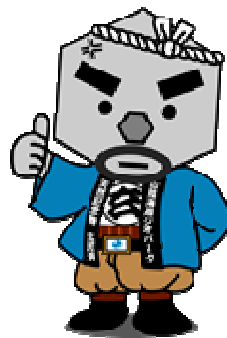


やさしいにほんご

とよおかしせいかつあんない
豊岡市生活案内

TOYOOKA CITY LIVING GUIDE



もくじ

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

子どもを育てる

こ けんこう 子どもの健康	19
こそだ ささ 子育てを支えるしくみ	20
しえん せんたー こそだ かていそうだん こども支援センター・子育て家庭相談	22
こそだ せんたー 子育てセンター	23
とよおかしふ あみりーさぽーとせんたー こそだ 豊岡市ファミリーサポートセンター・子育てなんでも相談窓口	24
こ ほいくしよ がっこう 子どもの保育所・学校	
ようちえん ほいくえん にんてい えん 幼稚園・保育園・認定こども園	25
しょうがっこう ちゅうがっこう 小学校・中学校	26
ほうかごじどうくらぶ 放課後児童クラブ	26
びょうき 病気・けが	
びょういん い 病院へ行く	28
いりょうほけんせいど 医療保険制度	29
ぜいきん ねんきん 税金・年金	
ぜいきん 税金	31
ねんきん 年金	33
かじ じけん じこ 火事・事件・事故	35
かじ お 火事が起きたとき	36
ぼうさい 防災	37
きんきゅうじ にほんご 緊急時の日本語	39
そうだん 相談をするところ	40
にほんごきょうしつ たぶんかこうりゅう 日本語教室・多文化交流サロン	42

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 ししゅう
豊岡市の市章
(市のマーク)

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 いずしちょう 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）が合わさってできた市です。人口は約74,000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 のりんすいさんぎょう さか きのさきおんせん かなべこうげんすきーじょう いずし 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、300万人以上の人々が訪れます。「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 いずしやき 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。

ざいりゅう てつづ 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カ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
ちゅうちようきざいりゅうしゃ 中長期在留者になった	す 住むところが き 決まってから	ざいりゅうかーど ・在留カード	じゅうきよち とどけで 住居地の届出を す する(住むところ し を知らせる)
ひっこ 引越しをした	か かんい ない 14日間以内	ざいりゅうかーど ・在留カード てんしゅつしょうめいしょ ・転出証明書	てんしゅつ てんにゅうとどけ 転出・転入届 だ 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。

ざいりゅうきかん ごうしん
■在留期間の更新

ざいりゅうきかん えんちよう の ざいりゅうきかん ごうしん てつづ
 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。

まいなんばーかーど ゆうこうきげん えんちよう
■マイナンバーカードの有効期限の延長

まいなんばーかーど かーど つく ざいりゅうきかん お ひ つか
 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。
 ざいりゅうきかん えんちよう の しやくしょ つか
 在留期間を延長した(伸ばした)ときは、市役所でマイナンバーカードが使える
 きかんの てつづ てつづ つか つか
 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
 きかんと しやくしょ まどぐち てつづ
 期間(時)に、市役所の窓口で手続きをしてください。
 かーど つか ばあい あた かーど つく てすりよう かね
 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)がかかります。

ちほうしゅつにゅうこくざいりゅうかんにりきよく てつづ
■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	なに 何をする
しめい なまえ せいねんがっぴ 氏名(名前)、生年月日 たんじょうび せいべつ おとこ おんな (誕生日)、性別(男・女)、 こくせきくに ちいき へんこく 国籍(国)・地域の変更	へんこく 変更があって から 14日間 のうちに	へんこく ・変更があったことを しょうめい しりよう 証明する資料 ざいりゅうかーど ・在留カード しゃしん ・写真 ぱすぽーと ・パスポート	ちほうしゅつにゅうこく 地方出入国 ざいりゅうかんにりきよく 在留管理局へ へんこく とどけで 変更の届出
しごとば がっこう か 仕事場や学校が変わったと き けっこん りこん き・結婚や離婚をしたとき		ざいりゅうかーど ・在留カード	
ざいりゅうかーど な 在留カードを失くした、 よご こわ 汚した、壊した	き 気が付いた ひ か 日から 14日 間のうちに	かーど な ・カードを失くしたこ となどを証明す る資料 ぱすぽーと ・パスポート しゃしん ・写真	ちほうしゅつにゅうこく 地方出入国 ざいりゅうかんにりきよく 在留管理局で さいこうふしんせい 再交付申請(もう いちどかーど 一度カードをもら います)
ざいりゅうかーど ゆうこうきかん 在留カードの有効期間更新	ゆうこうきげん 有効期限ま で	ざいりゅうかーど ・在留カード ぱすぽーと ・パスポート しゃしん ・写真	ちほうしゅつにゅうこく 地方出入国 ざいりゅうかんにりきよく 在留管理局で こうしんてつづき 更新手続き

■資格外活動許可

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(お金をもらう)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

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

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。

※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 (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～ ごごじ 午後4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わいがんどおり 兵庫県神戸市中央区海岸通 こうべちほうごうどうちようしゃ 29神戸地方合同庁舎 ☎078-391-6377	ごごじ 午後4時
ひめじこうしゅつちようじょ 姫路港出張所	672-8063	ひょうごけんひめじししかまくすか 兵庫県姫路市飾磨区須加 ひめじこうわんごうどうちようしゃ 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 しょうご 午前9時～正午 ごごじ 午後1時～4時
まいづるこうしゅつちようじょ 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ようしゃ 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ーしょんせんたー
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	はな 話すことのできる ことば 言葉
おおさかしゆつにゆうこくざいりゅうかんりきよくこうべしきよく <大阪 出入国 在留 管理局 神戸 支局> ひょうごけんこうべしちゅうおうくわいがんどおり 兵庫県神戸市中央区海岸通29 こうべちほうごうどうちようしゃ 神戸地方合同庁舎 ☎0570-013904 (IP、海外:03-5796-7112)	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・ すぺいんご かんこくご 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 きじゆん
 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
 しやくしよ けんちくじゅうたくか と あ
 は市役所の建築住宅課にお問い合わせください。

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
とよおかいつぼんまつ 豊岡一本松	しょうざかい 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	ひだかちようあげし 日高町上石
いずしむるみだい 出石室見台	いずしちようほそみ 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	ひたかちようどうじょう 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	ひたかちようつるおか 日高町鶴岡
しおつ 塩津	しおつちよう 塩津町	つるおか 鶴岡	ひたかちようつるおか 日高町鶴岡
たかや 高屋	たかや 高屋	ほくぶ 北部	いずしちようてらまち 出石町寺町
もとやくし ごう 元薬師1号	きのさきちようゆしま 城崎町湯島	ひのべ 日野辺	いずしちようひのべ 出石町日野辺
もとやくし ごう 元薬師2号	きのさきちようゆしま 城崎町湯島	ふくすみ 福住	いずしちようふくすみ 出石町福住
うちじま 内島	きのさきちようもしま 城崎町桃島	かじや 鍛冶屋	いずしちようかじや 出石町鍛冶屋
むすぶ ごう 結2号	きのさきちようむすぶ 城崎町結	とりい 鳥居	いずしちようとりい 出石町鳥居
うやま 上山	きのさきちよううやま 城崎町上山	であい 出合	たんとうちようであい 但東町出合
うやま ごう 上山2号	きのさきちよううやま 城崎町上山	はたやま 畑山	たんとうちようはたやま 但東町畑山
まるやま 円山	きのさきちようくるひ 城崎町来日	やね 矢根	たんとうちようやね 但東町矢根
くきかいてらす 草飼テラス	たけのちようくきかい 竹野町草飼	くばたにのみや 久畑二ノ宮	たんとうちようくばた 但東町久畑
もりもと 森本	たけのちようもりもと 竹野町森本	なかやまむこうまち 中山向町	たんとうちようなかやま 但東町中山
とどろき 轟	たけのちようとどろき 竹野町轟	あかの 赤野	たんとうちようなかやま 但東町中山
かみのごう 上郷	ひだかちようかみのごう 日高町上郷	にゅうの 如布	たんとうちようなかやま 但東町中山
どうじょう 道場	ひだかちようどうじょう 日高町道場	おだに 小谷	たんとうちようおだに 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。

■つか はじ つか 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 とよおかしすいどう きゃく
引越して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 いんたーねっと 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。

■りょうきん 料金

つか ぶん りょうきん まいつきとど せいきゆうしょ 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。

すまーとふぉん あぷり のうふ ぎんこう ゆうびんきょく こうざふりかえ
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 きゃく 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 へるつ でんき いちど つか
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 つか でんききぐ ぶらぐ こんせんと
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。

■つか はじ つか 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 かくでんりょくがいしゃ えいぎょうしょ れんらく
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
ください。インターネットからでも手続きができます。

りょうきん
■料金

つか ぶん りょうきん まいつきはら はら かた こうぎふりかえ ぎんこう
使った分の料金を、毎月払います。払いは口座振替か、銀行・
コンビニにえんすすとあ しはら すまーとふおん あぶり のうふ
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 かくてんりよくがいしゃ
<問合せ> 各電力会社

がす
■ガス

がす す としがす ぶろぼんがす わ つか まえ
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
たし
確かめてください。

つか はじ つか
■使い始めるとき、使うのをやめるとき

がす つか はじ めーたー か みせ はんばいてん でんわ かかりいん
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
がすかいせん がす せん あ がすぼんべ お
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。
つか
使うのをやめるときも、おな みせ れんらく
同じ店に連絡してください。

りょうきん
■料金

すいどう でんき おな こうぎふりかえ ぎんこう コンビにえんすすとあ しはら
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。

がす ち きづ
■ガス漏れに気付いたら

がす ち きづ がすせん し まど と あ ひ
ガスが漏れていることに気付いたら、ガス栓を閉めて、窓や戸を開けてください。火を
つけたり、でんききぐ すいっち い も がす ひ
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
あぶ
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

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。

※市の指定袋（市が決めのごみ袋）、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。



燃やすごみ袋（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、大きさが異なります。入る量が違います。

燃やすごみ袋の大きさ 大(45 L)・中(30 L)・小(20 L)

燃やさないごみ袋の大きさ 大(45 L)・中(30 L)・小(20 L)

資源ごみ袋の大きさ 大(45 L)・中(30 L)




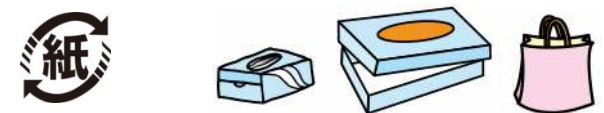

※資源ごみ袋は、①びん・かん ②ペットボトル ③紙製容器包装 ④プラスチック製容器包装に使用します。①～④は分けていれます。

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>燃やすごみ (燃やすごみ袋に入れる)</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>燃やさないごみ (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>粗大ごみ (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、自転車、じゅうたん・ふとん(ひもでくる) ※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>蛍光管</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>乾電池</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> 

<p>じゅうでん でんち 充電できる電池</p>	<p>じゅうでん でんち かんたん と じゅうでん でんち と 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 て、透明な袋に入れる。充電できる電池が取れないものは、 でんち と とうめい ふくろ い じゅうでん でんち と 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)</p> 
<p>びん・かん しげん ぶくろ い (資源ごみ袋に入 れる)</p>	<p>た の かん 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 なか すぶれーかん つか き あな あ 外し、中をすすぐ)・スプレー缶(使い切り、穴を開ける) など</p> 
<p>べつとぼとる しげん ぶくろ い (資源ごみ袋に入 れる)</p>	<p>の ちようみりよう い じゃっぶ らべる はず あら 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> 
<p>かみ い 紙の入れもの かみせいようきほうそう 【紙製容器包装】 しげん ぶくろ い (資源ごみ袋に入 れる)</p>	<p>かみほこ かみ かみぶくろ かみこつぶ しょくひん つ 紙箱・つつみ紙・紙袋・紙コップなど(食品などが付いている ばあい あら だ と ばあい も 場合は洗ってから出す。取れない場合は燃やすごみ)</p> 
<p>ぶらすちつく い プラスチックの入れ もの【プラスチック 製容器包装】 せいようきほうそう しげん ぶくろ い (資源ごみ袋に入 れる)</p>	<p>ぶくろ とれい ぼとる はつぼうすちろーる しょくひん つ 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 ばあい あら だ と ばあい も 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)や引越して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

うんてんめんきよ 運転免許

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、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

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

- ・ 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

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、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。

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。

- ・ 日本に来た日から1年間
- ・ 外国運転免許証の有効期間

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

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カ月以上日本にいた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。

必要なもの

- 運転免許申請書(試験場にありす)
- 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っていきます
- 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 ※持っている人は持っていきます

兵庫県但馬運転免許センター ☎ 079-662-1117

兵庫県明石運転免許更新センター ☎ 078-912-7061

■日本の運転免許を取得するには

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習います。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。

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つてはいけません。
- 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

にほん けっこん こんいんとどけ しやくしよ だ がいこくじん けっこん ぼあい
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、
こんいんじょうけん み けっこん じょうけん しょうめい しょうい
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 ぼしよ 出す場所	とど で ひと 届け出る人
<ul style="list-style-type: none"> こんいんとどけ 婚姻届 しやくしよほんちよう しんこうきよく (市役所本庁と振興局にあります) にほんごやくつ こんいんようけん くび 日本語訳付きの婚姻要件具備 しょうめいしよ がいこくじん 証明書(外国人) ばす ぽーと パスポート 	けっこん ふたり 結婚する二人のどちらか じゅうしよち にほんじん の住所地または日本人 ほんせきち しやくしよ 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

にほんじん がいこくじん けっこん ぼあい にほん こんいんとどけ だ あと じぶん くに
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
とどけでしよ だ こんいんとどけじゅりしょうめいしよ ひつよう
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。

にほん こんいんとどけ だ あと こんいんとどけじゅりしょうめいしよ にほんじん
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
けっこん にほんじん はいぐうしや ざいりゅうしかく へんごう しょかつ ちほう
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
しゅつにゆうこくざいりゅうかんりきよく と あ
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

がいこくじんどうし にほん けっこん ぼあい くに てつづ ちが
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
ざいにちたいしかん りょうじかん たし
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

子どもを産む(妊娠・出産)

妊娠がわかったら

■母子健康手帳(母子手帳)交付

妊娠がわかったとき、病院に行き、妊娠届出書をお願いします。

これを下(した)に書いてある場所(ばしょ)に持って行って、母子手帳(ぼしちょう)をもらいます。

母子手帳(ぼしちょう)は、健診(けんしん)や予防接種(よぼうせっしゅ)を受ける時(とき)にいらします。

母子手帳(ぼしちょう)をもらうために、予約(よやく)をします。豊岡市(とよおかし)ホームページ(ほーむぺーじ)から

予約(よやく)するか子ども未来課(こどもみらいか)に連絡(れんらく)してください。外国語(がいこくご)の母子手帳(ぼしちょう)も

あります。病院(びょういん)に行くためのお金(かね)がないときは、子ども未来課(こどもみらいか)に連絡(れんらく)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
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 たちちのちやうしゃ (立野庁舎) しやくしよ または市役所	ていれいじっしつきかい 定例実施(月1~2回) とよおかしほーむぺーじ ※豊岡市ホームページ・ しこうほうしの 市広報紙に載せます。 もうしこみひつよう ※申込が必要です。	ぼしちょうけんこう 母子手帳をもらう・健康 そうだんにんしんちゆう 相談・妊娠中から しゅつさんごじよせいてつづ 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、 しんせいじちやうかくけんさ 新生児聴覚検査、 げつじけんこうしんさ 1か月児健康診査)・ にんぶしえんきゆうふきん 妊婦支援給付金の てつづき 手続き
	きのさきたけのひだか 城崎・竹野・日高・ いずしたんとうしんこうきやく 出石・但東の振興局	ほけんしちゆうざいびほけんし 保健師駐在日(保健師 がひ いる日)だけです。 もうしこみひつよう 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 いずしだい 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	

※都合(つごう)が合わない場合(ばあい)は聞いてください。

■外国語の母子手帳は下(した)に書いてある言葉(ことば)があります。

えいご ぼるとがるご たがるご 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

にんぶしえんきゆうふきん
■妊婦支援給付金

にんしん 妊娠したら、「妊婦支援給付金」(5万円)がもらえます。てつづ ほうほう ほしてちょう 手続きの方法は、母子手帳をもらうときにせつめい 説明があります。

といあわ
<問合せ>

みらいか
こども未来課 ☎0796-24-9604

しゅつさんいくじいちじきん
■出産育児一時金

こくみんけんこうほけん けんこうほけん ひほけんしゃ ほけん はい ひと しゅつさん
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
しゅつさんいくじいちじきん しがく げんそく まんえん しゅつさんいくじいちじきんちよくせつ
「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
しはらいせいど りょう いりょうきかん びょういん ちよくせつしはら
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
しはら てつづ びょういん おこな
支払いをしなくてよい)。手続きは、病院で行います。

こくみんけんこうほけん けんこうほけん さんぜんさんごほけんぜい りょう げんがくせいど
■国民健康保険・健康保険の産前産後保険税(料)減額制度

しゅつさん ひと しゅつさんまえ あと きかん ほけんぜい りょう やす せいど う
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
てつづ ひつよう こくみんけんこうほけん ばあい しやくしよ てつづ けんこうほけん
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
ばあい きんむさき かいしゃ てつづ
場合は勤務先(会社)で手続きをします。

といあわ
<問合せ>

こくみんけんこうほけん かにゆう ひと こくほ ねんきんか
国民健康保険に加入の人…国保・年金課 ☎0796-21-9061
けんこうほけん かにゆう ひと きんむさき かにゆう けんこうほけん
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

こくみんねんきん こうせいねんきんほけん さんぜんさんごきかん ほけんりょうめんじよせいど
■国民年金・厚生年金保険の産前産後期間の保険料免除制度

こくみんねんきん こうせいねんきんほけん かにゆう ひと しゅつさん しゅつさんまえ あと きかん
国民年金や厚生年金保険に加入している人が出産するとき、出産前と後の期間の
ほけんりょう めんじよ はら せいど う てつづ ひつよう
保険料が免除されます(払わなくてよい)。制度を受けるには、手続きが必要です。
こくみんねんきん ばあい しやくしよ てつづ こうせいねんきんほけん ばあい きんむさき かいしゃ
国民年金の場合は市役所で手続きをします。厚生年金保険の場合は勤務先(会社)
てつづ
で手続きをします。

といあわ
<問合せ>

こくみんねんきん かにゆう ひと こくほ ねんきんか
国民年金に加入の人…国保・年金課 ☎0796-21-9061
こうせいねんきんほけん かにゆう ひと きんむさき かいしゃ
厚生年金保険に加入の人…勤務先(会社)

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 ・母子健康手帳 ・出生証明書	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

<問合せ>

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、「妊婦支援給付金」(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。

<問合せ>

子ども未来課 ☎0796-24-9604

子どもの国籍

■両親のどちらかが日本国籍

父親、母親のどちらかが日本人の場合、子どもは日本国籍を持つことができます。しかし、法的に結婚していない場合で、父親が日本人のときは、父親による認知がないと、子どもは日本国籍を持つことができません。もう一方の親の外国籍については、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

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せん。

■国籍選択(国籍を選ぶ)

日本の法律では、日本国籍と外国籍の2つの国籍を持つこと(二重国籍)はできませんので、20歳になるまでにどちらか一つの国籍を選びます。

※外国で生まれた子で、子どもが日本以外の国籍も取得する(持つ)場合は、日本への出生届を提出するときに「国籍留保」の届出をします。

＜問合せ＞

まどぐささーびすか
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カ月、4カ月、7カ月、1歳6カ月、3歳6カ月の子どもは健診(健康診断)があります。健診では、子どもの発育・発達の診察(成長の様子をみてもらう)、身長・体重の測定(はかる)、育児相談(子育ての相談)、食事相談、歯科相談などをします。

■ 予防接種

予防接種〔感染する(人から人うつる)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(何カ月)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。

<問合せ> 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。

病院で診て もらうとき	自分で払うお金	
がいらい 外来	区分Ⅰ(※1)	無料
	区分Ⅱ(※2)	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300円まで
にゅういん 入院	無料	

※1 保護者の市民税所得割額の合計額が120,000円未満の方

※2 保護者の市民税所得割額の合計額が120,000円以上235,000円未満の方

じどうてあて
児童手当

じどうてあて こうこうせいねんだい さい たんじょうびご さいしょ がつ にち こ
 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
 そだ ひと しきゅう かね しはら こくほ ねんきんか かくしんこうきよく
 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
 しみんふくしか まどぐち もうしこ ひつよう
 市民福祉課の窓口で申込みが必要です。

じゅきゅうがく かげつ かね
受給額(1か月にもらえるお金)

	ひとりめ こ 1人目の子ども	ふたりめ こ 2人目の子ども	にんめ こ 3人目の子ども
さいみまん 3歳未満	15,000円	15,000円	30,000円
さい こうこうせいねんだい 3歳～高校生年代	10,000円	10,000円	30,000円

しはら じき
支払い時期(いつもらえるか)

かげつぶん してい きんゆうきかん ぎんこう ゆうびんきよく こうざ ふ こ
 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。

しはらいび 支払日	てあてぶん 手当分
がつ にち 4月15日	がつぶん 2・3月分
がつ にち 6月15日	がつぶん 4・5月分
がつ にち 8月15日	がつぶん 6・7月分
がつ にち 10月15日	がつぶん 8・9月分
がつ にち 12月15日	がつぶん 10・11月分
がつ にち 2月15日	がつぶん 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。

げんきょうとどけ あ ひと
現況届(当てはまる人だけ)

まいとし がつ げんきょうとどけ ようし とど き ひ ていしゅつ
 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。
 ていしゅつ がつぶん あと てあて う と
 提出しなければ、6月分より後の手当が受け取れなくなります。

といあわ
<問合せ>

こくほ ねんきんか
 国保・年金課 ☎0796-21-9061

し え ん せ ん た ー
こども支援センター

こ ども の こ と を でんわ そうだん でんわ よやく そうだん い めんせつ
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)こともで
りんしょうしんりし こ かていしえんいん ひとり もんだい あ ほごしゃ
きます。臨床心理士や子ども家庭支援員が、一人ひとりの問題に合わせて、保護者と
いっしょ かんが
一緒に考えます。

ふとうこうそうだん がっこう い い こ そうだん
・不登校相談(学校に行きたくても、行けない子どもの相談)

はったつ そうだん こ はったつ そうだん
・発達にかかわる相談(子どもの発達についての相談)

こそだ かていそうだんこそだ かてい なや しんばい そうだん
・子育て家庭相談(子育て家庭の悩みや心配ごとの相談)

■相談時間 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

とくあわ ふとうこうそうだん はったつ そうだん
<問合せ>不登校相談・発達にかかわる相談 ☎0796-24-8303

こそだ かていそうだん
子育て家庭相談 ☎0796-21-9003

こそだ せんたー
子育てセンター

あんしん こそだ かつどう いべんと
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 こそだ じょうほう ぼう
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 なかま
子育ての仲間づくり
- おやこ かつどう
親子ふれあい活動

	ばしよ 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	きのさきちょうももしま 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	ひだかちょうによ 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
いずし こそだ せんたー 出石子育てセンター	いずしちょううちまち 出石町内町1 いずしちょうしゃ かい 出石庁舎1階	0796-52-6188
たんどう こそだ せんたー 但東子育てセンター	たんどうちょうであい 但東町出合150 たんどうしみん せんたー かい 但東市民センター1階	0796-21-9079

といあわ みらいが
<問合せ> こども未来課

☎0796-21-9118

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

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。

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。

会員は3種類あります。

「おねがい会員」は、してほしいことを頼む人です。

「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。

「どっちも会員」は、両方する人です。

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
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ぼーとせんたー
<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 そうだんまどぐち 子育てなんでも相談窓口

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

■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

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 ほういくしよ がっこう 子どもの保育所・学校

ようちえん 幼稚園

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。住んでいるところによって通う幼稚園が決まります。

■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)

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、子どもを預けられます。

■対象 小学校に入学(入る)前までの子ども

- ・子どもと保護者が市内に住んでいる
- ・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などの条件が必要です。

にんてい えん 認定こども園

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。

■対象 小学校入学(入る)前までの子ども

- ・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歳児)。
- ・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などの条件が必要です。

※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)等によって決まります。

※手続きは幼児育成課にお問い合わせください。

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 そつぎょう 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 そつぎょう 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、学校教育課にお問い合わせください
 こ ひと かよ がっこう す ぼしょ 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。

■費用

こうりつ 公立	にゅうがくきん じゅぎょうりょう きょうかしよだい むりょう 入学金、授業料、教科書代は無料 きょうかしよがい 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

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(学校で使うもののお金)や給食費などを
 しはら むずか 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
 による制限)があります。詳しくは、学校教育課にお問い合わせください。

＜問合せ＞

がっこうきょういくか
 学校教育課 ☎0796-23-1451

放課後児童クラブ

ほうかごじどうくらぶ ほうごしゃ 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
 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)。

■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 どのようび 月曜日～土曜日 どのようび 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 どのようび しょうがっこう きゅうこうび ごぜん 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

ひょう つき おかね
■費用(月にかかるお金)

りょうくぶん 利用区分	しょうがくせい 小学生	ようちえんじ 幼稚園児
がつ がつ がつ がつ 4月~6月/9月~3月	えん 7,000円	えん 0円
がつ 7月	えん 8,000円	えん 0円
がつ 8月	えん 10,000円	えん 0円
どようび 土曜日	えん 1,000円	えん 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)

てつづ ぐわ ようじいくせい か くしんこうきょく と あ
 手続きなど詳しいことは幼児育成課または各振興局にお問い合わせください。

といあわ
<問合せ>

ようじいくせい か
 幼児育成課 ☎0796-29-0053

びょうき 病氣・けが

びょういん 病院に行く

びょうき ばあい 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
病氣になった場合、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 ちりよう う
で専門的な治療を受けます。

こじんいいん くりにつく ■ 個人医院・クリニック

しんりょうじかん ごぜん 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 とうようび ごご にちようび しゅくじつ やす ばあい 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。



とよおかしりょうきかんいちらんひょう
豊岡市医療機関一覧表
（豊岡市の病院が書いてあります）

しりつしんりょうじよ ■ 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	ばしよ 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	ど にち しゅく 土、日、祝、 ねんまつねんし 年末年始
か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	
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	たんとうちょうであい 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)

きゅうじつきゅうびょうしんりょうしょ ■ 休日急病診療所

にちようび しゅくじつ きゅうびょう りよう
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	ばしよ 場所	でんわばんごう 電話番号	しんりょうび 診療日
きゅうじつきゅうび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

おお びょういん
■大きな病院

とよおかしな い おお びょういん うけつけじかん しんさつじかん じゅしん
 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
 かくにん
 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。

びょういん なまえ 病院の名前	ばしょ 場所	でんわばんごう 電話番号	やす ひ 休みの日
とよおかびょういん 豊岡病院	とべら 戸牧1094	0796-22-6111	ど にち しゅく ねんまつ 土、日、祝、年末 ねんし 年始
ひだかくりにつく 日高クリニック	ひだちちやういわなか 日高町岩中81	0796-42-1611	
いずしりようせんたー 出石医療センター	いずしちやうふくすみ 出石町福住1300	0796-52-2555	

きゅう びょうき けが でんわそうだん
■急な病気やケガの電話相談

きゅうきゅうしゃ よ まよ とき びょういん じゅしん とき
 救急車を呼ぶか迷った時や、どの病院をいつ受診すればよいかわからない時に、い
 そうだん
 つでも相談ができます。ただし、緊急の時は迷わず119番に電話してください。

- ・こんな症状で救急車を呼んでよいか
- ・具合が悪いが、すぐに病院を受診した方がよいか

でんわばんごう 電話番号	かいせつじかん 開設時間	げんご 言語
#7119 または 078-331-7119	じかん にち 24時間365日	たげんごたいおう 多言語対応

しょうにきゅうきゅう こ きゅう びょうき でんわそうだん
■小児救急(子どもの急な病気)の電話相談

しょうにか いし かんごし でんわ そうだん
 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

ばしょ 場所	でんわばんごう 電話番号	かいせつじかん 開設時間
たじまちいき 但馬地域	0796-22-9988	まいにち ごご じ 毎日:午後7時~10時
ひょうごけん 兵庫県	#8000 または 078-304-8899	へいじつ どのようび ごご じ つぎ ひごぜん じ 平日・土曜日:午後6時~次の日午前8時 にちようび しゅくじつ ねんまつねんし ごぜん じ つぎ ひごぜん じ 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、次のどちらかを持って行きます。

マイナ保険証(保険証として使えるマイナンバーカード)

資格確認書

マイナ保険証か資格確認書のどちらも持って行かなかったり、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	20%、30%(条件による)

※乳幼児医療費または、子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

マイナ保険証が資格確認書のどちら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

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。

- ・ 帰国(日本を出るとき) ・ 転出(引っ越し)
- ・ 職場で健康保険に加入したとき ・ 住所や世帯主が変わった

<問合せ>

国保・年金課 ☎0796-21-9061

税金・年金

税金

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)

所得税とは、1年間の収入に課せられる税金です。

所得が給与だけの人………毎月の給与から所得税を引きます。

年末に勤務先(会社)で所得税を精算します。

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

納めます(払います)。

住民税<県民税・市民税>(県税・市税)

1月1日に、豊岡市内に住居がある人は、前の年の所得金額(収入)によって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)>

とくべつちようしゅう 特別徴収	きんむさき かいしゃ きゅうよ 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。
ふつうちようしゅう 普通徴収	じえいぎょう のうぎょう じゆうぎょう ひと しやくしよはつこう 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 つうちしよ とど のうふしよ も ぎんこう 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、 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 しはら 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、市役所に届け出てください。

じどうしゃぜい しゅべつわり けんぜい けいじどうしゃぜい しゅべつわり しぜい
 ■自動車税(種別割)(県税)・軽自動車税(種別割)(市税)

じどうしゃぜい しゅべつわり 自動車税(種別割) けんぜい (県税)	じどうしゃ も ひと かげい 自動車を持っている人に課税
けいじどうしゃぜい しゅべつ わり しぜい 軽自動車税(種別 割)(市税)	げんどうきつきじてんしゃ げんつき こがたとくしゅじどうしゃ けいじどうしゃ にりん 原動機付自転車(原付)、小型特殊自動車、軽自動車、二輪 こがたじどうしゃ も ひと かげい 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。

こていしさんぜい しぜい
 ■固定資産税(市税)

まいとし がつついたち とよおかしなひ こていしさん とち かおく しょうきゃくしさん ひと こてい
 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
 しょうきゃくしさん じょうきょう がつ にち しんこく つた ひつよう
 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 しょうがい も けが びょうき からだ ふじゆう
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
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
には、「国民年金」と「厚生年金保険」があります。

こくみんねんきん ■国民年金

がいこくじん すべ ひと かにゆう
外国人も、全ての人が入ります。

かにゆうたいしょうしゃ 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

かにゆうてつづ 加入手続き

こくみんねんきん かにゆうてつづ しやくしょこくほ ねんきんか おこな はたら ぼしよ 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 かにゆう ひと てつづ にゆうこくご こうせいねんきんほけん かにゆう
年金保険に入ります人は、手続きはいりません。ただし、入国後、厚生年金保険に入
るまでの間、国民年金に入ります必要があります。

ほけんりょう 保険料

ほけんりょう だれ おな きんがく につ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 しゆうにゆう すく 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
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
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。

こうせいねんきんほけん ■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 かにゆう 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入ります保険です。国民年金の基礎年金と
べつ ねんきん しきゆう
は別に年金が支給されます。

かにゆうたいしょうしゃ 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

かにゆうてつづ 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 につ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。

だったいいちじきん きこく とき
■**脱退一時金(帰国する時)**

こくみんねんきん ごうせいねんきんほけん だっ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 かげつじょうしはらう にほん で ねんいない せいきゅう だったいいちじきん
保険料を6カ月以上支払うと、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
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 むしよ
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 火事	119 しょうぼうしょ (消防署)	かじ 「ばしよ」 「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 救急車	119 しょうぼうしょ (消防署)	じこ 「事故です」 びょうき 「病気です」 ばしよ なまえ 「場所」「名前」 でんわばんごう 「電話番号」
じこ 事故 . はんざい 犯罪	110 けいさつしょ (警察署)	じこ 「事故です」 じけん 「事件です」 ばしよ 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 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 お金やてれふおんかーど テレホンカードはいりません。じゅわき 受話器を上げ

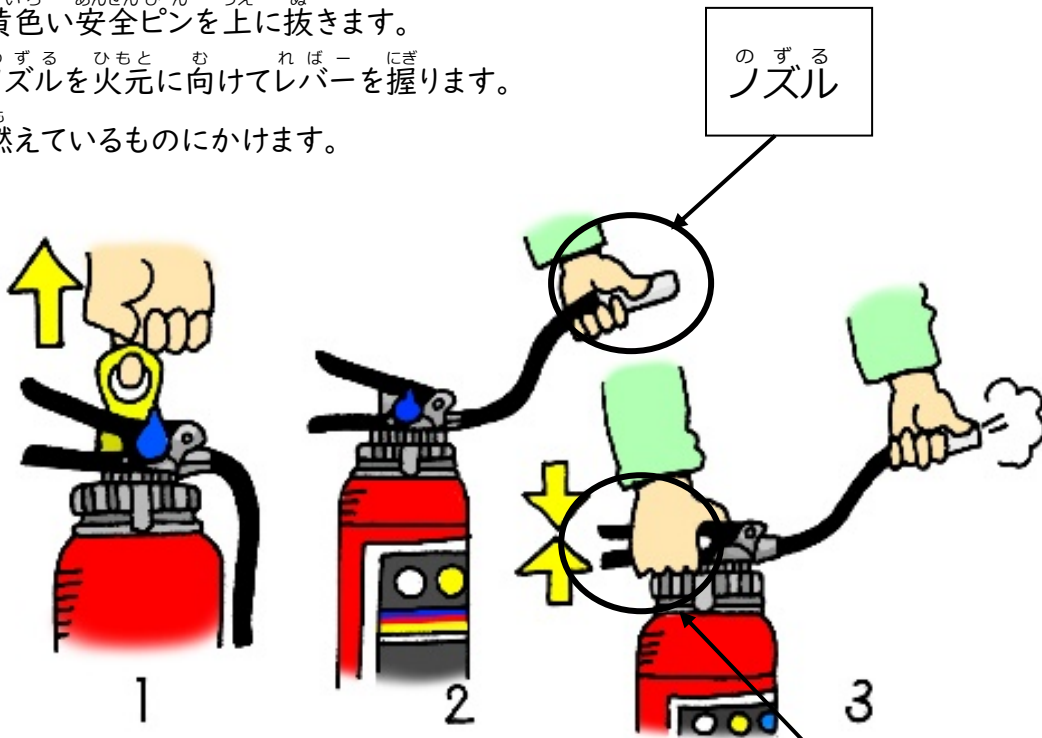
て、「きんきゅうようつうほうぼたん 緊急用通報ボタン」を押してから、「119」または「110」にかけます。

かじ お
火事が起きたとき

しょうかき つか
消火器を使います

しょうかき つか かた した え み
消火器の使い方(下の絵を見てください)

- 1 きいろ あんぜんびん うえ ぬ
黄色い安全ピンを上には抜きます。
- 2 のずる ひもと む ればー にぎ
ノズルを火元に向けてレバーを握ります。
- 3 も
燃えているものにかけます。



に
逃げます

た おる くち はな おお ひく しせい に
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

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。
災害から身を守るため、普段から気を付けます。

じしん 地震

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方が死んでいます。
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けません。
- ・ドアの近くや、廊下や階段には物を置けません。



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

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。
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。

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



ひなんじょうほう 避難情報

ひなんじょうほう おおあめ たいふう やまくず さいがい お とき
 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
 さいがい お とよおかし だ ぼうさいぎょうせいむせん ほうそう
 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
 すまーとふぉんあぶり ぼうさいねっと し
 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。

ひなんじょうほう すうじ おお あぶ
 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	きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保	いま ひなんじょう い きけん さいがい お 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、 いのち きけん いのち まち こうどう かい ひと 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	ひなんしじ 避難指示	かわ みず やま くず で 川から水があふれたり、山が崩れてきたりするときに出 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	こうれいしゃとうひなん 高齢者等避難	ひなん じゅんび てれび み らじお き 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、今起きていることを確認します。年をとった人、 しやうがい ひと ひなん じかん ひと あんぜん ところ 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 はじ 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



ぼうさいまっぷ 防災マップ

ぼうさいまっぷ じぶん あんぜん す み まっぷ
 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。

ばんぼうさいまっぷ し ほーむぺーじ み ききかんりか まどぐち
 WEB版防災マップや、市のホームページから見るすることができます。危機管理課の窓口
 でもらうこともできます。

ばんぼうさいまっぷ
WEB版防災マップ

とよおかし ほーむぺーじ
豊岡市ホームページ



緊急時(困ったとき)の日本語

英語	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	きゅうきゅうしゃ	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	JIKO
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 JAPANESE.	にほんごは はなせません	NIHONGO WA HANASEMASEN

相談をするところ

外国人生活相談

困ったことがあれば相談してください。

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。

豊岡市役所2階 多様性推進・ジェンダーギャップ対策課

外国人相談窓口

電話番号 0796-23-0341

メールアドレス advisory-service@city.toyooka.lg.jp

市役所と地域の振興局

名称	所在地	電話番号
豊岡市役所本庁	中央町2-4	0796-23-1111
城崎振興局	城崎町桃島1057-1	0796-32-0001
竹野振興局	竹野町竹野1585-1	0796-47-1111
日高振興局	日高町祢布920	0796-42-1111
出石振興局	出石町内町1	0796-52-3111
但東振興局	但東町出合150	0796-54-1000

警察

名称	所在地	電話番号
豊岡警察署	昭和町7-5	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

めいしょう 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こうりゅう 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 いんぷおめーしょん 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 すぺいんご スペイン語 ぼるとがるご ポルトガル語
こうべがいこくじん NGO神戸外国人 きゅうえんねっと 救援ネット	せいかつ 生活	078-232-1290	えいご すぺいんご 英語、スペイン語、 ぼるとがるご ポルトガル語 たがるごご ちゅうごくご タガログ語、中国語、 べとなむご ろしあご ベトナム語、ロシア語
こうべこくさいこみゆにて 神戸国際コミュニテ いーせんたー イーセンター (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 すぺいんご 朝鮮語、スペイン語、 ぼるとがるご ポルトガル語 べとなむご ベトナム語 ふいりびのご フィリピン語 ねぼーるご たいご ネパール語、タイ語、 いんどねしあご インドネシア語
がいこくじんざいりゅうそうごう 外国人在留総合 いんぷおめーしょん 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 ぼるとがるご ポルトガル語 すぺいんご スペイン語など げんご 17言語
ほうじん NPO法人AMDA こくさ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 すぺいんご 英語、スペイン語、 ちゅうごくご かんこくご 中国語、韓国語、 ぼるとがるご たいご ポルトガル語、タイ語、 ふいりびのご フィリピン語、 べとなむご ベトナム語

こうべちほうほうむきよくがい 神戸地方法務局 外 こくじんじんけんそうだん 国人人権相談	じんけん 人権	078-392-1821	えいご ちゅうごくご かんこくご 英語、中国語、韓国語、 ふうりびのご フィリピン語、 ぼるとがるご ベとなむ ポルトガル語、ベトナム ご ねばーるご 語、ネパール語、 すべいんご 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。

めいしやう 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やうかい 豊岡市国際交流協会	〒668-0045 とよおかしじやうなんちやう 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やう 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 ぎやうじ 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やうかい 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やうかい
豊岡市国際交流協会
 Facebook



あいうえお Facebook

わからないことは、相談そうたんしてください。

豊岡市役所 多様性推進・ジェンダーギャップ対策課たようせいすいしん たいまくか

豊岡市外国人相談窓口とよおかしがいこくじんそうだんまどぐち

〒668-8666 豊岡市中央町2-4とよおかしちゅうおうまち

TEL 0796-23-0341

FAX 0796-24-8114

E-mail advisory-service@city.toyooka.lg.jp

2026年4月版