

# 米澤生活指南

## 米澤リビングガイド

(中文版)



### 米澤市国際交流協会



宝くじは  
豊かさ築く  
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

# 目次

<b>I</b>	<b>紧急时的对策</b> .....	<b>4</b>
1	遭遇交通事故或犯罪事件时（请拨打 110）.....	4
2	派出所.....	4
3	突发急病时（请拨打 119）.....	4
4	发生火灾时（请拨打 119）.....	4
5	地震.....	5
<b>II</b>	<b>商谈服务窗口</b> .....	<b>6</b>
<b>III</b>	<b>诸重要手续事项</b> .....	<b>7</b>
1	外国人登记.....	7
2	相关在留的手续.....	10
3	婚姻・出生・死亡的申报.....	11
4	印章.....	12
5	健康保险.....	13
6	税金.....	15
7	养老金.....	17
<b>IV</b>	<b>日常生活</b> .....	<b>18</b>
1	住宅.....	18
3	自来水.....	21
4	煤气.....	22
5	电话.....	23
6	邮电・托运直送服务.....	25
7	金融服务.....	28
8	垃圾.....	29
9	宠物.....	31
1 0	驾车时.....	32
1 1	交通工具.....	36
1 2	媒体.....	38
1 3	町内会.....	39

<b>V</b>	<b>医疗和保健知识</b> .....	<b>40</b>
1	医疗机构 .....	40
2	体检 .....	42
<b>VI</b>	<b>儿女</b> .....	<b>43</b>
1	怀孕 .....	43
2	生产 .....	43
3	育儿补贴 .....	45
4	托儿所 .....	45
5	儿童中心 .....	46
6	学童保育 .....	46
7	支援育儿事业 .....	46
<b>VII</b>	<b>教育</b> .....	<b>48</b>
1	幼儿园 .....	48
2	小学和中学 .....	49
3	高中 .....	49
<b>VIII</b>	<b>社会福利服务</b> .....	<b>50</b>
1	生活保障 .....	50
2	高龄者福利 .....	50
3	残疾人・智障者福利 .....	50
4	护理保险制度 .....	50
<b>IX</b>	<b>其它信息</b> .....	<b>52</b>
1	学习 .....	52
2	米泽鹰山大学 .....	52
3	图书馆 .....	53
4	视听觉中心 .....	53
5	市内国际交流团体 .....	54
6	公共设施一览表 .....	55
7	米泽市概要 .....	56
8	年号速查表 .....	58

## ○前言

欢迎您来到米泽！米泽市四周被吾妻，饭峰等美丽的群山所怀抱，曾是战国时代上杉家的城堡所在之地，因此是一座被称为“上杉城下之街”的历史悠久的名城。

对于初来乍到的外国人而言，在米泽生活想必会有这样那样的不便不明之处，为此我们编写了此书，希望由此能为大家带来或多或少的帮助。

本书记载了一些在米泽生活时必须的或相关的有用信息，希望阅读后能给您带来方便。

另外，为了下次改版时能更进一步提高本书的便利性和实用性，我们随时征求大家使用后的反馈和意见。

※本书中引用的相关数据，截至平成 22 年 1 月。

米泽市国际交流协会

# I 紧急时的对策

## 1 遭遇交通事故或犯罪事件时（请拨打 110）

不慎遇到交通事故、犯罪事件或是被偷时，请拨打 110 报警。

报警时，请沉着冷静地先告知事由，如“出车祸了 jikodesu”、或是“有小偷 doroboudesu”，然后简洁说明地点，并告知自己的住所和姓名。

## 2 派出所

在日本，除了有警察局外，还有被称作“交番 koubann”的警察的派出所分布在各个地区。派出所为了保护地区居民的安全，通常负责进行地区内巡视、犯罪事件调查、保护迷路孩童及醉汉、指引道路和管理遗失物品等各式各样的任务。因此，当您遇到麻烦时请随时咨询。

## 3 突发急病时（请拨打 119）

当您的身边突发以下急性事件急需救助时，请拨打 119，例如突发急重病时，或是遭遇交通事故受重伤时，或是发生煤气中毒事件时，或是被严重烧伤时等等。拨通 119 后，消防队会派遣救护车，并负责将病人急送医院。（免费）

但是，若病情或伤势较轻时，不可使用救护车，而是必须叫出租车或是用自家车去医院。

## 4 发生火灾时（请拨打 119）

万一造成火灾或发现火灾时，要先大声喊「起火了（kajida)!」，以告知众人并请求帮助。然后，立即拨打 119 向消防队通报火情。通报时要清楚说明不是急救而是火灾，并告知火灾地点、醒目的标志物、通报人姓名、电话号码。平时没事时可在电话旁或醒目处贴上英文字母写成的自家地址，万一有事时肯定会有帮助。

### 灭火器的使用方法

- ① 拔掉安全塞
- ② 将软管出口处对准起火处
- ③ 紧握喷射把手
- ④ 照准着火处喷射

另外、用灭火器等进行初期性灭火时，作用范围只限于火势在烧到房顶之前，当火势延烧到房顶之后，请务必去安全处避难。

## 5 地震

日本是地震多发国。即使万一发生了地震，沉着冷静行事也是非常重要的。

### (1) 万一地震发生时：

- 立即关掉煤气灶或暖炉的火。
- 打开门确保出口畅通。
- 躲到结实的桌子或台子下面护身。
- 打开电视或收音机确保信息源，必要时去附近的学校或公民中心等避难场所避难。不可开车去，要步行前去避难。
- 到了外面，要远离有倒塌危险的自动售货机或围墙等。

### (2) 预防地震必备事项：

- 请将沉重的家具或容易倒塌的家具固定在墙壁上。
- 请不要在高处放置重物或易碎物品。
- 请事先确认好从家里出发的安全避难路径和附近的避难场所。
- 在平时的日常生活中就经常性预备好以下非常时期时的急用携带物品。
  - \* 水（1天1人3立升左右）
  - \* 食物（罐头食品、干燥食品、真空包装食品、等等）
  - \* 贵重物品（现金、保险卡、姓氏印章、等等）
  - \* 衣物（内衣、手套、毛巾、防寒衣物、等等）
  - \* 医药品（创可贴、绷带、药品、等等）
  - \* 其它（携带型收音机、手电筒、电池、蜡烛、火柴、台式微型罐装煤气炉、等等）

## II 商谈服务窗口

### (1) 市内的服务窗口

米泽市国际化担当部门和米泽市国际交流协会(Y I R A)提供日语和英语的商谈服务,其内容有介绍日语教室以及关于生活方面的各种商谈等服务。愿其能成为您的贴身服务窗口。

商谈·咨询处:米泽市国际化担当部门 }  
米泽市国际交流协会 } 电话 22-5111(总机代转内线)  
米泽市金池 5-2-25 米泽市政府内

### (2) 外国人商谈服务窗口(山形县国际交流协会 A I R Y)

财团法人山形县国际交流协会(A I R Y)开设有以下语种的商谈服务窗口,提供免费的相应母语商谈。当您在日常生活中遇到小麻烦时或是有各种各样的问题时,请随意前去商谈。

英语:星期二~星期六 ———— 10:00~17:00

汉语:星期二·星期五 ———— 10:00~14:00

韩语·朝鲜语:星期四·星期六 ———— 10:00~14:00

葡萄牙语:星期三·星期五 ———— 10:00~14:00

日语:星期二~星期六 ———— 10:00~14:00

商谈联系方式:商谈专线电话 023-646-8861

财团法人山形县国际交流协会(A I R Y)

山形市城南町 1-1-1 霞城セントラル 2楼

山形县国际交流中心

### (3) 国际志愿者中心山形 (I V Y)

特定非营利活动法人国际志愿者中心山形(I V Y)免费提供关于生活全方面的商谈。语种有汉语、韩语、葡萄牙语、菲律宾语、西班牙语、英语。

咨询处:电话 023-634-9830·090-2365-1208

### (4) 一般性的商谈窗口

除了上述商谈外,在米泽市政府内或其它会场内还设有仅限日语的各种商谈。例如关于法律方面的各种事情或事件等,可在上述场合向律师或行政书士等专家们咨询。详情请参考市报的每月15日发行刊。

## III 诸重要手续事项

### 1 外国人登记

#### (1)初次申请登记时

当您在日本的逗留期间超过 90 天时，就必须进行外国人登记。

- 申请时期
  - 由国外进入本国时，从初到之日起开始计算在 90 天内必须履行手续
  - 在日本国内出生的外籍婴儿，必须在出生后 60 天内履行手续
- 申请人
  - 已满 16 周岁的情况下由本人申请
  - 未满 16 周岁的情况下由代理人代办申请（如父母等）
- 申请时必备物品
  - 照片 2 张（宽 3.5cm×长 4.5cm、未满 16 周岁者不需要）
  - 护照
- 其它
  - 由于登录证明书需经入国管理局审批制作，故申请后约需过 2 周才可领取。
  - 办理申请后，请您在「外国人登录证明书交付预定期间指定书」上记载的指定交付日期内，前去市政府的办事窗口处领取。
  - 外国人在日居留期间需履行随身携带此登录证明书的义务。

#### (2)申请变更登录时

当登录证明书上的已记载事项发生现况变更时，请办理变更登录申请手续。

- 申请时期
  - 当出现地址、姓名、国籍、职业、在留资格、在留期间、工作单位等的变更情况时，请在发生变更之日起 14 天内前去申请。
  - 当发生上述以外的登录事项（例如：护照号码等）发生变更时，请在其次办理外国人登录手续时同时申请。
- 申请人
  - 本人或同居家属
- 申请时必须证件
  - 登录证明书
  - 护照以及在留资格证明书（办理在留资格、在留期间的变更手续时）
  - 能证明已发生变更的证明文件
- 其它
  - 变更事项记载于登录证明书的背面。



- 当发生姓名以及国籍的变更时，同时需要办理更换新证申请手续。

### **(3) 申请更换新证时**

- 申请是由
  - 登录证明书明显被破损、或是被污损时
  - 登录证明书的背面记载栏内无法再添加记载时
  - 发生姓名、国籍的变更时
  - 对于姓名、出生年月日、性别、国籍的登录内容的订正
- 申请人
  - 需和初次登录申请时是同一的申请人
- 申请时必备物品
  - 照片 2 张（宽 3.5cm×长 4.5cm、未满 16 周岁时不需要）
  - 护照
  - 登录证明书

### **(4) 申请确认（更换）时**

每隔几年（1 年～5 年、或是 7 年）必须办理一次登录证明书的更新手续。

- 申请时期
  - 未满 16 周岁的人，在满 16 周岁之日起 30 天以内办理申请
  - 满 16 周岁以上的人，按照登录证明书上所记载的申请期间办理申请
- 申请人
  - 本人
- 申请时必备物品
  - 和办理更换新证时所需的「申请必备物品」栏内记载的内容相同

### **(5) 申请补发新证时**

- 申请是由
  - 当登录证明书被遗失、被偷窃或消失时
  - 再入国时遗忘了带回登录证明书
- 申请人
  - 需和初次登录申请时的「申请人」栏内记载的是同一的申请人
- 申请时必备物品
  - 照片 2 张（宽 3.5cm×长 4.5cm、未满 16 周岁时不需要）
  - 护照
  - 申请理由书以及事实证明书（被偷窃申请证明书、火灾证明等）

**(6) 交还登录证明书时**

在以下情况下必须交还其所持的登录证明书。

- 出国时交还给入国审查官
- 取得日本国籍后或是已死亡后，在 14 天内交还市政府

**(7) 登录元票记载事项证明书**

已进行外国人登录的外国人，需要时可以领取相应的登录元票记载事项证明书。即相当于日本人的住民票的复印件的文件。每张费用是 400 日元。

咨询处：米泽市政府市民科 电话 22-5111(总机代转内线)

## 2 相关在留的手续

外国人在日本长期居留时，需依情况办理在留期间的延长、在留资格的变更、再入国的手续等事项。此类手续均须在离家最近的地方入国管理局办理，原则上需要申请人亲自去入国管理局申请办理。根据申请内容的不同，其必须递交的资料也会有所不同，因此请事先向入国管理局咨询确认。

### (1) 面向外国人的商谈室

设在仙台入国管理局内的「外国人在留综合信息中心」免费提供关于外国人入国、在留等方面的手续办理方法的咨询服务。

(咨询内容的指引)

○关于在留资格的取得以及变更、在留期间的变更、永住许可等相关在留的诸手续的办理方法

○关于邀请配偶等入国时的各种相关手续的办理方法

(商谈日期的指引)

英语 周一起至周五

汉语 周一·周二·周四·周五

韩语 周一·周四

西班牙语 周三·周五

节假日和年末年初除外

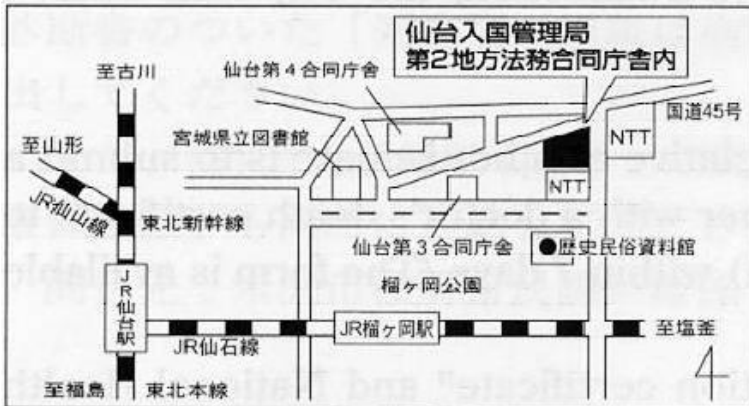
(商谈时间的指引)

9:00~12:00, 13:00~16:00

您也可以通过电话咨询。电话号码 022-298-9014

<入国管理局的所在地>

(1)仙台入国管理局



仙台市宮城野区五輪 1-3-20 仙台第二法務合同庁舎

### 3 婚姻・出生・死亡的申报

#### (1) 结婚申报

请向市政府递交结婚申报书。

递交结婚申报书时还需要同时出具「婚姻用件具备证明书」和「出生证明书」等的附加文件，详情请具体咨询。

咨询处：米泽市政府市民科 电话 22-5111（总机代转内线）

#### (2) 出生申报

当您的孩子在日本出生后，请在 14 天内前去市政府市民科递交「出生申报书（医院内提供附有出生证明书的申报用纸）」。届时请同时携带「母子健康手册」。

办完「出生申报」手续后，还需进行孩子的外国人登记。但如果父母双方中有一方是日本人的话，孩子就可以取得日本国籍，因此没有必要进行外国人登记。

另外、如果母亲加入在国民健康保险中，就可以领取出生育儿一时金，请携带印章前去市民科的办事窗口办理申请手续。

（如果是在工作单位内加入的健康保险，就请在工作单位内咨询）

与此同时、也请办理交付「婴幼儿医疗证」的手续和领取儿童津贴的手续，以便可以领取婴幼儿的医疗费补贴。

另外、如果婴儿出生后在日本逗留超过 60 天的话，必须在出生后 30 天以内到入国管理局申请并取得在留资格。

#### (3) 死亡申报

如果出现了在日本死亡的情况，亲属或是同居者须在 7 天以内向市政府市民科提交附有医生的死亡诊断书的「死亡申报书（医院内提供申报书用纸）」。

另外、应同时返还死者的「外国人登录证明书」以及加入国民健康保险者的「国民健康保险证」。

咨询处：米泽市政府市民科 电话 22-5111（总机代转内线）

## 4 印章

### (1) 印章的种类

在日本、人们通常使用刻有自己的姓或名的印章（手戳），其意义和签字相同。

印章分为「实印」（即已经注册过的正式印章）和「承认印」（即未经注册过的印章），在市政府办过登记注册的印章称为「实印」，除此以外的为了区分于前者而被称为「承认印」。

盖上「实印」并同时提交实印的登录证明书，由此就可以证明所有者的行为具有法律效力。该行为可以使用在合同签约时或是法律行为中、以及办理汽车的登录手续时等。「承认印」可以用于例如开设银行账户等相对比较轻易地场合。印章由印章制作店承做。定制「实印」时，须注意有一定的条件。

### (2) 印章登录

已办外国人登录且 15 周岁以上的人可以去市政府的市民科进行印章注册登录。

申请时每人仅限 1 个而且必须由本人前去办理。申请办理时的所需之物是「外国人登录证明书」等可以证实身份的证件和需要登录的印章。

注册登录时须注意要使用于外国人登录证明书上所记载的名字（通用名）相同。但是、用英文字母标刻的印章不可以注册登录。

办完手续后，即交付「印章登录证」。此证在以后申请办理「印章登录证明书」的交付时须要出示。

另外有一些印章不可登录，具体详情请咨询市政府市民科。

咨询处：米泽市政府市民科 电话 22-5111

## 5 健康保险

由于日本实行全民皆参加保险的制度，所以人人都有须履行加入公家医疗保险的义务。公家医疗保险分为两种，一种是在工作单位处加入的健康保险，另一种是在市区町村役所加入的国民健康保险。

### (1) 国民健康保险

国民健康保险是以自营业、农业从事者、已退休者等人群、以及没有加入其它健康保险的人群为对象的公家保险制度。

除了在工作单位已有加入健康保险的人和正在领取生活特别保护补助金的人以外，其余人均必须加入。如果不加入保险的话，就须支付所花医疗费的全额。

#### (a) 加入手续

请在市政府的外国人登录办事窗口办理手续。必须证件是外国人登录证明书。

如果是在日本有居留 1 年以上的预定，并且已办完外国人登录手续，但没有在工作单位加入健康保险的情况下，就可以加入国民健康保险。该保险随时可以加入，但保险的开始日期要追溯到迁入之日起计算。

#### (b) 医疗费 的支付方法

已加入健康保险的人，支付医疗费时在医疗机构的办事窗口支付全额医疗费费的 30 % 即可。前去看病时，请您向医疗机构的办事窗口出示保险证。

#### (c) 保险税的 交纳方法

保险税原则上是由户主作为代表交纳全家人的税金。当您接收到市政府所发的纳税通知书后，请在指定期限内前去交纳。保险税的计算方法，因家庭构成、收入、资产、以及其它要素而导致因人而异，并且每年都会有变动。

当在年度中（即不到该年度的年底）就因要回国而不得不退出保险时，保险费将被重新计算，即使退出了保险，也必须支付最后清算所得的要支付金额。详情请前去担当办事窗口具体咨询。

(d) 需要申报的事项

- ① 改变地址时（在米泽市内）
- ② 调动工作到米泽市外时
- ③ 加入工作单位处的健康保险时
- ④ 孩子出生时、户主改变时或死亡时
- ⑤ 保险证丢失时、或是受污损时
- ⑥ 退出保险时（如须归国时等）

咨询处：米泽市政府国民健康保险担当科 电话 22-5111（总机代转内线）

**(2) 在工作单位加入的健康保险**

就职于公司时，就须加入被用者保险（社会保险）。  
详情请具体咨询工作单位相关负责人。

## 6 税金

### (1) 所得税

所得税是向国家缴纳的税金之一。通常是在 2 月 16 日起到 3 月 15 日之间，向税务署申告前年 1 月 1 日起到 12 月 31 日为止的所得总收入，由此纳税。工薪人员则直接在工资内被扣取税金。

咨询处：米泽税务署 米泽市门东町 1-1-9 电话 22-6320

### (2) 住民税

县民税是向县缴纳的税金之一，市民税是向市缴纳的税金之一，该年度 1 月 1 日时点所处居住地的市政府会一并征收上述的两项税金。税额大小依据前年 1 年的总计收入计算而定。纳税方法有两种，一种是普通征收方法，即针对事业经营者等，市政府发放纳税通知书以通知其纳税，从 6 月起第二年的 3 月为止分为 10 次纳税。另外还有一种是特别征收方法，即针对工薪人员，市政府发放特别征收税额通知书到工作单位，由单位负责人通知相应纳税人，并在 6 月到第二年 5 月之间分为 12 次交纳，方法是由工作单位每月在该当者工资内扣除其该付的税金部分。

咨询处：米泽市政府 电话 22-5111（关于税务）税务科  
（关于纳税）纳税科

### (3) 轻型汽车税

轻型汽车税或是摩托车等的税金，向该年度 4 月 1 日时点的所有者（使用者）征收。当买车或作废车、或是将车转让他人时，以及住所迁出米泽市时都必须办理手续。

请先向下述办事窗口确认好办手续时所需物品和资料后，再办理申请手续。

车辆种类	办理手续的窗口・咨询处
助动车（125cc 以下）	米泽市政府 市民科
小型特殊用途汽车（农耕用、其它）	米泽市金池 5-2-25 电话 22-5111
*轻型汽车（含三轮、四轮等）	山形县轻型汽车协会
*摩托车（125cc 以上～250cc 以下） （二轮的轻型汽车）	山形市立谷川 3-3553-2 电话 023-686-3600
*摩托车（251cc 以上） （二轮的小型汽车）	东北运输局山形运输支局 山形市大字漆山字行段 1422-1 电话 023-686-4711

\*上表中带此印记的项目，可以在以下的地方申请代行办理。（需支付代行手续费）  
（社）山形县自家用汽车协会县南支部  
米泽市窪田町窪田 325-5 电话 37-3245



**(4) 其它**

除上述事项以外、还有需缴纳固定资产税等的市税的情况，具体请咨询。  
咨询处：米泽市政府 税务科 电话 22-5111

## 7 养老金

在日本居住的 20 周岁以上 60 周岁未满的人，均必须加入国民养老保险。还有在已加入国民养老保险的基础上，再加入厚生养老保险、共济组合保险的制度。

### (1) 国民养老保险

#### a) 加入・交纳方法

必须在市政府申请办理，然后交纳保险金。根据纳付书上的协定，去指定的金融机关办事窗口交纳，或是直接账户转账。

#### b) 当支付有困难时

没有收入的人、或是收入相当少导致支付保险金有困难时，依据情况可以申请免除全额保险金或是免除一半保险金。另外、对于学生，请利用「学生纳付特例制度」，由此可以迟缓交纳保险金。

#### c) 养老金的支付

老年人基础养老保险、残疾人基础养老保险以及其它等、由于根据支給种类的不同，其条件也有所不同，所以具体详情请咨询。

### (2) 厚生（即福利）养老保险

就职于公司时，即加入厚生养老保险。养老保险费由雇主承担

1 / 2，其余部分直接从工资里扣除。

至于领取方法则基本相同于国民养老保险。

### (3) 归国时

国民养老保险、以及厚生养老保险中包含有退出保险一时金支付制度。

此制度内容如下：当外国人在日本居留时，如果满足已加入养老保险并且已支付了 6 个月以上的保险金的条件的話，那么只要在归国后 2 年以内按照规定手续办理申请的话，就可以领取退出保险的一时金。

另外、也有在当事人归国后仍可以领取养老保险金的情况。

详情咨询时、关于厚生养老保险请咨询就职单位

关于国民养老保险请咨询米泽市政府 电话 22-5111 另外

关于米泽养老保险事务所 请致电 22-4220 咨询

## IV 日常生活

### 1 住宅

租赁房屋时，一般方式通常是委托房地产中介公司代为寻找。最好是先考虑好符合自己的生活方式的住房条件，然后不妨邀请日本人的朋友、工作单位的同事等人一同前往房地产中介公司进行商谈为好。

#### 注意！

在日本一般使用「坪」或「畳」作为单位来标示房屋房间的面积大小。

1 坪 = 2 畳  $\approx 3.3058 \text{ m}^2 \approx 35.583$  平方英尺

1 畳（日式榻榻米 1 张的面积）约合  $1.8\text{m} \times 0.9\text{m}$  的面积

#### (1) 单户住房或公寓的租赁方法

##### a) 初次签约时

###### · 合同书

请您填写好租赁合同书上的必要事项并盖上印章。请务必听取对于合同书内容的说明，确认不明之处，完全明白之后再签字、盖章。

###### · 保证人

在合同书上签字时必须要有保证人。尽可能请日本人来做保证人。当租赁人（即租房人）不能履行合同书上所规定的必须承担的责任时，保证人须代其履行责任。

###### · 礼金

也称权利金，是支付给房东的酬金。其金额大小相当于 1~2 个月的房租，退房时不会被退还。根据地区不同，也有无需支付礼金的地方。

###### · 押金

保证金支付给房东，签约时针对出现拖欠房租或损坏房屋的情况而征收的补偿金。在退房时，从保证金里扣除房间的修理费用后若仍有剩余，则将退还该剩余部分。一般说来、保证金额约是 1~3 个月的房租。

###### · 中介费

这是支付给房地产中介公司的手续费，金额相当于一个月的房租。

###### · 房租

这是指 1 个月的租赁费。通常、需要在每月月末之前预付下个月的房租。

###### · 公益费

这项费用的用途是保护和维修公用部分（如楼内的楼梯、过路、其它）。

综合以上内容、在初次签约时的必备金额约是 4~5 个月的房租的总计金额。

##### b) 更新合同

当出现需更新租赁合同的情况时，必须办理再次签约的手续。

此时、也有需支付房地产中介公司手续费的情况。

### c) 解约

由于搬家等情况而导致需办解约手续时，必须依据合同内容事先通知对方（一般是1个月之前）。如果没通知对方就擅自退房、或是直到退房之时才告知对方的话，那么就有可能出现必须连带支付下个月房租的情况。另外、搬家时要支付清水电费，并将房间打扫干净，恢复其原有的状态。

### **(2) 公营住宅的租用方法**

公营住宅是由县或市等公家机关经营的低廉房租住宅，面向有住房困难的低收入者。申请时必须去各自相应的担当部门办理手续，如果申请者人数过多时，将抽签决定。

关于市营住宅的咨询处：米泽市建筑住宅科 电话 22-5111

关于县营住宅的咨询处：山形县置赐综合支厅建设部建筑科  
电话 26-6091

## 2 用电

### (1) 使用申请方法

搬家后初次用电时，请将配电盘上的全部开关打到「入（即中文“开”）」字处。确认已通电后、请在邮箱或是配电盘周围拿取相应的用电申请用明信片，填写好地址·姓名·电话号码·迁居日，然后邮寄给东北电力公司。（这就是用电的申请方法）

若不通电时、请拨打以下的电话咨询。

东北电力米泽营业所 电话 22-6310

### (2) 电费支付方法

支付电费时可以采用银行或邮电局的银行账号自动转账方式来支付的方法，也可以采用持收费单直接到附近的金融机关·日夜便利店等处去支付的方法。另外、如果过了指定支付期限还未支付的话，则会被加收滞纳金，加入下月电费中一起征收。

### (3) 关于电器用品

米泽市的供电电压和频率是 100V·50Hz。电器用品在使用之前请先确认其是否符合此规格。

### (4) 非停电造成的各种断电情况及原因

当超负荷用电、或是发生短路时，配电盘上的自控系统会自动跳闸，造成断电。此时相应的关掉部分正在使用中的电器，再推上电闸的话，就可以恢复供电了。

### (5) 中止用电方法

由于迁居等原因需要中止用电时，请在迁居日的 5 天之前电话告知东北电力米泽营业所。

## 3 自来水

### (1) 使用申请方法

在日本、自来水可以作为饮料水直接饮用。

当您需要开通自来水时、请在米泽市水道部拿取「给水装置・排水设备异动申请」表，在表上填写好必要事项，房地产所有者（租房时房东）和使用者本人均须签字盖章，然后递交到米泽市水道部的办事窗口处。

### (2) 付费方式

水费每月以收费单通知交纳。在可以使用公共下水道的地方，同时需要支付下水道费。

支付方法可以通过金融机关的账户自动转账支付，还可以持收费单直接到附近金融机关去支付。

### (3) 出故障时

当发生漏水或水管破裂等故障时，首先请关闭水阀，然后再联系水道维修业者。

### (4) 防止水管冻结的对策

在冬季、当气温下降到零下 4℃（摄氏）以下时，可能会发生水管冻结的情况，因此夜间或是长时间不用水时，为了防止冻结，请进行「干水」（即将水管中的水放干）。万一发生了冻结，请先打开水龙头，再将毛巾卷在水管上，然后向包裹有毛巾的地方浇温水，如此反复后就会出水。当上述行动不解决出水问题时，请联系水管维修单位。

「干水」的方法

- ① 打开水龙头放水。
- ② 出水时、将干水阀手柄向右旋转到底。

### (5) 停止使用时

由于迁居等原因需停止用水时、或是阶段性长时间停止使用时、请在此 1 周之前联系水道部，并向其告知自己的地址、姓名、迁居日、迁出地址、清算后的费用支付方法等事项。

咨询处：米泽市水道部 米泽市金池 5-1-23 电话 22-4511

## 4 煤气

米泽市使用液化煤气。

### (1) 使用申请方法

请先联系液化煤气经营店、随后相应工作人员会前来打开煤气，并教授使用方法。

### (2) 付费方法

煤气费的支付方法：每月检针计费后，可以选择由收费人上门收费的支付方式、也可以利用账户自动转账的支付方式。

### (3) 发生漏气时

如果发现有煤气泄漏，请打开门窗、闭上煤气阀和煤气表计针，然后再联系液化气经营店。

液化气比空气重，因此可以用扫帚将其扫出去。

### (4) 停止使用时

当需要停止使用煤气时、请提前数日联系液化气经营店。

## 5 电话

### (1) 新装电话时

当家里需要新装电话时、请联系 N T T。

申请安装时、需要出示能够证明姓名、地址的证件（如护照或外国人登录证明书、驾驶执照等）。安装时要收费。

申请时要预先决定好安装日。安装日当天必须要有人在家。

详情请咨询、咨询时请拨打无需拨区号的电话号码 1 1 6。

#### a) 使用手机等时

需要使用手机时、请前去各相应公司具体咨询。

#### b) 支付费用时

每月的电话费收费单会邮寄上门。至于支付方式、可以持收费单直接到金融机关·日夜便利店或是该当电话公司前去支付，也可以采用金融机关的账户自动转账方式支付。

### (2) 国内电话

米泽市的市级区号是（0 2 3 8）。从市外打进本市时，请拨打该市级区号。

#### a) 电话号码的表示方法

0238-12-3456

①市级区号（米泽市是 0238）

①      ②      ③

②市内区号

③用户号码

#### b) 长途电话

拨打长途电话时、除 N T T 电信公司以外，还有以下同类服务公司。

K D D I

咨询：电话 0077-777

日本电话株式会社

咨询：电话 0088-82

#### c) 各种咨询号码

拨打 116—关于 N T T 的咨询、新装电话、移动电话时

拨打 117—时间向导（收费）

拨打 113—电话故障时

拨打 104—电话号码查号台（收费）

拨打 106—对方付费电话（接线员导向）

拨打 177—天气预报（收费）

#### d) 公用电话

电话亭或是车站、各家商店前等处设有粉红色、绿色、灰色的公用电话。其中大部分都是绿色或灰色的，可以使用电话卡或 10 日元、100 日元的硬币。但是、使用 100 日元时有多余也不找零。市内电话每分钟 10 日元。当您听见了表示通话快结束的信号时，请立即追加投入硬币或是插入电话卡。



### (3) 国际电话

<直拨国外电话号码时>

主要有以下公司提供相应服务。

公司名	咨询	电话拨打方法
N T T 电信株式会社	0120-506506	0033-010-国际区号号 -国内区号-电话号码
株式会社 KDDI (K D D I)	0057	001-010-国际区号 -国内区号-电话号码
日本电话株式会社	0088-41	0041-010-国际区号 -国内区号-电话号码

(例) 需拨打美国纽约的 123-4567 的号码的电话时

如果使用 K D D I 时:001-010-1-212-123-4567

国别区号 (日本: 81)

爱尔兰	353	泰国	66
美国	1	中国	86
英国	44	菲律宾	63
印度	91	巴西	55
印度尼西亚	62	秘鲁	51
加拿大	1	马来西亚	60
韩国	82		

#### a) 利用公用电话拨打国际电话时

米泽市内以下的公用电话可以进行国际通话。

(N T T 东日本)

利用设置在市内的 I C 卡公用电话 (橙色公用电话) 就可以打国际电话。

咨询处: N T T 东日本山形分店 电话 023-621-3100

(K D D I)

如果采用「K D D I 超级国际卡」的话、只要是按钮式电话就可以拨打国际电话。该卡在日夜便利店内有售。

咨询处: KDDI 拨号 0057 (24 小时免费)

除上述方法以外、还有通过 I P 电话 (需因特网支持的服务) 或是手机拨打国际电话、方法多种多样。

### (4) 电报

<国内电报>

如果需要打国内电报时、一般通过电话来委托。需委托时、请致电 115。

<国际电报>

国际电报通过电话接受委托。电话号码 0053519 或是 0120-44-5124

## 6 邮电・托运直送服务

### (1) 国内邮电

邮电局以红色的此形状物「〒」为标志。邮筒是红色的，形状呈立方箱型或是圆筒型。

服务时间：星期一～星期五 9:00～17:00（周末和节假日休息）

※仅限米泽邮电局 星期一～星期五 9:00～19:00

邮友窗口（营业时间外关于保存邮件的交付，各种相关申请的受理，邮票明信片出售，接收快件及国际信件等业务）营业时间

星期一～星期五 8:00～20:00

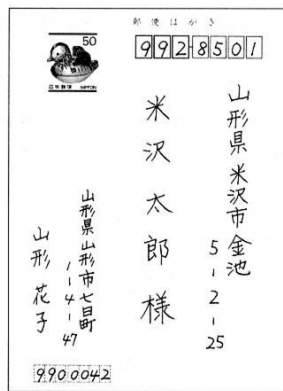
星期六 8:00～17:00

星期天・节假日 9:00～12:30

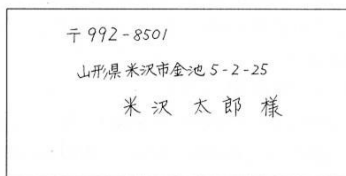
咨询处：米泽邮电局 电话 22-5005

<收件人姓名和地址的写法>收件人姓名和地址的写法横写或竖写均可。

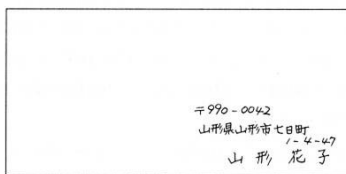
(はがき)



(封筒表)



(封筒裏)



区分	大小	费用
普通明信片	自制明信片（如自绘明信片等） 长 14cm～15.4 cm 宽 9 cm～10.7 cm 重 2 g～6 g ※官方发行的明信片在邮局等处有售 1 张 50 日元	投递自制明信片时，请贴上 50 日元的邮票
普通邮件 （书信类）	长 14 cm～23.5 cm 宽 9 cm～12 cm 高 1 cm 以下 重 50g 以内	25 g 内 80 日元 50g 内 90 日元
非普通邮件	普通邮件的规格外邮件且重量在 4kg 以内 （最大）长（60 cm 以内）、宽、高总计在 90 cm 以内 （最小）长 14 cm 宽 9 cm （圆筒形等）长 14 cm 直径 3 cm	邮费由重量决定，具体请咨询
小包邮件 （邮包）	重量在 30 kg 以内 大小为长・宽・高合计在 1.7m 以内。 （圆筒型等）长 14 cm 直径 3 cm	

### <一般邮件>

邮局同时还提供如快件、挂号信、现金挂号信和其它特殊服务。

咨询处：米泽邮电局 电话 22-5005

### <其它>

#### ○家中无人接收时

当邮递员将挂号信或是小包邮件等送到您家，不巧家里却无人时、邮递员会留下「投递时不在通知书」、该邮件可以由邮电局代为保管 7 天。关于再次投递、您可以在通知书上填写好希投递日期和投递地点后将其回寄，也可以直接致电该当邮局商谈。领取邮件时、需要提示上述通知书和可证明身份的证件（如外国人登录证明书等）、印章（如果有的话）。

#### ○转送服务

迁居时、如果在邮局办理了迁居申请的话、那么从当天起计算的 1 年以内、邮寄到旧地址的邮件均可免费转送到新地址处。

但是、该服务仅限于日本国内。

## (2) 国际邮件

### <一般航空邮件>

邮寄明信片时，世界各国均一价，需 70 日元的邮票

书信（普通型、非普通型）邮包等的费用因重量和地区的不同而有所不同，具体请咨询。

※另外还有其它的海运邮件，但是比起空运邮件耗时较长。

咨询处：米泽邮电局 电话 22-5005

### <国际特快专递（EMS）>

这是最快将书信或物品等的邮件（重量规定因国而异）寄送到海外的国际邮递方式。从接收邮件开始到最后递送邮件为止，均以最优先方式进行。甚至还可以确认「邮件现在何处」的递送情况。

### <经济型航空（SAL）邮件>

邮寄到海外的邮件，在日本国内和到达对方国内后作为海运邮件处理、只在两国之间用航空运输。这种服务方式比海运要快、但比空运要便宜。

### <英语邮电服务向导>

以下电话提供用英语讲述的关于邮电方面各种服务内容的解释。

仙台 022-711-7544

东京 03-5472-5851・5852

### (3) 托运直送服务

当您的住所远离邮电局、或是有不便搬运的需邮寄物品时，采用直送服务的托运方式就会很方便。贴有提供直送服务标示的商店、或是日夜便利店等处都可以办理托运手续、您也可以打电话委托直接上门集货的托运服务。该服务网络遍布日本，国内任何地方均可在数日内送达。（仅一小部分地区除外）

#### <主要的托运服务公司>

佐川急便	米泽店	电话 37-5500
第一货物	米泽分店	电话 23-3363
日本通运	米泽分店	电话 23-0202
大和运输	顾客服务中心	电话 0120-019625
三八五货物汽车运送	米泽营业所	电话 37-2170
米泽合同运送		电话 22-1430

## 7 金融服务

### (1) 银行

<银行的营业时间>

办事窗口 星期一～星期五 9:00～15:00 (星期六、星期天、节假日均休息)

<存款的种类>

○普通型(活期)存款: 该类型可以自由存款、取款, 但是利息很低。

根据所办申请手续的不同, 可以办理自动转账, 用于处理各种公共收费(如税金、电费、电话费、水费等)以及NHK的收视费。

○储蓄型(定额)存款: 当存款金额超过一定数目时、可以享受高于普通存款的利息。该类型同样可以自由存款、取款。

○定期型(死期)存款: 该类型利息高于普通型、储蓄型存款, 但是所存金额必须要在满期后才可以提取。

<开设账户的方法>

请带上外国人登录证明书或是护照以及印章前去银行的办事窗口申请办理。

同时可以申请办理利用A T M(自动取款机)等时所需的现金卡。

<存款和取款>

请填写好银行备有的相应规定用纸后, 将其递交办事窗口。取款时还需要使用开设账户时所用的已注册印章和存折。

<A T M(自动取款机)>

即使不直接到金融机关的办事窗口去、也可以使用A T M在自己的账户内自由进行存款或取款。请在确认清可以使用的时间段后再使用。

### (2) 邮电局

邮电局也办理和银行相同的金融业务, 并且在日本全国各地均可自由存取款。办理手续也和银行基本相同, 也可以办理取款用现金卡。

### (3) 向国外汇款、兑换外币时

向国外汇款、兑换外币等时可在邮电局或是银行办理。  
详情请咨询各金融机关。

## 8 垃圾


米泽市树立了防止地球温暖化、构筑循环型社会的目标，为此正极力推进减少废弃物和资源的有效利用以及循环再利用的运动。敬请协助减少垃圾、区分垃圾的活动。

### 1 扔垃圾时的注意事项


- 敬请遵守收集日（指定日）的规定（指定日因地区而异。具体请参照「垃圾收集日历」）
- 请在收集日当日的早上 7 点 30 分之前去丢垃圾。
- 请正确区分垃圾后再丢弃。
- 须使用指定垃圾袋的东西请在装入相应指定垃圾袋内后再丢弃。（每袋不超过 5 kg）
- 垃圾收集所由町内会或公寓管理者设置并管理。请不要将垃圾丢到区域内指定收集所以外的地方。

### 2 基本的区分方法（7 种区分）


(1) 可燃性垃圾「使用指定垃圾袋（收费的袋子）：（大）（小）印有红色文字」

虽印有可再生塑料标志  但沾有洗不掉污迹的东西、厨房垃圾、废纸、鞋数据记录用媒体类（如录像带，CD，DVD 磁盘类）

(2) 不燃性垃圾「指定垃圾袋（收费的袋子）：（大）（小）印有绿色文字」


喷射型罐装物（内容物全部用完后，再在罐体上开一洞口）、打火机（内容物须全部用完）、无可再生塑料标志  的塑料制品、小型电气制品、玻璃制品、金属类

(3) 容器包装用塑料制品「指定资源垃圾袋（收费的袋子）：（大）（小）印有橙色文字」

包装商品时（起保护或固定作用）的已用过塑料制包装材料、塑料瓶、塑料碗杯、塑料袋类。（印有可再生塑料标志  并且不带污迹的东西。如内容物已使用完或是已饮食完毕后不再需要的塑料制包装材料、塑料瓶、塑料碗杯、塑料袋类）

(4) 饮料用塑料瓶「使用指定垃圾袋（收费的袋子）：（大）（小）印有橙色文字」

装饮料用、装酒类用（含装日式调味料味醂用的）装酱油用的塑料瓶

带  此标示的东西

PET

- (5) 粗大垃圾「粗大垃圾用贴纸(收费)」  
 指定垃圾袋里装不下的东西、或是重量超过 5 kg 的东西。  
 此类垃圾可以通过电话申请后进行个别回收。(电话 22-5235)
- (6) 有害垃圾(须放入透明可分辨内装物品的袋子后再仍)  
 如含有水银等有害物质的东西。  
 荧光灯·干电池·水银体温计
- (7) 须做区分的再生资源物  
 旧纸张(报纸·宣传用纸、硬纸板、牛奶包装纸、杂志(上述以外的纸张类)用绳子打十字结捆绑后再仍  
 装食品·饮料类的易拉罐或瓶子、旧纤维类。  
 (须放入透明可分辨内装物品的袋子后再仍)

○销售指定垃圾袋、粗大垃圾用贴纸的店家



贴有此标志的超市、家用物品销售中心、商店等处有售。

- 3 4 种家电(电视机·冰箱(含冷冻柜)·洗衣机·空调)的处理方法  
 我们按照各司其责的原则,通过让消费者承担再生费用、由零售商负责进行收集运输、让制造业者实施再生制造的方法,由此来实现尽量减少垃圾和尽可能提高可再生资源的再利用率的的目的

需处理家电时可以委托零售商或收集运输许可单位,也可以搬入指定交易所。详情请咨询。

- 4 电脑的处理方法  
 由制造商接收处理。具体请咨询各家厂商。

咨询处:米泽市政府环境生活科 电话 22-5111(总机代转内线)

## 9 宠物

### (1) 狗的登记

如果养狗的话，出生 91 天以上的狗必须登记，还要每年接种一次狂犬病预防疫苗

### (2) 登记方法

#### ○未登记的

如果生了小狗或者接受了别人送的狗，在出生后 3 个月左右要去市政府或者动物医院办理登记手续，在春季接种狂犬病预防疫苗的会场内也可以办理登记手续。登记经费是 3000 日元。

#### ○已登记的

若接受了已经办完登记手续的别人送的狗，请您不要忘记从以前的养主那里拿取“养犬登记证（日语叫鑑札）”，持该证件再去市政府办理相关手续。

#### ○狗死后

若狗已死，则需在市政府或者动物医院办理死亡手续。如果“养犬登记证（日语叫鑑札）”已丢失的话，则需重新办理签发手续。

经费 死亡手续 不收费

重新签发手续 1600 日元

咨询处 米泽市政府环境生活课 电话 22-5111

### (3) 接种狂犬病预防疫苗

每年春季必须接种狂犬病预防疫苗，有关通知由市役所发布、发送。

（接种预防狂犬病疫苗的指定动物医院）

医院名称	地址	电话
大平家畜医院	大字三泽 16,029	22-6268
北條动物医院	城北 1-3-9	23-7030
米泽动物医院	花泽町 1-9-95	24-4911
佐藤ひさし动物医院	御庙 2-7-13	26-5488
寺山动物医院	金池 7-3-3	21-5778



## 1 0 驾车时

### (1) 驾驶执照

#### a) 已持有国际驾驶证时

如果您已持有国际驾驶证，在国际驾驶证的有效期限内，从抵达日本的那天算起，一年以内可以驾驶，超过一年之后还想继续驾驶的话，需要更换成日本的驾驶证。未满三个月的出国期间内取得的国际驾驶证大部分不适合在日本使用，请留意。

#### b) 已持有瑞士、德国、法国的驾驶证时

如果已持有领事馆、J A F 等机构所提供的翻译证明书，那么只要该母国驾驶证的有效期限内，从入境日本的那天算起，一年以内可以驾驶。

#### c) 外国驾驶证更新为日本驾驶证的办理方法

办完外国驾驶证更新到日本驾驶证的手续后，就可以在日本驾驶了。更新时需要的实际操作考试和笔试是根据日本的驾驶执照制度进行的。

##### ○更新时的条件

- 现持有的外国驾驶证尚在有效日期之内。
- 要出示从获得外国驾驶证的那天算起，在该国逗留时间超过三个月以上的证明。
- 具备日本的法律法规所要求的交通规则和驾驶规则的相关必要知识。

##### ○预定报名

- 第一次申请书面审查或者申请笔试和实际操作考试的人，要提前申请。
- 顺利通过书面审查的人，填写报考表交上。考试手续费是 2400 日元。
- 根据签发驾驶证的国家不同，准备的资料也不一样，最好事先咨询一下具体情况。

##### ○申请书面审查的时候要准备的资料

- ①外国驾驶证
- ②护照
- ③外国人登录证等
- ④照片（近期六个月以内，正面，上半身，免冠，免背景、长 3 厘米，宽 2.4 厘米）一张
- ⑤外国驾驶证的日文翻译文件（由大使馆或者 JAF 等所签发的）  
JAF 山形分支机构 地址 山形市小立 2-1-59 电话 023-625-4520

##### ○笔试

关于驾驶常识的笔试（五分钟）

共有十道题，答对七道题以上属于合格，从合格的那天算起 6 个月以内，可以免考同样的笔试（考题有英文版、中文版、韩文版、西班牙文版、葡萄牙文版、波斯文版 6 种）。

##### ○实际操作考试

只有笔试合格者，才可以参加实际操作考试

○考试合格后领取驾驶证

顺利通过书面考试和实际操作考试的人，第二天参加适应性测试，只有通过这些考试，才能得到驾驶证。领驾照费用是 1750 日元。

详情请咨询预约报名单位

山形县综合交通安全中心 考试科

地址 〒994-0068 天童市大字高揃 1300 电话 023-655-2150

d 其他

如果在日本考驾照的话，要先接受驾校的培训，费用需要 30 万日元到 40 万日元，需要 1 个月到 2 个月左右的时间，详情请咨询驾校。

**(2) 驾驶注意事项**

a) 交通规则等

在日本、机动车、摩托车、自行车左侧通行，行人右侧通行。在没有红绿灯的人行横道线上行人优先，对酒后驾驶则会加以严重的惩罚。

○驾驶机动车

- 驾驶员和所有的乘客都必须系安全带，坐在后边的也不例外。
- 行驶中打电话、接电话等行为属于违反交通规则，要罚款。
- 有未满六岁的孩子必须使用“儿童安全椅”。

○驾驶摩托车

持有“普通驾驶证”者可以驾驶排气量 50cc 以下的摩托车。持有摩托车相应驾驶证者才能驾驶排气量 50cc 以上的摩托车。驾驶者和搭乘者都必须带安全帽。

○自行车的停车场

因为 JR 米泽火车站附近禁止停放自行车，所以要停放到“自行车公园 RinRin”或者米泽市市营站东自行车停车场。

○交通标志



禁止通行



车辆禁止入内



禁止调头



单行道



禁止停车  
(短时间也不可以)



禁止长时间停车



最高速度



注意慢行



暂停



车辆禁止通行



禁止超车

### (3) 机动车和摩托车的所有者

#### a) 车辆登记

机动车或者摩托车需要向相关部门登记。当地址、所有者名称、报废车辆等登记内容有变化时也要办理修改手续，请委托购买店代办或者向下列单位咨询相关事项。

- 普通汽车 排气量 251cc 以上的摩托车  
山形陆运支局 电话 023-686-4711
- 轻型汽车 排气量 126~250cc 的摩托车  
轻型汽车检查协会电话 023-686-6080
- 排气量 125cc 以下的摩托车  
米泽市政府市民科电话 22-5111

#### b) 机动车车检

机动车或者排气量 251cc 以上的摩托车必须通过国家的例行检查，顺利通过车检之后得到的车检证必须在车内保管，车主需在购买新车后的第三年接受国家例行检查，之后每隔两年要接受一次同样的检查。

#### c) 买驾驶保险

① 强制保险（汽车损害赔偿保险）是按照法律要求加入的强制性保险。凡是汽车、摩托车等车辆的所有者拥有的每一台车辆都要加入保险

#### ② 自愿保险

强制保险的赔偿范围有局限性，如果造成人身事故，光靠强制保险可能会不够，自愿保险可以覆盖强制保险之外的赔偿范围，赔偿数额也大于强制性保险。最近案例表明，依靠强制性保险支付能力不足以赔偿所需求数额的情况频繁发生，因此，为了安全起见，最好买自愿保险，交通事故发生时保险公司还能代替您与对方交涉和解决纠纷，因此请您在加入强制保险时顺便咨询一下自愿保险的详细情况。

#### d) 机动车税

对车辆的所有者加以征收机动车税。

收到缴纳通知书后，请在期限内缴纳。

如果有不明白的地方，收到缴纳通知书后，请向相关部门咨询。

## 1 1 交通工具

### (1) 电车 (JR)

时刻表上写的“上り”指的是前往东京方向的列车，“下り”指的是从东京前往米泽、山形、新庄方向的列车。电车票（乘车券）除了预定座位和长途票以外，一般都可在自动售票机购买。火车站的售票处有价格表，上面写明火车站始终点名称及其价格。乘新干线时除了“乘车券”以外，还可购买“特急券”。儿童票等，详细的价格标准请向相关部门咨询。

咨询单位：JR 东日本米泽站 电话 22-1130

### (2) 公共汽车

#### a) 市内公共汽车

市内开通了“市民巴士”和“山交巴士”线路。

对于时刻表、路线、站台位置，请向相关部门咨询

咨询单位：米泽市政府环境生活科 电话 22-5111

<乘公共汽车的方法>

○先支付类型（用于统一价格的时候，及一票到底通用时）

- ① 乘公共汽车时，将零钱投放在收款箱
- ② 接近目的地，听到“下一站是～”的车内广播之后按下车按钮
- ③ 待公共汽车完全停车时，从下车门下车

○后支付类型

- ① 乘公共汽车时，在自动发券机取“整理券”，把它保管好。
- ② 接近目的地，听到“下一站是～”的车内广播之后按下车按钮
- ③ 公共汽车完全停车时，将零钱和整理券放在前面安置的收款箱（注意不找零钱），然后从下车门下车。与“整理券”对应的收费标准都在前边的电子数码收费标准表上显示。如果有不明白的地方，请在下车时向司机咨询。

#### b) 长途汽车

运行于东京和米泽之间的长途汽车，所有座位都要提前预订，详细情况请向长途汽车经营公司咨询。

#### ○长途汽车经营公司

公司名称	联系处	网址
东北特快巴士	03-3529-0321(9:30~19:00) 03-3529-2241 (19:00~21:00, 当天晚上咨询座位的电话)	<a href="http://www.tohoku-express.co.jp">http://www.tohoku-express.co.jp</a>

### (3) 出租车

可乘的出租车在挡风玻璃的位置显示“空车”的红色牌子，你需在出租车出发站或者街上举手搭车；如果您的目的地在不起眼的地方，最好向司机说明附近标志性建筑物或者向司机提供详细的地图。另外，还可以提前打电话预约，请出租车到您指定的地方来迎接。

出租车费显示在司机左边安装的计价器上，起价是 610 日元，从晚 10 点至早 5 点和冬季（1 月 1 日至 2 月末）比平时高两成。

#### ○主要出租汽车公司

公司名称	电话
吾妻观光出租车公司	22-1317
今村出租车公司	22-2360
辻出租车公司	23-3200
燕子出租车公司	22-1301
圆宫出租车公司	55-2001
米泽出租车公司	22-1225

### (4) 包车

包车费用根据车型、年数、租赁时间的不同，收费标准也有差别。办理包车手续时，除了要出示在日本属有效的驾驶证以外，也许还需要“外国人登陆证明书”，具体需要哪些资料及具体相关情况请咨询包车经营公司。

#### ○主要包车经营公司

公司名称	电话
车站租车公司米泽营业所	22-8161
树冰租车公司	22-6040
丰田租车公司山形米泽营业所	26-0100
尼桑租车公司米泽营业所	37-2300
日本租车公司米泽营业所	24-4363
毘龍租车公司	24-3618
米泽租车公司	22-2208

## 1 2 媒体

### (1) 电视

在米泽，普通天线所能接收的电视信号是 NHK 电视台的 2 个频道和民营广播 4 个频道，家里只要有电视，就要支付 NHK 视听费。如果付费加入“有线电视 (CATV)、卫星传播电视 (BS)、通信卫星电视 (CS)，就能看到更多的频道，具体情况请您向“新媒体米泽 (日语名称：ニューメディア米沢 (NCV))”或者电器店咨询。咨询单位：新媒体米泽 电话：24-2525

### (2) 广播电台的外语节目 (AM 广播电台、NHK 第 2 广播)

米泽的广播频率是 1359kHz (千赫)

外语新闻广播时刻表如下：

语言	星期一至五	星期六、日
英语	14:00~14:30 18:00~18:15	14:00~14:10 18:00~18:10
汉语	13:00~13:10	
韩语	13:10~13:20	
葡萄牙语	18:30~18:45	18:20~18:30
西班牙语	18:15~18:30	18:10~18:20

### (3) 报纸

米泽市内有地方报纸、全国报纸、外语报纸发行的售报处 (或报摊)。各个摊位具体卖什么报纸请您咨询摊主。

### (4) 网络

在日本，上网要通过网络服务商办理相关业务，日本的网络服务商数不胜数，提供的服务项目也五花八门，根据您的使用目的、上网时间段，请您选择适合自己的网络服务商。

另外，米泽市图书馆内安置了三台电脑，这些电脑已经设置了过滤功能，隔离了对青少年健康成长不利的网站，家长可以放心地让儿女使用这里的网络。同时希望各位文明、礼貌地上网。

使用费：免费，但每人每次限时三十分钟以内

### 1 3 町内会

町内会是为了加深居民友谊，构建互相帮助机制，共同创造美好家园，由当地居民自己组织的机构，是否加入您自由决定，不是强制性的，不过为了融入当地生活和收集在日常生活有用的信息，我们建议您加入这组织。每个地区的入会费和会费都不同。



## V 医疗和保健知识

### 1 医疗机构

#### (1) 医疗机构

米泽市内共用四家大型综合性医院，还有许多诊所针对特定疾病的患者开张，最好选择固定的医院或者门诊所。

米泽市的医院

医院名称	电话	地址
米泽市立医院	22-2450	米泽市相生町 6-36
三友堂医院	24-3700	米泽市中央 6-1-219
舟山医院	23-4435	米泽市站前 2-4-8
国立医院机构米泽医院	22-3210	米泽市大字三泽 6100-1

#### (2) 看病注意事项

看病时除了牙科以外，一般很少医院可以提前预约，大都需要患者亲自挂号。规模大的医院也许人满为患，要等待很长时间。如果您觉得自己日语说的不太好，与会说日语的朋友一起去或者特意委托翻译陪您一起去，利用神奈川县国际交流协会编写的“多种语言门诊表”也会给您带来便利。

多种语言门诊表：在神奈川县国际交流协会网站下载  
<http://www.k-i-a.or.jp/medical/index.html>

或者米泽市国际交流协会协会网站上下载  
<http://www.omn.ne.jp/~yira/>

米泽时国际交流协会 电话 22-5111（代转）  
米泽市金池 5-2-25 设在米泽市役所里

#### (3) 在周末、节日、夜晚看病

##### a) 夜晚、星期天、法定假日诊所

在夜晚、星期天、法定假日的时候如果觉得不舒服，可以去夜晚、周末、法定假日特殊诊所看病。如果病情严重，则需要去综合医院就诊。

○ 夜晚、星期天、节假日诊所 电话 22-9922 よねざわしにしのおどおり 米泽市西大通 1-5-60

门诊专业 内科、小儿科

门诊日期 星期天、节日、12月31日至1月3日

门诊时间 9点至17点

### b) 急诊医院轮班制

在米泽市立医院、三友堂医院、舟山医院这三家医院共同采取急诊轮班制，关于三家医院的分配情况，可以在市政府发行的刊物上查询，或者直接向以下医院咨询。

在急诊医院看病的时候，如果医院认为患者情况不属于急诊，则要另外支付急诊特殊急诊挂号费。

医院名称	电话	地址
米泽市立医院	22-2450	米泽市相生町 6-36
三友堂医院	24-3700	米泽市中央 6-1-219
舟山医院	23-4435	米泽市站前 2-4-8
节假日及夜间值班医生 向导	21-1191	

### **(3) 外国人医疗信息中心**

特定非营利活动法人国际志愿中心山形为外国人提供山形县有关医疗信息的服务和介绍医疗翻译的服务。

#### (a) 包括医疗在内的各种生活指南

为外国人免费提供多种语言咨询和指导服务

日语 9:00~18:00 电话 023-634-9830

汉语、英语、日语 9:00~19:00 电话 090-2365-1208

#### (b) 外语翻译陪同

用外语提供给外国人医疗、法律、教育方面的信息

语言：汉语、韩语、葡萄牙语、菲律宾语等

咨询单位：特定非营利活动法人国际志愿者中心山形分支机构

电话 023-634-9830

## 2 体检

### (1) 米泽市的体检

在米泽市为了预防生活习惯病、即时发现病情，政府定期安排市民参加体检。关于日期和场所，通过市政府发行的刊物等来发布公告。

在米泽市举行的体检有下列内容

- 精神健康基础检查—针对人群：从 18 岁至 39 岁的男女
- 普通体检—针对人群：40 岁的男女
- 胃癌检查—针对人群：40 岁的男女
- 大肠癌检查—针对人群：40 岁的男女
- 子宫癌检查—针对人群：20 岁以上的女性
- 乳腺癌—针对人群：40 岁以上的女性（隔年举行）
- 鹰山综合性健康检查—针对人群：40 岁以上的男女

咨询单位：米泽市健康成长中心 健康科  
米泽市西大道 1-5-60 电话 24-8181

### (2) 艾滋病检查、性器官衣原体

在置赐保健所关于关艾滋病和性器官衣原体，提供咨询和检查抗体等服务，可以匿名报名，负责单位保证咨询和检查内容的保密性。

咨询和检查费用都是免费，检查的结果一周后通知。

#### 电话咨询时间

星期一至星期五（不包括节日）的 8 点 30 分至 17 点 15 分

#### 受理时间

每周星期一（不包括节日）13:00~14:00

（抗体检查请提前告诉）

咨询单位：置赐保健所 电话 22-3002 米泽市金池 3-1-26

### (3) 检查 C 型肝炎病毒

在置赐保健所还提供有关 C 型肝炎病毒的咨询和检查服务，可以匿名报名，费用免费

#### 电话咨询时间

星期一至星期五（不包括节日）的 8 点 30 分至 17 点 15 分

#### 检查日

需要提前预约

咨询单位：置赐保健所 电话 22-3002 米泽市金池 3-1-26

## VI 儿女

### 1 怀孕

如果有了怀孕的迹象，要在医院（妇产科等）接受检查。经过医生的允许，办理登记手续后，可以领取“母子健康手册”，凭这个手册可以免费享受婴儿的体检、接种疫苗等服务。体检和接种疫苗的时间、地点、详情可以在市政府发行刊物上获得信息。母子健康手册记载孕妇和胎儿的当时健康状态和婴儿的成长过程（身高、体重等），还写有关于孕妇和育儿的知识，包罗万象，非常实用。

### 2 生产

#### (1) 需办理手续

- ① 医生或者助产师会出具“出生证明书”
- ② 婴儿出生后 14 天以内，父母持“出生证明书”和“母子健康手册”在市政府办理“出生登记手续”，领取“出生登记手续受理证明书”。
- ③ 如果儿女的国籍不是日本的话，要在母国籍国家的驻日大使馆或者领事馆办理“出生登记手续”，领取护照。若是父母的国籍不一样，需要父母去各自的国家办理两份“出生登记手续”。
- ④ 如果出生后要在日本逗留 60 天以上的话，则在 30 天以内要向入国管理局申请取得“在留资格”，且要在 60 天以内去市政府办理“外国人登记”

#### (2) 生产费用

一般生孩子不属于医疗保险范围，所以需要的经费很高，不过，父亲或者母亲已加入医疗保险的话，可以领取生孩子的相应补助。

咨询单位：国民健康保险：市役所  
：社会保险：单位、公司

#### (3) 婴幼儿医疗

政府有减轻儿女从出生到上小学之前经济负担的补贴制度，不过收入高于一定标准的家庭不能享受这项补贴，详情请咨询相关单位。

咨询单位：米泽市政府儿童科 电话 22-5111（代转）

#### (4) 婴幼儿的体检

出生 4 个月的婴儿要接受市内儿科医的体检，婴儿出生后在 1 岁零 8 个月、3 岁的时候接受健康成长中心的体检。

#### (5) 婴幼儿和儿童的接种疫苗

针对婴幼儿和儿童实施以下疫苗的接种。  
详情在市政府的刊物上公布。

接种疫苗的种类和接种时期

	接种的疫苗种类		面向年龄和次数		接种地点和方法	
集体接种	小儿麻痹症		出生 3 个月至 18 个月之间两次		接种地点 ：健康成长中心 · 4 月份和 10 月份 · 饮料式疫苗 ※未满 7 岁之前可以免费	
个别接种	B C G (卡介苗)		出生 3 个月至不足 6 个月	1 次	※市内的指定医疗机构 (需要提前预约) ※到了一定年龄段要及时接种 ※处于左边写的年龄段可以免费	
	白喉 百日咳 破伤风	三种 混合	第 1 阶段 首次	出生 3 个月不足 7 岁 (间隔 3 至 8 周左右一次)		3 次
			第 1 阶段 补充	首次接种之后过了一年		1 次
	白喉 破伤风	两种 混合	第 2 阶段	11 岁至不足 13 岁		1 次
	麻疹/风疹 (麻疹风疹混合)		第 1 阶段	1 岁至不足 2 岁		1 次
			第 2 阶段	1 期结束后的 5 岁至不足 7 岁, 且上小学之前的 1 年		1 次
	乙型脑炎		第 1 阶段 首次	3 周岁至不足 7 岁半 (间隔 1 周至 4 周左右一次)		2 次
第 1 阶段 补充			首次接种之后过了一年	1 次		
第 2 阶段			9 岁以上至不足 13 岁	1 次		

### 3 育儿补贴

对抚养小学毕业之前的儿女的家庭给予补助，对第一个子女和第二个子女分别给予 5000 日元/月，对第三个孩子以后出生的子女补助给予 10000 日元/月的补助，不过收入高于一定标准的家庭不能享受这项补贴，详情请咨询。

※从 2007 年（平城 19 年）起，对不足 3 岁的婴幼儿，不管出生先后，将一律给予 10000 日元/月的补助。

咨询单位：米泽市政府儿童课 电话 22-5111（代转）

### 4 托儿所

托儿所是因家长双方都有工作或者得病没有办法照顾儿女时，受到寄托替家长抚养的福利场所，接纳针对上小学之前的儿童。

获得认可的托儿所名单

托儿所名称	地址	电话
西部托儿所	御庙 1-5-37	21-0426
兴道亲和托儿所	本町 2-1-37	21-3755
松岬保育院	城西 1-5-59	21-0349
明星保育院	门东町 3-2-27	22-2260
山上保育院	通町 7-4-32	23-3416
兴道东部保育院	下花泽 2-3-36	23-6624
兴道西部保育院	木场町 2-9	24-8558
兴道南部保育院	本町 2-4-47	21-3756
兴道北部保育院	盐井町盐井 1476-1	21-5070
米泽中央保育院	樱木町 1-75	23-5470
盐井保育院	盐井町盐野 2075	21-1225
森子园保育院	万世町牛森 4172-6	28-3715
小不点之家	德町 1-38-1	26-6565
东部光保育院	东 1-6-103	23-1675
绿丘保育院	矢来 1-3-75	23-1867
吾妻保育院	太田町 4-1-151	38-4402

## 5 儿童中心

儿童中心是广泛为一般儿童提供服务的设施，通过进行健康的游戏活动，以达到促进儿童健康、培养丰富情操的目的，市内共设有 3 处。详情敬请直接咨询以下各中心。

儿童中心一览表

中心名称	地址	电话号码
敬师儿童中心	大字关根 531-1	35-2113
窪町儿童中心	窪田町窪田 424	37-5272
上乡儿童中心	大字竹井 2588-304	28-8424

## 6 学童保育

学童保育设施以小学 1 年级到 3 年级的放学回家无人照顾的儿童为对象，开展各种促进儿童健康成长的游戏和教育指导训练活动。（也有可以接受 4 年级以上儿童的保育设施。几乎所有的小学校区内都设有学童保育设施，详情敬请咨询。

咨询处：米泽市政府儿童科 电话 22-5111（代转）

## 7 支援育儿事业

### 米泽市家庭援助中心

本中心是会员互助制，欲提供育儿援助者和欲接受育儿援助者均需加入成为会员后，开展各种互助互帮的活动。

#### (1) 出现以下情况时

- 当孩子突然发烧且幼儿园要求将孩子接回家，而您却因工作不能前去迎接时。
- 当因带婴幼儿外出不便时（学校参观日、去看病、及其他）等等，敬请商谈。

#### (2) 使用费

接受援助后，请按以下金额支付费用。

上午 7:00~下午 7:00 之间 --1 小时 600 日元

上述时间以外以及周日·节假日 --1 小时 800 日元

- 至于其它如饮食费· 交通费的实际费用，请事先通过商谈来决定金额。

### **(3) 申请方法**

申请时请先致电米泽市家庭援助中心事務局（小不点之家 2 楼），然后携带印章・证明照片（约 2.7 × 2.4）2 张前来办理手续。

### **(4) 受理时间**

星期一到星期五的上午 9 点起至下午 6 点

（星期六・星期天・节假日・年末年初我为休息日。）

咨询・申请处

米泽市家庭援助中心

米泽市德町 1 番 38-1 小不点之家内（2 楼）

电话（FAX）：24-6464



## VII 教育

日本的教育制度是小学 6 年，中学 3 年、高中 3 年、大学 4 年。新学年是从 4 月份开始，到第二年 3 月结束。

学校有公立学校和私立学校。另外、幼儿园是针对学龄前幼儿的教育设施。

### 1 幼儿园

幼儿园是以满 3 周岁到入小学之前的幼儿为对象的教育设施。通常保育时间是 1 天 4 小时左右，此外也有实施加时延长保育等措施的地方。关于幼儿的接送，大多数幼儿园设有专门负责迎送的巴士，另外、保育期间可在 1 年到 4 年之间自行选择。

米泽市的幼儿园均为私立制，各幼儿园都提供各具特色的教育。需上幼儿园时，请直接向各幼儿园提出申请。

设施名称	地址	电话
米泽中央幼儿园	中央 7-5-70-5	23-2569
米泽西部幼儿园	御庙 2-3-8	21-6010
舞鹤幼儿园	丸内 1-1-47	23-1489
普慈幼儿园	下花泽 3-4-30	21-0212
米泽幼儿园	中央 3-6-45	23-2134
东部幼儿园	站前 4-2-51	23-1018
广井乡幼儿园	六乡町西藤泉 71-12	37-5362
檉实幼儿园	城南 5-1-1	21-0205
云雀之丘幼儿园	大字三泽 26090	22-7541
户塚上幼儿园	大字上新田 2008	37-2419
九里幼儿园	门东町 1-1-18	23-9261

## 2 小学和中学

日本人有须履行上小学和中学的义务。外国人虽然没有须就学的义务，但是可以和日本人一样接受教育。

米泽市内的小学 and 中学均是市立制。另外、根据居住地指定相应的可以入学的学校。此外、公立学校的教科书、学费都是免费的，但是需支付在校午餐费和其它会费等。

商谈·咨询处：米泽市教育委员会 电话 22-5111（代转）

## 3 高中

高中虽不是义务教育，但在日本，几乎所有的人都会上高中。各校几乎都有入学考试，学费由个人自己负担。米泽市内有公立和私立的普通高中和专业高中。学习期间通常是3年。

外国人需上高中时，必须是在日本的中学已毕业（包含将毕业）、或是在外国的学校已接受了9年的课程教育。

咨询处：山形县教育厅高等教育科  
山形市松波 2-8-1 电话 023-630-2493

## VIII 社会福利服务

### 1 生活保障

对于那些仅靠个人收入和财产不能维持最低生活水平的人,通过生活保障制度给他们必要的经费等帮助,保证他们的最低生活水平

咨询·商谈处: 米泽市社会福利科 电话 22-5111 (代转)

### 2 高龄者福利

高龄者、身心有疾患者不仅要担心健康方面的问题,还要面对维持日常生活所产生的各种各样的忧心事。另外、承担护理的家庭成员也会抱有各种各样的不安和忧虑心情,如会忧虑到底该怎样面对老人以及如何护理老人等方面的问题。

米泽市为此开发了各种各样的相关事业和服务方式,如根据高龄者身心状态程度而提供相应的促进自立支援、预防护理、提供护理等阶段性服务,同时接受各种相关商谈。

咨询·商谈处: 米泽市高龄福利科 电话 22-5111 (代转)

### 3 残疾人·智障者福利

身有残疾或是抱有智障的人,若是日常生活有困难,最好是尽早和医生等人商量,接受残疾人认定,领取残疾人手册。另外、根据残疾类别和部位以及程度的不同,可以接受相应的各种服务和领取补贴以及使用相关公共设施。

咨询·商谈处: 米泽市高龄福利科 电话 22-5111 (代转)

### 4 护理保险制度

护理保险制度是针对年老后最大的不安因素——护理问题而制定的,通过全体社会的共同支持,使每一个利用者都能安心接受匹配自己愿望的各种综合性护理服务。

#### (1) 护理保险的加入者

加入对象是 65 岁以上的人或是 40 岁以上 65 岁未滿且已加入医疗保险的人、已办完外国人登录手续且以工作等为目的要居留 1 年以上的人。

#### (2) 入保后可接受护理服务的对象

##### (a) 65 岁以上者

- 因病瘫痪在床或是患有老年痴呆症等,并且洗澡、排泄、吃饭等日常生活行为处于不能自理状态,被认定为需接受经常性护理的人
- 被认定为在日常生活中的家务事和自身周围事情方面需要接受援助的人

(b) 40 岁以上 65 岁未满足且已加入医疗保险的人

- 在初老期内罹患了老年痴呆症、脑血管疾病等由于老化而引起的相关疾病，被认定为已处于需接受护理状态的人

**(3) 接受护理服务时所需办理的手续**

需接受护理保险的服务时，必须先接受对于因病卧床不起或由于痴呆症而需援助或护理的程度认定。需接受认定时，请向市政府提交接受护理认定的申请。

**(4) 护理保险所提供的服务**

提供以上上门服务为中心的如家庭护理工服务、按日计算的护理服务，还可以使用公共设施所提供的设施内服务等，服务方式多样，需要时请咨询。

**(5) 关于接受服务所需费用**

加入护理保险后，接受护理服务时需支付全部费用的百分之十。

**(6) 关于护理保险的保险费**

(a) 65 岁以上时

市政府根据个人收入相应将保险费设定为 7 个阶段。关于支付方法，老年·退休·孤寡·残疾养老金--以上类型者保险费是每月 1 万 5 千日元（年额 18 万日元），在养老金内自动扣除。

上述类型以外者由于市政府会邮寄缴纳通知书，故请各自依据通知书进行缴纳。

(b) 40 岁以上 65 岁未满足且已加入医疗保险者

根据所加入医疗保险规定的计算方法来设定保险费。保险费的支付方式通常是和医疗保险费一起缴纳。

咨询·商谈处： 米泽市高龄福利科 电话 22-5111（代转）  
（关于保险金 请咨询国保年金科～）

## IX 其它信息

### 1 学习

#### (1) 学习日语

米泽市内开设有诸如以下的由团体所经营的日语教室。

团体名	联络方式	活动内容
环球交流学校米泽 (G.C.C.Y)	铃木广美 电话 38-3576	每年分 3 学期 (第 1 期: 5 月~7 月、第 2 期: 9 月~11 月 第 3 期: 1 月~3 月) 时间: 每周星期二 19:30~21:00 地点: 南部公民中心 电话 24-2011 会费: 每期 1,000 日元
志愿者学校 G A E A	佐藤由纪 电话 28-1527 19:00 以后	时间: 每周星期三 19:00~21:00 地点: 南部公民中心 电话 24-2011 会费: 每期 500 日元
站前沙龙	樋口千昭 米泽站前商业街 振兴组合 23-4534	时间: 每周星期一 16:00~18:00 每周星期三 16:00~18:00 会场: 米泽车站站房内 2 楼 多目的大厅 会费: 每月 1,000 日元
日出町日语教室	金子 理 手机 080-3320-3694	每 1 课时为 2 小时 2,000 日元

### 2 米泽鹰山大学

在置赐综合文化中心和各公民中心等公共设施内, 设有以市民为对象的各种关于兴趣爱好的学习讲座, 同时还举行其它各种各样的活动。

另外、需确认讲座的开课预定情况等时, 您可以查询分送到每一家庭的鹰山大学指南手册或相关网页。

咨询处: 米泽市教育委员会社会教育科 电话 21-6111(代转)  
或前去各公民中心咨询

### 3 图书馆

市立图书馆设在置赐综合文化中心 1 楼内。

开馆日、闭馆时间如下：

星期二～星期五 9：30～20:00（11 月～3 月是到 19:00 为止）

周六·周日·节假日 9：30～17:00

闭馆日如下：

每周星期一（星期一碰巧是节假日时当天闭馆，第二天也闭馆）

年末年初、藏书点检特别期间

可供借出的图书每人一次不超过 10 本，借出期限为 2 周以内。

可供借出的录像带或 DVD 每人一次不超过 3 盘，借出期限为 7 天。

借书时必须出示「图书馆借书卡」。

借书卡可前去图书馆服务台处办理，届时请携带可以确认家庭地址的证件（如外国人登录证明书、保险证等）。

咨询处：米泽图书馆 电话 21-6111

米泽市金池 3-1-14 ：置赐综合文化中心 1 楼

### 4 视听觉中心

视听觉中心提供视听觉器材·教材的借用服务。需借用时、请事先电话预约，或是直接前去视听觉中心办理申请手续。

申请处：视听觉中心 电话 21-6111

米泽市金池 3-1-14 置赐综合文化中心 4 楼

· 星期一～星期五 8:30～17:15

· 借出期限 4 天以内

## 5 市内国际交流团体

团体名	联系处	活动内容
地球网络之家米泽	二宫和义（事务局） TEL 37-4185	主要是组织和山形大学工学部的留学生以及外国人研究生们进行的各种交流活动，由此提高学生对世界各国的理解度。
环球交流学校米泽 G C C Y)	铃木广美（事务局） TEL 38-3576	开设有日语教室和其它
国际职业妇女协会米泽	※每年 7 月更换担当人员。	为联合国儿童基金会提供各种协助，举行义演音乐会或茶会，以及组织地区社会奉献活动等。
日法交流会	手塚直美 TEL 23-0734	设有法语教室，并举办法语演讲比赛和各种其它活动
志愿者学校 GAEA	佐藤由起（事务局） TEL 28-1527※19:00~21:00	设有日语教室和其它
米泽市日中友好协会	山形新闻报社置赐总分社内 TEL 23-3222 FAX 26-2009	· 举办以中国归国者、配偶者、山大工学部留学生、市内企业研修生为对象的各种交流会。另外还企画和组织访中团活动，以此增进日中的相互亲善度和理解度
米泽日法协会	堤 青理（事务局） TEL&FAX 23-2407	筹划法国音乐家的公演活动和经营运作法语教室
米泽志愿者观光外语导游之会 YFoot	tatsuta@ms3.omn.ne.jp （社）米泽观光物产协会内 TEL 21-6226	本会是志愿者外语导游的团体。现仅限英语导游。另外还企画自行组织的旅行团。
米泽·摩西湖友好亲善协会	米泽新闻报社内 TEL 22-4411	支援姐妹城市的交流活动、为交换留学生事业提供补助等
米泽青少年活动组织	间中美树（代表） TEL 23-0271	举行各种义卖活动，由此支援从小学生到高中生的孩子们以学习为目的而自力更生酬金去美国科罗拉多州之旅的活动。
米泽市国际交流协会 （YIRA）	米泽市政府内 TEL 22-5111 faX 24-4540 yira@omn.ne.jp http://www.omn.ne.jp/~yira	举行范围广泛的各种国际交流活动，如会报的发行、交流会、针对在住外国人的支援活动、登录如翻译等的志愿者名单。
米泽市关地区日中友好协会	冈崎利胜（代表） TEL 38-2449・4156	关地区和中国吉林省琿春市三家子满族乡地区缔结了友好地区盟约，极力促进彼此的交流
语言交流研究所河马日本国际家庭俱乐部	四柳久美子（研究员） TEL 38-4503	以「语言和人类」为主题，通过多种语言进行交流学习活动、促进国际理解。
站前沙龙	樋口千昭 米泽站前商业街振兴组合 23-4531	开设有日语教室等
日出町日语教室	金子 理 手机 080-3320-3694	开设有日语教室等

## 6 公共设施一览表

设施名	地 址	电话号码
米泽市政府	金池 5 - 2 - 2 5	2 2 - 5 1 1 1
健康中心	西大道 1 - 5 - 6 0	2 4 - 8 1 8 1
置赐综合支厅	金池 7 - 1 - 5 0	2 6 - 6 0 0 0
米泽合同厅舍（职业介绍所）	金池 3 - 1 - 5 0	2 2 - 8 1 5 5
置赐保健所	金池 3 - 1 - 2 6	2 2 - 3 0 0 0
米泽税务署	门东町 1 - 1 - 9	2 2 - 6 3 2 0
法务局米泽支局	金池 3 - 1 - 1 4	2 2 - 2 1 4 8
ACTY 米泽	西大道 1 - 5 - 5	2 1 - 5 6 5 5
置赐综合文化中心（图书馆）	金池 3 - 1 - 1 4	2 1 - 6 1 1 1
市民文化会馆	中央 1 - 1 0 - 2	2 3 - 8 5 1 0
座之文化传承馆	圆内 1 - 3 - 4 8	2 3 - 8 0 0 9
市民画廊梦之馆	中央 1 - 9 - 2 0	2 2 - 6 4 0 0
传国之杜 上杉博物馆・置赐文化中心	圆内 1 - 2 - 1	2 6 - 8 0 0 0
儿童会馆	圆内 1 - 3 - 4 7	2 3 - 0 1 6 1
西部公民中心	直江町 5 - 9	2 2 - 5 7 5 8
南部	本町 2 - 4 - 2 8	2 4 - 2 0 1 1
东部	花泽町 1 - 2 - 3 8 - 6	3 7 - 8 0 2 5
爱宕	古志田町 7 6 - 3	3 8 - 2 8 7 7
万世	八幡原 5 - 4 1 4 9 - 9	2 8 - 5 3 8 1
广幡	广幡町上小菅 1 3 9 4 - 7	3 7 - 5 2 7 6
六乡	六乡町一漆 6 8 - 2	3 8 - 5 2 7 8
盐井	盐井町盐野 2 0 6 8 - 1	2 2 - 5 3 8 0
窪田	窪田町窪田 9 8 - 2	3 7 - 5 0 4 4
三泽	小野川町 2 6 4 3 - 1	3 2 - 2 0 0 5
田泽	大字口田泽 2 3 7 5 - 1	3 1 - 2 1 1 1
山上	大字关根 4 8 0	3 5 - 2 1 1 0
上乡	大字川井 3 8 6 9	2 8 - 3 4 0 1
南原	大字南原猪苗代町 2910-2	3 8 - 2 3 0 1
市营体育馆・武道馆	金池 3 - 1 - 6 2	2 3 - 0 6 6 4
市营游泳馆	徳町 3 3 3	2 4 - 5 8 3 3



## 7 米泽市概要

米泽市位于日本的东北、山形县最南部，市街地海拔高为240~260m，东有奥羽山脉、南有吾妻连峰、西有饭丰连峰等高至二千米级别的群山秀峰耸立于四周，形成盆地地形。面积广为548.74Km<sup>2</sup>、南北长为28.2km、东西长至32.1km。气候为典型盆地型，夏季炎热，冬季酷冷并且降雪极多，四季分明，能切身感受到四季迁移景色变幻的风流之情。

米泽市人口约有92,000人、其中大学生人数多达4,000人(有国立山形大学工学部，县立米泽女子短期大学)，享有文教之街·学生之街的美誉，与此同时，米泽还拥有我国第一号的工业开发区「八幡原中核工业团地」，其工业生产量于传统产业米泽纺织物的产量合计后居县内第一，因此也有产业都市之称。另外，城下町米泽由上杉氏家族施政了272年、至今仍保存有与此息息相关的众多史迹和传统习俗，因此也是一座历史名城。

### (1) 米泽的美味

#### 米泽美味ABC

- |   |       |      |                                                                                                  |
|---|-------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A | Apple | 馆山苹果 | 在馆山地区、从明治时代起就兴盛栽培苹果树。优质的水源和土壤，蕴育出了果肉质实清脆，果味芬芳诱人的优良苹果                                             |
| B | Beef  | 米泽牛  | 米泽牛中的最高级品质肉红白相间，形如冠霜，故称之为霜降肉，有入口即化似的柔嫩口感。醇郁浓厚的风味堪称绝品，在全国也属知名度高的名贵品牌。                             |
| C | Carp  | 米泽鲤鱼 | 其起源是在上杉鹰山平定米泽后，因深山盆地内的米泽缺乏动物性蛋白质，故特地从相马引进鲤鱼幼苗，放入米泽城的护城河内饲养而形成风俗。源自吾妻山麓的清泉养育而成的米泽鲤鱼，肉质紧致美味，不具泥腥味。 |

#### 其它代表性美味

米泽优越的自然环境蕴育出了各式各样的美味食物，例如有米泽拉面、日式煮芋头汤、五加、樱桃、盐引寿司、日式冷菜汤、咸菜、米泽雪菜、本地产日本酒、米泽荞麦面等等。

## **(2) 米泽的自然**

### 温泉 (米泽八泉)

小野川温泉、白布温泉、新高汤温泉、姥汤温泉、滑川温泉、汤泽温泉、五色温泉、太平温泉

### 滑雪场

天元台高原滑雪场、米泽滑雪场、栗子滑雪中心、小野川滑雪场

### 山岳

西吾妻山是日本百大名山之一，山中四季分明，可感受时令之迁移，欣赏四季变幻无穷的美景。位于山腰处的天元台高原，冬季可以享受滑雪之趣，夏季则可以当作登山健身之处，还可以欣赏各种各样的高山植物。

## **(3) 米泽的史迹**

城下町米泽保存有至今仍散发着浪漫历史气息的街道，还保存有诸多镌刻着悠久历史的文化财宝，如上杉神社、笹野观音、普门院、旧米泽高等工业学校、传国之杜、上杉家庙所等。

## **(4) 米泽的传统文化**

有米泽纺织物 (简称米织)、相良偶人、笹野一刀彫等

## **(5) 米泽出身的伟人**

皆川睦雄、福王寺法、我妻荣、伊藤忠太、高桥里美、上杉鹰山、伊達政宗等

详情请参照观光手册。

## 8 年号速查表

年号	阳历	年号	阳历	年号	阳历
大正 4 年	1915 年	昭和 22 年	1947 年	昭和 54 年	1979 年
大正 5 年	1916 年	昭和 23 年	1948 年	昭和 55 年	1980 年
大正 6 年	1917 年	昭和 24 年	1949 年	昭和 56 年	1981 年
大正 7 年	1918 年	昭和 25 年	1950 年	昭和 57 年	1982 年
大正 8 年	1919 年	昭和 26 年	1951 年	昭和 58 年	1983 年
大正 9 年	1920 年	昭和 27 年	1952 年	昭和 59 年	1984 年
大正 10 年	1921 年	昭和 28 年	1953 年	昭和 60 年	1985 年
大正 11 年	1922 年	昭和 29 年	1954 年	昭和 61 年	1986 年
大正 12 年	1923 年	昭和 30 年	1955 年	昭和 62 年	1987 年
大正 13 年	1924 年	昭和 31 年	1956 年	昭和 63 年	1988 年
大正 14 年	1925 年	昭和 32 年	1957 年	平成元年	1989 年
昭和元年	1926 年	昭和 33 年	1958 年	平成 2 年	1990 年
昭和 2 年	1927 年	昭和 34 年	1959 年	平成 3 年	1991 年
昭和 3 年	1928 年	昭和 35 年	1960 年	平成 4 年	1992 年
昭和 4 年	1929 年	昭和 36 年	1961 年	平成 5 年	1993 年
昭和 5 年	1930 年	昭和 37 年	1962 年	平成 6 年	1994 年
昭和 6 年	1931 年	昭和 38 年	1963 年	平成 7 年	1995 年
昭和 7 年	1932 年	昭和 39 年	1964 年	平成 8 年	1996 年
昭和 8 年	1933 年	昭和 40 年	1965 年	平成 9 年	1997 年
昭和 9 年	1934 年	昭和 41 年	1966 年	平成 10 年	1998 年
昭和 10 年	1935 年	昭和 42 年	1967 年	平成 11 年	1999 年
昭和 11 年	1936 年	昭和 43 年	1968 年	平成 12 年	2000 年
昭和 12 年	1937 年	昭和 44 年	1969 年	平成 13 年	2001 年
昭和 13 年	1938 年	昭和 45 年	1970 年	平成 14 年	2002 年
昭和 14 年	1939 年	昭和 46 年	1971 年	平成 15 年	2003 年
昭和 15 年	1940 年	昭和 47 年	1972 年	平成 16 年	2004 年
昭和 16 年	1941 年	昭和 48 年	1973 年	平成 17 年	2005 年
昭和 17 年	1942 年	昭和 49 年	1974 年	平成 18 年	2006 年
昭和 18 年	1943 年	昭和 50 年	1975 年	平成 19 年	2007 年
昭和 19 年	1944 年	昭和 51 年	1976 年	平成 20 年	2008 年
昭和 20 年	1945 年	昭和 52 年	1977 年	平成 21 年	2009 年
昭和 21 年	1946 年	昭和 53 年	1978 年	平成 22 年	2010 年

## 米泽市国际交流协会

---

2010年2月发行

发 行 米泽市国际交流协会

〒992-8501 山形县米泽市金池 5-2-25

电话 0238-22-5111 传真 0238-24-4540

电子邮件 yira@omn.ne.jp

网址 <http://www.omn.ne.jp/~yira>

---