

にいがた^し市 ^{がいくじんむ}外国人向け
く暮らしの ^{がいど}ガイド 2025

A Guide to Living in Niigata City for
Foreign Residents 2025



にいがたし
新潟市
Niigata City

はじめに

- これは、新潟市に 住んでいる 外国人の みなさんが 安心して 生活するための 情報を、「やさしい日本語」で 書いた ガイドブックです。
- この ガイドブックは 新潟市の ことや、生活に 必要な 手続きの 情報を 書いています。
- この ガイドブックに 書いてある ことは、2025年4月1日の 情報です。制度や 料金は 変わることが あります。注意して ください。
- 詳しく 知りたい ときは、問い合わせ先に メールするか、日本語で 電話を かけてください。このガイドブックの 中に それぞれの 問い合わせ先を 書いています。メールの 回答には 時間が かかる場合があります。
- 「新潟市国際交流協会」や 「FRCN 外国人相談センター新潟」では、あなたが 困っている ことについて 外国語で 話を 聞きます (→P.2)。

Introduction

- This is a guidebook written in English for foreign residents living in Niigata City. It contains information so that foreign residents can live safely and securely in Niigata City.
- There is information on Niigata City and on required procedures for living in the City.
- This information is as of April 1st, 2025. Procedures and prices may change, so please keep this in mind.
- If you require more information, please email or call (in Japanese). There is contact information listed throughout the guidebook for each facility or department. Responses through email may take extra time.
- You may discuss your issues in a language other than Japanese at the Niigata City International Exchange Foundation (NIEF) and the Foreign Resident Consultation Center of Niigata (FRCN) (see p.3).

目 次

はなし 話を 聞くところ	2
きんきゅう 緊急の とき	8
さいがい 災害が おこる まえに じゅんぴ 準備する	14
にいがたし 新潟市に ついて	26
しやくしよ くやくしよ 市役所・区役所に ついて	32
じゅうみんとうろく てんにゆう てんしゅつ 住民登録（転入・転出）	40
こくみんけんこうほけん 国民健康保険	52
こくみんねんきん 国民年金	66
し はら ぜいきん 市に 払う 税金	72
けんこう いりよう 健康・医療	80
にんしん しゅっさん こそだ 妊娠・出産・子育て	86
ひとり親の おや ひと 人へ	96
こどもを そだ 育てている ひと 人へ	100
こどもの きょういく 教育	106
しょう 障がいの ある ひと 人へ	110
こうれいしゃ ひと 高齢者の 人へ	116
へや か 部屋を 借りる	124
でんき がす すいどう 電気・ガス・水道	128
く 暮らしの こと	132
ごみの だ かた 出し方	142
にほんご べんきよう ひと 日本語を 勉強したい 人へ	158
にいがたし じょうほう し 新潟市の 情報を 知る	160
にいがたし 新潟市では ない ところに ひ こ 引っ越しを するとき	162

Contents

Consultation Services	3
Emergencies	9
Preparing for Disaster	15
About Niigata City	27
About the City Office and Ward Offices	33
Resident Registration (Moving In and Moving Out)	41
National Health Insurance	53
National Pension	67
Municipal Tax	73
Health and Medical Care	81
Pregnancy, Childbirth, and Childcare	87
For Single Parents	97
For Parents Raising Children	101
Child Education	107
For People with Disabilities	111
For the Elderly	117
Renting a Residence	125
Electricity, Gas, and Water	129
Living in Niigata	133
How to Dispose of Household Trash	143
For People Interested in Studying Japanese	159
City Administration Information	161
Moving Out of Niigata City	163

はなし き 話を 聞くところ

にいがたしやくしよこーるせんたー 新潟市役所コールセンター

※日本語または外国語

にいがたし せいど てつづ いべんと しせつ じょうほう し れんらく
新潟市の 制度、手続き、イベント、施設の情報を 知りたいときに 連絡
してください。どこに 聞けばいいか わからない ときも 連絡して ください。



TEL / FAX	025-243-4894 / 025-244-4894
Email	4894call@call.city.niigata.jp
HP	https://www.4894.call.city.niigata.jp/

にいがたしこくさいこうりゅうきょうかい 新潟市国際交流協会

※日本語または外国語

あなたが こま 困っている ことについて がいこくご はなし が できます。がいこくじん
しよくいん にほんじん しよくいん はなし き
職員か 日本人の 職員が、あなたの 話を 聞きます。



じゅうしょ 住所	ちゅうおうくいしずえちやうどおり のちやう ばんち くらすばる かい 中央区 礎 町 通 3ノ町 2086番地 クロスパルにいがた2階
TEL / FAX	025-225-2727 / 025-225-2733
Email	kyokai@nief.or.jp
HP	https://www.nief.or.jp
はなし 話が できる じかん 時間	げつようび どうようび じ じ 月曜日から 土曜日までの、9時から 16時まではです。 にちようび しゆくじつ ねんまつねんし やす ※日曜日、祝 日、年末年始は 休みです。 ねんまつねんし がつ にち つぎ とし がつみっか ※年末年始は、12月29日から 次の年の 1月3日 までです。

たいおうげんご ようび ●対応言語と 曜日

	げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どうようび 土曜日
ちゅうごくご 中国語	○	○	○	○	○	○
えいご 英語		○	○	○	○	○
ろしあご ロシア語		○		○		
ふらんすご フランス語	○			○		
かんこくご 韓国語		○			○	



- ・「○」は、外国語を 話す 職員が いる日です。対応言語 以外は 翻訳機を 使いま
す。
- ・外国語を 話す 職員が ほかの 仕事で いないことも あります。話を 聞いてほしい
ひとは、まずは でんわ めーる で ややく ひにちと じかん やくそく
予約を してから、決まった 日にち にいがたしこくさいこうりゅうきょうかい
に 行って ください。

Consultation Services

Niigata City Call Center

• In **Japanese** and **other languages**

Available to answer questions regarding city office processes and procedures, event information, and guidance on facilities. If you do not know where or who to ask, please contact us.

TEL/FAX	025-243-4894 / 025-244-4894
Email	4894call@call.city.niigata.jp
HP	https://www.4894.call.city.niigata.jp/



Niigata City International Exchange Foundation (NIEF)

• In **Japanese** and **other languages**

You can talk about your issues in languages other than Japanese.

Foreign and Japanese staff members are here to listen to you.

Address	CrossPal Niigata 2nd Floor, 3-2086 Ishizuecho-dori, Chuo Ward
TEL/FAX	025-225-2727 / 025-225-2733
Email	kyokai@nief.or.jp
HP	https://www.nief.or.jp
Availability	Available Monday–Saturday, from 09:00–16:00 • Closed on Sundays, holidays, and New Year's holidays • For New Year's holidays, closed December 29–January 3



● Available Languages and Days of the Week

	Mon.	Tue.	Wed.	Thur.	Fri.	Sat.
Chinese		○	○	○	○	○
English		○	○	○	○	○
Russian		○		○		
French	○			○		
Korean		○			○	



- ○ means that a staff member who speaks that language is available on that day. Even if a staff member who speaks your language is not present, translation machines are available for use.
- There may be times when staff members who speak your language are not available due to other duties. If you wish to meet and speak with a staff member, please call or email to make an appointment. After you have made an appointment, please come to NIEF at the appointed time.

あなたが ^{こま}困っている ことを ^{べんごし}弁護士に ^{そうだん}相談できます。お金 ^{かね}は かかりません。
^{そうだん}相談したい人は、^{ひと}予約してください。
^ひ日にち、^{じかん}時間は ^{にいがたしこくさいこうりゅうきょうかい}新潟市国際交流協会のホームページに ^{けいさい}掲載しています。



^{がいこくじんそうだんせんたーにいがた}
FRCN 外国人相談センター新潟

※^{にほんご}日本語または^{がいこくご}外国語

^{ざいりゅうしかく}在留資格、^{しごと}仕事、^{きょういく}教育、^{いりよう}医療、^{ふくし}福祉など、^{せいかつ}生活についての ^{そうだん}相談が できます。

^{じゅうしょ} 住所	^{ちゅうおうくばんだいじま} 中央区万代島5-1 ^{ばんだいじまびる} 万代島ビル2階 ^{ほてるにっこうにいがた} (ホテル日航新潟の ^{たてもの} ある 建物の ^{なか} 中)
TEL	^{そうだんせんよう} 025-241-1881(相談専用)
Email	^{そうだんせんよう} nia10@niigata-ia.or.jp(相談専用)
HP	https://www.niigata-ia.or.jp
^{はなし} 話 が ^{じかん} できる 時間	^{げつようび} 月曜日から ^{きんようび} 金曜日までの、 ^じ 10時から ^じ 17時までです。 ^{どようび} ※土曜日、 ^{にちようび} 日曜日、 ^{しゅくじつ} 祝 日、 ^{ねんまつねんし} 年末年始<=12月29日から ^{がつ} 次の年 ^{がつみっか} の 1月3日ごろ まで>は ^{やす} 休みです。 ^{しよくいん} ※職員に ^あ 会って ^{はなし} 話を ^{ひと} したい人は、 ^じ 16時30分までに ^う 受 ^つ け付けを してください。

●^{そうだん}相談できる言語と ^{げんご}曜日

	^{げつようび} 月曜日	^{かようび} 火曜日	^{すいようび} 水曜日	^{もくようび} 木曜日	^{きんようび} 金曜日
^{ちゅうごくご} 中国語			○		
^{えいご} 英語	○			○	○
^{ふいりぴのご} フィリピン語	○				
^{たいご} タイ語		○			
^{べとなむご} ベトナム語		○			
^{すぺいんご} スペイン語				○	
^{ぽるとがるご} ポルトガル語				○	
^{ろしあご} ロシア語	○	○	○	○	○

facebook



- ・「○」は、^{がいこくご}外国語を ^{はなし}話す ^{しよくいん}職員が ^ひいる日です。対^{たい}応^{おう}言^{げん}語 ^{いがい}以外は ^{ほんやくき}翻訳機を ^{つか}使いま
す。
- ・^{おんらいん}オンライン(Zoom)でも ^{そうだん}相談できます。^{おんらいん}オンライン(Zoom)で ^{そうだん}相談したい ^{ひと}人は、^{でんわ}電話か
^{めーる}メールで ^{れんらく}連絡して ください。

● Free Legal Consultation for Foreign Residents (Four times a year)

▷ <https://www.nief.or.jp/node/57>

You can meet with a lawyer to discuss and get advice about your concerns.
Consultations are free of charge.



Please check the dates and times on the Niigata City International Exchange Foundation website.

Foreign Resident Consultation Center of Niigata (FRCN)

• In **Japanese** and **other languages**

Consultations are available about general living in Japan and on topics such as residence/visa status, jobs, education, healthcare, and welfare.

Address	Bandaijima Building 2nd Floor, 5-1 Bandaijima, Chuo Ward • In the same building as Hotel Nikko Niigata
TEL	025-241-1881 (only for consultations)
Email	nia10@niigata-ia.or.jp (only for consultations)
HP	https://www.niigata-ia.or.jp
Availability	Available Monday–Friday, from 10:00–17:00 • Closed on Saturday, Sunday, holidays, and New Year's holidays • If you wish to talk to our staff in person, please visit us by 16:30

● Available Languages and Days of the Week

	Mon.	Tue.	Wed.	Thur.	Fri.
English	○			○	○
Chinese			○		
Filipino	○				
Thai		○			
Vietnamese		○			
Spanish				○	
Portuguese				○	
Russian	○	○	○	○	○

facebook



- ○ means that a staff member who speaks that language is available on that day. Translation machines are also available for use for consultations in languages not listed above.
- Online (Zoom) consultations are also available. Requests can be made by phone or email.



あなたが^{こま}困っていることを^{せんもんか}専門家に^{そうだん}相談できます。

	^{ようび} 曜日	^{じかん} 時間	^{そうだん} ^{げんご} 相談できる言語
きょういく ^{そうだん} 教育相談	かようび 火曜日	13時から17時まで	にほんご ^{えいご} ^{ちゅうごくご} 日本語、英語、中国語、 ^{たいご} ^{べとなむご} タイ語、ベトナム語、 ^{ろしあご} ロシア語
ほうりつ ^{そうだん} 法律相談	1・3・5・7・9・ ^{がつ} ^{だい} ^{もくようび} 11月の第3木曜日	13時から17時まで	にほんご ^{えいご} ^{すぺいんご} 日本語、英語、スペイン語、 ^{ぽるとがるご} ^{ろしあご} ポルトガル語、ロシア語
ほうてらす ^{ほうりつ} ^{そうだん} 法テラス法律相談	2・4・6・8・10・ 12月の第3月曜日	13時から17時まで	にほんご ^{えいご} ^{ふいりびの} 日本語、英語、フィリピン語、 ^{ろしあご} ロシア語
ぎょうせいしよし ^{そうだん} 行政書士相談	まいつきだい ^{すいようび} 毎月第4水曜日	10時から17時まで	にほんご ^{ちゅうごくご} ^{ろしあご} 日本語、中国語、ロシア語
にゅうかんとつづき ^{そうだん} 入管手続相談	まいつきだい ^{かようび} 毎月第2火曜日	13時から17時まで	にほんご ^{たいご} ^{べとなむご} 日本語、タイ語、ベトナム語、 ^{ろしあご} ロシア語

・^{そうだん}相談したいときは、^{よやく}^{れんらく}予約の連絡を^{そうだん}してください。相談の^{ほうほう}方法は4つあります。

- ①^{そうだん}^{せんたー}相談センターに行く ②^{でんわ}電話する ③^{めーる}^{おくる}メールを送る ④^{おんらいん}オンライン(Zoom)で話す

● Consultation with Experts

▷ <https://www.niigata-ia.or.jp/foreign>



You can meet with an expert to discuss and get advice about your concerns.

	Day	Time	Available languages
Education	Tue.	13:00–17:00	Japanese, English, Chinese, Thai, Vietnamese, Russian
Law	3rd Thur. of Jan., Mar., May., Jul., Sep., Nov.	13:00–17:00	Japanese, English, Spanish, Portuguese, Russian
Administrative procedures	Every 4th Wed. of the month	10:00–17:00	Japanese, Chinese, Russian
Immigration formalities	Every 2nd Tue. of the month	13:00–17:00	Japanese, Thai, Vietnamese, Russian

- Consultations are also available by phone or email, or online (Zoom).
- Appointment by phone or e-mail is required to meet an expert.

きんきゅう **緊急のとき**

きんきゅう 緊急のときは、しょうぼう 消防や けいさつ 警察に でんわ 電話を かけて ください。

きんきゅうでんわ 緊急電話の かけ方

きんきゅうでんわ 緊急電話は いつでも、どこからでも かけられます。お金 は いりません。

● **火事、救急** ≤ **大変な病気、大きいけが** → **TEL 119**
 火事や、大変な病気、大きいけがのときは、消防(119番)に 電話を して ください。

軽いけがや 病気のときは、近くの医療機関 ≤ 病院や
 クリニック>に 行ってください(→P.80)。夜や 休日の急な病気
 や けがは、新潟市急患診療センター(→P.10)などに 行ってください。



きゅうきゅうしゃ 救急車の 呼び方

▶ https://www.city.niigata.lg.jp/multilingual/e_index/yasashii/kinkyu.html

1. 119番に 電話を します。救急車と 言って ください。
2. 自分の 場所か 周りの 建物、名前、電話番号を 言って ください。
3. 電話の 話を よく 聞いて、詳しく 伝えて ください。
4. 救急車の サイレンが 聞こえたら、建物の 外に 出て ください。
 手を 振って、救急車に 場所を 知らせて ください。



こうつうじこ 交通事故、はんざい 犯罪 → **TEL 110**

交通事故を 起こした ときや 犯罪に あった ときは、警察(110番)に 電話を して ください。





Emergencies

Please call when there is an emergency.



How to Make an Emergency Call

You can make an emergency call anytime, anywhere. It does not cost money.

● For Fires and Emergency Care: Call **119**

For fires, sudden illnesses, and severe injuries, call the fire department (**119**).



For mild injuries and illnesses, please go to the nearest medical facility (see p.81). For sudden illnesses and severe injuries during nights and holidays, please go to the Niigata City Emergency Medical Care Center (see p.11), etc.

How to call an ambulance

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/multilingual/e_index/yasashii/kinkyu.html

1. Call 119. Say “*kyukyusha* (ambulance).”
2. Say where you are and what buildings are near you, your name and your phone number.
3. Listen carefully to what the operator says and give them specific details.
4. Please stand outside of the building when you hear the sirens. Wave and alert the ambulance of the location.



● For Traffic Accidents and Crimes: Call **110**

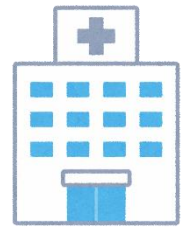
If you cause a traffic accident or are the victim of a crime, please call the police (**110**).



よる 夜や 休日の、急な 病気や けが

平日<=月曜日から 金曜日までの、祝日で ない日>に 病気や けがをしたときは、近くに ある 医療機関に 行って ください(→P.80)。

夜や、日曜日、祝日に 急な 病気や けがをしたとき、病院が やっていないことがあります。そのときは、次に 書いてある 場所に 行って ください。



●新潟市急患診療センター

▶<https://www.niigata-er.org>



■住所 中央区紫竹山3-3-11 総合保健医療センター1階

■TEL 025-246-1199

診療科目 (→P.80)	診療時間 <=お医者さんに 診て もらえる 時間>	受付終了時間 <=受け付けが 終わる 時間>
内科・小児科	平日 19時から 次日の 7時まで 土曜日 14時から 次日の 7時まで 日曜日・祝日 7時から 次日の 7時まで	平日 次日の 6時30分まで 土曜日 次日の 7時まで 日曜日・祝日 次日の 6時30分まで
整形外科	平日 19時から 22時まで 土曜日 15時から 次日の 9時まで 日曜日・祝日 9時から 22時まで	平日 21時30分まで 土曜日 次日の 9時まで 日曜日・祝日 21時30分まで
産婦人科・眼科・ 耳鼻咽喉科・ 脳外科	日曜日・祝日 9時から 18時まで	日曜日・祝日 17時30分まで

●新潟市口腔保健福祉センター

▶<http://ii-ha.net/k-center/details1.html>



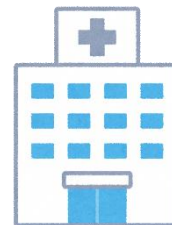
■住所 中央区紫竹山3-3-11 総合保健医療センター4階

■TEL 025-212-8020

診療科目 (→P.80)	診療時間 <=お医者さんに 診て もらえる 時間>	受付終了時間 <=受け付けが 終わる 時間>
歯科・ 急患診療	日曜日・祝日 10時から 17時まで	日曜日・祝日 16時30分まで

Sudden Illness or Injury at Night or on Holidays

If you get injured or sick on a weekday, go to a medical institute nearby (see p.81).
If you get injured or suddenly feel sick at night, on Sunday or a holiday, go to the following service centers.



● Niigata City Emergency Case Clinical Center



▷ <https://www.niigata-er.org>

■ **Address** Comprehensive Health and Medical Center 1st Floor
3-3-11 Shichikuyama, Chuo Ward

■ **TEL** 025-246-1199

Clinical Department (see p.81)	Hours	Cut-off Time
Internal medicine Pediatrics	Weekdays 19:00–07:00 of the next day Saturdays 14:00–07:00 of the next day Sundays and national holidays 07:00–07:00 of the next day	Weekdays 06:30 of the next day Saturdays 7:00 of the next day Sundays and national holidays 06:30 of the next day
Orthopedics	Weekdays 19:00–22:00 Saturdays 15:00–09:00 of the next day Sundays and national holidays 09:00–22:00	Weekdays 21:30 Saturdays 9:00 of the next day Sundays and national holidays 21:30
Obstetrics and gynecology Ophthalmology Otolaryngology Cerebral surgery	Sundays and national holidays 09:00–18:00	Sundays and national holidays 17:30

● Niigata City Dental Health and Welfare Center



▷ <http://ii-ha.net/k-center/details1.html>

■ **Address** Comprehensive Health and Medical Center 4th Floor
3-3-11 Shichikuyama, Chuo Ward

■ **TEL** 025-212-8020

Clinical Department (see p.81)	Hours	Cut-off Time
Dentistry	Sundays and national holidays 10:00–17:00	Sundays and national holidays 16:30

にしかなばらちくきゅうじつやかんきゅうかんせんたー
●西蒲原地区休日夜間急患センター

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/shisetsu/iryohoken/nishikankyukan.html>

■住所 西蒲区巻甲4363

■TEL 0256-72-5499



診療科目 (→P.80)	診療時間 ＜＝お医者さんに診てもらえる時間＞	受付終了時間 ＜＝受け付けが終わる時間＞
内科・小児科	平日・土曜日 19時から 22時まで 日曜日・祝日 9時から 17時まで、19時から 22時まで	平日・土曜日 21時30分まで 日曜日・祝日 16時30分まで、21時30分まで
歯科	日曜日・祝日 9時から 17時まで	日曜日・祝日 16時30分まで

⚠️注意してください

- ・簡単な治療をします。入院や手術はしません。
- ・もらえる薬は1日分です
- ・マイナ保険証 または 資格確認書（有効期限内の健康保険証）は必ず持って行ってください。医療費受給者証がある人は、一緒に持って行ってください。持って行かないと、高いお金を払います。
- ・いま薬を飲んでいる人は、「お薬手帳」や飲んでいる薬を持って行ってください。

● Nishikanbara District Holiday and Overnight Emergency Care Center

▷ [https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/shies\(\)tsu/iryohoken/nishikankyukan.html](https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/shies()tsu/iryohoken/nishikankyukan.html)

■ **Address** 4363 Maki-ko, Nishikan Ward



■ **TEL** 0256-72-5499

Clinical Department (see p.81)	Hours	Cut-off Time
Internal medicine, pediatrics	Weekdays and Saturdays 19:00–22:00 Sundays and Holidays 09:00–17:00, 19:00–22:00	Weekdays and Saturdays 21:30 Sundays and Holidays 16:30, 21:30
Dentistry	Sundays and Holidays 09:00–17:00	Sundays and Holidays 16:30

⚠ Please Note

- These facilities provide emergency treatment. They cannot provide hospitalization or surgery.
- The medicine given is usually only enough for one day.
- Please make sure to bring your My Number health insurance card or health insurance eligibility certificate (or a valid health insurance card). For people who have claimant certificates for various medical expenses, please bring them with you. If you do not bring these documents, you will have to pay for the medical expenses in full by yourself.
- For people who are on medication, please bring your Medicine Notebook or the medicine with you.

さいがい
災害がお
起こるまえ
前にじゅんび
準備する

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/index.html>



地震や、大雨、台風などの災害が あって、テレビや ラジオなどで 「逃げて
ください」と お知らせが あった ときは、すぐに 避難して安全な 場所に 逃げて
ください。避難の お知らせが なくても、あなたが 危ないと 思った ときは 避難して
ください。

新潟市では、学校や 公園など、災害の ときに 避難する 場所を 決めて います。
避難する 場所は 住んでいる ところで 違います。あなたの 家、学校、会社から 近い
避難する 場所を 確認して ください。

き 聞く ところ 区役所の 地域総務課(東・中央・西区は 総務課)

北区役所 地域総務課 TEL 025-387-1165 Email chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 総務課 TEL 025-250-2720 Email somu.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 総務課 TEL 025-223-7064 Email somu.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 地域総務課 TEL 025-382-4526 Email chiikisomu.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 地域総務課 TEL 0250-25-5470 Email chiikisomu.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 地域総務課 TEL 025-372-6431 Email chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 総務課 TEL 025-264-7120 Email somu.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 地域総務課 TEL 0256-72-8147 Email chiikisomu.nsk@city.niigata.lg.jp

いまから 準備すること

- ・住んでいる ところの ハザードマップ(→P.24)を 確認して、大雨や 津波の ときの 危険を 知ってください。
- ・大雨や 津波の ときに 避難する 場所や、避難する 道、避難する やり方を 考えて ください。災害の 種類に よって、避難する 場所や、道、やり方を 考えてください。
- ・新潟市が 決めた 避難の 場所の ほかに、友だちや 知り合いの 家にも 避難できる か、考えましょう。
- ・避難する ときの 持ち物(→P.18)を 準備してください。
- ・住んでいる ところで 防災訓練=>避難の 練習>を やるかも しれません。防災訓練 の お知らせが 来たら、あなたも 参加してください。

き 聞く ところ 防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp



Preparing for Disaster

▶ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/index.html>



During disasters like earthquakes, heavy rain, typhoons, etc., if there is evacuation information on the television or radio, please evacuate immediately. Even if there is no evacuation information, please evacuate immediately if you feel you are in danger.

In Niigata City, there are designated evacuation centers at schools, parks, etc., in the event of a major disaster. The evacuation centers vary based on where you live. Make sure to check the evacuation center closest to your house, school, and work.

Contact Local ward office's Regional Affairs Division (For Higashi Ward, Chuo Ward, and Nishi Ward, contact the General Affairs Division)

Kita Ward Office Regional Affairs Division

TEL 025-387-1165 **Email chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp**

Higashi Ward Office General Affairs Division

TEL 025-250-2720 **Email somu.e@city.niigata.lg.jp**

Chuo Ward Office General Affairs Division

TEL 025-223-7064 **Email somu.c@city.niigata.lg.jp**

Konan Ward Office Regional Affairs Division

TEL 025-382-4526 **Email chiikisomu.k@city.niigata.lg.jp**

Akiha Ward Office Regional Affairs Division

TEL 0250-25-5470 **Email chiikisomu.a@city.niigata.lg.jp**

Minami Ward Office Regional Affairs Division

TEL 025-372-6431 **Email chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp**

Nishi Ward Office General Affairs Division

TEL 025-264-7120 **Email somu.w@city.niigata.lg.jp**

Nishikan Ward Office Regional Affairs Division

TEL 0256-72-8147 **Email chiikisomu.nsk@city.niigata.lg.jp**

Preparations You Can Do Now

- Look at the hazard map for where you live (see p.25) and understand the risks for each type of disaster.
- Think of evacuation center locations and routes, as well as how to evacuate during heavy rain or a tsunami. It is also useful to think of evacuation center locations and routes, as well as how to evacuate for each type of disaster.
- In addition to evacuation centers in Niigata City, think about if it is possible to evacuate to your friends' or family's houses.
- Prepare items to bring with you during evacuation (see p.19).
- If you receive notification of emergency drills in your area, be sure to attend.

Contact Disaster Prevention Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1143 **Email bosai@city.niigata.lg.jp**

●家に 準備してください

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/bosai_taisaku/index_koujo/saigaibichiku/bitiku.html

・3日間 過ごせる 水や 食べ物、生活に 必要な 道具(可能であれば 7日分)。



- ・いつも 食べている ものは、食べたらず 買い足して おいてください。
- ・災害の ときは、ガスや 水道が 止まることが あります。卓 上こんろや ガスボンベ、携帯トイレなども 用意 してください。

き 聞く ところ 防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

●家の 中を 安全にしてください

- ・家具や テレビなどは、固定して、床に 落ちないように してください。
- ・重い ものや 割れたら 危ない ものは、高い ところに 置かないように してください。
- ・玄関や 窓に 行く 道に、家具などの 倒れやすい ものを 置かないように してください。
- ・ガラスで できた 棚や 窓ガラスに、飛散防止フィルムを 貼ってください。
飛散防止フィルムは、ホームセンターで 売っている、ガラスが 飛び散らないように する シートです。
- ・動きやすい 靴は、スニーカーなどです。準備しておいてください。

き 聞く ところ 防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

人 ひなん 避難する ときに 大事な こと

- ・正確な 情報を 調べて、すぐ 避難してください。
- ・動きやすい 服を 着てください。近くに いる人と 一緒に 避難してください。
- ・ほかの人と 助け合ってください。避難が 難しい 人が いたら、助けてあげてください。

き 聞く ところ 防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

● Preparing at Home

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/bosai_taisaku/index_koujo/saigaibichiku/bitiku.html

- Three day supply of water, food, and daily necessities (Seven day supply if possible)
- Routinely consume and replenish food you regularly eat.
- In preparation for gas or water shutting off, prepare a portable stove, gas cylinders, a portable toilet, etc.

Contact Disaster Prevention Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

● Make Your House Safe

- Stabilize furniture, televisions, etc., and make sure they will not fall over.
- Do not place heavy or fragile items in high places.
- Do not place furniture or items that will fall over easily in exit routes like the front door.
- Put shatterproof film over glass cabinets and windows.
- Prepare sneakers or shoes that are easy to move in during an evacuation.

Contact Disaster Prevention Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp



During Evacuation

- Search for accurate information and evacuate immediately.
- Wear clothes that are easy to move around in. Evacuate with the people near you.
- Assist one another. If there are people who have difficulty evacuating, help them.

Contact Disaster Prevention Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

●避難する ときの 持ち物

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/bosai_taisaku/index_koujo/saigaibichiku/bitiku.html



- ・水
- ・食べ物
- ・スマートフォンや 携帯電話
- ・モバイルバッテリー
- ・懐中電灯<=電池で 動く ライト>、携帯ラジオ<=電池で 動く ラジオ>
- ・電池
- ・薬
- ・生活で 使っている 道具
- ・服、おむつ
- ・身分証明書<=あなたを 証明する もの。在留カード、特別永住者証明書、マイナンバーカード、運転免許証、パスポート>
- ・お金
- ・銀行の 通帳、印鑑<=はんこ>
- ・部屋の なかで 使う 靴(スリッパ)
- ・マスク、消毒液(ウェットティッシュ)、体温計、歯ブラシ
- ・ゴミ袋



聞く ところ 防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

⚠️避難する 場所で 感染症に かからないように してください

- ・熱や せきの 症状がある人や、体調が 良くない人は、避難する 場所で スタッフに 言ってください。
- ・避難する 場所に 貼ってある 紙を よく 読んでください。
- ・ほかの 人と 離れて 過ごしてください。
- ・ときどき 手を 洗ってください。せきを するときは、口を 隠してください。
- ・ときどき みんなで 窓を 開けてください。

聞く ところ 防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

● Items to Take During Evacuation

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/bosai_taisaku/index_koujo/saigaibichiku/bitiku.html



- Water
- Food
- Smartphone, mobile phone
- Mobile battery (portable charger)
- Flashlight, portable radio
- Batteries
- Medicine
- Daily necessities
- Clothing, diapers
- Identification
- Money
- Bank book, personal seal
- Indoor shoes (slippers)
- Masks, antibacterial wipes, thermometer, tooth brush
- Trash bags



Contact Disaster Prevention Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

⚠ Prevent the Spread of Infection at Evacuation Centers

- If you have symptoms such as a fever or cough, or do not feel well, please inform the staff at the evacuation center.
- Read the information posted at the evacuation center carefully.
- Keep a safe distance between others.
- Wash your hands frequently and cover your mouth when coughing.
- Cooperate with fellow evacuees and keep windows open for air circulation.

Contact Disaster Prevention Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp



おおあめ 大雨で あぶ 危ない とき、テレビや ラジオなどで ひなん 避難の じょうほう 情報が 出ます。「警戒レベル4」までに、必ず ひなん 避難して ください。

き 聞く ところ

ききたいさくか しやくしょほんかん
危機対策課(市役所本館) TEL 025-226-1146
Email kikitaaisaku@city.niigata.lg.jp

● けいかいレベルと、そのとき やること

けいかいレベル 警戒レベル	そのとき やること	じょうほう だ 情報を 出す ところ
けいかいレベル5 きんきゅうあんぜんかくほ 「緊急安全確保」	いのち まも 命を 守る	にいがたし 新潟市
けいかいレベル4までに かならず ひなん 避難する		
けいかいレベル4 ひなんしじ 「避難指示」	あぶ ばしょ ぜんいん ひなん 危ない 場所から 全員が 避難する	にいがたし 新潟市
けいかいレベル3 こうれいしゃとうひなん 「高齢者等避難」	に 逃げる ときに じかん かかる ひと ひなん はじ 避難を 始める	にいがたし 新潟市
けいかいレベル2 おおあめ こうずい たかしお 「大雨・洪水・高潮 ちゅういほう 注意報」	ひなん ほうほう かくにん 避難 方法を 確認する	きしやうちょう 気象庁
けいかいレベル1 そうきちゅういじょうほう 「早期注意情報」	さいがい ちゅうい 災害に 注意する	きしやうちょう 気象庁

⚠ ひなん 避難する ときに ちゅうい 注意 すること

- ・ あんぜん ばしょ ひなん
安全な 場所に いれば、避難しなくても いいです。
- ・ けいかいレベル5の ときに ひなん 避難して いなかったら、自分の 家の あんぜん 安全な ところで いのち 命を まも 守ってください。
- ・ はげ あめ ふ
激しい 雨が 降っている ときは、外に 出ると あぶ 危ないです。くるま 車を つか 使うことも あぶ 危ないです。車は くらま つか 使わないで ください。

き 聞く ところ

ききたいさくか しやくしょほんかん
危機対策課(市役所本館) TEL 025-226-1146
Email kikitaaisaku@city.niigata.lg.jp



When to Evacuate During Heavy Rain

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/bosai/index.html>

When there is risk of danger due to heavy rain, there will be evacuation information broadcasted on the television and radio. Be sure to evacuate by the time the alert level reaches level 4.

Contact Crisis Management Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1146 Email kikitaishaku@city.niigata.lg.jp

● Alert Level and Evacuation Actions to Take

Alert Level	Evacuation Actions to Take	Where to Get Information
Alert Level 5 Emergency Safety Measures	Take the best course of action to protect your life	Niigata City
Be sure to evacuate by the time the alert level reaches level 4		
Alert Level 4 Evacuation Instruction	Evacuate from hazardous places as soon as possible	Niigata City
Alert Level 3 Evacuation of the Elderly, etc.	Start evacuating people who need more time to evacuate	Niigata City
Alert Level 2 Heavy rain, Flood, or Storm Surge Advisories	Check evacuation procedures	Japan Meteorological Agency (JMA)
Alert Level 1 Probability of Warnings	Be prepared for disasters	Japan Meteorological Agency (JMA)

⚠ Things to consider when evacuating

- People who are in a safe place do not need to evacuate.
- If you have not yet evacuated at alert level 5, take the best course of action to protect your life, such as moving to a safe room in your house, etc.
- Going outside when it is raining heavily is dangerous. Try to avoid traveling by car as well.

Contact Crisis Management Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1146 Email kikitaishaku@city.niigata.lg.jp

津波に 注意して ください

地震のあとに、津波が来るかもしれません。海や川の近くで地震が来たら、すぐに高いところに逃げてください。

聞くところ 防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

災害のお知らせがメールで届きます(にいがた防災メール)

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/bosai_taisaku/index_jijo/niigatabousaimail/index.html

新潟市は、災害の情報をあなたのスマートフォンや携帯電話、パソコンに、メールで送ります。避難のお知らせや大雨・大雪の情報、震度5以上の地震の情報などが届きます。あなたも登録しておいてください。



聞くところ 危機対策課(市役所本館) TEL 025-226-1146
Email kikitaitsaku@city.niigata.lg.jp

登録の方法

1. touroku@bosai.city.niigata.lg.jpにメールを送ってください。
メールには何も書かないでください。
2. にいがた防災メールから返事が届きます。
3. 返事のメールのなかのURLをクリックして、登録してください。



ホームページやX(SNS)、LINEでも情報をみることができます

- ・新潟市ホームページ ▶ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/index.html>
- ・新潟市危機管理防災局X @niigatacity_kib
- ・新潟市LINE公式アカウント @niigata_city



聞くところ 危機対策課(市役所本館) TEL 025-226-1146
Email kikitaitsaku@city.niigata.lg.jp

大きな災害が起きたとき

▶<https://www.city.sakai.lg.jp/niigata/index.html>

大きな災害が起きたとき、新潟市ホームページを見られなくなるかもしれません。そのときは、大阪府堺市のホームページで災害の情報が見られます。



聞くところ 広報課(市役所本館) TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp



Prepare for a Tsunami

There is a possibility a tsunami will come after an earthquake. If an earthquake happens near the ocean or a river, please evacuate to higher ground as soon as possible.

Contact Disaster Prevention Division (City Office Main Building)
TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp



Disaster Alert Emails (Niigata Disaster Prevention Emails)

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/bosai_taisaku/index_jijo/niigatabousaimail/index.html

Niigata City sends information about disasters through email. Information about evacuation, heavy rain and heavy snow, earthquakes above level 5, etc. are sent out. Please register in advance to receive these emails.

Contact Crisis Management Division (City Office Main Building)
TEL 025-226-1146 Email kikitaishaku@city.niigata.lg.jp



How to register

1. Send a blank email to touroku@bosai.city.niigata.lg.jp
2. A reply from the Niigata Disaster Prevention Email will come.
3. Click on the URL provided in the reply email and register.



You Can Also Find Information on Niigata City's on Homepage, X, and LINE

- Niigata City Homepage ▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/index.html>



- Niigata City Crisis Management and Disaster Prevention Bureau X @niigatacity_kib



- Niigata City Official LINE Account @niigata_city



Contact Crisis Management Division (City Office Main Building)
TEL 025-226-1146 Email kikitaishaku@city.niigata.lg.jp

When a Major Disaster Occurs



▷ <https://www.city.sakai.lg.jp/niigata/index.html>

When a major disaster occurs, there is a possibility you may not be able to access the Niigata City website. If that happens, you can view information about the disaster on the Sakai City (Osaka Prefecture) website.

Contact Public Relations Division (City Office Main Building)
TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp

●^{そうごうはざーどまっぷ}総合ハザードマップ

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/hinanjo/kouzui_hinanchizu/sougou_map/index.html

^{そうごうはざーどまっぷ}総合ハザードマップは、^{おおあめ}大雨や^{つなみ}津波の^{ひなん}ときに^{ばしょ}避難する^か場所などが書いてある^{ちず}地図です。



^き聞くところ

^{くやくしよ}区役所の^{ちいき}地域^{そうむか}総務課(^{ひがし}東・^{ちゅうおう}中央・^{にしく}西区は^{そうむか}総務課)(→P. 14)



● Comprehensive Hazard Maps

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/hinanjo/kouzui_hinanchizu/sougou_map/index.html

Comprehensive hazard maps are maps which show evacuation centers for heavy rain and tsunamis, as well as other information.



Contact Local ward office's Regional Affairs Division (for Higashi Ward, Chuo Ward, and Nishi Ward, please contact the General Affairs Division) (see p.15)



にいがたし 新潟市について

新潟市は 昔 から 港 町として 栄えて きました。2007年に、日本海 沿いで 初めて 政令指定都市<人口が 50万人以上で、特別に 指定された 都市>に なりました。
高速道路や、新幹線、飛行機で、東京方面に すぐ 行くことができます。国際空港や 国際港湾が あって、海外にも 行くことができます。
お米や 野菜、果物、お花などを たくさん 作っています。信濃川や 阿賀野川、 福島潟、鳥屋野潟、佐潟など、自然も たくさん あります。新潟市は 8つの 区<エリア>に 分かれて います。

北 区

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kita/index.html>



北区は、農業や 漁業が 盛んで、葛塚市や 松浜市などの 市場が 開かれて います。新潟東港が あって、たくさんの コンテナ貨物を 運んでいます。

おすすめの 場所

■水の公園 福島潟

220種類の 鳥と 800種類の 植物が 見つかっている、自然が たくさん ある 公園 です。近くには 展望台や プールなどが あります。

■JRA新潟競馬場

JRAの 競馬場です。コースの 直線が 長いことが 特徴です。

東 区

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/higashi/index.html>



東区には、大きな 工場が たくさん あり、産業が 盛んです。夜に 見える 工場の 景色が とても きれいです。

おすすめの 場所

■新潟空港

日本の 都市や、北東アジアに 飛行機で 行くことができます。

■山の下みなとタワー

新潟西港を 利用する船や、日本海に 沈む 夕日を 見る ことができます。

About Niigata City

Niigata City has prospered as a port city since long ago. In 2007, Niigata City was the first city along the Sea of Japan to become a government ordinance-designated city (a specially ordained city with a population greater than 500,000).

There are highways and bullet train (*shinkansen*) lines that connect directly to the Tokyo area, as well as an international airport and sea port from which you can travel overseas.

Furthermore, Niigata City is a lead producer of rice, vegetables, fruits, flowering plants, etc. There is also plenty of nature, such as the Shinano River, Agano River, Fukushima Lake, Toyonogata Lake, Sakata Lake, etc. Niigata City is divided up into eight wards.



Kita Ward



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kita/index.html>

In Kita Ward, farming and fishing prosper and there are markets in Kuzutsuka and Matsuhama. There is also the Niigata East Port, which transports a large amount of container freight.

Recommended Spots

■ Fukushima Lake Water Park

A park flourishing with nature, with over 220 confirmed species of birds and 800 species of plants. Nearby, there is an observation deck, pool, and more.

■ JRA Niigata Racecourse

A JRA horse racecourse known for the length of the straight portion of its course.



Higashi Ward



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/higashi/index.html>

In Higashi Ward, industry is flourishing – it contains one of the largest industrial regions in Niigata City. The view of the factories overnight is quite beautiful.

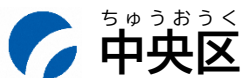
Recommended Spots

■ Niigata Airport

You can go to major domestic cities as well as Northeast Asia by airplane.

■ Yamanoshita Minato Tower

You can see the boats in Niigata West Port and the sunset on the Sea of Japan.



ちゅうおうく

中央区



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/chuo/index.html>

中央区は、新潟市の交通の中心です。新潟の昔の文化を感じられる建物もたくさんあります。

おすすめの場所

■朱鷺メッセ

大きなイベント会場です。31階にある展望室から景色を楽しめます。

■白山公園

日本の中で、文化の価値が高い場所のひとつです。「日本の都市公園100選」に選ばれています。



こうなんく

江南区



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/konan/index.html>

江南区には、大きなお店やたくさんの会社があります。都会と自然のバランスが良いです。

おすすめの場所

■中央卸売市場

安全で新鮮な魚や野菜などを日本中から集めています。市場の食材を使った食堂もあります。

■アスパーク亀田

大きな体育館や文化ホールがあります。



あきはく

秋葉区



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/akiha/index.html>

秋葉区は、鉄道や石油、花の町として有名です。自然も豊かです。

おすすめの場所

■花と遺跡のふるさと公園

植物園や、文化の価値が高いものを保存した施設があります。新潟市の中でもかなり大きい公園です。

■新津鉄道資料館

新潟の鉄道の歴史を知ることができる施設です。実物の車両を見たり、小さい蒸気機関車にのったりすることができます。

Chuo Ward

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/chuo/index.html>



Chuo Ward is the axis of Niigata City's transportation. There are several buildings that give a taste of port city culture.

Recommended Spots

■ Toki Messe

A full-scale event venue. You can look out over Niigata City's central area from the observation room on the 31st floor.

■ Hakusan Park

Designated as a National Site of Scenic Beauty. It was chosen as one of the "Top 100 Urban Parks of Japan."

Konan Ward

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/konan/index.html>



The Konan Ward has large-scale commercial facilities and industrial parks, and is a region where cityscapes and nature coexist well together.

Recommended Spots

■ Central Wholesale Market

A place with safe and fresh food products, etc., gathered from all over Japan. There is also a food court which uses ingredients sold at the market.

■ Kameda Gymnasium (Asu Park Kameda)

The largest gymnasium and culture hall in the ward are located here.

Akiha Ward

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/akiha/index.html>



Akiha Ward is a town famous for its railways, petroleum, and flowers and is blessed with plentiful green nature.

Recommended Spots

■ Flower and Ruins Furusato Park

It is one of the largest parks in Niigata City and contains a botanical garden and cultural property center.

■ Niitsu Railway Museum

The museum introduces Niigata's railway history. You can view real trains and ride in a small steam locomotive.



みなみく
南 区

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/minami/index.html>



南区には、昔からの伝統と文化があります。果物が有名です。

おすすめの場所

■旧笹川家住宅

300年以上この場所に住んでいた笹川家の住宅です。敷地がとても広くて、歴史を感じることができます。

■しろね大風と歴史の館

大きな風=>風の力を利用して、空に飛ばす遊びの道具の資料館です。自分で風を作ることができます。



にしく
西 区

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/nishi/index.html>



西区は、大きなお店や住宅地がたくさんあるところです。枝豆が有名です。

おすすめの場所

■新潟ふるさと村

新潟県内のおいしい食べ物や特産品がたくさんあります。こどもの遊び場もあり、家族みんなで楽しめます。

■きらら西公園

やわらかいトランポリンやペダルのゴーカート(四輪自転車)などの大きな遊具があります。



にしかんく
西蒲区

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/index.html>



西蒲区は、海や山などの景色がとてもきれいなところです。農業が盛んです。

おすすめの場所

■角田山

標高481.7mの山です。たくさんの人が山に登ります。

■北国街道

江戸時代に整備された道です。昔、日本で有名な松尾芭蕉や吉田松陰も歩いたといわれています。



Minami Ward



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/minami/index.html>

Minami Ward is a region where traditions and culture from long ago have been passed down for generations. Fruit cultivation is flourishing here.

Recommended Spot

■ Former Sasagawa Residence

The residence of the Sasagawa Family, a prestigious family who lived in the region for over 300 years. You can feel the history flowing from the vast grounds.

■ Shirone Kite Museum

One of the largest kite museums in the world. You can make your own kite.



Nishi Ward



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/nishi/index.html>

Nishi Ward is a region with several large-scale retail stores and many residential areas. The *kurosaki chamame* produced here is well-known both within and around the city.

Recommended Spots

■ Niigata Furusato Village

A place where you can find Niigata-produced food and specialty products, which are a source of pride for Niigata. There are places for children to play and the whole family can have fun together.

■ Kiraranishi Park

From soft trampolines to pedal go-karts, there is plenty of large-sized play equipment.



Nishikan Ward



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/index.html>

Nishikan Ward is region with beautiful views of the sea and mountains. Agriculture is thriving here.

Recommended Spots

■ Mt. Kakuda

A mountain 481.7 meters tall. Mountain climbers from within and outside the prefecture visit all throughout the year.

■ Hokkoku Highway

A road constructed during the Edo period. It is said that long ago Matsuo Basho and Yoshida Shoin, who are both famous in Japan, walked along this road.

市役所・区役所について

市役所は 中央区にあります。

区役所は 全ての区にあります。区役所で 新潟市の 様々な 手続きが できます。
平日≡月曜日から 金曜日までの、祝日で ない日の 8時30分から 17時30分まで 開いています。

出張所、連絡所、行政サービスコーナーは、区役所より 小さい 事務所です。



北区役所

北区東栄町1-1-14 TEL 025-387-1000(代表) FAX 025-387-1020

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kita/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/kitaku.html>

■北出張所 北区松浜1-7-9 TEL 025-387-1705 FAX 025-258-3497
Email kita.n@city.niigata.lg.jp

■早通連絡所 北区早通37-1 TEL 025-386-3339 FAX 025-386-7493
Email hayadori.n@city.niigata.lg.jp

■南浜連絡所 北区島見町2069-1 TEL 025-255-2111 FAX 025-255-2164
Email minamihama.n@city.niigata.lg.jp

■濁川連絡所 北区新崎2607-3 TEL 025-259-2815 FAX 025-258-3442
Email nigorikawa.n@city.niigata.lg.jp



東区役所

東区下木戸1-4-1 TEL 025-272-1000(代表) FAX 025-273-0176

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/higashi/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/higashiku.html>

■石山出張所 東区石山1-1-12 TEL 025-250-2820 FAX 025-286-6103
Email ishiyama.e@city.niigata.lg.jp

■大形連絡所 東区海老ヶ瀬615-1 TEL 025-273-5684 FAX 025-273-6497
Email ogata.e@city.niigata.lg.jp

■山の行政サービスコーナー 東区古川町4-12 TEL 025-250-2951



About the City Office and Ward Offices

The Niigata City Office is in the Chuo Ward.

Ward offices are in every ward. Various procedures concerning the city can be done at ward offices.

The offices are open from 8:30–17:30 on weekdays.

Branch offices, sub-branch offices, and residential affairs and services offices are smaller offices that you can go to instead of the ward offices.

Kita Ward

Kita Ward Office

1-1-14 Toeicho, Kita Ward **TEL 025-387-1000 (main phone) FAX 025-387-1020**

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kita/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/kitaku.html>



■ **Kita Branch Office** 1-7-9 Matsuhama, Kita Ward

TEL 025-387-1705 FAX 025-258-3497 Email kita.n@city.niigata.lg.jp

■ **Hayadori Sub-Branch Office** 37-1 Hayadori, Kita Ward

TEL 025-386-3339 FAX 025-386-7493 Email hayadori.n@city.niigata.lg.jp

■ **Minamihama Sub-Branch Office** 2069-1 Shimamicho, Kita Ward

TEL 025-255-2111 FAX 025-255-2164 Email minamihama.n@city.niigata.lg.jp

■ **Nigorikawa Sub-Branch Office** 2607-3 Niizaki, Kita Ward

TEL 025-259-2815 FAX 025-258-3442 Email nigorikawa.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward

Higashi Ward Office

1-4-1 Shimokido, Higashi Ward **TEL 025-272-1000 (main phone) FAX 025-273-0176**

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/higashi/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/higashiku.html>



■ **Ishiyama Branch Office** 1-1-12 Ishiyama, Higashi Ward

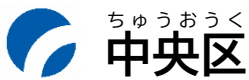
TEL 025-250-2820 FAX 025-286-6103 Email ishiyama.e@city.niigata.lg.jp

■ **Ogata Sub-Branch Office** 615-1 Ebigase, Higashi Ward

TEL 025-273-5684 FAX 025-273-6497 Email ogata.e@city.niigata.lg.jp

■ **Yamanoshita Residential Affairs and Services Office** 4-12 Furukawacho, Higashi Ward

TEL 025-250-2951



ちゅうおうく

中央区



しやくしよほんかん

市役所本館

ちゅうおうくがっこうちょうどおり

中央区 学校町通1-602-1 TEL 025-228-1000(代表)



しやくしよ

ちょうしゃ

市役所ふるまち庁舎

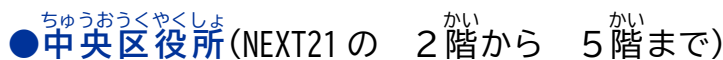
ちゅうおうくふるまちどおり

ふるまちなるふるない

中央区 古町通7-1010 古町ルフル内 TEL 025-228-1000(代表)



▷<http://www.city.niigata.lg.jp/shisetsu/tyousya/access.html>



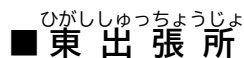
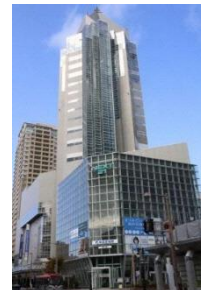
ちゅうおうくやくしよ

中央区役所(NEXT21の 2階から 5階まで)

ちゅうおうくにしほりどおり

中央区 西堀通6-866 TEL 025-223-1000(代表) FAX 025-224-1520

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/chuo/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/chuo.html>



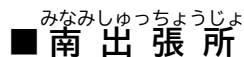
ひがししゅつちようじよ

東出張所

ちゅうおうくかんばらちよう

中央区 蒲原町7-1 TEL 025-241-4111 FAX 025-246-3397

Email higashi.c@city.niigata.lg.jp



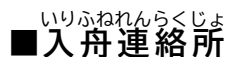
みなみしゅつちようじよ

南出張所

ちゅうおうくしんわ

中央区 新和3-3-1 TEL 025-283-0406 FAX 025-283-0407

Email minami.c@city.niigata.lg.jp



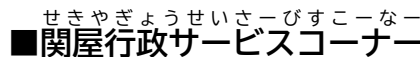
いりふねれんらくじよ

入舟連絡所

ちゅうおうくいなりまち

中央区 稲荷町3511-1 TEL 025-222-6746

Email irifune.c@city.niigata.lg.jp



せきやぎょうせいサービスコーナー

関屋行政サービスコーナー

ちゅうおうくせきやたまち

中央区 関屋田町4-566-1 TEL 025-266-4938

● **City Office Main Building**

1-602-1 Gakkocho-dori, Chuo Ward

TEL 025-228-1000 (main phone)



● **City Office Furumachi Annex**

Furumachi Refuru 4th Floor, 7-1010 Furumachi-dori, Chuo Ward

TEL 025-228-1000 (main phone)

▷ <http://www.city.niigata.lg.jp/shisetsu/tyousya/access.html>



● **Chuo Ward Office (From 2nd to 5th floor, NEXT21)**

6-866 Nishibori-dori, Chuo Ward

TEL 025-223-1000 (main phone) FAX 025-224-1520

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/chuo/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/chuo.html>



■ **Higashi Branch Office** 7-1 Kanbaracho, Chuo Ward

TEL 025-241-4111 FAX 025-246-3397 Email higashi.c@city.niigata.lg.jp

■ **Minami Branch Office** 3-3-1 Shinwa, Chuo Ward

TEL 025-283-0406 FAX 025-283-0407 Email minami.c@city.niigata.lg.jp

■ **Irifune Sub-Branch Office** 3511-1 Inarimachi, Chuo Ward

TEL 025-222-6746 Email irifune.c@city.niigata.lg.jp

■ **Sekiya Residential Affairs and Services Office** 4-566-1 Sekiyatamachi, Chuo Ward

TEL 025-266-4938



こうなんくやくしよ
●江南区役所

こうなんくいずみちよう

江南区 泉 町 3-4-5 TEL 025-383-1000(代表) FAX 025-381-7090

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/konan/shisetsu/gyosei/kuyakusho/konankuyakusyo.html>

よごししゅつちようじよ こうなんくよごしちゆうおう

■横越出張所 江南区横越中央1-1-1 TEL 025-385-2111 FAX 025-383-2262

Email yokogoshi.k@city.niigata.lg.jp

そのきれんらくじよ こうなんくあまの

■曾野木連絡所 江南区天野2-7-2 TEL 025-280-6001 FAX 025-280-2372

Email sonoki.k@city.niigata.lg.jp

りようかわれんらくじよ こうなんくさかやちよう

■両川連絡所 江南区酒屋町821-8 TEL 025-280-2511 FAX 025-280-2512

Email ryokawa.k@city.niigata.lg.jp

おおえやまれんらくじよ こうなんくほそやま

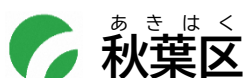
■大江山連絡所 江南区細山401 TEL 025-276-3049 FAX 025-277-1659

Email oeyama.k@city.niigata.lg.jp

かめだぎょうせいサービスコーナー こうなんくひがしふなば

■亀田行政サービスコーナー 江南区東船場1-1-22 亀田駅前地域交流センター内

TEL 025-381-120



あきはくやくしよ
●秋葉区役所

あきはくほどじま

秋葉区 程島2009 TEL 0250-23-1000(代表) FAX 0250-22-0228

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/akiha/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/akiha.html>

こすどしゅつちようじよ あきはくこすど

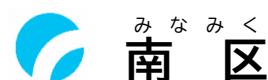
■小須戸出張所 秋葉区小須戸120-5 TEL 0250-25-5720

Email kosudo.a@city.niigata.lg.jp

にいづぎょうせいサービスコーナー あきはくにいつほんちよう

■新津行政サービスコーナー 秋葉区新津本町1-2-39 新津地域交流センター1階

TEL 0250-25-5659



みなみくやくしよ
●南区役所

みなみくしろね

南区 白根1235 TEL 025-373-1000(代表) FAX 025-373-3933

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/minami/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/minamiku.html>

あじかたしゅつちようじよ みなみくあじかた

■味方出張所 南区味方1544 TEL 025-372-6805 FAX 025-372-2957

Email ajikata.s@city.niigata.lg.jp

つきがたしゅつちようじよ みなみくつきがた

■月潟出張所 南区月潟535 TEL 025-372-6905 FAX 025-375-5117

Email tsukigata.s@city.niigata.lg.jp



Konan Ward

● Konan Ward Office

3-4-5 Izumicho, Konan Ward

TEL 025-383-1000 (main phone) FAX 025-381-7090

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/konan/shisetsu/gyosei/kuyakusho/konankuyakusyo.html>



- **Yokogoshi Branch Office** 1-1-1 Yokogoshi-chuo, Konan Ward
TEL 025-385-2111 FAX 025-383-2262 Email yokogoshi.k@city.niigata.lg.jp
- **Sonoki Sub-Branch Office** 2-7-2 Amano, Konan Ward
TEL 025-280-6001 FAX 025-280-2372 Email sonoki.k@city.niigata.lg.jp
- **Ryokawa Sub-Branch Office** 821-8 Sakayacho, Konan Ward
TEL 025-280-2511 FAX 025-280-2512 Email ryokawa.k@city.niigata.lg.jp
- **Oeyama Sub-Branch Office** 401 Hosoyama, Konan Ward
TEL 025-276-3049 FAX 025-277-1659 Email oeyama.k@city.niigata.lg.jp
- **Kameda Residential Affairs and Services Office** Kameda Station Regional Exchange Center, 1-1-22 Higashi-funaba, Konan Ward TEL 025-381-1200



Akiha Ward

● Akiha Ward Office

2009 Hodojima, Akiha Ward

TEL 0250-23-1000 (main phone) FAX 0250-22-0228

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/akiha/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/akiha.html>



- **Kosudo Branch Office** 120-5 Kosudo, Akiha Ward
TEL 0250-25-5720 Email kosudo.a@city.niigata.lg.jp
- **Niitsu Residential Affairs and Services Office** Niitsu Regional Exchange Center 1st Floor, 1-2-39 Niitsu-honcho, Akiha Ward TEL 0250-25-5659



Minami Ward

● Minami Ward Office

1235 Shirone, Minami Ward TEL 025-373-1000 (main phone) FAX 025-373-3933

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/minami/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/minamiku.html>

- **Ajikata Branch Office** 1544 Ajikata, Minami Ward
TEL 025-372-6805 FAX 025-372-2957 Email ajikata.s@city.niigata.lg.jp
- **Tsukigata Branch Office** 535 Tsukigata, Minami Ward
TEL 025-372-6905 FAX 025-375-5117 Email tsukigata.s@city.niigata.lg.jp





にし くやくしよ
● 西 区 役 所

にし くてら おひがし
西 区 寺 尾 東 3-14-41 TEL 025-268-1000(代 表) FAX 025-269-1650
▷<https://www.city.niigata.lg.jp/nishi/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/nishiku.html>



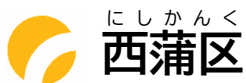
にし しゅつ ちやうじよ
■ 西 出 張 所 西 区 内 野 町 413 TEL 025-262-3111 FAX 025-263-4455
Email nishi.w@city.niigata.lg.jp

くろ さき しゅつ ちやうじよ
■ 黒 崎 出 張 所 西 区 大 野 町 2843-1 TEL 025-377-3101 FAX 025-377-1657
Email kurosaki.w@city.niigata.lg.jp

あ か つ か れ ん ら く じよ
■ 赤 塚 連 絡 所 西 区 赤 塚 2280-2 TEL 025-239-2016 FAX 025-239-2001
Email akatsuka.w@city.niigata.lg.jp

な か の こ や れ ん ら く じよ
■ 中 野 小 屋 連 絡 所 西 区 中 野 小 屋 590-4 TEL 025-262-2273 FAX 025-262-2187
Email nakanokoya.w@city.niigata.lg.jp

くろ さき ぎやう せい さー び す こー なー
■ 黒 崎 行 政 サ ー ビ ス コー ナー 西 区 と き め き 西 4-1-1 黒 崎 北 部 公 民 館 内
TEL 025-232-0077



に し か ん く や く しよ
● 西 蒲 区 役 所

に し か ん く ま き こ う
西 蒲 区 巻 甲 2690-1 TEL 0256-73-1000(代 表) FAX 0256-72-6022
▷<https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/nishikanku.html>



い わ む ろ しゅつ ちやうじよ
■ 岩 室 出 張 所 西 蒲 区 西 中 860 TEL 0256-82-4111 FAX 0256-82-4119
Email iwamuro.nsk@city.niigata.lg.jp

に し か わ しゅつ ちやうじよ
■ 西 川 出 張 所 西 蒲 区 旗 屋 585-1 TEL 0256-88-3111 FAX 0256-88-7491
Email nishikawa.nsk@city.niigata.lg.jp

か た ひ が し しゅつ ちやうじよ
■ 潟 東 出 張 所 西 蒲 区 三 方 1 TEL 0256-86-3111 FAX 0256-86-3109
Email katahigashi.nsk@city.niigata.lg.jp

な か の く ち しゅつ ちやうじよ
■ 中 之 口 出 張 所 西 蒲 区 中 之 口 626 TEL 025-375-2712 FAX 025-375-5451
Email nakanokuchi.nsk@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward

● Nishi Ward Office

3-14-41 Terao-higashi, Nishi Ward

TEL 025-268-1000 (main phone) FAX 025-269-1650

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/nishi/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/nishiku.html>



■ Nishi Branch Office 413 Uchinomachi, Nishi Ward

TEL 025-262-3111 FAX 025-263-4455 Email nishi.w@city.niigata.lg.jp

■ Kurosaki Branch Office 2843-1 Onomachi, Nishi Ward

TEL 025-377-3101 FAX 025-377-1657 Email kurosaki.w@city.niigata.lg.jp

■ Akatsuka Sub-Branch Office 2280-2 Akatsuka, Nishi Ward

TEL 025-239-2016 FAX 025-239-2001 Email akatsuka.w@city.niigata.lg.jp

■ Nakanokoya Sub-Branch Office 590-4 Nakanokoya, Nishi Ward

TEL 025-262-2273 FAX 025-262-2187 Email nakanokoya.w@city.niigata.lg.jp

■ Kurosaki Residential Affairs and Services Office Kurosaki Northern Citizen's Public Hall,
4-1-1 Tokimeki-nishi, Nishi Ward TEL 025-232-0077

Nishikan Ward

● Nishikan Ward Office

2690-1 Maki-ko, Nishikan Ward

TEL 0256-73-1000 (main phone) FAX 0256-72-6022

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/nishikan/shisetsu/gyosei/kuyakusyo/nishikanku.html>



■ Iwamuro Branch Office 860 Nishinaka, Nishikan Ward

TEL 0256-82-4111 FAX 0256-82-4119 Email iwamuro.nsk@city.niigata.lg.jp

■ Nishikawa Branch Office 585-1 Hataya, Nishikan Ward

TEL 0256-88-3111 FAX 0256-88-7491 Email katahigashi.nsk@city.niigata.lg.jp

■ Katahigashi Branch Office 1 Sanbou, Nishikan Ward


TEL 0256-86-3111 FAX 0256-86-3109 Email katahigashi.nsk@city.niigata.lg.jp

■ Nakanokuchi Branch Office 626 Nakanokuchi, Nishikan Ward

TEL 025-375-2712 FAX 025-375-5451 Email nakanokuchi.nsk@city.niigata.lg.jp

じゅうみんとろうく てんにゅう てんしゅつ 住民登録(転入・転出)

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/kosekinado/jyuminhyo/jyuumintodoke.html>

住民登録は、あなたが新潟市に住んでいることを、役所に知らせて登録することです。日本で生活するとき、とても大事な手続きです。
市役所・区役所に通訳はいません。日本語に不安がある人は、日本語ができる人と一緒に来てください。

ざいりゅうきかん ざいりゅうしかく ざいりゅうカード さいにゅうこくきょか 在留期間、在留資格、在留カード、再入国許可

在留期間、在留資格、在留カード、再入国許可の手続きは、出入国在留管理局で行います。

き 聞く ところ

とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきょくにいがたしゅつちようじょ にいがたこうこう
東京出入国在留管理局新潟出張所(新潟空港に あります)
にいがたしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきょくにいがたしゅつちようじょ
新潟市東区松浜町3710 TEL 025-275-4735 FAX 025-275-4848

こどもが 生まれた とき

区役所の区民生活課(中央区は窓口サービス課)に出生届を出してください。

■出す とき こどもが生まれた日から14日以内

■必要なもの 出生証明書、母子健康手帳

・母子健康手帳には、お母さんの体の調子や赤ちゃんの成長を書きます。持っているときは出してください。

※60日以上日本にいたときは、こどもが生まれてから1か月以内に

東京出入国在留管理局新潟出張所で在留資格取得申請をしてください。

き 聞く ところ

区役所の区民生活課(中央区は窓口サービス課)

北区役所 区民生活課 TEL 025-387-1255 Email kumin.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 区民生活課 TEL 025-250-2235 Email kumin.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 窓口サービス課 TEL 025-223-7126 Email mado.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 区民生活課 TEL 025-382-4203 Email kumin.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 区民生活課 TEL 0250-25-5674 Email kumin.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 区民生活課 TEL 025-372-6105 Email kumin.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 区民生活課 TEL 025-264-7211 Email kumin.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 区民生活課 TEL 0256-72-8317 Email kumin.nsk@city.niigata.lg.jp

Resident Registration (Moving In and Moving Out)

▶ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/kosekinado/jyuminhyo/jyuumintodoke.html>

People who reside Niigata City need to inform the city office that they live in the City and formally register. This is a very important procedure that needs to be done while living in Japan.



Interpreters are not available at the service desks. For people who are not confident in their Japanese abilities, please bring someone who speaks Japanese with you.

Period of Stay, Status of Residence, Residence Card, Re-entry Permit

Procedures for period of stay, status of residence, residence cards, and re-entry permits are carried out at the Immigration Services Bureau.

Contact Tokyo Regional Immigration Services Bureau Niigata Branch Office (Inside Niigata Airport)

3710 Matsuhama-cho, Higashi Ward TEL 025-275-4735 FAX 025-275-4848



When a Child Is Born

Please submit a birth registration form to the ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, please submit forms to the Citizen Services Division).

■ **Submission deadline** Within 14 days after the child is born

■ **Required items** Birth certificate, Maternal and Child Health Handbook (only for people who have one)

- The Maternal and Child Health Handbook is a small book in which the mother's physical condition and the baby's growth are written down. If you have one, please bring it with you.
- If you intend to be in Japan for more than 60 days, please submit a "permission to acquire status of residence" application to the Tokyo Regional Immigration Services Bureau Niigata Branch Office within a month after the child is born

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division)

Kita Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-387-1255 Email kumin.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-250-2235 Email kumin.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Citizen Services Division

TEL 025-223-7126 Email mado.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-382-4203 Email kumin.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 0250-25-5674 Email kumin.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-372-6105 Email kumin.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-264-7211 Email kumin.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 0256-72-8317 Email kumin.nsk@city.niigata.lg.jp

家族や 一緒に 住んでいた 人が 死んだ とき

区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)に 死亡届を 出して ください。

死亡届を 出すと、埋葬許可証<=死んだ 人を 焼いたり 埋めたり しても いいことが
わかる 紙>を もらえます。

■出す とき 死んだ ことを 知った 日から 7日 以内

■出す 人 死んだ 人の 家族か、親族か、一緒に 住んでいた 人の 誰か

■必要な もの 死亡診断書、死んだ 人の パスポート・国民健康保険証 または 国民
健康保険の 資格確認書・年金手帳

・死亡診断書は、人が 死んだ ことについて 書いてある、お医者さんが 出した 紙で
す。

・国民健康保険証は、国民健康保険(→P. 52)に 入っている ことを 証明する カード
です。

・年金手帳は、年金(→P. 66)の ことを 書いた 小さい 本です。

※死んだ 人の 国の 大使館か 領事館にも、その人が 死んだ ことを 伝えて くださ
い。

聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 40)

結婚か 離婚を したとき

結婚や 離婚に 必要な 条件や 手続きは 国に よって 違います。詳しい こと
は、聞いて ください。

聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 40)

When a Family Member or Person Living with You Dies

Please submit a death registration form to the ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, please submit forms to the Citizen Services Division). When you submit the death certificate, you will receive a burial permit.

- **Submission deadline** Within seven days of discovering the death
- **Who submits the documents** Family members, relatives, or people who lived with the deceased
- **Required items** Death certificate, passport, national health insurance card or national health insurance eligibility certificate, and pension book of the deceased
 - A death certificate is a paper issued by a doctor that has information about the person's death.
 - A national health insurance card is a card that proves someone is enrolled in National Health Care (see p.53).
 - A pension book is a small book that has information written about a person's pension (see p.67).
 - Please inform the embassy or consulate of the deceased's home country that they have died.

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

When You Get Married or Divorced

The requirements and procedures required for marriage or divorce vary by nationality. For more details, please contact us.

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

日本では ^{にほん} ない ^{くに} 国から ^{にいがたし} 新潟市に ^ひ 引っ越しを ^こ する ^{とき} とき

まずは、^{しゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく} 出入国在留管理局 (→P.40) で ^{ざいりゅうカード} 在留カードか ^{とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ} 特別永住者証明書の ^{さいにゅうこくきよか} 再入国許可の ^{てつづ} 手続きを ^{して} してください。その後、^{くやくしよ} 区役所の ^{くみんせいかつか} 区民生活課(中央区は ^{まどぐちさーびすか} 窓口サービス課)に ^{てんにゅうとどけ} 転入届を出して ^だ ください。

■^だ 出す ^{にいがたし} とき ^ひ 新潟市に ^ひ 引っ越した ^ひ 日から ^{にち} 14日 ^{いない} 以内

■^{ひつよう} 必要な ^{もの} もの

1. ^ひ 引っ越した ^{ひと} 人 ^{ぜんいん} 全員の ^{ぱすぽーと} パスポートと、^{ざいりゅうカード} 在留カードか ^{とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ} 特別永住者証明書
 ※^{かぞく} 家族が ^{いる} ときは、^{した} 下の ^{2、3、4の} 書類も ^も 持ってきて ^{ください}。書類が ^な ないときは、^{みな} 皆さんの ^{くに} 国の ^{たいしかん} 大使館や ^{りょうじかん} 領事館に ^き 聞いて ^{ください}。
2. ^{こんいんしょうめいしょ} 婚姻証明書<=^{けっこん} 結婚した ^{しやうめい} ことを ^{かみ} 証明する ^紙 紙>
3. ^{しゅつしょうしょうめいしょ} 出生証明書<=^こ 子どもが ^う 生まれた ^{しやうめい} ことを ^{かみ} 証明する ^紙 紙>
4. ^{2と3を} 2と3を ^{にほんご} 日本語に ^{なお} 直した ^{もの} もの
 ※^{なお} 直した ^{ひと} 人の ^{なまえ} 名前を ^か 書いて ^{もらって} ください。

^き 聞く ^{ところ} ところ ^{くやくしよ} 区役所の ^{くみんせいかつか} 区民生活課(中央区は ^{まどぐちさーびすか} 窓口サービス課) (→P. 40)

日本の ^{にほん} ほかの ^し 市や ^{まち} 町から ^{にいがたし} 新潟市に ^ひ 引っ越す ^こ とき

^{にいがたし} 新潟市で ^ひ 引っ越しの ^{てつづ} 手続きを ^{する} 前に、^{まえ} 住んでいた ^し 市や ^{まち} 町に ^{てんしゅつとどけ} 転出届を出 ^だ して ^{ください}。その後、^{あと} 区役所の ^{くみんせいかつか} 区民生活課(中央区は ^{まどぐちさーびすか} 窓口サービス課)に ^{てんにゅうとどけ} 転入届を出して ^だ ください。

■^だ 出す ^{にいがたし} とき ^ひ 新潟市に ^ひ 引っ越した ^ひ 日から ^{にち} 14日 ^{いない} 以内

■^{ひつよう} 必要な ^{もの} もの

1. ^{てんしゅつしょうめいしょ} 転出証明書
 ・^{てんしゅつしょうめいしょ} 転出証明書は、^{まえ} 前に ^す 住んでいた ^し 市や ^{まち} 町に ^{てんしゅつとどけ} 転出届を出すと ^{もらえます}。
2. ^ひ 引っ越した ^{ひと} 人 ^{ぜんいん} 全員の ^{ざいりゅうカード} 在留カードか ^{とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ} 特別永住者証明書、^{まいなんばんカード} マイナンバーカード
 ・^{まいなんばんカード} マイナンバーカードを ^も 持っていたら ^だ 出して ^{ください}。マイナンバーカードは、^{まいなんばんカード} 12個の ^{すうじ} 数字と、^{かお} 顔の ^{しゃしん} 写真が ^つ 付いた ^{カード} ICカード です。

^き 聞く ^{ところ} ところ ^{くやくしよ} 区役所の ^{くみんせいかつか} 区民生活課(中央区は ^{まどぐちさーびすか} 窓口サービス課) (→P. 40)

When You Move to Niigata City from a Country Other Than Japan

First, apply for a re-entry permit for your residence card (or special permanent resident certificate) at the Immigration Services Bureau (see p.41). Afterwards, submit a moving in notification to the ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, submit forms to the Citizen Services Division).

■ **Submission deadline** Within 14 days after moving to Niigata City

■ **Required items**

1. Passports of everyone who moved, as well as residence cards or special permanent resident certificates
 - If you have family with you, please also bring the documents listed in numbers 2, 3, and 4 below. If you do not have these documents, please ask your embassy or consulate.
2. Marriage certificate
3. Birth certificate
4. Copies of 2 and 3 translated into Japanese
 - Please have the translator's name written.

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

When Moving to Niigata City from Within Japan

Before starting procedures for moving to Niigata City, please submit a moving out notification to where you lived previously. Afterwards, please submit a moving in notification to the ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, submit forms to the Citizen Services Division).

■ **Submission deadline** Within 14 days after moving to Niigata City

■ **Required items**

1. Change of address certificate
 - You will receive a moving in notification document after submitting a moving out notification to the city or town you lived in previously.
2. Residence cards or special permanent resident certificates and My Number Cards of everyone who moved.
 - If you have a My Number Card, please bring it with you. A My Number Card is an IC card that has 12 numbers and a photo of your face on it.

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

新潟市の^{にいがたし} 中^{なか}で 引^ひっ越^こしを した とき

区役所^{くやくしよ}の 区民生活課^{くみんせいかつか}(中央区^{ちゅうおうく}は 窓口サービス課^{まどぐちさーびすか})に 転居届^{てんきよとどけ}を 出^だして ください。

■出^だす とき 引^ひっ越^こした 日^ひから 14日^{にち} 以^い内^{ない}

■必要^{ひつよう}な もの 引^ひっ越^こした 人^{ひと} 全^{ぜん}員^{いん}の 在留カード^{ざいりゅうかーど}か 特別永住者証明書^{とくべつえいじゅうしゃしやしょうめいしょ}、
マイナンバーカード

・マイナンバーカード^{まいなんばんかーど}を 持^もっていたら 出^だして ください。

聞^きく ところ 区役所^{くやくしよ}の 区民生活課^{くみんせいかつか}(中央区^{ちゅうおうく}は 窓口サービス課^{まどぐちさーびすか}) (→P. 40)

新潟市^{にいがたし}では ない ところへ 引^ひっ越^こす とき(→P. 162)

区役所^{くやくしよ}の 区民生活課^{くみんせいかつか}(中央区^{ちゅうおうく}は 窓口サービス課^{まどぐちさーびすか})に 転出届^{てんしゅつとどけ}を 出^だして ください。

家族^{かぞく}が 違^{ちが}う 場^ば所^{しょ}に 引^ひっ越^こしする とき^{とき}は、別々^{べつべつ}に 出^だして ください。

■出^だす とき 引^ひっ越^こしを する 14日^{にち} 前^{まえ}から 引^ひっ越^こしを する 日^ひまで

■必要^{ひつよう}な もの マイナンバーカード

・マイナンバーカード^{まいなんばんかーど}を 持^もっていたら 出^だして ください。

聞^きく ところ 区役所^{くやくしよ}の 区民生活課^{くみんせいかつか}(中央区^{ちゅうおうく}は 窓口サービス課^{まどぐちさーびすか}) (→P. 40)

Moving from Within Niigata City

Please submit a change of address notification to the ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, submit forms to the Citizen Services Division).

■ **Submission deadline** Within 14 days after moving

■ **Required items** Residence cards or special permanent resident certificates and My Number Cards of everyone who moved.

- If you have a My Number Card, please bring it with you.

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, submit certificates to the Citizen Services Division) (see p.41)

Moving Out of Niigata City (see p.163)

Please submit a moving out notification to the ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, submit forms to the Citizen Services Division).

If you and your family are moving to different places, please submit separate forms.

■ **Submission deadline** From 14 days before you move, to the day you move out

■ **Required items** My Number Card

- If you have a My Number Card, please bring it with you.

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

住民票が欲しいとき

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/kosekinado/jyuminhyo/jyuuminkofu.html>

住民票は、あなたや家族が住んでいるところを証明する紙です。



■もらうことができる場所 区役所の区民生活課(中央区は
窓口サービス課)、出張所、連絡所、行政サービスコーナー

■手続きをする人 あなたか、一緒に住んでいる人

■かかるお金 1つにつき 300円

■必要なもの 本人確認書類<=あなたを証明するもの。在留カード、
特別永住者証明書、マイナンバーカード、運転免許証、パスポート>

聞くところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 40)

マイナンバーカードをつくる

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/mynumber_card/mynumber_card.html



マイナンバーカードは、12個の数字と、顔の写真が書いてあるICカードです。あなたを証明する本人確認書類として使うことができます。e-Taxという税金の手続きやコンビニで住民票をもらうときに使うこともできます。詳しいことは、聞いてください。

聞くところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 40)

●コンビニで住民票のコピーがもらえます

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/konbinikoufu/konbinikoufu.html>



マイナンバーカードがあると、コンビニにあるコピー機で、住民票が発行できるようになります。詳しいことは、聞いてください。

聞くところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 40)

When You Need a Certificate of Residence

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/kosekinado/jyuminhyo/jyuuminkofu.html>

A certificate of residence is a document that proves your and your family's address.

■ **Where to obtain** Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, go to the Citizen Services Division), branch offices, sub-branch offices, and administrative service corners

■ **Who can request certificates** You or people who live with you

■ **Fee** 300 yen (one copy)

■ **Required items** Personal identification documents (residence card, special permanent resident certificate, My Number Card, driver's license, passport)



Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

Creating a My Number Card

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/mynumber_card/mynumber_card.html

A My Number Card is an IC card that has 12 numbers and a photo of your face on it. You can use it as a form of personal identification. You can use it for e-Tax (tax procedures) and obtaining a Certificate of Residence from convenience stores. For more details, please contact us.



Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

● You Can Obtain a Certificate of Residence at a Convenience Store

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/konbinikoufu/konbinikoufu.html>

If you have a My Number Card, you can print a certificate of residence at a convenience store's copy machine. For more details, please contact us.



Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

印鑑の登録をするとき



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/kosekinado/inkantoroku.html>

日本では、大事な書類にサインの代わりに印鑑<はんこ>を押すことがあります。日本で大事な書類を作るとき、登録された印鑑と、証明書が必要です。印鑑登録は、あなたの印鑑があなたのものであることを登録することです。登録できる印鑑には、決まりがあります。登録できるかどうか、聞いてください。

■必要なもの 登録する印鑑、本人確認書類<あなたを証明するもの>。

ざいりゅうカード、とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ、まいなんばーカード、うんてんめんきょしょう、ぱすぽーと

聞くところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 40)

Registering a Personal Seal



▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/kosekinado/inkantoroku.html>

In Japan, it is common to use a personal seal (*inkan*) in place of a signature when signing important documents. In Japan, when creating important documents, it is required to have a registered personal seal and identification. Registering a personal seal means registering a specific seal as your own personal seal. There are rules for what kind of personal seal can be registered. Please confirm whether or not your seal can be registered before registering.

■ **Required items** Seal you wish to register and one form of photo identification (residence card, special permanent resident certificate, My Number Card, driver's license, passport)

Contact Local ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.41)

こくみんけんこうほけん 国民健康保険

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/hoken/kokuho/hokenryo/noufu-no-tebiki.html>

日本では、みんなが健康保険に入らなければなりません。
医療機関<=病院やクリニック>に行ったとき、健康保険がないと、
医療費<=病院やクリニックの>お金を全部自分で払わなければなりません。
とても高いです。



保険料<=保険の>お金は、前の年の所得<=給料などの>お金で決まります。

健康保険に入らなければならぬ人

3か月より長く日本にいたことが認められ、住民登録(→P.40)している人は、
国民健康保険に入らなければなりません。

※日本と協定している国から発行された適用証明書を持っている人は、入らなくていいです。適用証明書は、あなたが日本と協定している国の
社会保障制度に入っていることを証明する紙です。

健康保険に入ることができない人

1. 会社の健康保険などに入っている人
2. 75歳以上の人
3. 住民登録(→P.40)をしていない人
4. 生活保護をもらっている人



National Health Insurance

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/hoken/kokuho/hokenryo/noufu-no-tebiki.html>

In Japan, all residents are required to enroll in medical insurance.



When you visit a medical facility and you do not have medical insurance, you will be responsible for the overall medical costs. Medical costs are very expensive.

The insurance premium is calculated based on income from the previous year.

Who Must Enroll in the National Health Insurance

Everyone who is permitted to reside in Japan for longer than three months and has registered one's residency (see p.41) is required to enroll in National Health Insurance.

- Those who have a Certificate of Coverage issued by a country that has an agreement with Japan are exempt from enrolling. A Certificate of Coverage is written proof which certifies that the person is enrolled in the social security program of a country that has an agreement with Japan.

Who Is Not Eligible for Enrollment

1. People registered for health insurance through their employer
2. People 75 years old or older
3. People who have not completed resident registration (see p.41)
4. People receiving public assistance (livelihood protection)



健康保険に 入るときや、やめるとき

健康保険に 入るときや、やめるときは、14日 以内に 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)に 行ってください。

国民健康保険の 保険料は、入った 月まで さかのぼって かかります。手続きが 遅れたときも、さかのぼって 保険料を 払ってください。

聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)

北区役所 区民生活課 TEL 025-387-1275 Email kumin.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 区民生活課 TEL 025-250-2265 Email kumin.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 窓口サービス課 TEL 025-223-7149 Email mado.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 区民生活課 TEL 025-382-4235 Email kumin.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 区民生活課 TEL 0250-25-5676 Email kumin.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 区民生活課 TEL 025-372-6135 Email kumin.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 区民生活課 TEL 025-264-7243 Email kumin.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 区民生活課 TEL 0256-72-8336 Email kumin.nsk@city.niigata.lg.jp

国民健康保険に 入るとき

こんな とき	ひつよう 必要な もの
ほかの 市や 町から 新潟市に 引っ越した とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ 在留カードか 特別永住者証明書、 てんしゅつしょうめいしょ 転出証明書
かいがい 海外から 新潟市に 転入する とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ ばすぽーと 在留カードか 特別永住者証明書、パスポート
かいしゃ 会社の 健康保険を やめた とき、 ひふようしゃ おとつ 妻に 生活を 養 被扶養者<= 夫 や 妻に 生活を 養 って もらっている 人>では なくなっ た とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ かいしゃ 在留カードか 特別永住者証明書、会社の けんこうほけんしかくそうしつしょうめいしょ かいしゃ けんこうほけん 健康保険資格喪失証明書<=会社の 健康保険の しかく しょうめい かみ 資格が ないことを 証明する 紙>
せいかつほご 生活保護を もらわなくなった とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ 在留カードか 特別永住者証明書、 ほごはいしけつていつうちしょ 保護廃止決定通知書
こどもが う 生まれた とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ 在留カードか 特別永住者証明書、 おや しかくかくにんしょ 親の資格確認書など ※こどもを う 産んだ ときに もらうことが できる お かね があります(出 産 育児一時金)(→P. 64)。

※このほか、世帯主<=家族の 代表の 人>と、国民健康保険の 手続きを する 人の

マイナンバーカードが いります。在留資格が 「特定活動」の 人は、区役所で

指定書を 確認します。

※資格確認書など とは、国民健康保険証、資格確認書、資格情報のお知らせを いいます。

Enrolling in or Disenrolling from National Health Insurance

When you enroll in or disenroll from National Health Insurance, please go to the Ward Residential Affairs and Services Division of the ward office (Citizen Services Division for Chuo Ward Office) within 14 days.

Your insurance premium (fees) will be calculated starting the month that you become eligible for enrollment in National Health Insurance. Even if you are late to file, pay the full amount from the start of the month you become eligible for enrollment.

Contact Local Ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (For Chuo Ward Office, contact Citizen Services Division)

Kita Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-387-1275 **Email kumin.n@city.niigata.lg.jp**

Higashi Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-250-2265 **Email kumin.e@city.niigata.lg.jp**

Chuo Ward Office Citizen Services Division

TEL 025-223-7149 **Email mado.c@city.niigata.lg.jp**

Konan Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-382-4235 **Email kumin.k@city.niigata.lg.jp**

Akiha Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 0250-25-5676 **Email kumin.a@city.niigata.lg.jp**

Minami Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-372-6135 **Email kumin.s@city.niigata.lg.jp**

Nishi Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-264-7243 **Email kumin.w@city.niigata.lg.jp**

Nishikan Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 0256-72-8336 **Email kumin.nsk@city.niigata.lg.jp**

● Enrolling in National Health Insurance

Occasion	Necessary Items
When moving to Niigata City from within Japan	Residence card (or special permanent resident certificate), certificate of moving-out
When moving to Niigata City from abroad	Residence card (or special permanent resident certificate), passport
When withdrawing from company health insurance or becoming a non-working dependent	Residence card (or special permanent resident certificate), health insurance disqualification certificate of a company
When no longer receiving public assistance	Residence card (or special permanent resident certificate), decision notice of public assistance
After the birth of a child	Residence card (or special permanent resident certificate), legal guardian's health insurance eligibility certificate, etc. <ul style="list-style-type: none"> When a person gives birth, support money is available (Childbirth and Childcare Lump Sum Payment) (see p.65).

- In addition, the My Number Cards of the head of household and the person who is handling the procedure are needed. The ward office staff will check the certificate of designation of people whose residency status is "designated activities."
- Health insurance eligibility certificates, etc. are health insurance notification documents such as a national health insurance card, a health insurance eligibility certificate, and eligibility information documents.

こくみんけんこうほけん
●国民健康保険をやめる とき

こんな とき	ひつよう 必要な もの
にいがたし 新潟市では ない ところへ ひ こ 引っ越しを する とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ しかくかくにんしよ 在留カードか 特別永住者証明書、資格確認書 など
かいがい ひ こ 海外へ 引っ越しを する とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ しかくかくにんしよ 在留カードか 特別永住者証明書、資格確認書 など ※ せんしゅつ てつづ せいさん ほけん かね 転出の 手続きを する ときに、保険の お金 を 精算して ください。
かいしゃ けんこうほけん はい 会社の 健康保険に 入った とき、 ひふようしゃ 被扶養者に なった とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ かいしゃ 在留カードか 特別永住者証明書、会社の けんこうほけんしよ しかくかくにんしよ 健康保険証、資格確認書など
せいかつほご 生活保護を もらうように なった とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ 在留カードか 特別永住者証明書、 ほごかいしけつていつうちしよ しかくかくにんしよ 保護開始決定通知書、資格確認書など
し 死んだ とき	し ひと しかくかくにんしよ 死んだ 人の 資格確認書など

※このほか、せたいぬし こくみんけんこうほけん てつづ ひと まいなんばんカードが
いります。

※しかくかくにんしよ こくみんけんこうほけんしよ しかくかくにんしよ しかくじょうほう し
資格確認書など とは、国民健康保険証、資格確認書、資格情報のお知らせを いいます。

●そのほかの とき

こんな とき	ひつよう 必要な もの
にいがたし なかで じゅうしよ か 新潟市の なかで 住所が 変わったとき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ しかくかくにんしよ 在留カードか 特別永住者証明書、資格確認書 など
せたいぬし なまえ か 世帯主や 名前が 変わった とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ しかくかくにんしよ 在留カードか 特別永住者証明書、資格確認書 など
しかくかくにんしよ 資格確認書などを なくした とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ 在留カードか 特別永住者証明書
しかくかくにんしよ よご 資格確認書などを 汚した とき	ざいりゅうカード とくべつえいじゅうしゃしょうめいしよ 在留カードか 特別永住者証明書、 よご しかくかくにんしよ 汚した 資格確認書など

※このほか、せたいぬし こくみんけんこうほけん てつづ ひと まいなんばんカードが
いります。

※しかくかくにんしよ こくみんけんこうほけんしよ しかくかくにんしよ しかくじょうほう し
資格確認書など とは、国民健康保険証、資格確認書、資格情報のお知らせを いいます。

● Disenrolling from National Health Insurance

Occasion	Necessary Items
When moving outside of the City	Residence card (or special permanent resident certificate), health insurance eligibility certificate, etc.
When moving outside of the country	Residence card (or special permanent resident certificate), health insurance eligibility certificate, etc. • You must settle your insurance premium balance before moving outside of the country.
When enrolling in company health insurance or becoming a non-working dependent	Residence card (or special permanent resident certificate), insurance card issued by company, health insurance eligibility certificate, etc.
Upon becoming a recipient of public assistance	Residence card (or special permanent resident certificate), decision notice of public assistance, health insurance eligibility certificate, etc.
Upon passing away	health insurance eligibility certificate, etc. of the person who died

- In addition, the My Number Cards of the head of household and the person who is handling the procedure are needed.
- Health insurance eligibility certificates, etc. are notification documents such as a national health insurance card, a health insurance eligibility certificate, and eligibility information documents.

● Other Occasions

Occasion	Necessary Items
When changing addresses within the City	Residence card (or special permanent resident certificate), health insurance eligibility certificate, etc.
When the head of household was changed or you change your name	Residence card (or special permanent resident certificate), health insurance eligibility certificate, etc.
When you've lost your health insurance eligibility certificate, etc.	Residence card (or special permanent resident certificate)
When you've damaged your ance card health insurance eligibility certificate, etc.	Residence card (or special permanent resident certificate), damaged health insurance eligibility certificate, etc.

- In addition, the My Number Cards of the head of household and the person who is handling the procedure are needed.
- Health insurance eligibility certificates, etc. are health insurance notification documents such as a national health insurance card, a health insurance eligibility certificate, and eligibility information documents.

国民健康保険の 保険料

国民健康保険に 入っている 人は、国民健康保険の 保険料=<保険の お金>を 払わなければ いけません。詳しい ことは、聞いて ください。

特別な 理由が あって、生活が とても 難しく なった ときは、保険料が 少なくなる 場合があります。災害に 遭ったり、仕事が なくなったり して、保険料を 払うことが できなくなった ときは、すぐに 知らせて ください。

聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P.54)

●保険料を 払う 方法

保険料は、次の ①か ②か ③の 方法で 払って ください。

①銀行などの 口座から 払う

銀行などの 口座から 自動的に 払うことが できます。あなたが 払いに 行かなくていいので、便利です。この 方法を使う ためには、区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)か、銀行などで 手続きを して ください。

■口座から 払うことができる 銀行など

あきたぎんこう 秋田銀行
かもしんようきんこ きょうえいしんようくみあい ぎんこう こうえいしんようくみあい 加茂信用金庫、協栄信用組合、きらやか銀行、興栄信用組合
さんじょうしんようきんこ しばたしんようきんこ 三条信用金庫、新発田信用金庫
たいこうぎんこう だいしほくえつぎんこう とうほうぎんこう 大光銀行、第四北越銀行、東邦銀行
にいがた のうぎょうきょうどうくみあい にいがたけんしんようくみあい 新潟かがやき農業協同組合、新潟県信用組合、 にいがたけんしんようのうぎょうきょうどうくみあいれんごうかい にいがたけんろうどうきんこ にいがたしのうぎょうきょうどうくみあい 新潟県信用農業協同組合連合会、新潟県労働金庫、新潟市農業協同組合、 にいがたしんようきんこ 新潟信用金庫
しんようくみあい ひがしにほんしんようぎょうぎょうきょうどうくみあいれんごうかい にいがたしてん ほくりくぎんこう はばたき信用組合、東日本信用漁業協同組合連合会(新潟支店)、北陸銀行
まきしんようくみあい ぎんこう みずほしんたくぎんこう みついすみともぎんこう みつびし ぎんこう 巻信用組合、みずほ銀行、みずほ信託銀行、三井住友銀行、三菱UFJ銀行
ぎんこう ゆうびんきょく ゆうちょ銀行(郵便局)

てつづ 手続きを する 場所	ひつよう 必要な もの
くやくしよ くみんせいかつか 区役所の 区民生活課 (中央区は 窓口サービス課)	ぎんこう きゃっしゅかーど みぶんしょうめいしよ しょうめい 銀行の キャッシュカード、身分証明書=<あなたを 証明す る もの。在留カード、特別永住者証明書、 うんてんめんきょしょう ばすぽーと 運転免許証、パスポートなど>
ぎんこう 銀行など	ぎんこう つうちょう ぎんこう つか 銀行の 通帳、銀行で 使う はんこ、国民健康保険の番号が わかる書類(通知書や 資格確認書 など)

National Health Insurance Premiums

All residents who enroll in National Health Insurance are required to pay insurance premiums. Please contact us for more information.

Should you have difficulty making a living due to special circumstances, then you may be eligible to apply for a payment reduction or exemption. Should you be unable to pay your insurance premiums due to disasters or your independent business closing, please contact a ward office.

Contact Local ward office's Residential Affairs and Services Division (Citizen Services Division for Chuo Ward) (see p.55)

● How to Make Payments

Please pay the premiums by way of 1, 2, or 3 as follows.

1. Pay by automatic bank transfer

You can pay automatically from your bank account. This eliminates the need to go out and pay every month, and is convenient. Please apply directly at your financial institution, or at a local ward office's Residential Affairs and Services Division (Citizen Services Division for Chuo Ward).

■ Banks eligible for automatic bank transfer

Akita Bank
Kamo Shinkin Bank, Kyoei Shinyo Kumiai, Kirayaka Bank, Kouei Shinyo Kumiai
Sanjo Shinkin Bank, Shibata Shinkin Bank
Taiko Bank, Daishi Hokuetsu Bank, Toho Bank
JA Niigata Kagayaki, Niigataken Shinkumi Bank, JA Bank Niigata, Niigata-rokin, Niigatashi Agricultural Cooperatives, Niigata Shinyo Kinko
Habataki Shinyo Kumiai, Higashinihon Shingyoren (Niigata Branch), The Hokuriku Bank
Maki Shinkumi, Mizuho Bank, Mizuho Trust & Banking, Sumitomo Mitsui Banking Corporation, MUFG Bank
Japan Post Bank (Post Office)

Place for the procedure	Necessary items
Local ward office's Residential Affairs and Services Division (Citizen Services Division for Chuo Ward)	Bank cash card, Identification card
Financial institutions	Bankbook, Personal seal registered with the bank account, documents that display your national health insurance number (notices, health insurance eligibility certificate, etc.)

②納付書で 払う

毎年 7月に 納付書が 郵便で 届きます。決まった 日までに 払って ください。
■払う ところ 区役所・出張所・連絡所の 窓口、口座から 払うことができる 銀行
(みずほ信託銀行を除く) など、コンビニ、スマートフォン決済(PayPay)など

③年金から 払う

65歳から 74歳までの 人がいる 家庭は、世帯主<=家族の 代表の 人>の 年金から 保険料を 引きます。保険料を 年金から 払う ためには、いくつかの 条件が あります。詳しい ことは、聞いて ください。

●保険料を 払わなかった とき

1. 決まった 日までに 保険料を 払わなかったら、支払いを 求める 書類(督促状や 催告書)が 届きます。
2. 特別な 理由が ないのに 保険料を 払わなかったら、あなたの 財産を とりあげる ことが あります。

国民健康保険で もらうことが できる お金

病気や けがをしてから 2年 以内に 手続きを して ください。外国語で 書いた 書類は、日本語に 直してから 出して ください。詳しい ことは、聞いて ください。

聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 54)

2. By a premiums booklet

Premiums booklet is sent by mail in July every year. Pay by the due date.

■ Where to pay

Ward office, Ward branch office, Ward sub-branch office, financial institutions which handle account transfer payment (except for Mizuho Trust & Banking), convenience store, pay by smartphone (PayPay, etc.)

3. By pension withdrawal

For households with people from 65 to 74 years old, insurance premiums are withdrawn from the pension of the family head. There are some conditions that need to be met to withdraw insurance premiums from pension. Please contact us for more details.

● If You Don't Pay Your Insurance Premiums

1. If you don't pay your insurance premiums by the deadline, you will receive a document requesting payment (payment reminder, demand letter).
2. If you don't have any special circumstances and fail to pay the insurance premiums, this may result in property seizure.

Money You Receive from National Health

Make sure to do the procedure within two years of the illness or injury. Documents written in foreign languages are to be translated into Japanese. Please contact us for details.

Contact Local ward office's Residential Affairs and Services Division (Citizen Services Division for Chuo Ward) (see p.55)

●病気や けがで 医療機関に 行く とき

病気や けがで 医療機関に 行く ときは、保険証、資格確認書または マイナ保険証を 持って 行って ください。医療機関に 保険証、資格確認書または マイナ保険証を 出す と、自分で 払う お金が 少く なります。自分で 払う お金の 割合は、次の とおりです。

年齢	自分で 払う お金
小学校に 入る 前の 子ども	全部の お金の 20%
小学校に 入っている 人から 69歳 までの 人	全部の お金の 30%
70歳 以上の 人	全部の お金の 20%か 30% ※年齢や 収入 ≤ 給料 などの お金で 違います。

●医療費を 全部 自分で 払った とき

急な 病気や けがで 保険証、資格確認書または マイナ保険証が ない ときは、医療費の 全部を 払います。後から 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)で 手続きを すると、保険で 払う 分の お金が 戻って きます。

●医療費を たくさん 払った とき (高額療養費)

1か月に 払った 医療費が たくさんに なった ときは、決まった 金額より 多い 分の お金が 戻って きます。医療機関で お金を たくさん 払った ときは、お金を 払ってから 8か月 たった あとに、お知らせが 届きます。

申し込みの 紙と 必要な 書類を、区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)に 郵便で 送って ください。

※医療機関に 行く 前に、区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)で

「限度額適用認定証」を もらう やり方も あります。医療機関に 保険証、資格確認書 またはマイナ保険証と 「限度額適用認定証」を 出すと、医療機関で 払う お金が 少く なります。

●病気や 介護で お金を たくさん 払った とき (高額介護合算療養費)

1年間に 払った 国民健康保険と 介護保険(→P.116)の お金が 決まった 金額より 多くなった ときは、お知らせが 届きます。お知らせが 届いたら 手続きを して ください。決まった 金額より 多い 分の お金が 戻ってきます。

● Going to a Medical Facility When Sick or Injured

When you go to a medical facility because you are sick or injured, please take your health insurance card, health insurance eligibility certificate, or My Number health insurance card with you. When you present your insurance card, health insurance eligibility certificate, or My Number health insurance card at the medical facility, a portion of the cost you owe will be reduced. The portion you owe is displayed below.

Age	Portion of Costs Owed
Children not yet enrolled in elementary school	20% of the total cost
Elementary school children to 69 years old	30% of the total cost
People over the age of 70	20% or 30% of the total cost • Varies by age and income

- A My Number health insurance card is a My Number Card which has been registered as a health insurance card.

● When You Paid the Total Amount of Medical Expenses

During times of sudden illness or injury when you do not have your insurance card, health insurance eligibility certificate, or My Number health insurance card with you, you must pay the total amount of medical expenses. Afterwards, if you go to the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, go to the Citizen Services Division) and complete the necessary procedures, the amount your insurance covers will be refunded to you.

● When You Pay an Excess in Medical Fees (High-Cost Medical Expenses)

If you paid high-cost medical expenses one month, you will receive a refund of the amount that exceeded the pre-fixed ceiling amount for one month. If you paid an excess amount at a medical facility, you will receive a notification eight months later. Please mail an application form and the additional required documents to the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, send documents to the Citizen Services Division).

- You may also go to the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, go to the Citizen Services Division) and receive an Eligibility Certificate for Ceiling-Amount Application before going to a medical facility. If you present your insurance card, health insurance eligibility certificate, or My Number health insurance card and the Eligibility Certificate for Ceiling-Amount Application at the medical facility, the amount you must pay will be reduced.

● When You Pay an Excess Due to Illness or Long-Term Care (High-Cost Benefits for Medical Treatment Combined with Long-Term Care)

If your National Health Insurance and long-term care (see p.117) medical expenses exceed the pre-fixed ceiling amount for one year, you will receive a notification in the mail. Once you receive the notification, please complete the necessary procedures. The amount that exceeded your pre-fixed ceiling amount will be refunded to you.

●入院をしたとき（入院時食事療養費）

国民健康保険に 入っている 人が 入院をしたとき、入院の 食事の お金が 少なくなります。自分で 払う お金は 1 食 490円です。

●出産育児一時金

国民健康保険に 入っている 人が こどもを 産んだ とき、新潟市役所が 医療機関に お金を 払います。こども 1人に 50万円です。赤ちゃんが できてから 85日より 後に 赤ちゃんが 死んだ ときも、もらうことが できます。

※ 出産の お金が 50万円より 多い ときは、50万円より 多い 分の お金を 医療機関に 払って ください。

※ 出産の お金が 50万円より 少ない ときは、お知らせが 届きます。申し込みの 紙 を 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)に 郵便で 送って ください。

※ 海外で こどもを 産んだ ときは、日本に 戻った あと、区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)で 手続きを して ください。

※ 出産の お金を 全部 自分で 医療機関に 払った ときは、区役所の 区民生活課 (中央区は 窓口サービス課)で 手続きを して ください。

●死んだとき（葬祭費）

国民健康保険に 入っている 人が 死んだ とき、お葬式をした 人は 5万円を も らうことが できます。

●ほかの人に けがを させられた とき

交通事故などで ほかの人に けがを させられた ときは、けがを させた 人が 医療機関の お金を 払います。けがを させた 人が お金を 払わない ときは、区役所 の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)で 国民健康保険を 使う 手続きを してくだ さい。

交通事故の ときは、交通事故証明書(警察官が 事故の ことを 書いた 紙)が 必要で す。ほかの 人に けがを させられた ときは、必ず 警察に 知らせて ください。

● If You Are Hospitalized (Food Expenses While Hospitalized)

When a person enrolled in National Health Insurance is hospitalized, the food expenses incurred while hospitalized will be reduced. The cost owed for one meal after insurance is 490 yen.

● Childbirth and Childcare Lump Sum Payment

When a person enrolled in National Health Insurance gives birth, Niigata City will pay the medical facility. The amount is 500,000 yen per child. If the child dies 85 days from pregnancy, you can still receive the lump sum payment.

- If the childbirth expenses exceed 500,000 yen, please pay the medical facility the excess amount.
- If the childbirth expenses are less than 500,000 yen, a notification will be sent in the mail. Please mail the application form to the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, mail the form to the Citizen Services Division).
- If you gave birth overseas, after returning to Japan, please complete the necessary procedures at the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, go to the Citizen Services Division).
- If you paid for the full amount of childbirth expenses by yourself, please complete the necessary procedures at the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, go to the Citizen Services Division).

● When You Die (Funeral Expenses)

When a person enrolled in National Health Insurance dies, the person who paid for the funeral is eligible to receive 50,000 yen.

● If You Are Injured by Another Person

If you are injured by another person in a traffic accident, etc., the person who injured you pays for your medical expenses. If the person who injured you does not pay, please go to the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, go to the Citizen Services Division) to complete the necessary procedures to use National Health Insurance.

If a traffic accident happens, a Traffic Accident Certificate (a paper filled out by a police officer with information about the accident) must be created. If you are injured by another person, please make sure to inform the police.

こくみんねんきん 国民年金

国民年金は、年を取ったときや、障がいの状態になったとき、国民年金に入っている人が死んだときに、お金をもらうことができる制度です。



国民年金に入る人

新潟市に住んでいる人は、必ず国民年金に入らなければなりません。新潟市に住民登録(→P. 40)した20歳から59歳までの外国人も、法律で入ることが決まっています。

国民年金に入ることができない人

日本の年金には、国民年金と厚生年金があります。
会社などで働いている人は、国民年金ではなく、厚生年金に入ります。
会社が厚生年金の手続きをします。詳しいことは、会社の人に聞いてください。

国民年金の保険料

国民年金の保険料<=保険のお金>は、1か月17,510円です。
※令和7年度(2025年4月1日から2026年3月31日まで)の金額です。

聞くところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 54)

●保険料を払う方法

国民年金の保険料は、次の①か②か③の方法で払ってください。

①納付書で払う

日本年金機構から納付書が届きます。次に書いてある場所で払ってください。

■払うところ 銀行、信用金庫、ゆうちょ銀行、コンビニなど

②銀行などの口座で払う

決まった日に、銀行などの口座から自動的に払うことができます。払いに行かなくていいので、便利です。

③クレジットカードで払う

年金事務所で申し込みをすることができます。

National Pension

National Pension is a system that pays old-age pension, disability pension or survivor's pension when you have unexpected financial difficulties.



Who Must Enroll in National Pension

People living in Niigata City must enroll in National Pension. By law, foreign residents from ages 20 to 59 who are registered residents (see p.41) of Niigata City must also enroll in the system.

Who Cannot Enroll in National Pension

Japan's pension system has two types of pensions, National Pension and Employees' Pension. People working at companies, etc. are not enrolled in National Pension, but instead in Employees' Pension. The company will complete the procedures to enroll employees in Employees' Pension. For more information, please ask your employer.

National Pension Contributions

National Pension contributions are 16,520 yen per month.

- This is the price from April 1, 2023–March 31, 2024.

Contact Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.55)

● How to Pay Contributions

You can pay National Pension contributions using the following methods listed below (①, ②, ③).

① Payment by payment slip

You will be sent payment slips from the Japan Pension Service. Please make payments at the locations listed below.

■ **Where to pay** Banks, Shinkin Bank, JP Post Bank, convenience stores, etc.

② Payment by automatic bank transfer

You can make automatic payments for contributions from your bank account. Using this method means you do not have to go to the bank every month, which makes it convenient.

③ Payment by credit card

You can apply at a National Pension office.

●保険料を 払う ことが できない とき

生活する ための お金が 足りなくて 国民年金の 保険料を 払う ことが 難しい
ときは、区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)に 知らせて ください。保険料
を 払わなくて いいかも しれません。

●会社に 入って 働く とき

会社に 入って 働く ことになった ときは、国民年金の 保険料を 払わなくて
いいです。会社の 人が 厚生年金に 入る 手続きを します。あなたは 市役所や
区役所に 知らせなくて いいです。

国民年金で もらえる お金

国民年金には、様々な 種類が あります。それぞれの 年金を もらう ためには、
条件が あります。

き 聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P. 54)

●老齢基礎年金

65歳に なったら もらえる 年金です。

■もらえる 人 国民年金の 保険料を 10年 以上 払っている 人

●障害基礎年金

国民年金に 入っている 人が、病気や けがで 障がいの 状態に なった とき
に、もらうことが できる 年金です。障がいの 重さによって、もらえる 年金の お金
が 違います。詳しい ことは、区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)に 聞いて
ください。

● When You Cannot Make Contribution Payments

If it is difficult to make payments for National Pension contributions due to lack of living expenses, please inform the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, inform the Citizen Services Division). It is acceptable not to pay under some circumstances.

● When You Get a Job at a Company

When you get a job and start working at a company, you do not need to pay National Pension contributions. The company will complete procedures to enroll you in Employees' Pension. You do not need to apply at city office or the ward office.

Money You Can Receive through National Pension

There are several different types of National Pension and there are different conditions required to receive money from each one.

Contact Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division (see p.55))

● Old-Age Basic Pension

Benefits you can receive from age 65

■ **Who is eligible** People who have paid National Pension contributions for more than 10 years.

● Disability Basic Pension

A pension that people who are enrolled in National Pension can receive if they become disabled due to illness or injury. The amount you can receive depends on the severity of the disability. For more information, please contact the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division).

●遺族基礎年金

遺族基礎年金は、国民年金に入っている人が死んだときにもらうことができる年金です。死んだ人の収入で生活していた人(子どもや、子どものいる配偶者)がもらうことができます。詳しいことは、区役所の区民生活課(中央区は窓口サービス課)に聞いてください。

●脱退一時金

日本に住まなくなるときにもらうことができる年金です。日本に住んでいるときに、国民年金の保険料を6か月より長く払った人がもらうことができます。

日本を出る前に、年金事務所で申し込みの紙をもらってください。申し込みの紙は日本年金機構のホームページにもあります。申し込みの紙と必要な書類を、一緒に日本年金機構へ送ってください。日本を出てから2年以内に手続きをしてください。

き 聞く ところ 年金事務所

新潟西年金事務所 新潟市中央区西大畑町5191-15 TEL 025-225-3008

新潟東年金事務所 新潟市中央区新光町1-16 TEL 025-283-1013

まちかど ねんきんそうだんせんたーにいがた 新潟市中央区東大通2-3-26 プレイス新潟6階
TEL 025-244-9246

● Survivors' Basic Pension

Survivors' Basic Pension is a pension someone can receive when a person enrolled in National Pension dies. People who depended on the income of the deceased for their living expenses (the deceased's children or their spouse who has children) can receive this pension. For more information, please contact the Ward Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division).

● Lump-sum Withdrawal Payments

A pension you can receive after you register to leave Japan. People who have contributed to the national Pension system for at least six months in total while in Japan can receive this pension.

Before leaving Japan, please go to a National Pension office to receive an application form. Application forms are also available on the Japan Pension Service website. Please send the application form and the required documents to Japan Pension Service. Please complete the procedures within two years after leaving Japan.

Contact Pension Offices

Niigata Nishi Pension Office 5191-15 Nishi Ohata-cho, Chuo Ward **TEL 025-225-3008**

Niigata Higashi Pension Office 1-16 Shinko-cho, Chuo Ward **TEL 025-283-1013**

Machikado Pension Consultation Center Place Niigata 6th Floor, 2-3-26 Higashi Odori, Chuo Ward **TEL 025-244-9246**

し はら ぜいきん 市に 払う 税金

日本^{にほん}で 働^{はたら}いて もらった お金^{かね}には、税金^{ぜいきん}が かかります。所得税^{しよとくぜい}と 住民税^{じゅうみんぜい}という税金^{ぜいきん}です。所得税^{しよとくぜい}は、国^{くに}に 払^{はら}う 税金^{ぜいきん}です。住民税^{じゅうみんぜい}は、住^すんでいる 市^しや 町^{まち}に 払^{はら}う税金^{ぜいきん}です。

収入^{しゅうにゅう}が 多い 人^{おほ}は、1月1日^{ひと がつ にち}に 住所^{じゅうしょ}のある 市^しや 町^{まち}に 住民税^{じゅうみんぜい}を 払^{はら}わなければ なりません。

建物^{たてもの}や 土地^{とち}を 持^もっている 人^{ひと}は、固定資産税^{こていしさんぜい}も 払^{はら}います。



じゅうみんぜい 住民税

住民税^{じゅうみんぜい}は、日本^{にほん}に 住^すんでいる 全員^{ぜんいん}が 払^{はら}う 税金^{ぜいきん}です。外国人^{がいこくじん}も 払^{はら}わなければ なりません。

住民税^{じゅうみんぜい}には、県民税^{けんみんぜい}と 市民税^{しみんぜい}が あります。県民税^{けんみんぜい}と 市民税^{しみんぜい}は、新潟市^{にいがたし}が 決^きめたり 集^{あつ}めたり します。

き 聞く ところ 市民税課^{しみんぜいか}(市役所^{しやくしよ}ふるまち庁^{ちよう}舎^{しゃ}) TEL 025-226-2243
Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

●けんみんぜい しみんぜい はら 県民税、市民税を 払わなければ ならない 人

つぎ 次^{つぎ}の 1か 2の 人^{ひと}です。

1. 1月1日^{がつ にち}に 新潟市^{にいがたし}に 住所^{じゅうしょ}が あって、前^{まえ}の 年^{とし}に 収入^{しゅうにゅう}が あった 人^{ひと}
2. 1月1日^{がつ にち}に 新潟市^{にいがたし}に 家^{いえ}か、事務所^{じむしょ}か、事業所^{じぎょうしょ}が ある 人^{ひと}

●けんみんぜい しみんぜい はら 県民税、市民税を 払わなくて いい 人

つぎ 次^{つぎ}の 1か 2か 3の 人^{ひと}です。

1. 生活保護^{せいかつほご}を 受^うけている 人^{ひと}
2. 障がい^{しょうがい}のある 人^{ひと}、18歳^{さい}より 下^{した}の 人^{ひと}、寡婦^{かふ}=夫^{おと}と 別^{わか}れた 後^{あと}、結^け婚^{こん}を して いない 人^{ひと}>や ひとり親^{おや}=こどもの いる、結^け婚^{こん}を していない 人^{ひと}>で 前^{まえ}の 年^{とし}の 収入^{しゅうにゅう}が 少^{すく}ない 人^{ひと}
3. 前^{まえ}の 年^{とし}の 収入^{しゅうにゅう}が 少^{すく}ない 人^{ひと}

●ぜいきん はら 税金を 払うのが 難^{むずか}しく なった とき

事故^{じこ}や 災害^{さいがい}に 遭^あって 税金^{ぜいきん}を 払^{はら}うのが 難^{むずか}しく なった ときは、市民税課^{しみんぜいか}に 相^{そう}談^{だん}して ください。

Municipal Tax

Money earned while working in Japan is taxed. These taxes are called income tax and resident tax. Income tax is national tax. Resident tax is municipal inhabitant's tax.

People with high incomes must pay resident tax to the city, town, or village that their address is located in as of January 1st.

People who own buildings or land must also pay fixed property tax.



Resident Tax

Resident tax is a tax that everyone living in Japan pays. Foreign residents must also pay. Within the category of resident tax, there is prefectural tax and municipal tax. Niigata City decides the prefectural tax and municipal tax and collects it.

Contact Citizen Tax Division (City Office Furumachi Annex)

TEL 025-226-2243 Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

● Those Who Must Pay Prefectural Tax and Municipal Tax

People to whom 1 or 2 applies.

1. People who have an address in Niigata City as of January 1st and who had an income the previous year.
2. People who have a house, office, or place of business as of January 1st.

● Those Who Do Not Need to Pay Prefectural Tax or Municipal Tax

People to whom 1, 2, or 3 applies.

1. People who receive public assistance (livelihood protection)
2. People with disabilities, people under the age of 18, widows, or single parents who had low income the previous year.
3. People who had low income the previous year.

● If it Becomes Difficult to Pay Your Taxes

If you have difficulty paying your taxes due to an accident or disaster, please seek consultation at the Citizen Tax Division.

●住民税を払う方法

住民税は、次の①か②の方法で払ってください。

①給料や年金から払う

会社から給料をもらっている人や、年金をもらっている人は、給料や年金から住民税の金額を引きます。

②納付書や銀行などの口座から払う

会社から給料をもらっていない人や、年金をもらっていない人は、毎年6月に役所から納税通知書と納付書が届きます。納付書を使って、1年分の税金を4回に分けて払います。決まった日までに払ってください。払うことが遅れたら、延滞金<=決まった日までに税金を払わなかったときに税金に加えて払うお金>を払わなければなりません。

銀行などの口座から自動的に払うようにすることもできます。あなたが払いに行かなくていいので、便利です。

■住民税を払うところ 区役所、出張所、連絡所、納税課(ふるまち庁舎)、金融機関、コンビニなど

※納付書のバーコードをスマートフォンで読み取り、PayPayで払うこともできます。30万円まで払うことができます。

●海外へ出国するとき

日本を出る人も、その年の1月1日に新潟市に住んでいたときは、新潟市に住民税を払わなければなりません。あなたの代わりに税金の手続きをする人を決めて、区役所に知らせてください。

● How to Pay Resident Tax

Please pay resident tax using the following two methods listed (①, ②).

① Pay directly from your salary or pension

People who receive a salary from their employer or people who receive a pension have resident tax taken directly from their salary or pension.

② Pay with a payment slip or automatic bank transfer

People who do not receive a salary from an employer or people who do not receive a pension will receive a tax notice and payment slips from the Niigata City every year in June. Use the payment slips to pay for your taxes – a year's worth of taxes is split up into four payments. Please pay by the due date. If you do not pay on time, you will need to pay a late payment fee.

You may also pay by automatic bank transfer. Using this method means you do not have to go to the bank every month, which makes it convenient.

■ **Where to pay resident tax** Ward offices, branch offices, sub-branch offices, Tax Collection Division (City Office Furumachi Annex), financial institutions, convenience stores, etc.

- You can also scan the barcode on the payment slip and pay with PayPay. You can pay up to 300,000 yen using this method.

● When You Leave Japan for Overseas

Even people who have left Japan, if you lived in Niigata City on January 1st, you still must pay resident tax. Select a representative to complete the procedures for you and inform the ward office.

●^{のうぜいしょうめいしょ}納税証明書や^{かぜいしょうめいしょ}課税証明書を^{ほうほう}もらう方法

^{のうぜいしょうめいしょ}納税証明書は、^{ぜいきん}税金を^{はら}払ったことを^{しょうめい}証明する^{かみ}紙です。

^{かぜいしょうめいしょ}課税証明書は、1年間の^{ねんかん}収入と^{しゅうにゅう}住民税を^{じゅうみんぜい}わかるようにする^{かみ}紙です。

もらうとき、1枚^{まい}300円を^{えん}払います。

■^{くやくしょ}もらうところ ^{しゅつちやうじよ}区役所、^{れんらくじよ}出張所、^{ぎやうせいさーびすこーなー}連絡所、^{しみんぜいか}行政サービスコーナー、^{ちやうしゃ}市民税課(ふるまち庁舎)

■^{ひつよう}必要なもの ^{みぶんしょうめいしょ}身分証明書<=あなたを^{しょうめい}証明するもの。在留カード、
^{とくべつえいじゆうしゃしょうめいしょ}特別永住者証明書、^{うんでんめんきょしょう}運転免許証、^{ぱすぽーと}パスポート など>

※ほかの^{ひと}人が^{てつづ}手続きをするときは、あなたが^か書いた^{いにんじやう}委任状を^も持ってきてください。

^{けいじどうしゃ}軽自動車や^{ばいく}バイクの^{ぜいきん}税金を^{はら}払う

^き聞くところ ^{しみんぜいか}市民税課(市役所ふるまち庁舎) ^{ちやうしゃ}TEL 025-226-2251
Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

●^{けいじどうしゃぜい}軽自動車税 とは

^{ばいく}バイク<=自動二輪車>や ^{けいじどうしゃ}軽自動車<=660cc より ^{ちい}小さい ^{くるま}車>を ^も持っている ^{ひと}人は、
^{けいじどうしゃぜい}軽自動車税を ^{はら}払って ください。

●^{けいじどうしゃぜい}軽自動車税を ^{はら}払わなければ ^{ひと}ならない人

その年の ^{とし}4月1日に ^がバイクや ^{にち}軽自動車を ^も持っている ^{ひと}人です。

■^{ぜいきん}税金を ^{はら}払うところ ^{くやくしょ}区役所、^{しゅつちやうじよ}出張所、^{れんらくじよ}連絡所、^{のうぜいか}納税課(ふるまち庁舎)、
^{きんゆうきかん}金融機関、^{こんびに}コンビニ など

※^{のうふしょ}納付書の ^{ばーこーど}バーコードを ^{すまーとふおん}スマートフォンで ^よ読み取り、や PayPay で ^{はら}払うことも できます。
30万円まで ^{まんえん}払う ^{はら}ことができます。

● How to Obtain a Tax Payment Certificate and Taxation Certificate

A Tax Payment Certificate is a paper that proves that you paid taxes.

A Taxation Certificate is a paper that shows your annual salary and resident tax.

Each copy costs 300 yen.

■ **Where to obtain** Ward offices, branch offices, sub-branch offices, residential affairs and service offices, Citizen Tax Division (City Office Furumachi Annex)

■ **Required items** Identification

- If someone else is completing the procedures for you, they must bring a letter of attorney written by you.



Paying Taxes for Light Vehicles and Motorcycles

Contact Citizen Tax Division (City Office Furumachi Annex) TEL 025-226-2251

Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

● What is Light Vehicle Tax

People who own motorcycles or light vehicles up to 660 cc: please pay light vehicle tax.

● Those Who Must Pay Light Vehicle Tax

People who own a motorcycle or light vehicle as of April 1st of that year.

■ **Where to pay tax** City ward offices, branch offices, sub-branch offices, Tax Collection Division (City Office Furumachi Annex), financial institutions, convenience stores, etc.

- You can also scan the barcode on the payment slip and pay with PayPay. You can pay up to 300,000 yen using this method.

●**すぐに** ^{てつづ}手続きが ^{ひつよう}必要な **とき**

軽自動車^{けいじどうしゃ}や バイク^{ばいく}を ほかの^{ひと}人に あげたときや、廃車^{はいしゃ}<= 車^{くるま}の 登録^{とうろく}を 消^けすこと>に
したときは、すぐに ^{てつづ}手続き ^{てつづ}して ください。手続きを しなかったら、あなたが ずっと
税金^{ぜいきん}を 払^{はら}わなければ なりません。手続きを ^{てつづ}する ^{つぎ}ところは、次の とおりです。

■125cc までの ^{ばいく}バイク(原動機付自転車^{げんどうきつきじてんしゃ}・小型特殊自動車^{こがたとくしゅじどうしゃ})

き 聞く ところ ^{くやくしよ}区役所(中央区^{ちゅうおうく}は ^{のぞ}除く)、^{しゅつちやうじよ}出張所、^{れんらくじよ}連絡所、^{しみんぜいか}市民税課(市役所^{しやくしよ}ふるまち
^{ちやうしゃ}庁舎) TEL 025-226-2251 Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

■125cc を ^こ超える ^{ばいく}バイク(二輪の小型自動車^{にりん こがたじどうしゃ}・軽二輪車^{けいにりんしゃ})

き 聞く ところ ^{ほくりくしんえつうんゆきよく}北陸信越運輸局 ^{にいがたうんゆきよく}新潟運輸支局 ^{にいがたしちゅうおうくひがしできじま}新潟市中央区東出来島14-26
TEL 050-5540-2040

■660CC までの ^{けいじどうしゃ}軽自動車(軽四輪車^{けいよんりんしゃ}・軽三輪車^{けいさんりんしゃ})

き 聞く ところ ^{けいじどうしゃけんさきやうかい}軽自動車検査協会 ^{にいがたしゅかんじむしよ}新潟主管事務所 ^{にいがたしこうなんくかめだはやどおりあざかわね}新潟市江南区亀田早通字川根2940
TEL 050-3816-1850

● Circumstances in Which You Must Complete Tax Procedures Immediately

When you give your light vehicle or motorcycle to another person or dispose of it, please complete the appropriate procedures immediately. If you do not complete the procedures immediately, you will continue to owe taxes. The places where you can complete the procedures are listed below.

■ Motorcycles up to 125cc (motorized bicycles and small-sized special motor vehicles)

Contact Ward offices (except Chuo Ward), branch offices, sub-branch offices, and Citizen Tax Division (City Office Furumachi Annex)
TEL 025-226-2251 Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

■ Motorcycles over 125cc (small-sized two-wheeled vehicles and scooters)

Contact Niigata Transport Bureau Branch, Hokuriku-Shinetsu District Transport Bureau, 14-26 Higashi Dekijima, Chuo Ward **TEL 050-5540-2040**

■ Light vehicles up to 660cc (light four-wheeled vehicles and light three-wheeled vehicles)

Contact Light Motor Vehicle Inspection Organization, Niigata Main Office, 2940 Aza-kawane, Kameda-hayadori, Konan Ward **TEL 050-3816-1850**



びょうき 病気に なった とき

病気に なった ときは、医療機関<= 病院 や クリニック>に 行きます。医療機関に 行く ときは、必ず マイナ保険証または 資格確認書（有効期限内の 健康保険証）<=健康保険（→P.52）に 入っている ことがわかる カード>と お金を 持って いきます。



医療機関で 病気や けがを 診て もらう 方法

1. 医療機関の 窓口にいる 人に マイナ保険証または 資格確認書（有効期限内の 健康保険証）を出して、あなたの 体の どこが 悪いのかを 言います。
2. あなたの 名前が 呼ばれるまで 待ちます。
3. あなたの 名前が 呼ばれたら、お医者さんに 診て もらいます。
4. 診て もらったら、あなたの 名前が 呼ばれるまで 待ちます。
5. 自分の 名前が 呼ばれたら、窓口にいる 人に お金を 払います。
※クレジットカードや スマートフォン決済を 使えない 医療機関が 多いです。窓口にいる 人に 聞いて ください。
6. 薬が ある ときは、薬局で 薬を もらいます。お医者さんから もらった 処方箋<= 薬の 種類と 量を書いた 紙>を出して、薬を もらって ください。

診療科目<=病気や けがを 診るところの 名前>

診療科目の 名前	行く とき
内科	かぜ 風邪を ひいた とき ※熱が あったり、痛い ところが あったりして、どこへ 行くか わからない ときにも 行って ください。
小児科	18歳までの こどもが 病気の とき
精神科・心療内科	こころ 心の 病気の とき
外科	けがを したとき
整形外科	ほね 骨が 折れた とき、腰が 痛い とき
脳神経外科	のう 脳や しんけい 神経の 病気の とき
産婦人科	おんな 女の 人の 病気の ときや こどもが できたとき
眼科	め 目の 病気の ときや、めがね コンタクトレンズを つく 作りたい とき
耳鼻咽喉科	みみ はな 耳、鼻、のどの 病気の とき
皮膚科	ひふ 皮膚の 病気や、やけどの とき
泌尿器科	おしっこの 病気の とき
歯科	は 歯が 痛い とき、むしば 虫歯の とき



Health and Medical Care

When You Get Sick

When you get sick, go to a medical care facility. When you go to a medical care facility, be sure to bring your My Number health insurance card or health insurance eligibility certificate (or a valid health insurance card) (see p.53) and money.



● How to Receive Treatment at a Medical Care Facility When You Are Sick or Injured

1. Show the person at the medical care facility's reception desk your My Number health insurance card or health insurance eligibility certificate (or a valid health insurance card) and tell them what is wrong.
2. Wait until your name is called.
3. After your name is called, you will be examined by the doctor.
4. After being examined, wait until your name is called.
5. When your name is called, pay at the reception desk.
 - There are many medical care facilities that do not accept credit cards or smart phone payment methods. Please be sure to ask the person at the reception desk.
6. If you receive a prescription, you can fill it at the pharmacy. Show the pharmacist the prescription the doctor gave you to receive the medicine.

● Medical Fields

Medical Field	When to Go
Internal medicine	When you catch a cold • When you have a fever, you are in pain, or when you are not sure where to go
Pediatrics	For children under the age of 18 who are sick
Psychiatry and psychosomatic medicine	When you have mental health problems
Surgery	When you are injured
Orthopedics	When you break a bone or when your back hurts
Neurology	When you have brain or neurological illnesses
Obstetrics and gynecology	When you have women's health issues or are pregnant
Ophthalmology	When you have eye trouble or when you need new glasses or contact lenses
Otolaryngology (ENT)	When you have ear, nose, or throat trouble
Dermatology	When you have skin issues or have been burned
Urology	When you have urinary trouble
Dentistry	When your teeth hurt or you have a cavity

●インターネットで 医療機関や 薬局を 探す

▶<https://qq.niigata-iyaku.jp/qq15/qqport/kenmintop/>

にいがた医療情報ネットでは、英語・中国語・韓国語で、医療機関や 薬局を 探すことができます。



HIV/エイズの 検査と 相談

▶https://www.city.niigata.lg.jp/smph/iryo/kenko/yobou_kansen/kansen/aids/aids.html

新潟市では、月曜日と 金曜日に、HIV/エイズと 性感染症の 検査を しています。
名前を 教えなくても 検査を 受けることができます。お金は かかりません。



聞く ところ

新潟市保健所 中央区紫竹山3-3-11 TEL 025-212-8120
Email hokenkanri@city.niigata.lg.jp

●電話相談

電話で HIV/エイズの 相談が できます。

聞く ところ

新潟市保健所 中央区紫竹山3-3-11 TEL 025-212-8120
Email hokenkanri@city.niigata.lg.jp

がん検診

▶https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kenko/yobo_kenshin/ganindex/kensin.html

がん検診は、40歳 以上の 人が 受けられます。20歳以上の 女性の 人は、子宮頸がん検診を 受けられます。

がん検診は、会社で 受けるかも しれません。会社で 受けない 人は、相談して ください。



聞く ところ

区役所の 健康福祉課

北区役所 健康福祉課 TEL 025-387-1340 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 健康福祉課 TEL 025-250-2350 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 健康福祉課 TEL 025-223-7246 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 健康福祉課 TEL 025-382-4316 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 健康福祉課 TEL 0250-25-5686 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 健康福祉課 TEL 025-372-6385 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 健康福祉課 TEL 025-264-7433 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 健康福祉課 TEL 0256-72-8380 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

● Looking for Medical Care Facilities or Pharmacies on the Internet

▷<https://qq.niigata-iyaku.jp/qq15/qqport/kenmintop/>

NIIGATA Medical Information Network offers a database of medical care facilities and pharmacies in English, Chinese, and Korean.



HIV/AIDS Testing and Consultation

▷https://www.city.niigata.lg.jp/smph/iryo/kenko/yobou_kansen/kansen/aids/aids.html

Niigata City provides testing for HIV/AIDS and sexually transmitted diseases on Mondays and Fridays. The tests are confidential and free of charge.



Contact Niigata City Public Health and Sanitation Center 3-3-11 Shichikuyama, Chuo Ward
TEL 025-212-8120 Email hokenkanri@city.niigata.lg.jp

● Telephone Consultation

You can consult about HIV/AIDS on the phone.

Contact Niigata City Public Health and Sanitation Center 3-3-11 Shichikuyama, Chuo Ward
TEL 025-212-8120 Email hokenkanri@city.niigata.lg.jp

Cancer Screening



▷https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kenko/yobo_kenshin/ganindex/kensin.html

Cancer screenings are available for people aged 40 and over. Women aged 20 and over can receive screening for cervical cancer.

Cancer screening may be provided at your workplace. If your workplace does not provide screenings, ask the Public Health and Welfare Division of your residential ward office.

Contacts Local ward office's Public Health and Welfare Division

Kita Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-387-1340 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-250-2350 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-223-7246 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-382-4316 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0250-25-5686 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-372-6385 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-264-7433 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0256-72-8380 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp



▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/hoken/kokuho/tokutei/tokutei.html>

新潟市では、メタボリックシンドロームを 防いだり、良くしたり する ために、
 体の 検査や 保健指導（特定健康診査・特定保健指導）を しています。詳しい ことは、
 聞いて ください。

- ・メタボリックシンドロームとは、内臓に 脂肪が 増えて、生活習慣病や 血管の
 病気に かかりやすく なっている ことです。
- ・保健指導とは、健康に なる 知識を 学ぶ ために、専門の 人と 話を する こと
 です。

聞く ところ 区役所の 健康福祉課(→P. 82)

●特定健康診査の 受け方

1. 40歳から 74歳までの 国民健康保険に 入っている 人に、新潟市から お知らせを
 送ります。
2. 受診券<特定健康診査を 受けるための カード>と マイナ保険証※、資格確認書、有効期限内
 の 健康保険証 のいずれか を 持って、医療機関で 特定健康診査を 受けて ください。
3. 特定健康診査の 結果が 悪かった 人には、専門の 人が 特定健康診査の 結果や
 あなたの 生活習慣に 合わせて、健康に なるために 必要な 話を します。
 特定健康診査の 結果が 悪かった 人は、受けた 医療機関から 知らせます。

※マイナ保険証に 対応していない 医療機関では、マイナ保険証と あわせて 「資格情報の
 お知らせ」を お持ちください。

Specific Health Checkups and Specific Health Guidance



▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/hoken/kokuho/tokutei/tokutei.html>

In order to prevent and treat metabolic syndrome, Niigata City provides physical examinations and health guidance (specific health checkups and specific health guidance). Please contact us for more information.

- Metabolic syndrome is a physical condition when fat forms in the organs and makes you more susceptible to lifestyle-related diseases and vascular diseases.
- At a health guidance, you can talk to a specialist and learn how to become healthier.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Division (see p.83)

● How to Take the Specific Health Checkup

1. Niigata City sends notifications to people ages 40–74 who are enrolled in National Health Insurance.
2. Take your health checkup ticket and My Number health insurance card*, health insurance eligibility confirmation certificate, or a valid health insurance card with you to a medical care facility and do the specific health checkup.
3. For people who receive poor results from their specific health checkup, a specialist will talk with you about how to become healthier, while keeping the results of your checkup and your lifestyle in mind. If you received poor results on the specific health checkup, you will receive a notification from the medical care facility that ~~they~~ you visited.

*For medical care facilities that do not accept My Number health insurance cards, please bring both your My Number health insurance card and your health insurance eligibility information notification.

い にんしん しゅっさん こそだ 妊娠・出産・子育て

にんしん 妊娠

● 妊娠届出書を 出します

新潟市に 住んでいて 妊娠<赤ちゃんが できること>が わかった
 ら、区役所に ある 妊娠・子育てほっとステーションに 妊娠
 届出書を 出して ください。
 妊娠届出書は、医療機関<病院や クリニック>で もらいます。



き 聞く ところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション

北区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 025-387-1340

Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 025-250-2340

Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 025-223-7237

Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 025-382-4340

Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 0250-25-5622

Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 025-372-6375

Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 025-264-7423

Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 妊娠・子育てほっとステーション TEL 0256-72-8372

Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

● 母子健康手帳を もらう

▶ <https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/nenrei/ninshinsyusan/boshi.html>

妊娠届出書を 出すと、母子健康手帳が もらえます。

母子健康手帳は、赤ちゃんの ことや 予防接種の ことを 書く 小さな 本です。何回
 も 使います。なくさないで ください。



き 聞く ところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション

Pregnancy, Childbirth, and Childcare

Pregnancy

● Submitting Notification of Pregnancy

When you find out about your pregnancy while living in Niigata City, submit a Notification of Pregnancy to the Pregnancy and Parenting Support Station of your local Ward Office. You can get a Notification of Pregnancy at medical institutions.

Contact Ward Office's Pregnancy and Parenting Support Station

Kita Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 025-387-1340 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 025-250-2340 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 025-223-7237 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 025-382-4340 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 0250-25-5622 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 025-372-6375 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 025-264-7423 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Pregnancy and Parenting Support Station

TEL 0256-72-8372 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

● Receiving Maternal and Child Health Handbook

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/nenrei/ninshinsyusan/boshi.html>



When you submit a Notification of Pregnancy, you will receive a Maternal and Child Health Handbook.

The Maternal and Child Health Handbook is a booklet in which you and your doctor can write records of your baby and vaccinations. It will be used many times in future years, so don't lose it.

Contact Ward Office's Pregnancy and Parenting Support Station

●^{にんぶけんこうしんさ}妊婦健康診査を^う受ける

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/nenrei/ninshinsyusan/kenkoushinsa/boshi.html>

^{にんしん}妊娠している^{ひと}人は、^{からだ}体の^{けんさ}検査を^う受けてください。



あなたに^{じゅしんひょう}受診票=<検査を^う受けるための^{かみ}紙>を^{まい}14枚^{わた}渡します。^{にいがたし}新潟市に
ある、^{あか}赤ちゃんを^う産む^{いりようきかん}医療機関で^{じゅしんひょう}受診票を出したら、^{いりようきかん}医療機関に^{はら}払う^{かね}お金が
^{すく}少なくなります。

き 聞く ところ ^{くやくしよ}区役所の^{にんしん}妊娠・^{こそだ}子育てほっとステーション(→P.86)

●^{にんさんぶ}妊産婦の^{いりようひ}医療費を^{たす}助ける

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryo/ninsanpu.html

^{にんしん}妊娠している^{にん}人や^{しゅっさん}出産したばかりの^{ひと}人が^{びようき}病気や^{けが}けがをしたときに、
^{いりようきかん}医療機関に^{はら}払う^{かね}お金が^{すく}少なくなります。詳しいことは、^き聞いてください。



き 聞く ところ ^{くやくしよ}区役所の^{にんしん}妊娠・^{こそだ}子育てほっとステーション(→P.86)

^{しゅっさん}出産

●^{しゅっさんご}出産後の^{かあ}お母さんを^{たす}助ける^{さーびす}サービスが^ああります

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/nenrei/ninshinsyusan/sangokea.html>

^{しゅっさん}出産した^{かあ}お母さんが、^{しゅくはく}宿泊や^{ひがえ}日帰りで^{やす}ゆっくり休める^{ところ}ところがあり
ます。^{いえ}家で^{せんもん}専門の^{ひと}人から^{はなし}話を^き聞くこともできます。^{かね}お金がかかりません。



き 聞く ところ ^{かていか}こども家庭課(市役所本館) TEL 025-226-1205
Email kodomo.k@city.niigata.lg.jp

● Taking a Prenatal Health Exam

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/nenrei/ninshinsyusan/kenkoushinsa/boshi.html>

If you are pregnant, please take a physical exam.



You will receive 14 health checkup tickets. When you go to a medical care facility that specializes in obstetrics in Niigata City, the expenses you pay to the medical care facility will be reduced.

Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

● Medical Cost Relief for Expectant and Nursing Mothers

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/ninsanpu.html



If pregnant people and people who recently gave birth get sick or injured, their medical care costs will be reduced. For more details, please contact us.

Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

Childbirth

● There Are Services to Help Mothers After Giving Birth

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/nenrei/ninshinsyusan/sangokea.html>

There are places where mothers can stay overnight or during the day to get a good rest after giving birth. You can also speak with an expert at home. These services cost money.



Contact Children and Families Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1205 Email kodomo.k@city.niigata.lg.jp

赤ちゃんの健康を診ます



▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/kensin.html

生まれてから 3か月 たった頃と 10か月 たった頃、赤ちゃんの健康を医療機関の産科や小児科などで診てもらふことができます。お金はかかりません。

体のことや栄養のこと、歯のことを、専門の人に聞くことができます。詳しいことは、聞いてください。

聞くところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P. 86)



予防接種<=病気に かからないように 注射を すること>

▶https://www.city.niigata.lg.jp/iryō/kenko/yobou_kansen/22yobousesshu/index.html#cms20782

新潟市に 住んでいる こどもに 予防接種を しています。

外国人も、住民登録(→P. 40)を すれば、予防接種を 受けることができます。詳しいことは、聞いてください。



聞くところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P. 86)

赤ちゃんとお母さんの ことを 見に 来ます

生まれてから 4か月 以内に、専門の人が 家に 来ます。赤ちゃんとお母さんが元気か 見ます。困っている ことが あれば 相談してください。

聞くところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P. 86)

赤ちゃんの健康について 相談 できます

詳しいことは、聞いてください。

聞くところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P. 86)

Health Exams for Babies



▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/kensin.html

About three months and ten months after birth, babies' health can be examined at a medical care facility's obstetrics and pediatrics department. It does not cost money.

You can ask a professional about the baby's physical condition, nutrition, teeth, and more. For more details, please contact us.

Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)



Preventive Vaccination

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/iryō/kenko/yobou_kansen/22yobousesshu/index.html#cms20782

Niigata City provides vaccines to children living in Niigata City.



Foreign nationals who register as residents (see p.41) may also receive vaccines.

For more details, please contact us.

Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

Specialist Visits for Mother and Baby

Within four months after giving birth, a specialist will visit your home to check the health of the mother and baby. They will answer any questions that the mother may have.

Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

Getting Advice on Your Baby's Health

For more details, please contact us.

Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

こどもを ^{そだ}育てる ^{ひと}人が ^{かね}もらうことが できる お金

● ^{じどうてあて}児童手当

▷

<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/teate/jidoteate/mirai.html>



^{じどうてあて}児童手当は、^{にほん}日本で ^{そだ}こどもを ^{ひと}育てる ^{かね}人が ^{もらえ}る お金です。^{さい}0歳から ^{こうこう}高校3
^{ねんせい}年生までの ^{こども}こどもが ^{ひと}いる ^{もらえ}る人が ^{くわ}もらえます。詳しい ^きことは、聞いて ください。

き 聞く **ところ** ^{くやくしよ}区役所の ^{けんこうふくしか}健康福祉課

^{きたくやくしよ}北区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 025-387-1335 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

^{ひがしくやくしよ}東区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 025-250-2330 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

^{ちゅうおうくやくしよ}中央区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 025-223-7230 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

^{こうなんくやくしよ}江南区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 025-382-4353 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

^{あきはくやくしよ}秋葉区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 0250-25-5683 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

^{みなみくやくしよ}南区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 025-372-6351 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

^{にしくやくしよ}西区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 025-264-7340 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

^{にしかんくやくしよ}西蒲区役所 ^{けんこうふくしか}健康福祉課 TEL 0256-72-8369 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

Childcare Allowance

● Childcare allowance



▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/teate/jidoteate/mirai.html>

Childcare allowance is money that people who raise children from the age of 0 to the 3rd year of high school can receive. For more details, please contact us.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Division

Kita Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-387-1335 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-250-2330 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-223-7230 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-382-4353 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0250-25-5683 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-372-6351 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-264-7340 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0256-72-8369 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

こどもが 病気や けがを した ときに 払う お金が 少なくなる 制度

●こども医療費助成

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/kodomoiryō/kodomoiryōyou.html

こども医療費助成は、こどもが 病気や けがを した ときに 払う お金が 少なくなる 制度です。この 制度は、健康保険を 使うことが できる 治療<=> 病気を 治す こと>が 対象です。



0歳から 高校3年生までの こどもが、お医者さんに 診てもらったときや 入院をしたとき、医療機関に 払う お金が 少く になります。詳しい ことは、聞いて ください。

聞く ところ 区役所の 健康福祉課(→P. 92)

●赤ちゃんが 病気で 入院をした とき(養育医療)

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/0801500.html

体重が 少ない 赤ちゃんや 体が 弱い 赤ちゃんは、入院や 治療のお金が 少く になります。お金が 少く なるのは、決まった 医療機関で 入院をしたとき だけです。詳しい ことは、聞いて ください。



聞く ところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P. 86)

●障がいの ある こどもが 病気の とき(自立支援医療・育成医療)

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/ikuseiiryōyou_1.html

18歳より 下の 障がいの ある こどもや、放って おくと 障がいになる こどもが、決まった 医療機関に 入院や 通院をした とき、医療機関に 払う お金が 少く になります。詳しい ことは、聞いて ください。



聞く ところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P. 86)

●こどもが 重い 病気の とき(小児慢性特定疾病の 医療費助成)

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/kenkozoshin.html

18歳より 下の こどもが 重い 病気になった とき、医療機関に 払う お金が 少く になります。決まった 病気になった とき だけ です。詳しい ことは、聞いて ください。



聞く ところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P. 86)

Programs That Reduce Medical Expenses for Sick or Injured Children

● Child Medical Expenses Subsidy Program

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/kodomoiryo/kodomoiryou.html

The program that reduces medical expenses when a child is sick or injured is called the Child Medical Expenses Subsidy Program. This program is for medical care that is covered by health insurance.



Children aged 0 to third year high school students will receive reduced medical expenses when getting treated at the hospital regularly or when hospitalized. For more details, please contact us.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Division (see p.93)

● When a Baby is Sick and Hospitalized (Medical and Infant Care Services)

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/0801500.html

The medical expenses to hospitalize and treat underweight babies and sickly babies (premature babies) will be reduced. The expenses will only be reduced when the baby is hospitalized at a specific medical facility. For more details, please contact us.



Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

● When Children with Disabilities Are Sick (Services and Supports for Persons with Disabilities and Medical Aid for Children with Potential Disability)

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/ikuseiiryou_1.html

When children with disabilities under the age of 18 or children with potential disability are hospitalized in a specific medical facility, the medical expenses will be reduced.

For more details, please contact us.



Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

● When Children Are Severely Ill (Medical Expense Aid for Specific Chronic Pediatric Diseases)

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryō/kenkozoshin.html

When children under the age of 18 become severely ill, the medical expenses will be reduced. This is only for specific diseases. For more details, please contact us.



Contact Ward office's Pregnancy and Parenting Support Station (see p.87)

ひとり親の 人へ

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/hitorioya/index.html>

ひとり親<=こどもの いる、結婚を していない 人>を 助ける ための
さまざまな 制度が あります。



聞く ところ 区役所の 健康福祉課

北区役所 健康福祉課 TEL 025-387-1335 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 健康福祉課 TEL 025-250-2330 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 健康福祉課 TEL 025-223-7230 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 健康福祉課 TEL 025-382-4353 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 健康福祉課 TEL 0250-25-5683 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 健康福祉課 TEL 025-372-6351 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 健康福祉課 TEL 025-264-7340 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 健康福祉課 TEL 0256-72-8369 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

ひとり親が もらう ことができる お金

■お金を もらえる 人

次の 1 から 8 までの どれかの こどもを 育てている お父さんや、お母さん、その
ほかの 人です。

1. お父さんと お母さんが 離婚した こども
2. お父さんか お母さんが 死んだ こども
3. お父さんか お母さんが 重い 障がいの ある こども
4. お父さんか お母さんが 生きているか 死んでいるか わからない こども
5. お父さんか お母さんが 1 年より 長く こどもの 世話を していない とき
6. お父さんか お母さんが DV保護命令<=結婚をした 相手や 恋人からの 暴力を 防
ぐ 命令>を 受けている こども
7. お父さんか お母さんが 1 年より 長く 警察や 刑務所に いる こども
8. 結婚を しないで 生まれた こども

※でも、こどもが 法律で 決まった 施設(保育園は 除く)に 入っている 人や、収入
が たくさん ある 人は、この お金を もらうことが できません。

For Single Parents

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/hitorioya/index.html>

There are several programs to assist single-parent families.



Contact Ward office's Public Health and Welfare Division

Kita Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-387-1335 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-250-2330 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-223-7230 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-382-4353 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0250-25-5683 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-372-6351 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-264-7340 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0256-72-8369 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

Money That Single Parents Can Receive

■ Who can receive money

Father, mother, or the guardian who is raising a child to whom one or more of the following 1 through 8 applies.

1. The mother and father of the child are divorced
2. The father or mother of the child has passed away
3. The father or mother of the child is severely disabled
4. It is not clear whether the father or mother is dead or alive
5. The father or mother has abandoned the child for over one year
6. The father or mother has received a restraining order
7. The father or mother has been detained in an institution for at least one continuous year by order of law
8. The mother of the child is unmarried
 - Parents or guardians whose children have stayed in certain institutions (except for day care centers) as instructed by law, or parents or guardians who have a high income cannot receive the money.

■お^{かね}金を^{きかん}もらえる期間

こどもが 18^{さい}歳に なって はじめての 3^{がつ}月31^{にち}日まで もらう ことが できます。心^{こころ}や 体^{からだ}に 重^{おも}い 障^{しょう}がいの ある こどもを 育^{そだ}てている 人^{ひと}は、こどもが 20^{さい}歳に なるまで もらう ことが できます。

●^{じどうふようてあて}児童扶養手当

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/hitorioya/teate/20180801180304468.html>



●^{おやかていとういりょうひじよせい}ひとり親家庭等医療費助成

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/hitorioya/teate/82.html>

ひとり親^{おや}の 人^{ひと}が 医療機関^{いりょうきかん}に 払^{はら}う お金^{かね}が 少^{すく}なく なります。



ひとり親^{おや}の 人^{ひと}が 使^{つか}う こと^{こと}が できる サービス

サービス^{さーびす}の 内容^{ないよう}や サービス^{さーびす}を 使^{つか}う ための 条件^{じょうけん}は、区役所^{くやくしょ}の 健康福祉課^{けんこうふくしか}(→P. 92) に 聞^きいて ください。

- ・児童扶養手当^{じどうふようてあて}を もらっている 家庭^{かてい}の 人^{ひと}は、電車^{でんしゃ}の 通勤定期券^{つうきんていきけん}が 30% やす 安^{やす}くなる 券^{けん}が もらえます。
- ・病^{びょう}気^きや けが^{けが}を して 困^{こま}った とき、家庭生活支援員^{かていせいかつしえんいん}が 家^{いえ}で 食^{しょく}事^じや 洗^{せん}濯^{たく}などの 手^て伝^{つた}いを します。
- ・安^{あん}定^{てい}した 生^{せい}活^{かつ}の ため^{ため}に 必^{ひつ}要^{よう}な お金^{かね}を 借^かりる こと^{こと}が できます。仕^し事^{ごと}を 探^{さが}したり、資^し格^{かく}を 取^とったり する ため^{ため}の 手^て続^{つづ}きを 手^て伝^{つた}います。
- ・こどもを 育^{そだ}てている お母^{かあ}さん^{さん}の 自^じ立^{りつ}≒自^じ分^{ぶん}の 力^{ちから}で 生^いきる こと^{こと}が できる こと> と 安^{あん}定^{てい}した 生^{せい}活^{かつ}の ため^{ため}に、お母^{かあ}さん^{さん}と こどもが 住^すむ こと^{こと}が できる 施^し設^{せつ}が あります。

■ When You Can Receive Money

You can receive money until the first March 31st after the child turns 18 years old. People who are raising a child with severe mental or physical disabilities can receive money until the child turns 20 years old.

● Child Rearing Allowance

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/hitorioya/teate/20180801180304468.html>



● Medical Expense Aid for Single-Parent Families

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/hitorioya/teate/82.html>



Medical expenses will be reduced for single parents.

Services That Single Parents Can Use

Please ask the ward office's Public Health and Welfare Division (see p.93) about details regarding the services and the requirements for using them.

- Families receiving the Child Rearing Allowance can receive a 30% discount coupon for their commuter train pass.
- If the parent is sick or injured and needs assistance, support staff will help with making meals, doing laundry, etc.
- Single parents or guardians can borrow money necessary in order to live a stable life. Help is also available for finding a job or getting qualification.
- There are facilities available for mothers and their children can live in, in order for the mother to have an independent and stable life while raising her children.

こどもを 育てている 人へ

認可保育施設

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/ninnkahoikushisetsu/index.html

お父さんや お母さんが 仕事や 病気で こどもの 世話が できない とき、
こどもを 認可保育施設に 預けることが できます。詳しい ことは、聞いて
ください。



■申し込み 認可保育施設に 入りたい ときは、区役所の 健康福祉課か、新潟市の
ホームページで 申し込んで ください。

■保育料 保育料<=認可保育施設の お金>は、こどもの 年齢や、預ける 時間の 長さ、
お父さんや お母さんが 市に 払う 税金の 金額で 決まります。

■次の ときは、認可保育施設に 入れない ことがあります

- ・認可保育施設に 入る 条件に 合わないとき
- ・認可保育施設を 使う こどもの 人数が 多い とき



聞く ところ 区役所の 健康福祉課

北区役所 健康福祉課 TEL 025-387-1335 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 健康福祉課 TEL 025-250-2330 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 健康福祉課 TEL 025-223-7232 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 健康福祉課 TEL 025-382-4353 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 健康福祉課 TEL 0250-25-5683 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 健康福祉課 TEL 025-372-6351 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 健康福祉課 TEL 025-264-7340 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 健康福祉課 TEL 0256-72-8389 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp



For Parents Raising Children

Authorized Childcare Facilities

▶ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/ninnkahoikushisetsu/index.html

Parents can leave their children in the care of authorized childcare facilities if they are too busy with work or sick to take care of their children.

For more details, please contact us.



■ **How to apply** If you want to enroll your children in an authorized childcare facility, please apply through the ward office's Public Health and Welfare Division or the Niigata City website.

■ **Cost** The childcare fee is determined by the child's age, how long they are left in care, and how much the parents pay in municipal taxes.

■ **You may not be able to enroll in authorized care facilities under the following conditions**

- If the criteria for using the authorized care facilities are not met
- If the maximum number of children allowed in the authorized care facility has been reached



Contact Ward office's Public Health and Welfare Division

Kita Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-387-1335 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-250-2330 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-223-7232 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-382-4353 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0250-25-5683 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-372-6351 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-264-7340 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0256-72-8389 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

いちじあず 一時預かり

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/takuji/ichiji.html

認可保育施設に 入って なくても、こどもを 短い 時間 預ける ことができます。でも、認可保育施設を 使う 子どもの 人数が 多い ときは、一時預かりを 使えない ことがあります。詳しい ことは、聞いて ください。



■申し込み 使いたい 認可保育施設に 申し込んで ください。

聞く ところ 区役所の 健康福祉課(→P.100)

ちいきこそだ しえんせんたー 地域子育て支援センター

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/akachan/tsudoi/sien-center/index.html

赤ちゃんとおもちゃで 遊んだり、イベントを 楽しんだり できる ところがあります。保護者どうしが お話を したり、子育ての 相談を することも できます。



聞く ところ 区役所の 健康福祉課(→P.100)

じどうかん じどうせんたー 児童館・児童センター

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/odekake/asobiba/51.html

小学生の こどもが 遊べる ところがあります。



聞く ところ こども政策課(市役所本館) TEL 025-226-1197
Email mirai@city.niigata.lg.jp

びょうじ びょうごじほいく 病児・病後児保育

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/35.html

生まれてから 6カ月 たった こどもから 小学6年生までの こどもが 病気などの とき、こどもを 預ける ことができます。詳しい ことは、聞いて ください。



聞く ところ 幼保支援課(市役所本館) TEL 025-226-1228
Email yohoshien@city.niigata.lg.jp

Temporary Care

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/takuji/ichiji.html

You can place your children in temporary care without fully enrolling them in an authorized childcare facility. If the maximum number of children allowed in the authorized care facility has been reached, you may not be able to place your children in temporary care.

For more details, please contact us.



■ **How to apply** Please apply directly to the authorized childcare center you would like to use.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Division (see p.101)

Regional Childcare Support Centers

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/akachan/tsudoi/sien-center/index.html

There are places where you can play with your baby with toys, enjoy events, and more. You can talk with other parents/guardians and also get advice about raising children.



Contact Ward office's Public Health and Welfare Division (see p.101)

Children's Halls and Children's Centers

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/odekake/asobiba/51.html

There are places where elementary school students can play.



Contact Children's Policy Division (City Office Main Building)
TEL 025-226-1197 Email mirai@city.niigata.lg.jp

Care Centers for Sick Children and Recovering Children

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/35.html

Children six months old to elementary school grade six who are sick or are recovering from an illness can be placed in a care center. For more details, please contact us.



Contact Kindergarten and Day Care Center Division (City Office Main Building)
TEL 025-226-1228 Email yohoshien@city.niigata.lg.jp

ほうかごじどうくらぶ (ひまわりくらぶ) 放課後児童クラブ (ひまわりクラブ)

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/33.html

お父さんや お母さんが 昼間は 仕事で 家に いない 小学生が、学校が
終わった 後、遊んだり 勉強を したり する ところです。使う ためには、
条件が あります。詳しい ことは、聞いて ください。



き
聞く ところ

こども政策課(市役所本館)

TEL 025-226-1197

Email mirai@city.niigata.lg.jp

じどうそうだんじょ 児童相談所

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kateiyoikukonnan/jisou.html>

児童相談所で、17歳までの こどもの ことを 専門の 人に 聞く ことが
できます。お金は かかりません。



あなたの 近くに 虐待<殴ったり、蹴ったり、大きな 声で 怒ったり する こと>を
受けている こどもが いたら、児童相談所か、TEL 189 に 知らせて ください。秘密は 守
ります。

■じどうそうだんじょ 児童相談所で する こと

- ・こどもの 人権を 守ります。
- ・困っている こどもを 育てる 人を 探します。

■じどうそうだんじょ 児童相談所へ 相談 するとき

- ・こどもが 危ない とき、守りたい とき
- ・こどもが 学校に 行く ことが できない とき
- ・こどもを 育てている 人が 困った とき

き
聞く ところ

にいがたしじどうそうだんじょ
新潟市児童相談所

にいがたしちゅうおうくかわぎしちょう
新潟市中央区川岸町1-57-1

TEL 025-230-7777

Email jiso@city.niigata.lg.jp

After-School Children's Clubs (Himawari Club)

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/33.html

There are places where elementary school children whose parents have work and are not at home in the daytime can go to play and study after school. There are certain requirements that must be fulfilled to use these facilities. For more details, please contact us.



Contact Children's Policy Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1197 Email mirai@city.niigata.lg.jp

Child Consultation Center

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kateiyoikukonnan/jisou.html>

At the Child Consultation Center, you can ask for advice about children up to the age of 17 from an expert on children. If there is suspected abuse or mistreatment of a child you know, please notify the Child Consultation Center or dial 189. We will keep all consultations confidential. All consultations are free of cost.



■ The child consultation center's duties

- Protect the human rights of children
- Search for foster parents

■ When you should contact the child consultation center

- When a child is in danger or when you think the child needs protection
- When a child is truant (not attending school)
- When the parent or guardian of the child is struggling financially

Contact Niigata City Child Consultation Center, 1-57-1 Kawagishi-cho, Chuo Ward

TEL 025-230-7777 Email jiso@city.niigata.lg.jp



こどもの 教育

日本の 教育

日本の学校は、小学校が 6 年、中学校が 3 年、高校が 3 年、大学が 4 年です。小学校と中学校は、すべての子どもが受けることができる教育です。ほかに、専門学校や短期大学などの学校もあります。3 歳から 5 歳までの子どもが通う幼稚園もあります。日本の学校は、4 月に始まって、次の年の 3 月に終わります。

幼稚園

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/youtienn/yochien.html

認可保育施設(→P.100)に入っていない多くの子どもは、3 歳から 5 歳までの間、幼稚園に通います。幼稚園では、小学校に通う前に簡単な教育をします。詳しいことは、通いたい幼稚園に聞いてください。■申し込み 通いたい幼稚園に申し込みます。



小学校と 中学校

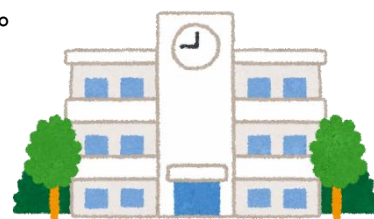
▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/gakko/sho_chu_school/tennyu/gaikokuseki.html

小学校は、その年の 4 月 1 日までに 6 歳になっている子どもが通います。小学校を卒業した後は、中学校に通います。通う小学校と中学校は、住んでいるところで違います。詳しいことは、聞いてください。



聞く ところ 区役所の 教育支援センター

北区役所	教育支援センター	TEL 025-387-1525	Email kyoiku.n@city.niigata.lg.jp
東区役所	教育支援センター	TEL 025-250-2180	Email kyoiku.e@city.niigata.lg.jp
中央区役所	教育支援センター	TEL 025-223-7026	Email kyoiku.c@city.niigata.lg.jp
江南区役所	教育支援センター	TEL 025-382-4903	Email kyoiku.k@city.niigata.lg.jp
秋葉区役所	教育支援センター	TEL 0250-25-5500	Email kyoiku.a@city.niigata.lg.jp
南区役所	教育支援センター	TEL 025-372-6635	Email kyoiku.s@city.niigata.lg.jp
西区役所	教育支援センター	TEL 025-264-7530	Email kyoiku.w@city.niigata.lg.jp
西蒲区役所	教育支援センター	TEL 0256-72-8560	Email kyoiku.nsk@city.niigata.lg.jp





Child Education

Education in Japan

Japanese schools are divided into elementary schools (grades 1-6/six years), junior high schools (grades 7-9/three years), high schools (grades 10-12/three years), and universities (four years). Elementary and junior high school are compulsory. There are also other types of schools such as vocational schools and junior colleges. There are also nursery schools, which children ages from three to five attend.

The Japanese academic year starts in April and ends in March of the next year.

Nursery School

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/youtienn/yochien.html

The majority of children (ages from three to five) not enrolled in authorized childcare facilities (see p.101) attend nursery schools. In nursery schools, children are taught the basic education needed before attending an elementary school. For more details, please contact the nursery school you want your children to attend.



■ **How to apply** Apply directly to the nursery school you want your children to attend.

Elementary School and Junior High School

▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/gakko/sho_chu_school/tennyu/gaikokuseki.html

Elementary school is attended by children who turned six years old before April 1st of that year. After graduating elementary school, children will commence to junior high school.



The elementary schools and junior high schools your children can attend vary by region. For more details, please contact us.

Contact Ward office's Educational Support Center

Kita Ward Educational Support Center

TEL 025-387-1525 Email kyoiku.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Educational Support Center

TEL 025-250-2180 Email kyoiku.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Educational Support Center

TEL 025-223-7026 Email kyoiku.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Educational Support Center

TEL 025-382-4903 Email kyoiku.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Educational Support Center

TEL 0250-25-5500 Email kyoiku.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Educational Support Center

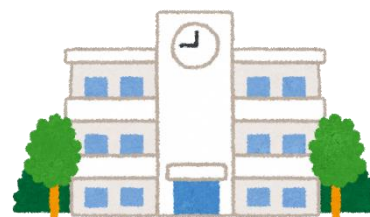
TEL 025-372-6635 Email kyoiku.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Educational Support Center

TEL 025-264-7530 Email kyoiku.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Educational Support Center

TEL 0256-72-8560 Email kyoiku.nsk@city.niigata.lg.jp



●^{きょういくひ}教育費^{きょういく}＜＝^{かね}教 育 に かかる お金＞

^{にいがたしりつ}新潟市立の ^{しょうがっこう}小 学校と ^{ちゅうがっこう}中 学校の ^{きょういくひ}教育費は、^{かね}お金が かからない ものと ^{じこふたん}自己負担
する ものが あります。^{きょういくひ}教育費に ^{こま}困っている ^{ひと}人は、^{そうだん}相談 して ください。

■^{かね}お金が かからない もの

- ・^{にゅうがくきん}入 学 金＜＝^{がっこう}学校に ^{はい}入 る ときに ^{かね}かかる お金＞
- ・^{じゅぎょうりょう}授 業 料＜＝^{じゅぎょう}授 業 を ^う受ける ための ^{かね}お金＞
- ・^{きょうかしよ}教科書の ^{かね}お金

■^{じこふたん}自己負担の もの

- ・^{きょうかしよ}教科書 ^{いがい}以外の、^{じゅぎょう}授 業 で ^{つか}使う ^{ほん}本
- ・^{がっこう}学校で ^{つか}使う ^{えんぴつ}鉛筆や ^のノート
- ・^{きゅうしょく}給 食 ＜＝^{がっこう}学校で ^た食べる ごはん＞
- ・^{こうがいけんしゅう}校外研 修＜＝^{ひがえ}日帰りの ^{ちい}小さい ^{りょこう}旅行＞や、^{しゅうがくりょこう}修 学 旅行＜＝^{おな}同じ ^{がくねん}学年の ^いみんなで 行く
^{おお}大きい ^{りょこう}旅行＞

^き聞く ところ ^{くやくしよ}区役所の ^{きょういくしえんせんたー}教育支援センター(→P.106)

●^{しょう}障 がいのある こどもの ^{がっこう}学校

^{にいがたしりつ}新潟市立の ^{しょうがっこう}小 学校と ^{ちゅうがっこう}中 学校には、^{とくべつしえんがつきゅう}特別支援学級＜＝^{しょう}障 がいのある こどもの
ための ^{とくべつ}特別な ^{くらす}クラス＞が あります。^{ちのう}知能の ^{しょう}障 がいや ^{こころ}心の ^{しょう}障 がいなどの ある
こどもに ^あ合った ^{きょういく}教育を します。^{くわ}詳しい ことは、^き聞いて ください。

^き聞く ところ ^{くやくしよ}区役所の ^{きょういくしえんせんたー}教育支援センター(→P.106)

● Education Fees

For Niigata municipal elementary schools and junior high schools, some education expenses are free and others cost money. If you are struggling to pay the education fees, please contact us.

■ What is free

- School admission fees
- Tuition fees
- Textbook fees

■ What costs money

- Books others than textbooks used in class
- Pencils, notebooks, etc. used at school
- School lunch
- Field trips and school trips

Contact Ward office's Educational Support Center (see p.107)

● Schools for Children with Disabilities classes for special needs education

In Niigata City municipal elementary and junior high schools, there are classes for special needs education. Education is given to each individual child based on their intellectual disability, developmental disability, etc. For more details, please contact us.

Contact Ward office's Educational Support Center (see p.107)

しょう 障 がい の ある ひと 人 へ

しょう 障 がい が あって ふだん の せい 生活 や しゃ 社会 での せい 生活 に こま 困る ことが ある ひと 人は、
にい が た し 新潟市 から さま さま ざま な し え ん 支援 を う 受ける ことが できます。くわ 詳しい ことは、き 聞いてください。

き 聞く ところ 区役所の 健康福祉課

きた く や く し ょ 北 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 025-387-1305 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

ひ が し く や く し ょ 東 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 025-250-2310 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

ちゅう お う く や く し ょ 中 央 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 025-223-7207 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

こう な ん く や く し ょ 江 南 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 025-382-4396 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

あ き は く や く し ょ 秋 葉 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 0250-25-5682 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

みな み く や く し ょ 南 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 025-372-6304 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

にし く や く し ょ 西 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 025-264-7310 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

にし か ん く や く し ょ 西 蒲 区 役 所 けん こう ふ く し か 健康 福祉 課 TEL 0256-72-8358 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

● から だ し ょ 体 に 障 がい の ある ひと 人が もらう ことが できる て ち ょ う し ん たい し ょ う が い し ゃ て ち ょ う 手帳(身体障害者手帳)

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/shofuku/techo/shintai.html>

し ん たい し ょ う 身体 障 がい <= から だ の し ょ う 障 がい > が ある ひと 人は、し ん たい し ょ う が い し ゃ て ち ょ う 身体 障害 者 手 帳 を もらう
ことが できます。し ん たい し ょ う が い し ゃ て ち ょ う 身体 障害 者 手 帳 を もらう と、さ ま ざ ま た す う 様々な 助け が 受け ら れ ま
す。



■ て ち ょ う 手 帳 を もらう ことが できる ひと 人

ほう り つ 法律 で き ま っ た から だ の し ょ う 障 がい が あ っ て ふ だ ん の せい 生活 に こ ま 困る ことが ある ひと
や、め 目 が よ く み 見 え な い ひと 人、み み 耳 が よ く き 聞 こ え な い ひと 人、こと ば 言葉 が で 出 な く て う ま く
は な 話 せ な い ひと 人、から だ を う ま く う ぐ 動 か せ な い ひと 人、なか の き の う 機能 に し ょ う 障 がい の ある
ひと 人。

■ て つ づ 手続き に ひ つ よ う 必要 な もの

1. ほう り つ 法律 で き ま っ て い る お い し ゃ 医 者 さ ん が か 書 い た し ん だ ん し ょ 診 断 書 や い け ん し ょ 意 見 書
2. か お の 写 真
3. ま い な ん ば ー か ー ど <= 12 こ の す う じ 数字 と、か お の し ゃ し ん 顔 の 写 真 が か 書 い て あ る か ー ど IC カ ー ド >

き 聞く ところ 区役所の 健康福祉課

For People with Disabilities

People with disabilities who struggle in their daily life or social life can receive various types of support from Niigata City. For more details, please contact us.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Division

Kita Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-387-1305 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-250-2310 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-223-7207 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-382-4396 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0250-25-5682 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-372-6304 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-264-7310 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0256-72-8358 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

● Certification People with Physical Disabilities Can Receive (Physical Disability Certificate)

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/shofuku/techo/shintai.html>

People with physical disabilities can receive a Physical Disability Certificate. After receiving a Physical Disability Certificate, you can receive various types of support.



■ People who can receive certification

People whose disabilities are specified by law and who struggle in their daily life, including people who are visually impaired, hearing impaired, vocally or speech impaired, people who have difficulty moving their bodies, and people whose internal organs are impaired can receive certification.

■ What you need to apply

1. A medical certificate or written opinion from a legally designated physician
2. A portrait photo
3. Your My Number Card

Contact Ward office's Public Health and Welfare Office

●^{ちのう}知能の^{しょう}障がいのある^{ひと}人が^{てちょう}もらう^{りょういくてちょう}ことができる手帳(療育手帳)

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/shofuku/techo/ryoiku.html>



^{ちてきしょう}知的障がい<=^{ちのう}知能の^{しょう}障がい>が^{ひと}ある人は、^{りょういくてちょう}療育手帳を^{てちょう}もらうことができます。^{りょういくてちょう}療育手帳を^{さまざま}もらうと、^{たす}様々な^う助けが^{こま}受けられます。困っている^{ないよう}ことの^{ねんれい}内容や^{しょう}年齢によって、^{しょう}障がいの^{おも}重さが^き決まります。

^き聞く^{ところ}ところ 区役所の^{くやくしよ}健康福祉課(→P.110)

●^{こころ}心の^{しょう}障がいのある^{ひと}人が^{てちょう}もらう^{りょういくてちょう}ことができる手帳

(^{せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう}精神障害者保健福祉手帳)

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/shofuku/techo/seishin.html>



^{せいしんしょう}精神障がい<=^{こころ}心の^{しょう}障がい>が^{ひと}ある人や、^{こころ}心の^{びょうき}病気で^{ふだん}普段の^{せいかつ}生活や^{しゃかい}社会^{せいかつ}での^{むずか}生活が^{ひと}難しい人は、^{せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう}精神障害者保健福祉手帳を^{てちょう}もらうことができます。^{せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう}精神障害者保健福祉手帳を^{ほうりつ}もらうときは、^き法律で^{しんだんしょ}決まった^{ひつよう}診断書などが^{ひつよう}必要です。^{にゅういん}入院を^{ひと}している人も、^{いえ}家に^{ひと}いる人も、^{てちょう}もらうことができます。あなたが^{なんさい}何歳でも^{てちょう}もらうことができます。

^き聞く^{ところ}ところ 区役所の^{くやくしよ}健康福祉課(→P.110)

● Certification People with Intellectual Disabilities Can Receive (Medical Rehabilitation Handbook)



▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/shofuku/techo/ryoiku.html>

People with intellectual disabilities can receive a Medical Rehabilitation Handbook. After receiving a Medical Rehabilitation Handbook, you can receive various types of support. The level of your disability is decided based on what you struggle with and your age.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Office (see p.111)

● Certification People with Mental Disabilities or Illnesses Can Receive (Mental Disability Certificate)



▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/shofuku/techo/seishin.html>

People with mental disabilities or people who struggle with their daily life and social life due to mental illness can receive a Mental Disability Certificate. In order to receive a Mental Disability Certificate, you must have a legally prescribed medical certificate, etc. Both people who are hospitalized and people who are living at home are eligible. There are no age restrictions.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Office (see p.111)

障がいの ある 人の ための サービス

障がいの 重さによって、様々な サービスを 使う ことができます。サービスの ことを 聞く ところは、次に 書いています。

●区役所の 健康福祉課では 次の ことが 相談できます。(→P.110)

■相談 できる こと

- ・生活で 使う 用具や 補装具の こと

※補装具は、体の 障がいの ある 部分を 助ける ための 道具です。

- ・家の 設備を 使い やすく すること

- ・障がい者が もらう ことが できる お金の こと

- ・障がいの ある こどもを 育てる ときに もらう ことが できる お金の こと

- ・医療費<医療機関の お金>の こと

- ・家で 生活 する ための サービスの こと

- ・乗り物などの お金が 安くなる こと

●新潟市社会福祉協議会では 次の ことが 相談できます。

▷<http://www.syakyo-niigatacity.or.jp/>

■住所 中央区八千代1-3-1 総合福祉会館内



■TEL 025-243-4366

■FAX 025-243-4376

■Email info@syakyo-niigatacity.or.jp

■相談 できる こと

- ・ボランティアの こと

- ・家にいて 使う ことが できる サービスの こと

- ・成年後見制度の こと

※成年後見制度は、1人で 大事な ことを 決めたり、お金を 払う ことが 難しく なった ときに、代わりに して くれる 人を 決める 制度です。

Services for People with Disabilities

You can use various services depending on the level of your disability. The list of contacts for questions about the services is below.

● You Can Consult About the Following at a Ward Office's Public Health and Welfare Office (see p.111)

■ What you can consult about

- Daily living aids and assistive devices
 - Assistive devices are tools that give support to a person with physical disabilities
- Making your home accessible
- Money that people with disabilities can receive
- Money that people raising children with disabilities can receive
- Medical care expenses
- Care for daily life
- Discounts on transportation

● You Can Consult About the Following at the Niigata City Council of Social Welfare

▷ <https://www.syakyo-niigatacity.or.jp/>



■ **Address** 1-3-1 Yachiyo, Chuo Ward (Inside of the Niigata City Social Welfare Center)

■ **TEL** 025-243-4366

■ **FAX** 025-243-4376

■ **Email** info@syakyo-niigatacity.or.jp

■ What you can consult about

- Volunteering
- In-home care services
- Adult Guardianship System
 - The Adult Guardianship System is for people who have difficulty making important decisions or find it difficult mentally to make payments by themselves. This system lets another person do these things for them.

かいごほけん
介護保険

介護は、年をとって 普段の 生活に 助けが 必要な 人の 世話を することです。
 介護保険は、介護が 必要な 人を、家族 だけでなく、社会で 助ける ための 制度
 です。年をとって 生活に 助けが 必要に なった ときに、様々な サービスを 使う
 ことができます。

かいごほけん はい
●介護保険に 入らなければ ならない 人

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kaigo/kaigoindex/taisyousya.html>

日本に 3か月より 長く 住んでいる 40歳 以上の 外国人は、介護保険に
 はい 入らなければ なりません。



かいごほけん つか つぎ サービス う
●介護保険などを 使うと 次の サービスが 受けられます

- ・専門の 人が 家に 来て、普段の 生活を 助けます。
- ・普段の 生活を 助ける 施設に 住んだり、通ったり することができます
- ・おむつが もらえます。
- ・髪を 切る 人が 家に 来て、髪を 切ります。
- ・料理が 作れない 人に、料理を 届けます。
- ・家に お風呂が ない 人は、お風呂屋さんで 使える 券が もらえます。

き 聞く ところ くやくしよ くみんせいかつか ちゅうおうく まどぐちサービス課
聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課)

きたくやくしよ くみんせいかつか TEL 025-387-1285 Email kumin.n@city.niigata.lg.jp
北区役所 区民生活課

ひがしくやくしよ くみんせいかつか TEL 025-250-2275 Email kumin.e@city.niigata.lg.jp
東区役所 区民生活課

ちゅうおうくやくしよ まどぐちサービス課 TEL 025-223-7154 Email mado.c@city.niigata.lg.jp
中央区役所 窓口サービス課

こうなんくやくしよ くみんせいかつか TEL 025-382-4241 Email kumin.k@city.niigata.lg.jp
江南区役所 区民生活課

あきはくやくしよ くみんせいかつか TEL 0250-25-5677 Email kumin.a@city.niigata.lg.jp
秋葉区役所 区民生活課

みなみくやくしよ くみんせいかつか TEL 025-372-6137 Email kumin.s@city.niigata.lg.jp
南区役所 区民生活課

にしくやくしよ くみんせいかつか TEL 025-264-7254 Email kumin.w@city.niigata.lg.jp
西区役所 区民生活課

にしかんくやくしよ くみんせいかつか TEL 0256-72-8340 Email kumin.nsk@city.niigata.lg.jp
西蒲区役所 区民生活課

Long-Term Care Insurance

Long-term care refers to taking care of elderly people who need assistance in their daily lives. Long-Term Care Insurance is a system that exists so it is not only the family who provides care, but society as well. Elderly people who need assistance in their daily lives can use a variety of services.

● People Who Must Enroll in Long-Term Care Insurance

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kaigo/kaigoindex/taisyouya.html>

Foreign nationals over the age of 40 who have lived in Japan for more than three months must enroll in Long-Term Care Insurance.



● You Can Receive the Following Services If You Use Long-Term Care Insurance

- An expert will come to your home and help with daily life needs.
- You can live in or visit facilities that assist with daily life needs.
- You can receive adult diapers.
- A hairdresser can come to your home and cut your hair.
- Food can be delivered to people who cannot cook.
- People who do not have a bath or shower in their home can receive public bathhouse coupons.

Contact Ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (For Chuo Ward, contact the Citizen Services Division)

Kita Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-387-1285 Email kumin.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-250-2275 Email kumin.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Citizen Services Division

TEL 025-223-7154 Email mado.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-382-4241 Email kumin.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 0250-25-5677 Email kumin.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-372-6137 Email kumin.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 025-264-7254 Email kumin.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Ward Residential Affairs and Services Division

TEL 0256-72-8340 Email kumin.nsk@city.niigata.lg.jp

①第1号被保険者(65歳以上の 人)

生活に 介護や 助けが 必要な 人は、介護保険サービスを 使う ことができます。

■介護保険料<=介護保険の お金> 前の 年に もらった 給料や 年金(→P.66) などの お金で 決まります。

■介護保険料を 払う 方法

1年間に 18万円 より 多い 年金を もらっている 人は、年金から 介護保険の お金を 引いて 払います。

そのほかの 人は、銀行などの 口座から 自動的に 払うように するか、新潟市が 送る 納付書で 払います。

②第2号被保険者(40歳から 64歳までで、健康保険に 入っている 人)

年を とった ことで 起こる 病気で、介護や 助けが 必要な とき、
介護保険サービスを 使う ことができます。介護保険サービスを 使える 病気は、特定
の 病気 だけです。

■介護保険料

あなたが 入っている 健康保険(→P.52)で 決まります。

■介護保険料を 払う 方法

健康保険料<=健康保険の お金>と 一緒に 払います。

●介護保険料を 払う ことが できない とき

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kaigo/kaigoindex/kaigogenmen.html>



災害に 遭ったり、病気に なったり、仕事が なくなったり、生活が 大変に なったり
したときは 知らせて ください。払う お金が 少なくなる ことが あります。

き 聞く ところ 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P.116)

1. Category 1 insured people (People ages 65 or older)

People who need long-term care or support in their daily lives can use Long-Term Care Insurance services.

■ Long-term care insurance premiums

Premiums are decided by your salary, pension benefits (see p.67), etc. from the previous year.

■ How to pay long-term care insurance premiums

Premiums will be taken out of the pension benefits of people who receive more than 180,000 yen in pension benefits per year.

People who receive less than 180,000 yen in pension benefits throughout the year can pay by automatic bank transfer or by payment slips sent by Niigata City.

2. Category 2 insured people (People ages 40–64, who are insured by health care insurance)

You can use Long-Term Care Insurance services if you become ill due to age and need long-term care or assistance. Long-Term Care Insurance services are only available for specific illness.

■ Long-term care insurance premiums

Premiums are decided based on what health insurance you are enrolled in (see p.53).

■ How to pay long-term care insurance premiums

Premiums are to be paid together with health insurance premiums.

● When You Cannot Pay Your Long-Term Care Insurance Premiums

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kaigo/kaigoindex/kaigogenmen.html>



If you were involved in a disaster, became sick, lost your job, or are otherwise struggling with money, please notify us. The amount you must pay in premiums may be decreased.

Contact Ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (For Chuo Ward, contact the Citizen Services Division) (see p.117)

●介護保険サービスの使い方

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kaigo/kaigoindex/serviceguide.html>

介護保険サービスを使うためには、申し込みを してください。申し込みの 後、
新潟市が 調べて、介護や 助けが 必要な ことを 決めます。



■手続きをする人

介護保険サービスを使いたい人か、家族です。施設の 人に 頼むことも できます。

■手続きの方法 申し込みの 紙を 区役所の 健康福祉課に 出します。

き 聞く ところ 区役所の 健康福祉課

北区役所 健康福祉課 TEL 025-387-1325 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 健康福祉課 TEL 025-250-2320 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 健康福祉課 TEL 025-223-7216 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 健康福祉課 TEL 025-382-4383 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 健康福祉課 TEL 0250-25-5679 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 健康福祉課 TEL 025-372-6320 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 健康福祉課 TEL 025-264-7330 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 健康福祉課 TEL 0256-72-8362 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

●介護の種類

どのくらいの 助けが 必要なのかで、要介護<=介護が 必要な こと>と 要支援<=ふだん
の 生活に 少し 助けが いる こと>が 決まります。

介護保険サービスを使った ときは、サービスの お金の 10%から 30%までを 自分で
払います。

■要介護の 認定 要介護1から 5までが あります。

■要支援の 認定 要支援1と 2が あります。

き 聞く ところ 区役所の健康福祉課

● How to Use Long-Term Care Insurance Services

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/iryo/kaigo/kaigoindex/serviceguide.html>

To use Long-Term Care Insurance services, please submit an application. After receiving your application, Niigata City will investigate and decide what kind of long-term care or other support you need.



- **Who can apply** People who want to use the services or their family. You can also ask the staff at the regional centers for comprehensive support services to apply for you.
- **How to apply** Submit the application to your ward office's Public Health and Welfare Division.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Division

Kita Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-387-1325 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-250-2320 Email kenko.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-223-7216 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-382-4383 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0250-25-5679 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-372-6320 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-264-7330 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0256-72-8362 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

● Types of Care

There are two types of care decided by the level of support needed – long-term care and requiring help.

If you use Long-Term Care Insurance services, you will pay 10%–30% of the total amount.

- **Certified as requiring long-term care** There are long-term care levels from 1 to 5.
- **Certified as requiring help** There are requiring help levels from 1 to 2.

Contact Ward office's Public Health and Welfare Division



▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/hoken/kokikorei/index.html>

こうきこうれいしゃいりょうせいど とし と ひと びょうき けがを した ときに、いりょうひ 医療費<=> びょういん くりにつく おかねを 少なくする ための せいど 制度です。

き 聞く ところ 区役所の くみんせいかつか ちゅうおうく は まどぐちさーびすか 窓口サービス課) (→P.116)

●後期高齢者医療制度に 入る 人

にいがたしに す 75さい いじょうの ひと が はい 入ります。3か げつ より ながく 日本に いる がいこくじん も はい 入ります。

※生活保護を もらっている 人は、はい 入る ことが できません。

●後期高齢者医療制度の 保険料<=保険の お金>を 払う 方法

ねんきん とし と ねんきん まんえん すく かいごほけん おかね 保険料を ひ 引きます。

※1年間に もらう ねんきん 18万円より 少ない ときや、かいごほけん (→P.116)の おかねと 合わせた おかねが ねんきん はんぶん より おお ときは、のうふしょ で 払うか、ぎんこう などの こうざ から じどうてき に 払う ようにしてください。

●医療機関で 払う お金

ぜんぶの いりょうひ 医療費の うち、10%か 20%か 30%を 払います。払う お金の 割合は、まえ の 年の きゅうりよう 給料 などの おかねで 決まります。

●医療費を 全部 自分で 払った とき

いりょうきかん マイナ保険証※または資格確認書を 出す ことが できなかった ときは、いりょうひ ぜんぶ 自分で 払わなければ なりません。とても たか 高いです。

あと てつづ 手続きを すると、こうきこうれいしゃいりょうせいど で 払う ぶん の おかねが もど 戻って きます。

※マイナ保険証 とは、けんこうほけんしやう 健康保険証として とうろく 登録した マイナンバーカード です。

●医療機関に お金を たくさん 払った とき (高額療養費)

1か げつ に いりょうきかん に 払った おかねが 決まった きんがく 金額を 超えた ときは、あと から てつづ 手続きを すると、決まった きんがく を 超えた ぶん が もど 戻って きます。

●死んだ とき (葬祭費)

こうきこうれいしゃいりょうせいど はい 入っている ひと が し 死んだ とき、お葬式を した 人は 5万円 を もらうことが できます。

Medical Care System for the Elderly (Advanced Elderly Medical Service System)

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/hoken/kokikorei/index.html>

The Advanced Elderly Medical Service System is a system that lessens the cost of medical care fees when elderly people are sick or injured.



Contact Ward office's Ward Residential Affairs and Services Division (For Chuo Ward, Citizen Services Division) (see p.117)

● Who is Enrolled into the Advanced Elderly Medical Service System

Residents of Niigata City who are 75 years or older are enrolled. Foreign residents who have lived in Japan for more than three months are also enrolled.

- People who are receiving public assistance (livelihood protection) cannot enter the system.

● How to Pay Advanced Elderly Medical Service System Insurance Premiums

Insurance premiums will be taken from your pension benefits.

- If your annual pension total is less than 180,000 yen, the total of your long-term care premiums (see p.117) are more than half of your annual pension, etc., please pay by using the payment slips or by automatic bank transfer.

● Payments to Medical Care Facilities

You must pay 10%, 20%, or 30% of the total medical expenses. The percent you must pay is decided by your salary, etc., from the previous year.

● When You Paid the Full Amount by Yourself

If you were unable to show your My Number health insurance card* or health insurance eligibility certificate to the medical care facility, you must pay the full amount of medical expenses. It is very expensive.

If you complete the appropriate procedures afterwards, the amount that is covered by the Advanced Elderly Medical Service System will be refunded to you.

* A My Number health insurance card is a My Number Card which has been registered as a health insurance card.

● When You Paid a Large Amount to a Medical Care Facility (High-Cost Medical Expenses)

If you paid more than the pre-fixed ceiling amount for one month to a medical care facility, and you complete the appropriate procedures afterwards, the amount that exceeded the pre-fixed ceiling amount will be refunded to you.

● When You Die (Funeral Expenses)

When a person enrolled in the Advanced Elderly Medical Service System dies, the person who paid for the funeral services can receive 50,000 yen.

^へ ^や 部屋を ^か 借りる

^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートを ^か 借りる ときは、^{ふどうさんや} 不動産屋<=^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートを ^{しょうかい} 紹介する ^{みせ} 店>へ ^い 行きます。

^{けいやく} 契約を する ときは、^{しききん} 敷金<^{あず} 預けておく ^{かね} お金>や ^{れいきん} 礼金<^{れい} お礼の ^{かね} お金>などが ^い あります。^{やちん} 家賃<=^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートを 1か月 ^{げつ} 借りる ^{かね} お金>の 5か月分<^{げつぶん} 6か月分 <くらいの ^{かね} お金が ^{ひつよう} 必要です。



^す 住む ^{さが} ところを 探す

^す 住みたい ^{ばしょ} 場所に ^い ある ^{ふどうさんや} 不動産屋へ ^い 行きます。^{ふどうさんや} 不動産屋で、^{きぼう} 希望する ^{やちん} 家賃や ^{ひろ} 広さ、^{えき} 駅からの ^{きょり} 距離を ^い 言います。

^{ふどうさんや} 不動産屋は、あなたに ^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートを ^{しょうかい} 紹介 ^し します。^{ふどうさんや} 不動産屋にある、^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートの ^{じょうほう} 情報だけを ^み 見る ことも ^{でき} ます。^{ざっし} 雑誌や ^{いんたーねっと} インターネットで ^す 住みたい ^{ところ} ところの ^{やちん} 家賃や ^{へや} 部屋を ^{しら} 調べる ことも ^{でき} ます。

^{りゅうがくせい} 留学生は、^{だいがく} 大学の ^{がくせい} 学生課で ^き 聞く ことも ^{でき} ます。

^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートの ^{へや} 部屋を ^か 借りる

^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートを ^か 借りる とき、^{けいやく} 契約を ^し します。^{けいやくきかん} 契約期間は、^{ねんかん} 2年間の ^{ばあい} 場合が ^{おほい} 多いです。

^{けいやく} 契約の ^{まえ} 前に、^す 住みたい ^{いえ} 家や ^{あぱーと} アパートを ^{ふどうさんや} 不動産屋 の人<^{ひと} 一緒に ^{いっしょ} 見に ^い 行きましよう。^{ふどうさんや} わからない ことは ^{ふどうさんや} 不動産屋の ^{ひと} 人に ^き よく 聞いてください。



Renting a Residence

To rent a house or apartment, go to a real estate agency.

When you make a lease agreement (contract), you will need to pay a deposit and key money. You will likely need to prepare five to six months rent to pay these fees.



Searching for a Place to Live

Go to a real estate agency in the area where you want to live. At the real estate agency, you can tell them your budget, what size apartment or house you want, what is a good distance from the station, etc.

The real estate agency will introduce the apartment or house to you. You can only view listings that the real estate agency is managing. You can also look up information on rent and properties in the area you want to live in online or in magazines.

International students can also ask their university's student affairs office for information.

Renting a House or Apartment

When you rent a house or apartment, you will enter a lease agreement. Most leases are for two years.

Before signing the lease, make sure you visit and see the house or apartment for yourself with a real estate agent. If you have any questions, make sure you ask the real estate agency.

部屋を借りるまで

●あなた

- ・あなたは、家やアパートをさが探しています。
- ・家賃や広さ、駅からの距離を言います。

- ・住みたい家やアパートを見に行きます。
- ・わからないことは不動産屋の人によく聞きます。
- ・住みたい家やアパートの契約がしたいとき、申し込み書を書きます。

- ・家やアパートの予約をします。
- ・必要なお金(敷金、礼金、仲介料、家賃、損害保険のお金など)を払います。
- ・契約書に名前を書きます。
- ・契約書をもらいます。
- ・家やアパートの鍵をもらいます。
- ・引っ越しをします。

●不動産屋の人

- ・住みたい家やアパートの情報をあなたに見せます。

- ・審査をします。
- ※申し込みには、連帯保証人<=あなたが困ったとき、あなたのお金を払う人>がいます。
- 保証人代行会社<=保証人の代わりになる会社>に頼むこともあります。
- ・あなたが家やアパートを借りられるか、決めます。

Renting a Room Scenario



- I am looking for a house or apartment.
- This is my budget and the size room I want. This is how close I want to live from the station.

- I will go in person to see the house or apartment I want to live in with a real estate agent.
- I will ask the real estate agent if I have any questions.
- I will fill out an application when I find a house or apartment I am interested in living in.

- I will reserve a house or apartment to lease.
- I will pay all of the necessary fees (deposit, key money, agency commission fee, rent, property insurance, etc.).
- I will write my name on the lease.
- I will take my copy of the lease.
- I will receive the keys to my house or apartment.
- I will move in.



- We will show you information about houses and apartments you might be interested in.

- We will screen your application.
- When applying to rent a house or apartment, you will need a joint guarantor. You may be allowed to ask a guarantor company to sign the lease with you.
- We will decide if you can rent the house or apartment.

でんき が す すいどう 電気・ガス・水道

にいがたし 新潟市に ひ こ 引っ越しして 来た人は、でんき が す すいどう 電気・ガス・水道を つか 使うために てつづ 手続きしてくださ
い。てつづ 手続きを する ところは、つぎ 次の とおりです。

でんき 電気

じぶん 自分で でんりょくがいしゃ 電力会社<=でんきを とお 会社>を えら 選んで けいやく 契約します。かいしゃ 会社によって、
さーびす サービスの ないよう 内容や りょうきん 料金が ちが 違います。でんりょくがいしゃ 電力会社に でんわ 電話で き 聞か、いんたーねっと インターネット
で しら 調べて ください。

が す ガス

じぶん 自分で が す の かいしゃ 会社を えら 選んで けいやく 契約します。かいしゃ 会社によって、さーびす サービスの ないよう 内容や
りょうきん 料金が ちが 違います。が す の かいしゃ 会社に でんわ 電話で き 聞か、いんたーねっと インターネットで しら 調べて くだ
さい。

とし が す と LPがす(プロパンがす)の しゅるい 種類の が す が あります。どちらを つか 使うかは、
す 住む ところで き 決まっ ています。

すいどう 水道

にいがたしすいどうきょく 新潟市水道局に でんわ 電話します。

すいどうすい の 水道水は、飲む ことが できます。

き 聞く ところ にいがたしすいどうきょく きゃく こーるせんたー 新潟市水道局お客様コールセンター TEL 0120-411-002

※ふりーだいやる が つか 使えない ときや、21時から つぎ ひ 次の日の 8時までは
TEL 025-266-9311

●すいどう はじ 水道を 初めて 使う とき

ひ こ 引っ越しを してきた ときに ぽすと に お 置いてある 「すいどうしよう 水道使用についてのお願い」を
み 見て、にいがたしすいどうきょく でんわ 新潟市水道局へ 電話 してください。



Electricity, Gas, and Water

When you move to Niigata City, please complete the necessary procedures to use electricity, gas, and water. The procedures are listed below.

Electricity

You can choose which electric company you would like to sign a contract with. The services offered and the prices vary by company. You can call the electric company or search on the internet for more information.

Gas

You can choose which gas company you would like to sign a contract with. The services offered and the prices vary by company. You can call the gas company or search on the internet for more information.

There are two types of gas, city gas and LP gas (propane gas). The type of gas you can use depends on the area you live in.

Water

Call the Niigata City Water Supply Bureau. The tap water is drinkable.

Contact Niigata City Water Supply Bureau Customer Call Center **TEL 0120-411-002** (toll-free)

- If you cannot use the toll-free service or it is between the hours of 21:00 and 8:00, call **TEL 025-266-9311**

● Using Water for the First Time

When you first move in, check your mailbox for a postcard that says “request to use water supply” and call the Niigata City Water Supply Bureau.

●水道料金<=水道の お金>を 払う 方法

水道料金は、2か月 一緒に 払います。次の ①か ②の 方法で 払って ください。

①銀行などの 口座から 払う

銀行などの 口座から 自動的に 払う ことができます。あなたが 払いに 行かなくても いいので、便利です。

この 方法を 使う ためには、銀行などの 窓口で 手続きを してください。

■口座から 払うことができる 銀行など

あ	あきたぎんこう 秋田銀行
か～こ	かもしんようきんこ 加茂信用金庫、きらやか銀行、協栄信用組合、興栄信用組合
さ、し	さんじょうしんようきんこ 三条信用金庫、新発田信用金庫
た～と	たいこうぎんこう 大光銀行、第四北越銀行、東邦銀行
に、の	にいがたけんしんようくみあい 新潟県信用組合、にいがたけんろうどうきんこ 新潟県労働金庫、にいがたしんようきんこ 新潟信用金庫、(新潟市に所在する) のうぎょうきょうどうくみあい 農業協同組合
は～ほ	はばたきしんようくみあい はばたき信用組合、ひがしにほんしんようぎょうぎょうどうくみあい 東日本信用漁業協同組合連合会、ほくりくぎんこう 北陸銀行
ま、み	まきしんようくみあい 巻信用組合、みずほぎんこう みずほ銀行、みずほしんたくぎんこう みずほ信託銀行、みつゐすみともぎんこう 三井住友銀行、みつびし 三菱UFJ銀行
ゆ	ぎんこう ゆうちょ銀行(郵便局)

②納付書で 払う

納付書が 郵便で 届きます。決まった 日までに 払って ください。

■払う ところ

払うことができる 銀行など、コンビニ、電子マネー決済(PayPay、銀行Pay、au PAY、PayB、楽天銀行コンビニ支払いサービス、d払い、FamiPay、楽天ペイ)など

●水道を 使わない とき

引っ越しなどで 水道を 使わない ときは、水道局(→P.128)に 電話 してください。

● Paying Your Water Bill

Your water bill is due every other month. Please pay using one of the following methods (1 or 2).

1. Pay by automatic bank transfer

You can pay automatically from your bank account. This eliminates the need to go out and pay every month, and is convenient. To use this payment method, please go to your bank's customer service counter and complete the necessary procedures.

■ Banks eligible for automatic bank transfer

Akita Bank
Kamo Shinkin Bank, Kirayaka Bank, Kyoei Shinyo Kumiai, Kouei Shinyo Kumiai
Sanjo Shinkin Bank, Shibata Shinkin Bank
Taiko Bank, Daishi Hokuetsu Bank, Toho Bank
Niigataken Shinkumi Bank, Niigata-rokin, Niigata Shinyo Kinko, JA Bank (Niigata locations)
Habataki Shinyo Kumiai, Higashinihon Shingyoren, Hokuriku Bank
Maki Shinkumi, Mizuho Bank, Mizuho Trust & Banking, Sumitomo Mitsui Banking Corporation, MUFG Bank
Japan Post Bank (Post Office)

2. Pay by payment slip

You will receive payment slips in the mail. Please pay by the due date.

■ **Where to pay** Take the payment slips to banks that offer bank transfers (listed above), convenience stores, etc. Electronic money payment (PayPay, Ginko Pay, auPAY, PayB, Rakuten Bank convenience store payment service, d payment, FamiPay, etc.) is also available.

● When You Stop Using the Water

When you stop using the water due to reasons like moving, etc., please call the Water Supply Bureau (see p.129).

暮らしのこと

自治会・町内会

新潟市には「自治会」や「町内会」があります。近くに住んでいる人たちが協力して、様々な活動をしています。

- ・回覧板<=書いてある情報をみて、隣の家に渡すもの>
- ・街の明かりの管理
- ・ごみ置き場の管理
- ・地域のお祭り
- ・地域の掃除

自治会や町内会に入るときは、会費<=自治会や町内会が活動するためのお金を払います。自治会や町内会に入りたい人は、聞いてください。

聞くところ 区役所の地域総務課(東・中央・西区は地域課)

北区役所 地域総務課 TEL 025-387-1165 Email chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 地域課 TEL 025-250-2120 Email chiiki.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 地域課 TEL 025-223-7025 Email chiiki.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 地域総務課 TEL 025-382-4624 Email chiikisomu.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 地域総務課 TEL 0250-25-5670 Email chiikisomu.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 地域総務課 TEL 025-372-6605 Email chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 地域課 TEL 025-264-7172 Email chiiki.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 地域総務課 TEL 0256-72-8156 Email chiikisomu.nsk@city.niigata.lg.jp

Living in Niigata

Community associations (*jichikai*) and neighborhood associations (*chounaikai*) are groups through which neighbors in the same area work together on various neighborhood activities.

- Community notices circulation (*kairanban*)
- Streetlights management
- Trash collection site management
- Local special events
- Neighborhood cleanups

Membership fees are required when you join these associations. If you wish to become a member, ask the Regional Affairs Division of your residential ward office.

Contact Local ward office's Regional Affairs Division (For Higashi Ward, Chuo Ward, and Nishi Ward, please contact the Regional Division)

Kita Ward Office Regional Affairs Division

TEL 025-387-1165 Email chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Regional Division

TEL 025-250-2120 Email chiiki.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Regional Division

TEL 025-223-7025 Email chiiki.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Regional Affairs Division

TEL 025-382-4624 Email chiikisomu.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Regional Affairs Division

TEL 0250-25-5670 Email chiikisomu.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Regional Affairs Division

TEL 025-372-6605 Email chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Regional Division

TEL 025-264-7172 Email chiiki.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Regional Affairs Division

TEL 0256-72-8156 Email chiikisomu.nsk@city.niigata.lg.jp

犬や猫を飼う

犬や猫を飼うときは、犬や猫が死ぬまで面倒を見る ことができるのか、よく 考えてから 飼ってください。

鳴き声や ふんの 片づけ などで 近くに 住んでいる 人たちに 迷惑を かけない ように しつけを して、決まりを 守ってください。動物愛護センターに 相談しても いいです。

犬や猫を 飼いたい ときは、動物愛護センターから、迷子などで 飼い主が 見つからない 犬や猫を もらうことも できます。

聞く ところ 動物愛護センター（新潟市中央区清五郎343番地2 いくとぴあ食花内）
TEL 025-288-0017 Email dobutsuaigo@city.niigata.lg.jp

●犬を飼う ときに 注意すること

- ・犬を 飼う ときや 犬が 死んだ ときは、30日 以内に 手続きを して ください。
- ・生まれてから 91日以上 たった 犬は、毎年 1回、狂犬病予防注射が 必要です。狂犬病予防注射は、近くの 動物病院で 申し込んで ください。

●犬や猫が いなくなった とき

犬や猫が いなくなったら、あなたが 探します。動物愛護センターにも すぐに 連絡 して ください。

札が 首輪に 付いていると、あなたの 犬だと みんなが わかります。猫も 首輪に 札を 付けましょう。

●犬や猫を 飼えなく なったとき

犬や猫が 飼えなく なった ときは、あなたが 新しい 飼い主を 探してください。新しい 飼い主が 見つからない 場合は 動物愛護センターに 相談して ください。



Ownership of Cats and Dogs

Think twice before making a decision to own a cat or dog, as pet ownership comes with a responsibility for you to look after them until the last minutes of their lives. Give your cat or dog proper training so that their behavior, including droppings and noise, doesn't bother your neighbors. Niigata City Animal Protection Center is available to give advice.

You can adopt abandoned and sheltered dogs or cats from the Niigata City Animal Protection Center.

Contact Niigata City Animal Protection Center
Ikutopia Food & Flower Complex 343-2 Seigoro, Chuo Ward
TEL 025-288-0017 Email dobutsuaigo@city.niigata.lg.jp

● Taking care of a dog

- When you adopt a dog as a pet or if your dog dies, complete the necessary procedures within 30 days.
- All dogs that are more than 91 days old need to be vaccinated against rabies once every year. You can also get dogs vaccinated at an animal hospital.

● If your dog or cat goes missing

If your dog or cat goes missing, you are responsible for searching for them. At the same time, please contact the Animal Protection Center as soon as possible.

Putting a license tag on the collar of your dog will help to identify the dog as yours. We suggest you attach an identification tag to your cat's collar as well.

● If you can no longer keep your cat or dog

If you can no longer take care of your cat or dog, it is your responsibility to find a new owner for them.

If you cannot find a new owner despite all efforts, please contact the Animal Protection Center.



ゆうびん たくはい
郵便・宅配



ゆうびん
●郵便

郵便の 仕事は、日本郵便株式会社が やっています。日本国内に
手紙を 送る とき、はがきや 封書が 使えます。

手紙や はがきは、切手を 貼って 近くの ポストに 入れます。

郵便の お金が わからない ときや ポストに 入らない ときは、近くの 郵便局に
相談 して ください。

■英語での 郵便案内 サービス

・郵便物や、郵便サービスの 問い合わせ TEL 0570-046-111

・インターネットでの 案内 ▶https://www.post.japanpost.jp/index_en.html



たくはいびん
●宅配便

小包 などの 郵便は、宅配便会社も やっています。宅配便は、だいたい 25kg まで
の 重さの ものを 2日以内に 日本の どこにでも 送る ことが できま
す。遠い 島や 天気が 悪いと 時間が かかる ときも あります。

宅配便を やっている お店は 市内に いくつも あります。お金は、送る
場所や 宅配便会社によって 違います。詳しい ことは それぞれの 会社に
聞いて ください。



にいがたし
新潟市で ごみを 捨てたり、たばこを 吸ったり するときの 約束

新潟市では、道路などに ごみを 捨てたり、犬や 猫の ふんを そのままに したり し
ては いけません。

道路で たばこを 吸っては いけない ところも あります。

約束を 破ると、1,000円を 払う ことが あります。

き
聞く ところ

はいきぶつたいさくか しやくしょほんかん
廃棄物対策課(市役所本館) TEL 025-226-1405
Email haitai@city.niigata.lg.jp

Postal Service and Home Delivery

● Postal Services

Postal services are operated by Japan Post Co., Ltd. You can send mail within Japan using postcards and sealed envelopes.

Affix a stamp to letters or postcards before putting them in a nearby postbox.

If you do not know how much the postage is or if the item does not fit in a postbox, please contact a nearby post office.



■ Inquiries about postal services in English

- About postal items and postal services **TEL 0570-046-111**
- Information on the Internet ▶ https://www.post.japanpost.jp/index_en.html



● Home Delivery

In addition to the Japan Post, items such as small parcels can be sent by other courier services. Parcels up to 25kg in weight are usually delivered to any destination in Japan within two days. However, it may take longer to deliver to isolated islands or when the weather is bad.

There are also many stores in the city which offer mailing services from courier service companies other than the Japan Post. Fees vary according to the destination and the courier service company. For further details, please contact the company directly.



Rules of Niigata City Related to Littering and Smoking

Discarding garbage in the street and not cleaning up your cat or dog's droppings is prohibited in the City.

Smoking in the street is prohibited in some areas.

You may be required to pay 1,000 yen for violating these regulations.

Contact

Waste Disposal Management Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-1405 Email haitai@city.niigata.lg.jp

市営住宅

給料などが 少なく 住む ところに 困っている 人の ために 市営住宅が あります。安い 家賃<家を 借りるお金>で 市が 貸します。市営住宅の 部屋が 空くと、抽選で 住む 人を 決めます。住みたい 人は、相談してください。

聞く ところ

北区・東区

市営住宅万代サービスセンター TEL 025-374-5410

中央区・江南区・秋葉区・南区・西区・西蒲区

市営住宅白山サービスセンター TEL 025-234-5252

生活に 困った とき

病気で 収入が なくなる など、生活に 困っている 人は 相談してください。

生活保護

生活保護は、生活に 困っている 人を 助ける 制度です。外国人でも、在留資格などの 条件を 満たした 人は、生活保護を 受ける ことができます。

生活保護を 受ける ための 条件

- ・家庭の 収入が 国が 決めた 生活費 よりも 少ない とき
- ・財産を 使ったり、仕事を したり しても、生活が できない とき

聞く ところ

区役所の 健康福祉課(東・中央・西区は 保護課)

北区役所 健康福祉課 TEL 025-387-1315 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 保護課 TEL 025-250-2410 Email hogo.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 保護課 TEL 025-223-7305 Email hogo.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 健康福祉課 TEL 025-382-4313 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 健康福祉課 TEL 0250-25-5684 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 健康福祉課 TEL 025-372-6310 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 保護課 TEL 025-264-7320 Email hogo.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 健康福祉課 TEL 0256-72-8395 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

Municipal Housing

Municipal housing is for people who have difficulty finding somewhere to live due to low income, etc. When there is a vacancy in the housing, new residents will be decided by public lottery.

Please ask for further details if you would like to live in municipal housing.

Contact

Kita and Higashi Wards

Municipal Housing Bandai Service Center TEL 025-374-5410

Chuo, Konan, Akiha, Minami, Nishi and Nishikan Wards

Municipal Housing Hakusan Service Center TEL 025-234-5252

If You Are Having Financial Difficulties

Please contact the offices below if you have difficulty making a living due to illness or other reasons.

● Public Assistance

Public assistance is a system for giving financial assistance to people experiencing financial hardship. Foreign residents may also be eligible to receive public assistance depending on their status of residence.

■ Eligibility for public assistance

- When the income of a household is less than the minimum cost of living set by the national government
- When a person cannot make a living even after utilizing their assets or working

Contact Local ward office's Public Health and Welfare Division (For Higashi, Chuo and Nishi Ward, please contact the Public Assistance Division)

Kita Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-387-1315 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

Higashi Ward Office Public Assistance Division

TEL 025-250-2410 Email hogo.e@city.niigata.lg.jp

Chuo Ward Office Public Assistance Division

TEL 025-223-7305 Email hogo.c@city.niigata.lg.jp

Konan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-382-4313 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

Akiha Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0250-25-5684 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

Minami Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 025-372-6310 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

Nishi Ward Office Public Assistance Division

TEL 025-264-7320 Email hogo.w@city.niigata.lg.jp

Nishikan Ward Office Public Health and Welfare Division

TEL 0256-72-8395 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

●仕事や生活で困っている人を助けます

仕事や家のお金を、専門の人に相談することが出来ます。

■相談できる人 生活保護を受けていなくて生活に困っている人

■相談できる日と時間

平日≦月曜日から金曜日までの、祝日でない日の9時30分から16時30分まで

き聞くところ

にいがたしぱーそなる さぽーと セんたー

ちゅうおうくしんこうちよう ばんち きんろうふくしかいかん かい
中央区新光町6番地2 勤労福祉会館1階

TEL 025-385-6851 Email niigata-pscenter@bz04.plala.or.jp

かもの サービスを 利用したときの トラブルで 困ったとき

しょうひん こうにゅう サービスへの 苦情、悪質商法、クーリングオフ、途中解約について
の相談を電話ですることが出来ます。

■相談することが出来る時間

9時から16時30分まで ※土曜日と祝日は除きます。

き聞くところ

しょうひせいかつせんたー

消費生活センター TEL 025-211-2370

Email shohi@city.niigata.lg.jp

● Support for People in Need of Help with Work or Money

You can consult with an expert about work or money.

■ **Eligibility for consultation** People who do not receive public assistance and are in need of financial assistance

■ **Days of the week and times for consultation** Monday to Friday from 09:00-16:30

Contact Niigata City Personal Support Center
Workers' Welfare Hall 1st Floor
6-2 Shinkocho, Chuo Ward
TEL 025-385-6851 Email niigata-pscenter@bz04.plala.or.jp

If You Experience Trouble While Shopping or Using Services

Consultation by phone is available for complaints related to the purchase of commercial goods or services, fraudulent business, cooling-off periods after purchases, and breaking contracts.

■ **Day and time for consultation** 09:00-16:30, except for Saturdays and National Holidays

Contact Consumers' Assistance Center
TEL 025-211-2370 Email shohi@city.niigata.lg.jp

ごみの出し方

き
聞く ところ

にいがたしやくしょ こーる せんたー
新潟市役所コールセンター

TEL 025-243-4894

Email 4894cal@call.city.niigata.jp

注意 すること

- ・ごみを 出す 場所は、住む ところで 決まって います。ごみを 捨てる ときは、決まった 場所に 持って いてください。
- ・ごみを 出す 日と 時間も、決まって います。ごみを 出す 時間が 過ぎて、ごみが 全部 なかったら、収 集 <ごみを 集める こと>が 終わった かも しれません。収 集 が 終わったら、ごみを 出さないで ください。
- ・ごみを 出す 場所は、みんなで 使います。きれいに 使ってください。
- ・ごみの 出し方を 間違えると、赤い シールが 貼られて そのごみが 残っています。そのときは、ごみを 持って 帰って、もう1回 正しく 出して ください。

ごみを 出す 日

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/gomidasi/gomi_calender/index.html

ごみを 出す 日は、住んでいる ところの 「家庭ごみ 収 集 カレンダー」に 書いて あります。「家庭ごみ 収 集 カレンダー」は、新潟市の ホームページに あります。



●ごみ分別促進アプリ「さんあ〜る」新潟市版

ごみを 出す 日を しら べられる アプリが あります。



▲iOS は こちらから ダウンロード できます



▲Android は こちらから ダウンロード できます



How to Dispose of Household Trash

Contact

Niigata City Office Call Center

TEL 025-243-4894

Email 4894cal@call.city.niigata.jp

Important

- Trash collection sites are designated for each resident area. When you dispose of trash, take it to the designated collection site in your neighborhood.
- There are scheduled dates and times for the collection of each type of trash. If a collection site is empty after the scheduled time, it may indicate that collection is completed for the day. In such cases, please wait for the next collection day to dispose of your trash.
- Trash collection sites are public facilities shared by many. Please keep them clean.
- Trash disposed in an improper manner or on a wrong date will be marked with a red label, and will not be collected. In such cases, please take the trash home and dispose of it again according to the rules in your area of residence.

Trash Collection Dates

▶ https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/gomidasi/gomi_calemder/index.html

The date of collection for each type of trash is listed on the Trash Collection Calendar for your area of residence. The calendars can also be downloaded from the Niigata City website.



● Trash Sorting Application “Three R” (Niigata City Version)

This app helps you check when and how to dispose of trash in your area of residence.



▲ iOS version



▲ Android version

ごみの 分け方と 出し方

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/start.html>



ごみは 10種類 あります。「燃やすごみ」「燃やさないごみ」「粗大ごみ」
 プラマークようきほうそう ペットボトル 飲食用・化粧品びん 飲食用缶 古紙類
 「プラマーク容器包装」「ペットボトル」「飲食用・化粧品びん」「飲食用缶」「古紙類」
 「枝葉・草」「特定5品目」です。

ごみの 名前	ごみの 例	ごみの 出し方
<p>①燃やすごみ</p> <p>しゅう かい 週に3回</p>  <p>▲決まった 黄色い 袋</p>	<p>りょうり さかな 料理、魚・ にく やさい 肉・野菜のごみ、 かみ 紙でできた も の、ティッシュ、 ふく 服、くつ、CD・ DVD、プラスチック でできた もの</p>	<p>ひだり しゃしん おな きいろ ふくろ だ ・左の 写真と 同じ 黄色い 袋で 出します。</p> <p>この 黄色い 袋は、スーパーマーケット・ コンビニ・ホームセンター・ドラッグストアなどで 売って います。</p> <p>●注意 する こと</p> <p>プラスチックでできた もの は 燃やすごみ ですが、  が ついている もの は プラマークようきほうそう で 出します。</p> <p>電池や バッテリーは 外します。電池や バッテリーは 「特定5品目」です。外せなかった ら、全部 「特定5品目」で 出します。</p> <p>料理や 魚・肉・野菜の ごみは、水を 減らし て 出します。</p>
<p>②燃やさない ごみ</p> <p>つき かい 月に1回</p>  <p>▲決まった 透明の 袋</p>	<p>きんぞく 金属でできた もの、ガラスで できた もの、 さら かさ ちい 皿、傘、小さい かでん でんき うご 家電<=電気で 動 く もの></p>	<p>ひだり しゃしん おな とうめい ふくろ だ ・左の 写真と 同じ 透明の 袋で 出しま す。この 透明の 袋は、スーパーマーケット・ コンビニ・ホームセンター・ドラッグストアなどで 売って います。</p> <p>●注意 する こと</p> <p>▶ https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/recycle/koden_recycle/koden_recycle.html</p> <p>電池や バッテリーを 外します。電池やバッテリー は 「特定5品目」です。外せなかったら、全部 「特定5品目」で 出します。</p> <p>割れて いるものや 尖って いるものは、新聞紙で 包みます。紙に 「危険」と 書いて、 袋に 貼ります。</p> <p>小さい 家電<=電気で 動く もの>は、 区役所などで 集めている かも しれません。</p>







How to Sort and Dispose of Household Trash






▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/start.html>

Trash is categorized into the following 10 types: “Burnable trash,” “Non-burnable trash,” “Oversized household waste,” “Packaging marked as plastic,” “Plastic (PET) bottles,” “Empty glass bottles,” “Empty cans,” “Paper products (four categories),” “Plant waste (branches, grass, etc.),” and “Specified items (5)”

Trash Type	Examples	How to Dispose
<p>① Burnable trash</p> <p>Collected three times a week</p>  <p>▲ Designated trash bag (yellow)</p>	<p>Kitchen waste (cooked food, fish, meat, vegetable, etc.), paper products, tissues, clothes, shoes, CDs, DVDs, plastic products not labeled with a plastic mark, etc.</p> 	<ul style="list-style-type: none"> Put trash in a designated trash bag (yellow). Designated bags can be purchased at select supermarkets, convenience stores, home centers, and drugstores, etc. <p>● Attention</p> <ul style="list-style-type: none"> Plastic products without a plastic mark () are categorized as burnable trash. Items with the plastic mark must be disposed as “packaging marked as plastic.” Dry cell batteries must be removed from products before disposal. Dry cell batteries are categorized as “specified items (5).” When they are not removable, the entire product needs to be disposed as a “specified item (5).” Drain as much liquid as possible from kitchen waste (cooked food, fish, meat, vegetable, etc.) before disposal.
<p>② Non-burnable trash</p> <p>Collected once a month</p>  <p>▲ Designated trash bag (clear)</p>	<p>Metal products, glass products, ceramics, umbrellas, electric appliances (small), etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Put the trash in a designated bag (clear). Designated bags can be purchased at supermarkets, convenience stores, home centers, drugstores, etc. <p>● Attention</p> <p>▷ https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/recycle/koden_recycle/koden_recycle.html</p> <ul style="list-style-type: none"> Dry cell batteries must be removed from products before disposal. Dry cell batteries are categorized as “specified items (5).” When the battery and product are inseparable, the entire product needs to be disposed of as a “specified item (5).” Wrap sharp objects and broken glass or ceramics in newspaper and label the trash bag as “危険” (“Dangerous”). Collection points for certain small electric appliances can also be found at public and private facilities in the city, including ward offices.



ごみの <small>なまえ</small> 名前	ごみの <small>れい</small> 例	だ <small>かた</small> 出し方
<p><small>そだい</small> ③粗大ごみ</p> <p><small>もう こ ひつよう</small> 申し込みが 必要</p>  <p><small>そだい しよりけん</small> ▲粗大ごみ処理券</p>	<p><small>か ぐ じてんしゃ</small> 家具、自転車、</p> <p><small>す きー</small> スキー・</p> <p><small>す のーぼーど</small> スノーボード、</p> <p><small>せきゆすとーが</small> 石油ストーブ・</p> <p><small>ふ あん ひー たー</small> ファンヒーター、</p> <p><small>でん しれんじ</small> 電子レンジ、</p> <p><small>だ ん べ る</small> ダンベル</p>	<p><small>でんわ いん たー ね っ と もう こ かね</small> ①電話か インターネットで 申し込みます。お金と</p> <p><small>しゅうしゅうび あつ ひ かくにん</small> 収 集 日<=ごみを 集める 日>を 確認します。</p> <p><small>でんわ そだい うけつけ せん たー</small> ・電話 粗大ごみ受付センター TEL 025-290-5353</p> <p><small>いん たー ね っ と</small> ・インターネット</p> <p><small>https://www.sodai.city.niigata.jp/</small></p>  <p><small>そだい しよりけん は だ そだい</small> ②粗大ごみ処理券を 貼って 出します。粗大ごみ</p> <p><small>しよりけん すーばーまーけっ と こんびに</small> 処理券は、スーパーマーケット・コンビニ・</p> <p><small>ほーむ せん たー どらっぐすとあ う</small> ホームセンター・ドラッグストアなどで 売って</p> <p>います。</p> <p><small>しゅうしゅうび あさ じ</small> ③収 集 日 の 朝 8時までに、あなたが ごみを 置く</p> <p><small>と い ばしよ だ</small> と 言った 場所に 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ●注意 する こと</p> <p><small>でんち ばっ て りー はず はず</small> ・電池や バッテリーを 外します。外せなかったら、</p> <p><small>もう こ い</small> 申し込みむときに 言って ください。</p>
<p><small>ぶ ら まー く</small> ④プラマーク</p> <p><small>ようきほうそう</small> 容器包装</p> <p><small>しゅう かい</small> 週 に 1 回</p> 	<p><small>ぶ ら す ち っ く</small> プラスチックで</p> <p><small>でき た かっ ぶ</small> できた カップ・</p> <p><small>ぱ っ く ふくろ</small> パック、袋、</p> <p><small>ぼ と る と れ い</small> ボトル、トレイ、</p> <p><small>き ゃ っ ぶ</small> キャップ</p>	<p><small>とうめい はんとうめい ふくろ だ</small> 透 明 か 半透明の 袋 で 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ●注意 する こと</p> <p><small>よご みず あら だ</small> ・汚れて いたら、水で 洗ってから 出します。</p> <p><small>と れ い すーばーまーけっ と あつ</small> ・トレイは、スーパーマーケットなどで 集めている</p> <p>かも しれません。</p>
<p><small>べ っ と ぼ と る</small> ⑤ペットボトル</p> <p><small>つき かい</small> 月 に 2 回</p> 	<p><small>べ っ と ぼ と る</small> ペットボトル</p>	<p><small>とうめい はんとうめい ふくろ だ</small> 透 明 か 半透明の 袋 で 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ●注意 する こと</p> <p><small>き ゃ っ ぶ はず べ っ と ぼ と る なか みず</small> ・キャップは 外します。ペットボトルの 中を 水で</p> <p><small>あら</small> 洗います。</p> <p><small>き ゃ っ ぶ ら べ る ぶ ら まー く ようきほうそう</small> ・キャップや ラベルは 「プラマーク容器包装」</p> <p>です。</p> <p><small>べ っ と ぼ と る すーばーまーけっ と あつ</small> ・ペットボトルは、スーパーマーケットなどで 集めて</p> <p>いる かも しれません。</p>

Trash Type	Examples	How to Dispose
③ Oversized household waste Collected upon individual request in advance  ▲Oversized waste disposal stamp	Furniture, bicycles, skis, snowboards, kerosene heaters, fan heaters, microwaves, dumbbells, etc.	<ol style="list-style-type: none"> ① Make a request online or via telephone, and confirm the fee and collection date. <ul style="list-style-type: none"> • Oversized Waste Call Center TEL 025-290-5353 • Online Form: https://www.sodai.city.niigata.jp/ ② Put oversized waste disposal stamps on the waste. The stamps can be purchased at supermarkets, convenience stores, home centers, drugstores, etc. ③ Put the stamped waste at the place you designated during your request by 8:00 in the morning on the collection date. <p>● Attention</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dry cell batteries must be removed from the waste. Specify at the time of request if they are inseparable.
④ Packaging marked Collected once a week 	Plastic cups, containers, bags, bottles, trays, and bottle caps, etc.	Use transparent or semi-transparent plastic bags. <p>● Attention</p> <ul style="list-style-type: none"> • If dirty, wash before disposal. • Collection points for plastic trays can also be found at supermarkets, etc.
⑤ Plastic (PET) bottles Collected twice a month 	Plastic (PET) bottles	Use transparent or semi-transparent plastic bags. <p>● Attention</p> <ul style="list-style-type: none"> • Remove the cap and rinse out before disposal. • Caps and labels are “packaging marked as plastic.” • Collection points for plastic (PET) bottles can also be found at supermarkets, etc.

ごみの <small>なまえ</small> 名前	ごみの <small>れい</small> 例	だ <small>かた</small> 出し方
<p><small>いんしょくよう</small> ⑥ 飲食用・ <small>けしょうひん</small> 化粧品びん</p> <p><small>つき</small> 月に2回 <small>かい</small></p>	<p><small>た</small> 食べ物や <small>の</small> 飲み物 <small>はい</small> が 入っていた <small>が</small> らす ガラスで <small>できた</small> <small>い</small> 入れ物</p>	<p>そのまま <small>だ</small> 出します。袋 <small>ふくろ</small> には <small>い</small> 入れません。</p> <p><small>ちゅうい</small> ● 注意 <small>する</small> <small>こと</small></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ <small>きゃっ</small> ップを <small>はず</small> 外します。入れ物の <small>なか</small> 中を <small>みず</small> 水で <small>あら</small> 洗います。 ・ <small>ぶ</small> プラスチックで <small>できた</small> <small>きゃっ</small> ップは 「<small>ぶらまーくようきほうそう</small> プラマーク容器包装」です。<small>きんぞく</small> 金属で <small>できた</small> <small>きゃっ</small> ップは 「燃やさないごみ」です。 ・ <small>にゅうびん</small> ほ 乳 瓶や <small>べんじん</small> ベンジンの <small>い</small> 入れ物、ガラスで <small>できた</small> <small>こっ</small> コップなどは 「燃やさないごみ」です。 ・ <small>おお</small> 大きい <small>にほんしゅ</small> 日本酒が <small>はい</small> 入っていた <small>い</small> 入れ物や <small>びーる</small> ビール 瓶は、できるだけ <small>みせ</small> お店に <small>かえ</small> 返して ください。
<p><small>いんしょくようかん</small> ⑦ 飲食用缶</p> <p><small>つき</small> 月に2回 <small>かい</small></p>	<p><small>た</small> 食べ物や <small>の</small> 飲み物 <small>はい</small> が 入っていた <small>きんぞく</small> 金属で <small>できた</small> <small>い</small> 入れ物</p>	<p><small>とうめい</small> 透明か <small>はんとうめい</small> 半透明の <small>ふくろ</small> 袋 で <small>だ</small> 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ● 注意 <small>する</small> <small>こと</small></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ <small>い</small> 入れ物の <small>なか</small> 中を <small>みず</small> 水で <small>あら</small> 洗います。ふたも <small>いんしょくようかん</small> 飲食用缶です。 ・ <small>すぷれーかん</small> スプレー缶・<small>かせつとぽんべ</small> カセットボンベは 「<small>とくてい ひんもく</small> 特定5品目」 です。 ・ <small>おお</small> 大きい <small>しかく</small> 四角の <small>かん</small> 缶は 「燃やさないごみ」です。
<p><small>こしるい</small> ⑧ 古紙類</p> <p><small>つき</small> 月に2回 <small>かい</small></p>	<p><small>しんぶん</small> 新聞、雑誌、 <small>だんぼーる</small> 段ボール、 <small>かみぱくく</small> 紙パック<= <small>ぎゅうにゅう</small> 牛 乳 などが <small>はい</small> 入っていた <small>かみ</small> 紙で <small>い</small> できた <small>い</small> 入れ物> ※別々に <small>だ</small> 出して ください</p>	<p><small>ひも</small> ひもで <small>しば</small> 縛ります。ひもで <small>しば</small> 縛れない <small>ばあい</small> 場合は、<small>とうめい</small> 透明 か <small>はんとうめい</small> 半透明の <small>ふくろ</small> 袋 で <small>だ</small> 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ● 注意 <small>する</small> <small>こと</small></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ <small>しんぶん</small> 新聞、雑誌、<small>だんぼーる</small> 段ボール、<small>かみぱくく</small> 紙パック <small>いがい</small> 以外の <small>かみ</small> 紙で <small>で</small> <small>きた</small> きた <small>い</small> ものは 「燃やすごみ」です。

Trash Type	Examples	How to Dispose
⑥ Empty glass bottles Collected twice a month	Glass bottles from beverages or food, etc.	Put glass bottles in plastic crates at a collection site. You don't need to put them in a trash bag. ● Attention <ul style="list-style-type: none"> • Remove the cap and rinse out before disposal. • Plastic caps are “packaging marked as plastic,” whereas metal ones are “non-burnable trash.” • Baby bottles, benzene bottles, glass cups, etc. are “non-burnable trash.” • Return sake and beer bottles to the store of purchase if possible.
⑦ Empty cans Collected twice a month	Metal containers from beverages or food, etc.	Use transparent or semi-transparent plastic bags. ● Attention <ul style="list-style-type: none"> • Rinse out before disposal. Removed lids should also be recycled with cans. • Aerosol spray cans and portable gas cylinders are classified as “specified items (5).” • 18L square tin can (<i>ittokan</i>) are “non-burnable trash.”
⑧ Paper products (4 categories) Collected twice a month	Newspaper, magazines, cardboard, drink cartons <ul style="list-style-type: none"> • Do not mix products of different categories. 	Sort according to category and tie with string. If they cannot be tied, use-transparent or semi-transparent plastic bags. ● Attention <ul style="list-style-type: none"> • Paper products outside the 4 categories listed here are “burnable trash.”

ごみの <small>なまえ</small> 名前	ごみの <small>れい</small> 例	だ <small>かた</small> 出し方
<p><small>えだは くさ</small> ⑨枝葉・草</p> <p><small>しゅう かい</small> 週に1回</p> <p><small>がつ がつ やすみ</small> 1月と2月は休み</p>	<p><small>き えだ は</small> 木の 枝や 葉、 <small>くさ</small> 草</p>	<p><small>き えだ しば</small> 木の 枝は、ひもで 縛ります。<small>き</small> 木の <small>は</small> 葉と <small>くさ</small> 草は、 <small>とうめい はんとうめい ふくろ</small> 透 明か 半透明の 袋 で <small>だ</small> 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ●注意 する こと</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ひもで <small>しば</small> 縛る ときは、1 m <small>い</small> 以内に <small>い</small> してください。30cmより <small>ふと</small> 太く <small>い</small> しないで <small>い</small> ください。 ・土や <small>つち すな</small> 砂は、<small>お</small> 落とします。 ・野菜の <small>やさい えだ もくざい か ぐ</small> 枝や、木材、家具は <small>も</small> 「燃やすごみ」です。 <small>き きいろ ふくろ はい</small> 決まった 黄色い 袋 に <small>はい</small> 入らない <small>ばあい</small> 場合は、 <small>そだい</small> 「粗大ごみ」です。
<p><small>とくてい ひんもく</small> ⑩特定5品目</p> <p><small>つき かい</small> 月に1回</p>	<p><small>でんち けいこうとう</small> 電池、蛍光灯、 <small>すいぎんたいおんけい</small> 水銀体温計、 <small>らい た ー</small> ライター、 <small>すぶれーかん</small> スプレー缶</p>	<p><small>とうめい はんとうめい ふくろ</small> 透 明か 半透明の 袋 で <small>だ</small> 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ●注意 する こと</p> <ul style="list-style-type: none"> ・<small>はくねつでんきゅう でんきゅう がらす</small> 白熱電球、LED電球、ガラスは <small>も</small> 「燃やさないごみ」です。 ・<small>ぼたん でんち うす まる でんち</small> ボタン電池<=薄くて 丸い 電池>は、<small>てーぷ</small> テープで <small>く</small> くっつけます。 ・<small>けいこうとう すいぎんたいおんけい わ</small> 蛍光灯と 水銀体温計は、割れない ように <small>かみ</small> 紙で <small>つつ</small> 包みます。 ・<small>らい た ー すぶれーかん さいご</small> ライターと スプレー缶は、最後まで使ってから <small>つか</small> 出 <small>だ</small> します。 ・<small>かんでんち すーぱーまーけっと あつ</small> 乾電池は スーパーマーケットで 集めている <small>かも</small> かもしれません。

Trash Type	Examples	How to Dispose
⑨ Plant waste (branches, grass, etc.) Collected once a week. No collections in January or February.	Branches and grass, etc.	Tie the branches into bundles. Use transparent or semi-transparent plastic bags for grass and weeds. ● Attention <ul style="list-style-type: none"> • Keep each bundle of branches a length of 1m or less and the diameter 30cm or less. • Remove dirt and sand before disposal. • Vegetable waste, scrap lumber, and furniture are “burnable trash.” Waste that doesn’t fit the designated trash bag (yellow) is “oversized household waste.”
⑩ Specified Items (5) Collected once a month	Dry cell batteries, fluorescent tubes, mercury thermometers, lighters, aerosol spray cans	Use transparent or semi-transparent plastic bags. ● Attention <ul style="list-style-type: none"> • Incandescent, LED light bulbs, and glass waste are “non-burnable trash.” • Cover button cell batteries with tape for insulation. • Wrap fluorescent tubes and mercury thermometers with paper to protect them from cracking. • The contents of lighters and aerosol spray cans must be emptied before disposal. • Collection points for dry cell batteries can also be found at supermarkets, etc.

ごみが たくさん あるとき

引っ越しなどで たくさん 出た ごみは、いつも出している 場所には 出さないで ください。新潟市の 処理施設に 持っていくか、新潟市の 許可を 受けている 会社に お願いして ください。

●新潟市の 処理施設に 持っていく

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/zikohan/haishi20180329.html>

- ・お金は 10kg で 60円です。
- ・決まった 袋に 入れなくて いいです。粗大ごみ処理券も 貼らなくて いいです。
- ・ごみは 分別して、中身が 見えるように してください。
- ・持っていく 場所は、住んでいる ところで 違います。持っていく 前に、新潟市の ホームページか 電話で 確認して ください。



■新潟市の 処理施設

施設名	住 所	TEL
新田 清掃センター	にしつかさぎ 西区笠木3644-1	025-263-1416
亀田 清掃センター	こうなんくかめだ 江南区亀田1835-1	025-382-4371
しろねかんきょうじぎょうしょ しろねぐリーントワー	みなみくすい 南区臼井2135-1	025-371-5070
にいつくりーんせんたー	あきはくこぐち 秋葉区小口1289-1	0250-22-0917
よろいがたくリーんせんたー	にしかんくよろいがた 西蒲区 鎧 潟 12618	0256-76-2831
とよさかかんきょうせんたー	きたくうらのいり 北区浦ノ入418	025-386-0909

●新潟市の 許可を 受けている 会社に お願いする

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/unpankonnann.html>

新潟市の 許可を 受けている 会社に 電話して ください。詳しい ことは、新潟市の ホームページか 電話で 確認して ください。



Bulk Disposal of Household Waste

Large amounts of waste from moving out, etc., cannot be disposed of at local collection sites. Bring the trash to a designated local waste management plant or contact a City-authorized collection service for collection.

● Transporting Waste to a Waste Management Plant in Niigata City

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/zikohan/haishi20180329.html>

- Disposal processing fee: 60JPY/10kg
- Designated trash bags and oversized waste disposal stamps are not required.
- Sort the waste according to category so that the contents can be confirmed upon collection.
- Each plant accepts waste from specific resident areas. Check on the Niigata City website or telephone a plant before bringing your waste in.



■ Public disposal centers



Name of Facility	Address	TEL
Shinden Cleanup Center	Kasagi 3644-1, Nishi Ward	025-263-1416
Kameda Cleanup Center	Kameda 1835-1, Konan Ward	025-382-4371
Shirone Environment Office (Shirone Green Tower)	Usui 2135-1, Minami Ward	025-371-5070
Niitsu Clean Center	Koguchi 1289-1, Akiha Ward	0250-22-0917
Yoroigata Clean Center	Yoroigata 12618, Nishikan Ward	0256-76-2831
Toyosaka Environment Center	Uranoiri 418, Kita Ward	025-386-0909

● Requesting Collection by City-approved Collection Service



▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/unpankonnann.html>

Call contractors authorized by Niigata City to request collection. Go to the Niigata City website or contact the contractors directly for details.



ごみの <small>なまえ</small> 名前	ごみの <small>れい</small> 例	<small>だ</small> <small>かた</small> 出し方
<p>かでん 家電 =>電気< 動く もの></p>	<p>え あ こ ん て れ び エアコン、テレビ、 れいぞうこ れいどうこ 冷蔵庫・冷凍庫、 せんたくき かんそうき 洗濯機・乾燥機</p>	<p>▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/recycle/koden_recycle/koden_recycle.html</p>  <p>① 新しいものを買ったときに、 買ったお店で引き取ってもらう リサイクルの お金や 運ぶ ための お金がかかります。</p> <p>②家電の お店で 引き取って もらう リサイクルの お金や 運ぶ ための お金がかかります。</p> <p>③決まった 場所に 持っていく ・まずは、郵便局で家電リサイクル券を買 います。家電の メーカーや サイズによって お金 が 違います。家電リサイクル券を 買う 前に 確認して ください。 ・家電と 家電リサイクル券を 決まった 場所にも 持って いきます。</p>
<p>かていよう <small>ぱそこん</small> 家庭用の パソコン</p>	<p>ですく とつ ぱそこん デスクトップパソコン、 でいす ぶれい CRTディスプレイ、 のーとぶっく ぱそこん ノートブックパソコン、 えきしょうでいす ぶれい 液晶ディスプレイなど</p>	<p>▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/gomidasi/syusyunasi/newpage2.html</p>  <p>①メーカーに 電話する</p> <p>②区役所などの 回収場所へ 持っていく</p> <p>③宅配便の 回収を 使う</p> <p>●注意 すること ・パソコンと 一緒に マウスや キーボード、 スピーカー ケーブルも 回収します。 ・ワープロ専用機、プリンター、スキャナー、外付 けドライブは、「燃やさないごみ」で 出して ください。袋に 入らない ときは、「粗大ご み」で 出して ください。</p>

Trash Which Cannot Be Collected by the City

Trash Type	Examples	How to Dispose
Home electric appliances	Air conditioners, TVs, refrigerators, freezers, washing machines, clothes dryers, etc.	<p>▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/recycle/koden_recycle/koden_recycle.html</p>  <ol style="list-style-type: none"> ① Ask the store of purchase to collect your used item when you get a new one Recycling and collection fees will be charged. ② Ask home appliance stores to collect Recycling and collection fees will be charged. ③ Drop off at designated collection sites <ul style="list-style-type: none"> Purchase recycle tickets at the post office. Check the required value of tickets according to the manufacturer and the size of the item beforehand. Bring the item you wish to discard, along with the recycle tickets, to the designated collection site.
Home PCs	Desktop PCs, CRT displays, laptop PCs, LCD monitors, etc.	<p>▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/gomidasi/syusyunasi/newpage2.html</p>  <ol style="list-style-type: none"> 1. Contact the manufacturer for collection 2. Drop off at collection points at ward offices, etc. 3. Request pickup by a City-authorized computer recycling company <p>▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/gomidasi/syusyunasi/newpage2.html</p> <p>● Attention</p> <ul style="list-style-type: none"> PC accessories, such as mice, keyboards, speakers, and cables can also be collected. Word processors, printers, scanners, and external storage devices are “non-burnable trash.” If they don’t fit in the designated trash bags, dispose of them as “oversized household waste.”

ごみの <small>なまえ</small> 名前	ごみの <small>れい</small> 例	<small>だ かた</small> 出し方
ちゅうしゃばり 注射針	いんすりんちゅうしゃ <small>つか</small> インスリン注射で 使 <small>けつとう</small> った もの、血糖を <small>はか</small> <small>つか</small> 測るために 使った もの	びょういん <small>かえ</small> 病院に 返して ください。
こうじ <small>で</small> 工事で 出た ごみ	が <small>すきぐ</small> <small>よくそう</small> ガス器具、浴槽、 <small>ぶろつく</small> <small>ふえんす</small> ブロック、フェンス	こうじ <small>かいしゃ</small> <small>そうだん</small> 工事を した 会社に 相談 して ください。
じぎょう <small>で</small> 事業で 出た ごみ		せんもん <small>かいしゃ</small> <small>でんわ</small> 専門の 会社に 電話 して ください。
そのほか	げきやく <small>のうやく</small> 劇薬・農薬、 <small>ぷろぱんがすぼんべ</small> プロパンガスボンベ、 <small>ばってりー</small> <small>たいや</small> バッテリー、タイヤ、 <small>とりょう</small> <small>がそりん</small> 塗料、ガソリン・ <small>とうゆ</small> <small>しょうかき</small> <small>ぴあ</small> <small>の</small> 灯油、消火器、ピアノ、 <small>ばいく</small> バイク	か <small>みせ</small> <small>そうだん</small> 買った お店に 相談 して ください。

Trash Type	Examples	How to Dispose
Hypodermic needles	Needles used for injecting insulin or measuring blood-sugar levels	Return to the medical institution.
Trash produced by technical work or construction	Gas appliances, bathtubs, cement blocks, fences, etc.	Ask the company which undertook the work or construction.
Business-related garbage		Contact waste disposal service vendors.
Other types of garbage	Poisonous materials, agrochemicals, propane gas cylinders, batteries, tires, paint, gasoline, kerosene, fire extinguishers, pianos, motorcycles	Contact the store of purchase.

にほんご べんきょう 勉強したい ひと へ 日本語を 勉強したい 人へ

にほんご べんきょう にほんごこうざ 日本語を 勉強したい(日本語講座)

にほんご べんきょう ひと にほんごこうざ さんか
日本語を 勉強したい 人は 日本語講座に 参加 できます。
にほんご せんせい ていねい おし
日本語の 先生が 丁寧に 教えます。
にほんごこうざ あさ くらす よる くらす
日本語講座は 朝の クラスと 夜の クラスが あります。
くわ 詳しい ことは き 聞いて ください。



き 聞く ところ

にいがたしこくさいこうりゅうきょうかい
新潟市国際交流協会

ちゅうおうくいしずえちようどおり のちよう ばんち くろす ぱる かい
中央区 礎 町 通 3ノ町2086番地 クロスパルにいがた2階
TEL 025-225-2727 Email kyokai@nief.or.jp

べんきょう 勉強が よく わからない(にこぱるクラブ)

にこぱるクラブは、くろ べん がいこくじん こどもの ために、がっこう べんきょう てつだ
ボランティア教室です。土曜日に やっています。しょうがく ねんせい さんか
小学1年生から 参加 できます。
くわ 詳しい ことは き 聞いて ください。

き 聞く ところ

にいがたしこくさいこうりゅうきょうかい
新潟市国際交流協会

ちゅうおうくいしずえちようどおり のちよう ばんち くろす ぱる かい
中央区 礎 町 通 3ノ町2086番地 クロスパルにいがた2階
TEL 025-225-2727 Email kyokai@nief.or.jp

For People Interested in Studying Japanese

Studying Japanese (Japanese Lessons)

People who want to study Japanese can attend Japanese lessons. The Japanese teacher will teach you step by step.

The Japanese lessons are separated into morning and evening classes. For more details, please contact us.



Contact Niigata City International Exchange Foundation (NIEF)

CrossPal Niigata 2nd Floor, 3-2086 Ishizuecho-dori, Chuo Ward

TEL 025-225-2727 Email kyokai@nief.or.jp

For Students Struggling with Their Studies (NicoPal Club)

NicoPal Club is a class run by volunteers to help foreign students with their studies. The club is held on Saturdays. Students from grade 1 and up can attend.

For more details, please contact us.

Contact Niigata City International Exchange Foundation (NIEF)

CrossPal Niigata 2nd Floor, 3-2086 Ishizuecho-dori, Chuo Ward

TEL 025-225-2727 Email kyokai@nief.or.jp

にいがたし 新潟市の じょうほう 情報を 知る

にいがたし ホームページ 新潟市ホームページ(HP)

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/>

にいがたし 新潟市の こうしき 公式 ホームページ(HP)です。にいがたし 新潟市の さまざまな じょうほう 情報が 載っています。



き 聞く ところ

こうほうか 広報課(市役所本館) TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp

にいがたし こうしきアカウント 新潟市LINE公式アカウント

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/shisei/koho/socialmedia/koholine.html>

にいがたし 新潟市から さまざまな じょうほう 情報が 届きます。LINEアプリの インストールが ひつよう 必要です。

こちらから とうろく 登録する ことが できます▶



き 聞く ところ

こうほうか 広報課(市役所本館) TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp

しほう 市報にいがた・区役所だより

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/shisei/koho/kohoshi/index.html>

にいがたし 新潟市や す 住んでいる 区の ことを、 つき 月に 2回 かい 知らせ します。



き 聞く ところ

こうほうか 広報課(市役所本館) TEL 025-226-2089 Email koho@city.niigata.lg.jp

City Administration Information

Niigata City Website

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/>

Niigata City official website contains various information about the City.



Contact Public Relations Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp

Niigata City Official LINE account

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/shisei/koho/socialmedia/koholine.html>

This account delivers information on the administration of the City.

You need to install the LINE app in order to receive news from this account.

Scan the QR code to add the city account to your contact list.▶



Contact Public Relations Division (City Office Main Building)

TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp

City & Ward Office Newsletters

▷ <https://www.city.niigata.lg.jp/shisei/koho/kohoshi/index.html>

Booklets and their PDF versions are issued twice a month with news from the City and each ward (in Japanese only).



Contact Public Relations Division (Niigata City Office Main Building)

TEL 025-226-2089 Email koho@city.niigata.lg.jp

にいがたし 新潟市では ない ところに ひ こ 引っ越しを するとき

ひ こ 引っ越しの まえ 前に する こと

● 転 出 届 (→P. 46)

にいがたし じゅうみんひょう とうろく している 人は、てんしゅつとどけ くやくしょ くみんせいかつか
新潟市に 住民票を 登録 している 人は、転出届を 区役所の 区民生活課
(ちゅうおうく まどぐちさーびすか)に だ 出して ください。

● 資格確認書など (→P. 52)

こくみんけんこうほけん はい ひと しかくかくにんしよ くやくしょ くみんせいかつか ちゅうおうく
国民健康保険に 入っている 人は 資格確認書など※を 区役所の 区民生活課(中央区
は まどぐちさーびすか)に かえ してください。にいがたし はっこう しかくかくにんしよ あたら
く 住む ところ では つか 使えません。

※資格確認証など とは、国民健康保険証、資格確認書、資格情報のお知らせを いいます。

● 電気・ガス・水道 (→P. 128)

でんき がす すいどう
電気・ガスの かいしゃ すいどうきょく れんらく
電気・ガスの 会社と、水道局に 連絡を してください。

● 郵便 (→P. 136)

ゆうびんきょく じゅうしょ か てつづ してください。てつづ すると、ねんかん ふる
郵便局で 住所が 変わる 手続きを してください。手続きを すると、1年間、古
い じゅうしょ おく 送られてきた ゆうびんぶつ あたら じゅうしょ とど
い 住所に 送られてきた 郵便物が 新しい 住所に 届きます。

ひ こ 引っ越しを した あとに すること

● 運転免許証

うんてんめんきょしょう か じゅうしょ あたら じゅうしょ か あたら す
運転免許証に 書いてある 住所を、新しい 住所に 変えます。新しく 住む
ところに ある けいさつしょ うんてんめんきょせんたー い
警察署か、運転免許センターに 行って ください。

● 転 入 届

あたらし じゅうしょ やくしょ てんにゅうとどけ だ してください。てつづ ひつよう
新しい 住所の 役所で 転入届を 出して ください。手続きに 必要な ものを
あたらし じゅうしょ やくしょ き
新しい 住所の 役所に 聞いて ください。

Moving Out of Niigata City

Things to Do Before Moving Out

● **Moving Out Notification** (see p.47)

People who are registered residents of Niigata City, please submit a moving out notification to your ward office's Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division).

● **Health Insurance Eligibility Certificate, etc.** (see p.53)

For people enrolled in National Health Insurance, please return your health insurance eligibility certificate, etc. to your ward office's Residential Affairs and Services Division (for Chuo Ward, contact the Citizen Services Division). You cannot use your Niigata City issued health insurance eligibility certificate, etc. at your new address.

- Health insurance eligibility certificates, etc. are notification documents such as a national health insurance card, a health insurance eligibility certificate, or eligibility information documents.

● **Electricity, Gas, Water** (see p.129)

Please contact your electric company and gas company, as well as the Water Supply Bureau.

● **Mail** (see p.137)

Please complete the procedures to change your address at the post office. Mail that is sent to your old address will be redirected to your new address for up to one year after completing the procedures.

Things to Do After Moving Out

● **Driver's License**

Change the address on your driver's license to your new address. Please go to the police station or driver's license center near your new address.

● **Moving In Notification**

Please submit a moving in notification to the city office of your new address. Please ask the city office of your new address about what materials you need to complete procedures.