

ひろしましたげんごじょうほう
広島市多言語情報ニュースレター

Hiroshima NOW

7

2023

やさしい日本語 No. 15

ひろしましたげんご
広島市多言語ニュースレター「Hiroshima NOW」は、ひろしまし こうほうし
ひろしま市民と市政の「ひろしま市民と市政」の記事や
せいかつじょうほう けいさい
生活情報を掲載しています。やさしい にほんご えいご
日本語、英語、スペイン語、中国語、ベトナム語、ポルトガル語で
まいつきつきはじ はつごう
毎月月初めに発行しています。「Hiroshima NOW」は国際市民交流課のホームページ(https://h-
ircd.jp/hiroshima_now)で見る ことができます。また、市内公共施設などでも配布しています。

「ひろしま市民と市政」は、ひろしまし
ひろしま市のホームページで見ることができます。

「ひろしま市民と市政」は、自動翻訳で多言語(英語、中国語、ハンガール語、ポルトガル語、スペイン語、
ベトナム語、フィリピン語)でも読むことができます。

◆ 「Hiroshima NOW」を メールで 毎月ほしい人は 下のメールアドレスに メールを
送ってください。E-mail: internat@pcf.city.hiroshima.jp

目次

- 子育て世帯生活支援特別給付金を支給 (ひとり親世帯以外分)
- 子育て世帯生活支援特別給付金を支給 (ひとり親世帯分)
- 熱中症を予防しましょう
- カンピロバクター食中毒に注意
- 祝日<日本の休み>のごみの収集スケジュール
- 中央公園ファミリープールオープン (8月31日まで)
- 新型コロナウイルス (COVID-19) の新しい情報について

発行・編集

公益財団法人広島平和文化センター 国際市民交流課

〒730-0811 広島県広島市中区中島町 1-5

Tel. 082-242-8879 Fax 082-242-7452

E-mail: internat@pcf.city.hiroshima.jpWebsite: https://h-ircd.jp/hiroshima_now

子どもを育てていて、収入が少ない世帯へ大切なお知らせです。

「子育て世帯生活支援特別給付金」(ひとり親世帯以外分)がもらえます

ひろしま市民と市政 6月15日号 (P3)

子どもを育てている世帯※で、収入が少ない世帯は子ども1人につき50,000円をもらうことができます。このお金のことを「給付金」といいます。

※世帯：同じ家で一緒に生活をしている人のグループのこと

★ 2022年度(2022年4月から2023年3月)の「低所得の子育て世帯生活特別給付金(ひとり親世帯以外分)」をもらった人はこの給付金を申しこまなくていいです。2022年度の給付金をもらった同じあなたの銀行口座に広島市役所が今回の給付金のお金を振りこみます。

★ 給付金のくわしいことは広島市役所のウェブサイトをみてください。

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/84/332025.html> (日本語)



1. もらうことができる 給付金

子ども1人につき 50,000円

2. 給付金をもらうために申しこみをする ひとつがある人

つぎの子どもを育てている人で、①または②のどちらかにあたる人は給付金を申しこんでください。

子どもとは、

- 2005年4月2日から2024年2月29日までのあいだに生まれた子ども
- 2003年月2日から2024年2月29日までのあいだに生まれた障がいがある子ども

① 2023年度(2023年4月から2024年3月)に住民税※を払わなくていい人

※住民税：2023年1月1日に日本に住所があって、働いている人が県や市、区などに払うお金(税金)のこと

② 食べものなど物のねだんが高くなったことで2023年1月から生活が苦しくなり、2023年度の住民税を払わなくていい人と同じくらいの収入になっている人

👉 「ひとり親世帯分の子育て世帯生活支援特別給付金」をもらった人はこの給付金を
もらうことができません。

👉 給付金を申しこむ人や、給付金を申しこむ人の夫または妻の給料が多いときな
どは、この給付金をもらうことはできません。

3. 給付金を申しこむ方法

● 申請書※がもらえるところ

広島市役所のウェブサイトからダウンロードすることができます。またはあなたが
住んでいる区の区役所の福祉課でもらうことができます。

※申請書：給付金を申しこむための書類のこと

● 申請書を出すところ

下のところへ申請書を郵便で送ってください。

〒730-8790

広島中央郵便局 私信箱第5号

令和5年度広島市子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯以外分）事務処理センター 行

● 申しこみのしめきり

2024年2月29日（木曜日）までに、申請書をポストに入れてください。

2024年2月に生まれた子どもは、2024年3月15日（金曜日）までに、申請書をポストに
入れてください。

※ ひつような書類がぜんぶ入っていないなど申しこみのしめきりの日までに
広島市役所が申請書を確認できないときはこの給付金をもらうことはできません。

4. 相談できるところ

● ひつような書類など申しこみについてくわしいことを知りたいときは下のところに
電話してください。

広島市役所「子育て世帯生活支援特別給付金」コールセンター（日本語のみ）

TEL: 0120-145-577（電話のお金はかかりません。）

FAX: 082-504-2727



でんわ 電話を することが できる 時間 : 午前8時30分から 午後5時 (土曜日、日曜日、祝日<日本の 休みの日>、12月29日から 1月3日は 休みです。)

- **日本語がわからなくて 困ったことがあるときは 広島市・安芸郡外国人相談窓口 に 相談してください。**

ひろしまし あきぐんがいがいこくじんそうだんまどぐち
広島市・安芸郡外国人相談窓口

TEL: 082-241-5010

Email : soudan@pcf.city.hiroshima.jp

そうだん ひ げつようび きんようび
相談できる日 : 月曜日から 金曜日

そうだん じかん ごぜん じ ごご じ
相談できる時間 : 午前9時から 午後4時

やす ようび にちようび しゅくじつ にほん やす ひ がつむいか がつ にち がつみつ か
休み : 土曜日、日曜日、祝日<日本の 休みの日>、8月6日、12月29日から 1月3日

そうだん ことば ご ちゅうごくご ご べトナムご ご えいご ご
相談できる言葉 : スペイン語、中国語、ベトナム語、ポルトガル語、英語、フィリピン語

※フィリピン語は金曜日と第1・第3木曜日です。

ひとりで 子どもの 育てていて、収入が 少ない 世帯へ 大切なお知らせです。

こそだ せたいせいかつしえんとくべつきゅうふきん おやせたいぶん
「子育て世帯生活支援特別給付金」(ひとり親世帯分) を もらうことができます

ひろしま市民と市政 6月15日号 (P3)

ひとりで 子どもの 育てている世帯※で、収入が 少ない世帯は 子ども 1人につき 50,000円を もらうことができます。このお金のことを 「給付金」といいます。

※世帯 : 同じ家で 一緒に 生活をしている人のグループのこと

★ 次の どちらかに あたる人は この給付金を 申しこまなくていいです。あなたが 児童扶養 手当※を もらっている 銀行口座に 広島市役所が この給付金のお金を 振りこみます。

- 2023年3月分の 児童扶養手当を もらった人
- 2023年4月分から 新しく 児童扶養手当を もらう人

※ 児童扶養手当 : 離婚したり、夫または 妻の どちらかが 亡くなったりなどして、18歳まで の子ども または 19歳までの 障害がある 子どもを、ひとりで 育てている 人が もらうことができる お金のこと

★ 給付金の くわしいことは 広島市役所の ウェブサイトを 見てください。

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/84/330509.html> (日本語)



1. もらうことができるお金

子ども1人につき 50,000円

2. 給付金を もらうために 申し込みをする ひとりがある人

ひとりで 子どもを 育てている人で つぎの ①または ②の どちらかに あたる人は

給付金を もらうために 申し込みをしてください。

- ① 公的年金※1などを もらっていることが理由で 2023年3月分の 児童扶養手当を もらっていない人 (ただし 児童扶養手当を もらうことができる きまった 所得※2よりも 少ない 所得の 人だけが 申し込みを することができます。)

※1 公的年金とは、つぎの年金などです。

遺族年金：国民年金や厚生年金に 入っていた人が 亡くなったあと その人の家族が

もらうことができる お金

障害年金：体などに 障がいがある人が もらうことができる お金

老齢年金：65歳より 上の人が もらうことができる お金

労災年金：仕事で けがや 病気をした人が もらうことができる お金

※2 所得：収入 <はたらいて もらった お金>から 税金などを ひいたお金

- ② 児童扶養手当を もらっていない人で、食べものなど 物のねだんが 高くなったことで 生活が 苦しくなり、児童扶養手当を もらっている人と 同じくらいの 収入になっている 人

👉 「ひとり親世帯以外分の子育て世帯生活支援特別給付金」を もらった人は この給付金を もらうことができません。

3. 給付金を 申しこむ方法

● 申請書※が もらえるところ

広島市役所の ウェブサイトから ダウンロードすることができます。または あなたが 住んでいる区の 区役所の福祉課で もらうことができます。

※申請書：給付金を 申しこむための 書類のこと



● **申請書を出すところ**

申請書は つぎの①または ②の方法で 出してください。

- ① 申請書を 郵便で送る
- ② 給付金を 申しこみをする人が、住んでいる区の 区役所の福祉課に 申請書を 持ってい

■ **申請書を 郵便で送るとき**

下のところへ 申請書を 郵便で送ってください。

〒730-8586

広島市中区国泰寺町1-6-34

広島市こども未来局こども・家庭支援課支援係 行

■ **申請する人が 住んでいる区の 区役所の福祉課に 申請書を 持っていくとき**

区役所の福祉課が あるところ

なかく 中区	なかくおおてまちよんちようめ 中区大手町4丁目1-1	あさみなみく 安佐南区	あさみなみくなかすいっちようめ 安佐南区中須1丁目38-13
ひがしく 東区	ひがしくひがしかにやちよう 東区東蟹屋町9-34	あさきたく 安佐北区	あさきたくかへさんちようめ 安佐北区可部3丁目19-22
みなみく 南区	みなみくみなみちよういっちようめ 南区皆実町1丁目4-46	あきく 安芸区	あきくふなごしみなみさんちようめ 安芸区船越南3丁目2-16
にしく 西区	にしくふくしまちようにちようめ 西区福島町2丁目24-1	さえきく 佐伯区	さえきくかいろうえんいっちようめ 佐伯区海老園1丁目4-5

● **申しこみの しめきり**

2024年2月29日（木曜日）

★ 申請書を 郵便で送る人は この日までに 申請書を ポストに 入れてください。

※ ひつような書類が ぜんぶ 入っていないなど 申しこみの しめきりの日までに

広島市役所が 申請書を 確認できないときは この給付金を もらうことはできません。

4. **相談できるところ**

- ひつような書類など 申しこみについて くわしいことを 知りたいときは 下のところに

電話してください。

広島市役所「子育て世帯生活支援特別給付金」コールセンター（日本語のみ）

TEL: 0120-145-577（電話の お金は かかりません。）

FAX: 082-504-2727

でんわ 電話を することが できる じかん 時間 : 午前8時30分から 午後5時 (土曜日、日曜日、祝日<日本の 休みの日>、12月29日から 1月3日は 休みです。)

- 日本語が わからなくて 困ったことがあるときは 広島市・安芸郡外国人相談窓口 に 相談 してください。

ひろしまし あきぐんがいこくじんそудんまどぐち
広島市・安芸郡外国人相談窓口

TEL: 082-241-5010

Email : soudan@pcf.city.hiroshima.jp

そудん 相談できる日 : 月曜日から 金曜日

そудん 相談できる時間 : 午前9時から 午後4時

やす 休み : 土曜日、日曜日、祝日<日本の 休みの日>、8月6日、12月29日から 1月3日

そудん 相談できる言葉 : スペイン語、中国語、ベトナム語、ポルトガル語、英語、フィリピン語

※フィリピン語は金曜日と第1・第3木曜日です。

ねっちゅうしょう よぼう 熱中症を予防しましょう

ひろしまし 市民と市政 6月15日号 (P1)



■ ねっちゅうしょう なん 熱中症とは 何ですか？

ねっちゅうしょう 熱中症は あつ 暑くて しつど 湿度が たか 高いところに いることで からだ なか 体の中に ねつ 熱が たまって おこる 病気のことで す。

こ 子どもと こうれい 高齢の人 (年れいが うえ 上の人) は たいおん からだ おんど 体温<体の温度>を うまく ちょうせつ 調節することが できません。そのため、こ 子どもと こうれい 高齢の人は ねっちゅうしょう 熱中症に なりやすいです。こ 子どもと こうれい 高齢の人は たく 特に き 気をつけてください。

■ ねっちゅうしょう しょうじょう 熱中症になったら どんな症状が できますか？

- めまいがする
- 顔や 体が あつくなる (ほてり)
- 手足がしびれる
- 頭が いたい
- 吐きそうになる
- 吐く
- 体が重くて とても疲れた 感じがする (倦怠感)
- 体の温度が 高くなる (高体温)
- 湿疹が出る
- 意識が なくなる、けいれんが おこる など



■ **熱中症**になつたかもしれないと **思ったとき** どうしますか？

- 水分や 塩分をとってください
- 涼しいところに 行ってください
- うちわなどで 体をあおいでください
- 首や わきの下、足の付けねなどを ぬらしたタオルや 保冷剤で 冷やしてください
- 意識がないなど とても 症状が わるいときは 救急車を 呼んでください

■ **熱中症**に ならないために どうしたらいいですか？

● **よく 水分を とる**

のどが かわいていないときも よく 水分を とってください。とても たくさん 汗をかいたときは 水だけではなく イオン飲料や ナトリウムが 入っている スポーツドリンクなどを 飲んでください。塩分など 汗でなくなった 成分を とることができます。

● **暑さを さける**

外では 日傘や 帽子を 使います。太陽が あたっているところは さけて、日陰のあるところで 活動してください。

部屋の中では ブラインドなどを 使って 太陽の光が 直接 入らないようにしてください。また 冷房などを 使ってください。

● **涼しい服を 着る**

ゆったりとした 風通しがよくて、乾きやすい服を 着てください。

● **暑さに 負けない 体をつくる**

日ごろから 運動をして 汗をかくことに 慣れてください。そうすることで 熱中症に かかりにくい 体をつくることができます。

● **いつも 体調に 気をつける**

睡眠不足※1、二日酔い※2、風邪など 体調が わるいときは 熱中症に なりやすいです。日ごろから 体調に 気をつけてください。

※1 睡眠不足とは しっかりと 寝る時間が とれていないことです。

※2 二日酔いとは お酒を たくさん飲んで 頭がいたい、吐きそうなどの 症状が 次の 日まで 残っていることです。

くわしいことは 広島市役所の 健康推進課に 電話してください。

健康推進課 Tel. 082-504-2290

カンピロバクター食中毒に 気をつけてください

ひろしま市民と市政 6月1日号 (P2)

夏は 湿度や 気温が 高くなります。そのため 細菌が 起こす 食中毒※が 多くなります。料理をするときは しっかり 食材に 火をとおす、よく洗う、消毒するなどして 食中毒に ならないように気をつけてください。

※食中毒とは 細菌や ウイルスなどが ついた 食べものや 飲みものを 食べたり 飲んだりすることで 起こる 病気です。吐いたり、下痢をしたり、熱が出たりします。

■ カンピロバクターとは 何ですか？

カンピロバクターとは、豚、鶏、牛などの 腸の中にある 細菌です。豚、鶏、牛などを 食べるための肉に するときに カンピロバクターが 付きます。そのため お店で売っている 豚肉、鶏肉、牛肉にも カンピロバクターが ついていることが多いです。

■ カンピロバクターに 感染すると どうなりますか？

カンピロバクターに 感染すると 2日から7日あとに 下痢をする、熱がでる、おなかが痛くなるなどの 症状ができます。治るのに 1週間くらい かかります。子どもや 高齢の人<年れいが 上の人>が カンピロバクターに 感染すると とても 症状が わるくなることがあります。



カンピロバクター食中毒に ならないために どうしたらいいですか？

■ 肉を 生や 中まで しっかり 火を とおしていないままで 食べないでください

- 新しい肉にも カンピロバクターは ついています。
「新しい肉にだから 大丈夫」とか 「肉の中は まだ生のままでも、肉の表面だけ 火をとおせば 大丈夫」ということは ありません。
- 75℃より上の温度で 1分火を加えると、カンピロバクターは死にます。
そのため 肉は 中の色が 変わるまで しっかり 火をとおしてください。
- ホルモンや ミンチ肉の 内部には 細菌が いることがあります。特に 注意してください。

■ 生の肉から 他の食べものへ 細菌を うつさないようにしてください

- 料理をするときの 道具 (たとえば、ほうちょうや まな板など) は 生の肉用と ほかの食べもの用に 分けて 使ってください。
- 生の野菜や できた料理に 生の肉の汁が つかないように 注意してください。
- 生の肉を さわった手や 調理器具は しっかり 洗って 消毒してください。
- バーベキューを するときは 生の肉を さわるための トングを使ってください。食べる時の はしや フォークなどで 生の肉を さわらないようにしてください。

くわしいことは 広島市役所の 食品保健課に 電話してください。

食品保健課 Tel. 082-241-7434

しゅくじつ にほん やす しゅうしゅう
祝日<日本の 休み>の ごみの収集スケジュール



ごみの 収集スケジュール

しゅくじつ など 祝日 など	かねん 可燃ごみ<もえる ごみ> ペットボトル・リサイクルプラ	しげん ゆうがい 資源ごみ・有害ごみ ふねん 不燃ごみ<もえない ごみ> その他プラ
がつ にち げつようび 7月17日 (月曜日)	○	○
がつ にち きんようび 8月11日 (金曜日)	○	○

※ごみを捨てる方法や 種類については 広島市のホームページをご覧ください。

くわしいことは つぎの電話番号に 電話をしてください。

ぎょう わ だいいち か でんわ ばんごう
業務第一課 電話番号 504-2220



ちゅうおうこうえん
中央公園ファミリープールが オープンしています (8月31日まで)

ひろしま しんみん と しじせい がつ ついたちごう
 広島市民と市政 7月1日号 (P6)

あいている日と 時間 : 2023年 8月 31日 (木曜日) まで

ごぜん じ ごご じ いりぐち ごご じ
 午前9時から 午後6時 (入口は 午後5時まで あいています。)

※人が たくさんいるときは、少しの時間 待ってもらうこともあります。

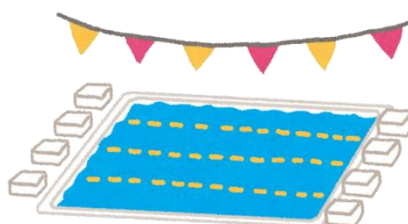
かね おとな
 お金 : 大人790円

シニア (65歳と 65歳より 上の 年れいの人) 340円

こ しょうがくせい ちゅうがくせい こうこうせい さい えん
 子ども (小学生、中学生、高校生、18歳みまん) 340円

くわしいことは みどり生きもの 協会 経営企画課に 電話してください。

みどり生きもの 協会 経営企画課 Tel. 082-211-0063



新型^{しんがた}コロナウイルス (COVID-19) の ^{あたら}新しい^{じょうほう}情報^{じょうほう}について

新型^{しんがた}コロナウイルス (COVID-19) の ワクチン^{ワクチン}のことや そのほか^{ほか}のことについて ^{あたら}新しい^{新しいこと}ことを ^し知りたい^{ひと}人は ^{ひろしましやくしょ}広島市役所のウェブサイト^{ウェブサイト}を見^みてください。

〔やさしい日本語〕 <https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/yasashii/159036.html>



新型^{しんがた}コロナウイルス^{ウイルス}のことを ^{そうだん}相談^{相談}できる^{できる}ところ

- 新型^{しんがた}コロナウイルス^{ウイルス}のことで ^{しんぱい}心配^{心配}なことがある^{ある}とき ^{した}下の^{下の}電話番号^{電話番号}に ^{でんわ}電話^{電話}してください。
受診^{じゆしんあんない}案内^{案内}・相談^{そうだん}ダイヤル^{ダイヤル} (日本語^{にほんご}だけです)

Tel. 082-241-4566

※^{まいにち}毎日^{毎日} 24時間^{24時間} ^{でんわ}電話^{電話}を ^う受け^{受け}付けています^{付けています}。いつでも ^{でんわ}電話^{電話}をしてください。

※日本語^{にほんご}が ^{ひと}わからない^{わからない}人は 「^{ひろしまし}広島市^{あまぎぐんがいこくじん}・安芸郡外国人^{外国人}相談^{相談}窓口^{窓口}」に ^{そうだん}相談^{相談}してください。

- 新型^{しんがた}コロナウイルス (COVID-19) のワクチン^{ワクチン}のことを ^き聞^聞きたい^{聞きたい}とき ^{した}下の^{下の}電話番号^{電話番号}に ^{でんわ}電話^{電話}してください。

広島県^{ひろしまけん}新型^{しんがた}コロナウイルス^{ウイルス}ワクチン^{ワクチン}接種^{せつしゆ}コールセンター

Tel. 082-513-2847 // Fax. 082-211-3006

相談^{そうだん}できる^{できる} 時間^{じかん} : 午前^{ごぜん}8時^じ30分^{ぶん}から 午後^{ごご}5時^じ30分^{ぶん} (休み^{やす}は ありません)

※日本語^{にほんご}、英語^{えいご}、中国語^{ちゆうごくご}、ベトナム語^{ベトナム語}、フィリピン語^{フィリピン語}、韓国語^{かんこくご}、ポルトガル語^{ポルトガル語}で ^{はな}話^話すことができます。



ひろしまし あきぐん がいこくじんそうだんまどぐち 広島市・安芸郡 外国人相談窓口

相談できる ところ	相談できる 言葉	相談できる 曜日	相談できる 時間
ひろしまこくさいかいぎじょう 広島国際会議場 ひろしましなかくなかしまちょう 広島市中区中島町 1-5	スペイン語	げつようび から きんようび 月曜日 から 金曜日	ごぜん じ 午前9時から ごご じ 午後4時まで
	中国語		
	ポルトガル語		
	ベトナム語		
	英語		
	フィリピン語	きんようび 金曜日 だい 第1 と だい 第3木曜日	
あきぐやくしよ 安芸区役所 ひろしまし あきぐふなこしみなみ ちょうめ 広島市安芸区船越南 3丁目4-36	ポルトガル語	だい すいようび 第2水曜日	ごぜん じ ぶん 午前10時15分から ごご じ ぶん 午後12時30分まで
	スペイン語	だい もくようび 第3木曜日	
もとまちかんりじむしよ 基町管理事務所 ひろしましなかくもとまち 広島市中区基町19-5	中国語	だい かようび 第2火曜日	ごご じ ぶん 午後1時30分から ごご じ 午後4時まで

■ 土曜日、日曜日、祝日（日本の 休みの日）、8月6日、12月29日から 1月3日は 休みです。

■ フィリピン語の相談は、金曜日 と 第1 と第3木曜日です。

■ 上に書いてある言葉 と違う 言葉については 相談してください。

■ 広島市・安芸郡 外国人相談窓口に、第2金曜日の 午後1時30分から 午後4時まで、出入国在留管理局の職員が います。在留資格について 相談することができます。（予約が 必要です）

■ 広島市へ引っ越してきた人へ、広島市での 新しい生活について、相談員が 説明します。
（予約が 必要です）

相談できる ところ:

ひろしまし あきぐん がいこくじんそうだんまどぐち
広島市・安芸郡外国人相談窓口

ひろしまこくさいかいぎじょう ない ひろしましなかくなかしまちょう ばん ごう へいわきねんこうえんない
広島国際会議場 内(広島市中区中島町1番5号 平和記念公園内)

TEL: 082-241-5010 FAX: 082-242-7452

E-mail: soudan@pcf.city.hiroshima.jp

URL: <https://h-ircd.jp/guide/consultation.html>

