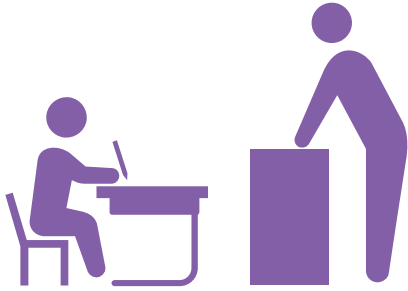


Guía para la Vida Diaria



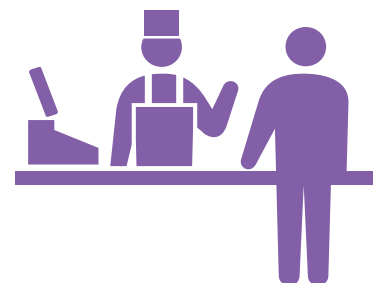
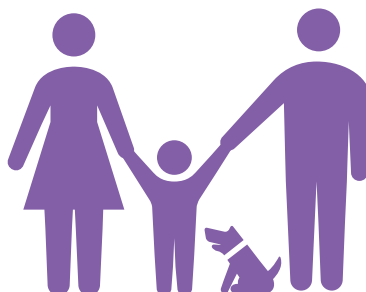
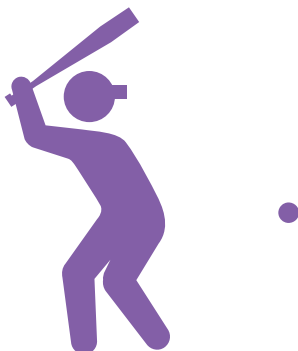
2025



ス
ペ
イ
ン
語
版



Versión en español



もくじ
目次

1	緊急のとき	
(1)	火事	P 4
(2)	急病・けが	P 4
(3)	交通事故・盗難	P 6
(4)	地震・風水害	P 6
(5)	情報を調べる・伝える	P 8
2	相談・情報	
(1)	相談	P 10
(2)	さがみはら国際交流ラウンジ	P 12
(3)	日本語教室	P 12
(4)	広報・相模原市ホームページ	P 14
3	特に生活に必要な情報	
(1)	ごみ・し尿	P 16
(2)	電気・ガス・水道・下水道	P 20
4	必要な手続き	
(1)	在留カード	P 22
(2)	在留資格に関する手続き	P 22
(3)	住民登録	P 24
(4)	マイナンバー制度	P 24
(5)	戸籍	P 26
(6)	印鑑登録	P 26
5	子育て・教育	
(1)	妊娠したら	P 28
(2)	子どもが生まれたら	P 30
(3)	給付・手当・助成	P 36
(4)	保育・サポート・相談	P 38
(5)	教育	P 40
6	保険・年金・税金	
(1)	医療保険	P 46
(2)	年金制度	P 50
(3)	介護保険	P 52
(4)	税金	P 52
7	保健・医療・福祉	
(1)	保健	P 58
(2)	医療	P 58
(3)	福祉	P 60
8	生活に必要な情報	
(1)	仕事	P 66
(2)	住居	P 70
(3)	交通	P 72
(4)	その他生活に必要な情報	P 76
9	各区役所の主な問合せ先	P 78

Índice

1. En caso de emergencia	
(1) Incendio	P5
(2) Enfermedad o malestar repentina / Heridas o lesiones	P5
(3) Accidente de tráfico / Robo	P7
(4) Daños por terremotos/ Tifones e inundaciones	P7
(5) Buscar / Comunicar información	P9
2. Consultas / Información	
(1) Consulta	P11
(2) Salón de Intercambio Internacional de Sagamihara	P13
(3) Clase de japonés	P13
(4) Información pública y sitio web de la ciudad de Sagamihara	P15
3. Especialmente Información necesaria para la vida de los residentes	
(1) Basura/ Desechos humanos	P17
(2) Electricidad, gas, agua y alcantarillado	P21
4. Procedimientos necesarios	
(1) Tarjeta de residencia	P23
(2) Procedimientos relativos al estatus de residencia	P23
(3) Registro de residentes	P25
(4) Sistema de My Number (número personal)	P25
(5) Registro familiar (Koseki)	P27
(6) Registro del sello (Inkan)	P27
5. Crianza de los hijos y educación	
(1) Cuando queda embarazada	P29
(2) Cuando nace un bebé	P31
(3) Prestaciones, subsidios y subvenciones	P37
(4) Cuidado de niños, apoyo y consulta	P39
(5) Educación	P41
6. Seguros, pensiones e impuestos	
(1) Seguro médico	P47
(2) Sistema de pensión	P51
(3) Seguro de cuidados de enfermería	P53
(4) Impuestos	P53
7. Salud, atención médica y bienestar social	
(1) Salud	P59
(2) Atención médica	P59
(3) Bienestar social	P61
8. Información necesaria para la vida de los residentes	
(1) Trabajo	P67
(2) Vivienda	P71
(3) Transporte	P73
(4) Otra información necesaria para la vida	P77
9. Principales puntos de contacto de cada municipalidad distrital	P79

1 緊急のとき

(1) 火事 119 (局番なし)

※ 状況に応じて、通訳事業者を介した3者通話で対応します。

火事のときは、大きな声で「火事だ」「火事だ」「119番」と叫んで、周囲の人に119番通報を依頼してください。周囲にだれもいないときは、電話で119をダイヤルして消防署に、①火事であること、②住所や目標物、③燃えているもの、④あなたの名前、⑤かけている電話番号を知らせましょう。

■ 問い合わせ先

市消防局指令課

(中央区 中央2-2-15) TEL 042-751-9111

初期消火

火が小さいうなら、自分で消火することができます。消火器の薬剤は炎ではなく、燃えているものに、あわせて、広く覆うようにかけます。

消火器の使い方

- ①安全ピンを抜く。
- ②ホースの先を火元に向ける。
- ③レバーを強く握る。



避難の仕方

ハンカチなどで口と鼻を覆い、煙を吸わないよう低い姿勢で避難しましょう。



■ 問い合わせ先

市消防局予防課

(中央区 中央2-2-15) TEL 042-751-9117

(2) 急病・けが 119 (局番なし)

※ 状況に応じて、通訳事業者を介した3者通話で対応します。

急病やけがなどでいそいで病院に行く必要があるときは、119をダイヤルして、救急車を呼びます。

この際には、①救急であること、②住所や目標物、③誰が・どうしたのか、④あなたの名前、⑤かけている電話番号を知らせましょう。また、近くに人がいたら「助けて」「助けて」「119番」と言って、協力を求めてください。

携帯電話からの119番通報時の注意点

携帯電話から119をダイヤルする時は、現在いる場所の住所や目標物を確認してください。市境から119番通報すると他市に入電する場合があります、場所を特定するまでに時間がかかります。通報した際は、最初に何市（例えば、相模原市）にいるのかを伝えてください。また、自動車等を運転しながらの通報は危険ですので、必ず停車してから通報してください。

■ 問い合わせ先

市消防局指令課 (中央区 中央2-2-15) TEL 042-751-9111

1. En caso de emergencia

(1) Incendio ☎: 119 (sin ningún código)

*** Dependiendo de la situación, se atenderá con llamada tripartita vía un intérprete.**

En caso de ocurrir un incendio, grite diciendo “Kajida”, “Kajida”, “Hyakujukyuban” (¡Incendio!, ¡Incendio! ¡119!) para que alguien llame a los bomberos. En caso de que no haya alguien en el entorno, marque el número 119 para comunicarse con la estación de bomberos. Al comunicarse, no se olvide de avisar (1) sobre el incendio, (2) la dirección y algún objeto de referencia, (3) lo que se está incendiando, (4) su nombre y (5) el número de teléfono de donde está usted llamando.

■ Contacto

Sección de Mando de la Oficina de Bomberos de la Municipalidad
Chuo 2-2-15, Chuo-ku ☎ 042-751-9111

Extinción de la llama inicial

Mientras el fuego sea pequeño, puede apagarlo por su cuenta. Dirija el extintor de incendios directamente hacia el objeto que está quemándose, y no al fuego, con calma y como si lo cubriera ampliamente.

Modo de utilizar el extintor de incendios

- 1) Extraiga el pasador de seguridad.
- 2) Apunte el extremo de la manguera hacia el origen del fuego.
- 3) Sostenga firmemente la palanca



Método de evacuación

Tápele la boca y la nariz con un pañuelo y salga del lugar del incendio agachado tratando de no aspirar el humo.



■ Contacto

Sección de Prevención de Incendios de la Oficina de Bomberos de la Municipalidad
Chuo 2-2-15, Chuo-ku ☎ 042-751-9117

(2) Enfermedad repentina / Lesiones ☎: 119 (sin código local)

*** Dependiendo de la situación, se atenderá con llamada tripartita vía un intérprete.**

En caso de que tenga que acudir a un hospital de manera urgente debido a enfermedad repentina o a una lesión, marque el número 119 para llamar una ambulancia.

En este caso, diga (1) que es una emergencia, (2) informe su dirección y algún objeto de referencia, (3) quién y qué ocurrió, (4) su nombre y (5) el número de teléfono de donde está llamando. Y en caso de haber gente en la cercanía, pida auxilio en alta voz diciendo “Tasukete” “Tasukete” “Hyakujukyuban” (¡Socorro! ¡Socorro! ¡119!)

Puntos que deben observarse en la llamada a 119 desde el teléfono celular

En caso de marcar el número 119 de un teléfono celular, compruebe previamente la dirección del lugar desde donde está llamando y el objeto que sirve como referencia. Al marcar el 119 del límite de la ciudad, puede que se reciba la llamada en otra ciudad y esto causa demora en la identificación del lugar. Por lo tanto, en caso de informar, no se olvide de indicar la ciudad donde usted se encuentra (por ejemplo, la ciudad de Sagami-hara). Si está conduciendo un automóvil y desea comunicarse, asegúrese de detener primero el automóvil.

■ Contacto

Sección de Mando de la Oficina de Bomberos de la Municipalidad Chuo 2-2-15, Chuo-ku) ☎ 042-751-9111

こうつうじこ どうなん きよくばん
(3) 交通事故・盗難 110 (局 番なし)

けいさつ れんらく
警察への連絡

もの めす ぼうりょく ひがひ こうつうじこ けいさつ れんらく でんわ
物を盗まれたり、暴力の被害をうけたりしたとき、交通事故にあったときは、警察に連絡してください。電話で110をダイヤ
ルして、①何があったのか、②いつ、どこであったか、③自分はいまどこにいるかなどを知らせましょう。最寄りの警察署から警察官
が伺います。

けいさつしょ こうばん
警察署・交番

しな い けいさつしょ ちいき こうばん けいさつかん ちいき はんざい こうつうじこ
市内には4つの警察署があり、地域には交番があります。交番には警察官がいて、地域のパトロール、犯罪や交通事故などの
たいおう おと じゅり ちりあんない あんぜん へいおん かん そうだん おう
対応、落しものの受理などを行っています。また、地理案内や安全と平穩に関する相談にも応じてくれます。

と あ さき
■ 問い合わせ先

- さがみはらけいさつしょ
・相模原警察署
ちゅうおうくふじみ
(中央区富士見1-1-1) Tel 042-754-0110
- さがみはらみなみけいさつしょ
・相模原南警察署
みなみくこぶち
(南区古淵6-29-2) Tel 042-749-0110
- さがみはらきたけいさつしょ
・相模原北警察署
みどりくにしはしもと
(緑区西橋本5-4-25) Tel 042-700-0110
- つく いけいさつしょ
・津久井警察署
みどりくなかの
(緑区中野937-2) Tel 042-780-0110

じしん ふうすいがい
(4) 地震・風水害

じしん
地震

にほん じしん おお くに じしん つぎ
日本は地震の多い国です。地震のときは、あわてないで、次のようにしましょう。

- ・ テーブルの下などに入って、自分のからだを守り、あわてて外に出ない。
- ・ ガスやストーブなどの火を消す。建物の中にいるときは、近くの出口を開けて、避難口を確保する。
- ・ 火が出たら「火事だ!」と大声で叫び隣近所にも協力を求めて、できるだけ早く消す。
- ・ ブロック塀、自動販売機、崖、川のそばなどから離れる。
- ・ うわさやデマに注意して、ひばり放送、テレビ、ラジオなどの情報にしたがって行動する。
- ・ 避難するときは、分電盤のブレーカーを切ってから避難する。
- ・ 自動車には乗らず、歩いて避難する。
- ・ 切れた電線などには触らない。

また、普段から大地震に備え、家具を固定し、飲料水、非常用食料、小型ラジオ、懐中電灯、乾電池、マッチなどを用意しておきましょう。

おおじしん かさい はっせい み きけん かん あんぜん ひなんばしょ ひなん ひなんばしょ いっときひなんばしょ こういきひなんばしょ
大地震で火災が発生し、身の危険を感じたときは、安全な避難場所に避難しましょう。避難場所には一時避難場所と広域避難場所
があります。一時避難場所は近くの公園や空き地などです。広域避難場所は、火災が多く発生し、燃え広がって危険な場合に避難
する場所です。市内に43か所が指定されています。また、家が被災した場合に一時的に生活する場として、市内の小・中・学校
等105か所が避難所として指定されています。それぞれの場所を確認しておきましょう。

ふうすいがい
風水害

にほん がつ がつ たいふう たいふう あめ かぜ つうじょう くら ひじょう つよ とく こうつうきかん えいきょう
日本では、6月～10月にかけて台風シーズンとなります。台風は、雨、風が通常に比べ非常に強く、特に交通機関は影響
を受けやすいので、外出には気を付けましょう。また、テレビやラジオなどの天気予報には十分注意を払っておきましょう。

と あ さき
■ 問い合わせ先

しやくしよ き かんりとうかつぶ
市役所危機管理統括部 Tel 042-769-8208

(3) Accidente de tráfico / Robo ☎:110 (sin código local)

Comunicación a la policía

Cuando sea víctima de un robo o acto de violencia, o cuando haya sufrido un accidente de tránsito, marque el número 110 e indique: (1) lo que ha ocurrido, (2) cuándo y dónde ocurrió y (3) dónde se encuentra ahora. Acudirá un policía de la estación más próxima.

Estación de policía, puesto de policía (Koban)

En la zona céntrica hay cuatro estaciones de policía, y en cada localidad hay puestos de policía. Los policías de los puestos policiales patrullan las calles, atienden los asuntos criminales, accidentes de tráfico y recepción de objetos perdidos. Además, reciben consultas sobre caminos, la seguridad y la tranquilidad de la ciudad.

■ Contacto

- Estación de Policía de Sagamihara
(Fujimi 1-1-1, Chuo-ku) ☎ 042-754-0110
- Estación de Policía de Sagamihara-minami
(Kobuchi 6-29-2, Minami-ku) ☎ 042-749-0110
- Estación de Policía de Sagamihara-kita
(Nishi Hashimoto 5-4-25, Midori-ku) ☎ 042-700-0110
- Estación de Policía de Tsukui
(Nakano 937-2, Midori-ku) ☎ 042-780-0110

(4) Daños por terremotos/ Tifones e inundaciones

Terremoto

Japón es un país donde ocurren muchos terremotos. En caso de un terremoto, con calma, proceda como sigue:

- Resguárdese debajo de la mesa para protegerse y no salga apresuradamente de su casa.
- Apague inmediatamente la estufa de gas o queroseno. En caso de estar dentro de la casa, abra la puerta cercana para asegurar la salida de escape.
- En caso de que se produzca un incendio, repita en voz alta “¡Kajida!” (¡Incendio!) para pedir ayuda de los vecinos, y trate de apagar el fuego cuanto antes.
- Aléjese de los muros de concreto, de las máquinas expendedoras, precipicios, ríos, etc.
- Tenga cuidado de los rumores falsos. Actúe de acuerdo con las instrucciones de la radiodifusión “Hibari”, televisión, radio, etc.
- Cuando tenga que evacuar, apague el interruptor del tablero de distribución o cuadro eléctrico.
- No evacue en vehículo, sino a pie.
- No toque ningún cable pelado.

Recomendamos que esté siempre preparado para un terremoto, sujetando los muebles, y tener igualmente reserva de agua potable, provisiones de emergencia, radio portátil, linterna, baterías, fósforo, etc.

Cuando ocurra un incendio a consecuencia de un gran terremoto y sienta peligro de sí mismo, vaya al sitio de refugio señalado para su seguridad. Entre los sitios o centros de refugio existen los temporales y los extensos. Los sitios de refugio temporales son los parques y los terrenos vacíos próximos. Los centros de refugio extensos son aquellos que sirven para albergar a los residentes cuando se originan varios incendios con peligro de propagación del fuego en la vecindad. En la ciudad hay 43 lugares de refugios señalados. Además, para casos en que haya viviendas dañadas se han asignado 105 escuelas de educación primaria y secundaria, etc., de la ciudad, como lugares de refugios para alojarse en ellos temporalmente. Les recomendamos que comprueben de antemano en dónde se encuentran.

Tifones e inundaciones

En Japón, los meses entre junio y octubre se conocen como la temporada de tifones. Las lluvias y los vientos del tifón son mucho más fuerte que lo común, así que los medios de transporte en particular son afectados fuertemente, por esta razón, recomendamos que tenga sumo cuidado al salir de casa en un día de tifón. Además, esté muy alerta, escuchando las noticias meteorológicas mediante la radio o televisión.

■ Contacto

Oficina de Coordinación de Gestión de Crisis de la Municipalidad

☎ 042-769-8208

(5) 情 報 を 調 べ る ・ 伝 え る

さいがい けむ じょうほう しら
災 害 について 詳しい 情 報 を 調べ たい とき

Safety tips (アプリ)

じしん おおあめ じょうほう げんご み
地震 や 大雨 の 情 報 を いろいろな 言語 で 見る ことが できます。



Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

iPhone: <https://apps.apple.com/us/app/safety-tips/id858357174>



きしょうちょう 気 象 庁 ホームページ

じしん おおあめ じょうほう げんご み
地震 や 大雨 の 情 報 を いろいろな 言語 で 見る ことが できます。

<http://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



かぞく ともだち れんらく 家 族 や 友 達 に 連 絡 したい とき

じしん でんわ じしん でんわ かいしゃ りよう
地震 など で 電話 が つなが ら ない ときは、 電話 の 会 社 の サービス を 利用 し ます。

さいがいようでんごん でんわ 災 害 用 伝 言 ダイヤル (電話)

でんわ い き
1 7 1 に 電話 を かけ て、メッ セー ジ を 入 れ た り 聞 い た り す る ことが できます。

ひがしにほん
NTT 東 日 本 : <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html>



さいがいようでんごんばん 災 害 用 伝 言 版 (web)

も じ い
パ ソ ク ン や ス マ ー ト フ ォ ン で、 文 字 の メ ッ セ ー ジ を 入 れ る ことが できます。

<https://www.web171.jp/web171app/topRedirect/?jsessionid=9xn7cgTizf13HOpBK8iD3v0ac4-uYZbfWmqQ0h2.ajp13w4>



みつゐすみともかいじょう ほ さいがいじ 三 井 住 友 海 上 「ス マ 保 災 害 時 ナビ」

ひなんじょうほう きしょうじょうほう ち ず じょう ひょうじ じっさい ふうけいじょう ひなんじょう ほうこう
避 難 情 報 や 気 象 情 報 の ほ か、 地 図 上 に ハ ザ ー ド マ ッ プ を 表 示 し た り、 実 際 の 風 景 上 に 避 難 所 の 方 向 を
表 示 でき ます。

<https://www.ms-ins.com/sumaho/saigai.html>



(5) Buscar / Comunicar información

En caso de que desee buscar más información acerca de accidentes y desastres

Safety tips (Aplicación)

En este sitio web puede consultar información acerca de terremotos y lluvias torrenciales en varios idiomas.



Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

iPhone: <https://apps.apple.com/us/app/safety-tips/id858357174>



Sitio Web de la Agencia Meteorológica de Japón

En este sitio web puede consultar información acerca de terremotos y lluvias torrenciales en varios idiomas.

<http://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



En caso de que desee comunicarse con sus familiares o amigos

En caso de que no sea capaz de contactar por vía telefónica, a causa de desastres como terremotos, puede utilizar los siguientes servicios que ofrecen las empresas telefónicas.

Línea telefónica para la transmisión de mensajes en caso de accidentes y desastres naturales

Llame por teléfono al número 171, en esta línea puede enviar y escuchar mensajes de voz.

NTT East: <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html>



Sitio web para la transmisión de mensajes en caso de accidentes y desastres naturales

Puede enviar mensajes de texto a través de su computadora o teléfono móvil inteligente.

<https://www.web171.jp/web171app/topRedirect/?jsessionid=9xn7cgTizf13HOpBK8iD3v0ac4-uYZbfWmqQ0h2.ajp13w4>



Mitsui Sumitomo Insurance, «MSI Emergency Navigation»

Además de recibir alertas de evacuación e información meteorológica, puede visualizar mapas de riesgo y ver la ruta hacia los refugios superpuesta en el paisaje real.

<https://www.ms-ins.com/sumaho/saigai.html>



2 相談・情報

(1) 相談

外国人相談

中央区役所市民相談室（市役所内）

ちゅうおうくやくしよしみんそうだんしつ しやくしよない
中央区役所市民相談室では、外国人が日常生活の中で困ったこと、知りたいことがあるときに、外国語でアドバイスする「外国人相談」を行っています。電話でも相談できます。Tel 042-769-8319（外国人相談専用電話）
相談はすべて無料で秘密は厳守します。

【一般相談（予約不要）】

たいおうげんご 対 応 言 語	そうだんび 相 談 日	じかん 時 間
えいご 英語	まいしゅうげつようび 毎 週 月 曜 日※	ごぜん じ しょうご 午前 9 時～正 午 ごご じ ごご じ 午後 1 時～午後 4 時
フィリピン語	まいしゅうかようび 毎 週 火 曜 日※	
ちゅうごくご 中 国 語	まいしゅうすいようび 毎 週 水 曜 日※	
ベトナム語	まいしゅうもくようび 毎 週 木 曜 日※	
スペイン語	まいしゅうきんようび 毎 週 金 曜 日※	
ポルトガル語		

※ 祝日はお休みです。

【法律相談】

弁護士による法律相談を行っています。希望する日の3日前までに予約が必要です。
対応言語：日本語、英語、中国語、フィリピン語、ベトナム語、スペイン語

ばしょ 場所	そうだんび 相談日	じかん 時間	よやくれんらくさき 予約連絡先
ちゅうおうくやくしよしみんそうだんしつ 中央区役所市民相談室	だい もくようび 第1木曜日※	ごご じ ぶん ごご じ 午後1時30分～午後4時	042-769-8230 ごぜん じ しょうご 午前8時30分～正午 ごご じ ごご じ 午後1時～午後5時
みどりくやくしよしみんそうだんしつ 緑区役所市民相談室	だい もくようび 第4木曜日※		042-775-1773 ごぜん じ しょうご 午前8時30分～正午 ごご じ ごご じ 午後1時～午後5時
みなみくやくしよしみんそうだんしつ 南区役所市民相談室	だい もくようび 第2木曜日※		042-749-2171 ごぜん じ しょうご 午前8時30分～正午 ごご じ ごご じ 午後1時～午後5時

※ 祝日はお休みです。

【在留手続相談】

とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかんにきょく しよくいん ざいりゅうてつづき ざいりゅうしかく そうだん
東京出入国在留管理局の職員による在留手続や在留資格の相談を行っています。

ばしょ 場所	そうだんび 相談日	じかん 時間	よやくれんらくさき 予約連絡先
ちゅうおうくやくしよしみんそうだんしつ 中央区役所市民相談室	だい げつようび 第2月曜日※	ごご じ ごご じ 午後1時～午後4時	042-769-8319 とうじつごぜん じ 当日午前9時～

※ 祝日はお休みです

2. Consultas / Información

(1) Consulta

Consultas para extranjeros

Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo (Interior del Ayuntamiento)

En la Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo se ofrece el servicio de «Consultas para extranjeros» sobre los problemas que se les presentan en la vida cotidiana y otros asuntos en idiomas extranjeros. También atendemos consultas por teléfono. ☎ 042-769-8319 (Teléfono exclusivo para que los extranjeros puedan hacer consultas)

Todos los servicios de consulta son gratuitos y de carácter confidencial.

[Consultas generales (no se requiere cita previa)]

Idiomas disponibles	Días de consulta	Horario
Inglés	Todos los lunes*	9:00 al mediodía 13:00 a 16:00 hrs.
Filipino	Todos los martes*	
Chino	Todos los miércoles*	
Vietnamita	Todos los jueves*	
Español	Todos los viernes*	
Portugués		

*Cerrado los días festivos.

[Consulta legal]

Ofrecemos consultas legales con abogados. Es necesario hacer la reserva al menos tres días antes de la fecha deseada.

Idiomas disponibles : japonés, inglés, chino, filipino, vietnamita, español

Lugar	Días de consulta	Horario	Contacto para reservas
Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo	Primer jueves*	13:30 a 16:00	042-769-8230 8:30 a 12:00 13:00 a 17:00
Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Midori	Cuarto jueves*		042-775-1773 8:30 a 12:00 13:00 a 17:00
Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Minami	Segundo jueves*		042-749-2171 8:30 a 12:00 13:00 a 17:00

*Cerrado los días festivos.

[Consulta sobre los trámites de residencia]

Funcionarios de la Oficina de Inmigración de Tokio atienden consultas sobre los trámites y estatus de residencia

Lugar	Días de consulta	Horario	Contacto para reservas
Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo	Segundo lunes*	13:00 a 16:00 hrs.	042-769-8319 Desde las 9:00 del mismo día

*Cerrado los días festivos.

しみんそうだん
市民相談

がいこくじんそうだん ほかに しみんそうだん かきとあさきおこな そうだんびじかん ちがくわと
外国人相談の他、市民相談を、下記問い合わせ先で行っています。相談日、時間はそれぞれ違いますので、詳しくはお問い
あ
合わせください。また、各区役所市民相談室では通訳電話を使ったご相談が可能です。(対応言語：英語、中国語、フィリピン
ご
語、スペイン語、ベトナム語) 各まちづくりセンターでは日本語で相談に応じます。

■ 問い合わせ先

みどりくやくしよしみんそうだんしつ 緑区役所市民相談室 みどりくはしもと (緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと内)	042-775-1773
ちゅうおうくやくしよしみんそうだんしつ 中央区役所市民相談室 ちゅうおうくちゅうおう (中央区中央2-11-15 市役所本庁舎内)	042-769-8230
みなみくやくしよしみんそうだんしつ 南区役所市民相談室 みなみくさがみおの (南区相模大野5-31-1 市南区合同庁舎内)	042-749-2171
しろやま 城山まちづくりセンター(予約制) みどりくくぼさわ (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)	042-783-8103
つくい 津久井まちづくりセンター みどりくなかの (緑区中野633 津久井総合事務所内)	042-780-1400
さがみこ 相模湖まちづくりセンター(予約制) みどりくよせ (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)	042-684-3214
ふじの 藤野まちづくりセンター(予約制) みどりくおぶち (緑区小淵2000 藤野総合事務所内)	042-687-5514

がいこくせきけんしみんそうだん
外国籍県民相談

かながわけん よこはまかわさきあつぎけんないかしよがいこくせきけんみんたいしやうそうだんおこな
神奈川県では、横浜、川崎、厚木の県内3箇所外国籍県民を対象に相談を行っています。詳しくは、神奈川県のホーム
ページをご覧ください。

県のホームページ <https://www.pref.kanagawa.jp/docs/k2w/cnt/f11914/index.html>



こくさいこうりゅう
(2) さがみはら国際交流ラウンジ

さがみはら くがいこくじん そうごうじやうほう しみん きやうりよくがいこくじんせいかつじやうほうていきやう
相模原で暮らす外国人のための総合情報コーナーです。市民ボランティアの協力のもと、外国人への生活情報の提供
や日本語教室の紹介、市民との交流事業などが行われています。
・開館時間 午前9時～午後8時(木曜日・土曜日は午後5時まで)
・休館日 日曜日、祝日、年末年始

■ 問い合わせ先

さがみはら国際交流ラウンジ

ちゅうおうくかめだいい
(中央区鹿沼台1-9-15 プロミティふちのベビル 1F) Tel 042-750-4150

ホームページ <http://www.sagamihara-international.jp/>



にほんごきやうしつ
(3) 日本語教室

しみん こくさいこうりゅう しなはいくしよがいこくじん にちじやうかいわ おしむりやうにほんごきやうしつ
市民ボランティアによってさがみはら国際交流ラウンジや市内各所で、外国人に日常会話などを教える無料の日本語教室
が開催されています。時間、場所など、詳しくはお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

さがみはら国際交流ラウンジ

ちゅうおうくかめだいい
(中央区鹿沼台1-9-15 プロミティふちのベビル 1F) Tel 042-750-4150

Consultas ciudadanas

Además de las consultas dirigidas a personas extranjeras, también ofrecemos consultas para ciudadanos en el siguiente contacto. Los días y horarios de consulta varían. Por favor contáctenos para más detalles. Además, en las salas de consulta civil de todas las municipalidades se puede utilizar un servicio de consulta con interpretación telefónica. (Idiomas de atención disponibles: inglés, chino, filipino, español, vietnamita) En cada Centro de Desarrollo Urbano se ofrecen servicios de consulta en japonés.

■ Contacto

Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Midori (Hashimoto 6-2-1, Midori-ku Interior de City Plaza Hashimoto)	042-775-1773
Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo (Chuo 2-11-15, Chuo-ku, Interior del Edificio Municipal Principal)	042-769-8230
Sala de Consulta Civil de la Municipalidad Distrital de Minami (Sagamiono 5-31-1, Minami-ku, Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Minami-ku)	042-749-2171
Centro de Desarrollo Urbano de Shiroyama (con previa cita) (Kubosawa 1-3-1, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Shiroyama)	042-783-8103
Centro de Desarrollo Urbano de Tsukui (Nakano 633, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Tsukui)	042-780-1400
Centro de Desarrollo Urbano de Sagamiko (con previa cita) (Yose 896, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Sagamiko)	042-684-3214
Centro de Desarrollo Urbano de Fujino (con previa cita) (Obuchi 2000, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Fujino)	042-687-5514

Consulta para los extranjeros residentes en la prefectura

En la prefectura de Kanagawa hay tres lugares en donde se pueden realizar consultas para los residentes extranjeros de la prefectura: en Yokohama, Kawasaki y en Atsugi. Para más detalles, consulte el sitio web de la Prefectura de Kanagawa.

Sitio web de la Prefectura de Kanagawa: <https://www.pref.kanagawa.jp/docs/k2w/cnt/f11914/index.html>



(2) Salón de Intercambio Internacional de Sagamihara

Es un área amena de información general para los extranjeros residentes en Sagamihara. Con la colaboración de los voluntarios, se aporta información sobre la vida en general así como clases del idioma japonés, además de organizar eventos de intercambio con los ciudadanos japoneses.

- Horario: 9:00 a 20:00 hrs (a 17:00 hrs en los jueves y sábados)
- Días de cierre: Domingos, días festivos, fin de año y primeros días del Año Nuevo

■ Contacto

Salón de Intercambio Internacional de Sagamihara

(Kanumadai 1-9-15, Chuo-ku, Promity Fuchinobe, piso 1) ☎ 042-750-4150

Sitio Web: <http://www.sagamihara-international.jp/>



(3) Clase de japonés

Por intermedio de los voluntarios japoneses, en el Salón de Intercambio Internacional de Sagamihara y otros diversos lugares de la ciudad se abren cursos de conversación cotidiana del idioma japonés para los residentes extranjeros en esta ciudad. Solicite información sobre el horario y el lugar de la clase.

■ Contacto

Salón de Intercambio Internacional de Sagamihara

(Kanumadai 1-9-15, Chuo-ku, Promity Fuchinobe, piso 1) ☎ 042-750-4150

こうほう さがみはらし
(4) 広報・相模原市ホームページ

こうほう
広報

市では、市政を市民のみなさんに紹介するため、月2回「広報さがみはら」を発行しています。新聞を取っている人に配布する他、希望する人には自宅への戸別配布をしています。詳しくはお問い合わせください。

■ お問い合わせ先

さがみはらし
相模原市コールセンター Tel 042-770-7777

また、「広報さがみはら」を多言語で見ることができるアプリ「マイ広報さがみはら」があります。

■ お問い合わせ先

しやくしよこうほうか こうほうはん
市役所広報課（広報班） Tel 042-769-8200



▲ (新アプリ) Android 版 QR コード

さがみはらし
相模原市ホームページ

相模原市ホームページでは、各種手続きや市の概要のほか、イベント・募集などの情報を日々更新し、提供しています。
げんご えら み
言語を選んで見ることができます。

ホームページアドレス

<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>



■ お問い合わせ先

しやくしよこうほうか ほうどうはん
市役所広報課（報道班） Tel 042-769-8200

(4) Información pública y sitio web de la ciudad de Sagamihara

Información pública

En la municipalidad, se publica quincenalmente el boletín oficial "KOHO SAGAMIHARA" para dar a conocer las políticas municipales a los ciudadanos. Además de distribuirlo a quienes están suscritos al periódico, también realizamos entregas a domicilio previa solicitud. Para más detalle, no dude en ponerse en contacto con nosotros.

■ Contacto

Centro de llamadas de la ciudad de Sagamihara ☎ 042-770-7777

Además, hay una aplicación llamada «My Koho Sagamihara» que permite consultar «Koho Sagamihara» en varios idiomas.

■ Contacto

Sección de Relaciones Públicas de la Municipalidad (Equipo de Relaciones Públicas)

☎ 042-769-8200



(Nueva aplicación) Código QR
para la versión de Android

Sitio Web de Sagamihara

El sitio Web de Sagamihara ofrece, además de la información sobre los procesamiento de cada solicitud y el perfil de la ciudad, la información diariamente actualizada sobre los eventos y diversas convocatorias.

Puede consultarlo en el idioma de su preferencia.

Dirección del sitio Web

<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>



■ Contacto

Sección de Relaciones Públicas de la Municipalidad (Equipo de Prensa) ☎ 042-769-8200

3 特に生活に必要な情報

(1) ごみ・し尿

ごみ

ごみは、一般ごみ、びん類・かん類等の資源、容器包装プラ、粗大ごみなどの種類によって出し方や集める曜日が違います。

集める曜日の午前8時30分までに、決められたごみ置き場（「ごみ・資源集積場所」）に出してください。夜や集める曜日以外の日には絶対に出さないでください。

〇一般ごみ（ごみ・資源集積場所へ）

集める曜日は地域ごとに①～③に分かれています。午前8時30分までに「ごみ・資源集積場所」にビニール袋に入れて、出してください。

①月曜日・木曜日、②火曜日・金曜日、③水曜日・土曜日

キッチンから出る生ごみはしばって十分に水を出してください。ごみを入れた袋の口はしっかりとしばってください。

乾電池は、一般ごみを集める曜日が月・木曜日の地域は毎週木曜日、火・金曜日の地域は毎週金曜日、水・土曜日の地域は毎週土曜日に集めます。一般ごみとは別に透明または半透明のビニール袋に入れて、「ごみ・資源集積場所」の端に出してください。

※モバイルバッテリーなどの小型充電式電池は、「ごみ・資源集積場所」に出してはいけません。（一社）JBR Cの回収協力店か次の施設に持ち込んでください。

- ・橋本台リサイクルスクエア 緑区下九沢2084-3 TEL 042-774-2050
- ・麻溝台リサイクルスクエア 南区麻溝台1524-1 TEL 042-742-0006
- ・津久井クリーンセンター 緑区青山3385-2 TEL 042-784-2711

〇資源（ごみ・資源集積場所へ）

びん類、かん類、紙類、布類、蛍光灯・水銀体温計、使用済み食用油は資源です。地域ごとに定められた「資源の日」（毎週1回）の午前8時30分までに「ごみ・資源集積場所」に出してください（休みの日も集めます）。

出し方

「びん類」・・・空にして、フタを取り、中を洗います。透明または半透明の袋に入れます。

「かん類」・・・空にして、中を洗ってつぶします。透明または半透明の袋に入れます。

スプレー缶やカセットボンベは、空にして、他のかん類とは別の袋に入れます。「スプレー缶」と書いた紙を貼ります。

「金物類」・・・キッチン用金物：中を洗って45ℓまでの透明または半透明の袋に入れます。

キッチン用金物以外：長さや直径が50cm未満のものは、透明または半透明の袋に入れます。50cm以上のものは「粗大ごみ」です。

「紙類」・・・新聞紙（チラシも）、段ボール（1m以内の大きさにたたむ）、紙パック（水洗いし切り開き乾かす）は、それぞれ「ひも」でしばります。雑誌、雑がみ、紙製容器包装紙（開いてたたむ）は「ひも」でしばるか、紙袋に入れて「ひも」でしばります。

「布類」・・・透明または半透明の袋に入れます（雨の日は、出さないでください。次の週に出してください。）。

「蛍光灯・水銀体温計」・・・買った時の容器に入れ「ひも」でしばるか、透明または半透明の袋に入れます。割れないように気をつけて出します。

「使用済み食用油」・・・ラベルをはがしたペットボトル（なるべく500ml容器で）に入れます。フタをしっかりと閉めます。

〇容器包装プラ（ごみ・資源集積場所へ）

地域ごとに決められた「容器包装プラの日」（毎週1回）の午前8時30分までに「ごみ・資源集積場所」に出してください（休みの日も集めます）。

「ペットボトル」・・・キャップとラベルをはがし、軽く中を洗ってつぶします。透明または半透明の袋に入れます。

キャップとラベルはプラ製容器包装で出してください。

「プラ製容器包装」・・・が目印です。



汚れを取り、透明または半透明の袋に入れます。汚れが取りきれないものは一般ごみとして出してください。



3. Especialmente Información necesaria para la vida de los residentes

(1) Basura/ Desechos humanos

Basura

La forma y los días de recolección varían según el tipo de residuo, como basura general, materiales reciclables (botellas y latas), envases de plástico y basura voluminosa.

Deposite los residuos en el punto de recolección asignado (sitio de recolección de basura y de recurso) antes de las 8:30 a. m. del día correspondiente. Queda estrictamente prohibido sacar la basura por la noche o en días distintos a los de recolección.

O Basura general (Al sitio de recolección de basura y de recursos)

Los días de recolección se dividen en los grupos (1), (2) y (3) según la zona. Por favor, deposite los residuos en bolsas de plástico en el «punto de recolección» antes de las 8:30 a. m.

(1) Lunes y jueves, (2) Martes y viernes, (3) Miércoles y sábado

Escorra bien los residuos orgánicos de la cocina. Cierre las bolsas con un nudo firme.

Las pilas usadas se recolectan cada jueves en las zonas de lunes/jueves, cada viernes en las de martes/viernes, y cada sábado en las de miércoles/sábado. Colóquelas en una bolsa transparente o semitransparente separada de la basura general, y déjela a un lado en el punto de recolección.

* No debe dejar baterías recargables pequeñas (como las de cargadores portátiles) en el punto de recolección. Llévelas a las tiendas que colaboran con la asociación JBRC o a las siguientes instalaciones.

- | | | |
|--------------------------------|-------------------------------|----------------|
| • Hashimoto dai Recycle Square | Shimokuzawa 2084-3, Midori-ku | ☎ 042-774-2050 |
| • Asamizodai Recycle Square | Asamizodai 1524-1, Minami-ku | ☎ 042-742-0006 |
| • Clean Center de Tsukui | Aoyama 3385-2, Midori-ku | ☎ 042-784-2711 |

O Recursos de reciclaje (Al sitio de recolección de basura y de recursos)

Las botellas, latas, papel, ropa y telas, tubos fluorescentes, termómetros de mercurio y el aceite de cocina usado son materiales reciclables. Saque los recursos al punto de recolección antes de las 8:30 a. m. del «Día de Reciclaje» de su zona. Se recogen una vez por semana, incluyendo los días festivos.

Forma de sacar:

Botellas de vidrio	Vacíelas, quite la tapa y enjuague el interior. Introdúzquela en una bolsa transparente o semitransparente.	
Latas	Vacíelas, enjuáguelas y aplástelas. Introdúzquela en una bolsa transparente o semitransparente.	
	Latas de aerosoles y tanques de gas: Vacíe totalmente y mete en una bolsa separada de otras latas. Pegue un papel que diga «Aerosoles».	
Metales	Utensilios de cocina – Lave el interior y colóquelos en una bolsa transparente o semitransparente de hasta 45 litros.	
	Otros artículos de metal: Si tienen menos de 50 cm de longitud o diámetro, póngalos en una bolsa transparente o semitransparente. El hierro con más de 50cm debe sacarse como “basura voluminosa”.	
Papel	Periódicos (incluyendo folletos), cartón (plegado a menos de 1 metro) y envases de cartón de bebidas  (lavados, abiertos y secos) – Átelos por separado con una cuerda.	
	*Revistas, trozos de papel y envases de papel  (abiertos y plegados): Átelos con una cuerda, o póngalos en una bolsa de papel y átelos con una cuerda.	
Telas y ropa	Póngalas en una bolsa transparente o semitransparente. (En caso de lluvia, no las saque; por favor, espere hasta la semana siguiente).	
Tubos fluorescentes y termómetros de mercurio	Póngalos en su caja original y átelos con una cuerda, o colóquelos en una bolsa transparente o semitransparente. Por favor, tenga cuidado de que no se rompan.	
Aceite comestible usado	Llénelo en una botella de plástico (preferiblemente en recipientes de 500 ml). Cierre bien la tapa.	

O Plásticos para botellas y envolturas (Al sitio de recolección de basura y de recursos)

Saque los recursos al punto de recolección antes de las 8:30 a. m. del «Día de Envases de Plástico» de su zona. Se recogen una vez por semana, incluyendo los días festivos.

Botella de plástico	Quite la tapa y etiqueta, lave ligeramente su interior, aplástela e introdúzquela en una bolsa transparente o semitransparente. Introdúzquela en una bolsa transparente o semitransparente.
	La tapa y etiqueta deben sacarse como envoltura de plástico.
Envases y embalajes de plástico	Busque la marca «  » como referencia.
	Limpie la suciedad y pongalos en una bolsa transparente o semitransparente. Si es difícil de sacar la suciedad, puede sacarla como basura general.

○粗大ごみ

粗大ごみ（家でいらなくなった家具など）は、家の前まで集めに行く戸別収集か、自分で持ち込む方法があります（お金がかかります。）。

そだい だ かた 粗大ごみの出し方	もう こみさき うけいれしせつ 申 込 先 または 受 入 施設	うけつけじかん 受付 時間
こべつしゅうしゅう 戸 別 収 集	そだい うけつけじむしょ 粗大ごみ受 付 事務所 TEL 042-774-9933 もう こ ※インターネットによる申し込みもできます。 https://www.sagamiharasodai-web.jp/sagamihara/index.html 	げつようび きんようび ごぜん じ ご こ じ 月 曜 日 ～ 金 曜 日 の 午 前 8 時 ～ 午 後 6 時 しゅくじつ など がつ にち がつ (祝 日 (休 みの 日) 等 、 1 2 月 2 9 日 ～ 1 月 み っ か の ぞ 3 日 を 除 く) じかんうけつけ インターネットは 2 4 時間 受 付
も こ 持 込 み	なんぶそだい うけいれしせつ みなみくあさみぞだい 南部粗大ごみ受 入 施設 (南 区 麻 溝 台 1524-1) TEL 042-767-5305 ほくぶそだい うけいれしせつ みどりくしもくざわ 北部粗大ごみ受 入 施設 (緑 区 下 九 沢 2083-1) TEL 042-775-5333 つ く い みどりくあおやま 津久井クリーンセンター (緑 区 青 山 3385-2) TEL 042-784-2711	げつようび どうようび ごぜん じ ご こ じ 月 曜 日 ～ 土 曜 日 の 午 前 9 時 ～ 午 後 4 時 しゅくじつ など はんにゅうか がつ (祝 日 (休 みの 日) 等 も 搬 入 可 、 た だ し 1 2 月 にち がつみ っ か の ぞ 3 1 日 ～ 1 月 3 日 を 除 く)

エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機は買ったお店か、新しく買い替えるお店に引き渡してください（お金がかかります。）。買ったお店がわからないときは、資源循環推進課にお問い合わせください。

○市では処理できないごみ

自動車やオートバイ(タイヤ、ホイール、バッテリー、マフラーなどの部品を含む)、石、砂、土、石膏ボード、ピアノ、量、灯油・オイルなどの廃油、薬品、塗料、LPガス容器、消火器など処理ができないもの、建築廃材や事業活動によって出たごみは集めることができません。

買ったお店に引き取ってもらうか、専門の業者に依頼してください。

■ 問い合わせ先

しやくしよしげんじゆんかんすいしんか
市役所資源循環推進課 TEL 042-769-8334 TEL 042-769-8245

⇒ホームページ (https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/kurashi/1026489/recycle/1026493/katei/1016362.html) で英語版、中国語版、韓国語版、スペイン語版、タガログ語版、クメール語版、タイ語版、ベトナム語版の「ごみと資源の日程・出し方」を見ることができます。

し尿^{によ}う

と しきと によ じょうかそうおい しゅうしゅう
くみ取り式トイレにたまつたし尿や、浄化槽汚泥の収集をしています。

ていきしゅうしゅう げんそく げつ かい りんじしゅうしゅう じょうかそう もう こ しゅうしゅう い
定期 収 集 は、原 則 1 か 月 に 1 回。臨 時 収 集 や 浄 化 槽 は 申 し 込 み に よ り、収 集 に 行 き ま す。

つくいちいき しろやまちく つくいちく さがみこちく ふじのちく す ひと
◎津久井地域(城山地区、津久井地区、相模湖地区および藤野地区)にお住まいの人

による
○し尿

- ^{もう} ^こ ^{さき} 申し込み先

	つくい 津久井クリーンセンター (緑区 青山 3385-2)	みどりくあおやま しらかそうごうじむしよない 城山まちづくりセンター (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)	TEL 042-784-2711
ていきしゅうしゅう 定期収集	つくい 津久井まちづくりセンター (緑区中野633)	みどりくなかの つくいそうごうじむしよない 津久井総合事務所内)	TEL 042-780-1403
	さがみこ 相模湖まちづくりセンター (緑区と瀬896)	みどりくよせ さがみこそうごうじむしよない 相模湖総合事務所内)	TEL 042-684-3212
	ふじの 藤野まちづくりセンター (緑区小淵2000)	みどりくおふち ふじのそうごうじむしよない 藤野総合事務所内)	TEL 042-687-2119
りんじしゅうしゅう 臨時収集	つくい 津久井クリーンセンター (緑区 青山 3385-2)	みどりくあおやま しらかそうごうじむしよない 城山総合事務所内)	TEL 042-784-2711

■ 問い合わせ先 と あ さき

市役所津久井クリーンセンター TEL 042-784-2711

○ Basura voluminosa

Residuos voluminosos (muebles viejos, etc.): Se puede solicitar la recogida a domicilio o llevarlos personalmente. (Este servicio tiene un costo).

Cómo sacar los residuos voluminosos	Contacto para la solicitud o instalaciones de recepción	Horario de atención :
Recolección de basura voluminosa a la puerta	Oficina de Recepción de Basura Voluminosa ☎ 042-774-9933 *También se puede solicitar por internet. https://www.sagamiharasodai-web.jp/sagamihara/index.html 	De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 6:00 p. m. (Excepto días festivos y del 29 de diciembre al 3 de enero) La solicitud por internet está disponible las 24 horas.
Entrega directa	Centro de Recepción de Basuras Voluminosas del Sur (Asamizodai 1524-1, Minami-ku) ☎ 042-767-5305	De lunes a sábados, de 9:00 a. m. a 4:00 p. m. (Disponible incluso en días festivos, excepto del 31 de diciembre al 3 de enero)
	Centro de Recepción de Basuras Voluminosas del Norte (Shimokuzawa 2083-1, Midori-ku) ☎ 042-775-5333	
	Clean Center de Tsukui (Aoyama 3385-2, Midori-ku) ☎ 042-784-2711	

Acondicionadores de aire, televisores, refrigeradores, congeladores, lavadoras y secadoras de ropa: Entréguelos en la tienda donde los compró o en la tienda donde vaya a comprar uno nuevo. (Este servicio tiene un costo). Si no sabe en qué tienda compró el artículo, consulte a la Sección de Promoción de Reciclaje de Recursos.

○ Residuos no tratables por la ciudad

No se pueden recolectar ni procesar los siguientes artículos: automóviles y motocicletas (incluyendo piezas como neumáticos, llantas, baterías, silenciadores, etc.), piedras, arena, tierra, paneles de yeso, pianos, tatamis, aceites usados (queroseno, aceite de motor, etc.), productos químicos, pintura, cilindros de gas LP y extintores. Tampoco se aceptan escombros de construcción ni residuos generados por actividades comerciales o industriales.

Entregue estos artículos a la tienda donde los compró o contrate a una empresa de gestión de residuos autorizada.

■ Contacto

Sección de Promoción de Reciclaje de Recursos de la Municipalidad ☎ 042-769-8334 ☎ 042-769-8245

⇒ Puede encontrar en la página web

(<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/kurashi/1026489/recycle/1026493/katei/1016362.html>) la información sobre «Los días de recolección de la basura normal y la basura de reciclaje/forma de sacar la basura» en inglés, chino, coreano, español, tagalo, camboyano, tailandés y vietnamita.



Desechos humanos

Se recogen excretas acumuladas en baños de pozo y de lodo de pozos sépticos.

La recolección periódica es, por regla general, una vez al mes. En el caso de recolecciones temporales o limpieza de pozos sépticos, el servicio se realizará bajo solicitud previa.

☉ Para los residentes de la zona Tsukui (Shiroyama, Tsukui, Sagamiko y Fujino)

○ Desechos humanos

● Lugar de solicitud

Recolección periódica	Clean Center de Tsukui (Aoyama 3385-2, Midori-ku)	☎ 042-784-2711
	Centro de Desarrollo Urbano de Shiroyama (Kubosawa 1-3-1, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Shiroyama)	☎ 042-783-8117
	Centro de Desarrollo Urbano de Tsukui (Nakano 633, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Tsukui)	☎ 042-780-1403
	Centro de Desarrollo Urbano de Sagamiko (Yose 896, Midori-ku, Interior de la Centro de Desarrollo Urbano de Sagamiko)	☎ 042-684-3212
	Centro de Desarrollo Urbano de Fujino (Obuchi 2000, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Fujino)	☎ 042-687-2119
Recolección provisional	Clean Center de Tsukui (Aoyama 3385-2, Midori-ku)	☎ 042-784-2711

■ Contacto

Ayuntamiento / Clean Center de Tsukui ☎ 042-784-2711

じょうかそう
○浄化槽
 もう こ さき
 ● 申し込み先

しろやま ちく 城山地区	じょうなんせいそう 城南清掃	Tel 042-782-3107
	ゆうげんがいしゃしろやませいそうしゃ 有限会社城山清掃社	Tel 042-850-4377
つく い ち く 津久井地区	ゆうげんがいしゃつくいこうさん 有限会社津久井興産	Tel 042-784-0503
	さがみせいそう ゆうげんがいしゃ 相模清掃サービス有限会社	Tel 042-784-4177
さがみこ ち く 相模湖地区	ゆうげんがいしゃさがみこすいしつかんり 有限会社相模湖水質管理センター	Tel 042-685-0800
ふじの ち く 藤野地区	かぶしきがいしゃきたさがみかんきょうかんりかいぱつ 株式会社北相模環境管理開発	Tel 042-687-4546

ちゆう もう こ じぎょうしゃ ふめい ひと つく い れんらく
 (注) 申し込み事業者が不明な人は、津久井クリーンセンター (Tel 042-784-2711) までご連絡ください。

つく い ち い き しろやま ち く つく い ち く さがみこ ち く ふじの ち く いがい す ひと
 ◎津久井地域 (城山地区、津久井地区、相模湖地区および藤野地区) 以外にお住まいの人

にょう じょうかそう
○し尿・浄化槽
 もう こ さき
 ● 申し込み先

しやくしよさがみだいしゅうしゅうじむしょ みなみくあさみぞだい
 ・市役所相模台収集事務所 (南区麻溝台 3-5-20) Tel 042-742-0042

でんき すいどう げすいどう
(2) 電気・ガス・水道・下水道

しゅべつ 種 別	めいしょう 名 称	ないよう 内 容	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
でんき 電気	とうきょうでんりよく 東京電力	ひっこ けいやくないよう へんこう 引越し、契約内容の変更	Tel 0120-99-5775	きゅうしゅくじつ のぞ 休 祝 日 を除く 9:00～17:00
	かぶかながわ ㈱神奈川カスタマーセンター	ていでん でんきりょうきんとう 停電、電気料金等	Tel 0120-99-5776	きゅうしゅくじつ のぞ 休 祝 日 を除く 9:00～17:00
ガス	とうきょう さがみはら 東京ガスライフバル相模原 ちゅうおうくさがみはら (中央区相模原5-1-7)	りょうきん かいへいせん ガス料金、ガスの開閉栓、ガ ス器具の販売、修理	Tel 042-757-3426	げつ ど 月～土／9:00～19:00 にち しゅく 日・祝／9:00～17:30
	とうきょう きやく 東京ガスお客さまセンター	りょうきん ガス料金	Tel 0570-002211	げつ ど 月～土／9:00～19:00 にち しゅく 日・祝／9:00～17:00
	も せんよう ガス漏れ専用ダイヤル	も れんらく ガス漏れの連絡	Tel 0570-002299 つながらない場合 Tel 03-6735-8899	じかん 24時間
	※LPG (プロパンガス) については近くのLPGガス業者に問い合わせください。			
すいどう 水道	かながわけんえいすいどうおきやく 神奈川県営水道お客さま コールセンター	ひ こ すいどう しよう 引越しによる水道の使用 かいし きゅうし すいどうりょうきん 開始・休止、水道料金お 問い合わせ等	Tel 0570-005959 (ナビダイヤル)	にちよう しゅくじつ ねんまつねんし のぞ 日曜・祝日、年末年始を除く 8:30～19:00
げすいどう 下水道	しやくしよげすいどうりょうきんか 市役所下水道料金課	げすいどうしりょうりょうきん 下水道使用料金	Tel 042-769-8376	

○ **Pozos sépticos**

● **Lugar de solicitud**

Zona de Shiroyama:	Jonan Seiso	☎ 042-782-3107
	Empresa Shiroyama Seisoshia	☎ 042-850-4377
Zona de Tsukui:	Empresa Tsukui Kosan	☎ 042-784-0503
	Empresa Sagami Seiso Service	☎ 042-784-4177
Zona de Sagamiko:	Empresa Sagamiko Suishitsu Kanri Center	☎ 042-685-0800
Zona de Fujino	Empresa Kita Sagami Kankyo Kanri Kaihatsu	☎ 042-687-4546

(Nota) En caso de que tenga duda para elegir la empresa, contactarse con el Clean Center de Tsukui (☎ 042-784-2711).

◎ Para los residentes fuera de la zona Tsukui (Shiroyama, Tsukui, Sagamiko y Fujino)

○ **Desechos humanos y pozos sépticos**

● **Lugar de solicitud**

• Oficina de Recolección de Sagamidai de la Municipalidad(Asamizodai 3-5-20, Minami-ku) ☎ 042-742-0042

(2) Electricidad, gas, agua y alcantarillado

Categoría	Nombre	Descripción	Teléfono	Horario
Electricidad	Tokyo Electric Power Centro de Atención al Cliente de Kanagawa	Mudanzas y cambio de los contenidos de los contratos	☎ 0120-99-5775	9:00 a 17:00, excepto los días festivos
		Cortes de luz, tarifas eléctricas, etc.	☎ 0120-99-5776	9:00 a 17:00, excepto los días festivos
Gas	Tokyo Gas Life Val Sagamihara (Sagamihara 5-1-7, Chuo-ku)	Comunicación sobre la tarifa de gas, mudanza, compra de aparatos para gas, reparación	☎ 042-757-3426	De lunes a sábado: 9:00-19:00 hrs. Domingos y días festivos: 9:00-17:30 hrs.
	Centro de Clientela de Tokyo Gas	Tarifas de gas	☎ 0570-002211	De lunes a sábado: 9:00-19:00 hrs. Domingos y días festivos: 9:00-17:00 hrs.
	Línea exclusiva para comunicación de escape de gas	Comunicación de escape de gas	☎ 0570-002299 En caso de que esté saturada la línea: ☎ 03-6735-8899	(24 horas)
	*Para el LPG (gas propano), póngase en contacto con el proveedor de gas LP cercano.			
Agua potable	Centro de atención al cliente del Servicio de agua potable de la Prefectura de Kanagawa	Trámites de inicio o suspensión del servicio de agua por mudanza, consultas sobre tarifas, etc.	☎ 0570-005959 (Navi-Dial)	Excepto los días festivos y finales y principios de año 8:30 a 19:00
Desagüe	Sección de Tarifas de Desagüe de la Municipalidad	Tarifas de alcantarillado	☎ 042-769-8376	

4 必要の手続き

(1) 在留カード

日本に住む外国人の身分証明書です。所持者の身分事項や日本にすることができる期間（在留期間）、日本で行うことができる活動（在留資格）などが書かれています。在留カードは、3か月を超えて日本に在留する外国人に交付されます。（在留カードの交付対象者を「中長期在留者」といいます。）

- ・16歳以上の人は常に携帯してください。
- ・市役所での手続きや契約をするときなどに提出する身分証明書にもなります。

在留カードの交付

在留カードが交付されるときは、主に次のとおりです。

- ① 新規の上陸許可を受けて、成田空港、羽田空港、中部空港、関西空港、新千歳空港、広島空港、福岡空港から入国したとき
* 空港で在留カードが交付されます。
- ② 新規の上陸許可を受けて、①以外の空港や海港から入国したとき
* 日本に入国した後、住んでいる市区町村に「転入届」を提出してください。その後、郵便で自宅に在留カードが届きます。

住所地の届け出（転入届）

在留カードの交付を受けた人は、住むところ（住所）を定めた日から14日以内に、住んでいる市区町村で住所地の届出（転入届）をする必要があります。

なお、届出には在留カードまたはパスポートが必要です。

在留カードの紛失

在留カードをなくしたことがわかった日から14日以内に、地方出入国在留管理局で在留カードの再交付申請をします。

申請に必要なもの

- ・パスポート
- ・顔写真（縦4センチ×横3センチ、3ヶ月以内に撮影したもの）
- ・在留カードをなくしたことを証明する資料（遺失届出証明書、盗難届出証明書、り災証明書など）
- ・在留カード再発行申請書

詳細は地方出入国在留管理局へ確認して下さい

(2) 在留資格に関する手続き

- ・資格外活動の申請（在留資格の範囲外の仕事をしたいとき）
- ・在留資格の変更（日本に在留する目的を変更するとき）
- ・日本で生まれた外国人の在留資格の取得（子どもが生まれたとき）
- ・在留期間の更新（在留期限を延長したいとき）

■ 問い合わせ先

施設	でんわ 電話	うけつけ 受付日	じかん 時間
出入国在留総合インフォメーションセンター	Tel 0570-013904 (IP、PHS、 海外 03-5796-7112)	げつようび きんようび 月曜日～金曜日	ごぜん じ ふん ごご じ ふん 午前8時30分～午後5時15分
とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかんにきよく 東京出入国在留管理局 よこはましきよく 横浜支局 よこはましかなざわくとりはまちよう (横浜市金沢区鳥浜町10-7)	Tel 0570-045259 (IP、PHS、 海外 045-769-1729)	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 ど にちようび (土・日曜日、 きゅうじつ のぞ 休日を除く)	ごぜん じ ごご じ 午前9時～午後4時

4. Procedimientos necesarios

(1) Tarjeta de residencia (Zairyu card)

Es el documento de identidad para los extranjeros que residen en Japón. En ella se detallan los datos personales del titular, el periodo durante el cual puede permanecer en el país (periodo de estancia) y las actividades que tiene permitido realizar (estatus de residencia). La tarjeta de residencia se expide a los extranjeros que permanecen en Japón por un periodo superior a tres meses. (A las personas que cumplen los requisitos para recibir esta tarjeta se les denomina «residentes a medio y largo plazo»).

- Las personas mayores de 16 años deben llevarla consigo en todo momento.
- Sirve como documento de identidad oficial al realizar trámites en el ayuntamiento o al celebrar contratos.

Expedición de la tarjeta de residencia

La tarjeta de residencia se expide principalmente en los siguientes casos:

- (1) Al ingresar a Japón con un nuevo permiso de aterrizaje a través de los aeropuertos de Narita, Haneda, Chubu, Kansai, Shin-Chitose, Hiroshima o Fukuoka.

* La tarjeta se le entregará directamente en el aeropuerto.

- (2) Cuando se recibe un nuevo permiso de aterrizaje al ingresar por aeropuertos distintos a los mencionados anteriormente (en el punto (1)) o por puertos marítimos.

* Después de ingresar a Japón, debe presentar la «Notificación de Mudanza (Tennyu Todoke)» en el ayuntamiento del municipio donde resida. Posteriormente, recibirá la tarjeta de residencia por correo postal en su domicilio.

Registro de domicilio (Notificación de Mudanza)

Las personas que hayan recibido su tarjeta de residencia deben presentar la «Notificación de Mudanza (Tennyu Todoke)» en el ayuntamiento de su municipio de residencia en un plazo de 14 días a partir de la fecha en que establezcan su domicilio.

Para realizar esta notificación, es necesario presentar su tarjeta de residencia o su pasaporte.

Pérdida de la tarjeta de residencia

Debe solicitar la reexpedición en la Oficina Regional de Inmigración en un plazo de 14 días a partir de la fecha en que haya notado la pérdida de su tarjeta de residencia.

Documentos necesarios para la solicitud

- Pasaporte
- Una fotografía (4 cm de alto × 3 cm de ancho, tomada en los últimos 3 meses)
- Documentos que acrediten la pérdida de la tarjeta de residencia (tales como el Certificado de Notificación de Pérdida, el Certificado de Notificación de Robo o el Certificado de Sinistro, entre otros)
- Solicitud de reexpedición de la tarjeta de residencia

Para más detalles, por favor consulte en la Oficina Regional de Inmigración.

(2) Procedimientos relativos al estatus de residencia

- Solicitud de permiso para realizar actividades fuera de las permitidas por el estatus de residencia
- Cambio de estatus de residencia (Cuando desea cambiar el motivo de su estancia en Japón)
- Obtención del estatus de residencia para extranjeros nacidos en Japón
- Extensión del periodo de estancia (Cuando desea prolongar su fecha límite de permanencia en Japón)

■ Contacto

Instalación	Número de teléfono	Días de atención	Horario
• Centro de Información General de Servicios de Inmigración de Japón	☎ 0570-013904 (Para IP, PHS o desde el extranjero: 03-5796-7112)	De lunes a viernes	8:30 a 17:15
Delegación de Yokohama de la Oficina de Inmigración de Tokio (Torihama-cho 10-7, Kanazawa-ku, Yokohama-shi)	☎ 0570-045259 (Para IP, PHS o desde el extranjero: 045-769-1729)	De lunes a viernes (excepto sábados, domingos y festivos)	9:00 a 16:00

とうきょうしゆつにゆうこくざいりゆうかりきよく 東京出入国在留管理局 よこはましきよくかわさきしゆつちようじよ 横浜支局川崎出張所 かわさきしあきおくかみあさお (川崎市麻生区上麻生1-3-14 かわさきにしごうどうちようしゃ 川崎西合同庁舎)	Tel 044-965-0012	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 ど にちようび (土・日曜日、 きゆうじつ のぞ 休日を除く)	ごぜん じ ごご じ 午前9時～午後4時
がいこくじんそうごうそうだんしえん 外国人総合相談支援センター とうきょうとしんじゆくくかぶきちよう (東京都新宿区歌舞伎町2-44-1 とうきょうとけんこう 東京都健康センター「ハイジア」 かい たぶんかきようせい 11階 しんじゆく多文化共生プ ない ラザ内)	Tel 03-3202-5535 03-5155-4039	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 だい だい すいよう (第2・第4水曜 び のぞ 日は除く)	ごぜん じ ごご じ 午前9時～午後4時

じゅうみんとろく
(3) 住民登録

ちゅうちようきざいりゆうしゃ ひと とくべつえいじゆうしゃ ひと す しくちようそん にほんじん おな じゅうみんひよう つく
中長期在留者の人や特別永住者の人については、お住まいの市区町村において日本人と同じように住民票が作られ、
じゅうみんひよう うつ と ひっこ じゅうしよ か ばあい にほんじん おな しくちようそん とどけで ひつよう
住民票の写しを取ることができます。お引越しにより住所が変わる場合には、日本人と同じように市区町村に届出が必要で
す。住所を変更する手続きを行う場合には、必ず在留カードや特別永住者証明書をお持ちください。

ひっこ てつづ 引越しのための手続き	てつづ ほうほう 手続き方法	てつづ きげん 手続きの期限	も もの 持ち物
ないよう 内容	てんしゆつ まどぐち 転出 郵送もしくは窓口(※) に提出 ていしゆつ マイナンバーカードを もち ひと お持ちの人は、マイナ ポータルから転出 とどけで かもう 届出も可能	ひっこし じゅうよつかまえ 引越する14日前から さかみはらし とどけで 相模原市に届出	ざいりゆう また ① 在留カード又は とくべつえいじゆうしゃしやうめいしよ 特別永住者証明書 ② マイナンバーカード てんにゆう ばあい てんしゆつしやうめいしよ ③ 転入する場合は転出証明書 ざいりゆう も ④ 在留カードをまだ持っていない ひと 人はパスポート
てんにゆう 転入 さかみはらし す はじ (相模原市に住み始める)	まどぐち ていしゆつ 窓口(※)に提出	にほん き さかみはらし す はじ 日本に来て相模原に住み始 めてから引越してから ひっこ じゅうよつかいない とどけで 14日以内に届出	
てんきよ 転居 さかみはらし なか ひっこ (相模原市の中で引越する)	まどぐち ていしゆつ 窓口(※)に提出		

※各区役所区民課または各まちづくりセンター（橋本、中央6地区、大野南まちづくりセンターを除く）にて手続き可能

せいど
(4) マイナンバー制度

マイナンバー
にほん せいかつ ひと こじんばんごう ばんごう ばんごう ひとり ちが にほん じゅうしよ
日本で生活する人には「マイナンバー（個人番号）」という番号があります。この番号は1人ずつ違います。日本の住所
が決まって、市区町村に転入届を出した人には「マイナンバーのお知らせ」が郵便で来ます。そこにあなたのマイナンバ
ーが書いてあります。

マイナンバーカード
あなたのマイナンバーが書いてあるカードで、日本で便利に暮らしていくために必要なICチップ付きのカードです。申し込
むともらうことができます。初めて申し込むときはお金がかかりません。

マイナンバーカードは次のような時に使います。

- ・転出・転入時の特例手続
- ・コンビニエンスストアで住民票の写しや印鑑登録証明書などの取得
- ・健康保険証としての利用（登録が必要です。）

Sucursal de Kawasaki de la Oficina de Yokohama de la Oficina Regional de Inmigración de Tokio (Kamiasao 1-3-14, Asao-ku, Kawasaki-shi, Edificio Gubernamental Colectivo de Kawasaki-nishi)	☎ 044-965-0012	De lunes a viernes (excepto sábados, domingos y festivos)	9:00 a 16:00
Centro de Ayuda y Consulta Generales para Personas Extranjeras (Kabuki-cho 2-44-1, Shinjuku-ku, Tokio. Centro de Salud de Tokio «Haijia», Piso 11. En el interior de la Plaza Multicultural de Shinjuku)	☎ 03-3202-5535 03-5155-4039	De lunes a viernes (excepto segundo/cuarto miércoles)	9:00 a 16:00

(3) Registro de residentes

Para los residentes de medio y largo plazo y los residentes permanentes especiales, se crea el registro de residencia de la misma manera que para los japoneses en su municipio de residencia, y se puede obtener una copia del mismo. En caso de cambio de dirección debido a una mudanza, es necesario realizar la notificación en la municipalidad al igual que los japoneses. Para hacer la actualización de la dirección, obligatoriamente deberá presentar la tarjeta de residente o el certificado de residente permanente especial.

Trámites que debe hacer en caso de mudanza:

Trámites que debe hacer en caso de mudanza.			
Descripción	Procedimiento	Plazo para el procedimiento	Qué llevar
Mudanza a fuera de la ciudad (Mudarse de la ciudad de Sagamihara)	Presentar por correo o en la ventanilla (*)	Notificar a la ciudad de Sagamihara desde 14 días antes de la mudanza	(1) Tarjeta de residencia o certificado de residente permanente especial (2) Tarjeta My Number (3) (En caso de mudanza a la ciudad de Sagamihara) Certificado de mudanza a fuera de la ciudad (Tenshutsu Todoke) (4) Pasaporte (en caso de que aún no posea la tarjeta de residencia)
	Aquellos que posean la tarjeta My Number también pueden realizar la notificación de mudanza a través de Myna Portal		
Mudanza a la ciudad (Mudarse a la ciudad de Sagamihara)	Presentar en la ventanilla (*)	Notificar dentro de los 14 días después de llegar a Japón y comenzar a vivir en la ciudad de Sagamihara, o después de haberse mudado.	
Mudanza dentro de la ciudad (Mudarse dentro de la ciudad de Sagamihara)	Presentar en la ventanilla (*)		

* El trámite puede realizarse en la sección civil de la municipalidad distrital o centros de desarrollo urbano (excepto Hashimoto, los 6 distritos centrales y Ono Minami)

(4) Sistema de My Number (número personal)

My Number (número personal)

A cada residente en Japón se le asigna un número de identificación personal único llamado «My Number». Este número es diferente para cada persona. Una vez que haya establecido su lugar de residencia fija en Japón y presente la notificación de mudanza ante el municipio correspondiente, recibirá por correo la «Notificación del My Number». En este documento se encuentra impreso su propio número My Number.

Tarjeta My Number

La tarjeta My Number es una tarjeta con chip IC esencial para vivir cómodamente en Japón. Se puede obtener mediante una solicitud. La primera emisión es gratuita.

La tarjeta My Number se utiliza en las siguientes situaciones:

- Procedimiento especial de notificación de mudanza (entrada y salida)
- Obtención de copias del domicilio legal, Certificado de registro de sello (Inkan) y otros documentos en tiendas de conveniencia.
- Uso como tarjeta de seguro médico (se requiere registro previo.)

くわ
詳しいことは、お問い合わせください。

■ **と あ さき
問い合わせ先**

- みどりくやくしよくみんか
・緑区役所区民課 Tel 042-775-8803
- ちゅうおうくやくしよくみんか
・中央区役所区民課 Tel 042-769-8227
- みなみくやくしよくみんか
・南区役所区民課 Tel 042-749-2131
- くせいすいしんか
・区政推進課 Tel 042-704-8911
- ・マイナンバー総合フリーダイヤル (英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語で対応) Tel 0120-0178-27
- ・マイナンバーカード総合サイト (日本語・英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語で対応)

URL <https://www.kojinbango-card.go.jp>



**(5) こせき
戸籍**

にほんこくない しゅっしょう しぼう
日本国内での出生や死亡については、届出をしてください。

しゅるい 種類	とどけでかかん 届出期間	とどけでち 届出地	も もの 持ち物	びこう 備考
しゅっしょうとどけ 出生届 (子どもが生まれたとき)	こ う ひ 子どもが生まれた日 をふく じゅうよっかいに を含め14日以内に とどけで 届出	とう かあ お父さんかお母さんの じゅうしよまた こ 住所地又は子どもが う ばしよ 生まれた場所	しゅっせいしやうめいしよ 出生証明書 ぼ し けんこうでちやう 母子健康手帳	ざいりゅうしかく しんせい 在留資格の申請もす ること
しぼうとどけ 死亡届 (人が亡くなったとき)	ひと な ひ 人が亡くなった日を ふく のかいに を含め7日以内に とどけで 届出	な ばしよまた 亡くなった場所又は とどけで ひと じゅうしよち 届出する人の住所地	しぼうしんだんしよまた したい 死亡診断書又は死体 検案書	ざいりゅう とくべつ 在留カード・特別 えいじゅうしやしやうめいしよ 永住者証明書を へんかん 返還すること

■ **と あ さき
問い合わせ先**

- みどりくやくしよくみんか
・緑区役所区民課 Tel 042-775-8804
- ちゅうおうくやくしよくみんか
・中央区役所区民課 Tel 042-769-8337
- みなみくやくしよくみんか
・南区役所区民課 Tel 042-749-2132

**(6) いんかんとろうく
印鑑登録**

**じついでん
実印**

いえ か う
家を買ったり売ったりするような、とても大事な契約の時、サインではなく「実印」というハンコ (印鑑) を使ってほしいといわ
れることがあります。実印が必要な人は、市役所にハンコ (印鑑) を持って行って登録します。登録したハンコ (印鑑) があな
たの実印になります。

**いんかんとろうくしんせい
印鑑登録申請**

いんかんとろうく
印鑑登録することができるのは、15歳以上で相模原市に住民登録がある人です。申請は原則として本人に限ります。
とうろく いんかん ざいりゅう ひと しやくしよ いんかん も
登録したい印鑑と在留カード・特別永住者証明書などの本人確認書類をお持ちください。
とうろく いんかんとろうくしやう ほんにんか
登録されると印鑑登録証 (さがみはらカード) を発行します。登録手数料は無料です。

**いんかんとろうくしやうめいしよ
印鑑登録証明書**

いんかんとろうくしやうめいしよ こうふしんせい
印鑑登録証明書の交付申請をするときは、必ず印鑑登録証 (さがみはらカード) を持参してください。

■ **と あ さき
問い合わせ先**

- みどりくやくしよくみんか
・緑区役所区民課 Tel 042-775-8803
- ちゅうおうくやくしよくみんか
・中央区役所区民課 Tel 042-769-8227
- みなみくやくしよくみんか
・南区役所区民課 Tel 042-749-2131

Para más detalle, favor contáctese con nosotros.

■ Contacto

- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Midori ☎ 042-775-8803
- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo ☎ 042-769-8227
- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Minami ☎ 042-749-2131
- Sección de Promoción de la Administración Distrital ☎ 042-704-8911
- Línea de Atención Telefónica Gratuita del Sistema de Número Personal (My Number) (Atención disponible en inglés, chino, coreano, español y portugués) ☎ 0120-0178-27
- Sitio de Información General del Sistema de Número Personal (My Number) (Información disponible en inglés, chino, coreano, español y portugués)

URL <https://www.kojinbango-card.go.jp>



(5) Registro familiar (Koseki)

Con respecto a los nacimientos y fallecimientos en el territorio japonés, realice la notificación correspondiente.

Tipo de vacuna	Plazo de notificación	Lugar de notificación	Qué llevar	Notas
Notificación de nacimiento (Cuando nace un bebé)	Notificar dentro de los 14 días a partir del nacimiento, incluyendo el día en que nació el bebé	Lugar de residencia del padre o de la madre, o el lugar donde nació el bebé	Certificado de nacimiento Libreta de Salud Maternal	También debe realizarse la solicitud de estatus de residencia
Declaración de defunción (Cuando fallece una persona)	Notificar dentro de los 7 días a partir del fallecimiento, incluyendo el día en que ocurrió	Lugar de fallecimiento o el lugar de residencia de la persona que realiza la notificación	Certificado de defunción o certificado de examen post-mortem	Se debe devolver la tarjeta de residencia (Zairyu Card) o el certificado de residente permanente especial.

■ Contacto

- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Midori ☎ 042-775-8804
- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo ☎ 042-769-8337
- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Minami ☎ 042-749-2132

(6) Registro del sello (Inkan)

Sello oficial registrado (Jitsuin)

Al celebrar contratos de gran importancia, como la compra o venta de una vivienda, es posible que se le solicite el uso de un “Jitsuin” (un tipo de sello Inkan registrado oficialmente) en lugar de una firma. Aquellas personas que necesiten un sello registrado deben acudir al ayuntamiento con el sello que desean registrar para realizar el trámite. Una vez completado este proceso, dicho sello se convertirá oficialmente en su sello registrado (Jitsuin).

Solicitud de registro del sello

Las personas con derecho al registro del sello son aquellas que sean mayores de 15 años y estén registradas como residentes en la Municipalidad de Sagamihara. En principio, el interesado mismo debe presentarse para solicitar el citado registro. En este caso, debe traer el sello que desea registrar y su tarjeta de residente, el certificado de residente permanente especial u otro documento de identificación.

Una vez registrada, se expide la tarjeta de registro de sello (Sagamihara Card). El registro del sello es gratuito.

Certificado de registro del sello

Al realizar la solicitud de emisión del certificado de registro de sello, favor traer consigo sin falta la tarjeta de registro de sello (Sagamihara Card).

■ Contacto

- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Midori ☎ 042-775-8803
- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Chuo ☎ 042-769-8227
- Sección Civil de la Municipalidad Distrital de Minami ☎ 042-749-2131

5 子育て・教育

(1) 妊娠したら

母子健康手帳

妊娠がわかったら、できるかぎり早めに届出をして、母子健康手帳をもらってください。この手帳には妊娠、出産、育児に必要な情報が掲載されています。

妊婦健康診査

母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査費用補助券をお渡しします。補助券を使うと、妊娠中の定期的な健康診査のうち、16回分の費用が助成されます。

問い合わせ先

みどりこそだしえん 緑子育て支援センター 母子保健班 みどりにしはしもと みどりくごうどうちようしやない (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	Tel 042-775-8829
みどりこそだしえん 緑子育て支援センター 母子保健班 城山担当 みどりくくぼさわ しろやまそうごうじむしよない (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)	
みどりこそだしえん 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 みどりくなかの つくいほけんない (緑区中野613-2 津久井保健センター内)	Tel 042-780-1420
みどりこそだしえん 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 さがみこたんとう みどりくよせ さがみこそうごうじむしよない (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)	
みどりこそだしえん 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 藤野担当 みどりくおぶち ふじのそうごうじむしよない (緑区小淵2000 藤野総合事務所内)	
ちゅうおうこそだしえん 中央子育て支援センター 母子保健班 ちゅうおうくふじみ (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら内)	Tel 042-769-8222
みなみこそだしえん 南子育て支援センター 母子保健班 みなみくさがみおおの みなみほけんふくし (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター内)	Tel 042-701-7710

「さがみはらアプリ de子育て さがプリコ」(電子母子健康手帳アプリ)

スマートフォンやタブレット端末、パソコンなどで、妊婦健診やお子さまの乳幼児健診、予防接種などの管理ができます。また、健診記録の自動グラフ化や予防接種のスケジュールリングや、市でおこなう教室・イベントの予約もできます。



子育てガイド

妊娠から出産までの母子の医療・健康に関する情報、各種の手当・助成制度、子どもの遊び場、地域での子育て支援、育児相談機関の情報、0歳からの絵本の紹介等の子育て情報をまとめた冊子を発行しています。

マタニティオーラルセミナー (妊婦歯科教室)

歯科医師・歯科衛生士が、市内在住の妊婦を対象に、妊娠している時の口の病気がおなかの赤ちゃんに与える影響や、口のケアについての教室を行います。歯の健康診査もできます。受講には申込みが必要となります。詳しい日時、会場については、「広報さがみはら」でお知らせします。

問い合わせ先

市役所 こども家庭課 保健事業班 Tel 042-769-8345

5. Crianza de los hijos y educación

(1) Cuando queda embarazada

Libreta de Salud Maternal

Cuando sepa de su embarazo, notifíquelo tan pronto como sea posible y reciba su Libreta de Salud Materno-Infantil. Esta libreta contiene la información necesaria sobre el embarazo, parto y crianza de bebés.

Examen de salud de las mujeres embarazadas

Se le entregarán los cupones de subsidio para los exámenes prenatales junto con la libreta de salud materno-infantil. Estos cupones cubren el costo de 16 exámenes prenatales periódicos durante el embarazo.

■ Contacto

Equipo de Salud Materna e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Midori (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku)	☎ 042-775-8829
Encargado de Shiroyama, Equipo de Salud Materna e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Midori (Kubosawa 1-3-1, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Shiroyama)	
Equipo de Salud Materna e Infantil de Tsukui del Centro de Cuidado Infantil de Midori (Nakano 613-2, Midori-ku, Interior del Centro de Salud de Tsukui)	☎ 042-780-1420
Encargado de Sagamiko, Equipo de Salud Materna e Infantil de Tsukui del Centro de Cuidado Infantil de Midori (Yose 896, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Sagamiko)	
Encargado de Fujino, Equipo de Salud Materna e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Midori (Obuchi 2000, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Fujino)	
Equipo de Salud Materna e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Chuo (Fujimi 6-1-1, Chuo-ku, Interior de Wellness Sagamihara)	☎ 042-769-8222
Equipo de Salud Materna e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Minami (Sagamiono 6-22 -1, Minami-ku, Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami)	☎ 042-701-7710

«Aplicación de crianza de Sagamihara Saga-Prico» (Libreta Electrónica de Salud Materno-Infantil)

Puede gestionar sus citas de control prenatal, chequeos de salud infantil, vacunaciones y otros registros a través de teléfonos inteligentes, tabletas, computadoras y dispositivos similares. Además, es posible generar gráficos automáticamente a partir de los registros médicos, gestionar el calendario de vacunación y realizar reservas para clases y eventos organizados por la ciudad.



Guía de Crianza

Publicamos un folleto que reúne toda la información necesaria sobre la crianza de los hijos.

Incluye información médica y de salud para la madre y el bebé desde el embarazo hasta el parto, detalles sobre diversos subsidios y programas de apoyo, áreas de juego infantiles, servicios locales de apoyo a la crianza, instituciones de consulta y recomendaciones de libros ilustrados para niños desde los 0 años.

Maternity Oral Seminar (Aula Dental para Mujeres Embarazadas)

Se lleva a cabo un curso para mujeres embarazadas residentes en la ciudad, donde odontólogos e higienistas dentales explican el impacto de las enfermedades bucales en el feto y ofrecen consejos sobre el cuidado oral durante el embarazo. También se ofrecen chequeos dentales. Para asistir al seminario es necesario realizar la solicitud de antemano. Mediante el “Boletín de Sagamihara” se informará sobre el horario, las fechas y los lugares en los que tendrá lugar.

■ Contacto

Equipo de Servicio de Salud, Sección de Niños y Familias de la Municipalidad

☎ 042-769-8345

ほしほけんそうだん

母子保健相談

ほけんし えいようし し か えいせいし にんしん しゅっさん こ けんこう そうだん にゅうようじ にんさんぶ しよくじ は くち そうだん むりょう
保健師、栄養士、歯科衛生士による妊娠・出産、子どもの健康などの相談や、乳幼児と妊産婦の食事・歯と口の相談を無料
おこな
で行っています。

ないよう 内 容	じっしほしよ 実施場所	じっしび 実施日
にんしん 妊 娠 ・ しゅっさん こ 出 産、子 だ もの健康な そ う だ ん どの相談	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター（緑 区 合 同 庁 舎 内）	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 母子保健班 げつ きんようび 月～金曜日
	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 母子保健班 しろやまたんとう しるやまそうごうじむしょない 城山担当（城山総合事務所内）	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 母子保健班 城山担当 まいしゅうきんようび 毎 週 金曜日
	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 津久井母子保健班 つく いほけん ない （津久井保健センター内）	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 津久井母子保健班 まいしゅうげつ もくようび 毎 週 月・木曜日
	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 津久井母子保健班 さがみこたんとう さがみこそうごうじむしょない 相模湖担当（相模湖総合事務所内）	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 津久井母子保健班 さがみこたんとう まいしゅうすいようび 毎 週 水曜日
	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 津久井母子保健班 ふじのたんとう ふじのそうごうじむしょない 藤野担当（藤野総合事務所内）	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター 津久井母子保健班 藤野担当 まいしゅうかようび 毎 週 火曜日
はは こ 母と子の えいようそ う だ ん 栄 養 相 談 よやくせい （予約制）	みどりこそだ しえん ● 緑 子育て支援センター（緑 区 合 同 庁 舎 内）、 ちゅうおうこそだ しえん 中 央 子 育 て 支 援 セ ン ター（ウエルネスさがみは ない みなみこそだ しえん ら内）、南 子 育 て 支 援 セ ン ター（南 保 健 福 祉 セ ンター内）	ちゅうおう みなみこそだ しえん ● 中 央 ・ 南 子 育 て 支 援 セ ン ター 母 子 保 健 班 げつ きんようび 月～金曜日 ごぜん じ ぶん ご じ 午前8時30分～午後5時 どようび にちようび しゅくじつ ねんまつねんし のぞ ※土曜日・日曜日・祝 日・年末年始を除く ちよくせつかいじよう こ みどり ちゅうおう みなみこそだて ※直 接 会 場 へお越しください（緑 ・ 中 央 ・ 南 子 育 て しえん でんわそうだん か 支援センターは電話相談も可）
	おやこ 親子にこにこ し か そ う だ ん 歯 科 相 談 よやくせい （予約制）	こうほう し 「広 報 さがみはら」でお知らせします。 じぜん もう こ ひつよう なお、事前に申し込みが必要となります。

■ 問 い 合 わ せ 先 と あ さき かくこそだ しえん まえさんしょう
各 子 育 て 支 援 セ ン ター（2 ページ 前 参 照 ）
しやくしょ かていか ほけんじぎょうはんじぎょうはん し か そ う だ ん
市 役 所 こども家庭課 保健事業班事業班 Tel 042-769-8345 （親子にこにこ歯科相談のみ）

(2) 子どもが生まれたら

産婦健康診査

ほしけんこうてちよう いっしよ さん ぶけんこうしんさ さほじょけん わた ほじょけん つか さんご けんこうしんさ かいぶん ひよう じよせい
母子健康手帳と一緒に産婦健康診査補助券をお渡します。補助券を使うと、産後の健康診査のうち、2 回 分の費用が助成
されます。

■ 問 い 合 わ せ 先 と あ さき かくこそだ しえん まえさんしょう
各 子 育 て 支 援 セ ン ター（2 ページ 前 参 照 ）

ふれあい親子サロン

にゅうようじ ほごしゃ たいしやう ほけんし ほいくしなど いくじ そうだん ほか にゅうようじ しんたいけいそく おこな
乳 幼 児 とその保護者を 対 象 に保健師、保育士等が育児の相談にのる他、乳 幼 児 の身体計測も 行 っています。

Consultas sobre la Salud Materna e infantil

Enfermeros de salud pública, nutricionistas e higienistas dentales ofrecen consultas gratuitas sobre el embarazo, el parto y la salud infantil. Asimismo, brindan asesoramiento nutricional e higiene bucal para lactantes, niños pequeños, y mujeres embarazadas.

Descripción	Lugar	Fecha
Consultas sobre el embarazo, el parto, la salud infantil, etc.	• Centro de Cuidado Infantil de Midori (interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku) • Centro de Cuidado Infantil de Midori Encargado de Shiroyama (Interior de la Oficina General de Shiroyama) • Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Salud Materna e Infantil de Tsukui (Interior del Centro de Salud de Tsukui) • Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Salud Materna e Infantil de Tsukui Encargado de Sagamiko (Interior de la Oficina General de Sagamiko) • Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Salud Materna e Infantil de Tsukui Encargado de Fujino (Interior de la Oficina General de Fujino) • Centro de Cuidado Infantil de Chuo (Interior de las instalaciones de Wellness Sagamihara) • Centro de Cuidado Infantil de Minami (Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami)	• Centro de Cuidado Infantil de Midori Lunes a viernes • Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Salud Materna e Infantil Encargado de Shiroyama Todos los viernes • Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Salud Materna e Infantil de Tsukui Todos los lunes y jueves • Centro de Cuidado Infantil de Midori Equipo de salud materna e infantil de Tsukui, Encargado de Sagamiko Todos los miércoles • Centro de Cuidado Infantil de Midori Equipo de salud materna e infantil de Tsukui Encargado de Fujino Todos los martes • Centro de Cuidado Infantil de Chuo y Minami Equipo de salud materna e infantil Lunes a viernes 8:30-17:00 * Excepto los sábados, domingos, días festivos y comienzos y fin de año. * Acuda directamente al lugar de consulta (se reciben también consultas telefónicas en los Centros de Ciudad Infantil de Midori, Chuo y Minami)
Consulta de nutrición materna e infantil (se necesita cita previa)	Centro de Cuidado Infantil de Midori (Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku), Centro Cuidado Infantil de Chuo (Interior de Wellness Sagamihara), Centro de Cuidado Infantil de Minami (Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami)	Se informará en el «Boletín de Sagamihara». Se requiere solicitar con anticipación.
Sonrisa en Familia (Oyako Niko-Niko) Consulta de Dental (se necesita cita previa)	Wellness Sagamihara	Se informará en el «Boletín de Sagamihara». Se requiere solicitar con anticipación.

- Información y contacto: Centros de Cuidado Infantil de cada zona (consulte 2 páginas atrás)
Equipo de Servicio de Salud, Sección de Niños y Familias de la Municipalidad
☎ 042-769-8345 (Solo para la Consulta Dental «Sonrisas en Familia»)

(2) Cuando nace un bebé

Examen médico posparto

Se le entregarán los cupones de subsidio para los exámenes de salud posparto junto con la libreta de salud materno-infantil. Estos cupones cubren el costo de 2 exámenes salud posparto.

- Información y contacto: Centros de Cuidado Infantil de cada zona (consulte 2 páginas atrás)

Salón de amenidades de madres e hijos

Enfermeros de salud pública y educadores infantiles ofrecen asesoría sobre la crianza para bebés y sus padres. Además, se realizan mediciones del crecimiento (peso y talla) para los niños.

ないよう 内 容	じっしほしよ 実施場所	じっしび 実施日
いくじそ だん えいようそ だん しんたいけいそく おやこ 育児相談、栄養相談、身体計測、親子 あそ しょうかい 遊びの紹 介	しろやま つく いほけん 城山こどもセンター、津久井保健センター、 さがみこそうごうじむしょ ふじのそうごうじむしょ かみみぞみなみ 相模湖総合事務所、藤野総合事務所、上 溝 南 あらいそ あさみぞ こどもセンター、新 磯こどもセンター、麻 溝 こどもセンター	つき かい がつ のぞ 月 1 回 (8 月を除く) さがプリコでお知らせします。

■ と あ さき
問い合わせ先

しやくしよ かていかほけんじぎょうはん
市役所 こども家庭課保健事業班

ちゅうおうくちゅうおう しやくしよほんかん かい
(中央区 中央 2-11-15 市役所 本館 4 階) TEL 042-769-8345 Fax 042-759-4395

にゅうようじ けんこうしんさ
乳 幼 児 の 健 康 診 査

にゅうようじ けんこうしんさ つぎ たいしょうねんれい ひと むりよう う
乳 幼 児 の 健 康 診 査 に は 次 の よう な も の が あ り 、 対 象 年 齢 の 人 は 無 料 で 受 け ら れ ま す 。

た だ し 、 1 か 月 児 健 康 診 査 は 最 大 5,000 円 の 補 助 と な り ま す 。

けんこうしんさ 健康 診 査	じゅしんきかん たいしょうしや 受 診 期 間 ・ 対 象 者		ないよう 内 容
げつじけんこうしんさ 1 か月児健康 診 査	生 後 2 8 日 ～ 生 後 6 週	い か 医 科	びょうき そうきはっけん はついくはったつじょうきょう かくにん 病 気 の 早 期 発 見 、 発 育 発 達 状 況 の 確 認 と いくじそ だん 育 児 相 談
げつじけんこうしんさ 4 か月児健康 診 査	げつ つき 4 か 月 に な る 月	い か 医 科	びょうき そうきはっけん はついくはったつじょうきょう かくにん 病 気 の 早 期 発 見 、 発 育 発 達 状 況 の 確 認 と いくじそ だん りにゅうしよく そうだん 育 児 相 談 、 離 乳 食 な ど の 相 談
げつじけんこうしんさ 8 か月児健康 診 査	げつ ひ 7 か 月 に な っ た 日 ～ げつ ぜんじつ 9 か 月 に な る 前 日	い か 医 科	はついくはったつじょうきょう かくにん いくじ えいようそ だん 発 育 発 達 状 況 の 確 認 と 育 児 ・ 栄 養 相 談
さいじけんこうしんさ 1 歳児健康 診 査	さい ひ 1 歳 に な っ た 日 ～ さい げつ ぜんじつ 1 歳 2 か 月 に な る 前 日		
さい げつじけんこうしんさ 1 歳 6 か月児健康 診 査	さい げつ ひ 1 歳 6 か 月 に な っ た 日 ～ さい げつ ぜんじつ 1 歳 8 か 月 に な る 前 日	い か 医 科	はついくはったつじょうきょう かくにん いくじ えいようそ だん 発 育 発 達 状 況 の 確 認 と 育 児 ・ 栄 養 相 談
	さい げつ つき 1 歳 7 か 月 に な る 月	し か 歯 科	は けんこうしんさ し か そうだん 歯 の 健 康 診 査 と 歯 科 相 談 しんりはったつ いくじ えいようそ だん 心 理 発 達 や 育 児 ・ 栄 養 相 談
さい げつじしかけんこうしんさ 2 歳 6 か月児歯科健康 診 査	さい げつ つき 2 歳 6 か 月 に な る 月	し か 歯 科	は けんこうしんさ し か そうだん いくじ えいようそ だん 歯 の 健 康 診 査 と 歯 科 相 談 、 育 児 ・ 栄 養 相 談
さい げつじけんこうしんさ 3 歳 6 か月児健康 診 査	さい げつ つき 3 歳 6 か 月 に な る 月	い か 医 科 し か 歯 科	はついくはったつじょうきょう かくにん いくじ えん 発 育 発 達 状 況 の 確 認 と 育 児 支 援 、 は けんこうしんさ し か そうだん しちょうかくけんさ 歯 の 健 康 診 査 と 歯 科 相 談 、 視 聴 覚 検 査 、 しんりはったつ いくじ えいようそ だん 心 理 発 達 や 育 児 ・ 栄 養 相 談

ちゅう じっしにちじ かいじょう ちよくせつたいしょうしや つうち
注) 実施日時 ・ 会 場 については、直 接 対 象 者 に 通 知 し ま す 。

■ と あ さき
問い合わせ先

しやくしよ かていか ほけんじぎょうはん
市役所 こども家庭課 保健事業班 TEL 042-769-8345

Descripción	Lugar	Fecha
Consulta acerca del cuidado de los niños, consulta de nutrición, somatometría o, presentación de juego de madre e hijo	Centro Infantil de Shiroyama, Centro de Salud de Tsukui, Oficina General de Sagamiko, Oficina General de Fujino, Centro Infantil de Kamimizo-Minami, Centro Infantil de Araiso, Centro Infantil de Asamizo	Una vez por mes (excepto agosto) Se le notificará a través de Saga-Prico.

■ Contacto

Equipo de Servicio de Salud, Sección de Niños y Familias de la Municipalidad

(Chuo 2-11-15, Chuo-ku, 4.a planta del edificio principal de la municipalidad)

☎ 042-769-8345 Fax. 042-759-4395

Examen de salud para los niños lactantes

Todos los niños lactantes que correspondan a lo indicado en la siguiente tabla pueden recibir gratuitamente el examen de salud.

Sin embargo, el subsidio para el primer examen de salud tiene un límite máximo de 5.000 yenes.

Examen de salud	Período de examen		Descripción
Examen de salud de los bebés de 1 mes	Desde los 28 días hasta las 6 semanas	Medicina general	Descubrimiento prematuro de enfermedades, confirmación del estado de desarrollo y consulta sobre el cuidado de los bebés
Examen de salud de los bebés de 4 meses	El mes en que cumple 4 meses	Medicina general	Descubrimiento prematuro de enfermedades, confirmación del estado de desarrollo y consulta sobre el cuidado de los bebés, consulta sobre la alimentación para bebés
Examen de salud de los bebés de 8 meses	El día en que cumple 7 meses hasta el día antes de cumplir los 9 meses	Medicina general	Confirmación del estado de crecimiento y consulta sobre la crianza y nutrición de los bebés
Examen de salud de los bebés de 1 año	El día en que cumple 1 año hasta el día antes de cumplir 1 año y 2 meses		
Examen de salud de los bebés de 1 año y medio	El día en que cumple 1 año y medio hasta el día antes de cumplir 1 año y 8 meses	Medicina general	Confirmación del estado de crecimiento y consulta sobre la crianza y nutrición de los bebés
	El mes en que cumple 1 año y 7 meses	Odontología	Examen dental y consulta de salud dental, consulta sobre el desarrollo mental, crianza y nutrición de los bebés
Examen de salud dental para los niños de 2 años y medio	El mes en que cumple 2 años y medio	Odontología	Examen dental y consulta de salud dental, consulta sobre la crianza y la nutrición de los bebés
Examen de salud para los niños de 3 años y medio	El mes en que cumple 3 años y medio	Medicina general Odontología	Confirmación del desarrollo y asistencia de la crianza de los niños, examen dental, examen audiovisual, consulta sobre el desarrollo mental, crianza y nutrición

Nota: Se comunicará directamente a las personas correspondientes sobre la fecha, horario y el lugar.

■ Contacto

Equipo de Servicio de Salud, Sección de Niños y Familias de la Municipalidad

☎ 042-769-8345

よぼうせつしゅ
予防接種

よぼうせつしゅ つぎ
予防接種には次のようなものがあり、対 象 年 齢 の人は規定の回数のみ無料で受けられます。なお、予防接種はすべて、決ま
びょういん じつし せつしゅねんれい あ し とど
った病 院 で実施します。接種年齢に合わせて、市からお知らせが届きます。

種 類		対 象 年 齢		ひょうじゅんてき 標 準 的 な 接 種 年 齢	せつしゅほうほう 接 種 方 法	
しょうに はいえんきゅうきんかんせんしゅう 小児の肺炎球菌感染症		しょかい 初 回	せいご げつ さいみまん 生後2か月～5歳未満	せいご げつ 生後2か月～7か月 みまん 未 満	にちいじょう かんかく 27日以上の間隔で かいせつしゅ 3回接種	
		ついか 追 加		しょかい かい しゅうりょう 初 回（3回）終 了 にちいじょうけいかご から60日以上経過後 さい げつみまん 1歳～1歳3か月未満	かいせつしゅ 1回接種	
がたかんえん B型肝炎			さいみまん 1歳未満	せいご げつ 生後2か月～9か月 みまん 未 満	かいせつしゅ 3回接種 にちいじょう かんかく (27日以上の間隔で かいせつしゅご しょかい 2回接種後、初回から にちいじょう 139日以上おいて かいせつしゅ 1回接種)	
けつかく BCG（結核）			さいみまん 1歳未満	せいご げつ 生後5か月～8か月 みまん 未 満	かいせつしゅ 1回接種	
ロタウイルス感染症		ロタリックス		せいご しゅう しゅう 生後6週～24週	せいご げつ しゅう にち 生後2か月～14週6日ま あいだ かいせつしゅ での間に1回接種	にちいじょう かんかく 27日以上の間隔をおいて かいけいこうせつしゅ 2回経口接種
		ロタテック		せいご しゅう しゅう 生後6週～32週		にちいじょう かんかく 27日以上の間隔をおいて かいけいこうせつしゅ 3回経口接種
ジフテリア ひやくにち 百 日 せ き はしょうふう 破傷風 ポリオ かんせんしゅう Hib感染症	き 1期	ごしゅこんごう 五種混合〔ジ フ テ リ ア ひやくにち 百 日 せ き はしょうふう 破傷風 ポリオ かんせんしゅう Hib感染症〕	しょかい 初 回 ついか 追 加	せいご げつ 生後2か月～ さい げつみまん 7歳6か月未満	せいご げつ 生後2か月～12か月 みまん 未 満	にち かんかく 20日～56日の間隔 をおいて3回接種
		にしゅこんごう 二種混合 はしょうふう 〔ジフテリア・破傷風〕		さい 11歳～13歳未満	さい 11歳	かいせつしゅ 1回接種
	すいとう みず 水痘（水ぼうそう）		かいめ 1回目 かいめ 2回目	さい さいみまん 1歳～3歳未満	さい さい げつみまん 1歳～1歳3か月未満 かいめしゅうりょうご げつ 1回目終了後6か月～12か月の間に かいせつしゅ 1回接種	かいせつしゅ 1回接種
ま 麻疹 (はしか)・ ふう 風しん	き 1期	ま ふう こんごう 麻疹風しん混合		さい さいみまん 1歳～2歳未満	かいせつしゅ 1回接種	
	き 2期	〔MR〕		さい さいみまん しょうがっこう しゅうがく 5歳～7歳未満で小学校に就学する ぜんねんどちゅう 前年度中	かいせつしゅ 1回接種	
にほんのうえん 日本脳炎	き 1期	しょかい 初 回	ついか 追 加	せいご げつ 生後6か月～ さい げつみまん 7歳6か月未満	さい 3歳	にち かんかく 6日～28日の間隔をお いて2回接種
				さい 4歳	き しょかい かい 1期初回（2回） しゅうりょうご ねん 終了後おおむね1年 おいて1回接種	
	き 2期			さい さいみまん 9歳～13歳未満	さい 9歳	かいせつしゅ 1回接種
かんせんしゅう しきゅうけい HPV感染症（子宮頸がん）			しょうがく ねんせい 小学6年生～ こうこう ねんせいそうとうねんれい 高校1年生相当年齢 じよし の女子	ちゅうがく ねんせい 中学1年生 そうとうねんれい 相当年齢	か か 【2価・4価ワクチン】 かいせつしゅ 3回接種 か 【9価ワクチン】 げんそく かいせつしゅ 原則2回接種	

ちゅう う びょういん めいぼ しほけんじょしつぺいたいさくか かくくやくしよくみんか など はいふ
注）受けられる病 院 の名簿は、市保健所疾病対策課、各区役所区民課、まちづくりセンター等で配布しています。

Vacunación

La vacunación es gratuita hasta la frecuencia y edad establecida. Tenga en cuenta que todas las vacunas deben aplicarse en los hospitales designados. El ayuntamiento le enviará notificaciones basadas en el calendario de vacunación de su hijo.

Tipo de vacuna				Edad	Edad normal para la vacunación	Método de vacunación
Vacuna contra el Streptococcus pneumoniae infantil			Primera vez	De 2 meses a 5 años sin cumplir	De 2 meses a 7 meses sin cumplir	3 dosis en intervalos superiores a 27 días
			Refuerzo		60 días después de las primeras 3 dosis. De 1 año hasta antes de 1 año y 3 meses sin cumplir.	1 dosis
Hepatitis B				Antes de cumplir 1 año	De 2 meses a 9 meses sin cumplir	3 dosis (2 dosis en intervalos superiores a 27 días, y 1 dosis más 139 días después de la primera dosis)
BCG (tuberculosis)				Antes de cumplir 1 año	De 5 meses a 8 meses sin cumplir	1 dosis
Infección por rotavirus		Rotarix		De 6 semanas a 24 semanas	La primera dosis debe administrarse desde los 2 meses hasta las 14 semanas y 6 días.	Se administran 2 dosis por vía oral con un intervalo de al menos 27 días.
		RotaTeq		De 6 semanas a 32 semanas		Se administran 3 dosis por vía oral con un intervalo de al menos 27 días.
Difteria Tos ferina Tétanos Polio Infección por Hib	1º periodo	Vacuna Pentavalente [Difteria, Tos ferina, Tétanos, Polio e Infección por Hib]	Primera vez	2 meses hasta antes de 7 años y medio	De 2 meses a 12 meses sin cumplir	Se administran 3 dosis por vía oral con un intervalo de entre 20 y 56 días.
			Refuerzo		Después de completar la serie inicial (3 dosis), se administra 1 dosis de refuerzo con un intervalo de entre 6 y 18 meses.	
	2º periodo	Difteria/Tétano		11 años hasta antes de 13 años	11 años	1 dosis
Varicela			Primera dosis	1 año hasta antes de 3 años	1 año hasta antes de 1 año y 3 meses	1 dosis
			Segunda dosis		1 dosis adicional de 6 a 12 meses después de la primera dosis	
Rubeola / sarampión	1º periodo	Vacuna de rubéola/ Sarampión [MR]		1 año hasta antes de 2 años		1 dosis
	2º periodo			5 años hasta antes de cumplir 7 años, el año antes de ingresar a la escuela primaria		1 dosis
Encefalitis japonesa	1º periodo	Primera vez		6 meses hasta antes de 7 años y medio	3 años	Se administran 2 dosis con un intervalo de entre 6 y 28 días.
		Refuerzo			4 años	Después de terminar la primera vez del primer periodo (2 veces), 1 vacunación
	2º periodo				9 años hasta antes de 13 años	9 años
HPV (Cáncer cervical)				Mujeres desde 6º año de primaria (Shogakko) hasta primer año de secundaria superior (Koko)	Edad equivalente al primer año de secundaria básica	[Vacuna bivalente y tetravalente] 3 dosis [Vacuna nonavalente] Por regla general, se administran 2 dosis.

Nota: La lista de hospitales disponibles se distribuye en la Sección de Medidas contra Enfermedades del Centro de Salud de la Municipalidad, en la Sección Civil de la Municipalidad Distrital y en los centros de desarrollo urbano.

きゆうふ てあて じよせい
(3) 給付・手当・助成

いりようひ じよせい
《医療費の助成》

けんこうい じ せいかつあんてい ほけんしんりよう いりようひ じ こふたんぶん じよせい しんせい ひつよう がいとう
健康維持や生活安定のため、保険診療でかかった医療費の自己負担分を助成しています。申請が必要です。該当すると
きは忘れずに手続きをしてください。

いりようひじよせい
こども医療費助成

こうこうせいせだい こ さい さいしよ がつ にち いりようひ じよせい こうこうせいせだい しょうとく せいげん
高校生世代までの子ども（18歳になってから最初の3月31日まで）の医療費を助成しています。（高校生世代は所得の制限
があります。）

マイナンバーカードの健康保険証等と医療証を病院などの窓口へ提示してください。県外で受診した場合は、支払った費用
を後から市に請求してください。

おやかていとういりようひじよせい
ひとり親家庭等医療費助成

こうこうせいせだい こ よういくしゃ いりようひ じよせい しょうとく せいげん たいしやう ぼしかてい ふしかてい
高校生世代までの子ども※とその養育者の医療費を助成しています。（所得の制限があります。）対象は、母子家庭、父子家庭、
父または母が重度の障害にある家庭などです。

マイナンバーカードの健康保険証等と医療証を病院などの窓口へ提示してください。県外で受診した場合は、支払った費用
を後から市に請求してください。

※18歳になってから最初の3月31日まで（中度以上の障害がある場合または高等学校に在学中の場合は20歳になる前
まで）

と あ さき
■ 問い合わせ先

しやくしよこそだ きゆうふかいりようきゆうふはん
市役所子育て給付課医療給付班 Tel 042-704-8908

かくしゅてあて じよせいなど
《各種手当・助成等》

じどう けんぜん いくせい ししつこうじやう じどう じようきやう おう つぎ じよせい おこな てあて しんせいせいど
児童の健全な育成と資質向上のため、児童の状況に応じて次のような助成などを行っています。手当は申請制度です
ので、該当するときは忘れずに手続きをしてください。なお、制度内容は変更になることがあります。

じどうてあて
児童手当

しない じゆうみんどうろく こうこうせいせだい じどう さい さいしよ がつ にち よういく ひと しきゆう
市内に住民登録のある高校生世代までの児童（18歳になってから最初の3月31日まで）を養育している人に支給されます。

じどうふようてあて
児童扶養手当

ふ ぼ りこん いったい ようけん がいとう こうこうせいせだい じどう かんこ ほは こうこうせいせだい じどう かんこ せいけい
父母の離婚など一定の要件に該当する高校生世代までの児童※を監護している母、または高校生世代までの児童※を監護し生計
を同じくしている父、もしくは父母に代わって高校生世代までの児童※を養育している人に支給されます。申請者と申請者の
同居親族について所得制限があります。申請者と児童について、公的年金との併給制限があります。

※18歳になってから最初の3月31日まで（中度以上の障害がある場合は20歳になる前まで）

ぼ し ふ し か ふふくししきん
母子父子寡婦福祉資金

ぼ し ふしかてい せいかつ たす けいざいてき じりつ しきん こうこう だいがく にゆうがくきん じゆぎようりやう ひつこ せいかつ
母子・父子家庭などの生活を助け、経済的に自立するための資金です。高校や大学などの入学金や授業料、引越しや生活
のための資金を低利子または無利子で借りることができます。利用できる人は配偶者のいない女子（男子）及びその扶養する子など
です。

※資金によって貸し付け条件が異なりますので、詳細はお住まいの区のこども家庭相談員にお問合せください。

と あ さき
■ 問い合わせ先

ちゅうおうこそだ しえん かていそうだんいん 中央子育て支援センターこども家庭相談員 (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら内)	Tel 042-769-9221
みなみこそだ しえん かていそうだんいん 南子育て支援センターこども家庭相談員 (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター内)	Tel 042-701-7700
みどりこそだ しえん かていそうだんいん 緑子育て支援センターこども家庭相談員 (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	Tel 042-775-8815

※津久井保健センターでも相談をお受けします(火曜日のみ)。希望される人は、事前に緑子育て支援センターへご連絡ください。

(3) Prestaciones, subsidios y subvenciones

«Subsidio de los gastos de hospitalización»

Para apoyar el mantenimiento de su salud y su estabilidad económica, ofrecemos subsidios para cubrir la parte del gasto médico bajo el seguro médico. Como estos subsidios se aportan solo a petición, las personas que correspondan a los subsidios deben hacer sin falta los trámites pertinentes.

Subsidios para Gastos Médicos Infantiles

Se ofrece el subsidio para los gastos médicos de niños hasta los 18 años (específicamente hasta el 31 de marzo posterior a su 18.º cumpleaños). (Para los estudiantes de secundaria superior (Kokosei), se aplica un límite de ingresos.)

Por favor, presente su tarjeta My Number, la tarjeta de seguro médico y el certificado médico en la recepción del hospital o centro correspondiente. Si recibe atención médica fuera de la prefectura, solicite el reembolso de los gastos pagados posteriormente en las oficinas municipales.

Subsidio para los gastos médicos de familias monoparentales o en situaciones similares

Se ofrece apoyo económico para los gastos médicos de los menores hasta la edad de secundaria superior (Koko)* y de sus tutores. (Hay restricciones dependiendo de los ingresos de las personas solicitantes.) Los grupos beneficiarios incluyen: familias monoparentales encabezadas por la madre, familias monoparentales encabezadas por el padre, y hogares donde alguno de los padres tiene una discapacidad grave.

Por favor, presente su tarjeta My Number, la tarjeta de seguro médico y el certificado médico en la recepción del hospital o centro correspondiente. Si recibe atención médica fuera de la prefectura, solicite el reembolso de los gastos pagados posteriormente en las oficinas municipales.

* Hasta el primer 31 de marzo después de cumplir los 18 años (en caso de tener una discapacidad moderada o grave, o mientras esté inscrito en la escuela secundaria superior (Koko), el límite se extiende hasta antes de cumplir los 20 años).

■ Contacto

Equipo de Subsidios de Gastos médicos de la Sección de Subsidios Infantiles de la Municipalidad ☎ 042-704-8908

<Subsidio especial para niños>

Para mejorar la calidad de la crianza de los niños, se aportan los siguientes subsidios según las condiciones del niño. Como estos subsidios se aportan solo a petición, las personas que correspondan a los subsidios deben hacer sin falta los trámites pertinentes. El contenido del sistema de subsidio puede ser modificado.

Subsidio infantil

Este subsidio se otorga a quienes crían hijos hasta el nivel de educación secundaria superior (hasta el 31 de marzo posterior a su 18.º cumpleaños) y cuentan con registro de residente en la ciudad.–

Subsidio para la mantención infantil

Este subsidio se otorga a las madres que crían hijos hasta que terminan la escuela secundaria básica (Chugakko) y cumplen ciertas condiciones (como divorcio), a los padres que conviven y crían a sus hijos hasta que terminan la escuela secundaria superior (Koko)*, o a quienes cuidan de los hijos* en lugar de sus padres. Existen limitaciones de ingresos del solicitante y de su familia cohabitante. Para el solicitante y el niño, existen limitaciones de otorgamiento junto con la pensión pública.

* Hasta el primer 31 de marzo después de cumplir los 18 años (en caso de tener una discapacidad moderada o grave, el límite se extiende hasta antes de cumplir los 20 años).

Fondos de bienestar público para hogares de madres solteras o padres solteros

Con el objeto de facilitar la independencia económica de los hogares de madres solteras o padres solteros, se facilitan préstamos de fondos. Estos hogares pueden recibir fondos en forma de préstamos a bajo interés o sin interés para sufragar el importe de ingreso a la escuela preparatoria, o la universidad, entre otras escuelas, o para hacer frente a mudanzas u otros gastos de su vida diaria. Las personas con derecho a recibir este beneficio son mujeres o hombres sin cónyuge y los hijos/hijas mantenidos por tal madre o padre.

* Los requisitos para el préstamo varían de acuerdo con el tipo de subsidio. Póngase en contacto con el consejero familiar e infantil del sector en donde vive.

■ Contacto

Consejero Familiar e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Chuo (Fujimi 6-1-1, Chuo-ku, Interior de Wellness Sagamihara)	☎ 042-769-9221
Consejero Familiar e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Minami (Sagamiono 6-22 -1, Minami-ku, Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami)	☎ 042-701-7700
Consejero Familiar e Infantil del Centro de Cuidado Infantil de Midori (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku)	☎ 042-775-8815

También atendemos consultas en el Centro de Salud y Bienestar Público de Tsukui (solo los martes). Si desea utilizar este servicio, póngase en contacto con el Centro de Cuidado Infantil de Midori con anticipación.

(4) 保育・サポート・相談

保育所

保護者の就労や病気などにより、家庭での保育が困難な場合にお子さんをお預かりし、保育しています。入所を希望する人はお問い合わせください。

■ お問い合わせ先

ちゅうおうこそだ しえん こそだ はん 中央子育て支援センター子育てサービス班 (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら 1 階)	TEL 042-769-9267
みなみこそだ しえん こそだ はん 南子育て支援センター子育てサービス班 (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター 3 階)	TEL 042-701-7723
みどりこそだ しえん こそだ はん 緑子育て支援センター子育てサービス班 (緑区西橋本5-3-21 みどりくごうどうちやうしや かい 緑区合同庁舎 3 階)	TEL 042-775-8813
みどりこそだ しえん こそだ はん 緑子育て支援センター子育てサービス班 城山担当 (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所 本館 1 階)	TEL 042-783-8060
みどりこそだ しえん こそだ はん 緑子育て支援センター子育てサービス班 津久井担当 (緑区中野613-2 津久井保健センター 1 階)	TEL 042-780-1420
みどりこそだ しえん こそだ はん 緑子育て支援センター子育てサービス班 相模湖担当 (緑区与瀬896 さがみこそうごうじむしよ かい 相模湖総合事務所 2 階)	TEL 042-684-3737
みどりこそだ しえん こそだ はん 緑子育て支援センター子育てサービス班 藤野担当 (緑区小淵2000 みどりくおぶち ふじのそうごうじむしよ かい 藤野総合事務所 2 階)	TEL 042-687-5515

ファミリー・サポート・センター

安心とゆとりをもって子育てができるように、「子育てをお手伝いしてほしい人」と「子育てをお手伝いしたい人」を結びつけて子育ての相互援助活動を応援する会員制組織で、子どもの預かりや送迎などのサポートを行います (お金がかかります)。

■ お問い合わせ先

さがみはらし こそだ はん
相模原市ファミリー・サポート・センター事務局 (相模原市社会福祉協議会内)
(中央区富士見6-1-20 あじさい会館内) TEL 042-730-3885

療育相談

ことばや運動の遅れ、落ち着きがないなど、子どもの発達や障害に関する相談をお受けしています。

■ お問い合わせ先

みどりこそだ しえん りやういくそうだはん 緑子育て支援センター療育相談班 (緑区西橋本5-3-21 みどりくごうどうちやうしや かい 緑区合同庁舎内 3 階)	TEL 042-775-1760	Fax 042-775-1750
みどりこそだ しえん つく いたんどう 緑子育て支援センター津久井担当 (緑区中野613-2 つく いほけん かい 津久井保健センター 1 階)	TEL 042-780-1420	Fax 042-784-1222
みどりこそだ しえん さがみこたんどう 緑子育て支援センター相模湖担当 (緑区与瀬896 さがみこそうごうじむしよ かい 相模湖総合事務所 2 階)	TEL 042-684-3737	Fax 042-684-3618
みどりこそだ しえん ふじのたんどう 緑子育て支援センター藤野担当 (緑区小淵2000 みどりくおぶち ふじのそうごうじむしよ かい 藤野総合事務所 2 階)	TEL 042-687-5515	Fax 042-687-4347

(4) Cuidado de niños, apoyo y consulta

Guardería infantil

Aquí se encargan de los niños quienes no pueden ser cuidados en sus respectivos hogares debido al empleo o enfermedad de sus padres. Para el ingreso en la guardería, sírvase consultar con la oficina de bienestar público.

■ Contacto

Centro de Cuidado Infantil de Chuo, Equipo de Crianza (Fujimi 6-1-1, Chuo-ku, Wellness Sagamihara, piso 1)	☎ 042-769-9267
Centro de Cuidado Infantil de Minami, Equipo de Crianza (Sagamiono 6-22-1, Minami-ku, Centro de Salud y Bienestar Social de Minami, piso 3)	☎ 042-701-7723
Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Crianza (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku, piso 3)	☎ 042-775-8813
Encargado de Shiroyama, Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Crianza (Kubosawa 1-3-1, Midori-ku, 1.a planta del edificio principal de la Oficina General de Shiroyama)	☎ 042-783-8060
Encargado de Tsukui, Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Crianza (Nakano 613-2, Midori-ku Centro de Salud de Tsukui, piso 1)	☎ 042-780-1420
Encargado de Sagamiko, Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Crianza (Yose 896, Midori-ku, Oficina General de Sagamiko, piso 2)	☎ 042-684-3737
Encargado de Fujino, Centro de Cuidado Infantil de Midori, Equipo de Crianza (Obuchi 2000, Midori-ku, Oficina General de Fujino, piso 2)	☎ 042-687-5515

Centro de soporte familiar

A fin de que se pueda criar a los niños con seguridad y comodidad, se fomentan las actividades de asistencia mutua con apoyos (con costo) para cuidar e ir a llevar y recoger a los niños a la escuela, mediante la sistematización del método de asociación entre las personas que «deseen que se les ayude en crianza de los niños» y las personas que «deseen ayudar la crianza».

■ Contacto

Oficina de Family Support Center de Sagamihara-shi (Interior del Edificio del Consejo de Bienestar Social de la Ciudad de Sagamihara)

(Fujimi 6-1-20, Chuo-ku, Instalaciones de Ajisai Kaikan) ☎ 042-730-3885

Consultas sobre la crianza de niños con discapacidades

- Se ofrecen consultas sobre trastornos del desarrollo y discapacidades infantiles (retraso en el desarrollo del lenguaje, retraso motor, ansiedad, entre otros).

■ Contacto

Equipo de Consultas sobre la Crianza de Niños con Discapacidades del Centro de Cuidado Infantil de Midori (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku, piso 3)	☎ 042-775-1760	Fax. 042-775-1750
Centro de Cuidado Infantil de Midori Encargado de Tsukui (Nakano 613-2, Midori-ku Centro de Salud de Tsukui, piso 1)	☎ 042-780-1420	Fax. 042-784-1222
Centro de Cuidado Infantil de Midori Encargado de Sagamiko (Yose 896, Midori-ku, Oficina General de Sagamiko, piso 2)	☎ 042-684-3737	Fax. 042-684-3618
Centro de Cuidado Infantil de Midori Encargado de Fujino (Obuchi 2000, Midori-ku, Oficina General de Fujino, piso 2)	☎ 042-687-5515	Fax. 042-687-4347

おおのみなみちゅうがっこうぶんこうやかんがっきゅう

大野南中学校分校夜間学級

にゅうがくようけん

○入学要件

がくれいき けいか ひと つぎ あ ひと
学齢期を経過した人で次に当てはまる人

- ぎ む きょういく しゅうりょう がくれいき けいか ひと
・義務教育を修了しないまま学齢期を経過した人
- さまざま りゅう じゅうぶん きょういく う ちゅうがっこう そつぎょう ひと
・様々な理由により十分な教育を受けられないまま中学校を卒業した人
- がいこくせきとう にほん ぎ む きょういく そうとう きょういく う ひと
・外国籍等で日本の義務教育に相当する教育を受けていない人

やかんがっきゅう

○夜間学級はこんなところ

- こうりつちゅうがっこう やかんがっきゅう ちゅうがっこう がくしゅう
・公立中学校の夜間学級で、中学校の学習をします。
- じゅぎょう げつよう きんよう まいにち じかん ごご じごろ はじ ごご じごろ お
・授業は、月曜～金曜まで毎日あり、時間は午後5時頃から始まり、午後9時頃に終わります。
- やかんがっきゅう がくしゅう しゅうりょう ちゅうがっこう そつぎょうしかく え
・夜間学級の学習を修了すると、中学校の卒業資格を得ることができます。

■ 問い合わせ先

しきょういくいいんかいがっこうきょういとか きかくしどうはん がくりよくほしょうすいしんたんとう
市教育委員会学校教育課 企画指導班（学力保障推進担当） Tel 042-704-8918

しゅうがくしょうれいきん しゅうがくえんじょ

就学奨励金（就学援助）

かぞくぜんいん しゅうにゆう すく ひと こ こうりつ しょうがっこう ちゅうがっこう ぎ む きょういくがっこう べんきょう ひつよう
家族全員の収入が少ない人は、お子さんが国・公立の小学校・中学校・義務教育学校で勉強するために必要な
ぶんぼうぐ がくようひんひ かね いちぶ えんじょ きぼう ひと がくむか しんせいしよ ていしゆつ
文房具などの学用品費などにかかるお金の一部をもらうことができます。援助を希望する人は、学務課へ申請書を提出してくだ
さい。提出された書類などに基づいて、教育委員会が審査して援助を決定します。

■ 問い合わせ先

しきょういくいいんかいがくむか しゅうがくしえんはん
市教育委員会学務課 就学支援班 Tel 042-769-9262

さがみはらししょうがくきん

相模原市奨学金

つぎ しょうけん こうこうせいとう さがみはらし しょうがくきん かね
次の要件のすべてにあてはまる高校生等は、相模原市から奨学金としてお金をもらうことができます。

- ①市内に住んでいる
 - かぞくぜんいん しゅうにゆう すく しみんぜい しょとくわりがく えん にほんいがい しゅうにゆう ほごしや べつ しんさ
②家族全員の収入がとても少ない（市民税の所得割額が0円）（日本以外で収入のある保護者は、別に審査があります）
 - にほん こうとうがっこうとう ざいがく がくぎょう つづ いよく
③日本の高等学校等に在学し、学業を続けようとする意欲がある。
- ただし、せいかつほ こう ばあい とくべつしえんがっこう ざいがく ばあい たいしょうがい
ただし、生活保護を受けている場合、特別支援学校に在学している場合は対象外です。

しんせいじ き つぎ
申請時期は、次のとおりです。

- ちゅうがっこう ねんせい ぎ む きょういくがっこう ねんせい じ がつちゅうじゅん そつぎょうしき ひ
①中学校3年生（義務教育学校9年生）時の11月中旬～卒業式の日
- こうとうがっこうとうにゆうがくご がつ きゅうふがく しんせいじ き こと しんせい もとづ きょういくいいんかい しんさ
②高等学校等入学後の6～2月です。給付額は、申請時期により異なります。申請に基づいて、教育委員会が審査して
しょうがくせい けつてい
奨学生を決定します。

■ 問い合わせ先 市教育委員会学務課 就学支援班 Tel 042-769-9262

こうとうがっこうとうしゅうがくしえんきん がくひほじょきん

高等学校等就学支援金・学費補助金

せいと じゅぎょうりょう あ ひよう く に せいど こうとうがっこうとうしゅうがくしえんきん しきゅう かながわけんない しりつ
生徒の授業料に充てる費用として、国の制度の「高等学校等就学支援金」を支給します。また、神奈川県内の私立
こうとうがっこうとう ざいがく ばあい かながわけん せいど がくひほじょきん にゅうがくきん じゅぎょうりょう ほじょ う
高等学校等に在学する場合は、神奈川県内の制度の「学費補助金」として、入学金・授業料の補助が受けられます。

■ 問い合わせ先

つうがく こうとうがっこうとう じむしつ
通学している高等学校等の事務室

かながわけんこうこうせいとうしょうがくきゅうふきん

神奈川県高校生等奨学給付金

ようけん こうこうせいとう ほごしや たい せいと じゅぎょうりょういがい きょういくひ あ ひよう と し かながわけん せいど
要件すべてにあてはまる高校生等の保護者に対して、生徒の授業料以外の教育費に充てる費用として、神奈川県内の制度の
かながわけんこうこうせいとうしょうがくきゅうふきん しきゅう
「神奈川県高校生等奨学給付金」を支給します。

■ 問い合わせ先

つうがく こうとうがっこうとう じむしつ
通学している高等学校等の事務室

Clases nocturnas de la sucursal de la Escuela Secundaria Básica Onominami

○ Requisitos de ingreso

Personas que superan la edad escolar y cumplen con las siguientes condiciones:

- Personas que han superado la edad escolar sin haber completado la educación obligatoria
- Personas que se graduaron de la escuela secundaria básica, pero que no pudieron recibir una educación suficiente por diversas razones
- Personas de nacionalidad extranjera, o con un estatus equivalente, que no han recibido una educación equivalente a la educación obligatoria de Japón.

○ ¿Cómo es la clase nocturna?

- En las clases nocturnas de las escuelas secundaria básicas públicas, los estudiantes cursan el nivel de educación secundaria básica.
- Las clases se imparten todos los días, de lunes a viernes, comenzando alrededor de las 5:00 p. m. y terminando cerca de las 9:00 p. m.
- Al completar las clases nocturnas, se puede obtener un título equivalente al certificado de graduación de educación secundaria básica.

■ Contacto

Equipo de Planificación y Orientación de la Sección de Educación Escolar del Comité de Educación de la Municipalidad (Encargado de Promoción del Rendimiento Académico) ☎ 042-704-8918

Subsidios para la asistencia a la escuela (apoyo de asistencia a la escuela)

Las familias en las que todos sus miembros no tienen suficiente ingreso, pueden recibir un subsidio que cubre parte de los gastos necesarios para que su hijo o hija estudie en la escuela primaria/secundaria/escuela de educación obligatoria, tales como de los útiles escolares como el material de papelería, gastos del comedor, entre otros. Si desea recibir este apoyo, presente el formulario de solicitud la Sección de asuntos escolares. El comité de educación, con base a los documentos presentados, realiza la examinación y decidirá la subvención.

■ Contacto

Equipo de Asistencia Escolar, Sección de Asuntos Escolares del Comité de Educación de la Municipalidad
☎ 042-769-9262

Beca de la ciudad de Sagamiyara

Los estudiantes de la escuela preparatoria que cumplan con los siguientes requisitos podrán recibir una ayuda económica en concepto de beca por parte de la ciudad de Sagamiyara.

- (1) Reside en la ciudad de Sagamiyara.
- (2) Los ingresos de todos los miembros de la familia son muy bajos (el monto del impuesto municipal basado en los ingresos es de 0 yenes). (En el caso de tutores con ingresos fuera de Japón, habrá una evaluación por separado.)
- (3) Está inscrito en una escuela secundaria superior (Koko) u otra institución equivalente en Japón, y tener la voluntad de continuar con sus estudios.

Sin embargo, se excluyen los beneficiarios de la protección de medios de vida (Seikatsu Hogo) y los estudiantes inscritos en escuelas de educación especial.

El periodo de solicitud es el siguiente:

- (1) Desde mediados de noviembre del tercer año de secundaria básica (9.º año de la escuela de educación obligatoria) hasta el día de la ceremonia de graduación
- (2) De junio a febrero, después de ingresar a la escuela secundaria superior u otra institución equivalente. El importe de pago varía según el periodo de solicitud. El Comité de Educación evaluará las solicitudes y seleccionará a los becarios.

■ Información y contacto: Equipo de Asistencia Escolar, Sección de Asuntos Escolares del Comité de Educación de la Municipalidad ☎ 042-769-9262

Subsidio de apoyo a la escolarización en escuelas de educación superior, etc./ Subsidio de ayuda para el pago de gastos escolares para estudiantes

El "subsidio de apoyo a la escolarización en escuelas de educación superior" es un sistema estatal que sufragará los costos de las cuotas de clases del alumno. Asimismo, en caso de que se encuentre estudiando en una escuela de educación superior privada en la prefectura de Kanagawa, puede recibir como subsidio de la cuota de ingreso escolar y las cuotas de clases del sistema de «subsidio de ayuda para el pago de gastos escolares para estudiantes».

■ Contacto

Oficina Administrativa de la escuela de educación superior en la que se encuentre cursando sus estudios

Pago de beca para estudiantes de escuelas preparatorias de la prefectura de Kanagawa

La beca para estudiantes de escuelas preparatorias de la prefectura de Kanagawa se otorga a los tutores de los estudiantes quienes cumplen con todos los requisitos, con el fin de ayudar con los gastos educativos distintos a la matrícula.

■ Contacto

Oficina Administrativa de la escuela de educación superior en la que se encuentre cursando sus estudios

かながわけんりつこうとうがっこう にゅうがくけんていりょう にゅうがくりょうげんめんせいど

神奈川県立高等学校の入学検定料・入学料減免制度

かながわけんりつ こうとうがっこうとう にゅうがくけんていりょう にゅうがくりょう ぜんぶ いちぶ めんじょ せいど
神奈川県立の高等学校等では、入学検定料、入学料の全部または一部を免除する制度があります。

■ と あ さき 問い合わせ先

じゅけんよてい にゅうがくよてい けんりつこうとうがっこうとう じむしつ
受験予定・入学予定の県立高等学校等の事務室

ようちえん

幼稚園

ほいくりょう いちぶ ぜんがく きゅうふ にゅうしょ きぼう ばあい かくようちえん と あ
保育料の一部または全額が給付されます。入所を希望する場合は、各幼稚園にお問い合わせください。

にほんご しどうこうし

日本語指導講師

しない こうりつしょう ちゅうがっこう ぎ むきょういくがっこう ざいせき にほんごしどう ひつよう こ たい にほんご きそてき がくしゅう
市内の公立小・中学校・義務教育学校に在籍する、日本語指導を必要とするお子さんに対して、日本語の基礎的な学習
指導を行い、学校生活での支援をします。

にほんごしどうとうきょうりよくしゃ

日本語指導等協力者

しない こうりつしょう ちゅうがっこう ぎ むきょういくがっこう ざいせき にほんごしどう ひつよう こ なか せいかつしえん
市内の公立小・中学校・義務教育学校に在籍する、日本語指導を必要とするお子さんの中で、生活支援・カウンセリン
グなどが必要な場合や母語通訳による保護者との面談などを行う場合、協力者として母語を活用した支援を行います。

■ と あ さき 問い合わせ先

しきょういくいいんかいがっこうきょういく か きかくしどうはん
市教育委員会学校教育課 企画指導班 Tel. 042-769-8284

Sistema de reducción y exención del precio de la cuota de examen / cuota de ingreso a escuelas preparatorias de la prefectura de Kanagawa

Hay disponible un sistema en las escuelas de educación superior de la prefectura de Kanagawa por el cual se puede recibir la reducción o exención de la totalidad o parte del costo del examen de admisión, o la cuota de ingreso.

■ Contacto

Oficina Administrativa de la escuela de educación superior prefectural en la que tiene previsto rendir el examen / tiene previsto ingresar como estudiante

Jardín de infancia

Se otorga el subsidio para cubrir una parte o la totalidad de la cuota de guardería. En caso de que desee que su hijo ingrese en el jardín de infancia, contacte con el jardín de infancia correspondiente.

Instructores del idioma japonés

A los niños registrados en las escuelas primarias, escuelas de secundaria y escuelas de educación obligatoria públicas de la ciudad de Sagamiyara y que necesitan ayuda en idioma japonés, se les ofrece un aprendizaje básico del idioma japonés, para apoyar su vida escolar.

Cooperadores de la instrucción del idioma japonés

Las personas que colaboran proveen asistencia a los niños de nacionalidad extranjera, que están registrados en las escuelas primarias, escuelas de secundaria y escuelas de educación obligatoria públicas de la ciudad de Sagamiyara y que necesitan ayuda en idioma japonés y orientación para la vida diaria. Cuando hay reuniones de padres y profesores en las que está presente el intérprete de japonés, se les ofrece apoyo en su lengua materna.

■ Contacto

Equipo de Planificación y Orientación de la Sección de Educación Escolar del Comité de Educación de la Municipalidad

☎ 042-769-8284

6 保険・年金・税金

(1) 医療保険

日本に住む人は国籍に関係なく、公的医療保険に加入することになります。社会全体で負担をシェアすることで、けがや病気
で病院に行ったときに自分で払うお金が少なくなります。残りのお金は保険から出ます。健康保険証の利用登録をしたマイナ
バーカード（マイナ保険証）を医療機関の受付窓口を設置されている顔認証付きカードリーダーにかざすこと等で保険が適用
されます。

医療保険には3つの種類（健康保険・国民健康保険・後期高齢者医療制度）があります。

健康保険

- ・1週間に20時間以上働いて、毎月の給料が8.8万円以上などの条件に合う人は、会社などの健康保険に入ります。
健康保険に入ることができるかどうかは、会社に確認してください。
- ・健康保険に入っている人の日本に住んでいる家族も健康保険に入ることができます。家族が健康保険に入ることができるか
は会社に確認してください。

国民健康保険

3か月を超える在留期間が決定され、相模原市に住み登録をしている人は、次の人を除き、国民健康保険に加入しなければ
なりません。

保険税を支払うことが必要ですが、病気やけがのとき治療費の30%～20%を一部負担金として支払うだけで、安心して医療
が受けられます。

＜国民健康保険に加入できない人＞

- ・在留期間が3か月以下の人（注）
（注）「興行」、「技能実習」、「家族滞在」、「公用」、「特定活動（医療を受ける活動またはその人の日常の世話を
活動指定されている場合を除く。）」の在留資格の人で、在留期間は3か月以下であっても、資料により、3か
月を超えて滞在すると認められる人は加入できます。詳しくは、相模原市国民健康保険コールセンターへお問い合わせくだ
さい。
- ・在留資格が「短期滞在」、「外交」の人
- ・「特定活動」の在留資格のうち、医療を受ける活動またはその人の日常の世話をする活動の人
- ・日本と医療保険を含む社会保障協定を結んでいる国の人で本国政府から医療保険制度加入の証明書（適用証明書）
の交付を受けている人
- ・勤務先の健康保険に加入している人（扶養家族として加入している人を含む。）
- ・生活保護を受けている人
- ・後期高齢者医療制度に加入している人

資格確認書及び資格情報通知書（資格情報のお知らせ）

マイナ保険証をお持ちの場合は、マイナ保険証が機器のトラブル等により読み取りができない場合にマイナナンバーカードと併
せて使用する資格情報通知書を発行します。また、マイナ保険証をお持ちでない場合は資格確認書を発行します。病気やけがを
して医療機関などにかかるとき、窓口に表示する必要がある書類ですので大切に保管してください。また、出国、市外転出
するときは必ず返還してください。

保険税

保険税は、6月から翌年3月までの10回（期）で納めていただきます。6月に保険税納税通知書をお送りします。同封され
た納付書で、納期限までに納めてください。

保険給付

病気やけがをして医療機関等にかかる、医療費の30%～20%は、一部負担金として医療機関などの窓口で支払うこと
になります。

高額な一部負担金を支払ったときは、一定の金額（自己負担限度額）を超えた分について支給申請をすることができます。
また、マイナ保険証や、「限度額適用（標準負担額減額）認定証」を、医療機関などの窓口で提示すると一部負担金につ
いて、自己負担限度額を上限とすることができます。（注）自己負担限度額は、年齢や世帯の所得によって異なります。

6. Seguros, pensiones e impuestos

(1) Seguro médico

Todos los residentes en Japón, independientemente de su nacionalidad, deben unirse al sistema público de seguro médico. Como todos contribuyen al sistema, el costo que usted paga en el hospital por enfermedad o accidente es mucho menor. El resto de los gastos será cubierto por el seguro. Para aplicar su seguro médico, debe colocar su tarjeta My Number (registrada como tarjeta de seguro médico) en el lector con reconocimiento facial instalado en la recepción de la institución médica.

Existen tres tipos de seguro médico: el Seguro Nacional de Salud, el Seguro Nacional de Salud para personas mayores, y el Sistema Médico para personas de edad avanzada.

Seguro de salud (Kenko Hoken)

- Aquellos empleados que trabajen al menos 20 horas semanales y tengan ingresos mensuales de 88.000 yenes o más, se afiliarán al Seguro Social (Shakai Hoken) a través de su empleador. Consulte en su empresa si usted puede afiliarse al seguro médico.
- Los familiares de un asegurado que vivan en Japón también pueden afiliarse al seguro médico. Consulte en su empresa si su familia puede afiliarse al seguro médico.

Seguro Nacional de Salud

Las personas que hayan obtenido la autorización de estancia por un periodo superior a los 3 meses y que estén registradas como residentes en la ciudad de Sagamihara deberán afiliarse al seguro nacional de salud, excepto las personas descritas a continuación.

Aunque debe pagar las primas del seguro, en caso de enfermedad o lesión, solo tendrá que cubrir entre el 20% y el 30% de los gastos médicos, lo que le permitirá recibir atención con tranquilidad.

Personas que no pueden afiliarse al seguro nacional de salud:

- Personas cuyo periodo de estancia sea inferior a 3 meses (nota)
 - (Nota) Las personas con alguno de los siguientes permisos de estancia: De Entretenimiento (Kogyo), de Prácticas técnicas (Gino Jisshu), de Familiar dependiente (Kazoku Taizai), de Negocios oficiales (Koyo), o de Actividades designadas (Tokutei Katsudo) (excepto personas que reciban tratamiento médico o personas que atiendan a esas personas), aunque tengan autorizado un periodo inferior a 3 meses, dependiendo de la documentación, en caso de reconocérseles el derecho de estancia por un periodo superior a 3 meses, podrán afiliarse al seguro nacional de salud. Para obtener más información, pónganse en contacto con el Centro de Atención Telefónica del Seguro Nacional de Salud de la Ciudad de Sagamihara.
- Personas cuyo permiso sea de Corta estancia (Tanki Taizai) o de Diplomacia (Gaiko)
- Personas cuyo permiso sea de Actividades designadas (Tokutei Katsudo) y cuya finalidad sea la de recibir tratamiento médico o atender a esas personas
- Personas cuyo país tenga un convenio de la seguridad social con Japón y que hayan obtenido el certificado de afiliación del sistema médico emitido por su gobierno (Certificado de aplicación, Tekiyo Shomeisho)
- Personas aseguradas en su lugar de trabajo (incluidas las personas que estén aseguradas como familiares dependientes)
- Personas que estén recibiendo ayuda económica de protección social (Seikatsu Hogo).
- Personas afiliadas al sistema médico para personas mayores de carácter especial (Koki Koreisha Iryo Seido)

Certificado de Confirmación de Calificación y Notificación de Información de Calificación (Aviso de Información de Calificación)

Si usted tiene la tarjeta My Number vinculada al seguro médico, le emitiremos una «Notificación de Información de Calificación» (Aviso de Información de Calificación). Por favor, llévela junto con su tarjeta My Number en caso de que esta no pueda ser leída debido a fallas en el equipo o problemas similares. Si no tiene la tarjeta My Number, le emitiremos un «Certificado de Confirmación de Calificación». Debe mostrarse en la recepción de la institución médica, hospital, clínica, entre otras; cuando tenga que acudir por una enfermedad o lesión. Guárdela en un sitio seguro y accesible. Además, a la salida del país o en la mudanza a otra ciudad, debe devolverse obligatoriamente la tarjeta de seguro.

Impuesto del seguro

El impuesto del salud se paga en 10 cuotas mensuales, desde junio hasta marzo del año siguiente. La notificación del pago de impuestos será remitida en el mes de junio. Por favor, realice el pago utilizando las facturas adjuntas antes de la fecha límite.

Pago del seguro

Al consultar una institución médica por enfermedad o lesión, el asegurado paga el 30% a 20% en la ventanilla de las instituciones médicas, etc., como cargo parcial.

Puede solicitar el subsidio por la diferencia cuando sus gastos médicos superen el límite establecido.

Si presenta su tarjeta My Number (como tarjeta de seguro) o el «Certificado de Aplicación de Límite» en la recepción del hospital, el pago en ventanilla se limitará automáticamente a su tope máximo mensual. (Nota) El límite de gastos personales varía según la edad y los ingresos del hogar.

ほけんじぎょう
保健事業

こくみんけんこうほけんかにゆうしゃ　びょうき　よぼう　そうきはっけん　しえん　まいとし　つぎ　ほけんじぎょう　じっし
国民健康保険加入者の病気の予防と早期発見を支援するために毎年、次の保健事業を実施しています。

しゅるい 種類	たいしょうしゃ 対象者	ひょう 費用
とくていけんこうしんさ 特定健康診査	こくみんけんこうほけんかにゆう　さい　さい　ひと 国民健康保険加入の４０歳～７４歳になる人 （とうがいねんど　さい　ひと　たんじょうび　ぜんじつ　じゅしん 当該年度に７５歳になる人は、誕生日の前日まで受診できます）	えん 1,000円 ※
けんこうしんさ 健康診査	こくみんけんこうほけんかにゆう　さい　さい　ひと　こくみんけんこうほけんぜい　みのう　せたい　ひと 国民健康保険加入の２０歳～３９歳になる人で国民健康保険税に未納のない世帯の人	えん 1,000円
しかけんこうしんさ 歯科健康診査	こくみんけんこうほけんかにゆう　さい　さい　ひと　こくみんけんこうほけんぜい　みのう　せたい　ひと 国民健康保険加入の３０歳～３９歳になる人で国民健康保険税に未納のない世帯の人	えん 500円

※ 70歳以上の人は無料。40歳から69歳の人、世帯員のうち世帯主及び国民健康保険加入者全員が市民税非課税の
ばあい　じぜん　しんせい　ひょうめんじよ
場合、事前の申請により費用免除

しゅるい 種類	たいしょうしゃ 対象者	じよせいきんがく 助成金額
にんげん　のう 人間ドック・脳ドックの けんしんりよう　いちぶじよせい 検診料の一部助成	い　か　ようけん　み　ひと 以下の要件を満たす人 1)　こくみんけんこうほけんかにゆう　さい　さい　ひと　こんねんど　さい　ひと　ふく 国民健康保険加入の４０歳～７４歳の人（今年度７５歳になる人も含む） こくみんけんこうほけんぜい　みのう　せたい　ひと で、国民健康保険税に未納のない世帯の人 2)　し　じよせい　りよう　じゅけん　にんげん　けっか　けんしんきかん　し　ていしゅつ 市の助成を利用して受検した人間ドックの結果を検診機関から市に提出さ とくていけんこうしんさ　じゅしんけっか　と　あつか　しょうだく　ひと せることと、特定健康診査の受診結果として取り扱うことを承諾される人	にんげん 人間ドック えん 22,000円 のう 脳ドック えん 10,000円

■ 問い合わせ先

さがみはらしこくみんけんこうほけん
相模原市国民健康保険コールセンター　Tel 042-707-8111

こうきこうれいしやいりようせいど
後期高齢者医療制度

さいいじょう　ひと　かにゆう　いりようほけん
75歳以上の人などが加入する医療保険です。

かにゆうしかく
○加入資格

- さいいじょう　じゅうみんとろうく　ひと
・75歳以上で、住民登録のある人
 - さいいじょう　さいみまん　いってい　しょうがい　じょうたい　こういきれんごう　にんてい　う　ひと
・65歳以上75歳未満で、一定の障害の状態にあることにより広域連合の認定を受けた人
- さい　たんじょうび　しょうがい　にんてい　けつてい　ひ　ひほけんしゃ
75歳の誕生日または障害による認定が決定された日から被保険者になります。

ほけんりよう
※保険料

ほけんりよう　そうしょとくきんがく　おう　けいさん　ほけんりよう　けつてい　ほけんりようがくけつていつうちしよ　ほけんりようのうにゆうつうちしよ
保険料は総所得金額などに応じて計算されます。保険料が決定しましたら保険料額決定通知書（保険料納入通知書）
をお送りします。

■ 問い合わせ先

さがみはらしこうきこうれいしやいりよう
相模原市後期高齢者医療コールセンター　Tel 042-707-8787

Proyectos de salud

Cada año realizamos los siguientes proyectos de salud, para la prevención y detección temprana de enfermedades de los inscriptos en el Seguro nacional de salud.

Tipo de vacuna	Personas	Costo
Examen médico específico	Personas que tendrán entre 40 y 74 años que están inscritas en el seguro nacional de salud (para las personas que cumplan 75 años durante el año, pueden recibir el examen hasta un día antes de su cumpleaños.)	1.000 yenes *
Examen de salud	Personas que tendrán entre 20 y 39 años que están inscritas en el seguro nacional de salud y que pertenecen a un hogar que no tenga falta de pago del impuesto de seguro nacional de salud	1.000 yenes
Examen dental	Personas que tendrán entre 30 y 39 años que están inscritas en el seguro nacional de salud y que pertenecen a un hogar que no tenga falta de pago del impuesto de seguro nacional de salud	500 yenes

* Para las personas mayores a 70 años es gratuito. Las personas de 40 a 69 años están exoneradas del costo, por previa solicitud, cuando entre los miembros del hogar, el jefe del hogar y todas las personas inscritas al seguro nacional de salud estén exentos del pago de los impuestos municipales.

Tipo de vacuna	Personas	Monto de subsidio
Subsidio parcial de costos de examen médico de Chequeo general (Ningen dock) y Chequeo cerebral (Nou dock)	Las personas que cumplen los siguientes requisitos. 3) Personas de 40 a 74 años (incluye las personas que cumplen 75 años este año) que están inscritas en el seguro nacional de salud y que pertenecen a un hogar que no tenga falta de pago del impuesto de seguro nacional de salud. 4) Personas que acepten que las instituciones de examen médico presenten a la ciudad, los resultados del chequeo general (Ningen dock) que se realizaron utilizando el subsidio de la ciudad y que sean tratados como resultado de consulta médica del examen médico específico.	Chequeo general (Ningen dock) 22.000 yenes Chequeo cerebral (Nou dock) 10.000 yenes

■ Contacto

Centro de Atención Telefónica del Seguro Nacional de Salud la Ciudad de Sagamihara

☎ 042-707-8111

Sistema médico para personas mayores de carácter especial

Es un seguro médico al que se pueden afiliar las personas mayores de 75 años.

○ Requisitos para afiliarse a este tipo de seguro

- Tener 75 años o edad superior y estar registrado en el libro de registro de residentes.
- Tener 65 años o edad superior y menos de 75 años y que el Koiki Rengo (Afiliación Inter-jurisdiccional) le haya reconocido una determinada discapacidad.

El día que cumple 75 años de edad o el día en el que se le reconoce la discapacidad la persona se convierte en persona afiliada a este seguro.

* Importe de la prima del seguro:

La prima del seguro se calcula en función de los ingresos totales del hogar, entre otros factores. Una vez determinado el monto de su prima de seguro, se le enviará la Notificación del Monto de la Prima (Aviso de Pago de la Prima).

■ Contacto

Centro de Llamadas del Seguro Médico para Personas Mayores de la Ciudad de Sagamihara ☎ 042-707-8787

ねんきんせいど (2) 年金制度

がいこくじん にほんこくない じゅうしょ ゆう こくみんねんきん だい ごう ひ ほけんしゃ かにゆう かいしゃ
外国人においても、日本国内に住 所を有する人は、「国民年金（第1号被保険者）」に加入しなければなりません。会社など
はたら こうせいねんきん だい ごう ひ ほけんしゃ かにゆう かいしゃ はたら ふよう
で働いている人は「厚生年金（第2号被保険者）」に加入しなければなりません。また、会社などで働いている人に扶養されて
はいぐうしゃ こくみんねんきん だい ごう ひ ほけんしゃ
いる配偶者は、「国民年金（第3号被保険者）」に加入します。

こくみんねんきん だい ごう ひ ほけんしゃ 国民年金（第1号被保険者）

① 加入要件

- にほんこくない じゅうみんとうろく
・ 日本国内に住 民登録があること。
- さいいじょう さいみまん
・ 20歳以上60歳未満であること。
- こうせいねんきん かにゆう こうてきねんきんかにゆうしゃ ふよう
・ 厚生年金などに加入していない、または公的年金加入者に扶養されていないこと。

② 加入手続

こくほねんきんか みどりくやくしよくみんか みなみくやくしよくみんか かく はしもと ちゅうおう ちく おおのみなみ のぞ かく
国保年金課、緑 区役所区民課、南区役所区民課、各まちづくりセンター（橋本・中央6地区・大野南を除く）、各
しゅつじょうじょ おこな ざいりゅう とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ も
出張所で行います（在留カード・特別永住者証明書、パスポートをお持ちください）。

③ 保険料

- かにゆうてつづきご にほんねんきんきこう ゆうそう こくみんねんきんほけんりょうのうふしょ きんゆうきかん
・ 加入手続後、日本年金機構から郵送される「国民年金保険料納付書」により、金融機関、コンビニエンスストアなど
おさ
で納めます。
- ほけんりょう しょとくがく ねんれい かんけい いちりつ
・ 保険料は、所得額や年齢に関係なく一律です。
- めんじょ のうふゆうよせいど がくせいのうふとくれいせいど
・ 免除・納付猶予制度や学生納付特例制度があります。

④ 給付の種類

ねんきん きゅうふ 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 かふねんきん しぼういちじきん
年金の給付は、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金、寡婦年金、死亡一時金があります。

⑤ 受給

いつてい ようけん み じゅきゅう
一定の要件を満たしていれば受給することができます。

■ 問い合わせ先

- さがみはらしやくしよくこくほねんきんか
・ 相模原市役所国保年金課 TEL 042-769-8228
- にほんねんきんきこうさがみはらねんきんじむしょ
・ 日本年金機構相模原年金事務所
みなみくさがみおの (南区相模大野6-6-6) TEL 042-745-8101

こうせいねんきん だい ごう ひ ほけんしゃ 厚生年金（第2号被保険者）

てきようじぎょうしょ じょうようてき こうよう ばあい こうせいねんきんほけん てきよう こうせいねんきん だい ごう ひ ほけんしゃ かにゆう
適用事業所に常用的に雇用されている場合は、厚生年金保険が適用され、「厚生年金（第2号被保険者）」に加入する
こととなります。

■ 問い合わせ先

- にほんねんきんきこうさがみはらねんきんじむしょ
日本年金機構相模原年金事務所
みなみくさがみおの (南区相模大野6-6-6) TEL 042-745-8101

だつたいいちじきん せいきゅうてつづき 《脱退一時金の請求手続について》

ほけんりょう げつじょうおさ しゅつこく ばあい しゅつこく ご ねんいだい せいきゅう ほけんりょうのうふずみきかん おう だつたいいちじきん
保険料を6か月以上納めて出国した場合、出国後2年以内の請求であれば、保険料納付済期間に応じて脱退一時金
うと
を受け取ることができます。

くに しゃかいほしょうきょうてい むす ばあい くわ にほんねんきんきこう と あ
※国によって社会保障協定を結んでいる場合があるので、詳しくは日本年金機構ねんきんダイヤルにお問い合わせください。

■ 請求先

- にほんねんきんきこう ほんぶ どうきょうとすぎなみくたかいどにし
日本年金機構 本部（〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24）

■ 問い合わせ先

- ねんきんダイヤル
こくない
（国内から）TEL 0570-05-1165
こくがい
（国外から）TEL +81-3-6700-1165

(2) Sistema de pensión

Los extranjeros que tienen un domicilio en Japón, deben suscribirse a la «pensión nacional (Categoría 1)». Las personas que trabajan en empresas o instituciones deben afiliarse al «Seguro de Pensión de Bienestar Público (Kosei Nenkin) (Categoría 2)». Además, los cónyuges dependientes de una persona que trabaja en una empresa deben inscribirse en la «Pensión Nacional (Categoría 3)».

Pensión nacional (Asegurado de categoría 1)

(1) Requisitos para la suscripción

- Estar registrado como residente en Japón
- Tener 20 años o más y menos de 60 años
- No estar afiliado al Seguro de Bienestar Público ni ser dependiente de una persona afiliada al sistema de pensiones público.

(2) Procedimiento para la suscripción

La suscripción se realiza en la Sección del seguro nacional de salud y la pensión nacional, Sección civil de la municipalidad distrital de Midori, sección civil de la municipalidad distrital de Minami, centros de desarrollo urbano (excepto Hashimoto, los 6 distritos centrales y Ono Minami) y en las sucursales. (Para este procedimiento, debe llevar consigo la tarjeta de residente o el certificado de residente permanente especial y pasaporte).

(3) Primas de seguro

- Después del trámite para la suscripción, la Agencia de Seguro Social le remite la “nota de pago de las primas del Seguro Nacional de Salud” con la cual deberá pagar la prima a través del banco, tiendas de conveniencia, etc.
- La prima de seguro es fija, sin depender del ingreso o la edad.
- Existen sistemas de exención, de prórroga de pago y un sistema especial de prórroga para estudiantes.

(4) Tipos de beneficios de la pensión

Entre los beneficios de la pensión se pueden enumerar la pensión básica de ancianidad, la pensión básica de incapacidad, la pensión básica de familia sobreviviente, pensión de viudez y pago único por fallecimiento.

(5) Cobro de la pensión

Se puede recibir la pensión cuando se cumplan los requisitos establecidos.

■ Contacto

- Sección del Seguro Nacional de Salud y la Pensión Nacional de la Municipalidad de Sagamihara ☎ 042-769-8228
- Oficina de Pensión de Sagamihara del Servicio de Pensiones de Japón
(Sagamiono 6-6-6, Minami-ku) ☎ 042-745-8101

Pensión de Bienestar Público (Asegurado de categoría 2)

En caso de las personas quienes trabajan regularmente en una compañía, se aplica la pensión de bienestar público y deben suscribirse a la «Pensión de bienestar público (categoría 2)».

■ Contacto

Oficina de Pensión de Sagamihara del Servicio de Pensiones de Japón
(Sagamiono 6-6-6, Minami-ku) ☎ 042-745-8101

«Procedimiento para solicitar el pago único de retiro»

Las personas quienes hayan pagado las primas de seguro durante más de 6 meses tienen derecho a recibir el pago único de retiro, si es solicitado dentro de 2 años a partir de la salida del Japón. La suma que ellas recibirán depende del periodo de pago de las primas de seguro.

* Dado que hay casos en el que se tiene un convenio de seguridad social dependiendo del país, contáctese a la Servicio de Pensiones de Japón (Nenkin Dial) para más detalles.

■ Entidad de recepción:

Sede Central del Servicio de Pensiones de Japón(〒168-8505 Takaido-nishi 3-5-24, Suginami-ku, Tokio)

■ Contacto

Nenkin Dial
(Llamada nacional) ☎ 0570-05-1165
(Llamada internacional) ☎ +81-3-6700-1165

(3) 介護保険

介護保険は、寝たきりや認知症などにより介護や支援が必要となった人に、在宅や施設などで各種の介護サービス及び介護予防サービスを提供するための制度です。介護保険は、国籍を問わず、日本に住居のある40歳以上の人が加入して被保険者となり、保険料を納めなければなりません。

介護が必要となったときには、かかった費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）の自己負担でサービスを利用することができます。

保険料

- 40歳から64歳までの人（医療保険加入者）
保険料は、健康保険の保険料（税）とあわせて納めていただきます。
- 65歳以上の人
所得等に応じた段階別の保険料を支払います。

介護サービスを利用できる人

- 40歳から64歳までの人
指定されている16種類の病気が原因で支援や介護が必要となった人
- 65歳以上の人
日常生活動作などについて、支援や介護が必要の人

※介護保険のサービスを利用する場合には、あらかじめ、要介護又は要支援の認定を受ける必要があります。

介護保険で利用できるサービス

要介護認定を受けた人は、要介護状態の区分に応じたサービスが利用できます。詳しい内容についてはお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

市役所介護保険課

- 保険料に関すること 保険料班 TEL 042-769-8321
- 要介護認定に関すること 認定班 TEL 042-769-8342
- 給付に関すること 総務・給付班 TEL 042-707-7058

(4) 税金

市民税・県民税

外国籍の人でも、1月1日現在、市内に住居がある人は、前年中（1月から12月まで）の所得に対して市民税および県民税が課税されます。留学生や技能実習生は、免税になる場合があります（詳細はお問い合わせください）。

■ 問い合わせ先

市役所市民税課 課税班 TEL 042-769-8221

なお、税務署へ確定申告が必要な人は以下へお問い合わせください。

相模原税務署

（中央区富士見6-4-14） TEL 042-756-8211（代表）

固定資産税

毎年1月1日に、市内に土地、家屋、償却資産を持っている人に課税されます。5月1日から納税通知書が郵便で送られます。

都市計画税

道路や公園などを作るための税金です。毎年1月1日、市内の市街化区域に土地、家屋を持っている人に課税されます。5月1日から納税通知書が送られる固定資産税とあわせて払います。

■ 問い合わせ先

市役所資産税課 TEL 042-769-8223

(3) Seguro de cuidados de enfermería

El seguro para el cuidado en el hogar es un servicio destinado a las personas que necesitan del cuidado y asistencia en el hogar por estar en cama o sufrir de demencia. Es un sistema desarrollado para aportar diversos servicios de cuidado tanto en el hogar como en las instituciones, además de los servicios de prevención de la dependencia del cuidado. Independientemente de la nacionalidad, todas las personas mayores o iguales a 40 años que tengan un domicilio en Japón se inscribirán al seguro para el cuidado en el hogar, siendo así asegurados y deberán pagar la prima de seguro.

Cuando requieran de cuidado en el hogar, podrán utilizar el servicio con un cargo propio de 10% del costo necesario (las personas con ingreso mayor a cierto nivel, el 20% o el 30%)

Primas de seguro

- (1) Personas de 40 a 64 años de edad (personas afiliadas al seguro médico)

Las primas se deberán pagar junto con la prima de seguro (impuesto) del seguro de salud.

- (2) Personas mayores a 65 años

Las primas de seguro a pagarse periódicamente se dividen en etapas distintas con base a los ingresos.

Personas con derecho al utilizar los servicios para el cuidado en el hogar

- (1) Personas a partir de 40 a 64 años de edad

Personas que necesitan apoyo o cuidados debido a una de las 16 enfermedades específicas designadas.

- (2) Personas mayores a 65 años

Personas quienes necesitan asistencia y cuidado en su vida cotidiana.

*** En caso de utilizar el servicio de seguro para el cuidado en el hogar, es necesario recibir una certificación de necesidad de cuidado o necesidad de apoyo, de antemano.**

Servicios ofrecidos por el seguro para cuidado en el hogar

Las personas que han recibido la certificación de necesidad de cuidado en el hogar, podrán utilizar los servicios conforme a la clasificación de su estado. Para mayor información, comuníquese con nosotros.

■ Contacto

Sección de Seguro para el Cuidado en el Hogar de la Municipalidad

- En relación con la prima de seguro: Equipo de Primas del Seguro ☎ 042-769-8321
- En relación con la aprobación de la necesidad del cuidado: Equipo de Aprobación ☎ 042-769-8342
- En relación con el pago: Equipo de Asuntos Generales y Pagos ☎ 042-707-7058

(4) Impuestos

Impuesto municipal, Impuesto prefectural

Incluso las personas con nacionalidad extranjera, que al 1 de enero tienen un domicilio dentro de la ciudad, serán gravadas el impuesto municipal e impuesto prefectural, por los ingresos durante el año anterior (de enero a diciembre). Los estudiantes así como los pasantes técnicos extranjeros pueden quedar exentos de los impuestos (Para los detalles, favor de contactarse.)

■ Contacto

Equipo de Determinación de Impuestos, Sección de Impuestos de la Municipalidad ☎ 042-769-8221

Las personas que requieren presentar la declaración final a la Oficina de Impuestos, deben solicitar informe a:

Oficina de Impuestos de Sagami-hara

(Fujimi 6-4-14, Chuo-ku) ☎ 042-756-8211 (Principal)

Impuesto sobre bienes inmuebles

A todos quienes poseen propiedades tales como terrenos, viviendas y activos amortizables al primero de enero de cada año, se les imponen el impuesto sobre bienes inmuebles. La notificación del pago se envía por correo postal a partir del 1 de mayo.

Impuesto de planificación urbana

Es un impuesto que se destina a la construcción de carreteras, parques, entre otros. Se impone a todas aquellas personas que poseen algún terreno o vivienda en la zona urbana al primero de enero. La notificación de pago de este impuesto se envía también a partir del 1 de mayo, y se paga de forma conjunta con el impuesto sobre bienes inmuebles.

■ Contacto

Sección de Impuestos de Propiedad ☎ 042-769-8223

けいじどうしゃぜい しゅべつわり

軽自動車税 (種別割)

まいとし がついついたちげんざい げんどうきつきじてんしゃ けいじどうしゃ こがたとくしゅじどうしゃ にりん こがたじどうしゃ しょゆう ひと かせい
毎年4月1日現在、原動機付自転車、軽自動車、小型特殊自動車、二輪の小型自動車などを所有している人に課税されます。5
がつじょうじゅん のうぜいつうちしよ はっそう
月上旬に納税通知書を発送します。

けいじどうしゃ とうろく はいしやてつづ いちらん
軽自動車などの登録・廃車手続き一覧

しゃしゅ 車種	しんこくばしよ 申告場所
げんどうきつきじてんしゃ い か 原動機付自転車 (125cc以下) こがたとくしゅじどうしゃ 小型特殊自動車	しやくしよしみんぜいか 市役所市民税課 TEL 042-769-8297
	みどりしぜいむしよ 緑市税事務所 TEL 042-775-8806 みどりにしはしもと みどりがうどうちようしゃ かい (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎5階)
	みなみしぜいむしよ 南市税事務所 TEL 042-749-2161 みなみくさがみおの みなみくごうどうちようしゃ かい (南区相模大野5-31-1 南区合同庁舎3階)
	しろやま 城山まちづくりセンター TEL 042-783-8103 みどりくくぼさわ しろやまそうごうじむしよない (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)
	つくい 津久井まちづくりセンター TEL 042-780-1400 みどりくなかの つくいそうごうじむしよない (緑区中野633 津久井総合事務所内)
けいじどうしゃ さんりん よんりん 軽自動車 (三輪・四輪)	さがみこ 相模湖まちづくりセンター TEL 042-684-3214 みどりくよせ さがみこそうごうじむしよない (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)
	ふじの 藤野まちづくりセンター TEL 042-687-5514 みどりくおぶち ふじのそうごうじむしよない (緑区小淵2000 藤野総合事務所内)
	けいじどうしゃけんさきょうかいかながわじむしよさがみしよ 軽自動車検査協会神奈川事務所相模支所 TEL 050-3816-3120 あいこうぐんあいかわまちなかつあざさくらだい (愛甲郡愛川町中津字桜台4071-5)
にりん けいじどうしゃ ちよう い か 二輪の軽自動車 (125cc超、250cc以下) にりん こがたじどうしゃ ちよう 二輪の小型自動車 (250cc超)	さがみじどうしゃけんさとうろくじむしよ 相模自動車検査登録事務所 TEL 050-5540-2037 あいこうぐんあいかわまちなかつあざさくらだい (愛甲郡愛川町中津字桜台7181)

しゅとく てんにゆう ばあい にちいない はいしや ばいきやく てんしゅつ ばあい にちいない しんこく
＊取得・転入などの場合は15日以内に、廃車・売却・転出などがあった場合は30日以内に申告してください。

ぜいきん かくしゅしやうめいしよ

税金の各種証明書

しみんぜい こていしさんぜい しやうめいしよ はっこう おも しやうめいしよ つぎ
市民税、固定資産税などについての証明書を発行します。主な証明書は次のとおりです。

しやうめい しゅるい 証明の種類	ぜいもく 税目	ないよう 内容	おも ようと 主な用途
のうぜいしやうめいしよ 納税証明書	しみんぜい けんみんぜい 市民税・県民税	のうずみがく みのうがく 納付済額・未納額など	きかしんせい さしやう ・帰化申請 ・査証(ビザ)申請
	こていしさんぜい としけいかくぜい 固定資産税・都市計画税	のうずみがく みのうがく 納付済額・未納額など	みぶんほしやうにん しきんかりいれ ・身分保証人 ・資金借入
	けいじどうしゃぜい しゅべつわり しやけんよう 軽自動車税(種別割)(車検用)※	みのう 未納がないこと	しゃけん けいぞくけんさ ・車検(継続検査)
かせいしやうめいしよ 課税証明書 ひかせいしやうめいしよ (非課税証明書) しよとくしやうめいしよ (所得証明書)	しみんぜい けんみんぜい 市民税・県民税	しゅうにゆう しよとく ぜいがく 収入・所得・税額 など	しきんかりいれ ・資金借入 さしやう しんせい ・査証(ビザ)申請 ふよう かくにん ・扶養の確認 こうひ ふじよ ・公費の扶助

しやくしよしみんぜいか みどりしぜいむしよ みなみしぜいむしよ かく とう はっこう ほんにんかくにん ざいりゅう
市役所市民税課、緑市税事務所、南市税事務所、各まちづくりセンター等で発行します。本人確認のできる在留カード・
とくべつえいじゅうしゃしやうめいしよ も ほんにん さがみはらしない どういつせたい しんぞく しんせい
特別永住者証明書などをお持ちのうえ、本人または相模原市内で同一世帯の親族が申請してください。それ以外の代理の人
が申請するときは、本人からの委任状が必要です。発行手数料は1件300円(※は無料)です。

また、マイナンバーカードを利用して、一部の税証明書をコンビニで取得することができます。

■ と あ さき
問い合わせ先

しやくしよしみんぜいかしよぜいしやうめいほん
市役所市民税課諸税証明書 TEL 042-769-8297

みどりしぜいむしよ
緑市税事務所
みどりにしはしもと みどりがうどうちようしゃ かい
(緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎5階) TEL 042-775-8806

みなみしぜいむしよ
南市税事務所
みなみくさがみおの みなみくごうどうちようしゃ かい
(南区相模大野5-31-1 南区合同庁舎3階) TEL 042-749-2161

Impuesto de vehículos livianos (clasificación según tipo de vehículo)

Se les aplica el impuesto de vehículos livianos a todos quienes poseen al primero de abril de cada año; una ciclomotor, vehículo liviano, vehículo pequeño especial, vehículo pequeño de dos ruedas, etc. La notificación de pago se le envía a principios de mayo.

Listado de procedimientos para registro y dadas de baja de vehículos livianos y otros vehículos

Tipos	Lugar de declaración	
Ciclomotor (inferior a 125 cc) Vehículo pequeño especial	Sección de Impuestos de la Municipalidad	☎ 042-769-8297
	Oficina de Impuestos de Midori (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku, piso 5)	☎ 042-775-8806
	Oficina de Impuestos de Minami (Sagamiono 5-31-1, Minami-ku, Edificio Gubernamental Colectivo de Minami-ku, piso 3)	☎ 042-749-2161
	Centro de Desarrollo Urbano de Shiroyama (Kubosawa 1-3-1, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Shiroyama)	☎ 042-783-8103
	Centro de Desarrollo Urbano de Tsukui (Nakano 633, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Tsukui)	☎ 042-780-1400
	Centro de Desarrollo Urbano de Sagamiko (Yose 896, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Sagamiko)	☎ 042-684-3214
	Centro de Desarrollo Urbano de Fujino (Obuchi 2000, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Fujino)	☎ 042-687-5514
Vehículo liviano (de 3 ruedas y 4 ruedas)	Sucursal de Sagami, Oficina de Kanagawa de la Asociación de Inspección de Vehículos Livianos (Aza Sakuradai 4071-5, Nakatsu, Aikawa-machi, Aiko-gun)	☎ 050-3816-3120
Motocicletas ligeras (más de 125 cc y hasta 250 cc) Motocicletas de pequeña cilindrada (más de 250 cc)	Sucursal de Sagami, Oficina de Inspección y Matrícula de Vehículos de Sagami (Aza Sakuradai 7181, Nakatsu, Aikawa-machi, Aiko-gun)	☎ 050-5540-2037

* Presente la declaración dentro de 15 días a partir de la adquisición y mudanza a la ciudad, y dentro de 30 días en caso de la eliminación, venta o mudanza fuera de la ciudad.

Cada tipo de certificados de impuesto

Se expiden certificados sobre el impuesto municipal, impuesto sobre bienes inmuebles, etc. Los certificados principales son los siguientes.

Clases de certificado	Ítems de impuesto	Descripción	Aplicaciones principales
Certificado de pago de impuesto	Impuesto municipal, Impuesto prefectural	Valor pagado, Valor pendiente, etc.	• Solicitud de naturalización• Solicitud de visado
	Impuesto sobre bienes inmuebles, Impuesto de planificación urbana	Valor pagado, Valor pendiente, etc.	• Garante de identidad• Préstamo de fondos
	Impuesto de vehículo liviano (clasificación según tipo de vehículo) (para la inspección de vehículo) *	No tener impagos	• Inspección de vehículo (Inspección sucesiva)
Certificado de contribución de impuestos (Certificado de exención de impuestos) (Certificado de ingresos)	Impuesto municipal, Impuesto prefectural	Ingresos, monto de impuesto, etc.	• Préstamo de fondos • Solicitud de visado • Comprobación de mantenimiento • Beneficio de fondos públicos

Se emiten en la Sección de Impuestos de la Municipalidad, en las Oficinas de Impuestos de Midori y Minami, y en los Centros de Desarrollo Urbano, entre otros. Para obtener cualquiera de los citados certificados, debe presentarse el interesado o un familiar que habita en la misma casa dentro de la ciudad de Sagami, portando la tarjeta de residente, o el certificado de residente permanente especial para poder comprobar su identidad. En caso de ser un representante excepto los anteriores, se requiere la carta poder del interesado. Se cobra 300 yenes por cada copia del certificado (Lo que está marcado con «*» es gratuito).

Además, se puede obtener algunos certificados de impuestos en las tiendas de conveniencias, utilizando la tarjeta de número personal.

■ Contacto

Grupo de Certificaciones Tributarias, Sección de Impuestos de la Municipalidad ☎ 042-769-8297

Oficina de Impuestos de Midori

(Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku, piso 5) ☎ 042-775-8806

Oficina de Impuestos de Minami

(Sagamiono 5-31-1, Minami-ku, Edificio Gubernamental Colectivo de Minami-ku, piso 3) ☎ 042-749-2161

しぜい のうふほうほう

市税の納付方法

市税は、市役所から送付された納付書により、定められた期限までに納めていただく必要があります。納付書でのお支払い方法としては、裏面に記載された金融機関・郵便局での窓口納付、コンビニエンスストアでの納付、クレジットカードでの納付、スマートフォン決済用ＡＰＰによる納付などがあります。納付書でのお支払いとは別に、指定する預貯金口座から、自動的に振り替えて納税する口座振替制度もあります。手続きの方法は、市内の金融機関・郵便局、市役所の窓口などにある口座振替依頼書に必要事項を記入のうえ、直接金融機関・郵便局又は市役所納税課へお申し込みください。

■ 問い合わせ先

しやくしよのうぜいかしゆうのうかんりだい はん
市役所納税課 収 納 管理 第 1 ・ 2 班

Tel 042-769-8225

くに はら ぜいきん

国に払う税金

しょうとくぜい

所得税

1月1日から12月31日までの1年間にもらった所得（給料など）にかかる税金です。会社に勤めている人と自分で商売をしている人では、税金の払い方が違います。

■ 県税・国税の問い合わせ先

さがみはらけんぜいじむしょ
・相模原県税事務所

みなみくさがみおの けんこうそうごうどうちようしゃない
(南区相模大野6-3-1 県高相合同庁舎内)

Tel 042-745-1111

さがみはらぜいむしょ
・相模原税務署

ちゅうおうくふじみ
(中央区富士見6-4-14)

Tel 042-756-8211

Forma de pago del impuesto municipal

Debe efectuar el pago del impuesto municipal hasta el plazo establecido en la nota de pago enviada por la municipalidad. Mediante la nota de pago puede efectuar el pago en la ventanilla del banco o de las oficinas de correos, mencionados en la parte posterior de la hoja, o en las tiendas de conveniencia, también puede efectuar el pago mediante tarjetas de crédito, o mediante una aplicación para el pago de impuestos para teléfonos móviles inteligentes. Aparte de la nota de pago, si lo desea, puede utilizar el sistema de domiciliación bancaria por el que se le cobrará automáticamente de su cuenta bancaria de ahorros establecida. Los procedimientos para el pago por transferencia bancaria se realizan llenando los detalles necesarios en el formulario de solicitud de transferencia disponible en los bancos, las oficinas de correos, o la ventanilla de la municipalidad, y presentando el mismo en el banco, oficina de correos o en la Sección de Impuestos de la Municipalidad.

■ Contacto

Equipo 1 y 2 de la Administración de recaudación de la Sección de Impuestos de la Municipalidad ☎ 042-769-8225

Impuestos estatales

Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas

Este impuesto se paga conforme a los ingresos (sueldo, entre otros) que haya obtenido en el periodo de un año desde el 1 de enero hasta el 31 de diciembre. La forma de pago de este impuesto difiere para las personas que trabajan en empresas y las personas que trabajan por cuenta propia.

■ Contactos para el impuesto prefectural, impuesto nacional

- Oficina de Impuestos Prefecturales de Sagamihara

(Sagamiono 6-3-1, Minami-ku, Interior del Edificio Gubernamental Colectivo Ken Koso)

☎ 042-745-1111

- Oficina de Impuestos de Sagamihara

(Fujimi 6-4-14, Chuo-ku)

☎ 042-756-8211

7・保健・医療・福祉

(1) 保健

健康診査・がん検診

市内の協力医療機関や公共施設などで検診を受けることができます。事前に申込みが必要です。詳しいことは「広報さがみはら」でお知らせします。

種類：(特定)健康診査、がん検診、肝炎ウイルス検査、お口の健康診査、口腔がん検診

高齢者の定期接種

さがみはら市に住民登録があり、一定の要件を満たした人は協力医療機関で定期接種を受けることができ、予防接種費用の一部を市が負担します。

- 種類
- ① 帯状疱疹予防接種（65歳の人など）
 - ② 肺炎球菌予防接種（接種日時点で65歳の人など）
 - ③ 新型コロナウイルスワクチン（接種日時点で65歳以上の人など）
詳しいことが決まったら「広報さがみはら」でお知らせします。
 - ④ インフルエンザ予防接種（接種日時点で65歳以上の人など）
詳しいことが決まったら「広報さがみはら」でお知らせします。

(2) 医療

日本の医療機関には入院などの設備が整った病院と、普段から身近なお付き合いをする診療所があります。病気のときにあわてないように、日頃から近くの病院や診療所を確認しておきましょう。また病院や診療所によっては、診療前に予約が必要な場合がありますので注意しましょう。受診の際には保険証や各種医療証などを忘れずにお持ちください。保険証などの提示がないと自由診療扱いとなり、高額な費用がかかりますのでご注意ください。

休日や夜間にケガや病気のとき

休日や夜間にケガや病気になり、診療ができる病院や診療所が分からない場合は、相模原救急医療情報センター（TEL 042-756-9000）または、かながわ救急相談センター（TEL #7119）へ連絡してください。診療ができる病院や診療所を案内します。

電話受付時間

	さがみはら救急医療情報センター	かながわ救急相談センター
平日	午後5時～翌朝午前9時	午前9時～午後5時
土曜日	午後1時～翌朝午前9時	午前9時～午後1時
休日（日曜日・祝日・年末年始）	午前9時～翌朝午前9時	

※固定電話からは、045-232-7119 または 045-523-7119 へ連絡してください。

意識が無い、突然の頭痛や腹痛、出血が止まらないなど、緊急性がある場合は119番通報で救急車を呼んでください。

7. Salud, atención médica y bienestar social

(1) Salud

Examen médico / Examen oncológico

Puede recibir exámenes médicos en instituciones médicas colaboradoras, instalaciones públicas, entre otros lugares, en el interior del municipio. Para este examen médico, se requiere solicitar con anticipación. Se puede obtener más información sobre los contenidos en el “Boletín de Sagamihara”.

Tipo de exámenes Chequeo médico (específico), detección de cáncer, virus de la hepatitis, salud bucal y cáncer oral

Vacunación periódica para personas mayores

Las personas registradas como residentes en la ciudad de Sagamihara que cumplan con ciertos requisitos pueden recibir la vacunación periódica en las instituciones médicas colaboradoras, y la ciudad cubrirá una parte del costo de dicha vacunación.

Tipo: 1) Vacunación contra el herpes zóster (dirigida a personas de 65 años, entre otras)

- 2) Vacunación contra el neumococo (dirigida a personas de 65 años a la fecha de la vacunación, entre otras)
- 3) Vacunación contra el COVID-19 (dirigida a personas de 65 años o más a la fecha de la vacunación, entre otras).
Se informarán los detalles a través del boletín municipal «Koho Sagamihara» una vez que hayan sido definidos.
- 4) Vacunación contra la influenza (dirigida a personas de 65 años o más a la fecha de la vacunación, entre otras).
Se informarán los detalles a través del boletín municipal «Koho Sagamihara» una vez que hayan sido definidos.

(2) Atención médica

Las instituciones médicas del Japón, se encuentran los hospitales que cuentan las instalaciones para su internamiento y las clínicas a las que se acuden normalmente. Para no tener apuros en caso de una enfermedad, se recomienda tener en cuenta la ubicación de los hospitales y clínicas cercanos. Debe tenerse también en cuenta que según los hospitales y clínicas se requieren hacer reservaciones previas. No se olvide de llevar la tarjeta del seguro, así como los certificados de subsidio médico. Tener cuidado ya que de no presentar el certificado de seguro, será considerado como consulta libre y llegará a ser muy alto el costo del tratamiento médico.

En caso de lesión o enfermedad repentina en un día festivo o por la noche

Al tener una lesión o al enfermarse repentinamente en un día festivo o en la noche, y en el caso de no saber en qué hospitales o clínicas puede recibir atención, comuníquese con el Centro de Información Servicio Médico de Emergencia de Sagamihara (☎. 042 -756-9000) o Centro de Consultas de Emergencias de Kanagawa (☎ #7119). Le informarán un hospital o una clínica en dónde puede ser atendido.

Horario de atención por teléfono

	Centro de Información Médica de Emergencias de Sagamihara	Centro de Consultas de Emergencias de Kanagawa
Días corrientes:	17:00 a 9:00 hrs. del día siguiente	9:00 a 17:00
Sábados:	13:00 a 9:00 hrs. del día siguiente	9:00 a 13:00
Días festivos (Domingos, días festivos, fin de año y primeros días del Año Nuevo):	9:00 a 9:00 hrs del día siguiente	

Desde teléfonos fijos, comuníquese al 045-232-7119 o al 045-523-7119.

En casos de emergencias como inconsciencia, dolores repentinos en la cabeza o en el estómago, o hemorragia incontrolable, marque el número 119 para llamar la ambulancia.

ねんまつねんし きゅう は いた
ゴールデンウィーク・年末年始に 急に歯が痛くなったとき

ねんまつねんし さがみはらこうくうほけん きゅうかん し か しんりようじょ かいせつ じゆしん まえ でんわれんらく
ゴールデンウィークと年末年始に、相模原口腔保健センターで急患歯科診療所を開設しています。受診する前に電話連絡を
してください。

さがみはらこうくうほけん
相模原口腔保健センター

ちゅうおうくふじみ かん かい
(中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはらB館2階) Tel 042-756-1501

かいせつび がつみつか がつむいか ねんまつねんし がつにじゅうくにち がつよっか
開設日...ゴールデンウィーク (5月3日～5月6日)、年末年始 (12月29日～1月4日)

うけつけじかん ごぜん じ ふん ごぜん じ ぶん ご ご じ ふん ご ご じ ぶん
受付時間...午前8時45分～午前11時30分、午後1時15分～午後4時30分

■ と あ さき
問い合わせ先

しやくしよいりようせいさくか
市役所医療政策課 Tel 042-769-9230

やかん きゅうじつ しんや せいしんしやうじよう あつか
夜間、休日、深夜に精神症状が悪化したとき

せいしんしかん きゅうげき はっしやう しやうじよう あつか せいしんかきゅうきゅういりようじようほうまどぐち れんらく
精神疾患の急激な発症や症状が悪化したときには、精神科救急医療情報窓口 (Tel 045-261-7070) へ連絡してく
ださい。急いで受診する必要がある人に精神科医療機関を紹介します。(必ず紹介することをお約束するものではありません。)

へいじつ ご ご じ よくあさ じ ぶん
平日 午後5時～翌朝8時30分

きゅうじつ とうび にちようび しゆくじつ ねんまつねんし ごぜん じ ぶん よくあさ じ ぶん
休日 (土曜日・日曜日・祝日・年末年始) 午前8時30分～翌朝8時30分

よくじつ へいじつ うけつけ よくあさ じ
※翌日が平日のとき、受付は翌朝8時までとなります。

■ と あ さき
問い合わせ先

しやくしよせいしんほけんふくしか きゅうきゅういりようはん
市役所精神保健福祉課 救急医療班 Tel 042-769-9813

ふくし
(3) 福祉

しょうがいふくし
◎ 障害福祉

しょうがい ひと じょうきよう おう つぎ じよせい おこな
障害のある人には、状況に応じて次のような助成などを行っています。

しんたいしょうがいしやてちやう
身体障害者手帳

じ こ びやうき しんたい しょうがい ひと えんご う しんたいしょうがいしやてちやう こうふ
事故や病気などで身体に障害のある人には、いろいろな援護が受けられる身体障害者手帳を交付します。

りやういくてちやう
療育手帳

ちてきしょうがい ひと えんご う りやういくてちやう こうふ
知的障害のある人には、いろいろな援護が受けられる療育手帳を交付します。

せいしんしょうがいしやほけんふくしてちやう
精神障害者保健福祉手帳

いってい せいしんしょうがい じやうたい ひと えんご う せいしんしょうがいしやほけんふくしてちやう こうふ
一定の精神障害の状態にある人には、いろいろな援護が受けられる精神障害者保健福祉手帳を交付します。

しょうがいふくし とう
障害福祉サービス等

きたく しよくじなど かいじよ しゆ しえん しょうがいしやしえんしせつなど せいかつくんれん しゅうろう む くんれん しゆくはくくんれん りやういくなど
居宅にて食事等の介助を主とした支援、障害者支援施設等にて生活訓練や就労に向けた訓練、宿泊訓練、療育等
の支援を行います。

につちゅうたんきにゅうしよじぎよう
日中短期入所事業

しょうがい ひと にちじやうてき かいご かぞく びやういん い やす しょうがい ひと につちゅう ひるま
障害のある人を日常的に介護している家族などが、病院へ行ったり、休んだりするために、障害のある人を日中 (昼間)
一時的に預かって、見守りや日常的な訓練を行います。

En caso de que sufra dolor dental repentino durante la Golden Week, fin de año o los primeros días del Año Nuevo

Durante la Golden Week, fin de año y los primeros días del Año Nuevo permanece abierta una consulta dental de emergencia en el Centro de Salud Bucal de Sagamihara. Contacte por teléfono antes de acudir a la consulta médica.

Centro de Salud Bucal de Sagamihara

(Fujimi 6-1-1, Chuo-ku, Wellness Sagamihara-B, piso 2) ☎ 042-756-1501

Fechas de apertura...Golden Week (3 a 6 de mayo), Fin de año y año nuevo (29 de diciembre al 4 de enero)

El horario de atención: 8:45 a 11:30 hrs. y 13:15 a 16:30 hrs.

■ Contacto

Sección de Política Médica de la Municipalidad ☎ 042-769-9230

En caso de que empeoren los síntomas mentales en un día festivo o por la noche

Al presentarse o empeorar repentinamente el síntoma mental repentinamente en un día festivo o en la noche, comuníquese con la ventanilla de Información Servicio Médico de Emergencia de Psiquiatría (☎. 045-261-7070). A las personas que necesiten un tratamiento de manera urgente se les informará sobre los hospitales que pueden atenderlo. (Sin embargo, no podemos asegurarles que podamos informarles sobre hospitales para su tratamiento.)

Días corrientes: 17:00 a 8:30 hrs del día siguiente

Días de cierre (Sábados, domingos, días festivos y comienzos y fin de año): de 8:30 a.m. a 8:30 a.m. del día siguiente

* Si el día siguiente es un día hábil, la atención es hasta las 8:00 hrs. del siguiente día.

■ Contacto

Equipo de Asistencia Médica de Emergencia de la Sección de Bienestar de Salud Mental de la Municipalidad

☎ 042-769-9813

(3) Bienestar social

◎Servicio de bienestar para los discapacitados

Se aportan los siguientes beneficios a las personas discapacitadas, según la situación del paciente.

Libreta de discapacitado físico

A las personas con limitaciones físicas por accidente o enfermedad se les expide la libreta de discapacitado físico.

Libreta de educación conductiva

A las personas con limitaciones mentales se les expide la libreta de educación conductiva.

Libreta de bienestar de salud pública para personas con trastornos mentales

A las personas con trastornos mentales del grado determinado se les expide la libreta con la que pueden recibir diversas asistencias.

Servicio de bienestar para los discapacitados, etc.

Se provee asistencia para dar comida a las personas con cuidado domiciliario, capacitación sobre la vida diaria y para conseguir empleo en los centros de apoyo para los discapacitados, capacitación con alojamiento y apoyo para crianza de niños con discapacidades.

Cuidados temporales diurnos

Cuando el miembro de la familia que cuida normalmente de una persona con discapacidad, no puede cuidarlo por diferentes razones como por consulta médica o para descansar, podrán ser recibidos las personas con discapacidad, temporalmente (durante el día), en la cual, se les da el cuidado y se realizan entrenamientos de actividades cotidianas.

補装具の交付・修理

身体に障害のある人の日常生活や職業生活を容易にするために、体の機能を補う用具（義手、義足、視覚障害者安全杖、車いす、補聴器など）の交付や修理をします。

日常生活用具の給付

障害のある人の日常生活を容易にするために、用具の給付をします。

自立支援医療費の支給

障害のある人の障害の状態を軽くすることを目的とした医療（更生医療、精神通院医療）を指定医療機関で受ける場合、医療費の自己負担が原則１割になります。

特別障害者手当などの支給

重い障害のある人（重度障害者など）に支給する国、県の福祉手当の制度があります。支給には一定の要件があります。

福祉タクシー利用料の助成・自動車燃料費の助成

在宅の重度障害者、小児慢性特定疾病及び指定難病等に罹っている人に、タクシー券またはガソリン券のどちらかを交付します。交付には一定の要件があります。

■ 問い合わせ先

ちゅうおうこうれい　しょうがいしゃそудんか 中央高齢・障害者相談課 ちゅうおうくふじみ (中央区富士見6-1-1　ウェルネスさがみはら内)	①身体・知的福祉班 TEL 042-769-9266 ②精神保健福祉班 TEL 042-769-9806	①②共通 Fax 042-755-4888
みなみこうれい　しょうがいしゃそудんか 南高齢・障害者相談課 みなみくさがみおの　みなみほけんふくし (南区相模大野6-22-1　南保健福祉センター内)	①身体・知的福祉班 TEL 042-701-7722 ②精神保健福祉班 TEL 042-701-7715	①②共通 Fax 042-701-7705
みどりこうれい　しょうがいしゃそудんか 緑高齢・障害者相談課 みどりにしはもと　みどりがうどうちようしゃない (緑区西橋本5-3-21　緑区合同庁舎内)	①身体・知的福祉班 TEL 042-775-8810 ②精神保健福祉班 TEL 042-775-8811	①②共通 Fax 042-775-1750
しろやまふくしそудん 城山福祉相談センター みどりくぼさわ　しろやまそうごうじむしょない (緑区久保沢1-3-1　城山総合事務所内)	TEL 042-783-8136	Fax 042-783-1720
つくいこうれい　しょうがいしゃそудんか 津久井高齢・障害者相談課 みどりくなかの　つくいほけん (緑区中野 613-2　津久井保健センター内)	TEL 042-780-1412	Fax 042-784-1222
さがみこふくしそудん 相模湖福祉相談センター みどりくよせ　さがみこそうごうじむしょない (緑区与瀬896　相模湖総合事務所内)	TEL 042-684-3215	Fax 042-684-3618
ふじのふくしそудん 藤野福祉相談センター みどりくおぶち　ふじのそうごうじむしょない (緑区小淵2000　藤野総合事務所内)	TEL 042-687-5511	Fax 042-687-4347

Aportación / reparación de los equipos protectores

Para facilitar la vida cotidiana y laboral de las personas discapacitadas, se entregan y reparan los equipos protectores auxiliares (mano artificial, pierna artificial, bastón para invidentes, silla de ruedas, prótesis auditivas, etc.).

Aportación de implementos necesarios para la vida diaria

Se aportan implementos fabricados para facilitar la vida diaria de los discapacitados.

Asignación de gastos médicos para la asistencia a la autonomía personal

Con la finalidad de reducir el grado de desventajas de los discapacitados, se aportan subsidios para el tratamiento médico en las instituciones médicas designadas (medicina regenerativa, y medicina para pacientes externos con trastornos mentales), y como regla general, los pacientes necesitan pagar solamente el 10% de los gastos para el servicio médico.

Asignación de subsidios especiales para los discapacitados, etc.

Existen sistemas de subsidios de bienestar tanto a nivel nacional como de la prefectura para personas con discapacidades graves. Para obtener estos subsidios es necesario cumplir unas determinadas condiciones.

Subsidio de tarifas de los taxis / Subsidio de gastos de combustible

Es una asignación para taxis o para gastos de combustible de automóvil que se aporta a los discapacitados graves y a los niños que padezcan enfermedades crónicas específicas de infantes o determinadas enfermedades difíciles de curar, etc., que viven en casa. Para obtener estos subsidios es necesario cumplir con unas condiciones determinadas.

■ Contacto

Sección de consulta para las Personas Mayores y los Discapacitados de Chuo (Fujimi 6-1-1, Chuo-ku, Interior de Wellness Sagamihara)	1) Equipo de Bienestar para Discapacitados Físicos e Intellectuales ☎ 042-769-9266	(número común para 1) y 2)) Fax. 042-755-4888
	2) Equipo de Salud para Discapacitados Mentales ☎ 042-769-9806	
Sección de Consulta para las Personas Mayores y a los Discapacitados de Minami (Sagamiono 6-22 -1, Minami-ku, Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami)	1) Equipo de Bienestar para Discapacitados Físicos e Intellectuales ☎ 042-701-7722	(número común para 1) y 2)) Fax. 042-701-7705
	2) Equipo de Salud para Discapacitados Mentales ☎ 042-701-7715	
Sección de Consulta para las Personas Mayores y los Discapacitados de Midori (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku)	1) Equipo de Bienestar para Discapacitados Físicos e Intellectuales ☎ 042-775-8810	(número común para 1) y 2)) Fax. 042-775-1750
	2) Equipo de Salud para Discapacitados Mentales ☎ 042-775-8811	
Centro de Consultas de Bienestar Social de Shiroyama (Kubosawa 1-3-1, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Shiroyama)	☎ 042-783-8136	Fax. 042-783-1720
Sección de Consulta para las Personas Mayores y a los Discapacitados de Tsukui (Nakano 613-2, Midori-ku, Interior del Centro de Salud de Tsukui)	☎ 042-780-1412	Fax. 042-784-1222
Centro de Consultas de Bienestar Social de Sagamiko (Yose 896, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Sagamiko)	☎ 042-684-3215	Fax. 042-684-3618
Centro de Consultas de Bienestar Social de Fujino (Obuchi 2000, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Fujino)	☎ 042-687-5511	Fax. 042-687-4347

生活保護

失業などで世帯の収入が減ったり、病気や事故などで医療費がかかったりして生活に困ったときは、生活保護の申請をすることができます。申請後の調査により、保護基準に該当したときは、基準に応じた保護費を支給します。また、自立に向けた支援を行います。

■ 問い合わせ先

みどりせいかつしえんか 緑生活支援課 保護第1班・保護第2班 みどりくにしはもと (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	TEL 042-775-8809
みどりせいかつしえんか 緑生活支援課 保護第3班 みどりくなかの (緑区中野633 津久井総合事務所内)	TEL 042-780-1407
ちゅうおうせいかつしえんか 中央生活支援課 保護・相談班 ちゅうおうくふじみ (中央区富士見6-1-20 あじさい会館内)	TEL 042-707-7056
みなみせいかつしえんか 南生活支援課 みなみくさがみおの (南区相模大野6-22-1 みなみほけんふくし 南保健福祉センター内)	TEL 042-701-7720

生活困窮者自立支援制度

失業などで生活に困っている人、生活が不安定な人の相談を受け、生活状況・課題にあった個別相談を行います。

■ 問い合わせ先

みどりくじりつしえんそうだんまどぐち 緑区自立支援相談窓口 みどりくはしもと (緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと6階 市総合就職支援センター内)	TEL 042-774-1131
ちゅうおうくじりつしえんそうだんまどぐち 中央区自立支援相談窓口 ちゅうおうくふじみ (中央区富士見6-1-20 あじさい会館内)	TEL 042-769-8206
みなみくじりつしえんそうだんまどぐち 南区自立支援相談窓口 みなみくさがみおの (南区相模大野6-22-1 みなみほけんふくし 南保健福祉センター内)	TEL 042-701-7717

Protección de medios de vida

En caso de que se haga difícil cubrir los gastos de sustentación debido a la reducción de ingresos de la familia por desempleo, o debido al alto costo de la asistencia médica por enfermedad o accidente, es posible presentar la solicitud de protección de medios de vida. Si, tras la investigación realizada después de la solicitud, llena los requisitos para obtener el beneficio, se provee el subsidio de protección de medios de vida, de acuerdo con la necesidad. Asimismo, también ofrecemos ayuda a la independencia.

■ Contacto

Primer y Segundo Equipo de Protección de Medios de Vida de la Sección de Apoyo a la Vida Cotidiana de Midori (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku, Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku)	☎ 042-775-8809
Tercer Equipo de Protección de Medios de Vida de la Sección de Apoyo a la Vida Cotidiana de Midori (Nakano 633, Midori-ku, Interior de la Oficina General de Tsukui)	☎ 042-780-1407
Equipo de Protección y Consultas, Segunda Sección de Apoyo a la Vida Cotidiana de Chuo (Fujimi 6-1-20, Chuo-ku, Instalaciones de Ajisai Kaikan)	☎ 042-707-7056
Sección de Apoyo a la Vida Cotidiana en Minami (Sagamiono 6-22 -1, Minami-ku, Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami)	☎ 042-701-7720

Sistema de Ayuda a la Independencia de Personas Necesitadas

Recibimos consultas de personas que estén experimentando dificultades en su vida a causa de desempleo, entre otras, o de personas que estén padeciendo de una vida inestable; y realizamos consultas individualizadas de acuerdo a la situación y los problemas en su vida.

■ Contacto

Ventanilla de Consultas de Ayuda a la Independencia del barrio Midori (Hashimoto 6-2-1, Midori-ku, piso 6 de City Plaza Hashimoto Interior del Centro de Apoyo a la Búsqueda de Empleo General)	☎ 042-774-1131
Ventanilla de Consultas de Ayuda a la Independencia del barrio de Chuo (Fujimi 6-1-20, Chuo-ku, Instalaciones de Ajisai Kaikan)	☎ 042-769-8206
Ventanilla de Consultas de Ayuda a la Independencia del barrio de Minami (Sagamiono 6-22 -1, Minami-ku, Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami)	☎ 042-701-7717

8 生活に必要な情報

(1) 仕事

勤く前にチェックすること

【在留資格】

あなたの在留カードの在留資格は何ですか。

①「文化活動」「短期滞在」「留学」「研修」「家族滞在」

働いてはいけません。働きたいときは「資格外活動許可」をもらいます。

②「永住者」「日本人の配偶者等」「永住者の配偶者等」「定住者」

どんな仕事でもできます。

③「①」と「②」以外

在留資格に書いてある仕事だけです。別の仕事をしたいときは「資格外活動許可」をもらいます。



仕事の紹介

ハローワーク（公共職業安定所）では、仕事探しの相談ができます。

利用時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

問い合わせ先

ハローワーク相模原（相模原公共職業安定所）

（中央区富士見6-10-10） Tel 042-776-8609

<https://jsite.mhlw.go.jp/kanagawa-hellowork/list/hw-sagamihara.html>

相模原市就職支援センターでは、就職活動中の人を対象とするセミナーやキャリアカウンセリングなどを行っています。

利用時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時

問い合わせ先

相模原市就職支援センター

（緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと6階） Tel 042-700-1618

<http://sagamihara-sougou.jp/>



社会保険・労働保険

日本には「社会保険」・「労働保険」というシステムがあります。「社会保険」とは「健康保険」、「介護保険」、「厚生年金保険」のことを指し、「労働保険」とは「雇用保険」、「労災保険」のことを指します。

人は生きていく中でいろいろな大変なことが（リスク）があります。たとえば、病気やけが、親の死、仕事のなくなる（失業）、心や体がうまく動かない（障害）、年を取るなどです。このようなリスクにあったときに困らないように、自分だけで準備をするのは難しいです。そして、本当にリスクにあったときに、その人を助けるしくみがなかったら、その人は、健康で安全に暮らすことができなくなります。そうならないように、税金や保険料を使ってその人を助けるしくみがあります。もしあなたが困ったら、社会保障制度が助けてくれます。ですから、あなたが困っていないとき（元気に働いているとき）、保険料を払って、困っている人を助けます。日本に住んでいる人はこのしくみのおかげで、安心して生活しています。

働いている人は、社会保険、労働保険に入らなければなりません。これは、働いている人を守るためです。ですから、働いている人は、この保険にかかるお金を国に払わなければなりません。このお金は働いている人だけでなく、会社も払います。また、働いている人一人ひとりが直接国に払うのではなく、会社が払う分も合わせて、会社がまとめて国に払います。保険にかかるお金は、会社が毎月の給料から社会保険（健康保険、介護保険、厚生年金保険）と労働保険（雇用保険）の分を引きます（労災保険は全部会社がお金を出します）。ただし、短い時間だけ働いている人は、社会保険に入っていないため、給料からお金が引かれませんが、自分で「国民健康保険」（→46ページ）や「国民年金」（→50ページ）に入ってお金を払います。

8. Informações necessárias à vida cotidiana

(1) Trabalho

Itens a verificar antes de começar a trabalhar

[Status de permanência]

Qual é o status de permanência descrito no seu Zairyu Card?

- (1) “Atividades culturais”, “curta estadia”, “estudante”, “estágio”, “estadia com familiares”

Não é permitido trabalhar. Se desejar trabalhar, é necessário obter a “Autorização para Exercício de Atividade fora do Âmbito do Visto de Permanência”

- (2) “Residente permanente”, “cônjuge de japonês(a)”, “cônjuge de residente permanente”, “residente por longo período”
Pode exercer qualquer trabalho.

- (3) Outros, além de (1) e (2) acima

Pode exercer os trabalhos especificados no status de permanência. Se desejar exercer outros trabalhos, é necessário obter a “Autorização para Exercício de Atividade fora do Âmbito do Visto de Permanência”



Apresentação de Empregos

O Hello Work (Escritório Público de Segurança de Emprego) oferece consultas sobre busca de emprego.

Horário de atendimento: de segunda a sexta-feira (exceto feriados e passagem de ano)

Das 8h30 às 17h15

■ Consultas

Hello Work Sagamihara (Agência Pública de Empregos de Sagamihara)

(6-10-10, Fujimi, Chuo-ku) ☎ 042-776-8609

<https://jsite.mhlw.go.jp/kanagawa-hellowork/list/hw-sagamihara.html>

No Centro de Apoio ao Emprego de Sagamihara, são oferecidos seminários e seções de consulta de carreira às pessoas que estão à procura de emprego.

Horário de atendimento: de segunda a sexta-feira (exceto feriados e passagem de ano)

Das 8h30 às 17h00

■ Consultas

Centro de Apoio ao Emprego de Sagamihara

(6-2-1 Hashimoto, Midori-ku no 6.º andar do City Plaza Hashimoto)

☎ 042-700-1618

<http://sagamihara-sougou.jp/>



Seguro Social / Seguro de Trabalho

No Japão existem os sistemas de Seguro Social e Seguro de Trabalho. O “Seguro social” refere-se a “seguro saúde”, “seguro de cuidados de longa duração” e “seguro de pensão para funcionários”, enquanto “seguro trabalhista” refere-se a “seguro de emprego” e “seguro de acidentes de trabalho”.

As pessoas enfrentam muitas dificuldades (riscos) em suas vidas. Os exemplos incluem: doença ou lesão, morte de um dos pais, perda de emprego (desemprego), incapacidade de trabalhar com a mente ou o corpo (deficiência) ou envelhecimento. É difícil preparar-se sozinho para enfrentar problemas quando nos deparamos com tais riscos. E se não houver um sistema em vigor para ajudar uma pessoa quando ela estiver realmente em risco, ela não poderá ter uma vida saudável e segura. Para evitar que isso aconteça, existem sistemas para ajudar a pessoa por meio de impostos e prêmios de seguro. Quando se depara com problemas, o sistema de seguridade social pode lhe ajudar. Portanto, enquanto você não está com dificuldades financeiras (quando está podendo trabalhar), você paga as taxas de seguro para ajudar os necessitados. Graças a esse sistema, as pessoas que vivem no Japão podem viver tranquilamente.

Os trabalhadores assalariados devem se inscrever na previdência social e no seguro trabalhista. Isso é para proteger os trabalhadores. Portanto, os trabalhadores devem pagar o custo desse seguro ao governo. Esse dinheiro é pago tanto pelo trabalhador como pela empresa. Além disso, cada pessoa que trabalha não paga diretamente ao estado, mas a empresa paga com a parte da empresa. O seguro social e de trabalho (seguro de saúde, seguro de cuidados de longa duração, seguro de pensão para funcionários) e seguro de trabalho (seguro desemprego) são deduzidos do salário (o seguro do acidente de trabalho é pago pela empresa). No entanto, as pessoas que trabalham poucas horas não são inscritos no seguro social, portanto não há deduções do salário. Neste caso, a inscrição e pagamento do Seguro Nacional de Saúde (→página 47) e Pensão Nacional (→página 51) são feitos pelo próprio trabalhador.

しゃかいほけん ろうどうほけん しゅるい
社会保険・労働保険の種類

けんこうほけん びょうき びょういん い ほけん 「健康保険」：けがや病気で病院に行くときのための保険です。
かいごほけん とし とうくべつ びょうき まいにち せいかつ た ふる はい 「介護保険」：年をとったり、特別な病気になったりして、毎日の生活（食べること、お風呂に入ることなど）をすることが難しくなってきたときに世話をしてもらおうときのための保険です。(→54 ページ)
こうせいねんきんほけん とし びょうき しごと ほけん かぞく はたら 「厚生年金保険」：年をとったり、病気やけがをししたりして、仕事ができなくなったときのための保険です。そして、家族のために働いていた人が亡くなったとき、家族が生活に困らないようにする保険です。70歳になっていない人が入ります。
こようほけん しごと かいしゃ しごと み ほけん せいかつ しんばい あたら 「雇用保険」：仕事がなくなったり、会社をやめたあと仕事が見つからないときなどのための保険です。生活の心配をしないで、新しい仕事を探すことができるように、この保険からお金が出ます。いつからいくら出るかは、やめた理由などで違いますから、家の近くの「ハローワーク」で相談しましょう。
ろうさいほけん しごと げんいん はたら ひと びょうき な ほけん 「労災保険」：仕事が原因で、働いている人がけがをしったり病気になったり亡くなったときの保険です。

がいこくじんろうどうしやそうだん
外国人労働者相談コーナー

かながわろうどうきょくろうどうきじゅんぶかんとくか
神奈川県労働局労働基準監督課

にほん はたら がいこくじんろうどうしや そうだん がいこくご おう おも そうだんないよう ろうどうじょうけん ろうどうさいがい ろうさいほけん
日本で働いている外国人労働者の相談に外国語で応じています。主な相談内容は、労働条件、労働災害、労災保険などです。

そうだんげんご 相談言語	そうだんび しゅくじつ ねんまつねんし のぞ 相談日（祝日・年末年始を除く）	じかん 時間
えいご 英語	まいしゅうきんようび だい げつようび 毎週金曜日、第1・3月曜日	ごぜん 午前9時～午前12時 ごご 午後1時～午後4時
ポルトガル語	まいしゅう かようび きんようび 毎週火曜日第2・4金曜日	
スペイン語	まいしゅうげつようび かようび もくようび 毎週月曜日・火曜日・木曜日	
ベトナム語	まいしゅうすいようび 毎週水曜日	
タガログ語	まいしゅうもくようび 毎週木曜日	
ちゅうごくご 中国語	まいしゅうすいようび だい きんようび 毎週水曜日、第1・3・5金曜日	

※相談日は変更される場合があります。あらかじめホームページや電話で確認してください。

■ 問い合わせ先

かながわろうどうきょくろうどうきじゅんぶかんとくか
神奈川県労働局労働基準監督課

よこはましなかくきたなかとおり よこはまだい ごうどうちようしや かい
(横浜市中区北仲通5-57 横浜第2合同庁舎8階) TEL 045-211-7351

https://jsite.mhlw.go.jp/kanagawa-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudanmadoguchi/_95955/_119910.html



ろうどうそうだん
労働相談

かながわ労働センター等で 行っている労働相談です。主な相談内容は、労働問題、労働トラブルです。これらの相談を専門相談員と通訳が、電話または面接で受け付けています。

かながわ労働センター本所

よこはましなかくことぶきちよう ろうどう
(横浜市 中区 寿町1-4 かながわ労働プラザ2階)

そうだんげんご 相談言語	そうだんび しゅくじつ ねんまつねんし のぞ 相談日(祝日・年末年始を除く)	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
ちゅうごくご 中国語	だい 1・2・3・4金曜日、第2木曜日	045-662-1103	ごご 午後1時～午後4時
スペイン語	だい 1・2・3・4金曜日、第2木曜日	045-662-1166	
ベトナム語	だい 1・2・3・4金曜日、第2木曜日	045-633-2030	
ネパール語	だい 1・2・3・4金曜日、第2木曜日	045-662-1166	

かながわ労働センター県央支所

あつぎしみずいき けんあつぎごうどうちようしや ごうかん かい
(厚木市水引2-3-1 県厚木合同庁舎3号館2階)

そうだんげんご 相談言語	そうだんび しゅくじつ ねんまつねんし のぞ 相談日(祝日・年末年始を除く)	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
スペイン語	まいしゅうもくようび 毎週木曜日	046-221-7994	ごご 午後1時～午後4時
ポルトガル語	まいしゅうもくようび 毎週木曜日		

Categorias do seguro social e seguro de trabalho

«Seguro de saúde»: este é o seguro para a assistência médica em caso de lesões ou doenças.
«Seguro de cuidados de longa duração»: este seguro é para quando você envelhecer ou sofrer com doenças graves ficando impossibilitado de realizar atividades diárias (comer, tomar banho, etc.). (→ página 55)
«Seguro de pensão para funcionários»: este é um seguro para quando envelhecer ou adoecer, e não puder mais trabalhar. Bem como, para que a família não passe por dificuldades em caso de falecimento da pessoa que trabalhava. Aqueles com menos de 70 anos podem se inscrever.
«Seguro de emprego»: este é um seguro para o caso perca o emprego ou não consiga encontrar trabalho após a demissão. Este seguro é fornecido para que o trabalhador possa procurar um próximo emprego sem ter que se preocupar com o sustendo diário. O período e valor de auxílio variam de acordo com o motivo da demissão, portanto, consulte a agência da Hello Work mais próxima para mais detalhes.
«Seguro de acidentes»: este é um seguro para quando o trabalhador se acidenta, adoece ou falece por motivo do trabalho.

Consultas Trabalhistas para Estrangeiros

Seção de Fiscalização do Departamento de Normas Trabalhistas da Secretaria do Trabalho de Kanagawa

São dadas consultorias a trabalhadores estrangeiros que trabalham no Japão, em língua estrangeira. Os principais assuntos tratados são condições de trabalho, acidente de trabalho, seguro de trabalho e outros.

Idioma	Dias de consulta (exceto feriados e final/início de ano)	Horário
Inglês	Todas as sextas-feiras, 1. ^a e 3. ^a segunda-feira do mês	09h00 às 12h00 13h00 às 16h00
Português	Todas as terças-feiras, 2. ^a e 4. ^a sexta-feira do mês	
Espanhol	Todas as segundas, terças e quintas-feiras	
Vietnamita	Todas as quartas-feiras	
Tagalog	Todas as quintas-feiras	
Chinês	Todas as quartas-feiras, 1. ^a , 3. ^a e 5. ^a sexta-feira do mês	

* Os dias de consulta estão sujeitos a alterações. Verifique antecipadamente pelo site ou por telefone.

■ Consultas

Seção de Fiscalização do Departamento de Normas Trabalhistas da Secretaria do Trabalho de Kanagawa

(5-57 Kitanakadori, Naka-ku, Yokohama-shi no 8°. andar do Segundo Edifício Governamental Coletivo de Yokohama)

☎ 045-211-7351

https://jsite.mhlw.go.jp/kanagawa-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudanmadoguchi/_95955/_119910.html



Consultas Trabalhistas

São consultas trabalhistas oferecidas no Centro de Trabalho de Kanagawa, etc. As consultas são principalmente sobre problemas trabalhistas e outros assuntos similares. Com o apoio de um intérprete, consultores profissionais atendem às consultas que são realizadas por telefone ou pessoalmente.

Sede do Centro de Trabalho de Kanagawa

(1-4 Kotobuki-cho, Naka-ku, Yokohama-shi no 2°. andar de Kanagawa Rodo Plaza)

Idioma	Dias de consulta (exceto feriados e final/início de ano)	Nº telefone	Horário
Chinês	1. ^a , 2. ^a , 3. ^a e 4. ^a sexta-feira do mês, 2. ^a quinta-feira do mês	045-662-1103	13h00 às 16h00
Espanhol	1. ^a , 2. ^a , 3. ^a e 4. ^a sexta-feira do mês, 2. ^a quinta-feira do mês	045-662-1166	
Vietnamita	1. ^a , 2. ^a , 3. ^a e 4. ^a sexta-feira do mês, 2. ^a quinta-feira do mês	045-633-2030	
Nepalês	1. ^a , 2. ^a , 3. ^a e 4. ^a sexta-feira do mês, 2. ^a quinta-feira do mês	045-662-1166	

Filial Municipal do Centro de Trabalho de Kanagawa

(2-3-1 Mizuhiki, Atsugi-shi no 2°. andar do Terceiro Edifício Governamental Coletivo de Atsugi)

Idioma	Dias de consulta (exceto feriados e final/início de ano)	Nº telefone	Horário
Espanhol	Todas as quintas-feiras	046-221-7994	13h00 às 16h00
Português	Todas as quintas-feiras		

じゅうきょ
(2) 住居
しえいじゅうたく
市営住宅

市では、住宅に困窮している低所得の人のために市営住宅を設置しています。募集は年2回（時期は5月と11月頃）
行っています。募集の記事は「広報さがみはら」に掲載します。

とあさき
■ 問い合わせ先

しやくしよじゅうたくか
市役所住宅課 Tel 042-769-8256

けんえいじゅうたく
県営住宅

神奈川県では、住宅に困窮している低所得の県民のために、県営住宅を設置しています。住宅の管理は、神奈川県
土地建物保全協会が行っていますので、詳しくはこちらにお問い合わせください。

とあさき
■ 問い合わせ先

とちたてものほぜんきょうかい
(一社) かながわ土地建物保全協会

よこはましなかくにほんおおどおり けんじゅうたくきょうきゅうこうしや
(横浜市中区日本大通33 県住宅供給公社ビル7階) Tel 045-201-3673

みんかんじゅうたく
民間住宅

おおや いえ か ひと か いえ ふどうさんや い いえ さが
大家（家を貸す人）から借りる家です。不動産屋に行き、家を探します。

いえ か
家を借りるときどうしたらいいか、いろいろな言語で書いてあります。

にほんご
日本語

<https://www.mlit.go.jp/common/001317843.pdf>



ポルトガル語

<https://www.mlit.go.jp/common/001317848.pdf>



えいご
英語

<https://www.mlit.go.jp/common/001317844.pdf>



ベトナム語

<https://www.mlit.go.jp/common/001316936.pdf>



ちゅうごくご
中国語

<https://www.mlit.go.jp/common/001317845.pdf>



タイ語

<https://www.mlit.go.jp/common/001312581.pdf>



かんこくご
韓国語

<https://www.mlit.go.jp/common/001317846.pdf>



カンボジア語

<https://www.mlit.go.jp/common/001312589.pdf>



スペイン語

<https://www.mlit.go.jp/common/001317847.pdf>



タガログ語

<https://www.mlit.go.jp/common/001312590.pdf>



がいこくじん か
外国人が借りることができる家の情報を調べることができます。
<https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php>



(2) Moradia

Residências de Administração Municipal

O município conta com residências de administração municipal para alugar às pessoas de baixa renda, que têm dificuldades para pagar aluguel. As chamadas para a inscrição são realizadas duas vezes por ano (cerca de maio e novembro). A chamada é publicada no boletim “Koho Sagamihara”.

■ Consultas

Seção de Residência de Administração Municipal ☎ 042-769-8256

Residência de Administração Provincial

A província de Kanagawa possui residências de administração provincial para alugar às pessoas de baixa renda, que têm dificuldades referentes à moradia. O controle das residências é feito pela Associação de Manutenção de Terrenos e Construções da Província de Kanagawa, por isso, informe-se ali quanto aos maiores detalhes.

■ Consultas

Associação de Manutenção de Terrenos e Construções de Kanagawa Ltda.

(33 Nihon-Odori, Naka-ku, Yokohama-shi no 7°. andar do Edifício Ken Jutaku Kyokyu Kosha Bldg.)

☎ 045-201-3673

Moradias privadas

Refere-se às moradias alugadas de um proprietário (locador da residência). Para alugar uma moradia, procure uma imobiliária.

Explicações sobre os procedimentos para alugar uma moradia estão disponíveis em vários idiomas.

Japonês

<https://www.mlit.go.jp/common/001317843.pdf>



Português

<https://www.mlit.go.jp/common/001317848.pdf>



Inglês

<https://www.mlit.go.jp/common/001317844.pdf>



Vietnamita

<https://www.mlit.go.jp/common/001316936.pdf>



Chinês

<https://www.mlit.go.jp/common/001317845.pdf>



Tailandês

<https://www.mlit.go.jp/common/001312581.pdf>



Coreano

<https://www.mlit.go.jp/common/001317846.pdf>



Cambojano

<https://www.mlit.go.jp/common/001312589.pdf>



Espanhol

<https://www.mlit.go.jp/common/001317847.pdf>



Tagalog

<https://www.mlit.go.jp/common/001312590.pdf>



No site abaixo há informações sobre moradias que podem ser alugadas por estrangeiros.

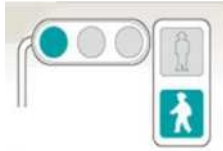
<https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php>



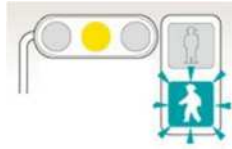
(3) 交通

交通ルール

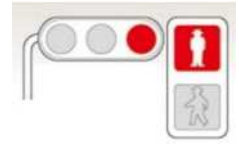
【信号の色の意味】



あおいろ すす
青色：進むことができます。



きいろ あおいろ き
黄色／青色がついたり消えたりする：
くるま と ひと わた はじ
車 は止まります／人は渡り始めてはいけません。

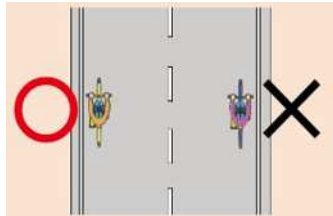


あかいろ と
赤色：止まります。

【自転車に乗るとき】

じてんしゃ ほうりつ
・自転車は法律では「車」と同じです。

じてんしゃ はし ところ
・自転車が走ってもいい所
くるま はし みち いちばんひだり
車が走る道の一番左



このマーク→ 
がある道（自転車だけの道）



このマーク→ 
がある道（人と自転車の道）



- ・この絵のように、くるま はし みち ちか ところ はし
え
車が走る道に近い所を走ります。
- ・すぐに止まることができるようにゆっくりはし
と
走ります。
- ・ある ひと じてんしゃ お
歩いている人のじゃまにならないように、自転車を降りたり、止まったりします。

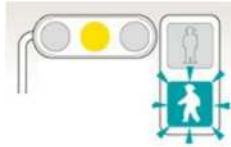
(3) Trânsito

Regras de Trânsito

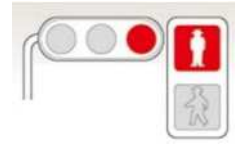
[Significados das cores do semáforo]



Verde: Siga



Amarelo/Verde piscando:
Veículos devem parar/Pedestres
não devem começar a atravessar.



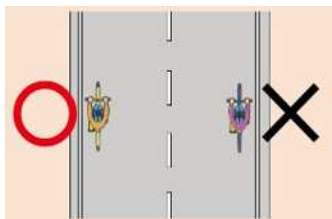
Vermelho: Pare

[Ao andar de bicicleta]

- Segundo a lei de trânsito, as bicicletas são tratadas da mesma forma que os carros.

- Locais permitidos para bicicletas

Lado esquerdo da área destinada aos veículos



Locais onde há a seguinte sinalização. →



Locais onde houver a seguinte sinalização. →



(Calçada e ciclovia)



- Como na ilustração, circule pelo lado próximo aos veículos.
- Circule lentamente, para que possa parar a qualquer momento.
- Desça da bicicleta ou pare quando necessário, de modo a não obstruir os pedestres.

・**自転車に乗る時のルール**

お酒を飲んだとき、自転車に乗ってはいけません。

1台の自転車に2人で乗ってはいけません。

ほかの自転車の横に並んで走ってはいけません。

傘をさしたり、携帯電話（スマートフォン）を使ったり

しながら運転してはいけません。

夜など、暗いときはライトをつけなければいけません。

自転車に乗るときは、ヘルメットをかぶりましょう。



・**交差点を通るとき**

右に曲がるとき、この絵の青い実線のように進みます。

赤い点線のように斜めに進んではいけません。

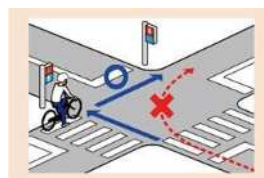
左に曲がるとき、歩いている人がいたら、止まります。

交差点やその近くの道に、自転車の絵→  が

かいてあったら、そこを通ります。

このマーク→  がある所では、一度止まらなければなりません。

安全かどうか、周りをよく見てから進みます。



・**自転車の保険**

自転車で事故を起こしたときのために、保険に入りましょう。ほかの人にけがをさせたときなどに、保険の会社からお金がでます。相模原市では、保険に入ることが義務付けられています。

・**【車やオートバイを運転するとき】**



運転免許が必要です。

運転免許証を持っていないとき（家に忘れたときなど）は、運転してはいけません。

道の左側を走ります。歩いている人や自転車の近くでは、ゆっくり走ります。

運転する人も、一緒に乗る人も、みんなシートベルトをしなければなりません。

車やオートバイを運転しているとき、携帯電話（スマートフォン）を使ってはいけません。

お酒を飲んだとき、運転してはいけません。

お酒を飲んだ人に、車やオートバイを貸したり、運転をお願いしてはいけません。

これから運転する人に「お酒をどうぞ」と勧めてはいけません。

5歳以下の子どもを車に乗せるとき、「チャイルドシート」を使わなければなりません。



- Regras para ciclistas
Não ande de bicicleta se estiver alcoolizado.
Não leve outra pessoa na garupa.
Não circule paralelamente.

Segurando o guarda-chuva aberto, manuseando o smartphone
Não é permitido dirija fazendo outras atividades ao mesmo tempo. Certifique-se de ligar a lanterna durante a noite ou quando estiver escuro.

- Vamos usar um capacete de segurança ao andar de bicicleta.

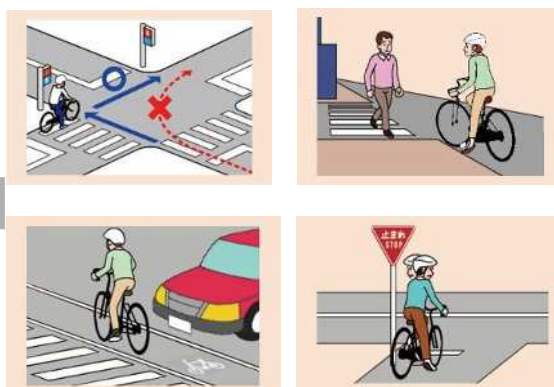
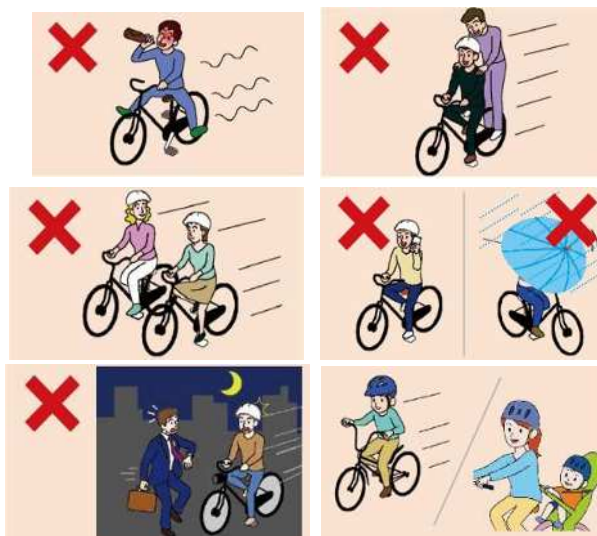
- Ao atravessar um cruzamento
Ao virar à direita, siga conforme a seta azul na ilustração ao lado.
Não siga na diagonal, conforme indicado pela linha pontilhada vermelha.

Ao virar à esquerda, pare se houver pedestres.

Em cruzamentos e estradas próximas, imagens de ciclistas se estiver marcado, passe por aí.

Esta marca  Onde houver a seguinte sinalização, deve-se fazer uma parada.

Atravesse somente após certificar a segurança olhando ao redor.



- Seguro para bicicletas
Inscreva-se em um seguro de acidentes de bicicleta. Em um eventual acidente, caso lesionar outra pessoa, etc., poderá receber a compensação do seguro. Na cidade de Sagamihara, a inscrição em um seguro é obrigatória.

[Ao dirigir carros e motocicletas]

- Requer a carteira de habilitação. 
- Quando não estiver portando a carteira de habilitação (por exemplo, se a deixar em casa), não deve dirigir.

- Circule pelo lado esquerdo. Circule lentamente próximo a pedestres e ciclistas.

- Tanto o motorista como os passageiros devem usar o cinto de segurança.

- Não é permitido o uso de smartphone quando estiver dirigindo o carro ou motocicleta.

- Não dirija se estiver alcoolizado.
- Não empreste o carro ou motocicleta para uma pessoa alcoolizada, e nem peça para ela dirigir.
- Não ofereça bebidas alcoólicas para quem irá dirigir.

- Crianças com menos de 5 anos devem usar o assento para crianças.



(4) その他生活に必要な情報

せいかつ ひつよう じょうほう 生活に必要な情報のお問い合わせ先 といあ さき

しゅべつ 種別	めいしょう 名称	ないよう 内容	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
でんわ 電話	ひがしにほん NTT 東日本	でんわ しんせつ いてん かくしゆ 電話の新設・移転・各種サービス の申込・問い合わせ等	ばん 116番	ねんまつねんし のぞ 年末年始を除く 9:00~17:00
		でんわ こしょう 電話の故障	ばん 113番 けいたいでんわ ばあい ※携帯電話の場合 Tel 0120-444-113	じかん 24時間
		りょうきん かん と あ 料金に関する問い合わせ	Tel 0120-002-992	どにち しゆくじつ ねんまつねんし のぞ 土日・祝日・年末年始を除く 9:00~17:00
	こくさいでんわ けいたいでんわなど 国際電話、携帯電話等については、各取り扱い会社に問い合わせください。			
じどうしゃ 自動車	かながわけん 神奈川県 けいさつほんぶこうつうぶうんてんめんきよほんぶ 警察本部交通部運転免許本部	うんてんめんきよしょう 運転免許証・ こくがいうんてんめんきよしょう 国外運転免許証	Tel 045-365-3111	きゆうしゆくじつ のぞ 休祝日を除く 8:30~17:15

(4) Outras informações necessárias à vida cotidiana

Contatos para obter informações sobre as necessidades da vida diária

Classificação	Nome	Conteúdo	Nº telefone	Horário
Telefone	(NTT East Japan)	Instalação de um novo telefone, mudança, solicitação de diversos serviços, informações, etc.	Número 116	Das 9h00 às 17h00, exceto durante os feriados de passagem de ano.
		Defeito no telefone	Número 113 *Para telefones celulares ☎ 0120-444-113	24 horas
		Informações referentes a tarifas	☎ 0120-002-992	Exceto sábados, domingos, feriados e passagem de ano. Das 9h00 às 17h00
	Quanto a ligação internacional, telefone celular, etc., informe-se diretamente com as respectivas empresas.			
Carros:	Centro de Habilitação de Motorista do Departamento de Trânsito da Polícia da Província de Kanagawa	Carteira de habilitação · Carteira de habilitação do exterior	☎ 045-365-3111	Das 8h30 às 17h15, exceto aos feriados.

9 各区役所の主な問合せ先

■ 日常生活上の心配ごと、悩みごとに関する相談など

か きかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりくやくしよ 緑区役所	042-775-1773	シティ・プラザはしもと内 みどりくはしもと (緑区橋本6-2)
ちゅうおうくやくしよ 中央区役所	042-769-8230	しやくしよほんちょうしやない 市役所本庁舎内 ちゅうおうくちゅうおう (中央区中央2-11-15)
みなみくやくしよ 南区役所	042-749-2171	みなみくごうどうちやうしやない 南区合同庁舎内 みなみくさがみおおの (南区相模大野5-31-1)

■ 戸籍、住民基本台帳、印鑑登録、特別永住者証明書、自動車臨時運行許可証などの各種届出・申請の受付と証明の発行とマイナンバーカードの交付などに関すること

か きかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりくやくしよ 緑区役所	042-775-8804	みどりくごうどうちやうしやない 緑区合同庁舎内
	042-775-8803	みどりくにしはしもと (緑区西橋本5-3-21)
ちゅうおうくやくしよ 中央区役所	042-769-8337	しやくしよほんちょうしやない 市役所本庁舎内
	042-769-8227	ちゅうおうくちゅうおう (中央区中央2-11-15)
	042-769-8294	
みなみくやくしよ 南区役所	042-749-2132	みなみくごうどうちやうしやない 南区合同庁舎内
	042-749-2131	みなみくさがみおおの (南区相模大野5-31-1)
	042-749-2133	

■ 高齢者・障害者・精神疾患に関する相談、高齢者・障害者に係る福祉サービスの申請、介護保険、介護予防、認知症対策、障害者手帳の交付、補装具の申請、障害に係る各種手当の申請など

か きかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりこうれい しやうがいしやそうだんか 緑高齢・障害者相談課	042-775-8812	みどりくごうどうちやうしやない 緑区合同庁舎内
	042-775-8810	みどりくにしはしもと (緑区西橋本5-3-21)
	042-775-8811	
つくいこうれい しやうがいしやそうだんか 津久井高齢・障害者相談課	042-780-1408	つくいほけん 津久井保健センター内
	042-780-1412	みどりくなかの (緑区中野613-2)
ちゅうおうこうれい しやうがいしやそうだんか 中央高齢・障害者相談課	042-769-8349	ウェルネスさがみはら内 ちゅうおうくふじみ (中央区富士見6-1-1)
	042-769-9266	
	042-769-9806	
みなみこうれい しやうがいしやそうだんか 南高齢・障害者相談課	042-701-7704	みなみほけんふくし 南保健福祉センター内
	042-701-7722	みなみくさがみおおの (南区相模大野 6-22-1)
	042-701-7715	

9. Principales puntos de contacto de cada municipalidad distrital

■ Consultas relacionadas con asuntos y problemas de la vida diaria.

Sección/Institución		Teléfono	Lugar
Municipalidad Distrital de Midori	Sala de Consulta Civil	042-775-1773	(Interior del City Plaza Hashimoto) (Hashimoto 6-2, Midori-ku)
Municipalidad Distrital de Chuo		042-769-8230	Interior del Edificio Municipal Principal (Chuo 2-11-15, Chuo-ku)
Municipalidad Distrital de Minami		042-749-2171	Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Minami (Sagamiono 5-31-1, Minami-ku)

■ Recepción de trámites y solicitudes, así como expedición de certificados relacionados con el registro civil (Koseki), el registro básico de residentes, el registro de sellos (Inkan), el certificado de residente permanente especial, el permiso de circulación temporal de vehículos y la entrega de la tarjeta My Number.

Sección/Institución		Teléfono	Lugar
Municipalidad Distrital de Midori	Equipo de Registro Civil	042-775-8804	Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku)
	Equipo del Registro Básico de Residentes	042-775-8803	
Municipalidad Distrital de Chuo	Equipo de Registro Civil	042-769-8337	Interior del Edificio Municipal Principal (Chuo 2-11-15, Chuo-ku)
	Equipo del Registro Básico de Residentes	042-769-8227	
	Equipo de Coordinación	042-769-8294	
Municipalidad Distrital de Minami	Equipo de Registro Civil	042-749-2132	Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Minami (Sagamiono 5-31-1, Minami-ku)
	Equipo del Registro Básico de Residentes	042-749-2131	
	Equipo de Coordinación	042-749-2133	

■ Consultas acerca de personas mayores, discapacitados, y discapacitados mentales, solicitudes de servicios de bienestar por parte de personas mayores y discapacitados, seguro para el cuidado en el hogar, prevención de cuidado en el hogar, medidas para la prevención de la demencia, expedición de la libreta de discapacidad, solicitud de dispositivos de apoyo, solicitudes de subsidios por discapacidad, etc.

Sección/Institución		Teléfono	Lugar
Sección de Consulta para las Personas Mayores y los Discapacitados de Midori	Equipo de Bienestar de las Personas Mayores	042-775-8812	Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku)
	Equipo de Discapacitados Físicos e Intelectuales	042-775-8810	
	Equipo de Discapacitados Mentales	042-775-8811	
Sección de Consulta para las Personas Mayores y a los Discapacitados de Tsukui	Equipo de Bienestar Comunitario y de las Personas Mayores	042-780-1408	Interior del Centro de Salud de Tsukui (Nakano 613-2, Midori-ku)
	Equipo de Bienestar para los Discapacitados	042-780-1412	
Sección de consulta para las Personas Mayores y los Discapacitados de Chuo	Equipo de Bienestar de las Personas Mayores	042-769-8349	En las instalaciones de Wellness Sagamihara (Fujimi 6-1-1, Chuo-ku)
	Equipo de Discapacitados Físicos e Intelectuales	042-769-9266	
	Equipo de Discapacitados Mentales	042-769-9806	
Sección de Consulta para las Personas Mayores y a los Discapacitados de Minami	Equipo de Bienestar de las Personas Mayores	042-701-7704	Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami (Sagamiono 6-22-1, Minami-ku)
	Equipo de Discapacitados Físicos e Intelectuales	042-701-7722	
	Equipo de Discapacitados Mentales	042-701-7715	

■ 母子健康手帳の交付、乳幼児健康診査（集団）、保育所等の利用相談、児童手当等の申請、健康・育児・栄養等に関する相談や教室、子どもの発達や障害の相談、ひとり親・女性などの相談、児童虐待に関する相談・通告など

かきかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりこそだしえん 緑子育て支援センター	こそだはん 子育てサービス班	みどりくごうどうちようしやない 緑区合同庁舎内 みどりにしはしもと (緑区西橋本5-3-21)
	かていしえんはん こども家庭支援班	
	りょういくそうだんはん 療育相談班	
	ぼしほけんはん 母子保健班	
ちゅうおうこそだしえん 中央子育て支援センター	こそだはん 子育てサービス班	うへるねすさがみはらない ちゅうおうくふしみ (中央区富士見6-1-1)
	かていしえんはん こども家庭支援班	
	ぼしほけんはん 母子保健班	ようこうえんない 陽光園内 ちゅうおうくようこうだい (中央区陽光台3-19-2)
	りょういくそうだんはん 療育相談班	
みなみこそだしえん 南子育て支援センター	こそだはん 子育てサービス班	みなみほけんふくし 南保健福祉センター内 みなみくさがみおおの (南区相模大野6-22-1)
	かていしえんはん こども家庭支援班	
	ぼしほけんはん 母子保健班	
	りょういくそうだんはん 療育相談班	

- Emisión de libretas de maternidad, exámenes de salud para bebés (grupo), consultas sobre el uso de la guardería, solicitud de subsidio infantil, consultas y clases sobre salud materna e infantil, crianza infantil, nutrición, etc.; consultas sobre el desarrollo y discapacidad infantiles; consultas de parte de familias monoparentales, mujeres, etc.; consulta/denuncia sobre maltrato infantil, etc.

Sección/Institución		Teléfono	Lugar
Centro de Apoyo de Cuidado Infantil de Midori	Equipo de Servicio para el Cuidado Infantil	042-775-8813	Interior del Edificio Gubernamental Colectivo de Midori-ku (Nishi Hashimoto 5-3-21, Midori-ku)
	Equipo para las Apoyos a los Hogares con Niños	042-775-8814	
	Equipos de Consultas sobre la Crianza de Niños con Discapacidades	042-775-1760	
	Equipo de Salud Materna e Infantil	042-775-8829	
Centro de Cuidado Infantil de Chuo	Equipo de Servicio para el Cuidado Infantil	042-769-9267	En las instalaciones de Wellness Sagamihara (Fujimi 6-1-1, Chuo-ku)
	Equipo para las Apoyos a los Hogares con Niños	042-769-9221	
	Equipo de Salud Materna e Infantil	042-769-8222	
	Equipos de Consultas sobre la Crianza de Niños con Discapacidades	042-756-8424	Interior del Yoko-en (Yokodai 3-19-2, Chuo-ku)
Centro de Cuidado Infantil de Minami	Equipo de Servicio para el Cuidado Infantil	042-701-7723	Interior del Centro de Salud y Bienestar Social de Minami (Sagamiono 6-22-1, Minami-ku)
	Equipo para las Apoyos a los Hogares con Niños	042-701-7700	
	Equipo de Salud Materna e Infantil	042-701-7710	
	Equipos de Consultas sobre la Crianza de Niños con Discapacidades	042-701-7727	