



英語版

R

デイリー ライフ ガイドブック

# Daily Life Guidebook for Foreign Residents

がいこくじん      せいかつがいどぶっく  
外国人のための生活ガイドブック



ミトヨ シティー ヒューマン ライト デイヴィジョン  
Mitoyo City Human Rights Division

みとよしじんけんか  
三豊市人権課

2024年1月 ルビ版

ウエルカム トゥ ミトヨ シティ  
Welcome to Mitoyo City  
みとよし  
三豊市へようこそ

デイス ガイドブック イズ ザ レザルト アブ ア サーベアー カンダクティド イン メイ トゥエンティートゥエンティワン  
This guidebook is the result of a survey conducted in May 2021  
ウィズ フォーリン レジドントゥ イン ミトヨ シティ アンド カンティンツ エマージェンシー アンド ディザスター  
with foreign residents in Mitoyo City, and contains emergency and disaster  
プリベンション インフォメーション アズ ウェル アズ プロシージャス ネセサリー フォア デイリー ライフ ザット  
prevention information as well as procedures necessary for daily life that  
エブリワン ウィル ニード  
everyone will need.

このガイドブックは、三豊市に住んでいる外国人に2021年5月に行ったアンケート調査の結果で、皆さんが生活の中で必要としている、救急・防災情報や暮らしに必要な手続きなどを書いています。

If you have any questions about daily life, please read this guidebook.

生活の中で、わからないことがあれば、このガイドブックを読んでください。

ウエン ゼア イズ ジャパニーズ ザット ユー ドント アンダースタンド  
When there is Japanese that you don't understand,  
ブリーズ ユーズ ザ トランスレーション ファンクション アブ グーグル レンズ  
Please use the translation function of Google Lens

わからない日本語があったときは、Googleレンズの翻訳機能を使ってください。

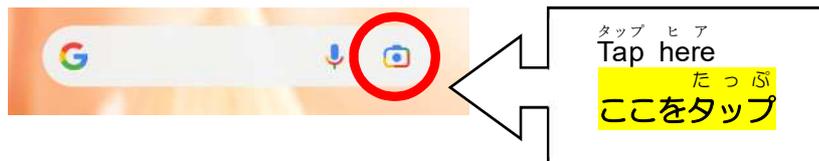
ハウ トゥ ユーズ グーグル レンズ  
How to use Google Lens

ぐーぐるれんず  
Googleレンズの使い方

1. Tap the camera mark next to Google search on the home screen of your smartphone.

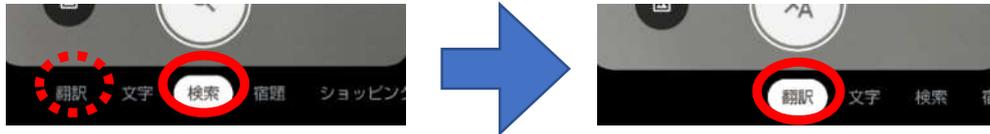
Google Lens starts up and the camera screen appears.

スマートフォン画面にあるGoogle検索の横のカメラマークをタップしてください。Googleレンズが起動して、カメラ画面になります。



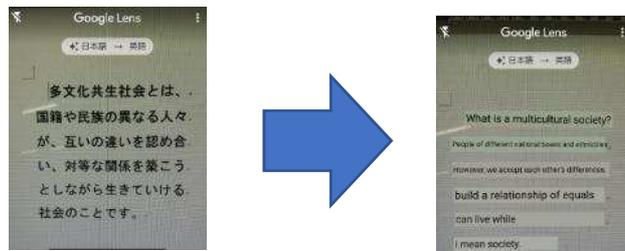
- スワイプ サーチ アット ザ ボトム アップ ザ キャメラ スクリーン トゥ ザ ライト アンド  
 2. Swipe "Search" at the bottom of the camera screen to the right and  
 move "Translate" to the center.

かめらがめん した けんさく みぎ すわいぶ ほんやく ちゅうおう  
 カメラ画面の 下の『検索』を右に スワイプして、『翻訳』を 中央にします。



- エーム ザ キャメラ アット ザ キャラクター ユー ウォント トゥ トランスレート イット ウィル チェンジ  
 3. Aim the camera at the character you want to translate. It will change  
 automatically.

ほんやく もし かめら む じどう か  
 翻訳したい 文字に カメラを 向けて ください。自動で変わります。



コ ン テ ン ツ  
Contents

目 次

エ マ ー ジ ェ ン シ ズ ア ン ド デ ィ ザ ス タ ー ズ  
1. Emergencies and Disasters

きんきゅう さいがい  
緊急・災害

エ マ ー ジ ェ ン シ ズ サ デ ン イ ル ネ ス オ ア イ ン ジ ュ リ ー ファ イ ア ー ア ク シ デ ン ト イ ン シ デ ン ト  
1-1 Emergencies (sudden illness or injury, fire, accident, incident) . . . 8

きゅうきゅう きゅう びょうき かじ じこ じけん  
救 急 ( 急 な 病 気 や け が ・ 火 事 ・ 事 故 ・ 事 件 ) . . . . . 8

デ ィ ザ ス タ ー ズ タ イ フ ー ン ア ン ド ヘ ビ ー レ イ ン オ ア ア ー ス ク エ イ ク ス ア ン ド ツ ナ ミ ズ  
1-2 Disasters (typhoons and heavy rain or earthquakes and tsunamis) . . 10

さいがい たいふう おおあめ じしん つなみ  
災 害 ( 台 風 ・ 大 雨 や 地 震 ・ 津 波 ) . . . . . 10

デ ィ ザ ス タ ー エ マ ー ジ ェ ン シ ー メ ッ セ ー ジ ダ イ ヤ ル  
1-3 Disaster emergency message dial . . . . . 23

さいがいようでんごん だ い や る  
災 害 用 伝 言 ダ イ ヤ ル . . . . . 23

デ ジ グ ネ ー テ ィ ド イ バ キ ュ エ イ シ ョ ン シ ェ ル タ ー ズ  
1-4 Designated evacuation shelters . . . . . 24

していひなんじょ  
指 定 避 難 所 . . . . . 24

ヘ ル ス  
2. Health

けんこう  
健康

ナ シ ョ ナ ル ヘ ル ス イ ン シ ュ ア ラ ン ス  
2-1 National Health Insurance . . . . . 32

こくみんけんこうほけん  
国 民 健 康 保 険 . . . . . 32

メ デ ィ カ ル チ ェ ッ ク ア プ バ ク シ ネ ー シ ョ ン ズ ヘ ル ス コ ン ス ル テ ー シ ョ ン ズ  
2-2 Medical checkups, vaccinations, health consultations . . . . . 36

けんしん よほうせっしゅ けんこうそうだん  
検 診 ・ 予 防 接 種 ・ 健 康 相 談 . . . . . 36

ホスピタルズ アンド クリニックス  
2-3 Hospitals and clinics . . . . . 44

びょういん しんりょうしょ  
病院・診療所 . . . . . 44

チルドレン  
3. Children

こ  
子ども

ウエン ユー ウォント トゥ ハブ ア ベービー  
3-1 When you want to have a baby . . . . . 50

あか ほ  
赤ちゃんが欲しい . . . . . 50

ウエン ユー アー プレグナント  
3-2 When you are pregnant . . . . . 50

にんしん  
妊娠したら . . . . . 50

ウエン ア ベービー イズ ビーン  
3-3 When a baby is born . . . . . 51

あか う  
赤ちゃんが生まれたら . . . . . 51

バクシネーションズ フォー チルドレン  
3-4 Vaccinations for children . . . . . 53

こ よほうせつしゅ  
子どもの予防接種 . . . . . 53

チャイルド-リアリング アシスタンス サービス  
3-5 Child-rearing assistance services . . . . . 55

こそだ しえんさーびす  
子育て支援サービス . . . . . 55

チャイルドケア アンド エデュケーションズ  
3-6 Childcare and education . . . . . 61

ほいく きょういく  
保育・教育 . . . . . 61

## 4. Living

### くらし

ミトヨ シティ オフィシャル ウェブサイト  
4-1 Mitoyo City official website . . . . . 66

みとよしこうしきほ ーむ ペーじ  
三豊市公式ホームページ . . . . . 66

タクシズ  
4-2 Taxes . . . . . 68

ぜいきん  
税金 . . . . . 68

ベアリアス ノーティフィケーションズ コミュニティ サービス ディビジョン  
4-3 Various notifications (Community Services Division) . . . . . 71

かくしゆとどけ しみんか  
各種届出 (市民課) . . . . . 71

ガービッジ  
4-4 Garbage . . . . . 81

ごみ . . . . . 81

バイシクル トラフィック ルールズ  
4-5 Bicycle traffic rules . . . . . 84

じてんしゃ こうつうる ーる  
自転車の交通ルール . . . . . 84

コミュニティ バス  
4-6 Community bus . . . . . 86

こみゆにていばす  
コミュニティバス . . . . . 86

ムービング イントゥー ミューニシパル ハウジング  
4-7 Moving into municipal housing . . . . . 90

しえいじゆうたくにゆうきよ  
市営住宅入居 . . . . . 90

サポート  
5. Support

しえん  
支援

コンサルテーション サービス フォー フォーリン レジデント  
5-1 Consultation service for foreign residents . . . . . 91

がいこくじんそうだんまどぐち  
外国人相談窓口 . . . . . 91

ジャパニーズ ランゲージ クラスィーズ  
5-2 Japanese language classes . . . . . 94

にほんごきょうしつ  
日本語教室 . . . . . 94

ジュニア ハイ スクール ナイト クラスィーズ  
5-3 Junior high school night classes . . . . . 96

やかんちゅうがっこう  
夜間中学校 . . . . . 96

パブリック ファシリティズ  
6. Public Facilities . . . . . 98

こうきょうしせつ  
公共施設 . . . . . 98

アフターワード  
Afterword . . . . . 104

あとがき . . . . . 104

イフ ユー ハブ エニー クエスチョンズ アバウト ザ コンテンツ アブ ザ ガイドブック  
<< If you have any questions about the contents of the guidebook >>

がいどぶっく ないよう わ  
《ガイドブックの内容で分からないとき》

○ コンタクト インフォメーション イズ リトゥン アット ザ エンド アブ ザ エクスプラネーション ノート フォー  
Contact information is written at the end of the explanation note for  
イッチ アイテム  
each item.

かくこうもく せつめいめいぶん さいご れんらくさき か  
各項目の説明文の最後に連絡先を書いています。

イフ ユー ウォント トゥ アスク イン ジャパニーズ プリーズ コール オア センド アン イーメール  
・ If you want to ask in Japanese, please call or send an e-mail.

にほんご き でんわ めーる ねが  
日本語で聞くときは、電話かメールでお願いします。

イフ ユー ウォント トゥ アスク イン ヨー ネイティブ ラングリッジ プリーズ センド アン イーメール  
・ If you want to ask in your native language, please send an e-mail.

みなさんの ぼこくご き めーる ねが  
みなさんの母国語で聞くときは、メールでお願いします。

○ テキスト イン ブラケットツ イズ アン エクスプラネーション アブ ザ プリーヴィアス ワード  
Text in brackets ( ... ) is an explanation of the previous word.

なか まえ せつめい  
((...)) かっこの中は、前のことばの説明です。



エマージェンシズ アンド ディザスターズ  
1. Emergencies and Disasters



きんきゅう さいがい  
緊急・災害

エマージェンシズ サ デン イルネス オア インジュリー ファイアー アクシデント インシデント  
1-1 Emergencies (sudden illness or injury, fire, accident, incident)

きんきゅう きゅう びょうき かじ じこ じけん  
緊急 (急な病気やけが・火事・事故・事件)

ウエン ユー アー イル オア インジュアード オア ウエン ゼ ア イズ ア ファイヤー コール ザ ファイヤー  
(1) When you are ill or injured, or when there is a fire, call the fire

ステーション ワン・ワン・ナイン  
station [ 1 1 9 ]

びょうき かじ しょうぼうしょ でんわ  
病気や けがのとき、火事のとき、消防署【119】に 電話をかける

ウエン ユー ハブ ア サ デン イルネス オア インジュリー  
① When you have a sudden illness or injury

きゅう びょうき  
急な 病気や けがのとき

セエイ ゼ ア イズ アン エマージェンシー  
・ Say, "There is an emergency."

きゅうきゅう い  
「救急です」と言ってください。

フォア ザ アンビュランス ザ ヴィークル ザット テイクス ピープル フー アー サダンリー シック  
・ For the ambulance (the vehicle that takes people who are suddenly sick

オア インジュアード トゥ ザ ホスピタル セエイ ウェアー ユー ウォント イット トゥ カム ウェアー ユー  
or injured to the hospital), say where you want it to come, where you

アー ハート ヨー ネーム アンド ヨー フォン ナンバー  
are hurt, your name, and your phone number.

きゅうきゅうしゃ きゅう びょうき ひと ひと びょういん はこ くるま き  
救急車 ((急な病気の人や けがをした人を 病院に 運ぶ車)) に、来てもら  
いたい場所、どこが痛い、あなたの名前、電話番号を 言ってください。

ハウ トゥ コール アン アンビュランス  
※How to call an ambulance

きゅうきゅうしゃ よ かた  
救急車の 呼び方

[https://www.fdma.go.jp/html/life/gaikokujin\\_kyukyusya\\_guide/index.html](https://www.fdma.go.jp/html/life/gaikokujin_kyukyusya_guide/index.html)



② ウエン ゼ ア イズ ア ファイヤー  
When there is a fire



かじ  
火事のとき

セエイ ゼ ア イズ ア ファイヤー  
• Say, "There is a fire."

かじ 「火事です」と い言って ください。

セエイ ザ ロケーション アブ ザ ファイヤー ヨー ネーム アンド ヨー フォン ナンバー  
• Say the location of the fire, your name, and your phone number.

かじ ばしょ なまえ でんわばんごう い  
火事の場所、あなたの名前、電話番号を い言って ください。

(2) ウエン ゼ ア ハズ ビン アン アクシデント オア インシデント コール ザ ポリース ステーション  
When there has been an accident or incident, call the police station  
ワン・ワン・ゼロ  
(1 1 0).

じこ じけん けいさつしょ でんわ  
事故のとき、事件のとき、警察署【110】に電話を かける

① ウエン ゼ ア ハズ ビン アン アクシデント  
When there has been an accident

じこ  
事故のとき

セエイ ゼ ア ハズ ビン アン アクシデント  
• Say, "There has been an accident."

じこ 「事故です」と い言って ください。



セエイ ホワット ハブンド ウエン アンド ウェア イット ハブンド ヨー ネーム アンド  
• Say what happened, when and where it happened, your name, and  
ヨー フォン ナンバー  
your phone number.

いつ どこで なに なまえ でんわばんごう い  
いつ、どこで、何があったか、あなたの名前、電話番号を い言って ください。

イフ サムワン イズ インジュッド ディスクライブ ザ パーソン  
• If someone is injured, describe the person.

けがを している人 が いたら、その人について 説明して ください。

セエイ ウェザー イット イズ ア マン オア ア ウーマン ハウ オールド ゼイアー アンド ホワット  
• Say whether it is a man or a woman, how old they are, and what  
カインド アブ インジュリー ゼイ ハブ  
kind of injury they have.

おとこ ひと おんな ひと なんざい い  
男の人か 女の人か、何歳ぐらいか、どんなけがかを い言って ください。

② When there has been an incident ( e . g . , a burglary)

じけん どろぼう  
事件 (泥棒など) のとき

セエイ ゼア ハズ ビン アン インシデント オア ゼア ハズ ビン ア バーグラリー  
• Say, "There has been an incident," or "There has been a burglary."

「事件です」や「泥棒です」と言ってください。

セエイ ホワット ハ プンド ウェン アンド ウェア イット ハ プンド ヨー ネーム アンド  
ヨー フォン ナンバー  
• Say what happened, when and where it happened, your name, and your phone number.

いつ、どこで、何があったか、あなたの名前、電話番号を言ってください。

ディザスターズ タイフーン アンド ヘビー レイン オア アースクエイクス アンド  
ツナミズ  
1-2 Disasters (typhoons and heavy rain or earthquakes and tsunamis)

さいがい たいふう おおあめ じしん つなみ  
災害 (台風・大雨や地震・津波)

ジャパン イズ ア カントリー ウェア ゼア アー メニー タイフーン アンド アースクエイクス  
Japan is a country where there are many typhoons and earthquakes.  
イーブン ウェン イット イズ デインジャラス ウィー トライ ノット トゥ ゲット ハート オア トゥ ビー イン トラブル  
Even when it is dangerous, we try not to get hurt or to be in trouble.

にほん たいふう じしん おお くに  
日本は 台風や 地震が多い国です。

あぶ 危ないときに、けがをしたり困ったりしないようにします。



メイク プレパレーション フォア セーフティ  
(1) Make preparations for safety

あんぜん じゅんび  
安全のために 準備する

プリベア フード ウォーター バッテリー アンド フラッシュライト トゥ ラスト アバウト スリー トゥ セブン  
① Prepare food, water, batteries, and flashlights to last about three to seven days.

か から か た もの みず てんち かいちゅうでんとう じゅんび  
3日から 7日ぐらいの 食べ物や水、電池、懐中電灯を 準備してください。

プリベア ア バッグ トゥ ホールド スィング トゥ テイク ウィズ ユー ウェン ユー エスケープ アン  
② Prepare a bag to hold things to take with you when you escape (an emergency bag).

に も い もの い ぶくろ ひじょうも た ぶくろ じゅんび  
逃げるときに 持って行く物を入れる袋 (非常持ち出し袋) を 準備して  
ください。

- ③ Look at the disaster prevention maps and hazard maps to see which areas are dangerous and where you should escape to.

どこが危険な場所か、どこに逃げたらいいか「防災マップ・ハザードマップ」  
を見てください。

Disaster prevention maps and hazard maps are maps that show places where there is danger of disasters caused by typhoons and heavy rain or earthquakes and tsunamis, as well as evacuation sites (places that everyone can escape to).

「防災マップ・ハザードマップ」は、台風・大雨や地震・津波によって災害が  
起こる危険な場所や避難場所（みんなが逃げるところ）が書いてある地図  
です。

Hazard Map Portal Site (You can freely view places you want to know about and evacuation sites.)

ハザードマップポータルサイト（自分の知りたい場所や避難場所が自由に  
見ることができます。）

<https://disaportal.gsi.go.jp/>



- ④ Participate in disaster drills and evacuation drills in the town (or place) where you live. Practice escaping safely, and practice putting out fires. You can learn about safety and hazards.

住んでいる町（ところ）で「防災訓練・避難訓練」に参加してください。安全  
に逃げる練習や、火を消す練習をしてください。安全や危険について勉強  
できます。

- ⑤ Ask people who live near your home to tell you about things you should know if there is an earthquake or other disaster.

家の近くに住んでいる人に、「もし地震などがあったときは、いろいろ教えて  
ください」と言って、お願いしてください。

ファインド アウト インフォメーション  
(2) Find out information

じょうほう しら  
情報を調べる



セーフティ ティップス  
① “Safety tips”

「Safety tips」

デイス スマートフォン アプリケーション ロヴァイド インフォメーション オン タイフーン アンド ヘビー  
This smartphone application provides information on typhoons and heavy  
rain or earthquakes and tsunamis in 15 languages.

げんご たいふう たいふう おおあめ じしん つなみ じょうほう すまーとふおん  
15言語に対応した台風・大雨や地震・津波の情報がわかるスマートフォンの  
アプリです。

アンドロイド ダウンロード ユーアールエル  
• Android: (Download URL)

<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

アイフォーン ダウンロード ユーアールエル  
• iPhone: (Download URL)

<https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

For Android



For iPhone



ジャパン ミーテアアロジカル エージェンシー ウェブサイト  
② Japan Meteorological Agency website

きしょうちょうほーむぺーじ  
気象庁ホームページ

ユーキャン スイー インフォメーション オン タイフーン アンド ヘビー レイン オア アースクエイクス アンド  
You can see information on typhoons and heavy rain or earthquakes and  
tsunamis.

たいふう おおあめ じしん つなみ じょうほう み  
台風・大雨や地震・津波の情報を 見ることができます

ハザード ディストリビューション ユーキャン ノウ アバウト ザ リスク アブ ディザスターズ フロム マップス  
○ Hazard distribution: You can know about the risk of disasters from maps.

きげんどうぶんぷ さいがい おおきげん ちす  
危険度分布 災害が 起こる 危険が 地図で わかります。

ランドスライズ マウンテンズ アンド クリフス コラプス  
• Landslides (mountains and cliffs collapse)

どしゃさいがい やま がけが くす  
土砂災害 (山や がけが 崩れます)

- フラッディング ウォーター アキュムレート イン ロー エリアズ
- Flooding (water accumulates in low areas)

しんすいがい ひく みず  
浸水害 (低いところに 水が たまります)

- リバー フラッディング リバー ウォーター インクリース アンド オーバーフローズ
- River flooding (river water increases and overflows)

こうすい かわ みず へ  
洪水 (川の 水が 増えて あふれます)

<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



ジャパン ミーティアアロジカル エージェンシー ウェブサイト フォア セレクティング マルチプル ラングウィッチ  
(Japan Meteorological Agency website for selecting multiple languages)

きしやうちやうほ ーむ ペーじ げんごせんたく いろいろ な ことば  
(気象庁ホームページ 言語選択 いろいろな 言葉)

- アースクエイク アーリー ウォーニング ユー キャン ノウ アバウト ア ストロング アースクエイク フロム
- Earthquake early warning: You can know about a strong earthquake from

your TV or smartphone shortly before it is going to happen. You can

read more about this in "Safety tips" (page 1 2).

きんきゆうじしんそくほう つよ じしん く すこ まえ てれび すまーとふおん  
緊急地震速報 強い地震が 来る 少し前に、テレビや スマートフォンで わかり

ます。「Safety tips」(12ページ)にも 書いてあります。

- ビデオ アバウト アースクエイクス アンド アースクエイク アーリー ウォーニングス
- Video about earthquakes and earthquake early warnings

じしん きんきゆうじしんそくほう びで お  
地震と 緊急地震速報についての ビデオ

[https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/sokuho\\_dvd/index.html](https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/sokuho_dvd/index.html)



- イバキューエイト トゥ ア セーフ プレイス エスケープ
- (3) Evacuate to a safe place (escape)

あんぜん ばしょ ひなん に  
安全な 場所に 避難する (逃げる)

- イフ ユー アー ノット シュア アバウト ア セーフ プレイス アスク サム ワン ジャパニーズ ウェア
- ① If you are not sure about a safe place, ask someone Japanese, "Where

should I escape to?"

あんぜん ばしょ にほんじん に き  
安全な 場所が わからないとき、日本人に「どこへ 逃げたら いいですか」と聞  
いてください。

- ② If you are not sure about when to escape, ask someone Japanese, please tell me when to escape.”

いつ 逃げたらいいか わからないとき、日本人に「逃げる時、教えてください」と言ってください。

- ③ Put things you will need in a backpack or the like (an emergency bag) so you can use both hands and take it with you.

両方の手を使うことができるように、リュックサックなど(非常持ち出し袋)に必要な物を入れておき、持って行ってください。

- ④ Turn off the gas or stove when you escape.

ガスやストーブの火を消して逃げてください。

(4) When various disasters occur

いろいろな災害のとき

- ① Typhoons and heavy rain

台風・大雨

- When a typhoon is coming, don't go outside, because the strong winds are dangerous.

台風が来たら、強い風が吹いて危ないですから、外には出ないでください。

- Do not go near the sea or rivers, because the waves will be higher and the water in the rivers will increase, so it will be dangerous.

波が高くなったり、川の水が増えて危ないですから、海や川の近くには行かないでください。

ドゥー ノット ゴ ニヤー マウンテンズ オー クリフス ビ コー ズ イット ウッド ビー デインジャラス イフ  
 • Do not go near mountains or cliffs, because it would be dangerous if  
 マウンテンズ オー クリフス コラプスト  
 mountains or cliffs collapsed.

やま がけが 崩れたら 危ないですから、山や がけの 近くへ 行かないで くだ  
 さい。

フラッディング アンド ランドスライズ サムタイムス オカー チェック ザ ディザスター プリベンション  
 • Flooding and landslides sometimes occur. Check the disaster prevention  
 マップス アンド ハザード マップス トゥ スイー ウィッチ エリアズ アー デインジャラス アンド ウェアー ユー  
 シュッド エスケープ トゥ  
 maps and hazard maps to see which areas are dangerous and where you  
 should escape to.

こうすい どしゃさいがい お あぶ ばしょ に  
 洪水や 土砂災害が 起こることが あります。どこが 危ない 場所か、どこへ 逃  
 げたらいいか「防災マップ・ハザードマップ」を見て 確認して ください。

イフ ユー アー イン アン エリア ウェアー ゼ ア イズ ア リスク アブ フラッディング オー ランドスライズ  
 • If you are in an area where there is a risk of flooding or landslides  
 オカーリング エスケープ トゥ ア セーフ プレイス  
 occurring, escape to a safe place.

こうすい どしゃさいがい お きげん ばしょ ばあい あんぜん ばしょ  
 洪水や 土砂災害が 起こる 危険な場所に いる場合は、安全な 場所へ 逃げて  
 ください。

② アースクエイクス Earthquakes

じしん  
 地震



○ ビフォア アン アースクエイク Before an earthquake

じしん く まえ  
 地震が 来る前

メイク ルームズ セーフ バイ エンシュアリング ザット シェルブズ アンド チェスト イン ザ ルームズ ウィル  
 Make rooms safe by ensuring that shelves and chests in the rooms will  
 ノット フォール オーバー  
 not fall over.

へ や たな たお  
 部屋にある 棚や たんすが 倒れないようにして、部屋の中を 安全にして くだ  
 さい。

ウ エ ン ア ン アー スク エイク ハズ オ ッカ ード  
○ When an earthquake has occurred

じしん お  
地震が 起こったとき

ウ エ ン ユー アー イン ア ハ ウス オー ビルディング  
▼ When you are in a house or building

いえ たてもの なか  
家や 建物の 中に いるとき

- ゴ アンダー ア テーブル ビ コー ズ アブ ザ デインジャー アブ スイングス フォーリング フロム ア バブ  
• Go under a table, because of the danger of things falling from above  
オー シェルブズ フォーリング オーバー  
or shelves falling over.

うえ もの お たな たお あぶ てーぶる した  
上から 物が 落ちてきたり、棚が 倒れたりして 危ないので、テーブルの下  
はい  
に入ってください。

- ウ エ ン ザ シェイキング ストップス オープン ドー ズ アンド ウィンドウズ アンド ターン オフ ザ ガス  
• When the shaking stops, open doors and windows, and turn off the gas  
アンド ヒーターズ トゥ エンシュアー ユー キャン エスケープ セーフリー  
and heaters to ensure you can escape safely.

ゆ れが と 止まったら、安全に 逃げられるように ドアや 窓を 開け、ガスや ス  
とーぶ ひ け  
トープの 火を 消してください。

- イフ アン アースクエイク コーゼス ア ヒーター トゥ フォール オーバー アンド スターツ ア ファイヤー イン  
• If an earthquake causes a heater to fall over and starts a fire in  
ア ルーム イフ ユー キャン プット アウト ザ ファイヤー ユアセルフ プット イット アウト  
a room, if you can put out the fire yourself, put it out.

じしん す とーぶ たお へ や なか かじ じぶん ひ  
地震で ストープが 倒れて 部屋の中で 火事になったとき、もし自分で 火  
け  
を消すことが できたら、消してください。

- ビフォア エスケーピング トゥ ザ アウトサイド ターン ザ ブレイカー スイッチ トゥ オフ トゥ カット  
• Before escaping to the outside, turn the breaker switch to “OFF” to cut  
オフ ザ イレクトリシティ  
off the electricity.

そと に 逃げる前に、ブレーカーの スイッチを「切 (OFF)」にして 電気を切  
って ください。

- ウ エ ン ザ イレクトリシティ サプライ イズ カット オフ バイ アン アースクエイク アンド ゼン  
When the electricity supply is cut off by an earthquake and then  
スターツ トゥ フロウ アゲイン イレクトリック ヒーターズ アンド アザー アプライアンスズ メイ  
starts to flow again, electric heaters and other appliances may  
オートマテカリー ターン オン アンド スターツ ア ファイヤー  
automatically turn on and start a fire.

じしん でんき と でんき なか でんきす とーぶ  
地震で 電気が止まって、また電気が 流れた ときに、電気ストーブなどが  
じどう  
自動について 火事になることがあります。

▼ When you are outside

そと  
外に いるとき

- プロテクト ヨー ヘッド ウィズ ア バッグ オー ザ ライク トゥ アボイド ビーイング ハート バイ フォーリング  
• Protect your head with a bag or the like to avoid being hurt by falling  
オブジェクトz アンド エスケープ トゥ ア セーフ プレイス  
objects, and escape to a safe place.

もの お  
物が 落ちて けがをしないよう、かばんなどで 頭を守り、安全な 場所へ 逃  
げて ください。

ニヤー ビルディングス アンド アザー ラージ ストラクチャーズ ブロウクン グラス ウォールズ アンド  
Near buildings and other large structures, broken glass, walls, and  
サインズ メイ フォール  
signs may fall.

びる など おお たてもの ちか わ がらす かへ かんばん お  
ビルなど 大きな建物の 近くは、割れた ガラスや 壁や 看板が 落ちてくる  
かもしれません。

- デュアリング アン アースクエイク トゥレインズ アンド バスズ メイ ストップ  
• During an earthquake, trains and buses may stop.

じしん のとき、でんしゃ や バスが 止まる ことがあります。

ドゥー ノトオ ラッシュ ホーム アンド ウェイト フォア ア ホワイル イン ア セーフ プレイス メニー ピープル  
Do not rush home, and wait for a while in a safe place. Many people  
ゴ ホーム アット ザ セイム タイム ソウ ザ ステーションズ アンド ストリーツ アー クラウディド  
go home at the same time, so the stations and streets are crowded  
アンド デインジャラス  
and dangerous.

いそ かい 帰らないで、安全な 場所で しばらく 待って ください。たくさんの  
ひと おな じかん かい 帰るので、えき みち が 混んで 危ないです。

▼ When you are driving a car

くるま うんてん  
車を運転しているとき

- スローリー ブル オーバー アンド ストップ オン ザ レフト サイド アブ ザ ロード アンド ターン オフ  
• Slowly pull over and stop on the left side of the road, and turn off  
ザ エンジン  
the engine.

ゆっくり 道の左側に 車を 止めて、エンジン を 止めて ください。

- ドゥー ノット ロック ザ ドーア リーブ ザ キーズ イン ザ カー アンド エスケープ アウトサイド  
• Do not lock the door, leave the keys in the car, and escape outside.

ドアに かぎを かけないで、車に かぎを つけたままにして、外へ 逃げて  
ください。

ウ エ ン ユー アー ニャー ザ シー オー ア リバー

▼ When you are near the sea or a river

うみ かわ ちか  
海や川の近くにるとき

- イフ ゼア イズ ア ビッグ アースクエイク イン ザ シー ア ツ ナ ミ メイ ビー  
• If there is a big earthquake in the sea, a tsunami may be  
ア プ ロー チング ペイジ ナインティーン  
approaching (page 19).

うみ おお じしん つなみ ページ  
海で大きな地震があったら、津波（19ページ）がくるかもしれません。

ゴ トゥ ア ハイ プレイス ファー アウェイ フロム ザ シー オー リバーズ  
Go to a high place, far away from the sea or rivers.

うみ かわ とお はな たか ばしょ に  
海や川から遠くに離れて、高い場所へ逃げてください。

- チェック オン ティービー アンド ザ インターネット アズ ウェル アズ セーフティ ティップス ペイジ  
• Check on TV and the Internet as well as “Safety tips” (page 12)  
フォア インフォメーション オン ツ ナ ミズ イフ ユー アー ノット シュア アスク サムワン  
for information on tsunamis. If you are not sure, ask someone  
ジャパニーズ イズ ゼア ア ツ ナ ミ  
Japanese, “Is there a tsunami?”

てれび いんたーねっと ページ つなみ じょうほう  
テレビやインターネット、「Safety tips」（12ページ）で、津波の情報を  
しら 調べてください。わからないときは、日本人に「津波は大丈夫ですか」と聞  
いてください。

ウ エ ン ユー エスケープ

▼ When you escape

に  
逃げるとき

- イフ ユー アー ノット シュア アバウト ア セーフ プレイス アスク サムワン ジャパニーズ  
• If you are not sure about a safe place, ask someone Japanese,  
ウェア シュッド アイ エスケープ トゥ  
“Where should I escape to?”

あんぜん ばしょ にほんじん に  
安全な場所がわからないときは、日本人に「どこへ逃げたらいいですか」  
と聞いてください。

- ドゥー ノット ゴ ニャー トゥ ア クリフ ザ クリフ メイ コラプス  
• Do not go near to a cliff. The cliff may collapse.

がけの ちか い くず  
がけの近くへ行かないでください。がけが崩れるかもしれません。

- イフ ゼア イズ ア デインジャー アブ ア ツ ナ ミ ペイジ ナインティーン エスケープ トゥ ア ハイ  
• If there is a danger of a tsunami (page 19, escape to a high  
プレイス ファー アウェイ フロム サ シー オー リバーズ  
place far away from the sea or rivers.

つなみ ページ きけん うみ かわ とお はな たか  
津波（19ページ）の危険があるときは、海や川から遠くに離れて高い  
ばしょ に  
場所へ逃げてください。

○ After an earthquake

地震のあと

- Do not light any flames. A gas pipe might be broken, and gas might be leaking into the room.

火をつけてはいけません。ガス管が壊れて、部屋の中にガスが漏れているかもしれません。

- Fill the bathtub and other containers with plenty of water. A water pipe might break, and the water might stop running.

風呂などに水をたくさん入れてためておきます。水道管が壊れて、水が出なくなるかもしれません。

③ Tsunamis

津波



If there is a big earthquake in the sea, a tsunami might come.

海で大きな地震があったとき、津波が来るかもしれません。

- Check on T V and the Internet as well as "Safety tips" (page 1 2) for information on tsunamis.

テレビ、インターネット、「Safety tips」(12ページ)で、津波の情報を調べてください。

- If you are not sure if a tsunami is coming, ask someone Japanese, "Is there a tsunami?"

津波が来るかわからないときは、日本人に「津波は大丈夫ですか」と聞いてください。

- If a "Warning" or "Alarm" notice of tsunami danger has been issued, escape to a high place immediately.

津波の危険を知らせる「注意報」「警報」が出たら、すぐ高い場所へ逃げてください。

ワーニング イシュード ウェン ゼア イズ ア デインジャー アブ ディザスター オカールンク  
Warning (issued when there is a danger of disaster occurring)

ちゅういほう さいがい お きけん はっぴょう  
注意報 (災害が 起こる危険が あるときに 発表されます)

アラーム イシュード ウェン ゼア イズ ア デインジャー アブ ア メイジャー ディザスター オカールンク  
Alarm (issued when there is a danger of a major disaster occurring)

けい ほう おお さいがい お きけん はっぴょう  
警 報 (大きな 災害が 起こる 危険が あるときに 発表されます)

- ウェン ア ワーニング オー アラーム ノウティス アブ ツ ナ ミ デインジャー ハズ ビン イシュード  
When a “Warning” or Alarm”notice of tsunami danger has been issued

つなみ きけん し ちゅういほう けいほう で  
津波の 危険を 知らせる「注意報」「警報」が出たとき

- ▼ イミディエトウリー エスケープ トゥ ア ハイ プレイス  
Immediately escape to a high place

すぐ 高い場所へ 逃げてください

- ツ ナ ミズ アー ベリー パワフル アンド ファスト ソウ イフ ユー エスケープ ウェン ユー キャン  
• Tsunamis are very powerful and fast, so if you escape when you can  
スィー ア ツ ナ ミ ユー ウィル ノット メイク イット イン タイム エスケープ イミディエトウリー  
see a tsunami, you will not make it in time. Escape immediately.

つなみ おお ちから はや つなみ み に見  
津波は とても 大きな力があって、速い ですから、津波が 見えてから 逃  
げても 間に合いません。すぐ 逃げて ください。

- ▼ イミディエトウリー エスケープ トゥ ア ハイ プレイス ファー アウェイ フロム ザ シー オー リバーズ  
Immediately escape to a high place far away from the sea or rivers.

うみ かわ とお たか ばしよ に  
海や 川から 遠くの 高い場所へ すぐに 逃げてください。

- ▼ イフ ユー アー ノット シュア アスク サムワン ジャパニーズ ウェアアー シュッド アイ エスケープ  
If you are not sure, ask someone Japanese, “Where should I escape  
トゥ  
to?”

わからないときは、「どこに 逃げたら いいですか」と日本人 に聞いて くだ  
さい。

- ▼ ツ ナ ミズ ハブ ン モア ザン ワンス  
Tsunamis happen more than once

つなみ かい  
津波は 1回 だけではない

ツ ナ ミズ カ ム メ ニー タイムズ イ ブン イ フ ア ツ ナ ミ ア ビアーズ トゥ ビー オーバー  
 • Tsunamis come many times. Even if a tsunami appears to be over,  
 ネ バー ゴ ニヤー ザ シー オー ア リバー ステイ イン ア セーフ プレイス ホワイル ザ  
 never go near the sea or a river. Stay in a safe place while the  
 ワーニング オー アラーム イズ イシュード  
 “Warning” or “Alarm” is issued.

つ な み なんかい き つ な み お み う み か わ ち か  
 津波は 何回も 来ます。津波が 終わったように 見えても、海や 川の 近く  
 には 絶対に 行かないで ください。「注意報」「警報」が 出ている 間は、  
 ぜったい い ちゅういほう けいほう で あいだ  
 安全な 場所に いてください。  
 あんぜん ばしよ

イバキューエーション インフォメーション アンド ワーニング レベル  
 (5) “Evacuation Information” and “Warning Level”

ひなんじょうほう けいかい れ べ る  
 「避難情報」と「警戒レベル」

ウ エン ゼ ア イズ ア ディザスター ウィー オフン スィー アンド ヒアー ジーズ ワーズ オン  
 When there is a disaster, we often see and hear these words on  
 ティーブイ アンド イン アザー メディア  
 T V and in other media.

さいがい て れ び み き  
 災害のとき、テレビなどで よく見たり、聞いたりする ことば です。

イバキューエーション インフォメーション ディス イズ インフォメーション アバウト イバキューエーション エスケーピング  
 ○ Evacuation Information: This is information about evacuation (escaping  
 トゥ ア セーフ プレイス  
 to a safe place).

ひなんじょうほう ひなん あんぜん ばしよ に じょうほう  
 避難情報 避難 ((安全な 場所に 逃げる) こと) についての 情報です。

イバキューエーション オフ ザ エルダリー  
 Evacuation of the Elderly

プ リ ベ アー トゥ イバキューエイト  
 • Prepare to evacuate.

こうれいしゃとうひなん  
 高齢者等避難

ひなん じゅんび  
 避難する 準備を してください。

エルダリー ビーブル チルドレン アンド ビーブル フー  
 • Elderly people, children, and people who  
 ニード タイム トゥ イバキューエイト ウィル ビー エヴァキューエイトド  
 need time to evacuate will be evacuated.

おとしよ こ ひなん じかん  
 お年寄りや 子ども、避難するのに 時間が  
 ひと ひなん  
 かかる人などは、避難して ください。

イバキューエーション オーダー  
 Evacuation Order

エ ブ リ ワン ウィル イミディエトゥリー イバキューエイト トゥ ア セーフ プレイス  
 • Everyone will immediately evacuate to a safe place.

ひなんしじ  
 避難指示

みんな あんぜん ばしよ ひなん  
 みんな 安全な 場所へ すぐ避難して ください。

○ **Warning Level:** This is information on the level of danger ( 1 to 5 ) of water disasters other than tsunamis or landslides, and evacuation (escaping to a safe place).

警戒レベル 津波以外の 水の災害や 土砂災害が 起こる 危険の レベル (1~5) と、避難 (安全な 場所へ 逃げることに) についての 情報 です。

<p>ワーニング Warning レベル Level けいかいれ べる 警戒レベル</p>	<p>ホワット トゥ ウォッチ アウト フォア アンド タイミング オフ イバキューエーション What to watch out for, and timing of evacuation き 気をつけること、ひなん 避難についての じょうほう 情報</p>
<p>ワン 1</p>	<p>チェック オン ティーブイ オー ザ インターネット フォア インフォメーション アバウト レイン オー Check on T V or the Internet for information about rain or rivers. あめ かわ じょうほう てれび いんたーねっと しら 雨や 川の 情報を テレビや インターネットで 調べて ください。</p>
<p>トゥー 2</p>	<p>チェック ウェアー アンド ハウ トゥ イバキューエイト Check where and how to evacuate. どこに どうやって 避難するか 調べて ください。</p>
<p>スリー 3</p>	<p>エルダリー ビーブル チルドレン アンド ビーブル フー ニード タイム トゥ Elderly people, children, and people who need time to evacuate should evacuate. <b>Evacuation of the Elderly</b> としよ こ ひなん じかん ひと ひなん お年寄りや 子ども、避難するのに 時間がかかる 人は 避難して ください。 <b>こうれいしゅひなん 高齢者避難</b></p>
<p>フォー 4</p>	<p>エブリワン シュッド イミディエトゥリー イバキューエイト トゥ ア セーフ プレイス Everyone should immediately evacuate to a safe place. <b>Evacuation Order</b> みんな、安全な 場所へ すぐ避難して ください。 <b>ひなんしじ 避難指示</b></p>
<p>ファイブ 5</p>	<p>ア ディザスター イズ オカールング テイク アクション トゥ プロテクト ヨー オウン ライフ A disaster is occurring. Take action to protect your own life! さいがい お たいせつ いのち まも 災害が 起こっています。大切な 命を 守って ください!</p>

### 1-3 Disaster emergency message dial

ディザスター エマージェンシー メッセージ ダイアル

#### さいがいようでんごん だ い や る 災害用伝言ダイヤル

If you want to contact your family or friends when your phone won't connect due to a disaster (typhoons and heavy rain or earthquakes and tsunamis), you can use the service of your phone company.

さいがい たいふう おおあめ じしん つなみ でんわ かぞく ともだち  
災害（台風・大雨・地震・津波）で電話が繋がらないときに、家族や友達

に連絡したいときは、電話の会社のサービスを利用してください。

If you are not sure, ask someone Japanese, "Please tell me how to use the message dial."

わからないときは、日本人に「伝言ダイヤルのかけ方を教えてください」と言ってください。

#### ○ Disaster emergency message dial ( N T T )

##### さいがいようでんごん だ い や る 災害用伝言ダイヤル (NTT)

Call "1 7 1" to leave a message or listen to messages.

「171」に電話をかけて、メッセージを入れたり聞いたりすることができます。

エヌ・ティー・ティー ウェスト ユーアールエル

N T T West: ( U R L ) <https://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/>

えぬていいていにしにほん  
NTT西日本



#### ○ Disaster emergency message board ( W e b 1 7 1 )

##### さいがいようでんごんばん 災害用伝言板 (Web171)

You can use your computer or smartphone to enter a text message.  
パソコンやスマートフォンで、文字のメッセージを入れることができます。

ユーアールエル

( U R L ) <https://www.web171.jp/web171app/topRedirect.do>



#### ○ Disaster message board service (mobile phone)

##### さいがいようでんごんばん さーびす けいたいでんわ 災害用伝言板 サービス (携帯電話)

Mobile phone companies also have message services.

携帯電話の会社にもメッセージのサービスがあります。

エヌ・ディー・ディー ド コ モ ユーアールエル  
N T T DoCoMo: ( U R L ) <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>



ケー・ディー・ディー・アイ オー ユーアールエル  
K D D I (au): ( U R L ) <http://dengon.ezweb.ne.jp/>



ソフトバンク ワイ モ バ イ ル ユーアールエル  
Softbank/Y!mobile: ( U R L ) <http://dengon.softbank.ne.jp/>



## 1-4 Designated evacuation shelters

### 指定避難所



When there is a disaster, this is a place to evacuate to (a safe place to escape to) for people who are in danger if they stay in their home or who can no longer live in their home.

災害のとき、家にいると危険がある場合や家に住めなくなった人が避難する

（安全な場所に逃げる）場所です。

Designated evacuation shelter name 指定避難所名		Address 住所	Phone Number 電話番号
1	Kamitakase Elementary School 上高瀬小学校	783-2 Kamitakase, Takase-cho 高瀬町上高瀬783-2	0875-72-5309
2	Mitoyo City General Gymnasium 三豊市総合体育館	751-24 Kamitakase, Takase-cho 高瀬町上高瀬751-24	0875-72-1500
3	Takase Junior High School 高瀬中学校	2725-1 Shimokatsuma, Takase-cho 高瀬町下勝間2725-1	0875-72-3161
4	Katsuma Elementary School 勝間小学校	803-1 Shimokatsuma, Takase-cho 高瀬町下勝間803-1	0875-72-5329
5	Takase-cho Community Center, Katsuma Branch 高瀬町公民館勝間分館	350-2 Shimokatsuma, Takase-cho 高瀬町下勝間350-2	0875-72-0503

6	<p>フューチャー クリエイション センター Mitoyo Future Creation Center</p> <p>みらいぞうぞうかん みとよ未来創造館</p>	<p>2347-1 Shimokatsuma, Takase-cho</p> <p>たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間2347-1</p>	0875-73-3051
7	<p>ジムネイジアム Takase-cho Gymnasium</p> <p>たかせちょうたいいくかん 高瀬町体育館</p>	<p>2687-1 Shimokatsuma, Takase-cho</p> <p>たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間2687-1</p>	—
8	<p>ハイ スクール Takase High School</p> <p>たかせこうとうがっこう 高瀬高等学校</p>	<p>2093 Shimokatsuma, Takase-cho</p> <p>たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間2093</p>	0875-72-5100
9	<p>エレメンタリー スクール Hiji Elementary School</p> <p>ひじしょうがっこう 比地小学校</p>	<p>93-1 Hiji, Takase-cho</p> <p>たかせちょうひじ 高瀬町比地93-1</p>	0875-72-5213
10	<p>ビーアンドジー マリーナ センター Takase B &amp; G Marine Center</p> <p>たかせ かいようせんたー 高瀬B&amp;G海洋センター</p>	<p>2986-2 Hijinaka, Takase-cho</p> <p>たかせちょうひじなか 高瀬町比地中2986-2</p>	0875-73-4700
11	<p>コミュニティ センター Takase-cho Community Center, ブランチ Hijini Branch</p> <p>たかせちょうこうみんかんひじふたぶんかん 高瀬町公民館比地二分館</p>	<p>186 Hiji, Takase-cho</p> <p>たかせちょうひじ 高瀬町比地186</p>	0875-72-0504
12	<p>エレメンタリー スクール Ninomiya Elementary School</p> <p>にのみやしうがっこう 二ノ宮小学校</p>	<p>1497-1 Samata Ko, Takase-cho</p> <p>たかせちょうさまたこう 高瀬町佐股甲1497-1</p>	0875-74-6302
13	<p>ディストリクト アグリカルチャラル Ninomiya District Agricultural ストラクチャー インブルーブメント センター Structure Improvement Center</p> <p>にのみやちくのうぎようこうぞうかいぜん 二ノ宮地区農業構造改善 センター</p>	<p>3343-4 Samata Ko, Takase-cho</p> <p>たかせちょうさまたこう 高瀬町佐股甲3343-4</p>	0875-74-7690
14	<p>エレメンタリー スクール Asa Elementary School</p> <p>あさしょうがっこう 麻小学校</p>	<p>3868 Kamiasa, Takase-cho</p> <p>たかせちょうかみあさ 高瀬町上麻3868</p>	0875-74-6237
15	<p>ディストリクト アグリカルチャラル Asa District Agricultural ストラクチャー インブルーブメント センター Structure Improvement Center</p> <p>あさちくのうぎようこうぞうかいぜんせんたー 麻地区農業構造改善センター</p>	<p>1210-5 Shimoasa, Takase-cho</p> <p>たかせちょうしもあさ 高瀬町下麻1210-5</p>	0875-74-7693

16	Yamamoto-cho	<small>エレメンタリー</small> (Former) Tsuji Elementary School <small>きゅう つじしょうがっこう</small> (旧)辻小学校	1375 Tsuji, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうつじ</small> 山本町辻1375	—
17		<small>コミュニティー</small> Yamamoto-cho Community Center, Tsuji Branch <small>やまもとちょうこみんかんつじぶんかん</small> 山本町公民館辻分館	1374-1 Tsuji, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうつじ</small> 山本町辻1374-1	0875-63-4691
18		<small>ジュニア ハイ スクール</small> Mitoyo Junior High School <small>みとよちゅうがっこう</small> 三豊中学校	876 Tsuji, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうつじ</small> 山本町辻876	0875-63-3028
19		<small>エレメンタリー</small> (Former) Kouchi Elementary School <small>きゅう こうちしょうがっこう</small> (旧)河内小学校	714 Kouchi, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうこうち</small> 山本町河内714	—
20		<small>ルーラル ウーメンズ ハウス</small> Kouchi Rural Women's House <small>こうちのうそんらんじん いえ</small> 河内農村婦人の家	1080-1 Kouchi, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうこうち</small> 山本町河内1080-1	0875-63-4690
21		<small>エレメンタリー スクール</small> Yamamoto Elementary School <small>やまもとしょうがっこう</small> 山本小学校	6-1 Ono, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうおおの</small> 山本町大野6-1	0875-63-8100
22		<small>アグリカルチャラル</small> Saita Ono Agricultural Structure Improvement Center <small>さいた おおのうきょうこうぞうかいぜん せ ん た ー</small> 財田大野農業構造改善センター	266-1 Ono, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうおおの</small> 山本町大野266-1	0875-63-4692
23		<small>ヘルス センター</small> Yamamoto-cho Health Center <small>やまもとちょうほけん せ ん た ー</small> 山本町保健センター	375 Saitanishi, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうさいだにし</small> 山本町財田西375	—
24		<small>ルーラル</small> Yamamoto-cho Rural Environment Improvement Center <small>やまもとちょうのうそんらんきんきょうかいぜん せ ん た ー</small> 山本町農村環境改善センター	375 Saitanishi, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうさいだにし</small> 山本町財田西375	—
25		<small>エレメンタリー</small> (Former) Koda Elementary School <small>きゅう こうだしょうがっこう</small> (旧)神田小学校	1259 Koda, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうこうだ</small> 山本町神田1259	—
26	<small>セトルメント プロモーション</small> Koda Settlement Promotion Center <small>こうだていじゅうそくしん せ ん た ー</small> 神田定住促進センター	1250-3 Koda, Yamamoto-cho <small>やまもとちょうこうだ</small> 山本町神田1250-3	0875-63-4693	

27	三野町 Mino-cho	エレメンタリー スクール Omi Elementary School おおみしょうがっこう 大見小学校	3034-4 Omi Ko, Mino-cho みのちょうおおみこう 三野町大見甲3034-4	0875-72-5402
28		コミュニティー センター Mino-cho Community Center, ランチ Omi Branch みのちょうこうみんかんおおみぶんかん 三野町公民館大見分館	3047-3 Omi Ko, Mino-cho みのちょうおおみこう 三野町大見甲3047-3	0875-73-5773
29		センター Mino-cho Hatsuratsu Center みのちょう 三野町はつらつセンター	3034-1 Omi Ko, Mino-cho みのちょうおおみこう 三野町大見甲3034-1	0875-73-3211
30		パーク Fureai Park Mino ふれあいパークみの	74 Omi Otsu, Mino-cho みのちょうおおみおつ 三野町大見乙74	0875-72-2601
31		エレメンタリー スクール Shimotakase Elementary School したたかせしょうがっこう 下高瀬小学校	760-1 Shimotakase, Mino-cho みのちょうしもたかせ 三野町下高瀬760-1	0875-72-5401
32		ジュニア ハイ スクール Minotsu Junior High School みのつちゅうがっこう 三野津中学校	720 Shimotakase, Mino-cho みのちょうしもたかせ 三野町下高瀬720	0875-72-5209
33		ライフログ ラーニング センター Mino-cho Lifelong Learning Center みのちょうしょうがいがくしゅうせんたー 三野町生涯学習センター	568-1 Shimotakase, Mino-cho みのちょうしもたかせ 三野町下高瀬568-1	0875-72-2800
34		スポーツ センター Mino-cho Sports Center みのちょうたいいくせんたー 三野町体育センター	752-2 Shimotakase, Mino-cho みのちょうしもたかせ 三野町下高瀬752-2	—
35		エレメンタリー スクール Yoshizu Elementary School よしづしょうがっこう 吉津小学校	1485-1 Yoshizu Otsu, Mino-cho みのちょうよしづおつ 三野町吉津乙1485-1	0875-72-5676
36		ヘルス センター Mino-cho Health Center みのちょうほけんせんたー 三野町保健センター	2030-1 Yoshizu Otsu, Mino-cho みのちょうよしづおつ 三野町吉津乙2030-1	—
37	コミュニティー センター ランチ Mino-cho Community Center, Yoshizu Branch みのちょうこうみんかんよしづぶんかん 三野町公民館吉津分館	1073-1 Yoshizu Ko, Mino-cho みのちょうよしづこう 三野町吉津甲1073-1	0875-72-4774	

38	豊中町 Toyonaka-cho	<small>エレメンタリー スクール</small> Kuwayama Elementary School <small>くわやましょうがっこう</small> <b>桑山小学校</b>	188-1 Okamoto, Toyonaka-cho <small>とよなかちょうおかもと</small> <b>豊中町岡本188-1</b>	0875-62-2103
39		<small>エレメンタリー スクール</small> Hijidai Elementary School <small>ひじだいしょうがっこう</small> <b>比地大小学校</b>	2514-1 Hijidai, Toyonaka-cho <small>とよなかちょうひじだい</small> <b>豊中町比地大2514-1</b>	0875-62-2124
40		<small>エレメンタリー スクール</small> Kasada Elementary School <small>かさだしょうがっこう</small> <b>笠田小学校</b>	2192-1 Kasada Kasaoka, Toyonaka-cho <small>とよなかちょうかさだかさおか</small> <b>豊中町笠田笠岡2192-1</b>	0875-62-2004
41		<small>ハイ スクール</small> Kasada High School <small>かさだこうとうがっこう</small> <b>笠田高等学校</b>	251 Kasada Takeda, Toyonaka- cho <small>とよなかちょうかさだたけだ</small> <b>豊中町笠田竹田251</b>	0875-62-3345
42		<small>エレメンタリー スクール</small> Kamitakano Elementary School <small>かみだかのしょうがっこう</small> <b>上高野小学校</b>	2384 Kamitakano, Toyonaka- cho <small>とよなかちょうかみだかの</small> <b>豊中町上高野2384</b>	0875-62-2064
43		<small>エレメンタリー スクール</small> Motoyama Elementary School <small>もとやましょうがっこう</small> <b>本山小学校</b>	1893-1 Motoyama Ko, Toyonaka-cho <small>とよなかちょうもとやまこう</small> <b>豊中町本山甲1893-1</b>	0875-62-2125
44		<small>ジュニア ハイ スクール</small> Toyonaka Junior High School <small>とよなかちゅうがっこう</small> <b>豊中中学校</b>	148-1 Motoyama Ko, Toyonaka- cho <small>とよなかちょうもとやまこう</small> <b>豊中町本山甲148-1</b>	0875-62-2071
45		<small>ルーラル</small> Toyonaka-cho Rural <small>エンバイロメント インブルーブメント</small> Environment Improvement センター Center <small>とよなかちょうのうそんかんきょうかいぜんせんたー</small> <b>豊中町農村環境改善センター</b>	160-1 Motoyama Ko, Toyonaka- cho <small>とよなかちょうもとやまこう</small> <b>豊中町本山甲160-1</b>	0875-62-1156
46		<small>シティー シビック センター</small> Mitoyo City Civic Center <small>みとよししみんこうりゅうせんたー</small> <b>三豊市市民交流センター</b>	160-1 Motoyama Ko, Toyonaka- cho <small>とよなかちょうもとやまこう</small> <b>豊中町本山甲160-1</b>	—

47	Takuma-cho	<small>コミュニティ センター</small> <b>Massaki Community Center</b> <small>まつききこみゆにていせんたー</small> <b>松崎コミュニティセンター</b>	<b>717-1 Massaki, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうまつきき</small> <b>詫間町松崎717-1</b>	0875-83-6696
48		<small>エレメンタリー スクール</small> <b>Massaki Elementary School</b> <small>まつききしょうがっこう</small> <b>松崎小学校</b>	<b>722 Massaki, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうまつきき</small> <b>詫間町松崎722</b>	0875-83-2856
49		<small>エレメンタリー スクール</small> <b>Takuma Elementary School</b> <small>たくましょうがっこう</small> <b>詫間小学校</b>	<b>2158 Takuma, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうたくま</small> <b>詫間町詫間2158</b>	0875-83-2858
50		<small>ジュニア ハイ スクール</small> <b>Takuma Junior High School</b> <small>たくまちょうがっこう</small> <b>詫間中学校</b>	<b>5796-1 Takuma, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうたくま</small> <b>詫間町詫間5796-1</b>	0875-83-2108
51		<small>ナショナル インスティテュート オフ テクノロジー カレッジ キャンパス</small> <b>National Institute of Technology, Kagawa College, Takuma Campus</b> <small>かがわこうせんせんもんがっこうたくまきやんばす</small> <b>香川高専専門学校詫間キャンパス</b>	<b>551 Koda, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうこうだ</small> <b>詫間町香田551</b>	0875-83-3141
52		<small>ネイチャー リクリエーション ビレッジ センター</small> <b>Shonai Nature Recreation Village Center</b> <small>しょうないしぜんきゆうようむらせんたー</small> <b>庄内自然休養村センター</b>	<b>1891-1 Ohama Ko, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうおおはまこう</small> <b>詫間町大浜甲1891-1</b>	0875-83-6115
53		<small>デイ サービス センター</small> <b>Day Service Center Misaki</b> <small>ていさーびすせんたーみさき</small> <b>デイサービスセンター美崎</b>	<b>695 Tsumu, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうつむ</small> <b>詫間町積695</b>	—
54		<small>エレメンタリー スクール</small> <b>(Former) Hakoura Elementary School</b> <small>きゆう はこうらしょうがっこう</small> <b>(旧) 箱浦小学校</b>	<b>551-1 Hako, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうはこ</small> <b>詫間町箱551-1</b>	—
55		<small>エレメンタリー スクール</small> <b>(Former) Awashima Elementary School</b> <small>きゆう あわしましょうがっこう</small> <b>(旧) 粟島小学校</b>	<b>1506-2 Awashima, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうあわしま</small> <b>詫間町粟島1506-2</b>	—
56		<small>デベロップメント センター</small> <b>Awashima Development Center</b> <small>あわしまいはつぞうごうせんたー</small> <b>粟島開発総合センター</b>	<b>861-17 Awashima, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうあわしま</small> <b>詫間町粟島861-17</b>	0875-84-7001
57	<small>リクリエーション センター フォア ザ エルダリー</small> <b>Shishijima Recreation Center for the Elderly</b> <small>し しじまろうじん いえ</small> <b>志々島老人いこの家</b>	<b>394-2 Shishijima, Takuma-cho</b> <small>たくまちょうししじま</small> <b>詫間町志々島394-2</b>	0875-83-5650	

58	Nio-cho 仁尾町	エレメンタリー スクール Soho Elementary School そ おしょうがっこう 菅保小学校	1082 Nio Ko, Nio-cho におちょうに おこう 仁尾町仁尾甲1082	0875-82-2135
59		シュライン Hachiman-jinja Shrine はちまんじんじゅ 八幡神社	47-1 Nio Otsu, Nio-cho におちょうに おおつ 仁尾町仁尾乙47-1	—
60		エレメンタリー スクール Nio Elementary School に おしょうがっこう 仁尾小学校	1736 Nio Hei, Nio-cho におちょうに おへい 仁尾町仁尾丙1736	0875-82-2049
61		テンプレ Jotokuji Temple じょうとくじ 常徳寺	930 Nio Tei, Nio-cho におちょうに おてい 仁尾町仁尾丁930	—
62		カルチュラル ホール Nio-cho Cultural Hall におちょうぶんかいかん 仁尾町文化会館	296-1 Nio Tei, Nio-cho におちょうに おてい 仁尾町仁尾丁296-1	0875-56-9565
63		ジュニア ハイ スクール Nio Junior High School に おちゅうがっこう 仁尾中学校	38-2 Nio Shin, Nio-cho におちょうに おしん 仁尾町仁尾辛38-2	0875-82-2119
64		スポーツ センター Nio-cho Sports Center におちょうたいいくせんたー 仁尾町体育センター	34-1 Nio Shin, Nio-cho におちょうに おしん 仁尾町仁尾辛34-1	—
65		テンプレ Enmyoin Temple えんみょういん 円明院	5 Ienoura, Nio-cho に おちょういえ うら 仁尾町家の浦5	—
66		Saita-cho 財田町	テンプレ Hokoji Temple ほうこうじ 宝光寺	6986 Saita Kami, Saita-cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上6986
67	エレメンタリー School (Former) Saita Kami Elementary School きゅう さいたかみしょうがっこう (旧)財田上小学校		726 Saita Kami, Saita-cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上726	—
68	スペシャル ナーシング Home for the Elderly ホーム フォア ザ エルダリー とくべつようごろうじんほーむ じんのじょう おか 特別養護老人ホーム譚之丞の丘		1112-1 Saita Kami, Saita-cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上1112-1	—
69	ジュニア ハイ スクール Wako Junior High School わこうちゅうがっこう 和光中学校		2790 Saita Kami, Saita-cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上2790	0875-67-2012
70	コミュニティー センター Saita-cho Community Center さいたちょうこうみんかん 財田町公民館		2171 Saita Kami, Saita-cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上2171	0875-67-0108
71	ジャーナル スポーツ パーク Saita-cho General Sports Park さいたちょうそうごうらんどこうえん 財田町総合運動公園		2350 Saita Kami, Saita-cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上2350	0875-67-3721

72	<small>エレメンタリー スクール</small> <b>Saita Elementary School</b> <small>さいたしょうがっこう</small> <b>財田小学校</b>	<b>5325-1 Saita Naka, Saita-cho</b> <small>さいたちょうざいたなか</small> <b>財田町財田中5325-1</b>	0875-67-0200
73	<small>ディザスター プリベンション</small> <b>Saita-cho Disaster Prevention</b> <small>センター</small> <b>Center</b> <small>さいたちょうぼうさいせんたー</small> <b>財田町防災センター</b>	<b>598 Saita Naka, Saita-cho</b> <small>さいたちょうざいたなか</small> <b>財田町財田中598</b>	—
74	<small>エレメンタリー</small> <b>(Former) Saita Naka Elementary</b> <small>スクール</small> <b>School</b> <small>きゅうざいたなかしょうがっこう</small> <b>(旧)財田中小学校</b>	<b>570 Saita Naka, Saita-cho</b> <small>さいたちょうざいたなか</small> <b>財田町財田中570</b>	—
75	<small>コミュニティ センター</small> <b>Onoji Community Center</b> <small>おおのじこうみんかん</small> <b>大野地公民館</b>	<b>4026-4 Saita Naka, Saita-cho</b> <small>さいたちょうざいたなか</small> <b>財田町財田中4026-4</b>	—

インクワイアリーズ クライシス マネージメント ディビジョン シティー ホール テル  
**Inquiries: Crisis Management Division, City Hall (TEL 0875-73-3119)**

イーメール  
**E-mail: kikikanri@city.mitoyo.lg.jp**

**【問い合わせ】** しやくしょききかんりか **市役所危機管理課** (TEL 0875-73-3119)

**E-mail : kikikanri@city.mitoyo.lg.jp**





## ヘルス 2. Health

けんこう  
健康

ナショナルヘルスインシュアランス コクミンケンコホケン オールソー  
2-1 National Health Insurance (Kokumin Kenko Hoken, also  
アブリビエイテッド アズ コクホ  
abbreviated as “Kokuho”)

こくみんけんこうほけん りやく こくほ い  
国民健康保険【略して「国保」とも言います】

ア ユニバーサルヘルスインシュアランス システム イズ ア メディカルインシュアランス システム イン  
(1) A universal health insurance system is a medical insurance system in  
ウィッチ オールレジデント アー エンロールド イン パブリック メディカル インシュアランス  
which all residents are enrolled in public medical insurance.

こくみんかいほけんせいど こくみん こうてきいりょうほけん はい いりょうほけん  
国民皆保険制度とは、国民すべてが 公的医療保険に 入るといふ 医療保険

せいど  
制度の ことです。

ウェントゥ エンロール イン ザ ナショナルヘルスインシュアランス  
① When to enroll in the National Health Insurance

こくみんけんこうほけん はい  
国民健康保険に 入るとき

エクスCEPT フォア ゴーズ エンロールド イン ソーシャル インシュアランス オー ザ アドバンスド エルダリー  
Except for those enrolled in social insurance or the Advanced Elderly  
メディカル サービス システム アンド ゴーズ リシーピング パブリック アシスタンス オール  
Medical Service System and those receiving public assistance, all  
ピープル エンロール イン ザ ナショナルヘルスインシュアランス  
people enroll in the National Health Insurance.

かいしゃ ほけん こうきこうれいしゃいりょうせいど さいいじょう ひと はい ほけん はい  
会社の保険や 後期高齢者医療制度（75歳以上の人が入る保険）に 入って  
ひと せいかつほご う いがい ひと こくみんけんこうほけん  
いる人と 生活保護を 受けている人 以外は、すべての人が 国民健康保険に  
はい  
入ってください。

② Eligibility to enroll

こくみんけんこうほけん はい しかく  
国民健康保険に入る資格

フォーリン ナショナルズ ステイニング イン ジャパン フォア モア ザン スリー マンス フー  
Foreign nationals staying in Japan for more than three months who  
fall under “When to enroll in the National Health Insurance” above.

ハウエバ パーソンズ フー エンタード ジャパン ウィズ ア ビザ フォア メディカル ステイ アンド  
However, persons who entered Japan with a Visa for Medical Stay and  
their attendants and those with a sightseeing or recreation visa are not  
eligible to enroll.

げつ こ にほん たいざい がいこくせき ひと うえ こくみんけんこうほけん はい  
3か月を超えて 日本に滞在する 外国籍の人で、上の①（国民健康保険に入

がいと う ひと  
るとき）に該当する人。

た だ し、 いりょうたいざい び ざ にゆうこく ひと つ そ ひと かんこう ほようもく  
ただし、医療滞在ビザで 入国した人と その付き添いの人や 観光・保養目  
てき ざいりゆうしかく も ひと はい  
的の 在留資格を持つ人は 入れません

リガーディング リポーティング フォア ザ ナショナル ヘルス インシュアランス ザ ヘッド オス ザ  
(2) Regarding reporting for the National Health Insurance, the head of the  
household must make a report with their Residence Card within 1 4  
days.

こくみんけんこうほけん とど で せたいぬし かなら か い ない ざいりゆう か  
国民健康保険の 届け出については、世帯主は、必ず 14日以内に 在留カ

ど も とど  
ードを持って 届けてください。

① When to enroll in the National Health Insurance

こくみんけんこうほけん はい  
国民健康保険に入る時

ウエン ムービング イン エンタリング ザ カントリー イフ ノット エンロールド イン ヘルス  
・ When moving in (entering the country) (if not enrolled in health  
insurance at the workplace, e t c.)

てんにゆう にゆうこく しょくば けんこうほけん はい ばあひ  
転入(入国)したとき、(職場の 健康保険などに 入っていない場合)

ウエン ヘルス インシュアランス アット ザ ワークプレイス エトセトラ ハズ ストップト  
・ When health insurance at the workplace, e t c., has stopped

かいしゃ けんこうほけん  
会社の 健康保険などを やめたとき

- ウ エ ン ア チャイルド イズ ボーン  
• When a child is born

こ どもが 生まれたとき

- ウ エ ン パブリック アシスタンス イズ ノー ロンガー ビーイング レシーブド  
• When public assistance is no longer being received

せいかつ ほ ごと う  
生活保護を 受けなくなったとき

② ウ エ ン トウ ストップ ナショナル ヘルス インシュランス  
When to stop National Health Insurance

こくみんけんこうほけん  
国民健康保険を やめるとき

- ウ エ ン リービング ザ カントゥリー  
• When leaving the country

しゅつこく  
出国するとき

- ウ エ ン ムービング アウト  
• When moving out

てんしゅつ  
転出したとき

- ウ エ ン エンロールド イン ワークプレイス ヘルス インシュランス エトセトラ  
• When enrolled in workplace health insurance, e t c.

かいしゃ けんこうほけん などに はい  
会社の 健康保険などに いったとき

- ウ エ ン サムワン ダイズ  
• When someone dies

しぼう  
死亡したとき

- ウ エ ン スターティング トゥ レシーブ パブリック アシスタンス  
• When starting to receive public assistance

せいかつ ほ ごと う はじ  
生活保護を 受け始めたとき

テイク グッド ケアー オフ ヨー インシュランス カード  
(3) Take good care of your insurance card

ほけんしょう たいせつ  
保険証は 大切に

ヨー ナショナル ヘルス インシュランス カード イズ プルーフ オフ エンrollment イン ザ  
Your National Health Insurance Card is proof of enrollment in the  
National Health Insurance. Keep it in a safe place because you will  
need it if you visit a hospital.

こくみんけんこうほけんしょう こくほ はい しょうめい びょういん い  
国民健康保険証は 国保に 入っていることを 証明するものです。病院へ 行

とき ひつよう たいせつ  
く時、必要になるので、大切に してください。

ベネフィッツ アベイラブル スル ー ザ ナショナル ヘルス インシュランス  
(4) Benefits available through the National Health Insurance

こくみんけんこうほけん  
国民健康保険で 受けられること

ウ エン ユー アー シック オー インジャード バイ プレゼンティング ヨー インシュランス カード アット ザ  
When you are sick or injured, by presenting your insurance card at the  
リセプション カウンター オフ ア ホスピタル オー アーザ インスティチューション ユー キャン レシーブ  
reception counter of a hospital or other institution, you can receive  
メディカル トリートメント セラピー メディシン オー インジェクションズ ジャスト バイ ペイUNG ア  
medical treatment, therapy, medicine, or injections just by paying a  
ポーション オフ ザ メディカル エクスペンセス  
portion of the medical expenses.

びょうき けがをしたとき、びょういん などの 窓口で 保険証を 見せれば、医療費の

いちぶ しはら だけで、しんさつ ちりょう くすり ちゅうしゃ などの 医療を 受けることが  
一部を支払うだけで、診察、治療、薬や注射などの医療を受けることが  
できます。

インクワイアリーズ ヘルス ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Health Division, City Hall (TEL 0875-73-3014)

イーメール  
E-mail: [kenkou@city.mitoyo.lg.jp](mailto:kenkou@city.mitoyo.lg.jp)

【問い合わせ】 しやくしよけんこうか  
市役所健康課 (TEL 0875-73-3014)

E-mail : [kenkou@city.mitoyo.lg.jp](mailto:kenkou@city.mitoyo.lg.jp)

## 2-2 Medical checkups, vaccinations, health consultations

けんしん よぼうせつしゅ けんこうそうだん  
 検診、予防接種、健康相談

メデイカル チェックアップ

### (1) Medical checkups

けんしん  
 検診



キャンサー スクリーニング

#### ① Cancer screening

けんしん  
 がん検診

メデイカル Medical イグザミネーション examination アイテムズ items けんしんこうもく 検診項目	エリジブル パーソンズ Eligible persons たいしやうしゅ 対象者	コンテンツ Contents ないよう 内容
トウバキュロウシス アンド Tuberculosis and ラング キャンサー lung cancer スクリーニング screening けっかく はい 結核・肺がん けんしん 検診	ビーブル エイジド フォーティー オー オールドー People aged 4 0 or older さいいじやう 40歳以上	チェスト エックス レイ イグザミネーション Chest X -ray examination きやうぶ せんけんさ 胸部X線検査 スピュータム イグザミネーション Sputum examination かくたんげんさ 喀痰検査 エリジブル ビーブル エイジド フィフティー オー *Eligible: People aged 5 0 or オールドー アンド ア バブ ア サートウン スモウキング older and above a certain smoking インデックス index. たいしやう さいいじやう きつえんしすう 対象 : 50歳以上で 喫煙指数が いっぺい いじやう ひと 一定 以上の人
	ビーブル エイジド トゥエンティー トゥ People aged 2 0 to サーティ・ナイン フー ウィッシュ トゥ レシーブ 3 9 who wish to receive イット it さい さい きぼう ひと 20歳から 39歳の 希望する人	チェスト エックス レイ イグザミネーション Chest X -ray examination きやうぶ せんけんさ 胸部X線検査

<p>ストマック キャンサー Stomach cancer スクリーニング screening い けんしん 胃がん検診</p>	<p>ピープル エイジド フォーティー オー オールダー People aged 4 0 or older エクスルーディング ゴーズ フー ハド ア (excluding those who had a ガストロインテスティナル エンドスコピック gastrointestinal endoscopic イグザミネーション イン ザ プリビナス イヤー examination in the previous year) さいいじょう ぜんねんど いないし きょうけんしん 40歳以上 (前年度に 胃内視鏡 検診 を うけていない人) ひと</p>	<p>ベアリウム テスト Barium test ぼりう むけんさ バリウム検査</p>
	<p>ピープル エイジド フィフティー フィフティー・トゥー People aged 5 0, 5 2 , フィフティー・フォー フィフティー・シックス 5 4 , 5 6 , フィフティー・エイト シックスティー 5 8 , 6 0 , シックスティー・トゥー シックスティー・フォー 6 2 , 6 4 , シックスティー・シックス シックスティー・エイト 6 6 , 6 8 50.52.54.56.58. さいいじょう ひと 60.62.64.66.68歳の人</p>	<p>エンドスコーピー Endoscopy ないし きょうけんさ 内視鏡 検査</p>
<p>コロレクタール キャンサー Colorectal cancer スクリーニング screening たいちょう けんしん 大腸がん検診</p>	<p>ピープル エイジド フォーティー オー オールダー オー People aged 4 0 or older, or フロム エイジド トゥエンティー トゥー サーティー・ナイン from age 2 0 to 3 9 フー ウィッシュ トゥ レシーブ イット who wish to receive it さいいじょう さい さい 40歳以上または 20歳から 39歳の きぼう ひと 希望する人</p>	<p>トゥー デイ フィーカル オカルト ブラッド テスト Two-day fecal occult blood test にちかん べんせんけつけんさ 2日間の便潜血検査</p>
<p>サービカル キャンサー Cervical cancer スクリーニング screening しきゅうけい けんしん 子宮頸がん検診</p>	<p>ウーメン エイジド トゥエンティー オー オールダー フー Women aged 2 0 or older (who ワー ノット イグザミンード ザ プリビナス were not examined the previous イヤー year) さいいじょう じよせい ぜんねんど けんしん 20歳以上の女性 (前年度に 検診を を うけていない人) ひと</p>	<p>サービカル サイトロジー Cervical cytology しきゅうけいぶさいほうしん 子宮頸部細胞診</p>
<p>ブレスト キャンサー Breast cancer スクリーニング screening にゅう けんしん 乳がん検診</p>	<p>ウーメン エイジド フォーティー オー オールダー Women aged 4 0 or older フー ワー ノット イグザミンード ザ (who were not examined the プリビナス イヤー previous year) さいいじょう じよせい ぜんねんど けんしん 40歳以上の女性 (前年度に 検診を を うけていない人) ひと</p>	<p>マモグラフィ Mammography まんもぐらふいけんさ マンモグラフィ検査</p>

② Hepatitis virus screening

肝炎ウイルス検診

<p>メディカル Medical イグザミネーション examination アイテムズ items 検診項目</p>	<p>エリジブル パーソンズ Eligible persons 対象者</p>	<p>コンテンツ Contents 内容</p>
<p>ヘパタイティス ウィルス Hepatitis virus マイルストーン milestone スクリーニング screening 肝炎ウイルス 検診</p>	<p>ピープル エイジド フォーティー フォーティー・ファイブ People aged 40, 45, 50, 55, 60, 65, or 70 who have never had a hepatitis virus screening conducted by the city</p> <p>市が実施した肝炎ウイルス検診を受けたことのない40. 45. 50. 55. 60. 65. 70歳の人</p>	<p>ブラッド テスト Blood test 血液検査 肝炎ウイルステスト ・ Hepatitis B virus test B型肝炎ウイルス検査 肝炎ウイルステスト ・ Hepatitis C virus test C型肝炎ウイルス検査</p>
<p>ヘパタイティス ウィルス Hepatitis virus スクリーニング screening 肝炎ウイルス 検診</p>	<p>ピープル エイジド フォーティー・ワン オー オールダー フー People aged 41 or older who have never had a hepatitis virus screening conducted by the city</p> <p>41歳以上で過去に市が実施した肝炎ウイルス検診を受けたことのない人</p>	

③ Gum disease checkups

歯周病検診

<p>メディカル イグザミネーション Medical examination アイテムズ items 検診項目</p>	<p>エリジブル パーソンズ Eligible persons 対象者</p>	<p>コンテンツ Contents 内容</p>
<p>ガム デイジーズ Gum disease チェックアップ checkup 歯周病検診</p>	<p>ピープル エイジド フォーティー フィフティー People aged 40, 50, 60, 70歳</p>	<p>チェックアップス フォア トゥース ディケイ ・ Checkups for tooth decay, ガム デイジーズ エトセトラ gum disease, e t c. むし歯および歯周病などの 検診 ・ Tooth cleaning after a チェックアップ checkup 検診後に歯の掃除</p>

④ Medical checkups

けんこうしんさ  
健康診査

<p>メディカル イグザミネーション Medical examination アイテムズ items けんしんこうもく 検診項目</p>	<p>エリジブル パーソンズ Eligible persons たいしょうしゅ 対象者</p>	<p>コンテンツ Contents ないよう 内容</p>
<p>スペシファイド ヘルス Specified health チェックアップス checkups とくていけんこうしんさ 特定健康診査</p>	<p>ピープル エイジド フォーティー トゥ セブンティーン・フォー People aged 4 0 to 7 4 ピープル エンロールド イン ミトヨ シティ (People enrolled in Mitoyo City ナショナル ヘルス インシュランス National Health Insurance) 40歳から74歳 (三豊市国民健康保険に入っている人)</p>	<p>フィジカル メジャーメント ・ Physical measurement しんたいけいそく 身体計測 ブラッド プレッシャー ・ Blood pressure メジャーメント measurement けつあつそくてい 血圧測定</p>
<p>アドバンスド エルダリー Advanced elderly メディカル チェックアップ medical checkup こうきこうれいしゃけんこうしんさ 後期高齢者健康診査</p>	<p>ピープル エンロールド イン ザ アドバンスド エルダリー People enrolled in the Advanced Elderly メディカル サービス システム Medical Service System こうきこうれいしゃいりょうほけん 後期高齢者医療保険に入っている人</p>	<p>ユライン アナリシス ・ Urine analysis にようけんさ 尿検査 ブラッド テスティング ・ Blood testing</p>
<p>ユース ヘルス Youth health チェックアップ checkup じゃくねんけんこうしんさ 若年健康診査</p>	<p>ピープル エイジド トゥエンティー トゥ サーティー・ナイン People aged 2 0 to 3 9 ピープル エンロールド イン ミトヨ シティ (People enrolled in Mitoyo City ナショナル ヘルス インシュランス National Health Insurance) 20歳から39歳 (三豊市国民健康保険に入っている人)</p>	<p>けつえきけんさ 血液検査 イー・ケー・ジー エトセトラ ・ E K G , e t c . しんでんず 心電図等</p>

⑤ National Health Insurance health checkups

国民健康保険人間ドック

<p>インプリメンティング Implementing メディカル medical インスティテューション institution 実施医療機関</p>	<p>エリジブル パーソンズ Eligible persons 対象者</p>	<p>インスペクション コンテンツ Inspection contents 検査内容</p>
<p>ミトヨ ミュニシパル Mitoyo Municipal ホスピタル Hospital みとよ市民病院 みとよ市民病院 アソシエーション フォア Association for プリベンティブ メディシン Preventive Medicine 予防医学協会 マルガム メディカル Marugame Medical センター Center まるがめ医療センター</p>	<p>ピープル エイジド フォーティー トゥ People aged 4 0 to セブンティー・フォー 7 4 40歳から74歳 ピープル エンロールド イン ミトヨ シティ (People enrolled in Mitoyo City ナショナル ヘルス インシュランス National Health Insurance) みとよ市国民健康保険に入っている人)</p>	<p>スペシファイド ヘルス チェックアップス (Specified health checkups) とくていけんこうしんさ (特定健康診査) フィジカル メジャーメント ブラッド ・ Physical measurement, blood プレッシャー メジャーメント ユライン pressure measurement, urine アナリシス ブラッド テスティング analysis, blood testing, イー・ケー・ジー エトセラ E K G, e t c . 身体計測・血圧測定・尿検査・ 血液検査・心電図等</p>
<p>ミトヨ ジェネラル Mitoyo General ホスピタル Hospital みとよ総合病院 三豊総合病院 アダルト メディシン Adult Medicine インスティテュート Institute 成人医学研究所</p>	<p>セブンティー・ファイブ デュアリング ザ フィスカル 7 5 during the fiscal イヤ year 年度中に75歳になる人は受けることができません</p>	<p>キャンサー スクリーニング (Cancer screening) (がん検診) ラング ストマック コロレクタル ・ Lung, stomach, colorectal, ブレスト アンド サービカル キャンサー breast, and cervical cancer スクリーニング screening 肺がん・胃がん・大腸がん・ 乳がん・子宮頸がん検診</p>

バクシネーションズ

(2) Vaccinations

予防接種

<p>タイプ Type 種類</p>	<p>エリジブル パーソンズ Eligible persons 対象者</p>	<p>バクシネーション メソッド Vaccination method 接種方法</p>
<p>サービカル キャンサー Cervical cancer バクシネーション vaccination 子宮頸がん 予防接種</p>	<p>ガールズ オフ エイジーズ イクイバレント トゥ ザ Girls of ages equivalent to the シックスス グレイド オフ エレメンタリー スクール 6 t h grade of elementary school トゥ ザ ファースト グレイド オフ ハイ スクール to the 1 s t grade of high school 小学6年生から 高校1年生程度の 年齢の女子</p>	<p>スリー タイムズ Three times 3回 バクシネーション インターバルズ ベアリー (Vaccination intervals vary アコーディング トゥ ザ タイプ オフ バクシン according to the type of vaccine) ワクチンの種類により接種間隔が ちがいます)</p>

<p>インフルエンザ Influenza バクシネイション フォア ザ vaccination for the エルダリー elderly こうれいしや 高齢者 いんふるえんざよぼう インフルエンザ予防 せつしゆ 接種</p>	<p>ビーブル エイジド シックスティー・ファイブ ① People aged 6 5 アンド オールダー and older さいいじょう 65歳以上 ビーブル エイジド ビトウイーン シックスティー ② People aged between 6 0 アンド シックスティー・ファイブ フー ハブ ア and 6 5 who have a ディサビリティー オフ ザ ハート キドゥニー disability of the heart, kidney, エトセトラ アンド ハブ ア レベル ワン e t c ., and have a Level 1 フィジカル ディサビリティー サティフィケート Physical Disability Certificate さいいじょう さいみまん しんぞう 60歳以上65歳未満で、心臓、じ ぞう ん臓、などの障害で「身体 しょうがいしやてちょう きゅう ひと 障害者手帳1級の人」</p>	<p>ワンス Once かい 1回</p>
<p>ニューモコカル Pneumococcal ニューモコカル フォア ザ vaccination for the エルダリー elderly こうれいしやはいえんきゅうきん 高齢者肺炎球菌 よぼうせつしゆ 予防接種</p>	<p>ビーブル エイジド シックスティー・ファイブ ① People aged 6 5 , セブンティー セブンティー・ファイブ エイティー 7 0 , 7 5 , 8 0 , エイティー・ファイブ ナインティー 8 5 , 9 0 , ナインティー・ファイブ ワン・ハンドレッド 9 5 , 1 0 0 65・70・75・80・85・90・ 95・100歳 さい ビーブル エイジド ビトウイーン シックスティー ② People aged between 6 0 アンド シックスティー・ファイブ フー ハブ ア and 6 5 who have a ディサビリティー オフ ザ ハート キドゥニー disability of the heart, kidney, エトセトラ アンド ハブ ア レベル ワン e t c ., and have a Level 1 フィジカル ディサビリティー サティフィケート Physical Disability Certificate さいいじょう さいみまん しんぞう 60歳以上65歳未満で、心臓、じん ぞう 臓、などの障害で「身体障害者手帳 しょうがいしやてちょう きゅう ひと 1級の人」</p>	<p>ワンス Once かい 1回 ゾーズ フー ハブ レシーブド ア (Those who have received a トゥエンティー・スリー ヴェイラント 2 3 -valent ニューモコカル ポリサッカライド pneumococcal polysaccharide バクシン イン ザ パースト アー ノット vaccine in the past are not エリジブル eligible.) か こ かはいえんきゅうきんわくちん (過去に23価肺炎球菌ワクチンを せつしゆ ひと たいしやう 接種した人は 対象になりません)</p>
<p>フィフス ドウス ルーベラ Fifth-dose rubella バクシネイション vaccination だい き 第5期 ふう しん 風しん予防接種</p>	<p>メイイズ ボーン ビトウイーン エイプリル セカンド Males born between April 2 , ナインティーン・スイックスティー・トゥ アンド エイプリル 1 9 6 2 and April ファースト ナインティーン・セブンティー・ナイン フー 1 , 1 9 7 9 who ドゥー ノット ハブ ア サフィシエント アマウント do not have a sufficient amount オフ アンティボディーズ アズ ア リザルト オフ ア of antibodies as a result of a ルーベラ アンティボディー テスト rubella antibody test ねん がつ にち 1962年4月2日から 1979年4月1日 う だんせい ふう こうたいけん さ 生まれの男性で、風しん抗体検査の けつが じゆうぶん りやう こうたい ひと 結果、十分な量の抗体がない人</p>	<p>ワンス Once かい 1回</p>

ヘルス カウンセリング アンド ヘルス レクチャーズ  
 (3) Health counseling and health lectures

けんこうそうだん けんこうこうざ  
 健康相談・健康講座

サービス ネーム Service name じぎょうめい 事業名	エリジブル パーソンズ Eligible persons たいしやうしや 対象者	コンテンツ Contents ないよう 内容	ロケーション Location ばしよ 場所
ヘルス Health カウンセリング counseling けんこうそうだん 健康相談	エニワン Anyone どなたでも	ワンス ア マンス アット イーチ Once a month a t each ロケーション location かくかいじやう まいつき かい 各会場で毎月1回  インディビジュアル コンサルテーション Individual consultation バイ パブリック ヘルス ナーセズ by public health nurses, ブラッド プレッチャー blood pressure メジャーメント ユライン measurement, urine アナリシス エトセトラ analysis, e t c.  ほけんし こべつそうだん 保健師による個別相談・  けつあつそくてい にようけんさ 血圧測定・尿 検査など	ナショナル ヘルス ・ Saita-cho National Health アンド ウェルフェア サポート and Welfare Support センター フォア ザ エルダリー Center for the Elderly  さいだちやうこくほこうれいしゅほけん 財田町国保高齢者保健  ふくしえんせんたー 福祉支援センター  ヘレンケラー ・ Yamamoto-cho Health センター Center  やまもとちやうほけんせんたー 山本町保健センター  シビック センター ・ Civic Center Nio
ヘルス Health チェックアップ checkup リザルト result コンサルテーション consultation けんしんけつか 健診結果  そうだんかい 相談会	エニワン Anyone どなたでも	インディビジュアル コンサルテーション Individual consultation バイ パブリック ヘルス ナーセズ by public health nurses, ダイエティシヤンズ アンド デンタル dietitians, and dental ハイジエニスト オン ザ ヘルス hygienists on the health チェックアップ リザルト アンド checkup results and ライフスタイル ハビッツ lifestyle habits  けんしんけつか せいかつしゅうかん 健診結果と生活習慣につ いて保健師、管理栄養士、 ほけんし えいようし 保健師、管理栄養士、 しかえいせいし こべつ 歯科衛生士による 個別 相談	しみんせんたーににお 市民センター仁尾  ヘルス センター ・ Mino-cho Health Center みのちやうほけんせんたー 三野町保健センター  ミトヨ シティー カルチュラル Mitoyo City Cultural ホール マリーン ウェイブ Hall (Marine Wave) みとよしぶんかかいかん 三豊市文化会館  (まりんうゑーぶ) マリンウェイブ  フューチャー クリエイション ・ Mitoyo Future Creation センター Center  みらいそうぞうかん みとよ未来創造館  ヘルス ・ Toyonaka-cho Health センター Center  とよなちやうほけんせんたー 豊中町保健センター
スペシフィック Specific ヘルス health ガイダンス guidance とくていほけんしどう 特定保健指導	ゴーズ フーアー エリジブル Those who are eligible フロム ザ リザルト オフ from the results of スペシフィック ヘルス specific health チェックアップス checkups とくていけんしんけつか 特定健診結果において たいしやう ひと 対象となった人	ラーン ハウ トゥ プリベント Learn how to prevent ダイアビティス ハイパーテンション diabetes, hypertension, アンド ディスリイパディーミア and dyslipidemia とうにやうびやう こうけつあつしやう 糖尿病・高血圧症・ ししつ いじやうしやうよほう ほうほう 脂質異常症予防の方法 まな を学ぶ	カーム フォア アン インタビュー ・ Come for an interview しやくしよ めんせつ 市役所で面接 ビジット ・ Visits かてい ほうもん めんせつ 家庭を訪問して面接

<p>ライフスタイル Lifestyle- related disease prevention class</p> <p>せいかつしゅうかんびょう 生活習慣病</p> <p>よほうきょうしつ 予防教室</p>	<p>ゾーズ ウィズ ハイ レベルズ Those with high levels of H b A 1 c , ブラッド プレッシャー リピッズ blood pressure, lipids, エトセトラ フロム ザ リザルツ e t c . from the results of specific health チェックアップス アンド フーアー checkups and who are ノット テイキング エニー not taking any メディケーション medication</p> <p>とくていけんしんけっか 特定健診結果において えいちびーえわんしー けつあつ ししつ HbA1c、血圧、脂質 どう あたい たか くすりの 等の値が高く、薬を飲 んでいない人</p>	<p>ラーン ハウ トゥ プリベント Learn how to prevent ライフスタイル リレイテッド lifestyle-related diseases</p> <p>せいかつしゅうかんびょうよほう ほうほう 生活習慣病予防の方法を まな 学ぶ</p>	<p>ヘルス センター Mino-cho Health Center みのちょうほけんせんたー 三野町保健センター</p>
<p>ファット “Fat Toretore Course” (Fat Reduction) health exercise course</p> <p>けんこううんどうこうざ 健康運動講座 しぼう 「脂肪とれと れ教室」</p>	<p>ゾーズ エイジド アバウト Those aged about フォーティー トゥ 4 0 to セブンティー・フォー 7 4</p> <p>おおよそ 40歳から 74歳の ひと 人</p>	<p>トータル オフ トウェルブ セッションズ Total of 1 2 sessions パー コース per course</p> <p>ぜん かいこーす 全12回コース</p> <p>ラーン アバウト イフェクティブ Learn about effective エクササイズ フォア ライフスタイル exercise for lifestyle disease prevention</p> <p>せいかつしゅうかんよほう 生活習慣予防のために</p> <p>こうかてき うんどう まな 効果的な運動を学ぶ</p>	<p>シビック センター Civic Center しみんこうりゅうせんたー 市民交流センター</p>
<p>インディビジュアル Individual consultation for chronic kidney disease</p> <p>まんせいじんぞうびょう 慢性腎臓病 こべつそうだん 個別相談</p>	<p>ゾーズ ウィズ マイルドリー Those with mildly アブノーマル キドゥニー abnormal kidney ファンクション テスト リザルツ function test results ブラッド テスト ユライン テスト (blood test, urine test) イン スペシフィック ヘルス in specific health チェックアップス checkups</p> <p>とくていけんしんけっか じんきのう 特定健診結果 の 腎機能</p> <p>けんさ けつえきけんさ にょうけんさ 検査 (血液検査、尿検査)</p> <p>けいどいじょう ひと で軽度異常があった人</p>	<p>ラーン ハウ トゥ プリベント Learn how to prevent クロニク キドゥニー ディジーズ chronic kidney disease スルー インディビジュアル through individual コンサルテーションズ ウィズ パブリック consultations with public ヘルス ナーセズ アンド health nurses and ダイエティシヤンズ dietitians</p> <p>ほけんし かんりえいようし 保健師・管理栄養士による こべつそうだん まんせいじんぞうびょう 個別相談で慢性腎臓病 よほう ほうほう まな 予防のための方法を学ぶ</p>	<p>シティー クライシス Mitoyo City Crisis マネージメント センター Management Center みとよし 三豊市 ききかんりせんたー 危機管理センター</p>

インクワイアリーズ ヘルス ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Health Division, City Hall (TEL 0875-73-3014)

イーメール  
E-mail: kenkou@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 と あ しやくしょけんこうか (TEL 0875-73-3014)

E-mail : kenkou@city.mitoyo.lg.jp



ホスピタルズ アンド クリニックス  
2-3 Hospitals and clinics

びょういん しんりょうじょ  
病院・診療所



ホスピタルズ アンド クリニックス イン ミトヨ シティー  
(1) Hospitals and clinics in Mitoyo City

みとよし びょういん しんりょうじょ  
三豊市の病院・診療所

① Mitoyo City hospitals and clinics

みとよしりつびょういん しんりょうじょ  
三豊市立病院・診療所

ホスピタル クリニック Hospital/Clinic びょういん しんりょうじょ 病院・診療所	アドレス Address じゅうしょ 住所	コンタクト Contact れんらくさき 連絡先	ホスピタル スペシャルティース Hospital specialties しんりょうかもちく 診療科目
ミトヨ Mitoyo ミューニシパル Municipal ホスピタル Hospital みとよ しみんびょういん 市民病院	6784-206  Takuma,  Takuma-cho たくまちょうたくま 詫間町詫間  6784-206	0875-83-3001	ビジット デイス ウェブサイト フォア モア Visit this website for more インフォメーション オン ザ ワイド パラエティー information on the wide variety of medical departments しんりょうか おお ほーむペーじ 診療科が多いので、ホームページを み 見てください。  <a href="https://mitoyo-hosp.sun-age.or.jp">https://mitoyo-hosp.sun-age.or.jp</a>
Nishikagawa ホスピタル Hospital にしかがわびょういん 西香川病院	2986-3  Hijinaka,  Takase-cho たかせちょうひしなが 高瀬町比地中  2986-3	0875-72-5121	ビジット デイス ウェブサイト フォア モア Visit this website for more インフォメーション オン ザ ワイド パラエティー information on the wide variety of medical departments しんりょうか おお ほーむペーじ 診療科が多いので、ホームページを み 見てください。  <a href="http://www.nishikagawa.jp">http://www.nishikagawa.jp</a>
メディカル Saita Medical オフィス Office さいたしんりょうじょ 財田診療所	2141 Saita  Kami, Saita-  cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上  2141	0875-67-3800	インターナル メディシン Internal medicine ないか 内科
Awashima クリニック Clinic あわしましんりょうじょ 粟島診療所	913-2  Awashima,  Takuma-cho たくまちょうあわしま 詫間町粟島  913-2	0875-84-7009	インターナル メディシン Internal medicine ないか 内科

Shishijima クリニック Clinic ししじましんりょうじょ 志々島診療所	381 Shishijima, Takuma-cho たくまちょうししじま 詫間町志々島 381	0875-83-5708	インターナル メディシン Internal medicine ないか 内科
--	---	--------------	--

② Visit these websites to check medical institutions other than Mitoyo City hospitals and clinics

みとよしりつびょういん しんりょうじょいがい びょういんとう しら とき  
三豊市立病院・診療所以外の病院等を調べる時はこちらへ

○ Mitoyo & Kanonji City Medical Association (Search within Mitoyo City and Kanonji City)

みとよ かんおんじしいしかい みとよし かんおんじしないけんさく  
三豊・観音寺市医師会 (三豊市・観音寺市内検索)

ユーアールエル  
U R L : <https://www.kanonji-mitoyo-med.or.jp/>

○ Medical Net Sanuki (Search within Kagawa Prefecture)

いりょうねつと かがわけんないけんさく  
医療ネットさぬき (香川県内検索)

ユーアールエル  
U R L : <http://www.qq.oref.kagawa.lg.jp/ir37/qqport/kenmintop/>

(2) How to receive medical examinations at hospitals and clinics

びょういん しんりょうじょ しんさつ う かた  
病院・診療所での診察の受け方

① Type of hospital/clinic

びょういん しんりょうじょ しゆるい  
病院・診療所の種類

タイプ Type しゆるい 種類	ウェン ウッド ユー ゴ When would you go? どんなときに 行きますか?
インターナル メディシン Internal medicine ないか 内科	ユー コート ア コールド ユー ハブ ア フィーバー You caught a cold. You have a fever. かぜ 風邪を ひきました。 熱があります。 ユー フィール バッド You feel bad. きも わる 気持ちが 悪いです。

<p>サージェリー アンド オーソペディックス Surgery and orthopedics げ か せいけいげ か 外科・整形外科</p>	<p>ユー アー インジャード You are injured. け が ケガを しました。</p> <p>ユー ブローク ア ボウン You broke a bone. ほね お 骨を 折りました。</p> <p>ヨー バック オー ニーズ ハート Your back or knees hurt. こし いた 腰やひざが 痛いです。</p>
<p>オフサルモロジー Ophthalmology がんか 眼科</p>	<p>ユー アイズ ハート Your eyes hurt. め いた 目が 痛いです。</p> <p>ユー キャノット スィー ウェル You cannot see well. め み 目が よく見えません。</p>
<p>オートライノラリノロジー Otorhinolaryngology じ び か 耳鼻科</p>	<p>ユー イアーズ ハート Your ears hurt. みみ いた 耳が 痛いです。</p> <p>ユー キャノット ヒアー ウェル You cannot hear well. みみ き 耳が よく聞こえません。</p> <p>ヨー ノーズ イズ ノット イン グッド コンディション Your nose is not in good condition. はな ちょうし わる 鼻の 調子が悪いです。</p>
<p>ダーマトロジー Dermatology ひ ぶ か 皮膚科</p>	<p>ユー ハ ブ イッチー スキン You have itchy skin. はだ 肌が かゆいです。</p> <p>ユー ハ ブ イグジーマ You have eczema. しっしん 湿疹が できました。</p> <p>ヨー ネイルズ アー ノット イン グッド コンディション Your nails are not in good condition. つめ ちょうし わる 爪の 調子が悪いです。</p>
<p>デンティストゥリイ Dentistry し か 歯科</p>	<p>ヨー ティース ハート Your teeth hurt. は いた 歯が 痛いです。</p> <p>ユー ゴット ア キャビティー You got a cavity. むしば 虫歯が できました。</p>
<p>サイカイアトल्लीー サイソソマティック Psychiatry/psychosomatic メディスン medicine せいじんか しんりょうないか 精神科・心療内科</p>	<p>ユー フィール ベリー ディプレスト You feel very depressed. きも おこ とても気持ちが 落ち込みます。</p> <p>ユー ドント フィール エナジェティック You don't feel energetic. げんき で 元気が 出ません。</p>
<p>ペディアトリックス Pediatrics しょうにか 小児科</p>	<p>ヨー ベイビー オー チャイルド イズ シック Your baby or child is sick. あか こ びょうき 赤ちゃん、子どもが 病気です。</p>

ジニコロジー Gynecology ぶじんか 婦人科	ユー ウォント トゥ キュアー ウーメンズ イルネッセズ You want to cure women's illnesses. おんな ひと びょうき 女の人の 病気をなおします。 ヨー メンストゥリュウション イズ ノット イン グッド コンディション Your menstruation is not in good condition. せいり ちょうし わる 生理の 調子が悪いです。
オブステトリックス Obstetrics さんか 産科	ユー ゴット プレグナント You got pregnant. にんしん 妊娠しました。 ユー ウィル ギブ バース トゥ ア ベイビー You will give birth to a baby. あか う 赤ちゃんを 産みます。

② Going to a hospital or clinic

びょういん しんりょうしょ い  
 病院・診療所へ行くとき

○ What to bring

も  
 持って いくもの

ヘルス インシュランス カード  
 ・ Health Insurance Card

けんこうほけんしょう  
 健康保険証

キャッシュ サム ファシリティーズ ドゥー ノット アクセプト クレジット カード オー イレクトゥロニック  
 ・ Cash (some facilities do not accept credit cards or electronic money)

かね クレジットカードや でんしまねー がつか  
 お金 (クレジットカードや 電子マネーが 使えないところも あります)

○ How to get a medical examination

しんさつ ほうほう  
 診察して もらう方法

アポインメント  
 Appointment

フォア サム ホスピタルズ アンド クリニックス ユー ニード トゥ メイク アン  
 For some hospitals and clinics, you need to make an  
 アポインメント ウェン ユー ビジット ゼン  
 appointment when you visit them.

ノート ザット リセプション アワーズ オールソー ベアリー ディペンディング オン ザ ホスピタル  
 Note that reception hours also vary depending on the hospital  
 オー クリニック  
 or clinic.

よやく  
 予約

びょういん しんりょうしょ い よやく  
 病院や 診療所に行くときは、予約をしなければ ならない ところ  
 もあります。

うけつけじかん びょういん しんりょうしょ ちが ちゅうい  
 受付時間も 病院や診療所によって 違いますので 注意して ください。



リセプション  
Reception

ウエン ユー ゴ トゥ ア ホスピタル オー クリニック ユー マスト ショー ヨー  
When you go to a hospital or clinic, you must show your  
ヘルス インシュランス カード アット ザ レセプション デスク  
Health Insurance Card at the reception desk.

アフター レジストゥレイション ユー ウィル ウェイト イン ザ ウェイティング ルーム アンティル イット  
After registration, you will wait in the waiting room until it  
イズ ヨー ターン  
is your turn.

うけつけ  
受付

びょういん しんりょうしょ い うけつけ けんこうほけんしょう だ  
病院や診療所へ 行ったら、受付で「健康保険証」を出してください。

うけつけ あと じぶん じゅんばん く まちあいしつ ま  
受付した後は 自分の順番が 来るまで「待合室」で待ってください。



イグザミネーション  
Examination

ウエン ヨー ネーム イズ コールド ユー ウィル エンター ザ イグザミネーション ルーム  
When your name is called, you will enter the examination room  
トゥ ビー イグザミンド  
to be examined.

しんさつ  
診察

なまえ よ しんさつしつ しんさつ  
名前を 呼ばれたら「診察室」に入って 診察をして もらいます。



ペイメント  
Payment

アフター ザ イグザミネーション ユー ウィル ペイ ザ ビル  
After the examination, you will pay the bill.

かいけい  
会計

しんさつ お かね はら  
診察が 終わったら、お金を 払ってください。



○ ウエン ユー ニード メディシン  
When you need medicine

くすり ひつよう  
薬が 必要なとき

ザ ドクター ウィル ギブ ユー ア プレスクリプション アドキュメント ウィズ ア ディスクリプション オフ  
• The doctor will give you a prescription (a document with a description of  
ザ ドラッグ  
the drug).

どくたー しょほうせん くすり せつめい か しよるい だ  
ドクターが「処方箋（薬の説明が書いてある書類）」を出してくれます。

ゴ トゥ ア ニアバイ ファーマシー アンド ギブ ゼン ヨー プレスクリプション トゥ ゲット ヨー  
• Go to a nearby pharmacy and give them your prescription to get your  
メディシン  
medicine.

やっきょく けんこうほけんしょう み くすり かね やっきょく はら  
薬局でも「健康保険証」を見せてください。薬のお金は 薬局で 払って ください。

ユー ウィル オールソー ショー ヨー ヘルス インシュランス カード アット ザ ファーマシー ユー  
• You will also show your Health Insurance Card at the pharmacy. You  
ウィル ペイ ザ コスト オフ ザ メディシン アット ザ ファーマシー  
will pay the cost of the medicine at the pharmacy.

ちか やっきょく い しょほうせん わた くすり  
近くの薬局へ行って「処方箋」を渡して薬をもらってください。

インクワイアリーズ ヘルス ディビジョン シティ ホール テル  
Inquiries: Health Division, City Hall (TEL 0875-73-3014)

イ-メール  
E-mail: [kenkou@city.mitoyo.lg.jp](mailto:kenkou@city.mitoyo.lg.jp)

と あ しやくしよけんこうか  
【問い合わせ】 市役所健康課 (TEL 0875-73-3014)

E-mail : [kenkou@city.mitoyo.lg.jp](mailto:kenkou@city.mitoyo.lg.jp)



### 3. Children

#### 子ども



#### 3-1 When you want to have a baby

##### 赤ちゃんが欲しい

アシスタンス イズ アベイラブル フォア ザ コスト オフ インファーマティリティー トリートメント フォア カップルズ  
Assistance is available for the cost of infertility treatment for couples  
フー ウォント トゥ ハブ チルドレン アンド アー アンダーゴーイング インファーマティリティー トリートメント  
who want to have children and are undergoing infertility treatment.

子どもが欲しくて不妊治療（なかなか妊娠しない人のための治療）をし  
ている夫婦に、不妊治療費の助成をしています。

インクワイアリーズ チャイルドリアリング サポート ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Child-rearing Support Division, City Hall (TEL 0875-73-3016)

イーメール  
E-mail: kosodate@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

#### 3-2 When you are pregnant

##### 妊娠したら



レポート ヨー プレグナンシー トゥ ザ チャイルド リアリング サポート ディビジョン オン ザ サード  
Report your pregnancy to the Child-rearing Support Division on the 3rd  
フロアー オフ シティー ホール ユー ウィル ビー ギブン ア マターナル アンド チャイルド ヘルス ハンドブック  
floor of City Hall. You will be given a Maternal and Child Health Handbook.

市役所3階の子育て支援課に、妊娠の届け度をしてください。母子健康手帳  
をお渡しします。

ザ マターナル アンド チャイルド ヘルス ハンドブック イズ ア ノットブック フォア キーピング  
The Maternal and Child Health Handbook is a notebook for keeping  
リコーズ オフ ザ ヘルス アンド バクシネーションズ オフ マザーズ アンド ベイビーズ  
records of the health and vaccinations of mothers and babies.

母子健康手帳は お母さんと赤ちゃんの健康や 予防接種の記録を残すため  
の手帳です。

ウエン ユー レポート ヨー プレグナンシー ユー ウィル オールソー レシーブ ア ヘルス  
When you report your pregnancy, you will also receive a health  
イグザミネーション フォーム アンド アザー ドキュメンツ トゥ レシーブ ヘルス イグザミネーションズ デュアリング  
examination form and other documents to receive health examinations during  
pregnancy.

届出の時に、妊娠中に、健康かどうか調べる 健康診査票もお渡しします。

パブリックヘルスナーセズウィルオールソーギブユーアドバイスオントピックスサッチアズハウトゥ  
Public health nurses will also give you advice on topics such as how to  
マネイジヨープレグナンシー  
manage your pregnancy.

保健師から妊娠中の過ごし方などアドバイスも受けることができます。

・About the Nanairo comprehensive support center for families with children

子育て世代包括支援センター「なないろ」について

コンサルテーションズアープロバイデッドトゥワークスィングスアウトトゥギャザーウィズリガードトゥ  
Consultations are provided to work things out together with regard to  
バリアスコンサーンズアンドプロブレムズデュアリングプレグナンシーチャイルドバースアンドチャイルド  
various concerns and problems during pregnancy, childbirth, and child-  
リアリングジェネラリイアンティルザエイジオフエイティーン  
rearing (generally until the age of 18).

妊娠してから、出産、子育て期(18歳ぐらいまで)の不安や困っていることな

どの様々な相談を受け一緒に考えていくところです。

There are public health nurses and social workers in charge.

担当の保健師、社会福祉士がいます。

It is located in the Child-rearing Support Division on the 3rd floor of  
City Hall.

市役所3階の子育て支援課内にあります。

Inquiries: Child-rearing Support Division, City Hall (TEL 0875-73-3016)

E-mail: kosodate@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

### 3-3 When a baby is born

赤ちゃんが生まれたら

(1) Registration of birth

出生届

When a baby is born, this must be reported to City Hall within 14 days.

赤ちゃんが生まれたら14日以内に市役所へ届けてください。



インクワイアリーズ コミュニティー サービス ディビジョン シティ ホール テル  
Inquiries: Community Services Division, City Hall (TEL 0875-73-3005)  
E-mail: shimin@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所市民課 (TEL 0875-73-3005)

E-mail : shimin@city.mitoyo.lg.jp

## ヘルス インシュランス カード (2) Health Insurance Card

### 健康保険証

If you are enrolled in the National Health Insurance, use the contact below.

国民健康保険の方は、下に書いているところへ 問い合わせてください。

If you are enrolled in company insurance, ask at the company.

会社の保険に入っている人は会社で聞いてください。

Inquiries: Health Division, City Hall (TEL 0875-73-3014)

E-mail: kenkou@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所健康課 (TEL 0875-73-3014)

E-mail : kenkou@city.mitoyo.lg.jp

## ランブーサム アラウアンス フォア チャイルドバース (3) Lump-sum allowance for childbirth

### 出産育児一時金

Benefits for when a child is born are available for those enrolled in the National Health Insurance system.

国民健康保険に入っている人が 赤ちゃんが 生まれたときに 給付を受けられます。

(The National Health Insurance pays maternity expenses directly to a medical institution.)

(出産費用を 国民健康保険から 直接、医療機関へ 払います。)

イフ ユーアー エンロールド イン カンパニー インシュランス アスク アット ザ カンパニー  
If you are enrolled in company insurance, ask at the company.

かいしゃ ほけん はい ひと かいしゃ き  
会社の保険に入っている人は、会社で聞いてください。

インクワイアリーズ ヘルス ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Health Division, City Hall (TEL 0875-73-3014)

イーメール  
E-mail: kenkou@city.mitoyo.lg.jp

と あ しやくしょけんこうか  
【問い合わせ】 市役所健康課 (TEL 0875-73-3014)

E-mail : kenkou@city.mitoyo.lg.jp

チャイルド メディカル エクスペンゼス サブシディー プログラム  
(4) Child medical expense subsidy program

こ いりょうひじょせいじぎょう  
子ども医療費助成事業

チルドレン フーアー エンロールド イン メディカル インシュランス アー エリジブル フォア フリー  
Children who are enrolled in medical insurance are eligible for free  
メディカル ケアー フロム エイジ ゼロ アンティル マーチ サーター・ファースト アウター リーチング エイジ  
medical care from age 0 until March 31 after reaching age  
フィフティーン アンティル ザ エンド オフ マーチ ウェン ゼイ グラジュエイト フロム ジュニア ハイ  
15 (until the end of March when they graduate from junior high  
school).

いりょうほけん はい さいじ さい ひいこう がつ にち  
医療保険に入っている0歳児から15歳になった日以降の3月31日まで

ちゅうがっこう そつぎょう がつまつ こ いりょうひ むりょう  
(中学校を卒業する3月末まで)の子どもは医療費が無料です。

インクワイアリーズ ヘルス ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Health Division, City Hall (TEL 0875-73-3014)

イーメール  
E-mail: kenkou@city.mitoyo.lg.jp

と あ しやくしょけんこうか  
【問い合わせ】 市役所健康課 (TEL 0875-73-3014)

E-mail : kenkou@city.mitoyo.lg.jp

バクシネーションズ フォア チルドレン  
3-4 Vaccinations for children

こ よほうせっしゅ  
子どもの予防接種

バクシネーション イズ ザ プロセス オフ アドミニスターリング バクシンズ トゥ プロバイド オー  
Vaccination is the process of administering vaccines to provide or  
ストレングスン イミュニティイ アゲインスト ア ディジーズ  
strengthen immunity against a disease.

よほうせっしゅ びょうき たい めんえき びょうき  
予防接種とは、病気に対する免疫(病気になりにくいこと)をつけたり、

めんえき つよ わくちん せっしゅ  
免疫を強くしたりするために、ワクチンを接種することをいいます。

ザ メイン パーパス イズ トゥ プリベント ザ バクシネイティド パーソン フロム コントラクティング  
 The main purpose is to prevent the vaccinated person from contracting  
 ザ ディゼイズ アンド オールソー トゥ プリベント ザ スプレッド オフ ザ ディゼイズ イン ソサイエティー  
 the disease, and also to prevent the spread of the disease in society  
 スルー インフェクションズ  
 through infections.

おも もくてき せつしゅ ほんにん びょうき かんせん  
 主な目的は、接種した本人が 病気に かからないようにすること、また、感染  
 により 社会に病気が 広がら ないようにします。

バクシネイション ネーム <b>Vaccination name</b> よぼうせつしゅめい <b>予防接種名</b>	ディゼイズ トゥ ビー プリベント <b>Disease to be prevented</b> よぼう びょうき <b>予防する病気</b>
ヘパタイトिस ビー <b>Hepatitis B</b> ひーがたかんえん <b>B型肝炎</b>	ヘパタイトिस ビー <b>Hepatitis B</b> ひーがたかんえん <b>B型肝炎</b>
ヒブ <b>Hib</b> ひぶ <b>ヒブ</b>	メンジアイテイス ニューモニア エトセトラ コーズド バイ <b>Meningitis, pneumonia, e t c. caused by</b> ヘモフィルス インフルエンザ タイプ ビー <b>Haemophilus influenzae type b</b> ヘモフィルス いんふるえんざ 菌 b 型による髄膜炎や <b>ヘモフィルスインフルエンザ菌b型による髄膜炎や</b> はいえん <b>肺炎など</b>
ペディアトリック ニューモコッカス <b>Pediatric pneumococcus</b> しょうによろはいえんきゅうきん <b>小児用肺炎球菌</b>	ニューモニア オウタイトイス メディア メンジアイテイス <b>Pneumonia, otitis media, meningitis,</b> エトセトラ コーズド バイ ニューモコッカス <b>e t c. caused by pneumococcus</b> はいえんきゅうきん はいえん ちゅうじえん すいまくえん <b>肺炎球菌による肺炎や中耳炎、髄膜炎など</b>
ビーシージー <b>B C G</b> ひーしーじー <b>BCG</b>	<b>Tuberculosis</b> けっかく <b>結核</b>
ディー・ピー・ティー アイ・ビー・ブイ <b>D P T - I P V</b> よんしゅごんごう <b>四種混合</b>	パータシス フーピング コフ <b>• Pertussis (whooping cough)</b> ひやくにちせき <b>百日咳</b> ディフシーリア <b>• Diphtheria</b> じふてりあ <b>ジフテリア</b> テタヌス <b>• Tetanus</b> はしやうふう <b>破傷風</b> ポリオ <b>• Polio</b> ほりお <b>ポリオ</b>
エムアール ミーズルズ・ルーベラ コンビネイション <b>M R (measles-rubella combination)</b> えむあーる ま ふう こんごう <b>M R (麻疹風しん混合)</b>	ミーズルズ <b>• Measles</b> ま <b>麻疹(はしか)</b> ルーベラ <b>• Rubella</b> ふう <b>風しん</b>
チキン ボックス <b>Chicken p o x</b> すいとろ <b>水痘</b>	チキン ボックス <b>Chicken p o x</b> すいとろ <b>水痘</b>
ジャパニーズ エンセファライテイス <b>Japanese encephalitis</b> にほんのうえん <b>日本脳炎</b>	ジャパニーズ エンセファライテイス <b>Japanese encephalitis</b> にほんのうえん <b>日本脳炎</b>

ロタ <b>Rota</b> ろた <b>ロタ</b>	ロタウイルス ガストロエンテリティス <b>Rotavirus gastroenteritis</b> ろたういるす いちようえん <b>ロタウイルス胃腸炎</b>
マンプス オプション サブシディー トゥ アバウト ハーフ <b>Mumps (optional) *Subsidy to about half</b> ザ コスト アベイラブル <b>the cost available</b> おたふく(接種することを 自分で 決める) ※お金は 半分くらい 市が 払います。	マンプス <b>Mumps</b> <b>おたふくかぜ</b>

※Other than mumps, all are free of charge. (However, you need a medical examination ticket sent by the city.)

おたふく以外は 無料です。(市から 送ってきた 接種を 受ける 券が 要ります。)

※ For cervical cancer vaccination, see page 40

子宮頸がん予防接種については(40ページ)

When you move to Mitoyo City, we will ask you to present documents showing the types of vaccinations received before moving and when they were received, as they are necessary for the vaccinations to be received in the future.

For more information, use the contact information below.

三豊市に 転入したら、今後、受ける予防接種に 必要なので、転入前に 受けた 予防接種の 種類や 受けた時期が 分かる書類を 見せてください。

Inquiries: Child-rearing Support Division, City Hall (TEL 0875-73-3016)

E-mail: kosodate@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

### 3-5 Child-rearing assistance services

こそだてしえん さーびす  
**子育て支援サービス**

(1) Coupon payment program for childcare support services

こそだておうえん さーびすけん きゅうふじぎょう  
**子育て応援 サービス券 給付事業**



ディズ プログラム サブシディズ ユーセージ フィーズ フォア サービス リレティド トゥ チャイルドケア  
This program subsidizes usage fees for services related to childcare  
サポート アンド アボン アプリケーション バイ ザ ペアレント ガーディアン ア チャイルドケア サポート  
support, and upon application by the parent/guardian, a childcare support  
サービス クーポン ワース スリー サウザンズ エン パー エリジブル チャイルド ウィル ビー イシュード オン ア  
service coupon worth 30,000 yen per eligible child will be issued on a  
ワン タイム ベイシス  
one-time basis.

こそだ しえん かん じぎょう りようりょう じよせい  
子育て支援に関する事業の利用料を助成します。

こ どもを 育てている親の 申請により、対象の子ども 1人に 3万円相当の 子育て  
おうえんサービス券を 1回 発行します。

エリジブル フォア サブシディー ペアレンツ ガーディアンズ レイジング ア チャイルド フロム バース トゥ エイジ スリー  
・ Eligible for subsidy: Parents/guardians raising a child from birth to age 3

し きゅう たい しょう : う まれてから 3歳までの 子どもを 育てている親

ハウ エバ アップ トゥ ファースト first マーチ サティー・ファースト アフター  
(However, up to the first March 3 1 after  
ザ チャイルド ビカムズ エイジ スリー  
the child becomes age 3 )

(ただし、3歳になった最初の3月31日まで)

アベイラブル サービス チャイルドケア ホーム ヘルプ サービス ミトヨ ファミリー サポート  
・ Available services: Childcare home help services, Mitoyo Family Support  
センター サービス テンポラリー ケアー サービス フォア インファンツ  
Center services, temporary care services for infants  
アンド トドゥラーズ  
and toddlers

りよう じぎょう : こそだ ほーむへるぶじぎょう ふぁみりー さぽーと せ  
利用できる事業 : 子育てホームヘルプ事業、みとよファミリー・サポート・セ  
ンター事業、乳幼児一時預かり事業

アプリケーション プロシージャー アプライ アット ザ チャイルド・リアリング サポート ディビジョン カウンター  
・ Application procedure: Apply at the Child-rearing Support Division counter.  
ザ クーポン イズ イシュード オン ザ スポット  
The coupon is issued on the spot.

しん しょう て じゆん : こそだ しえんか まどぐち しんせい ば はっこう  
申請手順 : 子育て支援課 窓口で 申請して、その場で 発行します。

Inquiries チャイルド・リアリング サポート ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Child-rearing Support Division, City Hall (TEL 0875-73-3016)

イーメール  
E-mail: kosodate@city.mitoyo.lg.jp

と あ 【問い合わせ】 しやくしょこそだ しえんか  
市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

チャイルドケア ホーム ヘルプ サービス  
(2) Childcare home help services

こそだ ほーむへるふじぎょう  
子育て ホームヘルプ事業

チャイルドケア ホーム ヘルパーズ アー ディスパッチト トゥ ゴーズ フー ノー ワン トゥ ヘルプ  
Childcare home helpers are dispatched to those who have no one to help  
ゼン ウィズ ハウスワーク アンド チャイルドケア デュアリング ザ デイ ユーザー レジストレーション イズ  
them with housework and childcare during the day. User registration is  
リクワイヤード イン アドバンス  
required in advance.

ひる いえ しょくじ じゅんび そうじ こそだ たす ひと ひと たいしょう  
昼に 家で 食事の準備や 掃除、子育てを 助けてくれる人が いない人を 対象に、

こそだ ほーむへるばー はけん  
子育てホームヘルパーを 派遣します。

じぜん りようしゃとうろく ひつよう  
事前に 利用者登録が 必要です。

エリジブル デュアリング プレグナンスー プレグナント ウーメン フロム ザ イシューアンス オフ ザ  
・ Eligible: <During pregnancy> Pregnant women from the issuance of the  
マターナル アンド チャイルド ヘルス ハンドブック トゥ  
Maternal and Child Health Handbook to  
デリバリー  
delivery

たい しょう にんしんき ほ しけんこうてちょうはっこう しゅつさん にんぶ  
対 象 : <妊娠期> 母子健康手帳発行から 出産までの 妊婦

デュアリング チャイルド リアリング ペアレンツ レイジング ア チャイルド フロム バース トゥ エイジ スリー  
<During child-rearing> Parents raising a child from birth to age 3  
ハウエバ アップ トゥ ザ ファースト マーチ サーティー・ファースト  
(However, up to the first March 3 1  
アフター ザ チャイルド ビカムズ エイジ スリー  
after the child becomes age 3 )

こそだ き う さい こ そだ おや  
<子育て期> 生まれてから 3歳までの 子どもを 育てている親

(ただし、3歳になった 最初の 3月31日まで)

コンテンツ オフ サポート サポート フォア チャイルドケア アンド ハウスワーク  
・ Contents of support: Support for childcare and housework

し えん ない よう こそだ いえ しょくじ じゅんび そうじ てつだ  
支 援 内 容 : 子育て・家で 食事の準備や 掃除の 手伝い

インクワイアリーズ ミトヨ ファミリー サポート センター  
Inquiries: Mitoyo Family Support Center

テル  
(TEL: 0875-62-1192)

イーメール  
E-mail: mitoyo-fsc@mitoyoshakyo.ne.jp

【問い合わせ】 みとよ・ファミリー・サポート・センター

(TEL 0875-62-1192)

E-mail: mitoyo-fsc@mitoyoshakyo.ne.jp

ミトヨ ファミリー サポート センター サービス  
(3) Mitoyo Family Support Center services

ファミリー・サポート・センター事業

Members are those in the community who want to assist with child-rearing (“Makasete” members) and who want help with child-rearing (“Onegai” members).

地域の中で、子育てを手伝いたい人（まかせて会員）と子育てを助けて欲しい人（おねがい会員）が会員です。

This is an organization where members help each other with childcare, and membership registration is required in advance.

会員同士が子育てを助け合う組織で、事前に会員になることが必要です。

• Eligible: People who live or work in the city and have a child between the ages of 6 months and the 6th grade of elementary school.

対象：市内に住んでいる人または市内の会社で働いている人で、生まれて6か月から小学校6年生までの子どもがいる人

Inquiries: Mitoyo Family Support Center

(TEL: 0875-62-1192)

E-mail: mitoyo-fsc@mitoyoshakyo.ne.jp

【問い合わせ】 みとよ・ファミリー・サポート・センター（豊中庁舎内）

(TEL 0875-62-1192)

E-mail: mitoyo-fsc@mitoyoshakyo.ne.jp

(4) Regional child-rearing support base services (child-rearing support center and Tsudoi-no-Hiroba community facility)

地域子育て支援拠点事業（地域子育て支援センター・つどいの広場）

ディズ サービス プロバイズ ア プレイス ウェアー チルドレン アンダー エイジ スリー アンド ゼア  
This service provides a place where children under age 3 and their  
ペアレンツ ガーディアンズ キャン カジュアルリー ゲット トゥギャザー アンド インタラクト ウィズ イーチ アザー  
parents/guardians can casually get together and interact with each other.

およそ 3歳未満の子どもと子育てをしている親が気軽に集まり、交流する場  
を提供する事業です。

インクワイアリーズ チャイルド-リアリング サポート ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Child-rearing Support Division, City Hall (TEL 0875-73-3016)

イーメール  
E-mail: kosodate@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

(5) Children's Centers (Toyonaka-cho Children's Center, Nio-cho Children's  
Center, Maeda Children's Center, Kamitakano Children's Center)

児童館 (豊中町児童館・仁尾町児童館・前田児童館・上高野児童館)

ザ パーパス イズ トゥ プロバイド チルドレン ウィズ ヘルシー プレイ アンド トゥ プロモート ゼア  
The purpose is to provide children with healthy play and to promote their  
ヘルス アンド エンリッチ ゼイ センティメンツ  
health and enrich their sentiments.

子どもに健康に育つ遊びを教え、その子どもの健康を増進させる事業です。

インクワイアリーズ  
Inquiries: • Toyonaka-cho Children's Center • Nio-cho Children's Center  
チャイルド-リアリング サポート ディビジョン シティー ホール テル  
Child-rearing Support Division, City Hall (TEL 0875-73-3016)

イーメール  
E-mail: kosodate@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 • 豊中町児童館 • 仁尾町児童館

市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

• Maeda Children's Center • Kamitakano Children's Center  
ヒューマン ライツ ディビジョン シティー ホール テル  
Human Rights Division, City Hall (TEL 0875-73-3008)

イーメール  
E-mail: jinken@city.mitoyo.lg.jp

• 前田児童館 • 上高野児童館

市役所人権課 (TEL 0875-73-3008)

E-mail : jinken@city.mitoyo.lg.jp

アフター スクール チルドレン クラブ  
(6) After-school children's clubs

ほうかごじどうくらぶ  
放課後児童クラブ

デイズ イズ アベイラブル フォア ファミリーズ ウィズ チルドレン エンロールド イン エレメンタリー スクール  
This is available for families with children enrolled in elementary school  
フー キャンノット ルック アフター ザ チルドレン デュー トゥ ザ ワーク イルネス オー アザー  
who cannot look after the children due to the work, illness, or other  
サーカムスタンス オフ ザ ペアレント オー ガーディアン  
circumstances of the parent or guardian.

しょうがっこう かよ こ おや しごと びょうき こ みまも  
小学校に通っている子どもの親が 仕事や病気などにより、子どもの見守りが  
できない、家庭が対象です。

デイズ サービス プロバイズ アン オルタナティブ リビング スペース フォア ファミリーズ アンド アプロプリエイト  
This service provides an alternative living space for families and appropriate  
プレイ アンド サポート フォア チルドレン アフター スクール アンド オン アザー スクール ホリデイズ  
play and support for children after school and on other school holidays.

じゅぎょう お あと がっこう やす ひ かてい か せいかつ ば つく こ  
授業の終わった後や 学校の休みの日に 家庭に代わる 生活の場を作り、子  
どもに合った 遊びや 支援を行う 事業です。

インクワイアリーズ チャイルド-リアリング サポート ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Child-rearing Support Division, City Hall (TEL 0875-73-3016)

イーメール  
E-mail: kosodate@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

チャイルド-リアリング アシスタンス  
(7) Child-rearing assistance

じどうてあて  
児童手当

チャイルド リアリング アシスタンス フォア ゾーンズ フーアー ケアリング フォア チルドレン アップ" トゥ ザ  
Child-rearing assistance for those who are caring for children up to the  
エンド オフ ジュニア ハイ スクール イズ プロバイデッド イン ジューン オクトーバー アンド フェブラリー アズ ア  
end of junior high school is provided in June, October, and February as a  
キャッシュ アラウアンス フォア チルドレン  
cash allowance for children.

ちゅうがっこうしゅうりょう こ そだ ひと じどうてあて がつ がつ がつ  
中学校終了までの子どもを育てている人に 児童手当を 6月・10月・2月に  
子どものための お金を 支給します。

【問い合わせ】 市役所子育て支援課 (TEL 0875-73-3016)

E-mail : kosodate@city.mitoyo.lg.jp

### 3-6 Childcare and education

#### 保育・教育

- Before they enter elementary school, many Japanese children attend nursery schools and kindergartens, where they learn many things by spending time with many people.

日本の子どもの多くは、小学校に入学する前に保育所や幼稚園などに通い、

たくさんの人と一緒に過ごすことで、いろいろなことを学びます。

- Children who are age 6 as of April 1 of the relevant year will enter elementary school.

その年の4月1日時点で満6歳になる子どもは、小学校へ入学します。

- Children study for six years in elementary school and three years in junior high school.

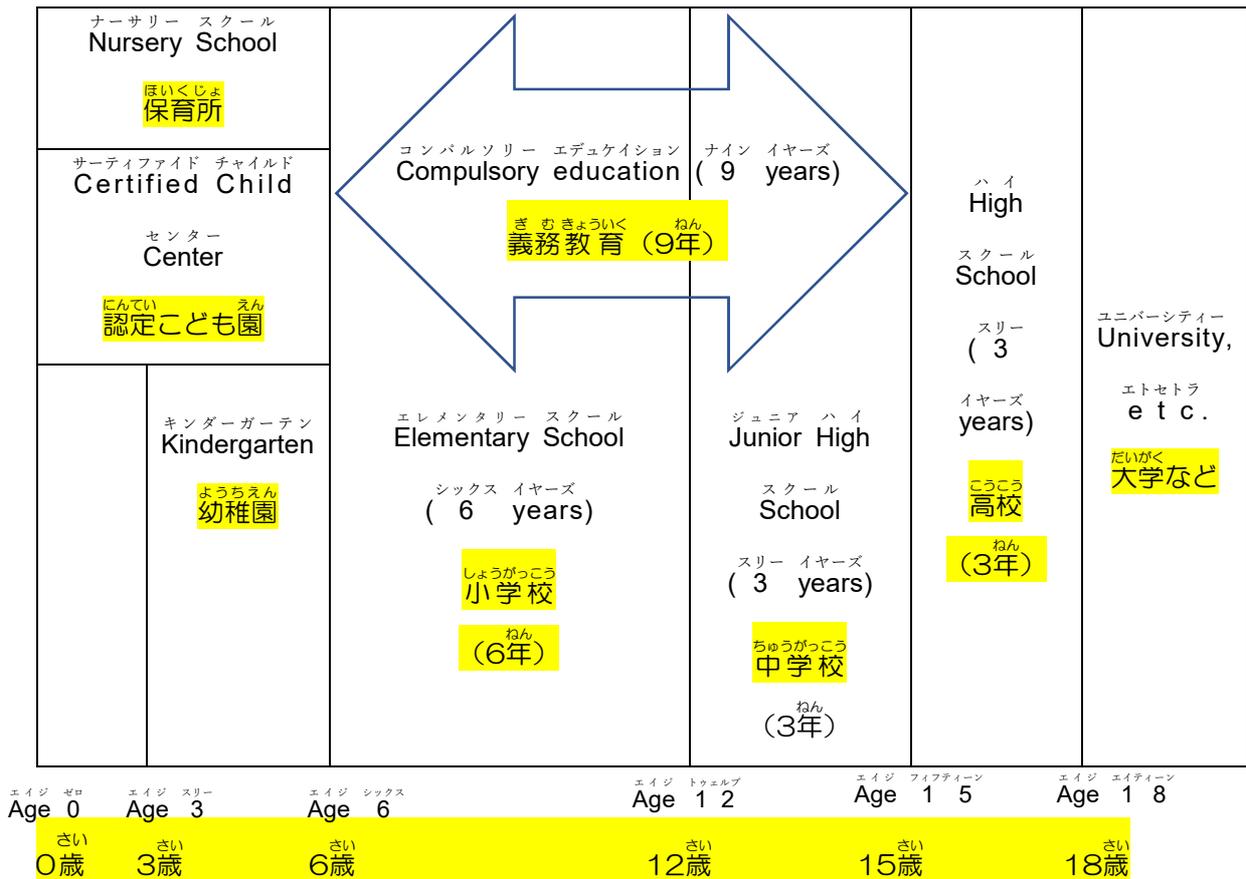
小学校で6年間、中学校で3年間学びます。

- All Japanese children go to elementary and junior high school.

日本人の子どもは、小学校と中学校には全員が行きます。

- In Japan, school starts in April and ends in March.

日本の学校は、4月から始まって、3月で終わります。



チャイルドケア ファシリティーズ  
(1) Childcare facilities

ほいくしせつ  
保育施設

ゼ アー アー エイト パブリック チャイルドケア ファシリティーズ ワン プライベート チャイルドケア ファシリティ アンド  
There are eight public childcare facilities, one private childcare facility, and  
ファイブ スモール プライベート チャイルドケア ファシリティーズ イン ザ シティー  
five small private childcare facilities in the city.

しなひ こうりつほいくしよ かしょ しりつほいくしよ かしょ しりつしょうきほほいくしせつ かしょ  
市内には、公立保育所8カ所、私立保育所1カ所、私立小規模保育施設5カ所あり  
ます。

- ① Children from age 0 to before entering elementary school can be enrolled if they cannot be cared for at home due to work, illness, or other circumstances.

さいじ しょうがっこう にゅうがく まえ こ じごと びょうき た  
0歳児から 小学校に 入学する前の 子どもで、仕事・病気 または その他の  
りゆう かにほいく ばあい にゅうしよ  
理由で 家庭保育が できない場合に 入所できます。

- ② The age range for admission varies according to the facility.

しせつ にゅうしよ ねんれい  
施設により、入所できる年齢が ちがいます。



キンダーガーテンズ  
(2) Kindergartens

ようちえん  
幼稚園

ゼ アー アー トゥェルプ パブリック キンダーガーテンズ イン ザ シティー  
There are 12 public kindergartens in the city.

しない こうりつようちえん えん  
市内には、公立幼稚園12園あります。

- ① チルドレン ビトウイーン ザ エイジーズ オフ スリー アンド ファイブ アズ オフ エイプリル ファースト アー  
Eligible to attend kindergarten.  
eligible to attend kindergarten.

がつ にちげんざい まん さい さい こ つうえん  
4月1日現在で、満3歳から5歳までの子どもが通園できます。

- ② ザ キンダーガーテン ヨー チャイルド キャン エンター イズ デターミンド バイ ザ ディストリクト イン  
which you live.  
The kindergarten your child can enter is determined by the district in which you live.

す 住んでいるところによって 入園できる 幼稚園が 決まっています。

サーティファイド チャイルド センター  
(3) Certified child centers

にんてい えん  
認定こども園

ゼ アー スリー パブリック アンド トゥー プライベート サーティファイド チャイルド センター イン ザ シティー  
There are three public and two private certified child centers in the city.

しない こうりつ えん えん しりつ えん えん  
市内には、公立こども園3園、私立こども園2園あります。

- ① ディズ カインド オフ ファシリティ コンバインズ ザ アドバンテージズ オフ ボウス ア チャイルドケア ファシリティ  
and a kindergarten, and is open to children from age 0 to before  
entering elementary school.  
This kind of facility combines the advantages of both a childcare facility and a kindergarten, and is open to children from age 0 to before entering elementary school.

ほいくしせつ ようちえん りょうほう しせつ さいじ しょうがっこう  
保育施設と幼稚園の両方のよさをあわせもった施設で、0歳児から小学校  
に入学する前の子どもが入園できます。

- ② ザ エイジ レインジ フォア アドミッション ヴェリーズ アコーディング トゥ ザ センター  
The age range for admission varies according to the center.

えん 園により、入園できる年齢がちがいます。

エレメンタリー アンド ジュニア ハイ スクール  
(4) Elementary and junior high schools

しょうがっこう ちゅうがっこう  
小学校・中学校

ゼ アー ナインティーン パブリック エレメンタリー スクール アンド セブン パブリック ジュニア ハイ  
schools in the city.  
There are 19 public elementary schools and seven public junior high schools in the city.

しない こうりつしょうがっこう こう こうりつちゅうがっこう こう  
市内には、公立小学校19校、公立中学校7校あります。

- ① In Japan, children who have reached age 6 as of April 1 of the relevant year will enter elementary school, and those who have reached age 12 will enter junior high school.

日本では、4月1日現在で、満6歳になった子どもは 小学校へ入学し、満

12歳になった子どもは 中学校へ 入学します。

- ② The school is determined by where you live.

住んでいる ところによって、学校が 決まっています。

- ③ Six years of elementary school and three years of junior high school are compulsory education.

小学校6年間、中学校3年間は 義務教育です。

- ④ Children of foreign nationality are not legally obliged to attend, but they may enroll in school if they wish to do so.

外国籍の 子どもについては 法律で決まっていますが、希望すれば 入学することがあります。

## (5) High schools and universities

高校・大学

An exam is taken, and admission is possible if the child passes. There are costs both when taking the exam and after enrollment. For more information, ask the high school or university.

試験を受けて、合格したら 入学できます。試験を受けるときも、入学してからも

お金がかかります。詳しいことは、高校・大学に 聞いてください。



インクワイアリーズ      アバウト      チャイルドケア      ファシリティーズ      キンダーガーテンス      アンド      サーティファイド  
Inquiries:      About (1) childcare facilities, (2) kindergartens, and (3) certified

チャイルド センター      コンタクト  
child centers, contact

チャイルドケア      アンド      キンダーガーテン      ディビジョン      シティ      ホール      テル  
Childcare and Kindergarten Division, City Hall (TEL

0875-73-3036)

イ-メール

E-mail: hoiku@city.mitoyo.lg.jp

と      あ  
【問い合わせ】

ほいくしせつ      ようちえん      にんてい      えん      にゅうしょ      にゅうえん  
(1) 保育施設 (2) 幼稚園 (3) 認定こども園の入所・入園・

ほいくりょう

保育料などについては

しやくしよほいくようちえんか

市役所保育幼稚園課 (TEL 0875-73-3036)

E-mail : hoiku@city.mitoyo.lg.jp

フォア      エンロールメント      イン      エレメンタリー      アンド      ジュニア      ハイ      スクール  
(4) For enrollment in elementary and junior high schools,

エトセトラ      コンタクト

e t c., contact

スクール      エデュケーション      ディビジョン      ボード      オフ      エデュケーション      セクリテリヤット  
School Education Division, Board of Education Secretariat

テル  
(TEL 0875-73-3131)

イ-メール

E-mail: gakkoukyoiku@city.mitoyo.lg.jp

しょうがっこう      ちゅうがっこう      にゅうがく  
(4) 小学校・中学校の入学などについては

しやくしよきょういくいんかいじむ      きょくがっこうきょういくか  
市役所教育委員会事務局学校教育課

(TEL 0875-73-3131)

E-mail : gakkoukyoiku@city.mitoyo.lg.jp

リビング  
4. Living

暮らし

ミトヨ シティ オフィシャル ウェブサイト  
4-1 Mitoyo City official website

みとよしこうしきほ - む ペ - じ  
三豊市公式ホームページ

ユースフル インフォメーション イズ ポスティブド アバウト デイリー ライフ アズ ウェル アズ インフォメーション アバウト  
Useful information is posted about daily life, as well as information about  
イベント アンド シティ サービス  
events and city services.

く やくだ じょうほう いべんと あんない し しごと じょうほう み  
暮らしに役立つ情報、イベントの案内、市の仕事 についての 情報を見るこ

とができます。

ハウ トゥ サーチ フォア インフォメーション  
(1) How to search for information

じょうほう しら かに  
情報の調べ方

ブラウジング イズ オールソー ポッシブル フロム スマートフォン アンド タブレット デバイスズ  
① Browsing is also possible from smartphones and tablet devices.

すまーとふおん や たぶれっとたんまつ み  
スマートフォンや タブレット端末からも 見ることが できます。

トランスレイションズ イントゥ ザ ファロイニング サーティーン ランゲージズ アー アベイラブル フォア  
② Translations into the following 13 languages are available for  
ブラウジング  
browsing.

つぎ げんご ほんやく み  
次の13言語へ 翻訳して 見ることが できます。

イングリッシュ シンプリファイド チャイニーズ トゥラディショナル チャイニーズ コリアン ポーチュギーズ  
(English, Simplified Chinese, Traditional Chinese, Korean, Portuguese,  
ベトナム語 タガログ インドネシアン バーミーズ クメール ラオス ダッチ フレンチ  
Vietnamese, Tagalog, Indonesian, Burmese, Khmer, Lao, Dutch, French)

えいご ちゅうごくごかんたい ちゅうごくごほんたい かんこくご ほるとがるご ベとなむご たがるご  
(英語・中国語簡体・中国語繁体・韓国語・ポルトガル語・ベトナム語・タガログ語・

いんどねしあご びるまご くめーるご らおご おらんだご ぶんらんすご  
インドネシア語・ビルマ語・クメール語・ラオ語・オランダ語・フランス語)

ユーアールエル

U R L : <https://www.city.mitoyo.lg.jp/>

アクセス ザ ウェブサイト フロム ヒア

▲ Access the website from here

ほーむペーじ  
「ホームページ」はこちらから



ラングエッジ スイッチング イズ フロム ザ トップ オフ ザ ペイジ  
 ▼Language switching is from the top of the page

げんご きかへは ページじょうぶ  
 言語の切り替えはページ上部から



ウェブサイト トップ ペイジ イメージ  
 ▲Website top page image

ほーむ ペーじ とっぶ がめん いめーじ  
 ホームページトップ画面イメージ

インフォメーション ディストリビューション  
 (2) Information distribution

じょうほう はいしん  
 情報の配信

シティー ガバメント インフォメーション イズ ディストリビューティド ビア ミトヨ シティー オフィシャル ライン  
 City government information is distributed via Mitoyo City's official LINE  
 アカウント  
 account.

みとよしこうしきらいん  
 三豊市公式LINEアカウントで 市の情報を 知ることができます。



ライン トップ スクリーン イメージ  
 [ LINE top screen image ]

らいんとっぶ がめん いめーじ  
 [LINEトップ画面イメージ]



アッド アズ ア ライン フレンド フロム ヒア  
 ▲Add as a LINE friend from here

らいん とも ついか  
 ▲LINEのお友だち追加はこちらから

インクワイアリーズ セクレタリアル ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Secretarial Division, City Hall (TEL 0875-73-3001)

イ-メール  
E-mail: hisho@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所秘書課 (TEL: 0875-73-3001)

E-mail: hisho@city.mitoyo.lg.jp

## 4-2 Taxes

### 税金

Taxes are used to enrich the lives of residents, and to create a livable

community.

税金は、住民の暮らしを豊かにし、住みよいまちづくりのために使います。

Foreign nationals who live in Japan are also obliged to pay taxes.

日本に住む外国籍の人でも税金を払わなければいけません。

### (1) Income tax (national tax)

#### 所得税 (国に払う税金)

income tax is imposed on those who had income from January 1 to

December 31 of the relevant year, according to the amount of

their income.

その年の1月1日から、12月31日までに収入があった人に、その収入金額によって所得税がかかります。

### (2) Consumption tax (national tax)

#### 消費税 (国に払う税金)

ウエン ユー バイ サム シング オー レシーブ ア サービス ア テンパーセント コンサンプション タクス  
When you buy something or receive a service, a 10 % consumption tax

イズ チャージド  
is charged.

もの か 物を買うことや、サービスを受<sup>う</sup>けたときに 10%の消費<sup>しょうひぜい</sup>税が かかります。

インクワイアリーズ アバウト インカム タクス アンド コンサンプション タクス コンタクト  
Inquiries: About (1) income tax and (2) consumption tax, contact

カンオンジ タクス オフィス テル  
Kanonji Tax Office (TEL 0875-25-2191)

と あ 【問い合わせ】 (1)所得<sup>しよとくぜい</sup>税と(2)消費<sup>しょうひぜい</sup>税については

かんおんじぜいむしよ  
観音寺税務署 (TEL 0875-25-2191)

レジデント タクス ミュニシパル アンド プリフェクチュラル タクス  
(3) Resident tax (municipal and prefectural tax)

じゅうみんぜい し けん はら ぜいきん  
住民税 (市や 県に 払う税金)

レジデント タクス イズ インボウズド オン ゾーズ フー ハド インカム フロム ジャニュアリー ファースト  
Resident tax is imposed on those who had income from January 1

トゥ ディセンバー サーティー・ファースト オフ ザ プリビアス イヤー イン ザ プリフェクチャー オー  
to December 31 of the previous year in the prefecture or

ミュニシパリティー イン ウィッチ ゼイ リブ アズ オフ ジャニュアリー ファースト オフ ザ レラバント イヤー  
municipality in which they live as of January 1 of the relevant year,

アコーディング トゥ ザ アマウント オフ ゼアー インカム  
according to the amount of their income.

とし がつついたち す けん し まえ とし がつついたち がつ にち  
その年の 1月1日に 住んでいる県・市で、前の年の1月1日から 12月31日

までに しゅうにゆう ひと しゅうにゆうきんがく じゅうみんぜい  
までに 収入があった人に、その収入金額によって 住民税が かかります。

フィクスト アセット タクス ミュニシパル タクス  
(4) Fixed assets tax (municipal tax)

こていしさんぜい し はら ぜいきん  
固定資産税 (市に 払う税金)

フィクスト アセット タクス イズ インボウズド オン オウナーズ オフ ランド ハウゼズ アンド  
Fixed assets tax is imposed on owners of land, houses, and

ディプリシャブル アセット アズ オフ ジャニュアリー ファースト オフ ザ レラバント イヤー  
depreciable assets as of January 1 of the relevant year.

とし がつついたち とち いえ しょうきやくしさん じぎょう つか きかい きく  
その年の 1月1日に 土地、家、償却資産 (事業に使う機械、器具など)

も ひと こていしさんぜい  
を持っている人に、固定資産税が かかります。

ナショナルヘルスインシュランス タクス ミュニシバル タクス  
(5) National Health Insurance tax (municipal tax)

こくみんけんこうほけんぜい し はら ぜいきん  
国民健康保険税 (市に払う税金)

Those who are not enrolled in company or other health insurance and who are registered as residents in Mitoyo City, and whose period of stay in Japan as determined by the Immigration Control and Refugee Recognition Act is three months or longer, are required to enroll in the National Health Insurance system and are subject to National Health Insurance tax.

会社などの健康保険に入っていない人で、三豊市に住民登録し、出入国管理及び難民認定法により決った在留期間が3か月以上の方は、国民健康保険に入る必要があります。国民健康保険税がかかります。

Inquiries: About (3) resident tax, (4) fixed assets tax, and (5) National Health Insurance tax, contact  
Tax Division, City Hall (TEL 0875-73-3006)

E-mail: zeimu@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 (3) 住民税、(4) 固定資産税、(5) 国民健康保険税については

市役所税務課 (TEL 0875-73-3006)

E-mail : zeimu@city.mitoyo.lg.jp

オートモビール アンド ライト モーター ビークル タクシズ ミュニシパル アンド プリフェクチュラル タクシズ  
 (6) Automobile and light motor vehicle taxes (municipal and prefectural taxes)

自動車税・軽自動車税 (市や 県に 払う税金)

オートモビール タクス アンド ライト モーター ビークル タクス アー インボウズド オン オウナーズ オフ  
 Automobile tax and light motor vehicle tax are imposed on owners of  
 オートモビール モータライズド トゥー ホイールド ビークルズ オー ライト モーター ビークルズ アズ オフ  
 automobiles, motorized two-wheeled vehicles, or light motor vehicles as of  
 エイプリル ファースト オフ ザ レラバント イヤー  
 April 1 of the relevant year.

その年の 4月1日に 自動車、原動機付自転車や 軽自動車を持っている人に

自動車税や 軽自動車税がかかります。

インクワイアリーズ アバウト オートモビール タクス コンタクト ザ カ ガ ワ プリフェクチュラル タクセイション  
 Inquiries: About automobile tax, contact the Kagawa Prefectural Taxation  
 オフィス テル  
 Office (TEL 087-806-0314).

【問い合わせ】 自動車税は、香川県県税事務所 (TEL 087-806-0314)

フォア ライト ビークル タクス コンタクト ザ タクス ディビジョン シティー ホール テル  
 For light vehicle tax, contact the Tax Division, City Hall (TEL  
 0875-73-3006)

軽自動車税は、市役所税務課 (TEL 0875-73-3006)

バリアス ノウティフィケーションズ コミュニティー サービス ディビジョン  
 4-3 Various notifications (Community Services Division)

かくしゅとどけで しみんか  
 各種届出 (市民課)

ノウティフィケーション オフ チェンジ オフ レジデンス アット シティー ホール ムービング イン ムービング  
 (1) Notification of change of residence at City Hall (moving in, moving,  
 ムービング アウト エトセトラ アンド イシューアンス オフ サティフィケイツ  
 moving out, e t c.) and issuance of certificates

市役所での 住民異動届出【転入・転居・転出など】・証明書の 交付

アイテム Item こうもく 項目	ホワット トゥ ブリング インポータント ポイント What to bring/Important points も もの ちゅういてん 持ち物・注意点
イシューアンス オフ サティフィケイト オフ Issuance of certificate of レジデンス residence じゅうみんひょう こうふ 住民票の交付	ホワット トゥ ブリング [What to bring] も もの 【持ち物】 レジデンス カード オー スペシャル パーマネント レジデント ・Residence Card or Special Permanent Resident サティフィケイト Certificate ざいりゅうか ーど とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ 在留カードまたは 特別永住者証明書

	<p>インポートポイント [Important points]</p> <p>ちゅういてん 【注意点】</p> <p>コンファーム ザ リクワイヤード デティールズ イン アドヴァンス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Confirm the required details in advance.</li> </ul> <p>ひつよう ないよう じぜん たし 必要な内容を 事前に 確かめて ください。</p>
<p>サブミッション オフ ノウティフィケーション オフ Submission of notification of ムービング イン ムービング アンド ムービング moving in, moving, and moving アウト out</p> <p>てんにゅうとどけ てんきよとどけ てんしゅつとどけ てい 転入届 ・ 転居届 ・ 転出届の提 しゅつ 出</p>	<p>ホワット トゥ ブリング [What to bring]</p> <p>も もの 【持ち物】</p> <p>レジデンス カード オー スペシャル パーマネント レジデント サティフィケート Certificate</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Residence Card or Special Permanent Resident Certificate</li> <li>ざいりゅうか ー ど とくへつえいじゅうしやしょうめいしよ 在留カードまたは 特別永住者証明書</li> <li>ムービング アウト サティフィケート イフ ムービング イン フロム ウィシン Moving-out Certificate (if moving in from within Japan)</li> <li>てんしゅつしょうめいしよ こくない てんにゅう ばあい 転出証明書 (国内からの転入の場合)</li> </ul> <p>インポートポイント [Important points]</p> <p>ちゅういてん 【注意点】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ムービング イン ウィシン フォーティーン デイズ フロム ザ デイト オフ Moving in: Within 1 4 days from the date of エスタブリッシング アン アドレス イン ザ シティー establishing an address in the city</li> <li>てんにゅう しなひ す ひ かいなひ 転入：市内に 住みはじめた 日から 14日以内</li> <li>ムービング ウィシン フォーティーン デイズ アフター ア チェンジ オフ Moving: Within 1 4 days after a change of アドレス イン ザ シティー address in the city</li> <li>てんきよ しなひ しゅうしよ か かいなひ 転居：市内で 住所を 変えてから 14日以内</li> <li>ムービング アウト アップ トゥ ザ デイ オフ ムービング トゥ アン Moving out: Up to the day of moving to an アドレス アウト オフ ザ シティー ユー キャン オールソー サブミット address out of the city (you can also submit ノウティス オフ ムービング アウト バイ メール notice of moving out by mail)</li> <li>てんしゅつ しがい しゅうしよ か ひ ゆうびん てんしゅつ 転出：市外に 住所を 変える日まで (郵便での 転出 届 もできます)</li> <li>ブリング ヨー パーソナル ナンバー ノウティフィケーション カード オー Bring your Personal Number Notification Card or パーソナル ナンバー カード ウィズ ユー ウェン ユー エンター オー Personal Number Card with you when you enter or リーブ ジャパン leave Japan.</li> <li>にゅうこく しゅつこく さい こじんばんごうつうちか ー ど 入国、出国の際、「個人番号通知カード」もしくは こじんばんごうか ー ど も ひと じさん 「個人番号カード」を お持ちの人は ご持参ください。</li> </ul>

<p>サブミッション オフ ノウティフィケーション オフ Submission of notification of プレイス オフ レジデンス フォア ミーディアム place of residence for medium- トゥ ロング ターム レジデント アフター to long-term residents (after ニュー ランディング new landing)</p> <p>ちゅうちようきざいりゆうしゃ しゅうきよち とどけて 中長期在留者の住居地の届出</p> <p>しんきじょうりくご 新規上陸後</p>	<p>ホワット トゥ ブリング [What to bring]</p> <p>【持ち物】</p> <p>レジデント カード オー パスポート ウィズ ア ステートメント ザット ア • Resident Card or passport with a statement that a レジデント カード ウィル ビー イシュード アット ア レイター デイト Resident Card will be issued at a later date</p> <p>ざいりゆうかーど ごじつ ざいりゆうかーど こうふ 在留カードまたは 後日、在留カードを 交付することを 書いている 旅券</p> <p>インポータント ポイント [Important points]</p> <p>【注意点】</p> <p>ウィシン フォーティーン デイズ スロム ザ デイト オフ エstabリッング ア • Within 1 4 days from the date of establishing a プレイス オフ レジデンス イン ザ シティー place of residence in the city</p> <p>しなひ す ひ かいない 市内に 住みはじめた 日から 14日以内</p>
<p>アプリケーション フォア リニューアル オフ ザ Application for renewal of the バリディティー ビリオッド オフ ア スペシャル validity period of a Special パーマネント レジデント サティフィケート Permanent Resident Certificate</p> <p>とくべつえいじゆうしゃしやうめいしよ ゆうこうきかん 特別永住者証明書の有効期間の ごうしんしんせい 更新申請</p>	<p>ホワット トゥ ブリング [What to bring]</p> <p>【持ち物】</p> <p>フェイス フォト • Face photo</p> <p>かおじゃしん 顔写真</p> <p>ザ フォト マスト ビー テイクン オフ ザ アプリカント オンリー フォー (The photo must be taken of the applicant only, 4 センチメートル イン ハイト アンド スリー センティメートル イン ウィドゥス c m in height and 3 c m in width, フェイスング フォワード ウィザウト ア ハット テイクン ウィシン ザ ラスト facing forward, without a hat, taken within the last スリー マンス アンド ウィズ ノー バックグラウンド three months, and with no background.)</p> <p>ほんにん さつえい たて せんち よこ せんち (本人のみが 撮影されたもので、 縦4センチ・横3センチ、 ぼうし しょうめん む げつくない さつえい 帽子はかぶらず 正面を 向いたもの。3か月以内に 撮影さ れたもの。背景が ないもの。)</p> <p>パスポート オンリー ゴーズ フー ハブ ワン • Passport (only those who have one)</p> <p>りょけん も ひと 旅券 (お持ちの人のみ)</p> <p>スペシャル パーマネント レジデント サティフィケート • Special Permanent Resident Certificate</p> <p>とくべつえいじゆうしゃしやうめいしよ 特別永住者証明書</p>

	<p>[Important points]</p> <p><b>【注意点】</b></p> <p>As a general rule, from two months prior to the expiration date until the expiration date. However, if the expiration date is set as the 16th birthday, the period from six months prior to that birthday until the expiration date.</p> <p>原則として、有効期間が 終わる日の 2か月前から 有効期間が 終わる日までの間。ただし、有効期間の 終わる日が 16歳の誕生日のときは、その誕生日の 6か月前から 有効期間が 終わる日までの間。</p>
<p>シール レジストゥレイション Seal registration <b>印鑑登録</b></p>	<p>ホワット トゥ ブリング [What to bring]</p> <p><b>【持ち物】</b></p> <p>Residence Card or Special Permanent Resident Certificate 在留カード または 特別永住者証明書</p> <p>シール トゥ ビー レジスタード • Seal to be registered 登録する印鑑</p> <p>インポートポイント [Important points]</p> <p><b>【注意点】</b></p> <p>Be sure to inquire in advance before registering a seal. 登録する時は、必ず事前に お問い合わせ ください。</p>
<p>イシューアンス オフ シール レジストゥレイション Issuance of Seal Registration Certificate <b>印鑑登録証明書の交付</b></p>	<p>ホワット トゥ ブリング [What to bring]</p> <p><b>【持ち物】</b></p> <p>Residence Card or Special Permanent Resident Certificate 在留カード または 特別永住者証明書</p> <p>シール レジストゥレイション カード • Seal Registration Card 印鑑登録証</p>

Inquiries: Community Services Division, City Hall (TEL: 0875-73-3005)

E-mail: shimin@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所市民課 (TEL 0875-73-3005)

E-mail : shimin@city.mitoyo.lg.jp



(2) Various notifications to the Takamatsu Regional Immigration Services Bureau

高松出入国在留管理局への各種届出

アイテム Item 項目	ノティフィケーション ペリオッド Notification period 届出時期
チェンジ オフ ネーム デイト オフ バース ジェンダー Change of name, date of birth, gender, ナショナルリティー オー リージョン nationality, or region 氏名・生年月日・性別・国籍・地域の変更	ウィシン フォーティーン デイズ フロム ザ デイト オフ エニー Within 1 4 days from the date of any チェンジ イン アイテムズ メンションド オン ザ レフト change in items mentioned on the left 左に書いていることが変わったらその日から 14日以内
フォア ア パーソン レジデント ウィズ ザ ステイタス オフ For a person resident with the status of スパウス ノティフィケーション オフ ディボース オー “Spouse,” notification of divorce or ビリーブメント フロム ザ スパウス bereavement from the spouse 「配偶者」の身分で在留する者で、配偶者 と離婚・死別した時の届出	ウィシン フォーティーン デイズ オフ ザ オカールランス オフ ア Within 1 4 days of the occurrence of a シチュエーション リステイド オン ザ レフト situation listed on the left 左に書いていることになったらその日から 14日以内
チェンジ オフ オーガニゼーション ネーム アンド Change of organization (name and ロケーション トゥ ウィッチ ア パーソン レジデント location) to which a person resident ウィズ ザ ステイタス オフ テクニカル インターン with the status of “Technical Intern トレーニング オー スチューデント ビロングズ Training” or “Student” belongs アクティビティーズ (activities) 「技能実習」「留学」などの資格で在留 する者の所属（活動）機関（名称・ 所在地）の変更	ウィシン フォーティーン デイズ オフ ザ オカールランス オフ ア Within 1 4 days of the occurrence of a シチュエーション リステイド オン ザ レフト situation listed on the left 左に書いていることになったらその日から 14日以内

<p>アプリケーション フォア パーミッション トゥ エクステンド Application for permission to extend ザ ペリオッド オフ ステイ the period of stay ざいりゅうきかんこうしんきよかしんせい 在留期間更新許可申請</p>	<p>ブライアー トゥ ザ エクスピレーション デイト オフ ザ ペリオッド Prior to the expiration date of the period オフ ステイ フォア ゴーズ フー ハブ ア ペリオッド オフ ステイ of stay (For those who have a period of stay オフ シックス マンス オー モア アプロクシメトリー スリー of six months or more, approximately three マンス ブライアー トゥ ザ エクスピレーション オフ ザ months prior to the expiration of the ペリオッド オフ ステイ period of stay.) ざいりゅうきかん お ひ まえ げつじょう ざいりゅう 在留期間の 終わる日より前 (6か月以上の 在留 きかん ひと ざいりゅうきかん お 期間がある人は 在留期間の 終わる およそ3か げつまえ 月前から。)</p>
<p>アプリケーション フォア パーミッション トゥ ステイタス オフ Application for permission to status of レジデンス バイ バース residence by birth しゅっしょう ざいりゅうしかくしゅどくきよかしんせい 出生による 在留資格取得許可申請</p>	<p>ウィシン サーティー デイズ フロム ザ デイト オフ ザ リーズン Within 30 days from the date of the reason フォア クオリフィケーション for qualification う ひ にあいない 生まれた日から 30日以内</p>

インクワイアリーズ タカマツ リージョナル イミグレーション サービス ビューロー デル  
Inquiries: Takamatsu Regional Immigration Services Bureau (TEL: 087-822-5851)

【問い合わせ】 たかまつしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく  
高松出入国在留管理局 (TEL 087-822-5851)

※For detailed procedures, refer to the websites below.

詳しい手続きについては、下に書いている ホームページを見てください。

イミグレーション サービス エージェンシー ウェブサイト  
• Immigration Services Agency website  
しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちよう ほ ー む ペ ー じ  
出入国在留管理庁ホームページ  
(<https://www.moj.go.jp/isa/>)



タカマツ リージョナル イミグレーション サービス ビューロー ウェブサイト  
• Takamatsu Regional Immigration Services Bureau website  
たかまつしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく ほ ー む ペ ー じ  
高松出入国在留管理局ホームページ  
(<https://www.moj.go.jp/isa/about/region/takamatsu/index.html>)



ファミリー レジスター ノウティフィケーションズ マリッジ ディボース パース エトセトラ  
(3) Family register notifications (marriage, divorce, birth, e t c.)

こせき とどけで けっこん りこん しゅっさん  
戸籍の届出【結婚・離婚・出産など…】

オールソー フォア フォーリン ナショナルズ リザイディング イン ジャパン イット イズ ネセサリー トゥ レポート  
Also for foreign nationals residing in Japan, it is necessary to report  
マリッジ ディボース パース オー デス イン ジャパン トゥ ザ ローカル ガバメント オフィス  
marriage, divorce, birth, or death in Japan to the local government office.

にほん す がいこくじん にほんこくない けっこん りこん しゅっしょう しぼう ばあい  
日本に住んでいる外国人も、日本国内で結婚・離婚・出生・死亡した場合は、

ちいき やくしょ とど  
地域の役所へ届けてください。

マリッジ レジストレーション  
① Marriage registration

こんいんとどけ  
婚姻届

ウェアー  
・ Where:

If one of the people getting married is Japanese, report to  
ザ ガバメント オフィス オフ ザ パーソンズ パーマネント ドミサイル オー  
the government office of the person's permanent domicile or  
プレイス オフ レジデンス イフ ボウス ビーブル アー フォーリン ナショナルズ  
place of residence. If both people are foreign nationals,  
レポート トゥ ザ ガバメント オフィス オフ ザ プレイス ウェアー ユー リブ  
report to the government office of the place where you live  
オー ザ エンバシー オー コンシュレト オフ ヨー ホーム カントゥリー イン  
or the embassy or consulate of your home country in  
ジャパン  
Japan.

どこに： けっこん ひと にほんじん ばあい ほんせきち す ばしょ  
どこに：結婚する人のどちらかが日本人の場合は、本籍地か住んでいる場所  
の やくしょ とど  
の 役所へ届けてください。

がいこくじんどうし ばあい す ばしょ やくしょ ほんこく ざいにち  
外国人同士の場合は、住んでいる場所の役所、または母国の在日  
たいしかん りょうじかん とど  
大使館または領事館へ届けてください。

ウェン サブミッティング ザ ノウティフィケーション ザ シグネチャーズ オフ トゥー ウィットネシーズ アー リクワイヤード  
When submitting the notification, the signatures of two witnesses are required.

とどけで とき しょうにんふたり しょめい ひつよう  
届出の時、証人2人の署名が必要です。

ホワット トゥ ブリング アザー リクワイヤード ドキュメント ベアリー アコーディング トゥ ザ カントゥリー ソウ  
・ What to bring: Other required documents vary according to the country, so  
プリーズ コンタクト ザ コミュニティー サービス ディビジョン シティー ホール  
please contact the Community Services Division, City Hall  
フォア デティールズ  
for details.

もちもの た ひつよう しょるい くに こと くわ みとよし  
持ち物：その他の必要な書類などは、国によって異なるので、詳しくは三豊市  
しみんか と あ  
市民課にお問い合わせください。

ノート ザット エニー チェンジ オフ ネーム マスト ビー リポーテッド トゥ ザ タカマツ  
Note that any change of name must be reported to the Takamatsu  
リージョナル イミグレーション サービス ビューロー ウィシン フォーティーン デイズ  
Regional Immigration Services Bureau within 14 days.

しめい へんこう ばあい かない たかまつしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく  
なお、氏名の変更があった場合は、14日以内に高松出入国在留管理局へ  
とど  
届けてください。

② Divorce notification

りこんとどけ  
離婚届

ウェア レポート トゥ ボウス ザ コミュニティー サービス ディビジョン シティー ホール  
• Where: Report to both the Community Services Division, City Hall  
アンド ザ エンバシー オー コンシュレト イン ジャパン  
and the embassy or consulate in Japan.

みとよししみんか ざいにちたいしかん りょうじかん りょうほう とど  
どこに：三豊市市民課と 在日大使館 または領事館の両方に届けてください。

ホワット トゥ ブリン グ コンタクト ザ コミュニティー サービス ディビジョン シティー ホール フォア ザ  
• What to bring: Contact the Community Services Division, City Hall for the  
リクワイヤード ドキュメンツ アンド トゥ オン  
required documents and so on.

も もの ひつよう しよるい みとよししみんか と あ  
• 持ち物：必要な書類などについては、三豊市市民課に お問い合わせ ください。

ノート ザット フォア ア パーソン レジデント ウィズ ザ ステイタス オフ スパウス イフ ディボースト  
Note that for a person resident with the status of "Spouse," if divorced  
フロム ザ スパウス ザ ディボース マスト ビー リポーテッド トゥ ザ タカマツ リージョナル  
from the spouse, the divorce must be reported to the Takamatsu Regional  
イミグレーション サービス ビューロー ウィシン フォーティーン デイズ  
Immigration Services Bureau within 14 days.

はいぐうしゃ みぶん ざいりゅう もの はいぐうしゃ りこん ばあい かない  
なお、「配偶者」の身分で 在留する者で、配偶者と 離婚した場合は14日以内  
たかまつしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく とど  
に 高松出入国在留管理局へ 届けてください。

③ Registration of birth

しゅっしょうとどけ  
出生届

ウェン ウィシン フォーティーン デイズ オフ パース  
• When: Within 14 days of birth

いつ：生まれた日から14日以内

ウェア ザ ガバメント オフィス オフ ザ プレイス オフ パース オー オフ ザ  
• Where: The government office of the place of birth or of the  
ドミサイル オフ ザ パーソン サブミットイング ザ ノウティフィケーション  
domicile of the person submitting the notification

どこに：生まれた場所 または 届けた人の 住んでいる 場所の 役所

イフ ワン オー ボウス ペアレンツ アー ノット ジャパニーズ ナショナルズ ゼイ  
(If one or both parents are not Japanese nationals, they  
シュッド オールソー ノウティファイ ザ エンバシー オー コンシュレト オフ ゼアー オウン  
should also notify the embassy or consulate of their own  
カントゥリー  
country.)

りょうしん  
(両親または どちらかが 日本国籍でない 場合は、自分の国の  
たいしかん りょうじかん とど  
大使館または 領事館にも 届けてください。)

ホワット トゥ ブリング レジストレーション オフ バース バース サティファイケイト サーティファイド バイ ア ドクター  
・ What to bring: Registration of birth, birth certificate certified by a doctor,  
アンド マターナル アンド チャイルド ヘルス ハンドブック  
and Maternal and Child Health Handbook

も もの しゅっしょうとどけ いし しょうめい しゅっしょうしょうめいしょ ほ しけんこうてちょう  
持ち物 : 出生届・医師の証明のある 出生証明書・母子健康手帳

ノート ザット イフ ミーディアム トゥ ロング ターム レジデント インテンド トゥ ステイ イン ジャパン フォア  
Note that if medium- to long-term residents intend to stay in Japan for  
モ ア ザン シックスティー デイズ アスター ザ バース イット イズ ネセサリー トゥ オプテイン ア ステイタス  
more than 60 days after the birth, it is necessary to obtain a status  
of residence, so notify the Takamatsu Regional Immigration Services Bureau  
of residence, so notify the Takamatsu Regional Immigration Services Bureau  
ウィシン サーティー デイズ オフ ザ バース  
within 30 days of the birth.

ちゅうちようきざいりゅうしゃ う にちいじょう たいざい ばあい ざいりゅうしかく  
なお、中長期在留者は 生まれて60日以上 滞在する場合、在留資格の  
しゅとく ひつよう う にちい ない たかまつしゅっにゅうこくざいりゅう  
取得が 必要になりますので、生まれてから 30日以内に 高松出入国在留  
かんりきょく とど  
管理局に 届けてください。

イフ ア スペシャル パーマネント レジデント ウィッシュズ トゥ アプライ フォア スペシャル パーマネント  
If a special permanent resident wishes to apply for special permanent  
レジデント パーミッション プリーズ ノウティファイ ザ コミュニティー サービス ディビジョン シティー ホール  
resident permission, please notify the Community Services Division, City Hall  
ウィシン シックスティー デイズ オフ ザ バース  
within 60 days of the birth.

とくべつえいじゅうしゃ ひと とくべつえいじゅうきょか しんせい ばあい う にち  
特別永住者の人で、特別永住許可を 申請する 場合は、生まれてから 60日  
いない しやくしよしみんか とど  
以内に 市役所市民課に 届けてください。

#### ④ Notification of death

しぼうとどけ  
死亡届

ウエン ウィシン セブン デイズ オフ ラーニング オフ デス  
・ When: Within seven days of learning of death

いつ : しんだことを 知ってから 7日以内

フー ア レラティブ オー パーソン リビング トゥギャザー  
• Who: A relative or person living together

だれが : 親族または同居者

ウェア レポート トゥ ザ ガバメント オフィス オフ ザ プレイス オフ デス オー オフ  
• Where: Report to the government office of the place of death or of  
ザ プレイス オー レジデンス アンド オールソー トゥ ザ エンバシー オー  
the place of residence, and also to the embassy or  
コンシュレト オフ ザ ホーム カントゥリ イン ジャパン  
consulate of the home country in Japan.

どこに : 死亡した場所または住んでいる場所の役所に届け 母国の在日大使

館または領事館にも届けてください。

ホワット トゥ ブリング ア デス サティフィケート サーティファイド バイ ア ドクター アンド ザ ディーシード  
• What to bring: A death certificate certified by a doctor, and the deceased  
パーソンズ レジデント カード オー スペシャル パーマネント レジデント  
person's Resident Card or Special Permanent Resident  
サティフィケート  
Certificate

ももの いし しょうめい しぼうしんだんしょ しぼう ひと ざいりゅうかーど  
持ち物 : 医師の証明のある死亡診断書・死亡した人の在留カードまたは

とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ  
特別永住者証明書

ノート ザット フォア ア パーソン レジデント ウィズ ザ ステイタス オフ スパウス イフ ザ  
Note that for a person resident with the status of "Spouse," if the  
スパウス ハズ ダイド ザ ビリーブメント マスト ビー リポートド トゥ ザ タカマツ  
spouse has died, the bereavement must be reported to the Takamatsu  
リージョナル イミグレーション サービス ビュロー ウィシン フォーティーン デイズ  
Regional Immigration Services Bureau within 14 days.

なお、「配偶者」の身分で在留する者で、配偶者と死別した場合は14日以内

に高松出入国在留管理局へ届けてください。

#### マターズ リレイティング トゥ ペンションズ (4) Matters relating to pensions

ねんきん かん  
年金に関すること

アクセス ザ ウェブサイト オフ ザ ジャパン ペンション サービス フォア バリアス  
Access the website of the Japan Pension Service for various  
ノウティフィケーションズ アンド ソウ オン  
notifications and so on.

かくしゅとどけでなど にほんねんきんきこう ホームページへアクセスしてくだ  
各種届出等については「日本年金機構」のホームページへアクセスしてくだ  
さい。

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>



イフ ユーアー ハブ エニー クエスチヨーンズ アバウト バリアス ノウティフィケイションズ プリーズ コンタクト ザ  
★If you have any questions about various notifications, please contact the  
コミュニティ サービス ディビジョン シティー ホール  
Community Services Division, City Hall.

いろいろな <sup>とどけで</sup> 届出で わからないことがあれば、<sup>しやくしょしみんか</sup> 市役所市民課へ <sup>と あ</sup> お問い合わせ  
ください。

インクワイアリーズ コミュニティ サービス ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Community Services Division, City Hall (TEL 0875-73-3005)

イーメール  
E-mail: [shimin@city.mitoyo.lg.jp](mailto:shimin@city.mitoyo.lg.jp)

タカマツ リージョナ イミグレイション サービス ビューロー テル  
Takamatsu Regional Immigration Services Bureau (TEL 087-822-5851)

<sup>と あ</sup>【問い合わせ】 <sup>しやくしょしみんか</sup> 市役所市民課 (TEL 0875-73-3005)

E-mail : [shimin@city.mitoyo.lg.jp](mailto:shimin@city.mitoyo.lg.jp)

<sup>たかまつしゅつにゅうこくざいりゅうかんり きょく</sup>  
高松出入国在留管理局 (TEL 087-822-5851)

#### 4-4 Garbage

##### ごみ

#### (1) Garbage disposal

##### ごみの <sup>だ かた</sup> 出し方



- Garbage disposal methods differ depending on where you live.

ごみを <sup>す</sup> 捨てる <sup>ほうほう</sup> 方法は <sup>す</sup> 住んでいる <sup>ちが</sup> ところによって 違います。

- Garbage is disposed of at a designated place on a designated day.

ごみは <sup>き</sup> 決められた <sup>ひ</sup> 日に <sup>き</sup> 決められた <sup>ばしょ</sup> 場所に <sup>だ</sup> 出してください。

- Ask the caretaker or City Hall for the day, time, place, and separation of garbage.

ごみを <sup>す</sup> 捨てる <sup>ひ</sup> 日と <sup>じかん</sup> 時間と <sup>ばしょ</sup> 場所と <sup>わ かた</sup> 分け方は <sup>かんりにん</sup> 管理人や <sup>しやくしょ</sup> 市役所に

<sup>き</sup> 聞いて ください。

ガーベッジ セパレイション  
 (2) Garbage separation



(2) ごみの分け方

In Mitoyo City, garbage is divided into 18 types and recycled.

三豊市では18種類に分けて資源化しています。

Separate garbage as shown in the illustrations.

ごみはイラストのように分けてだしてください。

バーナブル ガーベッジ      ノン・バーナブル ガーベッジ      プラスティクス      ペーパー コンテナーズ パッケージング  
 Burnable garbage      Non-burnable garbage      Plastics      Paper containers/packaging

もやせる ごみ      もやせない ごみ      プラスチック      紙製容器包装



キャンズ  
Cans

缶



ボトルズ  
Bottles

びん



ペット ボトルズ  
PET bottles

ペットボトル



ディープ・フライイング オイル  
Deep-frying oil

てんぷら油



メタル スクラップ  
Metal scrap

金属 ごみ



ドライ セル バッテリーズ  
Dry cell batteries

乾電池



フルアレスセント ライト ライトバルブ      ライター      マーキュリー      サーモメーターズ  
Fluorescent lights/lightbulbs      Lighters      Mercury thermometers

けいこうとう      でんきゅう  
蛍光灯・電球



ライター      すいぎんおんどけい  
ライター      水銀温度計



ニューズペーパーズ  
Newspapers

新聞



マガジーンズ  
Magazines

雑誌



カードボード  
Cardboard

段ボール



クロス  
Cloth

ぬのるい  
布類



ペーパー カートゥンズ  
Paper cartons

紙バック



アンコレクタブル ガーベッジ  
Uncollectable garbage  
タイヤズ コンクリート ブロックス  
Tires, concrete blocks,

フォー スペシフィック ホーム アプライアンス  
Four specific home appliances  
エトセトラ ティーブイ リフリジュレイターズ  
e t c. T V s, refrigerators,  
ウォッシング マシーンズ エアー コンディショナーズ  
washing machines, air conditioners

スモール ホーム アプライアンス  
Small home appliances  
モバイル フォン  
Mobile phones

しゅうしゅう  
収集できないごみ

たいや ぶろくく  
タイヤ、ブロックなど

かでん ひんもく  
家電 4品目

てれび れいぞうこ  
テレビ、冷蔵庫

せんたくき えあこん  
洗濯機、エアコン

こがたかでん  
小型家電

けいだいでんわ  
携帯電話



## ① オーバーサイズ ガーベッジ Oversize garbage

そだい  
粗大ごみ

ラージ アイテムズ ビッグー ザン フィフティー センティメーター アー コンシダード オーバーサイズ ガーベッジ  
• Large items bigger than 50 cm are considered oversize garbage.

いじょう おおがた そだい  
50 cm以上の大型のごみは粗大ごみになります。

オーバーサイズ ガーベッジ キャノット ビー コレクティド アット コレクション ポイント  
• Oversize garbage cannot be collected at collection points.

そだい しゅうせきじょ しゅうしゅう  
粗大ごみは集積所では収集できません。

コール ザ カンパニー タクマ セイソ タクマ クリーニング イン アンド ブリング  
• Call the company Takuma Seiso (Takuma Cleaning) in Takuma-cho and bring  
your garbage to them.

たくまちょう たくませいそう かいしゅ でんわ もちこ  
詫間町の 詫間清掃という会社に電話をしてごみを持込んでください。

インクワイアリーズ テル  
Inquiries: TEL 0875-83-2419

とあ  
【問い合わせ】 TEL 0875-83-2419



## ② ダンプング オーバーニング ガーベッジ イズ プロヒビティド バイ ロー Dumping or burning garbage is prohibited by law.

も ほうりつ きんし  
ごみをすてたり、燃やしたりすることは法律で禁止されています。



インクワイアリーズ エンバイロメンタル ヘルス ディビジョン シティ ホール テル  
 Inquiries: Environmental Health Division, City Hall (TEL 0875-73-3007)  
 イーメール  
 E-mail: kankyou@city.mitoyo.lg.jp

【<sup>と</sup> <sup>あ</sup> <sup>い</sup> <sup>わ</sup> <sup>せ</sup>】 <sup>し</sup> <sup>や</sup> <sup>く</sup> <sup>し</sup> <sup>ょ</sup> <sup>か</sup> <sup>ん</sup> <sup>き</sup> <sup>ょ</sup> <sup>う</sup> <sup>え</sup> <sup>い</sup> <sup>せ</sup> <sup>い</sup> <sup>か</sup>  
 市役所環境衛生課 (TEL 0875-73-3007)

#### 4-5 Bicycle traffic rules

##### <sup>じ</sup> <sup>て</sup> <sup>ん</sup> <sup>し</sup> <sup>ゃ</sup> <sup>こ</sup> <sup>う</sup> <sup>つ</sup> <sup>う</sup> <sup>る</sup> <sup>ー</sup> <sup>る</sup> 自転車の交通ルール



- (1) <sup>パ</sup> <sup>ス</sup> <sup>イ</sup> <sup>ン</sup> <sup>シ</sup> <sup>ン</sup> <sup>グ</sup> <sup>ル</sup> <sup>フ</sup> <sup>ァ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ル</sup> <sup>オ</sup> <sup>ン</sup> <sup>ザ</sup> <sup>レ</sup> <sup>フ</sup> <sup>ト</sup> <sup>サ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ド</sup> <sup>オ</sup> <sup>フ</sup> <sup>ザ</sup> <sup>ロ</sup> <sup>ード</sup>  
 Pass in single file on the left side of the road.

<sup>ど</sup> <sup>う</sup> <sup>ろ</sup> <sup>の</sup> <sup>ひ</sup> <sup>だ</sup> <sup>り</sup> <sup>は</sup> <sup>し</sup> <sup>れ</sup> <sup>つ</sup> <sup>つ</sup> <sup>う</sup> <sup>こ</sup> <sup>う</sup>  
 道路の左端を1列で通行してください。

- (2) <sup>バ</sup> <sup>イ</sup> <sup>シ</sup> <sup>ク</sup> <sup>ル</sup> <sup>ズ</sup> <sup>ア</sup> <sup>ー</sup> <sup>ア</sup> <sup>ラ</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ド</sup> <sup>オ</sup> <sup>ン</sup> <sup>サ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ド</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ォ</sup> <sup>ーク</sup> <sup>オ</sup> <sup>ン</sup> <sup>リ</sup> <sup>ー</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ェ</sup> <sup>ア</sup> <sup>ー</sup> <sup>バ</sup> <sup>イ</sup> <sup>シ</sup> <sup>ク</sup> <sup>ル</sup> <sup>パ</sup> <sup>ッ</sup> <sup>セ</sup> <sup>ジ</sup> <sup>イ</sup> <sup>ズ</sup> <sup>ア</sup> <sup>ラ</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ド</sup>  
 Bicycles are allowed on sidewalks only where bicycle passage is allowed.

<sup>ほ</sup> <sup>ど</sup> <sup>う</sup> <sup>の</sup> <sup>じ</sup> <sup>て</sup> <sup>ん</sup> <sup>し</sup> <sup>ゃ</sup> <sup>つ</sup> <sup>う</sup> <sup>こ</sup> <sup>う</sup>  
 歩道は、自転車で通行してもよいところだけ通行できます。

<sup>オ</sup> <sup>ン</sup> <sup>サ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ド</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ォ</sup> <sup>ーク</sup> <sup>パ</sup> <sup>ス</sup> <sup>ス</sup> <sup>ロ</sup> <sup>ー</sup> <sup>リ</sup> <sup>ー</sup> <sup>ア</sup> <sup>ン</sup> <sup>ド</sup> <sup>ク</sup> <sup>ロ</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ズ</sup> <sup>ト</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ザ</sup> <sup>ロ</sup> <sup>ード</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ェ</sup> <sup>イ</sup>  
 On sidewalks, pass slowly and close to the roadway.

<sup>ほ</sup> <sup>ど</sup> <sup>う</sup> <sup>で</sup> <sup>は</sup> <sup>、</sup> <sup>ゆ</sup> <sup>っ</sup> <sup>く</sup> <sup>り</sup> <sup>と</sup> <sup>し</sup> <sup>ゃ</sup> <sup>ど</sup> <sup>う</sup> <sup>ち</sup> <sup>か</sup> <sup>の</sup> <sup>つ</sup> <sup>う</sup> <sup>こ</sup> <sup>う</sup>  
 歩道では、ゆっくりと車道に近い方を通行してください。

- (3) <sup>ペ</sup> <sup>デ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ス</sup> <sup>ト</sup> <sup>リ</sup> <sup>ア</sup> <sup>ン</sup> <sup>ズ</sup> <sup>ハ</sup> <sup>ブ</sup> <sup>プ</sup> <sup>ラ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>オ</sup> <sup>リ</sup> <sup>テ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ー</sup> <sup>オ</sup> <sup>ン</sup> <sup>ザ</sup> <sup>ロ</sup> <sup>ード</sup> <sup>ビ</sup> <sup>ー</sup> <sup>ケ</sup> <sup>ア</sup> <sup>フ</sup> <sup>ル</sup> <sup>ノ</sup> <sup>ット</sup> <sup>ト</sup> <sup>ウ</sup> <sup>オ</sup> <sup>ブ</sup> <sup>ス</sup> <sup>ト</sup> <sup>ラ</sup> <sup>ク</sup> <sup>ト</sup> <sup>パ</sup> <sup>ッ</sup> <sup>セ</sup> <sup>ジ</sup>  
 Pedestrians have priority on the road. Be careful not to obstruct passage

<sup>バイ</sup> <sup>ペ</sup> <sup>デ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ス</sup> <sup>ト</sup> <sup>リ</sup> <sup>ア</sup> <sup>ン</sup> <sup>ズ</sup>  
 by pedestrians.

<sup>ど</sup> <sup>う</sup> <sup>ろ</sup> <sup>の</sup> <sup>ほ</sup> <sup>こ</sup> <sup>う</sup> <sup>し</sup> <sup>ゃ</sup> <sup>ゆ</sup> <sup>う</sup> <sup>せ</sup> <sup>ん</sup> <sup>の</sup> <sup>ほ</sup> <sup>こ</sup> <sup>う</sup> <sup>し</sup> <sup>ゃ</sup> <sup>つ</sup> <sup>う</sup> <sup>こ</sup> <sup>う</sup> <sup>の</sup> <sup>し</sup> <sup>ゃ</sup> <sup>ま</sup>  
 道路は歩行者が優先です。歩行者の通行の邪魔にならないよう気をつけて  
 ください。

- (4) <sup>ユ</sup> <sup>ー</sup> <sup>マ</sup> <sup>ス</sup> <sup>ト</sup> <sup>フ</sup> <sup>ォ</sup> <sup>ロ</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ザ</sup> <sup>セ</sup> <sup>ーフ</sup> <sup>テ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ル</sup> <sup>ー</sup> <sup>ル</sup>  
 You must follow the safety rules.

<sup>あ</sup> <sup>ん</sup> <sup>ぜ</sup> <sup>ん</sup> <sup>る</sup> <sup>ー</sup> <sup>る</sup> <sup>か</sup> <sup>な</sup> <sup>ら</sup> <sup>ま</sup> <sup>も</sup>  
 安全ルールは必ず守ってください。

- ① <sup>ド</sup> <sup>ウ</sup> <sup>ー</sup> <sup>ノ</sup> <sup>ット</sup> <sup>ラ</sup> <sup>ィ</sup> <sup>ド</sup> <sup>ア</sup> <sup>バ</sup> <sup>イ</sup> <sup>シ</sup> <sup>ク</sup> <sup>ル</sup> <sup>ア</sup> <sup>フ</sup> <sup>ター</sup> <sup>ド</sup> <sup>リ</sup> <sup>ン</sup> <sup>キ</sup> <sup>ン</sup> <sup>グ</sup> <sup>ア</sup> <sup>ル</sup> <sup>コ</sup> <sup>ール</sup>  
 Do not ride a bicycle after drinking alcohol.

<sup>さ</sup> <sup>け</sup> <sup>の</sup> <sup>を</sup> <sup>飲</sup> <sup>ん</sup> <sup>で</sup> <sup>じ</sup> <sup>て</sup> <sup>ん</sup> <sup>し</sup> <sup>ゃ</sup> <sup>の</sup>  
 酒を飲んで自転車で乗ってはいけません。

- ② Only one person should ride each bicycle. Two people should not ride together.

じてんしゃ だい ひとり の ふたり の  
自転車は 1台に 1人だけで 乗ってください。2人で 乗っては いけませ  
ん。

- ③ Do not ride with an umbrella. On rainy days, wear a raincoat.

かさ うんでん あめ ひ れいんこーと き  
傘をさして 運転しては いけません。雨の日は レインコートを 着てくださ  
い。

- ④ Do not pass side by side. Be sure to pass in a line with one bicycle in front of the other.

よこ なら つうこう かなら たて なら つうこう  
横に並んで 通行しては いけません。必ず縦に 並んで 通行してください。

- ⑤ Turn on a light when it gets dark. Also, wear reflective material so you can be seen better by passing pedestrians and cars.

くら なら らいと てんとう つうこうちゆう ほこうしゃ くるま  
暗くなったら ライトを 点灯してください。また、通行中の 歩行者や 車  
から良く見えるように、反射材を 身につけてください。

- ⑥ Disregarding traffic signals can cause a major accident. Be sure to follow the signals.

しんごう むし おお じこ げんいん かなら るーる まも  
信号無視は 大きな事故の 原因となります。必ず ルールを 守ってください。

インクワイアリーズ ジェネラル アフェアーズ ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: General Affairs Division, City Hall (TEL 0875-73-3000)

イ-メール  
E-mail: [soumu@city.mitoyo.lg.jp](mailto:soumu@city.mitoyo.lg.jp)

【問い合わせ】 [soumu@city.mitoyo.lg.jp](mailto:soumu@city.mitoyo.lg.jp) 市役所総務課 (TEL 0875-73-3000)

E-mail : [soumu@city.mitoyo.lg.jp](mailto:soumu@city.mitoyo.lg.jp)

コミュニティ バス  
4-6 Community bus

コミュニティバス

In Mitoyo City, there are 12 community bus routes that go to Kanonji City, Zentsuji City, Kotohira-cho, and Manno-cho.

三豊市では、コミュニティバスが、12路線あり、観音寺市、善通寺市、琴平町、まんのう町へも行くことができます。

See the timetable or the city's website for the routes.

路線は時刻表や市のホームページを見てください。

Here we will let you know you how to ride the bus.

ここでは、バスの乗り方についてお知らせします。



ユーセイジ フィー  
(1) Usage fee

バスの運賃（利用料金）

① The fee (fare) is 100 yen.

運賃は、100円です。

② When you get off the bus, put 100 yen or a coupon ticket in the fare box.

バスを降りるときに、100円、または回数券（※(3)回数券）を料金箱に入れてください。

③ If it is the same day, you can use a "transfer ticket" to transfer buses.

同じ日であれば、[乗継券] を使って、バスの乗り継ぎ（一度降りてほかの路線に乗ること）ができます。

コネクションズ キャン ビー メイド アット オンリー フォーティーン ローケーション アスク ザ ドライバー ウェン  
※Connections can be made at only 14 locations. Ask the driver when  
ユー ゲット オフ ザ バス  
you get off the bus.

の つぎ 乗り継ぎ は、14 か所のみのです。バスを 降りるときに 運転手に 聞いてくだ  
さい。

- ザ バス イズ フリー フォア チルドレン アップ トゥ エレメンタリー スクール エイジ ウェン ライディング  
④ The bus is free for children up to elementary school age when riding  
ウィズ サムワン オフ エレメンタリー スクール エイジ オー オールドー  
with someone of elementary school age or older.

しょうがくせい こ しょうがくせいじょう ひと いっしょ の むりよう  
小学生までの 子どもは、小学生以上の人と一緒に乗るときは 無料です。

- デイズ ウィズ ノー サービス バス ホリデイズ  
(2) Days with no service (bus holidays)

うんきゅうび ばす やす ひ  
運休日 (バスの休みの日)

- サンデーズ アンド ナショナル ホリデイズ インクルーディング サブスティテュート ホリデイズ  
① Sundays and national holidays (including substitute holidays)

にちようび しゅくじつ ふりかえきゅうじつふく にちようび しゅくじつ おな ひ  
日曜日・祝日・(振替休日含む) (日曜日と 祝日が 同じ日になつたときは  
げつようび やす ふりかえきゅうじつ い  
月曜日が 休みです。このことを 振替休日と言います。)

- フロム ディセンバー サーティーイス トゥ ジャンユアリー サード  
② From December 30 to January 3

がつ にち がつ か  
12月30日から 1月3日まで

- タクマ ライン アンド ショナイ ライン サービス アー サスペンディド フロム ジャンユアリー ファースト  
③ Takuma Line and Shonai Line services are suspended from January 1  
トゥ サード  
to 3.

たくません しょうないせん やす がつ 1 日 から がつ 3 日 までです。  
詫間線・庄内線の 休みは 1月1日から 1月3日までです。

オールゾー イット オペレイツ オン サンデーズ アンド ホリデイズ  
Although it operates on Sundays and holidays,

ザ タイム ウィル チェンジ オン サンデーズ ホリデイズ アンド ディセンバー サーティーイス アンド  
the times will change on Sundays, holidays, and December 30 and  
サーティー・ファースト  
3 1 .

にちようび しゅくじつ がつ にち にち じかん か  
日曜日・祝日、12月30日、31日は、運行していますが、時間が 変わります。

フォア デイティルズ スィー ザ ウェブサイト アンド タイムテーブル  
For details, see the website and timetable.

くわしくは、ホームページ、時刻表を見てください。

クーポン ティケッツ  
(3) Coupon tickets

かいすうけん  
回数券

① You can buy 1 0 0-yen coupon tickets in a set of 11 for 1,000 yen.

バイゼン フロム ザ ドライバー ウェン ザ バス イズ ストップト  
Buy them from the driver when the bus is stopped.

100円の券が11枚セットになっている回数券が1,000円で買うことができます。

バスが止まっているときに、運転手から買ってください

② You can exchange welfare taxi tickets for coupons.

ふくしたくしーりようけん も ひとつ  
福祉タクシー利用券を持っている人

トゥー ウェルフェア タクシー ティケッツ キャン ピー エクスチェンジド フォア クーポンズ セット オフ イレブン オン ザ  
Two welfare taxi tickets can be exchanged for coupons (set of 11) on the  
バス テル ザ ドライバー ウェン ザ バス イズ ストップト  
bus. Tell the driver when the bus is stopped.

ふくしたくしーけん まい かいすうけん まいせつと バス なか こうかん  
福祉タクシー券2枚と回数券(11枚セット)をバスの中で交換することができます。  
バスが止まっているときに、運転手に言ってください。

ハウ トゥ ゲット オン アンド オフ ザ バス  
(4) How to get on and off the bus

の かた  
乗り方について

① A bus stop is the place to get on and off. Get on and off in turn.

の ところ お ところ バス ていりゅうじょ  
乗る所、降りる所は、バスの停留所だけです。

② At a bus stop, wait by the lane in the direction the bus is going. If you wait in the opposite lane, the bus will not stop.

バス ていりゅうじょ ま バス い ほうこう しゃせん ま  
バスの停留所で待つときは、バスの行く方向の車線で待ってください。

はんたい しゃせん ま バス と  
反対の車線で待っているときは、バスは止まりません。

リクウェスツ スィングス トゥ ノット  
(5) Requests (things to note)

ちゅうい  
おねがい(注意すること)

① You cannot drink, eat, or smoke on the bus.

バス なか の た す  
バスの中では、飲むこと、食べること、たばこを吸うことはできません。

② Do not bring hazardous materials on the bus.

あぶ の も の  
危ないものを持って、乗ることはできません。

③ To ensure safety, obey the driver while you are on the bus.

バス 中は、安全のために 運転手の 言うことを 聞いてください。

④ If you cause inconvenience to other passengers, you may be refused permission to board the bus.

バスに 乗っている 他の人に 迷惑になる場合は、バスに 乗せられないことがあります。

⑤ Due to traffic conditions and other factors, the bus may be later than the time on the timetable.

道路が 混んでいたり、悪い天気の場合は、予定の 時間より 遅いことがあります。

⑥ If you forget something, ask the bus company directly.

忘れ物を したときは、バスの会社へ 聞いてください。

(6) About the status of bus service

バスの 運行状況 について

You can check the location of buses and bus stops and other information in real time on your smartphone or computer.

スマートフォンや パソコンで、バスの位置や バスの停留所を リアルタイムで見ることが できます。

<https://mitoyo.busyohou.jp> (tentative)



<https://www.city.mitoyo.lg.jp/kurashi/koutsuu/5333.html>



Inquiries: Regional strategies Division, City Hall

(TEL 0875-73-3011)

E-mail: [chiiki@city.mitoyo.lg.jp](mailto:chiiki@city.mitoyo.lg.jp)

【問い合わせ】 市役所地域戦略課 (TEL 0875-73-3011)

E-mail : [chiiki@city.mitoyo.lg.jp](mailto:chiiki@city.mitoyo.lg.jp)

## 4-7 ムービング イントゥ ミュニシパル ハウジング Moving into municipal housing

### し え い じゅうたくにゆうきよ 市営住宅入居



#### リクワイヤメンツ (1) Requirements

##### ようけん にゆうきよ ひつよう 要件 (入居に必要なこと)

ピープル フー リブ オー ワーク イン ザ シティー ハブ ファミリー メンバーズ リビング ウィズ  
People who live or work in the city, have family members living with  
ゼン アンド アー イン ニード オフ ア プレイス トゥ リブ ピープル フー アー ノット ビハインド  
them, and are in need of a place to live. People who are not behind  
イン ペイキング ゼアー タクシズ アンド フー ハブ アン インカム ビロウ ア サートゥン アマウント  
in paying their taxes, and who have an income below a certain amount,  
アー エイブル トゥ アプライ  
are able to apply.

し ない す 市内に 住んでいるか、し ない かいしゃ はたら ひと いっしょ す  
市内に 住んでいるか、市内の会社で 働いている人で、一緒に住んでいる

か そく す ばしょ こま ひと  
家族がいて、住む場所に 困っている人です。

ぜいきん ぜんぶおさ しょとく き きんがく い か ひと もう こ  
税金を 全部納めて、所得が 決められた 金額以下の 人が 申し込みが できま  
す。

#### アプリケーション プロシージャー (2) Application procedure

##### てつづ 手続き

アプライ デュアリング ザ ピリオッド ウェン アプリケーション フォア テナント アー ビーイング  
Apply during the period when applications for tenants are being  
アクセプティド  
accepted.

トゥ アプライ アン アプリケーション トゥ ムーブ イントゥ ミュニシパル ハウジング アンド アプリケーション  
To apply, an application to move into municipal housing and application  
ドキュメンツ アー リクワイヤード  
documents are required.

にゆうきよしゃ ほしゅう きかん もう こ  
入居者の 募集をしている 期間に 申し込んでください。

もう こ にゆうきよもうしこみしょ もうしたてしょ しよるい ひつよう  
申し込みには、入居申込書と 申立書の 書類が 必要です。

インクワイアリーズ コンストラクション アンド ハウジング ディビジョン シティー ホール テル  
Inquiries: Construction and Housing Division, City Hall (TEL 0875-73-3044)

イーメール  
E-mail: [kenchiku@city.mitoyo.lg.jp](mailto:kenchiku@city.mitoyo.lg.jp)

と あわ 【問い合わせ】 しやくしよけんちくしじゅうたくか (TEL 0875-73-3044)  
市役所建築住宅課

E-mail : [kenchiku@city.mitoyo.lg.jp](mailto:kenchiku@city.mitoyo.lg.jp)

サポート  
5. Support

しえん  
支援

コンサルテーション サービス フォア フォーリン レジデント  
5-1 Consultation service for foreign residents

がいこくじん そうだん まどぐち  
外国人相談窓口

カガワ フォーリン レジデント サポート センター

(1) Kagawa Foreign Residents Support Center

がいこくじん そうだん しえん センター  
かがわ外国人相談支援センター

フォーリン レジデント プリーズ フィール フリー トゥ コンサルト

Foreign residents, please feel free to consult us if you have any problems.

がいこくじん みな こま なん そうだん  
外国人の皆さん、困っていることがあったら何でも相談してください。

- ① Consultation contents: Residence procedures, employment, medical care, welfare, childbirth/child-rearing, children's education, etc.

そうだん ないよう ざいりゅうてつづき こよう いりょう ふくし しゅっさん こそだ きょういく  
相談内容： 在留手続、雇用、医療、福祉、出産・子育て、子どもの教育など

- ② Languages available: Easy Japanese, English, Chinese, and Portuguese. Telephone interpretation services (21 languages) and interpretation machines (74 languages) are also available.

たいおうげんご にほんご えいご ちゅうごくご ポルトガルご てんわ つうやく  
対応言語： やさしい日本語、英語、中国語、ポルトガル語のほか、電話での通訳

さーびす げんご つうやくき げんご かつよう たいおう  
サービス(21言語)や通訳機(74言語)なども活用して対応

- ③ Location: 1-11-63 Bancho, Takamatsu City, Kagawa Prefecture  
I-PAL Kagawa 2 F, within Kagawa Prefecture  
International Exchange Association

ば しょ  
場 所： かがわけんたかまつしばんちょう ちょうめ  
香川県高松市番町1丁目11-63

あいばるかがわかい こうえきざいだんほうじんかがわけんこくさいこうりゅうきょうかい ない  
アイパル香川2階 公益財団法人香川県国際交流協会 内

- ④ Hours: アワーズ チューズデイ スル ー サンデイ ナイン エイ エム トゥ フォー ビー エム  
Tuesday through Sunday, 9 :00 a.m. to 4 :00 p.m.  
クロウジング デイズ マンデイズ チューズデイズ イフ マンデイズ イズ ア  
\* Closing days: Mondays (Tuesdays if Monday is a  
ナショナル ホリデイ デイ センバー トゥエンティー・ナインス スル ー  
national holiday ), December 2 9 through  
ジャン્યuary サード  
January 3

うけつけじかん  
受付時間 : かようび にちようび ごぜん じ ごご じ  
火曜日から日曜日 午前9時から午後4時

やす ひ げつようび げつようび しゅくじつ かようび がつ にち  
※休みの日 : 月曜日(月曜日が祝日だったら火曜日) 12月29日から  
がつ にち  
1月3日

- ⑤ Contact: コンタクト テル TEL 087-837-0411 メール Mail soudan@i-pal.or.jp

れん らく さき  
連絡先 : TEL 087-837-0411 Mail soudan@i-pal.or.jp

ウェブサイト  
Website <http://www.i-pal.or.jp/soudan/>



コンサルテーション サービス フォア フォーリン ワーカーズ アンド ヒューマン リソーシズ  
(2) Consultation service for foreign workers and human resources

がいこくじんろうどうじんざいかんけいそうだんまどぐち  
外国人労働人材関係相談窓口

プリーズ フィール フリー トゥ コンサルト ウィズ アス リガーディング エニー プロブレムズ オー コンサーンズ  
Please feel free to consult with us regarding any problems or concerns

ユー メイ ハブ アバウト エンプロイメント オフ フォーリン ナショナルズ アンド ビーイング  
you may have about employment of foreign nationals and being

エンプロイド アズ ア フォーリン ナショナル  
employed as a foreign national.

がいこくじん こよう しゅうろう かん もんだい なや きがる そうだん  
外国人の雇用、就労に関する問題・悩みについて、お気軽にご相談ください。

- ① Consultation contents: コンサルテーション コンテンツ ステイタス オフ レジデンス リクルートメント エンプロイメント ワーキング  
Status of residence, recruitment/employment, working

コンディションズ ユージング フォーリン ヒューマン リソーシズ  
conditions, using foreign human resources

そうだんないよう ざいりゅうしかく ほしゅう さいよう ろうどうじょうけん がいこくじんざい かつよう  
相談内容 : 在留資格、募集・採用、労働条件、外国人材の活用

② Location: ロケーション バンチョ タカマツ シティー カガワ プリフェクチャー  
4-1-10 Bancho, Takamatsu City, Kagawa Prefecture

プリフェクチュラル ガバメント イースト ビルディング シックス・フロアー  
Prefectural Government, East Building 6 F ,

レイバー ポリシー ディビジョン  
Labor Policy Division

ば しょ : かがわけんたかまつしばんちょう ちょうめ ばん ごう  
場所 : 香川県高松市番町4丁目1番10号

かがわけんちょう ひがしかん かい ろうどうせいさくか ない  
香川県庁 東館6階 労働政策課 内

③ Hours: アワーズ マン デイ スル ー フライデイ エクスクルーディング ナショナル ホリデイズ  
Monday through Friday (excluding national holidays)

エイト サーティー エイ エム トゥ ファイブ フィフティーン ビー エム  
8 : 3 0 a.m. to 5 : 1 5 p.m.

うけつけじかん : げつようび きんようび しゅくさいじつ のぞ  
受付時間 : 月曜日から金曜日（祝祭日を除く。）

ごぜん じ ぶん ごご ぶん  
午前8時30分から午後5時15分

④ Contact: コンタクト カガワ プリフェクチャー レイバー ポリシー ディビジョン  
Kagawa Prefecture Labor Policy Division

テル  
TEL 087-832-3400

イーメール  
E-mail: rosei@pref.kagawa.lg.jp

れん らく さき : かがわけんろうどうせいさくか  
連絡先 : 香川県労働政策課

TEL 087-832-3400

E-mail : rosei@pref.kagawa.lg.jp



## 5-2 Japanese language classes

にほんごきょうしつ  
日本語教室



### (1) Japanese Language Courses

にほんご こうざ

- ① **Date and time:** Every Sunday, 2 :00 p .m. to 4 :00 p .m.
- ② **Location:** Mitoyo Future Creation Center
- ③ **Contents:** Teaching Japanese language and culture to foreigners
- 内容 :** 外国の人に日本語と日本の文化を教えます  
Studying for the Japanese-Language Proficiency Test (J L P T).
- 日本語能力試験の勉強をします

- ④ **Tuition fees:** Free

お 金 : 無料

**Inquiries:** Representative Sumiko Tanaka

(E-mail: [jh5nga@gmail.com](mailto:jh5nga@gmail.com))

U R L :<http://shikoku.me/ja5cvx/>

【問い合わせ】 代表者 田中 寿美子

( E-mail : [jh5nga@gmail.com](mailto:jh5nga@gmail.com))

URL : <http://shikoku.me/ja5cvx/>

ミトヨ ジャパニーズ ラングエッジ クラッシズ  
(2) Mitoyo Japanese Language Classes

にほんごきょうしつ  
みとよ日本語教室

① デイト アンド タイム Date and time: エブリ サン デイ ワン ビー エム トゥ フォー ビー エム Every Sunday, 1:00 p.m. to 4:00 p.m.

いつ まいしゅうにちようび ここ し ここ し  
毎 週 日 曜 日 午 後 1 時 から 午 後 4 時

② ロケーション Location: ミノ チョ ライ フログ ラー ニング セン ター エ ト セ ッ ラ Mino-cho Lifelong Learning Center, e t c.

どこで みの ちよう しょう がい がく しゅう セん たー ほか  
三 野 町 生 涯 学 習 セン ター 他

③ コン テン ツ Contents ティー チング ジャパ ニーズ ラング エッジ アンド カル チャア トウ  
• Teaching Japanese language and culture to  
フォー リナーズ  
foreigners

ない よう 内 容 がい こく ひと にほんご にほん ぶんか お  
• 外 国 の 人 に 日 本 語 と 日 本 の 文 化 を 教 え ま す

スタ ッ ディ ング フォア ザ ジャパ ニーズ ラング エッジ プロ フィ シェ ン シー テ ス ト  
• Studying for the Japanese-Language Proficiency Test

ジェイ・エル・ピー・ティー  
( J L P T ).

にほんごのうりよくしけん べんきょう  
• 日 本 語 能 力 試 験 の 勉 強 を し ま す

④ トゥー イ シ ョ ン フィーズ Tuition fees: フ リー Free

お 金 かね むりょう  
無 料

インクワイアリーズ Inquiries: リ プ レ ゼ ン タ ティ ブ ケ ン ゴ ナ ガ ノ テ ル Representative Kenzo Nagao (TEL 090-3215-9558)

と あ 【問 い 合 わ せ】 たいひょうしゃ なが お けんぞう 代 表 者 長 尾 眷 三 (TEL 090-3215-9558)

### 5-3 Night classes (Mitoyo City Takase Junior High School)

や かんが っ きゅう み と よ し り つ た か せ ち ゅ う が っ こ う  
夜間学級 (三豊市立高瀬中学校)

デ ィ ス イ ズ ホ ワ ッ ト ザ ナ イ ト ク ラ ッ シ ズ ア ー ラ イ ク  
(1) This is what the night classes are like.

や かんが っ きゅう  
夜間学級は、こんなところです。

① イ ッ ト イ ズ ア ク ラ ス ウ ェ ア ー ク ラ ッ シ ズ ア ー ヘ ル ド ア ッ ト ナ イ ト イ ン パ ブ リ ッ ク ジ ユ ニ ア ハ イ  
It is a class where classes are held at night in public junior high  
ス ク ー ル  
school.

こ う り つ ち ゅ う が っ こ う よ る じ かん たい じ ゅ ぎ ょ う お こ な わ れ る が っ き ゅ う  
公立中学校で、夜の時間帯に授業が行われる学級です。

② ノ ー ト ー イ シ ョ ン フ ィ ー ズ ア ー チ ェ ー ジ ド  
No tuition fees are charged.

じ ゅ ぎ ょ う り ょ う  
授業料はかかりません。

③ ク ラ ッ シ ズ ア ー ト ー ト バ イ ラ イ セ ン ス ト テ ー チ ェ ー ズ オ フ イ ー チ サ ブ ジ ェ ク ト オ フ ジ ユ ニ ア ハ イ  
Classes are taught by licensed teachers of each subject of junior high  
ス ク ー ル  
school.

ち ゅ う が っ こ う か く き ょ う か き ょ う い ん め ん き ゃ も き ょ う い ん じ ゅ ぎ ょ う お こ な  
中学校の各教科の教員免許を持った教員が授業を行います。

④ ク ラ ッ シ ズ ア ー フ ロ ム ファ イ ブ サ ー テ ィ ー ビ ー エ ム トゥ ナ イ ン ビ ー エ ム  
Classes are from 5 : 3 0 p.m. to 9 : 00 p.m.

じ ゅ ぎ ょ う こ こ じ ぶん こ こ じ  
授業は午後5時30分から午後9時です。

⑤ フ ォ ー ク ラ ッ シ ズ ア ー ヘ ル ド イ ー チ デ イ イ ー チ ク ラ ス イ ズ フ ォ ー テ ィ ー ミ ニ ッ ツ ロ ン グ  
Four classes are held each day. Each class is 4 0 minutes long.

まい に ち じ ゅ ぎ ょ う お こ な じ ゅ ぎ ょ う ぶん  
毎日4授業を行います。1授業は、40分です。

⑥ ス テ ュ ー デ ン ツ フ ー ス タ デ ィ ー オ ー ル コ ー ス ズ イ ン ザ イ ー ブ ニ ン グ ク ラ ッ シ ズ ウ ィ ル レ シ ー プ ア  
Students who study all courses in the evening classes will receive a  
ジュニアハイスクールディプロマ(卒業証書) (students can study for up  
トゥ ナ イ ン イ ヤ ー  
to nine years).

や かんが っ きゅう か て い が く し ゅ う ち ゅ う が っ こ う そ つ き ょ う し か く そ つ き ょ う し ょ う し ゃ  
夜間学級ですべての課程を学習すると中学校の卒業資格(卒業証書)が  
さ い ち ょ う ね ん かん ま な  
もらえます。(最長9年間学ぶことができます。)

② フ ォ ー リ ン ナ シ ョ ナ ル ズ フ ー キ ャ ン ビ ー ア ド ミ テ ッ ド トゥ ナ イ ト ク ラ ッ シ ズ  
Foreign nationals who can be admitted to night classes

が い こ く じん や かんが っ きゅう はい ひと  
外国人で、夜間学級に入れる人

ピープル フー マッチ エニー オフ ワントゥ スリー ビロウ  
People who match any of ① to ③ below.

つぎ  
次の①～③の どれかに あてはまる ひと です。

① Those who have not graduated from compulsory schooling in their home country

ほこく ぎ むきょういく がっこう そつぎょう ひと  
母国で 義務教育の 学校を 卒業していない人

② Those who have had less than nine years of compulsory education in their home country

ほこく ぎ むきょういく きかん ねん すく ひと  
母国の 義務教育の 期間が 9年より 少ない人

③ Those who live in Japan but cannot use Japanese well

にほん せいかつ にほんご つか ひと  
日本で 生活しているけれど 日本語が うまく使えない人

※However, those who study only the Japanese language will not be

admitted.

ただし、にほんご だけを がくしゅう する ひと は、はい  
ただし、日本語だけを 学習する人は、入れません。

(3) For people with special circumstances or who wish to consult us, please contact us.

とくべつ しじょう ある ひと そうだん ひと と  
特別な 事情のある人や 相談したい人は、問い合わせを してください。

Inquiries: School Education Division, Board of Education Secretariat, City Hall

テル  
(TEL 0875-73-3131)

イーメール  
E-mail: gakkoukyouiku@city.mitoyo.lg.jp

【問い合わせ】 市役所 教育委員会事務局 学校教育課

(TEL 0875-73-3131) E-mail : gakkoukyouiku@city.mitoyo.lg.jp

## 6. Public Facilities

### 公共施設

シティー ホール アンド ブランチ オフィセズ  
(City Hall and Branch Offices)

### 〔市役所・支所〕

ファシリティ ネーム Facility Name しせつめい 施設名	ロケーション Location しよざいち 所在地	フォン ナンバー Phone Number でんわばんごう 電話番号
ミトヨ シティー ホール Mitoyo City Hall みとよしやくしよ 三豊市役所	2373-1 Shimokatsuma, Takase-cho たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間2373-1	0875-73-3000
ミトヨ シティー ヤマモト タウン ホール Mitoyo City Yamamoto Town Hall みとよしやまもとちょうしよ 三豊市山本庁舎	333-1 Tsuji, Yamamoto-cho やまもとちょうつじ 山本町辻333-1	0875-63-1000
シビック センター ミノ ミノ タウン ホール Civic Center Mino (Mino Town Hall) しみんせんたーみのの みのちょうしよ 市民センター三野 (三野庁舎)	1978-1 Shimotakase, Mino-cho みのちょうしもたかせ 三野町下高瀬1978-1	0875-73-3111
ミトヨ シティー トヨナカ タウン ホール Mitoyo City Toyonaka Town Hall みとよしとよなかちょうしよ 三豊市豊中庁舎	201-1 Motoyama Ko, Toyonaka-cho とよなかちょうももやまごう 豊中町本山甲201-1	0875-62-1000
ミットヨ シティー タクマ タウン ホール イン ミトヨ Mitutoyo City Takuma Town Hall (in Mitoyo シティー カルチュラル ホール マリーン ウェーブ City Cultural Hall Marine Wave) みとよしたくまちょうしよ みとよしぶんかいかんまりんうゑーぶない 三豊市詫間庁舎 (三豊市文化会館リウエーブ内)	1338-127 Takuma, Takuma-cho たくまちょうたくま 詫間町詫間1338-127	0875-83-3111
ショナイ ウラシマ ブランチ オフィス Shonai Urashima Branch Office しやうないうらしましよつちようしよ 庄内浦島出張所	1891-1 Ohama Ko, Takuma-cho たくまちょうおおはまごう 詫間町大浜甲1891-1	0875-84-6115
アワシマ ブランチ オフィス Awashima Branch Office あわしましよつちようしよ 粟島出張所	861-17 Awashima, Takuma-cho たくまちょうあわしま 詫間町粟島861-17	0875-84-7001
ミトヨ シティー シビック センター ニオ ニオ タウン ホール Hall) みとよししみんせんたーにょ にょちょうしよ 三豊市市民センター仁尾 (仁尾庁舎)	34-2 Nio Shin, Nio-cho にょちょうにょしん 仁尾町仁尾辛34-2	0875-82-5100
ミトヨ シティー サイタ タウン ホール Mitoyo City Saita Town Hall みとよしさいたちようしよ 三豊市財田庁舎	2171 Saita Kami, Saita-cho さいたちようさいたかみ 財田町財田上2171	0875-67-0100

ローカル コミュニティー センター  
(Local Community Centers)

こうみんかん  
〔公民館〕

施設名 Facility Name	ロケーション Location	フォンナンバー Phone Number
しせつめい 施設名	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
コミュニティー センター イン ミトヨ Takase-cho Community Center (in Mitoyo フューチャー クリエイション センター Future Creation Center) たかせちょうこうみんかん みらいそうぞうかんない 高瀬町公民館 (みとよ未来創造館内)	2347-1 Shimokatsuma, Takase-cho たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間2347-1	0875-73-3051
コミュニティー センター イン Yamamoto-cho Community Center (in ライフロング ラーニング センター Yamamoto-cho Lifelong Learning Center) やまもとちょうこうみんかん やまもとちょうしょうがいかくしゅう 山本町公民館 (山本町生涯学習 センター内)	154 Saitanishi, Yamamoto- cho やまもとちょうさいだにし 山本町財田西154	0875-63-1041
コミュニティー センター イン シビック Mino-cho Community Center (in Civic センター ミノ Center Mino) みのちょうこうみんかん しみんせんたーみのない 三野町公民館 (市民センター三野内)	1978-1 Shimotakase, Mino- cho みのちょうしもたかせ 三野町下高瀬1978-1	0875-73-3114
コミュニティー センター イン Toyonaka-cho Community Center (in ルーラル エンバイロメント Toyonaka-cho Rural Environmental インブルーブメント センター Improvement Center) とよなかちょうこうみんかん とよなかちょうのうそんかんきょうかいぜんせんたー 豊中町公民館 (豊中町農村環境改善センター 内)	160-1 Motoyama Ko, Toyonaka-cho とよなかちょうもとやまこう 豊中町本山甲160-1	0875-62-1155
コミュニティー センター イン ミトヨ Takuma-cho Community Center (in Mitoyo シティー カルチュラル ホール マリーン ウェーブ City Cultural Hall Marine Wave) たくまちょうこうみんかん みとよしぶんか かいかんまりんろうそーぶない 詫間町公民館 (三豊市文化会館マリナーフ内)	1338-127 Takuma, Takuma- cho たくまちょうたくま 詫間町詫間1338-127	0875-83-8811
コミュニティー センター イン シビック センター Nio-cho Community Center (in Civic Center ニオ Nio) におちょうこうみんかん しみんせんたーにおない 仁尾町公民館 (市民センター仁尾内)	34-2 Nio Shin, Nio-cho におちょう に おしん 仁尾町仁尾辛34-2	0875-82-5106
コミュニティー センター Saita-cho Community Center さいだちょうこうみんかん 財田町公民館	2171-1 Saita Kami, Saita- cho さいだちょうさいたかみ 財田町財田上2171-1	0875-67-0108

ライブラリーズ  
(Libraries)

としょかん  
(図書館)

ファシリティ ネーム Facility Name しせつめい 施設名	ロケーション Location しよざいち 所在地	フォン ナンバー Phone Number でんわばんごう 電話番号
ミトヨ フューチャー ライブラリー イン ミトヨ フューチャー Mitoyo Future Library (in Mitoyo Future クリエイション センター Creation Center) みとよみらいとしょかん (みとよみらいそらぞうかんにない)	2347-1 Shimokatsuma, Takase-cho たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間2347-1	0875-72-5631
ライブラリー イン Yamamoto-cho Library (in Yamamoto-cho ライフロング ラーニング センター Lifelong Learning Center) やまもとちょうとしょかん (やまもとちょうしやうがいがくしゅう 山本町図書館 (山本町生涯学習 センター内)	154 Saitanishi, Yamamoto- cho やまもとちょうさいだにし 山本町財田西154	0875-63-1041
ミトヨ チルドレンズ ライブラリー イン Mitoyo Children's Library (in Mino-cho ヘルス センター Health Center) みとよこどもとしょかん (みよほけんせんたーにない)	2030-1 Yoshizu Otsu, Mino- cho みのちょうよしづおつ 三野町吉津乙2030-1	0875-73-3121
ライブラリー イン Toyonaka-cho Library (in Toyonaka-cho フヨ ブンカ ノ サト Fuyo Bunka no Sato) とよなかちょうとしょかん (とよなかちょうふやうぶんか さとかんにない) 豊中町図書館 (豊中町芙蓉文化の里館内)	236 Motoyama Ko, Toyonaka-cho とよなかちょうもとやまこう 豊中町本山甲236	0875-62-6430
ライブラリー Takuma-cho Library たくまちょうとしょかん 詫間町図書館	1338-5 Takuma, Takuma- cho たくまちょうたくま 詫間町詫間1338-5	0875-83-6828
ライブラリー イン カルチュラル ホール Nio-cho Library (in Nio-cho Cultural Hall) にょちょうとしょかん (にょちょうぶんか かいかんにない) 仁尾町図書館 (仁尾町文化会館内)	296-1 Nio Tei, Nio-cho にょちょうにょてい 仁尾町仁尾丁296-1	0875-56-9565
コミュニティ センター ライブラリー イン Saita-cho Community Center Library (in コミュニティ センター Saita-cho Community Center) さいた ちょうこうみんかんとしよしつ (さいた ちょうこうみんかんにない) 財田町公民館図書室 (財田町公民館内)	2171-1 Saita Kami, Saita- cho さいたちょうさいたかみ 財田町財田上2171-1	0875-67-0108

カルチュラル ファシリティーズ  
(Cultural Facilities)

ぶんかしせつ  
(文化施設)

ファシリティ ネーム Facility Name しせつめい 施設名	ロケーション Location しよざいち 所在地	フォン ナンバー Phone Number でんわばんごう 電話番号
ムネヨシ タイル エクシビション ホール Muneyoshi Tile Exhibition Hall むねよし さとでんじかん 宗吉かわらの里展示館	153-1 Yoshizu Ko, Mino- cho みのちょうよしづこう 三野町吉津甲153-1	0875-56-2301
ミュージアム オフ ヒストリー アンド フォークロア Takuma-cho Museum of History and Folklore たくまちょうみんぞくしりょうかん こうこかん 詫間町民俗資料館・考古館	1328-10 Takuma, Takuma- cho たくまちょうたくま 詫間町詫間1328-10	0875-83-6858

マウンテン アサヒ ミュージアム Takase-cho M t . Asahi Museum たかせちょうあさひやましのようかん 高瀬町朝日山資料館	3914 Shimoasa, Takase-cho たかせちょうしもあさ 高瀬町下麻3914	0875-73-3135
マウンテン シュデ アークオロジカル Takuma-cho M t . Shiude Archaeological ミュージアム Museum たくまちょうしう でやまい せきかん 詫間町紫雲上山遺跡館	451-1 Ohama Otsu, Takuma-cho たくまちょうおおはま 詫間町大浜乙 451-1	0875-84-7896
ミトヨ シティー カルチュラル ホール マリーン ウェーブ Mitoyo City Cultural Hall (Marine Wave) みとよしどよんかいかん まりんうゑーぶ 三豊市文化会館 (マリンウェーブ)	1338-127 Takuma, Takuma-cho たくまちょうたくま 詫間町詫間1338-127	0875-56-5111

コミュニティ センター  
(Community Centers)

こみゆにていせんたー  
〔コミュニティセンター〕

ファシリティ ネーム Facility Name しせつめい 施設名	ロケーション Location しよざいち 所在地	フォン ナンバー Phone Number でんわばんごう 電話番号
ミトヨ シティー トヨナカ コミュニティー センター Mitoyo City Toyonaka Community Center みとよしどよなかこみゆにていせんたー 三豊市豊中コミュニティセンター	3567-6 Okamoto, Toyonaka-cho とよなからうおかもと 豊中町岡本3567-6	0875-62-5205
ミトヨ シティー マッサキ コミュニティー センター Mitoyo City Takuma-cho Massaki Community Center みとよしだくまちょうまつさきこみゆにていせんたー 三豊市詫間町松崎コミュニティセンター	717-1 Massaki, Takuma-cho たくまちょうまつさき 詫間町松崎717-1	0875-83-3639

スポーツ ファシリティーズ  
(Sports Facilities)

たいいくしせつ  
〔体育施設〕

ファシリティ ネーム Facility Name しせつめい 施設名	ロケーション Location しよざいち 所在地	フォン ナンバー Phone Number でんわばんごう 電話番号
ミドリガオカ ジェネラル スポーツ パーク Midorigaoka General Sports Park みどりがおかそうごうらんどこうえん がっこうほうじん しこくがくいん 緑ヶ丘総合運動公園(学校法人 四国学院)	751-24 Kamitakase, Takase-cho, e t c . たかせちょうかみたかせ 高瀬町上高瀬751-24他	0875-72-1500
ジムネイジウム Takase-cho Gymnasium たかせちょうたいいくかん 高瀬町体育館	2687-1 Shimokatsuma, Takase-cho たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間2687-1	0875-73-3138
タカセ ビーアンドジー マリーン センター Takase B & G Marine Center たかせびーあんどじーかいようせんたー 高瀬B & G海洋センター	2986-2 Hijinaka, Takase-cho たかせちょうひしなか 高瀬町比地中2986-2	0875-73-3140
ヤマモト フレイアイ パーク Yamamoto Fureai Park やまもと こうえん 山本ふれあい公園	154 Saitanishi, Yamamoto-cho やまもとちょうさいだにし 山本町財田西154	0875-63-1041
ウォーターフロント アンド リバーサイド Athletic Park アスレティック パーク 山本町水辺・河川敷運動公園	2733-4 Ono, Yamamoto-cho, e t c . やまもとちょうおおの 山本町大野2733-4他	0875-63-1041

ホザン レイク パーク Hozan Lake Park ほうざんここうえん 宝山湖公園	500-1 Koda Otsu, Yamamoto-cho やまもとちようこうだおつ 山本町神田乙500-1	0875-73-3138
スポーツ センター Mino-cho Sports Center みのちようたいいくせんたー 三野町体育センター	752-2 Shimotakase, Mino- cho みのちようしもたかせ 三野町下高瀬752-2	0875-73-3138
トヨナカ サン スポーツ ランド Toyonaka Sun Sports Land とよなかさん すほーつらんど 豊中サン・スポーツランド	3917-1 Kasadakasaoka, Toyonaka-cho とよなからちようかさだ かさおか 豊中町笠田笠岡3917-1	0875-62-6163
ジムネイジウム Toyonaka-cho Gymnasium とよなからちようたいいくかん 豊中町体育館	148-1 Motoyama Ko, Toyonaka-cho とよなからちようもとやまこう 豊中町本山甲148-1	0875-73-3138
トヨナカ トレーニング センター Toyonaka Training Center とよなかとれーにんくせんたー 豊中トレーニングセンター	240 Motoyama Ko, Toyonaka-cho とよなからちようもとやまこう 豊中町本山甲240	0875-62-6540
シビック スポーツ グランド Takuma-cho Civic Sports Ground たくまちようしみんうんどうじょう 詫間町市民運動場	6811 Takuma, Takuma-cho, エトセトラ e t c . たくまちようたくま 詫間町詫間6811他	0875-83-4307
ミズイデ アスレティック パーク Takuma-cho Mizuide Athletic Park たくまちようみずいでうんどうこうえん 詫間町水出運動公園	2810 Massaki, Takuma- cho, etc. たくまちようまつさき 詫間町松崎2810他	0875-83-4307
スポーツ センター Takuma-cho Sports Center たくまちようたいいくせんたー 詫間町体育センター	3560-36 Takuma, Takuma- cho たくまちようたくま 詫間町詫間3560-36	0875-83-4307
ブドカン マーシャル アーツ ホール Budokan (Martial Arts Hall) ぶどうかん 武道館	3560-39 Takuma, Takuma- cho たくまちようたくま 詫間町詫間3560-39	0875-83-4307
キュドジョ ジャパニーズ アーチェリー コート Kyudojo (Japanese Archery Court) きゅうどうじょう 弓道場	6811 Takuma, Takuma-cho たくまちようたくま 詫間町詫間6811	0875-83-4307
タクマ シーマックス ナンプラフィット コーポレーション Takuma Seamax (Nonprofit Corporation) ミトヨ シティー コンプリヘンシブ コミュニティー Mitoyo City Comprehensive Community カルチャア アンド スポーツ クラブ Culture and Sports Club) しーまっくす ひえいりかつどうほうじん みとよしそ たくまシーマックス(非営利活動法人 三豊市総 合型地域文化・スポーツクラブ)	1338-165 Takuma, Takuma- cho たくまちようたくま 詫間町詫間1338-165	0875-83-8311
スポーツ センター Nio-cho Sports Center におちようたいいくせんたー 仁尾町体育センター	34-1 Nio Shin, Nio-cho におちよう に おしん 仁尾町仁尾辛34-1	0875-73-3138
ジェネラル スポーツ パーク Saita-cho General Sports Park さいたちようそうごううんどうこうえん 財田町総合運動公園	2361-1 Saita Kami, Saita- cho さいたちようさいたかみ 財田町財田上2361-1	0875-67-3721
サイト ビーアンドジー マリーナ センター Saita B & G Marine Center さいたひーあんどじーかいようせんたー 財田B & G海洋センター	22361-1 Saita Kami, Saita- cho さいたちようさいたかみ 財田町財田上2361-1	0875-67-3721

アーバン パークス  
(Urban Parks)

としこうえん  
〔都市公園〕

施設名 Facility Name	ロケーション Location	フォンナンバー Phone Number
サイタガワ リバーサイド パーク Saitagawa Riverside Park さいたがわりばーさいどぱーく 財田川リバーサイドパーク	Toyonaka-cho, Motoyama, エトセトラ Aza Shinden, e t c . とよなかちょうもとやまあざしんでんほか 豊中町本山字新田他	0875-73-3138
ニオ パーク Nio Park におこうえん 仁尾公園	44-1 Nio Shin, Nio-cho におちょうにおしん 仁尾町仁尾辛44-1	0875-73-3138

セトルメント ハウス  
(Settlement House)

りんぼかん  
〔隣保館〕

施設名 Facility Name	ロケーション Location	フォンナンバー Phone Number
タカセ ヒューマン ライツ ウェルフェア センター Takase Human Rights Welfare Center たかせじんけんふくしせんたー	430-1 Shimokatsuma, Takase-cho たかせちょうしもかつま 高瀬町下勝間430-1	0875-72-2501
カミタカノ カルチュラル センター Kamitakano Cultural Center かみだかのぶんかせんたー 上高野文化センター	2572-1 Kamitakano, Toyonaka-cho とよなかちょうかみだかの 豊中町上高野2572-1	0875-62-2377
フレアイ プラザ ニオ Fureai Plaza Nio ふれあいプラザにお	549-1 Nio Bo, Nio-cho におちょうにおほ 仁尾町仁尾戊549-1	0875-82-2607

トゥー フォーリン ナショナルズ リビング イン ミトヨ シティー  
To foreign nationals living in Mitoyo City

みとよし す がいこくじん  
三豊市に 住んでいる 外国人のみなさんへ

ゼ ア アー モ ア ザン ナイン・ハンドレッド ハンドレッド ナショナルズ リビング イン ミトヨ シティー ゼアー  
There are more than 900 foreign nationals living in Mitoyo City. Their

ナショナルリティーズ エクシード トゥエンティー カントゥリーズ  
nationalities exceed 20 countries.

イン ミトヨ シティー ウィー アー リスニング トゥー ザ オピニオンズ オブ アワー レジデントス アンド  
In Mitoyo City, we are listening to the opinions of our residents and  
コンシダリング バリアス ウェイズ トゥー メイク イット イージーアー フォー ジャパニーズ ピーブル アンド  
considering various ways to make it easier for Japanese people and  
フォーリン ナショナルズ トゥー ゲット アロング アンド リブ トゥギャザー リガードレス オブ ディファランシズ イン  
foreign nationals to get along and live together, regardless of differences in  
ナショナルリティー ラングエッジ カルチャア オア ウェイ オブ ライフ  
nationality, language, culture, or way of life.

オールソー アズ ア レジデント オブ ミトヨ シティー ウェアー ハンドレッド ナショナルズ オールソー リブ ユー  
Also, as a resident of Mitoyo City, where foreign nationals also live, you  
シュッド プレイ ユアー オウン パート イン ディザスター プリベンション プラクティス アンド エクスチェンジ  
should play your own part in disaster prevention practice and exchange  
アクティビティーズ ウィズ ジャパニーズ ピーブル イン ユアー タウン アンド パティシペイト イン ゼン トゥギャザー  
activities with Japanese people in your town, and participate in them together  
ウィズ ジャパニーズ ピーブル レットス メイク ミトヨ シティー ア コンフォタブル プレイス トゥー リブ  
with Japanese people. Let's make Mitoyo City a comfortable place to live  
トゥギャザー ウィズ ジャパニーズ ピーブル  
together with Japanese people.

みとよし いじょう くに にほん きて にんいじょう す  
三豊市には、20以上の国から 日本へ来て、900人以上が 住んでいます。

そのため、ことば ぶんか せいかつ ちが  
そのために、言葉、文化、生活に 違いがあります。

しかし、す 住みやすく せいかつ 生活するには、みんなが なかよ 仲良くすることが だいじ 大事です。

そして、まわりのひと 周りの人と こうりゅうかつどう 交流活動に さんか 参加すると いいです。

また、じぶん まち 自分を守るために ぼうさいくんれん 防災訓練に さんか 参加してほしいと おも 思います。

しみん やくわり も 市民として 役割を 持ってほしいと おも 思います。

みとよし さんか きかい 三豊市では、参加できる機会を つくることを、かんが 考えています。

みなさんも いろいろな いけん 意見を 言ってください。

ヒューマン ライツ ディビジョン シチズン エンバイロメント デパートメント ミトヨ シティー  
Human Rights Division, Citizen Environment Department, Mitoyo City

みとよし しみんかんきょうぶ じんけんか  
三豊市 市民環境部 人権課

2373-1 Shimokatsuma, Takase-cho, Mitoyo City 767-8585

〒767-8585 みとよしだかせちょうしもかつま  
三豊市高瀬町下勝間2373-1

テ ル  
TEL: 0875-73-3008

ファックス  
FAX : 0875-73-3020

イーメール  
E-mail: [jinken@city.mitoyo.lg.jp](mailto:jinken@city.mitoyo.lg.jp)