



Bản tin Tiếng Việt

IGA



Igashi
Tabunka kyousei-center



Igashi
Kokusaikouryu
kyokai



Sách hướng
dẫn về
đời sống

Phát hành · Biên tập : Igashi Kokusaikouryu Kyokai (☎ 070-4455-4900) · Igashi Tabunkakyousei-ka (☎ 0595-22-9702)
Trang chủ <http://www.mie-iffa.jp/> ☆ Bản tin này được trích và chọn lọc từ 『Kouhou Iga』

Dân số Thành phố Iga: 83,451 người Người nước ngoài: 6,333 người Chiếm 7.59 % dân số Thống kê vào cuối tháng 11/2025



Chúc mừng năm mới



Thông tin お知らせ

Cùng nhau đón Tết Nguyên Đán !

きゅうしょうがつ いっしょ いわ
旧正月を一緒に祝おう !

【Thời gian】 ngày 08/02 (chủ nhật) 12:00 ~ 15:00 (vào cửa từ 11:30) .

【Phí】 miễn phí

【Địa điểm】 Haitopia Iga tầng 5 Daikenshuu-shitsu (Igashi Ueno Marunouchi 500)

【Bãi đỗ xe】 mất phí. Có thể đỗ xe miễn phí tại bãi đỗ xe Trường mẫu giáo Tosei-no-oka (Igashi ueno marunouchi 177-1), khoảng 9 phút đi bộ.

※ Địa điểm tổ chức sẽ được trang trí theo phong cách Tết Nguyên Đán, tiết mục biểu diễn âm nhạc và múa đèn từ Việt Nam, Philippines và Trung Quốc. Ngoài ra còn có các trò chơi và nhiều hoạt động liên quan đến Tết Nguyên Đán. Hãy đến tham gia và cùng nhau đón Tết Nguyên Đán nhé!

【Liên hệ】 Igashi kokusaikouryu kyokai ☎ 070-4455-4900



**Có quà tặng quà tặng !
200 người
(ưu tiên theo thứ tự)**

Khai thuế dễ dàng tiện lợi bằng 「điện thoại thông minh」

ぜい しんこく かんたん べんり すまほ しんこく
税の申告をしましょう ~簡単で 便利な「スマホ」で 申告~

Với thẻ My Number và điện thoại thông minh hoặc máy tính có thể khai thuế tại nhà.

Địa điểm khai thuế thu nhập, thuế tiêu dùng đối với chủ doanh nghiệp, thuế tặng cho và thuế cư trú thành phố/tỉnh

【Thời gian】 16/02 (thứ hai)~16/03 (thứ hai) (trừ: thứ 7, chủ nhật, ngày lễ)

09:00 ~ 17:00 (tiếp nhận hồ sơ trước 16:00)

【Địa điểm】 Iga shimin taiikukan kanri-tou tamokuteki-shitsu (Địa chỉ: Igashi Midorigaoka higashi-machi 920)

【Hướng dẫn】 khi đến khai thuế cần phải có vé vào cửa. Vé vào cửa có thể đăng ký trước ngày đến 14 ngày qua LINE hoặc nhận vé trực tiếp khi đến khai thuế (nếu đông người sẽ chuyển sang ngày khác).

※Không có xe buýt đưa đón miễn phí.

【Đối tượng cần thực hiện việc khai thuế】

Những người có công ty riêng, có thu nhập từ bất động sản, người bán đất hoặc nhà.

Những người làm từ 2 công việc trở lên, có thu nhập.

Những người có người phụ thuộc chưa đưa vào điều chỉnh thuế cuối năm.

Những người muốn được khấu trừ chi phí y tế.

Người mua nhà bằng khoản vay trả góp (chỉ khai báo lần đầu), v.v.

【Cần chuẩn bị】

◆Thẻ my number hoặc thẻ thông báo my number kèm bằng lái xe/ thẻ bảo hiểm /hộ chiếu /thẻ ngoại kiều.v.v

◆Điện thoại thông minh (những người có điện thoại thông minh có thể thực hiện việc khai thuế bằng điện thoại thông minh và thẻ My number)

◆Đơn khai thuế và bưu thiếp thông báo từ cơ quan thuế (chỉ dành cho những người đã nhận được)

◆Tài liệu chứng minh thu nhập của bạn trong năm 2025 (phiếu khấu trừ thuế, bảng kê khai thu nhập v.v.)

◆Giấy chứng nhận thanh toán chi phí y tế quốc gia, hưu trí quốc gia, bảo hiểm động đất, bảo hiểm nhân thọ, v.v.

◆Trường hợp đăng ký người phụ thuộc cần có: giấy chứng nhận mối quan hệ (bản dịch) và giấy chứng nhận đã chuyển tiền...

◆Sổ tài khoản ngân hàng (đối với thuế thu nhập cá nhân, sổ ngân hàng mang tên người khai thuế) ◆Bút viết .v.v.

【Liên hệ】 • Thuế thu nhập /Thuế tiêu dùng: Ueno Zeimusho ☎ 0595-21- 0950 • Thuế cư trú: Kazeika ☎ 0595-22- 9613



Thuế tháng này

こんがつ ぜいきん
今月の税金

Kokumin Kenkou Hoken-zei (kỳ 7) Shikenmin-zei • Shinrin kankyo-zei (kỳ 4)

Vui lòng thanh toán trước ngày 02/02 **【Liên hệ】** Shuuzei-ka ☎ 0595-22-9612

Kiểm tra ung thư theo nhóm

しゅうだん けんしん
集団がん検診



【Thời gian】 09:30 ~11:30 ngày 07/03 (thứ bảy)

【Địa điểm】 Yumepolis center

【Kiểm tra】 Ung tư dạ dày, ung thư đại tràng, ung thư tử cung, ung thư vú.

【Đối tượng】

Những người đã đăng ký cư trú tại thành phố vào ngày kiểm tra và thuộc nhóm tuổi mục tiêu cho mỗi kỳ kiểm tra.

Những người đã kiểm tra ung thư với nội dung tương tự trong năm nay sẽ không thể thực hiện.

【Đặt hẹn】 qua mã vạch hai chiều hoặc qua điện thoại ☎ 0595-22- 9653 (08:30~17:15, ngày thường)

【Nội dung , độ tuổi và chi phí】 :

Nội dung	Độ tuổi	Phí thanh toán	
		Dưới 74 tuổi	Trên 75 tuổi
Ung thư dạ dày	Trên 20 tuổi	1,800 yên	800 yên
Ung thư đại tràng	Trên 20 tuổi	800 yên	500 yên
Ung thư tử cung	Trên 20 tuổi, nữ	1,400 yên	500 yên
Ung thư vú (chụp nhũ ảnh)	Trên 30 tuổi, nữ	1,600 yên	800 yên

【Liên hệ】 Kenkousuishin-ka ☎ 0595-22-9653

※Ngoài ra có thể đăng ký trực tiếp tại bệnh viện , các tổ chức y tế trong Thành phố trước ngày 28/02. Nội dung khám: ung tư dạ dày, ung thư đại tràng, ung thư tuyến tiền liệt, ung thư tử cung, ung thư vú.



Hãy tham gia quỹ lương hưu cơ bản khi 20 tuổi 20歳になったら国民年金に入ってください

Lương hưu cơ bản là 1 khoản tiền tất cả mọi người từ 20 tuổi trở lên bất kể quốc tịch, nghề nghiệp, giới tính đang cư trú tại Nhật có nghĩa vụ phải tham gia đóng hàng tháng để đảm bảo cho cuộc sống của bản thân sau khi về hưu.

Điều kiện nhận trợ cấp lương hưu khi tham gia và đóng đầy đủ số năm theo quy định:

「Lương hưu tuổi già」 khi về già sau 65 tuổi.

「Trợ cấp thương tật」 nếu bị tai nạn, bệnh ảnh hưởng đến khả năng lao động.

「Trợ cấp tử tuất」 người tham gia nenkin qua đời, số tiền này sẽ được chi trả cho gia đình của người đã mất (vợ/chồng hoặc con của người đã mất) .

Những người gặp khó khăn trong việc thanh toán và đủ điều kiện tham gia các hệ thống sau, hãy đăng ký để được miễn hoặc có thể gia hạn thời gian nộp phí lương hưu

◆Chế độ thanh toán đặt biệt cho sinh viên : cho phép sinh viên , học sinh có thu nhập dưới mức quy định có thể có thể gia hạn thời gian nộp phí lương hưu.

◆Chế độ miễn trừ / hoãn thanh toán:

「Miễn trừ」 nếu cá nhân, vợ /chồng và chủ hộ đều có thu nhập dưới mức quy định trong năm trước có thể được miễn toàn bộ hoặc một phần.

「Hoãn thanh toán」 những người dưới 50 tuổi có thu nhập dưới mức quy định trong năm trước, cả bản thân và vợ/chồng gặp khó khăn trong việc nộp phí lương hưu.

※Nếu trả trước phí lương hưu trí quốc gia có thể được giảm giá (rẻ hơn).

Những người muốn thanh toán trước bằng chuyển khoản ngân hàng

(được thanh toán tự động từ ngân hàng) xin vui lòng đăng ký.

【Liên hệ】 Hoken nenkin-ka ☎ 0595-22- 9659

Tsu nenkinjimusho Kokumin nenkin-ka ☎ 059-228- 9112



Cẩn thận sốc nhiệt ヒートショックに 気をつけて！

【Sốc nhiệt là gì】

khi nhiệt độ thay đổi đột ngột huyết áp sẽ thay đổi mạnh, đây là mối nguy hiểm cho sức khỏe (ngất xỉu hoặc nhồi máu cơ tim) . Khi bạn chuyển từ phòng ấm sang phòng lạnh, kích thích lạnh sẽ khiến mạch máu co lại khiến huyết áp tăng đột ngột. Sao đó cơ thể ấm lên mạch máu giãn ra khiến huyết áp giảm mạnh. Nhiệt độ thay đổi đột ngột cũng có thể khiến huyết áp tăng nếu phòng thay đổi lạnh sau khi tắm.

【Người có nguy cơ cao】 người cao tuổi, cao huyết áp, bệnh tiểu đường, rối loạn lipid máu

【Phòng ngừa sốc nhiệt】

<Khi tắm> ◆Làm ấm phòng thay đồ và phòng tắm trước khi tắm. ◆Hãy cho người thân trong nhà biết trước khi đi tắm.

◆ Nhiệt độ tối đa dưới 41 độ C và ngâm mình tối đa trong 10 phút. ◆Không đột nhiên đứng dậy khỏi bồn tắm.

◆ Tranh tắm ngay sau khi ăn, uống rượu hoặc uống thuốc.

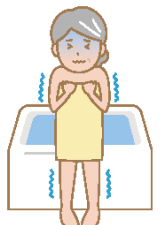
<Nhà vệ sinh> ◆Phủ bọc hoặc làm ấm khu vực bồn ngồi.

◆Khi đi vệ sinh vào ban đêm hãy mặc áo khoác hoặc tất.

<Ngăn ngừa mất nước> ◆ Uống nước thường xuyên ngay cả khi trời lạnh.

<Lối sống>◆Tập thể dục. ◆Ăn những thực phẩm tốt cho cơ thể. ◆Sống một cuộc sống có quy tắc.

【Liên hệ】 Iga shoubousho kanri-ka ☎ 0595-24-9120



Kiểm tra và tư vấn sức khỏe cho trẻ em 子どもの健康と相談

Shiyakusho sẽ gửi thư thông báo thời gian, địa điểm khám sức khỏe 1 tuổi 6 tháng, 3 tuổi.

【Liên hệ】Kiểm tra 1 tuổi 6 tháng, 3 tuổi Kodomo no sodachi shien-ka ☎ 0595-41-1556

Tư vấn trẻ sơ sinh, trẻ nhỏ Kosodate shien-shitsu ☎ 0595-22-9665



1 tuổi 6 tháng	29/01, 19/02	13:00~14:30	Haitopia Iga tầng 4
3 tuổi (3 tuổi 6 tháng)	13/01, 03-24/02		Mang theo: sổ Mẹ-con, phiếu khám, v.v..
Tư vấn trẻ sơ sinh / trẻ nhỏ	05-09-21/01 02-06-18/02	Tư vấn dinh dưỡng, chiều cao, cân nặng (truy cập trang web Tp trang 26 để xem chi tiết)	

◆Igashi Oukyu Shinryoujo ☎ 0595-22-9990

Đây là phòng khám cấp cứu có thể đến khi bệnh viện gần nhà đóng cửa.

Khi đến bãi đậu xe, vui lòng gọi điện và cho chúng tôi biết các triệu chứng.

【Địa chỉ】Igashi Kaminoshou 1700-1

【Thời gian】Thứ 2~thứ 7, 20:00~23:00

Chủ nhật và ngày lễ : 09:00~12:00 /
14:00~17:00 / 20:00~23:00



◆Mieken Kyuukyuu Iryou Jouhou Center

☎ 059-229-1199

Trung tâm thông tin y tế khẩn cấp Mie.(24 giờ)

◆Mie kodomo Iryou Dai ☎ #8000

Đường dây y tế trẻ em Mie

【Thời gian】Thứ 2~thứ 7, 19:00~08:00 sáng hôm sau

Chủ nhật, lễ, Tết, 08:00~08:00 sáng hôm sau

Có thể tư vấn bằng tiếng Nhật 22 ngôn ngữ khác.

◆Igashi Kyuukyuu Kenkou Soudan Dial 24

☎ 0120-4199-22

Tư vấn khẩn cấp, sức khỏe qua điện thoại 24h.

Tư vấn miễn phí khi bị thương, không khỏe hoặc lo lắng.

◆Bệnh viện cấp cứu	Thời gian (08 : 45 ; 09 : 00 là vào sáng hôm sau)					
Ueno Sougou Shimin ☎ 0595-24-1111	Thứ 2~thứ 6	Thứ 7,chủ nhật,ngày lễ				
	17:00~08:45	08:45~08:45				
Nabari Shiritsu ☎ 0595-61-1100	Thứ 2~thứ 6	Thứ 7,chủ nhật,ngày lễ				
	17:00~08:45	08:45~08:45				
Okanami Sougou ☎ 0595-21-3135	Thứ 2	Thứ 4	chủ nhật,ngày lễ			
	17:00~09:00	17:00~08:45	09:00~08:45			
THÁNG 01 (Không có khoa nhi)						
Chủ nhật	Thứ 2	Thứ 3	Thứ 4	Thứ 5	Thứ 6	Thứ 7
				1 Nabari	2 Ueno	3 Nabari
4 Oka/Naba	5 Okanami	6 Nabari	7 Okanami	8 Nabari	9 Ueno	10 Ueno
11 Okanami	12 Okanami	13 Ueno	14 Okanami	15 Nabari	16 Ueno	17 Nabari
18 Oka/Naba	19 Okanami	20 Nabari	21 Okanami	22 Nabari	23 Ueno	24 Ueno
25 Okanami	26 Okanami	27 Ueno	28 Okanami	29 Nabari	30 Ueno	31 Nabari

※ Không tiếp nhận các trường hợp khẩn vào những ngày không làm việc.

Phòng tư vấn

相談窓口

Tư vấn miễn phí, giải đáp những thắc mắc về: công việc, trường học, sức khỏe, bảo hiểm, lương hưu, nhà trẻ, thuế, tư cách lưu trú.v.v. (Tùy thuộc vào nội dung, có trường hợp không thể hỗ trợ tư vấn)

■ Igashiyakusho Tabunkakyousei-ka

(Igashi Shijuku chou 3184 Igashiyakusho tầng 2)

【Thời gian】08 : 30~17 : 00 (Thứ 2~ thứ 6)

☎ 0595-22-9702

■ Igashi Tabunkakyousei-center

(Igashi Ueno Marunouchi 500 Haitopia Iga tầng 4)

【Thời gian】09 : 00~17 : 00 (Thứ 2~ thứ 6)

☎ 0595-22-9629

Tư vấn luật sư hành chính (tư vấn về tư cách lưu trú, hôn nhân quốc tế)

【Thời gian】13:30~16:00 ngày 05/02 (thứ năm)

【Địa điểm】Igashi Tabunka kyousei center

【Phí】miễn phí

※ Cần đặt hẹn trước:

Tabunkakyousei-ka ☎ 0595-22-9702

Hướng dẫn học tập

勉強のご案内

(Để biết thêm thông tin chi tiết vui lòng liên hệ qua điện thoại hoặc truy cập Facebook, trang web)

Lớp học Sasayuri

ささゆり教室

Giành cho học sinh từ lớp 5 cấp 1 đến lớp 3 trung học cơ sở.

Ngày 03/01: nghỉ

【Thời gian】14:00~16:00 (Thứ 7)

【Địa điểm】

Igashi Sougou Fukushi Kaikan tầng 2

【Phí】200yen/buổi

【Tel】Iga no tsutamaru

0595-23-0912, 080-3590-7612

Lớp học tiếng Nhật

伊賀 日本語の会

Giành cho người nước ngoài có nhu cầu học tiếng Nhật và thi năng lực tiếng Nhật (JLPT). Từ 13/12 nghỉ đông

【Thời gian】

Thứ 4: 19:30~20:40 Thứ 7: 19:00~20:30

【Địa điểm】

Igashi Sougou Fukushi Kaikan tầng 2

【Phí】200yen/buổi

【Tel】Jimukyoku 090-3425-7099

Lớp học Kanji 漢字 教室

Lớp học Kanji cho học sinh từ lớp 1 đến lớp 4 tiểu học. **Vui lòng đăng ký**

Ngày 07/01: nghỉ

【Thời gian】

15:30~16:30 (Thứ 4)

【Địa điểm】

Haitopia Iga tầng 4

【Phí】200yen/tháng

【Liên hệ】

Igashi Kokusaikouryu Kyoukai

【Tel】070-4455-4900



Câu hỏi dành cho mọi người ! みなさんに クイズです !

< Câu hỏi > Bạn nên kiểm tra đồ dùng phòng chống thiên tai (thực phẩm và nước) bao lâu một lần?

- A. Mỗi tháng
- B. Mỗi năm
- C. 10 năm 1 lần



Tháng 1 là khởi đầu năm mới. Việc kiểm tra và thay mới các đồ dùng phòng chống thiên tai sẽ giúp bạn yên tâm trong suốt cả năm. Hãy kiểm tra hạn sử dụng của thực phẩm và nước uống, thay thế các vật dụng cũ bằng vật dụng mới. Đồ dùng phòng chống thiên tai bao gồm thực phẩm khẩn cấp, nước, đèn pin, pin, thuốc, và nhiều thứ khác. Điều quan trọng là phải kiểm tra xem những đồ dùng này còn hoạt động tốt không. Hãy đặt các dụng cụ phòng chống thiên tai ở gần cửa ra vào hoặc phòng ngủ để có thể dễ dàng lấy ra khi cần. Hãy cùng gia đình kiểm tra các dụng cụ phòng chống thiên tai và chuẩn bị khi thiên tai xảy ra.

【Liên hệ】 Bousaikiki taisaku-kyoku ☎ 0595-22-9640 (Câu trả lời đúng là 「B. Mỗi năm」)

Thông tin お知らせ

Chuẩn bị đường ống nước cho mùa đông

すいどうかん ふゆ じゅんび
水道管の 冬の 準備を しましょう



Vào mùa đông, khi nhiệt độ xuống dưới -4 độ, đường ống nước có thể bị đóng băng.

【◆Để tránh ống nước bị đóng băng】 Sử dụng vật liệu như chăn và giẻ cũ bọc phần ống nước lộ ra ngoài và phần vòi nước, sau đó bọc lại bằng túi ni lông để vật liệu cách nhiệt không bị ướt, và dùng băng dính để cố định lại.

【◆Khi ống nước bị đóng băng và không chảy nước】 Dùng khăn che phần ống nước bị đóng băng và từ từ đổ nước ấm lên khăn. Lưu ý nếu đổ trực tiếp nước quá nóng có thể gây hỏng ống dẫn nước, vòi nước.

【◆Khi ống nước, vòi nước bị hỏng】 Hãy khóa van nước (gần đồng hồ nước). Nếu bạn không thể tìm thấy nơi khóa van nước, vui lòng bọc khu vực bị hư hỏng bằng vải hoặc băng keo, sau đó liên hệ với các cửa hàng do Thành phố Iga chỉ định để sửa chữa.

※ Nếu vắng nhà trong thời gian dài vào mùa đông hãy van nước.

【Liên hệ】

Về sửa chữa / Suidou koumu-ka ☎ 0595-24-0002

Mở hoặc ngắt nước, kiểm tra đồng hồ nước, hóa đơn tiền nước, v.v. / Jougesuidou okyakusama-center ☎ 0595-24-0013

Đăng ký cấp nước, nước bị rò rỉ, nước đục, thay đồng hồ nước, v.v. / Jougesuidou okyakusama-center ☎ 0595-24-3969

Tuyển dụng cư dân cho nhà ở công cộng 公営住宅の入居者を募集します

こうえいじゅうたく にゅうきょしや ぼしゅう

公営住宅の入居者を募集します

<Nhà cho thuê của Thành phố>

【Thời gian tuyển dụng】 từ ngày 05 ~16 /01, 09:00 ~ 17:00 (trừ thứ 7, chủ nhật, ngày lễ) , nếu gửi qua đường bưu điện thì phải đến trước ngày 16/01 (thứ sáu)

【Vị trí và số lượng】 Kine : 1căn (Chuyên đến bình thường, đơn thân có điều kiện áp dụng)

Kawai : 1 căn (hộ gia đình hỗ trợ nuôi dạy con nhỏ)

Shimogawara : 1 căn (hộ gia đình hỗ trợ nuôi dạy con nhỏ)

※ Hộ gia đình hỗ trợ nuôi dạy con nhỏ: đang sống chung và nuôi dạy cho đến khi hoàn thành bậc tiểu học và trung học cơ sở.

【Cách nộp hồ sơ】 Điền các mục cần thiết vào đơn đăng ký và nộp tại Juutaku Ka (Igashiyakusho)、shisho (trừ Uenoshisho).

【Tổ chức bốc thăm】 09:30, ngày 20/02/2026 (thứ sáu) , phòng họp 301, Igashiyakusho lầu 3.

※ Nếu vắng mặt sẽ mất quyền bốc thăm.

【Đối tượng đủ điều kiện đăng ký】

Vui lòng xem trang web của thành phố để biết thông tin chi tiết.

【Liên hệ】 Juutaku Ka ☎ 0595-22- 9737 , ☎ 518-8501 Igashi Shijuku chou 3184

<Nhà cho thuê của Tỉnh>

【Thời hạn đăng ký】 đến hết ngày 31/01

【Tổ chức bốc thăm】 đầu tháng 2

【Cách nộp hồ sơ】 Điền các mục cần thiết vào đơn đăng ký (có ở tầng 6 Mie Igachousha) và gửi qua đường bưu điện.

Để biết thêm chi tiết vui lòng tham khảo trang web MIE JUUTAKU

【Đối tượng đủ điều kiện đăng ký】

- ① Đang sống, làm việc tại Mie.
- ② Đang gặp khó khăn, trợ ngại với nhà ở hiện tại.
- ③ Có mức thu nhập không vượt quá mức quy định giành cho những người thuê nhà của tỉnh.
- ④ Sống cùng với gia đình.
- ⑤ Không nợ tiền thuê nhà hay bãi đậu xe trước đây.
- ⑥ Không nợ hoặc chậm trễ trong việc nộp thuế.
- ⑦ Không phải là thành viên của các băng đảng.
- ⑧ Liên hệ khẩn cấp : 2 người v.v.

【Liên hệ】 Iga Nanbu Fudousan Jigyo Kyoudou Kumiai ☎ 059-221-6171

