

中国語情報報

伊賀

伊賀市
多文化共生中心

伊賀市
国際交流協会

伊賀市生活の
外国人生活指南

発行・編集：伊賀市国際交流協会（☎070-4455-4900）・伊賀市多文化共生課（☎0595-22-9702）
此信息报的情报选自「広報いが」等，请扫描二维码阅览官网信息。

伊賀市の总人口： 83,553 人

伊賀市在住外国人： 6,302 人

占人口の： 7.54 %

2025 年 10 月末的数据

信 息 お知らせ

年末年始の業務通知

ねんまつねんし
年末年始のお知らせ

■伊賀市応急診療所 【地址】伊賀市上之庄 1700-1 【电话】 0595-22-9990

12 月 27 日(周六)	20:00~23:00
12 月 28 日(周日) ~1 月 4 日(周日)	9:00~12:00、14:00~17:00、20:00~23:00

- ※受付时间为诊察结束前的半个小时为止
- ※为了确保诊疗体制，到达停车场后请通过电话告知症状
- ※不对应各种感染症的相关检查、打点滴、X 光检查、血液检查等
- 【携带物品】请带好保险证、各种受给证以及配药手册等



■年末年始救急轮班制当班表 ※12 月份的救急当班表请参阅第 3 页 【问询处】医疗福祉政策课 电话：0595-22-9705
※诊疗的时间为 AM8:45~第二天的 AM8:45 ※岡波综合病院诊疗的时间为 AM9:00~第二天的 AM8:45

1 月 1 日（周四）	名张市立病院	1 月 2 日（周五）	上野综合市民病院
1 月 3 日（周六）	名张市立病院	1 月 4 日（周日）	岡波综合病院 名张市立病院

※休诊期间的急救诊疗请致电伊賀市救急・健康咨询 24 小时专线电话 0120-4199-22 问询。



■歯科診療 【诊疗时间】9:00~17:00 就诊前就先打电话 【携带物品】健康保险证 等
1 月 1 日没有当班诊所，如有急用请致电救急医疗信息中心 电话 059-229-1199。

12 月 30 日（周二）	まついけ 歯科	地址：伊賀市四十九町 2115-3	电话： 0595-22-0118
12 月 31 日（周三）	峰 歯科・矯正 歯科 诊所	地址：伊賀市上野西大手町 3598	电话： 0595-21-1616
1 月 2 日（周五）	村井 歯科 医院	地址：伊賀市上野忍町 2556	电话： 0595-21-1347
1 月 3 日（周六）	村田 歯科 医院	地址：伊賀市柘植町 2296	电话： 0595-45-2025

■伊賀市役所の年末年初休息时间 伊賀市役所の休息时间为 12 月 27 日（周六）至 1 月 4 日（周日），请相互转告。

年末年初の垃圾回收以及垃圾回收公司的送去时间

ねんまつねんし
年末年始のごみの持ち込み

年末年初的垃圾回收时间请参照垃圾回收表的时间。垃圾回收公司年末年初的送去时间请参照下列所述：
伊賀北部地区（上野、伊賀、島之原、阿山、大山田支所管辖の范围内） 【问询处】さくら资源再利用中心 0595-20-9272
○可燃垃圾、硬塑料、皮革制品、容器包装塑料、瓶类、金属类、掩埋垃圾、纸・布类、粗大垃圾、等
【受理日】年末至 12 月 30 日为止，年初从 1 月 5 日开始 【受理时间】9:00~16:30
※一般情况下周六周日、节假日休息，但 12 月 7 日（周日）・27 日（周六）受理回收业务
【回收场所】さくら资源再利用中心（治田 3547-13 回收时有费用发生）
○混凝土、土、瓦、砖块、瓷砖等
【受理日】年末至 12 月 26 日为止，年初从 1 月 5 日开始（周六周日、节假日休息） 【受理时间】9:00~16:00
【回收场所】不燃物处理场（西高仓 4631 回收时有费用发生）

伊賀南部地区（青山支所所管辖の范围内） 【问询处】伊賀南部环境卫生组合 0595-53-1120
○可燃垃圾、不可燃垃圾、粗大垃圾、容器包装塑料、资源类垃圾（瓶、罐、塑料饮料瓶、纸、布类等）等
【受理日】年末至 12 月 26 日为止，年初从 1 月 5 日开始（周六周日、节假日休息）
【受理时间】8:30~12:00/13:00~16:30
【回收场所】伊賀南部清扫中心（奥鹿野 1990 回收时除资源和容器包装塑料以外有费用发生）



本月的纳税
こんげつの のうぜい

固定資産税（第 3 期） 国民健康保険税（第 6 期）

本月纳税期限 12 月 25 日（星期四） 【问询处】收税课 电话 0595-22-9612

有没有忘记预防接种呢？

予防接種を受けましたか

预防接种请尽早接种。有没有忘记预防接种，请确认母子健康手册等。

预防接种的名称		次数	可接种年龄	
轮状病毒	1 价	2~3	出生后的第 6 周~24 周	初次接种建议在出生后的第 14 周 6 日之前
	5 价		出生后的第 6 周~32 周	
肺炎球菌		4	出生后 2 个月~5 岁未滿	
B 型肝炎		3	1 岁未滿	
5 种混合（白喉、百日咳、破伤风、脊髓灰质炎 B 型流感嗜血杆菌）		4	出生后 2 个月~7 岁 6 个月未滿 ※4 种混合疫苗已结束，切换成 5 种混合疫苗（疫苗名）。	
卡介苗		1	1 岁未滿	
麻疹、风疹混合（MR）	1 期	1	1 岁~2 岁未滿	
	2 期	1	2019 年 4 月 2 日~2020 年 4 月 1 日出生的（保育园幼稚园年长儿童）	
水痘		2	1 岁~3 岁未滿之间 ※已患过水痘的不需要接种	
日本脑炎	1 期	3	3 岁~7 岁 6 个月未滿	
	2 期	1	9 岁~13 岁未滿	
两种混合（DT）		1	11 岁~13 岁未滿	
子宫颈癌		3	○小学 6 年级~高中一年级（16 岁左右）的女生 ○1997 年 4 月 2 日至 2009 年 4 月 1 日之间出生的女性 ※疫苗接种期间（2022 年 4 月 1 日~2025 年 3 月 31 日）内，至少接种过 1 次的人，2025 年度剩余的接种将免费。	





【问询处】健康推进课 电话 0595-22-9653

发行社会保险费（国民年金保险费）的控除证明书

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書を送ります

1月1日至12月31日支付的国民年金保险费，在所得税和住民税的申报时，全部可作为社会保险费控除。在年末调整或确定申报时，请务必附上证明书或收据。

社会保险费（国民年金保险费）控除证明书，也提供可在e-tax上使用的电子版。通过My Portal登录“年金网络”，登录电子发送希望后，可在My Portal的“通知”中收到。（登录后将不再邮寄）日本年金机构网站上有关于电子版使用方法的视频。

此外，若支付了家庭成员的国民年金保险费，也可以加计到支付人的社会保险费控除中，请将寄送给家庭成员的控除证明书附上进行确定申报。

※有关社会保险费（国民年金保险费）控除证明书，请咨询年金加入者热线（☎ 0570-003-004）。

【问询处】 保险年金课 0595-22-9659

冬天的一些防护

冬の準備をしましょう

■冬天的水管保护 水道管の冬の準備をしましょう

严寒季节，气温降至零下 4 度以下时，水管就有可能被冻结。每年冬天的 12 月开始至第二年的 2 月份为止，各地多有水管被冻结或者破损等事频繁发生。为了防患于未然，请注意以下几点：

- ◆ 采用防寒材料：将裸露在外的水管和蛇口部分用保温材料、例如旧毛毯旧布等包卷起来，再在其外面裹上塑料薄膜。
- ◆ 当水管被冻结没有水时：在被冻结的水管的外露部分处，用毛巾覆盖好，在毛巾上面慢慢地浇上温水。请注意如果直接浇滚水，有可能会導致水管和蛇口的破损。
- ◆ 当水管和蛇口发生了破损时：首先关上止水栓（在水表附近），找不到止水栓时，请用布或者胶带包卷一下破损处，然后联系伊贺市指定的店家（详情请查阅伊贺市くらしのガイドブック）来修理。

※ 这一期间如果长期间不在家的话，建议关闭止水栓

【问询处】水道工务课 电话 0595-24-0002



■请使用汽车的冬用轮胎吧

自動車の冬の装備をしましょう

- ◆ 在有积雪或者路面冻结的道路上行驶的车辆，如果没有防滑装置属于违反法令。

普通轮胎在雪路上行驶，不仅有发生事故的危險性，也可能因其停滞而導致严重的交通堵塞。下大雪时以主干道为中心播洒溶雪剂，但即便这样使用普通轮胎也很危險。请尽可能地使用轮胎链和冬用轮胎，安心安全的驾驶。

【问询处】伊贺建设事务所保全室 电话 0595-24-8210 伊贺警察署 电话 0595-21-0110





婴幼儿健诊和咨询 こどものけんしん そうだん

市役所将会发送有关健诊日等信息的通知。

【电话】 健诊 / 育儿支援课: 0595-41-1556

【电话】 婴幼儿咨询 / 育儿支援室: 0595-22-9665

1岁6个月儿童的健诊	12/18、1/29	13:00 ~ 14:30	【携带物品】 母子健康手册、问诊票等
3岁儿童的健诊（3岁6个月）	12/2、12/9、1/13	ハイトピア伊贺4楼	
婴幼儿咨询	12/1、12/5、12/17 1/9、1/21	身体测量、保健师营养师等对应，详情请参阅市官网。	

◎请保有可方便就诊的「かかりつけ医」（常治医），休假日或者夜间因急病需受诊时请参考此页信息，就诊前请拨打电话，并请带好可确认健康保险等信息的相关证件。

◆伊賀市応急診療所 い が し おうきゅうしんりょうじょ

伊賀市应急诊疗所

【电话】0595-22-9990 【诊疗科目】一般诊疗・小兒科

【地址】伊賀市上之庄1700番地1（岡波综合病院近側）

【时间】周一至周五 20:00-23:00

周日节假日 9:00-12:00, 14:00-17:00, 20:00-23:00

◆三重県救急医療情報センター みえけんきゅういりょうじょうほうせんたー

三重县急救医疗信息中心

该中心可提供您有关您所在地区的医院的信息。

【电话】059-229-1199

◆みえ子ども医療ダイヤル こ いりょうだいやる

☎ #8000 三重儿童医疗热线

【时间】周一至周五 19:00 至次日 8:00

周日节假日 8:00 至次日 8:00

日语以外，可对应 22 种语种的咨询。



◆伊賀市救急・健康相談ダイヤル24 い が し きゅうきゅう けんこうそうだんだいやる

伊賀市急救健康咨询 24 小时专线

24 小时可免费接受身心方面的各种咨询。

【电话】0120-4199-22

◆救急医院名	时间表		
上野综合市民病院 电话: 0595-24-1111	周一至周五	周六、周日、节假日	
	17:00 - 次日 8:45	8:45 - 次日 8:45	
名张市立病院 电话: 0595-61-1100	周一至周五	周六、周日、节假日	
	17:00 - 次日 8:45	8:45 - 次日 8:45	
岡波综合病院 电话: 0595-21-3135	周一	周三	周日、节假日
	17:00-次日 9:00	17:00-次日 8:45	9:00-次日 8:45

12月	<小兒科以外的诊疗>					
周日	周一	周二	周三	周四	周五	周六
	1 おかなみ岡波	2 なばり名張	3 おかなみ岡波	4 なばり名張	5 うえの上野	6 なばり名張
7 おかなみ/なばり岡波/名張	8 おかなみ岡波	9 うえの上野	10 おかなみ岡波	11 なばり名張	12 うえの上野	13 うえの上野
14 おかなみ岡波	15 おかなみ岡波	16 なばり名張	17 おかなみ岡波	18 なばり名張	19 うえの上野	20 なばり名張
21 おかなみ/なばり岡波/名張	22 おかなみ岡波	23 うえの上野	24 おかなみ岡波	25 なばり名張	26 うえの上野	27 うえの上野
28 おかなみ岡波	29 おかなみ岡波	30 なばり名張	31 おかなみ岡波	急救只能利用当班医院。		

咨询窗口

そうだん まどぐち 相談 窓口

市役所接受有关工作、教育、保险、年金（养老金）、育儿、税金、签证等和生活相关的生活咨询，咨询免费（根据咨询内容，也有可能无法受理）。如果您有什么感到困惑烦恼的事，请来咨询。

■伊賀市役所多文化共生课（伊賀市四十九町 3184 市役所 2 楼）

【可对应时间】工作日的 8:30 至 17:00 ☎ 0595-22-9702

■伊賀市多文化共生中心（伊賀市上野丸之内 500 ハイトピア伊賀 4 楼）

【开所时间】工作日的 9:00 至 17:00 ☎ 0595-22-9629

【中文可对应时间】周一、周四的 9:00 至 17:00（节假日除外）

中心定期举办行政书士的免费咨询会，就签证、国际结婚等接受咨询。

咨询为预约制，可拨打电话 0595-22-9702

进行预约。

【时间】1月8日（周四）13:30 至 16:00 为止

【地点】伊賀市多文化共生中心

日语学习教室

べんきょう 勉強の ご案内

※详情请询问各教室，或参阅各教室的 Facebook 或网站

ささゆり学习支援教室

ささゆり きょうしつ

使用日语辅导学校学习。

【对象者】小学 5 年级至中学 3 年级的学生

【时间】周六 14:00~16:00

【场所】伊賀市综合福祉会馆 2 楼

【费用】200 日元/次

【问询处】伊賀之传丸

事务所电话 0595-23-0912

携带电话 080-3590-7612

伊賀日本語之会

いが にほんご の かい

12月13日开始放寒假

学习日语以及辅导日本能力检定考试。

【时间】周三晚上 19:30~20:40

周六晚上 19:00~20:30

【场所】伊賀市综合福祉会馆 2 楼

【费用】200 日元/次

【电话】伊賀日本語之会事務局

090-3425-7099

日语汉字教室

にほんごかんじきょうしつ

12月24日、31日休息

学习小学的日语汉字。

【对象者】小学 1 至 4 年级为止的儿童

（需要事先报名）

【时间】周三 15:30~16:30

【场所】ハイトピア伊賀 4 楼

【费用】200 日元/月

【报名、问询处】伊賀市国际交流协会

（ハイトピア伊賀 4 楼）

【电话】070-4455-4900



请来回答如下问题！ みなさんにクイズです！

<问题> 冬天发生灾害时，避难时带上哪些物品会让人感到安心呢？

- A. 沙滩拖鞋
- B. 毛毯和一次性暖宝宝
- C. 太阳镜



中文



冬天避难时，防寒措施尤其重要。除了穿着暖和的衣服外，还要记得戴上手套和帽子。为了抵御避难地的寒冷，准备好毛毯和一次性暖宝宝会让人感到更安心。

此外，避难时穿上防滑的鞋子也很重要。特别是在有雪或冰的情况下，要格外小心。请注意安全，确保准备好必要的物品。

【问询处】防灾危机对策局 电话：0595-22-9640 答案是：“B. 毛毯和一次性暖宝宝”。

信息 お知らせ

年末交通安全县民运动

ねんまつ こうつうあんぜんけんみんうんどう
年末の交通安全県民運動



年末时期，人流与车流增多，交通事故也有上升趋势。希望各位进一步提高交通安全意识，保持心情平和、提前留出行车时间，努力做到安全驾驶。

【实施期间】

12月1日（周一）至12月10日（周三）的10天
（12月1日（周一）为「三重县零酒驾推动运动日」）



【实施的重点项目】

1. 防止儿童和高龄者的交通事故
2. 彻底实施横道线的行人优先、实行安全过横道线方法
3. 彻底实行安全带佩戴，和儿童车座椅的正确安装
4. 杜绝酒驾及其他恶质・危险驾驶行为
5. 彻守自行车・特定小型电动自行车相关交通规则并促进安全头盔的佩戴



【问询处】 市民生活课 电话 0595-22-9638

寒假补习班

ふゆやすみ べんきょうかい
冬休みの勉強会



寒假期间，和大学生们一起做
作业学习一起交流吧。

【时间】 2025年12月26日（周五）
10:00-16:00

【地点】 ハイピア伊賀 5楼

【对象】 和外国有关联的

市内小学生・中学生

【携带物品】 学习用具（铅笔橡皮等）
作业、便当、饮料 等

【人数】 30人（按报名顺序）

【费用】 免费

【报名期间】
12月8日（周一）～12月19日（周五）

【报名、问询处】

多文化共生课 0595-22-9702（配有口译）

年末年初请注意犯罪与交通事故

ねんまつねんし はんざい こうつうじこ ちゅうい
年末年始の犯罪や交通事故に注意しましょう！

年末年初期间，针对金融机构和便利店的抢劫，车上盗窃、入室盗窃等犯罪发生的趋势较多。为防止犯罪被害，日常应增强防范意识，请注意以下事项：

- 不携带大量现金
- 离开车辆时请锁好车门
- 不要将包等物品留在车内
- 离家时请锁好家门



此外，年末年初交通流量增加，交通事故的发生也令人担忧。请牢记安全驾驶。

◆ 不要独自烦恼，请咨询！ 警方为遭遇事件、事故的受害者提供支持。请不要独自承受烦恼，向警察咨询。

【问询处】伊贺警察署 电话 0595-21-0110

名张警察署 电话 0595-62-0110

三重县的最低工资

みえけん さいていちんぎん か
三重県の最低賃金が変わりました

三重县的最低工资从11月21日起为“每小时1,087日元”。每小时上涨64日元。
最低工资是不论年龄、兼职或临时工等，所有工作的人员都能获得的报酬。

电线和电缆制造业等特定行业的工作人员将适用特定（行业别）最低工资。



【问询处】三重劳动局 电话：059-226-2108

伊贺劳动基准监督署 电话：0595-21-0802