

生活ガイド 柏崎
Kashiwazaki Living Guide
生活指南 柏崎



(公財) 柏崎地域国際化協会
Kashiwazaki Area International Association

柏崎

柏崎は新潟県にある日本海側に面した人口約8万人の市です。春夏秋冬があり、冬には雪も降ります。海や山がきれいです。

東京からは約300km、新幹線と鉄道で約3時間、新潟の県庁所在地新潟市からは約100kmあり、高速バスを使い1時間半ほどで行けます。

プールや陸上競技場、体育館などの施設は誰でも安く使うことができます。新鮮な野菜や魚などの食べ物もおいしく、空気もきれいで、たのしい生活ができます。

Kashiwazaki, a city in Niigata Prefecture, is facing the Sea of Japan with a population of about 80,000. There are the four seasons of spring, summer, autumn and winter, with snow falls in winter. The surrounding sea and mountains are beautiful.

Kashiwazaki is about 300 km from Tokyo, which is about 3 hours by Shinkansen and train, and about 100 km from Niigata City, the prefectural capital of Niigata, which can be reached in about 1.5 hours by highway bus.

Pools, athletics stadiums, gymnasiums and other facilities within the city can be used cheaply by anyone.

You can get food such as fresh vegetables and fish, and the environment is one in which you will be able to enjoy life.

柏崎市是位于新潟县内的一座面临日本海的城市，人口约8万人。春夏秋冬四季分明，冬季会下雪。海景和山景相映、非常漂亮。

距离东京约300公里，乘坐新干线和铁路约3小时可达，距离新潟的县厅所在地新潟市约100公里，乘坐高速巴士1小时30分左右便可到达。

这里有游泳馆、田径场、体育馆等设施为您提供便利。

新鲜蔬菜和鱼类也很，空气的很洁净，这一切都能让您愉快地在此生活。

目次

1. 携帯電話、Wifi 4, 5
Smartphone, Wifi 智能手机, WiFi
2. お金、銀行口座、はんこ 6, 7
Money, Bank account, INKAN (personal stamp)
钱款, 银行账户, 印章
3. 交通 8, 9, 10, 11
Traffic 交通
たいせつなこと：交通ルール
Important information : Traffic rules
重要：交通规则
免許証 License 驾驶执照
バス Bus 公共交通系统
4. 医療 12, 13
Medical treatment 医疗系统
5. ごみ 14, 15
Garbage 垃圾处理
6. 防災 16, 17
Disaster prevention and preparation “BOUSAI” 防灾
7. リンク集 18, 19, 20, 21, 22
Link 相关链接
8. 柏崎地域国際化協会紹介 23
Kashiwazaki Area International Association Information
柏崎地域国际化协会简介

※この冊子の情報は2020年3月現在です。

※As of March, 2020.

※本册中所记为2020年3月时的情报

携帯電話

携帯電話（スマートフォン）は日本語で「スマホ」「けいたい」と呼ばれることが多いです。この「スマホ」の契約について紹介します。

【スマホ契約方法】

・大手携帯会社

au、docomo、softbankの3社があり、柏崎にも支店があります。

アフターサービスや多言語での情報があります。契約をやめる時にはお金を払わなければならないことがあります。

・格安SIMカード

通信・通話を行うSIMカードのみ契約することもできます。インターネットで買うことができます。SIMフリーのスマホを自分で買います。

・格安スマホ

スマホと格安SIMを一緒に契約します。

【契約に必要な書類】

日本国内の銀行口座、在留カード、クレジットカードなどが必要となります。それぞれの会社できいてください。

Wi-Fi

自分の家でWifiを使いたい場合は、インターネットの契約をして、電話回線を使ったWifiかポケットWifiを契約します。

フリーWifiは、柏崎にはあまりありませんが、コンビニエンスストアや公共機関、市内の店で、利用することができます。

※スマホとWifiを一緒に契約すると割引があったり、契約や準備する書類は複雑です。ぜひ、日本人や在留歴の長い詳しい友達に教えてもらってください。

Smartphones

Smartphones are often called “SUMAHO” or “KEITAI” in Japanese. The following introduces how to make a “SUMAHO” or “KEITAI” contract.

【How to make a SUMAHO contract】

- Large mobile carriers

There are three companies with branches in Kashiwazaki. These are au, docomo and softbank. The after-sales service and information, which are available in multiple languages, are substantial. However, you may need to pay a fee when you cancel your contract.

- Cheap SIM card

You can also make a SIM card only contract that allows communication and calls. These can also be purchased online. You can buy a SIM-free smartphone by yourself.

- Cheap smartphone

You can make a cheap contract for a smartphone and SIM together.

【Documents required for contract】

A bank account in Japan or a credit card, your residence card and, your personal stamp are required. However each company is different so please ask at the shop.

Wi-Fi

If you want to use Wi-Fi in your own home, you can either subscribe to an Internet provider in Japan, subscribe using your phone line or use a Pocket Wi-Fi. Free Wi-Fi is not very common in Kashiwazaki, but it can be used at convenience stores, public institutions, and major smartphone carriers.

* If you sign up to a joint smartphone and Wi-Fi contract, there is a discount, however the contract and the documents to prepare are complicated. Please be sure to get

智能手机

智能手机（smartphone）在日语中被多称为“スマホ”“けいたい”。下面将对手机的合约（契约）进行介绍。

【手机签约订方法】

- 大型运营商

有au, docomo, softbank等3家运营商可以选择，其各在柏崎都设有分店。提供售后服务和多国语言的咨询服务。解约时可能会支付违约金。

- 廉价（格安）SIM卡

您可以通过合约仅购买可进行通信和通话的SIM卡。网上也可以进行购买。但需自行购买无锁版（SIMフリー）手机。

- 廉价（格安）手机

同时合约购买廉价SIM卡和手机。

【合约需要的材料】

需要日本国内的银行账户（存折），在留卡，信用卡等。详情请咨询各运营商。

WiFi（无线网络）

您在日本的住宅想使用WiFi时，可以通过签订因特网使用合约，由电话线连接的线网络或口袋WiFi来实现。

柏崎并没有覆盖免费WiFi，但在便利店或公共机关，市内的店铺内会有免费WiFi提供。

※您也可以在签订手机合约的同时签订网络合约，但合约和准备的文件较为复杂。详情请务必咨询日本友人和日本常住的朋友。

お金

日本では、日本円を使います。30か国くらいの国の現金の両替が銀行でできます。しかし、柏崎では予約が必要で、数日間かかります。

買い物は、現金でできます。海外で発行されたクレジットカードは使えないこともあります。日本で発行されたものはお店での買い物ではほとんど使えます。飲食店では使えないこともあります。最近では、携帯電話での電子マネーも使えます。すべての店で使えることはありません。ビットコインは柏崎ではほとんど使えません。

銀行口座

日本の銀行は、全国に支店がある大きな銀行、地域の銀行や、インターネットの銀行などの種類があります。サービスや使い方に合わせて選ぶとよいです。口座を作るには、印鑑や身分証明書、在留カードなどがが必要です。銀行で詳しく聞いてください。

また、日本から引越すときには、必ず解約してください。日本に住んでいないのに、銀行口座をそのままにしておくと、犯罪に使われることがあります。

印鑑

銀行口座を作るときに必要なになる日本式のスタンプである印鑑。「はんこ」とも呼ばれます。印鑑は、木材や石に名前を彫ったものです。それを朱肉というインクを付けて押します。早めに作ってください。

契約をするときに、他の国ではサインしますが、日本では印鑑を押します。



Money

Japanese yen is used in Japan. Cash of about 30 countries can be exchanged at banks. However, reservations are required and can take several days.

Shopping can be done with cash. Credit cards that were issued overseas may not be accepted. Most of those issued in Japan can be used for shopping at stores. (They cannot be used in restaurants). Recently, electronic money on smartphones has begun to be used, but it cannot be used in all stores. Bitcoin can really be used in Kashiwazaki.

Bank accounts

There are several types of Japanese banks, such as large banks with branches nationwide, regional banks, and online banks. It is good to choose according to the services and your needs. To create an account, you need a personal stamp, ID card or passport, residence card and phone number. Ask your bank for more details. Also, when moving from Japan, be sure to cancel your account. If you don't live in Japan but leave your bank account open, it can be used for crime.

INKAN (personal stamp)

An INKAN is a Japanese-style personal stamp that is required when making a bank account. They are also called "Hanko". The stamp is your name carved on wood or stone. It is used with red ink. Please make it as early as possible.

When you sign a contract, in other countries you use a signature, but in Japan, you stamp with an INKAN. Your INKAN is needed for beginning and ending all contracts. Please be careful with it. If your INKAN is lost or stolen, it is a complicated process to reregister a new one at each contract location much like a lost or stolen credit card.

钱款

日本使用的货币是日元。30个左右的国家货币可以在银行兑换。但是兑换业务在柏崎需要提前预约，会花费数日。

您购物可以使用现金。海外发行的信用卡有时可能不能刷卡。日本发行的信用卡在店铺大多都可以使用。但在饭店有不能刷卡时候。最近手机上的电子钱包也开始普及，但并不是所有的店铺都可以使用。比特币在柏崎基本不支持支付。

银行账户

日本的银行分为在全国有支行的大型银行、地方银行、网上银行等种类。可以根据业务类型和使用方法来综合进行选择。开设账户必要的文件有：印章、身份证明（护照）、在留卡等。详情请咨询银行。

此外，从日本迁出时请务必注销（解约）账户。如果不在日本居住却依然保留账户的话，账户有被用于犯罪的可能。

印章

在开设银行账户时必须要有日式图章的印章。也被称为“はんこ”。印章是用木材或石材雕刻而成的。使用朱色印泥来盖印。请尽早准备印章。

在签订合同的时候，其他国家有使用签名的，日本使用的是印章。

交通

【たいせつなこと・交通ルール】

ルール、マナーなど大切なことを紹介します。自分の国とのちがいを知らずして事故に遭わないでください。

- ・ 車、バイク、自転車は、左側通行、人は右側通行です。
- ・ 少しでもお酒を飲んだら車、バイク、自転車に乗ることはできません。
- ・ 自転車の大人の二人乗りはできません。
- ・ 歩いて渡るときは、横断歩道のあるところを歩きます。
- ・ 誰もいなくても、車がいなくても信号を守ります。
- ・ 冬は雪が積もり、寒い日は道路が凍ります。車は12月になったらスタッドレスタイヤに替えます。道路が凍っているときは自転車に乗らないでください。すべて危ないです。



【運転免許証】

日本で運転免許証を取るには、自動車学校に通ってから試験を受けます。免許証を取る前に道路で運転の練習をすることはできません。また、自分の国の免許証を持っている場合は、日本のものに替える必要があります。詳しいことは警察のホームページを見てください。

参考 ⇒ P20

Traffic

【Important Information】

The following introduces important rules and manners on the road. It is important to know the differences from your country to avoid accidents.

- Cars, motorbikes and bicycles are used on the left side and people are on the right.
- If you drink even a little alcohol, you cannot drive a car, ride a motorcycle or a bicycle.
- Bicycles cannot be used by more than one person.
- You can only walk where there is a crosswalk.
- Follow road signals even if there is no one and no vehicles.
- Snow piles up in winter, and the roads freeze on cold days. Car tires must be replaced with winter tires by December. Avoid riding a bicycle when the road is frozen. Slipping is very dangerous.

【Driver's license】 P20

To get a driver's license in Japan, it is common to go to a driving school and take an exam. You cannot practice driving on the road before obtaining your license. Also, if you have a license in your own country, you will need to get a Japanese license, too. This may also require sitting an exam depending on which country you come from. See the police website for details.

交通

【交通规则】

本节介绍交规和礼节等重要事项。请辨明与您的国家有哪些不同来避免事故。

- 汽车，摩托车，自行车在道路左侧通行，行人在右侧通行。
- 不能酒驾，就算只喝一点酒之后也不能开汽车，摩托车，也不能骑自行车。
- 禁止两位成年人同乘自行车。
- 步行时，请走人行横道。
- 就算周围没有行人和车辆，也要遵守红绿灯。
- 冬季会有积雪，天冷道路会结冰。每到12月汽车都要换成冬季轮胎（スタッドレスタイヤ。）道路结冰时请不要骑自行车，容易打滑很危险。

【驾驶执照】 P20

在日本考取驾驶执照，要去驾驶学校学习，接受考试。在考取驾照之前是不允许开车上路练习的。同时，如果持有自己国家的驾照的话，需要替换成日本驾照。详情请咨询警察的主页。

【バス】

かしわぎでは、かしわぎしないと近郊を結ぶ路線バス、市内循環バス、新潟や東京行の高速バスがあります。時刻表は市民プラザ（P23）などに置いてあります。

◆路線バス、新潟への高速バス

①バス停や駅などのバス乗り場から乗ることが出来ます。バス停とバスの前に行き先が表示されています。

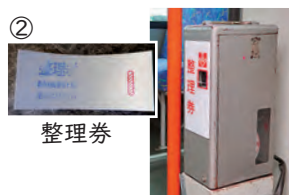
②始発以外のバス停から乗るときは、整理券をとります。

③降りる一つ前のバス停を過ぎたら「降車ボタン」を押します。

④運転席の横に料金が表示されます。それを見て、運転席のわきの料金箱にお金を入れます。そしてバスを降ります。バス停でしか降りることはできません。途中では降りることはできません。



①バス停



発券機



③降車ボタン

◆市内循環バス

「かざぐるま」、「ひまわり」という名前のバスです。どこから乗っても、降りても料金はおとな160円です。



かざぐるま



ひまわり



料金表

④

料金箱

◆東京への高速バス

乗りたいときは予約します。コンビニエンスストアやインターネット、越後交通営業所などで予約できます。予約するときにお金を払います。

【Bus】

In Kashiwazaki, there are local buses connecting the central city and the suburbs, city circulation buses, and express buses for Niigata and Tokyo. The timetable is located at the shimin plaza(P23).

◆ Local buses and express bus to Niigata

- ① You can get on the bus from bus stops around the city and at stations. The destination is displayed at the bus stops and on the front of the bus.
- ② When you get on at a bus stop other than the first, get a ticket as you get on the bus.
- ③ After passing the bus stop before your stop, just before getting off, press the “Get off button”.
- ④ The price is displayed next to the driver's seat. Looking at it, put the money in the fare box beside the driver's seat. Then get off the bus. You can only get off at a bus stop and not in between.

◆ City circulation bus

These are named KAZAGURUMA and HIMAWARI.

No matter where you get on or off, the fare is 160 yen for adults.

◆ Highway bus to Tokyo

Advance reservations are required. You can make reservations at convenience stores, on the Internet, or at the Echigo Kotsu sales office. You pay when you book your ticket.

【公共交通系统】

柏崎市有连接市内和近郊的路线公交，市内循环公交，去往新潟和东京的高速巴士。在市民中心（市民プラザ P23）等地放有公共交通时刻表。

◆路线公交和发往新潟的高速巴士

- ①您可以在位于电车站或公交站的站牌处乘车。在站牌和车辆前部会标明车辆目的地。
- ②在始发站以外的车站上车时，需从上车口取票（整理券）。
- ③当车辆行驶过您准备下车的车站的前一站后，按下下车按钮。
- ④驾驶员座位旁边有显示当前花费金额的屏幕。请您确认好票价，然后把钱投入到驾驶员座位旁的投币箱内，之后便可下车。您只能在各停车站处下车，不能中途下车。

◆市内循环公交

名为“风车”（かざぐるま），“向日葵”（ひまわり）的两辆循环公交车，不论在哪个站点上下车票价都为160日元。

◆发往东京的高速巴士

想乘坐时需要预约。您可在便利店、网上以及越后交通营业所进行预约购票。预约时需付款。

医療

医療の制度は、国によって大きくちががあります。医療保険制度、医療費支払い、予防接種制度、使える薬や治療法、母子保健制度など、日本と自分の国とのちがいをよく理解して、医療を利用してください。

1. 健康保険に加入し

保険料を毎月支払う

健康保険にお金を払って加入します。日本に住んでいる人は全員加入しなければなりません。そして、健康保険証を病院で見せます。医療費は3割しか払わなくてよいです。子どもや老人、妊娠中の人は、もっと安くなります。

2. かかりつけ医に行く

行く

かかりつけ医とは、まちで〇〇医院などの医者さんのことです。必要な場合は、専門医のいる大きい病院への紹介状を書いてもらえます。ほとんどが、土曜日午後や日曜日や夜は休みです。

3. 病院に行く

かかりつけ医から紹介状をもらったら大きい病院に行きます。入院や手術などで高くなる場合は、「高額療養費制度」を使うと安くなります。

※どの病院も24時間営業ではありません。

※急病やけがで動けないときは救急車を呼んでください。救急車は無料ですが、病院での治療にはお金が必要です。

Healthcare

Medical systems vary greatly from country to country. Please understand the differences between your country and Japan, such as the medical insurance system, medical expenses payment, vaccination system, available medicines and treatments, maternal and child health systems, and how to use medical care.

1. You must join and pay for health insurance. All people living in Japan must subscribe. You show your health insurance card at each hospital visit. You only have to pay 30% of the medical expenses. Children, the elderly and those who are pregnant are cheaper.
2. A family doctor is a doctor who has been operating as a XX clinic in the city. If necessary, they can write a letter of introduction to a large hospital with a specialist. Most are closed on Weekdays night, Saturday afternoon and Sunday.
3. If you receive a letter of introduction from your family doctor, you will visit a large hospital. If the cost is high due to hospitalization or surgery, using the “high medical expenses system” will make it cheaper.

※ None of the hospitals are open 24 hours.

※ If you cannot move due to sudden illness or injury, please call an ambulance. Ambulances are free, but hospital treatment requires money.

医疗

医疗制度因国家而异。例如医疗保险制度、医疗费用支付、预防接种制度、用药及治疗方法、母子保健制度等，请您详细了解日本与您所在国家/地区之间的差异，来使用医疗服务。

1. 加入健康保险并每月交付保险费。这是日本在住的人员必须全员加入的保险。然后，给医院出示健康保险证，您只需负担30%的医疗费。老人，小孩，孕妇所需负担部分更少。
2. 主治医生（かかりつけ医）是指市内担任XX诊所的医生。如有必要，可以请主治医生为您开具前往大医院专科医生处就诊的介绍信。大部分诊所在周六日周以及晚上不营业。
3. 拿到介绍信后去大医院就诊。如果住院或手术导致治疗费用高昂，如果以使用“高额疗养费制度”可以减少花费。

※所有医院都不是24小时营业。

※突发疾病和无法行动时，请叫救护车（119）。救护车是免费的，但在医院的后续治疗是收费的。

ごみ

ごみを減らす Reduce

繰り返し使う Reuse

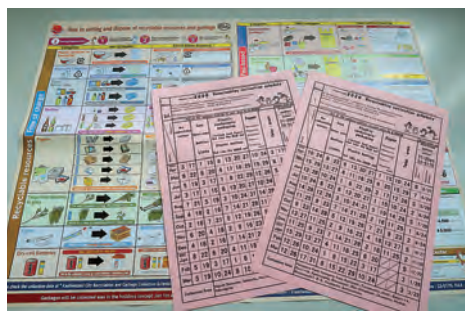
資源に再生する リサイクル Recycle

この3Rとは循環型社会をつくるための考え方です。日本ではこの考え方で、法律や条例でごみの捨て方が決められています。

- ・ごみは自分で、リサイクルするものと、燃やすもの等に分けます。
- ・捨てる時は、スーパーやコンビニエンスストアで柏崎市のゴミ用の①黄色い袋を買って、それに入れます。
- ・ゴミをわけることを「分別」といいます。
- ・わけ方は、「資源物・ゴミの分別ガイドブックと②ポスター」で、捨てる曜日はカレンダーでわかります。英語版は、国際化協会にあります。
- ・決められた場所に、朝8時までにごみを出します。自分の住んでいる場所ごとに決まっています。②カレンダーがあります。アパートに住んでいる人は、大家さんに聞いてください。
- ・外に出かけたときのゴミは、持ち帰ります。
- ・道に、ごみ箱はありません。
- ・引っ越しするときの大きなごみは、クリーンセンター (P21) に相談します。



①ゴミ袋



②資源物・ゴミのポスターとカレンダー

Garbage - Reduce Reuse Recycle (3Rs)

The 3Rs is an idea for creating a recycling-oriented society. In Japan, this way of thinking determines how to dispose of garbage according to laws and regulations.

- We divide garbage into things to recycle and things to burn.
- To dispose of garbage, you can buy [①yellow bags](#) for garbage for Kashiwazaki City at supermarkets and convenience stores.
- Dividing garbage is called “separation”(BUNBETSU).
- How to separate is in the “Resources and garbage separation guidebook and [②poster](#)”. The English version of this is available at the International Association.
- Dispose of garbage in the designated area by 8:00 in the morning. This spot is determined by where you live. There is [②a calendar](#). If you live in an apartment, ask your landlord.
- When you are out, please care for your own garbage and Take it home.
- There are no recycle bins or garbage bins on the road.
- For large garbage when moving, consult the Clean Center (P21).

垃圾处理

垃圾减量化	Reduce
重复使用	Reuse
回收再利用	Recycle

这个“3R”原则就是为了创造循环型社会所诞生的概念。日本基于此概念，决定了如何根据法律和条例来处理垃圾。

- 自己把垃圾分为可回收垃圾、可燃垃圾等类。
- 在超市或便利店购买柏崎市专用的[①黄色垃圾袋](#)，将垃圾装袋后才可扔掉。
- 分类垃圾的行为称为垃圾分类（日文为“分别”）
- 垃圾分类的方法记载在《资源·垃圾分类指南和海报》上有说明，具体不同类型垃圾的扔出日期可以查看[②专用日历](#)。国际化协会也备有英文版。
- 当日于早8点之前将垃圾放到指定地点。每个住处都有各自的指定地点。会有专用日历供查看。如果您居住在公寓，请咨询房东。
- 外出时产生的垃圾要带回家。
- 路上没有垃圾箱。
- 搬家时产生的大型垃圾请联系清洁中心（クリーンセンター P21）。

防災

災害があると、水道や電気が使えなくなったりします。そのために、準備をしておくことを「防災」といいます。

柏崎では、地震、台風・洪水、土砂災害などが起こったことがあります。よく理解して、こまらないために準備をしてください。



2007年7月16日
中越沖地震



2005年6月28日
水害

・電気や水道、ガスが使えなくなることがあります。飲み物や食べ物はすぐに買えません。自分や家族の分を用意しておきましょう。特に水は準備しておいてください。

・避難所という逃げるところがあります。だれでも入れます。ほとんどがコミュニティセンターや学校です。どの災害の時に、どこに逃げたらよいか自分の避難所を調べてください。

・重要な情報は、緊急告知ラジオや防災無線で流れます。日本語のみの放送です。柏崎地域国際化協会フェイスブックでは、この情報をやさしい日本語などで知らせます。



柏崎市防災ガイドブック
(自然災害編)

Disaster prevention and preparation “BOUSAI”

If there is a disaster, water and electricity will not be available. Preparing for that situation is called “BOUSAI”.

In Kashiwazaki, disasters have included earthquakes, typhoons, floods, and landslides. Understand the procedures well and be prepared for when it happens.

- Electricity, water, and gas may not be available for several days. Drink and food will not be readily available. It's a good idea to keep a supply for yourself and your family. Especially, be prepared with water.
- There are shelters that anyone can use. Most are located at community centers and schools. Find out where your closest evacuation shelter is.
- Important information is broadcast on the emergency notification and disaster prevention radio in your apartment and on speakers around the city. It is broadcast only in Japanese. The Kashiwazaki Regional International Association Facebook page will announce this information to foreigners in simple Japanese.

防灾

灾害发生时，可能会无法使用水电。为此所做的准备称为“防灾”。

柏崎曾发生过地震，台风·洪水，滑坡泥石流等自然灾害。让我们提前做好了了解，并为这些可能的灾害做好准备。

- 发生灾害时水电和煤气有可能会无法使用，饮品和食物也可能不能马上买到。事先准备好自己和家人的份吧。特别是饮用水要提前备好。
- 有避难所可以去寻求避险，任何人都可以使用。大多数避难所是社区中心和学校。请您事先查阅在发生哪种灾害时应该去哪个避难所。
- 重要的信息会在紧急通知广播和防灾无线广播里播报。仅以日文进行广播。柏崎地域国际化协会的Facebook上面会将信息以易懂的日语进行告知。

リンク

【まちナビ】 かしわざし ていきょう しないうほう ちず 柏崎市が提供している市内情報の地図です。

【MACHINABI】

This is a map of city information provided by Kashiwazaki City.

【城市导航】 这是载有柏崎市提供的市内信息的地图。

【ハザードマップ】

さいがいのとき ひなんなじょ つなみ こうずい どしゃさいがい はざーどま
災害の時のための「避難所」津波や洪水、土砂災害の「ハザードマ
つぶ
ップ」について、ちず うえ 地図の上で知ることができます。

【Hazard map】

You can learn about “evacuation centers” for disasters and “hazard maps” for tsunamis, floods, and landslides on the map.



【避險地图】

您可以在地图上找到灾害发生时的“避难所”位置，以及海啸和洪水，滑坡泥石流的危险区域。

【くらし】

こうきよう こみにゆていせんたーのばしょ
公共 Wifi やコミュニティセンターの場所が分かります。

【Others】

You can find the location of public Wifi and community centers.



【生活地图】

生活地图中您可以找到公共 WiFi 和社区中心的位置。

【外国人相談】

がいこくじんそうだんまどぐち そうごうてき じょうほう えられる サイトをあつめました。
外国人相談窓口や総合的な情報を得られるサイトを集めました。

Below is information for foreign consultation counters and sites where comprehensive information can be obtained.

我们设置了外国人咨询窗口，并且有可以获取综合消息的网站。

【外国人相談センター新潟】

せんもんそうだん ほうりつ きょういく せいかつそうだん たげんご うけられます。
専門相談（法律、教育など）や生活相談が多言語で受けられます。

えいご ちゅうごくご ふいりぴのご たいご ベトナムご スペインご
英語、中国語、フィリピン語、タイ語、ベトナム語、スペイン語、

ポルトガル語（各言語の時間は曜日によって違います）

げつよう きんよう うけつけ
月曜から金曜 10：00～17：00（受付は16：30まで）

でんわ
電話：025-241-1881 E-mail：nia10@niigata-ia.or.jp

【Foreign Resident Consultation Center of Niigata】

Specialized consultations (law, education, etc.) and daily consultations are available in multiple languages.

English, Chinese, Filipino, Thai, Vietnamese, Spanish, and Portuguese are available. (The time for each language differs depending on the day of the week.)

Monday-Friday 10: 00-17: 00

(Consultation reception until 16:30)

Phone: 025-241-1881 E-mail : nia10@niigata-ia.or.jp

【外国人咨询中心新潟】

提供多种语言的专业咨询（法律，教育等）和日常咨询。支持英语，中文，菲律宾语，泰语，越南语，西班牙语，葡萄牙语（每种语言的时间根据星期几而有所不同）

周一至周五 10：00-17：00（咨询接待时间至 16：30）

TEL 025-241-1881 E-mail nia10@niigata-ia.or.jp



↑ HP



↑ FB

がいこくじんせい せいかつ しえん ぽーたると さいと ほうむしょう
外国人生活支援ポータルサイト 法務省

にほんご えいご ベトナムご いちぶ
日本語、英語、ベトナム語（一部のみ）

A DAILY LIFE SUPPORT PORTAL FOR FOREIGN NATIONALS

Ministry of Justice

Japanese, English, Vietnamese (partial)


外国人生活支援门户网站 法務省 日语，英语，越南语（仅部分）



【運転免許証や安全に関すること】

<p>警察庁 HP 日本語、英語 National police agency Japanese, English 警察庁主页 日语, 英语</p>	
<p>新潟県警察 HP 日本語、英語、中国語、韓国語、ロシア語 Niigata pref. Police Japanese, English, Chinese, Korean, Russian 新潟县警察主页 日语, 英语, 中文, 韩语, 俄语</p>	
<p>柏崎警察署 柏崎市日吉町 5 番 10 号 電話:0257-21-0110 Kashiwazaki Police 5-10 Hiyoshicho, Kashiwazaki Phone: 0257-21-0110 柏崎市日吉町 5-10 电话: 0257-21-0110</p>	

【柏崎の主な公共機関】

<p>柏崎市役所 柏崎市中央町 5 番 50 号 柏崎市日石町 2 番 1 号 (2021 年 1 月～) 電話:0257-23-5111 (代表) 開庁時間:午前 8 時 30 分から午後 5 時 15 分まで (土曜日、日曜日、祝日、年末年始を除く)</p> <p>Kashiwazaki City Hall 5-50 Chuocho, Kashiwazaki 2-1 Nissekicho, Kashiwazaki (from Jan. 2021) Phone: 0257-23-5111 (main) Open : From 8:30 am to 5:15 pm (Excluding Saturdays, Sundays,public holidays, and New Year's holidays)</p> <p>柏崎市役所 柏崎市中央町5-50 柏崎市日石町2-1 (2021年1月～) 电话号码: 0257-23-5111 (总机) 营业时间: 从上午8:30到下午5:15 (不包括周六, 周日, 节假日和新年假期)</p>	
--	--

柏崎市役所 元気館

にんしん こそだて けんこう そうだんまどぐち
妊娠や子育て、健康などの相談窓口があります。

柏崎市栄町 18 番 26 号

電話：0257-20-4210（元気館代表）

月曜日～金曜日：午前 8 時 30 分～午後 7 時（12 月～2 月は午後 6 時まで）

土曜日・日曜日、祝日：午前 9 時～午後 5 時（第 1 日曜とその前日は休み）

Kashiwazaki City Hall Genki-kan

To talk about pregnancy, childbirth, and health.

18-26 Sakaecho, Kashiwazaki

Phone: 0257-20-4210(main)

Monday to Friday: 8:30 am to 7:00 pm

(December to February until 6:00 pm)

Saturdays, Sundays and holidays: 9am to 5pm

(The first Sunday and the day before are off.)

柏崎市役所 元気馆

设有孕产，育儿和健康等咨询窗口。

柏崎市栄町18-26

电话：0257-20-4210（总机）

周一至周五开馆时间：上午8:30至下午7:00（12月至次年2月间至下午6:00）

星期六，星期日和节假日：上午9点至下午5点（每月第一个星期日和它的前一天休息）

柏崎市役所 クリーンセンターかしわざき

そだい もうしこみ
粗大ごみの申込などができます。

電話：0257-21-2265

Kashiwazaki City Hall Clean Center Kashiwazaki

You can apply for oversized garbage.

Phone: 0257-21-2265

柏崎市役所 清洁中心柏崎

您可以向这里申请回收大型垃圾。

电话：0257-21-2265

柏崎保健所

HIV、メンタルヘルスなどの相談窓口があります。

柏崎市鏡町 11-9 Tel:0257-22-4165 (代表)

Kashiwazaki Public Health Center

There is a consultation desk for HIV, mental health, etc.

11-9 Kagamicho, Kashiwazaki

Phone: 0257-22-4165 (main)

柏崎保健所

设有艾滋病，心理健康等方面的咨询窗口。

柏崎市鏡町11-9 电话：0257-22-4165（总线）

緊急連絡電話

<p>●警察 事件、事故</p> <p>●Police Incidents, accidents</p> <p>●警察 事件、事故</p>	<p>110</p>
<p>●救急（けが、急病） ●火事 消防署につながるので救急か火事かをまず 伝えます。</p> <p>●Emergency (injury, sudden illness)</p> <p>●Fire</p> <p>First say if it is an emergency or a fire.</p> <p>●急救（受伤，突发疾病） ●火災 接通要首先说明是急救还是火灾。</p>	<p>119</p>

こうえきざいだんほうじん
公益財団法人

かしわざきちいきこくさいかきょうかい
柏崎地域国際化協会

わたしたち、公益財団法人柏崎地域国際化協会は20年以上、多文化共生のために柏崎市で活動している団体です。この冊子は、わたしたちとボランティアでいっしょに作りしました。このようなボランティア活動や、日本語教室の運営、外国人の相談窓口、外国語講座の運営などを行っています。皆さんもぜひ、来てください。一緒に活動しましょう。

柏崎市東本町1-3-26 市民プラザ2F 電話：0257-32-1477

月-金 9:00-17:00

E-mail kaia2006@kisnet.or.jp HP <http://www.kisnet.or.jp/~kokusai/>

FB <https://www.facebook.com/kashiwazakiareainternationalassociation/>

We, the Kashiwazaki Area International Association, have been active in Kashiwazaki City for more than 20 years for multiculturalism. This booklet was created by volunteers from our organization. We conduct such volunteer activities, operate Japanese language classes, provide consultation services for foreigners, and operate foreign language courses. By all means, please come and visit us. Let's work together.

1-3-26 Higashi-Honcho, Kashiwazaki Shimin Plaza 2F

phone: 257-32-1477 Mon-Fri 9:00-17:00

E-mail kaia2006@kisnet.or.jp HP <http://www.kisnet.or.jp/~kokusai/>

FB <https://www.facebook.com/kashiwazakiareainternationalassociation/>

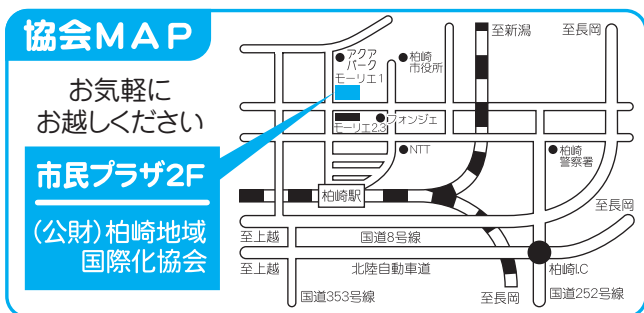
我们公益财团法人柏崎地域国际化协会是20年以上致力于多元文化共生，在柏崎市活跃。这本小册子是由我们与志愿者共同完成的。我们开展诸如此类的志愿者活动，开设日语教室，为外国人提供咨询服务并开设外语讲座。期待大家的参与。让我们一同来体验活动吧。

柏崎市東本町1-3-26市民中心（市民プラザ）2F 电话：0257-32-1477

周一至周五9:00-17:00

电子邮件 kaia2006@kisnet.or.jp 主页 <http://www.kisnet.or.jp/~kokusai/>

脸书 <https://www.facebook.com/kashiwazakiareainternationalassociation/>



↑ HP



↑ FB

編集/発行 公益財団法人柏崎地域国際化協会 2020年3月
〒945-0066 新潟県柏崎市東本町1-3-24 柏崎市市民プラザ2F
TEL/FAX 0257-32-1477 E-mail kaia2006@kisnet.or.jp

この冊子は（公財）新潟県国際交流協会の国際化推進活動助成事業を活用しています。

生活ガイド 柏崎
Kashiwazaki Living Guide
生活指南 柏崎



(公財) 柏崎地域国際化協会
Kashiwazaki Area International Association