

Daily Life Guidebook for International Residents in Ichihara



2021



<u>目次</u>	<u>Contents</u>	
ようこそ市原市へ	Welcome to Ichihara City!	1
緊急時の110番・119番	For an Emergency, Call 110 and 119	2
急な病気や怪我への対応	For Sudden Illness and Injury	5
市原市内の医療機関	Medical Facilities in Ichihara City	6
地震・洪水	Earthquakes and Floods	15
困った時の相談窓口	Where to Go for Advice	17
市役所と支所	City Office and Branch Offices	19
在留管理制度	Residency Management System	24
入国管理	Immigration Control	28
マイナンバー制度	Social Security and Tax Number System(My number)	29
戸籍届出	Family Register	35
印鑑登録	Personal Seal Registration	37
国民健康保険	National Health Insurance	38
後期高齢者医療制度	Medical Care Insurance for Older Senior Citizens	41
介護保険/生活保護	Nursing-care insurance / Public assistance	43
国民年金	National Pension Program	45
税金	Taxes	47
健康診査	Medical Check-ups	50
誕生・児童	Having and Raising Children	53
雇用・労働	Employment / Labor	57
教育	Education	59
家庭ごみの出し方	Household Garbage Disposal	61
自転車放置禁止・ペット の飼い方・市営住宅入居	Illegally Parked Bicycles, Pet Care and municipal housing	64
文化・スポーツ・公園施設	Cultural, Sports and Park Facilities	66
市原市国際交流協会	Ichihara International Association	74
市原市の概要	Overview of Ichihara	75
市原市の歳時記	Ichihara Schedule of Events	76
市原市の観光スポット	Tourist Spots in Ichihara	77
主要電話リスト	Telephone Numbers of Major Facilities	79
緊急個人カード	Personal Information Card for Emergencies	83



ようこそ市原市へ

私たちの市原市は、古代より上総の国(千葉県の中中部)の政治・文化の中心として栄えた歴史的文化遺産を多く有しているまちです。

また、東京から50キロ圏内に位置し、臨海部のコンビナートを中心に工業のまちとして知られています。が、市内を貫いて流れる養老川に沿った一帯は、水稻を中心に県下有数の農業生産力を保持する自然にとっても恵まれたまちでもあります。この冊子は、市原市に住んでいる外国人市民の皆さんに、市の行っている各種行政サービスや市民として日常生活を快適に過ごすために必要な情報を提供するものです。いつも座右においてご活用いただければ、幸いです。

Welcome to Ichihara City!

Ichihara City has been flourished as a center of government and culture in Kazusa province (an ancient political unit in current Chiba Prefecture) since ancient time. Today, the city has many historic Cultural Heritage.

Ichihara is located within 50 kilometer from Tokyo, and known as an industrial city mainly with coastal industrial complex. It is also rich in natural beauty. A zone along the Yourou River, which passes through the city, boasts one of the best agricultural productivity in the prefecture, mainly rice paddies. This booklet provides foreign residents in Ichihara with information about the city's many administrative services and the information needed to have a comfortable and satisfying life here. Please keep this booklet handy and use it often.



緊急時の110番・119番

○市内の警察署

市原警察署

所在地：八幡海岸通1965-17

電話：0436-41-0110(代)

○犯罪、事故は 110 番

盗難、傷害などの犯罪や交通事故にあったときはすぐに110番で警察に連絡してください。

通報の仕方

- 1 何が起きたか(交通事故、強盗、喧嘩)
- 2 いつ、どこで(発生した時間、場所、近くの目標物)
- 3 自分の住所、氏名、電話番号

○交番

日本では、街角などに「交番」があり警察官が駐在しています。地域のパトロールや犯罪の防止、道案内など住民に密着した様々な業務を行っています。困ったことがあったら気軽に尋ねてみましょう。

○交通事故

どんなに小さな事故でも110番するか、近くの交番、警察署に連絡します。相手の住所、氏名、電話番号、運転免許証番号、ナンバープレートを記録しましょう。身体を打ったり怪我をしたりしたときは、病院に行って検査を受けましょう。

○火事の際は 119 番

119番に電話するとともに、近所に火事が起きたことを知らせましょう。炎が天井に回ったときは、消火は無理なので速やかに避難してください。

For an Emergency, Call 110 and 119

○Municipal Police

Ichihara Police Station

Yawatakaigandori 1965-17

Tel.: 0436-41-0110 (main switchboard)

○If there has been a crime or accident, call 110

If you are the victim of a crime, such as a robbery, or if you become injured, immediately call the police at 110.

•What to say

1. What happened (traffic accident, robbery, violence)
2. When and where (when the incident occurred, where it occurred, any nearby landmarks)
3. Your address, name and telephone number

○Police box (Koban)

In Japan, police boxes (koban) are located on many street corners. These officers have many duties related to the well-being of the neighborhood, including patrolling, preventing crime and giving directions. If you have a problem, please feel free to ask for help at the closest police box.

○Traffic accidents

No matter how minor the accident, please call 110 or contact the nearest police box or police station. Take down the name, address, telephone number, driver's license number and license plate number of the other person. If you got beaten or injured, go to the hospital for an examination.

○Call 119 when there is a fire

After calling 119, inform your neighbors that a fire occurred. If the flames reach the ceiling, don't try to put out the fire, instead quickly evacuate the building.



○119 番への通報の仕方

消防署では、消防車のほかに救急車も配置していますので、まず「火事」か「救急」かをはっきりと言います。

(火事の時)

- (1) 火事です。
- (2) 住所はxxxxxxxxxxです。
- (3) 状況を伝えます。(建物が燃えています。)
- (4) 近くに (目印) があります。
- (5) 私は (氏名) です。
- (6) 今かけている電話番号はxxxxxxです。

※移動中に携帯電話からかける時は、必ず止まってから119番にかけてください。

○消火器の使い方

- ① 消火器を持ち、燃えているところの3～4メートルに近づく
 - ② 消火器の上にある黄色の安全栓を上へ抜く
 - ③ ホースの先を火の方へ向ける
 - ④ そのまま黒いレバーを握る
 - ⑤ 消火薬剤が燃えているところ全体を包むようにホースを操作する
- ⇒火災予防課 (電話 : 0436-22-8119)

○What to tell the fire department at 119

The number to call the fire department is the same as the number to call an ambulance, so first state clearly whether you are reporting a fire (kaji) or requesting an ambulance (kyukyusha).

(When reporting a fire)

- (1) There is a fire. (Kaji desu.)
- (2) My address is xxxxxxxx. (Jusho wa xxxx desu.)
- (3) Describe the fire.
The building is on fire. (Tatemono ga moeteimasu.)
- (4) I'm close to (name of landmark). (Chikaku ni xxxxx ga arimasu.)
- (5) My name is xxxxxxxx. (Watashi wa xxx desu.)
- (6) The telephone number I'm calling from is xxxxxxxx.
(Ima kaketeiru denwa-bango wa xxxxxxxx desu.)

* If you are calling from a cell phone, do not dial 119 while driving.

○How to use a fire extinguisher

- ① Holding the fire extinguisher, and approach to the place three to four meters from the fire.
 - ② Lift up the yellow coloured safety plug on the top of the fire extinguisher.
 - ③ Point the hose at the flames.
 - ④ Squeeze the black lever.
 - ⑤ Control the hose to spray covering the whole area fire-extinguishing is burning
- ⇒Fire Prevention Division (Tel: 0436-22-8119)



○住宅防火 命を守る 7つのポイント

住宅火災は建物火災の発生件数の約6割を、住宅火災による死者数は建物火災による死者数の約8割を占めています。住宅火災の死者は、就寝時間帯が多く、その約7割が65歳以上の高齢者であり、今後、高齢化の進展とともに、さらなる増加が懸念されます。住宅火災の発生や逃げ遅れを防ぎ、命を守るためのポイントを紹介します。

<4つの対策>

1 住宅用火災警報器の設置・維持管理

逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置しましょう。また、定期的に点検や電池・本体の交換を行いましょう。

(平成20年6月2日から全ての住宅に設置することが義務化されています。)

2 防災品の使用

寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐため防災品を使用しましょう。

3 消火器などの設置

火災を小さいうちに消すために、消火器などの消火器具を設置しましょう。

4 隣近所の協力体制

お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくりましょう。

<3つの習慣>

- 1 寝たばこは、絶対やめましょう。
- 2 ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使いましょう。
- 3 ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消しましょう。

⇒火災予防課 (電話: 0436-22-8119)

○Seven points to save life ~Fire prevention at house~

The number of house fire incidents occupies about 60% of the number of building fire incidents, and the number of deaths from house fire occupies about 80% of ones from building fire. The number of deaths from house fire is high during sleeping time, and about 70% of them are elderly people (65 or elder). Further increase is concerned in a aging society.

Here are the seven points to save life by preventing house fire and failing escape.

<Four measures>

1. Installation, operation, and maintenance of residential fire-alarm device

To prevent failing escape, install residential fire-alarm device. Check on device and change battery and main body regularly. (It is mandatory to install residential fire-alarm device at all residences from June 2nd, 2008.)

2. Use of flameproof items

Use flameproof items to prevent fire from bedclothes, clothes, and curtain.

3. Installation of fire extinguisher, etc.

Install fire extinguisher to put out fire while the fire is small.

4. Cooperative system among neighbors

Build a cooperative system among neighbors to protect elderlies and people with disability.

<Three habits>

1. Refrain from smoking in bed.
2. Use a stove at a place that is away from flammable items.
3. Turn off stove burner when you leave there.

⇒ Fire Prevention Division (Tel: 0436-22-8119)



急な病気や怪我への対応

○救急車を呼ぶ

病気やけがなどで緊急の場合は119番通報をして救急車を呼びます。マイカーやタクシーで行ける程度の軽い症状の場合は救急車の利用は避けるようにしましょう。

○119番への通報の仕方

消防署では、救急車のほかに消防車を配置していますので、まず「救急」か「火事」かをはっきりと言います。

(救急の時)

- (1) 救急車です。
- (2) 住所はxxxxxxxxxです。
- (3) 状況を伝えます。(けが人がいます。急病です。)
- (4) 近くに (目印) があります。
- (5) 私は (氏名) です。
- (6) 今かけている電話番号はxxxxxxxです。

※携帯電話からかける時は、移動中なら必ず止まってから119番にかけてください。

○急病センター

夜間や休日の急な病気にご利用ください。内科・小児科と歯科があります。

<内科・小児科>

(平日) 午後8時30分～11時30分

(休日) 午前9時～午後5時と午後8時30分～11時30分

<歯科>

(土曜日) 午後8時30分～11時30分

(休日) 午前9時～正午

場所：更級5-1-48

電話：0436-21-5771

○急病診療案内(日本語)

休日昼間の診療所と毎日夜間の救急病院をテレホンガイド(☎0436-22-0101)で案内します。

休日昼間の診療所については、「広報いちはら」に掲載しています。

For Sudden Illness and Injury

○Calling an ambulance

During a medical emergency (involving an illness or injury), call 119 for an ambulance. In non-emergency situations that you can go to the hospital by your own car or a taxi, please refrain from using ambulance.

○How to call for an ambulance at 119

The fire department dispatches both ambulances and fire engines, so first clearly state whether you are requesting an ambulance (kyukyusha) or reporting a fire (kaji).

(When requesting an ambulance)

- (1) I need an ambulance. (Kyukyusha desu.)
- (2) My address is xxxxxxxxxx. (Jusho wa xxxx desu.)
- (3) Describe the emergency.
Someone is injured. (Keganin ga imasu.)
There is a medical emergency. (Kyubyo desu.)
- (4) I'm close to (name of landmark.) (Chikaku ni xxx ga arimasu.)
- (5) My name is xxxxxxxxxx. (Watashi wa xxx desu.)
- (6) The telephone number I'm calling from is xxxxxxxx.

(Ima kaketeiru denwa-bango wa xxxxxxxx desu.)

* If you are calling from a cell phone, do not dial 119 while driving.

○Emergency Center (Kyubyo Center)

Use the Emergency Center for emergency medical assistance at night or on holidays. General medicine, pediatrics and dental care are available.

[Internal medicine and pediatrics]

(Weekdays) Open 8:30 p.m. -11:30 p.m.

(Holidays) Open 9 a.m.-5 p.m. and 8:30 p.m. -11:30 p.m.

[Dental care]

(Saturdays) Open 8:30 p.m. -11:30 p.m.

(Holidays) Open 9 a.m.-noon

Location: 5-1-48 Sarashina

Tel.: 0436-21-5771

○Emergency clinic information (Services provided in Japanese only.)

Call 0436-22-0101 for information on clinics that are open during the daytime on holidays and emergency hospitals that are open every night. The Public Information Ichihara (Koho Ichihara) also provides a list of clinics that are open during the daytime on holidays.



◎市原市内の医療機関

以下に掲載される診療機関の診療科目は次の通りです。

(1) 内科 (2) 外科 (3) 整形外科 (4) 形成外科 (5) 皮膚科 (6) 耳鼻咽喉科 (7) 泌尿器科 (8) 小児科 (9) リハビリテーション科 (10) 胃腸科 (11) 肛門科 (12) 眼科 (13) 精神科 (14) 神経科 (15) 循環器科 (16) 呼吸器科 (17) 消化器科 (18) 麻酔科 (19) 神経内科 (20) 放射線科 (21) 脳神経外科 (22) 産科 (23) 婦人科 (24) 産婦人科 (25) 性病科 (26) 歯科 (27) 小児外科 (28) リウマチ科 (29) 心療内科 (30) 呼吸器外科 (31) 気管食道科 (32) 心臓血管外科 (33) 皮膚泌尿器科 (34) アレルギー科 (35) 人工透析 (36) 理学診療科 (37) 乳房育児相談 (38) 食養内科 (39) 東洋医学科 (40) 助産所 (41) 口腔外科 (42) ペインクリニック (43) スポーツリハビリテーション (44) 内視鏡科 (45) 精神科デイケア (46) 腎臓内科 (47) 美容外科 (48) 糖尿病科 (49) 肝臓科 (50) 腹部外科 (51) 分娩 (52) 女性専用科 (53) 消化器外科 (54) 乳腺科 (55) 内分泌科 (56) 血液内科 (57) 大腸科 (58) 食道科 (59) 胆のう科 (60) 脾臓科 (61) 脳神経内科 (62) 循環器内科 (63) 呼吸器内科 (64) 消化器内科 (65) 老年内科 (66) 漢方内科 (67) 膠原病科 (68) 脳外科 (69) 血液科 (70) 代謝内科

◎The medical facilities listed below have the following medical departments:

(1) internal medicine, (2) surgery, (3) orthopedics, (4) plastic surgery, (5) dermatology, (6) nose, ears and throat, (7) urology, (8) pediatrics, (9) rehabilitation, (10) gastroenterology, (11) proctology, (12) ophthalmology, (13) psychiatry, (14) neurology, (15) circulatory system, (16) respiratory clinic, (17) gastrointestinal medicine, (18) anesthesiology, (19) internal neurology, (20) radiology, (21) neurosurgery, (22) obstetrics, (23) gynecology, (24) ob-gyn, (25) venereology, (26) dentistry, (27) pediatric surgery, (28) rheumatology, (29) psychotherapy, (30) respiratory system surgery, (31) tracheal/ esophageal surgery, (32) cardiovascular surgery, (33) dermatology and urology, (34) allergies, (35) dialysis, (36) physical therapy, (37) breast issues and child rearing consultation, (38) dietary medicine, (39) oriental medicine, (40) midwife, (41) oral surgery, (42) pain clinic, (43) sports rehabilitation, (44) endoscopy, (45) psychiatric day care, (46) nephrology, (47) plastic surgery (cosmetic), (48) diabetes, (49) liver ailments, (50) abdominal surgery, (51) childbirth, (52) women's department, (53) gastrointestinal surgery, (54) mammary glands, (55) endocrinology, (56) blood-related disorders, (57) colorectal, (58) esophagology, (59) gall bladder, (60) pancreatic, (61) neurology, (62) cardiovascular medicine, (63) respiratory medicine, (64) gastroenterology, (65) geriatric medicine, (66) traditional Chinese medicine, (67) connective tissue diseases, (68) neurosurgery, (69) hematology (70) Metabolic-internal medicine

Medical Facilities

	Institution Name	Address	Tel. Area Code 0436	Departments
Anesaki Area				
姉ヶ崎整形外科内科	Anegasaki Orthopedics & Internal Medicine Clinic	2102 Anesaki	61-5995	(1), (3), (5)
姉崎駅前クリニックカンテ ィー	Anesaki Ekimae Clinic Khanti	3F., Koizumi Bldg., 3-1-3 Anesakihigashi	26-7755	(1), (8), (16), (34)
姉崎コンタクトクリニック	Anesaki Contact Clinic	2F., 645-1 Anesaki	62-0332	(12)
あねさき林クリニック	Anesaki Hayashi Clinic	7F., KT Bldg., 2-2-6 Anesakihigashi	60-1666	(13), (29)
あさひガーデンクリニック	Asahi Garden Clinic	807-1 Anesaki	62-6565	(2), (17)
望星姉崎クリニック	Bosei Anesaki Clinic	3-6-2 Anesakihigashi	61-3511	(1)
ちばENTクリニック	Chiba ENT Clinic	2F., 634-20 Anesaki	62-9107	(6)
古川皮膚科医院	Furukawa Dermatology Clinic	1-11-1 Anesakihigashi	61-1177	(5)



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

五味クリニック	Gomi Clinic	5F., KT Bldg., 2-2-6 Anesakihigashi	61-0028	(1), (5), (34), (54)
ひまわりクリニック	Himawari Clinic	2561 Anesaki	60-1600	(1), (2), (3), (5), (9), (10), (11), (35)
広松眼科	Hiromatsu Ophthalmology	3F., No.3 Clair-pal, 1-1-6 Anesakihigashi	62-1711	(12)
市原メディカルキュア	Ichihara Medical Cure	658 Anesaki	61-0519	(2),(8), (9), (17),(20), (28),(29), (33),(34), (44), (48), (49),(55), (62),(63)
飯島マザーズクリニック	Iijima Mothers' Clinic	2223 Anesaki	61-8827	(9),(22), (23)
伊嶋整形外科	Ishima Orthopedics	2102 Anesaki	61-7660	(3), (9)
こしかわハートクリニック	Koshikawa Heart Clinic	2-11-6 Anesakihigashi	62-5488	(1), (15)
蔵内医院	Kurauchi Clinic	788-1 Anesaki	62-1560	(6), (16),(31)
めぐろクリニック	Meguro Clinic	2-9-6 Anesakihigashi	62-7755	(1), (8), (16)
茂久田診療所	Mokuda Clinic	2-2-35 Aobadai	60-8688	(1)
中野医院	Nakano Clinic	995 Shiizu	61-0520	(1)
高岡クリニック	Takaoka Clinic	1-12-28 Anesakinishi	62-0036	(1), (2), (3), (8), (17)
高岡西洋医学東亜医学医院	Takaoka Seiyō Igaku Toa Igaku Clinic	2-9-1 1F Chigusa	20-0336	(1), (2), (3), (5), (8), (9), (19), (20), (23), (28),(34),(62), (65), (66)
帝京大学ちば総合医療センター	Teikyo University Chiba Medical Center	3426-3 Anesaki	62-1211	(1), (2), (3), (4), (5), (6), (7), (8), (9), (12), (13),(15) (18), (19), (20), (21), (24), (32), (41),(53),(64)
内田医院	Uchida Clinic	1875 Anesaki	61-1201	(1), (2),(3),(5),(7), (10),(11)
四ツ谷医院	Yotsuya Clinic	112 Anesaki	62-5151	(1), (2), (8), (17)

Yushu Area

姉崎病院	Anesaki Hospital	2558-1 Shiizu	66-1161	(1), (9), (19),(20), (28)
泉台クリニック	Izumidai Clinic	3-19-1 Izumidai	66-6804	(1)
有秋台医院	Yushudai Clinic	1-7 Yushudainishi	66-3838	(1),(5),(8), (22),(23)

Goi Area

相川クリニック	Aikawa Clinic	2-23-15 Goichuohigashi	23-9888	(1),(9),(15), (16), (17), (20)
麻薙眼科	Asanagi Ophthalmology	2541-5 Goi	21-5739	(12)
クリニック五井	Clinic Goi	2-13-1 Goichuohigashi	24-0077	(1), (2), (7), (10), (11)
五井中央診療所	Goichuo Clinic	1-10-19 Goichuohigashi	23-3737	(1), (5), (7), (8),(9), (15),(16),(17),(20), (25),(29)
五井病院	Goi Hospital	5155 Goi	25-5151	(1), (2), (3), (4), (5), (8),(9),(10),(18), (19), (20),(21), (27), (28)



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

五井病院ホームケアクリニック	Goi Hospital homecare clinic	5911 Goi	24-0005	(1), (15)
五井在宅クリニック	Goizaitaku Clinic	#C.,2F.,Aikawa Bldg.,2-6-1 Goichuohigashi	63-3250	(1), (7)
原村医院	Haramura Clinic	76 Tamasaki	21-1259	(1), (5), (7), (8)
市原在宅診療所	Ichihara Zaitaku Clinic	1-1-22 Nishikokubunjidai	67-1607	(1), (13)
林クリニック	Hayashi Clinic	1-14-5 Nishikokubunjidai	23-8849	(1), (10), (15)
光クリニック	Hikari Clinic	1-7-16 Sarashina	20-6166	(1)
市原市急病センター	Ichihara Emergency Medical Center	5-1-48 Sarashina	21-5771	(1), (8)
市原健康クリニック	Ichihara Kenko Clinic	1-1-12 Higashikokubunjidai	26-8105	(1), (15)
いちほら協立診療所	Ichihara Kyoritsu Clinic	2-17-7 Kimizuka	23-9201	(1), (2), (8), (17)
市原メンタルクリニック	Ichihara Mental Clinic	1-16-12 Goichuohigashi	24-5300	(13), (14), (29)
飯倉整形外科クリニック	Iikura Orthopedic Clinic	1-31-4 Goichuonishi	20-8600	(1),(3), (9), (28)
イルカ耳鼻咽喉科	Iruka Nose, Ears and Throat Clinic	2-5-1 Sarashina	20-6070	(6)
河野医院	Kouno Medical Center	4F.,Tokita Bldg., 2-8-31 Goichuonishi	22-1356	(13),(14), (29)
こいで脳神経外科クリニック	Koide Neurosurgery Clinic	2036-1 Aoyagi	21-2960	(1), (3), (19), (21)
宮沢眼科クリニック	Miyazawa Ophthalmology Clinic	5-1-1 Minamikokubunjidai	20-3838	(12)
みずき整形外科医院	Mizuki Orthopedics Clinic	1-10-2 Goichuohigashi	23-2088	(3), (9)
もり小児科	Mori Children's Hospital	2-1-13 Matsugashima	26-1959	(8)
宗田マタニティクリニック	Muneta Maternity Clinic	320-7 Neda	24-4103	(24)
ながたクリニック	Nagata Clinic	A-101.,5485-1 Goi	26-0330	(1)
野崎医院	Nozaki Clinic	1-34-5 Goichuonishi	21-1507	(1)
大木医院	Oki Clinic	4-7-9 Minamikokubunjidai	23-8881	(1), (8)
大木眼科クリニック	Oki Ophthalmology Clinic	1620 Goi	23-7733	(12)
大倉耳鼻咽喉科医院	Okura Nose, Ears and Throat Clinic	1-11-18 Goichuohigashi	21-4187	(6)
大倉産婦人科医院	Okura Obstetrics & Gynecology Clinic	1-11-18 Goichuohigashi	21-4187	(24)
斎賀医院	Saiga Clinic	2775 Goi	21-0011	(1), (8),(15),(16), (17),(29)
眼科齊藤医院	Saito Ophthalmology Clinic	2770 Goi	21-0213	(12)
坂本脳神経外科クリニック	Sakamoto Neurosurgical Clinic	72-2 Kaiho	21-8422	(1), (2),(21)
三愛記念市原クリニック	Sanai Kinen Ichihara Clinic	2-8-13 Goichuohigashi	22-5701	(1), (2)
三和医院	Sanwa Clinic	1-12-6 Goichuonishi	21-7501	(2),(3),(11), (17),(18)
リハビリテーション病院さ らしな	Sarashina Rehabilitation Clinic	1-5-3 Sarashina	25-2345	(9)
志村胃腸科外科医院	Shimura Gastroenterology & Surgery Clinic	1-8-5 Neda	22-5053	(1),(2), (10)
白金整形外科クリニック	Shirogane Orthopedics Clinic	1-70 Shiroganecho	22-1435	(1), (3), (5), (9), (15), (17), (18),(19),(28)
白金整形外科病院	Shirogane Orthopedics Hospital	1-75-1 Shiroganecho	22-2748	(1), (3), (5), (9), (15), (17), (18), (19), (28)
総星会 五井クリニック	Soseikai Goi Clinic	1980 Goi	20-8211	(1), (2)



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

皮フ科竹松クリニック	Takematsu Dermatology Clinic	2-5-2 Goichuohigashi	25-1205	(5)
徳政内科クリニック	Tokumasa Internal Medicine Clinic	1-7-1 Goichuohigashi	22-5500	(1), (10), (15), (16), (17),(28),(34)
山越整形外科	Yamakoshi Orthopedics Clinic	4-2-2 Saihiro	25-1559	(3), (9)
山崎整形外科	Yamazaki Orthopedics Clinic	2462-2 Goi	26-0622	(3), (9)
やりたクリニック	Yarita Clinic	131 Saihiro	20-8882	(1), (8), (9), (15), (16),(17)
鎗田病院	Yarita Hospital	899 Goi	21-1655	(1), (2), (3), (5), (7), (8),(9),(11), (16), (18), (19), (20), (28), (31), (36), (42), (44), (48), (53), (54), (56), (62), (63), (64), (70)
横山医院	Yokoyama Clinic	1-1-1 Yamadabashi	41-6123	(1), (8), (9)
ゆむら内科循環器科	Yumura Internal Medicine and Cardiology Clinic	1-2-1 Nishikokubunjidai	24-4477	(1), (15), (16),(17)

Ichihara Area				
御所クリニック	Gosho Clinic	133-2 Gosho	42-1114	(13), (29)
長谷川病院	Hasegawa Hospital	115-1 Yawata	41-0453	(1), (2), (10),(62)
日高クリニック	Hidaka Clinic	578 Yawata	40-3366	(1), (8), (16), (28),(34)
市原整形外科	Ichihara Orthopedics Clinic	1836-3 Yawata	43-1656	(1), (2), (3), (4), (9), (28), (33)
いまい皮膚科クリニック	Imai Dermatology Clinic	34-27 Nishigosho	24-3377	(5)
いまい内科・循環器クリニック	Imai Internal Medicine and Cardiology Clinic	3F., Yawata-Higashi Ekimae Bldg., 810-3 Yawata	37-3355	(1), (15)
菊間クリニック	Kikuma Clinic	1705-10 Kikuma	43-3025	(1), (2), (3), (8), (9), (10), (11)
清川眼科医院	Kiyokawa Ophthalmology Clinic	582-2 Yawata	41-0982	(12)
倉持泌尿器科クリニック	Kuramochi Urological Clinic	249-1 Kikuma	40-8571	(1),(7)
小野木医院	Onoki Clinic	1845-37 Nouman	75-4049	(1), (2), (5), (9), (23), (34), (47)
せき内科クリニック	Seki Internal Medicine Clinic	3-1 Yawata	41-0503	(1), (8), (15)
清水クリニック	Shimizu Clinic	252-3 Yawata	41-3956	(1), (13), (21), (29)
ストレスケアふるや心療クリニック	Stresscare Furuya Shinryou Clinic	794-4 Yawata	41-6661	(13), (29)
寺嶋医院	Terashima Clinic	1349-3 Yawata	41-9981	(1), (2), (3), (9), (11), (53), (62), (64)
和田耳鼻咽喉科医院	Wada Nose, Ears and Throat Clinic	123-3 Yawata	43-4133	(6)
若宮中央医院	Wakamiya Chuo Clinic	3-2-3 Wakamiya	41-8180	(1), (5), (8)
若宮中央医院皮膚科クリニック	Wakamiyachuou Iin Hihuka Clinic	2F., Yawata-Higashi Ekimae Bldg., 810-3 Yawata	42-1112	(5)
若宮クリニック	Wakamiya Clinic	1640 Yawata	41-3261	(1), (2), (8), (10)
若宮渡部医院	Wakamiya Watabe Clinic	3-3-16 Wakamiya	43-0609	(1), (2), (5),(8),(10)
やまみ医院	Yamami Clinic	1338-1 Yawata	41-8311	(1)



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

八幡宿整形外科内科	Yawatajuku Orthopedics & Internal Medicine Clinic	67-1 Yawata	43-3336	(1), (3), (9)
八幡クリニック	Yawata Clinic	1641 Yawata	41-1010	(1), (35)

Tatsumidai Area				
あさりクリニック	Asari Clinic	2-5 Tatsumidainishi	75-0133	(1),(64)
千葉労災病院	Chiba Rosai Hospital	2-16 Tatsumidaihigashi	74-1111	(1), (2), (3),(4), (5), (6), (7), (8), (9), (12), (13), (18), (19), (20), (21), (24), (30),(36), (41),(53),(62)
遠藤医院	Endo Clinic	1-5 Tatsumidainishi	74-2809	(1), (8)
奥田外科医院	Okuda Surgery Clinic	1-5 Tatsumidainishi	74-1868	(1), (2), (3), (9), (17)
斉藤クリニック	Saito Clinic	1-8-11 Tatsumidaihigashi	75-8885	(1), (2), (10), (11)
辰巳病院	Tatsumi Hospital	5-5-1 Tatsumidaihigashi	74-1321	(1), (2), (3), (5), (8), (9), (11), (12), (15),(16), (17), (53)
辰巳台クリニック	Tatsumidai Clinic	3-15-2 Tatsumidaihigashi	76-8800	(1),(3),(5),(8), (9),(12)
たつみだいMM泌尿器科	Tatsumidai MM urology	4-7-6 Tatsumidaihigashi	26-6001	(7)

Shizu Area / Chiharadai Area				
安藤こどもクリニック	Ando Kodomo Clinic	5-2-4 Chiharadaihigashi	50-5400	(1), (8)
ちはら腎泌尿器科	Chihara Renal and Urology Clinic	6-23-49 Chiharadainishi	76-8160	(1), (7)
ちはら台駅前診療所	Chiharadaiekimae Clinic	2-9-1 Chiharadainishi	37-3505	(1), (8)
ちはら台眼科	Chiharadai Ophthalmology	2F., 3-4 Chiharadainishi	67-0761	(12)
ちはら台耳鼻咽喉科	Chiharadai Nose, Ears and Throat Clinic	2-11-1 Chiharadainishi	75-8733	(6)
ちはら台整形外科	Chiharadai Orthopedics Clinic	3-10-1 Chiharadaininami	52-8911	(1),(2), (3), (9), (18), (20)
ちはら台南内科クリニック	Chiharadaininami Internal Medicine Clinic	1-1-11 Chiharadaininami	75-7511	(1), (28), (34)
コスモスクリニック	Cosmos Clinic	2F., 3-4 Chiharadainishi	98-3111	(1), (2), (54)
ふくろうホームクリニック	Fukuro Home Clinic	1-5-7 Chiharadainishi	76-7190	(1)
いちはら耳鼻咽喉科	Ichihara Nose, Ears and Throat Clinic	3-1-1 Uruidominami	76-8088	(6)
西岡クリニック	Nishioka Clinic	1-2-13 Chiharadaihigashi	50-5855	(8), (34)
おもて内科糖尿病クリニック	Omote internal medicine diabetes Clinic	8-17-4 Chiharadaihigashi	52-8012	(1), (34), (35), (46) (48), (62)
しもやまクリニック	Shimoyama Clinic	5-18-5 Chiharadainishi	75-5588	(1), (2), (8), (9)
杉田医院	Sugita Clinic	694 Higashikuniyoshi	52-0029	(1),(63)
碓井クリニック	Usui Clinic	1-1-6 Chiharadaihigashi	50-2050	(1), (8), (34), (62), (63), (64)
三橋クリニック	Mitsuhashi Clinic	1-3-3 Uruidominami	37-5711	(24)

Sanwa Area				
平山医院	Hirayama Clinic	2067 Isogaya	36-0071	(1), (2), (3), (9)
市原鶴岡病院	Ichihara Tsuruoka Hospital	955 Niihori	36-1511	(1), (13), (14)



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

磯ヶ谷病院	Isogaya Hospital	35 Isogaya	36-1121	(1), (13), (14)
たむら医院	Tamura Clinic	2-146 Kofudai	36-5800	(1), (8), (15)

Nanso Area				
千葉県循環器病センター	Chiba Pref. Cardiology Center (Chiba Prefectural Tsurumai Hospital)	575 Tsurumai	88-3111	(1), (2), (3), (5), (6), (8), (9), (12), (18), (19), (20), (21), (26), (32), (46), (62), (63)
藤原整形外科医院	Fujiwara Orthopedics Clinic	1189 Ushiku	92-0046	(3), (9), (28)
仁天堂医院	Jintendo Clinic	1192 Ushiku	92-0015	(1), (23)
こうふう台眼科医院	Kofudai Ophthalmology Clinic	1555-2 Nakatakane	95-6601	(12)
みつはし内科クリニック	Mitsuhashi Medical Clinic	879-1 Ushiku	92-1717	(1), (5), (17)
永野病院	Nagano Hospital	802-2 Umatate	95-3524	(1), (15), (16), (17)

Kamo Area				
加茂診療所	Kamo Clinic	1000-5 Yoro	98-1177	(1), (2)

Dental Clinics

	Institution Name	Address	Tel.
Anesaki Area			
青葉台歯科クリニック	Aobadai Dental Clinic	3-10-4 Aobadai	62-3355
アップル歯科	Apple Dental Clinic	2568-6 Anesaki	63-0118
深川歯科医院	Fukagawa Dental Clinic	1903-5 Anesaki	62-2569
木村歯科医院	Kimura Dental Clinic	5-2-5 Aobadai	62-1241
小池歯科医院	Koike Dental Clinic	4F., Koike Bldg., 1-1-14 Anesakihigashi	61-1761
小泉歯科医院	Koizumi Dental Clinic	2F., Koizumi Bldg., 3-1-3 Anesakihigashi	62-8241
蔵内歯科医院	Kurauchi Dental Clinic	789-1 Anesaki	61-7891
松田デンタルオフィス	Matsuda Dental Office	2273-2 Anesaki	62-2613
水田歯科医院	Mizuta Dental Clinic	2-2-6 Anesakinishi	62-0404
むらせ歯科医院	Murase Dental Clinic	2-6-8 Chigusa	63-3315
西田歯科クリニック	Nishida Dental Clinic	1-5-25 Anesakihigashi	61-0220
大野歯科医院	Ono Dental Clinic	2-2-17 Anesakihigashi	61-4581
田中歯科クリニック	Tanaka Dental Clinic	Grande Aoyagi 102, 2-16-1 Chigusa	22-5878
トレフル歯科	Torehuru Dental Clinic	3F., 645-1 Anesaki	37-4182
宇塚歯科医院	Uzuka Dental Clinic	129-3 Hataki	61-6690
ワタル歯科医院	Wataru Dental Clinic	2F., Koizumi Bldg., 3-1-3 Anesakihigashi	61-8555
やまき歯科クリニック	Yamaki Dental Clinic	812-1 Anesaki	61-0068
横田歯科医院	Yokota Dental Clinic	205 Anesaki	61-0007

Yushu Area			
泉台歯科医院	Izumidai Dental Clinic	3-19-1 Izumidai	66-0106
にしまき歯科医院	Nishimaki Dental Clinic	88 Mukaeda	61-4040
桜台歯科医院	Sakuradai Dental Clinic	2-2-1 Sakuradai	66-4666
よしき歯科医院	Yoshiki Dental Clinic	1-6-10 Yushudainishi	60-6480
有秋台ファミリー歯科	Yushudai Family Dental Clinic	2-13-5 Yushudaihigashi	66-8648

Goi Area			
朝日歯科クリニック	Asahi Dental Clinic	1-4-11 Kokubunjidaichuo	21-8588
千葉歯科クリニック	Chiba Dental Clinic	2-14-7 Goichuohigashi	22-6480



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

デンタルクリニック ララ	Dental Clinic Lala	2-1-21 Kamo	67-0950
ふじひら歯科医院	Fujihira Dental Clinic	6-39-15 Goinishi	23-3377
双葉台菊間歯科医院	Futabadaï Kikuma Dental Clinic	1-3-5 Nishikokubunjidai	21-3191
ハーブコートデンタルクリニック	Herb Court Dental Clinic	1-12-5 Goichuohigashi	21-5622
光デンタルクリニック	Hikari Dental Clinic	1-7-16 Sarashina	20-4618
本田歯科医院	Honda Dental Clinic	2-15-1 Kokubunjidaichuo	40-4618
市原市急病センター	Ichihara Emergency Medical Center	5-1-48 Sarashina	21-5771
稲葉歯科医院	Inaba Dental Clinic	4-25-9 Goinishi	21-1140
いのまた歯科	Inomata Dental Clinic	1F., Shimozaki Bldg, 2340-1 Goi	23-6480
石渡歯科医院	Ishiwata Dental Clinic	1-3-13 Soja	22-8800
イトウ歯科医院	Ito Dental Clinic	1-3-5 Goihigashi	22-6470
開成歯科アリオ市原医院	Kaisei Dental Clinic Ario Ichihara	4-3-2 Sarashina	26-5500
かんざき歯科クリニック	Kanzaki Dental Clinic	2-1-22 Sarashina	26-6388
川上歯科医院	Kawakami Dental Clinic	2F., Nemoto Bldg, 2-8-1 Goichuonishi	22-6631
かずさごい歯科	Kazusagoi Dental Clinic	Cainz Home., 3-1-1 Sarashina	63-5510
けい歯科医院	Kei Dental Clinic	2368-1 Murakami	23-8888
国分寺台泉水歯科	Kokubunjidai Senzui Dental Clinic	5-6-4 Kitakokubunjidai	41-5151
小宮歯科診療室	Komiya Dental Clinic	2650 Goi	21-1265
くじ歯科	Kuji Dental Clinic	1F., Asahara Bldg, 4878-5 Goi	23-6499
くまさんデンタルクリニック	Kumasan Dental Clinic	3-4-4 Shiroganecho	26-3666
松田歯科クリニック	Matsuda Dental Clinic	2-8-13 Higashikokubunjidai	25-2228
宮内歯科診療所	Miyauchi Dental Clinic	1-9-1 Kokubunjidaichuo	21-1812
宮吉歯科若葉診療所	Miyayoshi Dental Wakaba Clinic	6245-4 Goi	22-5200
宗田マタニティクリニック歯科室	Muneta Maternity Clinic Dental Office	320-7 Neda	24-4111
なかじま歯科医院	Nakajima Dental Clinic	130 Iinuma	20-2266
中澤歯科医院	Nakazawa Dental Clinic	1-3-4 Goichuonishi	25-6482
なしの木歯科クリニック	Nashinoki Dental Clinic	3882-9-B Goi	37-2998
岡本歯科医院	Okamoto Dental Clinic	2792-1-108 Goi	24-1184
おの歯科医院	Ono Dental Clinic	5-31-14 Kimizuka	22-8221
ピュアデンタルクリニック アピタ市原	Pure Dental Clinic Apita Ichihara	Apita Ichihara., 1-1 Aoyagikita	20-1755
斉藤歯科	Saito Dental Clinic	1-34-3 Kimizuka	25-6632
佐藤歯科医院	Sato Dental Clinic	1F-D, Pronto Bldg., 2-14-3 Goichuonishi	25-6818
せりざわ歯科	Serizawa Dental Clinic	1911-5 Goi	25-7800
白金歯科医院	Shirogane Dental Clinic	2-17-2 Kimizuka	24-1234
すえひろ歯科医院	Suehiro Dental Clinic	4-7-23 Minamikokubunjidai	25-7888
田川歯科医院	Tagawa Dental Clinic	3-7-3 Goihigashi	23-7211
高橋歯科	Takahashi Dental Clinic	3-1-1 Kokubunjidaichuo	21-5550
高宮ガーデン歯科クリニック	Takamiya Garden Dental Clinic	1-16-1 Nishikokubunjidai	23-4333
ときた歯科クリニック	Tokita Dental Clinic	315 Tamasaki	25-6480
つばさクローバー矯正歯科	Tsubasa clover orthodontist	2F., Kiguchi Bld., 1-8-1 Goichuohigashi	23-0968
常泉歯科医院	Tsuneizumi Dental Clinic	2458-3 Goi	24-0104
内山歯科医院	Uchiyama Dental Clinic	1-3-3 Minamikokubunjidai	22-8881
渡邊歯科医院	Watanabe Dental Clinic	3-10-13 Goichuonishi	21-0303
鎗田歯科医院	Yarita Dental Clinic	1-9-6 Iwasaki	23-5885

Ichihara Area			
浅野歯科医院	Asano Dental Clinic	948 Yawata	41-0922
江原歯科クリニック	Ehara Dental Clinic	5F, 125-1 Yawata	63-5239
フローラデンタルクリニック	Flora Dental Clinic	1F., 866-1 Yawata	43-8241



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

グリーン歯科医院	Green Dental Clinic	319-9 Furuichiba	41-6447
初芝歯科医院	Hatsushiba Dental Clinic	579-2 Yawata	42-2525
ヒラソル歯科	Hirasoru Dental Clinic	1F., Ichihara Santoku Plaza 594-1 Furuichiba	42-8876
イワタ歯科医院	Iwata Dental Clinic	3-83 Korimoto	43-2002
片倉歯科市原診療所	Katakura Dental Clinic Ichihara	1245-6 Yawata	41-1184
川畑歯科医院	Kawabata Dental Clinic	34-26 Nishigoshō	21-4381
古地歯科医院	Kochi Dental Clinic	3-1 Kusakari	74-8211
倉本歯科医院	Kuramoto Dental Clinic	1251-5 Yawata	41-3443
まつお歯科クリニック	Matsuo Dental Clinic	315-7 Nouman	42-2332
宮吉歯科南クリニック	Miyayoshi Dental Minami Clinic	353 Yawata	41-6480
能満歯科	Nouman Dental Clinic	1851-1 Nouman	75-0788
おおまや歯科医院	Omayo Dental Clinic	1828-11 Omayo	75-8282
パール歯科医院	Pearl Dental Clinic	1126-50 Yawata	43-4609
ポプラ歯科クリニック	Poplar Dental Clinic	687-20 Yawata	41-0303
泉水歯科医院	Senzui Dental Clinic	2-1 Korimoto	43-1180
しおさい歯科クリニック	ShioSai Dental Clinic	2381-1 Yawata	42-4031
スマイル歯科ヤワタ	Smile Dental Yawata	5-7-19 Asahigoshō	40-3663
若宮歯科医院	Wakamiya Dental Clinic	3-3-2 Wakamiya	42-3444
若宮中央歯科医院	Wakamiya Chuo Dental Clinic	7-7-5 Wakamiya	42-0802
山路歯科クリニック	Yamaji Dental Clinic	1463-1 Nouman	41-8275

Tatsumidai Area			
ハロー辰巳台デンタルクリニック	Hello Tatsumidai Dental Clinic	1-2 Tatsumidaihigashi	37-2680
クニモト歯科	Kunimoto Dental Clinic	3-4-3 Tatsumidainishi	75-0648
おいかわ歯科医院	Oikawa Dental Clinic	3-10-3 Tatsumidaihigashi	74-0868
アール歯科クリニック	R Dental Clinic	4-3-102 Tatsumidaihigashi	75-8059
佐久間歯科医院	Sakuma Dental Clinic	2-10-15 Tatsumidaihigashi	74-4968
高橋歯科医院	Takahashi Dental Clinic	5-6-2 Tatsumidainishi	74-1900
辰巳台こどもおとな歯科	Tatsumidai KodomoOtona Dental Clinic	2-3-3 Tatsumidainishi	37-5888

Shizu Area／Chiharadai Area			
アルファ歯科クリニック	Alfa Dental Clinic	6-37-1 Chiharadainami	52-1030
あおぞら歯科	Aozora Dental Clinic	6-1-11 Chiharadainami	52-6480
ちはら台歯科クリニック	Chiharadai Dental Clinic	2-21-16 Chiharadainami	75-6480
グッドスマイル・デンタル・オフィス	Good Smile Dental Office	4-7-15 Chiharadainishi	75-3533
長谷川歯科医院	Hasegawa Dental Clinic	1-2-10 Chiharadainami	75-0872
かたい歯科医院	Katai Dental Clinic	9-6-1 Chiharadaihigashi	52-2418
川嶋歯科医院	Kawashima Dental Clinic	2-1-8 Chiharadainishi	75-8818
松原歯科医院	Matsubara Dental Clinic	1954-98 Uruido	74-7557
長野歯科医院	Nagano Dental Clinic	5-5-4 Chiharadainami	52-4180
ユニモSK歯科クリニック	Unimo SK Dental Clinic	2F., 3-4 Chiharadainishi	75-4182
山本歯科医院	Yamamoto Dental Clinic	675-4 Semata	52-1858
よこた歯科・矯正歯科クリニック	Yokota Dental, orthodontist Clinic	3-21 Chiharadainami	37-3037

Sanwa Area			
あずさ歯科医院	Azusa Dental Clinic	1-391 Kofudai	36-8411
ふち歯科クリニック	Fuchi Dental Clinic	2-256 Kofudai	36-2400
加賀美歯科医院	Kagami Dental Clinic	1737-5 Amaariki	36-0109



市原市内の医療機関

Medical Facilities in Ichihara City

松井歯科医院	Matsui Dental Clinic	599-2 Yamada	36-8207
むらかみ歯科	Murakami Dental Clinic	3-619 Kofudai	63-6643
田中歯科	Tanaka Dental Clinic	1793-1 Amaariki	36-7775
梅木歯科	Umeki Dental Clinic	2-147 Kofudai	36-4377
ユタカ歯科	Yutaka Dentistry	1-5 Kofudai	36-4618

Nanso Area			
小宮歯科医院	Komiya Dental Clinic	928-10 Ushiku	92-3838
皆吉デンタルクリニック	Minayoshi Dental Clinic	950-3 Minayoshi	92-5292
三橋歯科医院	Mitsuhashi Dental Clinic	550-5 Ushiku	92-1305
永野歯科医院	Nagano Dental Clinic	813 Umatate	95-1640
おかもと歯科クリニック	Okamoto Dental Clinic	273-1 Tabi	37-3440
つるまい歯科医院	Tsurumai Dental Clinic	701-1 Tsurumai	88-4182
馬立歯科医院	Umatate Dental Clinic	1202-1 Umatate	95-0889

Kamo Area			
田川歯科クリニック	Tagawa Dental Clinic	965-1 Yoro	98-0089



地震・洪水

○災害に備えて

- ①災害に備えて次のものを用意しておきましょう。

懐中電灯、ローソク、下着、飲料水（1人1日あたり3リットルを3日以上）、食料（3日以上）、常備薬、食器、電池、ライター、ナイフ、ティッシュ、タオル、ビニール袋、携帯ラジオ

- ②積極的に防災訓練に参加しましょう。

○地震の時の心得

- ①まず身の安全を図る。
- ②火の元の確認をする。
- ③戸を開けて出口を確保。
- ④火が出たらすぐに消火。
- ⑤あわてて外に飛び出さない。
- ⑥狭い路地やブロック塀に近づかない。
- ⑦山崩れ、がけ崩れに注意。
- ⑧避難は徒歩で。
- ⑨協力しあって避難する。
- ⑩正しい情報を聞く。

○洪水時の心得

- ①台風シーズンは、気象情報などに注意しましょう。
- ②市からの避難の呼びかけに注意しましょう。
- ③洪水の時は、市職員や町内会などの指示のもと速やかな避難をしましょう。

○指定緊急避難場所

- ・危険を感じたときにまず逃げる場所です。
- ・災害の種類によっては、避難に適さない避難場所があります。
- ・市内の小・中学校などが避難場所になっていますので、万一のときに慌てないため、家族みんなで避難場所を確認しておきましょう。

Earthquakes and Floods

○Disaster preparedness

- ① Please have the following things ready in case there is a natural disaster:

Flashlight, candles, underwear, drinking water (enough for 3 days or more. 3 liters per person per day), food (enough for 3 days or more), medical kit, eating utensils, batteries, lighter, knife, tissues, towels, plastic bags, portable radio.

- ② Participate actively in disaster prevention drills.

○What to do if there is an earthquake

- ① First, make sure you are safe.
- ② Make sure that all fire sources are turned off.
- ③ Open all doors to ensure escape.
- ④ If it starts burning, try to extinguish it.
- ⑤ Don't immediately run outside if it is safe inside.
- ⑥ Don't go down narrow alleys or near concrete block walls.
- ⑦ Watch out for rockslides and landslides.
- ⑧ Evacuate on foot wearing shoes.
- ⑨ Cooperate with people when evacuate.
- ⑩ Listen to official information.

○Flood preparedness

- ① During typhoon season, pay attention to weather reports.
- ② Pay attention to City Office evacuation announcements.
- ③ During a flood, evacuate quickly, following the instructions from city officials and neighborhood association officials.

○Designated emergency evacuation shelter

- It is the first place where people evacuate when they feel it danger.
- There are evacuation shelters not suitable for evacuation, depending on the type of disaster.
- Municipal elementary and junior high schools are evacuation sites. Make sure that your family members know where your evacuation site is located, to avoid confusion when there is an earthquake.



○指定避難所

- ・災害時に避難してきた人々が一定期間滞在する場所です。
- ・災害の種類によっては、避難に適さない避難所があります。
- ・市内の公民館、小・中学校などが避難所になっていますので、万一のときに慌てないため、家族みんなで避難所を確認しておきましょう。

○避難所での注意事項

- ①だれもが不安な気持ちでいっぱいです。お互いをいたわる心を忘れずに行動しましょう。
- ②市職員や町内会の役員などの指示に従いましょう。
- ③デマに惑わされず、正しい情報を聞きましょう。
- ④衛生や健康管理に注意しましょう。

○弾道ミサイル落下時の行動について

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急速報メール等により緊急情報をお知らせします。

① 速やかな避難行動

② 正確かつ迅速な情報収集

国民保護ポータルサイト

http://www.kokuminhogo.go.jp/shiryou/hogo_manual.html

○プッシュ型情報発信アプリ「Safety tips」

地震、津波、その他気象特別警報を自動で知らせてくれ、気象情報の詳細やとるべき行動を確認することができます。日本語、英語、中国語(繁体)、中国語(簡体)、韓国語に対応しています。

○Disignated evacuation shelter

- Place for evacuees to stay for a certain period at the time of disaster.
- Some evacuation shelters are not suitable depending on the type of disaster.
- Public halls, elementary schools, junior high schools, etc., in the city are the evacuation shelter. Check the evacuation shelter with your family not to panic in the event of any emergency situation.

○Guidelines at evacuation sites

- ① Remember that everyone is anxious and upset. Be kind to others.
- ② Follow the instructions from city officials and neighborhood association officials.
- ③ Listen to official information. Don't pay attention to rumors.
- ④ Pay attention to your personal health and sanitation.

○Action to take when ballistic missile falls

Ballistic missile might reach Japan in less than ten minutes after launch. In the event of possibility of missile falling, emergency information will be instantly sent via satellite-based system, J-ALERT. Special noise of sirens and message will be heard via wireless disaster prevention system, and emergency information will be dispatched through emergency alert email, etc.

1. Quick evacuation behavior

2. Prompt collection of official information

Civil protection portal site

http://www.kokuminhogo.go.jp/shiryou/hogo_manual.html

○The App “Safety tips”

This push-enabled app provides notifications of Earthquake Early Warnings, Tsunami Warnings, Weather Warnings and Eruption Notices issued in Japan. In addition, there is an action flowchart, along with weather information and useful links that provide information in times of disaster.

<https://www.jnto.go.jp/safety-tips/eng/app.html>



Website



Facebook



Twitter



困った時の相談窓口

○外国人の相談窓口

市政や日常の困りごとの相談に応じています。

【英語・日本語】

相談日時：毎週火・金曜日
午前9時30分～正午と
午後1時～3時30分

相談場所：人権・国際課
市役所第2庁舎2階

電話：0436-23-9866

【ポルトガル語】

相談日時：第1・3水曜日
午前9時～正午
相談場所：サンプラザ市原 2階
五井支所内
電話：0436-24-3934

【スペイン語】

相談日時：第1・3金曜日
午後1時～4時
相談場所：サンプラザ市原 2階
五井支所内
電話：0436-24-3934

eメール：

jinkenkokusai@city.ichihara.lg.jp

○千葉県外国人相談

相談内容：日常生活、法律、観光、国際交流等

相談日時：祝日を除く月～金曜日
午前9時～正午と午後1時～4時

対応言語：英語、日本語、中国語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、韓国語、ネパール語、タイ語、ポルトガル語、インドネシア語、ロシア語、ヒンディー語

相談方法：電話か来所

相談場所：千葉市美浜区中瀬2-6 WBG
マリブイースト14F

電話：043-297-2966

Where to Go for Advice

○Consultation for Foreign Residents

Advice on municipal administration or personal matters.

【English and Japanese】

Date and time: On Tuesday and Friday

From 9:30 a.m. to noon and 1 to 3:30 p.m.

Location: Human Rights and International Exchanges
Division (Jinken Kokusai-ka) (2nd floor of old bldg., City
Office)

Tel.: 0436-23-9866

【Portuguese】

Date and time: On the 1st and 3rd Thursday

From 9:00 a.m. to noon

Location: At Goi branch, 2nd floor, Sun Plaza Ichihara
Tel.: 0436-24-3934

【Spanish】

Date and time: On the 1st and 3rd Friday

From 1:00 p.m. to 4:00 p.m.

Location: At Goi branch, 2nd floor, Sun Plaza Ichihara
Tel.: 0436-24-3934

Email: jinkenkokusai@city.ichihara.lg.jp

○Chiba Prefecture Advisory Service for Foreign Residents

Details of consultation: Daily life, legal matters, travel tips, international exchanges, etc.

Service days: Monday to Friday except holidays

Service hours: 9:00 a.m. – noon, 1:00 p.m. – 4:00 p.m.

Languages: English, Japanese, Chinese, Spanish, Tagalog, Vietnamese, Korean, Nepali, Thai, Portuguese, Indonesian, Russian, and Hindi.

How to consult: By telephone or at the desk

Location of consultation desk: 14F, WBG Marive East,
2-6, Nakase, Mihama-ku, Chiba-shi

Telephone: 043-297-2966



○外国人総合相談支援センター（東京）

相談内容：在留資格、日常生活等

相談日・対応言語：

【中国語、英語】月～金曜日

【スペイン語、ポルトガル語】

月～水曜日

【インドネシア語】火曜日

【ベトナム語】月・水曜日

【タガログ語】金曜日

相談時間：午前9時～午後4時（年末年始、祝祭日、毎月第2・4水曜日を除く）

相談方法：電話か来所

相談場所：新宿区歌舞伎町2-44-1東京都
健康プラザハイジア11階しん
じゅく多文化共生プラザ内

電話：03-5155-4039、03-3202-5535

○外国人在留支援センター

相談内容：出入国・在留等の手続等

対応言語：やさしい日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語、インドネシア語、フィリピン語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語

※事前予約が必要です

予約専用ダイヤル：03-5363-3025

○Consulation Support Center for Foreign Residents (Tokyo)

Details of consultation: Visa status, daily life, etc.

Service day and language:

[Chinese and English] Monday – Friday

[Spanish and Portuguese] Monday – Wednesday

[Indonesian] Tuesday

[Vietnamese] Monday and Wednesday

[Tagalog] Friday

Service hours:

9:00 a.m. – 4:00 p.m. (except the New Year's holiday, holidays, and the 2nd and 4th Wednesday)

How to consult:

By telephone or at the desk

Location:

Tokyo Kenko Plaza Building 11F,
2-44-1 Kabuki-cho Shinjuku-ku, Tokyo

Tel.: 03-5155-4039, 03-3202-5535

○Foreign Residents Support Center

Details of consultation:

Immigration, Residence procedures, etc.

Language:

Japanese, English, Chinese, Korean, Vietnamese, Nepalese, Indonesian, Filipino, Thai, Portuguese, Spanish

*Reservation only

Tel 03-5363-3025



市役所と支所

○市原市役所

所在地：国分寺台中央1-1-1

電話：0436-22-1111(代)

業務時間：午前8時30分～午後5時15分

閉庁日：土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)

毎月、第2・4日曜は市役所市民課窓口が開設しています。ただし、一部の業務に限ります。

業務時間：午前8時30分～午後5時

業務内容：①住民票の交付②印鑑登録・印鑑登録証明書の交付

※特別永住者証明書の有効期間更新・再交付などは、日曜日には手続きできません。

日曜日に手続きできる業務・できない業務については、市役所市民課にお問い合わせください。

⇒ 市民課（電話：0436-23-9803）

City Office and Branch Offices

Olchihara City Office (Ichihara Shiyakusho)

Location: 1-1-1 Kokubunjidaichuo

Tel.: 0436-22-1111 (main switchboard)

Hours for City Office and Branch Offices: 8:30 a.m.-5:15 p.m.

Closed: Saturdays and Sundays, national holidays, New Year's holidays (12/29-1/3)

Note: The Citizens' Division (Shimin-ka) counter in the City Office is open on the 2nd and 4th Sunday of each month. However, only limited services are available.

Hours: 8:30 a.m.-5 p.m.

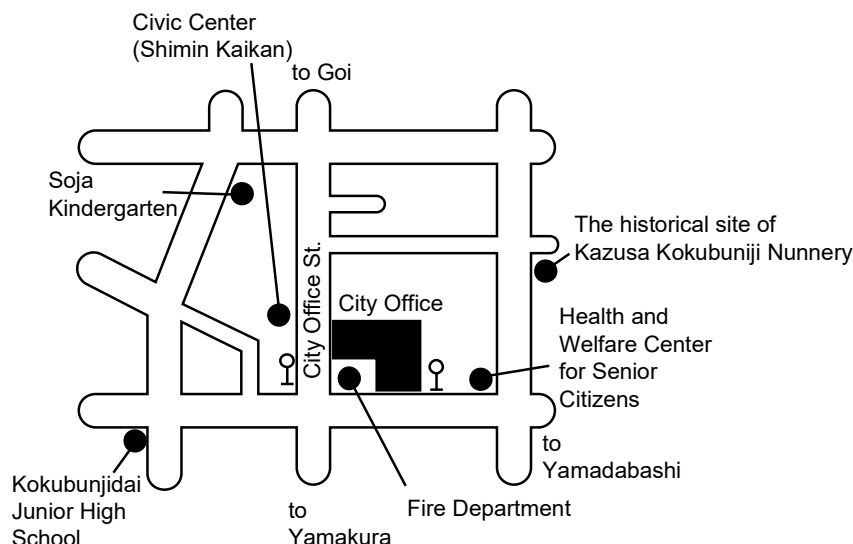
Services: (1) Issuance of Certificate of Residence; (2) seal registrations and issuing seal registration certificates.

Note: Some services are not available on Sundays, such as renewals or reissues of Special Permanent Resident Certificates.

For more information on services that are available on Sundays, please inquire with the Citizens' Division (Shimin-ka) in the City Office.

⇒ Citizens' Division (Shimin-ka)

Tel: 0436-23-9803



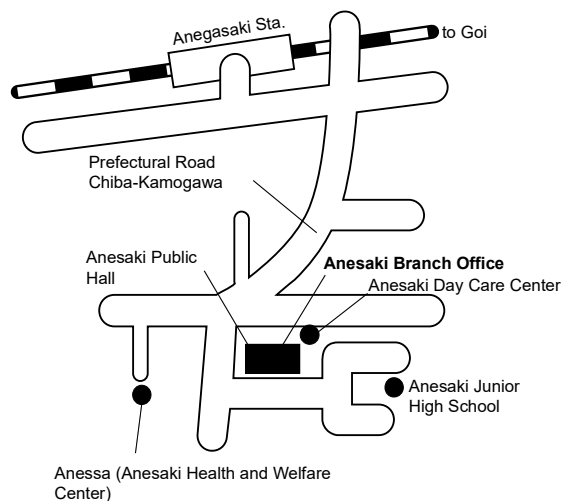


○市役所と支所でできること

住所の変更届出、住民票の交付、印鑑登録などは市役所市民課と各支所でも可能です。国民健康保険の加入・そう失は市役所国民健康保険課と各支所でも可能です。国民年金の加入・そう失は市役所国民年金室と各支所でも可能です。

○Services at the City Office and Branch Offices

You can register a change of address, receive a Certificate of Residence, and register your seal (Inkan Toroku) at the Citizens' Division (Shimin-ka) in the City Office and at branch offices. To join or to withdraw from the National Health Insurance Program (Kokumin Kenko Hoken) or if you lost your health insurance card, go to the National Health Insurance Division (Kokumin Kenko Hoken-ka) in the City Office or branch offices. To join the National Pension Program (Kokumin Nenkin) or if you lost your pension card, go to the National Pension Office (Kokumin Nenkin-shitsu) in the City Office or to branch offices.

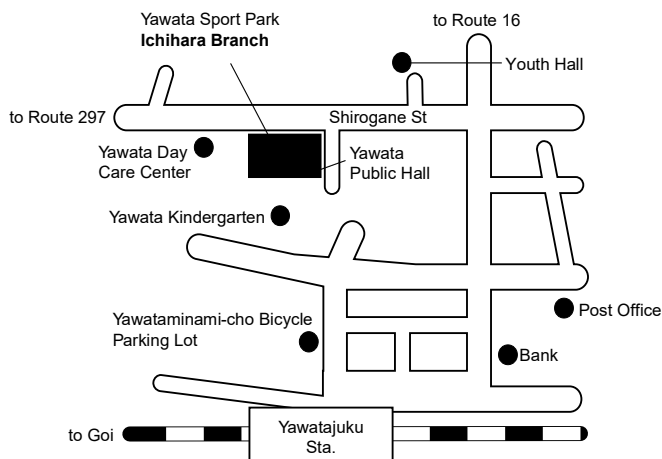


Anesaki Branch

(Anesaki Shisho)

Location: 2150-1 Anesaki

Tel.: 0436-61-0042

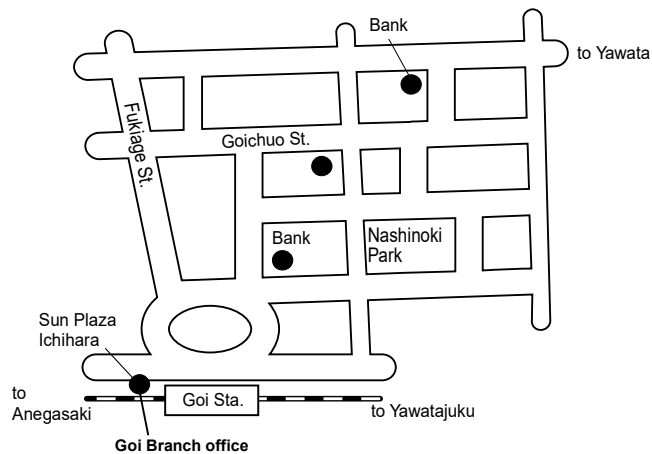


Ichihara Branch

(Ichihara Shisho)

Location: 1050-3 Yawata

Tel.: 0436-41-0141



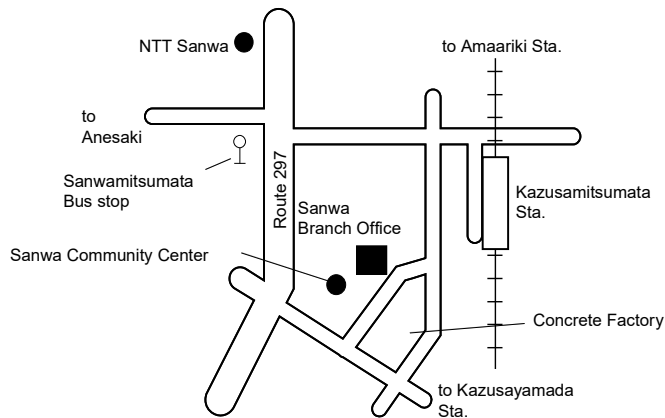
Goi Branch

(Goi Shisho)

Location: 2F Sun Plaza Ichihara

1-1-25 Goichuonishi

Tel.: 0436-21-2156

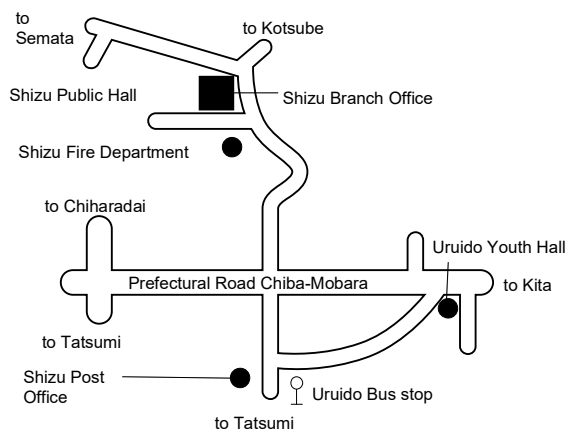


Sanwa Branch

(Sanwa Shisho)

Location: 232-1 Amaariki

Tel.: 0436-36-1111

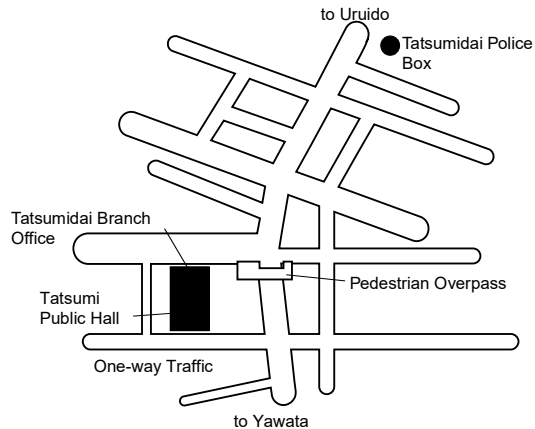


Shizu Branch

(Shizu Shisho)

Location: 90-1 Shimono

Tel.: 0436-74-0002

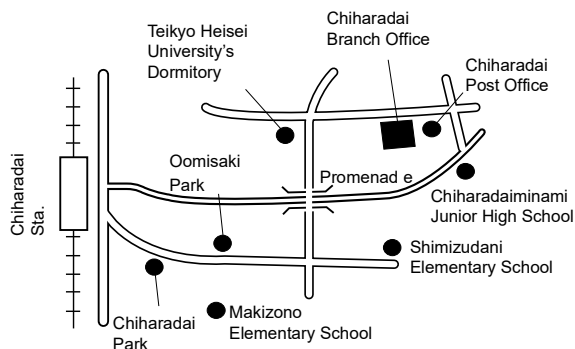


**Tatsumidai Branch
(Tatsumidai Shisho)**

Location: 3-14-1

Tatsumidainishi

Tel.: 0436-74-2211

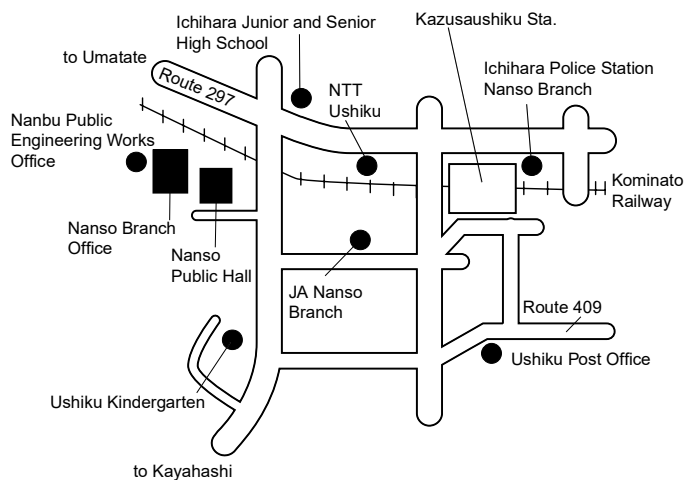


**Chiharadai Branch
(Chiharadai Shisho)**

Location: 6-1-3

Chiharadainami

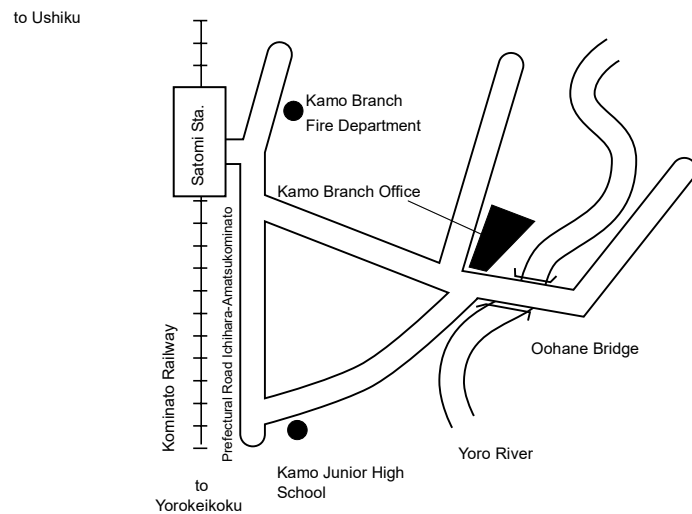
Tel.: 0436-50-2311



**Nanso Branch
(Nanso Shisho)**

Location: 500 Ushiku

Tel.: 0436-92-1111

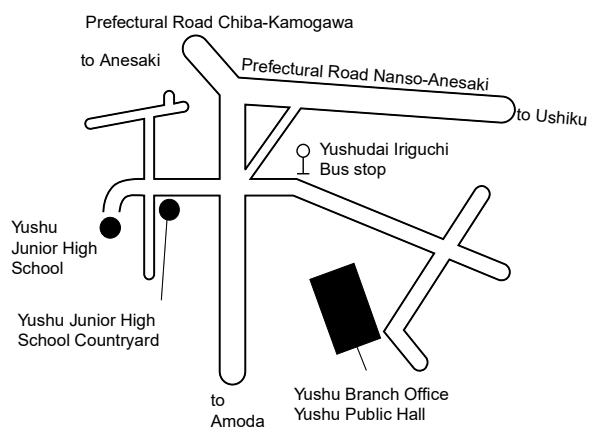


Kamo Branch

(Kamo Shisho)

Location: 583-3 Hirano

Tel.: 0436-96-0101



Yushu Branch

(Yushu Shisho)

Location: 1-3-2 Yushudainishi

Tel.: 0436-66-0070



在留管理制度

平成 24 年 7 月 9 日から、新しい在留管理制度がスタートし、外国人登録制度は廃止されました。一定の在留資格を有する外国人住民の方は、日本人と同じように住民票が作成されます。詳しいことについては、下記のホームページに掲載されていますので参考にしてください。

・ 出入国在留管理庁（在留制度関連）
http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/

・ 総務省（外国人住民票関連）
http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zairyu.html

○外国人の方の住民票

一般に、各種の手続きや契約などを行う場合、住民基本台帳の記録内容を証明する書類を必要とすることがあります。

このような、住民基本台帳に記録されている内容を証明する書類として、外国人の方の住民票があります。

この証明書を請求できる方は、本人または本人と同一世帯の家族の方だけとなっており、これ以外の方は本人からの委任状が必要となります。

○在留カードまたは特別永住者証明書の返納

日本国籍を取得したとき、または死亡したときは、その日から14日以内に在留カードまたは特別永住者証明書を返納しなければなりません。

⇒ 出入国在留管理局

Residence Management System

A new Residency Management System was started from July 9, 2012, and the Alien Registration System was abolished. Foreign nationals living in Japan with a regular status of residence will receive a certificate of residence (jyumin-hyo), as Japanese citizens do. For details, refer to the web sites below.

・ Immigration Services Agency of Japan (concerning residence system)
http://www.immi-moj.go.jp/newimmiact_1/

・ Ministry of Internal Affairs and Communications (concerning certificate of residence system)
http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zairyu.html

○Certificate of Residence for Foreigners

In general, it is necessary to submit documents giving proof of the information recorded in the Basic Resident Register, for all procedures and agreements.

For foreigners, the Certificate of Residence serves as a documentation giving proof of information recorded in the Basic Resident Register.

Only the identical person or a family member who belongs to the same household can request this certificate at the Citizens' Division (Shimin-ka). If someone else is requesting this document in your behalf, they will need to show a power of attorney.

○Returning the Resident Card or Special Permanent Resident Certificate

Upon obtaining Japanese citizenship or upon death, the Resident Card or Special Permanent Resident Certificate must be returned within 14 days.

⇒ Immigration Services Agency of Japan



○住所変更

住所を移したら市民課または支所へ届出をしてください。届出ができるのは、本人または本人と同一世帯の家族の方のみです。(その他の方が届出する場合には委任状と窓口に来られる方の本人確認のできる書類が必要です。)変更した方の在留カードまたは特別永住者証明書(「みなし在留カード」「みなし特別永住者証明書」)が必要となります。

①転入届(他の市町村や国外から異動してきたとき)

- ・転入した方の在留カードまたは特別永住者証明書
- ・転出証明書(前住所の市町村が発行)
- ・旅券(国外からの転入の場合)
- ・住基カード(所持している人)
- ・個人番号カード(所持している人)

を持参し14日以内に届け出てください。

②転出届(他の市町村や国外へ異動するとき)

- ・本人確認のできる書類
- ・印鑑登録証(カード)(登録している人)
- ・国民健康被保険者証(国民健康保険の加入者)

を持参し、転出する前に届け出てください。

③転居届、変更届(市原市内で住所が変わった、世帯主を変えた、世帯を分けたり、合併したとき)

- ・転居、変更した方の在留カードまたは特別永住者証明書
- ・国民健康被保険者証(国民健康保険の加入者)
- ・住基カード(所持している人)
- ・個人番号カード(所持している人)

を持参し、14日以内に届け出てください。

○Change of Address

If your home address was changed, please notify the Citizens' Division or branch offices. Only the resident or a family member who belongs to the same household can provide this notification. (If someone else is providing the notification, he or she must show a power of attorney and proof of identification.)

The amended Resident Card or Special Permanent Resident Certificate ("Interim Resident Card" or "Interim Special Permanent Resident Certificate") is required.

① Notification of moving in (When moving in from another city, town, village, or overseas)

- ・Resident Card or Special Permanent Resident Certificate of person who moved in
- ・Certificate of moving out (issued by your previous city, town or village)
- ・Passport (When moving in from overseas)
- ・Basic Resident Registration Card (for those possessing one)
- ・Individual Number (for those possessing one)

Please bring the above within 14 days of moving in.

② Notification of moving out (When moving out to another city, town, village, or overseas)

- ・Proof of identification
- ・Seal Registration Card (for those who have registered a seal)
- ・National Health Insurance Card (for those entered in the National Health Insurance program)

Please bring the above and report before moving out.

③ Notification of change of address, Notification of change (when address was changed within Ichihara City, the head of household was changed, the household was split or combined)

- ・Resident Card or Special Permanent Resident Certificate of the person concerned.
- ・National Health Insurance Card (for those entered in the National Health Insurance program)
- ・Basic Resident Registration Card (for those possessing one)
- ・Individual Number (for those possessing one)

Please bring the above within 14 days and report the change.



※注意！

国外から転入されたときや世帯主との関係に変更があったときなどには、世帯主との続柄を証明する公的な文書の原本（確認後、返却可能）及び日本語訳が必要になる場合があります。

○住所変更以外の届出・申請

次の手続きについて、特別永住者の方は市民課で行ってください。特別永住者以外の方は、地方出入国在留管理官署で行ってください。なお、手続きができるのは、本人または同居の親族です。

①氏名、生年月日、性別、国籍・地域の変更（結婚して姓や国籍・地域が変わった場合など）

- ・特別永住者証明書またはみなし特別永住者証明書
- ・変更が生じたことを証する資料とその日本語訳文
- ・旅券（所持している方）
- ・写真1枚（タテ4cm×ヨコ3cm、16歳未満は不要）

を持参し、14日以内に届け出てください。

②特別永住者証明書またはみなし特別永住者証明書の有効期間更新

- ・特別永住者証明書またはみなし特別永住者証明書
 - ・旅券（所持している方）
 - ・写真1枚（タテ4cm×ヨコ3cm）
- を持参し、有効期限が満了する前に申請してください。

③特別永住者証明書またはみなし特別永住者証明書の再交付

- 「紛失、盗難または滅失等をした場合」は、
- ・証明資料（警察署で発行される遺失物届受理証明書、盗難届受理証明書、消防署で発行される火災証明書等）
 - ・旅券（所持している方）

* Warning!

In circumstances such as moving to Japan from overseas, or when your relationship with the head of the family has changed, you may be required to present the original copy of an official document giving a proof of your relationship to the head of the family. Japanese translation of the document may be required. (The original may be returned after confirmation is completed.)

○Notifications/Applications except address changes

For the following procedures, Special Permanent Residents should go to the Citizens' Division. All others should go to their regional Immigration Services Office. Only the person concerned or a relative living with that person can go through these procedures.

① Name, birth date, gender, nationality/region change (when family name, nationality/region will be changed due to marriage)

- ・Special Permanent Resident Certificate or Interim Special Permanent Resident Certificate
- ・Documents proving reason for change and a Japanese translation of those documents
- ・Passport (for those possessing one)
- ・Photograph (1) (H4cm x W3cm; not required for those under the age of 16)

Please bring the above and report within 14 days.

② Renewal of Special Permanent Resident Certificate or Interim Special Permanent Resident Certificate

- ・Special Permanent Resident Certificate or Interim Special Permanent Resident Certificate
- ・Passport (for those possessing one)
- ・Photograph (1) (H4cm x W3cm)

Please bring the above and apply for an extension before the validity period expires.

③ Reissuing of Special Permanent Resident Certificate or Interim Special Permanent Resident Certificate

[If lost, stolen or destroyed]

- ・Verification documents (Certificate of Acceptance of Notification of Lost Article or Certificate of



- ・写真1枚（タテ4cm×ヨコ3cm、16歳未満は不要）
を持参し、14日以内に申請してください。
- 「著しい汚損または毀損が生じた場合」は、
- ・特別永住者証明書またはみなし特別永住者証明書
- ・旅券（所持している方）
- ・写真1枚（タテ4cm×ヨコ3cm、16歳未満は不要）
を持参し、速やかに申請してください。

Acceptance of Notification of Stolen Article from the Police Department, Certificate of Disaster from the Fire Department, etc.)

- ・ Passport (for those possessing one)
- ・ Photograph (1) (H4cm x W3cm; not required for those under the age of 16)

Please bring the above and apply within 14 days.

[If severely damaged or defaced]

- ・ Special Permanent Resident Certificate or Interim Special Permanent Resident Certificate
- ・ Passport (for those possessing one)
- ・ Photograph (1) (H4cm x W3cm; not required for those under the age of 16)

Please bring the above and apply as soon as possible.



入国管理

東京出入国在留管理局では、在留資格の取得・変更、在留期間の更新、資格外活動及び永住、再入国許可などの在留手続きに関する事務を行っています。

・東京出入国在留管理局

所在地：東京都港区港南5-5-30

電話：03-5796-7111

・千葉出張所

所在地：千葉市中央区千葉港2-1

千葉中央コミュニティセンター内

電話：043-242-6597

○再入国許可

一時的に本国またはその他の国に出国した後、許可されている在留期間内に、再び日本に入国する場合には、出国する前に再入国の許可を受けていれば、海外で日本の在外公館に出頭して改めて査証を取得する必要はありません。平成24年7月9日以降に許可される再入国許可は、有効期間の上限が「3年」から「5年」に変更されました。

○みなし再入国許可

有効なパスポート及び在留カード（在留カードとみなされる外国人登録証明書）を持つ外国人の方が、出国する際、出国後1年以内に日本での活動を継続するために再入国する場合は、原則として再入国許可を受ける必要はありません。ただし、出国する際に必ず在留カード等を提示するとともに、再入国出国用EDカードの、みなし再入国許可による出国の意図表明欄に☑（チェック）をする必要があります。在留期限が出国後1年未満に到来する場合は、その在留期限までに再入国してください。

○日本国籍の取得（帰化等）

日本国籍の取得（帰化等）を希望される方は千葉地方法務局戸籍課に問い合わせてください。

電話：043-302-1317

Immigration Control

Tokyo Immigration Services Agency of Japan conducts visa-related procedures such as acquisition of or changing visa status, renewing visas, approving activities outside a visa status, permanent residence, or re-entry permits.

・Tokyo Immigration Services Agency of Japan

Location: 5-5-30 Konan, Minato-ku, Tokyo

Tel.: 03-5796-7111

・Chiba Branch Office

Location: Chiba Central Community Center, 2-1 Chiba Minato, Chuo-ku, Chiba-shi

Tel.: 043-242-6597

○Re-entry permissions

If you are leaving Japan but plan to return while your visa is still valid, you should get a re-entry permit before leaving the country. By doing so, you will not need to go to a Japanese embassy or consulate overseas to request a new visa.

After July 9, 2012, the validity period for Re-Entry Permits was increased from a maximum of 3 years to a maximum of 5 years.

○Special Re-entry Permits

If you possess a valid passport and a Resident Card (or Alien Registration Certificate deemed a Resident Card) and return to Japan with the intention of resuming your life in Japan within one year of leaving Japan, as a general rule you are not required to apply for a Re-entry Permit. However, you absolutely must present your Resident Card and tick the column indicating your intention of departure by the Special Re-entry Permit System on an ED card for Special Re-entry Permit, when you leave Japan. If your resident period expires less than one year after leaving Japan, please return to Japan before that expiration date.

○Acquisition of Japanese citizenship (Naturalization)

Those who wish to acquire Japanese citizenship (naturalization) should inquire at the Civil Registration Section (Koseki-ka) in the Chiba Regional Legal Affairs Bureau.

Tel.: 043-302-1317



マイナンバー制度

マイナンバーは、行政を効率化し、国民の利便性を高め、公平・公正な社会を実現する社会基盤です。
住民票のある外国人（中期在留者、特別永住者等）にもマイナンバーは通知されます。

○マイナンバー（個人番号）について
日本国内の住民票を有する全ての人に、ひとり1つの番号であるマイナンバー（12桁の番号）が発行されます。マイナンバーは一生使うもので、漏えいや不正使用の恐れがある場合を除き、一生を通じて変更されることはありません。

○（マイナンバー）通知カードについて

（マイナンバー）通知カードは、住民票を有する全ての住民に対し、簡易書留により郵送されます。紙製でマイナンバーの他、住所、氏名、生年月日、性別等が記載されています。
国の法改正により令和2年5月25日に、通知カードの新規発行・更新は終了しました。

○（マイナンバー）個人番号通知書について

令和2年5月25日から出生や海外からの転入等で初めて（マイナンバー）個人番号が付番される人に個人番号通知書が郵送されます。
個人番号通知書はマイナンバーをお知らせするものですが、マイナンバーを証明する書類や身分証明書としては使用できませんので御注意ください。

また、再発行や記載事項変更も行うことができませんので、届きましたら、大切に保管をお願いします。

The Social Security and Tax Number System

The Social Security and Tax Number System (nicknamed “My Number” System) is social infrastructure to improve administrative efficiency, enhance public convenience, and realize a fairer and more just society.
Foreigners registered as residents in Japan (mid-term residents, special permanent residents, etc.) will also receive their Individual Numbers.

○Individual number (‘My Number’)

A 12-digit number is designated and notified to each and every resident in Japan.
Your individual number will be used for your entire life, and never be changed except when it was leaked and have the risk of unauthorized use.

○Notification card (of individual number)

Notification card (of individual number) is sent to all residents by registered mail. Notification card is a paper card, and your individual number, name, address, birthdate, gender, etc. are printed.
New issue and renewal of notification card were terminated on May 25th, 2020, due to national law revision.

○Notification letter (of individual number)

Those who are numbered for the individual number (my number) for the first time due to birth, move-in from overseas, etc. receive the notification letter of individual number by post from May 25th, 2020.
The notification letter is a paper to inform individual number. Please note that it cannot be a document to certify individual number or an ID.
Furthermore, reissuing the notification letter and altering items mentioned are not possible. Please keep the letter in a safe place.



○マイナンバーカード（個人番号カード）について

マイナンバーカードは、プラスチック製の顔写真付 IC カードで、マイナンバーの提示や身分証明書としても利用できるほか、電子証明書も搭載可能です。

既にお持ちの住基カードは有効期限まで利用できますが、個人番号カードとの重複所持はできません。（住基カードの発行は平成 27 年末で終了しました。）

また、マイナンバーカードを取得しても、在留カード、特別永住者証明書等は引き続き持つ必要があります。

○マイナンバーカードの申請（希望者のみ）

希望者は、マイナンバーカード（個人番号カード）が申請できます。

申請方法は、主に 3 通りがあります。

- ①通知カードに同封された申請書に、必要事項を記入し、写真を貼付して、同封の封筒で郵送する方法（市民課・支所でお預かりもできます。）
- ②スマートフォンやパソコンから申請する方法
- ③街なかにある自動証明写真機で申請する方法があります。

○Individual number card ('My Number' card)

Individual number card ('My Number' card) is a plastic card with IC chip and a face photo. The card may contain the electronic certificate as well as being used to show Individual number and used as ID.

Basic resident registration cards may be used until their period of validity expires. However, you must surrender this card if you obtain an Individual number card.

Even if you obtain an Individual number card, you need to carry residence card, special permanent resident certificate, etc.

○How to apply for Individual number card (optional)

You may apply for an individual number card ('My Number' card), if you wish.

Several options of application methods are available.

Application Methods (①, ② or ③ below)

- ① Send back an application form (received with your notification card) with your face photo attached. (You may bring to the window of Civil Division or branches.)
- ② Apply via internet using smartphone or PC.
- ③ Apply via automatic authentication camera in various places.



○マイナンバーカードの受け取りについて

マイナンバーカードを受け取るには、申請後、御自宅に、個人番号カードの交付準備ができたことを知らせる通知が届きます。

市民課の窓口に以下の書類をお持ちのうえ、本人が受け取りに来てください（代理人不可）。

初回の交付は無料です。不明な点は市民課（Tel0436-23-9803）までお問合せください。

- ① （マイナンバー）通知カード
- ② 交付通知書及び交付案内書（申請後届きます）
- ③ 本人確認書類（運転証やパスポート、在留カードなど）
- ④ 住民基本台帳カード（所持者のみ）

○Receive individual number card

Once you have applied for an individual number card, a notice will be sent to your home. The notice states that your card is ready for issuance.

To receive an individual number card, you may pick up the card at the municipal office (Civil Division) by bringing the following ①~④. Representatives are not acceptable.

The first issuance of the card is free of charge.

For more information, call 0436-23-9803 Civil Division

- ① Notification card of individual number card
- ② Notice of issuance and issuance guide (posted after application)
- ③ ID (driver's license, passport, residence card, etc.)
- ④ Basic resident register card (if you have)



○外国人住民のマイナンバーカード（個人番号カード）の有効期間について

外国人住民の有効期限は原則、在留期間満了日（在留カードの期限）となっています。

- ①高度専門職第2号、永住者および特別永住者については、発行日から10回目の誕生日まで有効です。（ただし、15歳未満の方の場合は5回目の誕生日まで有効）
- ②中長期在留者、一時庇護許可者、仮滞在許可者等については、在留資格や在留期間に応じて個人番号カードの有効期間が異なります。
これらの方々の在留期間等が変更になったときは、在留カード等更新後（在留期間内）に市民課・支所の窓口で個人番号カードをお持ちのうえ、「在留期間更新に伴う有効期間変更申請書」を提出してください。有効期間を延長することができます。
- ③在留期間の延長申請後、在留期間の満了日までに決定されない場合には、在留期間の延長申請中である旨を在留カード等で確認することができれば、特例在留期間（旧在留期間の満了日から2ヶ月間）の分だけ延長することができます。

○Validated period of individual number card for foreign residents

Validated period of individual number card for foreign residents is generally expiration date of period of stay (expiration date of resident card).

- ① For Highly-Skilled Professional (ii), permanent resident, and Special Permanent Resident, once you obtain an individual number card, it is valid until the tenth birthday after the issuance. (It is valid until the fifth birthday after the issuance if you are under 15 years old.)
- ② For Mid-to long-term resident, Landing Permission for Temporary Refuge, Person with permission for provisional stay, validity of Individual Number Card depends on visa status and period of stay.
When their period of stay was revised, they are required to hand in "Application for change of validity due to extension of period of stay" with their Individual Number Card to municipal office (Civil Division) or branches after updated residence card (within period of stay). They can extend validity.
- ③ In case you don't receive the decision by the date of expiration of the period of stay after you apply extending the period of stay, it is allowed to extend only special period of stay (for two months from the date of expiration of the old period of stay). In that case, you must certify it is pending period of expiration of the period of stay, showing resident card, etc.



○マイナンバーカードでできること

マイナンバーカード1枚でできる主なことは

①個人番号を証明する書類として
マイナンバー（個人番号）の提示が必要な様々な場面で、マイナンバー（個人番号）を証明する書類として利用できます。

②本人確認の際の公的な身分証明書として
マイナンバーの提示と本人確認が同時に必要な場面では、これ1枚で済む唯一のカードです。

③コンビニ交付を利用できるカードとして
コンビニなどで住民票、印鑑登録証明書などの公的な証明書を取得できます。

コンビニ交付を利用する場合には、あらかじめ、マイナンバーカードに電子証明書（※）を搭載しておく必要があります。

（※）電子証明書とは、信頼できる第三者（認証局）が間違いなく本人であることを電子的に証明するもので、外部から読み取られるおそれのないマイナンバーカードのICチップ部分に記録することで利用が可能となります。

なお、電子証明書には、署名用の電子証明書

と利用者証明用の電子証明書の2種類あります。コンビニ交付を利用するには、利用者証明用の電子証明書の搭載が必要です。

④各種行政手続きのオンライン申請
マイナポータルへのログインをはじめ、各種の行政手続きのオンライン申請に利用できます。

○How My Number card works

The following things are available with My Number card.

1. As a document certifying individual number

Can be used as a document certifying individual number (My Number), in various scenes that you need to present individual number.

2. As an official ID

The only card which could certify your individual number and ID at once.

3. As a card to issue certificates at convenience store, etc.

Official certification, such as resident register and seal registration proof, can be issued at convenience store, etc.

If a card will be used to issue certificates at convenience store, it needs to be mounted with digital certificate* in advance.

*Digital certificate enables authoritative third party (certificate authority) to certify the identity electronically correctly. If digital certificate is equipped with an IC chip on My Number card, the card will be available without a risk of being read from outside. Besides, there are two kinds of digital certificates: for signature and for certifying user. To use the card to issue certificates at convenience store, digital certificates for certifying user needs to be mounted.

4. For online application of various administrative procedures

Can be used for online application of various administrative procedures including personal portal site, called 'Mynaportal'.



○マイナンバーの取扱いの注意点

- ・法律に規定があるものを除き、マイナンバーの利用・収集は禁止しています。むやみにマイナンバーを提示しないでください。
- ・他人のマイナンバーを不正に入手したり、正当な理由なく提供したりすると、処罰されることがあります。

○コールセンターのご案内（無料）

英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語対応

- ①マイナンバー制度に関すること
(0120-0178-26)
- ②(マイナンバー)通知カード、個人番号カードに関すること(0120-0178-27)

○マイナンバーに関する情報提供について

インターネットによる外国語での情報提供を行っています。

- ① 内閣官房 HP
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>
- ② 地方公共団体情報システム機構 (J-LIS) HP
<https://www.kojinbango-card.go.jp/>

○Cautions of handling with “My Number”

- ・ No one is allowed to use or collect Individual Numbers unless permitted by law. Do not carelessly show your Individual Number to others.
- ・ Any person who illegitimately obtains others' Individual Numbers and any authorized person that handles others' Individual Numbers who provides a third party with a file containing Individual Numbers and other sensitive personal information in an illegitimate manner will be subject to punishment.

○Call center information (Free)

English, Chinese, Korean Spanish, and Portuguese available

- ① Regarding the Social Security and Tax Number System (called My Number system) (0120-0178-26)
- ② Regarding Notification Card (of Individual number) or Individual Number Card (called My Number card) (0120-0178-27)

○Information service on Individual number (called My Number)

Information service in foreign language is available on the Internet.

- ① Cabinet Secretariat HP
<http://www.cas.go.jp/jp/seisaku/bangoseido/>
- ② Japan Agency for Local Authority Information Systems HP
<https://www.kojinbango-card.go.jp/>



戸籍届出

戸籍とは、人の出生から死亡するまでの身分関係を記録し、公証する公簿です。身分関係とは、夫婦とか親子の関係を言います。外国籍の方は戸籍を作ることはできませんが、日本で出生や死亡、などの際には届け出が必要です。結婚や離婚などの際にも場合により届出が必要です。同時に、自国にも報告してください。手続き方法は、自国の大使館又は領事館へお問い合わせください。

○出生届

子どもが生まれた日から14日以内に出生届を市民課・各支所に届け出てください。子どもの住民票が作成されます。

出生時に父又は母が日本国籍を有している場合は日本国籍を取得します。子どもが外国籍の場合、出生から60日までの間は、在留の資格を有することなく在留することができます。60日を越えて日本に在留する場合は、出生から30日以内に地方入国管理官署で在留資格の取得を申請する必要があります。その際住民票を持参すると、交付される在留カードに住所が記載されるので、再度市役所に来る必要がなくなります。出生から手続きをせずに60日を経過すると、住民票が消除される場合がありますのでご注意ください。

Notification of Family Register (Koseki)

Family register is an authenticated document in which family relationships (for example, a couple, parent, child, etc.) all through life are recorded. Although foreign residents cannot have an official family register, they must notify child birth, death, etc. that occur in their family to the City Office. According to circumstances, marriage and divorce also need to be notified.

Please notify this information at the same time to your home country. Contact your country's embassy or consulate for inquiries on the proper notification procedures.

○Notification of child birth (Shussho todoke)

Please register child birth within 14 days at the Civil Division or other branch offices. Once child birth is registered, resident record will be created.

If the child's mother or father is a Japanese citizen at the time of the child's birth, the child will acquire Japanese nationality. If the child has foreign nationality, he or she is allowed to stay in Japan for up to 60 days without resident status. If the child will be in Japan longer than 60 days, it will be necessary to acquire residence status at your regional Immigration Bureau within 30 days of birth. If you bring child's residence certificate at that time, child's address will be added in the resident card that will be issued, and you do not have to come to City Office again. Please make sure to go through the procedures within 60 days of the child birth, otherwise, child's resident record may be erased.



○死亡届

亡くなったことを知った日から7日以内に死亡届を市民課・各支所に届出してください。なお、死亡した人の国民健康被保険者証、印鑑登録証（カード）を返却してください。

○婚姻届

結婚する場合には、次の書類などが必要です。

- ①婚姻要件具備証明書（本国官憲及び日本にある自国の大使館などが発行するもの）
- ②国籍証明書（パスポート等）
- ③出生登録証明書

④訳文（①②③の書類が日本語以外で作成されている場合）

⑤届出書1通（成年2名の証人の署名、押印が必要です。）

⑥印鑑（外国籍の方で、お持ちでない方は、サインのみでも可）。

なお、国によって書類が異なりますので、市民課に問い合わせてください。

⇒ 市民課（電話：0436-23-9803）

その他の届出については、市役所市民課に問い合わせてください。

電話：0436-23-9803

○Notification of death (Shibo todoke)

Please give notice of death at the Civil Division (Shimin-ka) or branch offices within seven days after knowing of death. Please also return National Health Insurance (Kokumin Kenko Hoken) card and Seal registration proof of the deceased to the Civil Division (Shimin-ka).

○Notification of marriage (Kon-in todoke)

Following documents are necessary to report a marriage.

- ① certificate of legal capacity to contract marriage (kon-in yoken gubi shomeisho) (issued by an authority in one's home country or by one's country's embassy in Japan)
- ② certificate of nationality (passport, etc.)
- ③ birth certificate

④Above documents (①,②, and ③) translated into Japanese (if they are not written in Japanese.)

⑤ Fixed form of marriage certification (with the names and seals of two adult witnesses)

⑥ seal (signature is accepted for foreign nationals who do not have a seal)

This list may differ according to nationality, so please make inquiries at the Civil Division.

⇒ Civil Division (Shimin-ka)

Tel: 0436-23-9803

Please make inquiries about other notifications at the Civil Division (Shimin-ka) in the City Office.

Tel: 0436-23-9803



印鑑登録

○印鑑

日本では、サインと同じように印鑑が用いられます。印鑑は実印と認印の2種類に分けられます。

実印：自動車の登録、不動産の登記、金銭貸借の保証や公正証書の作成の場合など、重要な取引に使われます。その際、登録された印鑑(実印)と印鑑登録証明書が必要となります。

認印：実印以外の印鑑で、簡単な契約書や銀行預金などに用いられます。

○印鑑登録の申請

登録できる印鑑は1人1個で、住民票に登録されている氏名又は、氏及び名の一部を組み合わせただけのものに限ります。通称名を登録している場合は通称名での登録もできます。登録出来る印鑑には色々な制約がありますので、実印を作製する前に、市役所市民課で確認してください。登録にあたっては、必ず本人が、在留カードや運転免許証等を持参して市役所市民課又は各支所で申請してください。

印鑑が登録されると、印鑑登録証(カード)が交付されます。

○印鑑登録証明書

印鑑登録証(カード)を持参して請求してください。印鑑を持ってくる必要はありません。代理人が申請する場合は、登録者本人の住所・氏名・生年月日を明らかにすることが必要です。印鑑登録証明書を請求できる場所は、市役所市民課、各支所です。利用者用電子証明書が記録されたマイナンバーカードをお持ちの方は、コンビニなどでも取得することが出来ます。

⇒ 市民課(電話：0436-23-9803)

Personal Seal Registration (Inkan Toroku)

○Seal (Inkan)

In Japan, a personal seal is used in place of a signature. There are registered seals (jitsuin) and private seals (mitomein).

Registered seal: used for important transactions such as registering one's car, registering real estate, guaranteeing a financial loan and creating official documents. For these occasions, a registered seal and seal registration certificate are required.

Private seal: used for all other transactions, such as simple contracts and bank accounts.

○Application to register a seal (Inkan toroku)

One seal can be registered per person, and is restricted to the full name registered on the Certificate of Residence, or some combination of the family name and given name. If you have a registered alias, you can also register a seal using your alias. There are many rules concerning the design of registered seals, so check with the officials at the Citizens' Division (Shimin-ka) of the City Office before having the seal made. To register, the person concerned must take his or her Resident Card, driver's license, or other form of ID and apply at the City Office's Citizens' Division or branch offices. Once your seal is registered, you will be issued a Seal Registration Card.

○Seal Registration Certificate (Inkan toroku shomeisho)

To apply for a Seal Registration Certificate, bring your Seal Registration Card to the Citizens' Division or a branch office. You do not need to bring your seal. In case of an application by someone else on your behalf, he or she must have the name, address and date of birth of the person seeking the certificate. Applications for Seal Registration Certificate can be made at the Citizens' Division (Shimin-ka) in the City Hall and branch offices. Those who have individual number card, called My Number Card, that was registered user's electric certificate can obtain the certificate at convenience stores.

⇒ Citizens' Division (Shimin-ka) Tel: 0436-23-9803



国民健康保険

○国民健康保険制度

市原市に住んでいる人は、下記に該当する場合を除き、国保に加入しなければなりません。

- ① 職場の健康保険(社会保険)等に入っている人とその被扶養者
- ② 後期高齢者医療制度に加入している人
- ③ 生活保護を受けている人
- ④ 在留資格が「外交」の人、医療目的、観光・保養等で発給された「特定活動」に該当する人
- ⑤ 日本国籍がなく、3か月以下の在留期間の人

○国保の届け出

国保に加入するとき・脱退するときは14日以内に市役所国民健康保険課で手続きをしなければなりません。また、同様に、名前や住所等に変更があった際も速やかに届け出なければなりません。保険料は国保加入月から計算されます。

○被保険者証

国民健康保険に加入した人には、「被保険者証」を交付します。「被保険者証」はカード式で、加入者1人につき1枚交付されます。

保険料を支払っていないと、被保険者証の有効期間が短くなります。また、一定期間を超える未納があると療養の給付が受けられなくなることがあります。

National Health Insurance (Kokumin Kenko Hoken)

○National Health Insurance program

All residents of Ichihara City must participate in the National Health Insurance program (Kokumin Kenko Hoken) with the exception of the following:

- ① People covered by their employers' health insurance program (social insurance), etc. and their dependents
- ② People enrolled in the Medical Care Insurance for Older Senior Citizens
- ③ People receiving public assistance
- ④ People whose resident status is 'diplomat' or 'designated activities' issued for medical purposes, sightseeing, recreation, etc.
- ⑤ People who does not have Japanese nationality and whose period of stay is 3 months or shorter.

○National Health Insurance reports

When you join or withdraw from the National Health Insurance program, you must apply with the National Health Insurance Division (Kokumin Kenko Hoken-ka) in the City Office within 14 days of becoming eligible or ineligible for the program. You must also immediately report any change to your name, address, etc. Your premium will be calculated beginning with the month in which you joined the program.

○Insurance Card

Those participating in the National Health Insurance program will be issued an Insurance Card. The Insurance Card is in the shape of a card, and one card is issued per person.

If the insurance premiums are not paid, the valid period of the Insurance Card is shortened.

Furthermore, if you are delinquent in paying the insurance premium for more than a certain period of time, you may not be able to receive medical treatment benefits.



○脱退

下記に該当する場合は、14日以内に脱退手続きを行い、市役所国民健康保険課に被保険者証を返さなければなりません。

なお、75歳になったことなどにより、後期高齢者医療制度に加入する場合は、脱退の手続きは不要です。

- ①職場の健康保険に加入した時
- ②職場の健康保険の被扶養者になった時
- ③後期高齢者医療制度に加入した時
- ④他の市町村へ転出する時
- ⑤出国する時
- ⑥死亡した時
- ⑦生活保護を受けた時

※市原市から転出する時は、新住所の市役所で転入手続きをすると、市原市の国民健康保険の資格を喪失します。

※再入国許可をとらずに出国した場合は、市原市の国民健康保険の資格を喪失しますが、再入国許可をとり出国した場合は、市原市の国民健康保険が継続されます。

○保険料

保険料は医療費を支払うために、なくてはならない大切な財源です。納期内に納めるようにしましょう。

保険料は次の計算の合計により決まります。

- ・所得割額(各世帯の前年の所得に応じて計算)
- ・均等割額(各世帯の加入者数に応じて計算)
- ・平等割額(世帯に対して計算)

納期限までに保険料を納められないときは、早めに債権管理課(電話:0436-23-9852)で納付相談をしてください。放置すると、督促状や催告書が届くほか、法律等に基づいて、延滞金がかかったり、財産の差押を受けることがあります。

○Withdrawal

If the following conditions apply, you must follow the procedure to withdraw within 14 days and turn in your Insurance Card at the National Health Insurance Division (Kokumin Kenko Hoken-ka) in the City Office.

However, depending on factors such as whether you have reached the age of 75, if you have enrolled in Medical Care Insurance for Older Senior Citizens, you do not have to complete the withdrawal procedure.

- ①when you join your employer's health insurance program
- ②when you become a dependent of someone covered by their employer's health insurance program
- ③when you enroll in the Medical Care Insurance for Older Senior Citizens
- ④when you move to another city, town or village
- ⑤when you leave Japan
- ⑥death
- ⑦when you begin to receive public assistance

* When you move out of Ichihara and report your change of address to the City Office that serves your new address, you automatically lose your eligibility for National Health Insurance in Ichihara.

* If you leave Japan without obtaining a re-entry permit, you will lose your eligibility for National Health Insurance in Ichihara, but if you obtain a re-entry permit before leaving Japan, your eligibility will be maintained.

○Insurance premiums

The insurance premiums are an important source of revenue that is used to help cover medical fees.

Please pay the premiums on time.

Insurance premiums are the sum of the following premiums:

- ・ Income-based premium (based on household income for the previous year)
- ・ Parity-based premium (based on number of members in the household)
- ・ Equivalence-based premium (calculated by household)

When you cannot pay the insurance fee by the due date, consult Credit Management Division (Saiken Kanri-ka) as early as possible at 0436-23-9852. If you leave it, you would not only receive demand note but also be charged for delay and be seized your possessions by law.



○療養の給付

国保で治療を受けた場合は、医療費の3割（一部2割）を支払うだけで、残りは国保（保険者）が負担します。

○療養費の支給

次のような場合で費用の全額を支払ったとき、保険適用分から自己負担額を除いた額を支給します。

- ・ 急病やケガなどでやむをえず被保険者証をもたずに治療を受けた場合
- ・ 医師が治療上、コルセットなど補装具が必要と認めた場合
- ・ 医師が治療上、はり・きゅう・マッサージが必要と認めた場合
- ・ 海外渡航中に急病やケガなどでやむをえず海外の治療を受けた場合
- ・ 骨折、ねんざなどで柔道整復師の施術を受けた場合など

○その他の給付

- ・ 医療費の自己負担額が高額になった場合、限度額を超えた分が支給されます。
- ・ 被保険者が出産したとき 40 万 4 千円が支給されます。産科医療補償制度に加入している分娩機関で在胎週数 22 週に達した日以降に出産した場合は、1 万 6 千円（計 42 万円）が加算されます。
- ・ 被保険者が死亡し、葬祭を行ったとき葬祭費 5 万円が支給されます。

⇒ 国民健康保険課

（電話：0436-23-9804）

○Medical benefits

When you receive medical treatment under the National Health Insurance program, you pay 30 percent of the medical fee (or 20 percent depending on age group), and insurers of National Health Insurance covers the rest.

○Payment of medical fees (Ryoyo-hi)

If you pay the entire cost for treatment in any of the following conditions, you will receive the payment of medical fees excluding out-of-pocket costs from the cost covered by insurance

- In case you do not have your insurance card when receiving medical treatment due to an emergency illness or injury.
- In case a doctor prescribes the use of a corset, sling, etc.
- In case a doctor finds you require acupuncture, moxa treatment or massage.
- In case you necessarily receive medical treatment due to sudden illness, injury, etc., while traveling overseas.
- In case you receive medical treatment from a judo specialist for broken bones or sprained joints.

○Other benefits

- In case the out-of-pocket medical cost become expensive, a cost exceeding the maximum amount will be paid.
- In case an insured person give birth, 404,000 yen will be paid. If the person give birth on and after 22 weeks of pregnancy at delivery institutions joining the obstetric medical-compensation system, 16,000 yen will be additionally paid. (420,000 yen in total)
- In case an insured person passed away and a funeral was held, 50,000 yen for funeral expenses will be paid.

⇒ National Health Insurance Division (Kokumin Kenko Hoken-ka)

Tel: 0436-23-9804



後期高齢者医療制度

市原市内に住所を有する 75 歳以上の人や、65 歳から 74 歳で一定の障がいがあり認定を受けた人は、後期高齢者医療制度に加入します。ただし、下記①または②に該当する場合を除きます。

- ①生活保護を受けている人
- ②日本国籍がなく、下記に該当する人
 - ・住民票がない人（3 か月以下の在留期間の人等）
 - ・医療を受けること等を目的に滞在する人
 - ・1 年を超えない期間滞在し、観光、保養、その他に類似する活動を行う人

○加入手続き

75歳に到達した方は手続きの必要はありません。

65歳から74歳で一定の障がいがあり制度加入を希望される人は障害者手帳を持参のうえ加入の申請をしてください。

○被保険者証の交付

75歳の誕生月の前月末までに1人に1枚『後期高齢者医療被保険者証』を郵送します。

65歳から74歳で一定の障がいがある方は認定後『後期高齢者医療被保険者証』を郵送します。

Medical Care Insurance for Older Senior Citizens

People who lives in Ichihara and are 75 years of age or older, and those who are in the age between 65 and 74 with certain disabilities will join the Medical Care Insurance for Older Senior Citizens.

- However, cases falling under the following conditions ① or ② shall be excluded.

- ①People receiving public assistance
- ②Those without Japanese citizenship who meet the following conditions:
 - Those without a Certificate of Residence (people staying for fewer than 3 months, etc.)
 - Those visiting for the purpose of receiving medical treatment.
 - Those staying in Japan for one year or less, doing sightseeing, recreation, and other similar activities.

○Enrollment application procedure

People who have reached 75 years of age do not need to complete any application procedures.

If you are in the age between 65 and 74 with certain level of disabilities and who wants to join, bring the Handbook for Physically Disabled and apply for the enrollment.

○Issuance of Insurance Card

Insurance Card for Medical Care Insurance for Older Senior Citizens will be issued one per a person and sent by mail by the end of month before reaching 75 years of age.

After the approval, people with disability in the age between 65 and 74, Insurance Card for Medical Care Insurance for Older Senior Citizens will be sent by mail.



○保険料

保険料は、被保険者一人ひとりに対して算定し、納めていただきます。

保険料は被保険者が定額を負担する「均等割」と被保険者の所得に応じて負担する「所得割」の合計となります。

納期限までに保険料を納められないときは、早めに高齢者医療係（電話：0436-23-9886）で納付相談を行ってください。放置すると、督促状や催告書が届くほか、法律等に基づいて、延滞金がかかったり、財産の差押を受けることがあります。

○給付

- ・後期高齢者医療制度で治療を受けた場合は、医療費の1割または3割を支払うだけで残りは千葉県後期高齢者医療広域連合（保険者）が負担します。
- ・被保険者が死亡し、葬祭を行ったとき、葬祭費5万円が支給されます。

○加入資格の喪失

次の事由に該当する場合は資格喪失となるため、国民健康保険課に後期高齢者医療被保険者証を返却してください。

- ①他の市町村へ転出する時
- ②出国する時
- ③死亡した時
- ④生活保護を受けた時
- ⑤65歳から74歳の方で障がい認定の取り消しが認められた時

⇒ 国民健康保険課
（電話：0436-23-9886）

○Insurance premiums

The insurance premiums will be paid according to the amount which is calculated differently for each insured person. The amount will be the total of fixed “per capita levy” and “income levy” decided on income of each insured person.

When you cannot pay the insurance fee by the due date, consult an officer in charge of medical care for senior citizens (Koureisha Iryou-gakari) as early as possible at 0436-23-9886. If you leave it, you would not only receive demand note but also be charged for delay and be seized your possessions by law.

○Benefits

- ・When you receive a medical treatment using the Medical Care Insurance for Older Senior Citizens, you pay 10 or 30 percent of the medical fees and Chiba prefecture wide area union for the medical care system for the elderly (insurers) cover the rest.
- ・If an insured person dies, 50,000 yen is provided for funeral services.

○Loss of enrollment credibility

If you apply to any of the following, the credibility to hold the Insurance Card will be lost. Please return the Insurance Card for Medical Care Insurance for Older Senior Citizens to the National Health Insurance Division (Kokumin Kenko Hoken-ka).

- ①when you move to another city, town or village
- ②when you leave Japan
- ③death
- ④when you begin to receive public assistance
- ⑤when you are in the age between 65 and 74 who has their disability recognition (Shogai-Nintei) cancelled.

⇒ National Health Insurance Division (Kokumin Kenko Hoken-ka)
Tel: 0436-23-9886



介護保険・生活保護

○介護保険制度

介護保険制度とは、高齢者の介護を社会全体で支える保険で、市原市に住んでいる人は、下記に該当する場合は介護保険制度に加入しなければなりません。

- ①65歳以上で外国籍の場合は、日本に3カ月以上住む予定の方。
- ②40歳以上65歳未満の医療保険加入者。

○サービスを利用できる方

- ①65歳以上の方で、寝たきりや認知症などで介護が必要となった方。
- ②40歳以上65歳未満の方で16の特定疾病により介護が必要となった方。

○介護サービスの利用の仕方

介護サービスを利用するには、介護が必要な状態であると認定を受ける必要があります。介護保険証または健康保険証（40歳から65歳未満の方）を持って高齢者支援課の窓口で申請をしてください。

○給付

サービスを利用したときには費用の1割～3割（一定以上所得者は2割、特に所得の高い方は3割）を自己負担します。

○被保険者証

- ①65歳以上の方
満65歳を迎える前月末に交付されます。（1日が誕生日の場合は前々月末）
- ②40歳以上65歳未満の方
要支援・要介護の認定を受けた人や交付を希望する人に交付されます。

Nursing-care insurance / Public assistance

○Nursing-care insurance system

Nursing-care insurance system is an insurance system that whole society supports nursing-care for elderly people. Those who live in Ichihara City and meet the followings must join nursing-care insurance system.

1. Foreign nationals who are 65 years old or elder and live in Japan for three months or longer.
2. Medical insurance subscribers who are between 40 and 65 years old.

○Who can use a service?

1. People who are 65 years old or elder and need care because of being bedridden, dementia, etc.
2. Those who are between 40 and 65 years old and need care because of 16 specified diseases.

○How to apply for nursing-care service

When you apply for nursing-care service, you must be certified that you need nursing-care in advance. Bring nursing-care insurance card or health insurance card (if you are between 40 and 65 years old) to the window of Support for Senior Citizens Division and apply.

○Benefit

When you use a service, 10% to 30% of the fee must be paid (Person with an income above a certain salary level must pay 20% of the fee, and special high-income person must pay 30% of the fee.)

○Insurance card

1. People who are 65 years old or elder
Insurance card will be issued at the end of the previous month of reaching people's 65th birthday. (If birthday is on 1st, it will be issued at the end of the month before the previous month.)
2. People between 40 and 65 years old
People certified the need of support and/or nursing-care and people wishing to have the card will be issued.



○保険料

①65 歳以上の方

- ・3年ごとに各市町村が定める基準額をもとに、所得段階別の保険料が決定されます。

②40 歳以上 65 歳未満の方

- ・保険料は別途定められ、医療保険（国民健康保険等）の保険料の一部として徴収されます。保険料の額等は医療保険により異なります。

⇒ 高齢者支援課

（電話：0436-23-9873）

○生活保護

病気やけが、高齢、ひとり親家庭になってしまったなどの理由で収入が減ったりなくなったりして生活に困っている方へ、生活保護法に基づき、生活の安定と自立に向けた援助を行っていく制度です。

生活保護を受けるためには、まず各自がその持てる能力に応じて、最善の努力をすることが必要です。働ける方は、能力に応じて働いていただくこと、資産の活用、扶養義務者からの援助、他の法律や制度を活用するなどしてもなお最低生活ができないときにはじめて保護が行われます。

生活に困窮する外国人（在留資格があり、有効な在留期間を有する者）に対しては、要件を満たせば、日本国民に準じて必要な保護を行うことになっています。

⇒ 生活福祉第1課

（電話：0436-23-9865）

○Insurance fee

1. People who are 65 years old or elder

- ・ Insurance fee by the level of income will be determined based on the base amount set by each municipal government every 3 years.

2. People between 40 and 65 years old

- ・ Insurance fee will be determined separately, and people will be charged the insurance fee as a part of the medical insurance fee (such as national health insurance). Amount of insurance fee depends on a kind of medical insurance.

For more information, call 0436-23-9873 Support for Senior Citizens Division

○Public assistance

This is the system to support people, who have trouble in making a living because of illness, injury, age, single-parent family, etc., for their financial security and independence based on Public Assistance Act.

To receive public assistance, it requires each person to make his/her best efforts in accordance with ability they have. People who can work must work in accordance with their ability. People must utilize assets. People must receive support from person under duty to support. People must use other legislative act and system. Only if people cannot live even a minimum standard of living, although they tried all the above, they can receive assistance. Foreign residents who have valid resident status and cannot make a living will receive needed assistance according to Japanese national, if they meet all requirements.

For more information, call 0436-23-9865 Welfare Division
1



国民年金

国民年金は、加入者が納める保険料と国の負担で病気や事故で障がいが残ったり、高齢になったりしたときに、皆で助け合い、生活に不安がないように支えあう制度です。

日本に住んでいる20歳から60歳未満のすべての人が加入しなければなりません。

○年金の種類

次のような年金支給が行われます。

- ・ 老齢基礎年金：保険料納付の期間、免除された期間および合算対象期間を合わせて10年以上ある人が、65歳になったときに支給されます。
- ・ 障害基礎年金：国民年金加入中に初診のある人が病気やケガで障害になった場合、初診日の属する月の前々月までの一年間に未納がないか又は20歳から初診日の属する月の前々月までに納付した期間及び免除された期間が3分の2以上あり、国民年金法の障害等級1級又は2級に該当したとき支給されます。
- ・ 遺族基礎年金：国民年金加入中の死亡又は老齢基礎年金を受ける資格期間〔原則25年（平成29年8月からの受給資格期間の短縮に伴い10年以上25年未満にある人は対象となりません）〕を満たした人が死亡したとき、その人によって生計を維持されていた子のある妻、もしくは夫又は子に、子が18歳に到達する年度末になるまで、あるいは1級・2級の障がいのある子の場合は20歳になるまで支給されます。
- ・ 付加年金：付加保険料を納めた人に、年金が加算されて支給されます。
- ・ 寡婦年金
- ・ 死亡一時金

⇒ 国民年金室（電話：0436-23-9805）

National Pension Program (Kokumin Nenkin)

The National Pension program is set up so that the premiums paid by all members and the contributions from the national budget are used to ensure that everyone is helped if they become disabled as the result of an injury and during their senior years.

All residents of Japan between the ages of 20 and 59 must pay into the National Pension plan.

○Types of pension

The following are the types of benefits that are available;

- ・ Old-age pension: When the total number of years someone pays into the program is 10 years or over, including the years one was exempt from paying, the payer receives a pension at age 65.
- ・ Disability pension: A pension is paid to those who have become disabled by sickness or injury if they paid into the program for a 12-month period ending two months before the month they were diagnosed, or if the period during which they paid (or the period they were exempt from paying) premiums from the time of their 20th birthday until two months before the month they are diagnosed is more than two-thirds of the qualified, and they have a disability classified as Disability Class I or Disability Class II under the National Pension Law.
- ・ Survivor's pension: If a person dies while paying into the pension program or dies while receiving the old age pension (in principle, one who has paid into the program for 25 years (those who has paid for more than 10 years but less than 25 years are not applicable due to shortening of qualifying period from August, 2017)), then the spouse and children who depended on that person for their livelihood will receive the pension until the child reaches the age of 18, or the age of 20 if the child has a Class I or Class II disability.
- ・ Supplementary pension: Those who paid additional premiums receive an additional pension.
- ・ Widow's pension
- ・ Lump-sum death benefit

⇒ National Pension Office(Kokumin Nenkin-shitsu)

Tel : 0436-23-9805



○脱退一時金

6か月以上国民年金の保険料を納めた場合で、年金を受ける権利がなく、障害基礎年金その他の年金を受給したこともない外国籍市民が帰国などで被保険者の資格を喪失した時は、帰国後、請求を行えば脱退に伴う一時金が支給されます。

⇒ 年金事務所

○Lump-sum payment upon withdrawal

Foreign nationals who have paid into the National Pension program for six months or longer and who have never received a disability pension and have not fulfilled the requirements to receive a pension because they have returned to their home country can receive a lump-sum payment upon request after returning to their home country.

⇒ Pension Office (Nenkin Jimusho)



税金

○税金

所得に対し国税と地方税の2つのタイプの税金がかかります。また、タバコやお酒などにかかる税のほか物品の購入やサービスを受ける際に消費税が課税されます。

○市民税

市民税には、個人市民税と法人市民税があります。

個人市民税は1月1日現在市原市内に住んでいて、前年中に収入のあった方に課税される税金です。納税者の所得金額の多寡にかかわらず一定額が課税される均等割と、その人の所得金額に応じて負担する所得割で構成され、その合計額が課税されます。

法人市民税は、市原市内に事務所・事業所を持っている法人に課税される税金です。

資本金等の額及び従業者数に基づき課税される均等割と、その法人が納める法人税額（国税）に応じて負担する法人税割で構成され、その合計額が課税されます。

※個人：市が適正な課税を行うために、住民税の申告書を毎年3月15日までに提出してください。

なお、給与所得だけの人で勤務先から市に給与支払報告書の提出があった人および所得税の確定申告をした人は、申告をする必要はありません。

※法人：事業年度の終了後、原則として2ヶ月後が申告および納付の期限となります。

⇒ 市民税課（電話：0436-23-9811）

Taxes (Zeikin)

○Taxes

Income in Japan is subject to two types of taxes, the national tax and the local tax. In addition to taxes on tobacco products and alcohol, there is also a consumption tax on products and services.

○Municipal tax

The Municipal tax refers to either the municipal resident's tax or the municipal corporate tax.

The city resident's tax is levied on individuals living in Ichihara City as of January 1 who had an income the previous year. The amount of this tax is the sum of a per capita amount, which is uniform for all taxpayers regardless of the amount of income, and an income ratio amount, which varies according to individual's income.

The municipal corporate tax is levied on corporations that have an office or does business in Ichihara City.

The amount of this tax is the sum of a uniform amount, which is based on the amount of capital and number of employees, and a corporate tax ratio amount, which varies according to the amount of the corporate tax (national tax) paid.

* Individuals: To ensure that the city levies the proper tax amount, please submit your tax return for city tax by March 15 each year.

Those who meet one of the followings do not have to file:

- Have already filed their income tax
- Received employment income (with no other income) and their company submitted payment reports to the city.

* Businesses: As a rule, the filing of tax returns and payment must be made within two months after the end of the fiscal year.

⇒ Municipal Tax Division (Shiminzei-ka)

Tel: 0436-23-9811



○固定資産税

固定資産税は、毎年1月1日現在の固定資産（土地・家屋・償却資産）の所有者に課税されます。家屋を新築、増改築、取り壊したときは、固定資産税課にお知らせください。

⇒ 固定資産税課（電話：0436-23-9812）

○軽自動車税

軽自動車税は、毎年4月1日現在の軽四輪自動車（660cc 以下）またはオートバイの所有者に課税されます。

⇒ 納税課（電話：0436-23-9810）

※なお、4月2日以降に取得したり廃車したりしても月割課税や還付（税金を返すこと）はされません。また、軽自動車やオートバイを譲渡したり廃車したりしたとき、所有者の住所に異動があったときは、必ず変更の手続きをしてください。

○Fixed assets tax

The fixed assets tax must be paid by those who own fixed assets (land, homes, depreciable assets) as of January 1. If you build a new home, build an addition to your current home or tear down a home, please report to the Fixed Assets Tax Division.

⇒ Fixed Assets Tax Division (Koteishisanzei-ka)

Tel: 0436-23-9812

○Light vehicle tax

Light vehicle tax is levied on those who own a light four-wheeled vehicle (660 cc or less) or motorcycle as of April 1 of each year.

⇒ Tax Division (Nozei-ka) Tel: 0436-23-9810

* Taxes will not be prorated on a monthly basis or returned (refunded) even for vehicles obtained or scrapped on or after April 2. In addition, if light vehicles or motorcycles are given away or scrapped, or if the address of the owner is different, it must be officially changed.



○市税の納付

市税が課税されると、納税通知書及び納付書が送られますので、市役所（第2庁舎1階千葉銀行窓口）、支所、銀行などの金融機関、郵便局、コンビニエンスストア、または、LINEPay請求書支払いで納めてください。なお、口座振替による納付もできます。

・口座振替による納付：金融機関の口座振替や郵便局の自動払込を利用すると、毎回指定の預貯金口座から自動的に納税ができます。市内の金融機関、郵便局の窓口申込書を用意してありますのでご利用ください。

納期限までに市税を納められないときは、早めに債権管理課で納付相談をしてください。そのまま放置すると、督促状や催告書が届くほか、延滞金がかかったり、財産の差押を受けることがあります。

⇒ 納税課（電話：0436-23-9810）

⇒ 債権管理課（電話：0436-23-9852）

○出国にあたっての注意

市税の納税通知書が発送される前（固定資産税は4月上旬、市県民税は6月上旬）に出国される場合は、納税管理人を定めてください。また、納税通知書発送後に出国される場合も納税管理人を定めるか、未納分を全額納めてください。

⇒ 納税課（電話：0436-23-9810）

⇒ 市民税課（電話：0436-23-9811）

⇒ 固定資産税課（電話：0436-23-9812）

○Paying city taxes

When you are qualified to pay city tax, you will be sent a taxes-due notice and tax payment slip. Pay your taxes at the City Office (Chiba bank in the old bldg., 1st floor), branches, financial institution such as the bank, post office, convenience store, or by LINE Pay bill-paying. Tax payments can also be automatically withdrawn from an account.

・ Automatic deductions: You can arrange to have your taxes automatically withdrawn from your bank or postal financial account. Financial institutions and post offices in Ichihara have the appropriate forms that you need to fill out to apply for this service.

Please visit Credit Management Division to discuss the payment plan as early as possible when you cannot pay civil tax by the due date. If you leave it, you would not only receive demand note but also be charged for delay and be seized your possessions.

⇒ Tax Division (Nozei-ka) Tel: 0436-23-9810

⇒ Credit Management Division (Saiken Kanri-ka) Tel: 0436-23-9852

○Before leaving the country

If you leave Japan before taxes are calculated (in the first half of April for fixed assets tax or June for municipal/prefectural resident's tax), arrange for a tax agent to pay your taxes or prepay your taxes. If you plan to leave the country after taxes have been calculated, arrange for a tax agent to pay them, or pay the full amount before you leave.

⇒ Tax Division (Nozei-ka) Tel: 0436-23-9810

⇒ Municipal Tax Division (Shiminzei-ka)

Tel: 0436-23-9811

⇒ Fixed Assets Tax Division (Koteishisanzei-ka) Tel: 0436-23-9812



健康診査

○保健センター

住所：更級5-1-27

電話：0436-23-1187

○がん検診

※その年の4月1日時点の年齢で決まります。

・胃がん検診

対象者：40歳以上

内容：胃部X線撮影を行います。

対象者：50歳以上偶数歳

胃部X線撮影か胃内視鏡検査のどちらかを選択できます。

・大腸がん検診

対象者：40歳以上

内容：便潜血反応検査を行います。

・子宮がん検診（女性のみ）

対象者：20歳以上偶数歳

内容：細胞診を行います。

・乳がん検診（女性のみ）

対象者：30歳～39歳

内容：超音波検査を行います。

対象者：40歳以上偶数歳

内容：マンモグラフィ検査を行います。

対象者：41歳以上奇数歳

内容：超音波検査を行います。

Medical Check-ups

Olchihara Municipal Health Center (Hoken Center)

Location: 5-1-27 Sarashina

Tel.: 0436-23-1187

○Cancer screening

*The age is as of April 1 of the year.

・ Stomach cancer screening

Eligibility: 40 years of age or older

Details: abdominal X-ray

Eligibility: Even numbers of age after 50 years of age

Selectable from gastric X-rays or gastrofiberscopy

・ Intestinal cancer screening

Eligibility: 40 years of age or older

Details: fecal blood reaction test

・ Uterine cancer screening (Female only)

Eligibility: 20 years of age or older (age must be an even number)

Details: pap smear test

・ Breast cancer screening (Female only)

Eligibility: 30 – 39 years of age

Details: Ultrasound

Eligibility: Even numbers of age after 40 years of age

Details: Mammography screening

Eligibility: Odd numbers of age after 41 years of age

Details: Ultrasound



- ・ 肺がん・結核検診
対象者：40歳以上
内容：胸部X線撮影を実施します。
 - ・ 前立腺がん検診（男性のみ）
対象者：50～69歳、70歳以上5歳刻み年齢
内容：P S A検査を行います。
 - ・ 若年者の健康診査
対象者：20歳以上39歳まで
内容：身体計測、血圧測定、血液検査などを行います。
 - ・ 肝炎ウイルス検診
対象者：過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない40歳以上
内容：B型肝炎ウイルス検査及びC型肝炎ウイルス検査を行います。
- ※申込方法・日程・会場などについては、市の広報紙に掲載します。
- ⇒ 保健センター（電話：0436-23-1187）

○特定健康診査

- 対象者：40歳から75歳未満の市原市国民健康保険の加入者
内容：身長・体重、BMI・腹囲・血圧測定・尿検査・血液検査（糖尿病・脂質・肝機能・腎機能検査）
※受診券は対象者へ4月～5月頃に送付します。年度途中加入者は、お申し込みください。
※集団健診日程・会場、個別協力医療機関名は受診券裏面に掲載します。
※特定健診は各健康保険組合が実施します。詳細は加入保険組合にお問い合わせください。
- ⇒ 国民健康保険課
（電話：0436-23-1185）

- ・ Lung cancer screening/Tuberculosis exam
Eligibility: 40 years of age or older
Details: chest X-ray
 - ・ Prostate cancer screening (Male only)
Eligibility: Every 50 -69 years. 70 years of age or older in 5-year increments
Details: PSA screening test
 - ・ Physical examination for young people
Eligibility: Those from 20 to 39 years old
Details: Physical measurements, blood pressure measurement, blood tests, etc.
 - ・ Hepatitis virus screening
Eligibility: 40 years of age or older, who have never received hepatitis screening
Details: Screening for Hepatitis B and C
- *To make an appointment: Information on the days and locations these tests take place is available in the city newsletter.
- ⇒ Ichihara Municipal Health Center (Hoken Center)
Tel.: 0436-23-1187

○Specific Medical Checkup

- Eligibility: National Health Insurance subscribers who are 40 to 74 years of age
Details: Height, weight, BMI, abdominal girth, blood pressure, urine test, blood test (tests for diabetes, lipid level, liver and kidney function)
*The checkup coupon is sent to the target persons late in April or May. Those who subscribe National Health Insurance in the middle of the fiscal year are requested to apply for it.
*The schedules and venues for group checkup programs and the names of individual cooperating medical institutions are printed on the back of the medical checkup registration card.
*Specific medical checkup will be provided by each health insurance society. For more information, call each insuring society.
- ⇒ National Health Insurance Division
(Tel: 0436-23-1185)



○特定保健指導

対象者：市原市国民健康保険の加入者で、特定健康診査の結果動機付け支援または積極的支援と判定された方のうち【特定保健指導のご案内】が届いた方

内容：生活習慣改善のための食事や運動指導など

※申込方法・日程・会場などについては個人通知をします。

⇒国民健康保険課

(電話：0436-23-1185)

○後期高齢者健康診査

対象者：後期高齢者医療被保険者

内容：特定健康診査と同じ（腹囲を除く）

※対象者には4月下旬に受診券を送付します。年度途中加入者は、お申し込みください。

⇒国民健康保険課

(電話：0436-23-1185)

○大人のスマイル歯科健診

対象者：20歳以上

内容：口腔内診査・保健指導等

費用：500円

詳細は市広報紙・HPでご確認ください

⇒保健センター（電話：0436-23-1187）

○Specific Health Guidance

Applies to: Those who meet all the followings.

- National Health Insurance subscriber
- Be diagnosed as person needing motivation support or active support upon a result of specific medical checkup.
- Received 'guidance of specific medical checkup'

Guidance matters: Guidance on improving lifestyle habits through proper diet, exercise, etc.

*Individual notices will be provided regarding the application procedure, schedule, and venue.

⇒ National Health Insurance Division

(Tel: 0436-23-1185)

○Older Senior Citizen Health Checkup

Eligibility: Those participating in Medical Care Insurance for Older Senior Citizens

Details: The same as a Designated Health Checkup (except for abdominal girth)

*Medical checkup coupon will be sent to eligible person late in April. Those who subscribe Medical care Insurance for Older Senior Citizens in the middle of the fiscal year are requested to apply for it.

⇒ National Health Insurance Division

(Tel: 0436-23-1185)

○Dental checkup for adults

Eligibility: 20 years old or elder

Details: Oral checkup, health guidance, etc.

Fee: 500 yen

More details are available at Public Information Ichihara (Koho Ichihara) and Ichihara City website.

⇒ Ichihara Municipal Health Center (Hoken Center)

Tel.: 0436-23-1187



誕生・児童

○妊娠届

妊娠したら、子育てネウボラセンターに妊娠届を出して「母子健康手帳」の交付を受けましょう。この手帳は妊産婦や乳幼児の健康診査や予防接種を受ける際に、必要になります。

⇒子育てネウボラセンター（電話：0436-23-1215）

○妊婦一般健康診査

母子健康手帳別冊の中の「妊婦健康診査受診票」を使えば、県内の委託医療機関で、妊娠中、妊娠8週、12週、16週、20週、24週、26週、28週、30週、32週、34週、36週、37週、38週、39週の14回公費で健診が受けられます。

⇒子育てネウボラセンター（電話：23-1215）

○産婦健康診査

母子健康手帳別冊Ⅱ（緑色）の中の「産婦健康診査受診票」を使えば、県内の委託医療機関で、出産後概ね2週間、出産後概ね1か月、の二回、公費で健診が受けられます。

⇒子育てネウボラセンター（電話：0436-23-1215）

○乳児一般健康診査

母子健康手帳別冊の中の「乳児健康診査受診票」を使えば、県内の委託医療機関で、3～6か月児、9～11か月児に1回ずつ公費で健診が受けられます（期間内に受診できるように医療機関へ予約してください）。

⇒子育てネウボラセンター（電話：0436-23-1215）

Having and Raising Children

○Pregnancy report form

When you are pregnant, you need to file a pregnancy report at Childrearing Neuvora (Advice) Center (in Health Center (Hoken Center)). You will be given a copy of the *Maternal and Child Health Handbook (Boshi Kenko Techo)*, which entitles you to maternity and post-partum medical check-ups, and check-ups and immunizations for the baby.

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center
Tel: 0436-23-1215

○Maternity general check-ups

By using the “Maternity Health Check-up Card” in the separate volume of *Maternal and Child Health Handbook*, expecting mothers can receive 14 medical checkups at public expense (at weeks 8, 12, 16, 20, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 37, 38, and 39 of pregnancy) at designated medical facilities in Chiba Prefecture.

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center
Tel.: 23-1215

○Medical checkup for parturient women

Medical checkup is available for twice, about two weeks after and one month after delivery, at public expense, by using “medical checkup form” in the separate volume II (green color) of *Maternal and Child Health Handbook*

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center
Tel.: 23-1215

○Infant general check-ups

By using the “Infant Health Check-up Card” in the supplement of *Maternal and Child Health Handbook*, babies can receive two checkups at public expense, once between 3 to 6 months of age and again between 9 to 11 months of age, at designated medical facilities in Chiba Prefecture (appointments should be made so that babies can receive a checkup within the specified period).

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center
Tel.: 23-1215



○マタニティスマイル歯科健診

妊婦を対象に歯科健診を行っています。市内の協力医療機関において、500 円で受けられます。

詳細は「広報いちはら」、市 HP で。

⇒子育てネウボラセンター

(電話:0436-23-1215)

○Smile check-ups for Expectant Mothers

Dental check-up

Dental check-ups for pregnant women are held. Dental check-up is available at relevant medical organizations for 500 yen.

Details can be found in the Public Information Ichihara or City website.

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center Tel.: 23-1215

○幼児の健康診査

1歳6か月児、3歳児を対象に健康診査を行っています。

⇒子育てネウボラセンター

(電話:0436-23-1215)

○Infant medical check-up

Babies can receive free medical exams when they are 18 months old and 3 years old.

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center Tel.: 23-1215

○あかちゃんからの食育講座

生後3~4か月児を対象に行っています。

⇒子育てネウボラセンター

(電話:0436-23-1215)

○Classes on the dietary needs of babies

For parents with babies 3 to 4 months old.

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center Tel.: 23-1215

○2 歳児親子のスマイル歯科健診

2 歳児と親が対象の歯科健診(児はフッ化物歯面塗布を含む)市内の協力医療機関に直接予約する。費用は親子で 500 円。

詳細は「広報いちはら」、市 HP で。

⇒子育てネウボラセンター

(電話:0436-23-1215)

○Dental check-up for two years old children and their parents

Two years old children and their parents can receive dental check-up for 500 yen for both (Topical application of fluoride will be provided for children). Make a reservation directly at designated medical organizations in the city.

See Public Information Ichihara or City website for more details

⇒ Childrearing Neuvora (Advice) Center Tel.: 23-1215

○予防接種

乳幼児・児童・生徒を対象とした以下のような予防接種を実施しています。ヒブ、小児用肺炎球菌、B型肝炎、ロタウイルス、DPT-IPV(四種混合)、BCG、MR(麻しん、風しん)、水痘、日本脳炎、DT(二種混合)、ヒトパピローマウイルス

⇒ 保健センター

(電話:0436-23-1187)

○Immunizations

The following immunizations are for infants, children and students.

Hib, pediatric pneumococcus, hepatitis B, rotavirus, combination vaccinations for diphtheria, pertussis, tetanus, and polio (DPT-IPV), BCG, combination vaccinations for measles and rubella, chicken pox, Japanese encephalitis, combination vaccinations for diphtheria and tetanus (DT), and human papillomavirus infection.

⇒ Ichihara Municipal Health Center (Hoken Center)

Tel.: 0436-23-1187



○子ども医療費助成制度

保険診療による、0歳から中学校3年生までの子どもの入院や通院（調剤）が対象です。ただし、0歳児を除き一部自己負担があります。助成を受けるためには助成申請の手続きが必要になります。

⇒ 子ども福祉課

（電話：0436-23-9802）

○児童手当等

・ 児童手当：出生から中学校修了前（15歳到達後最初の3月31日まで）の児童を養育している人に手当を支給します。支給を受けるためには請求の手続きが必要になります。ご自身が市外もしくは海外からの転入はもちろんのこと、児童が生まれた、市外もしくは海外から転入してきた等の場合には、出生日もしくは転入日の翌日から数えて15日以内に請求の手続きを行ってください。それ以外の場合には、請求をした日の属する月の翌月分から支給されます。

なお、児童手当は、市外へ転出した時などの支給すべき事由が消滅した日の属する月で終了します。市原市から転出した際は、引越先の市町村で児童手当の申請を必ず行ってください。

制度の内容は法律改正により変更になっている場合があります。

⇒ 子ども福祉課（電話：0436-23-9802）

・ 児童扶養手当：父親または母親がいない、あるいは父親または母親が重度の心身障害者の家庭で、18歳に達する日以後の3月31日までの児童、または20歳未満の心身障害児（施設入所者は除く）を養育している方で、前年の所得が一定額以内の場合支給します。

⇒ 子ども福祉課（電話：0436-23-9802）

○Subsidy system for children's medical expenses

Hospitalization (prescription) for newborn infants and children up to the third grade in junior high school is covered by insurance. However, insurance only covers the full amount for infants under 1 year old. An application must be filled out to receive this subsidy.

⇒ Child Welfare Division (Kodomo Fukushi-ka)

Tel.: 0436-23-9802

○Child allowances

・ Child allowance (Jido teate): An allowance is paid to those raising children from the child's date of birth through the completion of junior high school (until March 31 after reaching the age of 15). An application must be filled out to receive this allowance. If you have moved here from outside the city or country, or if your child was born or moved here from outside the city or country, please complete the application within 15 days of birth or within 15 days of the day after moving in. For other cases, payments will begin for the month after the application has been made.

Child allowance payments will cease in the month when the reason for payments ceases, such as moving outside the city. When moving out of Ichihara city, be sure to apply for the child allowance in the city or town to which you are moving.

This system is subject to change with amendments to the law.

⇒ Child Welfare Division (Kodomo Fukushi-ka)

Tel.: 0436-23-9802

・ Child support allowance (Jido fuyou teate): In households without a mother or father, or where the mother or father is seriously physically or mentally challenged, a child support allowance is paid for children up to the March 31 following the child's 18th birthday, or until the 20th birthday of a physically or mentally challenged child (unless institutionalized), as long as the income of the person raising the child is under a set amount.

⇒ Child Welfare Division (Kodomo Fukushi-ka)

Tel.: 0436-23-9802



・ 遺児手当：父親か母親が死亡または一定の障害状態となっている家庭の義務教育終了前の児童を監護する人で、前年の所得が一定額以内の場合支給します。

⇒ 子ども福祉課（電話：0436-23-9802）

○保育所(園)・認定こども園

保護者が仕事や病気などで、日中家庭で乳幼児の保育をすることができないときに、保護者の代わりにその乳幼児を保育するための施設です。市原市内には4の公立保育所と16の私立保育園、6の公立認定こども園、5の私立認定こども園、1の公立地域型保育事業所、24の私立地域型保育事業所があります。

⇒ 保育課（電話：0436-23-9829）

○学童保育

学童保育は、保護者が仕事や病気などで放課後や夏休みなどに家庭にいない児童をお預かりする事業です。対象は小学1年生から6年生までです。現在、市内の40か所の小学校で開設しています。

⇒ 保育課（電話：0436-23-9829）

○児童館

菊間コミュニティ保健福祉センター、アネッサ（姉崎保健福祉センター）、サンハート（三和保健福祉センター）及び、なのはな館（南部保健福祉センター）内にあり、子どもの健全な成長をサポートしています。

⇒ 子ども福祉課（電話：0436-23-9802）

・ Orphan allowance (Iji teate): An allowance paid to the guardian of a child who has not yet completed compulsory education, and whose father or mother has died or has been disabled to a certain degree, if the guardian's income for the previous year is under a certain amount.

⇒ Child Welfare Division (Kodomo Fukushi-ka)

Tel.: 0436-23-9802

○Nursery schools / Centers for early childhood education and care

Nursery school is an institution to foster infants in place of their parents or guardian, if the parents or guardian cannot take care of a child during the day due to work or illness. Ichihara has four public nursery schools, 15 private nursery schools, seven public centers for early childhood education and care, four private centers for early childhood education and care, one public regional childcare service, and 24 private regional childcare facilities.

⇒ Nursery Division (Hoiku-ka) Tel.: 0436-23-9829

○After-school childcare

After-school childcare is available for children whose parents are not able to look after them at home after school or during summer vacation due to work or illness. Children from the 1st through 6th grades of elementary school are eligible to take part in this program. The program is currently being offered at elementary schools in 40 locations throughout the city.

⇒ Nursery Division (Hoiku-ka) Tel.: 0436-23-9829

○Play centers (Jido-kan)

There are play centers in Kikuma Community Health Welfare Center, Anessa (Anesaki Health/ Welfare Center, Sun Heart (Sanwa Health/Welfare Center) and Nanohana kan(Southern Health/Welfare Center)to help children develop.

⇒ Child Welfare Division (Kodomo Fukushi-ka)

Tel.: 0436-23-9802



雇用・労働

○外国人雇用サービスコーナー

ハローワークでは、日本で就労可能な在留資格を持ち、就職を希望する外国人の方に対し、「求人情報の提供」・「職業相談」・「職業紹介」等のサービスを行っています。外国語通訳員が配置されている日もありますので、お気軽にご利用ください。

なお、職業相談の際は、在留資格と在留期間の確認のため、「在留カード」と「旅券（パスポート）」が必要となりますので、ご持参ください。

【外国語通訳員配置日】

中国語：

火曜日, 10:00～12:00・13:00～15:00

英語・スペイン語：

木曜日, 10:00～12:00・13:00～15:00

ハローワーク千葉南

所在地：千葉市中央区南町2-16-3 海
気館蘇我駅前ビル3階・4階

電話：043-300-8609

Employment / Labor

○Hello Work (Public Employment Security Offices)

– Chiba Minami: Employment service corner for foreign residents

At Hello Work, services such as supply of information on available employment, employment consultation and job placement assistance are available for people who wishes to work and has a status of visa which authorizes employment. There are days where interpreters are present.

You will be required to bring your Resident Card and passport to confirm your visa status and duration for employment consultation.

Days interpreters are available:

Chinese: Tuesday, 10 a.m. – 12 p.m., 1 p.m. – 3 p.m.

English and Spanish: Thursday, 10 a.m. – 12 p.m., 1 p.m. – 3 p.m.

Hello Work - Chiba Minami

Location: 3&4F., Kaikikan Sogaekimae Bldg, 2-16-3
Minami-machi, Chuo-ku, Chiba

Tel: 043-300-8609



○労働相談

千葉県では、雇用関係に伴うトラブル等の労働問題でお悩みの労働者又は使用者の方を対象に、労働相談窓口として千葉県労働相談センターを開設しています。

なお、通訳は配置されていませんので、日本語の話せる方のご同行をお願いします。

相談日：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

時間：午前9時～午後8時（午後5時以降は、原則電話のみ）

場所：千葉県労働相談センター（千葉市中央区市場町1-1県庁本庁舎2階）

電話：043-223-2744

・インターネットによる労働相談や、弁護士による特別相談、働く人のメンタルヘルス特別労働相談の予約も受けています。

千葉労働局では、外国人のための労働相談窓口を開設しています。ベテラン相談員が英語でおこたえます。

相談日：火曜日・木曜日（但し第1火曜、第5火曜・木曜を除く）（事前に問い合わせてください）

時間：午前9時30分～午後5時

場所：千葉労働局労働基準部監督課（千葉市中央区中央4-11-1千葉第2地方合同庁舎）

電話：043-221-2304

○Counseling service on labor matters

Chiba Prefecture provides counseling service on labor matters at Chiba Labor Counseling Center. Employees and employers who are in labor trouble, such as employment relationship, may use the service.

Interpreters are not arranged, therefore, please come with a Japanese speaker.

Open days: Monday – Friday (except holidays and New Year's holiday)

Open time: 9:00 a.m. – 8:00 p.m. (Basically only telephone counseling is available after 5:00 p.m.)

Venue: Chiba Labor Counseling Center (2nd floor, Main building of prefectural government, 1-1, Ichibacho, Chuo-ku, Chiba-shi)

Tel: 043-223-2744

- Internet labor counseling, special advice by a lawyer, and special labor counseling (mental health) for labors also accept reservation.

Chiba Labor Bureau open to labor counseling desk for foreign residents. An experienced counselor gives advice in English.

Open day: Tuesday and Thursday (except every first Tuesday and fifth Tuesday/Thursday of the month) (Please make inquiries in advance.)

Open time: 9:30 a.m. – 5:00 p.m.

Venue: Inspection Division, Labor Standards Department, Chiba Labor Bureau (Address: Chiba No.2 regional joint government office, 4-11-1, Chuo, Chuo-ku, Chiba-shi)

Tel: 043-221-2304



教育

○幼稚園

私立19園の幼稚園では、満3歳～5歳児を受け入れています。入園に関する詳細については、各幼稚園にお問い合わせください。

⇒ 各幼稚園

- ・ 幼児教育・保育の無償化が施行され、保護者の経済的負担が軽減されています。

⇒ 保育課（電話：0436-23-9829）

○日本の学校教育制度

小学校6年、中学校3年、高等学校3年、大学4年が基本です。学校は4月から始まり、翌年の3月で1学年が修了します。義務教育は、満6歳～満15歳までの9年間、小学校と中学校で行われます。小学校には満6歳を過ぎた最初の4月から入学します。小学校を卒業すると中学校に入学します。

○小・中学校への就学

外国籍の方は就学の義務はありませんが、市立の小・中学校への編入・入学も可能なので希望される方は教育委員会学校教育課でご相談ください。なおその際、在留カード又は特別永住者証明書及び印鑑を持参してください。

- ・ 市立の小・中学校では、授業料や教科書は無料ですが、給食、遠足、学用品などの費用がかかります。
- ・ 私立学校へ編入・入学したい場合は、各私立学校に直接申し込んでください。

⇒ 学校教育課（電話：0436-23-9848）

Education

○Kindergarten

Ichihara has 19 private kindergartens which accept children who celebrated their 3rd birthday to 5 years old. Please contact the particular kindergarten for details regarding enrollment.

⇒ Kindergartens (Yochien)

- ・ Preschool education and nursery became free of charge, which reduce the guardians' financial burden.

⇒ Nursery Division (Hoiku-ka) Tel.: 0436-23-9829

○Japan's school system

Japan's elementary schools are for six years, junior high schools have three grades as do high schools, and universities are for four years. The school year begins in April and ends the following March. Education is mandatory for the nine years of elementary and junior high school, that is for children aged 6 through 15. Children enter elementary school from the first April after they turn 6 years old, and enter junior high school after graduating from elementary school.

○Elementary and junior high school

Foreign nationals do not have to attend school, but if they want, they can enroll and attend the municipal elementary and junior high schools. Interested parents should consult with the Board of Education in the Education Division of the City Office. Bring your Resident Card or Special Permanent Resident Certificate and seal.

- ・ Tuition and books are free at public elementary and junior high schools, but there are costs for school lunches, field trips and school supplies.
- ・ To enroll your child in a private school, please apply directly to the school.

⇒ School Division (Gakko Kyoiku-ka) Tel: 0436-23-9848



○日本語を母語としない親と子どものための進路ガイダンス

日本の高校に行きたいと考えている外国人の中学生と親のために、ボランティア・グループと学校の教師が協力して、ガイダンス（説明会）を行っています。このガイダンスは通訳も準備し、高校とはどのような学校なのか、入学するにはどのようにすればよいのか、高校でかかる費用、日本の教育システムなどについて説明をします。また、外国人高校生の経験談もあります。

参加費：無料 ※別途資料代

電話：043(290)2209

所在地：千葉市稲毛区弥生町1-33

千葉大学国際教養学部吉野研究室
内 房総多文化ネットワーク
進路ガイダンス実行委員会

○Course guidance for parents and children who do not speak Japanese as their mother tongue

There are information sessions for parents and children who want to enter high schools in Japan, with the cooperation of volunteer groups and high school teachers. In the session topics such as what high schools in Japan are like, procedures upon entrance, expenses on high school education, and Japanese education systems are explained. At those sessions interpreters are supplied. Also, there will be talks by foreign high school students of their personal experiences.

Fee: Free *excl. material costs

Tel: 043 (290)2209

Location: 1-33 Yayoi-cho, Inage-ku, Chiba-shi, Chiba
Chiba University, College of Liberal Arts and Sciences,
Yoshino Research Laboratory



家庭ごみの出し方

家庭ごみは、以下のルールに従って出してください。詳細はクリーン推進課と各支所で配付のリーフレットで確認してください。

○家庭のごみ

家庭のごみは、燃やすごみ、燃やさないごみ、資源物に分け、決められた日の当日に朝8時までに出してください。ごみステーションの場所は近所の方に確認してください。

燃やすごみ、燃やさないごみは市の指定袋に入れて出してください。また、粗大ごみの処理は有料です。(1点1,230円)

申込等については、福増クリーンセンター(電話：0436-36-1191)にお問い合わせください。

○ごみの分別

・燃やすごみ(週3回収集、月・水・金または火・木・土に緑色の市の指定ごみ袋に入れて出す)：生ごみ(料理ごみ等は充分に水切りをして出す)、紙くず、草・葉(1回に2袋まで)、木くず(太さ5cm・長さ50cm以内に切り、直径20cm以内に束ねる(1回に3束まで))、ゴム・皮革、プラスチック類(50cmを超えるものは燃やさないごみへ)、発泡スチロール、ぼろ布

・燃やさないごみ(月1回収集、透明な市の指定ごみ袋に入れて出す)：小型家電製品(掃除機、扇風機、電子レンジ、ポット、ジャー等、縦・横・高さの合計が150cm未満のもの)、陶磁器類、金属類(ガラス、針、刃物などの危険物は新聞紙に包み「キケン」と書く)、飲食用以外の缶・びん、50cmを超えるプラスチック

Household Garbage Disposal

Please dispose of household garbage according to the following rules.

For more details, refer to the leaflets available at the Waste Management Division (Clean Suishin-ka) and Branch Offices.

○Household garbage

Household garbage must be sorted into burnable waste, non-burnable waste and recyclable items, and put it out before 8 a.m. on the designated garbage collection day. Ask your neighbors about where your garbage collection point is.

You must use the garbage bags designated by the city for burnable and non-burnable rubbish. It is charged to dispose of large-sized items. (1,230 yen per one item) Call Fukumasu Clean Center (Tel.: 0436-36-1191) for inquiries.

○Waste Sorting

・ Burnable garbage (collected three times a week on either Monday/Wednesday/Friday or Tuesday/Thursday/Saturday; must be put in the green garbage bag designated by the city): Kitchen waste (please drain most of the water from it), waste paper, leaves (up to two bags at one time), wood chips (cut into pieces smaller than 5 cm in width x 50 cm in length, and tie-into bundles less than 20 cm in diameter (up to three bundles at one time)), rubber/leather, plastic (if larger than 50 cm, discharge it as non-burnable waste), styrofoam, old rags.

・ Non-burnable waste (collected once a month; must be put in clear garbage bags designated by the city): small household electrical appliances (vacuum cleaners, fans, microwave ovens, electric pots, rice cookers, etc. whose total length of depth, width, and height is less than 150 cm each), ceramics, metal objects (wrap dangerous items such as glass, needles, and knives, in newspaper and write “キケン” (danger) on it), cans and bottles other than food and drink containers, plastic larger than 50 cm



・有害ごみ(月1回収集、透明な袋に入れて他の燃やさないごみよりも1mほど離して出す): スプレー缶(中身を使い切り、屋外で穴をあけてガス抜きをする)、乾電池、蛍光灯、使い捨てライター(中身を使い切る)、灰・ガレキ(1回1袋まで)

・ Harmful waste (collected once a month; put in clear bags and discharge it approximately 1 meter away from other non-burnable waste): Spray cans (empty one. Drill it outside to degas it), batteries, fluorescent tubes, disposable lighters (empty one), ashes and debris (one bag at one time)

・資源物(週1回収集): 古紙類(新聞・雑誌・段ボール・紙パック・雑がみ)、衣料品やシーツなどの布類(汚れのひどいものは除く)は種類ごとにひもで縛って出す。飲料用缶・びんは中を洗ってごみステーション備え付けの専用回収袋に入れる。古紙類、布類はぬれると使用できないので、雨天時は出さない。
ペットボトルは、中を洗い、キャップ・ラベルをはずし(キャップ・ラベルは燃やすごみ)、つぶして、ごみステーション備え付けの青いネットか、スーパー、公共施設等に設置している回収ボックスに入れてください。

・ Recyclable garbage (collected once a week): Tie papers (newspapers, magazines, cardboard, cartons, miscellaneous papers) and cloths (clothing, (except one with heavy stains) sheets, etc.) together by type with string. Rinse out drink cans and bottles before putting them in the proper bags at the garbage pick-up location. Old papers and cloths must not be put out on the day the weather is bad, since they are useless when they get wet. Please wash out PET bottles, remove caps and labels (caps and labels go in burnable waste), crush the bottles, and leave them under blue net at your garbage pick-up location or in recycle containers at supermarkets and public facilities.

○ごみステーションに出せないもの

・粗大ごみ(戸別回収): 家具、寝具、自転車など縦・横・高さの合計が概ね150cm以上のもの。ただし、テレビ(薄型テレビを含む)・エアコン・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機は小売店に引き取ってもらってください(リサイクル料金ががかかります)。
なお、小売店に引き取ってもらえない場合には福増クリーンセンターにお問い合わせください(電話: 36-1191)。

○Waste that cannot be thrown away at garbage pick-up locations

・ Large-sized garbage (collected in front of your home): Furniture, bedclothes, bicycles, and other items whose total length of depth, width, and height is more than 150 cm.

Ask retail stores for picking up large appliances (televisions (inc. flat screen televisions), air conditioners, refrigerators, washing machines and clothes dryers) (recycling fee is required).

If a retail store will not collect these items, please contact Fukumasu Clean Center (Tel.: 36-1191).

・農薬、薬品類、在宅医療廃棄物(注射針等の鋭利な物)、エンジン、耐火金庫、廃FRP船、木の幹、浄化槽、受水槽(市の破碎施設で処理できないもの)、神棚、仏壇、揮発油(ガソリン、シンナー等)、ガスボンベ、火薬、塗料、汚泥、汚物、ピアノ、自動車、バッテリー、石綿製品→販売店、メーカー、専門の処理業者へ

・ Ask stores, manufacturers, or professional waste disposal companies for disposing following items. Agrichemicals, medicines, medical waste at home (sharps such as needles, etc.), engines, fireproof safes, FRP ship waste, tree trunks, septic tanks, water tanks (items that cannot be processed by the city's crushing facility), home shrines, Buddhist altars, volatile liquids (gasoline, paint thinner, etc.), propane tanks, explosives, paint, soil, sewage, pianos, cars, batteries, asbestos products



一時多量ごみ、事業所から出るごみ→自分で福増クリーンセンターに運ぶか市の許可した業者に依頼。

パソコンは各メーカーのリサイクル受付窓口へ連絡し引き取ってもらってください。

自作パソコン、倒産したメーカー、輸入販売会社のパソコンなどは、「パソコン3R推進センター(電話):03-5282-7685」へお問い合わせください。

Temporary large amount of garbage and office garbage → Take them to Fukumasu Clean Center by yourself, or contact a city-approved waste disposal company.

Ask recycling section of each manufacturer to dispose of PC (personal computer).

Call Personal Computer 3R Promotion Center (Pasokon Three-R Suishin Center; Tel: 03-5282-7685) regarding dispose of self-build PC, a PC of a manufacturer that has gone bankrupt, or a PC purchased from an import and sales company.

・福増クリーンセンター

住所：市原市福増124-2

受付時間：

月～土（年末年始、祝休日を除く）

8:30～16:00（事業系ごみについては土曜日と11:30～13:00を除く）

10kgあたり200円の手数料がかかります。

電話：0436-36-1185、0436-36-1191

・ Fukumasu Clean Center

Address: 124-2 Fukumasu

Business day : Monday through Saturday (excluding yearend/New Year's holidays and national holidays)

Business hours : 8:30 a.m.-4 p.m. (excluding Saturdays and the hours 11:30 a.m.-1 p.m. for office waste)

Fee: 200 yen per 10 kg

Tel: 0436-36-1185, 0436-36-1191

○不法投棄

みだりに不法投棄した人は、5年以下の懲役または、1,000万円以下の罰金が科せられることがあります。市では環境美化を推進するため、不法投棄監視委員を委嘱して廃棄物の不法投棄を監視しています。

○Illegal disposal

Illegal disposal of garbage can result in a maximum jail sentence of five years or a fine of ¥10 million. To promote a clean city environment, members of Illegal Disposal Surveillance Committee have been entrusted with watching for the illegal disposal of waste.

○ポイ捨て防止条例

缶、ビン、タバコ、ガムなどのポイ捨てや、犬のふんの放置は、すべて禁止されています。犬の散歩のときは、ふん処理用具の携帯とふんの回収が義務付けられています。

この条例に違反した場合は2万円以下の罰金が科せられることがあります。また、歩きタバコはしないでください。

⇒ 不法投棄対策・残土指導課（電話：0436-23-9858）

○Littering prevention ordinances

Littering of cans, bottles, cigarette butts, etc. as well as leaving dog feces uncollected is illegal and punishable with a maximum fine of ¥20,000. When walking your dog, you are required to carry something to collect feces and to pick them up. Also, please don't smoke while walking.

⇒ Illegal Disposal Management and Surplus Guidance Division (Fuhotoki Taisaku・Zando Shido-ka) Tel: 0436-23-9858



**自転車放置禁止・
ペットの飼い方・
市営住宅入居**

自転車放置禁止

○自転車駐車場

JR3駅(八幡宿、五井、姉ヶ崎)及び京成電鉄ちはら台駅周辺に自転車駐車場を設置しています。自転車駐車場の利用には、次の2つの方法があります。

- ①定期利用 登録手続きをして年度末まで利用する。金額は施設ごとに確認してください。
- ②一時利用 駅最寄りの一部の施設で、1回ごとの利用で料金を支払い利用する。

金額は入庫から24時間までが、自転車50円、原動機付き自転車100円です。

○自転車の放置禁止

自転車、原動機付き自転車の放置は、美観を損なうばかりでなく、緊急自動車や目の不自由な人にとっては、危険な障害物となります。

駅周辺に放置してある自転車等は、市で撤去します。自転車等の放置はやめて、必ず自転車駐車場を利用してください。

⇒ 地域連携推進課（電話：0436-23-9801）

**Illegally Parked Bicycles, Pet Care and
Application for municipal housing**

Bicycles must be parked in parking lots

○Bicycle parking lots

There are bicycle parking lots near JR Yawatajuku, Goi and Anegasaki and Keisei Chiharadai train stations. Bicycle parking lots can be used in the following two ways.

- ① Fixed term use
Complete the registration procedures and use the parking lot until the end of the fiscal year. Confirm the fee with each facility.
- ② One-time use
Use the facility nearest to your station that allows one-time use, and pay a fee each time you use the parking lot.

The fee covers 24 hours from the time you enter the facility. It is 50 yen for bicycles, and 100 yen for motorized bicycles.

○Unattended bicycles

Bicycles and motorized bicycles that are left unattended outside bicycle parking areas are not only an eyesore but also a dangerous obstacle blocking passage for emergency vehicles and blind people. Such vehicles left unattended in the area around a station will be removed by the city. Do not leave bicycles and other vehicles unattended. Always use bicycle parking lots.

⇒ Promotion of Regional Cooperation Division (Chiiki Renkei Suishin-ka)
Tel: 0436-23-9801



ペットの飼い方

○飼犬の登録と注射

犬は、放し飼いが禁じられています。犬の登録と、毎年1回の狂犬病の予防注射を行って、これらを証するプレート of 交付を受け、犬に装着してください。また、飼犬が死んだり、飼い主が変わったりした場合も届出が必要です。飼犬が人を咬んだときには、すぐに市原健康福祉センターに連絡してください。

⇒ 保健福祉課（電話：0436-23-9813）

⇒ 市原健康福祉センター

電話：0436-21-6391

市営住宅入居

年4回（4月、7月、10月、1月）それぞれ1日～15日に募集期間があります（空き室が無いときは募集を行いません）。

入居するには、申込資格や収入基準などがありますので問い合わせてください。

⇒ 住宅政策課（電話：0436-23-9841）

Pet care

○Registration of pets and immunizations

Dogs are not allowed to run free. Register your dog and have it given an annual rabies vaccination. You will be issued a tag confirming that you have done this. Please attach the tag to your dog's collar. If your dog dies or you give the dog to someone else, you must file a report. If your dog bites someone, please contact the Ichihara Public Health and Welfare Center immediately.

⇒ Health and Welfare Division (Hoken Fukushi-ka)

Tel: 0436-23-9813

⇒ Ichihara Public Health and Welfare Center

(Ichihara Kenko Fukushi Center) Tel.: 0436-21-6391

Application for municipal housing

We receive application for municipal housing four times a year (April, July, October and January) on the condition that there are vacancies. The period to apply is from 1st through 15th of these months.

Please contact Housing Policy Division

(Jyutakuseisaku-ka)

about the requirements for application and income criteria.

Tel: 0436-23-9841



文化・スポーツ・公園施設

○中央図書館

図書館には、外国語で書かれた本もあります。また、本の他にDVD、CD等もそろえてあります。

所在地：更級5-1-51

休館日：月曜日、図書整理日、年末年始

開館時間：火曜日～日曜日午前9時30分～午後5時、ただし、水・金曜日は午後7時まで。（児童室・視聴覚コーナーは除く）

貸出：1人10冊、視聴覚資料2点 2週間以内返却

図書の利用：無料

電話：0436-23-4946

・利用方法

はじめて借りるとき：図書利用カード交付申込書を書いて、住所・氏名の確認できるものを見せてください。図書利用カードをお作りします。

返すとき：カウンターに返してください。図書館が閉まっているときは、玄関横の返却ポストに入れてください。ただし、視聴覚資料、DVDやCDが付録についていた本、大型図書・紙芝居については、返却ポストの利用はできません。

○YOU ホール

所在地：更級5-1-18

勤労者の学習の場、スポーツ・文化創造の場としてつくられた施設です。多目的ホール、会議室、体育室、創作室、音楽室、トレーニングルームなど各種の施設が揃っています。

電話：0436-25-0125

開館時間：午前9時～午後9時

施設使用料：有料

休館日：木曜日 木曜日が祝日の場合はその直後の土曜日、日曜日及び祝日以外の日、年末年始（12月29日～1月3日）

Cultural, Sports and Park Facilities

○Central Library (Chuo Toshokan)

The library has books in foreign languages as well as Japanese, in addition to DVD and CDs.

Location: 5-1-51 Sarashina

Closed: Mondays, inventory days, New Year's holidays

Hours: Tuesdays through Sundays 9:30 a.m.-5 p.m., open until 7 p.m. on Wednesday and Friday.

(Excluding the children's room and the audio-visual corner)

Check-out: Up to 10 books and 2 audio-visual items per person, to be returned within 2 weeks.

Entrance/use fees: Free

Tel.: 0436-23-4946

・ Regulations

To use a library for the first time: Please fill in an application form for issuing a library card and show some identification that lists your name and address.

Returning: Return your books to the counter.

If the library is closed, place your books in the return box beside the library entrance.

Be sure not to return the following materials to the return box: Audiovisual materials, books with extra DVD or CD, and large books and picture-story board-

○YOU HALL

Location: 5-1-18 Sarashina

YOU HALL was built as a place where workers could take classes, and as a place for sports and cultural activities. It has a multi-purpose hall, meeting rooms, gymnasium, work room, music room and training room.

Tel.: 0436-25-0125

Hours: 9 a.m.-9 p.m.

Fees: Differs depending on activity

Closed: Thursdays. If Thursday is a national holiday, closed the next working day. New Year's holidays (12/29- 1/3)



○サンプラザ市原

所在地：五井中央西1-1-25

市民の健康づくりや文化・産業の振興、市民情報サービス機能を持った公共複合ビルです。

温水プール、フィットネスジム、多目的室、会議室、音楽スタジオ及び五井支所、生涯学習センター等の行政機関があります。

電話：0436-24-1151

開館時間：午前8時30分～午後9時

施設により多少異なります。

休館日：年末年始(12月29日～1月3日)

※温水プール及びフィットネスジムは、毎週月曜日及び毎月最終火曜日休業

○市民会館

所在地：惣社1-1-1

市民の文化及び教育の向上、並びに福祉の増進を図るため設置された公共ホールです。大ホール(1,531名収容)・小ホール(493名収容)をはじめ、会議室(4室)、宴会場(4室)、レストラン等があります。

電話：0436-22-7111

開館時間：午前9時～午後10時

休館日：第1・3火曜日、年末年始(12月29日～1月3日)

○生涯学習センター

所在地：五井中央西1-1-25

(サンプラザ市原10階)

電話：0436-20-1180

生涯学習センターは、市民の生涯学習及び交流の場を提供して生涯学習活動を総合的に支援し、地域社会を支える人づくりを推進するための施設です。

休館日：月曜日、祝日(祝日の場合は翌平日)、年末年始、施設の点検日

開館時間：火曜日～金曜日

午前8時30分～午後7時

土・日曜日及び祝日

午前8時30分～午後5時

○Sun Plaza Ichihara

Location: 1-1-25 Goichuonishi (JR Goi Station west exit)

Sun Plaza Ichihara is a public facility used for health-related activities, promotion of culture and industry, and information services for citizens.

It has a heated pool, fitness gym, multipurpose room, meeting room, sound studio, and government agencies such as a Goi Branch (Goi Shisho), as well as lifelong learning center.

Tel.: 0436-24-1151

Hours: 8:30 a.m.-9 p.m.

(hours for different sections may differ)

Closed: Yearend/New Year's holidays (12/29-1/3)

(The heated pool and fitness gym are closed every Monday and the last Tuesday of every month.)

○Residents' Hall (Civic Center)

Location: 1-1-1 Soja (across the Ichihara City Office)

This is a public hall that was established for the purpose of promoting cultural, education and welfare activities. It contains a large hall (with a capacity of about 1,531 people), a small hall (with a capacity of 493 people), a meeting room (four rooms), a banquet room (four rooms) and a restaurant, etc.

Tel: 0436-22-7111

Hours: 9 a.m.-10 p.m.

Closed: 1st and 3rd Tuesdays, year-end/New Year's holidays (12/29-1/3)

○Lifelong learning center

Location: Sun Plaza Ichihara 10th floor, 1-1-25, Goi Chuo Nishi

Tel: 0436-20-1180

This is a facility to support lifelong learning activity comprehensively by providing the place for citizen's lifelong learning and interaction, and to promote human resources development to support regional society.

Closed: Monday, holidays (the following weekdays after holidays), Year-End and New Year holidays, and maintenance dates.

Hours: 8:30 a.m.-7:00 p.m. (Tuesday – Friday)

8:30 a.m.-5:00 p.m. (Saturday, Sunday, and holidays)



○公民館・コミュニティセンター

生涯学習や憩いの場として広く開放しており、図書室もあります(鶴舞・白鳥公民館、市原青少年会館、千種・戸田コミュニティセンターを除く)。

利用時間：午前9時～午後9時

祝日は午前9時～午後5時

※図書室は午前9時30分～午後5時

※公民館の図書室は、水・金曜日のみ午後7時まで利用可

休館日：年末年始(12月29日～1月3日)

市外局番 0436

- ◇八幡公民館 電話：41-1984
- ◇姉崎公民館 電話：61-0124
- ◇有秋公民館 電話：66-0121
- ◇市津公民館 電話：74-5516
- ◇南総公民館 電話：92-0039
- ◇鶴舞公民館 電話：88-2002
- ◇加茂公民館 電話：98-0033
- ◇白鳥公民館 電話：96-0279
- ◇五井公民館 電話：22-2121
- ◇辰巳公民館 電話：74-8521
- ◇国分寺公民館 電話：24-1600
- ◇市原青少年会館 電話：43-3651
- ◇三和コミュニティセンター 電話：36-4922
- ◇菊間コミュニティ・保健福祉センター 電話：42-3424
- ◇ちはら台コミュニティセンター 電話：50-2312
- ◇千種コミュニティセンター 電話：26-1515
- ◇戸田コミュニティセンター 電話：95-6622

○Public halls, community centers

These facilities hold adult education classes and are also places where residents can relax. They also have libraries (except the Tsurumai and Shiratori public halls, Ichihara Youth Hall (Ichihara Seishounen Kaikan) and Chigusa and Toda community centers).

Hours: 9a.m.- 9p.m., until 5p.m. on holidays (libraries are open from 9:30 a.m.- 5 p.m.; however, public hall libraries may be open until 7 p.m. on Wednesdays and Fridays.)

Closed: New Year's holidays (Dec. 29 - Jan. 3)

Area Code 0436

- ◇ Yawata Public Hall Tel: 41-1984
- ◇ Anesaki Public Hall Tel: 61-0124
- ◇ Yushu Public Hall Tel: 66-0121
- ◇ Shizu Public Hall Tel: 74-5516
- ◇ Nanso Public Hall Tel: 92-0039
- ◇ Tsurumai Public Hall Tel: 88-2002
- ◇ Kamo Public Hall Tel: 98-0033
- ◇ Shiratori Public Hall Tel: 96-0279
- ◇ Goi Public Hall Tel: 22-2121
- ◇ Tatsumi Public Hall Tel: 74-8521
- ◇ Kokubunji Public Hall Tel: 24-1600
- ◇ Ichihara Youth Hall Tel: 43-3651
- ◇ Sanwa Community Center Tel: 36-4922
- ◇ Kikuma Community/Health Welfare Center Tel: 42-3424
- ◇ Chiharadai Community Center Tel: 50-2312
- ◇ Chigusa Community Center Tel: 26-1515
- ◇ Toda Community Center Tel: 95-6622



○市原緑地運動公園

所在地：岩崎536

電話：0436-21-4441

利用料金等については、お問合せください。

- ・ゼットエーボールパーク
- ・臨海第1庭球場・臨海第2庭球場
- ・ゼットエーオリブスタジアム（陸上競技・サッカー・ラグビー）

夏期 午前7時～午後9時

冬期 午前9時～午後9時

- ・臨海体育館

通年 午前9時～午後9時

- ・臨海プール

7月～8月のみ 午前9時～午後5時

（9月1, 2日が土・日曜日にあたる場合は利用可）

○八幡公園

所在地：八幡440

電話：0436-43-2368

利用料金等については、お問合せください。

- ・八幡庭球場
- ・八幡球技場（サッカー・ラグビー）

夏期 午前7時～午後9時

冬期 午前9時～午後9時

- ・八幡プール

7月～8月のみ 午前9時～午後5時

（9月1, 2日が土・日曜日にあたる場合は利用可）

○姉崎公園

所在地：姉崎海岸23-2

電話：0436-60-3081

利用料金等については、お問合せください。

- ・姉崎サッカー場
- ・姉崎多目的広場（フットサル・少年サッカー）

夏期 午前7時～午後9時

冬期 午前9時～午後9時

- ・姉崎プール

7月～8月のみ 午前9時～午後5時

（9月1, 2日が土・日曜日にあたる場合は利用可）

- ・姉崎スケート場

12月～2月のみ

午前10時～午後7時

Olchihara Green Spaces Sports Park (Ichihara Ryokuchi Undo Koen)

Location: 536 Iwasaki

For facility fees please contact Tel: 0436-21-4441

- ・ZA (Zett A) Ball Park (baseball stadium)
- ・Tennis court (Rinkai court No.1, Rinkai court No.2)
- ・ZA (Zett A) Oripri Stadium (Athletics/Soccer/Rugby)

Summer season: 7 a.m. – 9 p.m.

Winter season: 9 a.m. – 9 p.m.

- ・Rinkai gymnasium

All year: 9 a.m. – 9 p.m.

- ・Rinkai swimming pool

July and August only: 9 a.m. – 5 p.m.

(If Sept. 1-2 fall on a Saturday and Sunday, the pool may be used.)

○Yawata Park (Yawata Koen)

Location: 440 Yawata

For facility fees please contact Tel: 0436-43-2368

- ・Yawata tennis court
- ・Yawata grounds (Soccer/Rugby)

Summer season: 7 a.m. – 9 p.m.

Winter season: 9 a.m. – 9 p.m.

- ・Yawata swimming pool

July and August only: 9 a.m. – 5 p.m.

(If Sept. 1-2 fall on a Saturday and Sunday, the pool may be used.)

○Anesaki Park (Anesaki Koen)

Location: 23-2 Anesakikaigan

For facility fees contact Tel: 0436-60-3081

- ・Anesaki soccer grounds
- ・Anesaki multi-purpose ground (Futsal・Boys' soccer)

Summer season: 7 a.m. – 9 p.m.

Winter season: 9 a.m. – 9 p.m.

- ・Anesaki swimming pool

July and August only: 9 a.m. – 5 p.m.

(If Sept. 1-2 fall on a Saturday and Sunday, the pool may be used.)

- ・Anesaki ice skating rink

December – February: 10 a.m. – 7 p.m.



○ちはら台公園

所在地：ちはら台西3-3

電話：0436-76-7300

利用料金等については、お問合せください。

- ・ちはら台庭球場
- ・ちはら台多目的スポーツ広場（サッカー・ラグビー）

夏期 午前7時～午後7時

冬期 午前9時～午後5時

○八幡運動公園

所在地：八幡1050-3

電話：0436-41-7823

利用料金等については、お問合せください。

- ・八幡サッカー場

夏期 午前7時～午後9時

冬期 午前9時～午後9時

○ゼットエー武道場

所在地：能満 1474-1

電話：0436-41-9825

利用時間：午前9時～午後9時

利用料金等については、お問合せください。

- ・大道場、弓道場、エアーライフル場、相撲場、健康増進センター、会議室、作法室

○市原スポレクパーク

所在地：菊間 775 番地

電話：0436-41-3115

利用料金等については、お問合せください。

- ・天然芝グラウンド（サッカー・ラグビー）

夏期 午前7時～午後7時

冬期 午前9時～午後5時

- ・人工芝グラウンド（サッカー・ラグビー）

夏期 午前7時～午後9時

冬期 午前9時～午後9時

○Chiharadai Park (Chiharadai Koen)

Location 3-3 Chiharadainishi

For facility fees contact Tel: 0436-76-7300

- ・Chiharadai tennis court
- ・Chiharadai multi-purpose ground (Soccer/Rugby)

Summer season: 7 a.m. – 7 p.m.

Winter season: 9 a.m. – 5 p.m.

○Yawata Athletic Park (Yawata Undo Koen)

Location: 1050-3 Yawata

For facility fees contact Tel: 0436-41-7823

- ・Yawata soccer grounds

Summer season: 7 a.m. – 9 p.m.

Winter season: 9 a.m. – 9 p.m.

○OZA (Zett A) Budojo (Martial Arts Hall)

Location: 1474-1 Noman

Tel: 0436-41-9825

Hours: 9 a.m.-9 p.m.

Please contact for facility fees.

- ・Large dojo (training hall), Japanese archery range, air rifle range, sumo wrestling hall, health promotion center, meeting room, Japanese-style room

○Ichihara Sports and Recreation Park (Ichihara Suporeku Park)

Location: 775 Kikuma

Tel: 0436-41-3115

Please contact for facility fees.

- ・Natural grass grounds (Soccer/Rugby)

Summer season: 7 a.m.-7 p.m.

Winter season: 9 a.m.-5 p.m.

- ・Artificial turf grounds (Soccer/Rugby)

Summer season: 7 a.m.-9 p.m.

Winter season: 9 a.m.-9 p.m.



○その他公園施設

利用料金等については、お問合せください。

【野球場】

玉前公園（玉前球場）

所在地：玉前西3-1

養老川臨海公園（養老川臨海第1球場・養老川臨海第2球場）

所在地：五井南海岸1-12

電話：0436-21-4441（公園管理所）

【テニスコート】

御影台公園（御影台庭球場）

所在地：ちはら台東5-21

堂坂公園（堂坂庭球場）

所在地：ちはら台西1-2

電話：0436-76-7300（ちはら台公園管理所）

○オリジナルメーカー海づり公園

所在地：五井南海岸1-12

施設内容：護岸から約100mの連絡橋で結ばれた長さ約300mの栈橋からなる人工の釣り場。

開館時間：午前6時～午後7時（4月～6月）、午前6時～午後9時（7月～10月）、午前7時～午後5時（11月～3月）

釣り料：一般920円、高齢者（65歳以上）460円

入場料：一般220円、高齢者（65歳以上）110円、中学生以下・障がい者は無料

休館日：月曜日（祝日の場合は翌平日）、12月31日～1月3日

※休館日及び開館時間については、安全等を考慮し変更になる場合がございますので、お問合せください。

電話：0436-21-0419

○Other Parks

・ Baseball ground

Tamasaki Park (Tamasaki baseball ground)

Location: 3-1 Tamasakinishi

Yorogawa Rinkai Park (Yorogawa Rinkai baseball ground No.1, Yorogawa Rinkai baseball ground No.2)

Location: 1-12 Goiminamikaigan

For facility fees contact Tel: 0436-21-4441 (Park administration office)

・ Tennis court

Mikagedai Park (Mikagedai tennis court)

Location: 5-21 Chiharadaihigashi

Dozaka Park (Dozaka tennis court)

Location: 1-2 Chiharadainishi

For facility fees contact Tel: 0436-76-7300 (Chiharadai park administration office)

○Original maker Sea Fishing Park

Location: 1-12 Goiminamikaigan

There is a manmade fishing area off a 300m pier accessible from shore via a 100m bridge.

Hours: 6 a.m.-7 p.m. (April-June), 6 a.m.-9 p.m.

(July-October), 7 a.m.-5 p.m. (November-March)

Fishing fee: 920 yen for adults, 460 yen for people aged 65 and older.

Entrance fee: 220 yen for adults, 110 yen for people aged 65 and older, free for junior high school students or younger and the disabled.

Closed: Mondays and December 31 to January 3

*If Monday falls on a holiday, the next day will be closed.

*Please call to check the closed days and open hours in advance, since they may be changed in the aspect of safety, etc.

Tel: 0436-21-0419

**○いちはらクオードの森**

所在地：柿木台1011

自然林を生かした園内の遊歩道の散策、キャンプやバーベキューを楽しむことができます。

利用時間：午前9時～午後4時

休業日：年末年始

キャンプ利用期間：ゴールデンウィーク、夏休み期間

キャンプ使用料：1張り1泊820円（市外居住者1,230円）

・バーベキュー利用期間：通年

使用料：240円（市外居住者360円）

電話：0436-96-1119

Olchihara QUARD's Forest

Location: 1011 Kakinokidai

Wild birds and animals may join you on your stroll down the paths of this natural forest. You can enjoy camping and barbecue.

Hours: 9 a.m. – 4 p.m.

Closed: New Year's holidays

Open for camping: During Golden Week and the summer holidays

Camping fee: 1 tent/night, for Ichihara residents 820 yen and non Ichihara residents 1,230 yen

・Barbecue available: Year-round.

Rental fee: 240 yen (360 yen for non-residents of Ichihara city)

Tel: 0436-96-1119**○上総更級公園（市原市総合公園）**

所在地：更級5-1-1

「市原市の顔」となる公園として、水辺などの景観施設や各種行事が実施可能なイベント広場、スケートパーク、軽スポーツ広場など、多くの方が気軽に利用できる公園です。

利用時間：午前9時～午後9時

スケートパークは、午前9時～午後9時（4月～11月）、午前9時～午後5時（12月～3月）

利用料金等については、お問合せください。

電話：0436-20-3555

○Kazusa Sarashina Park**(Ichihara City Comprehensive Park)**

Location: 5-1-1 Sarashina

As the “face of Ichihara,” this park offers a variety of attractions to many people, including scenic facilities, such as those on the waterfront, an event space where many kinds of events can be held, a skate park, and a light sports plaza.

Hours: 9 a.m.-9 p.m.

The skate park is open from 9 a.m.-9 p.m.

(April-November) and from 9 a.m.-5 p.m.

(December-March).

Please contact for facility fees.

Tel: 0436-20-3555

○高滝湖畔公園

所在地：養老467 他

せせらぎ広場や水生植物園、野外音楽堂、ダム記念館、テニスコートなどたくさんの広場や公園があります。養老川中流にある高滝ダムは、県下一の貯水面積を誇るダムでもあります。

ダム記念館

開館時間：午前9時～午後5時（館内レストランは午前11時～午後3時）

休館日：月曜日（祝日の場合は翌平日）、年末年始（12月29日～1月3日）

電話：0436-98-0496

○Takataki Lakeside Park (Takataki Kohan Koen)

Location: 467 Yourou

The park has a streamside plaza, Gathering Plaza, outdoor concert stage, Takataki Dam Memorial Hall and tennis courts. The Takataki Dam on the Yourou River forms the largest reservoir in Chiba Prefecture.

Takataki Dam Memorial Hall (Takataki Dam Kinenkan)

Hours: 9 a.m.-5 p.m. (restaurant: 11a.m.-3 p.m.)

Closed: Mondays (the following day when Monday is a holiday), Yearend/New Year's holidays

(12/29-1/3)

Tel: 0436-98-0496



○市原湖畔美術館

(市原市水と彫刻の丘)

所在地：不入75-1

高滝湖と美しい緑に囲まれ、現代アートを中心とした企画展や市収蔵品を展示しています。施設内には、高滝湖を眺望できるカフェレストランや高さ28mの藤原式揚水機の展望塔があり、展望塔からの眺めは、ちば眺望100景に選定されています。

開館時間：平日（午前10時～午後5時）、
土曜日・祝前日（午前9時30分～午後7時）、日曜日・祝日
（午前9時30分～午後6時）

休館日：月曜日（祝日の場合は翌平日）、
年末年始（12月29日～1月3日）

観覧料は、企画展等の内容により異なります。

電話：0436-98-1525

○農業センター

所在地：安須980 番地

農業生産者と消費者が交流を深め、市民が緑や土とふれあい、ゆとりある活動の場として開放された施設。バーベキュー広場、ピクニック広場、植物見本園、散歩道などがあります。

利用時間：午前9時～午後5時

休園日：年末年始（12月29日～1月3日）

電話：0436-36-4187

○道の駅 あずの里いちはら

所在地：浅井小向492-1

ドライバーの休憩施設として、駐車場やトイレ・休憩所が無料で利用できます。また、新鮮な市内産農産物や加工品などの販売、道路や観光情報を提供しております。

営業時間：午前9時～午後6時

休館日：毎月第2火曜日（祝日の場合は翌日）、年始（1月1日～3日）

電話：0436-37-8891

○Ichihara Lakeside Museum

(Ichiharashi Mizu to Chokoku no Oka)

Location: 75-1 Funyu

Exhibitions focused on modern art and artifacts collected by the city are on display here, surrounded by beautiful greenery and Takataki lake. Within the facility there is a café-restaurant with views of Takataki lake, and a Fujiwara-style water pump with a 28 m tall observation tower. The view from the observation tower has been designated one of the 100 best views in Chiba.

Hours: Weekdays (10 a.m. – 5 p.m.), Saturdays/Days before a national holiday (9:30 a.m. – 7 p.m.), Sundays/National holidays (9:30 a.m. – 6 p.m.)

Closed: Mondays (If Monday is a holiday, the following weekday), Year's End and New Year's holidays (Dec. 29 – Jan. 3)

The admission fee differs depending on exhibitions and other factors.

Tel: 0436-98-1525

○Agricultural Center (Nogyo Center)

Location: 980 Azu

The facility was opened as a location where agricultural producers and consumers could come together to form deeper relationships, for people to experience nature, and for open-air activities. It has outdoor barbecue sites, picnic sites, plant identification gardens, walking paths and more.

Hours: 9 a.m. - 5 p.m.

Some facilities are not available during the year-end/New Year's holidays (12/29-1/3)

Tel: 0436-36-4187

○Michi no Eki Azu no Sato Ichihara

Location: 492-1 Asaikomukai

This facility serves as a rest area for drivers. The parking lot, restroom and rest area can be used free of charge. In addition, this facility also serves as a direct-sales outlet for fresh produce grown in Ichihara. Information on roads and tourist spots is also available.

Hours: 9 a.m.-6 p.m.

Closed: 2nd Tuesday of each month (the following day if it is a national holiday), New Year's holidays (1/1-1/3)

Tel.: 0436-37-8891



市原市国際交流協会

市原市民を中心に広く国際交流を促進し、積極的に各種交流事業を行うため平成3年に設立された団体で、市の補助金と会費などによって運営されています。

○主な活動

- ・日本語教室の開催
- ・外国人児童のための学習教室
- ・姉妹都市との交流
- ・外国人市民との交流会
- ・料理講座
- ・会報の発行
- ・市原市国際交流フェスティバル
- ・市原市国際交流パーティ

○日本語教室

次の会場で行っています。

- 【五井会館】
毎週木曜日 午前10時～正午
- 【市原青少年会館】
毎週日曜日 午前10時～正午と午後1時～3時、
毎週水曜日 午後6時30分～8時30分
- 【辰巳公民館】
毎週土曜日 午後6時30分～8時30分
- 【YOUホール】
第2・4金曜日 午前10時30分～正午
- 【姉崎公民館】
毎週月曜日 午前9時30分～11時30分
- 【南総公民館】
毎週日曜日 午後1時～3時
- 【白金こども日本語教室・白金小学校】
毎週金曜日 午後3時～4時30分

○姉妹都市提携

平成5年11月に米国・モバイル市との姉妹都市提携を行い、青少年の相互訪問を実施しています。

○市原市国際交流協会事務局

所在地：〒290-8501 国分寺台中央
1-1-1
電話：0436-23-9866（毎週火・金曜日
午前9時30分～午後3時30分）
FAX：0436-21-0332

Ichihara International Association

The Ichihara International Association was established in 1991 to promote international exchange involving Ichihara citizens and others, and to actively conduct various exchange projects. It is funded by city grants and membership fees.

○Main activities

- ・Japanese language classes
- ・Study help for foreign children
- ・Sister-city exchanges
- ・Forming exchange clubs with foreign residents
- ・Cooking classes
- ・Publishing reports
- ・Ichihara International Exchange Festival
- ・Ichihara International Exchange Party

○Japanese language classes

Classes are held at the following locations:

- ・[Goi Public Hall (Goi Kaikan)]: every Thursday, 10 a.m.-noon
- ・[Ichihara Youth Hall (Seishounen Kaikan)]: every Sunday, 10 a.m.-noon and 1-3 p.m.; every Wednesday, 6:30-8:30 p.m.
- ・[Tatsumi Public Hall (Tatsumi Kominkan)]: every Saturday, 6:30 p.m. – 8:30 p.m.
- ・[YOU Hall]: second and forth Friday, 10:30 a.m.-noon
- ・[Anesaki Public Hall (Anesaki Kominkan)]: every Monday, 9:30 a.m.- 11:30 a.m.
- ・Nanso Public Hall: every Sunday, 1:00 p.m. – 3:00 p.m.
- ・[Shirokane Japanese Class for Kids]: every Friday, 3:00 p.m. – 4:30 p.m.

○Sister-city Ties

Ichihara formed a sister-city relationship with Mobile, Alabama in the United States in November 1993 and has an exchange program for young people (students).

○Ichihara International Association Office

Location: 1-1-1 Kokubunjidaichuo, 290-8501
Tel.: 0436-23-9866 (every Tuesday and Friday, 9:30 a.m. – 3:30 p.m.)
FAX: 0436-21-0332



市原市の概要

○位置と広さ

東経:140° 7' 07"

北緯:35° 29' 42"

東京湾から房総丘陵にかけて東西約22km、南北約36kmに延び、市域面積は368.17km²と千葉県では最大の面積です。

千葉市に隣接し、首都東京から50km圏内で、JR内房線が海岸線を小湊鉄道が市域中央を走るという交通至便の地にあり、成田国際空港からも近いです。

○人口(令和2年1月1日現在)

人口: 27万5,385人

世帯数: 12万7,233世帯

外国人市民の数: 6,100人

○気候風土

温暖な気候で、東京湾の海の幸、房総丘陵の山の幸をはじめ、多様な四季が楽しめます。

○歴史

縄文・弥生の遺跡が2,500か所、貝塚が40か所あり、古くから開けた土地で、上総の国府が置かれるなど政治面でも中心的な役割を果たしていました。昭和38年5つの町が合併して市原市が誕生。平成4年にはジェフユナイテッド市原・千葉のホームタウンとなり、サッカーの街としても知られています。

Overview of Ichihara

○Location and area

Longitude: 140° 7' 07"E

Latitude: 35° 29' 42"N

Ichihara stretches east to west for 22 kilometers from Tokyo Bay to the Bousou Hills, and north to south for 36 kilometers. At 368.17 square kilometers, it is the largest city in Chiba Prefecture.

Ichihara lies next to Chiba City and is within the 50 kilometer radius around Tokyo that makes up the Tokyo Metropolitan area. Transportation is very convenient with the JR Uchibou Line running along the coastline and the Kominato Line running through the center of town. Ichihara is also close to the New Tokyo International Airport at Narita.

○Population (as of January 1, 2020)

Population: 275,385

Number of households: 127,233

Number of registered foreigners: 6,100

○Climate

Ichihara has a warm climate. With Tokyo Bay on one side and the Bousou Hills on the other, residents can enjoy many aspects of the changing seasons.

○History

People have lived in this area since ancient times. Ichihara has 2,500 archeological sites from the Jomon and Yayoi eras, and 40 shell mounds left by the early inhabitants. It also played a central political role as well, serving as the seat of the Kazusa government.

In 1963 Ichihara was formed from the merger of five towns. It became the hometown of the J League soccer team JEF United Ichihara Chiba in 1992 and is now known as a "soccer town."



1月・2月

消防出初式
市原高滝湖マラソン大会
成人式
市原健康マラソン

3月

大塚ばやし
飯香岡八幡宮春季大祭
大宮神社春季大祭

4月

鶴舞花まつり
養老川リバーサイドウォーク
高滝神社春季例大祭（花嫁まつり）
いきいき市原ワンデーマーチ
園芸まつり

5月・6月

姉崎産業祭
八幡臨海まつり
五井臨海まつり

7月・8月

姉崎神社夏季例大祭
市津夏祭り
椎津のカラダミ

9月

総合防災訓練

10月

上総いちばら国府祭り
高瀧神社秋季例大祭
鶴峯八幡の神楽
根本神社の神楽
いーでん² 収穫まつり
八幡宿祭
姉崎門前市
駅からハイキング

11月

大宮神社秋季大祭
国際交流フェスティバル
農林業まつり
養老溪谷ファミリーハイキング
高滝湖ワカサギ釣り大会
クリスマスイルミネーション

12月

五井大市

January/February

New year's fire department demonstration
Marathon race at Ichihara Takataki-ko lake
Coming-of-age Ceremony
Ichihara health marathon

March

Ohtsuka-bayashi
Annual spring festival at Igaoka Hachimangu Shrine
Annual spring festival at Ohmiya Shrine

April

Tsurumai flower festival
Yourougawa riverside walk
Annual spring festival at Takataki Shrine (Bride festival)
Iki-iki Ichihara one-day March (hiking)
Gardening festival

May/June

Anesaki industrial festival
Yawata Rinkai festival
Goi Rinkai festival

July/August

Annual summer festival at Anesaki Shrine
Shizu summer festival
Karadami (Buddhist ceremony) at Shiizu

September

General disaster preparedness training

October

Kazusa-Ichihara Kokufu(governmental site) festival
Annual autumn festival at Takataki Shrine
Kagura (Shinto music and dance) at Tsurumine Hachiman Shrine
Kagura (Shinto music and dance) at Nemoto Shrine
Iden-iden harvest festival
Yawatajuku festival
Anesaki monzen-ichi fair
Eki kara hiking (hiking from the station)

November

Annual autumn festival at Ohmiya Shrine
International exchanges festival
Agriculture and forestry festival
Yourou valley family hiking
Smelt fishing derby at Takataki-ko lake
Christmas illuminations

December

Goi grand festival



市原市の観光スポット

○史跡 上総国分寺跡

所在地：惣社1丁目7番地1付近
天平13年(741)に聖武天皇の詔によって全国60余国に建立された国立寺院の一つで、国分僧寺跡は全国第3位の規模です。創建当時は市役所庁舎よりも高い、推定63mの高さの七重塔が建っており、現在はその基壇と大きな礎石が残されています。市役所ロビーには七重塔の20分の1縮尺の精巧な模型を展示しています。

○史跡 上総国分尼寺跡

所在地：国分寺台中央3丁目5番地2
全国の国分尼寺跡の中で最大規模の広さです。市原市が古代の上総国の政治・経済・文化の中心であったことを象徴する文化遺産として、保存・整備しています。発掘調査の成果を元に、寺の中枢部である金堂基壇とそれにつながる回廊・中門を当時の手法で復元し、展示館では、尼寺全体の模型や出土遺物を展示しています。

開館時間：午前9時～午後5時

入場は午後4時30分まで

休館日：月曜日(ただし、月曜日が祝日の場合は、その直後の休日以外の日振替)、年末年始(12月29日～1月3日)

入場料：無料

電話：0436-21-7633

Tourist Spots in Ichihara

○The historical site of Kazusa Kokubunji Temple (Kazusa Kokubunji Ato)

Location: 1-7-1 Soja
This was one of the more than 60 state temples built by order of Emperor Shoumu in Tempyo 13 (741 A.D.), and the Kokubunji temple ruin is the third-largest in the nation. The seven-storied pagoda was estimated to be 63meters high, which is higher than the building of Ichihara City Hall. Currently, the main part of the temple and its foundation stone remain. An elaborate miniature of seven-storied pagoda on a scale of 1:20 is displayed at the lobby of Ichihara City Hall.

○The historical site of Kazusa Kokubunniji Nunnery (Kazusa Kokubunniji Ato)

Location: 3-5-2 Kokubunjidaichuo

Of all Kokubuniji nunneries in the country, this one is the largest in scope.

Ichihara City preserves and maintains this historical site as a cultural asset that represents how this location was a center of politics, finance and culture in ancient times. Thanks to the results of the excavation, the main part of the nunnery, its corridor and middle gate have been restored in traditional way.

The exhibition hall holds a model of the entire temple and excavated artifacts.

Hours: 9 a.m.-5 p.m. (no admittance after 4:30 p.m.)

Closed: Mondays (if Monday is a national holiday, closed the next working day), New Year's holidays (12/29-1/3)

Admission free. Tel.: 0436-21-7633



○養老川

清澄山系を源流とし、市原市を南北に貫いて流れる二級河川。上流から下流にかけて大きく姿を変えながら、東京湾へと注いでいます。上流域は渓谷美を誇り、観光地としても有名です。農業用水のほか、私たちの飲料水としても利用されています。

○養老渓谷

養老川上流の渓谷。春はツツジやフジ、秋は紅葉で彩られます。バンガロー村やキャンプ場、数コースのハイキングコースなどもあります。

バンガロー村（小湊鉄道株）

電話：0436-21-6771

○チバニアン（千葉時代）の地層

77万年前の火山灰層を目印に地磁気逆転現象の痕跡が確認できる、世界でも類を見ない希少な地層です。含まれるプランクトンや花粉といった微化石から逆転現象前後の環境変動も復元できる重要な研究の場です。

更新世前期と中期の地質年代境界

（GSSP）に認定され、77万4千年前から始まる地質年代の名称がラテン語で千葉時代を意味する「チバニアン」と名付けられました。

また、同地層は「養老川流域田淵の地磁気逆転地層」として、市原市初の国指定天然記念物にも指定されています。

○Yourou River

The Yourou River is a Class II river that originates in Kiyosumi-san mountain range and flows through Ichihara north to south. The river changes dramatically from its starting point to where it finally flows into Tokyo Bay. The origin in the Mamembara Highlands is a famous tourist spot due to the beautiful valleys. The waters of the Yourou River are not only used for agriculture, but also as drinking water.

○Yourou Valley

This valley is located in the upper reaches of the Yourou River. In the spring it blooms with azalea and wisteria and in the fall it is brilliant with colored leaves. There are bungalow camps (Bangaro Mura), campgrounds and few hiking courses are available in the valley.

Bangaro Mura (Kominato Testudo Co., Ltd.)

Tel.: 0436-21-6771

○Geologic Strata of chibanian (Chiba Age)

These are rare geologic strata that are unique in the world where the trace of the geomagnetic reversal phenomenon can be confirmed using the volcanic ash layer from 770,000 years ago. It is an essential research place to reconstruct environmental changes around the time of the reversal, based on planktonic and pollen microfossils found there.

Since it was ratified as the GSSP (Global Boundary Stratotype Section and Point) for the Early-Middle Pleistocene boundary, the geological age starting 774,000 years ago was named Chibanian, meaning “Chiba Age” in Latin.

These strata were also designated as Ichihara City’s first nationally designated natural monument, as the “Yōrō River Basin Tabuchi Geomagnetic Reversal Strata.”



主要電話リスト（市外局番 0436）
Telephone Numbers of Major Facilities (Area Code 0436)

施設名	Name	Address	Telephone
市原市役所	Ichihara City Office (Ichihara Shiyakusho)	1-1-1 Kokubunjidaichuo	22-1111
市原支所	Ichihara Branch (Ichihara Shisho)	1050-3 Yawata	41-0141
五井支所	Goi Branch (Goi Shisho)	2F Sun Plaza Ichihara 1-1-25 Goichuonishi	21-2156
姉崎支所	Anesaki Branch (Anesaki Shisho)	2150-1 Anesaki	61-0042
三和支所	Sanwa Branch (Sanwa Shisho)	232-1 Amaariki	36-1111
市津支所	Shizu Branch (Shizu Shisho)	90-1 Shimono	74-0002
南総支所	Nanso Branch (Nanso Shisho)	500 Ushiku	92-1111
加茂支所	Kamo Branch (Kamo Shisho)	583-3 Hirano	96-0101
辰巳台支所	Tatsumidai Branch (Tatsumidai Shisho)	3-14-1 Tatsumidainishi	74-2211
有秋支所	Yushu Branch (Yushu Shisho)	1-3-2 Yushudainishi	66-0070
ちはら台支所	Chiharadai Branch (Chiharadai Shisho)	6-1-3 Chiharadaiminami	50-2311
八幡公民館	Yawata Public Hall (Yawata Kominkan)	1050-1 Yawata	41-1984
五井公民館	Goi Public Hall (Goi Kominkan)	5472-1 Goi	22-2121
姉崎公民館	Anesaki Public Hall (Anesaki Kominkan)	2150-1 Anesaki	61-0124
市津公民館	Shizu Public Hall (Shizu Kominkan)	90-1 Shimono	74-5516
南総公民館	Nanso Public Hall (Nanso Kominkan)	520-1 Ushiku	92-0039
加茂公民館	Kamo Public Hall (Kamo Kominkan)	949-1 Yoro	98-0033
辰巳公民館	Tatsumi Public Hall (Tatsumi Kominkan)	3-14-1 Tatsumidainishi	74-8521
有秋公民館	Yushu Public Hall (Yushu Kominkan)	1-3-2 Yushudainishi	66-0121
国分寺公民館	Kokubunji Public Hall (Kokubunji Kominkan)	1-2-6 Minamikokubunjidai	24-1600
鶴舞公民館	Tsurumai Public Hall (Tsurumai Kominkan)	624 Tsurumai	88-2002
白鳥公民館	Shiratori Public Hall (Shiratori Kominkan)	505-3 Ookubo	96-0279
三和コミュニティセンタ ー	Sanwa Community Center	235-1 Amaariki	36-4922
菊間コミュニティ保健福 祉センター	Kikuma Community/Health Welfare Center (Kikuma Community Hoken Fukushi Center)	1870-4 Kikuma	42-3424
ちはら台コミュニティセ ンター	Chiharadai Community Center	6-1-3 Chiharadaiminami	50-2312
千種コミュニティセンタ ー	Chigusa Community Center	2-1-2 Chigusa	26-1515
戸田コミュニティセンタ ー	Toda Community Center	733 Umatate	95-6622



主要電話リスト（市外局番 0436）

Telephone Numbers of Major Facilities (Area Code 0436)

市民会館	Civic Center (Shimin Kaikan)	1-1-1 Soja	22-7111
ゼットエー武道場	ZA (Zett A) Martial Arts Hall	1474-1 Noman	41-9825
中央図書館	Central Library (Chuo Toshokan)	5-1-51 Sarashina	23-4946
サンプラザ市原	Sun Plaza Ichihara	1-1-25 Goichuonishi	24-1151
勤労会館（youホール）	Workers' Hall (You Hall) (Kinro Kaikan)	5-1-18 Sarashina	25-0125
姉崎公園	Anesaki Park (Swimming Pool and Ice Skating Rink) (Anesaki Koen)	23-2 Anesakikaigan	60-3081
八幡公園	Yawata Park (Swimming Pool) (Yawata Koen)	440 Yawata	43-2368
宮田公園	Miyata Park (Traffic Park) (Miyata Koen)	2-9 Goi Higashi	22-3217
オリジナルメーカー海づり公園	Original maker Umizuri Koen (Original maker Sea-Fishing Park)	1-12 Goiminamikaigan	21-0419
いはらクオードの森	ICHIHARA QUARD's FOREST (Ichihara QUARD no Mori)	1011 Kakinokidai	96-1119
市ゲートボール場	Gate Ball Site (Gate-ball Jyo)	1501 Noman	42-0003
高滝ダム記念館	Takataki Dam Memorial Hall (Takataki Dam Kinenkan)	467 Yoro	98-0496
保健センター	Ichihara Municipal Health Center (Hoken Center)	5-1-27 Sarashina	23-1187
子育てネウボラセンター	Childrearing Neuvora (Advice) Center	c/o Ichihara Municipal Health Center, 5-1-27 Sarashina	23-1215
急病センター	Emergency Medical Center (Kyubyo Center)	5-1-48 Sarashina	21-5771
教育センター	Education Center (Kyoiku Center)	20 Yawata	41-3338
市原青少年会館	Ichihara Youth Hall (Ichihara Seishonen Kaikan)	1126-1 Yawata	43-3651
消防局	Fire Department (Shobo-Kyoku)	1-1-1 Kokubunjidaichuo	23-0119
中央消防署	Central Fire Department (Chuo Shobosho)	1-1-1 Kokubunjidaichuo	22-8110
光風台分署	Kofudai Branch Fire Department (Kofudai Bunsho)	2-464-1 Kofudai	36-7171
五井消防署	Goi Fire Department (Goi Shobosho)	5500-1 Goi	22-8161
八幡消防署	Yawata Fire Department (Yawata Shobosho)	254-2 Yawata	42-0119
市津消防署	Shizu Fire Department (Shizu Shobosho)	35-1 Uruido	75-0602
姉崎消防署	Anesaki Fire Department (Anesaki Shobosho)	49-1 Anesakikaigan	61-0642
有秋分署	Yushu Branch Fire Department (Yushu Bunsho)	16-3 Fukashiro	66-0119
南総消防署	Nanso Fire Department (Nanso Shobosho)	727-1 Yonezawa	92-0119
加茂分署	Kamo Branch Fire Department (Kamo Bunsho)	167-1 Hirano	96-0119



主要電話リスト（市外局番 0436）

Telephone Numbers of Major Facilities (Area Code 0436)

消費生活センター	Consumer Center (Shohi Seikatsu Center)	1-1-25Goichuonishi(2F Sun Plaza Ichihara)	21-0999
福増クリーンセンター	Fukumasu Clean Center	124-2 Fukumasu	36-1185
憩の家	Community House (Ikoi no ie)	124-1 Fukumasu	36-2619
農業センター	Agriculture Center (Nogyo Center)=(Azu Botanical Park)	980 Azu	36-4187
道の駅 あずの里いちはら	Road Station Azu no Sato Ichihara (Michi no Eki Azu no Sato Ichihara)	492-1 Asaikomukai	37-8891
市原スポレクパーク	Ichihara Sports & Recreation Park	775 Kikuma	41-3115
その他の施設 Other organizations and facilities			
市原市観光協会	Ichihara City Tourism Association (Ichihara-shi Kanko Kyokai)	1-1-25 Goichuonishi (1F Sun Plaza Ichihara)	22-8355
市原市埋蔵文化財調査センター	Ichihara City Archaeological Research Center	1489, Noman	41-9000
市原健康福祉センター	Ichihara Public Health and Welfare Center (Ichihara Kenko Fukushi Center)	1309 Goi	21-6391
市原市社会福祉協議会	Ichihara Social Welfare Councils	4-1-4, Minamikokubunjidai	24-0011
姉崎保健福祉センター(アネッサ)	Anesaki Health and Welfare Center (Anessa)	1131, Shiizu	62-8601
三和保健福祉センター(サンハート)	Sanwa Health and Welfare Center (Sun-Heart)	225-4, Amaariki	37-7100
市原市老人福祉センター	Ichihara Welfare Center for the Aged	1-1-23, Kokubunjidaichuo	22-8199
南部保健福祉センター(なのはな館)	Nambu Health and Welfare Center (Nanohana-kan)	377-1, Ushiku	92-1481
市原県税事務所	Ichihara Prefectural Tax Office (Ichihara Kenzei Jimusho)	1-1-25 Goichuonishi (5F Sun Plaza Ichihara)	22-2171
千葉地方法務局市原出張所	Chiba District Legal Affairs Bureau Ichihara Branch (Chiba Chiho Homu-kyoku Ichihara Shucchojo)	2384-56 Yawata	41-3241
市原郵便局	Ichihara Post Office (Ichihara Yubinkyoku)	4-1 Shiroganecho	24-7171
市原南郵便局	South Ichihara Post Office (Ichihara Minami Yubinkyoku)	714 Yamada	36-7273
姉崎郵便局	Anesaki Post Office (Anesaki Yubinkyoku)	721 Anesaki	61-2401
市原警察署	Ichihara Police Office (Ichihara Keisatsusho)	1965-17 Yawatakaigandori	41-0110
JR 八幡宿駅	JR Yawatajuku Station (JR Yawatajuku Eki)	775-3 Yawata	41-0648
JR 五井駅	JR Goi Station (JR Goi Eki)	2-1-11Goichuonishi	22-1151
JR 姉ヶ崎駅	JR Anegasaki Station (JR Anegasaki Eki)	538 Anesaki	61-0059
小湊鉄道	Kominato Railroad (Kominato Tetsudo)	1-1-2 Goichuohigashi	21-6771



主要電話リスト（市外局番 0436）

Telephone Numbers of Major Facilities (Area Code 0436)

Handy telephone numbers			
Type of emergency		Where to call	Telephone
火事	In case of fire	Fire Department (Shobo-kyoku)	119
夜間および休日の急病	Night time or holiday illness	Emergency Medical Center (Kyubyo Center)	21-5771
		Guide of on-duty doctor	22-0101
結婚、出産、死亡	Marriages, births, deaths	Civil Division (Shimin-ka)	23-9803
保育園	Nursery school	Nursery Division (Hoiku-ka)	23-9829
健康相談	Health consultations	Ichihara Municipal Health Center (Hoken Center)	23-1187
国民健康保険	National health insurance	National Health Insurance Division (Kokumin Kenko Hoken-ka)	23-9804
国民年金	National pension program	National Pension Office (Kokumin Nenkin-shitsu)	23-9805
軽自動車納税証明書の取得	Tax payment certificate for government inspection of light vehicles	Civil Division (Shimin-ka)	23-9803
軽自動車（125cc以下）の廃車	Getting rid of motorcycles (125cc or less than 125cc)	Tax Division (Nozei-ka)	23-9810
ごみ	Garbage disposal	Clean Promotion Division (Clean Suishin-ka)	23-9857
野良犬・猫	Stray dogs or cats	Fukumasu Clean Center	36-1185
市営住宅	Municipal housing	Housing Division (Jutaku-ka)	23-9841
市内観光	City tourist information	Ichihara City Tourist Association (Ichihara-shi Kanko Kyokai)	22-8355
		Tourism Promotion Division (Kanko Shinko-ka)	23-9755
広報紙	Public information bulletins	Public Information and Reception Division (City Promotion suisin-ka)	23-9821
外国人のための生活ガイド	A Foreigner's Guide to Living in Ichihara	Human Rights and International Exchange Division (Jinken Kokusai-ka)	23-9826
外国人相談（英語可）	Consultations in English	Ichihara International Association (Kokusai Koryu Kyokai)	23-9866
市原市国際交流協会	Ichihara International Association		
日本語を学びたい	Want to learn Japanese		
ボランティア活動	Volunteer activity in foreign language	Ichihara International Association (Kokusai Koryu Kyokai)	
一般質問	Not sure where to ask	City Office Key Telephone Number	22-1111



緊急個人カード

Personal Information Card for Emergencies

緊急個人カード Personal Information Card for Emergencies

氏名 (Name):

住所 (Address):

電話番号 (Telephone number):

生年月日 (Date of birth):

性別 (Male/Female):

国籍 (Nationality):

健康保険証被保険者番号 (Health insurance card number):

パスポート番号 (Passport number):

在留カード又は特別永住者証明書の番号 (Resident Card or

Special Permanent Resident Certificate number):

大使館電話番号 (Embassy/consulate telephone number):

自宅以外の連絡先 (学校・勤め先) (Emergency telephone number except home (School/ work place))

名称 (Name):

住所 (Address):

電話番号 (Telephone number):

ファックス番号 (FAX number):

最寄りの救急病院 (Nearest emergency hospital)

病院名 (Name of hospital):

電話番号 (Telephone number):

診療科目 (Medical department):

緊急ダイヤル

Emergency Telephone Numbers

Dial 110 and Dial 119:

どこで、何があったかを落ち着いて簡潔に伝えてください。

State what happened and the location, calmly and concisely.

▼警察ダイヤル110 - Police (dial 110)

Keisatsu wo yonde kudasai.

“Please call the police.”

▼消防車ダイヤル119 - Fire department (dial 119)

Kaji desu.

“Fire!”

▼救急車ダイヤル119 - Fire department (dial 119)

Kyukyusha wo yonde kudasai.

“Please send an ambulance.”

Address, name and telephone number in Japanese

▼ Address Jusho wa xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx desu.

▼ Name Namae wa xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx desu.

▼ Telephone Denwa-bango wa xxxxxxxxxxxxxxxxxxxx desu.

※このカードをコピーして電話のそばに貼っておくと便利です。

* Keep a copy of this card beside the phone for an emergency.



Flower of the city = Cosmos



Tree of the city = Ginkgo tree



Bird of the city = Bush warbler

Daily Life Guidebook For International Residents in Ichihara

(英語版) English version

Published: March 2020

Publisher: Ichihara City

Editor: Human Rights and International Exchange
Division, Ichihara City

1-1-1 Kokubunjidaichuo, Ichihara-shi, Chiba-ken 290-8501

Tel: 0436-22-1111

Website: <http://www.city.ichihara.chiba.jp>