

# Hiroshima NOW

No. 38  
2025. 6

“Hiroshima NOW”是广岛市多语言信息月刊，从广岛市的宣传报“广岛市民和市政”中部分摘取发布的月刊。有中文、日语、英语、西班牙语、越南语、葡萄牙语版本。

“Hiroshima NOW”可以在国际市民交流课的网页([https://hircd.jp/hiroshima\\_now](https://hircd.jp/hiroshima_now))中浏览。另外，在市内公共设施等处可以自由拿取。

“Hiroshima NOW”每月发行，如果需要请通过下方电子邮箱联系我们。

Email: [internat@pcf.city.hiroshima.jp](mailto:internat@pcf.city.hiroshima.jp)

“广岛市民和市政”、可以登录广岛市的官方网站浏览。

“广岛市民和市政”、通过自动翻译还可以浏览英语，中文，韩语，葡萄牙语，西班牙语，越南语，菲力宾语等页面。

## 话题

- 预防灾害・保护生命
- 面向外国人的工作日语教室
- 有关人权问题的咨询窗口
- 生病儿童・病后儿童保育室的使用
- “整岁年龄牙科健康检查”中追加了 20 岁
- 正确了解赌瘾
- 在留资格相关手续费的上调

发行・编辑

公益财团法人广岛和平文化中心 国际市民交流课

〒730-0811 广岛县广岛市中区岛町 1-5

电话. 082-242-8879 传真. 082-242-7452

Email: [internat@pcf.city.hiroshima.jp](mailto:internat@pcf.city.hiroshima.jp)

Website: [https://h-ircd.jp/hiroshima\\_now](https://h-ircd.jp/hiroshima_now)



## 预防灾害·保护生命

災害から命を守るためにできること 「ひろしま市民と市政」5月15日号 (PP4-5)

6月到9月期间梅雨和台风多发，也是一年中降水量最多的季节。为了能在灾害等紧急情况下及时避难，平时就要做好准备。

咨询：灾害预防课 电话. 082-504-2664



### ☀ 提前准备、预防灾害

#### ◆ 使用危险区域地图确认、了解自家·学校·职场周围的危险场性

通过危险地图，可以确认有可能发生泥石流灾害、洪水、海啸等的危险区域。如果地图上显示自己家在有颜色的场所时，就是有灾害危险。

危险区域地图可以从广岛市防灾信息网站中下载。另外，在区役所地区振兴推进课也可以领取。

危险区域地图有日语、中文、英语、西班牙语、韩语、菲律宾语、越南语、葡萄牙语版本。详情请查看广岛市防灾信息网站。

广岛市防灾信息网站（危险区域地图）

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



### 区役所地域振兴推进课

中区 Tel. 082-504-2820

安佐南区 Tel. 082-831-4926

东区 Tel. 082-568-7704

安佐北区 Tel. 082-819-3905

南区 Tel. 082-250-8935

安芸区 Tel. 082-821-4905

西区 Tel. 082-532-1023

佐伯区 Tel. 082-943-9704

### ☀ 获取防灾信息的方法

#### ◆ 使用软件：广岛避难诱导 APP“避难所へ Go！”

此 APP 有避难信息·气象信息的通知功能，可以确认到去避难所的最近路线和危险地。事先下载好软件，防患于未然。

此软件有日语、中文（简体繁体）、英语、西班牙语、韩语、菲律宾语、越南语、葡萄牙语版本。

“避难所へ Go！”（去避难所！）



#### ◆ 通过广岛市防灾信息邮件或官方社交网络 APP 等获取信息。

获取信息的方法有很多。事先确定好适合自己的方法。

##### ● 广岛市防灾信息邮件（日语）

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



##### ● 广岛市 LINE 的官方账号（日语）

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



● 广岛市 X 官方账号（日语）

<https://x.com/hiroshimacitypr>



● 广岛市脸书官方账号（日语）

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



● 语音危险地图

为视力不好的人员，研发了语音危险地图信息服务。广岛市从 6 月开始服务。

● 有很多途径可以获取信息

- 电视（数码播放）
- 收音机
- 防灾行政无线
- 警笛 等

☀ 获取最新信息、采取“警戒等级”相应的行动

◆ 警戒等级

**等级 1**： 获取最新防灾信息，提高防灾的心里准备（早期关注信息）

**等级 2**： 确认危险区域、避难场所、避难所路线等（大雨・洪水・高潮注意）

**等级 3**： **高龄者等**离开危险场所，采取避难措施 行动不便的人也请避难（高龄者等避难）

**等级 4**： **所有人员**离开危险场所，采取避难措施 请携带避难物品避难（避难指示）



请在警戒 4 级前避难

**等级 5**： 有生命危险 要立刻确保人身安全！（紧急安全确保）

面向外国人的工作日语教室

定住外国人等向け しごとのためのほんご

面对第一次学习日语，或是虽然会说一点日语但是不擅长读写平假名、片假名的人的课程。学习免费

**对象**： 永住者、日本人配偶、永住者配偶、定居者等在留资格可以工作的人群

**时间**： 2025 年 7 月 16 日～10 月 17 日的周一、周三、周五的 18:00～21:00

**会场**： 广岛市综合福祉中心（南区松原町 1-5 BIG FRONT 广岛 5 楼・6 楼）

※部分课程在广岛市留学生会馆。

**内容**： 学习工作中常用日语和职场习惯等



**申请：**在广岛职业介绍所或广岛东职业介绍所申请。

※申请时需要在留卡或护照。

**申请截止：**7月2日（周三）

※报名超额时可能会在截止日期前结束申请。

**名额：**20人

**★有日语水平测试**

7月9日（周三） 18:00

会场：广岛市综合福祉中心

详情请查看下方网站。

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

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

或咨询职业介绍。



广岛职业介绍（中区上八丁堀 8-2 广岛清水大楼 4 楼）

电话. 082-511-1181

广岛东职业介绍（东区光指丘 13-7）

电话. 082-264-8609

**咨询：**JICE 现地联络调整员 Sagida（日语和英语对应）

电话. 080-4336-1340

Eメール: [tabunka21@softbank.ne.jp](mailto:tabunka21@softbank.ne.jp)

**有关人权问题的咨询窗口**

人権問題に関する相談窓口「ひろしま市民と市政」5月15日号(p3)

因为是外国人而被歧视，有关人权※烦恼的人，请咨询此窗口。

※人权是指每个人作为人类天生就拥有幸福生活的权利。

**咨询：人权启发课** Tel. 082-504-2165



◆ 一部分 IP 电话可能无法打通。

**外语人权咨询电话**

【咨询电话】 0570-090911（需要话费）

【时间】 周一～周五 9:00～17:00（节假日、12月29日～1月3日除外）

【翻译】 英语、中文、韩语、菲律宾语、葡萄牙语、越南语、尼泊尔语、西班牙后、印度尼西亚语、泰国语

**广岛法务局人权咨询所**

是法务局内的常设咨询所。人权维护委员通过面谈或电话受理咨询。

【所在地】 中区上八丁堀 6-30

【相談電話】 0570-003-110（需要话费）

【时间】 周一～周五 8:30～17:15（节假日、12月29日～1月3日除外）

**在线人权咨询** ※24 小时受理

**外语在线人权咨询窗口**

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



【语言】英语、中文、韩语、菲律宾语、葡萄牙语、越南语、尼泊尔语、西班牙后、印度尼西亚语、泰国语

**日语在线人权咨询窗口**

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



**LINE 人权咨询**

【时间】周一～周五 8:30～17:15（节假日、12月29日～1月3日除外）

[https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03\\_00034.html](https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03_00034.html)

帐户名：“法务局LINE人权咨询”

收索 ID：“@linejinkensoudan”



**儿童人权 110**

有关欺凌、学校、家人、宗教等烦恼的儿童咨询窗口。

因为孩子而烦恼的大人也可以使用。

【咨询电话】0120-007-110（免费通话）

※电话打不通时拨打 082-228-4710（广岛法务局 需要话费）。

【时间】周一～周五 8:30～17:15（节假日、12月29日～1月3日除外）

**女性人权热线**

【咨询电话】0570-070-810（需要话费）

【时间】周一～周五 8:30～17:15（节假日、12月29日～1月3日除外）

**ESOL 广岛 LGBT 电话咨询**

【咨询电话】082-207-3130（需要话费）

【时间】周六 10:00～16:00（节假日、12月29日～1月3日除外）

**生病儿童・病后儿童保育室的使用**

病児・病後児保育室のご利用を 「ひろしま市民と市政」5月15日号(P2)

孩子生病（包括恢复期）时，或监护人因为工作等不能请假在家庭照顾孩子时，可以使用生病儿童保育室・病后儿童保育室。使用时，需要提前登录和预约。

咨询：保育给付课 电话. 082-504-2154

## 对象

乳幼儿、小学生

## 对象病伤

- 感冒和消化不良等日常疾病
- 流感・麻疹・水痘・风疹等感染症
- 哮喘等慢性疾病
- 骨折等外伤性疾病



## 托管设施

- 医疗机构开设的病儿保育室
  - 保育院开设的病后恢复期儿童保育室
- ※都需提前登录和预约。

## 可使用天数

原则上、连续 6 天

## 使用时间

一般 8:00~18:00

## 休息日

周日、节假日、12月29日~1月3日等

## 使用方法

### <步骤>

#### 1. 登录・支付登录费

首先，前往托管设施进行登录。

建议在登录前先参观。参观时，也可以登录。有的托管设施收登录费

#### 2. 预约托管

请在希望托管的前一天或当天，直接向托管设施预约。

#### 3. 在医疗机构就诊

如果现在使用的托管所有医疗机构，请在该医疗机构就诊。

※使用没有医疗机构，请去经常就诊的医院

#### 4. 使用

托管孩子

#### 5. 付费

生活保护家庭、市民税免税家庭等有减免。详情请看广岛市役所的主页（下方）。

★ 托管时间、休息日、费用等因设施不同。详情请看广岛市役所的主页，或咨询各设施。

### 广岛市役所主页

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



## “整岁年龄牙科健康检查”中追加了 20 岁

節目年齢歯科健診 新しく 20 歳の人も対象になりました 「ひろしま市民と市政」5 月 15 日号 (p6)

咨询：健康推进课 Tel. 082-504-2980

### 对象者

住在广岛市的 20 岁、30 岁、35 岁、40 岁、45 岁、50 岁、55 岁、60 岁、70 岁的人

※对象人群，在生日的月底左右会收到牙科健康检查通知。



### 检查内容

虫牙和牙周病的检查

### 检查费

500 日元

※20 岁、70 岁的人，市民税免税家庭，领取生活保护家庭的人是免费。

### 申请

拨打牙科医疗机构申请

## 正确了解赌瘾

ギャンブル依存症のことを正しく知ろう 「ひろしま市民と市政」5 月 1 日号 (p3)

赌博成瘾是一种精神疾病，持续赌博容易成为习惯化，即使想戒也戒不了。不是本人意志薄弱或性格问题。是“大脑疾病”上的精神疾病，任何人都有可能。

赌博成瘾会导致负债过多等，严重影响生活。

自行车赛车·赛艇·赛马·彩票·弹子机等都是赌博的一种。

※在日本在线赌博是违法的。

咨询：精神保健福祉中心 Tel. 082-245-7746

“LOST”可以简单地确认赌瘾等依赖症。

☉ 如果符合第 2 项以上，有赌瘾的可能性。

- 有规定预算和时间的限制，即使规定了也不法遵守
- 赢了的时候想着“下次赌博用吧”
- 向别人隐瞒赌博的事情
- 赌输了，想马上挽回

出处：厚生劳动省主页



有依赖症，不要独自烦恼，请咨询下方！※咨询免费、可以用匿名。

依赖症是通过合理措施通常可以治愈。精神保健福利中心接受所有依赖症的咨询。详情请查看广岛市役所的主页。

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



- 精神科医生的面谈咨询（要预约）  
实施日期：每月第 2 个周四  
Tel. 082-245-7746
- 咨询员的电话・面谈咨询（面谈需要预约）  
实施时间：周一～ 周五 8:30～17:00  
Tel. 082-245-7731

### 在留资格相关手续费的上调

外国人の在留手続等に関する手数料が改訂されました

2025 年 4 月 1 日，修改了在留资格的变更和在留期间的更新等所需的手续费。

咨询：广岛出入境在留管理局 Tel. 082-221-4411



下方为手续费修改一部分

手续	办理手续方法	修改后	修改前
在留资格变更许可	窗口	6,000 日元	4,000 日元
	在线	5,500 日元	
在留期间更新许可	窗口	6,000 日元	4,000 日元
	在线	5,500 日元	
永住许可	窗口	10,000 日元	8,000 日元
再入国许可申请（1 次）	窗口	4,000 日元	3,000 日元
	在线	3,500 日元	
再入国许可申请（多次）	窗口	7,000 日元	6,000 日元
	在线	6,500 日元	
就业资格证明书	窗口	2,000 日元	1,200 日元
	在线	1,600 日元	
特定登录卡的申请	窗口	4,000 日元	2,200 日元
特定登录卡的再申请	窗口	2,000 日元	1,100 日元

- 详细情况请看出入境在留管理厅的主页：<https://www.moj.go.jp/isa/>



- 有关在线申请：<https://www.moj.go.jp/isa/applications/online/onlineshinsei.html>

