

# 外国居民 生活指南手册



长门市

## 1. 窗口导向

… 2

(1) 【迁入·入境】办理新居民登记手续

(2) 【逗留中】已有居民登记的其他手续

搬迁、出生、出具住民票、婚姻、离婚、死亡、护照遗失  
在留卡遗失、个人编号卡遗失

(3) 【迁出·出境】即将迁出市外的居民登记手续

## 2. 长门市简介

… 8

人口、面积、市的花木·生物

## 3. 日常生活信息

… 9

(1) 市役所等处办理的手续

①居民登记 ②婚姻、离婚 ③出生·死亡 ④印章登记 ⑤国民年金  
⑥国民健康保险 ⑦后期高龄者医疗制度 ⑧介护保险 ⑨残疾人福利  
⑩抚养子女 ⑪怀孕、育儿 ⑫自来水·下水道 ⑬市营住宅 ⑭税金

(2) 民间企业办理的手续

①电 ②煤气 ③电话 ④NHK收视费

(3) 其他信息

①健康管理 ②医疗 ③交通 ④自治会 ⑤找工作 ⑥垃圾投弃规则  
⑦学习日语·生活支援

## 4. 如何应对紧急事态

… 26

①疾病、损伤 ②火灾 ③交通事故、犯罪 ④地震 ⑤泥石流·水灾 ⑥台风

## 5. 市内公共设施等的电话

… 33

## 6. 长门市外的咨询窗口

… 34

## (1) 【迁入・入境】办理新居民登记手续

办理事项	内容	详情 页数	负责科室・ 咨询处	电话
市役所办理的手续				
居民登记	持有中长期在留者资格的人入境后、 或从其他市町村迁入长门市后、或居住在长门市的人在留资格更新或变更为中长期在留资格后，必须办理居民登记。	P 9	综合窗口科 窗口係	0837 23-1127
印章登记	签署契约等有需要的可能	P 13		
国民年金	请持在留卡办理年金的加入等手续	P 14		0837 23-1226
国民健康保险、 后期高龄者医疗制度	若未加入其他医疗保险，请持在留卡 办理加入手续。	P 14 P 15	综合窗口科 保险管理係	0837 23-1130
介护保险	65 岁以上者已办理迁入手续而取得资格的人，日后将交付介护保险被保险人证。	P 15	高龄福祉科 介护支援係	0837 23-1158
抚养子女 (保育园・幼儿园)	儿童津贴、医疗费补助、上保育园・幼儿园等需要办理手续	P 15	育儿支援科	0837 23-1156
小学・中学	请在办理迁入手续的窗口提出申请， 然后在欲入学学校办理手续。	—	学校教育科	0837 27-0320
自来水・下水道	开始使用时需要办理手续	P 16	管理科 管理班	0837 23-1169
小型摩托车 (摩托车等) 轻自动车税	摩托车等的保管场所如在长门市内， 需要挂长门市役所交付的车牌。每年 必须缴纳一次轻自动车税。驾驶时需要 有驾驶执照。	P 18	税务科 市民税係	0837 23-1124

民间企业办理的手续

自行车	请在自行车销售店购买，不必在市役所办理任何手续。	P 19	自行车销售店	—
电	开始使用需要办理手续。		中国电力萩营业所	0120 615-227
煤气	开始使用需要办理手续。		煤气公司	—
电话	开始使用需要办理手续。		N T T、 手机公司	—

(2) 【逗留中】已有居民登记的其他手续

办理事项	内容	详情 页数	负责科室・ 咨询处	电话
市役所办理的手续				
居民登记	若在长门市内搬迁，请在迁入新住址之日起 14 天以内办理手续。	P 9	综合窗口科 窗口係	0837 23-1127
出具 住民票	是证明姓名、住址及国籍等的资料。需付出具手续费。	P 9		
出生	请在含生日在内的 14 天之内办理出生登记。	P 12		
婚 姻 (结婚)	若外国人在日本国内登记结婚，请在市役所和母国驻日大使馆或领事馆两处均办理登记手续。结婚双方均为外国人，或外国人和日本人结婚，两种情况提交的资料有所不同。 ※外国人和日本人结婚后，外国人配偶的母国姓名若有所变更，请日本人配偶办理呈报手续。	P 11	综合窗口科 窗口係 驻日大使馆 或领事馆	0837 23-1127 —
离婚	若双方均为外国人，请咨询母国的驻日大使馆或领事馆。若外国人和日本人离婚，请在市役所和驻日大使馆或领事馆两处都办理。离婚双方均为外国人，或外国人和日本人离婚，两种情况提交的资料有所不同。	P 11		
死亡	家人或同居者死亡时，请持医生的死亡诊断书，在告知死亡日起 7 天之内，由亲属或同居者办理死亡登记。同时也需在母国的驻日大使馆或领事馆办理死亡登记。	P 12		

市役所以外的办理事项

护照遗失	若护照遗失、被盗，请到附近的警察局呈报遗失，出具“遗失（被盗）证明”。持该证明到母国的驻日大使馆或领事馆，申请补发。请事先打电话至大使馆等处，咨询所需提交的材料。	-	长门警察局 驻日大使馆或 领事馆	0837 22-0110 —
在留卡 (外国人 登录证明 书) 遗失	若在留卡（外国人登录证明书）遗失、被盗，请到出入国在留管理局申请补发。请事先打电话至出入国在留管理局，咨询所需提交的材料。	-	广岛出入国在 留管理局 下关派出所	083 261-1211
通知卡或 个人编号 卡遗失	若通知卡或个人编号卡遗失、被盗，请到附近的警察局呈报遗失，出具“遗失（被盗）证明”。同时咨询如何补办通知卡或个人编号卡。	-	长门警察局  综合窗口科 窗口係	0837 22-0110  0837 23-1128

### (3) 【迁出・出境】即将迁出市外的居民登记手续

办理事项	内容	详情 页数	负责科室 咨询处	电话
市役所办理的手续				
居民登记	若即将搬迁到其他市町村，请在长门市办理迁出手续。请持长门市出具的迁出证明，到迁入地办理迁入手续。若回母国等需出境日本，也请事先办理手续。	P 9	综合窗口科 窗口係	0837 23-1127
印章登记	持有印章登记证（卡）的人，请将其返还。	P 13		
国民年金	迁出时不需办理任何手续。请在迁入地办理。	P 14	综合窗口科 窗口係	0837 23-1226
国民健康保险、 后期高龄者医疗制度	请返还保险证。如需结算保险费，请前来办理手续。	P 14 P 15	综合窗口科 保险管理係	0837 23-1130
介护保险	请返还介护保险被保险者证。	P 15	高龄福祉科 介护支援係	0837 23-1158
抚养子女 （保育园・幼儿园）	请向保育园或幼儿园提交退园申请。	P 15	育儿支援科	0837 23-1156
小学・中学	请咨询所在学校。	—	学校教育科	0837 27-0320
自来水・下水道	需呈报。	P 16	管理科 管理班	0837 23-1169
小型摩托车 （摩托车等） 轻自动车税	在迁出或出境前，请将长门市的车牌返还给市役所。届时请务必带上印章。若搬迁在日本国内，也可以在迁入地的市町村办理手续。	P 18	税务科 市民税係	0837 23-1124
指定纳税管理人	若仍有税金需向长门市缴纳，请在出境前办理指定纳税管理人。	P 18	税务科 市民税係	0837 23-1124

民间企业办理的手续

自行车	不必在市役所办理任何手续。	P 19	自行车销售店	—
电	需要办理停止使用手续。		中国电力萩营业所	0120 615-227
煤气	需要办理停止使用手续。		煤气公司	—
电话	需要办理停止使用或住址变更手续。		N T T、手机公司	—

## 2. 长门市简介

### ■位置·地势

长门市位于日本本州最西北端、山口县的西北部，东临萩市，南接下关市、美祢市，北则面向浩瀚美丽的日本海，其被列为北长门海岸国定公园。



### 《长门市资料》

人 口 33,952 人（截止令和元年 5 月 1 日统计）

户 数 16,019 户（截止令和元年 5 月 1 日统计）

面 积 357.31 km<sup>2</sup>

平均气温 16.1°（自 2018 年气象局发表资料）

市的花木、生物



市花木/樱花



市花木/杜鹃花



市生物/萤火虫

### 3. 日常生活信息

#### (1) 市役所等处办理的手续



##### ①居民登记（市役所综合窗口科 TEL：0837-23-1127）

###### a. 迁入・入境

非日本国籍且持有中长期在留资格（日本人配偶、定住者或永住者等）的人开始居住长门之后，或者通过在留资格的更新或变更，重新取得中长期在留资格之后，请务必到市役所综合窗口科办理居民登记。请在开始居住之日起14天之内办理手续。

需要办理手续范例	所需材料
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 入境</li><li>・ 从其他市町村迁入</li><li>・ 取得中长期在留资格</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 护照</li><li>・ 在留卡</li><li>・ 迁出证明（※仅用于迁入时）</li><li>・ 通知卡或个人编号卡</li></ul> <p>（※仅用于迁入时）</p>

※为核实入境者与开始居住处的户主之间的关系，必要时需要出示母国身份证明。

###### b. 搬迁

若在长门市内搬迁，需要办理搬迁手续。请在开始居住之日起14天之内办理搬迁手续。

需要办理手续范例	所需材料
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 长门市内搬迁</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 在留卡</li><li>・ 国民健康保险证或医疗受给者证等记载有旧地址的证件</li><li>・ 通知卡或个人编号卡</li></ul>

c. 迁出・出境

若即将出境日本或搬迁到其他市町村，请务必办理迁出手续。

另外，若搬迁到其他市町村，请到市役所出具“迁出证明书”。在新居住地的居民登记时需提交该“迁出证明书”。

需要办理手续范例	所需材料
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 出境</li><li>・ 搬迁至其他市町村</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 在留卡</li><li>・ 国民健康保险证或医疗受给者证等记载有旧地址的证件</li><li>・ 通知卡或个人编号卡</li></ul> <p>(※仅用于出境时)</p>

## ②婚姻・离婚（市役所综合窗口科 TEL：0837-23-1127）

### a. 婚姻

依日本法律，使结婚成立必须向市役所提交结婚登记表。办理结婚所需材料如下表所示，必要时需要追加其他材料。

如何填写及所需材料，详情请咨询市役所综合窗口科。

结婚双方均为外国人	外国人与日本人结婚
<ul style="list-style-type: none"><li>• 结婚登记表</li><li>• 证明国籍材料（护照等）</li><li>• 具备结婚条件证明</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 结婚登记表</li><li>• 出生证明（仅外国人）</li><li>• 证明国籍材料（护照等）</li><li>• 具备结婚条件证明</li><li>• 日本人的户籍全部事项证明书（謄本）※仅本籍不在登记地的人</li></ul>

出生证明、国籍证明、具备婚姻条件证明等如果是日语以外的语种材料，必须附上标有翻译人姓名的日语译文。结婚登记表必须填写2位成人保证人。若有自己的印章，登记时请携带。

另外，外国人因要在母国登记结婚，需要向大使馆或领事馆呈报。

※外国人和日本人结婚后，若外国人配偶姓名有变更，需要呈报更改记载在日本人配偶户籍上的外国人配偶姓名。请同时提交证明姓名更改的材料并添付译文，由日本人配偶提出呈报。

### b. 离婚

依日本法律，使离婚成立必须向市役所提交离婚登记表。

登记所需材料依国籍不同而异，如何填写及所需材料，详情请咨询市役所综合窗口科、大使馆或领事馆。

③出生・死亡（市役所综合窗口科 TEL：0837-23-1127）

a. 出生

小孩出生后，请在含出生日在内的 14 天之内办理出生登记。“出生登记表”可以在分娩的医院和“出生证明”一并领取。

需要办理手续范例	所需材料
・小孩出生	・附有出生证明的出生登记表 ・母子健康手账 ・国籍证明书

※出生的小孩若继续居住在日本国内，需要取得在留许可。请在出生日起 30 天之内到出入国在留管理局（广岛出入国在留管理局下关派出所 TEL：083-261-1211）办理在留许可申请。

b. 死亡

家人或同居人死亡时，不论国籍，请务必在告知死亡事实日起 7 天之内办理死亡登记。“死亡登记表”可以从死亡的医院或判定死亡医生出具死亡诊断书时一并领取。

需要办理手续范例	所需材料
・家人或同居人死亡	・附有死亡诊断书的死亡登记表

※请在死亡之日起 14 天之内，将在留卡或特别永住者证明书返还于出入国在留管理局（广岛出入国在留管理局下关派出所 TEL：083-261-1211）。

#### ④印章登记（市役所综合窗口科 TEL：0837-23-1127）

印章与签名有着同样非常重要的作用，。

例如，购房购车等时签合同，必要时需要实印和印鉴登录证明书。实印是指在市役所登记的印章。每人只能登记一枚印章。同样的印章不得作为实印使用于多个人。

请注意，可以登记的印章限于登记在住民票上的姓名（又记名、通称名）。

可以办理印章登记的人必须为长门市有居民登记且15岁以上的人。办理印章登记时，请携带准备登记的印章和在留卡，或者附有本人照片的官方的证明身份证件。

印章登记结束，即可交付“印鉴登录证（卡）”。此后，若需要出具印鉴登录证明书，请务必携带“印鉴登录证（卡）”前来办理。

#### （印章登记手续）

办理人	所需材料	注意事项
本人	<ul style="list-style-type: none"><li>需登记的印章</li><li>在留卡，驾照或护照等附有照片的证明身份证件</li></ul>	若欲进行印章登记而重新作印章时，请事先向市役所咨询所作印章是否可以登记。
代理人	<ul style="list-style-type: none"><li>需登记的印章</li><li>代理人的印章</li><li>委托书（长门市规格的表）</li><li>核实代理人身份的证件（驾照、在留卡、健康保险证）</li></ul>	若本人无法前来办理印章登记，可以由代理人办理，但当天不能完成作业。

**⑤国民年金（市役所综合窗口科窗口係 TEL：0837-23-1226）**

国民年金是国家运营的公共年金。日本国内有住址者，年龄为 20 岁以上至 60 岁生日之前的人，均需加入国民年金和厚生年金的其中之一。

公共年金中除了老人年金之外，还有发生意外时的残疾年金和遗属年金。

国民年金的保险费每月 17,000 日元左右。出境日本时若已缴纳保险费超过 6 个月，上限 3 年，可以申请退保一次性补助金。

此外，低收入、缴纳保险费有困难的人可以呈报，审核批准后保险费可免除或缓期缴纳。

**⑥国民健康保险（市役所综合窗口科保险管理係 TEL：0837-23-1130）**

国民健康保险是保障疾病或损伤时，能够放心接受医疗的社会保障制度。

除了加入工作单位的健康保险的人及其抚养家属、和加入后期高龄者医疗制度的人之外（在留期间 3 个月以下的短期滞在者或接受生活保护者等除外），都必须加入国民健康保险。

若加入或退出国民健康保险，请到市役所申请。

若加入申请延迟，延迟期间无法享受保险，突来的疾病或损伤时会发生需全额支付医疗费的情况。

对加入国民健康保险的人都将交付“保险证”。到医院等处就诊时，请务必携带“保险证”。依照出示的“保险证”，支付与本人年龄层相符的负担额比例，即可接受诊疗。除此之外，出生或死亡时，以及需要支付高额医疗费时，若向市役所呈报，依情可以获得补助。

40 岁以上的加入国民健康保险者可以接受特定健康诊疗，以便早期发现并预防恶化的生活方式病。

关于办理手续及制度的详细内容等，请咨询市役所综合窗口科保险管理係。

**⑦后期高龄者医疗制度（市役所综合窗口科保险管理係 TEL：0837-23-1130）**

后期高龄者医疗制度是让老年人能够放心接受诊疗的医疗制度。75岁以上市内有住址的人（在留期间为3个月以下的短期滞在者或接受生活保护的人除外），均可成为被保险人。

此外，65至74的人若有残疾（身体障碍者手帐1级~3级等），也可以申请加入。

保险费由所有被保险人支付。

**⑧介护保险（市役所高龄福祉科介护支援係 TEL：0837-23-1158）**

介护保险制度是由社会整体来共同扶持，而不是只靠家里人来看护老人的制度。若因卧床不起或痴呆症等需要看护，或日常生活需要有人协助，通过申请介护认定，批准后即可享受介护服务。

**⑨残疾者福利（市役所高龄福祉科残疾者支援係 TEL：0837-23-1243）**

针对身心有残疾的人，长门市提供诸如咨询、津贴、医疗、残疾福利服务、利用福利设施等各种援助。身体有活动障碍人可以申请“身体障碍者手帐”，有智能障碍的人可以申请“疗育手帐”，有精神疾患、日常或社会生活需有所制约的人可以申请“精神障碍者保健福祉手帐”。持这些手帐，可以享受各种福利服务和福利制度。

**⑩抚养子女（市役所育儿支援科 TEL：0837-23-1156）**

小孩上保育园、幼儿园，需要办理手续。

若家中有中学生以下的子女，可以领取儿童津贴。

此外，加入健康保险制度的子女，到小学毕业为止，可以享受免费住院、医院就诊。

关于办理手续及制度的详细内容等，请咨询市役所育儿支援科。

**⑪怀孕・育儿（市役所健康增进科 TEL：0837-23-1133）**

医疗机构将会向孕妇交付“怀孕证明（母子健康手帐交付申请书）”。请持该“怀孕证明”，到市役所（长门市保健中心、三隅保健中心、日置保健中心、油谷保健福祉中心等任何一处）办理手续，领取母子健康手帐。  
母子健康手帐是记录怀孕的过程、分娩情况，以及宝宝发育、成长、健康检查、预防接种等到入学为止的重要资料。  
若需要外语母子手帐，请随时咨询。

**⑫自来水・下水道（上下水道局管理科管理班 0837-23-1169）**

需开始使用和停止使用自来水时，请事先打电话与上下水道局管理科管理班联系。  
开始使用自来水之后，每两个月交一次水费。  
使用下水道时，根据使用的水量，同样是每两个月交一次下水道使用费。

**⑬市营住宅（建筑住宅科住宅係 0837-23-1186）**

市营住宅是指长门市运营的住宅，根据收入所得来决定房租。  
市营住宅随时出租。  
有意租借者，请咨询建筑住宅科住宅係。

## ⑭税金

税金分为向国家缴纳的，和向县或市缴纳的两种。

个人或法人的收入所得需缴纳“所得税（国）”和“住民税（县・市）”，建筑物或土地等不动产需缴纳“固定资产税（市）”或“都市计划税（市）”。此外，汽车或摩托车需按排气量缴纳“自动车税（县）”或“轻自动车税（市）”。

所有这些税金都有缴纳期限，拖欠缴税将会邮寄督促通知，并需另行支付督促手续费或滞期费。即便如此若仍旧未缴纳税金，必要时将强制处置其拥有财产。

### ●所得税（长门税务局 TEL：0837-22-2441）

从1月1日起到12月31日为止每年的年收都必须向税务局申报，清算所得税（国）。

薪资的年收超过2,000万日元的人，每月从单位领取的工资还未扣税的人，在两处以上的单位领取工资的人，除工资以外还有其他收入的人（工资以外收入在20万日元以下情况除外）等，必须在第二年的2月15日至3月15日之间进行报税。

申报期间可以在税务局及市内其他地方咨询报税事宜。

报税所需材料，请咨询长门税务局。

### ●住民税（市民税、县民税）（市役所税务科 TEL：0837-23-1124）

以每年1月1日为基准拥有住址的市民，根据前一年的收入，市民税和县民税综合起来作为住民税，必须向市纳税。

单位领取的工资未扣住民税的人，每年6月，市役所将邮寄纳税通知，请持该纳税通知缴纳。

配合每年的报税时期，同时实施住民税申报的相关咨询。具体日程将通知在2月1日的市广报上。

- 自动车税（山口县萩县税事务所 TEL：0838-25-3111）  
以每年4月1日为基准，拥有汽车（轻自动车除外）的人，必须向县缴纳自动车税（县）。每年5月，县税事务所将会邮寄纳税通知，请持该纳税通知缴纳。进行汽车的定期检查（车检）时，需要出示缴纳收据（纳税证明），请妥善保管。
- 轻自动车税（市役所税务科 TEL：0837-23-1123）  
以每年4月1日为基准，拥有摩托车（小型摩托车或大型摩托车）以及轻自动车（※）的人，必须向市缴纳轻自动车税（市）。每年5月，市役所将会邮寄纳税通知，请持该纳税通知缴纳。  
进行轻自动车的定期检查（车检）时，需要出示纳税后拿到的“轻自动车税纳税证明（定期检查用）”，请妥善保管。  
※轻自动车…车辆规格为长3.4米以下、宽1.48米以下、高2米以下、总排气量660cc以下的车辆。
- 固定资产税・都市计划税（市役所税务科 TEL：0837-23-1125）  
以每年1月1日为基准，长门市内拥有固定资产（土地、建筑、折旧资产（产业使用的机器・装置・设备・建筑物（家宅除外）、车辆・船舶等））的人，必须向市缴纳固定资产税和都市计划税（市内部分课税地区内的土地・建筑被课税）。每年5月，市役所将会邮寄纳税通知，请持该纳税通知缴纳。  
若因已出售或拆除等原由，被课税的固定资产有所变动时，请与我们联系。
- 指定纳税管理人（市役所税务科 TEL：0837-23-1124）  
请向市役所呈报指定在日本国内有住址为纳税管理人，来处理您出境日本后的一切纳税相关事项。

**【关于缴费】**

保险费、使用费及税金可以在市内的金融机构、市役所本厅・分所・派出所和市内的便利商店等处缴纳。请持缴纳通知书和现金付费。

## (2) 民间企业办理的手续

### ①电

需要开始用电时，请向不动产公司或房东确认。

若自己直接申请，请咨询中国电力营业所（TEL：0120-615-227）。电费每月收一次。

### ②煤气

需要开始用煤气时，请向不动产公司或房东确认。

若自己直接申请，请咨询煤气公司或销售店家。煤气费及付费方式，请咨询煤气公司或销售店家。

### ③电话

#### a. 手机

需使用手机时，请到手机销售店等处购买。

付费方式等请咨询销售店家。

#### b. 固定电话

需新办理电话时，请联系NTT（TEL：0120-116-000）

NTT提供针对外国人的翻译协助服务。电话费每月收一次。

（NTT外语受理咨询中心）

TEL：0120-064-337（免费通话）

咨询时间：周一～周五、上午9点～下午5点

应对语种：英语、汉语、葡萄牙语、西班牙语、  
韩语（周一、三、五）等

### ④NHK收视费

（签约…TEL：0120-151515、收视费…TEL：0570-077-077）

NHK是大众传播机构。拥有电视的人，都必须缴纳收视费。

签约手续及付费方式等，请咨询NHK。

### (3) 其他信息

#### ①健康管理（市役所健康增进科 TEL：0837-23-1133）

为长期维持身心健康，请注意以下事项。

- 定期接受健康检查。
- 慎防春天的花粉症、夏天的食物中毒、冬天的流行性感冒。
- 蝮蛇等毒蛇，或有毒性的虫类等很多栖息在周边，请不要大意。
- 摄取营养均衡的三餐和充足的睡眠。
- 多接触运动，定期锻炼身体。
- 为避免因不卫生而染上疾病，请注意保持清洁的环境。
- 结交无话不说的知心朋友。



#### ②医疗

可随时前往医疗机构就诊。提早决定好家附近的常去就诊的医院。

（就诊流程）

①挂号	向受理人员说明是初诊还是复诊。若为初诊，需要填写问诊表，提交国民健康保险证等。若为复诊，请提交诊察卡，或在受理名单上填写自己的姓名。
②诊疗	自己的名字被叫之后，进入诊察室接受诊疗。
③结账、取处方	诊疗后在结账窗口付费。有直接开药的情况，但大多数情况为交付配药处方。需持该处方到药局开药。若需继续治疗，请确认好下次的就诊日。

※若因宗教原由或旧疾等治疗有所限制，请在治疗开始前和医生商量。

医院尚未开诊、平日的夜间、节假日的白天需要紧急就诊时，请咨询长门市  
应急诊疗所。（TEL：0837-27-0199）



### ③交通

#### a. 巴士

搭乘巴士时，请从设置在巴士内的机器抽取整理卷。下车时，按整理卷号码的乘车费（显示在车前方）放入驾驶座旁边的投币箱内。因无法找钱，请在车内的兑换机换好零钱。使用回数卷时也是一样。回数卷可以向司机购买。

车内广播会通知下一前往车站（下一站是○○），请要下车的乘客按车座附近的下车按钮，以便通知司机。

#### b. 列车

搭乘J R西日本列车，可以在长门市站搭乘山阴本线（长门三隅站、黄波户站、长门古市站、人丸站、伊上站）、美祢线（板持站、长门汤本站、渋木站）、仙崎线（仙崎站）。乘车前事先在票价表上查好票价，在车站内的自动售票机上购买好车票。下车时将车票在检票口交给车站工作人员，或放入回收箱内。



#### c. 出租车

搭乘出租车，请直接在路上叫出租车，或者联系各出租车公司叫车。上车后请向司机说明去处（请到○○）。



#### d. 关于J R新山口站直达车（大型出租车）

J R新山口站 ⇔ 长门市（长门汤本温泉・长门市站・Senzakitchen）

J R新山口站⇒长门市			长门市⇒J R新山口站		
乘车点	第1班	第2班	乘车点	第1班	第2班
新山口站 (北口・6号线乘车点)	11: 15	15: 25	Senzakitchen (道之驿站)	9: 30	13: 45
长门汤本温泉 (富士第一交通汤本营业所前)	12: 20	16: 30	长门市站	9: 40	13: 55
长门市站	12: 35	16: 45	长门汤本温泉 (富士第一交通汤本营业所前)	9: 55	14: 10
Senzakitchen (道之驿站)	12: 45	16: 55	新山口站 (北口・6号线乘车点)	11: 00	15: 15

【运行日】每天      【费用】成人 2,000 日元    儿童 1,000 日元

【咨询】富士第一交通 0120-39-2030

《公共交通机构咨询处》

巴士 Sanden 交通（长门分所） 0837-26-1735

防长交通（仙崎办事处） 02837-26-0803

BlueLine 交通（下关市） 083-786-0059

J R（列车） J R长门市站 0570-666-720

出租车 富士第一交通 0837-22-2032

新日本观光交通 0837-22-4800

长门山电出租车 0837-26-2788

人丸出租车 0837-32-1126

古市出租车 0837-37-3194

安全出租车 0837-43-0855

#### e. 交通规则

交通实情和交通规则因国而异。为避免发生交通事故，也为了自己保护好自己，请遵守以下的交通规则。

##### （行人交通规则）

- 行人请走道路右侧。
- 人行道和车道有分开的道路，请走人行道。
- 横过车道时，请走斑马线或天桥。
- 有禁止横穿标志的地方，请不要穿行。
- 在有红绿灯的交叉路口，请确认您自己通行方向的红绿灯变成绿灯时再过马路。行人用的绿灯已在闪的时候，请不要开始横过马路。
- 铁路平交道的警报器响的时候，或挡杆落下的时候，请务必停下来等候。



##### （骑自行车的交通规则）

- 请遵循红绿灯，红灯禁止通行。
- 自行车实行左侧通行。若人行道上有“自行车可通行”的标志，请在人行道上行驶。
- 请随时注意检查自行车的刹车和车灯是否正常。
- 请不要并排行驶、带人行驶，下雨时请不要撑伞行驶。
- 夜间行驶请务必点灯。
- 饮酒后禁止骑自行车。
- 请不要将自行车停在妨碍他人交通处。



##### （驾驶汽车或摩托车的交通规则）

- 汽车和摩托车实行左侧通行。
- 驾驶时必须携带驾驶执照。
- 驾驶者和一同乘坐的人都必须系好安全带。
- 骑摩托车时，必须戴安全帽。
- 无车检或无保险的汽车和摩托车不得驾驶。
- 酒后绝不可以驾驶。
- 请不要将车停在禁止停车处。
- 若发生了交通事故，必须向警察（TEL：110）通报。

#### ④自治会（市役所市民活动推进科活动推进係 TEL：0837-23-1172）

自治会是由居民自主构成的团体。为使大家能够生活在放心安全的环境里，自治会展开着各种各样的活动。各个地区居民加入所在地区的自治会。

自治会居民在各种场合发挥着作用。例如自治会的活动之一，即大家一起清扫道路、水路和公园。其他还有垃圾投弃站的清扫、防灾活动也是自治会的活动。为加深交流，自治会还举办庆典和运动会等。

登载行政机构信息的“广报长门”或回览文书（按顺序传递到各个家庭的资料）等，大多由自治会提供，请您自行考虑是否加入自治会。

若加入自治会，必须缴纳会费，且遵守该自治会的规则。

通过与当地居民一起参加活动，您能与邻里和睦相处，加深交流。

关于如何加入自治会及付费方式，请咨询所在地区的自治会代表。（自治会代表称为“自治会长”或“区长”）

若欲结识自治会代表，请询问附近邻居，或咨询市役所市民活动推进科活动推进係。

### ⑤找工作

若外国人在日本工作，必须取得允许从业的在留资格，或者在入国管理局（广岛入国管理局下关派出所 T E L：083-261-1211）申请资格外活动许可。请事先确认自己的在留资格是否可以工作。

需找工作时，请咨询“Hello work 萩长门分部（T E L：0837-22-8609）」等处。



### ⑥垃圾投弃规则（市役所生活环境科 T E L：0837-23-1249）

投弃垃圾日依地区不同而异。

请确认所在地区的《收集垃圾月历》。

可燃垃圾、废纸・衣服类、塑料制・纸制容器包装类，请在早上 7 点之前投弃到指定场所。不可燃垃圾、电池类、瓶・罐・饮料瓶、大件垃圾，请在早上 8 点 30 分之前投弃到指定场所。

可投弃到垃圾收集场所的垃圾种类、投放方法，请确认《垃圾的分类・投放方法》。（有日语、英语、汉语、越南语等版本）

下载请点击这里

<https://www.city.nagato.yamaguchi.jp/soshiki/8/2886.html>



### ⑦学习日语、生活支援（长门日语俱乐部 T E L：080-2145-3440）

针对想学日语的外国人，长门市内举办了日语教室。

该日语教室配合参加者的日语水平，可以轻松愉快地学日语。

具体开课日期及内容，请咨询日语俱乐部。

## 4. 如何应对紧急事态



### ①疾病、损伤···消防（TEL：119）

突发的疾病或严重受伤时，请求助于熟人或邻居，或打电话呼叫救护车（TEL：119）。若呼叫救护车，请告知自己的住址、姓名，还需携带保险证和用药手帐。



### ②火灾···消防（TEL：119）

若发生了火灾，请大声呼叫“着火了”，以便通知周围的人，并且拨打消防局电话（TEL：119）。若因火灾而产生了大量烟雾，仅靠自己而无法灭火时，请用湿的毛巾等捂住嘴和鼻子，弯着身体马上到安全的地方避难。

因日本的木造房屋较多，发生火灾时会发生马上蔓延，延烧至附近邻居的情况。

平时就请注意以下事项。

- 备好消火栓。
- 养成睡前、外出时检查是否关火的习惯。
- 睡床不吸烟、不随地丢烟蒂。
- 为防止原因不明的火灾，家周围不要放置易燃物。
- 在油炸天妇罗等的时候，人不要离开。
- 不随便玩火。

冬天空气干燥，容易发生火灾。用火时请千万谨慎。

### ③交通事故·犯罪···（TEL：110）

若发生交通事故或因犯罪行为受害，请联系警察，说明详情。



### ④地震

日本是地震多发国。平常就确认好家里最安全之处，紧急情况时与家人的联系方式、避难场所、母国大使馆和领事馆的电话号码等事宜。

此外，请准备好以下物品，以便随时应对突发地震。

- 手电筒、毛巾、手套、应急用饮用水·食物（三天份为准）、应急药物、可携带式收音机、鞋等放入背包，整理在一起。
- 为防止玻璃破损时受伤，事先在窗户或柜子的玻璃上黏贴胶带。
- 为防止书柜或衣柜等家具摇倒而受伤，事先将家具固定在墙上。

· 发生地震时，使用房间里的靠背垫或坐垫等保护好头部，以防止掉落下来的东西砸到头，同时要躲到桌子下面等处避难。在户外时，随时注意上方是否有东西掉落，到空旷的广场，保持弯曲身体的状态等，在摇晃结束之前不要乱动，确保自身安全。



打开门或窗户避难时，注意不要被破玻璃划伤，不要忘记穿鞋或拖鞋等。

避难时记住一直随身携带护照等重要证件。而且，大的摇晃之后，有时余震会持续一段时间，请不要大意。



### ⑤泥石流·水灾

日本每年6～7月的梅雨季节有时会下暴雨。此外，8月～9月左右台风容易接近·登陆，有可能会发生塌方、洪水或暴风雨等导致严重受灾。

为预防灾害，请注意以下事项。

- 室外的垃圾箱和盆栽等容易被大风吹飞的东西，事先将其固定或放入室内。
- 在玻璃窗等上面黏贴胶纸或塑料胶带，以加固防裂。若有雨窗或卷门，请注意关好。
- 因有可能会停电，请与家人事先商量好放置手电筒或携带式收音机的地方。



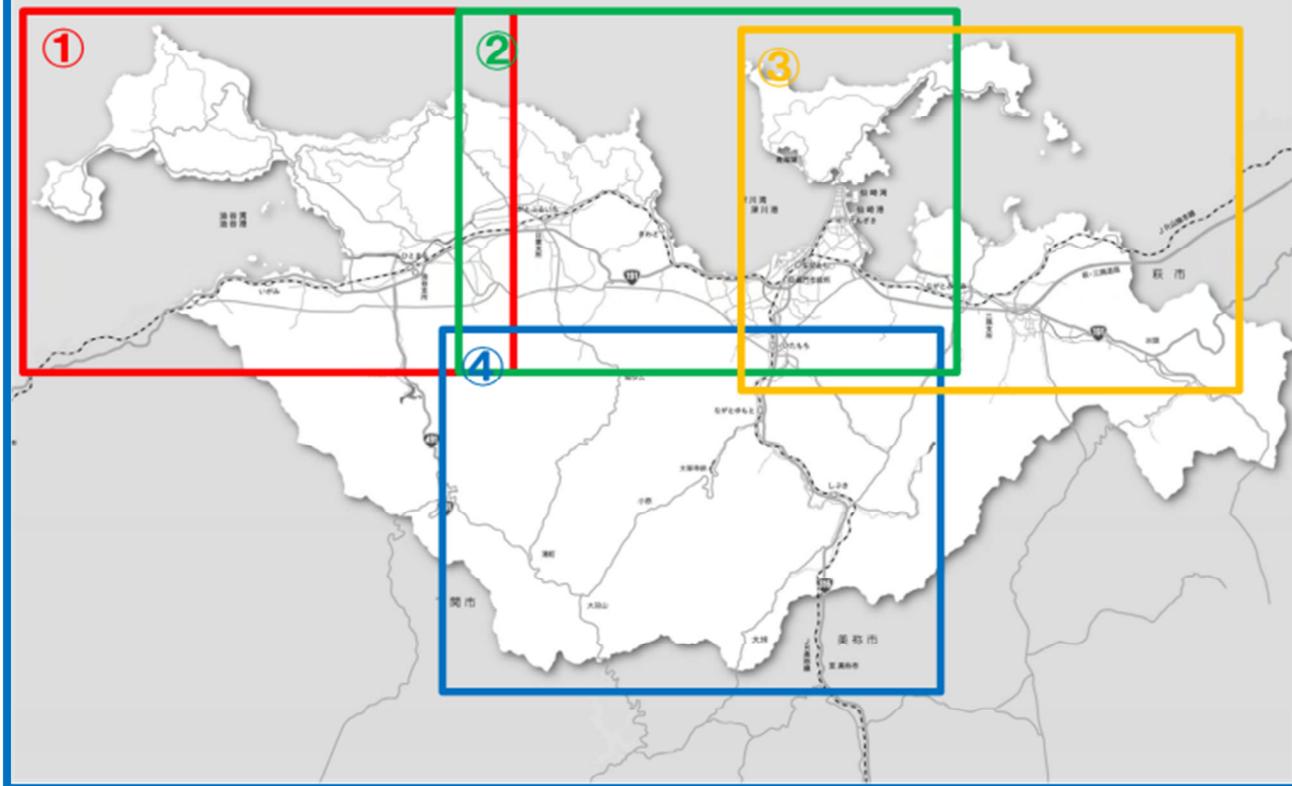
### ⑥台风

台风接近时，请尽量不要外出。密切注意气象信息以及市发出的通知等，若市发出了避难劝告或避难指示的公告时，请马上到指定的避难场所避难。若还未发布避难劝告等公告，但感觉有危险时，考虑尽早自主避难，或求助于近邻等同样十分重要。避难时请将易引起火灾的火源，如煤气灶的总开关关闭，关好门窗后出门。

灾害等相关咨询：市役所防灾危机管理科 TEL：0837-23-1111

发生灾害时，请前往长门市指定的紧急避难场所・避难所（P29-32）。但是，针对各种灾害，并不是所有的避难所都是最适合避难的场所，所以请提早查看防灾图等，确认附近的避难所・紧急避难场所的情况。了解避难所的详情及灾害发生时，请咨询市役所防灾危机管理科（TEL：0837-23-1111）。

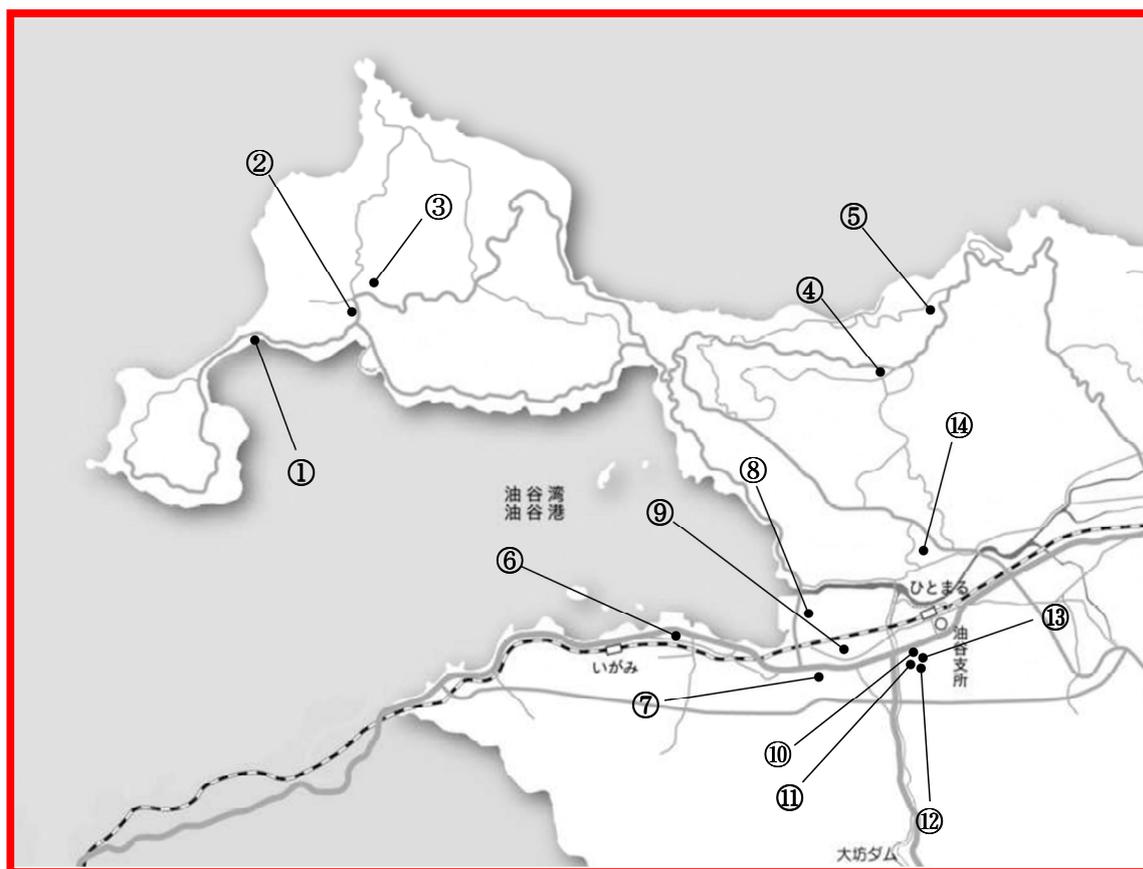
### 指定緊急避難場所・避難所位置図



- ①油谷地区 . . . . . P 29
- ②日置・深川・仙崎地区 . . . P 30
- ③通・三隅地区 . . . . . P 31
- ④汤本・渋木・俵山地区 . . . P 32

	緊急避難場所	発生災害時，用于緊急避難，暂时確保人身安全的場所
	避難所	発生災害時，受灾者可以逗留一定时期的設施

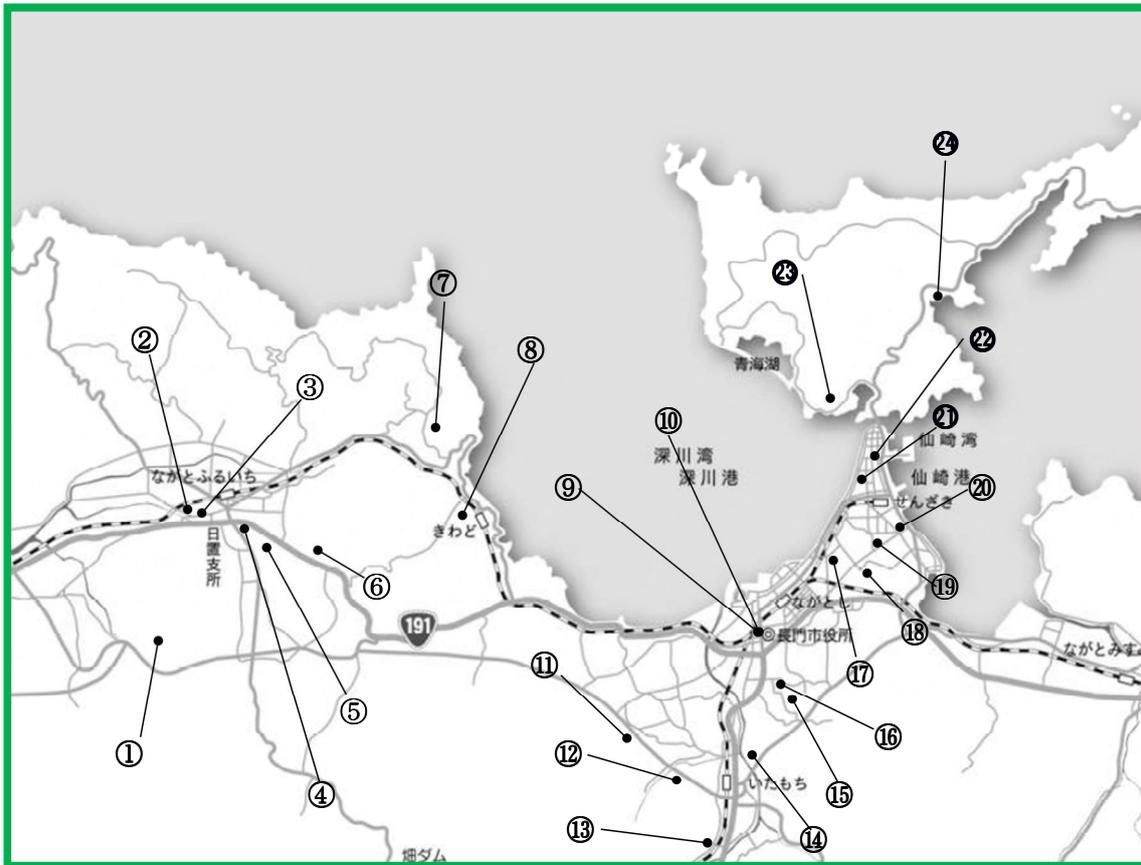
## ①油谷地区



No			名称
①	○	—	山口県漁協大浦分店
②	○	—	向津具公民館
③	○	○	向津具小学
④	○	—	宇津贺村落中心
⑤	○	—	宇津贺多功能交流馆
⑥	○	—	旧伊上小学校舍
⑦	○	—	菱海中学

No			名称
⑧	○	—	油谷勤労者体育中心
⑨	○	—	油谷川原农业研修所
⑩	○	—	WAIWAI 儿童中心
⑪	○	○	Raporu 油谷
⑫	○	—	油谷健康福祉中心
⑬	○	○	油谷小学
⑭	○	—	藏小田交流馆

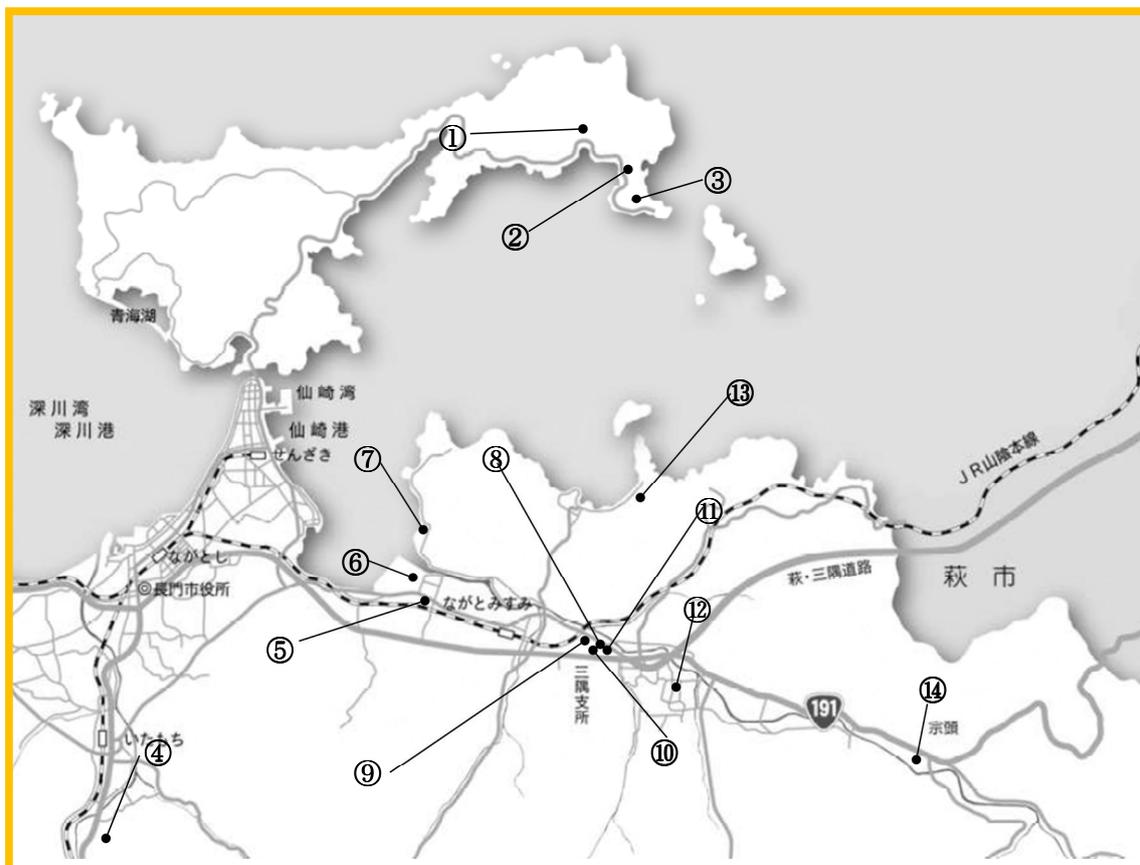
## ②日置・深川・仙崎地区



No			名称
①	○	—	曙园
②	○	○	日置中学
③	○	○	日置小学
④	○	—	日置保健中心
⑤	○	—	日置农村环境改善中心
⑥	○	—	大津绿洋高中日置校舍
⑦	○	—	日置农村振兴交流中心
⑧	○	—	神田小学
⑨	○	—	中央公民馆
⑩	○	—	长门市保健中心
⑪	○	—	长门 Labo
⑫	○	—	Minori 保育园

No			名称
⑬	○	—	向阳小学
⑭	○	—	长门运动公园
⑮	○	○	深川中学
⑯	○	—	深川小学
⑰	○	—	大津绿叶高中大津校舍
⑱	○	○	长门综合体育馆
⑲	○	○	仙崎中学
⑳	○	—	大津绿洋高中水产校舍
㉑	○	○	仙崎小学
㉒	○	—	仙崎公民馆
㉓	○	—	青海岛体育馆
㉔	○	—	大日比公会堂

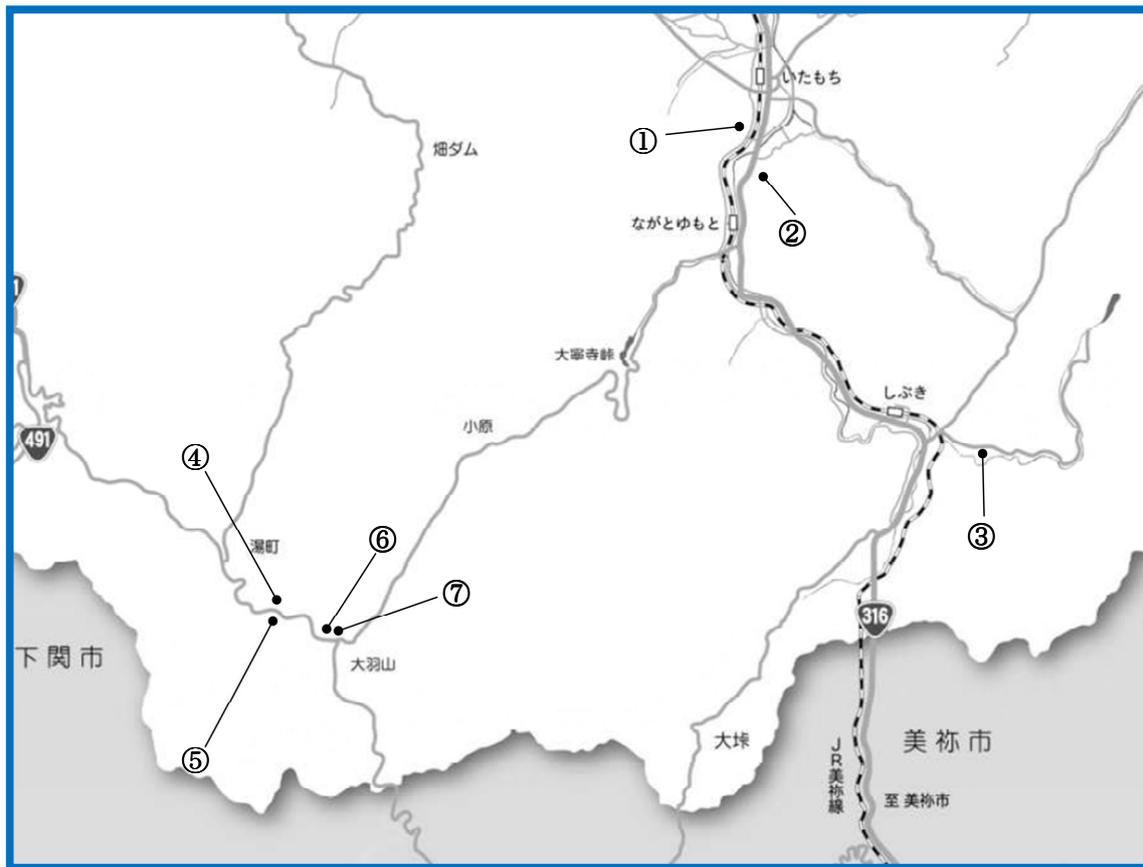
### ③通・三隅地区



No			名称
①	○	—	通体育馆
②	○	—	通公民馆
③	○	○	通小学
④	○	—	长门农民培训中心
⑤	○	○	浅田小学
⑥	○	—	三隅勤劳者运动中心
⑦	○	—	小岛渔村中心

No			名称
⑧	○	○	三隅中学
⑨	○	—	三隅公民馆 三隅农民培训中心
⑩	○	—	三隅保健中心
⑪	○	—	明伦小学
⑫	○	○	汤免交流中心
⑬	○	—	野波濑三世代交流馆
⑭	○	—	宗头文化中心

## ④ 汤本・渋木・俵山地区



No			名称
①	○	—	向阳小学
②	○	—	长门农民培训中心
③	○	—	大畑体育馆
④	○	—	俵山汤之家

No			名称
⑤	○	○	俵山多功能交流广场
⑥	○	—	俵山小学
⑦	○	—	俵山公民馆

## 5. 市内公共设施等的电话号码

※拨打电话时请拨 0837+电话号码

市役所等	
市役所	
三隅分所	
日置分所	
油谷分所	
教育委员会	23-1257
消防局	22-0119

派出所・公民馆	
通派出所	28-0244
仙崎派出所	26-1442
俵山派出所	29-0041
宇津贺派出所(公民馆)	32-1140
向津县派出所(公民馆)	34-1111
长门市中央公民馆	23-1181
通公民馆	28-0008
仙崎公民馆	26-0904
俵山公民馆	29-0063
三隅公民馆	43-0811
宗头文化中心	43-0617
日置农村环境改善中心	37-2340

保育园・幼儿园等	
通幼儿园	休园中
Minori 保育园	22-2060
三隅保育园	43-2211
日置保育园	37-2271
黄波户保育园	37-2248
菱海保育园	32-0029
向津县保育园	34-0142
俵山幼儿园	29-0830
宗头幼儿园	43-0242
儿童照看中心	23-1213

小学	
通小学	28-0234
仙崎小学	26-0414
深川小学	22-2426
向阳小学	22-2425
俵山小学	29-0833
明伦小学	43-0011
浅田小学	43-0759
日置小学	37-2069
神田小学	37-3012
油谷小学	32-1102
向津县小学	34-0002

文化设施・观光设施等	
Renaissa 长门	26-6001
Raporu 油谷 (油谷中央公民馆)	33-0051
生活资料馆	28-0756
金子 Misuzu 纪念馆	26-5155
香月泰男美术馆	43-2500
村田清风纪念馆	43-2818
道之驿站 Senzakitchen	27-0300
长门玩具美术馆	27-0337
长门市职业中心	27-0360
青海岛高山自驾露营地	26-4430
青海岛船越露营地	26-3345
汤免交流中心	43-1000
日置农村振兴交流中心(黄波户温泉交流中心)	37-4320
千置敷特产品贩卖所	37-3824
伊上海滨公园自驾露营地	33-3000
长门市有线电视播放中心	23-1541

运动设施	
长门综合体育馆	26-6005
长门农民培训中心	22-4435
交流公园三隅	42-1234
三隅农民培训中心	43-0811
俵山多功能交流广场	29-0980
长门运动公园	22-1807

中学	
仙崎中学	26-0814
深川中学	22-2428
三隅中学	43-0911
日置中学	37-2036
菱海中学	32-1104

县机构	
长门健康福祉中心	22-2811
长门土木建筑事务所	22-2920
长门农林水产事务所	37-5600
长门警察局	22-0110

图书馆	
市立图书馆	26-5123
图书馆油谷分馆	33-0051

## 6. 长门市外的咨询窗口

### ○一般财团法人自治体国际化协会 (Clair)

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

〒102-0083 东京都千代田区麹町 1-7 相互半藏门大楼 1・6・7 楼

TEL 03-5213-1730 Fax 03-5213-1741

### ○山口外国人综合咨询中心 (山口县国际交流协会内)

应对多语种咨询, 与相关机构提携解决问题、法律等的专业咨询 (律师・行政书士), 介绍口译・笔译的协助翻译人等。

〒753-0082 山口县山口市水之上町 1-7 水之上厅舍 3F

TEL 083-995-2100 <http://yiea.or.jp/>

### ○长门日语俱乐部

<https://www.facebook.com/nagatonihongo/>

长门市对外国居民进行着生活上的协助, 还开办日语讲座等。

〒7594101 长门市东深川 1832

TEL 080-2145-3440

### ○入管信息中心

<https://www.visajapan.jp/chishiki3-2.html>

免费提供入国管理局的签证申请等相关咨询。

### ○法律支援中心 (法 Terasu) 提供多语种信息服务

<https://www.houterasu.or.jp/multilingual/index.html>

是日本政府设立的解决法律纠纷的综合问询处, 提供各种信息服务。

### ○贴心热线 (多语种咨询服务)

<https://www.since2011.net/yorisoi/>

工作烦恼、生活烦恼、内心烦恼、家庭烦恼、经济烦恼、疾病烦恼等, 贴心帮助所有有烦恼的人, 一起探索解决方法。

### ○法务省 外语人权咨询专线

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html>

应对无法自如使用日语的人咨询人权方面的专线 (语音导向)。

### ○多语种客服中心 山口县观光联盟

<http://www.visit-jy.com/app/>

汇集了山口县的观光名胜、美食及活动等各种信息, 为您的旅行增添魅力。同时与多语种客服中心提携, 可以提供日语和外语的翻译协助。

### ○针对外国人从业者的咨询专线

应对外国人从业者的咨询, 提供有关劳动条件相关问题的法令说明, 介绍各相关机构等。

〒730-0012 广岛市中央区上八丁堀 6-30 广岛合同厅舍第 2 号馆

TEL 082-221-9242

**○NPO法人 AMDA 国际医疗信息中心**

<https://www.amdamedicalcenter.com/>

是针对不能自如使用日语的外国人，提供医疗机构指南、医疗电话翻译的NPO 团体。



长门市企画政策科