

にいがた^し市

がいこくじんむ
外国人向け

く
暮らしの

が い ど
ガイド

2023



にいがたし
新潟市

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、2023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)。

目 次

はなし 話を 聞くところ	2
きんきゆう 緊急の とき	5
さいがい 災害が 起こる 前に 準備する	8
にいがたし 新潟市に ついて	14
しやくしよ くやくしよ 市役所・区役所に ついて	17
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）	21
こくみんけんこうほけん 国民健康保険	26
こくみんねんきん 国民年金	33
し はら ぜいきん 市に 払う 税金	36
けんこう いりよう 健康・医療	40
にんしん しゅつさん こそだ 妊娠・出産・子育て	43
ひとりおや ひと ひとり親の 人へ	48
こ そだ ひと 子どもを 育てている 人へ	50
こ きょういく 子どもの 教育	53
しょう ひと 障がいの ある 人へ	55
こうれいしゃ ひと 高齢者の 人へ	58
へや か 部屋を 借りる	62
でんき がす すいどう 電気・ガス・水道	64
く 暮らしの こと	66
ごみ だ かた ごみの 出し方	71
にほんご べんきよう ひと 日本語を 勉強したい 人へ	79
にいがたし じょうほう し 新潟市の 情報を 知る	80
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	81

はなし 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

※日本語だけ

にいがたし せいど てつづ いべんと しせつ じょうほう し ねんらく
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

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 困っている ことについて 外国語で 話が できます。
外国人の 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ようどおり のちよう 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 とうようび じ じ 月曜日から 土曜日までの、9時から 16時までです。 にちようび しゅくじつ 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	とうようび 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
い人は、まずは 電話か メールで 予約<=日<にちと 時間を 約束すること>を してくだ
さい。予約を してから、決まった 日時に 新潟市国際交流協会に 行って くださ
い。

●**弁護士 無料法律相談(年4回)**

▶<https://www.nief.or.jp/node/57>

あなたが 困っている ことを 弁護士に 相談できます。お金は かかりません。
相談したい人は、予約してください。



2023年度の相談の日

4月21日(金)、8月18日(金)、12月16日(土)、2024年2月17日(土)

どの日も 13時から 16時40分まで 1人40分

FRCN 外国人相談センター新潟

※日本語または外国語

在留資格、仕事、教育、医療、福祉など、生活についての相談ができます。

住所	中央区万代島5-1 万代島ビル2階 (ホテル日航新潟のある建物の中)
TEL	025-241-1881(相談専用)
Email	nia10@niigata-ia.or.jp(相談専用)
HP	https://www.niigata-ia.or.jp
話ができる時間	月曜日から金曜日までの、10時から17時までです。 ※土曜日、日曜日、祝日、年末年始<=12月29日から次の年の1月3日ごろまでは休みです。 ※職員に会って話をしたい人は、16時30分までに受け付けをしてください。

●相談できる言語と曜日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
英語	○			○	○
中国語			○		
フィリピン語	○				
タイ語		○			
ベトナム語		○			
スペイン語				○	
ポルトガル語				○	
ロシア語	○	○	○	○	○

facebook



・「○」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。

・オンライン(Zoom)でも相談できます。オンライン(Zoom)で相談したい人は、電話かメールで連絡してください。



あなたが 困っている ことを 専門家に 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	じ じ 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 ベとなむご タイ語、ベトナム語、 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	じ じ 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
にゅうかんでつづきそうだん 入管手続相談	まいつきだい かようび 毎月第2火曜日	じ じ 13時から17時まで	にほんご たいご ベとなむご 日本語、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	じ じ 13時から17時まで	にほんご えいご すべいんご 日本語、英語、スペイン語、 ぼるとがるご ろしあご ポルトガル語、ロシア語

・相談したいときは、予約の連絡を してください。相談の 方法は 4つあります。

- ①相談センターに行く ②電話する ③メールを送る ④オンライン(Zoom)で話す

緊急のとき

緊急のときは、消防や警察に電話をかけてください。

緊急電話のかけ方

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。消防には、救急車<=病気やけがをした人を運ぶ車>と消防車<=火事を消す車>があります。



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.40)。夜や休日は、新潟市急患診療センター(→P.6)などに行ってください。

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。



●交通事故、犯罪 → TEL 110

交通事故を起こしたときや犯罪に遭ったときは、警察(110番)に電話をしてください。



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.40)。

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.40)	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 6時30分まで 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 8時30分まで 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.40)	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	日曜日・祝日 10時から 17時まで	日曜日・祝日 16時30分まで



診療科目 (→P.40)	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
- ・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。



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	くやくしょ 区役所の	ちいきそうむか 地域総務課	ひがし (東)	ちゅうおう (中央)	にしく (西区)	そうむか 総務課
きたくやくしょ 北区役所	ちいきそうむか 地域総務課	TEL 025-387-1165	Email chiikisomu.n@city.niigata.lg.jp			
ひがしくやくしょ 東区役所	そうむか 総務課	TEL 025-250-2720	Email somu.e@city.niigata.lg.jp			
ちゅうおうくやくしょ 中央区役所	そうむか 総務課	TEL 025-223-7064	Email somu.c@city.niigata.lg.jp			
こうなんくやくしょ 江南区役所	ちいきそうむか 地域総務課	TEL 025-382-4526	Email chiikisomu.k@city.niigata.lg.jp			
あきはくやくしょ 秋葉区役所	ちいきそうむか 地域総務課	TEL 0250-25-5470	Email chiikisomu.a@city.niigata.lg.jp			
みなみくやくしょ 南区役所	ちいきそうむか 地域総務課	TEL 025-372-6431	Email chiikisomu.s@city.niigata.lg.jp			
にしくやくしょ 西区役所	そうむか 総務課	TEL 025-264-7120	Email somu.w@city.niigata.lg.jp			
にしかんくやくしょ 西蒲区役所	ちいきそうむか 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.13)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.10)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 ぼうさいか しゃくしょほんかん
防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

●^{いえ}家に^{じゅんぴ}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^{みっかかん} 過ごす^す 水^{みず}や 食べ物^{たもの}、生活^{せいかつ}に 必要^{ひつよう}な 道具^{どうぐ}(可能^{かのう}であれば 7日分^{なのかぶん})。
- ・いつも 食べている^た ものは、食べた^たら 買い足^かして おいてください。
- ・災害^{さいがい}の ときは、ガス^{がす}や 水道^{すいどう}が 止まる^とことが あります。卓上^{たくじょう}コンロ^ろや ガスボンベ^{がすほんべ}、
携帯^{けいたい}トイレ^{といれ}なども 用意^{ようい} してください。

き 聞く **ところ** ぼうさいか しやくしよほんかん
防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

●^{いえ}家の^{なか}中を^{あんぜん}安全にしてください

- ・家具^{かぐ}や テレビ^{てれび}などは、固定^{こてい}して、床^{ゆか}に 落ち^おないように してください。
- ・重い^{おも} ものや 割れた^わら 危ない^{あが} もの、高い^{たか} ところに 置か^おないように してください。
- ・玄関^{げんかん}や 窓^{まど}に 行く^い 道^{みち}に、家具^{かぐ}などの 倒れ^{たお}やすい ものを 置か^おないように してください。
- ・ガラス^{がらす}で できた^た 棚^{たな}や 窓ガラス^{まどがらす}に、飛散防止^{ひさんぼうし}フィルム^{ふいるむ}を 貼^はってください。
飛散防止^{ひさんぼうし}フィルムは、ホームセンター^{ほーむせんたー}で 売^うっている、ガラス^{がらす}が 飛び散^とらないように する
シート^{しーと}です。
- ・動き^{うご}やすい 靴^{くつ}は、スニーカー^{すにーかー}などです。準備^{じゅんぴ}しておいてください。

き 聞く **ところ** ぼうさいか しやくしよほんかん
防災課(市役所本館) TEL 025-226-1143 Email bosai@city.niigata.lg.jp

^{ひなん}避難する ^{だいじ}ときに 大事な こと

- ・正確^{せいかく}な 情報^{じょうほう}を 調べ^{しら}て、すぐ 避難^{ひなん}してください。
- ・動き^{うご}やすい 服^{ふく}を 着^きてください。近く^{ちか}に いる人^{ひと}と 一緒^{いっしょ}に 避難^{ひなん}してください。
- ・ほかの人^{ひと}と 助け^{たす}合^あってください。避難^{ひなん}が 難^{むずか}しい 人^{ひと}が いたら、助け^{たす}てあげてください。

き 聞く **ところ** ぼうさいか しやくしよほんかん
防災課(市役所本館) 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(ウエットティッシュ)、体温計
- ・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。せきをするときには、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

大雨のときに避難するタイミング

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

大雨で危ないとき、テレビやラジオなどで避難の情報が出ます。「警戒レベル4」までに、必ず避難してください。

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

警戒レベルと、そのときやること

警戒レベル	そのときやること	情報を出すところ
警戒レベル5 「緊急安全確保」	いのちを守る	にいがたし新潟市
警戒レベル4までに必ず避難する		
警戒レベル4 「避難指示」	あぶない場所から全員が避難する	にいがたし新潟市
警戒レベル3 「高齢者等避難」	に逃げるときに時間のかかる人は避難を始める	にいがたし新潟市
警戒レベル2 「大雨・洪水・高潮 注意報」	ひなんほうほうかくにん 避難方法を確認する	きしやうちやう 気象庁
警戒レベル1 「早期注意情報」	さいがいちやうい 災害に注意する	きしやうちやう 気象庁

避難するときに注意すること

- 安全な場所にいれば、避難しなくてもいいです。
- 警戒レベル5のときに避難していなかったら、自分の家の安全なところで命を守ってください。
- 激しい雨が降っているときは、外に出ると危ないです。車を使うことも危ないです。車は使わないでください。

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

津波に注意してください

地震のあとに、津波が来るかも知れません。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 kikitaisaku@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。



●ホームページやツイッター、LINEでも情報を見ることができます

- ・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ツイッター(SNS) @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 kikitaisaku@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知れません。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

●^{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^{ところ}場所などが
^か書いてある^{ちず}地図です。^す住んでいる^く区の^{くやくしよ}区役所で^{もらえます}もらえます。

き
聞く ところ

^{くやくしよ}区役所の^{ちいき}地域の^{そうむか}総務課(^{ひがし}東・^{ちゆうおう}中央・^{にしく}西区は ^{そうむか}総務課)(→P.8)



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、東アジアや東南アジアなどと船でつながっています。

おすすめの場所

■水の公園 福島潟

220種類の鳥と470種類の植物が見つまっている、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。

■新潟西港

新潟西港にある山の下みなとタワーから、日本海に沈む夕日を見ることができます。



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。

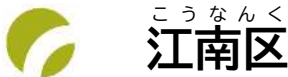
おすすめの場所

■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。



江南区

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

江南区には、たくさんの工場や大きなお店があります。都会と自然がバランスよくあります。

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。市場の食堂も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。



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。新潟市のなか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乘ったりすることができます。



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。

■しろね大凧と歴史の館

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



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。子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。



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。農業がとても盛んです。

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。

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

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

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





ちゅうおうく
中央区



- **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 だいひょう
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>
- **東出張所** ちゅうおうくかんぼらちよう
中央区蒲原町7-1 TEL 025-241-4111 FAX 025-246-3397
Email higashi.c@city.niigata.lg.jp
- **南出張所** みなみしゅつちようじよ 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
- **入舟連絡所** いりふねれんらくじよ 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
- **関屋行政サービスコーナー** せきやぎょうせいサービスコーナー 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

- **市役所本館** しゃくしよほんかん
ちゅうおうくがっこうちようどおり だいひょう
中央区学校町通1-602-1 TEL 025-228-1000(代表)

- **市役所ふるまち庁舎** しゃくしよ ちようしゃ
ちゅうおうくふるまちどおり ふるまちなるふるない だいひょう
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>



こうなんく
江南区



- **江南区役所** こうなんくやくしよ
こうなんくいずみちよう だいひょう
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>
- **横越出張所** よごししゅつちようじよ こうなんくよごしちゆうおう
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
- **曾野木連絡所** そのきれんらくじよ こうなんくあまの
江南区天野2-7-2 TEL 025-280-6001 FAX 025-280-2372
Email sonoki.k@city.niigata.lg.jp
- **両川連絡所** りょうかわれんらくじよ こうなんくさかやちよう
江南区酒屋町821-8 TEL 025-280-2511 FAX 025-280-2512
Email ryokawa.k@city.niigata.lg.jp
- **大江山連絡所** おおえやまれんらくじよ こうなんくほそやま
江南区細山401 TEL 025-276-3049 FAX 025-277-1659
Email oeyama.k@city.niigata.lg.jp
- **亀田行政サービスコーナー** 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 かめだえきまえちいきこうりゅうせんたーない
江南区東船場1-1-22 亀田駅前地域交流センター内
TEL 025-381-1200

あきはく
秋葉区



あきはくやくしよ
●秋葉区役所

あきはくほどじま だいひょう
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

にいつぎょうせいサービスコーナー あきはくにいつほんちょう にいつちいきこうりゅうせんたー かい
■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
南区



みなみくやくしよ
●南区役所

みなみくしろね だいひょう
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

にしく
西区



にしくやくしよ
●西区役所

にしくてらおひがし だいひょう
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>

にししゅつちようじよ にしこうちのまち
■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

くろさきしゅつちようじよ にしのおのまち
■黒埼出張所 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 にしくあかつか
■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 にしくなかのこや
■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

くろさきぎょうせいサービスコーナー にしく にし
■黒埼行政サービスコーナー 西区ときめき西4-1-1 黒埼北部公民館内

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>

いわむろしゅっちょうじよ
■ **岩室出張所** にしかんくにしなか
西蒲区西中860 TEL 0256-82-4111 FAX 0256-82-4119
Email iwamuro.nsk@city.niigata.lg.jp

にしかわしゅっちょうじよ
■ **西川出張所** にしかんくはたや
西蒲区旗屋585-1 TEL 0256-88-3111 FAX 0256-88-7491
Email nishikawa.nsk@city.niigata.lg.jp

かたひがししゅっちょうじよ
■ **潟東出張所** にしかんくさんぼう
西蒲区三方1 TEL 0256-86-3111 FAX 0256-86-3109
Email katahigashi.nsk@city.niigata.lg.jp

なかのくちしゅっちょうじよ
■ **中之口出張所** にしかんくなかのくち
西蒲区中之口626 TEL 025-375-2712 FAX 025-375-5451
Email nakanokuchi.nsk@city.niigata.lg.jp

じゅうみんとろうく てんにゆう 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、ありません。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 さいにゆうこくきよか 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ゆうこくざいりゅうかんりきよくにいがたしゅつちようじよ にいがたくこう
東京出入国在留管理局新潟出張所(新潟空港にあります)
にいがたしひがしくまつはままち
新潟市東区松浜町3710 TEL 025-275-4735 FAX 025-275-4848

こ 子どもが 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 子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日以上日本にいたるときは、子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)

きたくやくしよ くみんせいかつか ちゅうおうく まどぐちさーびすか
北区役所 区民生活課 TEL 025-387-1255 Email kumin.n@city.niigata.lg.jp

ひがしくやくしよ くみんせいかつか
東区役所 区民生活課 TEL 025-250-2235 Email kumin.e@city.niigata.lg.jp

ちゅうおうくやくしよ まどぐちさーびすか
中央区役所 窓口サービス課 TEL 025-223-7126 Email mado.c@city.niigata.lg.jp

こうなんくやくしよ くみんせいかつか
江南区役所 区民生活課 TEL 025-382-4203 Email kumin.k@city.niigata.lg.jp

あきはくやくしよ くみんせいかつか
秋葉区役所 区民生活課 TEL 0250-25-5674 Email kumin.a@city.niigata.lg.jp

みなみくやくしよ くみんせいかつか
南区役所 区民生活課 TEL 025-372-6105 Email kumin.s@city.niigata.lg.jp

にしくやくしよ くみんせいかつか
西区役所 区民生活課 TEL 025-264-7211 Email kumin.w@city.niigata.lg.jp

にしかんくやくしよ くみんせいかつか
西蒲区役所 区民生活課 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・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.26)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.33)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.21)

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.21)

日本では ない 国から 新潟市に 引っ越しを する とき

まずは、出入国在留管理局(→P.21)で在留カードか特別永住者証明書の再入国許可の手続きをしてください。その後、区役所の区民生活課(中央区は窓口サービス課)に転入届を出してください。

■出す とき 新潟市に引っ越した 日から 14日 以内

■必要な もの

1. 引っ越した 人 全員の パスポートと、在留カードか 特別永住者証明書
※家族が いるときは、下の 2、3、4の 書類も 持ってきて ください。書類が な
いときは、皆さんの 国の 大使館や 領事館に 聞いて ください。
2. 婚姻証明書<=結婚した ことを 証明する 紙>
3. 出生証明書<=子どもが 生まれた ことを 証明する 紙>
4. 2と3を 日本語に 直した もの
※直した 人の 名前を 書いて もらって 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) (→P.21)

日本の ほかの 市や 町から 新潟市に 引っ越し とき

新潟市で引っ越しの手続きをする前に、住んでいた市や町に転出届を出して ください。その後、区役所の区民生活課(中央区は 窓口サービス課)に 転入届を 出して ください。

■出す とき 新潟市に引っ越した 日から 14日 以内

■必要な もの

1. 転出証明書
・転出証明書は、前に 住んでいた 市や 町に 転出届を 出すと もらえます。
2. 引っ越した 人 全員の 在留カードか 特別永住者証明書、マイナンバーカード
・マイナンバーカードを 持っていたら 出して ください。マイナンバーカードは、12個の 数字と、顔の 写真が 付いた ICカード です。

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.21)

新潟市の 中で 引っ越しをした とき

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

■出す とき 引っ越した 日から 14日 以内

■必要な もの 引っ越した 人 全員の 在留カードか 特別永住者証明書、
マイナンバーカード

・マイナンバーカードを 持っていたら 出して 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.21)

新潟市では ない ところへ 引っ越す とき(→P.80)

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

家族が 違う 場所に 引っ越しする ときは、別々に 出して ください。

■出す とき 引っ越しを する 14日 前から 引っ越しを する 日まで

■必要な もの マイナンバーカード

・マイナンバーカードを 持っていたら 出して 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.21)

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 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>

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.21)

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。あなたを証明する身分証明書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.21)

●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.21)

印鑑の登録をするとき

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/todokede/kosekinado/inkantoroku/1todokede.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時、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、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

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.21)

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.21)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.21)をしていない人
4. 生活保護をもらっている人

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	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 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
海外から 新潟市に 転入する とき	ざいりゅうカード 特別永住者証明書、 パスポート
会社の 健康保険を やめた とき、 ひふようしゃ おとつ つま せいかつ やしな 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 特別永住者証明書、 かいしゃ 健康保険資格喪失証明書<=会社の 健康保険の 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 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 生まれた とき	ざいりゅうカード 特別永住者証明書、 こくみんけんこうほけんしょう 国民健康保険証 ※子どもを 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.31)。

※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か、マイナンバー通知カードが あります。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。

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 引っ越しをするとき	ざいりゅうかーど 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、 こくみんけんこうほけんしょう 国民健康保険証
かいがい ひ こ 海外へ引っ越しをするとき	ざいりゅうかーど 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、 こくみんけんこうほけんしょう 国民健康保険証 ※てんしゅつ てつづ せいさん 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	ざいりゅうかーど 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 けんこうほけんしょう こくみんけんこうほけんしょう 健康保険証、国民健康保険証
せいかつほご 生活保護をもらうようになったとき	ざいりゅうかーど 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、 ほごかいしけつていつうちしょ こくみんけんこうほけんしょう 保護開始決定通知書、国民健康保険証
し 死んだとき	し ひと こくみんけんこうほけんしょう 死んだ人の国民健康保険証

※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
世帯主と、国民健康保険の手続きをする人のマイナンバーカードか、
まいなんばんつうちかーど
マイナンバー通知カードが 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 じゅうしょ か 新潟市のなかで住所が変わったとき	ざいりゅうかーど 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、 こくみんけんこうほけんしょう 国民健康保険証
せたいぬし なまえ か 世帯主や名前が変わったとき	ざいりゅうかーど 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、 こくみんけんこうほけんしょう 国民健康保険証
こくみんけんこうほけんしょう 国民健康保険証をなくしたとき	ざいりゅうかーど 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
こくみんけんこうほけんしょう よご 国民健康保険証を汚したとき	ざいりゅうかーど とくべつえいじゅうしゃしょうめいしょ よご 在留カードか 特別永住者証明書、汚した こくみんけんこうほけんしょう 国民健康保険証

※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
世帯主と、国民健康保険の手続きをする人のマイナンバーカードか、
まいなんばんつうちかーど
マイナンバー通知カードが います。

こくみんけんこうほけん ほけんりよう
国民健康保険の 保険料

こくみんけんこうほけん はい ひと こくみんけんこうほけん ほけんりよう ほけん かね はら
 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。

とくべつ りゆう が あって、せいかつ ととても むづか くなった ときは、ほけんりよう すく
 なる 場合が あります。さいがい に あつたり、しごと が なくなつたり して、ほけんりよう はら
 ことが できなくなつた ときは、すぐに し 知らせて ください。

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 まどぐちさーびすか
 区役所の 区民生活課(中央区は 窓口サービス課) (→P.27)

● **ほけんりよう を はら ほうほう**
保険料を 払う 方法

ほけんりよう つぎ
 保険料は、次の ①か ②か ③の ほうほう はら 払って ください。

① **ぎんこう などの こうざ から はら**
銀行などの 口座から 払う

ぎんこう などの こうざ から じどうてき はら 払うことが できます。あなたが はら い 行かなくて
 いいので、べんり です。この ほうほう を つか するためには、くやくしよ くみんせいかつか ちゅうおうく
 まどぐちさーびすか 窓口サービス課)か、ぎんこう などで てつづ 手続きを して ください。

■ **こうざ から はら ことができる ぎんこう など**
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、新潟縣信用組合、 にいがたけんしんようのうぎょうきょうどうくみあいいんごうかい にいがたけんろうどうきんこ 新潟県信用農業協同組合連合会、新潟県労働金庫、 にいがたしのうぎょうきょうどうくみあい にいがたしんようきんこ 新潟市農業協同組合、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ぎょうきょうどうくみあいいんごうかい 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 しんたくぎんこう みつすみともぎんこう 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 ばしょ 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 ちゆうおうく まどぐちさーびすか (中央区は 窓口サービス課)	ぎんこう きゃっしゅかーど みぶんしやうめいしよ 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やう 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 つうちやう ぎんこう つか ほんしんしやう 銀行の 通帳、銀行で 使う はんこ、保険証

②納付書で 払う

まいとし がつ のうふしよが ゆうびん とど きま った ひま 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 など、コンビニ、スマートフォン決済(LINE Pay、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 ひま でに 保険料を 払 わ な かつ た ら、支 払 い を 求 め る 書 類 (督 促 状 や 催 告 書) が 届 け ます。
2. 支 払 い を 求 め る 書 類 (督 促 状 や 催 告 書) が 届 いた の に 払 わ な かつ た ら、保 険 証 を 役 所 に 返 し て も ら う こ と が あり ます。その 時 刻 は、医 療 費 <= 病 院 や クリニク の お 金 > を 全 部 自 分 で 払 わ な け れ ば な り ませ ん。
3. 特 別 な 理 由 が な い の に 保 険 料 を 払 わ な かつ た ら、あ な た の 財 産 を 取 り 上 げ る こ と が あり ます。

こくみんけんこうほけん 国民健康保険で もらうことができる お金

びやうき や けが を し て から 2年 以 内 に てつづ け て く だ さ い。が い こ く ご 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。

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. 27)

●病^{びょうき}気^きや^や け^けが^がで^で 医^い療^{りょう}機^き関^{かん}に^に 行^いく^く と^とき^き

病^{びょうき}気^きや^や け^けが^がで^で 医^い療^{りょう}機^き関^{かん}に^に 行^いく^く と^ときは、国^{こく}民^{みん}健^{けん}康^{こう}保^ほ険^{けん}証^{しょう}を^を 持^もっ^って^て 行^いっ^って^て くだ^{くだ}さ^さい。医^い療^{りょう}機^き関^{かん}に^に 保^ほ険^{けん}証^{しょう}を^を 出^だすと、自^じ分^{ぶん}で^で 払^はら^らう^う お^お金^{かね}が^が 少^{すく}な^なく^く な^なり^りま^ます。自^じ分^{ぶん}で^で 払^はら^らう^う お^お金^{かね}の^の 割^{わり}合^{あい}は、次^{つぎ}の^の とお^とり^りで^です。

年 ^{ねん} 齢 ^{れい}	自 ^じ 分 ^{ぶん} で ^で 払 ^は ら ^ら う ^う お ^お 金 ^{かね}
小 ^{しょう} 学 ^{がく} 校 ^{こう} に ^に 入 ^{はい} る ^る 前 ^{まえ} の ^の 子 ^こ ども	全 ^{ぜん} 部 ^ぶ の ^の お ^お 金 ^{かね} の ^の 20%
小 ^{しょう} 学 ^{がく} 校 ^{こう} に ^に 入 ^{はい} っ ^っ て ^て い ^い る ^る 人 ^{ひと} か ^か ら ^ら 69歳 ^{さい} ま ^ま で ^で の ^の 人 ^{ひと}	全 ^{ぜん} 部 ^ぶ の ^の お ^お 金 ^{かね} の ^の 30%
70歳 ^{さい} 以 ^い 上 ^{じょう} の ^の 人 ^{ひと}	全 ^{ぜん} 部 ^ぶ の ^の お ^お 金 ^{かね} の ^の 20%か 30% ※年 ^{ねん} 齢 ^{れい} や 収 ^{しゅう} 入 ^{にゅう} ≤ 給 ^{きゅう} 料 ^{りょう} 等 ^{とう} の ^の お ^お 金 ^{かね} >で ^で 違 ^{ちが} い ^い ま ^ま す。

●医^い療^{りょう}費^ひを^を 全^{ぜん}部^ぶ 自^じ分^{ぶん}で^で 払^はら^らった^{った} と^とき^き

急^{きゅう}な^な 病^{びょうき}気^きや^や け^けが^がで^で 保^ほ険^{けん}証^{しょう}が^が な^ない^い と^ときは、医^い療^{りょう}費^ひの^の 全^{ぜん}部^ぶを^を 払^はら^らい^いま^ます。後^{あと}か^から^ら 区^く役^{やく}所^{しょ}の^の 区^く民^{みん}生^{せい}活^{かつ}課^か(中^{ちゅう}央^{おう}区^くは 窓^{まど}口^{ぐち}サ^さー^さビ^びス^す課^か)で^で 手^て続^{つづ}き^きを^を す^すると、保^ほ険^{けん}で^で 払^はら^らう^う 分^{ぶん}の^の お^お金^{かね}が^が 戻^もっ^って^て 来^きま^ます。

●医^い療^{りょう}費^ひを^を た^たく^くさ^さん 払^はら^らった^{った} と^とき^き (高^{こう}額^{がく}療^{りょう}養^{よう}費^ひ)

1か^げ月^つに^に 払^はら^らった^{った} 医^い療^{りょう}費^ひが^が た^たく^くさ^さん^んに^に な^なった^{った} と^ときは、決^きま^まった^{った} 金^{きん}額^{がく}よ^より^り お^おい^い多^たい^い 分^{ぶん}の^の お^お金^{かね}が^が 戻^もっ^って^て 来^きま^ます。医^い療^{りょう}機^き関^{かん}で^で お^お金^{かね}を^を た^たく^くさ^さん 払^はら^らった^{った} と^ときは、お^お金^{かね}を^を 払^はら^らっ^って^てか^から^ら 8か^げ月^つ た^たった^{った} あ^あと^とに、お^お知^しら^らせ^せが^が 届^{とど}き^きま^ます。
申^{もう}し^し込^こみ^みの^の 紙^{かみ}と 必^{ひつ}要^{よう}な^な 書^{しょ}類^{るい}を、区^く役^{やく}所^{しょ}の^の 区^く民^{みん}生^{せい}活^{かつ}課^か(中^{ちゅう}央^{おう}区^くは 窓^{まど}口^{ぐち}サ^さー^さビ^びス^す課^か)に^に 郵^{ゆう}便^{びん}で^で お^おく^く 送^{おく}っ^って^て くだ^{くだ}さ^さい。

※医^い療^{りょう}機^き関^{かん}に^に 行^いく^く 前^{まえ}に、区^く役^{やく}所^{しょ}の^の 区^く民^{みん}生^{せい}活^{かつ}課^か(中^{ちゅう}央^{おう}区^くは 窓^{まど}口^{ぐち}サ^さー^さビ^びス^す課^か)で^で 「限^{げん}度^ど額^{がく}適^{てき}用^{よう}認^{にん}定^{てい}証^{しょう}」を^を も^もら^らう^う や^やり^り方^{かた}も^も あ^あり^りま^ます。医^い療^{りょう}機^き関^{かん}に^に 保^ほ険^{けん}証^{しょう}と 「限^{げん}度^ど額^{がく}適^{てき}用^{よう}認^{にん}定^{てい}証^{しょう}」を^を 出^だすと、医^い療^{りょう}機^き関^{かん}で^で 払^はら^らう^う お^お金^{かね}が^が 少^{すく}な^なく^く な^なり^りま^ます。
「限^{げん}度^ど額^{がく}適^{てき}用^{よう}認^{にん}定^{てい}証^{しょう}」が^が な^なく^くて^ても、保^ほ険^{けん}証^{しょう}を^を 出^だせ^せば、払^はら^らう^う お^お金^{かね}が^が 少^{すく}な^なく^くな^なる^る こ^こと^とが^が あ^あり^りま^ます

●病^{びょうき}気^きや^や 介^{かい}護^ごで^で お^お金^{かね}を^を た^たく^くさ^さん 払^はら^らった^{った} と^とき^き (高^{こう}額^{がく}介^{かい}護^ご合^{がっ}算^{さん}療^{りょう}養^{よう}費^ひ)

1年^{ねん}間^{かん}に^に 払^はら^らった^{った} 国^{こく}民^{みん}健^{けん}康^{こう}保^ほ険^{けん}と 介^{かい}護^ご保^ほ険^{けん}(→P.58)の^の お^お金^{かね}が^が 決^きま^まった^{った} 金^{きん}額^{がく}よ^より^り お^お多^たく^くな^なった^{った} と^ときは、お^お知^しら^らせ^せが^が 届^{とど}き^きま^ます。お^お知^しら^らせ^せが^が 届^{とど}いたら^{たら} 手^て続^{つづ}き^きを^を し^して^て くだ^{くだ}さ^さい。決^きま^まった^{った} 金^{きん}額^{がく}よ^より^り お^おい^い多^たい^い 分^{ぶん}の^の お^お金^{かね}が^が 戻^もっ^って^て 来^きま^ます。

●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460円です。

●出産育児一時金

国民健康保険に入っている人が子どもを産んだとき、新潟市役所が医療機関にお金を払います。子ども1人に42万円です。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42万円より多いときは、42万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42万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。

※海外で子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。

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。



こくみんねんきん はい ひと 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.21)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。

こくみんねんきん はい ひと 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。

こくみんねんきん ほけんりょう 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16,520円です。
※令和5年度(2023年4月1日から2024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.27)

ほけんりょう はら ほうほう ●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。

●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。

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.27)

●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。

いぞくきそねんきん
●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。

だつたいいちじきん
●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 ねんきんじむしょ
年金事務所

にいがたにしねんきんじむしょ にいがたしちゅうおうくにしおおはたちょう
新潟西年金事務所 新潟市中央区西大畑町5191-15 TEL 025-225-3008

にいがたひがしねんきんじむしょ にいがたしちゅうおうくしんこうちょう
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 にいがたしちゅうおうくひがしおどおり がいすにいがた かい
街角の年金相談センター新潟 新潟市中央区東大通2-3-26 プレイス新潟6階
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^{おお} 人^{ひと}は、1月1日^{がついちにち}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 **し** 市民税課(市役所ふるまち庁舎) **ちようしゃ** TEL 025-226-2243
Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

● けんみんぜい しみんぜい はら 払^{はら}わなければ ならない 人^{ひと}

つぎ 次^{つぎ}の 1か 2の 人^{ひと}です。

1. 1月1日^{がついちにち}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^{がついちにち}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 払^{はら}わなくて いい 人^{ひと}

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 もらっている 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}、結婚^{けっこん}をして いない 人^{ひと}>や ひとり親^{おや}<=子^こどもの いる、結婚^{けっこん}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 払^{はら}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 相談^{そうだん}して ください。

● 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、LINE PAY、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。

●**納税証明書**や**課税証明書**を**もらう**方法
納税証明書は、税金を払ったことを証明する紙です。
課税証明書は、1年間の収入と住民税をわかるようにする紙です。
もらうとき、1枚300円を払います。

■**もらう**ところ 区役所、出張所、連絡所、行政サービスコーナー、市民税課(ふるまち
庁舎)

■**必要なもの** 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、運転免許証、パスポートなど>

※ほかの人が手続きをするときは、あなたが書いた委任状を持ってきてください。

軽自動車やバイクの税金を払う

聞くところ 市民税課(市役所ふるまち庁舎) TEL 025-226-2243
Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

●**軽自動車税**とは

バイク<自動二輪車>や軽自動車<660ccより小さい車>を持っている人は、
軽自動車税を払ってください。

●**軽自動車税を払わなければならない**人

その年の4月1日にバイクや軽自動車を持っている人です。

■**税金を払う**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、LINE PAYや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。

● **すぐに手続きが必要なとき**

軽自動車やバイクをほかの人にあげたときや、廃車=<車の登録を消すこと>にしたときは、すぐに手続きしてください。手続きをしなかったら、あなたがずっと税金を払わなければなりません。手続きをするところは、次のとおりです。

■ **125ccまでのバイク(原動機付自転車・小型特殊自動車)**

聞くところ 区役所(中央区は除く)、出張所、連絡所、市民税課(市役所ふるまち庁舎) TEL 025-226-2243 Email shiminzei.to@city.niigata.lg.jp

■ **125ccを超えるバイク(二輪の小型自動車・軽二輪車)**

聞くところ 北陸信越運輸局 新潟運輸支局 新潟市中央区東出来島14-26
TEL 050-5540-2040

■ **660CCまでの軽自動車(軽四輪車・軽三輪車)**

聞くところ 軽自動車検査協会 新潟主管事務所 新潟市東区紫竹卸新町1927-12
TEL 050-3816-1850)

びょうき 病気になったとき

びょうき 病気になったときは、いりょうきかん 医療機関<= びょういん 病院や くりにつく クリニック>に いきます。いりょうきかん 医療機関に 行くときは、かなら 必ず けんこうほけんしゅう 健康保険証<= けんこうほけん 健康保険(→P.26)に 入っている ことが わかる かーど カード>と お金を 持って いきます。



●いりょうきかん 医療機関で びょうき 病気や けがを みて もらう ほうほう 方法

- いりょうきかん 医療機関の 窓口 に いる ひと 人に けんこうほけんしゅう 健康保険証を だ 出して、あなたの からだ 体の どこが 悪いのかを い 言います。
- あなたの なまえ 名前が よ 呼ばれるまで 待ちます。
- あなたの なまえ 名前が よ 呼ばれたら、お医者さんに みて もらいます。
- みて もらったら、あなたの なまえ 名前が よ 呼ばれるまで 待ちます。
- じぶん 自分の なまえ 名前が よ 呼ばれたら、窓口 に いる ひと 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 つか 使えない 医療機関が 多いです。窓口 に いる ひと 人に 聞いて ください。
- くすり 薬が ある ときは、やっきょく 薬局で 薬を もらいます。お医者さんから もらった しょほうせん 処方箋<= 薬の 種類と 量を 書いた 紙>を だ 出して、薬を もらって ください。

●しんりょうかもく 診療科目<= びょうき 病気や けがを みて 診るところの なまえ 名前>

しんりょうかもく 診療科目の なまえ 名前	い 行く とき
ないか 内科	かぜ 風邪を ひいた とき ※ねつ 熱が あったり、いた 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。
しょうにか 小児科	さい 18歳までの こ 子どもが びょうき 病気の とき
せいしんか 精神科・心療内科	こころ 心の びょうき 病気の とき
げか 外科	けがを したとき
せいけいげか 整形外科	ほね 骨が お 折れた とき、こし 腰が いた 痛い とき
のうしんけいげか 脳神経外科	のう 脳や しんけい 神経の びょうき 病気の とき
さんふじんか 産婦人科	おんな 女の ひと 人の びょうき 病気の ときや こ 子どもが できたとき
がんか 眼科	め 目の びょうき 病気の ときや、めがね 眼鏡や こんたくとれんず コンタクトレンズを つく 作りたい とき
じびいんこうか 耳鼻咽喉科	みみ 耳、はな 鼻、のどの びょうき 病気の とき
ひふか 皮膚科	ひふ 皮膚の びょうき 病気や、やけどの とき
ひにょうきか 泌尿器科	おしっこ の びょうき 病気の とき
しか 歯科	は 歯が いた 痛い とき、むしば 虫歯の とき

●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。

エイズ(AIDS)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、エイズ(AIDS)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 や エイズ(AIDS)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

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

にいがたしでは、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 からだ
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。

き 聞く ところ 区役所の 健康福祉課(→P.41)

とくていけんこうしんさ う かた ●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 健康保険証を 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、新潟市から 知らせます。

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

にいがたしに 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。



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。

聞く ところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション

●妊婦健康診査を受ける

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

妊娠している人は、体の検査を受けてください。

あなたに受診票<=検査を受けるための紙>を14枚渡します。新潟市にある、赤ちゃんを産む医療機関で受診票を出したら、医療機関に払うお金が少なくなります。

聞くところ 区役所の 妊娠・子育てほっとステーション(→P.43)

●妊産婦の医療費を助ける

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

妊娠している人や出産したばかりの人が病気やけがをしたときに、医療機関に払うお金が少なくなります。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.43)

しゅっさん 出産

●出産後のお母さんを助けるサービスがあります

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

出産したお母さんが、宿泊や日帰りでゆっくり休めるところがあります。家で専門の人から話を聞くこともできます。お金がかかります。

聞くところ こども家庭課(市役所本館) 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_iryu/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うことができます。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.43)

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/iryu/kenko/yobou_kansen/22yobousesshu/index.html#cms20782

新潟市に住んでいる子どもにヒブや、BCGなどの予防接種をしています。お金はかかりません。

外国人も、住民登録(→P.20)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.43)

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が見えます。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.43)

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.43)

子どもを育てる人がもらうことができるお金

● 児童手当

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

児童手当は、日本で子どもを育てる人がもらえるお金です。0歳から中学3年生までの子どもがいる人がもらえます。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

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

子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

●子ども医療費助成

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryo/kodomoiryo/kodomoiryou.html

子ども医療費助成は、子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年生までの子どもが、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なくなります。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.46)

●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_iryo/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なくなります。お金が少なくなるのは、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.43)

●障がいのある子どもが病気のとき(自立支援医療・育成医療)

▶https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/kenko_iryo/ikuseiiryou_1.html

18歳より下の障がいのある子どもや、放っておくと障がいになる子どもが、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なくなります。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.43)

●子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_iryo/kenkozoshin.html

18歳より下の子どもが重い病気になったとき、医療機関に払うお金が少なくなります。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.43)

おや ひとり親の ひと 人へ

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/shien/hitorioya/index.html>

ひとり親<=子どもの いる、結婚を していない 人>を 助ける ための 様々な 制度
が あります。

き 聞く ところ 区役所の 健康福祉課

きたくやくしよ 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 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 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 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 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 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 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 けんこうふくしか 健康福祉課 TEL 0256-72-8369 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

おや ひとり親が もらう ことが できる お金

■お金を もらえる 人

つぎの 1から 8までの どれかの 子どもを 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 子ども
2. お父さんか お母さんが 死んだ 子ども
3. お父さんか お母さんが 重い 障がいの ある 子ども
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 子ども
5. お父さんか お母さんが 1年より 長く 子どもの 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 子ども
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 子ども
8. 結婚を しないで 生まれた 子ども

※でも、子どもが 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。

■お^{かね}金を^{きかん}もらえる期間

子どもが 18歳^{さい}に なって はじめての 3月31日^{がつ にち}まで もらう ことが できます。心^{こころ} や 体^{からだ}に 重い^{おも} 障^{しょう}がいの ある 子どもを 育て^{そだ}ている 人^{ひと}は、子どもが 20歳^{さい}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.48) 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^{でん}い^いを します。
- ・安定^{あんてい}した 生活^{せいかつ}の ため^{ため}に 必要^{ひつよう}な お金^{かね}を 借^かり^りる こと^{こと}が でき^{でき}ます。仕^し事^{ごと}を 探^{さが}した り、資^{しかく}格^とを 取^とったり する ため^{ため}の 手^て続^{つづ}き^きを 手^て伝^{でん}い^います。
- ・子^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^{でき}る こと<> と 安定^{あんてい}した 生活^{せいかつ}の ため^{ため}に、お母^{かあ}さん^{さん}と 子^こども^{ども}が 住^すむ こと^{こと}が でき^{でき}る 施^し設^{せつ}が あり^{あり}ます。

こ どもを そだ 育てている ひと へ

にんかほいくしせつ 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子どもの世話ができないとき、子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、子どもの年齢や、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子どもの人数が多いとき



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

いちじあず 一時預かり

▷https://www.city.niigata.lg.jp/kosodate/ninshin/life_stage/azuketai/takuji/ichiji.html

認可保育施設にんかほいくしせつに入はいって、いなくても、子どもを短みじかい時間じかん預あずけることができます。でも、認可保育施設にんかほいくしせつを使つかう子どもの人数にんずうが多いおおときは、一時預かりいちじあずを使つかえないことがあります。詳しいくわしいことは、聞きいてください。

■**申し込み** もうこ使つかいたい 認可保育施設にんかほいくしせつに もうこ申し込こんでください。

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(→P.50)

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

赤あかちゃんと おもちゃで 遊あそんだり、イベントいべんとを 楽たのしんだり できる ところがあります。専門せんもんの 人ひとに、子育こそだての 相談そうだんを することも できます。

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(→P.50)

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

小學生しょうがくせいの 子こどもが 遊あそべる ところがあります。

聞くところ せいさくか こども政策課(市役所本館) しやくしよほんかん 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かげつヵ月 たった 子こどもから 小しょうがく学 6ねんせい年生までの 子こどもが 病びょうき気などの とき、子こどもを 預あずける ことができます。詳しいくわしいことは、聞きいてください。

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(→P.50)

ほうかごじどうくらぶ 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歳までの子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>を受けている子どもがいたら、児童相談所か、TEL 189に知らせてください。秘密は守ります。

■ 児童相談所で すること

- ・子どもの人権を守ります。
- ・困っている子どもを育てる人を探します。

■ 児童相談所へ 相談 するとき

- ・子どもが危ないとき、守りたいとき
- ・子どもが学校に行くことができないとき
- ・子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



こ 子どもの 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

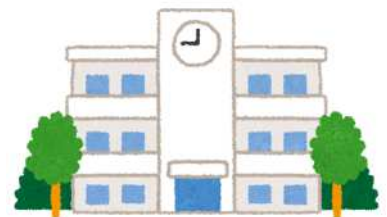
認可保育施設(→P.50)に入っていない多くの子どもは、3歳から5歳までの間、幼稚園に通います。幼稚園では、小学校に通う前に簡単な教育をします。詳しいことは、通いたい幼稚園に聞いてください。

■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

●**教育費**＜＝**教育**に **かかる** **お金**＞

新潟市立の 小学校と 中学校の 教育費は、お金がかからないものと 自己負担
する ものがあります。教育費に 困っている 人は、相談 して ください。

■**お金**が **かからない** **もの**

- ・ 入 学 金＜＝学校に 入る ときに かかる お金＞
- ・ 授 業 料＜＝授業を 受ける ための お金＞
- ・ 教科書の お金

■**自己負担**の **もの**

- ・ 教科書 以外の、授業で 使う 本
- ・ 学校で 使う 鉛筆や ノート
- ・ 給 食 ＜＝学校で 食べる ごはん＞
- ・ 校外 研 修＜＝日帰りの 小さい 旅行＞や、修 学 旅 行＜＝同じ 学年の みんなで 行く
大きい 旅行＞

聞く ところ 区役所の 教育支援センター(→P. 53)

●**障**がいの **ある** **子ども**の **学校**

新潟市立の 小学校と 中学校には、特別支援学級＜＝障がいの ある 子どもの た
めの 特別な クラス＞が あります。知能の 障がいや 心の 障がいなどの ある 子
どもに 合った 教育を します。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(→P. 53)

しょう 障がいの ある ひと 人へ

しょう 障がいが あって 普段の 生活や 社会での 生活に 困る ことがある 人は、
にいがたし 新潟市から さまざまな しえん 支援を うける ことができます。詳しい ことは、聞いてください。

き 聞く ところ 区役所の 健康福祉課

きたくやくしよ 健康福祉課 TEL 025-387-1305 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

ひがしくやくしよ 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よ 健康福祉課 TEL 025-223-7207 Email kenko.c@city.niigata.lg.jp

こうなんくやくしよ 健康福祉課 TEL 025-382-4396 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

あきはくやくしよ 健康福祉課 TEL 0250-25-5682 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

みなみくやくしよ 健康福祉課 TEL 025-372-6304 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

にしくやくしよ 健康福祉課 TEL 025-264-7310 Email kenko.w@city.niigata.lg.jp

にしかんくやくしよ 健康福祉課 TEL 0256-72-8358 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

● からだ しょう 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やてちょう 手帳(身体障害者手帳)

▷<https://www.city.niigata.lg.jp/iryu/shofuku/techo/shintai.html>

しんたいしょう 身体障がい<= からだ しょう 障がいが ある 人は、しんたいしょうがいしやてちょう 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やてちょう 身体障害者手帳を もらうと、さまざま たす 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 決まった からだ しょう 障がいが あって 普段の 生活に 困ることが ある 人
や、めが よく みえない ひと 人が、みみ が よく きこえない ひと ことば が で なくて うまく
はな 話せない ひと からだ を うまく うごかせない ひと からだ の 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 決まっている 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. しゃしん 写真
3. まいなんばんカード<=12個の 数字と、かお の しゃしん 写真が か 書いてある ICカード>

き 聞く ところ 区役所の 健康福祉課

●^{ちのう}知能の^{しょう}障がいのある^{ひと}人が^{てちょう}もらうことができる^{りょういくてちょう}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>がある^{ひと}人は、^{りょういくてちょう}療育手帳を^{てちょう}もらうことができる^{りょういくてちょう}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。^{こま}困っていることの内容や
^{ねんれい}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 ^{くやくしょ}区役所の^{けんこうふくしか}健康福祉課(→P.55)

●^{こころ}心の^{しょう}障がいのある^{ひと}人が^{てちょう}もらうことができる^{りょういくてちょう}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>がある^{ひと}人や、^{こころ}心の^{びょうき}病気で^{ふだん}普通の^{せいかつ}生活や^{しゃかい}社会
での^{せいかつ}生活が^{むずか}難しい^{ひと}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^き決まった^{しんだんしょ}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^{ひと}人も、^{いえ}家に^{ひと}いる^{ひと}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 ^{くやくしょ}区役所の^{けんこうふくしか}健康福祉課(→P.55)

しょう 障がいの ある ひと 人の ための サービス

しょう 障がいの おも 重さによって、さまざま サービスを つか 使う ことができます。サービスの こ とを き 聞く ところは、つぎ 次 に 書いています。

●くやくしょ 区役所の けんこうふくしか 健康福祉課では つぎ 次の ことが そうだん 相談 できます。(→P.55)

■相談 できる こと

・せいかつ 生活で つか 使う ようぐ 用具や ほそうぐ 補装具の こと

※ほそうぐ 補装具は、からだ 体の しょう 障がいの ある ぶぶん 部分を たす 助ける ための どうぐ 道具です。

・いえ 家の せつび 設備を つか 使い やすく すること

・しょう 障がい者が もらう ことができる おかね 金 の こと

・しょう 障がいの ある こ 子どもを そだ 育てる ときに もらう ことができる おかね 金 の こと

・いりょうひ 医療費<=いりょうきかん 医療機関の おかね 金>の こと

・いえ 家で せいかつ 生活 する ための サービスの こと

・の もの 乗り物などの おかね 金 が やす 安くなる こと

●にいがたししゃかいふくしきょうぎかい 新潟市社会福祉協議会では つぎ 次の ことが そうだん 相談 できます。

▶<http://www.syakyo-niigatacity.or.jp/>

■じゅうしょ 住所 ちゅうおうく や ちよ 中央区八千代1-3-1 そうごうふくしかいかんない 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

・ぼらんていあ ボランティアの こと

・いえ 家において つか 使う ことができる サービスの こと

・せいねんこうけんせいど 成年後見制度の こと

※せいねんこうけんせいど 成年後見制度は、ひとり 一人で だいじ 大事な ことを き 決めたり、おかね 金を はら 払う ことが むずか 難しく なった ときに、か 代わりに して くれる ひと 人を き 決める せいど 制度です。

介護保険

介護は、年を取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。年を取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。

●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、介護保険に入らなければなりません。

●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。

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 025-387-1285 Email kumin.n@city.niigata.lg.jp

東区役所 区民生活課 TEL 025-250-2275 Email kumin.e@city.niigata.lg.jp

中央区役所 窓口サービス課 TEL 025-223-7154 Email mado.c@city.niigata.lg.jp

江南区役所 区民生活課 TEL 025-382-4241 Email kumin.k@city.niigata.lg.jp

秋葉区役所 区民生活課 TEL 0250-25-5677 Email kumin.a@city.niigata.lg.jp

南区役所 区民生活課 TEL 025-372-6137 Email kumin.s@city.niigata.lg.jp

西区役所 区民生活課 TEL 025-264-7254 Email kumin.w@city.niigata.lg.jp

西蒲区役所 区民生活課 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.33)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)

年を取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.26)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場合があります。

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.58)

●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。

■聞くところ

- 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。

■聞くところ

区役所の健康福祉課

高齢者のための医療の制度(後期高齢者医療制度)

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

後期高齢者医療制度は、年を取った人が病気やけがをしたときに、医療費<=>病院やクリニックのお金を少なくするための制度です。

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. 58)

●**後期高齢者医療制度に入る人**
新潟市に住んでいる75歳以上の人が入ります。3か月より長く日本にいる外国人も入ります。
※生活保護をもらっている人は、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**
年金<=年を取ったらもらうことができるお金>から、保険料を引きます。
※1年間にもらう年金が18万円より少ないときや、介護保険(→P. 58)のお金と合わせたお金が年金の半分より多いときは、納付書で払うか、銀行などの口座から自動的に払うようにしてください。

●**医療機関で払うお金**
全部の医療費のうち、10%か20%か30%を払います。払うお金の割合は、前の年の給料などのお金で決まります。

●**医療費を全部自分で払ったとき**
医療機関に保険証を出すことができなかったときは、医療費を全部自分で払わなければなりません。とても高いです。
後から手続きをすると、後期高齢者医療制度で払う分のお金が戻ってきます。

●**医療機関にお金をたくさん払ったとき(高額療養費)**
1か月に医療機関に払ったお金が決まった金額を超えたときは、後から手続きをすると、決まった金額を超えた分が戻ってきます。

●**死んだとき(葬祭費)**
後期高齢者医療制度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。

家やアパートを借りる

家やアパートを借りる時は、不動産屋<=家やアパートを
紹介する店>へ行きます。

契約をする時は、敷金<預けておくお金>や礼金<お礼
のお金>などがいります。家賃<=家やアパートを1か月借り
るお金>の5か月分から6か月分くらいのお金が必要で
す。



住むところを探す

住みたい場所にある不動産屋へ行きます。不動産屋で、希望する家賃や広さ、駅
からの距離を言います。

不動産屋は、あなたに家やアパートを紹介します。不動産屋にある、家や
アパートの情報だけを見ることもできます。雑誌やインターネットで住みたい
ところの家賃や部屋を調べることもできます。

留学生は、大学の学生課で聞くこともできます。

家やアパートの部屋を借りる

家やアパートを借りる時、契約をします。契約期間は、2年間の場合が多い
です。

契約の前に、住みたい家やアパートを不動産屋のひとと一緒に見に行きまし
ょう。わからないことは不動産屋のひとによく聞いてください。

部屋を借りるまで

●あなた

●不動産屋の人

- あなたは、家やアパートを探しています。
- 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。

- 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。

電気・ガス・水道

新潟市に引っ越しして来た人は、電気・ガス・水道を使うために手続きしてください。手続きをするところは、次のとおりです。

電気

自分で電力会社<=電気を通す会社>を選んで契約します。会社によって、サービスの内容や料金が違います。電力会社に電話で聞か、インターネットで調べてください。

ガス

自分でガスの会社を選んで契約します。会社によって、サービスの内容や料金が違います。ガスの会社に電話で聞か、インターネットで調べてください。
都市ガスとLPガス(プロパンガス)の2種類のガスがあります。どちらを使うかは、住むところで決まっています。

水道

新潟市水道局に電話します。
水道水は、飲むことができます。

聞くところ 新潟市水道局お客さまコールセンター TEL 0120-411-002
※フリーダイヤルが使えないときや、21時から次の日の8時までは
TEL 025-266-9311

●水道を初めて使うとき

引っ越しをしてきたときにポストに置いてある「水道使用についてのお願い」を見て、新潟市水道局へ電話してください。

●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 ぎんこう きょうえいしんようくみあい こうえいしんようくみあい 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 しばたしんようきんこ 三条信用金庫、新発田信用金庫
た～と	たいこうぎんこう 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、の	にいがたけんしんようくみあい にいがたけんろうどうきんこ にいがたしんようきんこ にいがたし しょざい 新潟県信用組合、新潟県労働金庫、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 ひがしにほんしんようぎょぎょうきょうどうくみあいれんごうかい 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、北陸銀行
ま、み	ましんようくみあい ぎんこう しんたくぎんこう みつすみともぎんこう 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
ゆ	ぎんこう ゆうびんきょく 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(LINE Pay、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)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.61)に電話してください。

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

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。
新潟市ホームページに、予防注射の日にちを書いています。狂犬病予防注射は、近
くの動物病院に申し込んでもいいです。

●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(→P.63)に相談して
ください。

郵便・宅配



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

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。



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。

聞くところ

廃棄物対策課(市役所本館) TEL 025-226-1405
Email haitai@city.niigata.lg.jp

しえいじゅうたく 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。

き 聞く ところ

きたく ひがし 市営住宅万代サービスセンター TEL 025-374-5410

ちゅうおうく こうなんく あきはく みなみく にしく にしかんく 市営住宅白山サービスセンター TEL 025-234-5252

せいかつ 生活に 困った とき

びょうきで 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。

せいかつほご 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

き 聞く ところ

くやくしよ けんこうふくしか ひがし ちゅうおう にしく ほごか
区役所の 健康福祉課(東・中央・西区は 保護課)

きたくやくしよ けんこうふくしか TEL 025-387-1315 Email kenko.n@city.niigata.lg.jp

ひがしやくしよ ほごか TEL 025-250-2410 Email hogo.e@city.niigata.lg.jp

ちゅうおうやくしよ ほごか TEL 025-223-7305 Email hogo.c@city.niigata.lg.jp

こうなんやくしよ けんこうふくしか TEL 025-382-4313 Email kenko.k@city.niigata.lg.jp

あきはくやくしよ けんこうふくしか TEL 0250-25-5684 Email kenko.a@city.niigata.lg.jp

みなみやくしよ けんこうふくしか TEL 025-372-6310 Email kenko.s@city.niigata.lg.jp

にしくやくしよ ほごか TEL 025-264-7320 Email hogo.w@city.niigata.lg.jp

にしかんやくしよ けんこうふくしか TEL 0256-72-8395 Email kenko.nsk@city.niigata.lg.jp

ごみの出し方

き
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

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 ってください。
- ・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 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 出っ てください。

ごみを 出す 日

▶http://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/gomidasi/gomi_calemdr/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 調べられる 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

ごみの 分け方と 出し方

▶<http://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、 ていっしゅ 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>ぶらすちつく ・プラスチックで できた もの は 燃やすごみ です が、プラスチックの 入れ物は 「プラマーク容器包装」で 出します。</p> <p>でんち ばってりー はず ・電池や バッテリーは 外します。電池や ばってりー とくてい ひんもく はず 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>りょうり さかな にく やさい みず へ ・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>でんち ばってりー はず ・電池や バッテリーを 外します。電池や ばってりー とくてい ひんもく はず 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>わ ・割れて いるものや 尖って いるものは、新聞紙で つつ かみ きけん か ふくろ は 包みます。紙に 「危険」と 書いて、袋に 貼り ます。</p> <p>ちい かでん くやくしょ あつ ・小さい 家電は、区役所などで 集めている かも しれません。</p> <p>▶https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/recycle/koden_recycle/koden_recycle.html</p>

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 しょりけん</small> ▲粗大ごみ処理券</p>	<p><small>かぐ じてんしゃ</small> 家具、自転車、 <small>すきー</small> スキー・ <small>すのーぼーど</small> スノーボード、 <small>せきゆすとーが</small> 石油ストーブ・ <small>ふあんひーたー</small> ファンヒーター、 <small>でんしれんじ</small> 電子レンジ、 <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 <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>▶http://www.sodai.city.niigata.jp/</p>  <p><small>そだい しょりけん 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 <small>しょりけん 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・ <small>ほーむせんたー どらっぐすとあ</small> ホームセンター・ドラッグストアなどで <small>う</small>売って います。</p> <p><small>しゅうしゅうび あさ じ おく</small> ③収集日の 朝8時までに、あなたが ごみを 置く と 言った <small>ばしょ</small>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、 <small>もう こ い</small> 申し込むときに 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>ぶらすちくく</small> プラスチックで <small>かっぱ</small> できた カップ・ <small>ぱくく ふくろ</small> パック、袋、 <small>ほとる とれい</small> ボトル、トレイ、 <small>きゃっが</small> キャップ</p>	<p><small>とうめい しろ ふくろ だ</small> 透明か 白の 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 かも しれません。</p>
<p><small>べつとほとる</small> ⑤ペットボトル</p> <p><small>つき かい</small> 月に2回</p> 	<p><small>べつとほとる</small> ペットボトル</p>	<p><small>とうめい しろ ふくろ だ</small> 透明か 白の 袋で 出します。</p> <p><small>ちゅうい</small> ●注意 する こと</p> <p><small>きゃっが はず べつとほとる 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 <small>あら</small> 洗います。</p> <p><small>きゃっが 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」 です。</p> <p><small>べつとほとる 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 いる かも しれません。</p>

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>⑥ 飲食用・化粧品瓶</p> <p>いんしょくよう けしょうひんびん</p> <p>つき <small>かい</small> 月に2回</p>	<p>た <small>もの</small> の <small>もの</small> 食べ物や 飲み物</p> <p>が <small>はい</small> 入っていた</p> <p>が <small>らす</small> ガラスで できた</p> <p>い <small>もの</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>●注意 <small>ちゅうい</small> すること</p> <ul style="list-style-type: none"> き <small>や</small> ッ <small>ぱ</small> 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。 ぷ <small>ら</small> す <small>ち</small> ッ <small>く</small> で <small>できた</small> できた <small>き</small> ッ <small>ぱ</small> は 「<small>ぷ</small> <small>ら</small> <small>ま</small> <small>ー</small> <small>く</small> <small>よ</small> <small>う</small> <small>き</small> <small>ほ</small> <small>う</small> <small>そ</small> <small>う</small> <small>き</small> <small>ん</small> <small>ぞ</small> <small>く</small> プラマーク容器包装」です。金属で <small>できた</small> できた き <small>や</small> ッ <small>ぱ</small> は <small>も</small> 「燃やさないごみ」です。 に <small>ゅう</small> <small>びん</small> や <small>べん</small> <small>じん</small> の <small>い</small> <small>もの</small> ほ 乳 瓶や ベンジンの 入れ物、ガラスで <small>できた</small> できた こ <small>っ</small> <small>ぱ</small> など <small>は</small> 「燃やさないごみ」です。 お <small>お</small> <small>に</small> <small>ほん</small> <small>し</small> <small>ゅ</small> <small>はい</small> <small>い</small> <small>もの</small> <small>び</small> <small>ー</small> <small>る</small> 大きい 日本酒が 入っていた 入れ物や ビール び <small>ん</small> は、できるだけ <small>み</small> <small>せ</small> <small>か</small> <small>え</small> 返して ください。
<p>⑦ 飲食用缶</p> <p>いんしょくようかん</p> <p>つき <small>かい</small> 月に2回</p>	<p>た <small>もの</small> の <small>もの</small> 食べ物や 飲み物</p> <p>が <small>はい</small> 入っていた</p> <p>き <small>ん</small> <small>ぞ</small> <small>く</small> 金属で できた</p> <p>い <small>もの</small> 入れ物</p>	<p>とう <small>めい</small> <small>しろ</small> <small>ふ</small> <small>く</small> <small>ろ</small> <small>だ</small> 透明か 白の 袋で 出します。</p> <p>●注意 <small>ちゅうい</small> すること</p> <ul style="list-style-type: none"> い <small>もの</small> <small>なか</small> <small>み</small> <small>ず</small> <small>あら</small> 入れ物の中を 水で 洗います。ふたも いんしょくようかん 飲食用缶です。 す <small>ぶ</small> <small>れ</small> <small>ー</small> <small>かん</small> <small>か</small> <small>せ</small> <small>っ</small> <small>と</small> <small>ぼ</small> <small>ん</small> <small>べ</small> <small>と</small> <small>く</small> <small>てい</small> <small>ひん</small> <small>も</small> <small>く</small> スプレー缶・カセットボンベは 「特定5品目」で す。 お <small>お</small> <small>しか</small> <small>く</small> <small>かん</small> <small>も</small> 大きい 四角の 缶は 「燃やさないごみ」です。
<p>⑧ 古紙類</p> <p>こ <small>し</small> <small>る</small> <small>い</small></p> <p>つき <small>かい</small> 月に2回</p>	<p>しん <small>ぶん</small> <small>ざ</small> <small>っ</small> <small>し</small> 新聞、雑誌、</p> <p>だん <small>ぼ</small> <small>ー</small> <small>る</small> 段ボール、</p> <p>か <small>み</small> <small>ぱ</small> <small>っ</small> <small>く</small> 紙パック<= ぎ <small>ゅう</small> <small>に</small> <small>ゅう</small> 牛 乳 などが</p> <p>は <small>い</small> <small>か</small> <small>み</small> 入っていた 紙で</p> <p>で <small>きた</small> <small>い</small> <small>もの</small> できた 入れ物></p> <p>べ <small>つ</small> <small>べ</small> <small>つ</small> <small>だ</small> ※別々に 出して ください</p>	<p>ひ <small>も</small> で <small>しば</small> 縛ります。ひもで <small>しば</small> 縛れない <small>ば</small> <small>あ</small> <small>い</small> <small>と</small> <small>う</small> <small>め</small> <small>い</small> 場合は、透明 か <small>しろ</small> <small>ふ</small> <small>く</small> <small>ろ</small> <small>だ</small> 白の 袋で 出します。</p> <p>●注意 <small>ちゅうい</small> すること</p> <ul style="list-style-type: none"> しん <small>ぶん</small> <small>ざ</small> <small>っ</small> <small>し</small> <small>だ</small> <small>ん</small> <small>ぼ</small> <small>ー</small> <small>る</small> <small>か</small> <small>み</small> <small>ぱ</small> <small>っ</small> <small>く</small> <small>い</small> <small>が</small> <small>い</small> <small>か</small> <small>み</small> 新聞、雑誌、段ボール、紙パック 以外の 紙で <small>で</small> きた <small>も</small> のは 「燃やすごみ」です。

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>き えだ は</small> 木の枝や葉、 <small>くさ</small> 草</p>	<p><small>き えだ は</small>、<small>ひも</small>で <small>しば</small>りま<small>す</small>。木の葉と草は、 <small>とうめい</small>か <small>しろ</small>の <small>ふくろ</small>で <small>だ</small>し<small>ま</small>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>ひも</small>で <small>しば</small>る <small>とき</small>は、1m <small>い</small>内に <small>して</small>く<small>だ</small>さ<small>い</small>。 30cmより <small>ふと</small> <small>し</small>ないで <small>く</small>だ<small>さ</small>い。 ・<small>つち</small>や <small>すな</small>は、<small>お</small>と<small>し</small>ま<small>す</small>。 ・<small>やさい</small>の <small>えだ</small>や、<small>もくざい</small> <small>か</small>く <small>も</small> <small>決</small>ま<small>っ</small>た <small>きいろ</small>い <small>ふくろ</small>に <small>は</small>い <small>ら</small>ない <small>ばあ</small>い <small>ばあ</small>い <small>場</small>合は、 <small>そだ</small>い 「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</small>か <small>しろ</small>の <small>ふくろ</small>で <small>だ</small>し<small>ま</small>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>はくねつでんきゅう</small>、<small>でんきゅう</small> <small>が</small>ら<small>す</small>は <small>も</small> 「燃やさないごみ」です。 ・<small>ぼたんでんち</small> <=<small>うす</small> <small>まる</small>い <small>でんち</small>>は、<small>てーぶ</small>で <small>く</small>つ<small>つ</small>け<small>ま</small>す。 ・<small>けいこうとう</small>と <small>すいぎんたいおんけい</small>は、<small>わ</small>割<small>れ</small>ない <small>よ</small>うに <small>かみ</small> <small>つつ</small> 紙で <small>か</small>み<small>ま</small>す。 ・<small>らいたー</small>と <small>すぶれーかん</small>は、<small>さいご</small>まで <small>つか</small>って<small>か</small>ら <small>だ</small>出<small>し</small>ま<small>す</small>。 ・<small>かんでんち</small>は <small>すーばーまーけっと</small>で <small>あ</small>つ<small>め</small>て<small>い</small>る <small>か</small>も し<small>れ</small>ま<small>せ</small>ん。

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(かね)は 10kgで 60円(えん)です。
- ・決まった 袋(ふくろ)に 入れなくて いいです。粗大(そだい)ごみ処理券(しよりにけん)も 貼(は)らなくて いいです。
- ・ごみは 分別(ぶんべつ)して、中身(なかみ)が 見えるように してください。
- ・持って(も)ていく 場所(ばしょ)は、住(す)んでいる ところ(ちが)で 違(ちが)います。持(も)って(ま)えに、新潟市(にいがたし)の ホームページ(ほむぺーじ)か 電話(でんわ)で 確認(かくにん)して ください。

■新潟市の 処理施設

しせつめい 施設名	じゅうしょ 住所	TEL
しんでんせいそうせんたー 新田清掃センター	にしくかさぎ 西区笠木3644-1	025-263-1416
かめだせいそうせんたー 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 しろねぐりーんたわー 白根環境事業所(白根グリーントワー)	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 新津クリーンセンター	あきはくこぐち 秋葉区小口1289-1	0250-22-0917
よろいがたくりーんせんたー 鎧瀧クリーンセンター	にしかんくよろいがた 西蒲区鎧瀧12618	0256-76-2831
とよさかかんきょうせんたー 豊栄環境センター	きたくらのいり 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(にいがたし)の 許可(きょか)を 受(う)けて(て)いる 会社(かいしゃ)に 電話(でんわ)して ください。詳(くわ)しい こと(こと)は、新潟市(にいがたし)の ホームページ(ほむぺーじ)か 電話(でんわ)で 確認(かくにん)して ください。

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>かでん 家電 <=電気で動く 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><small>https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/gomishigen/gomidasi/syusyunasi/kaden.files/20211008.pdf</small></p> <p>① 新しいものを買ったときに、買ったお みせ 店で ひ と 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 りさいくる 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 か います。家電の メーカーや サイズによって か お金が 違います。家電リサイクル券を 買う まえ かくにん 前に 確認して ください。 か ・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 ぼそこん 家庭用の パソコン</p>	<p>ですくとつがぼそこん デスクトップパソコン、 でいすぶれい CRTディスプレイ、 のーとぶつくぼそこん 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><small>https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/gomi/recycle/koden_recycle/koden_recycle.html</small></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 ぼそこん いっしょ まうす きーぼーど ・パソコンと 一緒の マウスや キーボード、 すびーかー けーぶる かいしゅう スピーカー、ケーブルも 回収します。 わーぶろせんようき ぶりんたー すきゃなー そとづ ・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>

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
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	いりようきかん <small>かえ</small> 医療機関に 返して ください。
こうじ <small>で</small> 工事で 出た ごみ	<small>が</small> <small>す</small> <small>ぎ</small> <small>ぐ</small> <small>よく</small> <small>そう</small> ガス器具、浴槽、 <small>ぶ</small> <small>ろ</small> <small>っ</small> <small>く</small> <small>ふ</small> <small>えん</small> <small>す</small> ブロック、フェンス	こうじ <small>かい</small> <small>しゃ</small> <small>そう</small> <small>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</small> <small>しゃ</small> <small>でん</small> <small>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</small> <small>う</small> <small>やく</small> 劇薬・農薬、 <small>ぶ</small> <small>ろ</small> <small>ぱん</small> <small>が</small> <small>す</small> <small>ぼん</small> <small>べ</small> プロパンガスボンベ、 <small>ば</small> <small>っ</small> <small>てりー</small> <small>たい</small> <small>や</small> バッテリー、タイヤ、 <small>と</small> <small>り</small> <small>よう</small> <small>が</small> <small>そりん</small> 塗料、ガソリン。 <small>とう</small> <small>ゆ</small> <small>しょう</small> <small>かき</small> <small>び</small> <small>あ</small> <small>の</small> 灯油、消化器、ピアノ、 <small>ばい</small> <small>く</small> バイク	<small>か</small> <small>み</small> <small>せ</small> <small>そう</small> <small>だん</small> 買った お店に 相談 して ください。

にほんご べんきょう ひと 日本語を 勉強したい 人へ

にほんご べんきょう にほんごこうぎ 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 にほんごこうぎ 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。
にほんごこうぎ あさの クラスと よるの クラスが あります。
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
ちゅうおうくいしげえちようどおり のちよう ばんち くるすぱる 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 が よく わからない(にこぱるくらぶ)

にこぱるくらぶは、がいこくじん こ 子どもの ために、がっこうの べんきょう てつだう
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
ボランティア教室です。土曜日に やっています。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
ちゅうおうくいしげえちようどおり のちよう ばんち くるすぱる 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

にいがたし じょうほう し 新潟市の 情報を 知る

にいがたし ほーむぺーじ 新潟市ホームページ(HP)



▶<https://www.city.niigata.lg.jp/>

にいがたし じょうほう
新潟市の 公式 ホームページ(HP)です。新潟市の さまざま 情報が 載っています。

き
聞く ところ

こうほうか しやくしよほんかん
広報課(市役所本館) TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp

にいがたし こうしきあかうんと 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 じょうほう
新潟市から さまざまな 情報が 届きます。LINEアプリの インストールが 必要です。

こちらから 登録する ことができます▶



き
聞く ところ

こうほうか しやくしよほんかん
広報課(市役所本館) TEL 025-226-2111 Email koho@city.niigata.lg.jp

しほう くやくしよ 市報にいがた・区役所だより

▶<https://www.city.niigata.lg.jp/shisei/koho/kohoshi/shiho/index.html>

にいがたし
新潟市や 住んでいる 区の ことを、 月に 2回 お知らせ します。

き
聞く ところ

こうほうか しやくしよほんかん
広報課(市役所本館) 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.24)

てんしゅつとどけ
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 だ
(中央区は 窓口サービス課)に 出して ください。

● 国民健康保険証 (→P.26)

こくみんけんこうほけんしやう
国民健康保険に 入っている 人は、国民健康保険証を 区役所の 区民生活課(中央区
まどぐちさーびすか にかえ
は 窓口サービス課)に 返して ください。新潟市が 発行した 国民健康保険証は、新
しく 住む ところ では 使えません。

● 電気・ガス・水道 (→P.64)

でんき がす すいどう
電気・ガスの 会社と、水道局に 連絡を してください。

● 郵便 (→P.68)

ゆうびん
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 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やう
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 警察署か、運転免許センターに 行って ください。

● 転入届

てんにゅうとどけ
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
あたらしい 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。