

中国語版

中文版

为方便外国人的生活手册



石 冈 市



「石冈市生活指南」是，有关石冈市市民服务的^②手续以及各种咨询窗口等的多语种(英文・中文・韩文・泰文・葡萄牙文)概要书。手续以及制度等的具体内容请向^②印的有关单位・部门详细询问。

- (公益财团法人) 茨城县国际交流协会外国人咨询中心，为大家在市政府・学校等办理手续时，提供免费电话翻译服务。详细请看 24 页的「外国人咨询窗口・电话翻译服务」。
- 掲載的市内电话号码、都省略了区号 0299。
- 本指南是依照，2016 年 4 月 1 日现在的信息编写的。石冈市新推出的制度和活动等，在「石冈市政府网页」・「石冈市宣传报」・「石冈市电子邮件杂志」上可以知道。
- 掲載的^②的咨询处，「石冈市政府」略为「市政府」，「八乡综合支所」略为「八乡支所」。

☆「石冈市政府网页」(<http://www.city.ishioka.lg.jp/>) 是具有自动翻译机能的。

※可翻译成英文，中文(简体・繁体)，韩文，葡萄牙文，西班牙文，泰文。但是翻译文不一定全部正确，应加注意。

☆「石冈市宣传报」是市政府的宣传报(免费)(每月 1 号和 15 号发行)。在市内的公共设施，车站，金融机关，方便店等都有放的。在网页上也能阅读。

☆「石冈市电子邮件杂志」是市政府的电子邮件杂志(免费)。随时发布市内的各种活动情况和，节假日・夜间急诊所，气象变化・预防灾害，消防・火灾等通知。

目 录

灾害・紧急	3
登记・证明	8
福利	12
税金	18
生活	20
育儿・教育	26
文化・健康・体育活动设施	31
多文化共生・国际交流	38
市政府	42
石冈市的介绍	43

灾 害 · 紧 急

事件 · 事故

警察署 TEL 110

火灾 · 急救

消防署 TEL 119

发生火灾时

请讲述火灾发生地点和燃烧物。

需要急救时

请讲述是「事故」还是「急病」。

假日 · 夜间急诊所的介绍

茨城县急救医疗信息程控中心

TEL 029-241-4199（提供 24 小时服务）

石冈市消防总部

TEL 23-0119（提供 24 小时服务）

八乡消防署

TEL 43-6491（提供 24 小时服务）

电话信息服务

TEL 0800-800-7766（语音磁带）

★假日·夜间急诊所在每月 15 号发行的「石冈市宣传报」以及石冈市政府网页，石冈市电子邮件杂志上也可以知道。

发生灾害时的避难所

② 市政府 防灾对策科 TEL 23-1111

石冈市政府为防备灾害指定了以下设施作为避难所。

地图请看 <http://www.city.ishioka.lg.jp/page/page001833.html>

设施名	地点	电话号码
石冈小学	总社 1-2-10	22-6105
府中小学	若松 1-11-18	24-0111
关川小学	石川 1153	26-3225
北小学	根当 10949	22-6486
南小学	南台 4-1-1	26-2850
东小学	旭台 1-11-3	26-2342
杉並小学	杉並 2-3-1	24-2926
石冈中学	东石冈 4-2-1	26-2340
府中中学	若松 2-6-5	24-0022
城南中学	高滨 112	22-2487
国府中学	总社 2-12-1	24-0510
石冈一高	石冈 1-9	22-4135
石冈二高	府中 5-14-14	23-2101
东地区公民馆	东石冈 4-6-24	26-6503
城南地区公民馆	三村 7109	26-3341
国府地区公民馆	国府 5-7-1	22-2940
石冈海洋中心	染谷 1415	23-5191
交流园地石冈葵花馆	大砂 10527-6	35-1126
石冈运动公园	南台 3-34-1	26-7210
园部小学	宫崎 6	46-1017
东成井小学	东成井 996	46-1341
瓦会小学	瓦谷 1135-2	44-0055

设施名	地点	电话号码
恋瀬小学	小见 832-1	43-2009
苇穗小学	小屋 1054	43-0169
吉生小学	吉生 513-2	43-0987
柿冈小学	柿冈 2159-2	43-0904
小幡小学	小幡 4080	42-3502
林小学	下林 857-1	43-0155
小樱小学	川又 746	42-3204
朝日体育交流设施	柴内 630	-
园部中学	山崎 1862	46-0506
旧有明中学	小埜 189-2	-
旧八乡南中学	下青柳 716-1	-
八乡中学	柿冈 3513-2	43-0062
中央公民馆	柿冈 5680-1	43-6262
片野集会场所	片野 157	43-6953
大增多功能中心	大增 3606	-
南托儿所	月冈 1375	42-4110
八乡综合运动公园	野田 600	43-6884

★发生灾害・紧急时有用的日语表达

・想叫警察・消防・救护车时
请帮我叫一下（ 警察・消防・救护车等 ）。

・想知道避难所的地点时
请问（ 某某避难所 ）的地点在哪里？

・想叫人画地图时
请帮我画一下地图。

・想找人・找东西时
我想找（ 某某人・某某东西 ）。

★手册的灾难

<http://www.pref.ibaraki.jp/bugai/kokusai/tabunka/jpn/disaster/documents/china.pdf>



有多语种服务的医院

医院的名称	电话号码	医学课程									语言					
		儿科	妇产科	内科	眼科	牙科	耳鼻喉科	皮肤科	骨科	其他	英语	中国	朝鲜的	泰国	葡萄牙	其他
石冈第一医院 (东府中 1-7)	22-5151	●		●		●	●		●	●	●					
山王台医院 (东石冈 4-1-38)	26-3130			●	●	●		●	●	●	●					
泷田整形外科 (府中 2-2-12)	23-2071							●								
久保田医院 (行里川 26-3)	35-5010							●	●							
杉并诊所 (杉并 2-2-19)	27-6700			●						●	●					
转到内科 (石冈 1-14-1)	36-0510	●		●												
绿色诊所 (柿冈 1547-7)	36-4120			●							●					
平本皮肤科医院 (旭台 3-22-1)	26-8008							●			●					
石冈诊所 (国府 2-4-9)	24-5080			●												
樱井医院 (半田 1886)	42-3922									●						
芹泽医院 (石冈 3165-17)	22-2035			●							●					
冈崎内科医院 (府中 1-3-21)	22-2014	●		●												
藤井内科诊所 (鹿子 2-1-36)	35-5005	●		●												
富田妇产科医院 (茨城 3-5-31)	23-0311		●													
石渡眼科 (旭台 1-3918-5)	27-0070				●						●					

医院的名称	电话号码	医学课程									语言					
		儿科	妇产科	内科	眼科	牙科	耳鼻喉科	皮肤科	骨科	其他	英语	中国	朝鲜的	泰国	葡萄牙	其他
吉田牙科医院 (杉並 1-5-61)	22-2209					●					●					
湖北牙科医院 (田島 2-6-3)	22-2279					●						●				福尔摩沙
长谷川牙科医院 (三村 2604-5)	59-6161					●										
大志堂牙科 (国府 1-2-29)	23-1535					●										
枝牙科医院 (柿岡 1860-4)	43-0058					●										
佳山牙科医院 (高濱 1053-2)	26-6765					●						●				
富田牙科医院 (东石岡 3-4-19)	26-6677					●					●					
福田牙科医院 (国府 4-3-47)	22-2110					●										
平井牙科医院 (国府 3-2-19)	22-2473					●										
伊藤牙科医院 (旭台 1-16-24)	26-8088					●										
柿岡家庭牙医 (柿岡 3253-1)	44-0112					●					●					スペイン語
横河正畸牙医 (国府 4-5-4)	24-4118					●										
若松牙医 (若松 2-1-53)	24-1184 24-0418					●					●					
须藤牙科医院 (东光台 4-11-1)	26-6601					●					●					
常盘牙科 (国府 3-1-12 森幸大楼 2楼)	23-1511					●										

登 记 · 证 明

户籍登记

日本设有户籍制度，用来登记，证明个人的姓名，出生年月，父母和子女的关系，夫妻等。所以，出生，死亡，结婚，离婚等都必须去办理登记。

② 市政府 市民科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

项目	需要的材料	申报期限
出生登记	<ul style="list-style-type: none"> • 出生申报表（出生证明书） • 申报人的认可印（在申报表盖章用） • 国民健康保险被保险者证（只限加入者） • 母子健康手册 	出生之日起 14 天之内
死亡登记	<ul style="list-style-type: none"> • 死亡申报表（死亡诊断书） • 申报人的认可印（在申报表盖章用） • 国民健康保险被保险者证（只限加入者） • 国民健康保险老年人领受者证（只限领受者） • 后期老年人医疗被保险者证（只限加入者） • 护理保险被保险者证（只限加入者） • 国民年金证书（只限只领受国民年金领受者） 	知道死亡之日起 7 天之内
结婚登记	<ul style="list-style-type: none"> • 结婚申报表（需要两名成年人作证人） • 夫、妻各自的户籍全部事项证明书或户籍謄本（只限本籍不在石冈市的人） • 夫、妻各自的认可印（在申报表盖章用） • 未成年人需要父母的同意书 • 地址有变动（迁入）时需要迁出证明书 • 国民健康保险被保险者证（只限加入者） 	申报时期 任意。 ※申报后，法律生效。
离婚登记	<ul style="list-style-type: none"> • 离婚申报表（协议离婚、需要两名成年人作证人） • 判决离婚时、需要调解报告书謄本或判决书或判决书謄本和确定证明书 • 夫、妻各自的户籍全部事项证明书或户籍謄本（只限本籍不在石冈市的人） • 申报人的认可印（在申报表盖章用） • 国民健康保险被保险者证（只限加入者） 	协议离婚的申报时期任意。 ※申报后，法律生效。 判决离婚是从，判决确定或仲裁成立起 10 天之内

居民登记申报

居民登记申报后，个人的姓名，地址，出生年月等记载到住民基本台账上。迁入・迁居（地址变更时）等，都必须去办理登记。

② 市政府 市民科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

项目	需要的材料	申报期限
迁入登记	<ul style="list-style-type: none"> · 住民基本台账卡（只限领取者） · 申报人的认可印 · 迁出证明书（原居住地的市区町村发的） · 国民年金手册（只限加入者） · 护理保险领受资格证明书（只限领受者） 	迁入之日起 14 天之内
迁出登记	<ul style="list-style-type: none"> · 住民基本台账卡（只限领取者） · 印章登记证（只限登记者） · 国民健康保险被保险者证（只限加入者） · 国民健康保险老年人领受者证（只限领受者） · 后期老年人医疗被保险者证（只限加入者） · 护理保险被保险者证（只限加入者） 	定下迁出日起到迁出的那天之间都行 到迁出的那天也没能申报时，迁出之日起 14 天之内
迁居登记	<ul style="list-style-type: none"> · 住民基本台账卡（只限领取者） · 国民健康保险被保险者证（只限加入者） · 国民健康保险老年人领受者证（只限领受者） · 后期老年人医疗被保险者证（只限加入者） · 护理保险被保险者证（只限加入者） 	迁居之日起 14 天之内

※登记申报时要本人确认。请出示驾驶执照・护照等本人证件。

※外国人中长期居留者请出示「在留卡」。

※外国人特别永住者请出示「特别永住者证」。

※本人或家属以外的人代理登记申报时需要委任状。



印章登记

印章

在日本，到市政府提交申请材料，领取邮件・快递包裹等时，相当于签名而用的印章称为「认可印」。在市政府等公的机关登记的印章叫做「实印」。

印章登记

证明这个印章是实印的资料叫做「印章登记证明书」。在日本购买土地，房产，汽车等，以及签订重要合同时往往需要「实印」和「印章登记证明书」。

② 市政府 市民科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

申请印章登记证所需要的材料

- ・ 登记的印章（容易变形的印章不行）
- ・ 驾驶执照・护照等带本人相片的官方证件
- ・ 外国人需带上在留卡或特别永住者证

申请住民基本台账卡

住民基本台账卡有带本人相片和不带本人相片 2 种，可以自己选择。带本人相片的住民基本台账卡可作为官方身份证件使用。

② 市政府 市民科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

申请各种证明书

申请各种证明书时，请带上本人证件（驾驶执照等）。

② 市政府 市民科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

项目	手续费
居民票・户籍附票	300 日元 / 份
印章证明 ・ 印章登记证（石冈市民卡）	300 日元 / 份

项目	手续费
住民基本台账卡 · 认可印	500 日元/份
电子证明书 · 认可印 · 住民基本台账卡	500 日元/份
户籍全部（个人）事项证明书	450 日元/份
除籍全部（个人）事项证明书	750 日元/份
阅览住民基本台账 · 仅在市民科受理 · 需要事先预约	3, 000 日元/1 小时
身份证明书·不在籍证明·不在住证明	300 日元/份
户籍内容书的受理不受理证明	350 日元/份
户籍内容书的记载事项证明 · 邮电局的简易保险证书等	350 日元/份

※本人以外的人代理申请证明书时有时需要委任状。

个人号码制度

个人号码是，登记在居民票上所有的人都有的 12 位数的号码。

利用个人号码，可以有效地管理社会保障，税务，防灾方面的信息，有效地确认在几个机关存在的个人信息是同一个人的信息。

※外国籍居民若有居民票的话也成为一人一号码制度的对象。

②个人号码制度咨询窗口 TEL0570-20-0178

※英文，中文，韩文，西班牙文，葡萄牙文的服务窗口

TEL0570-20-0291

福利

国民年金

国民年金制度是由于疾病，负伤以及高龄而不能工作，难以得到收入时，作为生活保障，发放公的养老金制度。在日本有住所的 20 岁以上 60 岁未有的所有的人（包括外国人），必须加入国民年金，缴纳保险费。

② 市政府 市民科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111
/ 土浦年金事务所 TEL 029-825-1170

加入者

在日本有住所的 20 岁以上 60 岁未有的人（包括外国人）

需要办理手续的时期

◇必须办理加入国民年金手续时

满 20 岁时，公司辞职时，任意加入时

◇必须办理退出国民年金手续时

被保险者死亡时

◇其他必须办理手续时

迁入时，不能缴纳保险费时（免除申请・年轻人暂缓缴纳申请・学生例外缴纳申请），年金手册丢失时

短期在留外国人的一次性退保金

不拥有日本国籍者，失去国民年金，或厚生年金保险被保险者资格，离开日本后，在日本不拥有住所之日起 2 年之内可以申请一次性退保金。

国民健康保险

国民健康保险是，生病或负伤时，在医疗机关接受治疗时能减轻负担的社会保险制度。除了加入工作单位的健康保险的人，接受生活保护的人以外，都必须加入国民健康保险。外国人也，原则上，在日本合法居留超过 3 个月，并在日本国内有住所的人，必须加入国民健康保险(入国时、居留期限 3 个月以下的人凭居留资格等也有可能加入。)

② 市政府 年金保险科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

必须办理手续的时期

◇必须办理加入国民健康保险手续时

没有加入工作单位的健康保险的人迁入石冈市时，退出工作单位的健康保险时，不接受生活保护时，生了小孩时

◇必须办理退出国民健康保险手续时

迁出石冈市时，加入工作单位等的健康保险时，接受生活保护时，死亡时

◇其他有必要办理手续时

符合退职者医疗制度时，住所·姓名·户主等变更时，分户·并户时，修学等离开居住地时，保险证丢失·损坏时

高额医疗费制度

同一个月自己负担的医疗费，超过一定额度时超过的部分作为高额医疗费可退还的制度。限度额因年龄及收入不同而不同。

医疗福利费支付制度

医疗福利费支付制度（圆福制度）是，凭健康保险证在医疗机构等接受治疗时个人负担费用部分补助制度。补助对象为孕产妇，小儿，母子父子家庭，重度身心障碍者，特例孕产妇，小儿特例。一部分补助对象者有收入限制。

② 市政府 年金保险科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

圆福制度个人负担费用

- ◇ 门诊 每个医疗机构 1 天最多 600 日元，一个月最多 2 次
- ◇ 住院 每个医疗机构 1 天最多 300 日元，一个月最多 3,000 日元
- ◇ 处方药店 不要个人负担费用
- ※ 重度身心障碍者不要个人负担费用。

高龄老人医疗制度（长寿医疗制度）

② 市政府 年金保险科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

75 岁以上者为对象的医疗制度。有一定障碍时，到 65 岁以上者也作为对象。

需要办理手续的时期

- ◇ 有一定障碍的人到 65 岁时，或 65 岁以上患有有一定障碍时
- ◇ 上述对象者迁出时，迁入时，死亡时，市内住所变动时，接受生活保护时



儿童福利

② 市政府 儿童福利科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

儿童补贴

儿童补贴是，发给抚养到初中毕业为止在国内有住所的儿童的家庭的补贴。

儿童抚养补贴

儿童抚养补贴是，发给只有父亲或母亲等的家庭的补贴。

老人福利

地区包括支援中心

② 地区包括支援中心 TEL35-1127

地区包括支援中心提供有关健康・保健・福利・医疗等咨询活动。

老人福利服务

② 市政府 老人福利科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

老人福利服务是，为在家生活需要支援的老人提供的服务。

◇主要的项目

纸尿裤购买费的部分补助，老人福利车（银色车）购买费的部分补助，给老人等送盒饭，敬老会…等。

护理保险服务

② 市政府 老人福利科（护理保险室） TEL 23-1111
/ 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

护理保险能利用的服务有，为认定需要护理 1~5 级的人提供的护理服务，和认定需要支援 1~2 级的人提供的护理预防服务。

◇主要的项目

在家服务：访问护理，访问入浴护理，访问康复训练…等
设施等服务：认定需要护理的人，可以进入设施服务。

障碍者福利

提供障碍者手册，补贴・互助制度等福利服务。

② 市政府 社会福利科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111



生活保护

生活保护是，因患病以及年老等情况，生活费及医疗费支付等有困难的人作为对象，按照一定标准进行支援的制度。

② 市政府 社会福利科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

保健医疗服务

在保健中心，针对广泛年代实施健康检查及各种癌检查，健康咨询，预防接种，紧急医疗通知等事业。

② 石冈保健中心 TEL 24-1386
/ 八乡保健中心 TEL 43-6655

孕妇的健康

母子健康手册，孕妇学校，孕妇一般健康检查（医疗机关）…等

儿童的健康

婴儿访问，早产婴儿养育医疗，儿童的健康检查，育儿咨询，健康咨询，干净刷牙教室，断奶食物讲习会，父母和子女一起烹调…等

成年人的健康

发行健康手册，健康咨询，健康教室，访问指导，健康体操，结核检查，健康检查，各种癌检查，肝炎病毒检查，牙科检查…等

身心的健康

身心的健康咨询・电话咨询・精神日间护理・身心与生命的电话咨询…等

其他

各种预防接种、特定不孕治疗补助金…等

税金

② 市政府 税务科 TEL 23-1111

居民税·县民税

是针对个人上一年的收入征收的税款，由均摊额（收入多的人收入少的人都要负担同样的税额）和收入额（按照收入金额、收入越多征收的税也多）两部分构成。有一定额以上收入的人都要被课税。

轻型汽车税

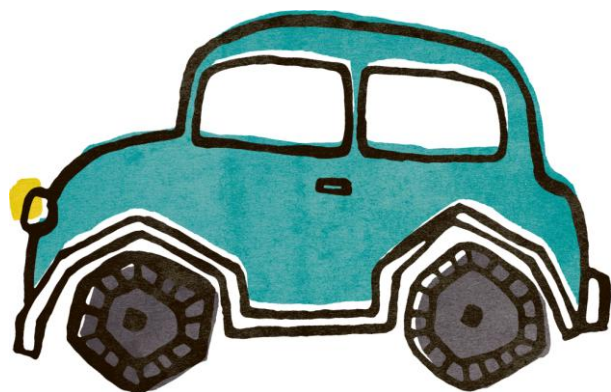
针对拥有电动自行车，轻型汽车的人征收的税款。

固定资产税·城市规划税

固定资产税是，针对土地·房屋等征收的市税。城市规划税是，针对在市街化区域内的土地·房屋所征收的税，与固定资产税合起来缴纳。

市税的缴纳·缴纳期限

税金，请在缴纳通知书上记载的缴纳期限内缴纳。石冈市政府·八乡综合支所·市内的金融机关、方便店等都能缴纳。



申请纳税证明书等

申请各种证明书时，请带上本人证件（驾驶执照等）。

有些证明书，是要收手续费的。

在税务科・市民窗口科能申请的证明书

② 市政府 税务科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

现状证明、无资产证明…等

在市民科・市民窗口科能申请的证明书

② 市政府 市民科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

有关纳税的证明，轻型汽车税纳税证明书（供车检用），缴完税证明，有关所得收入的证明，有关课税的证明，非课税证明…等



生活

上水道（自来水）

②（石冈地区）湖北自来水企业团 TEL 24-3232

／（八乡地区）自来水事务所 自来水科 TEL43-1118

断水，漏水，加入，停止，水费，指定施工店铺等，请向各地区的负责窗口咨询。

※石冈地区与八乡地区、水费等不一样。

下水道

②八乡支所 下水道科 TEL 43-1111

使用开始，停止，中止，使用费，指定施工店铺等，请向负责窗口咨询。

※石冈地区与八乡地区，水费等不一样。

净化槽

②八乡支所 下水道科 TEL 43-1111

安装，废止，高度处理型净化槽安装补助金等，请向负责窗口咨询。

屎尿处理

②市政府 生活环境科 TEL 23-1111／八乡支所 总务科 TEL 43-1111

屎尿收集，净化槽污泥，使用费，业务区域等，请向负责窗口咨询。



垃圾

② (石冈地区) 市政府 生活环境科 TEL 23-1111
/霞台厚生设施组合环境中心 TEL 26-0246
(八乡地区) 八乡支所 总务科 TEL 43-1111
/新治地方广域事务组合环境清洁中心 TEL 59-4649

回收日，回收地点，垃圾的分类方法，大件垃圾，家用电器的资源回收垃圾，垃圾回收日历等，请向负责窗口咨询。

※石冈地区与八乡地区，搬出去的地方和分类方法等不一样。

协力市民活动

② 市政府 市民活动协力科 TEL 23-1111

借给市民活动所必要的物品。

LED 防盗灯

② 市政府 市民活动协力科 TEL 23-1111 / 八乡支所 总务科 TEL 43-1111

为了地域生活环境安全的目地，对安装防盗灯的居民自治会等，发给补助金。

县民交通灾害互助保险

② 市政府 市民活动协力科 TEL 23-1111

/ 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

县民交通灾害互助保险是，给遭遇交通事故而受灾的人发放慰问金的制度。加入方法，索取慰问金等，请向负责窗口咨询。

家犬

② 市政府 生活环境科 TEL 23-1111 / 八乡支所 市民窗口科 TEL 43-1111

/ 茨城县动物指导中心 TEL 0296-72-1200

在日本，饲养家犬时，必须要家犬登记和打狂犬病预防针。

噪音・恶臭

② 市政府 生活环境科 TEL 23-1111 / 八乡支所 总务科 TEL 43-1111

噪音・恶臭的投诉・处理等请向负责窗口咨询。

火葬场

② 石冈地方殡仪场 TEL 22-6828

石冈地方殡仪场的火葬场・礼堂的预约，请向负责窗口咨询。

地址 石冈市染谷 1749

市营墓地

② 市政府 生活环境科 TEL 23-1111

市营墓地的利用，请向负责窗口咨询。

地址 半木墓地（半木 11132-2） / 龙神山墓地（染谷 1854-3）

市营住宅

② 市政府 建筑住宅指导科 TEL 23-1111

有关入住条件，申请方法，请向负责窗口咨询。

市营火车站东口停车场

② 站东停车场管理事务所 TEL 24-2904

停车场的利用，请向负责窗口咨询。

同乘出租车

② （社会福利法人）石冈市社会福利协议会 TEL 22-2411

是接送乘车者到各自的目的地同乘出租车。需要事先登记。

外国籍居民就业咨询

②石冈公共职业安定所 TEL 26-8141

就业咨询时，可以利用翻译人员。

服务语种 葡萄牙语·西班牙语

日 程 星期一·星期二·星期四 上午10点~12点/ 下午1点~3点

地 址 东石冈 5-7-40

町内会·自治会

在日本，各地区，普遍存在称为「町内会」·「自治会」的居民组织。町内会或自治会负责挨家挨户传阅「回览板」(将政府或地区的通知等夹在里面的硬文件夹)，组织传统节日活动和防灾训练等地区活动。通过参加町内会·自治会的活动，可以与左邻右舍交流的同时，得到地区的各种信息。町内会·自治会是，靠区内居民缴纳的会费来运行的。

民生委员·儿童委员

民生委员，是担任地域居民的生活及福利全体的咨询·援助活动的。

儿童委员，是担任妊娠·育儿的咨询·援助活动的。民生委员也兼任儿童委员，作为地域的切身咨询窗口进行活动。



外籍居民咨询窗口・电话翻译服务

② (公益财团法人) 茨城县国际交流协会 外国人咨询中心

TEL 029-244-3811

・生活综合咨询 (免费)

接待时间

上午 8 点 30 分~12 点 下午 1 点~5 点

※除周六 周日・节假日及年底年初以外

咨询内容

法律、劳务、居留资格、婚姻、教育、其他生活方面

・法律咨询 (免费)

每月 2 次、由律师来进行法律咨询 (需要事先预约)。

・电话翻译服务 (免费)

在市政府・学校等办理手续时提供可以利用的电话翻译服务。

【服务语言的时间表】

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
英语 ・ 日语				
(上午) 葡萄牙语	韩国语 西班牙语 越南语	汉语 泰国语	葡萄牙语 他加禄语	(上午) 泰国语
(下午) 汉语				(下午) 印度尼西亚语

各种咨询窗口

各种咨询窗口便览。有*印的咨询需要事先预约。

咨询窗口	咨询处	
*女性专用的为难事咨询	市政府 政策计划科	TEL 23-1111
登记・行政咨询	市政府 秘书广听科	TEL 23-1111
*法律咨询	市政府 秘书广听科	TEL 23-1111
人权咨询	市政府 社会福利科	TEL 23-1111
消费生活咨询	消费生活中心（市政府内）	TEL 22-2950
教育咨询	教育咨询室（府中小学内）	TEL 24-5519
交通事故咨询	县南地方交通事故咨询所	TEL 029-823-1123
纳税咨询	市政府 收纳对策科	TEL 23-1111
担心事咨询	社会福利协议会 本所	TEL 22-2411
	社会福利协议会 八乡支所	TEL 36-4311
身心和生命的电话咨询	八乡保健中心	TEL 43-6655
*身心健康咨询	石冈保健中心	TEL 24-1386
	八乡保健中心	TEL 43-6655
* 精神咨询	土浦保健所	TEL 029-821-5516
* 劳务咨询	茨城劳务咨询中心	TEL 029-233-1560

育 儿 · 教 育

学龄前儿童的教育设施

幼儿园

幼儿园是，给各年龄层儿童提供适合环境，促进身心发达的教育设施。

设施名	地址	电话号码
东幼儿园	东大桥 1610-1	26-2312

认可儿童园

认可儿童园是，教育·保育 0 岁到学龄前儿童的地域育儿支援设施（★印的是私立设施）。

设施名	地址	电话号码
★石冈幼儿园	东光台 1-2-4	26-3860
★石冈善邻幼儿园	国府 4-3-3	22-2739
★国分寺幼儿园	府中 5-1-19	24-1111
★樱花园	北府中 1-12-20	23-6851
★茨台幼儿园	茨城 3-4-13	23-1668
★新叶八乡	柿冈 2943-1	43-1046
★恋瀬小鸟森幼保园	宇治会 2116-7	56-3333 56-3331



保育所

保育所是，双职工等理由不能在家照看儿童时，代替家长照看儿童的设施（★印的是私立设施）。

设施名	地址	电话号码
第1保育所	总社 1-2-10	22-3122
第2保育所		
八乡中央保育所	柿冈 2155	44-8010
园部保育所	真家 1921	46-4182
南保育所	月冈 1375	42-4110
★石冈明照保育园	府中 2-4-9	24-3385
★泉丘保育园	石冈 2-19-7	23-6458
★国分台二叶保育园	北府中 2-7-43	22-4060
★光保育园	茨城 1-12-21	22-3708
★嫩草保育园	东光台 5-12-8	26-1270
★白百合保育园	东田中 1192	26-7788
★外野保育园	东大桥 1639-2	26-3508
★石冈向日葵保育园	冬石冈 5-3-30	26-7327
★凜凜保育园	上林 1408-2	43-3830

一时保育

以市内居住者为对象，因家长的就业形态・疾病・家属护理等个人的理由，市立保育园，私立认可儿童园，认可儿童园接受需要一时保育的儿童。照看时间，利用费用等因设施而异。

② 市政府 儿童福利科 TEL 23-1111

病后儿童的照看

对感冒及腹泻，感染症病后等，病后恢复期的儿童，集体保育困难的时期，暂时在病后儿童保育室，由护士等照看保育。需要事先登记。

② 市政府 儿童福利科 TEL 23-1111

石冈市医师会病院 病后儿童保育室 樱桃

地址 大砂 10528-25 TEL 22-4784

地域育儿支援中心

地域育儿支援中心是，能安心地与儿童游戏，能轻松到进行育儿咨询的设施。育儿咨询，营养指导，讲习会等，有各种各样的育儿支援节目（★印的是私立设施）。

设施名	地址	电话号码
★泉丘保育园 泉丘地域育儿支援中心	石冈 2-19-7	23-6458
★国分台二叶保育园 Kid' s Futaba	北府中 2-7-43	22-4060
★光保育园 茨丘	茨城 3-14367	56-4211
★嫩草保育园 嫩草森	东光台 5-12-8	26-1270
★外野保育园 笑嘻嘻	东大桥 1639-2	26-3508
八乡中央保育所 石冈市地域育儿支援中心	柿冈 2155	44-8011

中・小学校

日本教育制度里，小学6年和初中3年是，义务教育期间。小学・初中的入学手续等，请向负责窗口咨询。

②教育委员会 教育总务科 TEL 43-1111

【小学校】

设施名	地址	电话号码
石冈小学	总社 1-2-10	22-6105
府中小学	若松 1-11-18	24-0111
高滨小学	高滨 62	26-3204
东小学	旭台 1-11-3	26-2342
三村小学	三村 1853	24-3046
关川小学	石川 1153	26-3225
北小学	根当 10949	22-6486
南小学	南台 4-1-1	26-2850
杉並小学	杉並 2-3-1	24-2926
园部小学	宫崎 6	46-1017
东成井小学	东成井 996	46-1341
瓦会小学	瓦谷 1135-2	44-0055
林小学	下林 857-1	43-0155
恋濑小学	小见 832-1	43-2009
苇穗小学	小屋 1054	43-0169
吉生小学	吉生 513-2	43-0987
柿冈小学	柿冈 2159-2	43-0904
小幡小学	小幡 4080	42-3502
小樱小学	川又 746	42-3204



【中学校】

设施名	地址	电话号码
石冈中学	东石冈 4-2-1	26-2340
府中中学	若松 2-6-5	24-0022
城南中学	高滨 112	22-2487
国府中学	总社 2-12-1	24-0510
园部中学	山崎 1862	46-0506
八乡中学	柿冈 3513-2	43-0062

学童保育

放学后儿童的俱乐部

放学后儿童的俱乐部是，照看家长因就业等不在家的儿童的设施。

※市内所有的小学都在实施。

其他的学童保育

实施学童保育的认可儿童园，保育园的便览。

设施名	地址	电话号码
★石冈幼儿园未来塾	东光台 1-2-4	26-3860
★茨台幼儿园学童俱乐部	茨城 3-4-13	23-1668
★光保育园学童俱乐部	茨城 1-12-21	22-3708
★石冈明照保育园学童保育	府中 2-4-9	24-3385
★外野保育园竹笋俱乐部	东大桥 1639-2	26-3508



文化・健康・体育活動施設

図書館

中央図書館

② 中央図書館 TEL 24-1507

開館時間 上午 9 点～下午 7 点

閉館日 毎週星期一、毎月最後の星期四
(4・8・9・12 月除外)、年底年初、
节假日、特定图书整理期间

地 址 若宮 1-6-31



中央文化館 图书室

② 中央文化館 TEL 43-6262

開館時間 上午 9 点～下午 5 点

閉館日 毎週星期一、年底年初、
节假日、特定图书整理期间

地 址 柿岡 5680-1



- ★在中央図書館・中央文化館（图书室）、举行读听会等活动。
- ★在东地区文化館和城南地区文化館有图书室。

文化馆

文化馆是为了进行学习和文化活动等的设施。在各个文化馆，都实施各种各样的讲座和同好会活动等。

文化馆名	地址	电话号码
中央文化馆	柿冈 5680-1	43-6262
府中地区文化馆	府中 5-5-17	24-1530
东地区文化馆	东石冈 4-6-24	26-6503
城南地区文化馆	三村 7109	26-3341
国府地区文化馆	国府 5-7-1	22-2940
柿冈地区文化馆	柿冈 5680-1	43-6262
小幡地区文化馆	须釜 1300	-
苇穗地区文化馆	上曾 1195-1	43-0865
恋瀬地区文化馆	小见 827-1	44-3042
瓦会地区文化馆	瓦谷 430-1	43-2942
园部地区文化馆	真家 1921	46-1960
林地区文化馆	下林 862-1	43-0864
小樱地区文化馆	川又 746	42-3087

交流园地石冈葵花馆

② 葵花馆 TEL 35-1126

是老年人福利的据点设施。有健身房，露天浴场，大厅，日本式的房间等。

接待时间 上午 10 点～下午 8 点
(利用时间，到下午 8 点 50 分为止)

闭馆日 星期一
(节假日时翌日为闭馆日)

地 址 大砂 10527-6



八乡温泉 百合乡

② 八乡温泉 百合乡 TEL 42-4126

有可以看到筑波山的露天浴场，桑拿浴，餐厅等设施。

营业时间 上午 10 点～下午 10 点

闭馆日 第 2・第 4 星期一（节假日时翌日为闭馆日），1 月 1 日

地 址 小幡 1416



龙神森林露营地

② 教育委员会 终生学习科 TEL 43-1111

是在自然中能享受野外烧烤等的露营地。

利用时间

当天返回 上午 9 点～下午 4 点

住 宿 下午 12 点～翌日下午 12 点

停 业 日 每周星期一，年底年初

地 址 染谷 1617-4



勤劳青少年之家

② 勤劳青少年之家 TEL 24-0322

是作为就业青少年业余时间能利用的设施。

开馆时间 星期一～星期天 上午 9 点～下午 9 点（星期天到下午 5 点为止）

闭 馆 日 节假日、年底年初

地 址 石冈 2149-3

石岡市民会馆

② 石岡市民会馆 TEL 22-5187

有大厅及会议室，日本式的房间等设施。

地 址 总社 1-2-5



儿童馆・儿童中心

② 儿童馆 TEL 22-3858 / 儿童中心 TEL 22-3678

儿童馆・儿童中心是，作为儿童游戏的场所和育儿家庭相互交流的场所而有效地利用的设施。举行面向儿童的各种活动。

开馆日 星期一～星期五 上午9点～下午5点 / 星期六 上午10点～下午4点

闭馆日 星期天，节假日，年底年初

地 址 儿童馆 府中 5-7-33 / 儿童中心 旭台 3-9-21



体育活动设施

石冈运动公园

②石冈运动公园 TEL 26-7210

闭馆日 星期一（节假日时翌日为闭馆日），
年底年初

地 址 南台 3-34-1

设 施 体育馆，田径赛场，多功能广场
（各设施的利用时间不一样）



八乡综合运动公园

②八乡综合运动公园 TEL 43-6884

闭馆日 星期一（节假日时翌日为闭馆日），
年底年初

地 址 野田 600

设 施 草坪广场，网球场，锻炼中心，
多功能广场，武术馆，目标鸟高尔夫球场，
游泳池

（各设施的利用期间・利用时间不一样）



柏原棒球公园

闭馆日 星期一（节假日时翌日为闭馆日）、
年底年初

地 址 柏原 11

设 施 棒球场，网球场，足球公园，
棒球公园

（各设施的利用时间不一样）

② 柏原棒球公园 TEL 23-8158



石冈海洋中心

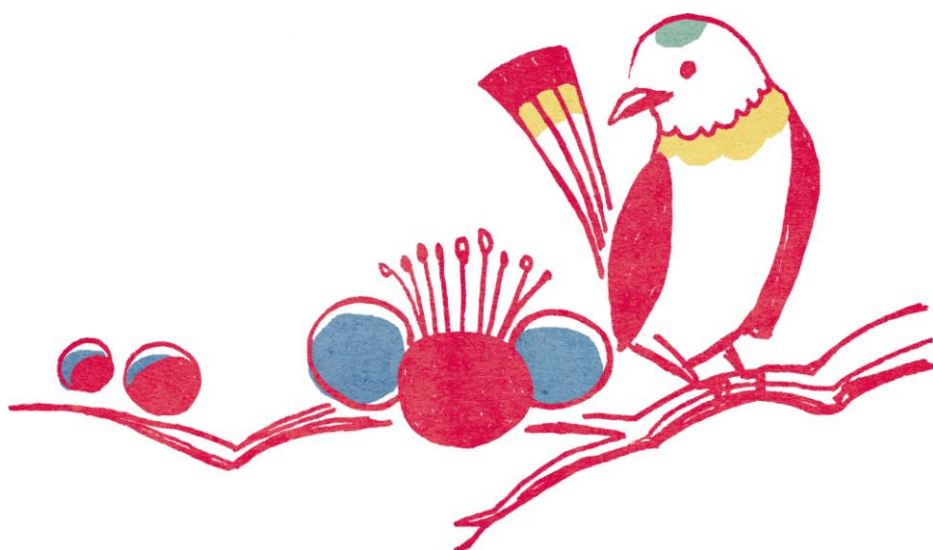
闭馆日 星期一（节假日时翌日为闭馆日）、
年底年初

地 址 染谷 1415

设 施 体育馆，游泳池

（各设施的利用期间・利用时间不一样）

② 石冈海洋中心 TEL 23-5191



石冈小学室内温水游泳池

②石冈小学室内温水游泳池 TEL 23-1088

闭馆日 星期一（节假日时翌日为闭馆日）、
年底年初

地 址 总社 1-3-17

设 施 一般用游泳池，幼儿用游泳池



小井户运动广场・染谷棒球场・少年体育活动广场

②运动广场 TEL 23-8158

闭场日 星期一（节假日时翌日为闭场日），年底年初
（利用时间因时节而不一样）

历史馆・资料馆

故乡历史馆

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111

举办了解从古代到近代的历史演变的常设展览和规划展览。

开馆时间 上午 10 点～下午 4 点 30 分

闭馆日 每周星期一，年底年初

地 址 总社 1-2-10

农村资料馆

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111

展示着农具等的民俗资料。

开馆时间 上午 10 点～下午 4 点 30 分

闭馆日 每周星期一、节假日、年底年初

地 址 大增 1519

多文化共生・国际交流

石冈市内的日语教室

② 市政府 政策规划科 TEL23-1111

国际交流团体开办日语教室。

- (1) 每周星期二下午 7 点~下午 9 点
- (2) 每周星期三上午 10 点~下午 12 点
- (3) 每周星期五上午 10 点~下午 12 点

参加费 免费（但是，教材费，复印费等要参加者自己负担）

地 址 国府地区文化馆

※(1)・(2)的教室是友谊石冈举办的，(3)的教室是全球爱举办的。

石冈市内的国际交流团体

② 市政府 政策规划科 TEL23-1111

石冈市，以国际交流团体为中心，开展各种各样的国际交流活动。

【在石冈市内开展国际交流活动的主要团体】

团体名	活动内容
友谊石冈	日语教室、国际交流教室、国际交流活动
全球爱	日语教室、国际交流教室、国际交流活动
石冈市日中友好协会	中文教室、国际交流活动
石冈狮子会	交流活动
石冈扶轮社	国际协力、交流活动

多语种生活信息

『多语种生活信息』

②（一般社团法人）自治体国际化协会 TEL 03-5213-1730

居留资格，结婚·离婚，劳务，医疗，年金，教育，税金，紧急·灾害时的采取措施等，用多种语言提供在日本生活时的必要信息。

网页

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

※应用软件里，具有多语种地震信息紧急通知的功能。在日本国内发生5级以上地震时发出的地震信息紧急通知用多种语言显示。

服务语言

英语，汉语，韩国语，西班牙语，葡萄牙语，他加禄语，越南语，印度尼西亚语，泰国语，德语，法语，俄罗斯语，日语

『外国人生活指南』

②（公益财团法人）茨城县国际交流协会 TEL 029-241-1611

紧急时的采取措施，行政手续及电·煤气的使用方法等，用多种语言提供在生活上的必要信息。

网页

<http://www.ia-ibaraki.or.jp/kokusai/soudan/guide/index.html>

服务语言

英语，汉语，韩国语，西班牙语，葡萄牙语，他加禄语，印度尼西亚语，泰国语



『为外国人提供医疗信息』

② (公益财团法人) 茨城县国际交流协会 TEL 029-241-1611

基本的应答, 病情的说明等用各国语言与日语的对照表来提供信息。

网页

<http://www.ia-ibaraki.or.jp/kokusai/soudan/medical/index.html>

服务语言

英语, 汉语, 韩国语, 西班牙语, 葡萄牙语, 他加禄语, 印度尼西亚语, 泰国语

茨城县医疗机构信息网 (茨城医疗机能信息提供系统)

② 茨城县政府 保健福利部 厚生总务科 TEL029-301-3117

可以检索茨城县内多语种服务可能的医疗机关。

网页

<http://www.ibaraki-medinfo.jp/>

茨城县急救医疗信息系统

② (一般社团法人) 茨城县医疗中心 TEL 029-241-6996

(周六·周日、节假日、夜间) TEL 029-241-4199

可以检索茨城县内多语种服务可能的医疗机关 (急救)。

网页

<https://www.cq.pref.ibaraki.jp/WP0101/RP010101BL.do>

『为外国人提供防灾信息』

② (公益财团法人) 茨城县国际交流协会 TEL 029-241-1611

是以茨城县内在住的外国籍居民为对象的灾害发生时的说明书。

网页

<http://www.ia-ibaraki.or.jp/kokusai/soudan/disaster/index.html>

服务语言

英语, 汉语, 葡萄牙语, 他加禄语, 泰国语, 西班牙语, 印度尼西亚语, 韩国语, 阿拉伯语, 僧伽罗语, 孟加拉语, 波斯语, 俄罗斯语, 日语 (附注音假名)

・(公益财团法人) 茨城县国际交流协会

网页

<http://www.ia-ibaraki.or.jp/kokusai/chinese/index.html>

・东日本铁路公司

网页

<http://www.jreast.co.jp/sc/index.html>

・关东铁路绿色公交车

网页

<http://kantetsu.co.jp/green-bus/>



市政府

窗口业务

【石冈市政府】石冈 1-1-1 / 【八乡综合支所】柿冈 5680-1

· 星期一～星期五

上午 8 点 30 分～下午 5 点 15 分（节假日・年底年初除外）

※仅限星期三部分业务服务到下午 7 点

· 星期六、星期天、节假日、年底年初

上午 8 点 30 分～下午 5 点 15 分

※仅限出生・死亡登记等户籍有关的申报登记服务

自动交付机

② 市政府 居民科 TEL 23-1111

取得「石冈居民卡」的话，即使是周六・周日・节假日也能在自动交付机取得以下的证明书。

【在自动交付机能取得的证明书】

居民票・印章证明书・轻型汽车税地址证明书・所得证明书・课税证明书・非课税证明书・纳税证明书・轻型汽车纳税证明书

【自动交付机设置地点】

市政府，八乡综合支所，东地区文化馆，城南地区文化馆，街头信息中心

※停止日・工作时间请向负责窗口咨询。

石岡市の介绍

石岡市是，位于日本列岛关东地区东北的茨城县中的，约中央位置的市。从西北部连绵的筑波山脉到市区是一片平缓的丘陵地，径流市内的恋瀬川河，流往日本第2大面积的霞浦湖。



市花 百合花



市树 柯树



市鸟 云雀



石岡市
Ishioka City



石岡市の市徽



是把石岡市注音假名的首字母「い」图案化成的市徽。用圆形「い」字来象征「圆满的市政（大家都满意）和市的发展」。

石岡市の资料

人口・户数

(到平成27年3月1日为止)

78,021 人 / 30,180 户

面积

215.53km²

石岡市的交通

火车

JR 常磐线特快列车常磐号

东京站→石冈站 约 60 分钟

水户站→石冈站 约 20 分钟

汽车

常磐高速公路

东京站→千代田石冈站 约 60 分钟

水户站→千代田石冈站 约 20 分钟

茨城机场

茨城机场→石冈站 乘车约 30 分钟



茨城县花卉公园

是能欣赏 750 种 30,000 棵世界各地的玫瑰花的植物园。还有牡丹，山百合，大丽菊，圣诞玫瑰花等，一年四季都能欣赏。

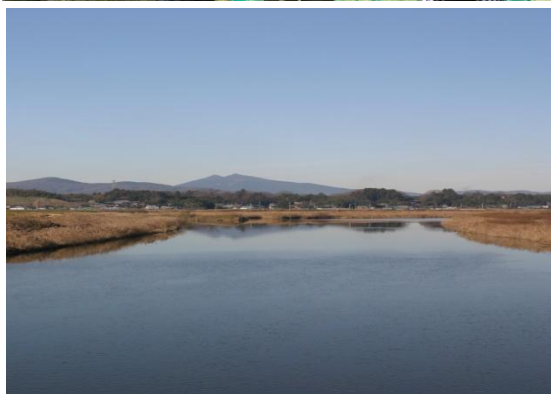
②茨城县花卉公园 TEL 42-4111



观光果树园

草莓，蓝莓，葡萄，梨，苹果，柑橘，柿子等，一年四季都能享受摘取水果的乐趣。也种植奉献皇室的富有柿子。

②八乡支所 观光科 TEL43-1111



高滨湾

从高滨湾眺望筑波山的风景是茨城百景之一。能享受钓鱼及观察鸟类，赏花等。

②八乡支所 观光科 TEL43-1111



筑波岭自助露营地

是在自然中能享受露营及野外烧烤等的露营地。也举办烹调教室及手工教室等。

②筑波岭自助露营地 TEL42-2922



龙神森林露营地

是在自然中享受露营及野外烧烤等的露营地。

② 教育委员会 终生学习科 TEL43-1111



恋濑川自行车路线

是沿恋濑川岸修建的自行车路线。地形起伏少所以初学者也能边欣赏风景，边骑自行车远行。路线，全长 17.2km。

② 恋濑川自行车路线运营协议会

TEL43-6884



朝日里山学校

是有效地利用木制结构建筑的以前的小学校的观光设施。能欣赏体验插秧农活及做比萨饼，陶瓷工艺等。

② 朝日里山学校 TEL51-3117

石冈市的历史



常陆风土记丘

是能参观市内出土的粗陶等资料的观光设施。有号称是日本第一大的狮子头的眺望台。春天也能欣赏樱花。

② 常陆风土记丘 TEL23-3888



常陆国分寺遗址（国家指定特别古迹）

是 741 年，由圣武天皇勅愿，为祈祷「国土安泰・万民息灾」在全国建立的 60 多所寺庙中的一所。

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111



常陆国分尼寺遗址（国家指定特别古迹）

国分尼寺和国分寺一样，也是 741 年，由圣武天皇勅愿建立的。现仅存奠基石。作为古迹公园正在整修中。

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111



阵屋门（县指定有形文物）

于 1828 年建筑。是江户时代统治石冈的府中松平藩的宅邸（当时的政府机关）的门。2014 年重新修整了。

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111



舟塚山古坟（国家指定古迹）

估计在 5 世纪中期建造的。在东日本是第二大的古坟。

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111



善光寺楼门（国家指定重要文物）

估计在室町时代时建造的。是县内现存的最古老的木制结构建筑。

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111



大觉寺园林

被称为是无论从东南西北哪个角度看都是很美丽的「表里如一的庭园」。

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111



佐久的大杉树（县指定天然纪念物）

是估计树龄约 1,300 年的大杉树。作为鹿岛神社里的树木，自古以来就受到信仰。

②教育委员会 文化振兴科 TEL43-1111

石冈市的传统节日活动



筑波岭马拉松大会



石冈巡游雏偶人



染谷十二个神乐



柿冈祭礼



七夕节



石冈市民盂兰盆舞大会



真家魂舞蹈



石冈祭礼



太々神乐



商工节



根小屋代々十二个神乐



柿冈城祭礼

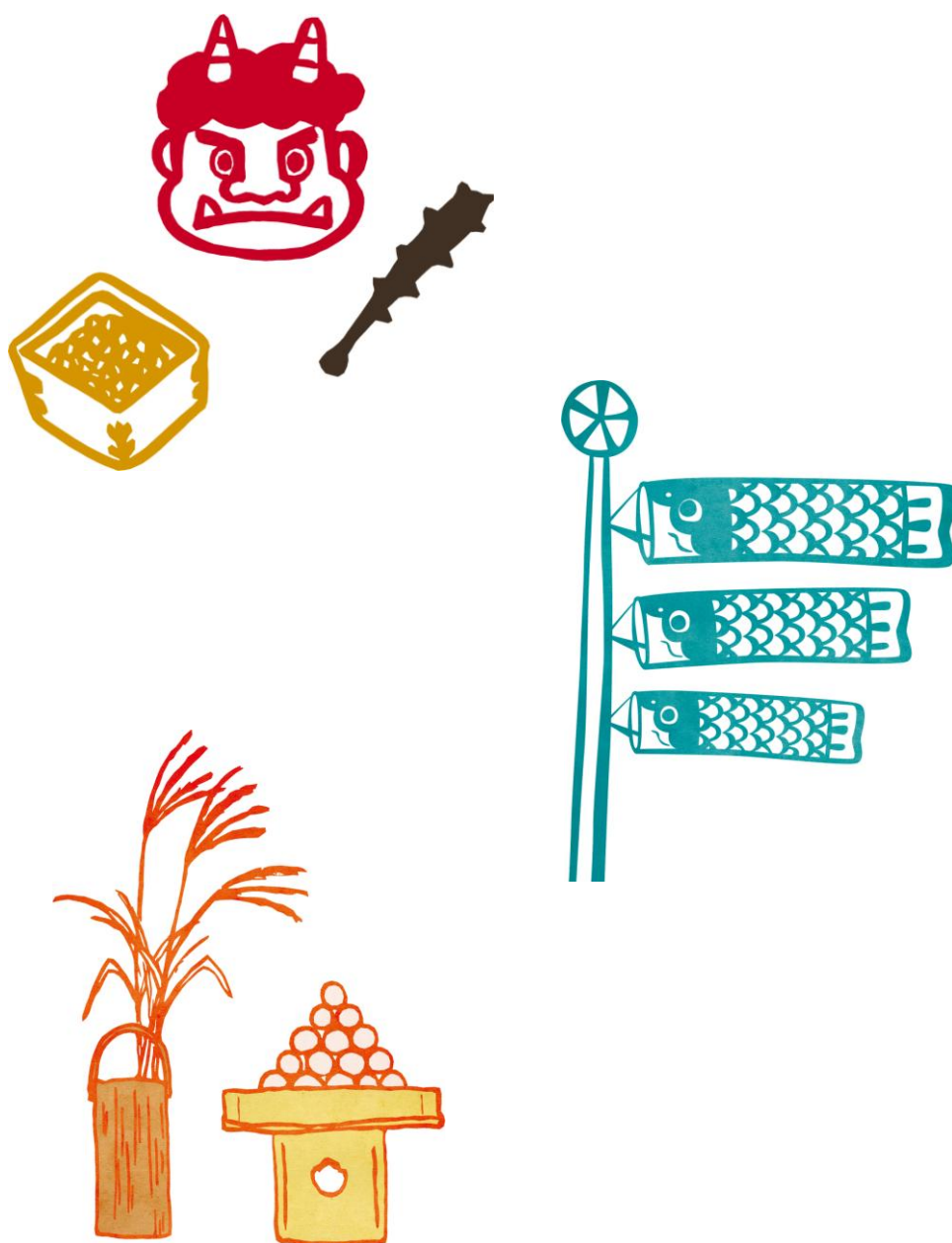
在石冈市举办的传统节日活动，以下的设施也在发布信息。

石冈市观光协会（在石冈市政府 观光科内）

地址 柿冈 5680-1 / TEL 43-1111

街头信息中心

地址 国府 3-1-16 / TEL 27-5171



石冈市地图





外国人のためのくらしの便利帳
为方便外国人的生活手册

平成 28 年 4 月発行

石岡市 市長公室政策企画課

※ 記載方法、内容等につきましてお気づきの点がありましたら、市役所 政策企画課へご連絡ください