

Hiroshima NOW

No. 38
2025. 6

ひろしましたげんご
広島市多言語情報ニューズレター「Hiroshima NOW」は、ひろしまし こうほうし
広島市の広報紙「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
で毎月月初めに発行しています。「Hiroshima NOW」はこくさいし めんこうりゅうか
国際市民交流課のホームページ（https://h-
ircd.jp/hiroshima_now）でみることができます。また、しんないこうきょうしせつ
市内公共施設などでも配布しています。

「Hiroshima NOW」を メールで送ることもできます。Email: internat@pcf.city.hiroshima.jp

「ひろしま市民と市政」は、ひろしまし
広島市のホームページでみることができ、じどうほんやく
自動翻訳でいろいろな言語で読む
ことができます。

もくじ

- 6月から9月は たくさん雨がふる時期です
災害から いのちをまもるために すぐに準備をしてください
- 日本に 定住する人へ お知らせです：
「しごとのための にほんご」の コースがあります
- 人権のことで なやんでいる人へ：相談できる窓口があります
- しごとなどがあって 病気のこどもを 家でを世話することができない人へ：
「病児・病後児保育室」を 利用してください
- 20歳の人も 「節目年齢歯科健診」を 受けることができるようになり
ました
- ギャンブル依存症のことを 正しく知ってください
- 外国人の在留手続などをするときの お金のねだんが かわりました

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 広島市中区中島町1-5

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

Email: internat@pcf.city.hiroshima.jp

Website: https://h-ircd.jp/hiroshima_now



6月から9月は たくさん雨がふる時期です

災害から いのちをまもるために すぐに準備をしてください

「ひろしま市民と市政」5月15日号 (p4-5)

日本の 6月から 9月は 梅雨や台風などのため たくさん雨がふります。たくさん雨がふることを「大雨」といいます。この大雨で 土砂災害などの災害が 毎年のように起こっています。大雨による災害が起こる前に いのちをまもるための 準備をしてください。

災害が起こる前に 準備をすることを 「防災」といいます。このことばも いっしょにおぼえてください。

※土砂災害とは 大雨で 山がくずれて、石（岩）や土が 水といっしょに 流れてくることです。

問い合わせ：災害予防課 Tel. 082-504-2664



あなたが住んでいるところは どんな災害が 起こりやすいですか？

◆ ハザードマップで あなたが 住んでいるところや はたらいっているところ、学校などの あぶないところを 知ることができます

「バザードマップ」とは どんな災害が起こりやすいかが わかる地図のことです。災害が起こりやすいところに 色がついています。土砂災害や洪水など災害の種類で 色がちがいます。

あなたが住んでいるところに 色がついているときは その色がついた災害が起こるかもしれません。災害が起こる前に しらべておいてください。

※洪水とは 大雨などで 川の水がいっぱいになって 水が川からあふれてくることです。

ハザードマップはどこでもらうことができますか？

広島市役所の防災情報サイトから ダウンロードすることができます。また 区役所の地域起こし推進課でも もらうことができます。

日本語、英語、中国語、ハングル、ポルトガル語、スペイン語、フィリピン語、ベトナム語の

ハザードマップがあります。もっと知りたい人は 広島市の防災情報サイトを見てください。

広島市防災情報サイト（ハザードマップ）

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/language/yasashii/1033424/1033435/1013439.html>

ハザードマップのことは 区役所の地域起こし推進課に 問い合わせてください。

区役所 地域起こし推進課

中区 Tel. 082-504-2820
東区 Tel. 082-568-7704
南区 Tel. 082-250-8935
西区 Tel. 082-532-1023

安佐南区 Tel. 082-831-4926
安佐北区 Tel. 082-819-3905
安芸区 Tel. 082-821-4905
佐伯区 Tel. 082-943-9704



☀ 防災の情報は いろいろな方法で 知ることができます

◆ ひろしま避難誘導アプリ「避難所へ Go！」

ちかくにある避難所＜＝にげる ところ＞へ 行く方法をおしえてくれます。また 避難のこ
や 天気のことを おしえてくれます。さらに 災害がおこりやすい あぶないところを 見るこ
とができます。大雨がふる前に このアプリをダウンロードしておいてください。

「避難所へ Go！」は 日本語、英語、中国語（簡体字、繁体字）、韓国語、ポルトガル語、スペ
イン語、フィリピン語、ベトナム語で 見るすることができます。

「避難所へ Go！」



◆ 広島市役所の防災情報メールや 公式SNS アカウント

広島市役所では いろいろな方法で 情報を出しています。あなたの好きな方法で 防災の情
報がとくようにしておいてください。

● 広島市役所の防災情報メール（日本語）

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/saigaiinfo/17955.html>



● 広島市役所の LINE公式アカウント（日本語）

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/soshiki/9/201138.html>



● 広島市役所の X公式アカウント（日本語）

<https://x.com/hiroshimacitypr>



● 広島市役所の Facebook公式アカウント（日本語）

<https://www.facebook.com/HiroshimaCityOfficial/?ref=hl#>



● ハザードマップを 音で聞くこともできます

目で見て 情報を知ることが むずかしい人のために ハザードマップの情報などを 音でき
くことができます。広島市では 6月から このサービスがはじまりました。

● つぎのような方法でも 防災の情報を 知ることができます

- テレビ（データ放送）
- ラジオ
- 防災行政無線
- サイレン など



☀ 災害さいがいがおこるかもしれないとき いちばんあたらしい情報じょうほうを かくにんして 「警戒レベルけいかい※」に
あった行動こうどうをしてください

※警戒レベルとは 災害さいがいが起こるきけんなレベルと そのレベルのときにすることがわかるもので
す。

5つの色（しろ、きいろ、あか、むらさき、くろ）で レベルがわかります。

◆ 警戒レベル

警戒レベル1：いちばんあたらしい情報じょうほうを確認かくにんし 災害さいがいにそなえてください（早期注意情報そうきちゅういじょうほう）

警戒レベル2：つぎのことを確認かくにんしてください（大雨・洪水・高潮注意報おおあめ こうずい たかしおちゅういほう）

- ・ 災害さいがいが起こるかもしれない あぶないところ
- ・ 避難ひなんするところ
- ・ 避難ひなんする方法ほうほう

警戒レベル3：あぶないところから 高齢者こうれいしゃ<年れいが うえの人、おとしより>は 避難ひなんしてくだ
さい（高齢者等避難こうれいしゃとうひなん）

※避難するのに 時間じかんがかかる人も レベル3で 避難ひなんしてください

警戒レベル4：「非常持ち出し品ひじょうもちだひん※」をもって あぶないところから みんな 避難ひなんしてください
（避難指示ひなんしじ）

※「非常持ち出し品」とは 避難するときに もっていくものです。

警戒レベル4までに かならず避難ひなんしてください

警戒レベル5：きけんです。すこしでも安全な行動あんぜん こうどうをして いのちをまもってください
（緊急安全確保きんききゆうあんぜんかくほ）

日本に 定住する人へ お知らせです：
「しごとのための にほんご」の コースがあります

つぎの人のための 日本語のコースです

- ・ はじめて 日本語を ベンキョウする人
- ・ すこし日本語を 話すことができます、でも ひらがなや カタカナを 読んだり 書いたりする
ことができません、という人

このコースのお金は いくらですか？
無料です（お金は いりません）



だれがこのコースに ^{もう}申しこみをすることが出来ますか？（在留資格について）

- 永住者 ^{えいじゅうしゃ}
- 日本人の配偶者など ^{にほんじん はいぐうしゃ}
- 永住者の配偶者など ^{えいじゅうしゃ はいぐうしゃ}
- 定住者 ^{ていじゅうしゃ}

など しごとをすることが出来る ^{ざいりゅうしかく} 在留資格をもっている人 ^{ひと}

いつ ありますか？

いつ：2025年7月16日から 10月17日の 月曜日と 水曜日と 金曜日

午後6時から 午後9時まで

どこ：広島市総合福祉センター（南区松原町1-5 BIG FRONT ひろしま 5階・6階）

※広島市留学生会館で 授業がある日もあります

どんなことを べんきょうしますか？

しごとをするときの 会話やことは、日本ではたらくときの きまりなどを べんきょうします。

どこに ^{もう}申しこみをしますか？

ハローワーク（ハローワーク広島、ハローワーク広島東）に ^{もう}申しこみをしてください。

※申しこみをするとき ^{ざいりゅう} 在留カードまたは パスポートがいります。

いつまで ^{もう}申しこみをすることが出来ますか？

7月2日（水曜日）までです。

※たくさんの方が ^{ひと}申しこみをしたコースは 7月2日より前に ^{まえ}申しこみの ^う受けつけが おわる
ことがあります。

コースを ^う受けることが出来るのは 何人ですか？

20人です

選考＜＝コースを ^う受けることが出来る、できないを決めること＞があります。

 あなたの ^{にほんご} 日本語の ^し レベルを知るための ^し テストがあります

★ テストがある日：7月9日（水曜日） 午後6時から

テストをするところ：広島市総合福祉センター

※レベルのテストは かならず ^う受けてください。テストの結果で ^{けっか}コースを ^う受けることが
できないことがあります。テストを受けるとき えんぴつと 消しごむを ^も持ってきてくだ
さい。

くわしいことは、つぎのウェブサイトを見てください。

JICE <https://www.jice.org/tabunka/ej/>

JICE Facebook <https://www.facebook.com/jice.tabunka/>



と
問い合わせ：

- JICE現地連絡調整員 サジイダさん（日本語と英語で 話すことができます）
Tel. 080-4336-1340
Eメール：tabunka21@softbank.ne.jp

- ハローワーク広島（中区上八丁堀8-2 広島清水ビル4階） Tel. 082-511-1181
ハローワーク広島東（東区光が丘13-7） Tel. 082-264-8609

じんけん ひと そうだん まどぐち
人権のことで なやんでいる人へ：相談できる窓口があります

しめん しせい がつ にちごう
「ひろしま市民と市政」5月15日号（p3）

がいこくじん りゆうに さべつ う じんけん そうだん
外国人であることを りゆうに 差別を受けるなど 人権※のことで なやんでいる人は 相談して
ください。

※「人権」とは じんけん ひと じん
人が人として しあわせに生きていくための権利で、みんなが生れたときから
もっている権利です。

と
問い合わせ：人権啓発課 Tel. 082-504-2165

◆ IP電話からは つながらないときもあります。

がいこくごじんけんそうだん
外国語人権相談ダイヤル

Tel: 0570-090911（電話のお金が かかります）

相談できる日と 時間：月曜日から 金曜日、9:00 から 17:00 まで
（祝・休日、12月29日から 1月3日は休みです。）

相談できることは：英語、中国語、韓国語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語、
ネパール語、スペイン語、インドネシア語、タイ語



ひろしまほうむきょくじんけんそうだんしよ
広島法務局人権相談所

ひろしまほうむきょく そうだんしよ じんけん ひと そうだん
広島法務局のなかにある 相談所です。人権のことに くわしい人が 相談をききます。

相談できる場所：広島法務局（中区上八丁堀6-30）

Tel: 0570-003-110（電話のお金が かかります）

相談できる日と 時間：月曜日から 金曜日、8:30 から 17:15 まで
（祝・休日、12月29日から 1月3日は休みです。）

インターネット人権相談 ※相談は 24時間受けつけています。

外国語インターネット人権相談受付窓口

<https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html#01>

相談できることは：英語、中国語、韓国語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語、
ネパール語、スペイン語、インドネシア語、タイ語



インターネット人権相談受付窓口（日本語）

<https://www.jinken.go.jp/>



LINE じんけん相談

相談できる日と 時間：月曜日から金曜日、8:30 から 17:15 まで
（祝・休日、12月29日から 1月3日は休みです。）

https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03_00034.html

アカウント名：「法務局LINE じんけん相談」

検索ID：「@linejinkensoudan」



こどもの人権110番

いじめ、学校のこと、家族のこと、宗教のこと、そのほかのことで なやんでいる こどもが相談することができます。

こどものことで なやんでいる おとなの人も 相談することができます。

Tel: 0120-007-110（この番号は 電話のお金がかかりません）

※うえの電話番号にかけても 電話がつかないときは Tel: 082-228-4710（広島法務局）に 電話してください（この番号には 電話のお金がかかります）。

女性の人権ホットライン

Tel: 0570-070-810（電話のお金がかかります）

相談できる日と 時間：月曜日から金曜日、8:30 から 17:15 まで
（祝・休日、12月29日から 1月3日までは休みです。）

エソール広島LGBT電話相談

Tel: 082-207-3130（電話のお金がかかります）

相談できる日と 時間：土曜日、10:00 から 16:00 まで
（祝日、12月29日から 1月3日までは休みです。）

しごとなどがあって 病気のこどもを 家で世話をすることができない人へ

「病児・病後児保育室」を 利用してください

「ひろしま市民と市政」5月15日号（p2）

「病児・病後児保育室」は 病気のこどもや 病気の回復期※にあるこどもを あずかるところです。しごとなどがあって 病気のこどもや 病気の回復期にあるこどもを 家で世話をすることができない保護者が この保育室を利用することができます。

保育室をつかう前に 登録してください。保育室をつかうときは 予約をしてください。

※「病気の回復期」とは 病気のいちばんひどいときが過ぎて 体をあまりうごかさずに 休んでいれば 病気がわるくなることがないと 医師が判断したときのことをいいます。

問い合わせ：幼保給付課 Tel. 082-504-2154

だれが 病児・病後児保育室を 利用することができますか？

生まれて1か月から 小学生までの こども

どんな病気やけがのとき 病児・病後児保育室をつかうことができますか？

- ・かぜや 消化不良（おなかが痛い、下痢をする、吐くなど）など こどもが よくかかる病気
- ・インフルエンザ、麻疹・水とう（水ぼうそう）・風しんなど 人にうつる病気
- ・ぜんそくなど 長いあいだ 治りようをしなくてはいけない病気
- ・骨折（骨が折れる）など 大きなけが

どこで 子どもをあずかってくれますか？

- ・病院の中にある 病児保育室であずかります。
- ・病気の回復期のこどもは 保育園の中にある 病後児保育室でも あずかることができます。

※保育室を利用する前に こどもをあずけたい保育室に 登録をしてください。

保育室を利用するときは 予約をしてください。

何時から 何時まで こどもをあずけることができますか？

だいたい午前8時から 午後6時までです。

どのくらいの間 こどもをあずけることができますか？

6日間続けて あずけることができます。

休みの日はありますか？

日曜日、祝・休日、12月29日から 1月3日までは 休みです。

どうすれば 保育室を 利用することができますか？

＜つぎの順 番で 保育室を利用します＞

順 番 1 保育室を利用するための 登録をして 登録のお金を払います。

はじめに あなたのこどもを あずけたい保育室に 登録をします。登録をするとき 登録のお金も 払います。 ※登録のお金は 保育室によって ちがいます。

登録する前に 保育室をいちど見に行くことを おすすめします。

保育室を見に行ったときに そこで登録することもできます。

順 番 2 保育室を予約します。

こどもをあずけたい日の 前の日か あずけたい日に 保育室に予約をしてください。

順 番 3 病院で 診察を受けます。

病院の中にある保育室に こどもをあずけるときは その病院で 診察を受けてください。

※病院の中にない 病後児保育室に こどもをあずけるときは あなたのこどもがいつも 行く病院（「かかりつけ医」といいます。）で 診察を受けてください。

順 番 4 保育室を利用します。

こどもを 保育室にあずけます。

じゅんばん 番号 5 利用料＜＝保育室を利用した お金＞を払います。
生活保護を受けている世帯※や 住民税を払わなくていい世帯（市町村民税非課税世帯）
などは 保育室に払うお金が 安くなったり 払わなくてよくなったりします。くわしいこ
とは 広島市役所のホームページを見てください。
※「世帯」とは 同じ家で いっしょに生活をしている人の グループのことです。

★ あいている時間、休みの日、払うお金は 保育室によってちがいます。くわしいことは 広島市
役所のホームページを見てください。または 利用したい保育室に問いあわせてください。

ひろしましやくしょ
広島市役所ホームページ

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/living/kosodate/1021253/1025916/1003485.html>



さい ひと ふしめねれい し か けんしん
20歳の人も 「節目年齢歯科健診※」を
う
受けることができるようになりました
「ひろしま市民と市政」5月15日号（p6）

※「節目年齢歯科健診」とは 決まった年れいの人が 受けることができる 歯の健康チェックのこと
です。

と
問い合わせ：健康推進課 Tel. 082-504-2980



けんしん う
だれが 健診を受けることができますか？

ひろしま し す さい さい さい さい さい さい ひと
広島市に住んでいる 20歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、70歳の人

※この年れいの人には 誕生日がある月のおわりに 健診があることを知らせる はがきを送り
ます。

けんしん
どんな 健診ですか？

ば し しゅうびょう けんさ
むし歯と 歯周病の検査

けんしん かね
健診のお金は いくらですか？

えん
500円

※20歳と 70歳の人と、市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は 健診のお金はかかりません。

けんしん もう
どうやって 健診の申し込みをしますか？

はいしゃ し か いいん でんわ もう
歯医者（歯科医院）に 電話をして 申し込みをしてください。

ギャンブル依存症のことを 正しく知ってください

「ひろしま市民と市政」5月1日号（p3）

たのしい気持ちになったり いやな気持ちから逃げたりするために ギャンブルや お酒などを
つづけていると やめたいと思っても やめられなくなります。このことを「依存症」といいます。
依存症は 「脳の病気」で だれでもなる可能性があります。

「ギャンブル依存症」は ギャンブルをするために お金をたくさん借りるなど 生活におおきな
えいきょう影響がでます。

競輪・競艇・競馬、宝くじ、パチンコ・スロット、オートレースなども ギャンブルです。

※オンラインカジノは 日本では 法律で禁止されています。

問い合わせ：精神保健福祉センター Tel. 082-245-7746

「LOST」

🌀 チェックが 2つよりたくさんあったときは ギャンブル依存症かもしれません。

- ☐ ギャンブルをするとき お金をいくらまで使うか 時間はいつまでにするかを決めていない。
決めていても 守ることができない。
- ☐ ギャンブルに勝って もらったお金を 「つぎのギャンブルに使おう」と かんがえる。
- ☐ ギャンブルをしたことを だれかに かくす
- ☐ ギャンブルに負けたとき すぐに 負けたお金を 取りかえしたいと思う

しゅってん こうせいろうどうしょう
出典：厚生労働省ホームページ

依存症のことは ひとりで なやまないで 相談してください！

依存症は ちゃんと治りようをすれば なおる病気です。精神保健福祉センターで 依存症のこと
を 相談することができます。相談のお金は かかりません。相談するとき あなたの 名前もきき
ません。くわしいことは ひろしましやくしょのホームページを 見てください。

<https://www.city.hiroshima.lg.jp/living/kenkou/1021217/1027977/1013546.html>

- 精神科の先生に 相談できる日（予約がいります）

相談できる日：毎月第2木曜日

Tel. 082-245-7746

- 相談員に 相談できる日（相談員に合って 相談したい人は 予約がいります）

相談できる日と 時間：月曜日から金曜日 8:30 から 17:00 まで

Tel. 082-245-7731



外国人の在留手続などをするときの お金のねだんが かわりました

2025年4月1日から 在留資格をかえるときや 在留期間を更新するときなどに 払うお金※のねだんがかわりました。

※このお金のことを 「手数料」といいます。

問い合わせ：広島出入国在留管理局 Tel. 082-221-4411



あたらしい手数料は 下の表 を見てください。

手続	手続をする方法	あたらしい手数料	これまでの手数料
在留資格変更許可	窓口	6,000円	4,000円
	オンライン	5,500円	
在留期間更新許可	窓口	6,000円	4,000円
	オンライン	5,500円	
永住許可	窓口	10,000円	8,000円
再入国許可（1回限り）	窓口	4,000円	3,000円
	オンライン	3,500円	
再入国許可（数次）	窓口	7,000円	6,000円
	オンライン	6,500円	
就労資格証明書の交付	窓口	2,000円	1,200円
	オンライン	1,600円	
特定登録者カードの交付	窓口	4,000円	2,200円
特定登録者カードの再交付	窓口	2,000円	1,100円

くわしいことは 出入国在留管理庁のホームページを見てください。

- 出入国在留管理庁ホームページ： <https://www.moj.go.jp/isa/>

- オンラインで申請するときには つぎのホームページを見てください：
<https://www.moj.go.jp/isa/applications/online/onlineshinsei.html>



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

どようび 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 がつみっか やす
❖ 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

そうだん 相談できるところ	そうだん 相談できることば	そうだん 相談できる日	そうだん 相談できるじかん
がいこくじんそうだんまどぐち 外国人相談窓口 ひろしまこくさいかい ぎ じよう （広島国際会議場 3 階） ひろしまし なか く なかじまちょう 広島市中区中島町 1-5 へいわきねんこうえん 平和記念公園のなかに あります	スペイン語	げつようび きんようび 月曜日 から 金曜日	ごぜん じ 午前9時から ご じ 午後4時まで
	中国語		
	ポルトガル語		
	ベトナム語		
	英語		
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 ちようめ 広島市安芸区船越 南3丁目4-36	ポルトガル語	きんようび 金曜日 だい だい すいようび 第1 と第3水曜日	ごぜん じ ふん 午前10時15分から ご じ ふん 午後12時30分まで
	スペイン語	だい もくようび 第2 水曜日 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 じ ふん 午後1時30分から ご じ 午後4時まで
ざいりゅうしかく 在留資格のことを ききたいとき しゅつにゆうこくざいりゅうかんりきよく ひと そうだん 出入国在留管理局の人に 相談することができます（予約をしてください） まいつくだい きんようび ご じ ふん い つ：毎月第2金曜日 午後1時30分から 午後4時まで がいこくじんそうだんまどぐち ひろしまこくさいかいぎじよう かい ところ：外国人相談窓口（広島国際会議場3階）			

- ❖ **広島市で生活を はじめた人へ**
そうだんいん ひろしまし せいかつ
 相談員が 広島市でのあたらしい生活のことを 説明します（予約をしてください）
- ❖ **翻訳タブレットで対応します**
ほんやく たいおう
 ほかのことばでも 翻訳タブレットをつかって 対応します。

広島市・安芸郡外国人相談窓口

広島国際会議場 3 階（広島市中区中島町 1-5）

平和記念公園の中にあります

TEL:082-241-5010

Fax:082-242-7452

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

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

