

小牧生活信息报

9
2023

P1 ●KIA第2期日语教室

P2 ●母子健康检查等日历

P3 ●成人专项检查通知

P4 ●进行2023年住宅・土地统计调查

●下次税金的支付期限为10月 2日(周一)

●身心健康吗?

自我“内心”、且自己最珍贵之人的“内心”

P5 ●关于新型冠状病毒肺炎疫苗接种
(打预防针)

●频繁发生自行车被盗案件

●在汉字教室愉快学习一下吧!

P6 ●KIA国际沟通交流庆典

●KIA中文讲座(初级)通知

●KIA募集葡萄牙语讲座(初级)通知



第2期 日语教室

※可按自己水平选择适合班级。

班 级	初 级						初 中 级 目标为N4者	中 级 目标为N3者	高 级 目标为N2、N1者
	A	B	C	D	E	F	G	H	I
星 期	周 日								
时 间	13:00 ~ 15:00	13:00 ~ 15:00	15:00 ~ 17:00	15:00 ~ 17:00	10:30 ~ 12:30	8:30 ~ 10:30	8:30 ~ 10:30	10:30 ~ 12:30	17:00 ~ 19:00
教 师	朝仓等	松冈等	朝仓等	松冈等	松冈	松冈	朝仓	朝仓	朝仓

日 期 周日 9月3日至12月3日 共12次

- ①9/3 ②9/10 ③9/17 ④9/24
⑤10/1 ⑥10/8 ⑦10/15
⑧10/29 ⑨11/5 ⑩11/19 ⑪11/26 ⑫12/3

地 点 小牧市公民馆 4楼 国际象棋室/ 蔷薇室

对 象 外国人

费 用 听课费1,000日元(A~I班级)

(非会员者需要KIA年会费2,000日元)

教材费: A班级1,500日元、B-F班级1,000日元 G-I班级2,000日元

申 请 请携带费用到小牧市国际交流协会(KIA)。



咨询处

小牧市国际交流协会(KIA) TEL.0568-76-0905 FAX.0568-71-8396 E-mail: kia@ma.ccnw.ne.jp

小牧市小牧2-107小牧市公民馆 4楼 ※9:00-17:00 (12:00-13:00、周日、周一以及节假日休息)

母子健康检查等日历

种类	日期	地点	受理时间	对象/内容/申请等
4月龄婴儿健康检查、 母亲齿科健康检查	9月5日(周二)	保健中心	13:05-13:55	2023年4月25日~30日出生
	9月12日(周二)			2023年5月1日~8日出生
	9月19日(周二)			2023年5月9日~16日出生
	9月26日(周二)			2023年5月17日~24日出生
1周岁6月龄幼儿 健康检查	9月8日(周五)	保健中心	13:05-14:15	2022年3月1日~10日出生
	9月15日(周五)			2022年3月11日~20日出生
	9月22日(周五)			2022年3月21日~31日出生
2周岁3月龄幼儿 齿科健康检查	9月7日(周四)	保健中心	9:00-10:10	2021年6月1日~15日出生
	9月21日(周四)			2021年6月16日~30日出生
3周岁幼儿健康检查	9月6日(周三)	保健中心	13:05-14:15	2020年9月1日~10日出生
	9月13日(周三)			2020年9月11日~20日出生
	9月20日(周三)			2020年9月21日~30日出生



※事先向对象者邮寄信件。请在信件中确认详细受理时间。
 ※请务必穿戴口罩并携带亲子(母子)健康手册、浴巾前来。
 ※请务必接受健康检查。如有不便之处者，请向保健中心咨询。

断奶饮食教室 (初期咽下教室)	9月6日(周三)	保健中心	10:00-11:00	<ul style="list-style-type: none"> ●对象 / 4月龄后的婴儿保护者，婴儿也可以参加 ●携带物品 / 亲子(母子)健康手册、浴巾、茶及笔记用具 ●费用 / 免费 ●申请 / 保健中心 	需要预约
断奶饮食教室 (后期咀嚼教室)	9月22日(周五)	保健中心	10:00-11:00	<ul style="list-style-type: none"> ●对象 / 9月龄后的婴儿保护者，婴儿也可以参加 ●携带物品 / 亲子(母子)健康手册、浴巾、茶及笔记用具 ●费用 / 免费 ●申请 / 保健中心 	需要预约
笑咪咪龋齿预防咨询	9月1日(周五)	味冈儿童馆 TEL.0568-75-4999	10:00-11:15	<ul style="list-style-type: none"> ●对象 / 婴幼儿(特为1周岁左右宝宝推荐) ●内容 / 咨询关于刷牙方法、牙齿排列方面的焦虑担心等事 ●携带物品 / 亲子(母子)健康手册、牙刷及浴巾(1张) ●费用 / 免费 ●申请 / 味冈儿童馆 	需要预约
看望婴儿	保健联络员和保健联络员OB带贺礼访问生后1至3月龄左右的婴儿家庭。(事先打电话询问是否方便)				
亲子健康手册 (母子健康手册)发放	周一至周五 (节假日, 年底年初除外)	育儿世代 总括支援中心 (Lapio 3楼)	9:30-17:30	<ul style="list-style-type: none"> ●内容 / 将亲子(母子)健康手册交给保健师和助产士。请向保健师和助产士咨询关于孕期的不安焦虑等 ●携带物品 / 妊娠申报书或是医生诊断书、“在留卡”及My number卡、孕妇本人名义的转账账户存折复印件 	
母乳咨询	9月4日(周一) 9月5日(周二) 9月12日(周二) 9月19日(周二) 9月26日(周二)	育儿世代 总括支援中心 (Lapio 3楼)	13:00-16:00 10:00-12:00 10:00-12:00 13:00-16:00 10:00-12:00	<ul style="list-style-type: none"> ●费用 / 免费 ●申请 / 育儿世代总括支援中心(Lapio 3楼) 	需要预约
育儿咨询, 孕妇、产妇健康咨询	9月1日(周五) 9月7日(周四) 9月11日(周一) 9月25日(周一)	味冈儿童馆 TEL.0568-75-4999 北里儿童馆 TEL.0568-71-1183 大城儿童馆 TEL.0568-78-0046 小牧儿童馆 TEL.0568-77-0906	10:00-11:15 10:00-11:15 10:00-11:15 10:00-11:15	<ul style="list-style-type: none"> ●内容 / 咨询关于抚养孩子方面的焦虑不安等内容咨询、身体测量、测量血压、尿液检查(限于有意向者) ●申请 / 各儿童馆 	需要预约
低体重儿申报	如果宝宝的出生体重未达2500g时，请提出低体重儿申报书。 <ul style="list-style-type: none"> ●申报处 / 育儿世代总括支援中心(Lapio 3楼)或者保险医疗课 				
欢庆一周年事业	调查问卷将在宝宝到10个月左右时邮寄到各婴儿家庭。在指定期限内提出调查问卷领取礼物吧。 <ul style="list-style-type: none"> ●领取处 / 育儿世代总括支援中心(Lapio 3楼)或者小牧市内的儿童馆 				

想了解更多详细信息，
请拨打右侧所记载的电话垂询。

咨询处

保健中心 TEL.0568-75-6471 FAX.0568-75-8545

育儿世代总括支援中心(Lapio 3楼) TEL.0568-71-8611 FAX.0568-71-8612

成人专项检查通知

※集体专项检查…有关未明示【申请】事项，请扫描下方二维码进入小牧市官方网页申请或直接前往保健中心进行申请。
 ※70周岁以上者集体专项检查费用为500日元。未写明“费用”事项为免费。有关肺癌专项检查，请向保健中心进行申请。
 ※日期处标有☆之项均可从9月5日（周二）起可以进行申请。

▼癌症专项检查等

种类	日期	地点	对象/费用/申请等
集体专项检查	胃癌专项检查 (胃部X线间接摄影)	10月20日(周五) 上午 ☆11月28日(周二) 上午	保健中心 ●对象/30周岁以上在小牧市有居民登记者 ●费用/1,000日元
	大肠癌专项检查 (便潜血反应检查)	※由保健中心回收标本容器。 发送标本容器时通知回收日期的年度预定计划。 ●对象/30周岁以上在小牧市有居民登记者 ●费用/500日元	
	子宫癌专项检查 (仅限颈部)	10月24日(周二) 上午 ☆11月17日(周五) 上午	保健中心 东部市民中心 ●对象/20周岁以上在小牧市有居民登记并符合下表当中任一项目者 ●费用/1,000日元
	乳腺癌专项检查 (乳腺影像诊断)	10月12日(周四) ☆11月17日(周五) 上午	保健中心 东部市民中心 ●对象/40周岁以上在小牧市有居民登记并符合下表当中任一项目者 ●费用/1,000日元
	肺癌专项检查(超声波)	10月17日(周二) 上午	保健中心 ●对象/30周岁到39周岁在小牧市有居民登记者 ●费用/1,000日元
	骨质疏松症专项检查	☆11月14日(周二) 上午	东部市民中心 ●对象/30周岁以上在小牧市有居民登记者 ●费用/500日元
	胸部X线专项检查	10月23日(周一) 上午	保健中心 ●对象/65周岁以上在小牧市有居民登记者
	肺癌专项检查(痰液检查)	●就诊期间/2023年7月3日(周一)至2024年2月28日(周三) ※是提取痰液检查。 提取三天的痰液，并以邮寄方式提交。 ●对象/50周岁以上在小牧市有居民登记、“一天吸烟根数”×“吸烟年数”超过600根以上者 ●费用/500日元 ●申请/从7月3日(周一)到2024年2月14日(周三)， 请直接到保健中心窗口处。	
个人专项检查(健康检查)	子宫癌个人专项检查 (内诊、视诊、细胞)	小牧市内 妇产科	●对象/20周岁以上在小牧市有居民登记并符合下表当中任一项目者 ●费用/颈部癌专项检查1,000日元，颈部、身体部癌专项检查2,000日元 ※身体部癌专项检查仅限于医师判断为有必要者。 ●申请/下列表格1-3者：小牧市内妇产科、 下列表格4者：请提前向保健中心电话联系咨询。
	乳腺癌个人专项检查 (乳腺影像诊断)		小牧 第一医院、 Miwa 妇女医院 ●对象/40周岁以上在小牧市有居民登记并符合下表当中任一项目者 ●费用/1,500日元 ●申请/下列表格1-3者：小牧第一医院(Tel:0568-71-4390) Miwa妇女医院(Tel:0568-76-2603) 下列表格4者：请提前向保健中心电话联系咨询。
	各癌症专项检查 (胃癌、大肠癌、 前列腺癌专项检查 肝炎病毒检查等)	市内指定 医疗机构	●就诊期间 从2023年6月1日(周四)到2024年2月14日(周三) ●请向市内指定医疗机构电话申请预约。 详细细则请读取下列二维码浏览详细信息。

对象者	① 收到免费优惠券者	② 生日在1989年1月7日前偶数年出生者
	③ 生日在1989年1月8日后奇数年出生者	④ ①~③以外并于2022年度未接受检查者

“关于肺癌专项检查(乳腺影像诊断)、子宫癌专项检查”

根据厚生劳动省“癌症专项检查指南”乳腺癌(乳腺影像诊断)专项检查每2年进行1次。
 敬请大家的协助与合作。



◀【集体专项检查】
癌症专项检查等
申请表格



◀各癌症专项检查等细则
(详情)



◀【个人专项检查】
癌症专项检查等
医疗机构一览表

▼小牧综合性健康检查

小牧 综合性健康检查	●就诊期间 从2023年6月1日(周四)到2024年2月14日(周三)	市内指定 医疗机构	●内容/身体测量/血压/尿液检查/血液检查/胃/大肠/胸部X线癌症检查 ●对象/40周岁以上在小牧市有居民登记并加入国民健康保险或后期老年人医疗保险者及协会kenpo保险被抚养者。 ●费用/加入国民健康保险被保险人或者后期老年人医疗者：4,800日元(70周岁以上1,800日元)协会保险被抚养者：6,150日元(70周岁以上者3,150日元) ※接受综合性健康检查时需要提示各项保险处邮寄的诊疗券。 ●申请/小牧市内指定医疗机构
-----------------------	--	--------------	---

咨询处 保健中心 TEL.0568-75-6471 FAX.0568-75-8545

有关2023年住宅·土地统计调查

政府(总务省统计局)将与爱知县、小牧市携手共同实施“2023年住房·土地统计调查”。

此项调查为对10月1日时点的房屋、土地及居住人员进行询问事宜的重要调查项目。是一项针对全国大约340万家庭的询问调查。调查结果将为政府制定关于我们的生活与居住(房屋)规划及政策方面时提供参考数据。

对于调查对象家庭,调查人员从9月下旬起依次前往发放调查文件。

收到调查问卷后,请在线回答,或将纸质调查问卷发送至市政府,或递交给调查人员方式进行回答。

本次调查也可以利用互联网进行回答。也可以利用智能手机及平板电脑进行回答,敬请大家活跃利用。

另外,看不懂日文版调查问卷者,请前来访问的调查人员处领取“调查表对译集”。

咨询处 总务课 TEL.0568-76-1102

下次税金的支付期限为10月2日(周一)

请尽快
支付!

●国民健康保险税(第4期) ●护理保险费(第3期) ●后期老人医疗保险费(第2期)

为了避免遗忘支付,请利用方便快捷的转账支付方式。

利用转账支付方式者,请在到支付的前一天内确认存款余额。

可以利用手机“PayB”“PayPay”

※使用账户转账者无法使用app软件缴纳(支付)税款。

“LINEPay”app软件缴纳税款。

有关使用方法请到各app软件网页进行确认。



工资减少等原因,在定期限内无法缴纳税金时,请向收税课联系咨询。

一旦已过规定缴纳期限,则务必缴纳滞纳金(缴纳延迟时支付的金额)。

针对平日(周一至周五)

白天繁忙而

很难缴纳税金者...

每周周日可在市役所
窗口处支付税金。
(年底年初除外)

①小牧市役所本厅舍2楼,可以进行有关税金方面的咨询。也可以缴纳税金。

时间 ▶ 9月10日(周日)、9月24日(周日) 8:30-17:15

②在市役所本厅舍1楼,可以缴纳税金。

时间 ▶ 9月3日(周日)、10日(周日)、17日(周日)、24日(周日) 8:30-17:15

③带条码的缴纳书也可以在便利店支付税金。

※仅限于缴纳书的缴纳期限内。

*证明书指南……在收税课(2楼⑥)可以领取纳税证明书。

在市民税课(2楼④)可以领取所得课税证明书。

咨询处 收税课 TEL.0568-76-1117/0568-76-1118



身心健康吗?自我“内心”、且自己最珍贵之人的“内心”

有没有感觉到“睡不好觉”、“心情低落”等精神压力?

特别是在休长假以后感觉很累或不能马上步入正轨。

向别人倾诉自己的心情,也许会可以减轻自己的痛苦与压抑。

不要一个人烦恼,首先向亲朋好友或者访问可以咨询的地方倾诉一下自己的心情吧。

测试一下自我心理压力程度吧!
“心理检查系统体温计”

回答简单的问题就可以检测到
自己及自己最重要的人的心理压力程度。

Q こまきし こころのたいおんけい

方法

请使用电脑、
智能手机检索。



感觉到心理压力请咨询。

健康咨询 保健中心 TEL.0568-75-6471

关于新型冠状病毒肺炎疾病疫苗接种(打预防针)

从2023年9月开始,已接种过第一、第二次疫苗的5周岁以上者均都可以免费接受疫苗接种。

并且,出生后6个月至4周岁的儿童也可以免费接受三次接种疫苗。

面向12周岁以上者,按从大到小年龄顺序依次邮寄接种券

下列①至③者,依次邮寄发送接种券。

- ① 是从2023年春天开始的接种(5月8日到8月31日的接种),
并作为携带基础性疾病(糖尿病等疾病)者已办理领取接种券手续者
- ② 12周岁以上持有精神障碍者保健福利手册或者持有疗育手册者
接受自立支援医疗(精神门诊医疗)者
- ③ 5至11周岁当中已接种过奥密克戎毒株应对疫苗者



接受疫苗接种后迁入于小牧市者等,有些需要办理接受接种券申请手续的可能。

详情请向有关接种疫苗相关咨询处联系垂询。

领取到接种券方可进行预约。

在市官方网站上随时更新
有关预约方法等接种疫苗的
相关最新信息。



疫苗接种

小牧市新型冠状病毒肺炎电话咨询窗口(市役所内)

相关咨询

TEL.0568-48-7311 受理服务9:00~17:00(周末及节假日除外)

预约疫苗接种

小牧市预约受理服务窗口(市役所内)

(免费热线电话)

TEL.0120-97-5727 受理服务9:00~17:00(周末及节假日除外)

频繁发生自行车被盗案件

近期小牧市内有大量自行车被盗!!

被盗者当中大约有75%的被盗案件为没上锁而所造成。为了避免被盗

- 离开自行车时,请务必锁好车锁。
- 哪怕离开一小会儿,也务必锁好车锁。
- 使用双重锁。

请采取上述
各种防范措施。



咨询处 小牧警察署生活安全课生活安全係 TEL.0568-72-0110

在汉字教室愉快学习一下吧!

学习掌握汉字及日语。

日期 9月、10月份的每周日

地点 9月3日 ……女性中心研修室(Lapio 5楼)
9月10日·17日·24日 ……Wactive 小牧 多功能室1(Lapio 2楼)
10月1日·15日·29日 ……小牧市公民馆 3楼 3-1 学习室

时间 ▶13:30~15:30…Lapio 2楼、5楼 ▶13:00~15:00、15:00~16:20…公民馆

对象 想学习汉字及日语的外国者

费用 免费

申请 无需申请请直接前来到学习处。仅限参加一次学习也无妨。

咨询处 汉字志愿者服务教室(大岛) TEL.090-9188-3761





国际沟通交流庆典

舞蹈和音乐、抽奖活动、茶道、快餐车料理、日本传统游戏、与外国朋友畅谈之交流等区域。



2021年举办庆典时的场景

- 日期** 9月17日(周日) 12:00~15:30左右
- 地点** 小牧市公会堂活动区/大厅/喷泉前
- 对象** 喜欢结交各国外国朋友者
- 进场** 无需费用(品尝快餐车料理, 请购买餐券。)
- 餐券** 从9月1日(周五)起在KIA事务局进行销售。
1张500日元(带有食物·饮料·抽奖券)



中文讲座(初级)通知

更进一步学习中文愉快畅谈一下吧!



- 日期** 10月4日(周三)~12月13日(周三) 18:30~20:30 总共10次
- 地点** 小牧市公民馆 4楼 国际象棋室(讲座教室或许会有所变更)
- 讲师** LI HONG老师
- 对象** KIA会员或居住、工作、就学于小牧市的18周岁以上者。
- 定员人数** 16名(以报名先后顺序)※申请人数不到6名, 则停止开班。
- 讲座费** 会员5,000日元(包括KIA会费2,000日元), 非会员6,000日元
- 申请** 9月1日(周五)~9月30日(周六) 请携带费用到小牧市国际交流协会(KIA)。



葡萄牙语讲座(初级)通知

跟母语为葡萄牙语的老师一起愉快学习一下葡萄牙语吧



- 日期** 10月7日(周六)~12月9日(周六) 13:00 - 15:00 总共10次
12月16日(周六) 备用日
- 地点** 小牧市公民馆 4楼 蔷薇室(讲座教室或许会有所变更)
- 讲师** 田原 Carlos老师
- 对象** KIA会员或居住、工作、就学于小牧市的18周岁以上者。
- 定员人数** 16名(以报名先后顺序)※申请人数不到6名, 则停止开班。
- 讲座费** 会员5,000日元(包括KIA会费2,000日元), 非会员6,000日元
- 申请** 9月1日(周五)~9月30日(周六) 请携带费用到小牧市国际交流协会(KIA)。

咨询处

小牧市国际交流协会(KIA) TEL.0568-76-0905 FAX.0568-71-8396 E-mail: kia@ma.ccnw.ne.jp
小牧市小牧2-107小牧市公民馆 4楼 ※9:00-17:00 (12:00-13:00、周日、周一及节假日休息)

编辑
发行

小牧市役所 市民生活部 多文化共生推进室 多文化共生係

邮编: 485-8650 爱知县小牧市堀之内三丁目1番地

电话: 0568-39-6527 传真: 0568-72-2340 <http://www.city.komaki.aichi.jp/admin/lifeinfo/10823.html>

※详情请向各负责窗口确认。

小牧生活信息

检索

