

広報

ぬまづ
numazu

沼津 NUMAZU 信息
中文版

2026 年(令和 8 年)



10 月版

中文版 No. 267(日文版 No. 1762)

410-8601 沼津市御幸町 16-1
沼津市政府大楼 2 层 地域自治課

市网页中文版

https://www.city.numazu.shizuoka.jp/living_in/chinese/index.htm

本期内容

- ★为外国居民举办的免费综合生活咨询会
- ★国际交流节
- ★2026 沼津国际交流协会 日语讲演会
- ★受理令和 9 年度小学、初中新入学学生变更指定学校（确保上学路上的安全）的申请
- ★募集沼津市的育英奖学生
- ★10 月 1 日开始国民年金保险费的「育儿免除制度」
- ★二十岁集会的参加者
- ★11 月 2 日是固定资产税・城市计划税第 3 期的缴纳期限
- ★11 月 2 日是国民健康保险费第 4 期的缴纳期限
- ★缴纳自来水管费的夜间商谈窗口
- ★从 11 月开始，能使用公共下水道的地域扩大了。
- ★减少垃圾，守护未来，10 月是 3R 推进月
- ★未雨绸缪是从平时的准备开始的



★ 通知 为外国居民举办的免费综合生活咨询会

= お知らせ 外国人のための総合生活相談会

接受在生活中有困难的外国人的咨询。

时间：10月18日(星期日)，13点30分～16点（受理时间：13点～15点30分）

地点：サンウェルぬまづ 中会議室等

内容：法律问题、劳动问题、入管手续、国际结婚等咨询、行政业务指南

对象：外国人及其相关者

咨询人员：行政书士、律师、社会保险劳务士

口译种类：英文、中文、西班牙语、葡萄牙语、有对应其他语言的电视口译

申请方法：10月16日(星期五)，17点前直接来或打电话申请

※自己带着咨询相关的资料。

※日本人也可以参加。

※根据空闲的情况，当天也有受理的可能。

申请和咨询：地域自治課 电话号码：055-934-4717

★ 活动 国际交流节

= イベント 国際交流フェア

这是生活在这里的外国人和日本人交流，多文化接触的活动。

展示体验世界各国和日本文化，并销售食品和小商品，还有民族舞蹈等舞台表演。

时间：11月15日(星期日)，10点～14点30分

地点：プラサヴェルデ コンベンションホール A-1

(沼津车站北口旁 富士之国千本松树论坛 绿色广场 多功能厅)

咨询：地域自治課 电话号码：055-934-4717

★ 活动 2026 沼津国际交流协会 日语讲演会

= イベント 2026 NICE にほんごスピーチコンテスト

外国人用日语发表日常生活的感受。来听一听讲演者的想法和主张吧。

时间：10月24日(星期六)、14点～16点30分

地点：市立図書館視聴覚ホール

咨询：沼津国際交流協会事務局(地域自治課内)

电话号码：055-934-4717

★ **育儿** 受理令和9年度小学、初中新入学学生变更指定学校（确保上学路上的安全）的申请

= **子育て** こそだ れいわ ねん ど しょう ちゅうがっこうしんにゅうせい していこうへんこう つうがくじょう あんぜんかくほ しんせいうけつけ 令和9年度小・中学校新入生の指定校変更（通学上の安全確保）申請受付

根据住所可以申请到指定校的临近学校上学。

今年度到了最终的受理时期，请希望者不要忘记申请。

申请方法：11月6日（星期五）前，填写好专用表格或市政府网页上的

申请书后邮寄（必须寄到）

※欲知详情，请咨询或查看市政府的网页。

咨询：**学校教育課** がっこうきょういく か 〒410-8601 沼津市役所

电话号码：055-934-4808



专用表格



网页

★ **育儿** 募集沼津市的育英奖学生 = **子育て** こそだ し いくえいしょうがくせいぼしゅう 市の育英奨学生募集

对象：监护人在本市居住，令和9年4月准备入高中等学校，学习成绩优秀，需要学费援助的人
提供金额：入学准备金7万日元（不用返还）

定员：20人（由奖学生选拔委员会选拔）

申请方法：12月25日（星期五）前，填写好必要的材料，直接或邮寄申请，也可以通过学校申请。

※《奖学生申请书（しょうがくせいがんしょ 奨学生願書）》和《奖学生推荐报告书（しょうがくせいすいせんちょうしょ 奨学生推薦調書）》可以

在市政府的网页上下载，各初中学校或市役所7楼学校施設課也发放。

※欲知详情，请查看市政府的网页。

申请及咨询：**学校施設課** がっこうしせつか 〒410-8601 沼津市役所 电话号码：055-934-4805



网页

★ **通知** 10月1日（星期四）开始国民年金保险费的「育儿免除制度」

= **お知らせ** し もく こくみんねんきんほけんりょう いくじめんじょせいど はじ 10月1日（木）から国民年金保険料の「育児免除制度」が始まります

国民年金第1号被保险者抚养着不满1岁的孩子（亲生的孩子・养子）的话，

请注意开始实施免除缴纳育儿期间的国民年金保险费制度。

对象：国民年金第1号被保险者为抚养着未满1岁孩子的父母或养父母

免除期间：从孩子出生月开始到1岁生日前一个月为止最多12个月

申请方法：持有个人编码卡的人可以在个人编码门户网站申请。

还可以在年金事务所、市役所・各市民窓口事務所申请。

※欲知详情，请咨询或查看网页。

咨询：**市民課** しみんか 电话号码：055-934-4724



网页

★ **募集** 二十岁集会的参加者 = **募集** ぼしゅう はたち つど さんかしゃ 二十歳の集い参加者

令和9年的二十岁集会是以平成18年4月2日～平成19年4月1日出生的人为对象。

12月中旬向在本市有居民登记的对象者邮寄请柬。希望参加二十岁集会的下列人员必须事前申请。

①现在在本市没有居民登记的人。

②在本市居住，希望出席和现住所不同的初中校区的二十岁集会的人。

申请方法：12月11日（星期五）前填写好市政府网页上的专用表格或《参加申请书》发电子邮件申请。

※欲知详情，请查看市政府的网页。

申请和咨询：**生涯学習課** しょうがいがくしゅう か 电话号码：055-934-4871



网页

★ **通知** 11月2日(星期一) 是固定资产税・城市计划税第3期的缴纳期限

= **お知らせ** 11月2日(月)は固定資産税・都市計画税第3期の納期限です

请在期限内缴纳。

缴纳市税的夜间商谈窗口:10月29日(星期四), 17点15分~19点

地点和咨询:市役所2楼納税管理課 电话号码:055-934-4732

★ **通知** 11月2日(星期一) 是国民健康保险费第4期的缴纳期限

= **お知らせ** 11月2日(月)は第4期の国民健康保険料納期限です

请在期限内缴纳。

夜间商谈窗口:10月29日(星期四), 17点15分~19点

地点和咨询:市役所1楼国民健康保険課 电话号码:055-934-4727

★ **通知** 缴纳自来水费的夜间商谈窗口 = **お知らせ** 水道料金納付の夜間相談窓口

夜间商谈窗口:10月27日(星期二), 17点15分~20点

地点和咨询:水道部庁舎1楼水道サービス課 电话号码:055-934-4853

★ **通知** 从11月开始, 能使用公共下水道的地域扩大了。

= **お知らせ** 11月から公共下水道を使用できる地域がひろがります

以下各地域の一部可以使用公共下水道了。请对象地域的各位尽早接通。

地区	対象地域(一部分)
だいご 第五	さんまいばし おおおか たけのみさき にしさわだ 三枚橋・大岡(竹ノ岬)・西沢田
おおおか 大岡	おおおか へいわごう えきまえちょう 大岡(平和郷・駅前町)
かどいけ 門池	おかのみや 岡宮

地区	対象地域(一部分)
かなおか 金岡	ひがしくまんどう 東熊堂
かたはま 片浜	おおずわ まつなが 大諏訪・松長



网页

※欲知详情, 请查看市政府的网页。

咨询:下水道整備課 电话号码:055-934-4864

★ **通知** 减少垃圾, 守护未来, 10月是3R推进月

= **お知らせ** ごみを減らして、未来を守ろう 10月は3R推進月間です

10月是3R推进月。减少垃圾, 多次使用, 作为资源再利用叫“3R”。

要不要从身边能做的事情开始, 实践环保行动呢?

网页



不扔没用的东西 (Reduce)	作为资源再利用 (Recycle)	多次使用 (Reuse)
- 不要不用的东西。 - 使用自己的袋子、自己的水杯、自己的筷子等。 - 选择简易包装的制品。 - 散装购买或称重购买。 - 注重维护维修, 珍惜使用。 	- 把资源垃圾分类处理 - 请使用再利用制品 	- 选用可回收利用的容器(像啤酒瓶那样在销售店回收, 在专业厂家刷洗后使用的容器) - 选用补充装产品。 - 把不用的玩具或衣服送给需要的人。 - 利用和沼津市缔结合作协议定的“おいくら”和沼津市“メルカリshops”以及附近的旧货商店, 让不用的东西再次使用。

※欲知详情, 请查看市政府的网页。

咨询:クリーンセンター 电话号码:055-933-0711

灾害发生时，你在哪儿避难？

近年，全国各地相继发生地震和大雨等自然灾害，我们的生活总是和灾害并存。本市如果发生南海海槽地震的话，预计会遭受最大震级6级强的强烈摇晃和海啸灾害。为了在发生灾害时不慌张，根据自己和家庭的状况，应该预先考虑到哪里去避难及以后怎样生活。为了确认日常的准备，一旦发生灾害时能冷静地行动，请务必看完。

守护生命的“避难地”、过日子的“避难所”和“居家避难”

大地震发生时，去哪里避难，根据自己的住宅和周围的情况，选择是不同的。

自己的住宅和周围危险的话，暂时确保自身安全的地方是学校的操场等“避难地”。灾害危险过后，不能在自己的住宅生活的人，在一定期间生活的地方是学校的体育馆等“避难所”。避难所为了共同生活，环境绝对不能说是舒适的。

另外，自己的住宅安全的话、也可以选择在自己居住惯了的环境继续生活的“居家避难”。但是，在自己的住宅避难，家中不能缺乏准备。特别是在确保食物、水和厕所之外，根据家庭人数和生活环境来做好相应的准备也非常重要。在10月18日（星期日）的综合防灾训练到来之际，本期特辑将介绍避难所的实际情况和居家避难的要点。

避难所是什么地方？

避难所是为由于灾害不能在自己的住宅生活的人在建设临时安置住房和修复自己的住宅期间生活的场所。

避难所除了提供食物、水、毯子和隔断等生活需要的最基本的物资以外，还提供与日常生活相关的信息，是支撑受灾者生活的场所。

避难所由地域的自主防灾组织为中心，市政府和设施管理者以及每一位避难者协力运营的。了解避难所的特征是发生灾害时，为自己和家人打造良好生活的重要一步。

避难所受理制作名册，划分避难空间，分配物资，提供信息，援助要关心的人等，很多工作要同时进行。为了顺利运营，明确分工，确保活动路线及信息共享不可或缺。



关于避难所，
请查看这里。

知道吗？

避难所・防灾仓库有的东西・没有的东西

避难所和防灾仓库储备了很多在发生灾害时有用的储备品。

了解储备了什么，事前确认使用方法很重要。

这里介绍一下储备品的一部分。欲知详情，请查看市政府的网页。

网页



因断水等原因，不能使用厕所时，使用的简易厕所。用凝固剂凝固排泄物，能卫生保管和处理。



隔断可以把避难空间分隔开，遮挡周围的视线，确保周围的隐私。



瓦楞纸床可以减轻地面带来的寒冷和坚硬感，帮助支撑在避难所的生活。



由于医疗用品种类很多,无法针对每一种症状都能对应,所以没有储备常备药・处方药・医疗用的个别用品。



储备品的真正地方

避难所储备的物资主要是在灾害发生后不久,支撑生活的初期应急物资。

各避难所储备的种类和数量不同,并不是所有的避难者都能得到足够的量。为了在灾害时安心生活,家里的准备是不可少的。

自己的住宅能成为避难场所吗!?

选择居家避难

发生灾害时,并不是只有去避难所避难这一个方法。

自己的住宅安全的话,也可以选择继续在自己习惯的环境中生活的“居家避难”。居家避难不但可以避开拥挤的避难所,还能保护自己的隐私,确保自己的生活节奏。和在避难所避难相比有能减轻身心负担的好处。

但是,选择居家避难必须满足几个条件。

首先确认“自己住宅的安全”

- 建筑物上有大的损伤吗?
- 有水淹和塌方的危险吗?
- 准备了 7 天左右的食物吗?
- 确认保证生活的生命线的状况。



居家避难能力测试



CHECK

如果明天保障生活的生命线停止运行了——你家居家避难吗?——

检查自己的住宅和周边的安全及生活上必要的储备,确认是否做好了在家避难的准备。

厕所

- ☐ 预备携带厕所和简易厕所
- ☐ 确保对应家庭人数的数量
- ☐ 了解不能使用厕所时的对应方法

水・食物・药物

- ☐ 储备 7 天以上的饮用水和食物
- ☐ 有不用做就能吃的食品
- ☐ 有卡式炉等做饭的手段
- ☐ 根据家人的情况来储备食品和药品



电力・情报

- ☐ 准备移动电池
- ☐ 有手电筒和提灯
- ☐ 有用收音机等收集信息的手段
- ☐ 发生灾害时知道哪里可以获得信息

住处・家庭

- ☐ 做了防止家具倾倒和落下的对策
- ☐ 了解自己住宅周围的危险之处
- ☐ 定下来确认家庭是否安全的方法和集合地点
- ☐ 制定了援助必要关怀家庭的方法

让我们培养出保护自己生活的力量吧。

灾害不知什么时候开始,就在我们身旁。了解避难所的架构和居家避难的选择有助于为保护自己及家人做好心理准备。避难所里聚集着很多人,在有限的物资和人员中运营。我们不光要依靠这些,首先考虑如何守护自己的生活是非常重要的。

自己的住宅安全的话,也可以选择在自己习惯的环境中生活的居家避难。在确认建筑状况、周边的危险性和生命线的状况下,通过危险地图掌握地区风险,也是重新审视日常生活的契机。重新询问“自己的家确实安全吗?”、“必要的东西准备好了吗?”与灾害的强度有关。

再有,断水时必不可少的携带厕所、水和食物的储备是紧急时刻守护我们自己的“自助的力量”。所谓的有备无患就是把平时的准备一点一点的延续下去。

10 月 18 日(星期日)实施综合防灾训练。借这个机会参加实际训练,确认一下平时的准备和发生灾害时的行动。



一眼就能知道本市的灾害信息！ 沼津市防灾门户网站



■确认紧急信息

能确认本市发布的避难信息等。

■确认交通管制信息

在地图上可以确认道路通行管制和解除的信息。

■确认发生灾害时的风险和开设的避难所

在地图上用警戒等级的颜色表示避难指示等的对象地区也能确认开设避难所的位置。

■确认危险地图

能确认各种危险地图。



咨询：^{き き かん り か}危機管理課

电话号码：055-934-4803