

目次 Index

I	困ったときに	In Emergency Situations	
1	事故や被害にあったら	Police and Accidents	
	・警察への通報(110 番電話)	・Calling the Police	1
	・忘れ物・落し物をしたら	・Lost Property	2
	・交通事故	・Traffic Accidents	3
2	けが・急病のとき	Injuries and Illnesses	
	・救急車を呼ぶ(119 番電話)	・Calling an Ambulance	4
	・休日・夜間の診療	・Holiday and After Hour Emergency Medical Care	5
	・外国語対応ができる主な救急告示病院	・List of designated emergency hospitals with staff who can speak a foreign languages	7
	・病院で役に立つ表現集	・Useful Expressions for Use in Hospitals	11
3	火災のとき	In Case of Fire	
	・消防車を呼ぶ(119 番電話)	・Calling the Fire Department	15
4	災害対策・防災	Disaster response and preparedness	
	・地震にあったら	・In the Event of an Earthquake	16
	・台風・水害に備える	・Preparing for Typhoons and Floods	18
	・災害専用ダイヤル	・Numbers to call in disasters	19
	・非常時持ち出し品	・What to take with you in emergencies	20
	・災害のときの日本語	・Useful Japanese expressions at the time of a disaster	21
	・避難所を調べる	・Checking out evacuation sites	22
	・防災に役立つ情報	・ Useful information for disaster prevention	23
	・防災メモ	・Notes for disaster prevention	25
5	紛争・トラブルの解決	Disputes and Trouble Shooting	
	・消費生活に関する相談サービス	・Consumer Advice	26
	・家庭・仕事の悩み、心・からだの相談サービス	・Consultation Service for Women on Family and Work-related Problems and Mental and Physical Health	27
	・外国人対象の無料相談サービス	・Free Consultations for Foreign Nationals	29

II	日本での新生活	Starting Out the life in Japan	
1	在留資格	Status of Residence (Visa)	
	・在留資格の手続き	・Residence Procedures	34
2	市町村役場にて	Municipal Government Procedures	
	・住居地の(変更)届出	・Notification(Change)of place of Residence	41
	・マイナンバー制度	・Individual Number(My Number)System	42
	・結婚をしたとき(婚姻届)	・Marriage (Marriage Registering)	42
	・離婚をしたとき(離婚届)	・Divorce (Divorce Registration)	43
	・亡くなったとき(死亡届)	・Death(Death Registration)	44
	・妊娠したとき	・Pregnancy	45
	・子どもが生まれたとき(出生届)	・Childbirth(Birth Registration)	46
	・国民健康保険	・National Health Insurance	47
	・国民年金	・National Pension Plan	48
3	教育	Education	
	・日本の教育制度	・Japan' s Educational System	50
	・保育所・保育園・幼稚園	・Nurseries & Nursery Schools Kindergarten	51
	・小学校・中学校	・Elementary School and Junior High School	52
	・小中学校への途中入学(編入学)	・Transferring into a Japanese Elementary or Junior High School	53
	・高等学校	・High School	54
	・大学・短期大学	・Universities and Junior Colleges	55
4	新居に住む	A New Home	
	・住まいの見つけ方	・Finding a place to live	56
	・電気の使用	・Electricity	58
	・ガスの使用	・Gas Supply	60
	・水道の使用	・Water Supply	62
5	電話	Telephone	
	・電話の新設	・Setting up a telephone line	63
	・電話のかけ方	・Using the Telephone	64
6	仕事	Work	
	・ハローワーク(公共職業安定所)	・Public Employment Security Office (Hello Work)	69

	・労働条件などの相談サービス	・Consultation Service on Work Conditions	71		・地域の観光名所	・Tourist Attractions	106
					・外国人向けの旅行・観光案内所	・Tourist Information Centers	109
Ⅲ	毎日の暮らし	Daily Life		V	参考資料	Appendices	
1	健康と医療	Health Care and Medical Treatment		1	生活お役立ち情報	Useful Information	
	・医療機関を受診するとき	・Receiving Medical Treatment	72		・日本の祝日・休日	・Japan's Public Holidays	111
	・入院するとき	・On Hospitalization	75		・岡山空港からの主な航空便	・Air Flights from Okayama Airport	113
2	暮らしのルールとマナー	Rules and Manners			・公共交通機関 （鉄道・高速バス）	・Public Transport (Railway Networks in Okayama and Long Distance Highway Bus Services)	114
	・日本の生活習慣	・Japanese Customs	76		・岡山駅バスターミナルガイド	・Okayama Station Bus Terminal	117
	・日常の買い物	・Grocery Shopping	77		・倉敷駅バスターミナルガイド	・Kurashiki Station Bus Terminal	121
	・自治会・町内会	・Neighborhood Associations (Chōnaikai)	78		・その他の交通	・Other traffic	123
	・ごみの出し方	・Garbage Disposal	79		・バスの乗り方	・How to use a bus service	124
	・家電製品のリサイクル	・Recycling Electrical Appliances	80		・度量衡換算表	・Weights and Measures	125
	・ペットを飼うとき	・Keeping Pets	81		・衣服類のサイズ表示対照表	・Clothing Sizes	126
3	銀行・郵便局等の利用	Banks and Post Offices		2	テレフォンガイド	Useful Telephone Numbers	
	・口座の開設	・Opening an Account	82		・県内市町村役場（代表電話）	・Municipal Government Offices	127
	・外国への送金	・Sending Money Overseas	86		・関係機関電話番号一覧	・List of Useful Telephone Numbers	129
	・郵便	・Mail	88		・お役立ち URL リスト	・List of Useful URLs	131
	・荷物の送付	・Sending Luggage	90				
4	交通の規則と安全	Traffic Regulations and Safety					
	・自転車・バイクの使用ルール	・Road Rules for Bicycles and Motor- cycles	91				
	・主な道路標識	・Traffic Signs	93				
	・自動車の運転	・Driving a Motor Vehicle	94				
	・JAF(日本自動車連盟)	・Japan Automobile Federation(JAF)	96				
5	税金	Taxation					
	・主な税金の種類	・Types of Taxes	98				
Ⅳ	生活を楽しむ	Leisure					
1	日本語を学ぶ	Studying Japanese					
	・地域の日本語教室	・Japanese Language Classes	100				
2	情報提供・国際交流	For Information and Cultural Exchange					
	・公衆無線 LAN スポット	・Public LAN spot wi-fi	104				
	・地域の国際交流協会	・Regional international Exchange Organizations	105				
3	旅行・観光	Traveling and Sightseeing					