahay ay hindi kinokolekta. Kung nais magtapon ng ganitong basura, dalhin ng direkta sa recycling center o environment center.

Ang 4 na de-koryenteng kasangkapan sa bahay (telebisyon, palamigan o freezer, labahan o patuyuan ng damit at aircon), ay kailangang ipakolekta sa tindahang pinagbilhan o sa tindahan na kung saan bibili ng bagong kasangkapan. Dito rin babayaran ang bayad para sa recycling.

✂Tiyakin ang, “kalendaryo ng koleksyon ng basura”, “paraan ng pagtatapon ng basura (polyeto)”, at “3-R (appli para sa segregasyon ng basura)”, para sa detalye hinggil sa segregasyon.



2 自治会（総務課 TEL: 23-3504）

田原市内には、区域（住んでいる場所のエリア）ごとの住民互助組織として自治会（合計106団体）が設立され、区域内に住む人がほぼ全員加入しています。

自治会の活動は、住民自身が役割分担し、行政情報・地域活動の伝達、地区ゴミステーションの管理、児童・高齢者の福祉活動、防災対策などの生活に欠かせない活動や、お祭り、スポーツ大会などの親睦行事を行っています。

行政情報を掲載した広報紙や回覧文書、環境活動、防災対策など、市の住民サービスの中には、自治会を通じて提供されるものも多くありますので、お住まいの自治会に加入してください。

自治会に加入した場合は、会費の納付など自治会ごとに決められているルールを守り、地域の皆さんと一緒に活動することで、お互いに助け合う人との絆ができますので、自身が地域で暮らす上でも助けになります。

自治会の入会手続き、会費などは、それぞれの地区の自治会の役員さんや、各市民館に問い合わせてください。



2 Asosasyon ng Komunidad

(Sangay ng Pangangasiwa TEL 23-3504)

Ang Lungsod ng Tahara ay binubuo ng 106 na lugar at ang bawat lugar ay mayroong asosasyon upang magtulungan. Halos lahat ng naninirahan sa komunidad ay kasapi ng asosasyon.

Ang mga aktibidades ng asosasyon, na kanilang pinaghati-hati, ay may mahahalagang kaugnayan sa kanilang pamumuhay tulad ng, pagbabahagi ng impormasyon mula sa pamahalaan at lokal na aktibidades, basura at pamamahala ng mga lugar ng koleksyon, mga programang pangkagalingan para sa mga bata at matanda, at mga hakbang sa panahon ng sakuna. Kabilang dito, nagsasagawa din ng mga kasiyahan tulad ng piyesta at proyektong pampalakasan.

Maraming serbisyong pampubliko at impormasyon ang lungsod na ipinapaalam sa mga residente na ipinapadaan sa mga asosasyon tulad ng babasahin at sirkular na galing sa pamahalaan, impormasyon sa kapaligiran at sakuna, kaya't minumungkahi na maging kasapi ng asosasyon.

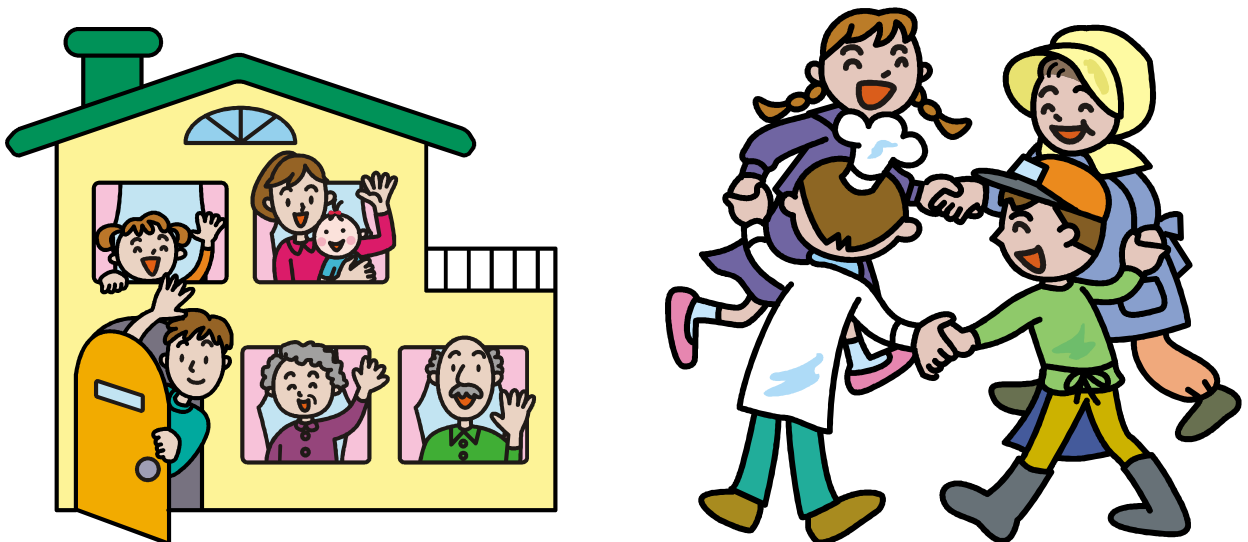
Bagamat kailangang magbayad ng butaw at sumunod sa mga patakarang itinakda ng asosasyon, sa pamamagitan ng pakikipag-isa, makakatagpo ng bagong kaibigan, pagtutulungan at maaring makatulong sa inyong pamumuhay.

Para sa pamamaraan ng pagpasok sa asosasyon at butaw, makipag-ugnayan sa kawani ng asosasyon o sentro ng barangay.

- Paraan ng Pamumuhay

Iwasang mag-ingay at magsalita ng malakas o malakas na tunog ng telebisyon sa gabi sa mga lugar tirahan dahil ito ay malaking perwisyo sa iba.

At patayin ang telepono sa mga lugar tulad ng loob ng tren at ospital.



3 税金

税金には、国に納めるものと県や市に納めるものがあります。
所得に対しては、所得税（国）と住民税（県・市）がかかります。
不動産をもっている人には、固定資産税や都市計画税がかかります。
自動車は、排気量に応じて自動車税（県）や軽自動車税（市）がかかります。
どの税金も、納める期限が決まっています、これに遅れると税金に加えて延滞金を払うことがあります。
また、催促されても支払わないときは、強制的に財産を処分される場合があります。（差し押さえ）

確定申告（所得税）（豊橋税務署 TEL: 0532-52-6201）

確定申告とは、毎年1月1日から12月31日までの1年間の所得を、税務署に知らせ、所得税（国）を納めることです。

翌年の2月16日から3月15日までの間に税務署か市役所で行います。

勤め先の給料から税金を引かれていない人や2か所以上から給料を受け取っている人、給料の他に所得のある人は、必ず確定申告をします。

申告には、前の年の所得を証明するもの（源泉徴収票や支払証明書）と、所得から差し引いて（控除して）もらえる支払いなどを証明する書類、印鑑などが必要です。

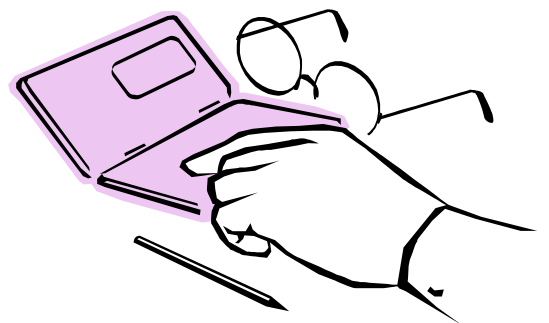
子どもが生まれて、扶養する家族が増えたときや医療費にたくさんのお金がかかったとき、前の年の途中で仕事をやめたときなどには、確定申告をすると、支払った税金の一部が返されることがあります。

住民税（市民税・県民税）（税務課 市民税係 TEL: 23-3509）

前の年の所得に応じた額を国籍に関係なく、その年の1月1日に住所があった県と市に支払います。

年金、勤め先の給料から税金を引かれていない人には、毎年6月に納税通知書が届きます。住民税の支払い方は、2種類あります。

- ① 納付書を使って、市役所（会計課、渥美支所、赤羽根市民センター）か金融機関、コンビニエンスストアで支払います。
- ② 金融機関の預貯金口座から自動的に引き落とします（口座振替）。



3 Buwis

Mayroong buwis na binabayaran sa pambansang pamahalaan, probinsiya at munisipal. Ang buwis mula sa sahod (nasyonal) at buwis ng naninirahan (probinsiya at munisipal) ay binabawas sa sahod. Ang buwis naman sa ari-arian at planning tax ay binabayaran ng may-ari ng ari-arian. Binabayaran din ang buwis ng sasakyan, depende kung malaki ang makina (probinsiya) at kung maliit ang makina (munisipal).

May nakatakdang panahon sa bawat buwis at kung maantala sa pagbabayad, maaaring madagdagan ang halagang babayaran. Sa kabila ng mga paalala at hindi pa rin nabayaran, maaaring mawala (mailit) ang inyong ari-arian.

Taunang Buwis (suweldo) Toyohashi Tax Office (TEL 0532-52-6201)

Ang taunang buwis ay ang pag-uulat ng kabuuang kinita sa loob ng isang taon, mula Enero 1 hanggang Disyembre 31, at kailangang bayaran ang buwis nito. Ang pag-uulat nito ay ginaganap sa tanggapan ng buwis o munisipyo mula ika-16 ng Pebrero hanggang ika-15 ng Marso ng susunod na taon. Dapat magsumite ng taunang ulat ang mga hindi binabawasan ng buwis sa kanilang sahod, mga tumatanggap ng sahod ng higit sa dalawang kompanya, at kumikita ng higit sa sahod.

Para sa mga mag-uulat, kailangang maghanda ng dokumento na magpapatunay ng kinita noong nakaraang taon (withholding tax o payslip), katunayan ng mga ibinabawas sa sahod, at ang personal na pantatak.

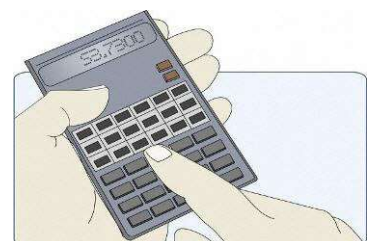
Maaaring maibalik ang ilang bahagi ng nabayarang buwis kung maipapaalam na kayo ay nagkaanak, nadagdagan ang umaasa sa inyong pamilya, malaki ang binayaran sa pagpapagamot, at huminto sa trabaho sa kalagitnaan ng nakaraang taon.

Buwis ng Residente (Buwis sa lungsod, Buwis sa probinsiya) (Sangay ng Buwis In-charge sa Buwis sa Lungsod TEL 23-3509)

Ang lahat ng naninirahan, anuman ang nasyonalidad, ay kailangang magbayad ng buwis sa lungsod at probinsiya mula ika-1 ng Enero, batay sa kinita noong nakaraang taon. Para sa mga taong hindi binabawasan ng pension at buwis sa kanilang sahod, ay makakatanggap ng kwenta ng bayarin sa Hunyo ng bawat taon.

May dalawang uri ng pamamaraan ng pagbabayad ng buwis ng residente:

1. Maaaring magbayad gamit ang payment notice sa munisipyo (accounting section, Atsumi Branch, Akabane Citizen's Center) o sa bangko at convenience store.
2. Awtomatikong ibabawas mula sa inyong deposit savings account ng inyong bangko (direct debit).

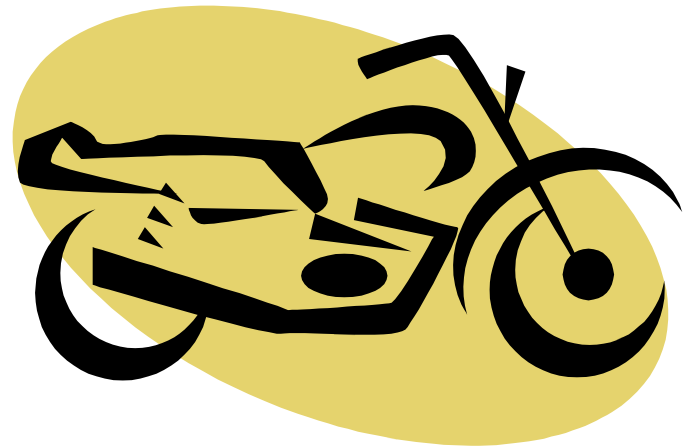


税金の支払いには、便利な口座振替をご利用ください。口座振替を利用するには、申し込みが必要です。申込用紙は、市役所（税務課、渥美支所、赤羽根市民センター）と市内の金融機関の窓口にあります。口座振替は郵便局でもできます。預貯金通帳と通帳に使用している印鑑、納税通知書を持って、金融機関か市役所（税務課、渥美支所、赤羽根市民センター）で申し込んでください。

収入がない場合は、収入がないことを申告すると、他の税金やサービスを受けるときの料金が安くなる場合があります。

税金の支払いや口座振替ができる金融機関

- ・三菱UFJ銀行
- ・蒲郡信用金庫
- ・豊橋信用金庫
- ・岡崎信用金庫
- ・豊川信用金庫
- ・豊橋商工信用組合
- ・愛知みなみ農業協同組合
- ・東海労働金庫
- ・郵便局



自動車税（愛知県東三河県税事務所 TEL: 0532-54-5111）

4月1日に自動車を持っている人には、自動車税がかかります。県税事務所から5月に納税通知書が送られてきます。これを使って、銀行や郵便局、コンビニエンスストアなどで支払います。

自動車の継続検査（車検）をうけるときは、領収書（納税証明書）が必要ですので、大切に保管してください。

軽自動車税（税務課 資産税係 TEL: 23-3510）

4月1日にバイク（原動機付自転車や大型のバイク）、軽自動車を持っている人には、軽自動車税がかかります。市役所から5月に納税通知書が送られてきます。住民税を支払うことができる銀行などの窓口で支払います。

軽自動車の継続検査（車検）をうけるときは、領収書（納税証明書）が必要ですので、大切に保管してください。

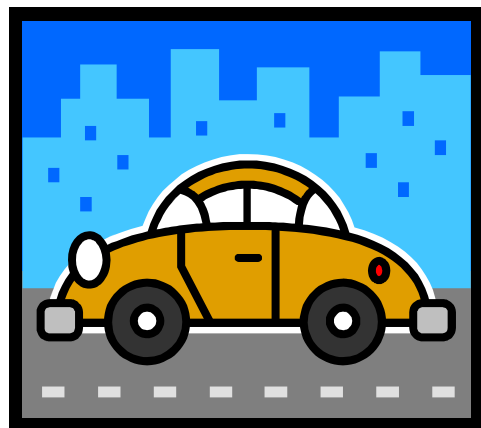
自動車や軽自動車、バイクなどを処分したり、他人に譲ったりしたときは、必ず届け出をしてください。届け出をしないでおくと、いつまでもあなたの持ち物として、税金がかかります。

Minumungkahi ang paggamit ng kombenyenteng bank transfer. Para magamit ito, kailangang mag-aplay. Ang aplikasyon ay maaaring makakuha sa munisipyo (Sangay ng buwis, Atsumi Branch, Akabane Citizen's Center) o ng mga institusyong pinansyal sa loob ng lungsod. Ang bank transfer ay maaari din sa post office. Dalhin ang inyong libreta, personal na pantatak na gingamit sa libreta, at ang inyong tax notice, at mag-aplay sa insitusyong pinansyal o munisipyo (Sangay ng buwis, Atsumi Branch, Akabane Citizen's Center).

Kung walang kinikita at inyong iuulat, maaaring makamura sa mga iba pang bayaring buwis at serbisyo.

Mga institusyong pinanasyal na kung saan maaaring magbayad ng buwis o bank transfer.

- Mitsubishi UFJ Bank
- Gamagori Shinyo Kinko
- Toyohashi Shinyo Kinko
- Okazaki Shinyo Kinko
- Toyokawa Shinyo Kinko
- Toyohashi Shoko Shinyo Kumiai
- Aichi Minami Nogyo Kyodo Kumiai
- Tokai Rodo Kinko
- Post Office



Buwis ng Sasakyan (Aichi Higashi Mikawa Prefectural Tax Office – TEL 0532-54-5111)

May babayaranang buwis ang mga may sasakyan tuwing ika-1 ng Abril.

Ang tax office ng probinsiya ay mayroong ipadadalang paalala tuwing Mayo. Dalhin ito sa bangko, post office o convenience store at dito bayaran. Ingatan ang resibo nito dahil kakailanganin ito kapag nagparehistro ng sasakyan.

Buwis ng Maliit na Sasakyan

(Sangay ng Buwis & Grupo ng Buwis ng mga Aria-arian TEL 23-3510)

May babayaranang buwis ang mga may maliit o malaking de-motor na bisikleta at maliliit na sasakyan tuwing ika-1 ng Abril.

Mayroong ipadadalang paalala mula sa munisipyo. Bayaran ito sa mga bangkong tumatanggap ng buwis ng residente. Ingatan ang resibo nito dahil kakailanganin ito kapag nagparehistro ng sasakyan.

Ipagbigay-alam kung ang inyong sasakyan o motor bike ay itatapon o ibibigay sa ibang tao. Kung hindi, patuloy pa din kayong sisingilin ng buwis para sa nasabing sasakyan.

4 水道 (水道課 TEL: 23-3532)

下水道 (下水道課 TEL: 23-3525)

水道を新しく使う場合や、水道を使うのをやめる場合は、あらかじめ水道課に直接お越しいただくか、電話で連絡してください。

水道の使用を開始すると、2か月に1回、水道料金を支払うこととなります。2か月に1回、検針員が水道メーターを検針し、「使用水量等のお知らせ」をお渡ししますので、使用水量を確認してください。

水道を新しく引いたり、改造で口径を大きくしたりする場合は、水道加入分担金を支払うこととなります。

下水道を利用している場合、2か月に1回、下水道使用料を支払うこととなります。

水道料金・下水道使用料金のお支払いは、納付制と口座振替制があります。納付制は、納付書を持参して、市役所か金融機関、コンビニエンスストアで支払います。口座振替制は、金融機関の預金口座から自動的に引き落とされるものです。水道料金を口座振替でお支払いいただいている人は、下水道使用料金も同じ口座からお支払いいただくこととなります。

便利な口座振替をぜひご利用ください。口座振替を利用するには、申し込みが必要です。申込用紙は、市役所水道課と市内の金融機関の窓口にあります。口座振替は郵便局でも利用できます。預貯金通帳と通帳に使用している印鑑、納付書を持って、金融機関か市役所水道課で申し込んでください。

トイレや台所からトイレットペーパー以外のもの(天ぷら油、タオルなど)を流すと、下水道が故障するため、流さないでください。



4 Tubig (Sangay ng Tubig TEL 23-3532)

Alkantariya (Sangay ng Alkantariya TEL 23-3525)

Kung bagong gagamit o hihinto sa paggamit ng tubig, kailangang ipagbigay-alam muna sa Sangay ng Tubig sa pamamagitan ng direktang pagpunta o pagtawag sa telepono.

Kapag nagsimulang gumamit ng tubig, ang bayad sa tubig ay isang beses sa loob ng dalawang buwan. Susuriin ng inspektor ang metro ng tubig isang beses sa loob ng dalawang buwan, at may ibibigay na kwenta ng konsumo ng tubig. Tiyakin kung tama ang konsumong tubig.

Kailangang magbayad sa pagpasok kung merong bagong linya ng tubig na ginawa o pinalakihang tubo ng tubig.

Kung gumagamit ng alkantariya, ito ay kinukwenta at kailangang bayarin din isang beses sa loob ng dalawang buwan.

Ang pagbabayad ng tubig at alkantariya ay maaaring billing o bank transfer. Sa billing, ipapadala sa inyo ang kwenta at maaaring bayaran sa munisipyo o insitusyong pinansyal, o convenience store. Sa bank transfer, ito ay awtomatikong ibabawas sa account ng institusyong pinansyal. Para sa mga nagbabayad ng tubig sa pamamagitan ng bank transfer, ang bayad sa alkantariya ay dito rin ibabawas.

Minumungkahi ang paggamit ng bank transfer. Kailangang mag-aplay kung nais gumamit ng bank transfer. Ang aplikasyon ay maaaring makakuha sa Sangay ng Tubig ng munisipyo o ng mga institusyong pinansyal sa loob ng lungsod. Ang bank transfer ay maaari din sa post office. Mag-aplay sa sangay ng tubig ng munisipyo o anumang institusyong pinansyal at dalhin ang inyong libreta, personal na pantatak na ginagamit sa libreta, at ang inyong tax notice.

Huwag magtapon sa palikuran o kusina ng bagay maliban sa toilet paper (tulad ng mantika mula sa tempura, tuwalya, atbp.) dahil ito ay makakasira ng alkantariya.



5 電話・電気・ガス・NHK受信料

電話 (NTT TEL: 116 携帯電話からは0800-2000116)

新しく電話をつけるときは、NTTに電話してください。

外国人の人へは、通訳アシスタントサービスもあります。

料金は、1か月ごとに請求されます。

- NTT外国語受付相談センター

TEL: 0120-064337 (通話無料)

相談受付: 月曜日～金曜日 9:00～17:00

対応言語: 英語、スペイン語、ポルトガル語、中国語、韓国語



携帯電話 (携帯電話販売店等)

携帯電話を使いたいときは、携帯電話販売店等で購入してください。

料金や支払い方法は、販売店等に問い合わせてください。

電気 (中部電力田原サービスステーション TEL: 0120-988-328)

電気を使いたいときは、家主か不動産会社にどうすればいいか、問い合わせてください。

自分で申し込む場合は、中部電力に連絡してください。

料金は、1か月ごとに請求されます。



ガス (都市ガス・プロパンガス販売店等)

ガスを使いたいときは、家主か不動産会社にどうすればいいか、

問い合わせてください。

自分で申し込む場合は、直接販売店等に連絡してください。

料金や支払い方法は、販売店等に問い合わせてください。

NHK受信料 (NHK視聴者コールセンター TEL: 0570-077-077)

NHKは公共放送です。テレビを持っている人は、必ず受信料を支払わなければいけないことになっています。契約手続きや支払い方法などは、NHKに問い合わせてください。

- NHK受信料情報 (多言語)

<http://pid.nhk.or.jp/jushinryo/>

5 Telepono, Koryente, Gas, at Bayad sa NHK

Telepono (NTT – TEL 116 Kung tawag mula sa cellphone 0800-2000116)

Kung nais magpakabit ng bagong telepono, tumawag sa NTT.

May serbisyong interpreter para sa mga banyaga.

Ang bayad ng telepono ay buwan-buwan.

- Service center ng NTT para sa wikang banyaga

TEL 0120-064337 (libreng tawag)

Suportadong Wika: Ingles, Español, Portugal, Intsik, Koreano



Mobile Phone (Tindahan ng Mobile Phone)

Kung nais gumamit ng mobile phone, maaaring bumili nito sa mga tindahan ng mobile phone.

Magtanong sa tindahan ng detalye ng bayarin at paraan ng pagbabayad.

Koryente (Tahara Office-Chubu Electric Power Company TEL 0120-988-328)

Kung nais gumamit ng koryente, magtanong sa inyong kasera o ahente na nagpaupa sa inyong tirahan para sa detalye kung paano magpakabit.

Kung nais mag-aplay, tumawag sa Chubu Electric Power Company.

Ang konsumo ng koryente ay binabayaran buwan-buwan.

Gas (City Gas o Tindahan ng LP Gas)

Kung nais gumamit ng gas, magtanong sa inyong kasera o ahente na nagpaupa sa inyong tirahan para sa detalye kung paano magpakabit.

Kung nais mag-aplay, tumawag direkta sa tindahan.

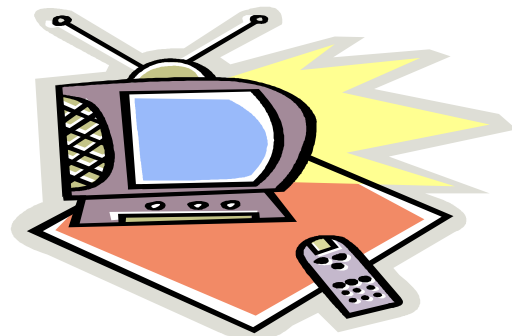
Makipag-ugnayan sa tindahan para bayad at paraan ng pagbabayad.

Bayad sa NHK (Call center para sa manonood TEL 0570-077-077)

Ang NHK ay pampublikong brodkast. Ang lahat ng may telebisyon ay kailangang magbayad sa NHK. Makipag-ugnayan sa NHK para sa pamamaraan ng pag-aplay at paraan ng pagbabayad.

- Impormasyon sa Pagbabayad sa NHK (Iba't-ibang Wika)

<http://pid.nhk.or.jp/jushinryo/>



6 国民健康保険 (保険年金課 TEL: 23-2149)

日本では、必ず健康保険に入らなければいけません。職場の健康保険に入っている人やその扶養家族、生活保護を受けている人以外は国民健康保険に入ります。

国民健康保険に「入るとき」、「やめるとき」は、窓口に届け出てください。届け出が遅れると、その間、保険が使えませんので、突然のけがや病気のために、医療費を全額支払わなければならない場合もあります。

国民健康保険税は、入る手続きが遅れても、入るべきときからの税額を支払うこととなります。

国民健康保険に入ると、保険証がもらえます。病院などにかかるときは、保険証を持っていきます。保険証を使うことで、医療費の負担が30%以内になります。このほかに、出産したときや死亡したとき、医療費がたくさんになったときなど、届け出により給付が受けられるときがあります。

国民健康保険に入っている人で40歳から74歳までの人は、メタボリックシンドロームの予防と早期発見を目的とした特定健診を無料で受けられます。



◇国民健康保険の手続き◇

国民健康保険に入るとき

こんなとき	手続きに必要なもの
入国したとき または、ほかの市町村から転入してきたとき	・印鑑
職場の健康保険をやめたとき または、扶養家族でなくなったとき	・印鑑 ・健康保険資格喪失証明書 (連絡票) など
子どもが生まれたとき	・印鑑 ・保険証 ・母子健康手帳 ・マイナンバーと本人確認できるもの
3か月以上の在留資格がある人で、住民登録をしたとき	・印鑑 ・在留カード ・パスポート ・マイナンバーと本人確認できるもの
生活保護を受けなくなったとき	・印鑑 ・保護廃止通知書 ・マイナンバーと本人確認できるもの



6 Pambansang Seguro Pangkalusugan

(Sangay ng Seguro–Pensyon TEL 23–2149)

Sa Japan, ang lahat ay kailangang pumasok sa sistema ng segurong pangkalusugna. Ang lahat ay kailangang pumasok sa Pambansang Seguro Pangkalusugan maliban sa mga nakapasok sa segurong pangkalusugan ng kompanya at umaasa sa kanya, at sa mga taong tumatanggap ng tulong pamumuhay mula sa pamahalaan.

Ipagbigay–alam sa tanggapan kung nais pumasok o tumigil sa pambansang seguro pangkalusugan. Kung maaantala ang pag–aaplay, hindi magagamit ang seguro, at maaaring magbayad ng buo kung sakaling biglaang masugatan o maospital.

Kahit na maantala ang pagpasok sa pambansang seguro pangkalusugan, ang premium o bayarin ay dapat bayaran mula sa panahon na dapat pumasok.

Kapag pumasok sa pambansang seguro pangkalusugan, kayo ay bibigyan ng card. Dalhin ito kung kayo ay pupunta sa doktor o ospital. Maaaring gamitin ang seguro, 30% lamang ng gastusin ang inyong babayaran. Maliban dito, maaring makatanggap ng ibang benepisyo, kapag nanganak o may namatay. Makatanggap ng benepisyo mula sa inyong aplikasyon.

Ang taong nakapasok sa pambansang seguro pangkalusugan mula 40 hanggang 74–taong gulang ay makatanggap ng libreng partikular na pagsusuri para sa layuning maagap na pagkakatuklas at pag–iwas sa metabolic syndrome.

◇ Pamamaraan ng Pag–aaplay sa Pambansang Seguro ng Pangkalusugan: Pagpasok sa Pambansang Seguro ng Pangkalusugan



Sa Ganitong Pagkakataon	Mga Kailangan sa Pagpaparehistro
Pagpasok ng bansang Hapon, paglipat galing sa ibang munisipalidad	• Personal na pantatak
Kapag tumigil na sa segurong pangkalusugan ng kompanya, o kaya ay nawala ang kamag–anak na umaasa	• Personal na pantatak • Katunayan ng pagkawala ng kwalipikasyon ng segurong pangkalusugan (papel ng notipikasyon).
Kapag naipanganak ang isang bata	• Personal na pantatak • Card ng seguro • Manwal pangkalusugan ng ina at ng bata • My Number at papel na magpapakilala sa inyo
Dayuhan na pinayagang manatili sa Japan ng mahigit 3 buwan at nakatapos makapagparehistro bilang residente	• Personal na pantatak • Pasaporte • Residence Card (o alien card) • My Number at papel na magpapakilala sa inyo
Kapag hindi na nakatanggap ng tulong pinansyal mula sa pamahalaan	• Personal na pantatak • Katunayan ng pagkakatanggal ng tulong • My Number at papel na magpapakilala sa inyo

こくみんけんこうほけん
国民健康保険をやめるとき

こんなとき	てつづ ひつよう 手続きに必要なもの
しゅつこく 出国するとき ほかのしちょうそん てんしゅつ ほかの市町村に転出するとき	いんかん ・印鑑 ほけんしょう ・保険証
しよくば けんこうほけん はい 職場の健康保険に入ったとき または、ふようかぞく または、扶養家族になったとき	いんかん ・印鑑 こくみんけんこうほけんしょう ・国民健康保険証 しよくば けんこうほけんしょう ・職場の健康保険証
しばう 死亡したとき	いんかん ・印鑑 ほけんしょう ・保険証
がいこくじん かにゆうしかく 外国人の加入資格がなくなったとき	いんかん ・印鑑 ほけんしょう ・保険証 ざいりゅう ・在留カード

へんこう
変更があったとき

こんなとき	てつづ ひつよう 手続きに必要なもの
しな い じゅうしょ か 市内で住所が変わったとき	いんかん ・印鑑 ほけんしょう ・保険証
せたいぬし しめい か 世帯主や氏名が変わったとき	
せたい わ いっしょ 世帯が分かれたときや一緒になったとき	
ほけんしょう な やぶ 保険証を無くしたり、破れたりしたとき	いんかん ・印鑑 みぶん しょうめい ・身分を証明するもの やぶ ほけんしょう ・破れたりした保険証
しゅうがく ほか しちょうそん てんしゅつ 就学で他の市町村に転出するとき	いんかん ・印鑑 ほけんしょう ・保険証 ざいがくしょうめいしょ ・在学証明書



Kung hihinto na sa Paggamit ng Pambansang Seguro Pangkalusugan

Kung sa Ganitong Pagkakataon	Mga Kailangan sa Pagpaparehistro
Kung aalis na ng Japan, o lilipat papunta sa ibang munisipalidad	<ul style="list-style-type: none"> • Personal na pantatak • Card ng seguro
Kapag pumasok sa segurong pangkalusugan ng isang kompanya, o naging dependent	<ul style="list-style-type: none"> • Personal na pantatak • Card ng pambansang seguro pangkalusugan • Sertipikasyon na magpapatunay ng pagpasok sa segurong pangkalusugan ng kompanya
Kapag namatay	<ul style="list-style-type: none"> • Personal na pantatak • Card ng seguro
Kapag nawala ang kwalipikasyon na pumasok sa seguro bilang isang dayuhan.	<ul style="list-style-type: none"> • Personal na pantatak • Card ng seguro • Residence card (o alien card)

Kung Mayroong Pagbabago

Kung sa Ganitong Pagkakataon	Mga Kailangan sa Pagpaparehistro
Kapag lumipat sa loob din ng lungsod	<ul style="list-style-type: none"> • Personal na pantatak • Card ng pambansang seguro pangkalusugan
Kapag nagbago ang house holder, o pagbabago sa pangalan	
Kapag ang isang kabahayan ay naghiwalay o nagsama-sama.	
Kapag ang card ay nawala o nasira	<ul style="list-style-type: none"> • Personal na pantatak • Dokumento na magpapakila sa sarili • Nasirang card
Kapag lumipat sa ibang lugar ng dahil sa pag-aaral	<ul style="list-style-type: none"> • Personal na pantatak • Card ng seguro • Sertipiko mula sa paaralan o kopya ng ID ng paaralan



7 国民年金（保険年金課 TEL: 23-2149）

日本に住んでいる20歳以上60歳未満の人は、国民年金に入ることになります。入っ
てからは、月々の保険料を支払わなければいけません。外国籍の人と同じです。

年金は、年をとったときや障害者になったときに、収入を得るための保険です。勤め
先で厚生年金に入っていれば、市役所に届け出る必要はありません。

年金を受け取る前に死亡したときには、保険料を納めた期間により、一時金が支給され
ます。また、6か月以上保険料を納めた外国籍の人が途中で帰国するときには、脱退一時
金を請求することができます。

国民年金の手続き

こんなとき	手続きに必要なもの
入国したとき	印鑑、本人確認できるもの
会社等を退職したとき	年金手帳、印鑑、退職日を確認できる書類 ・マイナンバーと本人確認できるもの
配偶者の扶養からはずれたとき	年金手帳、印鑑、扶養からはずれたことを確認で きる書類、マイナンバーと本人確認できるもの
年金手帳を無くしたとき	印鑑、マイナンバーと本人確認できるもの 会社の厚生年金に入っている人は会社に相談し てください。
20歳になったとき	印鑑、マイナンバーと本人確認できるもの

「年金手帳」は大切に

年金手帳は、国民年金の手続きを行った被保険者に、1人1冊送られます。この手帳に
記載された基礎年金番号は、将来、皆さんが年金を受け取る時や脱退一時金の請求に
必要になりますので、大切に保管してください。



7 Pambansang Pensiyon (Seksyon ng Seguro at Pensiyon Tel. No. 23-2149)

Ang lahat ng naninirahan sa Japan, mula 20 taong gulang hanggang 60-taong gulang pababa, ay kinakailangang pumasok sa pambansang pensiyon. Pagpasok sa pensyon, kailangang magbayad ng hulog buwan-buwan. Ito ay pareho din sa lahat ng mga dayuhan.

Ang pensiyon ay isang uri ng seguro na maaaring magdagdag ng inyong kita kapag nagka-edad o nagkaroon ng kapansanan. Kung kayo ay nakapasok sa pensiyong pangkagalingan ng inyong pinagtatrabahuhan, hindi na kinakailangang ipaalam pa sa munisipyo.

Kung namatay bago makatanggap ng pensiyon, matatanggap ang kabuuang halaga ng inyong kontribusyon batay sa tagal ng inyong paghuhulog. Kung kayo ay aalis na ng Japan matapos makapagbayad ng mahigit na anim na buwang hulog, maaaring hilingin ang halaga ng inyong kontribusyon.

Pamamaraan

Sa Ganitong Pagkakataon	Mga Dokumentong Kailangan
Pagdating sa Japan	Personal na pantatak, papel na magpapakilala sa sarili
Kapag nag-retiro sa trabaho	Libritong talaan ng pensiyon, personal na pantatak, dokumentong magpapatunay ng inyong pagre-retiro • My Number at papel na magpapakilala sa inyo
Kapag naalis sa pagiging “dependent” ng inyong asawa	Libritong talaan ng pensiyon, personal na pantatak, dokumentong magpapatunay na naalis sa pagiging “dependent” • My Number at papel na magpapakilala sa inyo
Kapag nawala ang libritong talaan sa panahon na kasapi ng pambansang pensiyon	Personal na pantatak, my number at dokumento na magapakilala sa sarili. Para sa mga nakapasok sa pensiyon ng kawani ng isang kompanya, sumangguni sa inyong kompanya.
Kapag naging 20 taong gulang	Personal na pantatak, my number at papel na magpapakilala sa sarili

Ingatan ang libritong talaan

Ang libritong talaan ay ipapadadala 1 librito bawat tao kapag nag-aplay na maging kasapi ng pambansang pensiyon. Ang nakatalang batayang numero ng pensiyon ay kakailanganin kapag tatanggap ng pensiyon sa hinaharap o sa panahon na binawi ang kabuuang naihulog kaya ingatan itong mabuti.

保険料の免除

保険料の支払いが難しい場合は、保険料が免除される制度があります。免除を受けるには、申請が必要です。

・申請免除

経済的な理由などで、保険料の支払いが難しい人で、本人、配偶者、世帯主の所得が基準額以下の場合は、認められると、保険料が免除されます。

全額免除…保険料が全額免除されます。

4分の3免除…保険料の4分の3が免除されます。

半額免除…保険料の半額が免除されます。

4分の1免除…保険料の4分の1が免除されます。

・法定免除

障害年金などを受給している人や、生活保護を受けている人が対象です。免除を受けるには、申請が必要です。

・学生納付特例制度

本人の所得が基準額以下の学生が対象です。学生証を持って申請して下さい。申請後、認められると、保険料の納付が猶予されます。

・納付猶予制度

50歳未満の本人と配偶者の所得が基準以下の場合が対象です。申請後、認められると、保険料の納付が猶予されます。



Libre (Iksemsiyon) sa Pagbabayad ng Hulog

Kung may kahirapan sa pagbabayad ng buwanang kontribusyon sa pensyon, mayroong sistema na maaaring mag-libre sa pagbabayad nito. Upang ma-libre sa pagbabayad, kinakailangang mag-aplay.

•Iksemsiyon sa Pamamagitan ng Pag-aaplay

Ito ay para sa mga aplikanteng hirap magbayad ng buwanang hulog dahil sa pang-ekonomiyang dahilan. Malilibre sa pagbabayad ng hulog kung ang kita ng aplikante, kanyang asawa o pinuno ng tahanan, ay kinilala na mas mababa kaysa sa itinakdang minimum.

- Sistemang Ganap na Libre - ang total na hulog ay mali-libre
- Sistemang Libre ang Ikatlong bahagi ng apat ($3/4$) - $3/4$ ng hulog ay mali-libre
- Sistemang Libre ang Kalahati - kalahati ng hulog ay mali-libre
- Sistemang Libre ang Isang bahagi ng apat - $1/4$ ng hulog ay mali-libre

•Iksemsiyon sa Pamamagitan ng Batas

Ito ay para sa mga taong tumatanggap ng pensyon dahil sa pagiging baldado o sa mga taong tumatanggap ng tulong-pinansyal para sa pamumuhay. Kinakailangang mag-aplay para makatanggap ng sistemang ito.

•Sistema ng Pagpapaliban ng Pagbabayad ng Buwanang Hulog ng Estudyante

Ito ay para sa mag-aaral na may mababang kita kaysa sa itinakdang minimum. Dalhin ang ID bilang mag-aaral at mag-aplay. Pagkatapos mag-aplay at kapag tinanggap, maaaring malibre sa pagbabayad ng buwanang hulog.

•Sistema ng Pagpapaliban ng Pagbabayad

Ito ay para sa aplikanteng may edad 50-taong gulang pababa at ng kanyang asawa, na may mababang kita kaysa sa itinakdang minimum. Pagkatapos mag-aplay at kapag tinanggap, maaaring malibre sa pagbabayad ng buwanang hulog.



8 成人保健事業

(健康診査・予防接種・健康教育・健康相談) (健康課 TEL: 23-3515)

各種健康診査・がん検診

会社等で検診の機会のない人を対象とした健康診査やがん検診を行っています。受診料は無料です(一部、有料のものがああります)。対象となる人には、通知が届きます。日時や会場は、通知を見るか、お問い合わせください。受診したい人で通知が届かない場合も、お問い合わせください。対象となる人が調べて、お返事もしくは通知をします。なお、「通知がいない」または「通知がいらなくなった」場合もお知らせください。

- 健康応援健診
- 肝炎ウイルス検診
- 成人歯科検診
- 骨粗しょう症検診
- 結核・肺がん検診
- 大腸がん検診
- 胃がん検診
- 乳がん検診
- 子宮頸がん検診
- 前立腺がん検診



予防接種

高齢者インフルエンザ予防接種(個別接種)

対象となる人には、通知が届きます。日時、会場、接種の際の料金は、通知を見るか、お問い合わせください。

高齢者肺炎球菌予防接種(個別接種)

対象となる人には、通知が届きます。日時、会場、接種の際の料金は、通知を見るか、お問い合わせください。

成人男性風しん抗体検査・第5期予防接種(個別接種)

対象となる人には、通知が届きます。日時、会場、接種の際の料金は、通知を見るか、お問い合わせください。

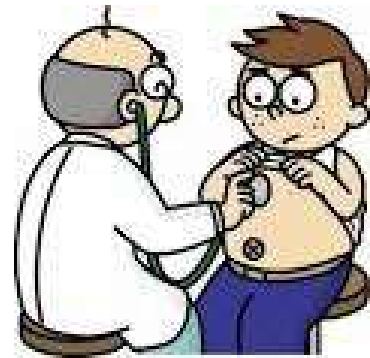
8 Serbisyong Pangkalusugan para sa mga Adulto

(Pangkalusugang Pagsusuri, Bakuna, Edukasyong Pangkalusugan, at Konsultasyong Pangkalusugan) (Sangay Pangkalusugan TEL 23-3515)

Iba't-ibang Uri ng Pangkalusugang Pagsusuri at Pagsusuri sa Kanser

Mayroong inilulunsad na pagsusuri para sa kalusugan at kanser para sa mga taong walang pagkakataong makapagpasuri, tulad ng sa kanilang pinagtatrabahuhan. Libre ang serbisyong ito (may bahagi na mayroong bayad). Mayroong notipikasyong ipapadala para sa mga taong nilalayon nito. Ang petsa at lugar ay maaaring makita sa notipikasyon, o kaya ay maaaring magtanong. Para sa mga nais makatanggap ng serbisyong ito, kahit walang notipikasyong natanggap, ay maaaring sumangguni. Kung makakasama sa mga nilalayong ito, makatanggap ng kasagutan o ng notipikasyon. Sa panahon na hindi kailangan o hindi na kailangan ng notipikasyon, mangyaring ipagbigay-alam.

- Pagsusuri para sa tulong pangkalusugan
- Pagsusuri para sa bakterya ng sakit sa atay
- Pagsusuri para sa ngipin sa mga adulto
- Pagsusuri para sa osteoporosis
- Pagsusuri para sa tuberculosis at kanser sa baga
- Pagsusuri para sa kanser sa bituka
- Pagsusuri para sa kanser sa tiyan
- Pagsusuri para sa kanser sa dibdib (suso)
- Pagsusuri para sa kanser sa serbikal (lalamunan)
- Pagsusuri para sa prostate cancer



Bakuna

Bakuna para sa influenza para sa mga matatanda (bakuna para sa indibidwal)

Mayroong notipikasyong ipapadala para sa mga taong nilalayon nito. Ang petsa, lugar at bayad para sa naturang bakuna ay maaaring makita sa notipikasyon, o kaya ay maaaring magtanong.

Bakuna para sa pneumococcal para sa matatanda (bakuna para sa indibidwal)

Mayroong notipikasyong ipapadala para sa mga taong nilalayon nito. Ang petsa, lugar at bayad para sa naturang bakuna ay maaaring makita sa notipikasyon, o kaya ay maaaring magtanong.

Pagsusuri para sa mga kalalakihan sa panlaban sa katawan sa tigdas at 5th. Period na bakuna (bakuna para sa indibidwal)

Mayroong notipikasyong ipapadala para sa mga taong nilalayon nito. Ang petsa, lugar at bayad para sa naturang bakuna ay maaaring makita sa notipikasyon, o kaya ay maaaring magtanong.

健康教育

健康に関する話を聞きたいグループは、事前に申し込んでください。なお、栄養や運動についての教室に参加したい人は、開催日時や会場について、広報たはらや健康カレンダーを見るか、お問い合わせください。

健康相談

心の悩み、からだの調子、生活習慣、禁煙方法など相談したいときは、お問い合わせください。

月～金曜日（祝祭日・休日・年末年始を除く）8:30～17:00

家庭訪問

専門スタッフが各ご家庭を訪問します。

結核に注意しましょう！

■結核はどんな病気？

- ・せきやくしゃみでうつります
- ・感染しても、発病するのは10人に1～2人です
- ・入院しないで治療できます
- ・結核の初期の症状は風邪とよく似ています

■こんなときは病院へ

- ・せきが2週間以上続く・タンが出る・発熱がある
- ・体がだるい・タンが出る・体重が急に減る

■結核の予防のために

- ・1年に1回、胸部レントゲン検査を受けましょう
- ・せきが長く続くときは、病院に行きましょう
- ・睡眠を十分にとり、バランスの良い食事をしましょう
- ・赤ちゃんは、生後5～7か月の間にBCG接種を受けましょう



Edukasyong Pangkalusugan

Magpaabot muna ng kahilingan, para sa mga grupong nais makinig hinggil sa kalusugan. Para naman sa mga nais lumahok sa mga klase tulad ng pagkain at ehersisyo, tingnan sa Tahara Newsletter ang petsa ng pag-uumpisa at lugar, o kaya ay maaaring magtanong.

Kosultasyong Pangkalusugan

Maaaring sumangguni kung mayroon kayong nais ikonsulta hinggil sa mga bagay na bumabagabag sa inyo, nararamdaman sa katawan, nakagawiang pamumuhay, o paraan para tumigil sa paninigarilyo.

Lunes hanggang Biyernes (Maliban sa public holiday, walang pasok at pagtatapos at bagong taon) 8:30 am - 5:00 pm

Pagbisita sa Bahay

Ang dalubhasang kawani ay bumibisita sa bawat bahay.

Mag-ingat sa Tuberculosis!



■ Anong klaseng sakit ang tuberculosis?

- Maaaring mahawa sa pamamagitan ng ubo at pagbahin
- Kahit mahawahan, 1-2 sa 10 katao ang maaaring magkasakit
- Maaaring gamutin kahit hindi na magpa-ospital
- Sa umpisa, ang sintomas ng tuberculosis ay katulad na katulad ng sipon

■ Pumunta sa ospital kapag:

- Kapag tuluy-tuloy na inuubo sa loob ng mahigit 2 linggo, mayroong plema, at may lagnat
- Kapag mabigat ang katawan, may plema, at biglang pagbagsak ng katawan

■ Para maiwasan ang tuberculosis

- Magpa-eksamen ng chest x-ray isang beses sa isang taon
- Kapag nagpatuloy ang mahabang ubo, pumunta sa ospital
- Maraming tulog at balance ng masustansiyang pagkain
- Ang sanggol ay kailangang magpabakuna ng BCG sa pagitan ng 5 buwan - 7 buwan pagkapanganak

9 そうだんまどぐち
相談窓口

いっばん せいかつそうだんまどぐち
一般・生活相談窓口



ほうじん こくさいこうりゅうきょうかい た はらぶんかいかん
NPO法人たはら国際交流協会（田原文化会館） TEL: 0531-22-0138

<p><small>がいこくじん</small> 外国人相談窓口</p>	<p>基本日本語 <small>ちゅうごくご</small> ・中国語 <small>タガログご</small> ・タガログ語 <small>ベトナムご</small> ・ベトナム語 <small>えいご</small> ・英語 <small>インドネシアご</small> ・インドネシア語</p>	<p><small>まいしゅうすい</small> <small>きん</small> <small>にちようび</small> 毎週水、金、日曜日 10:00～17:00 <small>つうやく</small> <small>ひつよう</small> <small>ばあい</small> <small>そうだん</small> <small>び</small> <small>にちまえ</small> 通訳が必要な場合は、相談日の3日前までに連絡をしてください。通訳の人と日程の調整をします。</p>
--	--	--

こうざい あいちけんこくさいこうりゅうきょうかい なごや
(公財) 愛知県国際交流協会 TEL: 052-961-7902 (名古屋)

<p><small>そうだん</small> <small>じょうほう</small> 相談・情報 <small>かうんたー</small> カウンター</p>	<p><small>ぼるとがるご</small> ・ポルトガル語</p>	<p><small>げつようび</small> <small>どようび</small> 月曜日～土曜日 10:00～18:00</p>
	<p><small>すぺいんご</small> ・スペイン語</p>	<p><small>げつようび</small> <small>すいようび</small> <small>きんようび</small> 月曜日・水曜日・金曜日 13:00～ 18:00</p>
	<p><small>えいご</small> ・英語</p>	<p><small>げつようび</small> <small>どようび</small> 月曜日～土曜日 13:00～18:00</p>
	<p><small>ちゅうごくご</small> ・中国語</p>	<p><small>げつようび</small> 月曜日 13:00～18:00</p>
	<p><small>たがろご</small> ・タガログ語</p>	<p><small>すいようび</small> 水曜日 13:00～18:00</p>

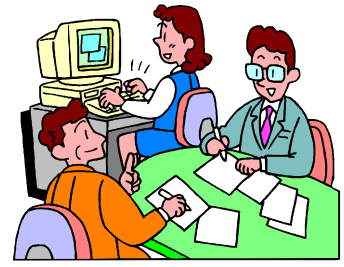
たぶんかそーしゃるわーかー こべつそうだん しんこく もんだい たい けいぞく しえん う
※多文化ソーシャルワーカーによる個別相談。深刻な問題に対して、継続した支援が受けられます。

<p><small>がいこくじん</small> 外国人のための <small>むりようべんごし</small> <small>そうだん</small> 無料弁護士相談 予約制</p>	<p><small>えいご</small> ・英語 <small>ちゅうごくご</small> ・中国語 <small>ぼるとがるご</small> ・ポルトガル語 <small>すぺいんご</small> ・スペイン語 <small>たがろご</small> ・タガログ語</p>	<p><small>まいつきだい</small> <small>きんようび</small> 毎月第2、4金曜日 13:00～16:00 <small>せんちやくじゅん</small> <small>うけつけすう</small> <small>めい</small> <small>しゅうりょう</small> 先着順：受付数4名になったら終了。 <small>つうやく</small> <small>ひつよう</small> <small>ばあい</small> <small>そうだん</small> <small>び</small> <small>にちまえ</small> <small>かようび</small> 通訳が必要な場合は、相談日の3日前の火曜日 <small>しょうご</small> <small>よやく</small> <small>ひつよう</small> 正午までに予約が必要です。 <small>ほか</small> <small>げんご</small> <small>ばあい</small> <small>にほんご</small> <small>ひと</small> <small>つ</small> ※他の言語の場合は、日本語のわかる人を連れて来てください。</p>
---	---	---

ほうりつてき もんだい せんもんか あどばいす ひつよう りよう
※法律的な問題で、専門家のアドバイスが必要なときは利用してください。

よやく じょうき そうだん じょうほう かうんたー う つ
予約は上記相談・情報カウンターで受け付けています。

9 Tanggapan para sa Konsultasyon



Konsultasyon para sa Pangkalahatan at Pamumuhay

Tahara International Association - NPO (Tahara Cultural Center) Tel: 0531-22-0138

Desk para sa konsultasyon ng mga dayuhan	Sa karaniwan, Nihongo • Intsik • Tagalog • Wikang Vietnam • Ingles • Wikang Indonesia	Tuwing Miyerkoles, Biyernes, Linggo 10:00 am - 5:00 pm Sa panahon na kailangan ang tagasalin ng wika, mangyaring tumawag 3 araw bago ang nakatakdang araw ng konsultasyon. Aming aayusin ang skedyul sa mga tagasalin ng wika.
--	--	--

Aichi International Association – TEL 052-961-7902 (Nagoya)

Counter para sa Konsultasyon at Impormasyon	•Portugal	Lunes hanggang Sabado - 10:00 am - 6:00 pm
	•Español	Lunes, Miyerkules, Biyernes - 1:00 pm - 6:00 pm
	•Ingles	Lunes hanggang Sabado - 1:00 pm - 6:00 pm
	•Intsik	Lunes - 1:00 pm - 6:00 pm
	•Tagalog	Miyerkules - 1:00 pm - 6:00 pm

※ Personal na konsultasyon mula sa multi-cultural social worker. Kung mabigat ang problema, maaring makatanggap ng tuluy-tuloy na tulong.

Libreng konsultasyon sa abogado para sa mga dayuhan Kailangan ng Appointment	•Ingles •Intsik •Portugal •Español •Tagalog	Tuwing ika-dalawa at ika-apat na Biyernes ng buwan - 1:00 pm - 4:00 pm First come, first served: Matatapos kappag nakatanggap na ng 4 na konsultasyon. Kapag kailangan ng translator, kailangang kumuha ng appointment ng hangang 12:00 pm ng Martes, ika-tatlong araw bago ang nakatakdang araw ng konsultasyon. Para sa ibang wika, magsama ng nakakaunawa ng Wikang Hapon.
---	---	--

※Kumonsulta kung may problema hinggil sa batas at kailangan ng payo mula sa dalubhasa. Para sa appointment, maaaring humiling sa nabanggit sa itaas o information center.

こうざい なごやこくさいせんたー (公財) 名古屋国際センター TEL: 052-581-0100 (名古屋)

E-mail: info@nic-nagoya.or.jp

にほんご えいご ・日本語・英語	かようび にちようび 火曜日～日曜日 9:00～12:00・13:00～19:00
ほるとがるご すぺいんご ・ポルトガル語・スペイン語	かようび にちようび 火曜日～日曜日 9:00～12:00・13:00～17:00
ちゅうごくご ・中国語	かようび きんようび 火曜日～金曜日 13:00～17:00 どようび にちようび 土曜日・日曜日 10:00～12:00・13:00～17:00
かんこくご ・韓国語 ふいりびのご ・フィリピン語	もくようび 木曜日 13:00～17:00 どようび にちようび 土曜日・日曜日 13:00～17:00
べとなむご ・ベトナム語	すいようび 水曜日 13:00～17:00 にちようび 日曜日 13:00～17:00
ねぼーるご ・ネパール語	すいようび 水曜日 13:00～17:00

※生活上でわからないことや困ったことがあるときは、電話で相談できます。

※火曜日と日曜日は、行政書士が相談に応じます。

しゃかいふくしほうじんしゃかいしゃかいふくしきょうぎかい しんぱい そうだんじよ (社会福祉法人田原市社会福祉協議会 心配ごと相談所) TEL: 23-0610 (田原)

にほんご ・日本語	めんせつそうだん つき かい じゃくせい ・面接相談 (月5～6回) 予約制 べんごし みんせいいいん じんけんようごいいんなど そうだん おう 弁護士や民生委員、人権擁護委員等が相談に応じます。
--------------	---

* 会場：田原福祉センター、渥美福祉センター (ライフランド)、赤羽根福祉センター

「法テラス多言語情報提供サービス」(独立行政法人日本司法支援センター)

借金や離婚、労働、事故など法的なトラブルがおきた場合の相談窓口です。

TEL: 0570-078377 ※通話料がかかります。

えいご ちゅうごくご ほるとがるご かんこくご ・英語・中国語・ポルトガル語・韓国語 すぺいんご べとなむご たがるご ・スペイン語・ベトナム語、タガログ語	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 9:00～17:00
---	-----------------------------------

「よりそいホットライン」(外国人のための専門相談)

電話をかけ、ガイダンスが流れた後に2番を押してください。

TEL: 0120-279-338 (通話料無料)



えいご ちゅうごくご かんこく ちょうせんご ・英語・中国語・韓国・朝鮮語 たがるご たいご すぺいんご ・タガログ語・タイ語・スペイン語 ほるとがるご べとなむご ねぼーるご ・ポルトガル語・ベトナム語・ネパール語 いんどねしあご ・インドネシア語	まいにち 毎日 10:00～22:00 ※対応言語は時間によって変わります。
--	--

Nagoya International Center – TEL:052-581-0100 (Nagoya)

E-mail: info@nic-nagoya.or.jp

•Wikang Hapon •Ingles	Martes hanggang Linggo 9:00 am - 12:00 pm at 1:00 pm - 7:00 pm
•Portugal •Español	Martes hanggang Linggo 9:00 am - 12:00 pm at 1:00 pm - 5:00 pm
•Intsik	Martes hanggang Biyernes - 1:00 pm - 5:00 pm Sabado at Linggo - 10:00 am - 12:00 pm at 1:00 pm - 5:00 pm
•Korea •Tagalog	Huwebes - 1:00 pm - 5:00 pm Sabado at Linggo - 1:00 pm - 5:00 pm
•Vietnamese	Miyerkules - 1:00 pm - 5:00 pm Linggo - 1:00 pm - 5:00 pm
•Nepali	Miyerkules - 1:00 pm - 5:00 pm

✂Kung mayroong hindi alam hinggil sa araw-araw na pamumuhay o problema, maaaring makipag-konsulta sa telepono.

✂Sa Martes at Linggo, ang administrative lawyer ay tumatanggap ng konsultasyon.

Tahara Social Welfare Council (Social Welfare Corporation) TEL 23-0610 (Tahara)

•Wikang Hapon	Konsultasyong personal (5-6 bese kada buwan) - Kailangan ng appointment. Nagbibigay konsultasyon ang mga abugado o social welfare commissioner, at civil rights commissioner.
---------------	--

*Lugar: Tahara Welfare Center, Atsumi Welfare Center (Life Land), Akabane Welfare Center

Serbisyong Impormasyon ng Hoterasu sa Iba't-ibang Wika (Independent Administrative Institution Japan Legal Support Center)

Sentro ng konsultasyon kapag may dumating na problema hinggil sa batas tulad ng utang, diborsyo, trabaho, at aksidente.

TEL 0570-078377 ✂May bayad ang pagtawag.

•Ingles •Intsik •Portugal •Koreano •Español •Vietnamese •Tagalog	Lunes hanggang Biyernes - 9:00 am - 5:00 pm
--	---

Yoriso Hotline (Dalubhasa sa pagpapayo para sa mga dayuhan)

Tumawag sa telepono, pagkatapos marinig ang gabay, pindutin ang No.2.

TEL 0120-279-338 (libre ang tawag)

•Ingles •Intsik •Koreano •Tagalog •Thailand •Español •Portugal •Vietnamese •Nepalese •Indonesian	Araw-araw - 10:00 am - 10:00 pm ✂ Ang oras ng mga nakatakdang Wika ay magkakaiba.
--	--

・ベトナム語 Tel: 0120-250-168	げつようび すいようび きんようび 月曜日・水曜日・金曜日 11:00~19:00
・中国語 Tel: 0120-250-169	げつようび すいようび きんようび 月曜日・水曜日・金曜日 11:00~19:00
・インドネシア語 Tel: 0120-250-192	かようび もくようび 火曜日・木曜日 11:00~19:00
・タガログ語 Tel: 0120-250-197	かようび どようび 火曜日・土曜日 11:00~19:00
・英語 Tel: 0120-250-147	かようび どようび 火曜日・土曜日 11:00~19:00
・タイ語 Tel: 0120-250-198	もくようび どようび 木曜日・土曜日 11:00~19:00
・カンボジア語 Tel: 0120-250-366	もくようび 木曜日 11:00~19:00
・ミャンマー語 Tel: 0120-250-302	きんようび 金曜日 11:00~19:00

※生活上でわからないことや困ったことがあるときは、電話で相談できます。

ろうどうそうだんまどぐち
労働相談窓口

ろうどうじょうけん しごと かん とらぶる こま ひと そうだんまどぐち
労働条件など、仕事に関するトラブルで困っている人のための相談窓口です。

あいちろうどうきょく がいこくじんろうどうしやそうだんこーなー
愛知労働局 (外国人労働者相談コーナー)

TEL: 052-972-0253 (名古屋)

・英語	かようび もくようび 火曜日・木曜日 9:30~12:00・13:00~16:00
・ポルトガル語	かようび きんようび 火曜日~金曜日 9:30~12:00・13:00~16:00

とよはしろうどうきじゅんかんたくしよ がいこくじんろうどうしやそうだんこーなー
豊橋労働基準監督署 (外国人労働者相談コーナー)

TEL: 0532-54-1192 (豊橋)

・ポルトガル語	かようび もくようび 火曜日・木曜日 9:30~12:00・13:00~16:00
---------	--

Organisasyon para sa mga dayuhang trainee URL: <https://www.otit.go.jp/notebook/>

•Vietnamese Tel:0120-250-168	Lunes, Miyerkules, Biyernes 11:00 am ~ 7:00 pm
•Intsik Tel:0120-250-169	Lunes, Miyerkules, Biyernes 11:00 am ~ 7:00 pm
•Indonesian Tel:0120-250-192	Martes, Huwebes 11:00 am ~ 7:00 pm
•Tagalog Tel:0120-250-197	Martes, Sabado 11:00 am ~ 7:00 pm
•Ingles Tel:0120-250-147	Martes, Sabado 11:00 am ~ 7:00 pm
•Thai Tel:0120-250-198	Huwebes, Sabado 11:00 am ~ 7:00 pm
•Cambodia Tel:0120-250-366	Huwebes 11:00 am ~ 7:00 pm
•Myanmar Tel:0120-250-302	Biyernes 11:00 am ~ 7:00 pm

✳Kung mayroong hindi alam o problema hinggil sa araw-araw na pamumuhay, maaaring makipag-konsulta sa telepono.

Konsultasyon Hinggil sa Suliranin sa Paggawa

Ang konsultasyong ito ay para sa may problema sa paggawa at kalagayan sa trabaho.



Aichi Labor Standard Bureau (Counter ng Konsultasyon para sa Dayuhang Manggagawa)

TEL 052-972-0253 (Nagoya)

•Ingles	Martes at Huwebes - 9:30 am - 12:00 pm at 1:00 pm - 4:00 pm
•Portugal	Martes hanggang Biyernes - 9:30 am - 12:00 pm at 1:00 pm - 4:00 pm

Toyohashi Labor Standards Inspection Office (Counter ng Konsultasyon para sa Dayuhang Manggagawa) TEL 0532-54-1192 (Toyohashi)

•Portugal	Martes at Huwebes - 9: 00 am - 12:00 pm at 1:00 pm - 4:00 pm
-----------	--

10 しせつりすと 施設リスト



	しせつめい 施設名	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
市役所	たはらしやくしよ 田原市役所	たはらちようみなみばんぼ 田原町南番場30-1	22-1111
	たはらしやくしよあかばねしみんせんたー 田原市役所赤羽根市民センター	あかばねちようあかど 赤羽根町赤土1	45-3111
	たはらしやくしよあつみししよ 田原市役所渥美支所	こだちようおかのこし 古田町岡ノ越6-4	33-1111
文化会館・図書館	たはらしたはらぶんかいかん 田原市田原文化会館	たはらちようしおみ 田原町汐見5	22-6061
	たはらしあかばねぶんかいかん 田原市赤羽根文化会館	あかばねちようあかど 赤羽根町赤土1	45-3939
	たはらしあつみぶんかいかん 田原市渥美文化会館	こだちようおかのこし 古田町岡ノ越6-4	33-1000
	たはらしちゆうおうとしよかん 田原市中央図書館	たはらちようしおみ 田原町汐見5	23-4946
	たはらしあつみとしよかん 田原市渥美図書館	こだちようおかのこし 古田町岡ノ越6-4	33-1114
	たはらしあかばねとしよかん 田原市赤羽根図書館	あかばねちようあかど 赤羽根町赤土1	45-3426
広場・公園	たはらしたはらぶんかひろば 田原市田原文化広場	たはらちようしおみ 田原町汐見5	22-6061
	たはらしあかばねぶんかひろば 田原市赤羽根文化広場	たかまつちようおむらざき 高松町尾村崎443	45-2823
	たはらしあつみうどうこうえん 田原市渥美運動公園	こしおづちよううしろやま 小塩津町後山1	38-0111
	たはらしみどり はまこうえんせんたーほうす 田原市緑が浜公園センターハウス	みどり はまよんごう 緑が浜四号1-1	23-2663
	たはらしたきがしらこうえんせんたーほうす 田原市滝頭公園センターハウス	たはらちようにしたきがしら 田原町西滝頭6	22-3936
	たはらししろやかいひんこうえんせんたーほうす 田原市白谷海浜公園センターハウス	しろいそ 白磯5	22-7300
	たはらしちゆうおうこうえんせんたーほうす 田原市中央公園センターハウス	としまちようにししんでん 豊島町西新田1	22-0003
	えひまやがいかつどうせんたー(せいねんいえ) 江比間野外活動センター(青年の家)	えひまちようながお 江比間町長尾1-1	37-1025
	たはらしあしがいのうぎようこうえんさんてぱるく 田原市芦ヶ池農業公園(サンテパルク)	のだちようあしがいけ 野田町芦ヶ池8	25-1234
ざおうさんてんぼうだい 蔵王山展望台	うらちようざおう 浦町蔵王1-46	22-0426	
福祉・児童	たはらしたはらふくしせんたー 田原市田原福祉センター	あかいしにちようめ 赤石二丁目2	23-3811
	たはらしあかばねふくしせんたー 田原市赤羽根福祉センター	あかばねちようあかど 赤羽根町赤土1	45-3499
	たはらしあつみふくしせんたー(あつみらいふらんど) 田原市渥美福祉センター(あつみライフランド)	ほびちようてらにし 保美町寺西21-10	33-0386
	たはらしたはらじどうせんたー 田原市田原児童センター	たはらちようつきだし 田原町築出25-1	23-4761
	たはらしおやここうりゆうかん 田原市親子交流館 すくっと	たはらちようにしおほま 田原町西大浜13-1	23-1510
	たはらしきょういく 田原市ふるさと教育センター	のだちようかごた 野田町籠田3	36-6614
	たはらしはくぶつかん 田原市博物館	たはらちようはこう 田原町巴江11-1	22-1720
たはらしあつみきょうどしりょうかん 田原市渥美郷土資料館	こだちようおかのこし 古田町岡ノ越6-4	33-1127	
たはらしよしごかいづかしせきこうえん(しえるまよしご) 田原市吉胡貝塚史跡公園(シエルマ吉胡)	よしごちようやざき 吉胡町矢崎42-4	22-8060	
道の駅	たはら 田原めっくんはうす	ひがしあかいしごちようめ 東赤石五丁目74	23-2525
	あかばねろこすてーしょん あかばねロコステーション	あかばねちようおおにし 赤羽根町大西32-4	45-5088
	いらごくりすたるぼると 伊良湖クリスタルポルト	いらごちようみやした 伊良湖町宮下3000-65	35-6631

たはらししがいきよくばん
※田原市の市外局番：0531

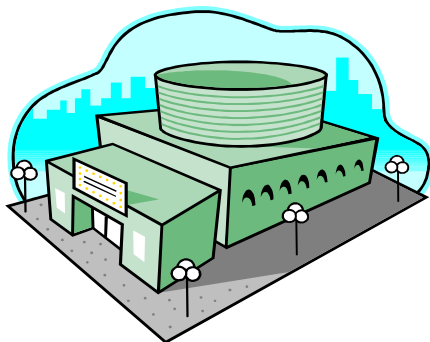
10 Listahan ng mga Institusyon

	Pangalan ng Institusyon	Address	Telepono
Munisipyo	Munisipyo ng Tahara	Tahara-cho, Minami Banba 30-1	22-1111
	Akabane Citizens' Center	Akabane-cho, Akado 1	45-3111
	Atsumi Sangay Tanggapan	Koda-cho, Okanokoshi 6-4	33-1111
Pang-kulturang Sentro	Pang-kulturang Bulwagan ng Lungsod ng Tahara	Tahara-cho, Shiomi 5	22-6061
	Pang-kulturang Bulwagan ng Akabane	Akabane-cho, Akado 1	45-3939
	Pang-kulturang Bulwagan ng Atsumi	Koda-cho, Okanokoshi 6-4	33-1000
Aklatan	Aklatan ng Sentral Tahara	Tahara-cho, Shiomi 5	23-4946
	Aklatan ng Akabane	Akabane-cho, Akado 1	45-3426
	Aklatan ng Atsumi	Koda-cho, Okanokoshi 6-4	33-1114
	Sentrong Impormasyon ng Tahara	Tahara-cho, Shiomi 5	22-7200
Parke	Tahara Cultural Park	Tahara-cho, Shiomi 5	22-6061
	Akabane Cultural Park	Takamatsu-cho, Omurazaki 443	45-2823
	Atsumi Sports Park	Koshiozu-cho, Ushiroyama 1	38-0111
	Midorigahama Park Center House	Midorigahama, Yongou 1-1	23-2663
	Takigashira Park Center House	Tahara-cho, Nishi Takigashira 6	22-3936
	Shiroya Beach Park Center House	Shiraiso 5	22-7300
	Tahara Central Park Center House	Toshima-cho, Nishi Shinden 1	22-0003
	Ehima Outdoor Recreation Center	Ehima-cho, Nagao 1-1	39-1025
	Ashigaike Nougyou Park-Sante Park	Noda-cho, Ashigaike 8	25-1234
	Mt. Zao Observatory	Ura-cho, Zao 1-46	22-0426
Pang-kagalangan Pambata	Tahara Welfare Center	Akaishi 2-chome 2	23-3811
	Akabane Welfare Center	Akabane-cho, Akado 1	45-4599
	Atsumi Welfare Center (Atsumi Play Land)	Hobi-cho, Teranishi 21-10	33-0386
	Tahara Children's Welfare Center	Tahara-cho, Tsukidashi 25-1	23-4761
	Tahara Parent-Child Exchange Center Skutto	Tahara-cho, Nishi Ohama 13-1	23-1510
	Tahara Hometown Education Center	Noda-cho, Kagota 3	36-6614
Museo	Tahara Municipal Museum	Tahara-cho, Hakou 11-1	22-1720
	Atsumi History Museum	Koda-cho, Okanokoshi 6-4	33-1127
	Yoshigo Shell Mound Historic Park (Shellma Yoshigo)	Yoshigo-cho, Yazaki 42-4	22-8060
Road Stations	Tahara Mekkun House	Higashi Akaishi 5-chome 74	23-2525
	Akabane Loco-Station	Akabane-cho, Ohnishi 32-4	45-5088
	Irago Crystalporte Road Station	Irago-cho, Miyashita 3000-65	35-6631

※Area Code ng Lungsod ng Tahara: 0531

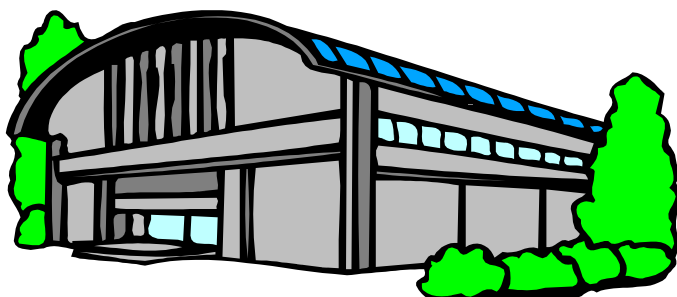
	しせつめい 施設名	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
市民館 しみんかん	むつれしみんかん 六連市民館	むつれちやうにしのかわ 六連町西ノ川51	27-0019
	かんべしみんかん 神戸市民館	かんべちやうまえはた 神戸町前畑19	22-0980
	おおくさしみんかん 大草市民館	おおくさちやうほくじん 大草町北神35-1	22-6276
	たはらとうぶしみんかん 田原東部市民館	やぐまちやうかじやまえ 谷熊町鍛冶屋前1-1	22-5027
	たはらとうぶしみんかん ぶんかん 田原東部市民館 (分館)	としまちやうおくや 豊島町奥谷18	23-1467
	たはらなんぶしみんかん 田原南部市民館	おおくぼちやうきたあさば 大久保町北浅場13-2	22-2659
	どうほしみんかん 童浦市民館	うらちやうほらやしき 浦町原屋敷78-2	23-0660
	たはらちやうぶしみんかん 田原中部市民館	たはらちやうくらた 田原町倉田13-3	23-0030
	きぬがさしみんかん 衣笠市民館	たはらちやうえいがん 田原町栄巖51	23-2326
	のだしみんかん 野田市民館	のだちやうかごた 野田町籠田66	25-0004
	たかまつしみんかん 高松市民館	たかまつちやうなかむら 高松町中村69-1	45-3650
	あかばねしみんかん 赤羽根市民館	あかばねちやうてんじん 赤羽根町天神60	45-5210
	わかとししみんかん 若戸市民館	わかみちやうあらい 若見町新居6	45-4300
	わじしみんかん 和地市民館	わじちやうじぞうだ 和地町地蔵田30	34-4050
	ほりきりしみんかん 堀切市民館	ほりきりちやうにしねこいけ 堀切町西猫池97-1	34-2012
	いらごしみんかん 伊良湖市民館	いらごちやうわたりがわ 伊良湖町渡川321	34-2755
	かめやまししみんかん 亀山市民館	かめやまちやうこなかはら 亀山町小中原82	34-2833
	なかやまししみんかん 中山市民館	なかやまちやうしんめいまえ 中山町神明前146-1	34-1271
	ふくえしみんかん 福江市民館	ふくえちやうなかこんやせこ 福江町中紺屋瀬古8	34-3881
	きよたしみんかん 清田市民館	こだちやうみやのまえ 古田町宮ノ前32-1	33-0783
いずみしみんかん 泉市民館	えひまちやうにあぎごうちやう 江比間町二字郷中58-2	34-0175	
ごみ・リサイクル	とうぶしげんかせんたー 東部資源化センター	あいかわちやうしぎのもり 相川町嶋森87-5	27-0100
	あかばねかんきやうせんたー 赤羽根環境センター	あかばねちやうにしやま 赤羽根町西山1-68	45-3497
	あつみしげんかせんたー 渥美資源化センター	ふくえちやうせいあらこ 福江町清荒子1-1	32-3322
	たはらりさいくるせんたーたんせいかん 田原リサイクルセンター炭生館	みどり はまにごう 緑が浜二号2-91	24-0151

たはらし しがいきよくばん
※田原市の市外局番：0531



	Pangalan ng Institusyon	Address	Telepono
Community Centers	Mutsure Community Center	Mutsure-cho, Nishinokawa 51	27-0019
	Kanbe Community Center	Kanbe-cho, Maehata 19	22-0980
	Ohkusa Community Center	Ohkusa-cho, Hokujin 35-1	22-6276
	Tahara Tobu Community Center	Yagama-cho, Kajiyamae 1-1	22-5027
	Tahara Tobu Branch Community Center	Toshima-cho, Okuya 18	23-1467
	Tahara Nanbu Community Center	Ohkubo-cho, Kitaasaba 13-2	22-2659
	Doho Community Center	Ura-cho, Harayashiki 78-2	23-0660
	Tahara Chubu Community Center	Tahara-cho, Kurata 13-3	23-0030
	Kinugasa Community Center	Tahara-cho, Eigan 51	23-2326
	Noda Community Center	Noda-cho, Kagota 66	25-0004
	Takamatsu Community Center	Takamatsu-cho, Nakamura 69-1	45-3650
	Akabane Community Center	Akabane-cho, Tenjin 60	45-5210
	Wakato Community Center	Wakami-cho, Arai 6	45-4300
	Waji Community Center	Waji-cho, Jizoda 30	34-4050
	Horikiri Community Center	Horikiri-cho, Nishinekoike 97-1	34-2012
	Irago Community Center	Irago-cho, Watarigawa 321	34-2755
	Kameyama Community Center	Kameyama-cho, Konakahara 82	34-2833
	Nakayama Community Center	Nakayama-cho, Shinmeimae 146-1	34-1271
	Fukue Community Center	Fukue-cho, Nakakonya Zeko 8	34-3881
	Kiyota Community Center	Koda-cho, Miyanomae 32-1	33-0783
Izumi Community Center	Ehima-cho, Nijaza Gouchu 58-2	34-0175	
Trash Recycling	Tobu Recycling Center	Aikawa-cho, Mori Shiginomori 87-5	27-0100
	Akabane Environment Center	Akabane-cho, Nishiyama 1-68	45-3497
	Atsumi Recycling Center	Fukue-cho, Seiarako 1-1	32-3322
	Tahara Recycle Center Coal Hall	Midorigahama Nigou 2-91	24-0151

※Area Code ng Lungsod ng Tahara: 0531



11 公共交通機関

たはらしこみゆにていばす まち すいしんか
田原市コミュニティバス（街づくり推進課—TEL 27-8603）

しゅうらくぶ しがいち むす たはらしこみゆにていばす うんこう うんちん じょうしゃ
集落部と市街地を結ぶ「田原市コミュニティバス」が運行しています。運賃は、1乗車
につき市街地線は一人100円、それ以外の路線は一人200円で、小学生以下は無料
です。運賃は、バスに乗るときに支払ってください。

てつどう とよはしてつどう かが みかわたはらえき
鉄道（豊橋鉄道（株）三河田原駅 TEL: 22-0157）

たはら とよはし むす とよはしてつどうあつみせん うんこう しない えき みかわたはら かんべ
田原と豊橋を結ぶ豊橋鉄道渥美線が運行しています。市内にある駅は、三河田原、神戸、
としま だい えき うんちん しゅつぱつえき どうちやくえき こと ちゅうがくせいじょう おとなうん
豊島、やぐま台の4駅です。運賃は出発駅と到着駅で異なります。中学生以上は大人運
ちん さいみまん こ うんちん おとなうんちん やくはんがく
賃、12歳未満は子ども運賃で、大人運賃の約半額です。

ろせん ばす とよつばす かが あつみえいぎょうじょ
路線バス（豊鉄バス（株）渥美営業所 TEL: 33-0211）

いらごみさき たはらえきまえ とよはしえきまえ むす いらごほんせん ほび あかばね あつみびょういん むす
伊良湖岬と田原駅前、豊橋駅前を結ぶ伊良湖本線と、保美と赤羽根、渥美病院を結ぶ
いらごしせん うんこう じょうしゃきより こと ちゅうがくせいじょう おとなうんちん
伊良湖支線が運行しています。運賃は、乗車距離で異なります。中学生以上は大人運賃、
さいみまん こ うんちん おとなうんちん やくはんがく うんちん ばす お しはら
12歳未満は子ども運賃で、大人運賃の約半額です。運賃は、バスから降りるときに支払
ってください。

たくしー あつみこうつう かが ほうてつたくしー かが
タクシー（渥美交通（株）TEL: 22-0050 / 豊鉄タクシー（株）TEL: 22-1171）

しない たくしーかいしゃ しゃ りょうきん じょうしゃきより こと うんてんせきよこ めーたー
市内にタクシー会社は2社あります。料金は乗車距離で異なり、運転席横のメーター
ひょうじ りょうきん たくしー お しはら
に表示されます。料金は、タクシーから降りるときに支払ってください。

せんぱく いせわんふえりー かが めいてつかいじょうかんこうせん かが
船舶（伊勢湾フェリー（株） TEL: 35-6217 / 名鉄海上観光船（株） TEL: 35-6
868）

いらごみさき とぼ むす いせわんふえりー いらごみさき こうわ むす めいてつこうそくせん
伊良湖岬～鳥羽を結ぶ伊勢湾フェリーと、伊良湖岬～河和を結ぶ名鉄高速船
などが運航しています。料金は、年齢や行先などで異なります。船に乗る前に切符
うんこう りょうきん ねんれい いきさき こと ふね の まえ きつぷ
を買ってください。



11 Transportasyong Pampubliko

Tahara City Community Bus (Urban pag-unlad pag-promote division TEL 27-8603)

Tumatakbo sa lungsod ang Tahara City Community Bus na siyang na nag-uugnay sa mga lugar sa komunidad at rural area. Ang pamasaha sa City Line ay 100 yen bawat sakay, maliban dito ang ibang Line ay 200 yen, at ang bata hanggang elementarya ay walang bayad. Bayaran ang pamasaha pagpababa ng bus.

Tren (Toyohashi Railroad Co. – Mikawa Tahara Station – TEL 22-0157)

Ang Toyohashi Railroad Atsumi Line ay nag-uugnay sa Tahara at Toyohashi. Ang apat na istasyon sa loob ng lungsod ay; Mikawa-tahara, Kanbe, Toshima, at Yagumadai. Ang pamasaha ay batay sa distansya kung saan sumakay at kung saan bumaba. Ang junior high school pataas ay tulad ng pamasaha ng matanda, ang pamasaha ng batang 12 taong gulang pababa ay halos kalahati ng pamasaha ng matanda.

Bus (Toyotetsu Bus Co. – Atsumi Office – TEL 33-0211)

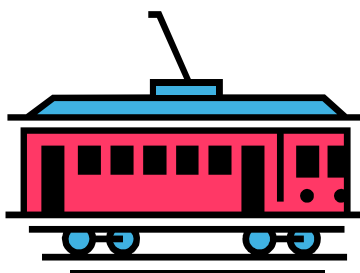
Ang Irago Main Line ay nag-uugnay sa Toyohashi Ekimae at Irago Misaki at Tahara Ekimae, at ang Irago Branch Line naman ang nag-uugnay sa Hobi, Akabane at Atsumi Hospital. Ang pamasaha ay depende sa distansya kung saan sumakay. Ang junior high school pataas ay tulad ng pamasaha ng matanda, at ang pamasaha ng batang 12 taong gulang pababa ay halos kalahati ng pamasaha ng matanda. Magbabayad ng pamasaha sa oras na pababa ng bus.

Taksi (Atsumi Transportation Co. TEL 22-0050 / Hotetsu Taxi Co. TEL 22-1171)

Mayroong 2 kompanya ng taksi na tumatakbo sa loob ng lungsod. Ang bayad ay batay sa distansya magmula ng sumakay nakasaad sa metro na nakalagay sa tabi ng nagmamaneho. Ang bayad ay babayaran kapag pababa ng taksi.

Barko (Isewan Ferry Co. TEL. 35-6217 / Meitetsu Maritime Tourist Boat Co. TEL. 35-6868)

Tumatakbo ang Isewan Ferry na nag-uugnay sa Irako Misaki at Toba, at Meitetsu Maritime Boat na nag-uugnay naman sa Irago Misaki at Kowa. Ang bayad ay depende sa edad at lugar na pupuntahan. Bumili ng tiket bago sumakay ng barko.



12 外国語による情報

パンフレット・資料

多言語で印刷されたパンフレットや資料です。田原市役所でお渡ししています。

名称	内容	言語
田原市ミニ要覧	田原市の概要紹介、人口などのデータあり	英・中
たはらガイドマップ	田原市の観光スポットなどを地図で紹介	英・中・韓
ゴミの分け方・出し方	ゴミの分け方と出し方を紹介	英・中・韓・ポ・ベ
田原市防災マップ	災害時の避難場所や避難ルートを紹介	英・中

※英：英語、中：中国語、韓：韓国語、ポ：ポルトガル語、ベ：ベトナム語

本（中国語・韓国語・ベトナム語・英語・ドイツ語・フランス語・スペイン語・ポルトガル語・インドネシア語・タガログ語）、雑誌（英語）、新聞（英語）

図書館で読んだり、借りたりできます。海外の映画や音楽のCD・DVDや、やさしい日本語で書かれた本、日本語学習のための本もあります。料金はかかりません。

施設リストの、田原市中央図書館、田原市渥美図書館、田原市赤羽根図書館へお問い合わせください。

田原市ホームページ（多言語版）

田原市についての情報を提供しています。

トップページの上、For Foreigners をご覧ください。



12 Impormasyon sa Wikang Banyaga

Pamplato at Materyales

Sa munisipyo ng Tahara namimigay ng mga pamplato at materyales na nakasalin sa iba't-ibang wikang banyaga.

Pangalan	Nilalaman	Wika
Tahara Mini Directory	Pagpapakilala ng katangian at mga data tulad ng populasyon, ng Lungsod ng Tahara.	Ingles, Intsik,
Tahara Guide Map	Pagpapakilala ng mga lugar na pasyalan sa Tahara na mayroong mapa.	Ingles, Intsik, Koreano
Paano ang Paghihiwalay at Pagtatapon ng Basura	Gabay kung paano hinahati at itinatapon ang basura,	Ingles, Intsik, Koreano, Portugal, Vietnamese
Mapa sa Panahon ng Sakuna ng Lungsod ng Tahara	Mapa ng lugar paglikasan at ruta papunta sa mga ito.	Ingles, Intsik

Libro (Wikang Intsik, Koreano, Vietnam, Ingles, Germany, France, Español, Portugal, Indonesian, Tagalog), Magasin (Wikang Ingles), Pahayagan (Wikang Ingles)

Maaaring magbasa at manghiram sa mga aklatan. Mayroong mga CD o DVD ng mga pelikula mula sa ibang bansa o musika, mga aklat na isinulat sa madaling Nihongo, at mga aklat na maaaring magamit sa pag-aaral ng Nihongo. Ito po ay walang bayad.

Sumangguni sa listahan ng mga pasilidad: Aklatan ng Chuo, Lungsod ng Tahara; Aklatan ng Atsumi, Lungsod ng Tahara; at Aklatan ng Akabane, Lungsod ng Tahara.

Official Website ng Lungsod ng Tahara (Bersyon sa Wikang Ingles at ibang lengguwahe)

Ang website na ito ay nagbibigay ng iba't-ibang impormasyon hinggil sa Lungsod ng Tahara. Sa bahaging itaas ng unang pahina, tingnan ang "For Foreigners."



がいこくじん せいかつじょうほう ていきょう うえぶさいと
外国人のための生活情報を提供しているウェブサイト

・(公財) 愛知県国際交流協会ホームページ

にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご ぼるとがるご すぺいんご
(日本語・英語・中国語・韓国語・ポルトガル語・スペイン語)

<http://www2.aia.pref.aichi.jp/>

・(財) 自治体国際化協会ホームページ 多言語生活情報

にほんご えいご どいつご ちゅうごくご かんこくご ぶんらんすご すぺいんご ぼるとがるご
たがろぐご べとなむご いんどねしあご たいご ろしあご
(日本語・英語・ドイツ語・中国語・韓国語・フランス語・スペイン語・ポルトガル語・
タガログ語・ベトナム語・インドネシア語・タイ語・ロシア語・ミャンマー語)

<http://www.clair.or.jp/tagengo/index.html>

まいなんばんーかん とあ
マイナンバーに関するお問い合わせ

・英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語に対応のフリーダイヤル

0120-0178-26 (マイナンバー制度に関すること)

0120-0178-27 (通知カード、個人番号カードに関すること)

平日：9：20～20：00

土日祝：9：30～17：30 (年末年始を除く)

※個人番号カードの紛失盗難などによる一時利用停止については、

0120-0178-27

・マイナンバー情報サイト

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>

Mga website na nagbibigay ng impormasyon hinggil sa araw-araw na pamumuhay para sa mga dayuhan.

- Home page ng Aichi International Association

(Wikang Hapon, Ingles, Intsik, Koreano, Portugal, at Espanol)

<http://www2.aia.pref.aichi.jp/>

- Council of Local Authorities for International Relations - Impormasyon hinggil sa pamumuhay sa iba't-ibang wika.

(Wikang Hapon, Ingles, German, Intsik, Korea, France, Espanol, Portugal, Tagalog, Vietnam, Indonesia, Thailand, Russia)

<http://www.clair.or.jp/tagengo/index.html>

Para sa mga katanungan tungkol sa My Number

Free dial ng wikang Ingles, Intsik, Koreano, Portugal at Español

0 1 2 0 – 0 1 7 8 – 2 6 ; tungkol sa sistema ng My Number

0 1 2 0 – 0 1 7 8 – 2 7 ; tungkol sa my number notification card o personal number card

Lunes – Byernes: 9:30am–8:00pm

Sabado, Linggo at holidays 9:30 am–5:30 pm (maliban sa New year holidays)

※Para sa pansamantalang pagpatigil ng paggamit ng personal number card kapag nawala o ninakaw; 0120-0178-27

◆ Website ng impormasyon tungkol sa My Number

<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>

13 にほんごきょうしつ 日本語教室

たはらしには、しみんぼらんていあだんたいうんえい にほんごきょうしつ
田原市には、市民ボランティア団体が運営している日本語教室があります。

もうこほうほうくわかくだんたいとあ
申し込み方法など、詳しいことは、各団体に問い合わせてください。

えぬびーおーほうじん こくさいこうりゅうきょうかい
NPO法人たはら国際交流協会（TIA） TEL:22-2622

かいさいび 開催日	かいひ 会費	かいさいばしょ 開催場所	たいしょう ないよう 対象／内容
たはらきょうしつ 【田原教室】 まいしゅうきんようび 毎週金曜日 19:30～21:00 まいしゅうにちようび 毎週日曜日 10:00～11:30 あつみきょうしつ 【渥美教室】 まいしゅうもくようび 毎週木曜日 19:30～21:00	むりよう 無料	たはらきょうしつ 【田原教室】 たはらぶんかかいかん 田原文化会館 かいぎしつ 101会議室 など あつみきょうしつ 【渥美教室】 ふくえしみんかん 福江市民館	ざいじゅうがいこくじんいっばん 在住外国人一般。 ぼらんていあすたっふ にほんご ボランティアスタッフと日本語 たのべんきょう を楽しく勉強しましょう。

あかばねひらがなの会 TEL:45-3499

かいさいび 開催日	かいひ 会費	かいさいばしょ 開催場所	たいしょう ないよう 対象／内容
にほんごきょうしつ ちゅうごくごきょうしつ 日本語教室・中国語教室 まいつきだい どようび 毎月第2・4土曜日 13:30～15:30 ぶんかきょうしつ 文化教室 まいつきだい にちようび 毎月第3日曜日 13:30～15:30	むりよう 無料 ひつよう おう (必要に じて材料費 ざいりょうひ 100円～ えん 300円) えん	あかばね 赤羽根 ふくし せん たー 福祉センター または あかばねしみんかん 赤羽根市民館	ちいき く がいこくじん 地域で暮らす外国人。 にほんごきょうしつ ちゅうごくごきょうしつ 日本語教室、中国語教室、 ぶんかきょうしつ かいさい 文化教室を開催しています。 げっかん 月刊「あかばねひらがなしん ぶん」を発行しています。 はっこう



13 Klase Para sa Wikang Hapon

May boluntaryong sibikong organisasyon na namamahala ng pag-aaral sa Wikang Hapon sa Lungsod ng Tahara.

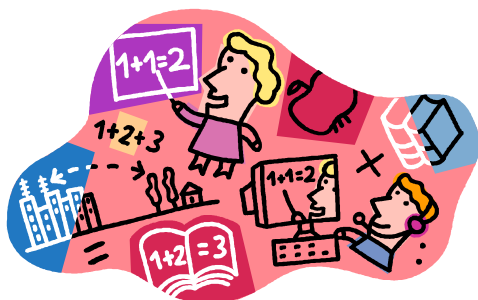
Para sa detalye ng paraan ng pag-aaplay, makipag-ugnayan sa mga sumusunod na organisasyon:

TIA NOP Tahara International Association Tel. 22-2622

Petsa	Bayad	Lugar	Saklaw/Nilalaman
(Tahara Class) Tuwing Biyernes 7:30 pm - 9:00 pm Tuwing Linggo 10:00 am - 11:30 pm	Libre	(Tahara Class) Tahara Cultural Center 101 Conference Room	Para sa mga dayuhang naninirahan. Malugod nating pag-aralan ang Wikang Hapon, kasama ang mga volunteer na kawani.
(Atsumi Class) Tuwing Huwebes 7:30 pm - 9:00 pm		(Atsumi Class) Fukue Community Center	

Akabane Hiragana no Kai Tel. 45-3499

Pangalan/Petsa	Bayad	Lugar	Saklaw/Nilalaman
Wikang Hapon Wikang Intsik Tuwing ika-dalawa at ika-apat na Sabado ng buwan 1:30 pm - 3:30 pm	Libre (100 - 300 yen para sa materyale s, kung kailangan)	Akabane Community Center O, hindi kaya, Akabane Welfare Center	Pakikipag-ugnayan sa mga dayuhang naninirahan sa komunidad. Mayroong klase para sa Wikang Hapon, Wikang Intsik at klase pangkultura.
Klase Pangkultura Tuwing ika-tatlo ng Linggo ng buwan 1:30 pm - 3:30 pm			Naglilimbag ng buwanang dyaryo: Akabane Hiragana Shinbun



14 緊急通報

病気やけがをしたとき、火事や交通事故、盗難などの犯罪にあったときは、落ち着いて決められた緊急通報用番号に電話してください。

緊急通報

緊急通報は、用件によって番号が決まっています。いつでも受け付けています。

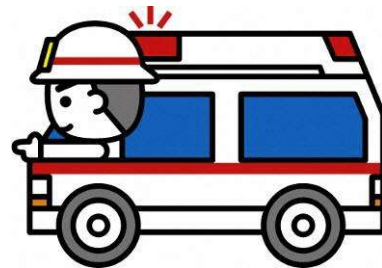
救急車は料金0円で利用できます。軽い病気や、軽いけがのときは、自家用車やタクシーを使ってください。

緊急通報用電話番号

- ・ 病気やけがなど … 119番 (消防署)
- ・ 火事 … 119番 (消防署)
- ※ 119番は、電話通訳センターを介した三者間通訳で英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、ベトナム語、タガログ語、フランス語、ロシア語、ネパール語、タイ語に対応しています。
- ・ 交通事故 … 110番 (警察署)
- ・ 犯罪 … 110番 (警察署)
- ・ 海での事故や事件 … 118番 (海上保安庁)

* 相談や問い合わせのときは、ここに電話をしてください。

- ・ 田原市消防署 TEL: 23-0119
- ・ 田原警察署 TEL: 23-0110



※ 緊急通報は、どの電話からもかけられますが、公衆電話から緊急通報するときは、赤い「緊急通報ボタン」があるものは、ボタンを押してから、「119」、「110」、「118」をダイヤルしてください。



14 Pag-uulat sa Oras ng Emerhensya

Sa panahon ng sakit o nasugatan, sunog, aksidente, o krimen tulad ng nakawan, mahinahong tumawag sa mga itinakdang numero sa oras ng emerhensya.

Mga Numero sa Oras ng Emerhensya

Nakatakda ang mga numero na dapat tawagan depende sa iuulat sa oras ng emerhensya. Tumatanggap ng tawag sa lahat ng oras.

Ang ambulansiya ay maaaring magamit ng walang bayad. Sa panahon ng magagaang na sakit o sugat, gamitin ang sariling sasakyan o taksi.

Mga numero para sa oras ng emerhensya

- Sakit/Sugat.....119 (Departamento ng Bumbero)
- Sunog.....119 (Departamento ng Bumbero)
- ✂ Ang 119 ay nagsasalin ng wika sa telepono sa pamamagitan ng three-way na interpreter at sumusuporta sa Wikang Ingles, Intsik, Koreano, Portugal, Español, Vietnam, Tagalog, France, Russia, Nepal at Thailand.
- Aksidente sa Trapiko ...110 (Departamento ng Pulis)
- Krimen110 (Departamento ng Pulis)
- Aksidente/Insidente118 (Japan Coast Guard)



***Sa Panahon ng Konsultasyon o Pagsangguni, tumawag sa mga sumusunod na numero.**

- Departamento ng Bumbero ng Lungsod ng Tahara ... 0531-23-0119
- Departamento ng Pulis ng Lungsod ng Tahara ... 0531-23-0110

Maaring tumawag sa anumang oras ng emergency sa lahat ng uri ng telepono.

Subalit, kung tatawag mula sa pampublikong telepono sa oras ng emerhensya, at kung may pulang buton para sa oras ng emerhensya, pindutin muna ang pulang buton tsaka i-dial ang 119, 110 o 118.

15 さいがい せな 災害への備え

やと めし にほん 雇い主（日本のおとうさん・おかあさん）としっかり話し合っておきましょう！

■ みず た もの じゅんび 水や食べ物を準備すること

- さいがい おき あと すぐに困るのが水と食べ物です。水は、1日1人3リットル。最低7日分を用意してください。ほぞんすい みねらる うおーたー 保存水・ミネラルウォーターなどを用意してください。
- しよきしようか 初期消火やトイレ用に風呂に水をためておくといいです。
- た もの かんづめ かんぱん ビスケット など長期保存できる物を用意してください。
- の もの た もの ほぞんきげん ちえつく 時々入れ替えてください。

■ ひじょうもちだしひん じゅんび 非常持出品を準備すること



★ その他、各家庭で必要なものを用意してください
(例えば)

赤ちゃんがいる家庭は、粉ミルクやオムツ

薬が必要な人がいる家庭は、いつも飲んでる薬

★ 避難するときには持ち出せるように、リュックサックに入れておくと良いです。

いざというときに両手が使える袋がよい



15 Paghahanda sa Kalamidad

Makipag-usap mabuti sa inyong amo (ang inyong ama at ina sa Bansang Hapon).

■ Maghanda ng tubig at pagkain

- Pagkatapos maganap ang isang kalamidad, ang kagyat na pinoproblema ay ang tubig at pagkain. Ang tubig para sa isang tao sa isang araw ay tatlong litro. Sa minimum, maghanda ng para sa pitong araw. Maghanda ng tulad ng preserbadong tubig o mineral water.
- Maganda na maghanda ng tubig sa bathtub panggamit sa palikuran at pamatay sunog.
- Maghanda ng mga pagkain na maaaring maimbak ng pangmatagalan tulad ng delata, tinapay na nasa lata o biskwit.
- Paminsan-minsan i-tsek ang nakatakandang petsa ng mga pagkain at inumin, at palitan.

■ Maghanda ng mga Bagay na Kailangan sa Panahon ng Emerhensya



- ★ Maghanda ng mga bagay na kailangan ng bawat pamilya, at iba pa.

(Halimbawa)

Maghanda ng powder na gatas at lampin para sa pamilya na may sanggol.

Gamot na palaging iniinom, para sa pamilyang Kailangan ng gamot.

- ★ Maganda na ilagay ang mga ito sa isang backpack upang madaling dalhin sa panahon ng paglikas.

Mayroon akong bag na magagamit ko ang aking parehong kamay sa panahon ng



ひなんじよ
避難所

ちくべつ ひなんじよ
◎地区別の避難所

ちく 地区	ふうすいがいひなんじよ 風水害避難所 (20箇所)	じしんひなんじよ 地震避難所 (32箇所)
むつれ 六連	むつれしみんかん 六連市民館	むつれしょうがっこう 六連小学校
かんべ 神戸	かんべしみんかん 神戸市民館	とうぶちゅうがっこう かんべしみんかん かんべしょうがっこう 東部中学校、神戸市民館、神戸小学校
おおくさ 大草	おおくさしみんかん 大草市民館	おおくさしょうがっこう 大草小学校
たはらとうぶ 田原東部	たはらとうぶしみんかん 田原東部市民館	たはらとうぶしみんかん たはらとうぶしょうがっこう 田原東部市民館、田原東部小学校
たはらなんぶ 田原南部	たはらなんぶしみんかん 田原南部市民館	たはらなんぶしみんかん 田原南部市民館
どうほ 童浦	どうほしみんかん 童浦市民館	どうほしょうがっこう どうほしみんかん ほくぶほいくえん 童浦小学校、童浦市民館、北部保育園
たはらちゅうぶ 田原中部	かざんかいかん 華山会館	たはらちゅうぶがっこう たはらちゅうぶしょうがっこう せいしょうがっこう 田原中学校、田原中部小学校、成章高校
きぬがさ 衣笠	きぬがさしみんかん 衣笠市民館	きぬがさしょうがっこう 衣笠小学校
のだ 野田	のだしみんかん 野田市民館	さんてどーむ のだしょうがっこう サンテドーム、野田小学校
たかまつ 高松	たかまつしみんかん 高松市民館	たかまつしょうがっこう 高松小学校
あかばね 赤羽根	あかばねしみんかん 赤羽根市民館	あかばねちゅうがっこう 赤羽根中学校
わかと 若戸	わかとしみんかん 若戸市民館	わかとしみんかん 若戸市民館
わじ 和地	わじしみんかん 和地市民館	わじしみんかん あつみうんどうこうえんたいいくかん 和地市民館、渥美運動公園体育館
ほりきり 堀切	ほりきりしみんかん 堀切市民館	あつみうんどうこうえんたいいくかん 渥美運動公園体育館
いらご 伊良湖	いらごしみんかん 伊良湖市民館	いらごしみんかん 伊良湖市民館
かめやま 亀山	かめやましみんかん 亀山市民館	かめやましょうがっこう 亀山小学校
なかやま 中山	なかやましみんかん 中山市民館	なかやましょうがっこう ふくえちゅうがっこう 中山小学校、福江中学校、 (あつみぶんかいかん 渥美文化会館)
ふくえ 福江	ふくえしみんかん 福江市民館	ふくえちゅうがっこう ふくえしょうがっこう 福江中学校、福江小学校
きよた 清田	きよたしみんかん 清田市民館	きよたしょうがっこう 清田小学校
いずみ 泉	いずみしみんかん 泉市民館	いずみしょうがっこう いずみしみんかん 泉小学校、泉市民館 (あつみぶんかいかん ふくえこうこうたいいくかん 渥美文化会館、福江高校体育館)

さいがい おお ふうすいがいひなんじよ はい ばあい じしんひなんじよ つか ちく
※災害の大きさにより、風水害避難所に入れなくなった場合は、地震避難所を使います。地区によつては、集会所や公民館などを地域の風水害避難所として使う場合があります。

かっこない こなかやまちく いずみちく じゅうみん だい じしんひなんじよ
※カッコ内は、小中山地区、泉地区住民の第2次地震避難所です。



■Lugar Kanlungan

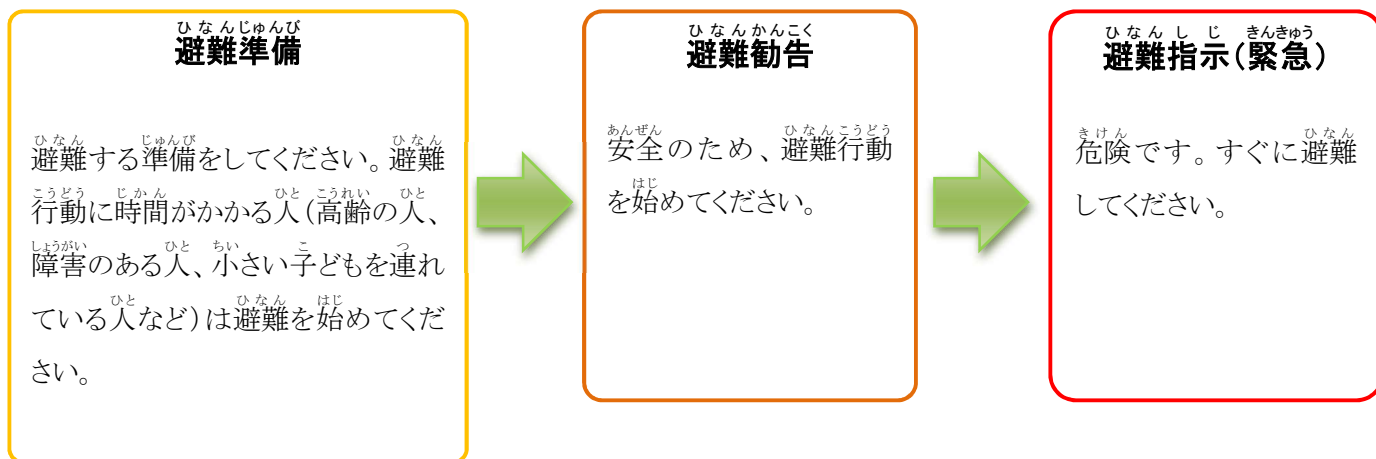
◎Kanlungan Bawat Distrito

Distrito ng Paaralan	Lugar Kanlungan para sa Napinsala ng Baha at Hangin (20 lugar)	Lugar Kanlungan para sa Lindol (32 lugar)
Mutsure District	Mutsure Citizens Hall	Mutsure Elementary School
Kanbe District	Kanbe Citizens Hall	Tobu Junior High School, Kanbe Citizens Hall, Kanbe Elementary School
Ookusa District	Ookusa Citizens Hall	Ookusa Elementary School
Tahara Tobu District	Tahara Tobu Citizens Hall	Tahara Tobu Citizens Hall, Tahara Tobu Elementary School
Tahara Nanbu District	Tahara Nanbu Citizens Hall	Tahara Nanbu Citizens Hall
Doho School District	Doho Citizens Hall	Doho Elementary School, Doho Citizens Hall, Hokubu Hoikuen
Tahara Chubu District	Kazan Hall	Tahara Junior High School, Tahara Chubu Elementary School, Seisho Senior High
Kinugasa District	Kinugasa Citizens Hall	Kinugasa Elementary School
Noda District	Noda Citizens Hall	Sante Dome, Noda Elementary School
Takamatsu District	Takamatsu Citizens Hall	Takamatsu Elementary School
Akabane District	Akabane Citizens Hall	Akabane Junior High School
Wakato District	Wakato Citizens Hall	Wakato Citizens Hall
Waji District	Waji Citizens Hall	Waji Citizens Hall, Atsumi Sports Park Gymnasium
Horikiri District	Horikiri Citizens Hall	Atsumi Sports Park Gymnasium
Irago District	Irago Citizens Hall	Irago Citizen's Hall
Kameyama District	Kameyama Citizens Hall	Kameyama Elementary School
Nakayama District	Nakayama Citizens Hall	Nakayama Elementary School, Fukue Junior High School, Atsumi Cultural Hall
Fukue District	Fukue Citizens Hall	Fukue Junior High School, Fukue Elementary School
Kiyota District	Kiyota Citizens Hall	Kiyota Elementary School
Izumi District	Izumi Citizens Hall	Izumi Elementary School, Izumi Citizens Hall (Atsumi Cultural Hall, Fukue Senior High Gym)

※Maaaring magamit ang lugar kanlungan para sa lindol, depende sa laki ng kalamidad at kung hindi na kayang tumanggap ng lugar kanlungan para sa napinsala ng baha at hangin. At depende rin sa distrito, may pagkakataon na maaaring magamit ang mga lugar pulungan at pampublikong bulwagan upang magamit bilang lugar kanlungan para sa pinsala ng baha at hangin.

※Ang nasa loob ng saknong ay Konakayama District at sekundaryong lugar kanlungan para sa lindol ng mga naninirahan sa distrito ng Izumi

ひなんじょうほう なが
◎避難情報の流れ



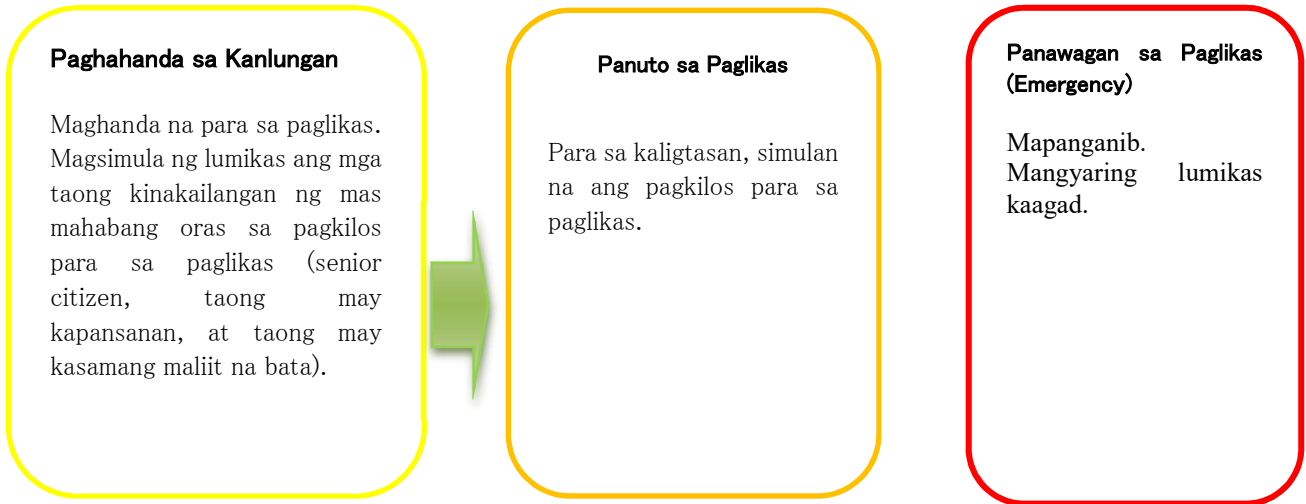
けいかいれべる
◎警戒レベル

- ・「自分の命は自分で守る」を合言葉に、避難を呼びかける時に5段階の警戒レベルというものを使います。警戒レベル4が出されたときは、安全な場所へ避難をしましょう。

おおあめ こうずいけいかいれべる
大雨・洪水警戒レベル

けいかいれべる 警戒レベル	と 取るべき行動	ひなんじょうほう 避難情報
5	いのち まも こうどう 命を守る行動	さいがいほつせいじょうほう 災害発生情報
4	ぜんいんひなん 全員避難	ひなんかんこく 避難勧告 ひなんしじ きんきゅう 避難指示(緊急)
3	こうれいしゃ ひなん 高齢者などは避難 ほかひと ひなんじゅんび その他の人は避難準備	ひなんじゅんび こうれいしゃとうひなんかいし 避難準備・高齢者等避難開始
2	ひなんこうどう かくにん 避難行動の確認	ちゅういほう 注意報
1	さいがい ころがま たか 災害への心構えを高める	そうきちゅういじょうほう 早期注意情報

©Daloy ng mga Impormasyon para sa Kanlungan



© Antas Alerto

- Gamit ang slogan “Protektahan ang sariling buhay ng inyong sarili”, gumagamit ng 5 antas ng alerto sa panahon na nanawagan ng paglikas. Kapag naglabas ng 4 na antas ng alerto, lumikas sa ligtas na lugar.

Antas Alerto Hinggil sa Malakas na Ulan/Pagbaha

Antas Alerto	Aksyon na Dapat Gawin	Impormasyon sa Paglikas
5	Aksyon upang iligtas ang buhay	Impormasyon sa nagaganap na sakuna
4	Paglikas ng lahat	Payo hinggil sa paglisan Tagubilin sa Paglisan
3	Paglikas ng tulad ng matatanda Paghahanda sa paglikas, naman para sa iba	Paghahanda sa paglikas/Pagsisimula ng paglisan sa mga matatanda
2	Kumpirmasyon para sa aksyon sa paglikas	Babala
1	Pagbutihin ang paghahanda para sa sakuna	Maagap na impormasyon sa babala

◎避難のポイント

- ・台風や大雨などの場合は、家に居る方が安全な場合もあります。状況を見て避難しましょう。
- ・地震が起きたら、「姿勢を低く」「頭と体を守る」「揺れが収まるまでじっとする」の3つの行動をしてください。



- 津波の心配がある場合は、高台や集会所など、地区の一時避難場所に避難してください。
- 揺れがおさまるまで（津波警報・注意報が解除されるまで）は、油断してはいけません。
- 運動場などの広い場所に集合し、地震避難所では、建物の安全が確認されてから中に入ってください。
- 住んでいる場所が傾いて危険なときは、地震避難所に避難してください。
- 避難する風水害避難所、地震避難所までの道順を確認してください。

■安否確認

安否確認の方法として、電話を使う「災害用伝言ダイヤル171」、インターネットを使う「携帯電話災害用伝言版Web171」などが利用できます。

■安心安全ほっとメール

市役所などからのお知らせをメールで受け取ることができます。



安心安全ほっとメール



safety tips (観光庁)



自分の住んでいる地域の避難場所を確認してください。

地域で開催される防災訓練に参加しましょう！

問い合わせ先 田原市役所 防災対策課 ☎23-3548

☉Puntos sa Paglikas

- Sa panahon ng bagyo at ng malakas na ulan, may pagkakataon na mas ligtas sa loob ng bahay. Tasahin ang kalagayan at saka lilikas.
- Sa panahon na lumindol, gawin ang tatlong bagay; sumukot ng mababa, protektahan ang ulo at katawan, at huwag gumalaw hanggang hindi tumitigil ang pagyanig.



- Sa panahon na may pangambang mag-tsunami, lumikas muna sa mga temporaryong lugar na kanlungan ng inyong distrito tulad ng mataas na lugar at lugar pulungan.
- Hangga't hindi tumitigil ang pagyanig (hangga't hindi natatanggal ang babala sa tsunami at pahayag o advisory), hindi kailangang maging kampante.
- Magtipun-tipon muna sa malawak na lugar tulad ng palaruan, at sa lugar kanlungan, pumasok sa loob pagkatapos matiyak na ligtas ang gusali.
- Kapag ang tinitirhang lugar ay tumagilid at may ahang panganib, lumikas sa lugar kanlungan para sa lindol.
- Tiyakin ang mga direksyon hanggang sa lugar ng mga kanlungan para sa baha, hangin at lindol.

☉Kumpirmasyon ng Kaligtasan

Bilang paraan ng kumpirmasyon ng kaligtasan, maaaring gamitin ang telepono (emergency messaging service dial 171), o paggamit ng internet (Web 171 board message ng cellular phone).

☉Ligtas at Siguradong Hot Mail

Maaaring makatanggap ng mga balita mula sa munisipyo sa pamamagitan ng e-mail.



Ligtas at Siguradong Hot Mail



Tip Pangkaligtasan (Japan Tourism Agency)



**Tiyakin ang mga lugar kanlungan sa inyong lugar na tinitirhan!
Lumahok sa pagsasanay para sa sakuna na isinasagawa sa inyong lugar!**

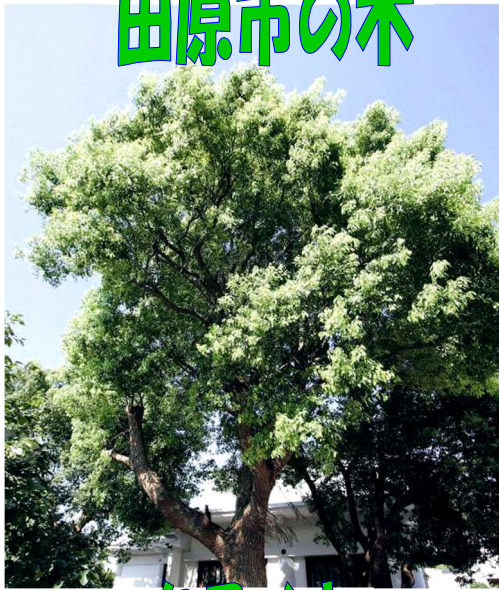
Para sa mga Katanungan: Disaster Management Division, Disaster Prevention Bureau, Tahara City Hall Tel: 23-3548

田原市の花



菜の花

田原市の木



クスノキ

