

外国人のための
綾部生活ガイドブック
英語

Ayabe Daily Life Guidebook
for Foreigners
English



あやべし
綾部市
Ayabe City

綾部国際交流協会
Ayabe International Society

項目	ページ	項目	ページ
1 綾部市マップ	5	9 税金	19
2 緊急電話	6	(1) 所得税	
(1) 警察 110		(2) 市民税・府民税	
(2) 消防 119		(3) 軽自動車税	
(3) ガス漏れ		(4) 自動車税	
3 地震・台風に備えて	8	10 公共サービス	21
(1) 地震		(1) 水道	
(2) 台風		(2) 下水道	
4 在留資格	10	(3) 電気	
5 外国人登録	11	(4) ガス	
(1) 登録方法		(5) 電話	
(2) 登録後の注意事項		(6) 公営住宅	
6 婚姻・妊娠・出生などの 届け出	12	(7) ごみの収集と 出し方	
(1) 婚姻届		(8) し尿処理	
(2) 妊娠届		11 保育・学校	26
(3) 出生届		(1) 保育	
(4) 死亡届		(2) 放課後学級	
(5) 居住地変更届		(3) 幼稚園・幼児園	
7 病気・けがをしたとき	15	(4) 日本の学校制度	
(1) 医院・診療所		(5) 義務教育	
(2) 外科・内科ほか複数の 診療科がある病院		(6) 年度・学期・休暇 など	
8 公的医療保険など	16	12 基本的な交通ルール	28
(1) 医療費		(1) 歩行者	
(2) 日本の公的医療保険		(2) 自転車	
(3) 保険証（被保険者証）		(3) 自動車・バイク	
(4) 健康保険が使えない 場合			
(5) 保険料			
(6) 公的年金制度			
(7) 介護保険制度			

Contents	
1 Outline of Ayabe	5
2 Emergency Calls	6
(1) Police- Dial 110	
(2) Fire- Dial 119	
(3) Gas Leak	
3 Preparing for Earthquakes and Typhoons	8
(1) Earthquakes	
(2) Typhoons	
4 Status of Residence	10
5 Alien Registration	11
(1) Registration Procedures	
(2) Things to Note after Registration	
6 Registration of Marriage, Pregnancy, or Birth	12
(1) Registration of Marriage	
(2) Registration of Pregnancy	
(3) Registration of Birth	
(4) Registration of a Death	
(5) Registration of a Change of Address	
7 In the Case of Illness or Injury	15
(1) Doctor's Office or Clinic	
(2) General Hospitals with Several Departments including Surgery, Internal Medicine and Others	
8 Public Medical Insurances, etc.	16
(1) Medical Bill	
(2) Public Medical Insurance in Japan	
(3) Health Insurance Card to Show Your Membership	
(4) Items for Which a Health Insurance Cannot Be Applied	
(5) Insurance Contributions	
(6) The National Pension Plan	
(7) The Nursing Care Insurance	
9 Taxes	19
(1) Income Tax	
(2) Prefectural and Municipal Inhabitants Tax	
(3) Light Vehicle Tax	
(4) Automobile Tax	
10 Public Utilities	21
(1) Water Supply	
(2) Sewerage	
(3) Electricity	
(4) Gas	
(5) Telephone	
(6) Public Housing	
(7) Garbage Collection and Disposal	
(8) Human Waste Disposal	
11 Child Care and School Education	26
(1) Child Care	
(2) After-School Children's Class	
(3) Kindergarten/Yoojien (Pre-Kindergarten)	
(4) Japanese Education System	
(5) Compulsory Education	
(6) School Year, Term, and Holiday of School	
12 Traffic Rules	28
(1) Pedestrians	
(2) Bicycles	
(3) Cars and Motorcycles	

13 相談・国際交流の窓口 ・・・	29
(1) 綾部国際交流協会	
(2) 綾部市日本中国友好協会	
(3) あやべボランティア総合センター	
(4) (財) 京都府国際センター	
(5) 京都府綾部総合庁舎	
(6) 入国管理局「外国人在留総合インフォメーションセンター」	
14 便利な情報	31
(1) 国際電話のかけ方	
(2) 郵便	
(3) 町内会・自治会	
(4) 印鑑 (はんこ)	
(5) 犬の登録	
(6) 冠婚葬祭	
(7) テレホンガイドなど	
(8) 綾部市街地案内図	

13 Counseling and International Exchange	29
(1) Ayabe International Society	
(2) Ayabe Japan-China Friendship Association	
(3) Ayabe Volunteer Center	
(4) Kyoto Prefectural International Center	
(5) Ayabe Municipal Office Kyoto Prefecture	
(6) Foreign Residence General Information Centers in Regional Immigration Bureau and Branch	
14 Convenient Information	31
(1) How to Make an International Phone Call	
(2) Postage	
(3) Town Associations/ Neighborhood Associations	
(4) Inkan, or Hanko (Personal Seals)	
(5) Registration of Dogs	
(6) Ceremonial Occasions	
(7) Telephone Guide and Others	
(8) Guide Map of Central Ayabe	

はじめに

急速に進む国際化の中、綾部市においても在住外国人の数は年々増加しています。綾部国際交流協会では、このたび、在住外国人のための外国語による生活ガイドブックを作成しました。

このガイドブックは緊急時の対応から日常生活におけるルールなど、外国人（特に、日本で生活が短い方）が安全・安心で、快適な暮らしができるよう、これだけは必要と思われることをまとめました。

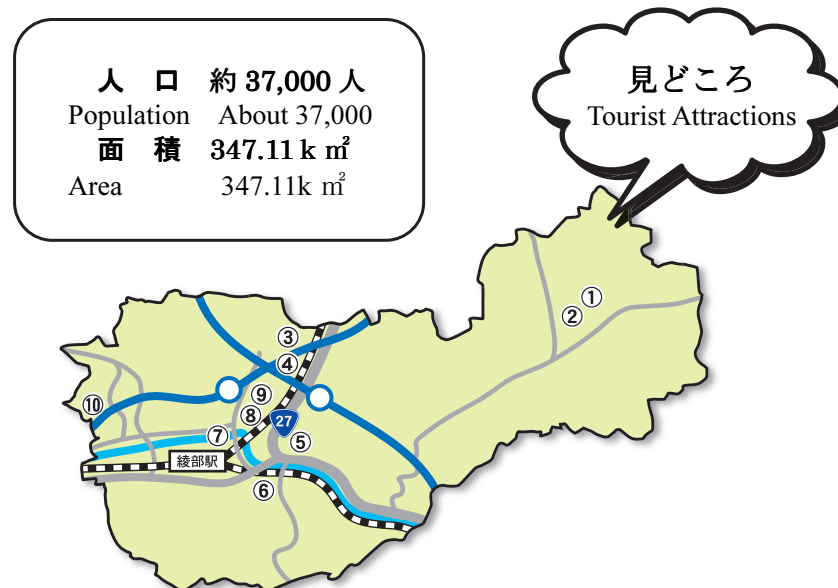
ガイドブックが綾部市に在住の外国人の方々のお役に立ち、国際理解や交流が深まるきっかけになれば幸いです。

Preface

Due to internationalization, the number of foreigners who reside in Ayabe is increasing year after year. Ayabe International Society has created a guidebook for daily life in Ayabe in multiple languages.

This handbook covers necessary items ranging from how to meet urgent cases to some rules in daily life so that foreign people, especially those who are not staying in Japan for long, can live a comfortable life safely and securely. We hope that this handbook will be of much help to foreign people living in Ayabe and give an opportunity to deepen mutual understanding among us.

1 綾部市マップ Outline of Ayabe



①	こくほう 国宝・光明寺二王門 こうみょうじにおうもん	National Treasure, Komyoji Temple Nioh-Mon
②	あやべ温泉 おんせん	Ayabe Hot Spring
③	わし 和紙の里・黒谷 さと くらたに	Japanese Handmade Paper Village at Kurotani
④	あんこくじ 安国寺	Ankokuji Temple
⑤	しすいがおかこうえん 紫水ヶ丘公園 (平和塔) へいわとう	Shisuiigaoka Park(Peace Tower)
⑥	おおもと 大本・長生殿 ちようせいでん	Choseiden(Longlife Palace) in Religious Foundation Oomoto
⑦	ぐんぜ博物館 はくぶつえん	Gunze Museum
⑧	てんもんかん 天文館・パオ	Ayabe City Observatory "Pao"
⑨	しりょうかん 資料館	City Museum
⑩	きさいちまるやまこふんこうえん 私市円山古墳公園	Kisaichi Maruyama Ancient Tomb

2 緊急電話 (いずれも24時間つながります)

交通事故や犯罪は 警察 ☎110 へ

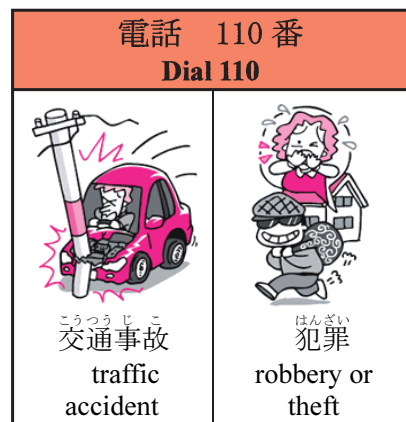
火事や救急は 消防 ☎119 へ

携帯電話や公衆電話からも通報できます。

(1) 警察 ☎110

- ◆ 交通事故のときは「事故です。」
- ◆ 盗難事故のときは「泥棒です。」

あわてず、はっきりと「いつ、どこで、何が起きたのか」を正確に伝え、あなたの名前と連絡先を教えてください。



(2) 消防 ☎119

- ◆ 火事の場合は、「火事です。」
- ◆ 救急（急病・大けが）のときは「救急車をおねがいします。」

あわてず、はっきりと、火事の場合は、「火事の状況、場所」を、救急の場合は、「急病・けがの状態、助けが必要な場所」を正確に伝え、あなたの名前と連絡先を教えてください。軽いけがなど自分で病院に行けるときは、救急車を呼ばないようにしてください。他の大けがなどの傷病者に対応できなくなる場合があります。



2 Emergency Calls (24 hours)

Police- Dial 110

Fire, Ambulance- Dial 119

Both services are available from a public phone or a cell phone.

(1) Police- Dial 110

- ◆ To report a traffic accident, say: “*Jiko desu.*” (There’s been an accident.)
- ◆ To report a robbery or theft, say: “*Doroboo desu.*” (Theft.)

Tell the officer when, where and what has happened as precisely and clearly as you can, along with your name, address and phone number, or place where you can be contacted.

(2) Fire- Dial 119

- ◆ To report a fire, say: “*Kaji desu.*” (There’s a fire.)
- ◆ To call an ambulances (sudden illness or injury), say: “*Kyukyusha o onegaishimasu.*” (I’d like an ambulance, please.)

In case of a fire, calmly explain that there is a fire stating the size of the fire and where the fire is. Remember to give your name, address, and contact phone number. In case of a medical emergency, explain the condition of the illness/ injury, and state the address where assistance is required. Remember to give your name, address and contact phone number.

In case of minor injury, make your own way to the hospital. Ambulances are only for emergency. If your situation is not urgent and the ambulance is called, you will be preventing other people in an emergency situation from receiving the help and medical treatment they require.

(3) ガス漏れ

ガスボンベなどに緊急連絡先が書いてありますので、確認してください。

◆ ガスの臭いがしたとき

ガス栓やメーターガス栓を閉め、火気は絶対に使用しないでください。また、換気扇、電気のスイッチにさわらないで、窓を開けて、すぐにガス販売店に連絡してください。

(3) Gas Leak

Please confirm the Emergency Number on the gas appliance.

◆ If you smell gas...

Close the gas tap and refrain from using naked flame. Do not switch on a ventilating fan or other electrical appliances! Open windows immediately. Call the gas sales shop immediately. Tell the operator: "*Gasu More Desu.*" (Gas leakage) State your name, address and contact number.

3 地震・台風に備えて

(1) 地震

日本は非常に地震の多い国なので、日ごろから対策と心構えをしておくことが大切です。

◆ 地震が起きたとき

- ① 倒れやすい家具などから離れ、机やテーブルの下にもぐり、身の安全を確保してください。
- ② あわてて外に飛び出さず、まずはガスやストーブなどの火の元を消してください。
- ③ テレビやラジオ、インターネットなどの正しい情報に従って行動してください。
- ④ 壊れたガラスなどが飛び散っていると危険なので、外へ出るときは必ず、靴を履いて避難してください。
- ⑤ 狭い路地や塀ぎわ、がけや川べりには近寄らないようにしてください。
- ⑥ 避難は徒歩で、持ち物は最小限にしてください。
- ⑦ 指定された避難所に避難してください。

※ 地震は、最初の大きな揺れがおさまっても、しばらく余震の続くことがありますので十分な注意が必要です。あわてず身の安全を確保し、冷静に行動してください。

◆ 日ごろの注意点

- ① タンスなどの上に重い物や壊れやすい物を置かないようにしてください。
- ② 重い家具や倒れやすい家具は、壁に固定してください。
- ③ ガスレンジやストーブなどの火を使う器具のまわりは普段から整理し、燃えやすい物が火の上に落ちたり、倒れたりしないように注意してください。

3 Preparing for Earthquakes & Typhoons

(1) Earthquakes

Japan has a lot of earthquakes. When an earthquake occurs, it is important not to panic, and to have safety measures in place and take everyday precautions.

◆ If an earthquake occurs

- ① Move away from furniture that might fall over, and hide under a table or desk to protect yourself.
- ② Do not rush out in panic; first, turn off gas appliances and heaters.
- ③ Act according to instructions given over the radio, television, the Internet or other media.
- ④ In order to protect yourself from dangerous objects, such as broken glass, sharp edges, etc., be sure to wear shoes when you go out.
- ⑤ Keep away from narrow alleys, walls, cliffs or riverbanks.
- ⑥ Walk to a place of refuge with only necessary items, such as changes of clothes, medicine, and money.
- ⑦ Take refuge in a designated area.

*It is necessary to pay attention as aftershocks are common after the initial large tremor. Do not panic. Secure your safety and act calmly.

◆ Daily care and preparation

- ① Avoid placing heavy or breakable things on top of wardrobes etc.
- ② Furniture that is heavy or might fall over should be firmly attached to walls.
- ③ The area around gas stoves, heaters and other equipment using exposed flames should be kept clear as a matter of course, so that things that burn easily cannot fall on them.

(2) 台風

日本では6月から9月ごろに台風が多く、強風や多量の雨で洪水やがけ崩れなどの被害が出る場合があります。

◆ 台風への備え

- ① 台風には強風が伴うので、ガラス戸は補強し、雨戸・シャッターなどは閉めてください。
- ② 風で飛ばされそうな物は、あらかじめ家の中に入れておいてください。
- ③ 台風が近づいてきた時には、テレビやラジオ、インターネットなどの気象情報に注意してください。

◆ 日ごろの注意点

- ① 飲料水・非常用食料・救急医療品・生活用品・衣類・携帯ラジオ・懐中電灯・ろうそく・ライター・卓上コンロなどを用意しておくことが大切です。
- ② 地区ごとの避難所などについては、綾部市から配布された「綾部市防災ハザードマップ」を参考にしたり、近所の人や市役所☎0773(42)3280に問い合わせたりしてください。
- ③ 災害時における被災地域の安否情報の伝言と確認が「災害用伝言ダイヤル 171」や「災害用ブロードバンド伝言板 (<https://www.web171.jp>)」でできます。

(2) Typhoons

There are many typhoons in Japan from June to September. The strong winds and heavy rain often cause landslides and flooding.

◆ Preparing for Typhoons

- ① Typhoons are accompanied by strong winds, so glass doors should be reinforced and screen doors and shutters should be closed.
- ② Objects that might be blown away should be put in your house beforehand.
- ③ When a typhoon is approaching, listen carefully to weather reports on TV, radio or the Internet.

◆ Daily care and preparation

- ① Prepare drinking water, emergency food rations, medical supplies, daily goods, clothing, a portable radio, a torch, candles, matches etc.
- ② To find out the designated areas for refuge, please ask your neighbors or refer to the booklets, “Ayabe City Disaster Prevention Hazard Map” distributed by Ayabe City, or contact *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 (Ayabe City Hall)
- ③ Emergency message Dial “171” and Emergency Broadband Bulletin Board (<https://www.web171.jp>) are safety confirmation systems which enable you to communicate safety information within a disaster area in the event of an emergency.

4 在留資格

外国の人が日本に滞在するには在留資格が必要です。入国の目的によって在留資格と在留期間が決められます。パスポートに在留資格の種類と在留期限の記載がありますので、確認してください。在留期間を1日でも過ぎると「不法残留（オーバーステイ）」となり、退去強制されると原則として5年間は日本への入国が認められません。

◆ 再入国許可

短期滞在の人（観光、商談、親族・知人訪問など、就労以外の目的で短期間日本に入国している人）以外の在留資格を持つ人が、一時的に出国して再び日本に入国する時に必要な手続で、再入国許可を受けずに日本を出国すると、今持っている在留資格は失われます。出国前に必ず再入国許可を受けてください。

大阪入国管理局舞鶴港出張所 ☎0773(75)1149、FAX0773(75)7142
〒624-0946 京都府舞鶴市字下福井 901 舞鶴港湾合同庁舎

4 Status of Residence

You need to possess Status of Residence in order to stay in Japan. When you enter Japan to stay, your Status of Residence and the period of your stay are determined according to your purpose of entering Japan. Your type of Status of Residence and the period of your stay are recorded in your passport; check and confirm these points. If you overstay your period of stay by as little as one day, this will be considered “illegal stay (overstaying)”. As a general rule, you will not be admitted to Japan again for five years, if you are deported.

◆ Re-entry Permit

If a person possessing Status of Residence other than short-term residence(those who have entered Japan for a short period for purposes other than becoming employed such as tourism, business, visiting relatives and acquaintances etc.) leaves Japan temporarily without being granted a re-entry permit through the necessary procedures, he or she will lose the status of residence currently held. You must carry out the procedures for the “Re-entry permit” prior to departure.

Osaka Nyukoku Kanrikyoku, Maizurukoo Shutchoosho ☎0773(75)1149, FAX0773(75)7142 (Osaka Regional Immigration Bureau Maizuru Port Branch Office), Address: 624-0946 Kyoto- fu Maizuru-shi aza Shimofukui 901 Maizuru Koowan Goodoochoosha (Maizuru National Government Building Port Office).

5 外国人登録

日本に90日以上住む場合は、必ず外国人登録をしてください。外国人登録証明書は身分を証明するためのもので、日本の法律では、いつも携帯していなければならないことになっています。

(1) 登録方法

- ① 登録期限：入国から90日以内
- ② 申請先：市役所 ☎0773(42)3280 市民・国保課
- ③ 手続きの方法：窓口にある外国人登録申請書に必要事項を記入し、パスポート、写真2枚（4.5cm×3.5cm 上半身、正面、無帽、カラー・白黒どちらでもよい）を添えて提出
- ④ 交付：申請から約3週間後に窓口で交付されます

(2) 登録後の注意事項

- ① 住所など、登録事項に変更があった場合は、14日以内に変更登録の申請をしてください。
- ② 証明書を紛失したときは、まず警察に届け、14日以内に市役所にも届け出てください。再交付には外国人登録証明書交付申請書、パスポート、写真2枚が必要です。

5 Alien Registration

Foreign nationals, who plan to remain in Japan for over 90 days must register for an Alien Registration card. The card is your personal identification card during your stay in Japan. By Japanese law, you are required to keep your card with you at all times, as it serves as an essential form of personal identification.

(1) Registration Procedures:

- ① When to apply: within 90 days of entry into Japan
- ② Where to apply: *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280(Ayabe City Hall)
- ③ How to apply: Complete application form (available at the Civil registration window) and submit it with your passport, and 2 passport-size photographs.(4.5 cm × 3.5 cm, full front, shoulder level, with no hat, either color or black- and- white are acceptable)
- ④ Issuance: Your card will be issued at the registration window approximately three weeks after you submit your application.

(2) Things to Note after Registration

- ① If your place of residence or any other information stated on your card should change, you should notify City Hall within 14 days of the change, and have your card altered.
- ② If your card is lost or damaged, immediately notify an officer at the nearest police station. You will be required to follow the original application procedures by resubmitting a completed application form, your passport and two photographs to City Hall within 14 days of loss.

6 婚姻・妊娠・出生などの届け出

(1) 婚姻届

結婚成立の要件は国によってさまざまです。国際結婚の場合、各当事者の本国法によって定められる要件を満たしている必要があります。

日本国内で結婚を法的に成立させるためには、市役所☎0773(42)3280 市民・国保課に婚姻届を提出し、審査のうえ受理されることが必要です。

また、本国にも婚姻の届け出をしてください。手続の方法などは、在日大使館または領事館に確認してください。

(2) 妊娠届

妊娠したときは、医師が作成する妊娠届書を市役所保健推進課（保健福祉センター内）☎0773(42)0111に提出すると、「母子健康手帳」がもらえます。その時に妊婦健診などの情報を得ることができます。

6 Registration of Marriage, Pregnancy, or Birth

(1) Registration of Marriage

Conditions under which marriage status is established vary according to nationality. In the case of an international marriage, the husband and wife must meet the conditions of both countries. To acquire marriage status within Japan, you must submit a Registration of Marriage to *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 *Shimin Kokuho-ka* (Ayabe City Hall, Civil Registration and National Health Insurance Section) and have it screened and accepted. With this, the preparations on the Japanese side are completed, and the foreigner should notify his or her own country. The procedures vary from country to country, so confirm with the embassy or consulate of your country in Japan.

(2) Registration of Pregnancy

When you become pregnant, you are expected to file a pregnancy notification with the administrative office of the municipality where you live ☎0773(42)0111. When you have filed a pregnancy notification, you will receive the Mother and Child Health Handbook.

(3) 出生届

子どもが生まれたときは、子どもの国籍に関係なく、生まれた日から14日以内に市役所市民・国保課に出生届を提出しなければなりません。

なお、日本で子どもが生まれたら、本国にも届け出をしてください。手続の方法などは、在日大使館または領事館に確認してください。出生届受理証明書が必要な場合、市役所市民・国保課で受け取ってください。

子どもが日本以外の国籍も取得する場合は、日本への出生届を提出するときに「国籍留保」の届出を提出します。日本の法律では日本国籍と外国籍の二つの国籍を持つこと（二重国籍）は認められませんので、22歳に達するまでにどちらか一方の国籍を選択する必要があります。

子ども（日本国籍を持たない場合）が生まれてから60日以上日本に滞在する場合は出生後30日以内に大阪入国管理局舞鶴港出張所 ☎0773(75)1149 で在留資格を取る必要があります、出生後60日以内に市役所市民・国保課で外国人登録をする必要があります。

(3) Registration of Birth

If you have a baby while in Japan, you must submit a Registration of Birth within 14 days of the birth to *Ayabe Shiyakusho, Shimin Kokuho-ka* (Ayabe City Hall, Civil Registration and National Health Insurance Section) regardless of the infant's nationality. And also submit it to your own country's embassy or consulate.

If your child was born in Japan, report the birth to the embassy or consulate of your home country. They will provide details concerning the proper registration of the birth. If required by your home country, obtain a certificate that proves you have already properly registered the birth (a certificate of acceptance of birth notification.) at *Ayabe Shiyakusho, Shimin Kokuho-ka* (Ayabe City Hall, Civil and National Health Insurance Section)

When a child possesses two nationalities, one of which is Japanese, the parents must submit a certification of "nationality reservation" at the time when they officially register the birth in Japan. In Japan a person is permitted to possess two nationalities (dual nationality) until he / she reaches age 22, at which time he / she must choose one.

When a baby who doesn't have Japanese nationality is to stay in Japan over 60 days, it is necessary to get the residence certification at *Osaka Nyukoku Kanrikyoku Maizurukoo Shutchoosho* ☎0773(75)1149 (Osaka Regional Immigration Bureau Maizuru Port Branch Office) within 30days, and register for an Alien Registration within 60 days at *Ayabe Shiyakusho Shimin Kokuho-ka* (Ayabe City Hall, Civil Registration and National Health Insurance Section).

(4) 死亡届

死亡した場合、遺族は7日以内に市役所☎0773(42)3280 市民・国保課に死亡届を提出しなければなりません。死亡届は医師の作成する死亡診断書と一緒に提出します。

また、亡くなった人が外国人の場合、本国にも届け出をしてください。手続の方法などは、在日大使館または領事館に確認してください。

外国人登録証明書は14日以内に市役所市民・国保課に返納しなければなりません。

夫や妻を亡くした人で永住権を持っておらず、日本人、永住者(特別永住者を含む)の配偶者等として在留を認められている人などは在留期間を更新できません。日本に住み続けたいときは大阪入国管理局舞鶴港出張所☎0773(75)1149に相談してください。

(5) 居住地変更届

新しい居住地に移転した日から14日以内に、新しい居住地の市役所または町村役場(綾部市では市役所市民・国保課)に届け出をしなければなりません。

郵便局に転居届を出しておくのと、郵便物を転送してもらえます(1年間)。

(4) Registration of a Death

A death must be reported by the deceased's family to *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 (Ayabe City Hall) *Shimin Kokuho-ka* (Civil Registration and National Health Insurance Section) within 7 days. A death certificate completed by the attending doctor must accompany the report. In the case of a foreign national, the necessary procedure must also be carried out in the country of the dead person's nationality. The exact procedures vary depending on the country, so confirm with the embassy or the consulate of the dead person's country in Japan.

The Certificate of Alien Registration of the deceased must be returned to *Ayabe Shiyakusho* (Ayabe City Hall) *Shimin Kokuho-ka* (Civil Registration and National Health Insurance Section) within 14 days of the death.

In the case of a widow or a widower of a Japanese husband or wife, whose Status of Residence is 'a spouse or child of Japanese national', or 'a spouse or child of permanent resident', he or she should contact *Osaka Nyukoku Kanrikyoku Maizurukoo Shutchoosho* (Maizuru-Port Branch Office, Osaka Regional Immigration Bureau ☎0773(75)1149 because the period of his or her stay cannot be extended.

(5) Registration of a Change of Address

When you change your address, you must report it to the city hall of the new address within 14 days of the change. In the case of Ayabe City, report it to *Ayabe Shiyakusho*(Ayabe City Hall) *Shimin Kokuho-ka*. Submit an address change to the post office in the area you moved in. Then mails to the old address will be transferred to the new address for a year after moving.

7 病気・けがをしたとき

受付・診療時間は、病院によって異なりますので、病院へ直接お問い合わせください。必ず保険証（8-（3）参照）を病院の窓口で見せてください。

(1) 医院・診療所

受診できるのは、一般的には月曜日から金曜日までと、土曜日の午前中です。

かぜ、おなかが痛いなど軽い症状のときに自宅近くですぐに診てもらえることができる医院・診療所をさがしておくとう便利です。

(2) 外科・内科ほか複数の診療科がある病院

※綾部市立病院 ☎0773(43)0123 綾部市青野町大塚 20-1

※京都協立病院 ☎0773(42)0440 綾部市高津町三反田 1

綾部ルネス病院 ☎0773(42)8601 綾部市大島町二反田 7-16

※印の病院は夜間や休日の救急対応もします。

7 In the Case of Illness or Injury

The office hours of clinics or hospitals depend on each medical facility, so ask each clinic or hospital. Be sure to show your health insurance card (cf. 8-(3)) at the front desk of the medical facility.

(1) Doctor's Office or Clinic

A personal physician's office is usually open all day Monday through Friday, but only in the morning on Saturday. It is recommended that you register with a family doctor near your house in case of emergency. Generally doctors at such clinics consult only slight illnesses such as a cold or a stomach ache.

(2) General Hospitals with Several Departments including Surgery, Internal Medicine and Others

* *Ayabe Shiritsu Byoin (Hospital) ☎0773(43)0123 Ootsuka 20-1 Aono-cho Ayabe-shi*

* *Kyoto Kyoritsu Byoin (Hospital) ☎0773(42)0440 Santanda 1 Takatsu-cho Ayabe-shi*

* For emergencies, these two hospitals are ready for late-night or early-morning patients on Sundays or National holidays.

Ayabe Renaiss Byoin (Hospital) ☎0773(42)8601 Nitanda 7-16 Ooshima-cho Ayabe-shi

8 公的医療保険など

(1) 医療費

医療保険に加入しないで医療機関にかかる場合、医療費はすべて自己負担となり、かなり高額になります。

難病、高齢者、乳幼児、障害者、ひとり親家庭などの医療費については、医療費の援助があります。ただし、所得による制限があります。

(2) 日本の公的医療保険

日本では、公的医療保険への加入が義務づけられています。

公的医療保険には、①国民健康保険（自営業など・短期滞在はのぞく）と②健康保険（会社や事業所で働く場合）があります。75歳以上の人は③後期高齢者（長寿）医療制度に加入します。

民間の保険に入っている場合でも、公的医療保険に入らなければなりません。公的医療保険に加入すると、保険料を支払う必要がありますが、病気やけがのとき、一般的に、医療費の30%を払うだけですみます。また、出産したときには出産一時金が支払われ、自己負担額が一定額以上になったときには払い戻しがあります。

8 Public Medical Insurances, etc.

(1) Medical Bill

In the case of illness or injury, you have to pay the full amount of the medical bill if you are not a member of the public medical insurance system. The bill can be very high in some cases. There is medical bill assistance for those suffering persons with incurable diseases, and for senior citizens, infants, challenged individuals and single-parent families. Limitations may be applied according to the income level.

(2) Public Medical Insurance in Japan

Persons who expect to live in Japan for over one year are required to join a medical insurance scheme. There are three types of public insurances in Japan.

- ① *Kokumin Kenkoo Hoken* (National Health Insurance) are for those who are self-employed, except for those who stay in Japan for only a short time.
- ② *Kenkoo Hoken* (Social Health Insurance) are for those fully employed by companies and other business entities.)
- ③ *Kooki-kooreisha Iryoo Hoken* (Medical Insurance for senior citizens older than 75 years old) Senior citizens older than 75 years must insure themselves with this insurance scheme .

Even if you insure yourself with a private insurance, you must join the Public Medical Insurance in Japan. Once you have joined it, you have to pay a premium, but do not have to pay more than 30 percent of the medical bill in the case of an illness or an injury. You can get a one-time allowance when you give birth. When you pay a large sum of a medical bill, you may be eligible for a refund of some of the amount paid.

(3) 保険証（被保険者証）

保険に加入すると保険証が交付されます。保険証は被保険者であることを証明するものですから、大切に扱ってください。

(4) 健康保険が使えない場合

正常な妊娠・出産、経済上の理由による妊娠中絶、健康診断、予防接種、美容整形、歯列矯正、仕事上のけがや事故（労災保険優先）、鍼・灸・マッサージ（医師が必要と認めた場合を除く）、保険外診療の治療など。

(5) 保険料

保険料は所得や家族の人数などをもとにして計算されます。

保険を何度利用しても保険料は変わりません。

国民健康保険の場合、1年分の保険料は10回に分けて、6月から翌年3月まで毎月支払わなければなりません。

健康保険の場合は、給料から引かれます。詳しいことは勤務先にお問い合わせください。

後期高齢者（長寿）医療制度の場合は、原則として年金から引かれます。

※国民健康保険および、後期高齢者（長寿）医療制度について詳しいことは、市役所 ☎0773(42)3280 市民・国保課へ。

(3) Health Insurance Card to Show Your Membership

After you have completed the entry procedure, you receive your health insurance card. The card proves your membership to an insurance program. The card must be kept with care.

(4) Items for Which a Health Insurance Cannot Be Applied

Normal pregnancy and birth, abortions for economical reasons, health check-ups (*ningen dock*), vaccinations, cosmetic surgery, treatment for teeth alignment, injuries and accidents at work (*Roosai Hoken* should be preceded), acupuncture, moxa treatment (Chinese alternative medicine), massage (unless it is prescribed by a doctor), and other medical treatments which are not covered by insurance.

(5) Insurance Contributions

Insurance contribution is counted depending on the salary or the number of the family of the contractor. Inquire at your workplace about the details. The insurance contribution you pay covers all your medical consultations. You must pay a National Health Insurance contribution each month, ten times in a year: from June to March.

Insurance contribution is deducted from your salary every month. Ask your employer for further details.

If you are a member of *Kooki-kooreisha Iryoo-seido* (the Medical Insurance System for senior citizens older than 75 years old), the insurance contribution is deducted from your pension.

*Ask *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 (Ayabe City Hall): *Shimin Kokuho-ka* to know more.

(6) 公的年金制度

会社や事業所で働く場合、日本人と同じく外国人も厚生年金保険に加入する必要があります。また、会社や事業所で働いていない人は国民年金保険に加入する必要があります。

年金保険に加入することにより、老齢、障害、死亡などの場合に年金や一時金が支給されます。

また、日本で年金保険に加入していた外国人は、出国後2年以内に請求手続きをすることにより脱退一時金が受けられる場合があります。

詳しいことは市役所 ☎0773(42)3280 市民・国保課、または舞鶴年金事務所 ☎0773(76)8826 業務課へ。

(7) 介護保険制度

介護保険は加齢や病気によって介護が必要となった時に、状態に応じて介護サービスを受ける社会保障制度です。40歳以上の人で、外国人登録を行って、1年以上滞在する場合、加入が義務付けられており、保険料を支払うことになっています。

詳しいことは、市役所 ☎0773(42)3280 高齢者介護課へ。

※保険や年金などの制度は変わることがあるので、ご注意ください。

(6) The National Pension Plan

Everyone who wants to work in Japan including foreign nationals between 20 and 59 years old must join the National Pension Plan. It is a system whereby everybody receives a common basic pension (*Kiso Nenkin*). By joining The National Pension Plan, everybody receives income security when they retire, in the event you acquire a disability or in the event of your death.

Foreign residents who have contributed to the National Pension Plan and Employee's Pension Plan for a total of six months or more may claim the Lump-sum Withdrawal Payment within two years of leaving Japan according to designated procedures.

For further information, ask *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 (Ayabe City Hall): *Shimin Kokuho-ka* (Civil Registration and National Health Insurance Section), or *Maizuru Nenkin Jimusho* (Pension Office Maizuru Branch) ☎0773(76)8826.

(7) The Nursing Care Insurance

Nursing Care Insurance is a system by which you can get nursing care in proportion to your condition when you are sick or advanced in age.

Those who are over 40 years old and stay more than one year in Japan with the Certificate of Alien Registration have to join the system and pay the insurance premium. If you want to get more information, ask *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 (Ayabe City Hall), *Kooreisha Kaigo-ka* (Welfare for the Elderly Section).

*Caution: The systems of insurance or pension may be subject to changes.

9 税金

税金は住民の暮らしを豊かにし、住みよいまちづくりをしていくために使われます。1年以上日本に住んでいる人は、外国人であっても一定の所得があれば、日本人と同じように税金を納める義務があります。

(1) 所得税

所得税は、その年の1月1日から12月31日までに得たすべての所得に課せられる税金で、翌年の2月16日から3月15日の間に確定申告をしなければなりません。

会社などで給料を受けている人は、会社が毎月、自動的に給料から所得税を差し引いて（源泉徴収）いますから、確定申告をする必要はありません。

詳しいことは福知山税務署 ☎0773(22)3121（音声案内）へ。

給与の合計金額や源泉徴収された所得税額などが記載されたものを源泉徴収票といい、翌年の1月ごろ会社から直接渡されます。

源泉徴収票は、給与所得などを証明するとても重要な書類で、在留資格の更新手続などのときに必要な書類です。大切に保管してください。

(2) 市民税・府民税

1月1日現在の住所地で、前年の所得に基づいて市民税・府民税がかかります。詳しいことは、市役所 ☎0773(42)3280 税務課へ。

9 Taxes

Taxes go towards making the city a better place for all its citizens to live in.

Foreigners who live in Japan for more than one year are required to pay taxes in the same way as Japanese nationals, if they have a certain level of income.

(1) Income Tax

Income tax is the tax levied on all income you earn between January 1 and December 31 of the year in question, and the income tax return must be filed from February 16 to March 15 of the succeeding year.

By contrast, people who receive salaries and bonuses from companies (salaried workers) do not need to file income tax returns. The company of a salary income earner carries out payment of tax by automatically deducting income tax from his or her salary each month, which constitutes tax payment. This is called “withholding tax”.

For further information, contact *Fukuchiyama Zeimu-sho* ☎0773(22)3121 (audio response system) (Fukuchiyama branch office of National Tax Agency).

The document recording the total amount of your salary paid between January 1 and December 31 of the year in question at your place of work, and the amount of income tax which has been taxed at source is called the certificate of income and withholding tax. In around January of the succeeding year, the company where you work will hand you this document directly.

The certificate of income and withholding tax is a very important document to prove the amount of your salary income etc., and is essential when you carry out procedures for extending your status of residence. You should keep it carefully.

(2) Prefectural and Municipal Inhabitants Tax

Prefectural and Municipal Inhabitants Tax is based on your income from the previous calendar year. The taxes are levied by the local government of your registered address as of Jan.1.

For further information, contact *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 *Zeimu-ka* (City Hall Tax Section).

(3) 軽自動車税

軽自動車税は毎年4月1日現在、原動機付自転車や軽自動車などを持っている人にかかる税金です。納税通知書が届いたら、納付期限までに納めます。持ち主や住所が変わったら、すぐに市役所 ☎0773(42)3280 税務課へ。

(4) 自動車税

自動車税は毎年4月1日現在、自動車を持っている人にかかる税金です。納税通知書が届いたら、納付期限までに納めます。持ち主や住所が変わったら、すぐに住所地を所管する事務所（納税通知書に記載）へ。

(3) Light Vehicle Tax

Motorbikes and Light motor vehicles etc. are subject to this tax. The tax is levied on the owner as of April 1 every year. When you receive the notice, you should pay the tax by the due date.

When you change the ownership or your address, contact at once *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 *Zeimu-ka* (City Hall Tax Section).

(4) Automobile Tax

Automobiles are subject to this tax. The tax is levied on the owner as of April 1 every year. When you receive the notice, you should pay the tax by the due date.

When you change the ownership or your address, you must register the change at *Kyoto Un'yu-shikyoku* (Kyoto branch office of the Ministry of Land, Infrastructure and Transport), or contact the Tax section of Kyoto prefectural branch office of your address (see the notice).

10 公共サービス

(1) 水道

水道の水はそのまま飲めるよう安全に管理されています。

水道を新たに使用するとき、または使用を中止するときは市役所上水道課 ☎0773(42)1815 に連絡してください。

水道料金は使用量に応じて、2か月に1回請求されます。

(2) 下水道

市が管理している下水道（水洗化）施設が設置されている所では使用料を納める必要があります。使用料は、施設の種類によって異なり、上水道などの使用量や人数に基づいて計算されます。

詳しいことは、市役所 ☎0773(42)3280 下水道課へ。

(3) 電気

関西電力株式会社福知山営業所 ☎0773(22)3101 へお申し込みください。

(4) ガス

綾部市ではL Pガス（プロパンガス）が使用されています。ガスの販売店へお申し込みください。

10 Public Utilities

(1) Water Supply

Tap water is purified and is safe to drink.

To have your water connected or disconnected, contact *Ayabe Shiyakusho Jyoosuidoo-ka* ☎0773(42)1815 (City Hall Water Section).

Water usage is charged every other month in proportion to the amount of your use.

(2) Sewerage

If you live in the area where the city sewerage system is provided, you have to pay a charge. The charge is based on the amount of water use, the number of users and the type of the system.

For further information, contact *Ayabe Shiyakusho Gesuidoo-ka* ☎0773(42)3280 (City Hall Sewerage Section).

(3) Electricity

Contact *Kansai-denryoku Fukuchiyama Eigyoosho* ☎0773(22)3101. (Kansai Electric Power Co. Kyoto Branch Fukuchiyama Office).

(4) Gas

LP gas (Propane) is used in Ayabe city. Contact a gas shop.

(5) 電話

自宅の電話はNTT西日本京都支店（京都市内）へお申し込みください。

◆ 日本語ができない場合

NTT西日本インフォメーションセンター ☎(0120)364463
URL http://www.ntt-west.co.jp/index_e2.html

◆ 日本語ができる場合

☎116 URL <http://www.ntt-west.co.jp/index.html>

◆ 携帯電話から申し込む場合

☎080(0200)0116

※申し込みに必要なもの

外国人登録証明書、電話加入の施設設置負担金など。

携帯電話は専門の販売店で購入できます。

※水道、下水道、電気、ガス、電話の料金支払は、金融機関で手続きをすると、口座引き落としが利用できます。

(6) 公営住宅

綾部市には、市や京都府が管理する公営住宅があります。入居者募集は、毎年空家の状況に応じて一定時期に行い、その都度、広報紙などで知らされます。入居申し込みには、公営住宅法や市の条例に定められた入居資格を備えている人に限り、申込者の中から入居者が決定されます。詳しいことは、市役所☎0773(42)3280 まちづくり推進課へ。

(5) Telephone

Contact *NTT Nishi-nihon Kyoto-shiten* (NTT Western Japan Kyoto Branch (Kyoto city) as follows;

◆ Non-Japanese speakers

Contact NTT Western Japan Information Center ☎(0120)364463.
URL http://www.ntt-west.co.jp/index_e2.html

◆ Japanese speakers

☎116 URL <http://www.ntt-west.co.jp/index.html>

◆ From a cell phone

☎080(0200)0116

*Your passport or Certificate of Alien Registration is required for application. And a contract fee and a new set-up fee are necessary for initial set-up. (It is possible to avoid installation charges, but your monthly bills will be higher.)

*The charges for water, sewerage, electricity, gas, and telephone could be drawn from your bank account. Contact a financial institution (Bank, Post office, etc.).

(6) Public Housing

Public housing managed by Ayabe City and Kyoto Prefecture is available to those who meet certain conditions regarding income and the number of family members. (Public Housing Law and local ordinances provide the qualifications.) Depending on unoccupied houses, applications are accepted every year at a set time, which is advertised in the public information paper etc.

For further information, contact *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 *Machizukuri Suishin-ka* (City Hall Community Development Promotion Section).

(7) ごみの収集と出し方

綾部市では地域、あるいはごみの種類によって、収集日が異なります。市役所配布の「ごみ収集日程表」と「守ろうごみマナー」に従ってください。

ごみは分別し、収集日の午前7時から8時までの間に、決められた集積所に出してください。

燃やして処理するごみと燃やさないで処理するごみを入れる袋はそれぞれ指定されており、市内のスーパーマーケットなどで販売されています。

◆ 燃やして処理するごみ

生ごみ、紙類、プラスチックなどの燃やして処理するごみは、週2回、決められた曜日の朝、綾部市指定のごみ袋（黄色）に入れ、袋の口をしっかり結んで出してください。

収集日が祝日の場合も収集されます。年末12月29日から年始1月3日までは、平常の収集は休みです。ただし、年末は特別収集が行われます。

◆ 燃やさないで処理するごみ

陶器、ガラス、くつ、金物類などの燃やさないで処理するごみは、月1回、決められた日の朝、綾部市指定のごみ袋（白色）に入れて出してください。

袋の口をしっかり結んでください。また、刃物や割れたガラスなどの危険なごみは箱に入れるか紙で包んで袋に入れ、袋に赤マジックで「ガラスあり」などと書いて出してください。

(7) Garbage Collection and Disposal

Garbage is collected on different days depending on the area you live and the kind of garbage that you are disposing of. Refer to the leaflets entitled “Schedule table for garbage collection” and “Let’s follow garbage disposal manners” which are distributed to each household by Ayabe City Hall.

After separating garbage according to type (Burnable, non-burnable, recyclable etc.) put it out at the designated garbage station between 7:00 a.m. and 8:00 a.m. on the designated day.

Two kinds of garbage bags are designated by the Ayabe city government. One (Yellow) is for burnable garbage, and the other (White) for non-burnable. These bags can be purchased at any supermarket and other stores in Ayabe city.

◆ Burnable Garbage

Burnable garbage (Kitchen scraps, papers, plastics, etc) should be placed into the yellow designated bag. After tying the mouth of bag tightly, put it out at the designated station on the morning of the designated day of week. The collection is carried out twice a week.

Even if the designated day falls on a national holiday, garbage is collected.

The regular collection is suspended from Dec. 29 to Jan. 3 of the next year. But the special collection is carried out at the end of year.

◆ Non-burnable Garbage

Non-burnable garbage (Ceramics, shoes, glass, metal, etc.) should be placed into the white designated bag, and put it out on the morning of the designated day. The collection is carried out once a month.

Tie the mouth of the bag tightly. As for the dangerous garbage (Glass, cutlery, etc.), place it into the bag after putting into a box or wrapping in paper. And write a warning 「ガラスあり」 (Containing Glass, etc.) on the bag with a red magic marker.

◆ 資源ごみ・有害ごみ

飲料缶、食用・化粧品用ビン、ペットボトル、食品用の白いトレイなどの資源ごみと有害ごみは、月1回、決められた日の朝、分別して出してください。

有害ごみに指定されているのは、カセット式ガスボンベ、スプレー缶、蛍光灯、乾電池、使い捨てライターです。ガスボンベやスプレー缶は必ず穴を開けて、中のガスを抜いてから出してください。

◆ 粗大ごみ

おおむね40cm以上あるものは、粗大ごみになります。

各地区年4回の戸別収集か、クリーンセンターへ直接持ち込んでください（いずれも有料です）。集積所には出せませんのでご注意ください。

戸別収集の場合は、決められた収集日の前日の午後5時までに、クリーンセンターへ電話で申し込んでください。

◆ 衣類収集

衣類は、中身が確認できる袋に入れ、雨などにぬれないように口を結んで、月1回、決められた日の朝、燃やさないで処理するごみの集積所に出してください。

※ごみについて詳しいことは、綾部市クリーンセンター ☎0773(42)1489 へ。

◆ Recyclable Wastes ・ Harmful Wastes

Put waste out after separating it correctly on the morning of the collection day (once a month). Notice the following classification.

Recyclable Wastes: Beverage cans, food or cosmetics bottles, plastic (PET) bottles with the recycle logo, white polystyrene (plastic) trays for foods, etc.

Harmful Wastes: Cassette type of gas cylinders, spray cans, fluorescent lamps, batteries, disposable lighters.

You are required to evacuate the gas cylinders and spray cans by punching a hole.

◆ Large-size Refuse

The refuse over about 40cm is classified as Large-size Refuse. It is banned to put this refuse out at the local garbage station. You could use the door-to-door collection service which is carried out four times a year. Or you can take it into Ayabe City Clean Center directly. These services are charged.

When you use the door-to-door collection service, you should request it to Ayabe City Clean Center by telephone before 5:00 p.m. on the previous day of the scheduled collection day.

◆ Used Clothes

Used clothes should be placed into a see-through bag. Put it out at the non-burnable garbage station on the morning of the designated day. Tie the mouth of the bags tightly to avoid getting soaked in the rain etc..

*For inquiries about garbage, contact Ayabe City Clean Center ☎0773(42)1489.

(8) し尿処理

綾部市では地域によって、くみ取りが月 1 回行われています。

くみ取りを希望する人は事前に登録が必要です。

決められた日の朝、くみ取券とバケツ一杯の水の準備が必要です。

くみ取り券は事前に市役所、または自治会などで購入してください。

転居、転出、世帯主が変わったときは、変更届が必要です。詳しいことは衛生公苑 ☎0773(42)1500 へ。

(8) Human Waste Disposal

The disposal by a pump car is carried out in some areas of Ayabe city.

The advance registration is necessary to use this service.

You have to prepare service coupons and a bucket of water on the morning of the designated day. You can purchase the coupons at Ayabe City Hall or your neighborhood residents' association, etc.

When you change your address or the head of family, you have to submit a report.

For further information, contact *Ayabe Eisei Kooen*, ☎0773(42)1500 (Ayabe City Waste Disposal Center).

11 保育・学校

(1) 保育

保育所（園）は、小学校入学前の児童で、保護者が仕事や病気などの理由で、昼間子どもの世話をすることができない場合預けることができます。

(2) 放課後学級

保護者が仕事のため昼間家庭にいない子どもたちが、放課後や学校休業中に安心して生活できる場所です。小学校1～4年生の児童が対象です。実施していない校区もあります。詳しいことは小学校、または綾部市教育委員会 ☎0773(42)3280 へ。

(3) 幼稚園・幼児園

綾部市には幼稚園と、幼児園があります。

幼稚園は5歳から入園できますが、4歳から入園できる幼稚園もあります。

幼児園は保育所（園）での保育と幼稚園で受ける教育を一体的に受けられる施設です。

(4) 日本の学校制度

日本の学校制度は小学校が6年間、中学校が3年間、高等学校が3年間、大学が4年間（短期大学は2年間）を基本としています。

高等学校、短期大学と大学は、原則として希望者が入学試験を受けて入学します。

中学校や高校の卒業者をおもな対象として、職業に必要な技術や知識を教える専修学校や各種学校があります。障害者のために養護教育を行う学校もあります。

11 Child Care and School Education

(1) Child Care

Nursery schools are available for infants before they enter primary school whose parents cannot take care of them during the day because of work or illness.

(2) After-School Children's Class

When parents are not at home during the day for some reasons, their children are offered safe places for children to stay after school or during school holidays. These are being offered for elementary school children between the first and fourth grades. There are some school districts where this type of service is not available. For further information, contact an elementary school in the area where you live or *Ayabe-shi Kyooikuiinkai* 0773(42)3280 (Ayabe City Board of Education).

(3) Kindergarten/ *Yoojien* (Pre-Kindergarten)

There are kindergartens and *yoojien*(pre-kindergartens) in Ayabe city. Children attend kindergarten from 5 years old. Some kindergartens accept children from 4 years old.

At *yoojien*(pre-kindergartens) children receive not only the child care offered by nursery schools but also an education given by kindergartens.

(4) Japanese Education System

The education system of Japan consists of 6 years of elementary school, 3 years of junior high school, 3 years of senior high school and 4 years of university or college.

There is also junior college(2-year curriculum) after senior high school. As a rule, entrance exams have to be taken by students who wish to enter senior high school, university, and junior college.

Those students who graduate from junior high and senior high school also have a choice of going to a technical college or other kinds of schools, where they can learn some skills and knowledge necessary for getting a job. In addition, there are some schools where handicapped people can get an education with special care.

(5) 義務教育

日本では、6～15歳の子どもは義務教育として、小・中学校で学ばなければなりません。日本に住んでいる6～15歳の外国籍の子どもは、国籍を問わず、本人が望めば日本人と同等の負担で地域の小学校や中学校への入学や編入ができます。子どもの将来のことを考え、積極的に入学や編入を行ってください。

(6) 年度・学期・休暇など

日本の学校の1年の授業は、4月に始まり翌年の3月に終わります。

1年は3つの学期に分かれています。1学期は4月から7月、2学期は9月から12月、3学期は1月から3月までです。それぞれの学期の間には、約40日の夏休みと2週間程度の冬休み、春休みがあります。月曜日から金曜日まで授業があり、土曜日と日曜日、祝日は休みです。授業の時間は学校や学年によって異なります。

小・中学校の教科書は文部科学省の検定を受けたもので、無料です。

綾部市の小学校では昼食として、給食（有料）がありますが、中学校ではあるところとないところがあります。

※保育所（園）と幼稚園については、市役所☎0773(42)3280 民生児童課へ、幼稚園・学校については教育委員会学校教育課へ。

(5) Compulsory Education

The Japanese education system requires all children between the ages of 6 and 15 to attend school. Elementary and junior high school are compulsory. Children between the ages of 6 and 15 with foreign nationalities living in Japan, whatever nationalities, are able to enter or be transferred into public elementary or junior high school.

(6) School Year, Term, and Holiday of School

The school year begins in April and ends in March of the following year. The school year is divided into three terms. The first term ranges from April to July, the second term from September to December, and the third term from January to March. According to these terms there is summer vacation of about six weeks, winter vacation of about two weeks, and spring vacation of about two weeks. Classes are held from Monday to Friday with holidays on Saturdays, Sundays and national holidays. The exact classroom hours may vary by grade and from school to school. Textbooks approved by the Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology are given free of charge to elementary and junior high school students.

In Ayabe City lunch is provided for elementary school students for a charge. In some junior high schools, students are required to bring lunch with them, while in others lunch is provided for a charge.

*For further information on nursing schools and *yoojien* (pre-kindergartens), contact *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 *Minseijidoo-ka* (Ayabe City Hall Child Welfare Section). For further information on kindergartens and schools, contact ☎0773(42)3280 *Kyooikuiinkai Gakkoo Kyooiku-ka* (School Education Section, Board of Education).

12 基本的な交通ルール

(1) 歩行者

- ① 歩行者は歩道を通行します。歩道のない道路は道路の右側を通行します。
- ② 交通信号を守らなければなりません。

(2) 自転車

- ① 車道の左側を通行します。
- ② 交通信号を守らなければなりません。
- ③ 二人乗り、傘さし運転、飲酒運転は禁止です。
- ④ 夜間はライトをつけなければなりません。
- ⑤ 停めておく時は、鍵をかけてください。

(3) 自動車・バイク

- ① 運転免許が必要です。
- ② 交通法規を守らなければなりません。
- ③ 車道の左側を通行します。
- ④ バイクはヘルメットを着用、自動車は全員シートベルトを着用、6歳未満の子供はチャイルドシートを使用しなければなりません。
- ⑤ 運転中、携帯電話を使用してはいけません。
- ⑥ 飲酒運転は厳しく罰せられます。

12 Traffic Rules

(1) Pedestrians

- ① Pedestrians should walk on sidewalk. In the case of a road without sidewalk, you should keep to the right side of the road.
- ② You should follow the traffic signals.

(2) Bicycles

- ① Bicycles should keep to the left side of the road.
- ② You should follow the traffic signals.
- ③ It is forbidden by law to ride a bicycle while holding an open umbrella, or under the influence of alcohol, or for two people to ride the same bicycle.
- ④ It is mandatory to have a light while cycling at night.
- ⑤ Always use a bike lock to avoid theft.

(3) Cars and Motorcycles

- ① You are required to carry your driver's license with you while driving.
- ② You must follow the traffic rules.
- ③ You must drive cars and motorcycles on the left side of the road.
- ④ It is mandatory for car drivers to wear seatbelts and for kids under the age of six to use a child seat. Motorbike drivers must wear crash helmets.
- ⑤ It is forbidden to use a cell phone while driving.
- ⑥ Drunk driving is harshly punished under the law.

13 相談・国際交流の窓口

生活習慣や文化の違いから日常生活の中で、いろいろな悩みや不安なことがあることと思います。外国の人が円滑に暮らせるための窓口があります。

(1) 綾部国際交流協会

綾部市やその近辺に住んでいる外国人（外国出身者）と交流し、国際理解を深め、日本語学習の手伝い、生活の相談及び親睦を図る行事（日本文化の紹介、料理、スポーツ、小旅行など）を行っています。

(2) 綾部市日本中国友好協会

綾部市民と中国人民の相互理解と友好関係を発展させ、世界の平和と繁栄に貢献することを目的とし、そのために幅広い活動を行っています。

※市役所 ☎0773(42)3280 企画広報課へ問い合わせると各協会へ連絡してもらえます。

(3) あやべボランティア総合センター

綾部市内のボランティア活動の総合窓口です。

ボランティア活動の紹介や相談などを行っています。ボランティアとして登録するとミーティングルームやパソコン、印刷機材などが利用できます。詳しいことは ☎0773(40)1388 FAX0773(40)1389 へ。

13 Counseling and International Exchange

You may have trouble and worries regarding your daily life due to differences in culture and lifestyle. A counseling service is available to enable non-Japanese residents to live easily in Ayabe.

(1) Ayabe International Society

The society tries to become friends with and to deepen mutual understanding with foreign people living in and around Ayabe. The society helps them learn Japanese, gives them some advice and support so they can live in Ayabe easily, and does some events for promoting friendship with them including the introduction to Japanese culture, Japanese language and foreign cookery lessons, sports, and trips.

(2) Ayabe Japan-China Friendship Association

This association makes a wide variety of activities, trying to deepen mutual understanding and develop friendship between citizens of Ayabe and the people of China in order to contribute to peace and prosperity in the world.

*For further information contact *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 *Kikaku Koohoo-ka* (Ayabe City Hall Planning and Publicity Section).

(3) Ayabe Volunteer Center

Comprehensive center for volunteer activities in Ayabe city. They will give you an introduction of a variety of volunteer activities and counseling. Meeting rooms, personal computers, and printing instruments and materials can be used if you are registered as a member of volunteer groups. For further information contact the Center ☎0773(40)1388 FAX 0773(40)1389.

(4) 財団法人 京都府国際センター
外国人のための生活相談窓口

英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語のできる相談員がいます。日常生活が快適に過ごせるように、さまざまな情報の提供や専門家の紹介、通訳・翻訳対応を行っています。

電話、来訪、手紙、FAXなどで受け付けていますので、お気軽にご利用ください。

※開設日

- ・月曜日／英語
- ・水曜日／スペイン語 相談専用電話 ☎075(342)0088
FAX075(342)5050
- ・木曜日／ポルトガル語 (秘密は守られます。無料)
- ・金曜日／中国語 相談時間 午後1時～午後5時
- ・土曜日／韓国語

(5) 京都府綾部総合庁舎

〒623-0012 綾部市川糸町丁畠 10-2

☎0773(42)0480

京都府政に関する案内や相談を行っています。

財団法人京都府国際センターの案内パンフレットも配架しています。

(6) 入国管理局「外国人在留総合インフォメーションセンター」

神戸 ☎078(326)5141 大阪 ☎06(4703)2150

入国手続や在留手続等に関するお問い合わせに、日本語だけでなく外国語（英語、韓国語、中国語、スペイン語等）でも対応しています。

(4) Kyoto Prefectural International Center: counseling window for troubles and worries about daily life for foreigners living in Kyoto

Counselors provide services in several foreign languages: English, Chinese, Korean, Spanish, and Portuguese. They will give you a wide variety of information, introductions of an expert whom you need, and services of interpretations and translations. these services are available over the phone, by fax or letter, or upon your visit.

Monday, in English	Counseling hours:
Wednesday, in Spanish	1:00pm – 5:00pm
Thursday, in Portuguese	All counseling sessions are
Friday, in Chinese	strictly confidential and free of
Saturday, in Korean	charge.
	Exclusive phone for counseling
	☎075(342)0088 FAX 075(342)5050

(5) Ayabe Municipal Office Kyoto Prefecture (*Kyoto-fu Ayabe Soogoo Choosha*)

Ayabe-Shi Kawaito-Cho, Choobatake 10-2 ☎0773(42)0480

They will give you a variety of information and counseling about Kyoto prefectural government. Brochures for Kyoto Prefectural International Center are also available here.

(6) Foreign Residence General Information Centers in Regional Immigration Bureau and Branch

Kobe ☎078(326)5141 Osaka ☎06(4703)2150

Enquiries regarding immigration procedures and status of residence procedures can be dealt with not only in Japanese but also in other languages (English, Korean, Chinese, Spanish, etc.).

14 便利な情報

(1) 国際電話のかけ方

◆ 日本→外国

電話会社番号－国番号－地域番号－個人番号

(××× -010- ×× - 0××× - ××××)

↑

↑ 地域番号の最初の0は不要

電話会社によって異なります

(2) 郵便 (2010年1月1日現在の料金)

◆ 日本国内〔定形〕(定形外は別料金)

はがき 50円

封書 25gまで 80円

50gまで 90円

◆ 外国への航空便

〔定形：(長辺) 14～23.5cm×(短辺) 9～12cm×(厚さ) 1cmまで〕

	アジア	オセアニア、中近東、 ヨーロッパ、北・中米	アフリカ 南米
はがき	70円	70円	70円
(封書)25gまで	90円	110円	130円
(封書)50gまで	160円	190円	230円

* 定形外は別料金

※ 速達・書留・小包など、詳しいことは綾部郵便局 ☎0773(42)0200へ。

※ 小包などは宅配業者でも送れます。

(3) 町内会・自治会

日本では一般に「町内会」や「自治会」と呼ばれる住民組織があります。町内会・自治会では回覧板(役所や保健所などからのお知らせで、読み終われば速やかに隣の家に回す物)を回したり、防犯活動や防災訓練、お祭りなど住民同士の交流活動をしています。活動は住民の会費で運営されていて、外国籍の人も住民であれば加入できます。近所の人に聞いてみてください。

14 Convenient Information

(1) How to make an international phone call

◆ from Japan to foreign countries

a telephone company's code→country code→area code→your number
ex. xxx-010(this is an example)-xx-0xxx(the zero isn't necessary)-xxxx

(2) Postage (as of January 1, 2010)

◆ domestic (fixed) different rate for the unfixed

postal card ¥50

letter up to 25g ¥80

up to 50g ¥90

◆ airmail (fixed: 14～23.5cm×9～12cm×1cm (thickness))

	Asia	Oceania, the Middle and Near East, Europe, North and Middle America	Africa, South America
Postal card	¥70	¥70	¥70
Letter(up to 25g)	¥90	¥110	¥130
Letter(up to 50g)	¥160	¥190	¥230

*For details such as special delivery, registered mail, and parcel, contact Ayabe Post Office ☎0773(42)0200.

※You can send parcels by either Japan Post or door-to-door courier service.

(3) Town Associations/Neighborhood Associations

In Japan, most municipalities have community associations called *choonai-kai* (town association) or *jichi-kai* (neighborhood association). Their function is to pass a circular bulletin (called *kairanban*, to pass on notification from the municipal administrative office or public health center door-to-door) and to play an active role in anti-crime activities, disaster drills, and neighborhood social events such as festivals. These activities are funded by resident member fees. Foreign citizens, too, can become a member if they are residents. It is a good idea to ask your neighbors about it.

(4) 印鑑 (はんこ)

日本ではサインの代わりになるものとして、印鑑を使います。

印鑑には日ごろ使う「認印」と重要な書類に用いる「実印」があります。どちらも「はんこ屋さん」などで買うことができます。

印鑑の登録が必要な場合は市役所 ☎0773(42)3280 市民・国保課へ。

(5) 犬の登録

生後91日以上の子犬を飼う場合、市役所に登録する義務があります。登録すると、犬の鑑札 (認識票) が交付されます。また、1年に1回、4～6月の間に狂犬病の予防注射をしなければなりません。

犬や猫が死んだ場合は、市クリーンセンターで火葬してもらうことができます (有料)。詳しくは、市役所保健推進課 ☎0773(42)0111へ。

(6) 冠婚葬祭

日本には「冠婚葬祭」という慶弔 (けいちょう=喜びと弔い) の儀式があります。「冠」は、出産祝い・成人式など、人生の節目の祝いごと。「婚」は、結婚や結婚式のこと。「葬」は、葬式や法要のこと。「祭」は、お正月やお盆、七夕、七五三などの年中行事のことです。このなかでマナーやしきたりが多いのが、「婚」と「葬」です。あらかじめ日本人にこれらのマナーについて簡単に教えてもらっておけば安心です。

(4) *Inkan, or Hanko* (Personal Seals)

In Japan, hanko (personal seals) are used as a substitute for signatures.

There are two types of personal seals: general seals which are used in day to day life, and registered seals which are used for important documentation. You can have either of these made at a *hanko* maker. In the necessary case of the *hanko* registration, contact *Ayabe Shiyakusho* ☎0773(42)3280 *Shimin Kokuho-ka* (Ayabe City Hall Civil Registration and National Health Insurance Section).

(5) Registration of Dogs

If you have a dog that is more than 90 days old, you must register the dog at city hall. After completing the registration, you will be given a dog license tag (certification). The owner is required by law to have his or her pet vaccinated against rabies once a year during the period between April and June. When your dog or cat dies, you can have it cremated at the City Clean Center (fees required). For details, contact *Ayabe Shiyakusho Hoken Suishin-ka* ☎0773(42)0111 (Ayabe City Hall Health Promotion Section).

(6) Ceremonial Occasions

Japanese people hold ceremonies known as *kei-choo* (*kei* stands for congratulation, *choo* for condolence) for special occasions which are collectively called *kan-kon-soo-sai*; *kan* stands for turning points of life such as birth and coming of age, *kon* stands for marriage and wedding, *soo* stands for funeral and memorial ceremony, and *sai* stands for annual celebrations such as New Year's Day, mid-summer Bon Festival, July 7 *Tanabata* Festival and *Shichigosan* (literally meaning "seven-five-three," for celebrating children's growth). Among these, *kon* and *soo* ceremonies in particular have many rules and practices to be observed. You may feel more assured about these by asking for a brief explanation from your Japanese acquaintances.

(7) テレホンガイドなど Telephone Guide and Others

市役所	City Hall	0773 (42) 3280
綾部警察署	Ayabe Police Station	0773 (43) 0110
JR綾部駅	JR Ayabe Station	0773 (42) 0401
市立病院	Ayabe City Hospital	0773 (43) 0123
綾部郵便局	Ayabe Post Office	0773 (42) 0200
図書館	Library	0773 (42) 6980
市民ホール	Citizen Hall	0773 (42) 0486
あやべ観光案内所	Ayabe Tourist Information Center	0773 (42) 9550
保健福祉センター	Public Health and Welfare Center	0773 (42) 0111
京都協立病院	Kyoto Kyoritsu Hospital	0773 (42) 0440
綾部ルネス病院	Ayabe Renaiss Hospital	0773 (42) 8601
あやべボランティア総合センター	Ayabe Volunteer Center	0773 (40) 1388
ハローワーク綾部 (職業安定所)	Public Employment Security Office	0773 (42) 8609
教育委員会	Board of Education	0773 (42) 3280
クリーンセンター	Clean Center	0773 (42) 1489

※多言語生活情報

<http://www.clair.or.jp/tagengorev/ja/index.html>

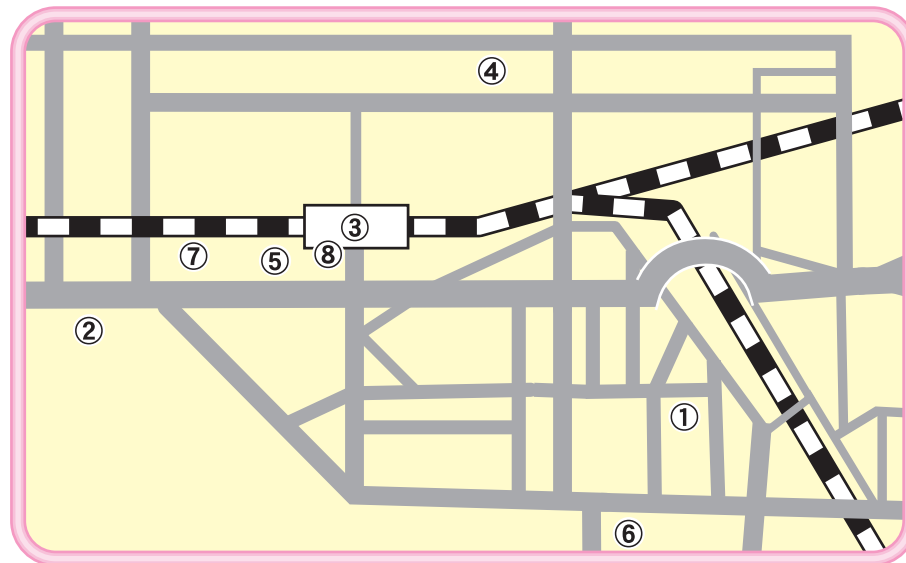
外国人が日本で生活するために必要な生活情報が多言語で記載されています。

※Multilingual Living Information

<http://www.clair.or.jp/tagengorev/ja/index.html>

Information about daily life helpful for foreigners living in Japan is included on this homepage in several languages.

(8) 綾部市街地案内図 Guide Map of Central Ayabe



①	市役所	City Hall
②	綾部警察署	Ayabe Police Station
③	J R 綾部駅	JR Ayabe Station
④	市立病院	Ayabe City Hospital
⑤	綾部郵便局	Ayabe Post Office
⑥	図書館	Library
⑦	市民ホール	Citizen Hall
⑧	あやべ観光案内所	Ayabe Tourist Information Center

 **MEMO**

Handwriting practice area with 20 horizontal dotted lines.

 **MEMO**

Handwriting practice area with 20 horizontal dotted lines.

 **MEMO**

Handwriting practice lines on the left page. The page contains 20 horizontal dotted lines for writing, starting from the top and extending to the bottom of the page.

 **MEMO**

Handwriting practice lines on the right page. The page contains 20 horizontal dotted lines for writing, starting from the top and extending to the bottom of the page.



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。

外国人のための
綾部生活ガイドブック
英語

Ayabe Daily Life Guidebook
for Foreigners
English

2010年1月発行
January, 2010 Edition

企画・編集・発行/綾部国際交流協会
(設立10周年記念事業)

Planning, Editing, Issue: Ayabe International Society
(In commemoration of the tenth anniversary of the foundation.)