

目次

I	困ったときに	
1	事故や被害にあったら	
	・警察への通報(110 番電話)	
	・忘れ物・落とし物をしたら	
	・交通事故	
2	けが・急病のとき	
	・救急車を呼ぶ(119 番電話)	
	・休日・夜間の診療	
	・外国語対応ができる主な救急告示病院	
	・病院で役に立つ表現集	
3	火災のとき	
	・消防車を呼ぶ(119 番電話)	
4	災害対策・防災	
	・地震にあったら	
	・台風・水害に備える	
	・災害専用ダイヤル	
	・非常時持ち出し品	
	・災害のときの日本語	
	・避難所を調べる	
	・防災に役立つ情報	
	・防災メモ	
5	紛争・トラブルの解決	
	・消費生活に関する相談サービス	
	・家庭・仕事の悩み、心・からだの相談サービス	
	・外国人対象の無料相談サービス	

II 日本での新生活

1	在留資格	
	・在留資格の手続き	
2	市町村役場にて	
	・住居地(変更)届出	
	・マイナンバー制度	
	・結婚をしたとき(婚姻届)	
	・離婚をしたとき(離婚届)	

目录

	遇到困难时	
	遇到意外或灾害时	
	・报警 (拨打电话 110)	1
	・遗忘、遗失物品时	2
	・交通事故	3
	受伤・急病时	
	・叫救护车 (拨打电话 119)	4
	・节假日及夜间就诊	5
	・可用外语接诊的主要急救中心	7
	・常用就医用语	11
	发生火灾时	
	・叫消防车 (拨打电话 119)	15
	灾害的应对策略与防备	
	・遇到地震时	16
	・防备台风、水灾	18
	・灾害专用电话	19
	・紧急情况下需携带的物品	20
	・发生灾害时的常用日语	21
	・查询避难所	22
	・防灾信息	23
	・防灾备忘录	25
	如何解决纠纷・麻烦	
	・关于消费生活的咨询服务	26
	・关于家庭、工作的烦恼及身心方面的咨询服务	27
	・为外国人服务的免费咨询	29

在日本的新生活

	在留资格	
	・在留资格手续	34
	在市町村政府机关	
	・居住地(变动)申报	41
	・个人号码制度	42
	・结婚登记	42
	・离婚登记	43

	・亡くなったとき(死亡届)	・死亡登记	44
	・妊娠したとき	・妊娠时	45
	・子どもが生まれたとき(出生届)	・孩子出生时(出生登记)	46
	・国民健康保険	・国民健康保险	47
	・国民年金	・国民年金(国民养老保险)	48
3	教育	教育	50
	・日本の教育制度	・日本の教育制度	50
	・保育所・保育園・幼稚園	・保育所・托儿所・幼儿园	51
	・小学校・中学校	・小学・初中	52
	・小中学校への途中入学(编入学)	・中小学的中途入学(插班)	53
	・高等学校	・高中	54
	・大学・短期大学	・大学・短期大学	55
4	新居に住む	乔迁新居	
	・住まいの见つけ方	・寻找住房	56
	・電気の使用	・用电	58
	・ガスの使用	・使用煤气	60
	・水道の使用	・使用自来水	62
5	電話	电话	
	・電話の新設	・安装电话	63
	・電話のかけ方	・如何打电话	64
6	仕事	工作	
	・ハローワーク(公共职业安定所)	・Hello Work(公共职业安定所)	69
	・労働条件などの相談サービス	・劳动条件等的咨询服务	71
Ⅲ	毎日の暮らし	日常生活	
1	健康と医療	健康与医疗	
	・医療機関を受診するとき	・在医疗机构看病时	72
	・入院するとき	・住院时	75
2	暮らしのルールとマナー	生活常识	
	・日本の生活習慣	・日本的生活习惯	76
	・日常の買い物	・日常购物	77
	・自治会・町内会	・自治会及町内会(居委会)	78
	・ごみの出し方	・如何扔垃圾	79
	・家電製品のリサイクル	・家电制品的回收利用	80
	・ペットを飼うとき	・饲养宠物	81
3	銀行・郵便局等の利用	银行・邮局等	
	・口座の開設	・开设账户	82

	・外国への送金	・往国外汇款	86
	・郵便	・邮寄信件	88
	・荷物の送付	・邮寄包裹	90
4	交通の規則と安全	交通规则及安全	
	・自転車・バイクの使用ルール	・自行车及摩托车的交通规则	91
	・主な道路標識	・主要的道路标记	93
	・自動車の運転	・汽车驾驶	94
	・JAF(日本自動車連盟)	・JAF (日本汽车联盟)	96
5	税金	税金	
	・主な税金の種類	・主要的税金种类	98
IV	生活を楽しむ	享受生活	
1	日本語を学ぶ	日语学习	
	・地域の日本語教室	・地方的日语学习班	100
2	情報提供・国際交流	信息提供及国际交流	
	・公衆無線 LAN スポット	・公共无线 LAN 热点	104
	・地域の国際交流協会	・地方的国际交流协会	105
3	旅行・観光	旅行观光	
	・地域の観光名所	・地方的观光名胜	106
	・外国人向けの旅行・観光案内所	・为外国人服务的旅行观光介绍所	109
V	参考資料	参考资料	
1	生活お役立ち情報	生活信息	
	・日本の祝日・休日	・日本的节假日	111
	・岡山空港からの主な航空便	・岡山机场始发的主要航线	113
	・公共交通機関 (鉄道・高速バス)	・公共交通工具 (铁路・高速巴士)	114
	・岡山駅バスターミナルガイド	・岡山站巴士乘车指南	117
	・倉敷駅バスターミナルガイド	・仓敷站巴士乘车指南	121
	・その他の交通	・其它交通方式	123
	・バスの乗り方	・乘车的方法	124
	・度量衡換算表	・度量衡换算表	125
	・衣服類のサイズ表示対照表	・服装尺寸对照表	126
2	テレフォンガイド	电话指南	
	・県内市町村役場(代表電話)	・县内市町村政府机构(代表电话)	127
	・関係機関電話番号一覧	・相关单位电话号码一览表	129
	・お役立ち URL リスト	・常用网站列表	130