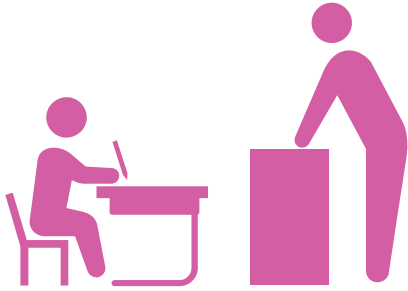


Guia de Informações da Vida Diária



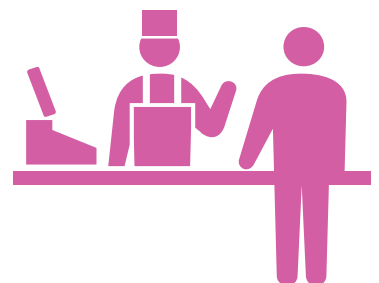
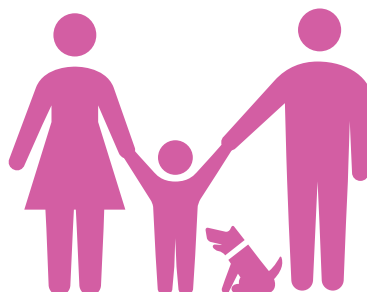
2025



ポ
ル
ト
ガ
ル
語
版



Versão em português



相模原市 Cidade de Sagami-hara

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. Em caso de emergência	
(1) Incêndio	P5
(2) Enfermidade repentina e Ferimento grave	P5
(3) Acidente automobilístico e roubo	P7
(4) Terremoto, vendaval e inundação	P7
(5) Pesquisar/transmitir informações	P9
2. Consultas e informações	
(1) Consultas	P11
(2) Salão de Intercâmbio Internacional de Sagamihara	P13
(3) Classes de aulas de japonês	P13
(4) Publicidade e site da cidade de Sagamihara	P15
3. Informações necessárias à vida cotidiana	
(1) Lixo e fossa séptica	P17
(2) Eletricidade, gás, água e esgoto	P21
4. Procedimentos necessários	
(1) Cartão de residência/ Zairyu Card	P23
(2) Procedimentos relacionados ao status de residência	P23
(3) Registro de residência	P25
(4) Sistema My number	P25
(5) Registro Familiar (Koseki)	P27
(6) Registro do Carimbo (Inkan Toroku)	P27
5. Criação de filhos e educação escolar	
(1) Quando engravidar	P29
(2) No nascimento de uma criança	P31
(3) Benefícios, subsídios e auxílios	P37
(4) Cuidados infantis, suportes e consultas	P39
(5) Educação	P41
6. Seguros, pensões e impostos	
(1) Seguro de assistência médica	P47
(2) Sistema de Pensão	P51
(3) Seguro de assistência à Idosos (Kaigo Hoken)	P53
(4) Impostos	P53
7. Saúde, assistência médica e bem-estar social	
(1) Saúde	P59
(2) Assistência médica	P59
(3) Bem-estar social	P61
8. Informações necessárias à vida cotidiana	
(1) Trabalho	P67
(2) Moradia	P71
(3) Trânsito	P73
(4) Outras informações necessárias à vida cotidiana	P77
9. Principais locais de contato dos escritórios distritais	P79

1 緊急のとき

(1) 火事 Tel 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 Tel 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. Em caso de emergência

(1) Incêndio - ☎ 119 (Sem prefixo)

*** Dependendo da situação, atenderemos com a intermediação de um intérprete, fazendo uma ligação em três pessoas.**

No caso de ocorrência de um incêndio, solicite às pessoas em volta para telefonar ao N° 119 (Corpo de Bombeiros), gritando em voz alta: “Kaji da! Kaji da! Hyakuju-kyu-ban!” (Incêndio! Incêndio! Ligue ao N° 119!). Se não houver ninguém por perto, disque 119 pelo seu telefone e informe ao serviço de bombeiros que (1) é um incêndio, (2) o endereço ou algum ponto de referência, (3) o que está queimando, (4) seu nome e (5) informe o seu número de telefone.

■ Consultas

Seção de Comando da Central do Corpo de Bombeiros de Sagamihara
(2-2-15, Chuo, Chuo-ku) ☎ 042-751-9111

Extinção de fogo no seu início

Caso o fogo estiver no início, você mesmo pode apagá-lo. Dirija o jato do extintor, com muita calma, de forma a abranger amplamente, não em direção às chamas, e sim, no objeto que estiver queimando.

Modo de usar o extintor de incêndio

- (1) Retire o pino de segurança.
- (2) Dirija a extremidade da mangueira à fonte do fogo.
- (3) Aperte a alavanca com força.



Modo de se refugiar

Proteja a boca e o nariz com um lenço ou tecido, e refugie-se em posição próxima ao solo, para evitar aspirar fumaça.



■ Consultas

Seção de Prevenção da Central do Corpo de Bombeiros de Sagamihara
(2-2-15, Chuo, Chuo-ku) ☎ 042-751-9117

(2) Enfermidade repentina e ferimentos grave - ☎ 119 (Sem prefixo)

*** Dependendo da situação, atenderemos com a intermediação de um intérprete, fazendo uma ligação em três pessoas.**

Se necessita ser levado às pressas ao hospital devido a alguma doença repentina ou acidente, chame a ambulância, telefonando ao N°119.

Neste momento, deve-se comunicar: (1) que é caso de emergência; (2) o endereço do local e/ou algum ponto de referência; (3) o que aconteceu e com quem; (4) seu nome; e (5) o n° de telefone do qual está ligando. Se houver pessoas nas proximidades, peça ajuda, dizendo: “Tasukete! Tasukete! Hyakuju-kyu-ban!” (Socorro! Socorro! Ligue ao N° 119!).

Cuidados a tomar quando ligar ao N° 119 a partir de um telefone celular

Para ligar ao N°119 pelo celular, confirme o endereço do local em que se encontra, ou algum ponto de referência. Se o fizer das proximidades dos limites de uma cidade, a ligação poderá ser conectada ao N°119 de outra cidade, o que causará atraso na determinação do local. Ao ligar, diga o nome da cidade em que se encontra (por exemplo, Sagamihara). Além disso, como é perigoso ligar dirigindo um veículo, estacione-o antes de efetuar a ligação.

■ Consultas

Seção de Comando da Central do Corpo de Bombeiros de Sagamihara
(2-2-15, Chuo, 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

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

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。

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

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) Acidente automobilístico e roubo ☎ 110 (Sem prefixo)

Comunicação à polícia

Caso for vítima de roubo ou sofrer algum tipo de violência, ou ainda, sofrer um acidente automobilístico, comunique o fato à polícia. Ligue para o N°110 e diga: (1) o que aconteceu; (2) quando e onde aconteceu; e (3) o local de onde está telefonando. Um policial da delegacia de polícia mais próxima dirigir-se-á ao local.

Delegacia de polícia e “Koban” (posto policial)

Na cidade existem 4 delegacias de polícia, e nos bairros existem “kobans”. Em cada “koban”, estão lotados policiais que efetuam rondas na região, atendimento de queixas de crimes e acidentes automobilísticos, recepção de objetos achados, entre outros.

Além disso, os policiais dão informações sobre endereços da região e atendem às consultas sobre segurança e tranquilidade do local.

■ Consultas

- Delegacia de Polícia de Sagami-hara
(1-1-1 Fujimi, Chuo-ku) ☎ 042-754-0110
- Delegacia de Polícia de Sagami-hara-Minami
(6-29-2 Kobuchi, Minami-ku) ☎ 042-749-0110
- Delegacia de Polícia de Sagami-hara-Kita
(5-4-25 Nishi-Hashimoto, Midori-ku) ☎ 042-700-0110
- Delegacia de Polícia de Tsukui
(937-2 Nakano, Midori-ku) ☎ 042-780-0110

(4) Terremoto, vendaval e inundação

Terremoto

O Japão é um país onde ocorrem muitos terremotos. Caso ocorrer um, aja com calma e tome as seguintes medidas:

- Entre debaixo de uma mesa para se proteger, e não saia afobadamente para fora.
- Apague o gás, os fogões, aquecedores e outros. Se estiver dentro de um edifício, abra uma porta das proximidades para garantir uma rota de evacuação.
- Se houver um incêndio, grite “Kaji-da!” e peça aos vizinhos que o ajudem a apagar o fogo o mais rápido possível.
- Afaste-se de muros de blocos, máquinas de venda automática, penhascos, rios, etc.
- Cuidado com rumores e boatos e aja conforme as informações da transmissão municipal (Hibari), TV, rádio e outros.
- Ao evacuar, desligue o disjuntor no quadro de distribuição, antes de evacuar.
- Evacue-se a pé, não use um veículo.
- Não toque em fios elétricos rompidos.

Deve-se, também, estar sempre preparado para a ocorrência de um terremoto. Para tal, prenda os móveis da casa para que eles não tombem, e deixe armazenado água potável, comidas para emergência, rádio de pequeno porte, farolete, bateria seca, fósforos, etc.

Caso sentir perigo de vida devido à ocorrência de incêndio após um terremoto de grande intensidade, vá para um local de refúgio seguro. Existem o refúgio temporário e o refúgio de grande área. O refúgio temporário é um parque de perto ou um terreno vazio. O local de refúgio de grande área é o lugar onde se deve refugiar em caso de grandes incêndios que se alastrem, apresentando perigos para a vida. Há 43 locais designados na cidade. Além disso, 105 instalações públicas da cidade, como as escolas primária e ginásial, estão designadas como local de refúgio para alojar temporariamente as pessoas que tiverem suas casas afetadas. Verifique cada um desses locais.

Vendavais e inundações

No Japão, o período entre os meses de junho e outubro corresponde à época dos tufões. Os tufões trazem chuvas e ventos bem mais fortes que o normal e, principalmente, causam a parada dos meios de transporte. Por isso, tome cuidado para sair de casa na ocasião da ocorrência de um tufão. Fique atento, também, nas previsões do tempo apresentadas pela televisão, rádio, etc.

■ Consultas

Departamento de Controle de Gerenciamento de Crises Municipal ☎ 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
地震などで電話が繋がらないときは、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
パソコ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>



みつい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
ひょうじ
表示 できます。

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



(5) Pesquisar/transmitir informações

Para pesquisar informações detalhadas sobre desastres

Safety tips (aplicativo)

Informações sobre terremotos e chuvas fortes estão disponíveis em vários 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>



Site da Agência Meteorológica do Japão

Informações sobre terremotos e chuvas fortes estão disponíveis em vários idiomas.

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



Para se comunicar com a família e amigos

Utilize os serviços da operadora telefônica quando não conseguir se comunicar em casos como de terremotos.

Discagem de mensagem de desastre (telefone)

Disque 171 para deixar e ouvir mensagens.

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



Quadro de mensagens em desastres (web)

Você pode usar seu computador ou smartphone para adicionar uma mensagem de texto.

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

Seguradora Mitsui Sumitomo, 'Sumaho Saigaiji Navi'.

Além das informações sobre evacuação e clima, os mapas de perigo podem ser exibidos no mapa e a direção dos centros de evacuação pode ser mostrada na paisagem 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）

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

場所	相談日	時間	予約連絡先
中央区役所市民相談室	第1木曜日※	午後1時30分～午後4時	042-769-8230 午前8時30分～正午 午後1時～午後5時
緑区役所市民相談室	第4木曜日※		042-775-1773 午前8時30分～正午 午後1時～午後5時
南区役所市民相談室	第2木曜日※		042-749-2171 午前8時30分～正午 午後1時～午後5時

※祝日はお休みです。

【在留手続相談】

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。

場所	相談日	時間	予約連絡先
中央区役所市民相談室	第2月曜日※	午後1時～午後4時	042-769-8319 当日午前9時～

※祝日はお休みです

2. Consultas e informações

(1) Consultas

Consultas aos Estrangeiros

Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Chuo-ku (na prefeitura)

No escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Chuo-ku, fornecem «consultas aos estrangeiros» para aqueles que têm dúvidas e/ou problemas que deparam na vida cotidiana em idioma estrangeiro. Também pode-se consultar por telefone. ☎ 042-769-8319 (telefone exclusivo para consultas a estrangeiros)

As consultas são gratuitas e o sigilo é mantido.

Consulta geral (sem necessidade de agendamento)

Idiomas disponíveis	Datas de consulta	Horário
Inglês	Todas as segundas-feiras*	Das 9h00 às 12h00 13h00 às 16h00
Filipino	Todas as terças-feiras*	
Chinês	Todas as quartas-feiras*	
Vietnamita	Todas as quintas-feiras*	
Espanhol	Todas as sextas-feiras*	
Português		

*Fechado nos feriados públicos.

Consultas jurídicas

A consultoria jurídica é realizada por advogados. As reservas devem ser feitas pelo menos três dias antes da data desejada.

Idiomas disponíveis: japonês, inglês, chinês, filipino, vietnamita e espanhol.

Local	Datas de consulta	Horário	Contato para reservas
Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Chuo-ku	1.ª quinta-feira do mês*	Das 13h30 às 16h00	042-769-8230 Das 8h30 às 12h00 Das 13h00 às 17h00
Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Midori-ku	4.ª quinta-feira do mês*		042-775-1773 Das 8h30 às 12h00 Das 13h00 às 17h00
Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Minami-ku	2.ª quinta-feira do mês*		042-749-2171 Das 8h30 às 12h00 Das 13h00 às 17h00

*Fechado nos feriados públicos.

Consulta sobre procedimentos de residência

As consultas sobre procedimentos de residência e status de residência são fornecidas pela equipe do Escritório de Imigração e Residência de Tóquio.

Local	Datas de consulta	Horário	Contato para reservas
Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Chuo-ku	2.ª segunda-feira do mês*	13h00 às 16h00	042-769-8319 A partir das 9h00 no dia da consulta.

*Fechado nos feriados públicos.

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 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 かしょ がいこくせきけんみん たいしょう そうだん おこな ぐわ かながわけん 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 そうごうじょうほう しみん きょうりょく がいこくじん せいかつじょうほう ていきょう 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ピル1F) Tel 042-750-4150

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



にほんごきょうしつ
(3) 日本語教室

しみん こくさいこうりゅう しないくしよ がいこくじん にちじょうかいわ おし むりょう にほんごきょうしつ 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ピル1F) Tel 042-750-4150

Consultas aos cidadãos

Além das consultas para estrangeiros, as consultas para cidadãos estão disponíveis nos seguintes locais de contato. Os dias e horários de atendimento diferem conforme cada local, por isso, informe-se sobre os detalhes. Ainda, nos gabinetes de consultas aos cidadãos de cada prefeitura, é possível obter o suporte de um intérprete por telefone. (Idiomas disponíveis: inglês, chinês, filipino, espanhol e vietnamita). A consulta está disponível em japonês em cada Centro de Desenvolvimento Comunitário.

■ Consultas

Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Midori-ku (6-2-1, Hashimoto, Midori-ku no City Plaza Hashimoto)	042-775-1773
Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Chuo-ku (2-11-15 Chuo, Chuo-ku, no prédio principal da Prefeitura Municipal)	042-769-8230
Escritório de consultas aos cidadãos do distrito de Minami-ku (5-31-1 Sagami-Ono, Minami-ku no edifício Governamental Coletivo de Minami-ku)	042-749-2171
Centro de Desenvolvimento Urbano de Shiroyama (sistema de reserva antecipada) (1-3-1 Kubosawa, Midori-ku, no escritório geral de Shiroyama)	042-783-8103
Centro de Desenvolvimento Urbano Tsukui (633 Nakano, Midori-ku, no escritório geral de Tsukui)	042-780-1400
Centro de Desenvolvimento Urbano de Sagamiko (sistema de reserva antecipada) (896 Yose, Midori-ku, no escritório geral de Sagamiko)	042-684-3214
Centro de Desenvolvimento Urbano de Fujino (sistema reserva antecipada) (2000 Obuchi, Midori-ku, no escritório geral de Fujino)	042-687-5514

Consultas para Residentes Estrangeiros

Na província de Kanagawa, são realizadas consultas aos moradores estrangeiros em 3 locais: Yokohama, Kawasaki e Atsugi. Para obter mais informações, consulte o site da Prefeitura de Kanagawa.

Site da Prefeitura <https://www.pref.kanagawa.jp/docs/k2w/cnt/f11914/index.html>

(2) Salão de Intercâmbio Internacional de Sagamihara

É um balcão de informações gerais para os estrangeiros que vivem em Sagamihara. Com a colaboração de voluntários locais, a organização oferece informações sobre o cotidiano aos estrangeiros, apresenta aulas de japonês e organiza programas de intercâmbio com cidadãos.

- Horário de funcionamento: das 9h00 às 20h00 (aos quintas-feiras e sábados até às 17h00)
- Fechado (domingos, feriados, passagem do ano)

■ Consultas

Salão de Intercâmbio Internacional de Sagamihara

(1-9-15 Kanumadai, Chuo-ku, no 1°. andar do Promity Fuchinobe)

☎ 042-750-4150

Site <http://www.sagamihara-international.jp/>



(3) Classes de aulas de japonês

São dadas aulas gratuitas de japonês cotidiano aos residentes estrangeiros no Salão de Intercâmbio Internacional de Sagamihara e em vários outros locais da cidade por cidadãos voluntários. Quanto aos detalhes, tais como horário, local, e outros, comunique-se conosco.

■ Consultas

Salão de Intercâmbio Internacional de Sagamihara

(1-9-15 Kanumadai, Chuo-ku, no 1°. andar do Promity Fuchinobe)

☎ 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。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) Publicidade e site da cidade de Sagamihara

Relações públicas

A fim de informar sobre os acontecimentos da administração municipal aos residentes, a prefeitura publica um boletim informativo duas vezes por mês chamado “Koho Sagamihara”. Além de distribuir os jornais para aqueles que os pegam, também o entregam nas residências daqueles que o solicitam. Para mais informações entre em contato conosco.

■ Consultas

Central de atendimento da Cidade de Sagamihara ☎ 042-770-7777

Além disso, há o aplicativo «My PR Sagamihara», que permite aos usuários visualizarem o PR Sagamihara em vários idiomas.



(Novo aplicativo) Código QR para Android

■ Consultas

Seção de Publicidade da Prefeitura Municipal (Grupo de Relações Públicas)

☎ 042-769-8200

Site (Home-page) de Sagamihara

No site de Sagamihara, além do sumário de trâmites e a contextualização da cidade, atualizamos dia-a-dia e fornecemos informações de eventos e recrutamentos.

Pode selecionar um idioma para visualizar.

Endereço do Site

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



■ Consultas

Seção de Publicidade da Prefeitura Municipal (Grupo de Relações Públicas)

☎ 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. Informações necessárias à vida cotidiana

(1) Lixo e fossa séptica

Lixo

O método de descarte e os dias de coleta do lixo variam conforme o tipo de lixo, tais como lixo comum, lixo reciclável como vidros, latas e similares, recipientes e embalagens plásticas, lixo de grande porte e outros.

Descarte o lixo no local designado para coleta de lixo «ごみ・資源集積場所» (Local de Coleta de Lixo e Recursos Recicláveis) até as 8h30 da manhã do dia da coleta. Não descarte o lixo durante a noite ou em dias que não sejam de coleta.

○ Lixo Comum (no local de coleta de lixo e recursos recicláveis)

Os dias da semana para coleta são divididos por regiões de (1) a (3). Descarte-os em sacos plásticos no "local de coleta de lixo e recursos recicláveis" até as 8h30.

(1) segundas e quintas-feiras, (2) terças e sextas-feiras, (3) quartas-feiras e sábados.

Os resíduos de alimentos da cozinha devem ser espremidos e bem drenados. Amarre firmemente a boca do saco de lixo com resíduos.

As pilhas secas são recolhidas todas as quintas-feiras nos locais onde o lixo comum é recolhido às segundas e quintas-feiras, todas as sextas-feiras nos locais onde o lixo comum é recolhido às terças e sextas-feiras, e todos os sábados nos locais onde o lixo comum é recolhido às quartas e sábados. As pilhas devem ser colocadas em um saco transparente ou semitransparente, separadas do lixo comum, devendo ser colocadas no canto do «local de coleta de lixo e recursos recicláveis».

* Baterias recarregáveis de pequeno porte, como baterias de celular, não devem ser descartadas no «local de coleta de lixo e recursos recicláveis». Por favor, leve-o a uma loja parceira de coleta da empresa JBRC (corp.) ou nas seguintes instalações.

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

○ Lixo Reciclável (No local de coleta de lixo e recursos recicláveis «ごみ・資源集積場所»)

Vidros, latas, papéis, panos/ tecidos, lâmpadas fluorescentes, termômetros de mercúrio e óleos de cozinha usados são recursos recicláveis. Descarte o lixo e materiais recicláveis no «local de coleta de lixo e recursos recicláveis» até as 8h30 no "dia de lixo reciclável" determinado por área (uma vez por semana) (a coleta também ocorre em feriados).

Como jogar o lixo

Vidros	Esvazie, remova as tampas e lave o interior. Coloque em sacos transparentes ou semitransparentes.	
Latas	Esvazie as latas, lave o interior e amasse-as. Coloque em sacos transparentes ou semitransparentes. Esvazie as latas de spray, os cartuchos de gás e coloque-os em um saco separado das outras latas. Cole um papel escrito «スプレー缶» (lata de spray).	
Objetos de metal	Materiais metálicos de cozinha: lave o seu interior e coloque em saco transparente ou semitransparente de até 45 litros. Artigos de metais que não são de cozinha: Itens com menos de 50 cm de comprimento ou diâmetro devem ser colocados em um saco transparente ou semitransparente. Aquilo que tem mais de 50 cm são classificados como "lixo de grande porte".	
Papéis	Jornais (incluindo panfletos), papelão (dobrado em pedaços menores que 1 metro) e caixas de papelão (lavadas, abertas e secas). Cada espécie deve ser amarrada separadamente com barbante. Revistas, papéis diversos, recipientes e embalagens de papel (abertas e dobradas) devem ser compactadas e amarradas com barbante, ou inseridas em sacos de papel devidamente fechados e também amarrados com barbante.	
Panos/ tecidos	Coloque em sacos transparentes ou semitransparentes (não descarte em dias chuvosos, por favor, descarte-os na próxima semana).	
Lâmpadas fluorescentes, termômetros de mercúrio	Descarte na própria embalagem da compra, amarrando com barbante, ou coloque em sacos transparentes ou semitransparentes. Descarte cuidando para não quebrar.	
Óleo de cozinha usado	Coloque dentro de uma garrafa PET sem rótulo (de preferência de 500ml). Feche a tampa firmemente.	

○ Recipientes e embalagens de plástico (no local de coleta de lixo e recursos recicláveis)

Descarte no «local de coleta de lixo e recursos recicláveis» até as 8h30 no "dia de recipientes e embalagens de plástico" determinado por área (uma vez por semana) (a coleta também ocorre em feriados).

Garrafas PET	Retire a tampa e o rótulo da garrafa, lave levemente o seu interior. Coloque em sacos transparentes ou semitransparentes. Joque a tampa e o rótulo da garrafa em "Plástico de recipientes e embalagens".
Recipientes e embalagens de plástico	 é o ponto de referência. Remova a sujeira e coloque em um saco transparente ou semitransparente. Se não conseguir tirar a sujeira, jogue como lixo comum.

○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 ※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、12月29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24時間受付
も こ 持ち込み	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12月 にち がつみっか のぞ 31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。

■ と あ さき
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ったし尿や、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

○ Lixo de Grande Porte

O lixo de grande porte (por exemplo, móveis desnecessários) podem ser coletados em sua própria casa ou pode levá-lo por conta (há pagamento de taxa).

Como descartar o lixo de grande porte	Local de inscrição ou instituição receptora	Horários de recebimento
Coleta domiciliar	Escritório de Recebimento do Lixo de Grande Porte ☎ 042-774-9933 * As solicitações também podem ser feitas pela Internet. https://www.sagamiharasodai-web.jp/sagamihara/index.html 	De segunda a sexta-feira, das 8h00 às 18h00. (Exceto feriados (dias de folga) etc., e de 29 de dezembro a 3 de janeiro). Pode-se solicitar pela Internet 24 horas por dia.
Levar por si mesmo	Instituição de recebimento do lixo de grande porte da região sul (1524-1, Asamizodai, Minami-ku) ☎ 042-767-5305	De segunda a sábado das 9h00 às 16h00. (Pode-se levar nos feriados e outros dias de folga, exceto entre 31 de dezembro e 3 de janeiro)
	Instituição de recebimento do lixo de grande porte da região norte (2083-1 Shimokuzawa, Midori-ku) ☎ 042-775-5333	
	Tsukui Clean Center (3385-2 Aoyama, Midori-ku) ☎ 042-784-2711	

O ar-condicionado, televisor, geladeira/freezer e máquina de lavar/secadora de roupas devem ser entregues à loja onde foram comprados ou entregues à loja onde comprará o novo (há pagamento de taxa). Se não souber em que loja o comprou, entre em contato com o Setor de Promoção de Reciclagem de Recursos.

○ Lixo que não pode ser processado na cidade

Não se recolhem os itens como veículos motorizados e motocicletas (incluindo peças como pneus, rodas, baterias e escapamentos), pedras, areia, terra, placas de gesso, pianos, tatames, óleo usado/querosene, produtos químicos, tintas, botijas de gás LP, extintores, resíduos de construção ou resíduos gerados por atividades comerciais.

Deve-se solicitar a coleta à revendedora onde foi realizada a compra ou a uma empresa especializada.

■ Consultas

Seção de Promoção de Reciclagem de Recursos da Prefeitura Municipal ☎ 042-769-8334 ☎ 042-769-8245

⇒ No site (<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/kurashi/1026489/recycle/1026493/katei/1016362.html>) é possível consultar os «dias e a maneira de descartar o lixo» nas versões inglês, chinês, coreano, espanhol, tagalo, khmer, tailandês e vietnamita.



Dejetos humanos

Recolhemos a matéria fecal coletada de banheiros de fossas sépticas e as lamas de esgoto provenientes de fossas sépticas.

As coletas regulares são, em princípio, uma vez por mês. Coletas extraordinárias e fossas sépticas são coletadas mediante solicitação.

© Os residentes na região de Tsukui (áreas de Shiroyama, Tsukui, Sagamiko e Fujino)

○ Dejetos humanos

●Local de solicitação:

Coleta regular:	Tsukui Clean Center (3385-2 Aoyama, Midori-ku)	☎ 042-784-2711
	Centro de Desenvolvimento Urbano de Shiroyama (1-3-1 Kubosawa, Midori-ku, no escritório geral de Shiroyama)	☎ 042-783-8117
	Centro de Desenvolvimento Urbano Tsukui (633 Nakano, Midori-ku, no escritório geral de Tsukui)	☎ 042-780-1403
	Centro de Desenvolvimento Urbano de Sagamiko (896 Yose, Midori-ku, no escritório geral de Sagamiko)	☎ 042-684-3212
	Centro de Desenvolvimento Urbano de Fujino (2000 Obuchi, Midori-ku, no escritório geral de Fujino)	☎ 042-687-2119
Coleta extraordinária:	Tsukui Clean Center (3385-2 Aoyama, Midori-ku)	☎ 042-784-2711

■ Consultas

Tsukui Clean Center da Prefeitura Municipal

☎ 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

(注) ちゆう もう こ じぎょうしゃ ふめい ひと
 (注) 申し込み事業者が不明な人は、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ゆうしゆうじむしよ 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 き ぐ はんばい しゅうり 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 といあわ など 問合せ等	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	

○ **Fossa séptica**

●Local de solicitação:

Área de Shiroyama	Johann Limpeza	☎ 042-782-3107
	Empresa de Limpeza Shiroyama Ltda.	☎ 042-850-4377
Área de Tsukui	Tsukui Kosan Ltda.	☎ 042-784-0503
	Serviço de Limpeza de Sagami Ltda.	☎ 042-784-4177
Área de Sagamiko	Centro de Controle da Qualidade da Água de Sagamiko Ltda	☎ 042-685-0800
Área de Fujino	Companhia de Desenvolvimento de Controle da Qualidade da Água de Kita-Sagami	☎ 042-687-4546

Nota: Se não souber com que empresa contatar, entre em contato com Tsukui Clean Center (☎ 042-784-2711).

© Para as pessoas que não residem na região de Tsukui (áreas de Shiroyama, Tsukui, Sagamiko e Fujino)

○ **Dejetos humanos e fossas sépticas**

●Local de solicitação:

- Escritório de coleta de Sagamidai da Prefeitura Municipal (3-5-20 Asamizodai, Minami-ku) ☎ 042-742-0042

(2) Eletricidade, gás, água e esgoto

Classificação	Nome	Conteúdo	Nº telefone	Horário
Eletricidade	Tokyo Electric Power Company (TEPCO)	Mudança e alteração no conteúdo do contrato	☎ 0120-99-5775	das 9h00 às 17h00, exceto aos feriados.
	Central de Atendimento de Kanagawa	Cortes de energia, preços de eletricidade, etc.	☎ 0120-99-5776	das 9h00 às 17h00, exceto aos feriados.
Gás	Tokyo Gas Lifeval Sagamihara(5-1-7 Sagamihara, Chuo-ku)	Tarifas de gás, abertura/fechamento do registro de gás, venda de aparelhos a gás, reparação.	☎ 042-757-3426	Segunda a sábado: 9h00 às 19h00 Domingos e feriados: 9h00 às 17h30
	Centro de Atendimento ao Cliente da Tokyo Gas	Tarifas de gás	☎ 0570-002211	Segunda a sábado: 9h00 às 19h00 Domingos e feriados: 9h00 às 17h00
	Telefone exclusivo para vazamento de gás	Comunicar o vazamento de gás	☎ 0570-002299 Quando não atender ☎ 03-6735-8899	24 horas
	* Sobre LGP (Gás propano) informe-se na empresa de LGP mais próxima de sua casa.			
Água	Call Center para Clientes da Água Canalizada sob Gestão da Prefeitura de Kanagawa	Ligamento/desligamento do fornecimento de água devido à mudança de residência, consultas das taxas de uso de água, etc.	☎ 0570-005959 (Navi Dial)	Excetos domingos, feriados e passagem de ano. Das 8h30 à 19h00
Esgoto	Seção de Pagamento de Água e Esgoto da Prefeitura Municipal	Taxas de esgoto	☎ 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. Procedimentos necessários

(1) Cartão de residência/ Zairyu Card

Carteira de identidade para estrangeiros residentes no Japão. Contém detalhes como os dados pessoais do titular, o período em que pode permanecer no Japão (período de permanência) e as atividades que podem ser realizadas no Japão (status de residência). Os cartões de residência são emitidos para estrangeiros que permanecem no Japão por mais de três meses. (As pessoas qualificadas que recebem o cartão de residência são denominadas de "residentes de médio e longo prazo").

- Pessoas com 16 anos ou mais devem carregá-lo consigo constantemente.
- Também pode ser apresentado como documento de identidade para procedimentos e contratos na prefeitura.

Emissão do Cartão de residência/ Zairyu Card

Os cartões de residência são emitidos principalmente nas seguintes circunstâncias.

- ③ Ao entrar no país pelos aeroportos de Narita, Haneda, Chubu, Kansai, Shin-Chitose, Hiroshima ou Fukuoka com uma nova autorização de aterrissagem
 - * O cartão de residência é emitido no aeroporto.
- ④ Ao entrar no país por um aeroporto ou porto marítimo exceto os citados em (1) com uma nova autorização de aterrissagem.
 - * Após a entrada no Japão, apresente a "notificação de mudança" à prefeitura de sua residência. Posteriormente, o cartão de residência será enviado por correio na residência.

Notificação de endereço (notificação de mudança de residência)

A pessoa que receber o cartão de residência deve notificar seu local de residência (endereço) na prefeitura dentro de 14 dias após o estabelecimento do endereço (notificação de mudança de residência).

Observe que para a notificação é necessário o Zairyu Card ou o passaporte.

Perda do Cartão de residência/ Zairyu Card

Solicite a reemissão de seu cartão de residência (Zairyu Card) no escritório regional de imigração no prazo de 14 dias a partir do dia em que percebeu a perda.

Itens necessários para a solicitação

- Passaporte
- Uma foto do rosto do candidato (4 cm de comprimento x 3 cm de largura, tirada nos últimos três meses).
- Documento que comprove a perda do cartão de residência/Zairyu Card (por exemplo, certificado de perda, certificado de roubo, certificado de catástrofe, etc.).
- Formulário de solicitação de reemissão do cartão de residência/ Zairyu Card.

Para obter mais detalhes, entre em contato com o escritório de imigração da sua região.

(2) Procedimentos relacionados ao status de residência

- Solicitação de autorização para exercer atividades fora do âmbito do seu estatuto de residência (quando pretende trabalhar fora do âmbito do seu estatuto de residência).
- Alteração de status de residência (na alteração do propósito de residência no Japão).
- Aquisição do status de residência para estrangeiros nascidos no Japão (no nascimento de uma criança).
- Renovação do período de estadia (quando deseja prolongar o período de estadia).

■ Consultas

Nome da instalação	Telefone	Dias de atendimento	Horário
Centro de Informações Gerais da Imigração	☎ 0570-013904 (IP, PHS, do exterior 03-5796-7112)	De segunda a sexta-feira.	Das 8h30 às 17h15
Escritório Regional de Imigração de Tóquio - Filial de Yokohama (10-7 Torihama-cho, Kanazawa-ku, Yokohama-shi)	☎ 0570-045259 (IP, PHS, do exterior 045-769-1729)	De segunda a sexta-feira. (exceto sábados, domingos e feriados)	Das 9h00 às 16h00

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。
てんしゆつ てんにゆうじ とくれいてつづき
・転出・転入時の特例手続
じゅうみんひよう うつ いんかんとろくしやうめいしよ しゆとく
・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
けんこうほけんしやう りよう とろく ひつよう
・健康保険証としての利用（登録が必要です。）

Departamento de Imigração de Tóquio do Escritório Filial de Yokohama na Sucursal de Kawasaki (1-3-14 Kami-Asao, Asao-ku, Kawasaki-shi no Edifício Governamental de Kawasaki Nishi)	☎ 044-965-0012	De segunda a sexta-feira. (exceto sábados, domingos e feriados)	Das 9h00 às 16h00
Centro Consulta Geral e de Apoio aos Estrangeiros (2-44-1 Kabukicho, Shinjuku-ku, Tóquio Tokyo Metropolitan Health Center "Hygia" 11º andar no Shinjuku Tabunka Kyosei Plaza)	☎ 03-3202-5535 03-5155-4039	De segunda a sexta-feira. (exceto 2ª e 4ª quartas-feiras).	Das 9h00 às 16h00

(3) Registro de residente

Para residentes de médio e longo prazo e residentes permanentes especiais, é emitido um certificado de residência da mesma forma que para os cidadãos japoneses no município de residência e pode ser obtida a cópia do certificado de residência. Quando mudar e alterar seu endereço, é necessário notificar a prefeitura local, assim como os japoneses. No momento do procedimento de alteração do endereço, traga sempre o seu Cartão de Residente ou Certificado de Permanência Especial.

Procedimentos em caso de mudança

Conteúdo	Método de procedimento	Prazo para o procedimento	O que levar
Transferência de (Mudando da cidade de Sagamihara)	Envie por correio ou apresente no balcão*.	Notificar a cidade de Sagamihara 14 dias antes da mudança	⑤ Cartão de residência/Zairyu Card e/ou Certificado especial de residente permanente ⑥ Cartão My number ⑦ Ao se mudar, é necessário o certificado de mudança de residência (Tenshutsushoumeisho).
	A pessoa que tiver o cartão My Number, poderá informar a sua mudança pelo Mynaportal.		
Transferência para (Começar a morar na cidade de Sagamihara)	Apresentar no balcão (*).	Desde que chegou ao Japão e começou a morar em Sagamihara, ou desde que se mudou. Notificação em até 14 dias.	⑧ Passaporte para quem ainda não possui o cartão de residência/Zairyu Card.
A mudança (Mudança de região na cidade de Sagamihara)	Apresentar no balcão (*).		

* Os procedimentos podem ser realizados na Seção de Assuntos dos Residentes em cada Centro de Desenvolvimento Urbano (exceto Hashimoto, as seis áreas centrais e o Centro de Desenvolvimento Urbano de Ono Minami).

(4) Sistema My number

My number

Cada pessoa que vive no Japão tem um "My Number" (número de identidade pessoal). Este número é diferente para cada pessoa. Aqueles que tiverem um novo endereço no Japão e tiverem notificado a prefeitura sobre o novo endereço receberão uma "Notificação do My Number" pelo correio. O seu número de identidade pessoal está descrito aí.

Cartão My number

É um cartão com o seu número My Number, com um chip IC, necessário para que você possa viver convenientemente no Japão. Pode-se obtê-lo mediante a inscrição. Ao se inscrever pela primeira vez, não há custos.

O My number é usado nas seguintes situações.

- Procedimentos especiais para transferência de saída de um endereço e de entrada no novo endereço.
- Para tirar cópia do seu certificado de residência ou de registro de carimbo em loja de conveniência.
- Para usar como cartão de seguro de saúde (é necessário registro).

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 はっこう とうろくてすうりやう むりやう
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

Entre em contato para maiores informações.

■ Consultas

- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Midori ☎ 042-775-8803
- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Chuo ☎ 042-769-8227
- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Minami ☎ 042-749-2131
- Seção de Promoção à Administração do Bairro ☎ 042-704-8911
- Ligação gratuita para informações gerais sobre o My Number (atendimento disponível em inglês, chinês, coreano, espanhol e português) ☎ 0120-0178-27
- Site para informações gerais sobre o My Number (atendimento disponível em japonês inglês, chinês, coreano, espanhol e português)

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



(5) Registro Familiar (Koseki)

Em caso de nascimento ou falecimento no Japão, há necessidade de se efetuar a notificação.

Tipo	Período de notificação	Local de notificação	O que levar	Observações
Registro de nascimento (no nascimento de uma criança)	Notificação em até 14 dias, incluindo a data de nascimento da criança.	Local de residência do pai ou da mãe ou local onde a criança nasceu.	Certidão de nascimento Caderneta de Saúde Materno-Infantil	Solicite também o status de residência.
Notificação de óbito No falecimento de uma pessoa.	Notificação em até 7 dias, incluindo a data de óbito.	Local de falecimento ou local de residência da pessoa que notifica.	Atestado de óbito ou o laudo da autópsia	Devolver o cartão de residência/Zairyu Card ou o certificado especial de residente permanente.

■ Consultas

- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Midori ☎ 042-775-8804
- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Chuo ☎ 042-769-8337
- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Minami ☎ 042-749-2132

(6) Registro do Carimbo (Inkan Toroku)

Carimbo oficialmente registrado

Ao assinar um contrato muito importante, como a compra ou venda de uma casa, pode ser solicitado para usar um carimbo (inkan) chamado "jitsuin" em vez de uma assinatura. A pessoa que precisar do carimbo registrado "jitsuin", deve levar o seu carimbo (inkan) à prefeitura para registrá-lo. O carimbo (Inkan) registrado é denominado "jitsuin".

Solicitação de registro do carimbo

As pessoas que podem registrar o seu carimbo devem ter 15 anos ou mais e serem registradas como residentes da cidade de Sagamihara. Por regra geral, a solicitação deve ser feita pelo próprio interessado. Leve o carimbo que se quer registrar e um documento de identidade como o Cartão de Residente ou Certificado de Residente Permanente Especial.

Ao registrar o carimbo, será emitido o certificado de registro do carimbo ("Cartão Sagamihara"). Não há taxa de registro.

Certificado de Registro do Carimbo (Inkan Toroku Shomeisho)

No momento de solicitar a emissão do Certificado de Registro do Carimbo, é preciso levar sem falta o Registro do Carimbo (Cartão Sagamihara).

■ Consultas

- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Midori ☎ 042-775-8803
- Seção de Cidadãos da Prefeitura de Chuo ☎ 042-769-8227
- Seção de Cidadãos da Prefeitura 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. Criação de filhos e educação escolar

(1) Quando engravidar

Caderneta de Saúde Materno-Infantil

Assim que souber que está grávida, notifique o mais rápido possível e obtenha a sua Caderneta de Saúde Materno-Infantil. Nesta Caderneta constam informações necessárias à gravidez, parto e criação da criança.

Exame de Saúde Pré-natal

Juntamente com a Caderneta de Saúde Materno-Infantil, são entregues os vales que subsidiam os exames de saúde materna. Os vales de subsídio cobrem o custo de 16 dos exames de saúde periódicos durante a gravidez.

■ Consultas

Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil (5-3-21 Nishi-Hashimoto, Midori-ku no Edifício Governamental Geral de Midori-ku)	☎ 042-775-8829
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil, encarregado de Shiroyama (1-3-1 Kubosawa, Midori-ku, no escritório geral de Shiroyama)	
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui (613-2 Nakano, Midori-ku no Centro de Saúde de Tsukui)	☎ 042-780-1420
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui, encarregado de Sagamiko (896 Yose, Midori-ku, no escritório geral de Sagamiko)	
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui, encarregado de Fujino (2000 Obuchi, Midori-ku, no escritório geral de Fujino)	
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Chuo na Divisão de Saúde Materno-Infantil (6-1-1 Fujimi, Chuo-ku no Wellness Sagamihara)	☎ 042-769-8222
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Minami na Divisão de Saúde Materno-Infantil (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku, no Centro de Saúde Pública e Assistência Social de Minami)	☎ 042-701-7710

«Sagamihara App de Parenting Sagaprico» (Aplicativo do Manual Eletrônico de Saúde Materno-Infantil).

Pode-se controlar as consultas pré-natais, exames de saúde infantil, vacinações e outros, usando seu smartphone, tablet ou computador. Além disso, pode-se gerar gráficos automáticos com os registros dos exames de saúde, agendar vacinações e reservas para aulas e eventos promovidos pela cidade.



Guia para a Criação dos Filhos

Publicamos o guia que reúne informações sobre a criação de filhos, incluindo informações médicas e de saúde para mães e crianças desde a gravidez até o parto, diversos auxílios e subsídios, áreas de lazer infantil, apoio local à criação de filhos, informações sobre centros de aconselhamento para pais e mães e indicações de livros ilustrados para crianças a partir de 0 ano.

Seminário sobre a saúde oral na maternidade (aulas sobre odontologia durante a gravidez)

Dentistas e higienistas dentais realizam aulas para mulheres grávidas que moram na cidade sobre os efeitos das doenças bucais durante a gravidez no bebê e sobre os cuidados com a boca. Também podem ser realizados exames de saúde bucal. É necessário fazer a inscrição para participar do seminário. As informações sobre a data, hora e local serão transmitidas através de boletim “Koho Sagamihara”.

■ Consultas

Seção Infante-familiar da prefeitura, Setor de Serviços de Saúde

☎ 042-769-8345

母子保健相談
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 けんこう 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）	ちゅうおうこそだ しえん ● 中 央 子育て支援センター （ウェルネスさがみはら内）	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
	みなみこそだ しえん ● 南 子育て支援センター みなみほけんふくし ない （南 保健福祉センター内）	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）
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（ウェルネスさがみは ない みなみこそだ しえん みなみほけんふくし ら内）、南 子育て支援センター（南 保健福祉セ ンター内）	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。
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）	ウエルネスさがみはら	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 各子育て支援センター（2ページ前参照）
市役所 子育て支援センター 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
母子健康手帳と一緒に産婦健康診査補助券をお渡しします。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 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

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。

Consulta sobre Saúde para Mãe e Filho

Consultas gratuitas com enfermeiras de saúde pública, nutricionistas e higienistas dentais sobre gravidez, parto e saúde infantil, bem como sobre dieta, dentes e saúde bucal para bebês e gestantes.

Conteúdo	Local	Data
Consultas sobre gestação, parto e saúde dos filhos	• Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori (no Edifício Governamental Coletivo de Midori) • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil Encarregado por Shiroyama (no Escritório Geral de Shiroyama) • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui (no Centro de Saúde de Tsukui) • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui Encarregado por Sagamiko (no escritório geral de Sagamiko) • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui Encarregado por Fujino (no escritório geral de Fujino) • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Chuo (no Wellness Sagamihara) • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Minami (no Centro de Saúde e Assistência Social de Minami)	• Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil De segunda a sexta-feira • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil, encarregado de Shiroyama Todas as sextas-feiras • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui Todas as segundas e quintas-feiras • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui, encarregado de Sagamiko Todas as quartas-feiras • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Saúde Materno-Infantil de Tsukui, encarregado de Fujino Todas as terças-feiras • Centro de Assistência à Criação de Filhos de Chuo e Minami na Divisão de Saúde Materno-Infantil De segunda a sexta-feira Das 8h30 às 17h00 * Exceto sábados, domingos, feriados e final/início de ano. * Dirija-se diretamente ao local. (É possível realizar consulta por telefone nos Centros Assistência à Criação de Filhos de Midori, Chuo e Minami)
Consulta sobre nutrição da mãe e da criança (sistema de reservas)	Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori (no Edifício Governamental Coletivo de Midori), Centro de Assistência à Criação de Filhos de Chuo (no Wellness Sagamihara) e Centro de Assistência à Criação de Filhos de Minami (no Centro de Saúde e Assistência Social de Minami)	Será comunicado pelo boletim "Koho Sagamihara". Deverá marcar o horário antecipadamente.
«Oyako Nikoniko» Consultas odontológicas (sistema de reservas)	Wellness Sagamihara	Será comunicado pelo boletim "Koho Sagamihara". Deverá marcar o horário antecipadamente.

- Local de contato: em cada Centro de Assistência à Criação de Filhos (veja 2 páginas anteriores).
Seção Infante-familiar da prefeitura no Setor de Serviços de Saúde
☎ 042-769-8345 («Oyako Nikoniko» somente consultas odontológicas)

(2) No nascimento de uma criança

Exame de Saúde Pré-natal

Juntamente com a Caderneta de Saúde Materno-Infantil, são entregues os vales que subsidiam os exames de saúde materna. Ao utilizar os vales de subsídio, cobrem o custo de 2 dos exames de saúde pós-parto.

- Local de contato: em cada Centro de Assistência à Criação de Filhos (veja 2 páginas anteriores).

Salão de encontro de mães e filhos

Os enfermeiros de saúde pública e profissionais de cuidados infantis estão disponíveis para fornecer, além das orientações sobre cuidados infantis a bebês, as avaliações biométricas das crianças.

ないよう 内 容	じっしほしよ 実施場所	じっしび 実施日
いくじそうだん えいようそうだん 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 hito むりょう 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	じゆしんきかん 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 いくじそうだん 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 いくじそうだん 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 えいようそうだん 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 えいようそうだん 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 えいようそうだん 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 えいようそうだん 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 えいようそうだん 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

注) 実施日時・会場については、

ちよくせつたいしょうしや つうち

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

Conteúdo	Local	Data
Consultas de puericultura, de nutrição, avaliação biométrica apresentação de brincadeiras entre pais e filhos	Centro Infantil Shiroyama (Shiroyama Kodomo Center), Centro de Saúde Tsukui (Tsukui Hoken Center), Escritório Geral Sagamiko (Sagamiko Sougo Jimusho), Escritório Geral Fujino (Fujino Sougo Jimusho), Centro Infantil Kamimizo-Minami (Kamimizo-Minami Kodomo Center), Centro Infantil Araiso (Araiso Kodomo Center), Centro Infantil Asamizo (Asamizo Kodomo Center).	1 vez por mês (exceto no mês de agosto) Será informado pelo aplicativo «Sagaprico».

■ Consultas

Seção Infante-familiar da prefeitura no Setor de Serviços de Saúde

(2-11-15 Chuo, Chuo-ku, no 4º. andar do prédio principal da Prefeitura Municipal)

☎ 042-769-8345 Fax 042-759-4395

Exame de Saúde de Bebês e Crianças

Existem os seguintes exames de saúde para bebês e crianças. As crianças na faixa etária correspondente podem receber o exame gratuitamente.

No entanto, o subsídio para o exame de saúde de um mês tem o limite máximo de 5.000 ienes.

Exame de saúde	Faixa etária/Público-alvo		Conteúdo
Exame de saúde de bebê de 1 mês	De 28 dias a 6 semanas após o nascimento	Médico	Detecção precoce de doenças, verificação das condições de desenvolvimento do bebê e consultas sobre cuidados infantis.
Exame de saúde de bebê de 4 meses	No mês em que completa 4 meses	Médico	Detecção precoce de doenças, verificação das condições de desenvolvimento do bebê e consultas de criação, consultas sobre papinha, etc.
Exame de saúde de bebê de 8 meses	Do dia em que o bebê completa 7 meses até o dia anterior ao dia em que completa 9 meses.	Médico	Verificação das condições de desenvolvimento do bebê e consultas sobre criação e nutrição
Exame de saúde de bebê de 1 ano	Do dia em que o bebê completa 1 ano até o dia anterior ao dia em que completa 1 ano e 2 meses.		
Exame de saúde de bebê de 1 ano e 6 meses	Do dia em que o bebê completa 1 ano e 6 meses até o dia anterior ao dia em que completa 1 ano e 8 meses.	Médico	Verificação das condições de desenvolvimento do bebê e consultas sobre criação e nutrição
	No mês que completa 1 ano e 7 meses	Dentário	Exame e da saúde bucal e consulta com dentista Consulta sobre desenvolvimento psicológico e sobre criação e nutrição da criança
Exame de saúde dentária de bebê de 2 anos e 6 meses	No mês que completa 2 anos e 6 meses	Dentário	Exame de saúde bucal e consulta com dentista, consulta sobre criação e nutrição da criança
Exame de saúde de bebê de 3 anos e 6 meses	No mês que completa 3 anos e 6 meses	Médico Dentário	Acompanhamento do crescimento e desenvolvimento infantil, incluindo apoio na criação dos filhos, exames de saúde bucal e consultas odontológicas, testes audiovisuais, desenvolvimento psicológico, além de consultas sobre cuidados infantis e nutrição.

Nota: A data, horário e local, serão comunicados diretamente ao público-alvo.

■ Consultas

Seção Infante-familiar da prefeitura, Setor de Serviços de Saúde

☎ 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 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。

Vacinas Preventivas

Existem as seguintes vacinas preventivas, e quando as crianças atingem a idade adequada podem receber a vacinação correspondente de forma gratuita, limitando-se a doses estabelecidas. Observe que todas as vacinas são administradas em um hospital determinado. Receberá a notificação da cidade conforme a idade de vacinação.

Tipo				Faixa etária	Idade padrão para vacinação	Modo de vacinação
Infecção pneumocócica pediátrica			Inicial	De 2 meses até antes de completar 5 anos	De 2 meses até antes de completar 7 meses	Aplicação de 3 doses da vacina com um intervalo de pelo menos 27 dias.
			Reforço		Após transcorrer 60 dias ou mais depois da finalização das primeiras (3 doses), de 1 ano até antes de completar 1 ano e 3 meses.	1 dose da vacina
Hepatite B				Antes de completar 1 ano de idade	De 2 meses até antes de completar 9 meses	3 doses da vacina (Após duas vacinações com intervalo mínimo de 27 dias, e 1 vacinação com mais de 139 dias após a primeira vacinação)
BCG (Tuberculose)				Antes de completar 1 ano de idade	De 5 meses até antes de completar 8 meses	1 dose da vacina
Infecção por rotavírus		Rotarix		De 6 a 24 semanas após o nascimento	Uma vacinação entre 2 meses e 14 semanas e 6 dias após o nascimento.	Duas inoculações orais com pelo menos 27 dias de intervalo
		RotaTeq		De 6 a 32 semanas após o nascimento		Três inoculações orais com pelo menos 27 dias de intervalo
Difteria Coqueluche Tétano Poliomielite Infecção por Hib	1ª fase	Vacina combinada cinco em um (difteria, coqueluche, tétano, poliomielite e infecção por Hib).	Inicial	De 2 meses até antes de completar 7 anos e 6 meses	De 2 meses até antes de completar 12 meses	Três vacinações com intervalo de 20 a 56 dias
			Reforço		A vacinação deve ser realizada entre os 6 meses e 1 ano e 6 meses após o término do primeiro período de vacinação(3 doses)	
	2ª fase	Vacina combinada duas em uma (difteria, tétano).		De 11 anos até antes de completar 13 anos	11 anos	1 dose da vacina
Varicela (Catapora)			Primeira dose	De 1 ano até antes de completar 3 anos	De 1 ano até antes de completar 1 ano e 3 meses	1 dose da vacina
			Segunda dose		Uma dose de vacinação entre 6 e 12 meses após o término da primeira dose.	
Sarampo (Measles) Rubéola	1ª fase	Sarampo e rubéola combinados [MR]		De 1 ano até antes de completar 2 anos		1 dose da vacina
	2ª fase			Criança de 5 anos até antes de completar 7 anos, durante o ano anterior ao do ingresso na escola primária.		1 dose da vacina
Encefalite japonesa	1ª fase	Inicial		De 6 meses até antes de completar 7 anos e 6 meses	3 anos	Duas vacinações com intervalo de 6 a 28 dias.
		Reforço			4 anos	Uma vacinação após completar a 1ª fase (2 doses), com um intervalo de cerca de 1 ano.
	2ª fase			De 9 anos até antes de completar 13 anos	9 anos	1 dose da vacina
Doença por Infecção HPV (Câncer do colo do útero)				Meninas com idade equivalente ao 6º ano do shougakko até o 1º ano do Koukou.	Estudante do primeiro ano do Chugakko idade equivalente	[Vacinas bivalentes e quadrivalentes] 3 doses da vacina [Vacina nonavalente] Por regra, 2 doses de vacinação.

Observação: É distribuída uma lista de hospitais onde se pode receber tratamento, na Seção de Controle de Doenças do Centro de Saúde Municipal, no Setor dos Cidadãos de cada distrito e nos Centros de Desenvolvimento Urbano, etc.

（3）^{きゅうふ てあて じよせい}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 ほけんしんりょう 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}
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。申請が必要ですので、該当すると
^{わす てつづ}
きは忘れずに手続きをしてください。

こども^{いりようひ じよせい}医療費助成

^{こうこうせいせだい こ}
高校生世代までの子ども（18歳^{さい}になってから最初^{さいしよ}の3月31日まで）の医療費^{いりようひ じよせい}を助成しています。（高校生世代^{こうこうせいせだい}は所得^{しよとく}の制限^{せいげん}があります。）

マイナンバーカード^{けんこうほけんしやうとう いりようしやう びやういん}などの健康保険証等と医療証^{まどぐち ていじ}を病院などの窓口^{けんがい じゆしん ばあい しはら ひよう}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^{あと し せいきゆう}を後から市に請求してください。

ひとり^{おやかていとういりようひ じよせい}親家庭等医療費助成

^{こうこうせいせだい こ}
高校生世代までの子ども※とその養育者^{よういくしや いりようしや じよせい}の医療費を助成しています。（所得^{しよとく}の制限^{せいげん}があります。）対象^{たいしやう}は、母子家庭^{ぼしかてい}、父子家庭^{ふしかてい}、
^{ちち はは じゆうど しやうがい かてい}
父または母が重度の障害^{かてい}にある家庭などです。

マイナンバーカード^{けんこうほけんしやうとう いりようしやう びやういん}などの健康保険証等と医療証^{まどぐち ていじ}を病院などの窓口^{けんがい じゆしん ばあい しはら ひよう}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^{あと し せいきゆう}を後から市に請求してください。

※18歳^{さい}になってから最初^{さいしよ}の3月31日まで（中度^{がつ}以上の障害^{にち ちゆうどいじやう しやうがい}がある場合または高等学校に在学中の場合は20歳^{ばあい}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^{じどう じようきやう}に応じて次のような助成などを行っております。手当は申請制度です
^{がいと}
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^{せいどないやう へんこう}は変更^{てつづ}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}
市内に住民登録のある高校生世代までの児童（18歳^{さい}になってから最初^{さいしよ}の3月31日まで）を養育^{がつ}している人^{にち}に支給^{よういく}されます。
^{ひと しきゆう}

じどうふようてあて 児童扶養手当

^{ふ ぼ りこん いてい いうけん がいと こうこうせいせだい じどう かんこ はは 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^{ふ ぼ りこん}に該当する高校生世代までの児童※を監護^{こうこうせいせだい}している母、または高校生世代までの児童※を監護^{じどう かんこ}し生計^{せいけい}
^{おな ち ふ ぼ か こうこうせいせだい じどう よういく}
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^{ひと しきゆう}している人に支給^{しんせいしや しんせいしや}されます。申請者^{しんせいしや}と申請者^{しんせいしや}の
^{どうきょしんぞく しよとくせいげん しんせいしや じどう こうてきねんきん へいきゆうせいげん}
同居親族について所得制限^{へいきゆうせいげん}があります。申請者^{しんせいしや}と児童^{じどう}について、公的年金との併給制限^{へいきゆうせいげん}があります。

※18歳^{さい}になってから最初^{さいしよ}の3月31日まで（中度^{がつ}以上の障害^{にち ちゆうどいじやう しやうがい}がある場合は20歳^{ばあい}になる前まで）

ぼし ふし か ふくしききん 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 じゆぎやうりやう ひつこ せいかつ}
母子・父子家庭などの生活^{しきん}を助け、経済的に自立するための資金^{こうこう}です。高校や大学などの入学^{にゆうがくきん}金や授業料^{じゆぎやうりやう}、引越し^{ひつこ}や生活^{せいかつ}
^{しきん ていりし むりし か りやう ひと はいぐうしや じよし だんし およ ふよう こ}
のための資金^{しきん}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^{ひと}のいない女子^{じよし}（男子^{だんし}）及びその扶養^{およ}する子など
^{しきん}
です。

※資金^{しきん}によって貸し付け条件^{か つ じようけん}が異なりますので、詳細^{こと}はお住まいの区^{しやうさい}の子ども家庭相談員^{す く かていそうだんいん}にお問合せ^{といあわ}ください。

■ ^{と あ さき}問い合わせ先

^{ちゆうおうこそだ しえん} 中央子育て支援センターこども家庭相談員 ^{ちゆうおうくふじみ} (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら内)	Tel 042-769-9221
^{みなみこそだ しえん} 南子育て支援センターこども家庭相談員 ^{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)	Tel 042-701-7700
^{みどりこそだ しえん} 緑子育て支援センターこども家庭相談員 ^{みどりにしはしもと みどりくごうどうちやうしやない} (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	Tel 042-775-8815

^{つく いほけん そうだん う かやうび きほう ひと じぜん みどりこそだ しえん れんらく}
※津久井保健センターでも相談^{つく いほけん}をお受け^{そうだん}します(火曜日のみ)^{う かやうび}。希望^{きほう}される人は、事前^{ひと}に緑^{じぜん}子育て支援センターへご連絡^{みどりこそだ しえん れんらく}ください。

(3) Benefícios, subsídios e auxílios

«Subsídio para Despesas Médicas»

Para o apoio da manutenção da saúde e estabilização da vida, o governo subsidia os custos diretos das despesas médicas incorridas por meio de tratamento de seguro. Os subsídios são concedidos por solicitação, por isso, caso se enquadre no sistema, não se esqueça de efetuar os procedimentos necessários.

Subsídio Médico para crianças

Subsidia despesas médicas para crianças até a idade do ensino médio (até o primeiro dia 31 de março após completarem 18 anos). (Para os alunos do ensino médio, há o limite do rendimento familiar).

Apresente seu cartão My Number, cartão do plano de saúde, atestado médico, etc., no balcão de um hospital ou outra unidade de saúde. Quando fizer um exame médico fora da província, deverá solicitar posteriormente as taxas pagas à cidade.

Subsídio de despesas médicas para famílias monoparentais

Subsidia despesas médicas para crianças até a idade do ensino médio (koukou)* e seus responsáveis. (Há restrições de renda.) Os grupos elegíveis incluem famílias de mãe solteira, famílias de pai solteiro e famílias em que o pai ou a mãe é gravemente incapacitado.

Apresente seu cartão My Number, cartão do plano de saúde, atestado médico, etc., no balcão de um hospital ou outra unidade de saúde. Quando fizer um exame médico fora da província, deverá solicitar posteriormente as taxas pagas à cidade.

* A partir do primeiro dia 31 de março após completar 18 anos (ou antes de completar 20 anos se tiver deficiência moderada ou grave ou se ainda estiver cursando o ensino médio).

■ Consultas

Seção de Assistência a Criação de Filhos e Subsídios da Prefeitura Municipal na Divisão de Subsídios Médicos

☎ 042-704-8908

<<Ajudas, subsídios e outros benefícios>>

A fim de criar as crianças de forma saudável e melhorar sua qualidade, são concedidos os seguintes subsídios de acordo com a situação da criança. Os subsídios são concedidos através de requerimento, por isso, caso se enquadre no sistema, não se esqueça de efetuar os procedimentos necessários. O conteúdo do sistema está sujeito a mudanças.

Subsídio Infantil

O subsídio é concedido àqueles que criam filhos até a idade do ensino médio (koukou) (até o primeiro dia 31 de março após completarem 18 anos) e que estão registrados como residentes na cidade.–

Subsídio Para Sustento de Crianças

É pago a mães que têm a guarda de filhos até a idade do ensino médio (koukou)* e que atendem a certos requisitos, como o divórcio dos pais, ou a pais que têm a guarda de filhos até a idade do ensino médio* e compartilham a mesma residência, ou a pessoas que estão criando filhos até a idade do ensino médio* em substituição aos seus pais. Há um limite de renda do requerente e dos seus parentes que vivem na mesma casa. Sobre o requerente e a criança, há restrições quanto aos benefícios simultâneos com a pensão governamental.

* A partir do primeiro dia 31 de março após completar 18 anos (ou antes de completar 20 anos se tiver deficiência moderada ou grave).

Capital de Assistência Social à Família de Mãe(Pai) e Filho(a) ou de Viúva(o)

Este é um empréstimo oferecido para apoiar a subsistência e auxiliar a independência econômica de famílias com somente um dos pais. Através deste empréstimo, pode-se adquirir verbas para o pagamento de matrículas e taxas escolares de colegiais e universidades, além das despesas de mudança e do cotidiano, com juros baixos ou sem juros. As mulheres (homens) sem cônjuge e as crianças por elas sustentadas podem utilizar este empréstimo.

* As condições de empréstimos variam. Para maiores informações, entre em contato com o conselheiro familiar do distrito onde mora.

■ Consultas

Conselheiro familiar e de crianças do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Chuo (6-1-1 Fujimi, Chuo-ku no Wellness Sagamihara)	☎ 042-769-9221
Conselheiro familiar e de crianças do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Minami (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku, no Centro de Saúde Pública e Assistência Social de Minami)	☎ 042-701-7700
Conselheiro familiar e de crianças do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori (5-3-21 Nishi-Hashimoto, Midori-ku no Edifício Governamental Coletivo de Midori-ku)	☎ 042-775-8815

* Também recebemos consultas no Centro de Saúde de Tsukui (somente às terças-feiras). As pessoas que desejam, devem entrar em contato com o Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori, com antecedência.

(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 じむきよく さがみはらししやかいふくしきょうぎかない
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ない 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 みどりくよせ 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) Cuidados infantis, suportes e consultas

Creche

Caso a família tenha dificuldades de criar o filho durante o dia, devido ao trabalho, doença, etc., a creche cuida do mesmo. As pessoas que desejarem matricular seus filhos na creche, informem-se nos locais abaixo:

■ Consultas

Serviço para Criação dos filhos do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Chuo (6-1-1 Fujimi, Chuo-ku no 1º. andar do Wellness Sagamihara)	☎ 042-769-9267
Serviço para Criação dos filhos do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Minami (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku no 3º. andar do Centro de Saúde e Assistência Social de Minami)	☎ 042-701-7723
Serviço para Criação dos filhos do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori (5-3-21, Nishi Hashimoto, Midori-ku no 3º. Andar do Edifício Governamental Coletivo de Midori)	☎ 042-775-8813
Serviço para Criação dos filhos do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori, encarregado de Shiroyama. (1-3-1 Kubosawa, Midori-ku, no 1º andar do escritório geral de Shiroyama)	☎ 042-783-8060
Serviço para Criação dos filhos do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori, encarregado de Tsukui. (613-2 Nakano, Midori-ku no 1º. andar do Centro de Saúde de Tsukui)	☎ 042-780-1420
Serviço para Criação dos filhos do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori, encarregado de Sagamiko. (896 Yose, Midori-ku no 2º. andar do Escritório Geral de Sagamiko)	☎ 042-684-3737
Serviço para Criação dos filhos do Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori, encarregado de Fujino. (2000 Obuchi, Midori-ku no 2º. andar do Escritório Geral de Fujino)	☎ 042-687-5515

Centro de Suporte à Família

Trata-se de uma instituição de associados que apoiam as atividades de ajuda mútua na criação dos filhos conectando “as pessoas que querem ajudar na criação dos filhos” e “as pessoas que querem ajudar na criação dos filhos”. Podem se ajudar fornecendo apoio no transporte e cuidado dos filhos (serviço pago) para poderem criá-los com segurança e tranquilidade.

■ Consultas

Escritório do Centro de Suporte à Família da Cidade de Sagamihara (no Conselho de Bem-Estar Social da Cidade de Sagamihara)

(6-1-20 Fujimi, Chuo-ku, no Ajisai Kaikan) ☎ 042-730-3885

Consultas sobre reabilitação da criança

■ Estão disponíveis consultas sobre o desenvolvimento e as deficiências da criança, como atrasos motores e de fala, inquietação e outros.

■ Consultas

Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori na Divisão de Consultas sobre Reabilitação (5-3-21, Nishi-Hashimoto, Midori-ku, no 3º. andar do Edifício Governamental Coletivo de Midori)	☎ 042-775-1760	Fax 042-775-1750
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori / Encarregado de Tsukui (613-2 Nakano, Midori-ku, no 1º. andar do Centro de Saúde de Tsukui)	☎ 042-780-1420	Fax 042-784-1222
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori / Encarregado de Sagamiko (896 Yose, Midori-ku, no 2º. andar do Escritório Geral de Sagamiko)	☎ 042-684-3737	Fax 042-684-3618
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori / Encarregado de Fujino (2000 Obuchi, Midori-ku, no 2º. andar do Escritório Geral de Fujino)	☎ 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

Curso noturno na subdivisão de Ono Minami Chugakko

○ Requisitos para matrícula.

Pessoas que tenham ultrapassado a idade escolar e que se enquadrem nas seguintes condições

- Pessoas que superaram a idade escolar sem concluir o ensino obrigatório.
- Que concluíram o chugakko sem a educação adequada por diversos motivos.
- Aqueles que não receberam educação equivalente à educação obrigatória no Japão, por ser estrangeiros e outros motivos.

○ O curso noturno são tais lugares

- Os alunos cursarão o nível do ensino fundamental II (chugakko) em aulas noturnas em escolas públicas de ensino fundamental II (chugakko).
- As aulas são ministradas diariamente, de segunda a sexta-feira, começando por volta das 17 horas e terminando por volta das 21 horas.
- A conclusão dos estudos em um curso noturno qualifica o aluno para obter o certificado de conclusão do ensino fundamental II (chugakko).

■ Consultas

Conselho Municipal de Educação Seção de Planejamento e Orientação,

Divisão de Educação Escolar (responsável pela promoção do desempenho acadêmico)

☎ 042-704-8918

Bolsa de estudos (auxílio escolar)

Para as famílias em que todos os membros tenham baixa renda, será concedido um subsídio para cobrir uma parte de despesas com materiais escolares, merenda escolar, etc., necessárias para a criança frequentar escolas públicas ou nacionais de ensino fundamental I e II, ou obrigatório. Aqueles que desejam o auxílio, devem entregar a solicitação à Seção de Assuntos Escolares. A Comissão de Educação decidirá beneficiar mediante análise baseada nos documentos apresentados.

■ Consultas

Seção de Assuntos Escolares da Comissão de Educação da Cidade / Divisão de Apoio Escolar ☎ 042-769-9262

Bolsa Escolar da Cidade de Sagami-hara

Os estudantes do ensino colegial que atenderem aos seguintes requisitos poderão receber a bolsa de estudos da cidade de Sagami-hara.

- (1) Residir na cidade.
- (2) Todos os membros da família têm renda muito baixa (taxa de imposto de renda de 0 ienes) (os tutores com renda fora do Japão serão avaliados separadamente).
- (3) Atualmente se encontra matriculado(a) em uma escola de ensino médio japonesa ou outra instituição e deseja continuar seus estudos.

No entanto, aqueles que recebem benefícios sociais (Seikatsu Hogo) e aqueles que frequentam escolas de educação especial não são elegíveis.

O período de inscrição é o seguinte.

- (1) Meados de novembro durante o terceiro ano do ensino fundamental II (nono ano do ensino obrigatório) até o dia da formatura.
- (2) De junho a fevereiro, após o ingresso no ensino médio e em outras escolas. O valor da bolsa varia de acordo com o período de submissão. A Comissão de Educação decidirá os bolsistas mediante avaliação baseada nos documentos apresentados.

■ Contato: Seção de Assuntos Escolares da Comissão de Educação da Cidade na Divisão de Apoio Escolar

☎ 042-769-9262

Apoio financeiro para estudos no ensino médio e subsídios para as despesas escolares

Com base no programa do Governo, o "Apoio financeiro para estudos no ensino médio" é fornecido aos alunos para cobrir despesas escolares. Além disso, para aqueles que frequentam uma escola de ensino médio particular na província de Kanagawa, pode receber auxílio nas taxas de admissão e mensalidades escolares por meio do sistema de "subsídios para despesas escolares" desta província.

■ Consultas

Na secretaria da escola de ensino médio ou outros que está frequentando.

Bolsa de Estudos para Estudantes do Ensino Médio da Prefeitura de Kanagawa

Para os pais de estudantes do ensino médio e outros que atendam a todos os requisitos receberão a «Bolsa de Estudos para Estudantes do Ensino Médio da Prefeitura de Kanagawa» para cobrir os custos de despesas escolares que não seja a taxa de matrícula do estudante.

■ Consultas

Na secretaria da escola de ensino médio ou outros que está frequentando.

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ょくしゃ

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。

市教育委員会学校教育課

企画指導班

Tel 042-769-8284

■ 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 isenção da taxa do exame para matrícula e da taxa de matrícula para colégios provinciais de Kanagawa

As escolas de ensino médio da província de Kanagawa e outras escolas possuem um sistema que isenta total ou parcialmente as taxas de exame de admissão e de matrícula.

■ Consultas

Secretaria da escola de ensino médio provincial em que o aluno pretende fazer os exames de admissão ou matricular.

Jardim de Infância

O pagamento parcial ou total dos custos de cuidados infantis é subsidiado. Consulte a creche ou jardim de infância, caso deseje matricular a criança.

Instrutor de Língua Japonesa

Com o intuito de adequar o aluno à vida escolar, fornece-se orientação sobre os fundamentos do idioma japonês para as crianças que necessitam, e que estudam em uma escola pública municipal primária, ginásial ou do ensino fundamental.

Colaborador para Orientação da Língua japonesa, etc.

Para as crianças que precisam de uma orientação no idioma japonês e que estudam em uma escola pública municipal primária, ginásial ou de escola do ensino fundamental, o colaborador fornecerá apoio através do uso de sua língua materna, caso surja a necessidade de um suporte à vida cotidiana ou algum aconselhamento ao aluno, ou no caso de ser necessário realizar uma reunião com os pais ou responsáveis com interpretação em sua língua materna.

■ Consultas

Seção de Assuntos Escolares da Comissão de Educação da Cidade ☎ 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、窓口に提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と、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, pensões e impostos

(1) Seguro de assistência médica

As pessoas que vivem no Japão são cobertas pelo seguro médico público, independentemente de sua nacionalidade. Ao compartilhar o ônus com toda a sociedade, você mesmo paga menos quando vai ao hospital devido a uma lesão ou doença. O restante do dinheiro é pago pelo seguro. O certificado de seguro de saúde (Kenko Hokensho) será aplicado aproximando seu cartão My Number registrado (Myna-hokensho) em um leitor de reconhecimento facial instalado na recepção de uma instituição médica.

Há três tipos de seguro médico (seguro de saúde, seguro nacional de saúde e o programa de assistência médica para pessoas com idade avançada.).

Seguro de Saúde

- As pessoas que atendem às condições, como trabalhar mais de 20 horas por semana e receber um salário mensal superior a 88.000 ienes, são cobertas pelo seguro de saúde da sua empresa ou outra seguradora de saúde. Verifique com sua empresa se você pode obter um plano de saúde.
- Os membros da família que possuem plano de saúde e residem no Japão também podem se inscrever no plano. Verifique com sua empresa se sua família pode se inscrever no plano de saúde.

Seguro Nacional de Saúde (Kokumin Kenko Hoken)

Qualquer pessoa que tenha obtido autorização de permanência por mais de três meses e esteja registrada como residente da cidade de Sagami-hara deve se inscrever no Seguro Nacional de Saúde, com exceção das seguintes pessoas:

Embora tenha que pagar impostos de seguro, poderá receber atendimento médico sem preocupações, pagando apenas uma coparticipação de 30% a 20% dos custos médicos quando ficar doente ou se machucar.

<Pessoas que não podem se inscrever no Seguro Nacional de Saúde>

- Pessoas com o visto inferior a 3 meses. (Veja nota abaixo)
Nota: As pessoas com visto de “Entretenimento”, “Programa de Treinamento”, “Dependente Familiar”, “Visto Oficial”, “Atividades Específicas” (exceto nos casos em que a atividade é receber tratamentos médicos ou prestar cuidados diários a uma pessoa.), mesmo que o prazo do visto seja inferior a 3 meses, poderá ingressar ao seguro se for reconhecida que sua estadia excederá 3 meses mediante documentos. Para obter mais informações, entre em contato com o Centro de Atendimento sobre o Seguro Nacional de Saúde de Sagami-hara.
- Pessoas com “Visto de “Curta Duração” e “Visto de Diplomata”.
- Pessoas cujo status de residência é “Atividades Específicas”, cuja atividade é receber tratamentos médicos ou prestar cuidados diários a uma pessoa.
- Pessoas de um país com o qual o Japão tenha firmado um Tratado de Seguro Social, incluindo o seguro de tratamento médico, e tenham recebido do Governo Japonês, o Certificado de Inscrição no Sistema de Seguro Médico (certificado de aplicação).
- Pessoas que estejam inscritas no Seguro de Saúde da empresa onde trabalham (inclusive as pessoas que estejam inscritas como dependente familiar)
- Pessoas que estejam recebendo a ajuda social.
- Pessoas que estejam inscritas no programa de assistência médica para pessoas com idade avançada.

Confirmação de elegibilidade e notificação de informações de qualificação (aviso de informações sobre qualificação).

Caso tenha o cartão de seguro Myna-hokensho, receberá uma notificação de informações de elegibilidade para ser usada juntamente com o seu cartão My Number caso ele não possa ser lido devido a problemas de equipamento ou outros motivos. Além disso, se não tiver o cartão de saúde Myna-hokensho, emitiremos um certificado de elegibilidade. Este documento deverá ser apresentado no balcão de atendimento quando for a uma instituição médica devido à doença ou lesão, portanto, guarde-o em local seguro. Além disso, ao sair do país ou mudar para outra cidade, certifique-se de devolver o certificado.

Taxa do Seguro

Os impostos sobre seguros devem ser pagos em 10 parcelas (termos) de junho a março do ano seguinte. Em junho é enviado o Comunicado de Recolhimento da Taxa de Seguro. Pague até a data de vencimento com o boleto de pagamento anexo.

Subsídios do seguro

Caso se adoeça ou se machuque e precise ir a uma instituição médica, será necessário pagar uma coparticipação de 30% a 20% das despesas médicas no balcão da instituição.

Caso pague um valor elevado, pode solicitar o reembolso da parte que exceder um determinado limite (valor da coparticipação).

Além disso, se você apresentar o seu cartão de seguro MYNA-Hokensho ou o Certificado de Limite de Pagamento Redução Padrão de Coparticipação no balcão de uma instituição médica, poderá limitar o valor da coparticipação ao limite de pagamento próprio. (Observação) o limite de coparticipação depende da idade e da renda familiar.

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　いつてい　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

Atividades para Preservação da Saúde

Para prevenir o aparecimento de doenças e dar suporte para a identificação na fase inicial da doença do segurado inscrito no Seguro Nacional de Saúde, executamos anualmente as seguintes Atividades para Preservação da Saúde.

Tipo	Público-alvo	Custo
Exame de Saúde Especial	Inscritos no Seguro Nacional de Saúde que possuem entre 40 e 74 anos (as pessoas que completam 75 anos no ano em questão podem passar pela consulta até um dia antes da data do aniversário)	¥ 1.000 *
Exame de saúde	Inscritos no Seguro Nacional de Saúde que possuem entre 20 e 39 anos, sendo um membro da família que não possui atrasos no pagamento do Imposto do Seguro Nacional de Saúde.	¥ 1.000
Exame de Saúde Odontológico	Inscritos no Seguro Nacional de Saúde que possuem entre 30 e 39 anos, sendo um membro da família que não possui atrasos no pagamento do Imposto do Seguro Nacional de Saúde.	¥500

* Gratuito para pessoas com idade acima de 70 anos. Pessoas entre 40 e 69 anos podem ter isenção de despesa, diante de solicitação prévia, caso dentre os membros da família o chefe da família e todos os membros inscritos no Seguro Nacional de Saúde estejam isentos do pagamento do imposto municipal.

Tipo	Público-alvo	Valor do subsídio
Subsídio de uma parte da tarifa do check-up médico completo/check-up completo do cérebro	Pessoas que satisfazem as condições indicadas abaixo. 3) Inscritos no Seguro Nacional de Saúde que possuem entre 40 e 74 anos (incluindo pessoas que faz 75 anos neste mesmo ano fiscal), sendo um membro da família que não possui atrasos no pagamento do Imposto do Seguro Nacional de Saúde. 4) Pessoa que consente que os resultados de um exame médico subsidiado pela cidade sejam submetidos à prefeitura pela instituição de exames médicos e que esses resultados sejam tratados como resultados de um exame de saúde específico.	Check-up médico completo ¥ 22.000, Check-up completo do cérebro ¥ 10.000

■ Consultas

Central de Atendimento sobre o Seguro Nacional de Saúde de Sagamihara ☎ 042-707-8111

Programa de Assistência Médica para Pessoas com Idade Avançada

É um seguro médico no qual se inscrevem as pessoas com 75 anos ou mais de idade.

○ Qualificação para inscrição

- Pessoas com 75 anos ou mais, e possuem o registro de residente.
- Pessoas com idade entre 65 e 75 anos que tenham sido certificadas pela Associação Regional como com determinada deficiência.

A qualificação de segurado começa no dia em que complete 75 anos de idade, ou no dia que receba o reconhecimento da deficiência.

* Taxa do seguro

Os prêmios são calculados conforme a renda bruta e outros fatores. Assim que o valor seja determinado, será enviado um aviso de pagamento (Hoken-ryo nonyu tsuchi-sho) da taxa do seguro.

■ Consultas

Centro de atendimento ao cidadão idoso em estágio avançado da cidade 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 きゆうふ 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 じゅきゆう
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 せいきゆうてつづき 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 せいきゆう 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 しゃかいほしやうきやうてい 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 と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 Pensão

Os estrangeiros com endereço no Japão também devem se inscrever no Plano Nacional de Pensões (segurado do Tipo 1). As pessoas que trabalham para uma empresa ou outra organização devem se inscrever no Plano de Pensão dos Funcionários (segurado da Categoria 2). Além disso, o cônjuge dependente de um funcionário da empresa são cobertos pelo Esquema Nacional de Pensão (segurado da Categoria 3).

Pensão Nacional (Kokumin Nenkin) (Segurado da categoria 1)

- ⑥ Requisitos para inscrição
 - Ter o Registro de Residente no Japão.
 - Ter entre 20 e 60 anos de idade.
 - Não estar inscrito no Seguro de Pensão dos Empregados ou em outros planos, ou não ser sustentado por uma pessoa inscrita em um plano de pensão pública.
- ⑦ Trâmite de inscrição

A inscrição deve ser feita na Seção de Seguro de Saúde e Pensão Nacional, na Seção de Cidadãos da Prefeitura de Midori e da Prefeitura de Minami, nos Centros de Desenvolvimento Urbano (exceto os centros de Hashimoto, Chuo Área 6, Regional do Edifício Governamental e Ono-minami) e nas Sucursais Municipais (leve o Cartão de Residente, Certificado de Residente Permanente Especial e o passaporte).
- ⑧ Taxa de seguro
 - Após os trâmites de inscrição, deve-se pagar a taxa de seguro de pensão em instituições financeiras, lojas de conveniência, etc., através do boleto de pagamento enviado pela Organização de Pensão do Japão.
 - A taxa de seguro é única, independentemente do valor do rendimento ou da idade.
 - Estão disponíveis esquemas de isenção, prorrogação e esquemas especiais de pagamento para estudantes.
- ⑨ Tipos de Benefícios

Os benefícios da pensão são: pensão básica de idosos, pensão básica por invalidez, pensão básica à família do falecido, pensão de viuvez, e valor único por morte.
- ⑩ Recebimento

Os benefícios podem ser recebidos desde que se cumpram as condições estabelecidas.
- Consultas
 - Seção de Seguro de Saúde e Pensão Nacional da Prefeitura Municipal de Sagami-hara ☎ 042-769-8228
 - Organização de Pensão do Japão, Escritório de Seguro Social de Sagami-hara
(6-6-6 Sagami-Ono, Minami-ku) ☎ 042-745-8101

Pensão de funcionários (segurado da categoria 2)

Se trabalha em uma empresa do Japão regularmente, é aplicável a Pensão de Assalariados e deve ingressar-se nela (segurado da Categoria 2).

- Consultas

Organização de Pensão do Japão, Escritório de Seguro Social de Sagami-hara
(6-6-6 Sagami-Ono, Minami-ku) ☎ 042-745-8101

«Sobre o procedimento de solicitação do pagamento único de cancelamento»

Se for sair do país depois de pagar as taxas de seguro por 6 meses ou mais, poderá receber um pagamento único por desligamento equivalente ao período de pagamento das taxas de seguro, desde que requeira no prazo de 2 anos depois que sair do Japão.

* Alguns países possuem acordos de previdência social, portanto, entre em contato com a linha direta de pensões do Serviço de Pensões do Japão para obter mais informações.

- Endereço de cobrança

Sede da Organização de Pensão do Japão(〒168-8505 3-5-24 Takaidonishi, Suginami-ku, Tokyo)
- Consultas

Discagem sobre pensão
(No país) ☎ 0570-05-1165
(Pelo exterior) ☎ +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 assistência à Idosos (Kaigo Hoken)

O seguro de cuidados de longa duração é um sistema que oferece diversos serviços de enfermagem, incluindo cuidados preventivos, em domicílio ou em instituições, para pessoas que necessitam de cuidados ou apoio de enfermagem por estarem acamadas ou por terem demência. Aqueles que possuem endereço no Japão e têm mais de 40 anos precisam se inscrever no Seguro de Cuidados a Idosos, tornando-se um segurado, e pagando a taxa do seguro, independentemente da nacionalidade.

Quando precisar de cuidados de enfermagem, você pode utilizar os serviços pagando 10% do custo (20% ou 30% para quem tem uma renda igual ou superior a um determinado valor).

Taxa de seguro

- ③ Pessoas de 40 a 64 anos (pessoas seguradas pelo seguro de assistência médica)

As taxas do seguro são pagas juntamente com as taxas do seguro saúde (impostos).

- ④ Pessoas com 65 anos ou mais de idade

O pagamento das taxas do seguro é em etapas, conforme a sua renda.

Pessoas que podem utilizar os serviços de cuidados geriátricos

- ③ Pessoas de 40 a 64 anos

Pessoas que precisam de apoio ou cuidados devido a 16 doenças designadas.

- ④ Pessoas com 65 anos ou mais de idade

Pessoas que necessitam de acompanhamento e/ou de cuidados geriátricos nas atividades cotidianas, etc.

*** Para utilizar o serviço do Seguro de Cuidados a Idosos, é preciso, de antemão, receber a certificação da necessidade de cuidados ou suporte aos idosos.**

Serviços disponíveis do Seguro de Cuidados a Idosos

Quem recebeu reconhecimento da necessidade de assistência, pode utilizar o serviço de acordo com a situação da necessidade de assistência. Para obter mais informações, entre em contato.

■ Consultas

Seção de Seguro de Cuidados aos Idosos da Prefeitura Municipal

- Sobre as taxas de seguro Divisão de Arrecadação da Taxa do Seguro ☎ 042-769-8321
- Sobre o certificado da necessidade de cuidados de enfermagem Divisão de Aprovação ☎ 042-769-8342
- Sobre o recebimento de benefícios Divisão de Assuntos Gerais e Recebimento dos benefícios ☎ 042-707-7058

(4) Impostos

Imposto do município, imposto da província

Os estrangeiros com um endereço na cidade a partir de 1º de janeiro estão sujeitos ao imposto municipal e provincial sobre sua renda durante o ano anterior (janeiro a dezembro). Quanto aos estudantes estrangeiros e estagiários técnicos, pode haver isenção do imposto (para obter mais detalhes, entre em contato conosco).

■ Consultas

Seção de Impostos do Município da Prefeitura Municipal ☎ 042-769-8221

A pessoa que necessita efetuar a declaração definitiva de rendimentos e gastos à coletoria fiscal, deve-se informar no endereço abaixo:

Coletoria Fiscal de Sagamihara

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

Imposto sobre patrimônio imobilizado

Este imposto incide sobre aquele que possui terreno, casa, patrimônio amortizável, etc., na cidade, no dia 1º de janeiro de cada ano. O comunicado de cobrança do imposto será enviado por correio no dia 1 de maio.

Imposto sobre Planejamento Urbano

É o imposto destinado à construção de ruas, parques, etc., e é incidido sobre as pessoas que possuem terrenos, casas, etc., em área designada como de urbanização na cidade, no dia 1º de janeiro de cada ano. Este deve ser pago juntamente com o Imposto Predial, cujo comunicado de cobrança é enviado no dia 1 de maio.

■ Consultas

Seção de Bens e Impostos da Prefeitura Municipal ☎ 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 かぜい
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)
かぜいしやうめいしよ 課税証明書 ひかぜいしやうめいしよ (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はん

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

Imposto sobre Veículos Leves (por categoria)

Este imposto incide sobre a pessoa que possui bicicleta motorizada, veículo leve, automóvel especial de pequeno porte ou veículo de 2 rodas de pequeno porte, todos os 1º de abril de todos os anos. O aviso de cobrança do imposto é enviado em meados de maio.

Lista dos trâmites de registro e de cancelamento de veículos leves, etc.

Tipo de veículo	Local da declaração	
Bicicleta motorizada (125cc ou menos) Veículo especial de pequeno porte	Seção de Impostos do Município da Prefeitura Municipal	☎ 042-769-8297
	Escritório de Imposto Municipal de Midori (5-3-21, Nishi Hashimoto, Midori-ku, no 5º. Andar do Edifício Governamental Coletivo de Midori)	☎ 042-775-8806
	Escritório de Imposto Municipal de Minami (5-31-1 Sagami-Ono, Minami-ku, no 3º. andar do edifício Governamental Coletivo de Minami-ku)	☎ 042-749-2161
	Centro de Desenvolvimento Urbano de Shiroyama (1-3-1 Kubosawa, Midori-ku, no escritório geral de Shiroyama)	☎ 042-783-8103
	Centro de Desenvolvimento Urbano Tsukui (633 Nakano, Midori-ku, no escritório geral de Tsukui)	☎ 042-780-1400
	Centro de Desenvolvimento Urbano de Sagamiko (896 Yose, Midori-ku, no escritório geral de Sagamiko)	☎ 042-684-3214
	Centro de Desenvolvimento Urbano de Fujino (2000 Obuchi, Midori-ku, no escritório geral de Fujino)	☎ 042-687-5514
Veículo leve (três ou quatro rodas)	Filial de Sagami do Escritório de Kanagawa da Associação de Inspeção de Veículos Leves (4071-5 Aza Sakuradai, Nakatsu, Aikawa-machi, Aiko-gun)	☎ 050-3816-3120
Veículos leves de 2 rodas (acima de 125 cc., abaixo de 250 cc.) Veículos motorizados pequenos de duas rodas (acima de 250 cc.)	Escritório de Registro e Inspeção de Veículos de Sagami (7181 Aza Sakuradai, Nakatsu, Aikawa-machi, Aiko-gun)	☎ 050-5540-2037

* No caso de aquisição ou transferência de um veículo, comunique o fato em até 15 dias e, no caso de se desfazer de um veículo, vendê-lo, ou mudar de endereço, comunique o fato em até 30 dias.

Diversas certidões de impostos

São emitidas certidões do Imposto do Município, Imposto sobre Patrimônio Imobilizado, etc. As principais certidões são as seguintes:

Tipo de certidão	Imposto	Conteúdo	Principais utilizações
Certidão de pagamento do imposto	Imposto do município, imposto da província	Valor pago do imposto, valor inadimplente, etc.	• Solicitação de naturalização • Solicitação de visto (VISA) • Fiador • Empréstimo de capital
	Imposto sobre patrimônio imobilizado, imposto do plano de urbanização	Valor pago do imposto, valor inadimplente, etc.	
	Imposto sobre veículos leves (por categoria) (para a inspeção do veículo)*	Certidão negativa	• Inspeção do veículo (Inspeção de continuidade)
Certidão de tributação (Certidão de isenção) (Certidão de rendimentos)	Imposto do município, imposto da província	Renda, rendimento, valor do imposto, etc.	• Empréstimo de capital • Solicitação de visto (VISA) • Confirmação de sustento • Ajuda de dinheiro público

Eles são emitidos na Seção de Impostos Municipais, no Escritório de Impostos Municipais de Midori, no Escritório de Impostos Municipais de Minami e em vários Centros de Desenvolvimento Urbanos. A certidão deve ser solicitada pelo próprio interessado ou por um membro da família que mora junto, levando um documento comprobatório da identidade como, por exemplo, o Cartão de Residente ou o Certificado de Residente Permanente Especial. Caso uma outra pessoa além da mencionada anteriormente for solicitar, será necessário apresentar uma procuração assinada pelo próprio interessado. A taxa de emissão da certidão custa 300 ienes por via. (com asterisco* é gratuita).

Além disso, alguns tipos de certidões de impostos também podem ser emitidos nas lojas de conveniência, através do Cartão My Number.

■ Consultas

Divisão de Impostos Municipais da Prefeitura, Seção de Certificação de Impostos

☎ 042-769-8297

Escritório de Imposto Municipal de Midori

(5-3-21, Nishi Hashimoto, Midori-ku no 5º. Andar do Edifício Governamental Coletivo de Midori) ☎ 042-775-8806

Escritório de Imposto Municipal de Minami

(5-31-1 Sagami-Ono, Minami-ku no 3º. andar do edifício Governamental Coletivo de Minami-ku) ☎ 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

しよとくぜい

所得税

がつついたち がつ にち ねんかん しよとく きゆうりよう ぜいきん かいしゃ つと ひと じぶん
1 月 1 日から 1 2 月 3 1 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
しょうばい ひと ぜいきん はら かた ちが
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

Método de pagamento de imposto municipal

O imposto municipal deve ser pago até o prazo estabelecido, através do boleto de cobrança enviado pela prefeitura municipal. O pagamento pode ser efetuado nas instituições financeiras descritas no verso do boleto, balcões das agências do correio, lojas de conveniência, e também pela internet por cartão de crédito e por smartphone pelo aplicativo de pagamento. Além do pagamento pelo boleto, pode-se utilizar também o sistema de transferência bancária automática de uma conta bancária designada. O trâmite para usar este sistema deve ser feito diretamente na instituição bancária, correio ou Seção de Pagamento de Imposto da Prefeitura Municipal, após preencher os dados necessários no formulário de requerimento de transferência bancária, que se encontra à disposição nos balcões das instituições bancárias e agências de correio da cidade, e da prefeitura municipal.

■ Consultas

Divisão de Pagamento de Impostos Municipais, Seção de Gerenciamento de Cobrança 1 e 2 ☎ 042-769-8225

Impostos a serem pagos ao governo

Imposto de renda

Imposto cobrado com base na renda anual (salário, etc.) calculada de 1 de janeiro a 31 de dezembro. O método de pagamento difere entre empregados e autônomos.

■ Consultas sobre o Imposto Provincial e Imposto Nacional

• Escritório de Imposto Provincial de Sagamihara

(6-3-1 Sagami-Ono, Minami-ku, no Edifício Governamental Coletivo Koso da Província de Kanagawa)

☎ 042-745-1111

• Coletoria Fiscal de Sagamihara

(6-4-14, Fujimi, 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. Saúde, Assistência Médica e Bem-estar Social

(1)Saúde

Exame de Saúde e Exame de Câncer

Os exames podem ser feitos nas instituições médicas colaboradoras, escolas, etc., da cidade. Deverá efetuar o requerimento com antecipação. Os detalhes serão transmitidos através do boletim “Koho Sagamihara”.

Categorias: Exames de saúde (específicos), exames de câncer, teste de vírus da hepatite, exame de saúde bucal, exame de câncer bucal

Vacinação periódica para idosos

As pessoas registradas como residentes na cidade de Sagamihara e atendem a determinados requisitos podem receber vacinas regulares em instituições médicas parceiras, com a cidade pagando parte dos custos da vacinação.

Categoria (1) Vacinação contra herpes zoster (para pessoas com 65 anos)

(2) Vacinação pneumocócica (para pessoas com 65 anos na data da vacinação).

(3) Vacina contra a COVID-19 (para pessoas com 65 anos ou mais na data da vacinação).

Os detalhes serão informados pelo boletim “Koho Sagamihara” .

(4) Vacinas contra a influenza (para pessoas com 65 anos ou mais na data da vacinação).

Os detalhes serão informados pelo boletim “Koho Sagamihara” .

(2) Assistência Médica

Dentre as instituições médicas do Japão, existem os hospitais que contam com instalações para internação, e as clínicas, onde as pessoas efetuam consultas rotineiras com mais acessibilidade. Para evitar pânicos ao ficar doente, certifique-se de verificar se há hospitais e clínicas nas proximidades. Além disso, há alguns hospitais e clínicas que necessitam reservas antecipadas para a consulta. Não se esqueça de levar o Cartão do Seguro e quaisquer atestados médicos quando comparecer à sua consulta. Se não apresentar o Cartão do Seguro, será considerada consulta fora do seguro, o que implica em despesas caras.

Em caso de Enfermidade Repentina nos Feriados ou à Noite

Caso lesionar ou adoecer repentinamente em um feriado ou à noite, e não souber qual o hospital ou a clínica médica disponível, entre em contato com o Centro de Informações Médicas de Emergência de Sagamihara (☎ 042-756-9000), ou o Centro de Consulta Emergenciais de Kanagawa (☎ #7119). Receberá informações sobre os hospitais e clínicas médicas disponíveis.

Horário de atendimento telefônico

	Centro de Informações Médicas de Emergência de Sagamihara	Centro de Consultas Emergenciais de Kanagawa
Dias úteis	De 17h00 às 9h00 do dia seguinte	Das 9h00 às 17h00
Sábado	De 13h00 às 9h00 do dia seguinte	Das 9h00 às 13h00
Feriados (domingo, feriado, final e início do ano)	De 9h00 às 9h00 do dia seguinte	

*De um telefone fixo, ligue para 045-232-7119 ou 045-523-7119.

Em uma emergência, como no caso da pessoa estar inconsciente, ter dor de cabeça ou de barriga repentina ou estar com hemorragia, ligue para 119 e peça uma ambulância.

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 せいしんしようにうじょう 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 しょうじょう あつか せいしんかきゅうきゅういりようじょうほうまどぐち 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 じょうきょう 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よう
身体障害者手帳

じ こ びようき 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よう 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。

りよういくてちよう
療育手帳

ちてきしょうがい ひと えんご う りよういくてちよう 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よう
精神障害者保健福祉手帳

いってい せいしんしょうがい じようたい 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よう 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 かいじょ 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 りよういくなど
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 にちじようてき かいご かぞく びよういん 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。

Quando estiver com dor de dente súbita durante o Golden Week (feriado prolongado de maio) e final/início de ano

O Centro de Saúde Oral de Sagamihara disponibiliza atendimento odontológico de emergência temporariamente durante o Golden Week e final/início de ano. Telefone antes de receber atendimento.

Centro de Saúde Oral de Sagamihara

(6-1-1 Fujimi, Chuo-ku, no 2º. Andar do Wellness Sagamihara Prédio B) ☎ 042-756-1501

Dias de atendimento: Golden Week (3 a 6 de maio), passagem de ano (de 29 de dezembro a 4 de janeiro)

Horário de atendimento: Das 8h45 às 11h30, das 13h15 às 16h30

■ Consultas

Seção de Políticas de Saúde da Prefeitura Municipal ☎ 042-769-9230

Quando se agravam os sintomas psiquiátricos em um feriado, à noite ou de madrugada

Quando apresentar um início súbito de doença mental ou agravamento dos sintomas, entre em contato com o Balcão de Informações Médicas de Emergência Psiquiátrica (☎045-261-7070). Será apresentado uma instituição psiquiátrica às pessoas que necessitam urgentemente de um atendimento médico. (Não prometemos apresentá-lo).

Dias úteis De 17h00 às 8h30 do dia seguinte

Feriados (sábados, domingos, feriados e passagem do ano) das 8h30 às 8h30 do dia seguinte

* Se a manhã seguinte for dia útil a recepção será até às 8h00.

■ Consultas

Equipe Médica de Emergência da Divisão de Saúde Mental e Bem-Estar Social Municipal ☎ 042-769-9813

(3) Bem-estar Social**◎ Assistência social aos deficientes**

São concedidos os seguintes auxílios às pessoas com deficiência, de acordo com a situação destas.

Caderneta de Deficiente Físico

À pessoa que porta deficiência física conseqüente de acidente, doença, etc., é emitida a Caderneta de Deficiente Físico, com a qual pode receber diversas assistências.

Caderneta de Cuidado ao Deficiente

À pessoa que porta deficiência mental, é emitida a Caderneta de Cuidado e ao Deficiente, com a qual é possível se receber diversas assistências.

Caderneta de Saúde e Assistência Social ao Portador de Deficiência Psicológica

À pessoa que se encontra com deficiência psicológica em um determinado grau, é emitida a Caderneta de Saúde e Assistência Social ao Portador de Deficiência Psicológica, com a qual pode-se receber diversas assistências.

Serviço de assistência social aos deficientes, e outros

Fornecemos auxílio principalmente no caso de ajuda para alimentação em domicílio, treinamento para a vida cotidiana em instalações de auxílio à deficientes, treinamento voltado para o trabalho, treinamento para alojamento, reabilitação, etc.

Admissão para Cuidados Temporários Diurnos

Quando a família que cuida permanentemente de uma pessoa com deficiência tem a necessidade de ir ao hospital ou descansar, etc., a pessoa com deficiência é recebida temporariamente durante o dia (período diurno), onde é fornecido cuidado e treinamento diário.

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　しょうがいしゃそうだんか 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)	しんたい　ちてきふくしはん ①身体・知的福祉班 TEL 042-769-9266	きょうつう ①②共通 Fax 042-755-4888
	せいしんほけんふくしはん ②精神保健福祉班 TEL 042-769-9806	
みなみこうれい　しょうがいしゃそうだんか 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)	しんたい　ちてきふくしはん ①身体・知的福祉班 TEL 042-701-7722	きょうつう ①②共通 Fax 042-701-7705
	せいしんほけんふくしはん ②精神保健福祉班 TEL 042-701-7715	
みどりこうれい　しょうがいしゃそうだんか 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)	しんたい　ちてきふくしはん ①身体・知的福祉班 TEL 042-775-8810	きょうつう ①②共通 Fax 042-775-1750
	せいしんほけんふくしはん ②精神保健福祉班 TEL 042-775-8811	
しろやまふくしそうだん 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　しょうがいしゃそうだんか 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
さがみこふくしそうだん 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
ふじのふくしそうだん 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

Fornecimento e Conserto de Aparelhos, etc.

Fornecemos e reparamos dispositivos que auxiliam funções físicas (próteses, membros artificiais, bengalas de segurança para deficientes visuais, cadeiras de rodas, aparelhos auditivos, etc.) para facilitar a vida diária e profissional de pessoas com deficiência física.

Fornecimento de Artigos para a Vida Cotidiana

Fornecemos equipamentos e artigos para facilitar o dia a dia de pessoas com deficiência.

Despesas de Tratamento Médico de Assistência à Independência

Quando uma pessoa com deficiência receber tratamento médico (tratamento médico para reabilitação e reabilitação psiquiátrica), para aliviar as condições de sua deficiência, em uma instituição médica designada, como regra geral, a pessoa arca com 10% das despesas de tratamento médico.

Pagamento de subsídios especiais por invalidez, e outros benefícios

Existem esquemas nacionais e provinciais de subsídio de bem-estar social para pessoas com deficiências graves (pessoas com deficiência grave). Para receber este subsídio, há alguns requisitos a satisfazer.

Subsídio da Tarifa de Utilização de Táxi de Assistência Social e das Despesas de Combustível de Automóvel

São fornecidos cupons de táxi ou de combustível para os deficientes graves que vivem em casa, pessoas com doença crônica de infância ou que têm alguma doença específica. Para receber o subsídio, há alguns requisitos a satisfazer.

■ Consultas

Seção de Consultas aos Idosos e Portadores de Deficiência de Chuo (6-1-1 Fujimi, Chuo-ku, no Wellness Sagamihara)	(1) Divisão de Assistência Social Física e Intelectual ☎ 042-769-9266	FAX de (1) e (2) Fax 042-755-4888
	(2) Divisão de Saúde e Assistência Social Mental ☎ 042-769-9806	
Seção de Consulta a idosos e Deficientes de Minami (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku, no Centro de Saúde Pública e Assistência Social de Minami)	(1) Divisão de Assistência Social Física e Intelectual ☎ 042-701-7722	FAX de (1) e (2) Fax 042-701-7705
	(2) Divisão de Saúde e Assistência Social Mental ☎ 042-701-7715	
Seção de Consultas para Idosos e Portadores de Deficiência de Midori (5-3-21 Nishi-Hashimoto, Midori-ku, no Edifício Governamental Coletivo de Midori-ku)	(1) Divisão de Assistência Social Física e Intelectual ☎ 042-775-8810	FAX de (1) e (2) Fax 042-775-1750
	(2) Divisão de Saúde e Assistência Social Mental ☎ 042-775-8811	
Centro de Consultas de Bem-estar Social de Shiroyama (1-3-1 Kubosawa, Midori-ku, no escritório geral de Shiroyama)	☎ 042-783-8136	Fax 042-783-1720
Seção de Consultas aos Idosos e Portadores de Deficiência de Tsukui (613-2 Nakano, Midori-ku, no Centro de Saúde de Tsukui)	☎ 042-780-1412	Fax 042-784-1222
Centro de Consultas de Bem-estar Social de Sagamiko (896 Yose, Midori-ku, no escritório geral de Sagamiko)	☎ 042-684-3215	Fax 042-684-3618
Centro de Consultas de Bem-estar Social de Fujino (2000 Obuchi, Midori-ku, no escritório geral 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 つくいそうごうじむしょない (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 042-701-7720

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 042-701-7717

Auxílio de Subsistência

É possível fazer o requerimento do auxílio de subsistência devido a uma diminuição na renda familiar causada por desemprego ou outros motivos, ou devido a despesas médicas decorrentes de doenças, ou acidentes. Após a averiguação e solicitação, caso esteja nos critérios do auxílio, será fornecido o valor adequado do auxílio de subsistência. Também será fornecido apoio para proporcionar a autosubsistência.

■ Consultas

Seção de Suporte à Vida de Midori, Divisão de Proteção 1 e Divisão de Proteção 2 (5-3-21 Nishi-Hashimoto, Midori-ku no Edifício Governamental Coletivo de Midori-ku)	☎ 042-775-8809
Seção de Suporte à Vida de Midori, Divisão de Proteção 3 (633 Nakano, Midori-ku, no escritório geral de Tsukui)	☎ 042-780-1407
Seção de Suporte à Vida de Chuo, Divisão de Proteção e Consultas (6-1-20 Fujimi, Chuo-ku, no Ajsai Kaikan)	☎ 042-707-7056
Seção de Apoio à Vida Diária de Minami (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku, no Centro de Saúde Pública e Assistência Social de Minami)	☎ 042-701-7720

Sistema de Apoio à Subsistência de Pessoas Necessitadas

Atende-se consultas de pessoas desempregadas ou que encontram dificuldades na vida diária, e realiza-se também consultas individuais de acordo com a situação e assunto.

■ Consultas

Balcão de atendimento de consultas sobre Apoio à Subsistência de Midori (6-2-1 Hashimoto, Midori-ku, no 6º. andar do Hashimoto City Plaza, no Centro de Apoio Geral ao Emprego Municipal)	☎ 042-774-1131
Balcão de atendimento de consultas sobre Apoio à Subsistência de Chuo (6-1-20 Fujimi, Chuo-ku, no Ajsai Kaikan)	☎ 042-769-8206
Balcão de atendimento de consultas sobre Apoio à Subsistência de Minami (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku, no Centro de Saúde Pública e Assistência Social de Minami)	☎ 042-701-7717

8 生活に必要な情報

(1) 仕事

働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などのための保険です。

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ゆんぶかんとくか
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 しゆくじつ 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 じ ごぜん じ 午前9時～午前12時 ごご じ ごご じ 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ゆんぶかんとくか
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 かい
(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 しゆくじつ 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 じ ごご じ 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 しゆくじつ 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 じ ごご じ 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.

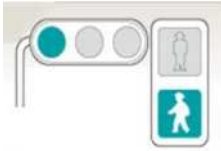
<https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php>



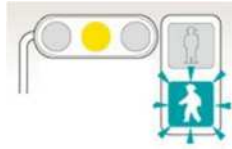
(3) 交通

交通ルール

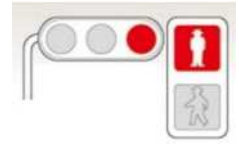
【信号の色の意味】



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。

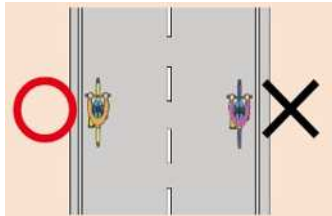


あかいろ と
赤色：止まります。

【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、え くるま はし みち ちか ところ はし
車が走る道に近い所を走ります。
- ・すぐにと止まることができるようにゆっくりはし走ります。
- ・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。

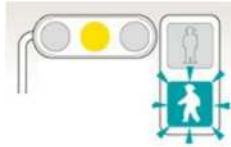
(3) Trânsito

Regras de Trânsito

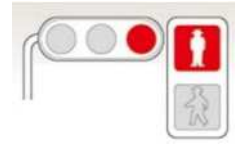
[Significados das cores do semáforo]



Verde: Siga



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



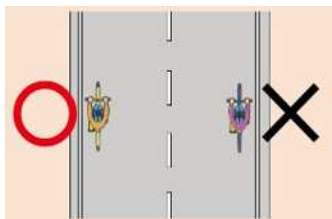
Vermelho: Pare

[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**

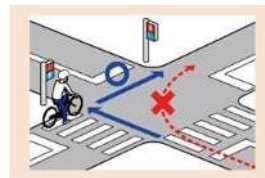
右に曲がるとき、この絵の青い実線のように進みます。
赤い点線のように斜めに進んではいけません。

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、そこを通過します。

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.

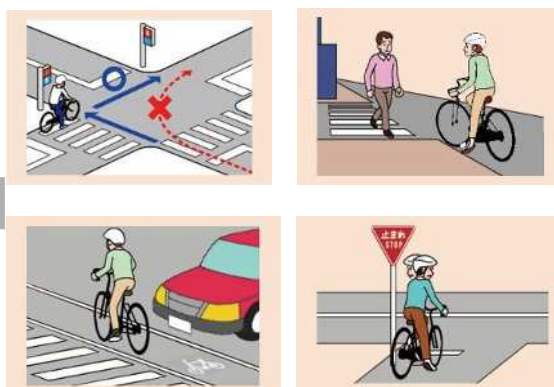
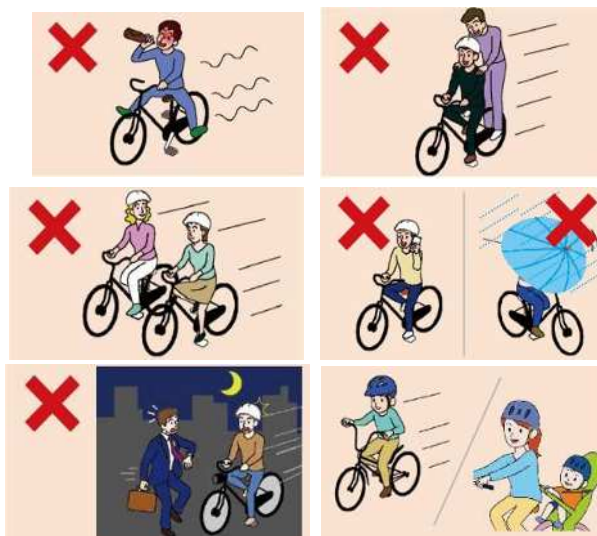
- Ao atravessar um cruzamento
Ao virar à direita, siga conforme a seta azul na ilustração ao lado.
Não siga na diagonal, conforme indicado pela linha pontilhada vermelha.

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 N T T 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 1 1 6 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 1 1 3 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 2 4 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 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

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	しやくしよほんちようしやない 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ようしやない 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

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ようしやない 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	しやくしよほんちようしやない 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ようしやない 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

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 緑高齢・障害者相談課	042-775-8812	みどりくごうどうちようしやない 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 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 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 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. Principais locais de contato de cada escritório distrital

■ Consultas de preocupações e problemas na vida diária.

Nome da Seção/Organização		Nº telefone	Local
Pref. de Midori.	Sala de Consultas aos Cidadãos	042-775-1773	No City Plaza Hashimoto (6-2 Hashimoto, Midori-ku)
Pref. de Chuo		042-769-8230	No Edifício principal da Prefeitura (2-11-15, Chuo, Chuo-ku)
Pref. de Minami		042-749-2171	Dentro do Edifício Governamental Coletivo de Minami (5-31-1 Sagami-Ono, Minami-ku)

■ Recepção de diversas notificações e solicitações, como registros familiares, registros básicos de residentes, registro de carimbo, certificados para de residentes permanentes especiais e autorizações temporárias de circulação de veículos, além da emissão de certificados e cartões My Number.

Nome da Seção/Organização			Nº telefone	Local
Pref. de Midori.	Seção de Registro Civil	Registro de Família	042-775-8804	No Edifício Governamental Coletivo de Midori (5-3-21 Nishi-Hashimoto, Midori-ku)
		Registro de Estrangeiros	042-775-8803	
Pref. de Chuo		Registro de Família	042-769-8337	No Edifício principal da Prefeitura (2-11-15, Chuo, Chuo-ku)
		Registro de Estrangeiros	042-769-8227	
		Retificações	042-769-8294	
Pref. de Minami		Registro de Família	042-749-2132	Dentro do Edifício Governamental Coletivo de Minami (5-31-1 Sagami-Ono, Minami-ku)
		Registro de Estrangeiros	042-749-2131	
		Retificações	042-749-2133	

■ Consultas aos idosos, portadores de deficiências e sobre doenças mentais, solicitação de serviços de assistência social aos idosos e portadores de deficiência, seguro de cuidado a idosos, prevenção de doenças, medidas relacionadas à demência, entrega da caderneta de portador(a) de deficiência, solicitação de próteses, solicitações de auxílios relacionados a deficiências, etc.

Nome da Seção/Organização		Nº telefone	Local
Seção de Consultas para Idosos e Portadores de Deficiência de Midori	Assistência social aos idosos	042-775-8812	No Edifício Governamental Coletivo de Midori (5-3-21 Nishi-Hashimoto, Midori-ku)
	Bem-estar físico e intelectual	042-775-8810	
	Bem-estar mental	042-775-8811	
Seção de Consultas aos Idosos e Portadores de Deficiência de Tsukui	Assistência social Comunitário e de Idosos	042-780-1408	No Centro de Saúde de Tsukui (613-2 Nakano, Midori-ku)
	Assistência social aos Portadores de Deficiência	042-780-1412	
Seção de Consultas aos Idosos e Portadores de Deficiência de Chuo	Assistência social aos idosos	042-769-8349	No Wellness Sagamihara (6-1-1, Fujimi, Chuo-ku)
	Bem-estar físico e intelectual	042-769-9266	
	Bem-estar mental	042-769-9806	
Seção de Consulta a idosos e Deficientes de Minami	Assistência social aos idosos	042-701-7704	No Centro de Saúde e Assistência Social de Minami (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku)
	Bem-estar físico e intelectual	042-701-7722	
	Bem-estar mental	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	042-775-8813
	かていしえんはん こども家庭支援班	042-775-8814
	りょういくそうだんはん 療育相談班	042-775-1760
	ぼしほけんはん 母子保健班	042-775-8829
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	042-769-9267
	かていしえんはん こども家庭支援班	042-769-9221
	ぼしほけんはん 母子保健班	042-769-8222
	りょういくそうだんはん 療育相談班	042-756-8424
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	042-701-7723
	かていしえんはん こども家庭支援班	042-701-7700
	ぼしほけんはん 母子保健班	042-701-7710
	りょういくそうだんはん 療育相談班	042-701-7727

- Entrega da caderneta de saúde materno-infantil, exames de saúde infantis (coletivo), consultas sobre o uso de creches, solicitação de subsídio infantil, consultas e cursos sobre saúde, criação de filhos, nutrição e outros, consultas sobre desenvolvimento e deficiência da criança, consultas para famílias monoparentais e mulheres, consultas e denúncias sobre maus tratos às crianças, etc.

Nome da Seção/Organização		Nº telefone	Local
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Midori	Serviços de apoio à criação de filhos	042-775-8813	No Edifício Governamental Coletivo de Midori (5-3-21 Nishi-Hashimoto, Midori-ku)
	Apoio às crianças e famílias	042-775-8814	
	Consultas sobre reabilitação	042-775-1760	
	Saúde Materno-Infantil	042-775-8829	
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Chuo	Serviços de apoio à criação de filhos	042-769-9267	No Wellness Sagamihara (6-1-1, Fujimi, Chuo-ku)
	Apoio às crianças e famílias	042-769-9221	
	Saúde Materno-Infantil	042-769-8222	
	Consultas sobre reabilitação	042-756-8424	No Yokoen (3-19-2 Yokodai, Chuo-ku)
Centro de Assistência à Criação de Filhos de Minami	Serviços de apoio à criação de filhos	042-701-7723	No Centro de Saúde e Assistência Social de Minami (6-22-1 Sagami-Ono, Minami-ku)
	Apoio às crianças e famílias	042-701-7700	
	Saúde Materno-Infantil	042-701-7710	
	Consultas sobre reabilitação	042-701-7727	