



发行:箕面市国际交流协会 MAFGA( Minoh Association For Global Awareness )

TEL:072-727-6912 e-mail: info@mafga.or.jp URL: http://www.mafga.or.jp

《みのおポスト》(箕面信息)是箕面市、多文化交流中心、箕面市国际交流协会(MAFGA)的杂志,用简单的日语、韩国朝鲜语、汉语、英语汇编而成。部分重要的箕面市的通知是从《もみじだより》(红叶信息)里选编的。《もみじだより》(红叶信息)每月由箕面市编制,向市民发送。《みのおポスト》(箕面信息)由MAFGA每两个月编辑一次,邮寄给外国人。希望收到此杂志的人,请联系MAFGA。

## 【卷首信息】

### 在灾害季节来临之前需要提前了解的事

每年6月到9月是日本暴雨、台风等自然灾害的多发季节。现在就去提前了解在灾害来临时该如何保护自己 and 家人的生命安全,减少伤害吧。

#### ●自己的居住区域是否安全

箕面市制作了显示危险区域的“防灾地图”,并分发到了所有家庭。最新版防灾地图是“2021年6月发行保存版”。危险区域是指当灾害发生时存在泥石流风险的地方。请在新“防灾地图”上找找箕面市内的危险区域和自己家所在的地方。并确认当发生灾害时,自己和家人是前往避难地点还是待在自己家中更安全。

※“防灾地图”PDF可以在箕面市政府官网浏览。

[https://www.city.minoh.lg.jp/bousai/hazardmap/hazardmap\\_top.html](https://www.city.minoh.lg.jp/bousai/hazardmap/hazardmap_top.html)

如果您想要纸质印刷版,可以在市政府的市民安全政策室、丰川支所、止止吕美所领取。



#### ●灾害来临前需要提前准备好哪些物品

《红叶信息》的“生命护照”页面每月都有记载说明当自然灾害发生时的应对措施和准备措施。比如,日常准备好3天份的水和食物,提前准备好紧急用外带袋子等。请参照本“箕面通信”第10页。参考这些信息,给自己家里做好防灾准备。

※您可以点击箕面市政府官网的Multilingual(多语言)版页面的“Survival Passport”,阅读英语版的“生命护照”。可以查看最新消息和过去的报导。

[https://www.city.minoh.lg.jp/bunka/multilingual\\_disaster.html#top](https://www.city.minoh.lg.jp/bunka/multilingual_disaster.html#top)



#### ●发生灾害时了解紧急信息的方法是什么

大雨和台风等来临前,如果可能发生较大灾害时,箕面市会发布“灾害紧急信息”。

紧急信息会在Tackey816电台(FM81.6)反复播报。请备好能携带的收音机和手机等,确保能够收听到电台。

另外,紧急信息也会通过“市民安全LINE”、“市民安全Twitter”、“市民安全Mail”发布。扫描二维码马上关注吧。

※“市民安全Mail”可以接收英语版“防灾信息”(Citizen Safety Alert Email)。



市民安全 LINE



市民安全  
Twitter



市民安全 Mail

### 倾听外国人市民的心声

通过采访向大家介绍居住在本地区的各国居民如何参与到地区的各种活动。

本次的题目是,“让孩子入读幼儿园”。



#### 第31回 Roopa Singh女士

◆Roopa女士在印度北部的Uttar Pradesh出生长大。2017年因丈夫工作原因,从印度德里来到了大阪。之后生了一个男孩。小朋友在今年4月入读了幼儿园。现在一家3口居住在箕面市。(采访人:小西Attwood夏子)

#### 一什么时候开始考虑让小朋友上幼儿园的?

儿子2周岁半的时候。我儿子很喜欢和同龄人一起玩,我就想让他进幼儿园交朋友。我还带他去了游泳学校,也经常带他去公园玩。虽然那时他和在那里遇到的小朋友玩得很开心,但光这样是当不了朋友的。

我家附近就有幼儿园,经常看见小朋友们玩得很开心。我就想着让我儿子也去这所幼儿园。

#### 一你那时知道该怎么让小朋友入读幼儿园么?

不,我完全不知道。我就问了我住在箕面市和吹田市的印度人朋友该怎么办。因为他们有比我儿子年纪大的孩子,比较了解。

#### 一接下来做了什么?

我拜托了日本人朋友,让他/她帮我问了附近这所幼儿园该怎么进。然后我就在报名那天去了这所幼儿园。但被告知我儿子的年龄还不能上这所幼儿园。这所幼儿园要到4周岁才能进。我儿子当时是3周岁。我们那时忘记确认这所幼儿园的入园年龄了。

#### 一那之后怎么办了?

当天我们赶紧去了其他幼儿园。是3周岁小朋友也能进的幼儿园。儿子入读了那所幼儿园,我也放心了。虽然有点远,但是有幼儿园大巴,也还省事。儿子交到了朋友,现在每天都很开心。我也交到了妈妈朋友。他们都很友好,告诉了我很多事,也包括幼儿园的通知。翻译软件有时候会翻译错误,我很感谢妈妈朋友告诉我。因为翻译软件的错误翻译,我们没能参加幼儿园的入园式。

#### 一关于幼儿园入读事项,你对箕面市有什么建议么?

我在很多网站上查了日本的教育系统和幼儿园入园手续,但是因为基本都是用日语写的,我不能全部理解。事实上,日本的教育系统非常好理解,报名也很简单。所以我觉得收集正确信息非常重要。

如果箕面市能寄来幼儿园和保育园等相关信件的话，就太有帮助了。因为政府知道家里孩子的年龄，会寄来预防接种等信件，幼儿园和保育园等指南也同样能寄过来的话，会非常有帮助。

### 一你对接下来想让小朋友入读幼儿园的外国人有什么想要传达的么？

我觉得最好还是努力学习日语吧。然后得到正确信息。保育园和儿童园从0岁就可以入园了。根据父母是否在工作，能否入园也会不同。幼儿园是从3周岁或4周岁开始可以入园。希望大家先正确理解这些信息，然后寻找符合自己期望的幼儿园吧。

## 来自箕面市的通知

### 有关新冠疫情

#### ●2023 年度新型冠状病毒疫苗的接种日程

2024 年 3 月 31 日前新冠疫苗可以免费接种。出生 6 个月以上的婴幼儿可以在 2024 年 3 月 31 日之前的任何时间进行首次接种。追加疫苗接种分为春季接种（8 月 31 日前）和秋季接种（9 月 1 日起）两种。

#### ◆有关 12 周岁以上人群的追加疫苗接种

已完成首次接种（第 1 和第 2 剂）的人可在 9 月 1 日以后接受一次追加接种（秋季接种）。但是如下 a 至 c 的人可以在 8 月 31 日之前接受一次春季接种（奥密克戎株兼容疫苗）、一次秋季接种（一年合计两次）。

- a. 65 周岁以上人群
- b. 有慢性疾病或重症高危人群
- c. 在医疗机构或养老机构工作的人群

※春季预防接种券将由箕面市依次邮寄给符合条件的人群。

※b 和 c 的人群，如果尚未通过电子方式向箕面市申请，请予以申请。

#### ◆5 周岁以上 11 周岁以下儿童的追加接种

春季接种（8 月 31 日前）：可以接受奥密克戎株兼容疫苗的追加接种（每人 1 次）。有慢性疾病的人可以再接种一次。有慢性疾病希望追加接种的人需要通过电子方式申请。距上次接种超过 3 个月以上的人可以接种。

秋季接种（9 月 1 日以后）：已完成首次接种的人。

※箕面市将依次邮寄给符合条件的人。

#### ◆出生 6 个月以上 4 周岁以下婴幼儿的追加接种

首次接种需要三次（第 1 次接种三周后，进行第 2 次接种，第 2 次接种八周后，进行第 3 次接种）。箕面市将依次给符合条件的人邮寄接种券。2024 年 3 月 31 日前可以免费接种。

疫苗接种不是强制性的。请在仔细考虑效果和风险后决定是否接种疫苗。

有关疫苗接种地点和如何预约，请参阅随疫苗接种券一起邮寄的传单。接种仅限个别（个人）医疗机构。

电子方式申请详情和未收到接种券等问题请咨询疫苗接种中心。

咨询：箕面市新冠疫苗接种中心（箕面市新型コロナワクチン接種コールセンター）

电话：072-727-6865 FAX：072-727-3539

e-mail:covid19kenkou-soudan@maple.city.minoh.lg.jp



## 健康

### ●儿童疫苗接种

(1) 二联疫苗（白喉、破伤风）

5 月初，箕面市给符合条件的人邮寄了疫苗接种预检单（关于身体状况的问卷）。条件是居住在箕面市的小学 6 年级学生，年龄在 11 周岁到不满 13 周岁的儿童可以接种。

(2) 日本脑炎疫苗（二期）

箕面市 5 月底给符合条件的人邮寄了疫苗接种预检单。条件是居住在箕面市的小学 4 年级学生，年龄在 9 周岁到不满 13 周岁的儿童可以接种。

对于(1)和(2)，关于如何接种等信息，请阅读与预检单一起邮寄的说明手册。如果还没有收到预检单，请联系儿童健康室。

咨询：儿童健康室（子どもすこやか室）

电话：072-724-6768 FAX：072-721-9907

e-mail:sukoyaka@maple.city.minoh.lg.jp

### ●接受癌症检查

为了早日发现癌症并及早治疗，在出现症状之前就接受检查是非常重要的。箕面市可以免费接受癌症检查。希望那些因为担心感染新的冠状病毒而停止检查的人也能接受检查。※免费检查截止于 2024 年 3 月 31 日(周日)。

#### ◆对象

- a. 胃癌、肺癌、大肠癌检查对象是 40 周岁以上。
- b. 子宫宫颈癌检查对象是 20 周岁以上女性。
- c. 乳腺癌检查对象是 40 周岁以上偶数年龄(2 的倍数年龄)的女性。
- d. 前列腺癌检查对象是年满 55、58、61、64、67、70、73、76 周岁的男性。

#### ◆接受检查方法

(1) 找到能检查的医院。

“疾病检查指南”和箕面市政府官网列有医院的名单。请从中决定自己想要接受检查的医院。

(2) 预约。

给自己想要接受检查的医院打电话，告知“我想要接受癌症检查”。

(3) 在预约的当天前往医院。

携带健康保险证和驾照等能证明住所、姓名、年龄的证件，前往医院。

咨询：地域保健室（地域保健室）

电话：072-727-9507 FAX：072-727-3539

e-mail:kenkou@maple.city.minoh.lg.jp

### ●免费生活习惯病体检(特定体检)

在箕面市，4 月 1 日起加入国民健康保险的 40 周岁至 74 周岁的人可以免费接受一年一次生活习惯病（高血压、糖尿病等）的健康检查。及早发现与生活方式有关的疾病很重要。4 月中旬，市政府向相关的人群发送了生活习惯病体检票（特定健康体检票）。如果您没有收到，请联系国民健康保险办公室。

#### ◆接受检查方法

(1) 找到能检查的医院。

“疾病检查指南”和箕面市政府官网列有医院的名单。请从中决定自己想要接受检查的医院。

(2) 预约。

给自己想要接受检查的医院打电话，告知“我想要接受特定健康检查”（特定健診を受けたいです）。

(3) 在预约的当天前往医院。

携带市政府邮寄的“特定健康体检票”、国民健康保险证和随体检票一起邮寄的“问诊票”（質問票），前往医院。

咨询：国民健康保险室（国民健康保険室）  
电话：072-724-6734 FAX：072-724-6040  
e-mail：kokuho@maple.city.minoh.lg.jp

●基本健康检查（来自医疗保健中心的通知）

现居住在箕面市，年龄在15周岁到39周岁的人，若学校或职场无法提供健康体检机会，可以免费体检。请一定要去。20周岁以上的女性可以同时接受子宫颈癌的检查。

日期：6月23日（周五）9:00~10:30、7月7日（周五）13:00~14:30、8月4日（周五）13:00~14:30

※每月1次，在上述周五进行。具体日期请参见本《箕面信息》的《生活信息一览》。

地点：医疗保健中心

内容：问诊、身体检查、尿检、血检、牙科

携带的东西：可确认居住地址和年龄的证件（如健康保险证等）

申请：请在接受体检前一天的15点之前通过电话预约。

咨询：医疗保健中心（医療保健センター）  
电话：072-727-9555 FAX：072-727-3532

健康保险

●国民健康保险金额与看护保险金额的决定通知书

2023年度的国民健康保险与看护保险金额已确定。保险金额是由2022年度的年收（工资等）来决定的。6月中旬会有“决定通知书”寄到。上面记载有需要缴纳的保险金额，请在2023年6月到2024年3月之间缴纳，请按规定金额缴纳。特别征收的人（即从退休金中扣除保险金额的人）的保险金，将从2023年4月、6月、8月、10月、12月，2024年2月的退休金中扣除。

※若保险金缴纳方面有困难，请尽早咨询。一旦超过缴纳期限，会被追加缴纳金额。

咨询（国民健康保险）：国民健康保险室（国民健康保険室）

电话：072-724-6734 FAX：072-724-6040  
e-mail：kokuho@maple.city.minoh.lg.jp

咨询（看护保险）：看护、医疗、退休金室（介護・医療・年金室）

电话：072-724-6860 FAX：072-724-6040  
e-mail：iryouseido@maple.city.minoh.lg.jp

●国民健康保险“限度额适用认定证”

面向加入了国民健康保险的人的通知。住院和手术的时候，须向医院缴纳的费用（医疗费）很高。这个时候，如果向医院出示“限度额适用认定证”，医疗费就会降低。会降低多少，取决于您的年龄和上一年的年收。该认定证在需要的时候申请即可。只要申请一次，就可以一直用到第二

年的7月31日。8月1日之后作废，需要再次再申请。需要此证的人，请到市政府的医疗保险、年金、看护窗口申请。申请的时候，需要携带（1）国民健康保险被保险者证、

（2）本人身份证明证件（驾照或在留卡等）、（3）可以知道个人号码的东西（个人号码卡或写有个人号码卡号的住民票复印件等）。也可以通过邮寄申请。需要申告上一年（今年申请的人是2022年）的收入。

※已持有这个证明的人请看下文：

现持有的认定证有效期限是7月31日。若需继续使用的话，7月后请到医疗保险、年金、看护窗口申请。

咨询：国民健康保险室（国民健康保険室）  
电话：072-724-6734 FAX：072-724-6040  
e-mail：kokuho@maple.city.minoh.lg.jp

税金

●2022年度市民税、府民税课税证明书发行

“市・府民税课税证明书”是从1月到12月向箕面市和大阪府缴纳了多少税金的证明。2022年度的证明书已经开始发行了。需要的人，可以在市政府、丰川支所、止吕美支所、图书馆等公共设施、便利店办理。

※到便利店办理时，需要“个人卡”以及4位数密码。

咨询：市民税室（市民税室）  
电话：072-724-6710 FAX：072-723-5538  
e-mail：siminzei@maple.city.minoh.lg.jp

生活

●市政府的手续可以在网上申请

箕面市市政府的工作正在逐步实现数字化。其中之一，就是市政府的很多手续都可以在网上申请了。各种申请与活动的报名等，无论何时何地无需等待，就可以办理手续。今后预计将逐渐增加网上服务项目。请充分利用。详情请查看有关网页。各个手续请到申请窗口咨询。

[https://logoform.jp/procedure/5CLo/minoh\\_procedure](https://logoform.jp/procedure/5CLo/minoh_procedure)

咨询：行政改革・DX推进室（行政改革・DX推進室）  
电话：072-724-6765 FAX：072-723-2096  
e-mail：gyoukaku@maple.city.minoh.lg.jp



●洗车请到规定场所！

清洗自家车时，冲洗的清洁剂流到水槽后，会流到河里，成为发臭的原因。这就是使河水变臭的原因之一。所以为了保持河水的干净，洗车的时候请到加油站或专门的洗车厂等，那里专门设有排水设施（即处理污水的装置）。

咨询：下水道室（下水道室）  
电话：072-724-6753 FAX：072-722-7413  
e-mail：gesui@maple.city.minoh.lg.jp

安全

●为大雨做好准备

为了减少大雨和洪水灾害，从平时开始就请做好以下准备。

(1) 清扫家附近的水沟。

水沟里堆积了落叶和垃圾的话,污水会流得不通畅。在大雨来临之前,请清扫家附近的水沟。

(2) 准备沙袋。

大门口有进水可能的家庭,准备好沙袋,放在有可能进水的地方。在 Home Center 可以买到沙袋。

(3) 在家里准备好 3 天份的饮水和食物。

这些东西在地震时很有用。

a. 水: 一人 9 升(每天 3 升×3 天)×家庭人数份

b. 食物: 可以直接食用的罐头食品·速食

(4) 准备好紧急用外带袋子

将以下东西装入袋子,放到家门口附近。大雨、台风、地震等需要避难时可以带走。

a. 手电筒、便携收音机和电池。

b. 充电宝和手机充电线

c. 少量的饮水和食物。

d. 需要时可以放入尿不湿、幼儿用食物、常用药物,备用的眼镜和隐形眼镜,生理用品,纸巾等。

咨询: 市民安全政策室(市民安全政策室)

电话: 072-724-6750 FAX: 072-724-6376

e-mail: bousai@maple.city.minoh.lg.jp

### 其他

#### ● 招收“箕面祭”志愿者

决定今年开展“箕面祭”活动。有室外舞台的音乐会和舞蹈,还有市政府前的游行集会。会场在“Tokimeki 广场”(ときめき広場)。现在招收现场垃圾站的管理、分类以及引导人员。

对象: 高中生以上

日期: 9 月 30 日(周六)和 10 月 1 日(周日)的 13:00~20:00(预定)

场所: Tokimeki 广场(芦原公园周围)

申请方法: 8 月 26 日(周六)之前,

联系箕面祭事務局(〒562-0001 箕面市箕面 5-11-23)。

直接前往申请、邮寄、传真、扫二维码用伊妹儿申请都可。

申请书在箕面市内的主要公共设施领取。

咨询: 箕面祭推进协议会(箕面まつり推進協議会)

电话: 072-724-9201 FAX: 072-724-9203

e-mail: info@minohmatsuri.net



#### 来自 MAFGA 的通知

咨询、申请: 箕面市国际交流协会(MAFGA)

电话: 072-727-6912 FAX: 072-727-6920

e-mail: info@mafga.or.jp

#### ● 暑假自习室

可以在凉爽的教室学习。可以自由出入。不用申请。

请不要携带水壶、水瓶以外补充水分的东西。

日期: 7 月 23 日(周日)~8 月 27 日(周日)9:00~17:00

※星期一是休息日。

场所: 多文化交流中心 2 楼 讲座室等(多文化交流センター 2 階 講座室ほか)

对象: 小学生~大学生

费用: 免费

#### ● 就职支援座谈会@大阪大学箕面分校

有关就职的问题不管是谁,不管什么事情都可以轻松的相谈。

日期: 6 月 22 日(周四) 14:00~15:00

场所: 大阪大学箕面分校 3 楼(MAFGA)(大阪大学箕面キャンパス 3 階)

内容: 日本职场的规则,在日本生活的小常识(知道了马上能用上的知识)

费用: 免费

申请: 电话或者二维码均可。



#### ● 在夏天举办的“Sansan 盒”日

“Sansan 俱乐部”(さんさんクラブ)是为在日本生养孩子的外国人爸爸妈妈以及小宝宝们开设的,进行地区性交流的活动小组。7 月会设有装有可以再利用的衣服和玩具的“Sansan 盒”。欢迎来俱乐部聊天,在这里发现一些可以再利用的衣物和玩具。

日期: 7 月 20 日(周四) 15:00~16:30

场所: 多文化交流中心 1 楼 comm cafe(多文化交流センター 1 階 comm cafe)

对象: 有入学前婴幼儿的外国人市民和小朋友

※孕妇也欢迎参加。

费用: 免费

翻译: 王琳婷\*, 贾晨, 杨灵琳, 麻梁子\*

编辑: 小谷优子