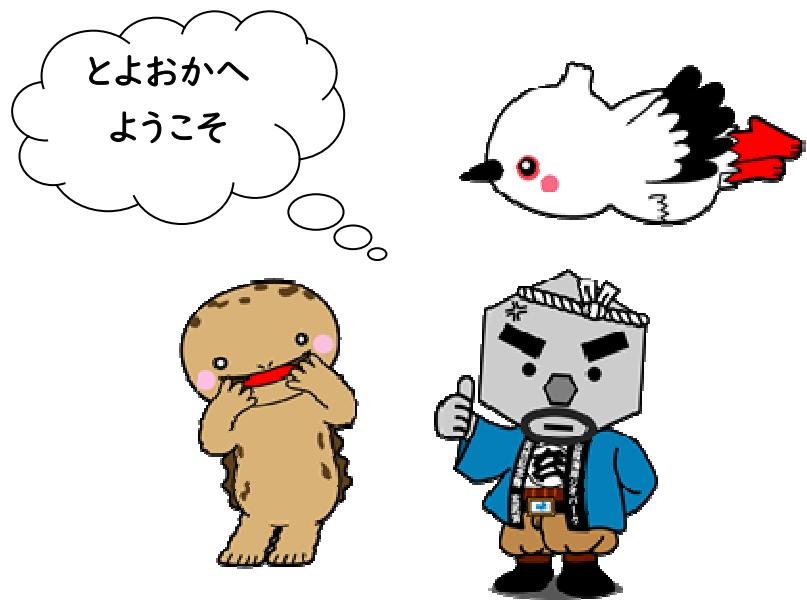


やさしいにほんご

とよおかしせいかつかんない  
豊岡市生活案内

# TOYOOKA CITY

## LIVING GUIDE



# もくじ

とよおかし <b>豊岡市について</b>	1
ざいりりゅう てつづ <b>在留の手続きについて</b>	2
す <b>住むところ</b>	
じゅうたく <b>住宅について</b>	5
すいどう でんき がす <b>水道・電気・ガス</b>	
すいどう げすいどう <b>水道・下水道</b>	7
でんき <b>電気</b>	7
がす <b>ガス</b>	8
ごみ	
だ かた <b>ごみの出し方</b>	9
わ かた <b>ごみの分け方</b>	10
だ <b>ごみステーションに出してはいけないもの</b>	12
くるま うんてん <b>車の運転</b>	
うんてんめんきょ <b>運転免許</b>	13
とき <b>とくに気をつけること</b>	14
けっこん <b>結婚</b>	
けっこん <b>結婚するとき</b>	15
こ う にんしん しゅっさん <b>子どもを産む(妊娠・出産)</b>	
にんしん <b>妊娠がわかったら</b>	16
こ う <b>子どもが生まれたら</b>	18
こ こくせき <b>子どもの国籍</b>	19

こ そだ <b>子どもを育てる</b>	
こ そだ けんこう <b>子どもの健康</b>	19
こ そだ ささ <b>子育てを支えるしくみ</b>	20
しえんせんたー こそだ かていそうだん <b>こども支援センター・子育て家庭相談</b>	22
こ そだ せんたー <b>子育てセンター</b>	23
とよおかし ふ あ みりー さ ぱー と せんたー こそだ <b>豊岡市ファミリーサポートセンター・子育</b>	
そだんまどぐち <b>てなんでも相談窓口</b>	24
こ ほいくしょ がっこう <b>子どもの保育所・学校</b>	
ようちえん ほいくえん にんてい えん <b>幼稚園・保育園・認定こども園</b>	25
しょうがっこう ちゅうがっこう <b>小学校・中学校</b>	26
ほうかご じどう くらぶ <b>放課後児童クラブ</b>	26
びょうき <b>病気・けが</b>	
びょういん い <b>病院へ行く</b>	28
いりょうほけんせいど <b>医療保険制度</b>	29
ぜいきん ねんきん <b>税金・年金</b>	
ぜいきん <b>税金</b>	31
ねんきん <b>年金</b>	33
か じ じけん じ こ <b>火事・事件・事故</b>	35
か じ お <b>火事が起きたとき</b>	36
ぼうさい <b>防災</b>	37
きんきゅう じ にほんご <b>緊急時の日本語</b>	39
そだん <b>相談をするとところ</b>	40
にほんご きょうしつ たぶん かこうりゅう <b>日本語教室・多文化交流サロン</b>	

こうのとりす  
**コウノトリの住むまち、**  
とよおかし  
**豊岡市へようこそ**



とよおかし  
**豊岡市について**

とよおかし ねん がつ にち ひょうごけん し ちょう とよおかし きのさきちょう たけのちょう  
豊岡市は、2005年4月1日、兵庫県の1市5町（豊岡市、城崎町、竹野町、  
ひたかちょう いしちょう たんとうちょう あ し じんこう やく にん めんせき  
日高町、出石町、但東町）が合併してできた市です。人口は約76,000人、面積は  
ひょうごけん いちばんおお へいほう き ろ め ー と る  
兵庫県で一番大きい 697.55 平方キロメートルです。

かんこうぎょう のうりんすいさんぎょう さか きのさきおんせん かんなべこうげんす きーじょう いづし じょう  
観光業、農林水産業などが盛んです。城崎温泉、神鍋高原スキー場、出石の城  
かまち まんにんいじょう ひと おとず たじまうし ゆうめい わぎゅう しいく  
下町など、400万人以上の人気が訪れます。「但馬牛」として有名な和牛の飼育が  
おこな まつば が に みずあ いづしやき つく  
行われ、松葉ガニの水揚げもされています。また、かばんや出石焼などが作られてい  
ます。

## 在留の手続きについて

日本に入国し(来て)滞在する(住む)ときには、目的(何をしに来たのか)によって在留資格と在留期間が決められています。パスポートに、在留資格と在留期限が書いてあるので、確かめます。

はじめて日本に来た時に、市役所で転入の手続きをします。住む所に着いてから14日以内にします。持っていくものは、「在留カード」です。「在留カード」を持っていない人は、「在留カードを後日交付する」と書かれたパスポートを持っていきます。

### ■在留カード

在留カードをいつも持ち歩いてください。

### ■外国人住民の住民基本台帳制度

外国人住民にも住民票が作成され、市役所での手続きが簡単になります。住民票は、3ヶ月を超えて日本に住み、日本に住所がある外国人に作られます。

### ■市役所での手続き

次のときも手続きをします。

こんなとき	いつまでに	持っていくもの	何をする
中長期在留者になった	住むところが決まってから 14日間以内	・在留カード	住居地の届出をする(住むところを知らせる)
引越しをした		・在留カード ・転出証明書	転出・転入届を出す

### ■在留資格の変更

転職(仕事を変える)や就職する(仕事を始める)ときには、在留資格を変えるために、地方出入国在留管理官署に「在留資格変更」の申請をしてください。

## ■在留期間の更新

在留期間を延長したい(延ばしたい)ときは、在留期間更新の手続きをしてください。申請は在留期間の満了する(終わる)日より前からできます。

## ■マイナンバーカードの有効期限の延長

マイナンバーカードは、カードを作ったときの在留期間が終わる日まで使えます。在留期間を延長(伸びた)ときは、市役所でマイナンバーカードが使える期間を延ばす手続きをします。手続きをしないとカードが使えません。カードが使える期間(時)に、市役所の窓口で手続きをしてください。カードが使えなくなった場合、新しいカードを作ります。手数料(お金)がいります。

## ■地方出入国在留管理局での手続き

こんなとき	いつまでに	いるもの	何をする
氏名(名前)、生年月日 (誕生日)、性別(男・女)、 国籍(国)・地域の変更	変更があつて から14日間 のうちに	<ul style="list-style-type: none"><li>変更があつたことを 証明する資料</li><li>在留カード</li><li>写真</li><li>パスポート</li></ul>	地方出入国 在留管理局へ とどけて 変更の届出
仕事場や学校が変わったとき・結婚や離婚をしたとき		<ul style="list-style-type: none"><li>在留カード</li></ul>	
在留カードを失くした、 汚した、壊した	気が付いた 日から14日 間のうちに	<ul style="list-style-type: none"><li>カードを失くしたこ となどを証明す る資料</li><li>パスポート</li><li>写真</li></ul>	地方出入国 在留管理局で 再交付申請(もう 一度カードをもら います)
在留カードの有効期間更新	有効期限まで	<ul style="list-style-type: none"><li>在留カード</li><li>パスポート</li><li>写真</li></ul>	地方出入国 在留管理局で 更新手続き

## ■資格外活動許可

はたら  
働くことを許可されて(許されて)いない資格の人がアルバイトなどで収入を得る  
(お金もらう)ときには、地方出入国在留管理官署で資格外活動許可をもらいます。

## ■在留資格の取得

にほん  
日本で生まれて、日本国籍を持たない子どもが日本に在留するには、生まれた日から30日以内に所轄の地方出入国在留管理官署に申請し、在留資格取得の手続きをしてください。60日以内に出国する場合は、必要ありません。

## ■再入国許可

りょこう  
旅行などで少しの間、日本を出る時は、在留カードを見せて、再入国許可の手続きをしてください。1年以内にもう一度入国する時に、再入国許可を受ける必要がなくなります。

し  
※もっと知りたい人は地方出入国在留管理局に問い合わせてください。

## ■地方出入国在留管理局

なまえ 名前	ゆうびんばんごう 郵便番号	じゅうしょ でんわ 住所・TEL	あ 開いている時間
おおさかしゅつにゅうこく 大阪出入国 ざいりゅうかんりきょく 在留管理局	559-0034	おおさかふおおさかしすみのえく 大阪府大阪市住之江区 なんこうきた 南港北1-29-53 ☎0570-064259 かいがい (IP、海外:06-4703-2050)	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 ごぜん じ 午前9時～
こうべしきょく 神戸支局	650-0024	ひょうごけんこうべしちゅうおうくかいがんどおり 兵庫県神戸市中央区海岸通 こうべ ちほうごうどうちょうしゃ 29神戸地方合同庁舎 ☎078-391-6377	ごご じ 午後4時
ひめじこうしゅっちょうじょ 姫路港出張所	672-8063	ひょうごけんひめじしかまくすか 兵庫県姫路市飾磨区須加 ひめじこうわんごうどうちょうしゃ 294-1姫路港湾合同庁舎 ☎079-235-4688	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 ごぜん じ 午前9時～正午
まいづるこうしゅっちょうじょ 舞鶴港出張所	624-0946	きょうとふまいづるしあざしもふくい 京都府舞鶴市字下福井901 まいづるこうわんごうどうちょうしゃ 舞鶴港湾合同庁舎 ☎0773-75-1149	ごご じ 午後1時～4時

がいこくじんざいりゅうそうごういんふおめしょんせんたー  
**■外国人在留総合インフォメーションセンター**

じかん 時間	ことば 話すことのできる言葉
げつようび 月曜日～ きんようび 金曜日 ごぜん じ ふん 午前8時30分 ～ ごご じ ふん 午後5時15分	えいご ちゅうごくご 英語・中国語・ スペイン語・韓国語など

す  
**住むところ**

じゅうたく  
**住宅について**

やす やちん か じゅうたく す きじゅん  
 安い家賃で借りることのできる住宅があります。住むには、基準があります。くわしく  
 し やくしょ けんちくじゅうたくか と あ  
 は市役所の建築住宅課に問い合わせてください。

けんえいじゅうたく ひょうごけん ていきょう じゅうたく  
**■県営住宅(兵庫県が提供する住宅)**

なまえ 名前	ばしょ 場所
とよおかいっぽんまつ 豊岡一本松	じょうざかい 庄境
とよおかたかや 豊岡高屋	たかや 高屋
とよおかいまもり 豊岡今森	いまもり 今森
ひだかこくふ 日高国府	ひだかちょうあげし 日高町上石
いしおしむろ みだい 出石室見台	いしおしちょうほそみ 出石町細見

しえいじゅうたく とよおかし ていきょう じゅうたく  
**■市営住宅(豊岡市が提供する住宅)**

なまえ 名前	ばしょ 場所	なまえ 名前	ばしょ 場所
いまもり 今森	えもと 江本	せいしゅう 静修	ひたかちょうどうじょう 日高町道場
さかえまち 栄町	さかえまち 栄町	つるおかひがし 鶴岡東	ひだかちょうつるおか 日高町鶴岡
しおつ 塩津	しおつちょう 塩津町	つるおか 鶴岡	ひだかちょうつるおか 日高町鶴岡
たかや 高屋	たかや 高屋	ほくぶ 北部	いすしちょうてらまち 出石町寺町
もとやくし ごう 元薬師1号	きのさきちょうゆしま 城崎町湯島	ひのべ 日野辺	いすしちょうひのべ 出石町日野辺
もとやくし ごう 元薬師2号	きのさきちょうゆしま 城崎町湯島	ふくすみ 福住	いすしちょうふくすみ 出石町福住
うちじま 内島	きのさきちょううちもしま 城崎町桃島	かじや 鍛冶屋	いすしちょうかじや 出石町鍛冶屋
むすぶ ごう 結2号	きのさきちょうむすぶ 城崎町結	とりい 鳥居	いすしちょうとりい 出石町鳥居
うやま 上山	きのさきちょううやま 城崎町上山	であい 出合	たんとうちょうであい 但東町出合
うやま ごう 上山2号	きのさきちょううやま 城崎町上山	はたやま 畠山	たんとうちょうはたやま 但東町畠山
まるやま 円山	きのさきちょうくるひ 城崎町来日	やね 矢根	たんとうちょうやね 但東町矢根
くさかいてらす 草飼テラス	たけのちょうくさかい 竹野町草飼	くばたにのみや 久畠二ノ宮	たんとうちょうくばた 但東町久畠
ちりもと 森本	たけのちょうもりもと 竹野町森本	なかやまむこうまち 中山向町	たんとうちょうなかやま 但東町中山
とどろき 轟	たけのちょうとどろき 竹野町轟	あかの 赤野	たんとうちょうなかやま 但東町中山
かみのごう 上郷	ひだかちょうかみのごう 日高町上郷	にゅうの 如布	たんとうちょうなかやま 但東町中山
どうじょう 道場	ひだかちょうどうじょう 日高町道場	おだに 小谷	たんとうちょうおだに 但東町小谷

といあわ  
**<問合せ>**

けんちくじゅうたく か  
**建築住宅課 ☎0796-21-9018**

# すいどう でんき がす 水道・電気・ガス

## すいどう げすいどう 水道・下水道

しない すいどう みず の  
市内の水道の水は、飲むことができます。

### ■使い始めるとき、使うのをやめるとき

ひっこ すいどう つか はじ つか  
引越しで水道を使い始めるとき、使うのをやめるときは、豊岡市水道お客さま  
せんたー れんらく いんたーねつと てつづ  
センターに連絡してください。インターネットからでも手続きができます。

### ■料金

つか ぶん りょうきん まいつきとど せいきゅうしょ ぎんこう ゆうびんきょく こんびにえんすすとあし  
使った分の料金は、毎月届く請求書で、銀行・郵便局・コンビニエンスストア・市  
やくしょまどぐち しはら  
役所窓口で支払ってください。  
スマートフォンのアプリで納付したり、銀行や郵便局の口座振替にすることもできま  
す。口座振替は、あなたの使ったお金を銀行から自動で支払うことです。

---

### といあわ <問合せ>

とよおかしすいどう きやく せんたー  
豊岡市水道お客さまセンター

とよおかしかみさの  
豊岡市上佐野1788-3 ☎0796-22-5378

---

## でんき 電気

でんあつ ぼると しゅうはすう  
電圧(V)は100ボルト、周波数(Hz)は60ヘルツです。電気を一度にたくさん使うと  
ぶれーかー お  
ブレーカーが落ちます。そのときは、使っている電気器具のプラグをコンセントから  
ぬ ぶれーかー あ  
抜いてブレーカーを上げてください。

### ■使い始めるとき、使うのをやめるとき

でんき つか はじ つか  
電気を使い始めるとき、使うのをやめるときは、各電力会社の営業所に連絡して  
いんたーねつと てつづ  
ください。インターネットからでも手続きができます。

## ■ 料金

使った分の料金を、毎月支払います。払い方は口座振替か、銀行・コンビニエンスストアなどでも支払うことができます。スマートフォンのアプリで納付することもできます。

といあわ かくでんりょくかいしゃ  
<問合せ> 各電力会社

## ガス

ガスは、住むところによって都市ガスまたはプロパンガスに分かれます。使う前に確かめてください。

### ■ 使い始めるとき、使うのをやめるとき

ガスを使い始めるときには、メーターに書いてある店(販売店)に電話をして、係員にガス開栓(ガスの栓を開けてもらう)してもらうか、ガスボンベを置いてもらいましょう。使うのをやめるときも、同じ店に連絡してください。

## ■ 料金

水道や電気と同じように、口座振替か、銀行・コンビニエンスストアなどでも支払うことができます。

### ■ ガス漏れに気付いたら

ガスが漏れ正在ことに気付いたら、ガス栓を閉めて、窓や戸を開けてください。火をつけたり、電気器具のスイッチを入れると、漏れたガスに火がつくかもしれません。大変危ないです。すぐに販売店に連絡してください。

といあわ かくがすがいしゃ  
<問合せ> 各ガス会社

# ごみ

## だ かた ごみの出し方

ごみは、「決められた日」に「決められたもの」を「決められた方法」で「決められた場所」に、朝8時までに出してください。

住んでいるところのごみカレンダーを見てください。

ごみは※市の指定袋に入れるか、※市のステッカー（はり紙）を貼って出してください。

い。

※市の指定袋（市が決めたごみ袋）、ステッカー（はり紙）…スーパーやホームセンターなどで買います。



燃やごみ袋（赤） 燃やさないごみ袋（黒） 資源ごみ袋（緑） ステッカー

ごみ袋は、大きさがあります。入る量が違います。

燃やごみ袋の大きさ 大(45L)・中(30L)・小(20L)

燃やさないごみ袋の大きさ 大(45L)・中(30L)・小(20L)

資源ごみ袋の大きさ 大(45L)・中(30L)

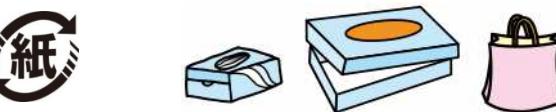
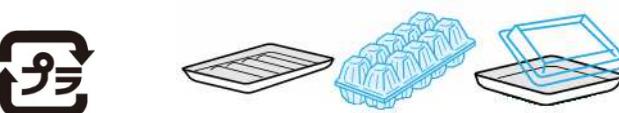
※資源ごみ袋は、①びん・かん ②ペットボトル ③紙製容器包装 ④プラスチック製容器包装に使用します。①～④は分けています。

ステッカーは5枚ついています。

※ステッカーは、粗大ごみに使用します。粗大ごみは、市のごみ袋に入らない大きなごみです。

## ごみの分け方

<p><b>燃やごみ</b> (燃やごみ袋に入れる)</p>	<p>台所ごみ(できるだけ乾かす)・紙おむつ(うんちはトイレに流す)・くつ・かばん・食品などの入れもの(汚れているもの)・木・プラスチックのおもちゃなど</p> 
<p><b>燃やさないごみ</b> (燃やさないごみ袋に入れる)</p>	<p>お皿・なべ、フライパンなどの金属・ガラス(割れたものは、新聞紙に包む)・小さい電気製品(ドライヤーや電気ポットなど)・小さい家具・金属のおもちゃなど</p> 
<p><b>粗大ごみ</b> (市のごみ袋に入らない大きなごみ) (ステッカーを貼る)</p>	<p>家具、こたつ、ソファー、自転車、じゅうたん・ふとん(ひもでくくる) ※市のステッカーを貼る→燃やさないごみの日に出す(袋に入れない)</p> 
<p><b>蛍光管</b></p>	<p>買ったときに入っていた箱に入れるか、新聞紙に包む→燃やさないごみの日に出す(市のごみ袋に入れない)</p> 
<p><b>乾電池</b></p>	<p>透明な袋(ビニール袋)に入れる→燃やさないごみの日に出す(市のごみ袋に入れない)</p> 

<b>充電できる電池</b> 充電できる電池	<p>充電できる電池が簡単に取れるものは充電できる電池を取つて、透明な袋に入れる。充電できる電池が取れないものは、電池を取らないで、そのまま透明な袋に入れる→燃やさないごみの日に出す(市のごみ袋に入れないと)</p> 
<b>びん・かん</b> (資源ごみ袋に入れる)	<p>た 食べものや飲みものが入っていたびんや缶(ふたやキャップをはずして、中をすすぐ)・スプレー缶(使い切り、穴を開ける)など</p> 
<b>ペットボトル</b> (資源ごみ袋に入れる)	<p>の 飲みものや調味料の入れもの(キャップ・ラベルを外し、洗ってから出す) ※キャップ・ラベルはプラスチック製容器包装</p> 
<b>紙の入れもの</b> 【紙製容器包装】 (資源ごみ袋に入れる)	<p>かみばこ 紙箱・つつみ紙・紙袋・紙コップなど(食品などが付いている場合は洗ってから出す。取れない場合は燃やすごみ)</p> 
<b>プラスチックの入れもの【プラスチック製容器包装】</b> (資源ごみ袋に入れる)	<p>ふくろ とれい はつぼうす しょくひん 袋・トレイ・ボトル・発泡スチロールなど(食品などが付いている場合は洗ってから出す。取れない場合は燃やすごみ)</p> 

## ごみステーションに出してはいけないもの

■パソコン メーカーに連絡してください。

■エアコン・テレビ・洗濯機・冷蔵庫 販売店(お店、電器屋)に相談してください。

■爆発するもの・危険なもの・処理しにくいものなど

ガスボンベ・農薬・石油・タイヤ・タイヤホイール・機械部品・農機具・単車・ボタン  
電池などは、市が許可するごみを処理する業者に頼むか、買った店などで引き取って  
もらってください。

## 資源ごみ集団回収(廃品回収)

地区や学校などが、新聞・雑誌・段ボール・びん・かん・古着(着なくなった服)などを  
集めます。ごみを少なくし、リサイクルするため、できるだけ資源ごみ集団回収を利用  
してください。回収の方法などは、各団体(学校や地区)に聞いてください。

## 事業所ごみ・引越しのごみ

事業所から出るごみ(仕事で出るごみ)や引越しで出るたくさんのごみは、市は集め  
ません。クリーンパーク北但に持っていくか、市が許可するごみを処理する業者に聞い  
てください。

---

といあわ せいかつかんきょうか  
<問合せ> 生活環境課 ☎0796-23-5304

---

# くるま うんてん 車 の 運転

## うんてんめんきょ 運転免許

じどうしゃ ばいく うんてん うんてんめんきょ い うんてん かなら  
自動車やバイクを運転するときは、運転免許が要ります。また、運転するときには、必  
うんてんめんきょしよう も にほん みと うんてんめんきょしよう つぎ  
ず運転免許証を持たなければなりません。日本で認められている運転免許証は次の  
とおり  
通りです。

- (1) 国際運転免許証 (2) 外国運転免許証(ドイツ、スイス、フランス、ベルギー、  
たいわん いたりあ こくないめんきょしよう にほん うんてんめんきょしよう  
台湾、イタリアの国内免許証) (3) 日本の運転免許証

## ■国際運転免許証

こくさいうんてんめんきょしよう  
国際運転免許証を持っている人は日本で車を運転することができますが、有効  
きげん こくさいうんてんめんきょしよう うんてん きかん つぎ みじか ほう  
期限があります。国際運転免許証で運転できる期間は、次のどちらか短い方  
にほん きひ ねんかん こくさいうんてんめんきょしよう ゆうごう きかん  
・ 日本に来た日から1年間 ・ 国際運転免許証の有効期間

## ■外国運転免許証

どいつ すいす ふらんす べるぎー たいわん いたりあ うんてんめんきょしよう にほんご やく  
ドイツ、スイス、フランス、ベルギー、台湾、イタリアの運転免許証で日本語の訳があれ  
らんてん がいこくうらんてんめんきょしよう はつきゅう くに りょうじきかん にほん たいしかん  
ば、運転できます。外国運転免許証を発給した国の領事機関、日本にある大使館、  
にほんじどうしゃれんめい じゃふ ほんやく にほんご やく  
日本自動車連盟(JAF)で翻訳して(日本語に訳して)もらいます。  
がいこくうらんてんめんきょしよう うんてん きかん つぎ みじか ほう  
外国運転免許証で運転できる期間は、次のどちらか短い方です。  
にほん きひ ねんかん がいこくうらんてんめんきょしよう がいこくうらんてんめんきょしよう ゆうごう きかん  
・ 日本に来た日から1年間 ・ 外国運転免許証の有効期間  
うんてん がいこくうらんてんめんきょしよう ほんやくぶん ばす ばーと  
運転するときは、外国運転免許証、翻訳文、パスポートがいります。

## ■外国運転免許証から日本の免許証への切り替え

がいこくうらんてんめんきょしよう にほん めんきょしよう きか  
がいこくうらんてんめんきょしよう にほん うんてんめんきょしよう きか  
外国運転免許証は、日本の運転免許証へ切り替える(かえる)ことができます。手続き  
ひょうごけんあかしうんてんめんきょせんたー つぎ ふたつ じょうけん  
ときは、兵庫県明石運転免許センターでしてください。次の2つの条件があります。

- (1) 3ヶ月以上日本にいることが証明できること  
(2) 有効な外国運転免許証を持っていること  
・ 適性検査、学科試験(交通ルールのテスト)、技能試験(運転のテスト)があります。

※ 日本語を話せない人・書けない人は通訳が必要です。

※ 国によっては、試験が免除される(受けなくてよい)場合があります。

くわしいことは運転免許センターに聞いてください。

#### ひつよう 必要なもの

- 運転免許申請書(試験場にあります)
- 写真 ※大きさは、たて 3cm×よこ 2.4cm です。
- 国籍(本籍)が書いてある住民票 ※市役所でもらいます
- 外国運転免許証 ※交付日が書いていないものは、交付日がわかるものも一緒に持つていきます
- 免許証を日本語に訳したもの (外国運転免許証を発給した国の領事機関、日本にたいしかん じゃふ ほんやくある大使館、またはJAFで翻訳されたもの)
- パスポート・筆記用具(ペン、えんぴつ、けしごむ)・印鑑(はんこ)・手数料(お金)
- 日本の免許証 ※持っている人は持つていきます

ひょうごけんたじまうんてんめんきょせんたー 079-662-1117  
兵庫県但馬運転免許センター

ひょうごけんあかしうんてんめんきょこうしんせんたー 078-912-7061  
兵庫県明石運転免許更新センター

#### ■日本の運転免許を取得するには

じどうしゃきょうしうしょううんてんべんきょうかよくるまうんてんならきかん  
自動車教習所(運転を勉強するところ)に通って車の運転を习います。期間(かかる時間)や費用(お金)などは自動車教習所に聞いてください。

とよおかじどうしゃきょうしうしょ とよおかしひなど  
豊岡自動車教習所 〒668-0815 豊岡市日撫312 0796-22-6321

#### とくに気をつけること

- 自動車・自転車は左側、歩行者は歩道がない道路では右側を通ります。
- 信号機のない横断歩道では、歩く人が先にわたります。車は止まります。
- 運転している時は携帯電話を使ってはいけません。
- 酒を飲んで運転してはいけません。
- 自動車を運転する人や一緒に乗る人は、必ずシートベルトをします。
- 6歳までの子どもは、必ずチャイルドシートにすわります。

# けっこん 結婚

## けっこん 結婚するとき

日本で結婚をするときは、「婚姻届」を市役所に出します。外国人が結婚する場合、婚姻条件を満たしている(結婚できる条件にある)ことを証明する書類などがいります。

ひつよう 必要なもの	だ ばしょ 出す場所	とど で ひと 届け出る人
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 婚姻届 (市役所本庁と振興局にあります)</li><li>・ 日本語訳付きの婚姻要件具備 証明書(外国人)</li><li>・ パスポート</li></ul>	けっこん ふたり 結婚する二人のどちらか の住所地または日本人 の本籍地の市役所など	けっこん ふたり 結婚する二人

## にほんじん けっこん ■日本人との結婚

日本人と外国人が結婚する場合、日本で婚姻届を出します。その後、自分の国に届出書を出します。そのときには、婚姻届受理証明書が必要です。

日本で婚姻届を出した後に、婚姻届受理証明書をもらいましょう。また、日本人と結婚して、日本人の配偶者としての在留資格に変更をするときは、所轄の地方出入国在留管理局に問い合わせてください。

## がいこくせき どうし けっこん ■外国籍同士の結婚

外国人同士が日本で結婚をする場合、国によって手続きが違うので、それぞれの在日大使館または領事館に確かめてください。

といあわ  
<問合せ>

まどぐち さー び す か  
窓口サービス課 ☎0796-21-9015

# こ う にんしん しゅつさん 子どもを産む(妊娠・出産)

## にんしん 妊娠がわかったら

### ■母子健康手帳(母子手帳)交付

にんしん  
妊娠がわかったとき、病院に行って、妊娠届出書をもらいます。

これを下に書いてある場所に持って行って、母子手帳をもらいます。

母子手帳は、健診や予防接種を受ける時にいります。

母子手帳をもらうために、予約をします。豊岡市ホームページから

予約するか子ども未来課に連絡してください。外国語の母子手帳も

あります。病院に行くためのお金がないときは、子ども未来課に連絡してください。



豊岡市ホームページ

	どこで	いつ	なにをするのか
にんしん 母子健康 手帳交付	とよおかしほけんせんたー 豊岡市保健センター たちのちょうしゃ (立野庁舎) または市役所	ていれいじっし 定例実施(月2回) ※豊岡市ホームページ。 しこうほうし 市広報紙に載せます。 もうしこみ ※申込が必要です。	ぼし 母子手帳をもらう・健康 相談・妊娠中から じゅっさんご 出産後の助成の手続き にんぶしかけんこうしんさ (妊婦歯科健康診査、 にんぶ さんぶけんこうしんさ 妊婦・産婦健康診査、 しんせいじちょうかくけんさ 新生児聴覚検査)・ にんぶしえんきゅうふきん 妊婦支援給付金の てづき 手続き
	きのさき たけの ひだか 城崎・竹野・日高・ いすし たんとう しんこうきょく 出石・但東の振興局	ほけんしちゅうざいび 保健師駐在日(保健師 がいる日)だけです。 もうしこみ 申込が必要です。 きのさき だい かようび 城崎:第1・3火曜日 たけの だい かようび 竹野:第2・4火曜日 ひだか だい もくようび 日高:第1・3木曜日 いすし だい もくようび 出石:第2・4木曜日 たんとう だい もくようび 但東:第1・3木曜日	

つごう あ ばあい き  
※都合が合わない場合は聞いてください。

### ■外国語の母子手帳は下に書いてある言葉があります。

えいご ぼるところがるご たがろぐご ちゅうごくご はんぐる たいご いんどねしあご すべいんご  
英語、ポルトガル語、タガログ語、中国語、ハングル、タイ語、インドネシア語、スペイン語、

べとなむご ねぱーるご  
ベトナム語、ネパール語

## ■妊娠支援給付金

妊娠したら、「妊娠支援給付金」(5万円)がもらえます。手続きの方法は、母子手帳を  
もらうときに説明があります。

### 〈問合せ〉

こども未来課 ☎0796-24-9604

## ■出産育児一時金

国民健康保険や健康保険の被保険者(保険に入っている人)は出産したときに  
「出産育児一時金」がもらえます。金額は原則50万円です。「出産育児一時金直接  
支払制度」を利用すると、医療機関(病院など)に直接支払われます(あなたは  
支払いをしなくてよい)。手続きは、病院で行います。

## ■産前産後保険税(料)減額制度

出産する人の出産前と後の期間の保険税(料)が安くなります。制度を受けるには  
手続きが必要です。国民健康保険の場合は市役所で手続きをします。健康保険の  
場合は勤務先(会社)で手続きをします。健康保険の種類は保険証に書いてあります。

### 〈問合せ〉

国民健康保険に加入の人…国保・年金課 ☎0796-21-9061  
健康保険に加入の人…勤務先または加入している健康保険

## 子どもが生まれたら

子どもが日本で生まれたら、父親と母親が外国人であっても、「出生届」が必要です。子どもが日本国籍を持たない場合、「在留資格の取得」の申請が必要です。

### ■ 出生届

日本で子どもが生まれたら、生まれた日から14日以内に市役所か近くの振興局に出生届を出します。外国籍の子どもも出します。それまでに子どもの名前を決めて、必要な書類をそろえておきましょう。

また、日本で子どもが生まれたら、自分の国にも届け出をしてください。手続きなどは、在日大使館または領事館に確かめてください。

いるもの	いつ	どこに	だれが
・出生届	生まれた日を含めて 14日以内	市役所本庁か 振興局	父親か母親
・母子健康手帳			
・出生証明書			

といあわ  
<問合せ>

まどぐち さー び す か  
窓口サービス課 ☎0796-21-9015

### ■ 妊婦支援給付金

子どもが生まれたら、「妊娠支援給付金」(子ども一人につき5万円)がもらえます。手続きの方法は、保健師が赤ちゃんの様子を見るために家に行くときに説明します。

といあわ  
<問合せ>

こども未来課 ☎0796-24-9604

## 子どもの国籍

### ■両親のどちらかが日本国籍

父**ちちおや**母**ははおや**親**にほんじん**父**ばあい**母**こ**子**にほんこくせき**も  
父**ちちおや**母**にほんじん**父**ばあい**母**ちちおや**親**にほんじん**父**ちちおや**母**にんち**  
かし、法**ほうてき**的**けつ**結**けつ**婚**こん**してい**ない**場合**ばい**、父**ちちおや**母**にほんじん**父**ちちおや**母**にんち**  
子**こ**も**にほんこくせき**も**いっぽう**父**おや**母**がいこくせき**  
たいしかんりょうじかんかくにん  
大使館**たいしがん**領事館**りょうじかん**大使館**かくにん**  
大使館または領事館に確認してください。

### ■両親がともに外国籍

父**りょうしん**母**ふたり**父**がいこくせき**母**ばあい**子**にほん**う**にほんこくせき**も  
両親が2人とも外国籍の場合は日本で生まれても日本国籍を持つことができま  
ん。

### ■国籍選択(国籍を選ぶ)

日本**にほん**の法律**ほうりつ**では、日本国籍と外国籍の2つの国籍を持つこと(二重国籍)はできま  
ないので、20歳**さい**になるまでにどちらか一つの国籍を選びます。  
※外国**がいこく**で生まれた子**う**で、子どもが日本以外の国籍も取得する(持つ)場合は、日本  
への出生**しゆつしょう**届**とどけ**提出**ていしゅつ**するときに「国籍**こくせき**留保**りゆうぼ**」の届出**とどけ**をします。

といあわ  
<問合せ>

まどぐちさーびすか  
窓口サービス課 ☎0796-21-9015

## 子どもを育てる

### 子どもの健康

#### ■乳幼児健診

1ヶ月、4ヶ月、7ヶ月、1歳6ヶ月、3歳6ヶ月の子どもは健診(健康診断)があります。  
健診**けんしん**では、子どもの発育**はついく**・発達**はつたつ**の診察**しんさつ**(成長**せいちょう**の様子**ようす**をみてもらう)、身長**しんじょう**・体重**たいじゅう**の  
測定**そくてい**(はかる)、育児相談**いくじそうだん**(子育**こそだ**ての相談)、食事相談**しょくじそうだん**、しがうだん  
歯科相談**しかうだん**などをします。

## ■予防接種

予防接種[感染する(人から人にうつる)病気を予防するための注射]には、2種類あります。

定期予防接種…決まった月齢(何ヶ月)年齢(何才)で受けます。無料です。  
任意予防接種…希望する人だけ(受けたい人だけ)が接種します。接種をしたい人は病院の先生と相談してください。費用は自分で支払います。

※ 定期予防接種は、住民票のある市区町村で受けてください。市内の予防接種協力医療機関で予約してください。

問い合わせ こども未来課 ☎0796-24-9604

## 子育てを支えるしくみ

### ■乳幼児医療費助成制度

小学校3年生までの子どもの医療費(自分で払うお金)は無料です。

### ■こども医療費助成制度

小学校4年生から中学校3年生までの子どもの医療費(自分で払うお金)は次のとおりです。

自分で払うお金		
病院で診てもらうとき	一般	かかった医療費の2割 1つの医療機関(病院など)あたり月1600円まで
	非課税世帯	無料
入院	無料	

## ■児童手当

児童手当は、高校生年代まで(18歳の誕生日後の最初の3月31日まで)子どもを育てている人に支給されます(お金が支払われます)。国保・年金課または各振興局市民福祉課の窓口で申込みが必要です。

### 受給額(1カ月にもらえるお金)

	ひとりめ 1人目の子ども	ふたりめ 2人目の子ども	にんめ 3人目の子ども
3歳未満	15,000円	15,000円	30,000円
3歳～高校生年代	10,000円	10,000円	30,000円

### 支払い時期(いつもらえるか)

2カ月分ずつ、指定の金融機関(銀行や郵便局の口座)に振り込まれます。

支払日	手当分
4月15日	2・3月分
6月15日	4・5月分
8月15日	6・7月分
10月15日	8・9月分
12月15日	10・11月分
2月15日	12・1月分

※15日が休日等に当たる場合は、その直前の平日に振り込まれます。

### 現況届(当てはまる人だけ)

毎年6月に、現況届の用紙が届きます。決められた日までに提出してください。  
提出しなければ、8月分より後の手当が受け取れなくなります。

### 問い合わせ

国保・年金課 ☎0796-21-9061

## こども支援センター・子育て家庭相談

子どものことを電話で相談できます。電話で予約をして、相談に行く(面接)こともあります。臨床心理士や家庭相談員が、一人ひとりの問題に合わせて、保護者と一緒に考えます。

・不登校相談(学校に行きたくても、行けない子どもの相談)

・発達にかかる相談(子どもの発達についての悩み相談)

・子育て家庭相談(子育ての悩みや心配ごとを一緒に考えます)

■相談時間 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

・休日・夜間相談(臨床心理士等によるカウンセリング)

■相談時間 休日 その月の1回目の土曜日

午前9時30分～午後0時30分

夜間 その月の4回目の水曜日 午後6時～9時

※休日・夜間は面接相談です。電話で予約をしてください

■相談場所 豊岡市大手町4-5 アイティ7階

といあわ ふとうこう そだん はつたつ そだん <問合せ>不登校相談・発達にかかる相談 ☎0796-24-8303

こそだ かていそだん そだん 子育て家庭相談 ☎0796-21-9003

きゅうじつ やかんそだんよやく 休日・夜間相談予約 ☎0796-24-8303

## こそだせんたー 子育てセンター

あんしん こそだ  
安心して子育てができるように、いろいろな活動やイベントをしています。

- にんぶ じょうほう こうかん  
・妊婦のための情報を交換することができる、交流の場
- にゅうようじ あか こそだ じょうほう  
・乳幼児(赤ちゃん)の子育ての情報
- こそだ しんぱい そうだん  
・子育ての心配ごとなどについての相談
- こそだ なかも  
・子育ての仲間づくり
- おやこ かつどう  
・親子ふれあい活動

	ばしょ 場所	でんわばんごう 電話番号
こそだ そうごうせんたー 子育て総合センター	おおてまち あいてい かい 大手町4-5 アイティ4階 わっくとよおか WACCU TOYOOKA	0796-21-9145
きのさきこそだせんたー 城崎子育てセンター	きのさきちょうもじしま 城崎町桃島1057-1 きのさきちょうしゃ かい 城崎庁舎2階	0796-32-4666
たけのこそだせんたー 竹野子育てセンター	たけのちょうすだに 竹野町須谷1478 たけのけんこうふくし かい 竹野健康福祉センター2階	0796-47-2030
ひだかこそだせんたー 日高子育てセンター	ひだかちょうよう 日高町祢布920 ひだかちょうしゃ かい 日高庁舎3階	0796-42-4610
いすしこぞだせんたー 出石子育てセンター	いすしちょううちまち 出石町内町1 いすしちょうしゃ かい 出石庁舎1階	0796-52-6188
たんとうこそだせんたー 但東子育てセンター	たんとうちょうあい 但東町出合150 たんとうしみんせんたー かい 但東市民センター1階	0796-21-9079

といあわ  
<問合せ> こども未来課  
みらいか

0796-21-9118

## とよおかしふ あみりーさぽーとせんたー ふあみさぽ 豊岡市ファミリーサポートセンター(ファミサポ)

こそだ おうえん ひと こそだ おうえん ひと はい りよう つか  
子育てを応援してほしい人と子育てを応援したい人が入ります。利用したい(使いた  
い)人は、会員になります。

ふあみりーさぽーとせんたー つぎ  
ファミリーサポートセンターでできることは、次のことです。

① 一時的に子どもを預かります。

② 子どもを送ったり、迎えに行ったりします。

かいいん しゅるい  
会員は3種類あります。

かいいん たの ひと  
「おねがい会員」は、してほしいことを頼む人です。

かいいん かいいん ひと  
「まかせて会員」は、おねがい会員がしてほしいことをする人です。

かいいん りょうまう ひと  
「どっちも会員」は、両方する人です。

とよおかし す ひと かいいん かいいん じょうけん  
豊岡市に住んでいる人は、会員になることができます。会員になるためには条件が  
ふあみりーさぽーとせんたー じむきょく き  
あります。くわしいことは、ファミリーサポートセンターの事務局に聞いてください。

といあわ とよおかしふ あみりーさぽーとせんたー  
<問合せ> 豊岡市ファミリーサポートセンター

とよおかしおおてまち あいてい かい  
豊岡市大手町4-5 アイティ4階

☎0796-21-9088

## こそだ そだんまどぐち 子育てなんでも相談窓口

ほけんし こそだ そだん  
保健師に子育てのことを相談できます。

■受付時間 月曜日～金曜日 午前10時～午後3時

そだんばしょ とよおかしおおてまち あいてい かい こそだ そだんしつ  
■相談場所 豊岡市大手町4-5 アイティ4階 子育てなんでも相談室

あいてい こそだ しえんそうごうきょとん こそだ そうごうせんたー とよおかし  
アイティに、子育て支援総合拠点があります。子育て総合センター、豊岡市  
ファミリーサポートセンターもアイティ4階にあります。

といあわ みらいか  
<問合せ> こども未来課

☎0796-24-9604

# こ ほいくしょ がっこう 子どもの保育所・学校

## ようちえん 幼稚園

ようちえん しょうがっこう にゅうがく こ きょういくしせつ す  
幼稚園は、小学校に入学するまでの子どものための教育施設です。住んでいる  
ところ かよ ようちえん き  
所によって通う幼稚園が決まります。

たいしよう しない す しょうがっこうにゅうがく はい まえ こ さいじ  
■対象 市内に住んでいる小学校入学(入る)前までの子ども(4・5歳児)

## ほいくえん 保育園 (子どもを預けられる場所)

かぞく しごと びょうき かいご りゅう かてい こ せわ こ  
家族が仕事や病気、介護などの理由で、家庭で子どもの世話ができないとき、子ども  
あず  
を預けられます。

たいしよう しょうがっこう にゅうがく はい まえ こ  
■対象 小学校に入学(入る)前までの子ども

こ ほごしや しない す  
・子どもと保護者が市内に住んでいる

りょうほう ほごしや しごと しゅっさん びょうき かいご こ せわ  
・両方の保護者が仕事・出産・病気・介護などで子どもの世話ができない  
じょうけん ひつよう  
などの条件が必要です。

## にんてい えん 認定こども園

にんてい えん ようちえん ほいくえん あ しょうがっこう にゅうがく はい まえ こ  
認定こども園は、幼稚園と保育園の合わせた、小学校に入学する(入る)前の子  
どものための教育・保育施設です。

たいしよう しょうがっこうにゅうがく はい まえ こ  
■対象 小学校入学(入る)前までの子ども

きょういく ばあい しない す しょうがっこうにゅうがく はい まえ こ  
・教育の場合…市内に住んでいる小学校入学(入る)前までの子ども(3~5  
さいじ  
歳児)。

ほいく ばあい しない す しょうがっこうにゅうがく はい まえ こ りょうほう  
・保育の場合…市内に住んでいる小学校入学(入る)前までの子どもで、両方の  
ほごしや しごと しゅっさん びょうき かいご こ せわ  
保護者が仕事・出産・病気・介護などで子どもの世話ができない  
じょうけん ひつよう  
などの条件が必要です。

りょうしゃふたんがく ほいくりょう きゅうしょくひ ほごしや しみんぜい かぜいがく かぜい きんがく  
※ 利用者負担額(保育料、給食費)は保護者の市民税の課税額(課税される金額)  
など  
等によって決まります。

てつづ ようじいくせいか と あ  
※ 手手続きは幼児育成課に問い合わせてください。

---

といあわ ようじいくせいか  
<問合せ> 幼児育成課 ☎0796-22-4452

---

## しょうがっこう ちゅうがっこう 小学校・中学校

しょうがっこう さい にゅうがく さい そつきょう ちゅうがっこう さい にゅうがく  
小学校は、6歳で入学し、12歳で卒業します。中学校は、12歳で入学し、15  
さい そつきょう しょうがっこう ちゅうがっこう ひと ぎ む きょういくがっこう がい  
歳で卒業します。小学校と中学校が一つになった「義務教育学校」もあります。外  
こくせき ひと こ しょうがっこう かよ ひと がっこうきょういくか と あ  
国籍の人で、子どもを小学校に通わせたい人は、学校教育課に問い合わせてください  
こ かよ がっこう す ばしょ き  
い。子どもの通う学校は、住んでいる場所によって決まります。

### ひょう ■費用

こうりつ 公立	にゅうがくきん じゅぎょうりょう きょうかしょだい むりょう 入学金、授業料、教科書代は無料 きょうかしょいがい きょうざいひ がくようひん きゅうしょくひ えんそくだい せいふくだい 教科書以外の教材費、学用品、給食費、遠足代、制服代などは じ こ ふたん じぶん はら 自己負担(自分で払います)
しりつ 私立	にゅうがくきん じゅぎょうりょう じ こ ふたん 入学金、授業料など自己負担

### しゅうがくえんじょせいで 就学援助制度

こうりつしょう ちゅうがっこう かよ がくようひんひ がっこう つか かね きゅうしょくひ  
公立小・中学校に通うのに、学用品費(学校で使うものお金)や給食費などを  
しはら むすか ひと ひょう いちぶ たす せいど しょとくせいげん しゅうにゅう  
支払うのが難しい人に、その費用の一部を助ける制度です。ただし、所得制限(収入  
せいげん くわ がっこうきょういくか と あ  
による制限)があります。詳しくは、学校教育課に問い合わせてください。

### といあわ <問合せ>

がっこうきょういくか  
学校教育課 ☎0796-23-1451

## ほうかごじどうくらぶ 放課後児童クラブ

ほうかごじどうくらぶ ほごしゃ おや しごと いえ がっこう お  
放課後児童クラブは、保護者(親)が仕事などで家にいないときに、学校が終わった  
じどう ほいく おこな にんてい えんじ ねん ねんせいほいく  
あとに児童の保育を行います(認定こども園児、2012年から2年制保育となった  
ようちえん さいじ りょう  
幼稚園の4歳児は利用できません)。

### かいせつび じかん くらぶ あ ひ じかん ■開設日・時間(クラブが開いている日、時間)

ようび 曜日	じかん 時間
げつようび どようび 月曜日～土曜日 どようび きぼう ひと (土曜日は希望する人だけ)	しょうがっこうげ こうじかん ご ご じ ぶん 小学校下校時間～午後6時30分 ようちえんじ ご ご じ 幼稚園児は午後4時まで どようび しょうがっこう きゅうこうび ごせん じ ご ご じ ぶん 土曜日や小学校の休校日は、午前8時～午後6時30分

■費用(月にかかるお金)

利用区分	小学生	幼稚園児
4月～6月/9月～3月	7,000円	0円
7月	8,000円	0円
8月	10,000円	0円
土曜日	1,000円	0円

※ 別におやつ代(その他教材費など含む)が必要です。(月に1,800円)

※ 土曜日のおやつ代は、別途徴収します。(別で払います)

手続きなど詳しいことは**幼稚園児**または各振興局に問い合わせてください。

といあわ  
<問合せ>

幼児育成課 ☎0796-29-0053

# びょうき 病気・けが

## びょういん い 病院に行く

びょうき ぱあい こじん いいん しんりょうしょ しんさつ う ひつよう おお びょういん  
病気になった場合、まず個人の医院や診療所で診察を受け、必要なら大きな病院  
せんもんてき ちりょう う  
で専門的な治療を受けます。

### ■個人医院・クリニック

しんりょうじかん ごせん じ しょうご ご ご じ じごろ おお  
診療時間は、午前9時～正午・午後4時～6時頃のところが多いです。

すいようび どようび ごご にちようび しゅくじつ やす ぱあい おお  
水曜日と土曜日の午後、日曜日・祝日は休みの場合が多いです。



とよおかしいりょうきかんいちらんひょう  
豊岡市医療機関一覧表

とよおかし ひょういん か  
(豊岡市の病院が書いてあります)

### ■市立診療所

しんさつ じかん じゅしん しんさつ う まえ かくにん  
診察時間は受診する(診察を受ける)前に確認してください

しんりょうしょめい 診療所名	ばしょ 場所	でんわばんごう 電話番号	やす ひ 休みの日
もりもとしんりょうしょ 森本診療所	たけのちょうもりもと 竹野町森本513-1	0796-48-0001	
かんなべしんりょうしょ 神鍋診療所	ひだかちょうくりすの 日高町栗栖野60-34	0796-45-0003	ど にち しゅく 土、日、祝、 ねんまつねんし 年末年始
し ほ しんりょうしょ 資母診療所	たんとうちょうなかやま 但東町中山788	0796-56-0303	
たかはししんりょうしょ 高橋診療所	たんとうちょうくばた 但東町久畑126	0796-55-0036	
たんとう し か しんりょうしょ 但東歯科診療所	たんとうちょうでいい 但東町出合150	0796-20-8225	げつ すい きん にち 月～水、金～日 もく しんさつ (木のみ診察)

### ■休日急病診療所

にちようび しゅくじつ きゅううびょう りょう  
日曜日・祝日などに急病になったときに利用します。

いりょうきかんめい 医療機関名	ばしょ 場所	でんわばんごう 電話番号	しんりょう ひ 診療日
きゅうじつきゅうひょうしんりょうしょ 休日急病診療所	たちのちょう 立野町 12-12	0796-23-9219	にち しゅく 日、祝、 がつ にち がつみつ か 12月31日～1月3日

## ■大きな病院

豊岡市内には大きな病院が3つあります。受付時間や診察時間は、受診をするときに確認をしてください。

※ 救命救急センター(豊岡病院内)は休診日はありません。

病院の名前	場所	電話番号	休みの日
豊岡病院	戸牧1094	0796-22-6111	
日高クリニック	日高町岩中81	0796-42-1611	土、日、祝、年末
出石医療センター	出石町福住1300	0796-52-2555	年始

## ■小児救急(子どもの急な病気)の電話相談

小児科の医師・看護師に電話で相談ができます。

- ・休みの日や夜中、急な子どもの病気にどうしたらよいか
- ・病院に行く方がよいのかどうか

場所	電話番号	開設時間
但馬地域	0796-22-9988	まいにち ごごじじ 毎日:午後7時~10時
兵庫県	#8000 または 078-304-8899	平日・土曜日:午後6時~次の日午前8時 日曜日・祝日・年末年始:午前8時~次の日午前8時

といあわ けんこうぞうしんか  
<問合せ> 健康増進課 ☎0796-24-1127

## 医療保険制度

日本に住んでいる人は誰もが、公的医療保険に加入しなければなりません。日本の医療保険には、「健康保険」と「国民健康保険」があります。

病院に行くときは、次の①~③のどれかを持って行きます。

①健康保険証(期限が切れていないもの)

②マイナ保険証(保険証として使えるマイナンバーカード)

③健康保険資格確認書

①～③のどれも持つて行かなかったり、医療保険に加入していない場合、医療費は全額自己負担です。在留カード、特別永住者証明書、パスポートなどを持って行きましょう。

### 健康保険

加入対象者	会社や事業所に勤める人とその家族
手続き	働いている所で手続きをします。問い合わせてください。
保険料	保険料は、給料によって決まります。給料から引かれます。

### 国民健康保険

加入対象者	会社や事業所(仕事場)の健康保険に加入できない人
手続き	市役所本庁または振興局で手続きをします。
保険税	保険税は、所得(収入)や世帯員数(家族の人数)などにより毎年決められます。保険税は、コンビニエンスストア又は金融機関(銀行、郵便局)で払います。

### 保険に加入した時の医療費の負担額

対象	医療費の何%を支払うか
0歳～小学校に入るまで	20%
小学生～69歳	30%
70歳以上	10%、20%、30%(条件による)

※乳幼児医療費または、こども医療費の受給者証を持っている場合は、そちらの負担額になります。(20ページを見てください。)

### 療養費の払戻し

上の①～③のどれも持たずに病院に行くと、医療費の全額を払わなくてはなりません。その時は、あとで必要なものを持って申請に行くと保険負担分のお金が返ってきます。

### 申請するところ

健康保険	全国健康保険協会の都道府県支部または健康保険組合
国民健康保険	市役所本庁または各振興局

## ■その他

つぎ 次のようなときは、市役所本庁または各振興局で手続きをしてください。

きこく にほん で 帰国(日本を出るとき) てんしゅつ 転出(ひっこし)

しょくば けんこうほけん かにゅう 職場で健康保険に加入したとき じゅうしょ せたいぬし か 住所や世帯主が変わった

といあわせ  
<問合せ>

こくほ ねんきんか  
国保・年金課 ☎0796-21-9061

## 税金・年金

### 税金

にほん す ひと がいこくせき ぜいきん おさ はら  
日本に住んでいる人は、外国籍であっても、税金を納めます(払います)。

### ■所得税(国税)

しょとくぜい こくぜい  
所得税とは、1年間の収入に課せられる税金です。

しょとく きゅうよ ひと まいつき きゅうよ しょとくぜい ひ  
所得が給与だけの人……毎月の給与から所得税を引きます。

ねんまつ きんむさき かいしゃ しょとくぜい せいさん  
年末に勤務先(会社)で所得税を精算します。

きゅうよ しゅうにゅう ひと じぶん ぜいむしょ かくていしんごく てつづ  
給与のほかにも収入がある人…自分で税務署に確定申告の手続きをして  
おさ はら  
納めます(払います)。

### ■住民税<県民税・市民税>(県税・市税)

がついたち とよおかしない じゅうしょ ひと まえ とし しょとくきんがく しゅうにゅう  
1月1日に、豊岡市内に住所がある人は、前の年の所得金額(収入)によって  
しみんぜい けんみんぜい あ おさ はら  
市民税と県民税を合わせて納めます(払います)

のうふほうほう しはら かた  
<納付方法(支払い方)>

とくべつちょうしゅう 特別徴収	きんmuさき かいしゃ きゅうyo ぜいがく ひ おさ 勤務先の会社が、給与から税額を引いて、納めます。
ふつうちょうしゅう 普通徴収	じえいぎょう のうぎょう じゅうぎょう ひと しやくしょはつごう のうぜい 自営業、農業、自由業などの人には、市役所発行の納税 つうちしょ とど のうふしょ も ぎんごう ゆうびんきょく 通知書が届きます。納付書を持って、銀行や郵便局、 こんびにえんすすとあ のうふ しはら コンビニエンスストアで納付して(支払って)ください。 すまーとふおん あぶり のうふ ぎんごう こうざ スマートフォンのアプリで納付したり、銀行の口座から ひ お 引き落とすこともできます。

※帰国する(日本を出る)ときは、納税管理人(本人に代わって税金を納める人)を決めて、市役所に届け出してください。

### ■自動車税(種別割)(県税)・軽自動車税(種別割)(市税)

自動車税(種別割) (県税)	自動車を持っている人に課税
軽自動車税(種別割) (市税)	原動機付自転車(原付)、小型特殊自動車、軽自動車、二輪の小型自動車などを持っている人に課税

- ※ 車を持っている人に納税通知書が届きます。納付書を持って銀行や郵便局、コンビニエンスストアで納付して(支払って)ください。スマートフォンのアプリで納付したり、銀行の口座から引き落とすこともできます。
- ※ 自動車税(種別割)や軽自動車税(種別割)は4月1日現在の持ち主に課税されます。車を譲ったり(誰かにあげる)、廃車(車を処分する)したときは、必ず名義変更(持ち主を変える)や廃車の手続きをしてください。

### ■ 固定資産税(市税)

毎年1月1日に豊岡市内に固定資産(土地・家屋・償却資産)がある人は固定資産税が課税されます。償却資産(事業に使う資産)がある人は、毎年1月1日の償却資産の状況を1月31日までに申告する(伝える)必要があります。

といあわ  
<問合せ>  
ぜいむか  
税務課 0796-21-9045

## ねんきん 年金

ろうご とし じょうがい も け が ひょうき からだ ふじゅう  
老後(年をとってから)や障害を持った(ケガや病気で体が不自由になった)ときな  
ねんきん しきゅう う かね しゃかいほけんせいど にほん こうてきねんきん  
どに、年金の支給を受ける(お金をもらう)ための社会保険制度です。日本の公的年金  
こくみんねんきん こうせいねんきんほけん  
には、「国民年金」と「厚生年金保険」があります。

### ■国民年金

がいこくじん すべ ひと かにゅう  
外国人も、全ての人が加入します。

#### かにゅうたいじょうしゃ 加入対象者

がいこくじん にほん す さい さい ひと  
外国人もふくめて、日本に住んでいる 20歳~59歳の人

#### かにゅうてつづ 加入手続き

こくみんねんきん かにゅうてつづ しやくしょこくほ ねんきんか おこな はたら ばしょ こうせい  
国民年金の加入手続きは市役所国保・年金課で行います。働いている場所で厚生  
ねんきんほけん かにゅう ひと てつづ にゅうこくご こうせいねんきんほけん かにゅう  
年金保険に加入する人は、手続きはいりません。ただし、入国後、厚生年金保険に加入  
あいだ こくみんねんきん かにゅう ひつよう  
するまでの間は、国民年金に加入する必要があります。

#### ほけんりょう 保険料

ほけんりょう だれ おな きんがく にっぽんねんきんき こう おく のうふしょ も きんゆう  
保険料は誰でも同じ金額です。日本年金機構から送られる納付書を持って金融  
きかん こんびにえんすすとあ のうふ しはら しゅうにゅう すぐ ほけんりょう  
機関やコンビニエンスストアで納付(支払うこと)します。収入が少ないなど、保険料  
しはら むずか ばあい しんせい てつづ ほけんりょう めんじょ はら  
を支払うことが難しい場合は、申請(手続き)すれば保険料が免除される(払わなくて  
こくほ ねんきんか き  
よい)ことがあります。くわしくは、国保・年金課に聞いてください。

### ■厚生年金保険

こうせいねんきんほけん かいしゃ はたら ひと かにゅう ほけん こくみんねんきん きそ ねんきん  
厚生年金保険は会社で働く人などが加入する保険です。国民年金の基礎年金と  
べつ ねんきん しきゅう  
は別に年金が支給されます。

#### かにゅうたいじょうしゃ 加入対象者

にんいじょう じゅうぎょういん はたら ひと かいしゃ はたら がいこくじん ふく さい ひと  
5人以上の従業員(働く人)のいる会社で働く、外国人を含む69歳までの人の

#### かにゅうてつづ 加入手続き

てつづ はたら かいしゃ おこな  
手続きは働いている会社で行います。

#### ほけんりょう 保険料

ほけんりょう きんむさき かいしゃ ろうどうしゃ はたら ひと はんぶん しはら ほけんりょう  
保険料は、勤務先(会社など)と労働者(働く人)とで半分ずつ支払います。保険料  
きゅうりょう ちが きんむさき かいしゃ にっぽんねんきんき こう き  
は、給 料 によって違います。くわしくは勤務先(会社など)または日本年金機構に聞いてください。

### ■脱退一時金(帰国する時)

こくみんねんきん こうせいねんきんほけん だつたいいちじきんせいど がいこくせき ひと ねんきん  
国民年金・厚生年金保険には、脱退一時金制度があります。外国籍の人が、年金の  
ほけんりょう かげついじょうし はらう にほん で ねんいない せいきゅう だつたいいちじきん  
保険料を6ヶ月以上支払うと、日本を出て2年以内に請求をすれば、脱退一時金が  
きゅうふ が給付されます(もらえます)。

といあわ  
<問合せ>

こくほ ねんきんか 国保・年金課 ☎0796-21-9061

にっぽんねんきんき こう とよおかねんきん じ むしょ 日本年金機構 豊岡年金事務所 ☎0796-22-0948

かじじけんじこ  
**火事・事件・事故**

ないよう 内容	でんわばんごう 電話番号	つた 伝えること
かじ <b>火事</b>	119 <small>しょうぼうしょ (消防署)</small>	かじ「火事」「場所」 なまえ「名前」 でんわばんごう「電話番号」
きゅうきゅうしゃ <b>救急車</b>	119 <small>しょうぼうしょ (消防署)</small>	じこ 「事故です・ びょうき 病気です」 ばしょ なまえ 「場所」「名前」 でんわばんごう 「電話番号」
じこ <b>事故</b> ・ はんざい <b>犯罪</b>	110 <small>けいさつしょ (警察署)</small>	じこ 「事故です・ じけん 事件です」 ばしょ なまえ 「場所」「名前」 でんわばんごう 「電話番号」

※「119」は、がいこくご かいわ 外国語での会話もできます。

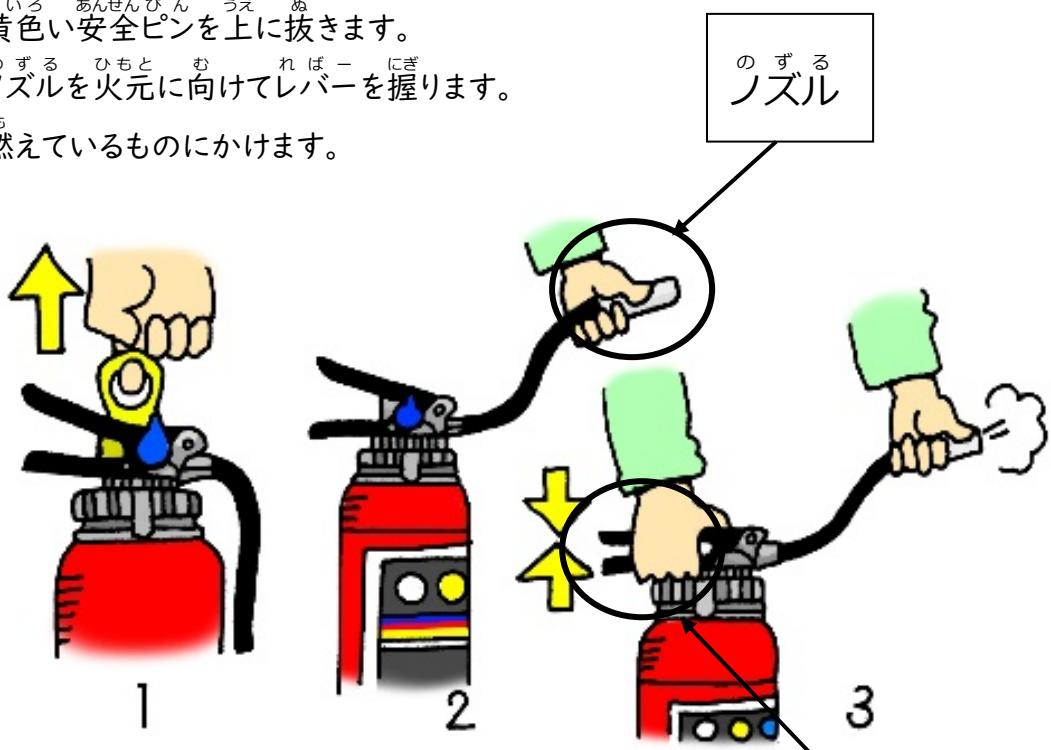
※こうしゅうでんわ 公衆電話からかけるときは、かね てれふおんかーど お金やテレfonカードはいりません。受話器を上げじゅわきあ て、「緊急用通報ボタン」を押してから、「119」または「110」にかけます。

## かじお 火事が起きたとき

### 消火器を使います

消火器の使い方(下の絵を見てください)

- 1 黄色い安全ピンを上に抜きます。
- 2 ノズルを火元に向けてレバーを握ります。
- 3 燃えているものにかけます。



### に 逃げます

タオルで口と鼻を覆い、低い姿勢で逃げます。



## ぼうさい 防災

にほん じしん たいふう しぜんさいがい おお お つなみ  
日本では、地震や台風などの自然災害が多く起こります。津波がくることもあります。  
さいがい み まち ふだん き つ  
災害から身を守るために、普段から気を付けます。

### じしん 地震

じしん お とき たお か ぐ したじ ひと し  
地震が起きた時、倒れてきた家具の下敷きになってたくさんの人が死んでいます。  
じぶん かぞく まち つぎ  
自分や家族を守るために次のことをします。

- ・家具を動かないようにします。
- ・寝る部屋に大きな家具を置きません。
- ・ドアの近くや、廊下や階段には物を置きません。



じしん お とき じぶん あんぜん まち つぎ  
地震が起きた時は、自分の安全を守るために、次のことをします。

- ・机やテーブルの下に入ります。
- ・頭をクッションや枕で守ります。
- ・棚が倒れてくるかもしれません。棚から離れます。

### つなみ 津波

うみ ちか す ひと つなみ ちゅうい つよ ゆ とき よわ ゆ  
海の近くに住んでいる人は津波に注意します。強い揺れの時、または弱くても揺れが  
なが づづ たか あんぜん ばしょ に  
長く続くときには、高いところにある安全な場所に逃げます。  
つなみちゅういっぽう けいっぽう あいだ あんせん ばしょ うご  
津波注意報、警報が出ている間は安全な場所から動きません。

くわ  
詳しいことは、ハンドブックを見てください。

ぼうさい  
防災ハンドブック

こ おや ぼうさい  
HIA子どもと親の防災ガイドブック



## 避難情報

避難情報は、大雨や台風、山崩れなどにより、災害が起きるかもしれない時や、もう災害が起きているときに、豊岡市から出します。防災行政無線の放送やスマートフォンアプリのひょうご防災ネットなどで知ることができます。避難情報は、数字が大きくなるほど危ないです。

れべる レベル5	緊急安全確保	今から避難所に行くことが危険なとき、もう災害が起きているときに出ます。危ないところに住んでいる人は、命が危険です。命を守る行動をします。1階にいる人は2階以上に避難します（逃げます）。
れべる レベル4	避難指示	川から水があふれたり、山が崩れたりするときに出ます。このレベルで、みんなが安全な所に避難します。
れべる レベル3	高齢者等避難	避難する準備をします。テレビを見たり、ラジオを聞いたりして、今起こっていることを確認します。年をとった人、障害がある人、避難に時間がかかる人は、安全な所へ避難を始めます。日本語がよくわからない人も避難を始めます。

※レベル5が出るまでには必ず安全な場所へ避難します。

※ひょうご防災ネット

Android



iOS



防災マップ

防災マップは、自分が安全なところに住んでいるかを見るマップです。

WEB版防災マップや、市のホームページから見ることができます。危機管理課の窓口でもらうこともできます。

WEB版防災マップ

豊岡市ホームページ



きんきゅうじこま  
緊急時(困ったとき)の日本語

えいご 英語	にほんご 日本語	
HELP	たすけて	TASUKETE
ROBBER / THIEF	どろぼう	DOROBOU
POLICE	けいさつ	KEISATSU
FIRE	かじ	KAJI
AMBULANCE	きゅうきゅうしや	KYUUKYUUSYA
HOSPITAL	びょういん	BYOUIN
HURRY UP	いそいで	ISOIDE
STOP IT	やめて	YAMETE
PAIN/HURT/ SORE	いたい	ITAI
VIOLENCE	ぼうりょく	BOURYOKU
INJURY	けが	KEGA
ACCIDENT	じこ	JKO
ILLNESS	びょうき	BYOUKI
MY NAME IS ○○○.	わたしのなまえは○○○です	WATASHINO NAMAE WA ○○○ DESU
THE PLACE IS ○○○.	ばしょは ○○○です	BASHO WA ○○○ DESU
MY PHONE NUMBER IS ○○○.	でんわばんごうは ○○○です	DENWABANGOU WA ○○○ DESU
I CAN NOT SPEAK JAPANEASE.	にほんごは はなせません	NIHONGO WA HANASEMASEN

そうだん  
**相談をするところ**

がいこくじんせいいかつそうだん  
**外国人生活相談**

こま そうだん  
困ったことがあれば相談してください。

えいご ご そうだんいん ほか ことば つらやく ほんやく きかい つか そうだん  
英語とタガログ語の相談員がいます。他の言葉は通訳や翻訳の機械を使って相談  
を聞きます。

とよおかしやくしょ かい たようせいすいしん たいさくか  
**豊岡市役所2階 多様性推進・ジェンダーギャップ対策課**

がいこくじんそうだんまどぐち  
**外国人相談窓口**

でんわばんごう  
**電話番号 0796-23-0341**

めーるあどれす  
**メールアドレス advisory-service@city.toyooka.lg.jp**

し やくしょ ち い き しんこうきょく  
**市役所と地域の振興局**

めいしょう 名 称	しょざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
とよおかしやくしょほんちょう <b>豊岡市役所本庁</b>	ちゅうおうまち <b>中央町2-4</b>	0796-23-1111
きのさきしんこうきょく <b>城崎振興局</b>	きのさきちょうももしま <b>城崎町桃島1057-1</b>	0796-32-0001
たかのしんこうきょく <b>竹野振興局</b>	たけのちょうたけの <b>竹野町竹野1585-1</b>	0796-47-1111
ひだかしんこうきょく <b>日高振興局</b>	ひだかちょうにょう <b>日高町祢布920</b>	0796-42-1111
いづししんこうきょく <b>出石振興局</b>	いづしちょううちまち <b>出石町内町1</b>	0796-52-3111
たんとうしんこうきょく <b>但東振興局</b>	たんとうちょうであい <b>但東町出合150</b>	0796-54-1000

けいさつ  
**警察**

めいしょう 名 称	しょざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号
とよおかげいさつしょ <b>豊岡警察署</b>	しようわちょう <b>昭和町7-5</b>	0796-24-0110

ひょうごけんない た そうだんきかん  
**兵庫県内のその他の相談機関**

めいしょ 名 称	そうだんないよう 相談内容	でんわばんごう 電話番号	たいおうげんご 対応言語
ひょうごけんこくさいごうりゅう 兵庫県国際交流 きょうかいがいこくじんけんみん 協会外国人県民 いんふおめいしょん インフォメーション せんたー センター (HIA)	せいかつ ほうりつ 生活・法律	078-382-2052	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語 スペイン語 ボルトガル語
こうべがいこくじん NGO神戸外国人 きゅうえんねつと 救援ネット	せいかつ 生活	078-232-1290	えいご すペインご 英語、スペイン語、 ボルトガル語 タガログ語、中国語、 ベトナム語、ロシア語
こうべこくさいこみゅにて 神戸国際コミュニティ センター (KICC)	しゅつにゅうこく 出入国・ ざいりゅう せいかつ 在留・生活	078-291-8441	えいご ちゅうごくご かんこく 英語、中国語、韓国・ ちょうせんご すペインご 朝鮮語、スペイン語、 ボルトガル語 ベトナム語 フィリピン語 ネパール語、タイ語、 インドネシア語
がいこくじんぎいりゅうそうごう 外国人在留総合 いんふおめいしょん インフォメーション せんたー センター	しゅつにゅうこく 出入国・ ざいりゅう 在留	0570-013904	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語 ボルトガル語 スペイン語など 17言語
ほうじん NPO法人AMDA こくさいいりょうじょうほう 国際医療情報 せんたー センター	いりょう けが 医療(ケガや びょうき 病気のこと)	03-6233-9266	えいご すペインご 英語、スペイン語、 ちゅうごくご かんこくご 中国語、韓国語、 ボルトガル語、タイ語、 フィリピン語 ベトナム語

こうべ ちほう ほうmuきょくがい 神戸地方法務局 外 こくじんじんけんそうだん 國人人權相談	じんけん 人權	078-392-1821	えいご ちゅうごくご かんこくご 英語、中國語、韓國語、 ふいりびのご フィリピノ語、 ぱるとがるご べとなむ ポルトガル語、ベトナム ごねぱーるご 語、ネパール語、 スペイン語、 いんどねしあご たいご インドネシア語、タイ語
--	------------	--------------	--

## にほんご きょうしつ 日本語教室

とよおかしない にほんご きょうしつ  
豊岡市内には、日本語教室があります。

じかん くらす りょうきん きょうしつ き  
時間やクラス、料金などは、それぞれの教室に聞いてください。

めいしょ 名 称	じゅうしょ 住 所	でんわばんごう 電話番号
とよおかしこくさいこうりゅうきょうかい 豊岡市国際交流協会	〒668-0045 とよおかしじょうなんちょう 豊岡市城南町23-6 とよおかしけんこうふくし かい 豊岡市健康福祉センター3階	0796-24-5931
にほんご とよおか 豊岡あいうえお	〒668-0023 とよおかしかひろちょう 豊岡市加広町5-13	0796-20-4037

## たぶんか こうりゅう 多文化交流サロン

ぼうさい にほん せいかつ たいせつ まな にほん ぶんか ぎょうじ まな  
防災や日本で生活するために大切なことを学びます。日本の文化や行事も学びます。

とよおかしこくさいこうりゅうきょうかい とよおか かいさい くわ  
豊岡市国際交流協会とにほんご豊岡あいうえおが開催しています。詳しいことは、

それぞれのホームページや Facebook ページを見てください。



TIA

とよおかしこくさいこうりゅうきょうかい

Facebook



あいうえお Facebook

わからないことは、<sup>そうだん</sup>相談してください。

とよおかしあんじょ たようせいすいしん  
豊岡市役所 多様性推進・ジェンダー・ギャップ対策課

とよおかしあんじょ こくじんそうだんまどぐち  
豊岡市外国人相談窓口

とよおかしあんじゅうおうまち  
〒668-8666 豊岡市中央町2-4

TEL 0796-23-0341

FAX 0796-24-8114

E-mail [advisory-service@city.toyooka.lg.jp](mailto:advisory-service@city.toyooka.lg.jp)

2025年4月版