

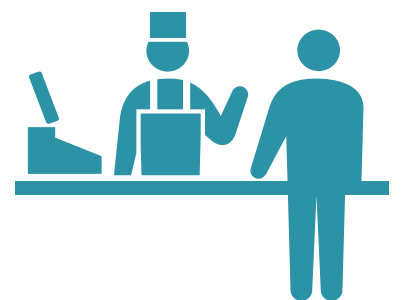
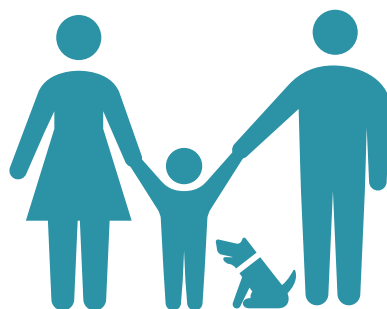
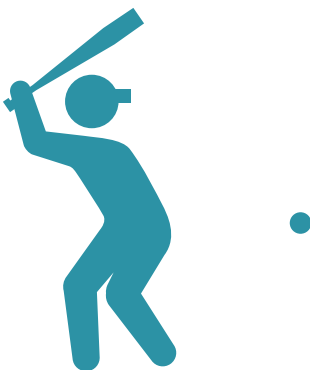
Living Guide



英語版



English Version



もくじ
目次

1	緊急のとき	
(1)	火事	P 4
(2)	急病・けが	P 4
(3)	交通事故・盗難	P 6
(4)	地震・風水害	P 6
(5)	情報を調べる・伝える	P 8
2	相談・情報	
(1)	相談	P 10
(2)	さがみはら国際交流ラウンジ	P 14
(3)	日本語教室	P 14
(4)	広報・相模原市ホームページ	P 14
3	特に生活に必要な情報	
(1)	ごみ・し尿	P 18
(2)	電気・ガス・水道・下水道	P 22
4	必要な手続き	
(1)	在留カード	P 24
(2)	在留資格に関する手続き	P 24
(3)	住民登録	P 26
(4)	マイナンバー制度	P 26
(5)	戸籍	P 28
(6)	印鑑登録	P 28
5	子育て・教育	
(1)	妊娠したら	P 30
(2)	子どもが生まれたら	P 32
(3)	給付・手当・助成	P 38
(4)	保育・サポート・相談	P 40
(5)	教育	P 42
6	保険・年金・税金	
(1)	医療保険	P 46
(2)	年金制度	P 50
(3)	介護保険	P 52
(4)	税金	P 52
7	保健・医療・福祉	
(1)	保健	P 56
(2)	医療	P 56
(3)	福祉	P 58
8	生活に必要な情報	
(1)	仕事	P 64
(2)	住居	P 66
(3)	交通	P 68
(4)	その他生活に必要な情報	P 72
9	各区役所の主な問合せ先	P 72

Table of contents

1. In case of emergency	
(1) Fires.....	P. 5
(2) Emergency medical problems or injuries	P. 5
(3) Traffic accidents and theft	P. 7
(4) Earthquakes and storms	P. 7
(5) Finding and sharing information.....	P. 9
2. Consultations and information	
(1) Consultations	P. 11
(2) Sagami International Lounge	P. 15
(3) Japanese classes.....	P. 15
(4) Public relations and the Sagami website.....	P. 15
3. Information useful for daily life	
(1) Garbage and human waste	P. 19
(2) Electricity, gas, water, and sewage	P. 23
4. Necessary procedures	
(1) Residence card.....	P. 25
(2) Procedures regarding residency status	P. 25
(3) Residence registration.....	P. 27
(4) My Number system.....	P. 27
(5) Family registry	P. 29
(6) Seal registration	P. 29
5. Childcare and education	
(1) Pregnancy	P. 31
(2) When a child is born	P. 33
(3) Payments, allowances, and subsidies	P. 39
(4) Childcare, support, and consultations	P. 41
(5) Education	P. 43
6. Insurance, pension, and taxes	
(1) Health insurance	P. 47
(2) Pension system	P. 51
(3) Long-term care insurance	P. 53
(4) Taxes.....	P. 53
7. Public health, medical care, and welfare	
(1) Public health	P. 57
(2) Medical care	P. 57
(3) Welfare	P. 59
8. Information useful for daily life	
(1) Employment.....	P. 65
(2) Housing	P. 67
(3) Traffic	P. 69
(4) Other information useful for daily life.....	P. 73
9. Main points of contact at ward offices.....	P. 73

1 緊急のとき

(1) 火事 119 (局番なし)

※ 状況に応じて、通訳事業者を介した3者通話で対応します。

火事のときは、大きな声で「火事だ」「火事だ」「119番」と叫んで、周囲の人に119番通報を依頼してください。周囲にだれもいないときは、電話で119をダイヤルして消防署に、①火事であること、②住所や目標物または東京電力の管理する電柱番号、③燃えているもの、④あなたの名前、⑤かけている電話番号を知らせましょう。

■ 問い合わせ先

市消防局指令課

(中央区中央2-2-15) TEL 042-751-9111

初期消火

火が小さいうちは、自分で消火することができます。消火剤は炎ではなく、燃えているものに、あわてず、広く覆うようにかけます。

消火器の使い方

- ① 安全ピンを抜く。
- ② ホースの先を火元に向ける。
- ③ レバーを強く握る。



避難の仕方

ハンカチなどで口と鼻を覆い、煙を吸わないよう低い姿勢で避難しましょう。



■ 問い合わせ先

市消防局予防課

(中央区中央2-2-15) TEL 042-751-9117

(2) 急病・けが 119 (局番なし)

※ 状況に応じて、通訳事業者を介した3者通話で対応します。

急病やけがなどでいそいで病院に行く必要があるときは、119をダイヤルして、救急車を呼びます。

この際には、①救急であること、②住所や目標物または東京電力の管理する電柱番号、③誰が・どうしたのか、④あなたの名前、⑤かけている電話番号を知らせましょう。また、近くに人がいたら「助けて」「助けて」「119番」と言って、協力を求めてください。

■ 問い合わせ先

市消防局指令課 (中央区中央2-2-15) TEL 042-751-9111

1. In case of emergency

(1) Fires Call 119 (no area code)

*** Depending on the situation, a third-party interpreting company may be used.**

If there is a fire, yell “Fire! (Kajida)” “Fire! (Kajida)” and “119 (Hyakujukyuban)” to ask people nearby to call 119 and report it. If no one is around, call 119, and tell the fire department (1) that there is a fire; (2) the address, landmarks, or numbers on TEPCO telephone poles; (3) what is on fire; (4) your name; and (5) the number you are calling from.

■ Inquiries

Municipal Fire Department Command Division
(2-2-15 Chuo, Chuo Ward) TEL 042-751-9111

First-aid firefighting

You can extinguish the fire while it is small. Aim a fire extinguisher not at the flame but at the object that is on fire, and calmly cover it with the extinguishing agent.

Using a fire extinguisher

- (1) Pull the safety pin.
- (2) Aim the tip of the hose at the source of the fire.
- (3) Firmly grip the lever.



How to evacuate

Cover your mouth and nose with a handkerchief, etc., and evacuate while remaining low to the ground to avoid inhaling smoke.



■ Inquiries

Municipal Fire Department Prevention Division
(2-2-15 Chuo, Chuo Ward) TEL 042-751-9117

(2) Emergency medical problems or injuries Call 119 (no area code)

*** Depending on the situation, a third-party interpreting company may be used.**

If there is a need to quickly go to a hospital due to an emergency medical situation or injury, dial 119, and request an ambulance.

At this time, state (1) that there is an emergency; (2) the address; landmarks, or numbers on TEPCO telephone poles; (3) what happened; (4) your name; and (5) the number you are calling from. If anyone is nearby, say “Help! (Tasukete)” “Help! (Tasukete)” and “119 (Hyakujukyuban)” to ask for help.

■ Inquiries

Municipal Fire Department Command Division (2-2-15 Chuo, Chuo Ward) TEL 042-751-9111

こうつうじこ どうなん きょくばん
(3) 交通事故・盗難 TEL110 (局番なし)

けいさつ れんらく
警察への連絡

ものぬす ぼうりょく ひがい こうつうじこ けいさつ れんらく でんわ
物を盗まれたり、暴力の被害をうけたりしたとき、交通事故にあったときは、警察に連絡してください。電話で110をダイヤルして、①何があったのか、②いつ、どこであったか、③自分はいまどこにいるかなどを知らせましょう。最寄りの警察署から警察官が伺います。

けいさつしょ こうばん
警察署・交番

しな い けいさつしょ ちいき こうばん こうばん けいさつかん ちいき はんざい こうつうじこ
市内には4つの警察署があり、地域には交番があります。交番には警察官がいて、地域のパトロール、犯罪や交通事故などの対応、落としものの受理などを行っています。また、地理案内や安全と平穩に関する相談にも応じてくれます。

と あ さき
■ **問い合わせ先**

- さがみはらけいさつしょ
・相模原警察署
ちゅうおうくふじみ TEL 042-754-0110
(中央区富士見1-1-1)
- さがみはらみなみけいさつしょ
・相模原南警察署
みなみくこぶち TEL 042-749-0110
(南区古淵6-29-2)
- さがみはらきたけいさつしょ
・相模原北警察署
みどりくにしほもと TEL 042-700-0110
(緑区西橋本5-4-25)
- つくいけいさつしょ
・津久井警察署
みどりくなかの TEL 042-780-0110
(緑区中野308)

じしん ふうすいがい
(4) 地震・風水害

じしん
地震

にほん じしん おお くに じしん つぎ
日本は地震の多い国です。地震のときは、あわてないで、次のようにしましょう。

- ・ テーブルの下などに入って、自分のからだを守り、あわてて外に出ない。
- ・ ガスやストーブなどの火を消す。建物の中にいるときは、近くの出口を開けて、避難口を確保する。
- ・ 火が出たら「火事だ!」と大声で叫び隣近所にも協力を求めて、できるだけ早く消す。
- ・ ブロック塀、自動販売機、崖、川のそばなどから離れる。
- ・ うわさやデマに注意して、ひばり放送、テレビ、ラジオなどの情報にしたがって行動する。
- ・ 避難するときは、分電盤のブレーカーを切ってから避難する。
- ・ 自動車には乗らず、歩いて避難する。
- ・ 切れた電線などには触らない。

また、普段からおおしん そな かぐ こてい いんりょうすい ひじょうようしょくりょう こがた かいちゅうでんとう かんでんち
また、普段から大地震に備え、家具を固定し、飲料水、非常用食料、小型ラジオ、懐中電灯、乾電池、マッチなどを用意しておきましょう。

おおしん かさい はっせい み きけん かん あんぜん ひなんばしょ ひなん ひなんばしょ いっときひなんばしょ こういきひなんばしょ
大地震で火災が発生し、身の危険を感じたときは、安全な避難場所に避難しましょう。避難場所には一時避難場所と広域避難場所があります。一時避難場所は近くの公園や空き地などです。広域避難場所は、火災が多く発生し、燃え広がって危険な場合に避難する場所です。市内に43ヶ所が指定されています。また、家が被災した場合に一時的に生活する場として、市内の小・中学校など105ヶ所が避難所として指定されています。それぞれの場所を確認しておきましょう。

ふうすいがい
風水害

にほん がつ がつ たいふう たいふう あめ がぜ つうじょう くら ひじょう つよ とく こうつうきかん えいきょう
日本では、6月～10月にかけて台風シーズンとなります。台風は、雨、風が通常に比べ非常に強く、特に交通機関は影響を受けやすいので、外出には気を付けましょう。また、テレビやラジオなどの天気予報には十分注意を払っておきましょう。

と あ さき
■ **問い合わせ先**

しやくしょききかんりか TEL 042-769-8208
市役所危機管理課

(3) Traffic accidents and theft Call 110 (no area code)

Contacting the police department

If items are stolen, you are the victim of violence, or if there is a traffic accident, contact the police. Dial 110 on your phone, and (1) state what happened, (2) when and where it happened, and (3) your current location. A police officer from the nearest station will come.

Police stations and police boxes

There are four police stations in the city and police boxes in local areas. Police boxes are staffed by police officers, and they patrol the nearby area, respond to crimes and traffic accidents, and accept lost items. They also provide information on the area and consultations on safety and order.

■ Inquiries

- Sagimahara Police Station
(1-1-1 Fujimi, Chuo Ward) TEL 042-754-0110
- Sagimahara Minami Police Station
(6-29-2 Kobuchi, Minami Ward) TEL 042-749-0110
- Sagimahara Kita Police Station
(5-4-25 Nishihashimoto, Midori Ward) TEL 042-700-0110
- Tsukui Police Station
(308 Nakano, Midori Ward) TEL 042-780-0110

(4) Earthquakes and storms

Earthquakes

Earthquakes frequently occur in Japan. During an earthquake, remain calm and do the following.

- Get under a table and protect your body. Do not panic and run outside.
- Turn off any flames, including gas stoves and heaters. If you are in a building, open nearby doors to secure an exit route.
- If there is a fire, yell "Fire! (Kajida)" to request the help of neighbors, and quickly put it out if possible.
- Get away from block fencing, vending machines, cliffs, and riversides.
- Be cautious of rumors and false information. Act according to information from Hibari broadcasts, the TV, radio, etc.
- Before evacuating, turn off the breaker.
- Walk instead of using a vehicle.
- Do not touch downed electrical wires.

Be prepared for large earthquakes by securing furniture and preparing drinking water, emergency food supplies, a small radio, a flashlight, batteries, matches, etc.

If a large earthquake causes a fire and you feel danger, evacuate to a safe evacuation site. Evacuation sites are divided into temporary evacuation sites and wide-area evacuation sites. Temporary evacuation sites include nearby parks and lots. Wide-area evacuation sites are used when large fires occur and spread to create a dangerous situation. There are 43 sites in the city. If your house catches fire, there are 105 elementary and junior high schools in the city that act as evacuation sites and shelters. Confirm the locations of these sites.

Storms

Typhoon season in Japan is from June through October. Typhoons include rain and wind that are much stronger than regular storms. They also commonly have an effect on public transportation, so exercise caution when going out. Exercise sufficient caution by checking weather reports on the TV, radio, etc.

■ Inquiries

City Office Crisis Management Division TEL 042-769-8208

じょうほう しら つた
(5) 情報を調べる・伝える

さいがい くわ じょうほう しら
災害について詳しい情報を調べたいとき

Safety tips (アプリ)

じしん おおあめ じょうほう げんご み
地震や大雨の情報をいろいろな言語で見ることができます。



Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

iPhone: <https://apps.apple.com/us/app/safety-tips/id858357174>



きしょうちよう
気象庁ホームページ

じしん おおあめ じょうほう げんご み
地震や大雨の情報をいろいろな言語で見ることができます。

<http://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



かぞく ともち れんらく
家族や友達に連絡したいとき

じしん でんわ げんご み
地震などで電話がつかないときは、電話の会社のサービスを利用します。

さいがいようでんごん でんわ
災害用伝言ダイヤル (電話)

171に電話をかけて、メッセージを入れたり聞いたりすることができます。

NTT東日本: <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html>



さいがいようでんごんばん
災害用伝言版 (web)

パソコンやスマートフォンで、文字のメッセージを入れることができます。

<https://www.web171.jp/web171app/topRedirect/?jsessionid=9xn7cgTizf13HOpBK8iD3v0ac4-uYZbfWmqQ0h2.ajp13w4>



みついすみともかいじょう ほさいがいじ
三井住友海上「スマ保災害時ナビ」

ひなんじょうほう きしょうじょうほう ちずじょう ひょうじ じっさい ふうけいじょう ひなんじょ ほうこう
避難情報や気象情報のほか、地図上にハザードマップを表示したり、実際の風景上に避難所の方向を表示できます。

<https://www.ms-ins.com/sumaho/saigai.html>



(5) Finding and sharing information

To get detailed information on disasters

Safety tips (application)

You can view information on earthquakes and heavy rain in different languages.



Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

iPhone: <https://apps.apple.com/us/app/safety-tips/id858357174>



JMA website

You can view information on earthquakes and heavy rain in different languages.

<http://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



Contacting family and friends

If you are unable to call due to an earthquake, you can use phone company services.

Disaster Emergency Message Dial (phone)

Dial 171 to leave or listen to messages.

NTT East: <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html>



Disaster Message Board (internet)

Use a PC or smartphone to input text messages.

<https://www.web171.jp/web171app/topRedirect/?jsessionid=9xn7cgTizf13HOOpBK8iD3v0ac4-uYZbfWmqgQ0h2.ajp13w4>



Mitsui Sumitomo Insurance “Smartphone Disaster Navigation”

It provides evacuation information, weather information, hazard maps, and directions to evacuation sites based on your current surroundings.

<https://www.ms-ins.com/sumaho/saigai.html>



2 相談・情報

(1) 相談

外国人相談

中央区役所市民相談室（市役所内）

中央区役所市民相談室では、外国人が日常生活の中で困ったこと、知りたいことがあるときに、外国語でアドバイスする「外国人相談」を行っています。

相談はすべて無料で秘密は厳守します。

【一般相談（予約不要）】

対応言語	相談日	時間
英語	毎月曜日※	午前9時～正午 午後1時～午後4時
フィリピン語	毎月曜日※	
中国語	毎週水曜日※	
ベトナム語	毎週木曜日※	
スペイン語	毎週金曜日※	
ポルトガル語		

※祝日はお休みです。

【電話相談】

外国人相談専用電話 Tel. 042-769-8319 午前9時から正午と午後1時から午後4時

（対応言語：英語、中国語、フィリピン語、スペイン語、ベトナム語、ポルトガル語※）

※ポルトガル語は金曜日のみ対応可能です。

【法律相談】

弁護士による法律相談を行っています。希望する日の3日前までに予約が必要です。

対応言語：日本語、英語、中国語、フィリピン語、ベトナム語、スペイン語

場所	相談日	時間	予約連絡先
中央区役所市民相談室	第1木曜日※	午後1時30分～午後4時	042-769-8230 午前9時～午後5時
緑区役所市民相談室	第4木曜日※		042-775-1773 午前9時～正午 午後1時～午後5時
南区役所市民相談室	第2木曜日※		042-749-2171 午前9時～正午 午後1時～午後5時

※祝日はお休みです。

【在留手続き相談】

入管の職員による在留手続や在留資格の相談を行っています。

場所	相談日	時間	予約連絡先
中央区役所市民相談室	第2月曜日※	午後1時～午後4時	042-769-8319 当日午前9時～

2. Consultations and information

(1) Consultations

Consultations for foreign residents

Chuo Ward Office Public Counseling Section (City Office)

At the Chuo Ward Office Public Counseling Section, foreign residents can get advice in a foreign language regarding issues in everyday life or to get information.

Consultations are free and confidential.

[General consultations (no reservation required)]

Supported languages	Consultation days	Time
English	Every Monday*	9 am to 12 pm 1 pm to 4 pm
Filipino	Every Tuesday*	
Chinese	Every Wednesday*	
Vietnamese	Every Thursday*	
Spanish	Every Friday*	
Portuguese		

*Closed on holidays.

[Phone consultations]

Dedicated phone number for consultations for foreign residents TEL 042-769-8319

9 am to 12 pm and 1 pm to 4 pm

(Supported languages: English, Chinese, Filipino, Spanish, Vietnamese, Portuguese*)

*Portuguese is only supported on Fridays.

[Legal consultations]

Legal consultations are performed by a lawyer. A reservation up to 3 days in advance is required.

Supported languages: Japanese, English, Chinese, Filipino, Vietnamese, Spanish

Location	Consultation days	Time	Contact for reservations
Chuo Ward Office Public Counseling Section	First Thursday*	1:30 pm to 4 pm	042-769-8230 9 am to 5 pm
Midori Ward Office Public Counseling Section	Fourth Thursday*		042-775-1773 9 am to 12 pm 1 pm to 5 pm
Minami Ward Office Public Counseling Section	Second Thursday*		042-749-2171 9 am to 12 pm 1 pm to 5 pm

*Closed on holidays.

[Residence procedure consultations]

Staff from immigration perform consultations on residence procedures and statuses.

Location	Consultation days	Time	Contact for reservations
Chuo Ward Office Public Counseling Section	Second Monday*	1 pm to 4 pm	042-769-8319 From 9 am

しみんそうだん
市民相談

がいこくじんそうだん ほか しみんそうだん かきと あ さき おこな そうだんび じかん ちが と
外国人相談の他、市民相談を、下記問い合わせ先で行っています。相談日、時間はそれぞれ違いますので、詳しくはお問い合わせください。また、各区役所市民相談室では通訳電話を使ったご相談が可能です。(対応言語：英語、中国語、フィリピン語、スペイン語、ベトナム語) 各まちづくりセンターでは日本語で相談に応じます。

■ 問い合わせ先

みどりくやくしよしみんそうだんしつ 緑区役所市民相談室 みどりくはしもと (緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと内)	042-775-1773
ちゅうおうくやくしよしみんそうだんしつ 中央区役所市民相談室 ちゅうおうくちゅうおう (中央区中央2-11-15 市役所本庁舎内)	042-769-8230
みなみくやくしよしみんそうだんしつ 南区役所市民相談室 みなみくさがみおおの (南区相模大野5-31-1 市南区合同庁舎内)	042-749-2171
しろやま 城山まちづくりセンター(予約制) みどりくほさわ (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)	042-783-8103
つくい 津久井まちづくりセンター みどりくなかの (緑区中野633 津久井総合事務所内)	042-780-1400
さがみこ 相模湖まちづくりセンター(予約制) みどりくよせ (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)	042-684-3214
ふじの 藤野まちづくりセンター(予約制) みどりくおぶち (緑区小淵2000 藤野総合事務所内)	042-687-5514

がいこくせきけんみんそうだん
外国籍県民相談

かながわけん にはま かわさき あつぎ けんない かしよ がいこくせきけんみん たいしやう そうだん おこな じごと きやういく ねんきん
神奈川県では、横浜、川崎、厚木の県内3箇所外国籍県民を対象に相談を行っています。仕事、すまい、教育、年金など気軽に相談することができます。

よこはままどくち ちきゅうしみん かいじやうほう
横浜窓口ー地球市民かながわプラザ2階情報フォーラム

よこはましきかえくこすがや
(横浜市栄区小菅ヶ谷1-2-1)

ないよう 内容	そうだんげんご 相談言語	そうだんび 相談日	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
いっばんそうだん 一般相談	えいご 英語	だい かようび 第1・3・4火曜日	045-896-2895 かくげんご だい やす 各言語、第5がお休 みの場合があります	じ じ 9時～12時 じ じ 13時～17時 うけつけ じ (受付は16時まで)
	ちゅうごくご 中国語	まいしゅうもくようび だい かようび 毎週木曜日・第1火曜日		
	かんこく ちょうせんご 韓国・朝鮮語	だい もくようび 第4木曜日		
	ご スペイン語	まいしゅうきんようび 毎週金曜日		
	ご ポルトガル語	まいしゅうすいようび だい きんようび 毎週水曜日・第4金曜日		
ほうりつそうだん 法律相談	えいご 英語	だい かようび 第1・3火曜日	045-896-2895	じ じ ぶん 13時～16時30分 うけつけ じ (受付は16時まで)
	ちゅうごくご 中国語	だい かようび だい もくようび 第1火曜日・第4木曜日		
	かんこく ちょうせんご 韓国・朝鮮語	だい もくようび 第4木曜日		
	ご スペイン語	だい きんようび 第2・4金曜日		
	ご ポルトガル語	だい すいようび だい きんようび 第2水曜日・第4金曜日		
	ご ベトナム語	だい かようび だい きんようび 第3火曜日・第2金曜日		
きやういくそうだん 教育相談	ご ベトナム語	だい かようび だい きんようび 第3火曜日・第2金曜日	045-896-2972	じ じ 10時～13時 じ じ 14時～17時 うけつけ じ ぶん (受付は16時30分まで)
	ちゅうごくご 中国語	まいしゅうもくようび まいしゅうどようび 毎週木曜日・毎週土曜日		
	ご スペイン語	まいしゅうきんようび 毎週金曜日		
	ご ポルトガル語	まいしゅうすいようび 毎週水曜日		
	ご タガログ語	まいしゅうかようび 毎週火曜日		
にほんご やさしい日本語	まいしゅうかようび どのようび 毎週火曜日～土曜日	045-896-2970		

Resident consultations

The following point of contact performs resident consultations in addition to foreign resident consultations. The days and hours vary. Contact them for details. The City Office Public Counseling Section can also perform consultations with an interpreter over the phone. (Supported languages: English, Chinese, Filipino, Spanish, Vietnamese) Community Development Centers only support Japanese.

■ Inquiries

Midori Ward Office Public Counseling Section (City Plaza Hashimoto, 6-2-1 Hashimoto, Midori Ward)	042-775-1773
Chuo Ward Office Public Counseling Section (City Office Main Building, 2-11-15 Chuo, Chuo Ward)	042-769-8230
Minami Ward Office Public Counseling Section (Minami Ward Joint Government Building, 5-31-1 Sagamiono, Minami Ward)	042-749-2171
Shiroyama Community Development Center (by reservation only) (Shiroyama General Office, 1-3-1 Kubosawa, Midori Ward)	042-783-8103
Tsukui Community Development Center (Tsukui General Office, 633 Nakano, Midori Ward)	042-780-1400
Sagamiko Community Development Center (by reservation only) (Sagamiko General Office, 896 Yose, Midori Ward)	042-684-3214
Fujino Community Development Center (by reservation only) (Fujino General Office, 2000 Obuchi, Midori Ward)	042-687-5514

Foreign resident consultations

Kanagawa Prefecture provides consultations for foreign residents of Yokohama, Kawasaki, and Atsugi. You can freely get consultations on work, housing, education, pensions, etc.

Yokohama Service Counter - Kanagawa Plaza for Global Citizenship 2F Information Forum
(1-2-1 Kosugaya, Sakae Ward, Yokohama)

Type	Consultation languages	Consultation days	Phone number	Time
General consultations	English	1st, 3rd, and 4th Tuesdays	045-896-2895 Some languages are not offered on the 5th day.	9 am to 12 pm 1 pm to 5 pm (Reception until 4 pm)
	Chinese	Every Thursday and 1st Tuesday		
	Korean	4th Thursday		
	Spanish	Every Friday		
Legal consultations	Portuguese	Every Wednesday and 4th Friday	045-896-2895	1 pm to 4:30 pm (Reception until 4 pm)
	English	1st and 3rd Tuesdays		
	Chinese	1st Tuesday and 4th Thursday		
	Korean	4th Thursday		
	Spanish	2nd and 4th Fridays		
Education consultations	Portuguese	2nd Wednesday and 4th Friday	045-896-2972	10 am to 1 pm 2 pm to 5 pm (Reception until 4:30 pm)
	Vietnamese	3rd Tuesday and 2nd Friday		
	Chinese	Thursday and Saturday		
	Spanish	Every Friday		
	Portuguese	Every Wednesday		
	Tagalog	Every Tuesday		
Simple Japanese	Every Tuesday to Saturday	045-896-2970		

かわさきまどぐち かわさきけんみん けんみん こえ そうだんしつ
川崎窓口－川崎県民センター県民の声・相談室
かわさきさいわいほりかわちよう ひがしかん かい
(川崎市幸区堀川町580 ソリッドスクエア東館2階)

ないよう 内容	そうだんげんご 相談言語	そうだんび 相談日	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
いっばんそうだん 一般相談	ベトナム語	まいしゅうもくようび 毎週木曜日	044-549-0047	9時～12時 13時～17時 (受付は16時まで)

あつぎまどぐち けんおうちいきけんせいそうごう けんみん こえ そうだんしつ
厚木窓口－県央地域県政総合センター県民の声・相談室
あつぎしみずひき あつぎごうどうちようしゃほんかん かい
(厚木市水引2-3-1 厚木合同庁舎本館1階)

ないよう 内容	そうだんげんご 相談言語	そうだんび 相談日	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
いっばんそうだん 一般相談	スペイン語	まいしゅうげつようび だい すいようび 毎週月曜日・第3水曜日	046-221-5774	9時～12時 13時～17時 (受付は16時まで)
	ポルトガル語	まいしゅうかようび だい すいようび 毎週火曜日・第3水曜日		
	ベトナム語	だい げつようび 第1月曜日		
ほうりつそうだん 法律相談	スペイン語	だい げつようび だい すいようび 第1月曜日・第3水曜日	046-221-5774	13時～16時30分 (受付は16時まで)
	ポルトガル語	だい すいようび 第3水曜日		
	ベトナム語	だい げつようび 第1月曜日		

(2) さがみはら国際交流ラウンジ

さがみはら く がいこくじん そうごうじょうほう しみん きょうりょく がいこくじん せいかつじょうほう ていきょう
相模原で暮らす外国人のための総合情報コーナーです。市民ボランティアの協力のもと、外国人への生活情報の提供
や日本語教室の紹介、市民との交流事業などが行われています。

- ・開館時間 午前9時～午後8時(木曜日・土曜日は午後5時まで)
- ・休館日 日曜日、祝日、年末年始

■ 問い合わせ先

さがみはら国際交流ラウンジ

ちゅうおうくかぬまい
(中央区鹿沼台1-9-15 プロミティふちのペビル1F) TEL 042-750-4150
ホームページ <http://www.sagamihara-international.jp/>



(3) 日本語教室

しみん こくさいこうりゅう しなかくしよ がいこくじん にちじょうかいわ おし むりよう にほんごきょうしつ
市民ボランティアによってさがみはら国際交流ラウンジや市内各所で、外国人に日常会話などを教える無料の日本語教室
が開催されています。時間、場所など、詳しくはお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

さがみはら国際交流ラウンジ

ちゅうおうくかぬまい
(中央区鹿沼台1-9-15 プロミティふちのペビル1F) TEL 042-750-4150

(4) 広報・相模原市ホームページ

広報

市では、市政を市民のみなさんに紹介するため、月2回「広報さがみはら」を発行しています。新聞を取っている人に配布する他、希望する人には自宅への戸別配布をしています。詳しくはお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

さがみはら
相模原市コールセンター TEL 042-770-7777

また、「広報さがみはら」を多言語で見ることができるアプリ「マイ広報さがみはら」があります。

■ 問い合わせ先

市役所広聴広報課(広報班) TEL 042-769-8200



(新アプリ)Android版QRコード

Kawasaki Service Counter - Kawasaki Kenmin Center Citizen's Voice/Counseling Center
(Solid Square East Building 2F, 580 Horikawacho, Saiwai Ward, Kawasaki)

Type	Consultation languages	Consultation days	Phone number	Time
General consultations	Vietnamese	Every Thursday	044-549-0047	9 am to 12 pm 1 pm to 5 pm (Reception until 4 pm)

Atsugi Service Counter - Ken-O District Prefectural Administration Center Public Opinion and Counseling Center
(Atsugi Joint Government Office Main Building 1F, 2-3-1 Mizuhiki, Atsugi)

Type	Consultation languages	Consultation days	Phone number	Time
General consultations	Spanish	Every Monday and 3rd Wednesday	046-221-5774	9 am to 12 pm 1 pm to 5 pm (Reception until 4 pm)
	Portuguese	Every Tuesday and 3rd Wednesday		
	Vietnamese	1st Monday		
Legal consultations	Spanish	1st Monday and 3rd Wednesday	046-221-5774	1 pm to 4:30 pm (Reception until 4 pm)
	Portuguese	3rd Wednesday		
	Vietnamese	1st Monday		

(2) Sagamihara International Lounge

This is a general information corner for foreign residents who live in Sagamihara. With the help of local volunteers, it provides information on daily life for foreign residents, referrals to Japanese classes, and exchange programs with residents.

- Hours: 9 am to 8 pm (Thursdays and Saturdays until 5 pm)
- Closed on Sundays, holidays, and the New Year holiday period

■ Inquiries

Sagamihara International Lounge

(Promity Fuchinobe Building 1F, 1-9-15 Kanumadai, Chuo Ward) TEL 042-750-4150

Website <http://www.sagamihara-international.jp/>



(3) Japanese classes

Local volunteers provide free classes to foreign residents on conversational Japanese, etc., at the Sagamihara International Lounge and city offices. Contact the following for hours, location, and other details.

■ Inquiries

Sagamihara International Lounge

(Promity Fuchinobe Building 1F, 1-9-15 Kanumadai, Chuo Ward) TEL 042-750-4150

(4) Public relations and the Sagamihara website

Public relations

The city publishes Koho Sagamihara twice a month to share information on city policy with residents. It is distributed with newspapers and to the homes of residents as requested. For details, contact the following.

■ Inquiries

Sagamihara Call Center TEL 042-770-7777

There is also a My Koho Sagamihara application that allows you to view Koho Sagamihara in other languages.

■ Inquiries

City Office Public Hearing & Relations Division (Public Relations Section)

TEL 042-769-8200



(New application) Android version
QR code

さがみはらし
相模原市ホームページ

さがみはらし
相模原市ホームページでは、各種手続きや市の概要のほか、イベント・募集などの情報を日々更新し、提供しています。

げんご えら み
言語を選んで見ることができます。

ホームページアドレス

<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>



■ と あ きき
問い合わせ先

しやくしよこうちようこうほうか こうほうはん
市役所広聴広報課 (広報班) TEL 042-769-8200

Sagamihara website

The Sagamihara website provides an overview of procedures and the city. It is regularly updated with information on events and recruiting.

You can view it in your selected language.

Website URL

<https://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/>



■ Inquiries

City Office Public Hearing & Relations Division (Public Relations Section) TEL 042-769-8200

3 特に生活に必要な情報

(1) ごみ・し尿

ごみ

ごみは、一般ごみ、びん類・かん類等の資源、容器包装プラ、粗大ごみなどの種類によって収集の方法や曜日が異なります。

・収集曜日の午前8時30分までに、決められたごみ・資源集積場所に出してください。(年末年始は除く) 夜間や収集曜日以外の日には出さないでください。(夜間収集地区を除く。)

〇一般ごみ(ごみ・資源集積場所へ)

地域ごとに定められた「一般ごみの日」(毎週2回)の午前8時30分までにごみ・資源集積場所に出してください。(祝日も収集します)

収集日は、地域により、月・木曜日と火・金曜日と水・土曜日に分かれています。(祝日も収集します)

生ごみや台所のごみは十分に水を切って、袋の口はしっかりとしばってください。

乾電池は、一般ごみの収集日が月・木曜日の地域は毎週木曜日、火・金曜日の地域は毎週金曜日、水・土曜日の地域は毎週土曜日に収集します。一般ごみとは別に透明または半透明の袋に入れて、ごみ・資源集積場所の端に出してください。

〇資源(ごみ・資源集積場所へ)

びん類、かん類、紙類、布類など資源化できるものは、地域ごとに定められた「資源の日」(毎週1回)の午前8時30分までにごみ・資源集積場所に出してください。(祝日も回収します)

※回収は、びん類を積む車、かん類を積む車など種類ごとに複数の車でごみ・資源集積場所をまわっています。ごみ・資源集積場所に回収されていない資源が残っていても、既に回収された種類の資源を後から出された場合は回収できませんので、必ず午前8時30分までにしてください。

出し方

「びん類」・・・空にして、フタを取り、中を洗って透明または半透明の袋に入れる。

「かん類」・・・空にして、中を洗ってできるだけつぶし、透明または半透明の袋に入れる。

「金物類」・・・だいどころようなもの、なかあらとうめい、はんとうめい、ふくろい
台所用金物：中を洗って45ℓまでの透明または半透明の袋に入れる。

だいどころようなもの、なが、ちよつがい、みまん、とうめい、はんとうめい、ふくろい、いじょう
台所用金物以外：長さや直径が50cm未満のものは、透明または半透明の袋に入れる。50cm以上のものは「粗大ごみ」です。

「紙類」・・・新聞紙(チラシも)、段ボール(1m以内の大きさにたたむ)、紙パック(水洗いし切り開き乾かす)は、

それぞれ「ひも」でしばり、雑誌、雑がみ、紙製容器包装(紙) (開いてたたむ)は「ひも」でしばるか、紙袋に入れて「ひも」でしばる。

「布類」・・・透明または半透明の袋に入れる。(雨の日は、出さないでください。次回の排出をお願いします。)

「蛍光灯・水銀体温計」・・・購入時の包装材に入れ「ひも」でしばるか、透明または半透明の袋に入れて、割れないように出す。


「使用済み食用油」・・・ラベルをはがしたペットボトル(なるべく500ml容器で)に入れ、フタをしっかりと閉める。

〇容器包装プラ(ごみ・資源集積場所へ)

地域ごとに定められた「容器包装プラの日」(毎週1回)の午前8時30分までにごみ・資源集積場所に出してください。

(祝日も回収します)

「ペットボトル」・・・キャップとラベルをはがし、軽く中を洗ってつぶし、透明または半透明の袋に入れる。キャップとラベルはプラ製容器包装で出してください。

「プラ製容器包装」・・・汚れを取り、透明または半透明の袋に入れる。汚れが取りきれないものは一般ごみとして出してください。プラ製容器包装の判断としては、メーカーや販売店が商品を入れたもの(容器)や包んだもの(包装)で、商品が消費されたり、分離されたりした場合に不要となるもので、が目印です。

3. Information useful for daily life

(1) Garbage and human waste

Garbage

The collection method and day of collection varies by the type of garbage, which is divided into general garbage, recyclables such as bottles and cans, plastic containers and packaging, oversized garbage, etc.

- Dispose of your garbage and recyclables at the designated location by 8:30 am on the day of collection. (Except for the New Year holiday period) Do not dispose of your garbage at night or on non-collection days. (Excluding areas where garbage is collected at night.)

O General garbage (designated location for garbage and recyclables)

Dispose of your garbage at the collection spot by 8:30 am on the general garbage day (twice a week) specified for your location. (Garbage is also collected on holidays.)

Collection days are either Monday/Thursday, Tuesday/Friday, or Wednesday/Saturday, depending on your area. (Garbage is also collected on holidays.)

Sufficiently remove fluids from organic/kitchen waste, and firmly tighten the opening to the garbage bag.

Dry cell batteries are collected on Thursdays in areas where general garbage is collected on Monday/Thursday, Fridays where general garbage is collected on Tuesday/Friday, and Saturdays where general garbage is collected on Wednesday/Saturday. Dispose of batteries separately from general garbage in clear or translucent bags in a corner of the collection spot.

O Recyclables (designated location for garbage and recyclables)

Dispose of your recyclable bottles, cans, paper, and fabric at the collection spot by 8:30 am on the recyclables day (once a week) specified for your location. (Also collected on holidays.)

* Vehicles come separately to the collection spot to collect specific types of items such as bottles and cans.

Garbage and recyclables disposed of after collection will not be collected, even if other types of garbage or recyclables have not yet been collected. Ensure that you put them out by 8:30 am.



How to dispose of your garbage

Bottles: Empty them, remove the cap, clean the inside, and put them in a clear or translucent bag.

Cans: Empty them, clean the inside, crush them when possible, and put them in a clear or translucent bag.

Other metals: Kitchen metals: Clean the inside and put them in a clear or translucent bag of up to 45 L.

Non-kitchen metals: Put items with a length or diameter of less than 50 cm in a clear or translucent bag. Items 50 cm or larger are considered oversized garbage.

Paper: Tie newspaper (including ads), cardboard (folded to 1 m or less), paper packaging  (washed, cut open, and dried) with a string. Tie magazines, assorted paper, paper containers and packaging  (opened and flattened) with a string or put it in a paper bag and tie the bag.

Fabric: Put in a clear or translucent bag. (Do not put out on rainy days. Wait until the next collection day.)

Fluorescent lamps and mercury thermometers: Put it in the original packaging, tie it up, and place it in a clear or translucent bag. Ensure you do not break it during disposal.


Used cooking oil: Put it in a plastic bottle without a label (ideally 500 mL), and firmly tighten the cap.

O Plastic containers and packaging (designated location for garbage and recyclables)

Dispose of your garbage at the collection spot by 8:30 am on the plastic container and packaging day (once a week) specified for your location. (Also collected on holidays.)


Plastic bottles: Remove the cap and label, rinse out the inside, crush it, and put it in a clear or translucent bag.

Dispose of the cap and label with plastic containers and packaging.

Plastic containers and packaging: Remove residue and put in a clear or translucent bag. If residue cannot be removed, put it out with general garbage. Plastic packaging and containers refers to plastic containers or packages that were used by the manufacturer or retailer to contain or wrap a product and that are no longer necessary after using or removing the product. They has the following marker: 

そだい
○粗大ごみ

粗大ごみ(家庭で不要となった家具など)は、電話申し込みにより各家庭まで収集に伺う戸別収集か、車で受付施設に直接持ち込む方法で出してください。いずれも手数料が掛かります。

粗大ごみの出し方	申込先または受付施設	受付時間
戸別収集	粗大ごみ受付事務所 Tel 042-774-9933 ※インターネットによる申し込みもできます。 https://www.sagamiharasodai-web.jp/sagamihara/index.html 	月～金曜日の午前8時～午後6時 (祝日等、12月29日～1月3日を除く) インターネットは24時間受付
直接持ち込み	南部粗大ごみ受付施設 (南区麻溝台1524-1) Tel 042-767-5305	月～土曜日の午前9時～午後4時 (祝日等も搬入可、ただし12月31日～1月3日を除く)
	北部粗大ごみ受付施設 (緑区下九沢2083-1) Tel 042-775-5333	
	津久井クリーンセンター (緑区青山3385-2) Tel 042-784-2711	

・エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機は過去に購入した販売店か、新しく買い替える販売店に料金を添えて引き渡してください。販売店がないときは、下記の資源循環推進課にお問い合わせください。

○収集または持ち込みできないごみ

自動車やオートバイの本体及び部品(タイヤ、ホイール、バッテリー、マフラーなど)、石、砂、土、石膏ボード、ピアノ、畳、灯油・オイルなどの廃油、薬品、塗料、LPガス容器、消火器などの処理が困難なもの、建築廃材や事業活動に伴い排出されるごみは収集または持ち込みできません。
販売店に引き取ってもらうか、処理業者に依頼してください。

■問い合わせ先

市役所資源循環推進課 Tel 042-769-8334 Tel 042-769-8245

⇒ホームページ (<http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/recycle/katei/003000.html>) で英語版、中国語版、韓国語版、スペイン語版、タガログ語版、クメール語版、タイ語版、ベトナム語版の「ごみと資源の日程・出し方」をご覧ください。



し尿

くみ取り式トイレにたまったし尿や、浄化槽汚泥の収集をしています。

定期収集は、原則1か月に1回。臨時収集や浄化槽は申し込みにより、収集に行きます。

◎津久井地域(城山地区、津久井地区、相模湖地区および藤野地区)にお住まいの方

し尿

●申し込み先


定期収集	津久井クリーンセンター (緑区青山3385-2)	Tel 042-784-2711
	城山まちづくりセンター (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)	Tel 042-783-8117
	津久井まちづくりセンター (緑区中野633 津久井総合事務所内)	Tel 042-780-1403
	相模湖まちづくりセンター (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)	Tel 042-684-3212
臨時収集	藤野まちづくりセンター (緑区小沢2000 藤野総合事務所内)	Tel 042-687-2119
	津久井クリーンセンター (緑区青山3385-2)	Tel 042-784-2711

■問い合わせ先

市役所津久井クリーンセンター Tel 042-784-2711

○ Oversized garbage

For oversized garbage (unneeded home furniture, etc.), you can apply over the phone to have it collected from your home or take it directly by car to a collection facility. In either case, you will have to pay a fee.

Disposing of oversized garbage	Application and drop-off	Reception hours
Collection from home	Large-size Garbage Reception Office TEL 042-774-9933 * You can also apply online. https://www.sagamiharasodai-web.jp/sagamihara/index.html 	Mondays - Fridays 8 am to 6 pm (Except for holidays and December 29 to January 3) Internet reception is available 24 hours a day
Direct drop-off	Nambu Large-size Garbage Reception Facility (1524-1 Asamizodai, Minami Ward) TEL 042-767-5305	Mondays - Saturdays 9 am to 4 pm (Drop-off is possible on holidays, but not during December 31 to January 3)
	Hokubu Large-size Garbage Reception Facility (2083-1 Shimokuzawa, Midori Ward) TEL 042-775-5333	
	Tsukui Clean Center (3385-2 Aoyama, Midori Ward) TEL 042-784-2711	

- Return air conditioners, TVs, refrigerators, freezers, washing machines, and dryers to the retailer where you purchased it or pay a fee to exchange it when buying a new one. If you did not buy it from a store, then contact the Recycling Resource Promotion Division below.

○ Garbage that cannot be collected or dropped off

- Automobiles and motorcycle bodies and parts (tires, wheels, batteries, mufflers, etc.), rocks, sand, dirt, plaster board, pianos, tatami, kerosene, oil, chemicals, paint, LP gas canisters, fire extinguishers, and other difficult to process items; construction materials; and business waste cannot be collected or dropped off. Have a store collect it, or contact a waste processing company.

■ Inquiries

City Office Recycling Resource Promotion Division TEL 042-769-8334 TEL 042-769-8245

⇒ The garbage and recycling schedule and disposal procedures can be viewed in English, Chinese, Korean, Spanish, Tagalog, Khmer, Thai, and Vietnamese on the website
 (http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/recycle/katei/003000.html).



Human waste

Human waste collected in a pump toilet and waste from septic tanks can be collected.

It is collected regularly once per month. Irregular collection and septic tank collection can be performed with an application.

◎ Residents of the Tsukui area (Shiroyama, Tsukui, Sagamiko, and Fujino)

○ Human waste

● Where to apply

Regular collection	Tsukui Clean Center (3385-2 Aoyama, Midori Ward)	TEL 042-784-2711
	Shiroyama Community Development Center (Shiroyama General Office, 1-3-1 Kubosawa, Midori Ward)	TEL 042-783-8117
	Tsukui Community Development Center (Tsukui General Office, 633 Nakano, Midori Ward)	TEL 042-780-1403
	Sagamiko Community Development Center (Sagamiko General Office, 896 Yose, Midori Ward)	TEL 042-684-3212
	Fujino Community Development Center (Fujino General Office, 2000 Obuchi, Midori Ward)	TEL 042-687-2119
Irregular collection	Tsukui Clean Center (3385-2 Aoyama, Midori Ward)	TEL 042-784-2711

■ Inquiries

City Office Tsukui Clean Center TEL 042-784-2711

じょうかそう
○浄化槽

- 申し込み先

しるやまちく 城山地区	じょうなんせいそう 城南清掃	TEL 042-782-3107
	ゆうげんがいしゃしろやませいそうしゃ 有限会社城山清掃社	TEL 042-850-4377
つくいちく 津久井地区	ゆうげんがいしゃつくいこうさん 有限会社津久井興産	TEL 042-784-0503
	さがみせいそう 相模清掃サービス有限会社	TEL 042-784-4177
さがみこちく 相模湖地区	ゆうげんがいしゃさがみこすいしつかんり 有限会社相模湖水質管理センター	TEL 042-685-0800
ふじのちく 藤野地区	かぶしがいいしやきたさがみかんきょうかんりかいほつ 株式会社北相模環境管理開発	TEL 042-687-4546

(注) 申し込み事業者が不明な方は、津久井クリーンセンター (TEL 042-784-2711) までご連絡ください。

○津久井地域 (城山地区、津久井地区、相模湖地区および藤野地区) 以外にお住まいの方

○し尿・浄化槽

- 申し込み先

・市役所相模台収集事務所 (南区麻溝台3-5-20) TEL 042-742-0042

(2) 電気・ガス・水道・下水道

しゅべつ 種別	めいしょう 名称	ないよう 内容	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
でんき 電気	とうきょうでんりょく 東京電力	ひっこ けいやくないよう へんこう 引越し、契約内容の変更	TEL 0120-99-5775	きゅうしゅくじつ のぞ 休 祝 日 を 除 く 9:00~17:00
	かぶかながわ (株)神奈川カスタマーセンター	いでん でんきりょうきんとう 停電、電気料金等	TEL 0120-99-5776	きゅうしゅくじつ のぞ 休 祝 日 を 除 く 9:00~17:00
ガス	とうきょう さがみはら 東京ガスライフバル相模原 ちゅうおうくさがみはら (中央区相模原5-1-7)	りょうきん かいへいせん ガス料金、ガスの開閉栓、ガ ス器具の販売、修理	TEL 042-757-3426	げつ ど 月~土/9:00~19:00 にち しゅく 日・祝 /9:00~17:30
	とうきょう きやく 東京ガスお客さまセンター	りょうきん ガス料金	TEL 0570-002211	げつ ど 月~土/9:00~19:00 にち しゅく 日・祝 /9:00~17:00
	も せんよう ガス漏れ専用ダイヤル	も れんらく ガス漏れの連絡	TEL 0570-002299 つながらない場合 TEL 03-6735-8899	じかん 24時間
※LPG (プロパンガス) については近くのLPGガス業者に問い合わせください。				
すいどう 水道	かながわけんえいすいどうおきゃく 神奈川県営水道お客さま コールセンター	ひ こ すいどう しょう 引越しによる水道の使用 かいし きゅうし すいどうりょうきん 開始・休止、水道料金お とあいあわ など 問合せ等	TEL 0570-005959 (ナビダイヤル)	にちよう しゅくじつ ねんまつねんし のぞ 日曜・祝日、年末年始を除く 8:30~19:00
げすいどう 下水道	しやくしよげすいどうりょうきんか 市役所下水道料金課	げすいどうしょうりょうきん 下水道使用料金	TEL 042-769-8376	

○ Septic tanks

● Where to apply

Shiroyama area	Jonan Seiso Cleaning Corporation	TEL 042-782-3107
	Shiroyama Seiso Cleaning, Ltd.	TEL 042-850-4377
Tsukui area	Tsukui Kosan Ltd.	TEL 042-784-0503
	Sagami Seiso Cleaning Services, Ltd.	TEL 042-784-4177
Sagamiko area	Sagamiko Water Quality Maintenance Center, Ltd.	TEL 042-685-0800
Fujino area	Kita-Sagami Environment Maintenance Development Co., Ltd.	TEL 042-687-4546

(Note) If you are unsure where to apply, contact the Tsukui Clean Center (TEL 042-784-2711).

◎ Residents not in the Tsukui area (Shiroyama, Tsukui, Sagamiko, and Fujino)

○ Human waste and septic tanks

● Where to apply

- City Office Sagamidai Refuse Collecting Office (3-5-20 Asamizodai, Minami Ward) TEL 042-742-0042

(2) Electricity, gas, water, and sewage

Type	Name	Details	Phone number	Time
Electricity	TEPCO Kanagawa Customer Center	Moving and contract changes	TEL 0120-99-5775	9 am to 5 pm except for holidays
		Power outages, electricity fees, etc.	TEL 0120-99-5776	9 am to 5 pm except for holidays
Gas	Tokyo Gas Lifeval Sagamihara (5-1-7 Sagamihara, Chuo Ward)	Gas fees, start/end of gas service, sale and repair of gas equipment	TEL 042-757-3426	Monday to Saturday / 9 am to 7 pm Sundays and holidays / 9 am to 5:30 pm
	Tokyo Gas Customer Center	Gas fees	TEL 0570-002211	Monday to Saturday / 9 am to 7 pm Sundays and holidays / 9 am to 5 pm
	Gas leak dedicated phone number	Report gas leaks	TEL 0570-002299 If unable to connect TEL 03-6735-8899	24 hours
	* For LPG (propane gas), contact your nearest LP gas dealer.			
Water	Kanagawa Prefecture public water services user call center	Start/End of service when moving, questions about water fees, etc.	TEL 0570-005959 (Navi Dial)	Except Sundays, holidays, and the New Year holiday period 8:30 am to 7 pm
Sewage	City Office Sewer Payment Division	Sewage usage fees	TEL 042-769-8376	

4 必要な手続き

(1) 在留カード

日本に住む外国人の身分証明書です。所持者の身分事項や日本にすることができる期間(在留期間)、日本で行うことができる活動(在留資格)などが書かれています。在留カードは、3か月を超えて日本に在留する外国人に交付されます。(在留カードの交付対象者を「中長期在留者」といいます。)

- ・16歳以上の人は常に携帯してください。
- ・市役所での手続きや契約をするときなどに提出する身分証明書にもなります。

在留カードの交付

在留カードが交付される時は、主に次のとおりです。

- ① 新規の上陸許可を受けて、成田空港、羽田空港、中部空港、関西空港、新千歳空港、広島空港、福岡空港から入国したとき
* 空港で在留カードが交付されます。
- ② 新規の上陸許可を受けて、①以外の空港や海港から入国したとき
* 日本に入国した後、住んでいる市区町村に「転入届」を提出してください。その後、郵便で自宅に在留カードが届きます。

住所地の届け出(転入届)

在留カードの交付を受けた人は、住むところ(住所)を定めた日から14日以内に、住んでいる市区町村で住所地の届出(転入届)をする必要があります。

なお、届出には在留カードまたはパスポートが必要です。

在留カードの紛失

在留カードをなくしたことがわかった日から14日以内に、地方出入国在留管理局で在留カードの再交付申請をします。

申請に必要なもの

- ・パスポート
 - ・顔写真(縦4センチ×横3センチ、3か月以内に撮影したもの)
 - ・在留カードをなくしたことを証明する資料(遺失届出証明書、盗難届出証明書、震災証明書など)
 - ・在留カード再発行申請書
- 詳細は確認して下さい

(2) 在留資格に関する手続き

- ・資格外活動の申請(在留資格の範囲外の仕事をしたいとき)
- ・在留資格の変更(日本に在留する目的を変更するとき)
- ・日本で生まれた外国人の在留資格の取得(子どもが生まれたとき)
- ・在留期間の更新(在留期限を延長したいとき)

■ 問い合わせ先

施設	でんわ 電話	うけつけ 受付日	じかん 時間
しゅつにゆうこくざいりゆうそうごう 出入国在留総合インフォメーションセンター	TEL 0570-013904 (IP、PHS、 かいがい 海外 03-5796-7112)	げつようび きんようび 月曜日～金曜日	ごぜん じ ふん ごご じ ふん 午前8時30分～午後5時15分
とうきょうしゅつにゆうこくざいりゆうかんりきよく 東京出入国在留管理局 よこはましきよく 横浜支局 よこはましかなざわくとりはまちよう (横浜市金沢区鳥浜町10-7)	TEL 0570-045259 (IP、PHS、 かいがい 海外 045-769-1729)	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 ど にちようび (土・日曜日、 きゅうじつ のぞ 休日を除く)	ごぜん じ ごご じ 午前9時～午後4時

4. Necessary procedures

(1) Residence card

This is an ID card for foreign residents who live in Japan. It shows the personal information of the card holder, how long they can be in Japan (period of stay), and what activities they can perform in Japan (status of residency). It is issued to foreign residents residing in Japan who are staying for more than 3 months. (Residents eligible to receive a residence card are called medium-to-long term residents.)

- Persons ages 16 and up must always carry one.
- It is also an ID submitted for procedures at city offices, when signing contracts, etc.

Issuance of a residence card

It is primarily issued during the following.

- (1) When receiving a new landing permission and entering the country through Narita Airport, Haneda Airport, Chubu Airport, Kansai Airport, New Chitose Airport, Hiroshima Airport, or Fukuoka Airport.
* The residence card is issued at the airport.
- (2) When receiving a new landing permission and entering the country through an airport other than (1) or through a sea port.
* After entering Japan, submit a move-in notification to the city where you live. Then, the residence card will be mailed to your home.

Address notification (move-in notification)

Persons who are issued a residence card must submit an address notification (move-in notification) to the city where they live within 14 days of when their address is determined.

A residence card or passport is required for the notification.

Loss of residence card

If you lose your residence card, apply for re-issuance with the Regional Immigration Bureau within 14 days. Things required for the application

- Passport
 - Photo of your face (4 cm x 3 cm and taken within the past 3 months)
 - Document certifying the loss of the residence card (loss certificate, theft certificate, disaster certificate)
 - Application for re-issuance of the residence card
- Check the details.

(2) Procedures regarding residency status

- Application to perform activities outside of residency status (to perform work outside the scope of residency status)
- Changing the residency status (when changing your purpose in Japan)
- Acquiring a residency status for foreign residents born in Japan (when children are born)
- Updating the period of stay (to extend the residency period)

■ Inquiries

Facilities	Phone	Received on	Time
Immigration Services General Information Center	TEL 0570-013904 (IP, PHS, overseas 03-5796-7112)	Mondays - Fridays	8:30 am to 5:15 pm
Tokyo Immigration Services Yokohama Branch (10-7 Torihamacho, Kanazawa, Yokohama)	TEL 0570-045259 (IP, PHS, overseas 045-769-1729)	Mondays - Fridays (Except on weekends and holidays)	9 am to 4 pm

とうきょうしゆつにゆうこくざいりゆうかんりきよく 東京出入国在留管理局 よこはましきよくかわさきしゆつちようじよ 横浜支局川崎出張所 かわさきしあさおくかみあさお (川崎市麻生区上麻生1-3-14 かわさきにしごうどうちようしや 川崎西合同庁舎)	Tel 0570-045259 (IP、PHS、 かいがい 海外 045-769-1729)	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 (ど にちようび (土・日曜日、 きゅうじつ のぞ 休 日を除く)	ごぜん じ ごご じ 午前9時～午後4時
がいこくじんそうごうそうだんしえん 外国人総合相談支援センター とうきょうとしんじゆくくかぶきちよう (東京都新宿区歌舞伎町2-44-1 とうきょうとけんこう 東京都健康センター「ハイジア」 かい たぶんかきようせい 11階 しんじゆく多文化共 生ブ ない ラザ内)	Tel 03-3202-5535 03-5155-4039	げつようび きんようび 月曜日～金曜日 だい だい すいよう (第2・第4水曜 び のぞ 日は除く)	ごぜん じ ごご じ 午前9時～午後4時

(3) 住民登録

ちゆうちようざいりゆうしや かた とくべつえいじゆうしや かた す しきちようそん にほんじん おな じゆうみんひよう つく
 中長期在留者の方や特別永住者の方については、お住まいの市区町村において日本人と同じように住民票が作られ、
 じゆうみんひよう うつ と ひっこ じゆうしよ かわ ばあい にほんじん おな しきちようそん まどぐち てつづ
 住民票の写しを取ることができます。お引越しにより住所が変わる場合には、日本人と同じように市区町村の窓口で手続き
 ひつよう じゆうしよ へんこう てつづ おこな ばあい かなら ざいりゆう とくべつえいじゆうしやしやうめいしよ も
 が必要です。住所を変更する手続きを行う場合には、必ず在留カードや特別永住者証明書をお持ちください。

ひっこ てつづ 引越しのための手続き

ないよう 内容	てつづ まどぐち 手続き窓口	てつづ きげん 手続き・期限	も もの 持ち物
てんしゆつ 転出 さがみはらし ひっこ (相模原市から引越します)	す く まどぐち 住んでいる区の窓口	てんしゆつとどけ ていしゆつ 転出届の提出 ひっこ 引越してから14日以内に あたらし とどけで 新しい市に届出	ざいりゆう また ① 在留カード又は とくべつえいじゆうしやしやうめいしよ 特別永住者証明書 ② マイナンバーカード
てんにゆう 転入 さがみはらし す はじ (相模原市に住み始める)	す はじ く まどぐち 住み始める区の窓口	にほん き さがみはらし す はじ 日本に来て相模原に住み始 めてからひっこ 引越してから 14日以内に届出	てんにゆう ばあい てんしゆつしよめいしよ ③ 転入する場合は転出証明書 ざいりゆう も ④ 在留カードをまだ持っていない 人はパスポート
てんきよ 転居 さがみはらし なか ひっこ (相模原市の中で引越します)	あたらし す く 新しく住む区 の まどぐち 窓口		

(4) マイナンバー制度

マイナンバー

にほん せいかつ ひと こじんばんごう ばんごう ばんごう ひとり ちが にほん じゆうしよ
 日本で生活する人には「マイナンバー (個人番号)」という番号があります。この番号は1人ずつ違います。日本の住所
 き しきちようそん てんにゆうとどけ だ ひと ゆうびん き
 が決まって、市区町村に転入届を出した人には「マイナンバーのお知らせ」が郵便で来ます。そこにあなたのマイナンバ
 ーが書いてあります。

マイナンバーカード

あなたのマイナンバーが書いてあるカードで、日本で便利に暮らしていくために必要なICチップ付きのカードです。申し込
 むともらうことができます。初めて申し込むときはお金がかかりません。

マイナンバーカードは次のような時に使います。

- てんしゆつ てんにゆうじ とくれいてつづき
・ 転出・転入時の特例手続
- じゆうみんひよう うつ いんかんとろくしよめいしよ しゆとく
・ コンビニエンスストアで住民票の写しや印鑑登録証明書などの取得

くわ
詳しいことは、お問い合せください。

■ 問い合わせ先

- みどりくやくしよくみんか
・ 緑区役所区民課 Tel 042-775-8803
- ちゅうおうくやくしよくみんか
・ 中央区役所区民課 Tel 042-769-8227
- みなみくやくしよくみんか
・ 南区役所区民課 Tel 042-749-2131
- くせいすいしんか
・ 区政推進課 Tel 042-704-8911

Tokyo Regional Immigration Bureau Yokohama District Immigration Office Kawasaki Branch Office (Kawasaki West Joint Government Building, 1-3-14 Kamiaso, Aso Ward, Kawasaki)	TEL 0570-045259 (IP, PHS, overseas 045-769-1729)	Mondays - Fridays (Except on weekends and holidays)	9 am to 4 pm
Foreign Resident General Consultation and Support Center (Shinjuku Multicultural Plaza, Tokyo Health Center Hygeia 11F, 2-44-1 Kabukicho, Shinjuku, Tokyo)	TEL 03-3202-5535 03-5155-4039	Mondays - Fridays (Excluding the 2nd and 4th Wednesdays)	9 am to 4 pm

(3) Residence registration

Medium-to-long term residents and special permanent residents are issued a residence certificate in their area of residence in the same way as the Japanese, and they can get a copy of the residence certificate. If you move and your address changes, you must perform procedures at the office of your area of residence in the same way as the Japanese. When performing the procedures to change your address, you must have your residence card or special permanent resident certificate.

Moving procedures

Details	Service counters where procedures are performed	Procedure and deadline	Things to bring
Moving out (Moving out of Sagamihara)	Your ward office	Submit a moving-out notification Notify the new city within 14 days of moving	(1) Residence card or special permanent resident certificate (2) My Number card (3) When moving in, a moving-out certificate (4) If you do not have a residence card, then your passport
Moving-in (Moving-in to Sagamihara)	Your new ward office	Submit a notification within 14 days of coming to Japan and starting to live in Sagamihara or moving to Sagamihara	
Change of address (When moving within Sagamihara)	The ward office of your new address		

(4) My Number system

My Number

Persons living in Japan are assigned a My Number (personal number). This number is different for every person. After your address in Japan is determined and you submit your move-in notification to the city, you will be sent a My Number notification by mail. This will indicate your My Number.

My Number card

The card shows your My Number and has an IC chip that makes life in Japan more convenient. You can get it by applying. It is free to apply for the first time.

You can use your My Number card in the following cases.

- For specific procedures such as moving in and out
- To get a copy of your residence certificate or certificate of registered seal at a convenience store

For details, contact the following.

■ Inquiries

- Midori Ward Office Resident Registration Division TEL 042-775-8803
- Chuo Ward Office Resident Registration Division TEL 042-769-8227
- Minami Ward Office Resident Registration Division TEL 042-749-2131
- Ward Administration Division TEL 042-704-8911

・マイナンバー総合フリーダイヤル (英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語で対応) Tel 0120-0178-27

・マイナンバーカード総合サイト (日本語・英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語で対応)

URL <https://www.kojinbango-card.go.jp>



(5) 戸籍

日本国内での出生や死亡については、届出をしてください。

しゅるい 種類	とどけできかん 届出期間	とどけでち 届出地	ももの 持ち物	びこう 備考
しゅっしょうとどけ 出生届 (子どもが生まれたとき)	こどもが生まれた日 から14日以内に 届出	お父さんかお母さんの 住所地又は子どもが 生まれた場所	しゅっせいしょうめいしょ 出生証明書 ぼしけんこうてちょう 母子健康手帳	ざいりゅうしかくしんせい 在留資格の申請もす ること
しぼうとどけ 死亡届 (人が亡くなったとき)	ひとが亡くなった日か ら7日以内に届出	亡くなった場所又は 届出する人の住所地	しぼうしんだんしょ 死亡診断書	ざいりゅう 在留カード・特別 永住者証明書を 返還すること

■ 問い合わせ先

- みどりくやくしよくみんか
・緑区役所区民課 Tel 042-775-8804
- ちゅうおうくやくしよくみんか
・中央区役所区民課 Tel 042-769-8337
- みなみくやくしよくみんか
・南区役所区民課 Tel 042-749-2132

(6) 印鑑登録

実印

家を買ったり売ったりするような、とても大事な契約の時、サインではなく「実印」というハンコ(印鑑)を使ってほしいといわれることがあります。実印が必要な人は、市役所にハンコ(印鑑)を持って行って登録します。登録したハンコ(印鑑)があなたの実印になります。

印鑑登録申請

印鑑登録することができるのは、15歳以上で相模原市に住居登録がある人です。申請は原則として本人に限ります。登録したい印鑑と在留カード・特別永住者証明書などの本人確認書類をお持ちください。登録されると印鑑登録証(さがみはらカード)を発行します。登録手数料は無料です。

印鑑登録証明書

印鑑登録証明書の交付申請をするときは、必ず印鑑登録証(さがみはらカード)を持参してください。

■ 問い合わせ先

- みどりくやくしよくみんか
・緑区役所区民課 Tel 042-775-8803
- ちゅうおうくやくしよくみんか
・中央区役所区民課 Tel 042-769-8227
- みなみくやくしよくみんか
・南区役所区民課 Tel 042-749-2131

- My Number general toll-free phone number (in English, Chinese, Korean, Spanish, and Portuguese)
TEL 0120-0178-27
- My Number general site (in Japanese, English, Chinese, Korean, Spanish, and Portuguese)
URL <https://www.kojinbango-card.go.jp>



(5) Family registry

Submit a notification for births and deaths that occur in Japan.

Type	Notification period	Where to submit notification	Things to bring	Remarks
Birth registration (When a child is born)	Submit notification within 14 days of birth	Residence of the mother or father or the place of birth	Birth certificate Mother and Child Health Handbook	Also apply for residency status
Death notification (When a person dies)	Submit notification within 7 days of death	The place of death or residence of the submitter	Death certificate	Return the residence card or special permanent resident certificate

■ Inquiries

- Midori Ward Office Resident Registration Division TEL 042-775-8804
- Chuo Ward Office Resident Registration Division TEL 042-769-8337
- Minami Ward Office Resident Registration Division TEL 042-749-2132

(6) Seal registration

Registered seal

For major contracts such as buying or selling a house, you may be required to use a registered seal instead of a signature. Bring a seal to city hall to register it if necessary. You can then use it as a registered seal.

Seal registration application

Persons ages 15 and up who are a registered resident of Sagamihara can register a seal. You can generally only register a seal for yourself. Bring the seal to be registered and personal ID such as your residence card or special permanent resident certificate.

A seal registration certificate (Sagamihara Card) will be issued after registration is complete. The registration is free.

Certificate of registered seal

To apply for a certificate of registered seal, you must bring the seal registration certificate (Sagamihara Card).

■ Inquiries

- Midori Ward Office Resident Registration Division TEL 042-775-8803
- Chuo Ward Office Resident Registration Division TEL 042-769-8227
- Minami Ward Office Resident Registration Division TEL 042-749-2131

5 子育て・教育

(1) 妊娠したら

母子健康手帳

妊娠がわかっただけ、できるかぎり早めに届出をして、母子健康手帳をもらってください。この手帳には妊娠、出産、育児に必要な情報が掲載されています。

妊婦健康診査

母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査費用補助券は、お渡しします。補助券を使うと、妊娠中の定期的な健康診査のうち、19回分の費用が助成されます。

■ 問い合わせ先

みどりこそだ しえん ぼしほけんはん 緑子育て支援センター 母子保健班 みどりにしほもと (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	TEL 042-775-8829
みどりこそだ しえん ぼしほけんはん しroyamatanとう 緑子育て支援センター 母子保健班 城山担当 みどりにくぼさわ しroyamaganとうじむしょない (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)	TEL 042-783-8060
みどりこそだ しえん つくいぼしほけんはん 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 みどりになかの つくいほけん ない (緑区中野613-2 津久井保健センター内)	TEL 042-780-1420
みどりこそだ しえん つくいぼしほけんはん さがみこたんとう 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 相模湖担当 みどりによせ さがみこそうごうじむしょない (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)	TEL 042-684-3737
みどりこそだ しえん つくいぼしほけんはん ふじのたんとう 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 藤野担当 みどりにおぶち ふじのそうごうじむしょない (緑区小淵2000 藤野総合事務所内)	TEL 042-687-5515
ちゅうおうこそだ しえん ぼしほけんはん 中央子育て支援センター 母子保健班 ちゅうおうくふじみ ない (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら内)	TEL 042-769-8222
みなみこそだ しえん ぼしほけんはん 南子育て支援センター 母子保健班 みなみくさがみおの みなみほけんふくし ない (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター内)	TEL 042-701-7710

電子母子健康手帳アプリ「さがみはらアプリ de子育て さがプリコ」

スマートフォンやタブレット端末、パソコンなどで、妊婦健診やお子さまの乳幼児健診、予防接種などの管理ができます。また、健診記録の自動グラフ化や予防接種のスケジュールリングや、市でおこなう教室・イベントの予約もできます。



子育てガイド

妊娠から出産までの母子の医療・健康に関する情報、各種の手当・助成制度、子どもの遊び場、地域での子育て支援、育児相談機関の情報、0歳からの絵本の紹介等の子育て情報をまとめた冊子を多言語で発行しています。



マタニティオーラルセミナー(妊婦歯科教室)

歯科医師・歯科衛生士が、市内在住の妊婦を対象に、妊娠している時の口の病気がおなかの赤ちゃんに与える影響や、口のケアについての教室を行います。歯の健康診査もできます。受講には申込みが必要となります。詳しい日時、会場については、「広報さがみはら」でお知らせします。

■ 問い合わせ先

市役所 子育て家庭課 保健事業班 TEL 042-769-8345

5. Childcare and education

(1) Pregnancy

Mother and Child Health Handbook

If you are pregnant, promptly submit a notification to receive a Mother and Child Health Handbook. This handbook has information necessary for pregnancy, birth, and childcare.

Pregnancy health checkups

You will be given a Mother and Child Health Handbook and subsidy tickets for the cost of pregnancy health examinations. You can use the subsidy tickets to cover the cost of regular checkups during pregnancy nineteen times.

■ Inquiries

Midori Childrearing Support Center Mother and Child Health Section (Midori Ward Joint Government Building, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	TEL 042-775-8829
Midori Childrearing Support Center Mother and Child Health Section Shiroyama Branch (Shiroyama General Office, 1-3-1 Kubosawa, Midori Ward)	TEL 042-783-8060
Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section (Tsukui Health Center, 613-2 Nakano, Midori Ward)	TEL 042-780-1420
Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section Sagamihara Branch (Sagamiko General Office, 896 Yose, Midori Ward)	TEL 042-684-3737
Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section Fujino Branch (Fujino General Office, 2000 Obuchi, Midori Ward)	TEL 042-687-5515
Chuo Childrearing Support Center Mother and Child Health Section (Wellness Sagamihara, 6-1-1 Fujimi, Chuo Ward)	TEL 042-769-8222
Minami Childrearing Support Center Mother and Child Health Section (Minami Health and Welfare Center, 6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-701-7710

Mother and Child Health Handbook application, “Sagapuriko, the Sagamihara Childrearing Application”

You can manage your pregnancy checkups, infant checkups, and inoculations with a smartphone, tablet, or PC. Also, you can automatically generate graphs from your health records, schedule vaccinations, and make reservations for city classes and events.



Childcare guide

This is a guide issued in multiple languages with information on medicine and health for mothers and children for the period from pregnancy through birth, systems for allowances and subsidies, places for children to play, community childcare support, childcare consultation groups, and picture books for children from age 0.



Maternity oral seminar (class on dental care during pregnancy)

This is a class on oral care run by dentists and dental hygienists for pregnant women in the city that also covers oral diseases during pregnancy that can have an effect on the baby. They also perform a dental checkup. You must apply to attend. Details on the date and location will be announced in Koho Sagamihara.

■ Inquiries

City Office Child and Family Division Health Section TEL 042-769-8345

母子保健相談

保健師、栄養士、歯科衛生士による妊娠・出産、子どもの健康などの相談や、乳幼児と妊産婦の食事・歯と口の相談を無料で行っています。

ないよう 内容	じっしほ 実施場所	じっしび 実施日
にんしん 妊娠・ しゅつさん 出産、子 けんこう どもの健康な そだん どの相談	みどりこそだ しえん みどりくごうどうちようしゃない ● 緑子育て支援センター (緑区合同庁舎内)	みどりこそだ しえん ほしほけんはん ● 緑子育て支援センター 母子保健班 げつ きんようび 月～金曜日
	みどりこそだ しえん ほしほけんはん ● 緑子育て支援センター 母子保健班 しろやまたんとう しろやまそうごうじむしよない 城山担当 (城山総合事務所内)	みどりこそだ しえん ほしほけんはんしろやまたんとう ● 緑子育て支援センター 母子保健班 城山担当 まいしゅうきんようび 毎週金曜日
	みどりこそだ しえん つくいほしほけんはん ● 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 つくいほけん ない (津久井保健センター内)	みどりこそだ しえん つくいほしほけんはん ● 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 まいしゅうげつ もくようび 毎週月・木曜日
	みどりこそだ しえん つくいほしほけんはん ● 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 さがみこたんとう さがみこそうごうじむしよない 相模湖担当 (相模湖総合事務所内)	みどりこそだ しえん つくいほしほけんはん さがみこたんとう ● 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 相模湖担当 まいしゅうかようび 毎週火曜日
	みどりこそだ しえん つくいほしほけんはん ● 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 ふじのたんとう ふじのそうごうじむしよない 藤野担当 (藤野総合事務所内)	みどりこそだ しえん つくいほしほけんはん ふじのたんとう ● 緑子育て支援センター 津久井母子保健班 藤野担当 まいしゅうすいようび 毎週水曜日
ちゅうおうこそだ しえん ● 中央子育て支援センター (ウェルネスさがみはら内)	ちゅうおう みなみこそだ しえん ほしほけんはん ● 中央・南子育て支援センター 母子保健班 げつ きんようび 月～金曜日	
みなみこそだ しえん ● 南子育て支援センター (南保健福祉センター内)	ごぜん し ぶん ごご じ 午前8時30分～午後5時 ※土曜日・日曜日・祝日・年末年始を除く ※直接会場へお越しください (緑・中央・南子育て支援センターは電話相談も可)	
はは こ 母と子の えいようそだん 栄養相談 よやくせい (予約制)	みどりこそだ しえん みどりくごうどうちようしゃない 緑子育て支援センター (緑区合同庁舎内)、 ちゅうおうこそだ しえん 中央子育て支援センター (ウェルネスさがみは ら内)、南子育て支援センター (南保健福祉セ ンター内)	こうほう し 「広報さがみはら」でお知らせします。 なお、事前に申し込みが必要となります。
こどもの しかそだん 歯科相談 よやくせい (予約制)	ウェルネスさがみはら	こうほう し 「広報さがみはら」でお知らせします。 なお、事前に申し込みが必要となります。

■ 問い合わせ先 各子育て支援センター (2ページ前参照)

市役所こども家庭課 事業班 Tel 042-769-8345 (こどもの歯科相談のみ)

(2) 子どもが生まれたら

産婦健康診査

母子健康手帳と一緒に産婦健康診査補助券は、お渡しします。補助券を使うと、産後の健康診査のうち、2回分の費用が助成されます。

■ 問い合わせ先 各子育て支援センター (2ページ前参照)

ふれあい親子サロン

乳幼児とその保護者を対象に保健師、保育士等が育児の相談にのる他、乳幼児の身体計測も行っています。さがプリコで事前に申し込みが必要となります。

Mother and child health consultations

Public health nurses, nutritionists, and dental hygienists provide free consultations on pregnancy, delivery, child health, mother and infant diet, and dental/oral issues.

Type	Location	Date
Consultations on pregnancy, delivery, and child health	<ul style="list-style-type: none"> ● Midori Childrearing Support Center (Midori Ward Joint Government Building) ● Midori Childrearing Support Center Mother and Child Health Section Shiroyama Branch (Shiroyama General Office) ● Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section (Tsukui Health Center) ● Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section Sagamihara Branch (Sagamiko General Office) ● Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section Fujino Branch (Fujino General Office) ● Chuo Childrearing Support Center (Wellness Sagamihara) ● Minami Childrearing Support Center (Minami Health and Welfare Center) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Midori Childrearing Support Center Mother and Child Health Section Mondays – Fridays ● Midori Childrearing Support Center Mother and Child Health Section Shiroyama Branch Every Friday ● Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section Every Monday and Thursday ● Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section Sagamiko Branch Every Tuesday ● Midori Childrearing Support Center Tsukui Mother and Child Health Section Fujino Branch Every Wednesday ● Chuo/Minami Childrearing Support Center Mother and Child Health Section Mondays - Fridays 8:30 am to 5 pm * Except weekends, holidays, and the New Year holiday period * Come directly to the location (The Midori/Chuo/Minami Childrearing Support Centers also provide phone consultations.)
Mother and child nutritional consultations (By reservation only)	Midori Childrearing Support Center (Midori Ward Joint Government Building), Chuo Childrearing Support Center (Wellness Sagamihara), Minami Childrearing Support Center (Minami Health and Welfare Center)	Details will be announced in Koho Sagamihara. An advance application is required.
Child dental consultations (By reservation only)	Wellness Sagamihara	Details will be announced in Koho Sagamihara. An advance application is required.

- Inquiries Childrearing Support Centers (see page 31)
City Office Child and Family Division Health Section
TEL 042-769-8345 (for child dental consultations only)

(2) When a child is born

Pregnancy health checkups

You will be given a Mother and Child Health Handbook and subsidy tickets for pregnancy health examinations. You can use the subsidy tickets to cover the cost of two checkups after giving birth.

- Inquiries Childrearing Support Center (see page 31)

Fureai Parent and Child Salon

Public health nurses and childcare workers provide consultations on childcare for infants and their guardians, and they will measure the infant's body. An advance application through Saga Purico is required.

ないよう 内容	じっしばしょ 実施場所	じっしび 実施日
いくじそうだん えいようそうだん しんたいけいそく おやこ 育児相談、栄養相談、身体計測、親子 あそびの紹介	つ く い ほけん こどもセンター、津久井保健センター、相模湖 そうごうじむしょ ふじのそうごうじむしょ 総合事務所、藤野総合事務所	つき かい がつ のぞ 月1回(8月を除く) さがプリコでお知らせします。

■ 問い合わせ先

しやくしよ かていかほけんじぎょうはん
市役所こども家庭課保健事業班

ちゅうおうくちゅうおう しやくしよほんかん かい
(中央区中央2-11-15 市役所本館4階) TEL 042-769-8345 Fax 042-759-4395

にゅうようじ けんこうしんさ
乳幼児の健康診査

にゅうようじ けんこうしんさ つぎ
乳幼児の健康診査には次のようなものがあり、対象年齢の人は無料で受けられます。

けんこうしんさ 健康診査	じゆしんきかん たいしやうしや 受診期間・対象者	ないよう 内容
げつじけんこうしんさ 4か月児健康診査	げつ つき 4か月になる月	い か 医科 びようき そうきはつけん はついくはつたつじようきよう かくにん 病気の早期発見、発育発達状況の確認と いくじそうだん りにゅうしよく そうだん 育児相談、離乳食などの相談
げつじけんこうしんさ 8か月児健康診査	げつ ひ 7か月になった日～ げつ ぜんじつ 9か月になる前日	い か 医科 はついくはつたつじようきよう かくにん いくじ えいようそうだん 発育発達状況の確認と育児・栄養相談
さいじけんこうしんさ 1歳児健康診査	さい ひ 1歳になった日～ さい げつ ぜんじつ 1歳2か月になる前日	
さい げつじけんこうしんさ 1歳6か月児健康診査	さい げつ ひ 1歳6か月になった日～ さい げつ ぜんじつ 1歳8か月になる前日	い か 医科 はついくはつたつじようきよう かくにん いくじ えいようそうだん 発育発達状況の確認と育児・栄養相談
	さい げつ つき 1歳7か月になる月	し か 歯科 は けんこうしんさ し か そうだん 歯の健康診査と歯科相談 しんりはつたつ いくじ えいようそうだん 心理発達や育児・栄養相談
さい げつじしかけんこうしんさ 2歳6か月児歯科健康診査	さい げつ つき 2歳6か月になる月	し か 歯科 は けんこうしんさ し か そうだん いくじ えいようそうだん 歯の健康診査と歯科相談、育児・栄養相談
さい げつじけんこうしんさ 3歳6か月児健康診査	さい げつ つき 3歳6か月になる月	い か 医科 し か 歯科 はついくはつたつじようきよう かくにん いくじえん 発育発達状況の確認と育児支援、 は けんこうしんさ し か そうだん しちやうかくけんさ 歯の健康診査と歯科相談、視聴覚検査、 しんりはつたつ いくじ えいようそうだん 心理発達や育児・栄養相談

ちゅう じっしにちじ かいじよう
注) 実施日時・会場については、直接対象者に通知します。

■ 問い合わせ先

しやくしよ かていか ほけんじぎょうはん
市役所こども家庭課 保健事業班

TEL 042-769-8345

Type	Location	Date
Childcare consultations, nutrition consultations, body measurements, and referrals to parent and child play spaces	Child Center, Tsukui Health Center, Sagamiko General Office, Fujino General Office	Once a month (except for August) Details will be announced through Saga Purico.

■ Inquiries

City Office Child and Family Division Health Section

(City Office Main Building 4F, 2-11-15 Chuo, Chuo Ward) TEL 042-769-8345 Fax 042-759-4395

Infant health checkups

The following infant health checkups are available and are free of charge for infants of eligible age.

Health checkups	Checkup period and eligibility		Purpose
4-month infant health checkup	The month upon reaching 4 months of age	Medical	To discover the early onset of disease, check growth, childcare consultations, and discuss baby food
8-month infant health checkup	From the day of reaching 7 months of age to the day before reaching 9 months of age	Medical	To check growth and discuss childcare and nutrition
1-year infant health checkup	From the day of reaching 1 year of age to the day before reaching 1 year and 2 months of age		
1-year 6-month child health checkup	From the day of reaching 1 year and 6 months of age to the day before reaching 1 year and 8 months of age	Medical	To check growth and discuss childcare and nutrition
	The month upon reaching 1 year and 7 months of age	Dental	Dental health checkups and consultations Consultations on mental development, childcare, and nutrition
2-year 6-month child dental health checkup	The month upon reaching 2 years and 6 months of age	Dental	Dental health checkup and consultations on dental, childcare, and nutrition
3-year 6-month child health checkup	The month upon reaching 3 years and 6 months of age	Medical Dental	To check growth; support childcare; and perform dental health checkups, dental consultations, sight and hearing tests, consultations on mental development, childcare, and nutrition

Note) Eligible individuals will be notified directly of the dates and locations.

■ Inquiries

City Office Child and Family Division Health Section TEL 042-769-8345

よぼうせつしゅ
予防接種

よぼうせつしゅ つぎ たいしょうねんれい ひと きてい かいすう むりょう う よぼうせつしゅ き
 予防接種には次のようなものがあり、対象年齢の人は規定の回数のみ無料で受けられます。なお、予防接種はすべて、決ま
 った病院で実施します。接種年齢に合わせて、市からお知らせが届きます。

しゅるい 種類			たいしょうねんれい 対象年齢	ひょうじゆんてき せつしゅねんれい 標準的な接種年齢	せつしゅほうほう 接種方法	
かんせんしょう Hib感染症	しょかい 初回		せいご げつ さいみまん 生後2か月～5歳未満	せいご げつ げつ 生後2か月～7か月 みまん 未満	しゅうかん かんかく 4～8週間の間隔で かいせつしゅ 3回接種	
	ついか 追加			しょかい かい しゅうりょうご 初回(3回)終了後 7～13か月	かいせつしゅ 1回接種	
しょうに はいえんきゆうきんかんせんしょう 小児の肺炎球菌感染症	しょかい 初回		せいご げつ さいみまん 生後2か月～5歳未満	せいご げつ げつ 生後2か月～7か月 みまん 未満	にちじょう かんかく 27日以上の間隔で かいせつしゅ 3回接種	
	ついか 追加			しょかい かい しゅうりょう 初回(3回)終了 いじょうけいかご から60日以上経過後 さい さい げつみまん 1歳～1歳3か月未満	かいせつしゅ 1回接種	
がたかんえん B型肝炎			さいみまん 1歳未満	せいご げつ げつ 生後2か月～9か月 みまん 未満	かいせつしゅ 3回接種 (27日以上の間隔で かいせつしゅご しょかい 2回接種後、初回から 139日以上おいて かいせつしゅ 1回接種)	
けっかく BCG(結核)			さいみまん 1歳未満	せいご げつ げつ 生後5か月～8か月 みまん 未満	かいせつしゅ 1回接種	
ジフテリア ひやくにち 百日せき はしょうふう 破傷風 ポリオ	き 1期	よんしゅこんごう 四種混合 〔ジフテリア ひやくにち 百日せき はしょうふう 破傷風 ポリオ〕	しょかい 初回	せいご げつ 生後2か月～ さい げつみまん 7歳6か月未満	せいご げつ げつ 生後3か月～12か月 みまん 未満	3～8週間の間隔で かいせつしゅ 3回接種
	き 2期	にしゅこんごう 二種混合 〔ジフテリア・破傷風〕	ついか 追加	さい げつみまん 11歳～13歳未満	きしょかい かい しゅうりょうご 1期初回(3回)終了後 ねん ねん げつみまん あいだ 1年～1年6か月未満の間に1回接種	かいせつしゅ 1回接種
すいとう みず 水痘(水ぼうそう)			かいめ 1回目	さい さい げつみまん 1歳～1歳3か月未満	かいせつしゅ 1回接種	
			かいめ 2回目	さい さいみまん 1歳～3歳未満	かいめしゅうりょうご げつ 1回目終了後6か月～12か月の間に かいせつしゅ 1回接種	
ましん (はしか)・ ふう 風しん	き 1期	ましんふうこんごう 麻疹風しん混合 〔MR〕	さい さいみまん 1歳～2歳未満		かいせつしゅ 1回接種	
	き 2期		さい さいみまん しょうがっこう しゅうがく 5歳～7歳未満で小学校に就学する ぜんねんどちゅう 前年度中		かいせつしゅ 1回接種	
にほんのうえん 日本脳炎	き 1期	しょかい 初回	せいご げつ 生後6か月～ さい げつみまん 7歳6か月未満	さい 3歳	しゅうかん かんかく 1～4週間の間隔で かいせつしゅ 2回接種	
		ついか 追加		さい 4歳	きしょかい かい 1期初回(2回) しゅうりょうご 終了後おおむね1年 おいてかいせつしゅ 1回接種	
	き 2期		さい さいみまん 9歳～13歳未満	さい 9歳	かいせつしゅ 1回接種	
かんせんしょう HPV感染症(子宮頸がん)			しょうがく ねんせい 小学6年生～ こうこう ねんせいそうとうねんれい 高校1年生相当年齢 じょし の女子	ちゅうがく ねんせい 中学1年生 そうとうねんれい 相当年齢	か か 【2価・4価ワクチン】 かいせつしゅ 3回接種 か 【9価ワクチン】 げんそく かいせつしゅ 原則2回接種	

ちゅう う びょういん めいぼ しほけんじよしつぺいたいさくか かくやくしよくみんか など はいふ
 注) 受けられる病院の名簿は、市保健所疾病対策課、各区役所区民課、まちづくりセンター等で配布しています。

Vaccinations

The following vaccinations are available and free of charge for the specified number of shots for children of eligible age. All vaccinations are provided at a specific hospital. The city will send a notification when the child is appropriate age for vaccination.

Type			Eligible ages	Standard ages for vaccination	Vaccination method	
Hib infection	First		Between 2 months and 5 years after birth	Between 2 months and 7 months after birth	Three shots are administered at a 4-to-8-week interval.	
	Booster			7 to 13 months after the initial vaccination (three shots)	One shot	
Pediatric pneumococcus infections	First		Between 2 months and 5 years after birth	Between 2 months and 7 months after birth	Three shots at intervals of at least 27 days	
	Booster			At least 60 days after the initial vaccination (three shots) Between 1 year and 1 year and 3 months after birth	One shot	
Hepatitis B			Less than 1 year	Between 2 months and 9 months after birth	Three shots (At least 27 days after the second shot and 139 days after the first shot)	
BCG (tuberculosis)			Less than 1 year	Between 5 months and 8 months after birth	One shot	
Diphtheria Pertussis Tetanus Polio	1st term	DPT-IPV [Diphtheria, pertussis, tetanus polio]	First	Between 2 months and 7 years 6 months after birth	Between 3 months and 12 months after birth	Three shots are administered at a 3-to-8-week interval.
			Booster		One shot between 1 year and 1 year and 6 months after the first term (three shots)	
	2nd term	DT [Diphtheria, tetanus]	Between ages 11 and 13	Age 11	One shot	
Chickenpox			1st shot	Between ages 1 and 3	Between ages 1 and 1 year and 3 months	One shot
			2nd shot		One shot 6 to 12 months after the first shot	
Measles (Measles)/ Rubella	1st term	Measles and rubella [MR]	Between ages 1 and 2		One shot	
	2nd term		Between ages 5 to 7 during the year before elementary school			
Japanese encephalitis	1st term	First	Between 6 months and 7 years 6 months after birth	Age 3	Two shots are administered at a 1-to-4-week interval.	
		Booster		Age 4	One shot about 1 year after the 1st term initial vaccination (2 shots)	
	2nd term		Between ages 9 and 13	Age 9	One shot	
HPV infection (cervical cancer)			Girls from elementary grade 6 to high school grade 1 or equivalent age	Junior high grade 1 or equivalent age	[2-valent/4-valent vaccine] Three shots [9-valent vaccine] Generally two shots	

Note) The list of participating hospitals is distributed by the Public Health Center Disease Control Division, Ward Office Resident Registration Divisions, and Community Development Centers.

(3) 給付・手当・助成

《医療費の助成》

健康維持や生活安定のため、保険診療でかかった医療費の自己負担分を助成しています。申請が必要ですので、該当するときは忘れずに手続きをしてください。

小児医療費助成

中学生までの子どもの医療費を助成しています。(所得の制限があります。)
健康保険証と医療証を病院などの窓口へ提示してください。県外で受診した場合は、支払った費用を後から市に請求してください。

ひとり親家庭等医療費助成

高校生までの子どもとその養育者の医療費を助成しています。(所得の制限があります。)
対象は、母子家庭、父子家庭、父または母が重度の障害にある家庭などです。
健康保険証と医療証を病院などの窓口へ提示してください。県外で受診した場合は、支払った費用を後から市に請求してください。

■ 問い合わせ先

市役所子育て給付課医療給付班 Tel 042-704-8908

《各種手当・助成等》

児童の健全な育成と資質向上のため、児童の状況に応じて次のような助成などを行っています。手当は申請制度ですので、該当するときは忘れずに手続きをしてください。なお、制度内容は変更になることがあります。

児童手当

市内に住民登録のある中学校修了前までの児童を養育している人に支給されます。(所得制限があります。)

児童扶養手当

父母の離婚など一定の要件に該当する児童(18歳に達する日以後最初の3月31日まで、中度以上の障害を有する場合は20歳未満)を監護している母、または児童を監護し生計を同じくしている父、もしくは父母に代わって児童を養育している人に支給されます。申請者と申請者の同居親族について所得制限があります。申請者と児童について、公的年金との併給制限があります。

母子父子寡婦福祉資金

母子・父子家庭などの生活を助け、経済的に自立するための資金です。高校や大学などの入学金や授業料、引越しや生活のための資金を低利子または無利子で借りることができます。利用できる人は配偶者のいない女子(男子)及びその扶養する子などです。

※資金によって貸し付け条件が異なりますので、詳細はお住まいの区の子ども家庭相談員にお問合せください。

■ 問い合わせ先

中央子育て支援センターこども家庭相談員 (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら内)	Tel 042-769-9221
南子育て支援センターこども家庭相談員 (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター内)	Tel 042-701-7700
緑子育て支援センターこども家庭相談員 (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	Tel 042-775-8815

※津久井保健センターでも相談をお受けします(火曜日のみ)。希望される方は、事前に緑子育て支援センターへご連絡ください。

(3) Payments, allowances, and subsidies

<Subsidies for medical costs>

These help cover your portion of medical costs arising from medical care covered by insurance in order to help maintain health and ensure stability in daily life. They require an application. Remember to perform the procedures if you are eligible.

Child medical cost subsidies

These help cover the medical costs of children through junior high school. (There are limitations based on income.)

Submit your health insurance card, medical certificates, etc., at the counter. For medical care received outside of the prefecture, you can request reimbursement from the city after paying.

Medical subsidies for single-parent households

These help cover the medical costs of children through high school and their caregivers. (There are limitations based on income.) Single-mother households, single-father households, and households where the father or mother have a severe disability are eligible.

Submit your health insurance card, medical certificates, etc., at the counter. For medical care received outside of the prefecture, you can request reimbursement from the city after paying.

■ Inquiries

City Office Childcare Benefits Division Medical Benefits Section TEL 042-704-8908

<Allowances and subsidies>

In order to ensure healthy childcare and suitable growth, the following subsidies are provided according to the child's situation. The allowances require an application. Remember to perform the procedures if you are eligible. The systems are subject to change.

Child allowance

This is provided to persons who are registered residents in the city raising a child until the end of junior high school. (There are limitations based on income.)

Dependent child allowance

This is provided to mothers who have custody of a child, fathers who have custody of a child and live with the child, and persons who take care of a child on behalf of the parents when the child meets certain requirements such as the divorce of the parents (through to the March 31st following their 18th birthday or up to age 20 if they have at least a moderate disability). There are limitations based on the income of the applicant and cohabitants. There are limitations on the applicant and child when receiving public pension benefits.

Welfare fund for single parents and widows

This is funding to support the economic independence and daily life of households comprising a single parent or widow. The households can borrow money for school entrance fees or tuition for high school or university, moving, and daily life at a low interest rate or interest free. Men and women without a spouse and their dependent children can use this funding.

* The loan conditions vary according to the purpose. For details, contact a counselor in the Child and Family Section of your ward.

■ Inquiries

Chuo Childrearing Support Center Child and Family Counselor (Wellness Sagamihara, 6-1-1 Fujimi, Chuo Ward)	TEL 042-769-9221
Minami Childrearing Support Center Child and Family Counselor (Minami Health and Welfare Center, 6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-701-7700
Midori Childrearing Support Center Child and Family Counselor (Midori Ward Joint Government Building, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	TEL 042-775-8815

* The Tsukui Health Center also provides consultations (on Tuesdays). If you are interested, contact the Midori Childrearing Support Center in advance.

ぼしふくししきんなどりしほきゆう
母子福祉資金等利子補給

ぼしふしかふくししきんなどかしかつけうとしししょうかんかんりょうひとたいかしかつげきんかかりしろうとうかくほじよ
母子父子寡婦福祉資金等の貸付を受け、その年の償還を完了した人に対して、貸付金に係わる利子相当額を補助します。

■ 問い合わせ先

しやくしよこそだきゆうふか
市役所子育て給付課 Tel 042-769-8232

(4) 保育・サポート・相談

保育所

ほごしゃしゅうろうびょうきなどにより、家庭での保育が困難な場合にお子さんを預かりし、保育しています。入所を希望する人はお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

ちゅうおうこそだしえんこそだはん 中央子育て支援センター子育てサービス班 ちゅうおうくふじみ (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら1階)	Tel 042-769-9267
みなみこそだしえんこそだはん 南子育て支援センター子育てサービス班 みなみくさみおのみなみほけんふくし (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター3階)	Tel 042-701-7723
みどりこそだしえんこそだはん 緑子育て支援センター子育てサービス班 みどりにしはしもとみどりくごうどうちようしゃ (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎3階)	Tel 042-775-8813
みどりこそだしえんこそだはん 緑子育て支援センター子育てサービス班城山担当 みどりにくぼさわしろやまそうごうじむしょ (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所1階)	Tel 042-783-8060
みどりこそだしえんこそだはん 緑子育て支援センター子育てサービス班津久井担当 みどりになかのつくいほけん (緑区中野613-2 津久井保健センター1階)	Tel 042-780-1420
みどりこそだしえんこそだはん 緑子育て支援センター子育てサービス班相模湖担当 みどりによせさがみこそうごうじむしょ (緑区与瀬896 相模湖総合事務所2階)	Tel 042-684-3737
みどりこそだしえんこそだはん 緑子育て支援センター子育てサービス班藤野担当 みどりにおぶちふじのそうごうじむしょ (緑区小淵2000 藤野総合事務所2階)	Tel 042-687-5515

ファミリー・サポート・センター

あんしんこそだ
安心とゆとりをもって子育てができるように、「子育てをお手伝いしてほしい人」と「子育てをお手伝いしたい人」を結びつけて
こそだそうごえんじよかつどうおうえんかいいんせいせしきこそあずそうげいおこなかね
子育ての相互援助活動を応援する会員制組織で、子どもの預かりや送迎などのサポートを行います(お金がかかります)。

■ 問い合わせ先

さがみはらしじむきょくさがみはらししゃかいふくしきょうぎかない
相模原市ファミリー・サポート・センター事務局(相模原市社会福祉協議会内)
ちゅうおうくふじみかいかんない
(中央区富士見6-1-20 あじさい会館内) Tel 042-730-3885

療育相談

つぎまどぐちりょういくそうだん
次の窓口では、療育相談、リハビリテーション相談などのほか、児童発達支援事業なども行っています。なお、
しえんすすうえひつようおうしんりはつたつげんさいいりょうそうだんおこな
支援を進める上で必要に応じて、心理発達検査や医療相談を行っています。

■ 問い合わせ先

みどりこそだしえんりょういくそうだんはん 緑子育て支援センター療育相談班 みどりにしはしもとみどりくごうどうちようしゃ (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内3階)	Tel 042-775-1760	Fax 042-775-1750
みどりこそだしえんつくいたんどう 緑子育て支援センター津久井担当 みどりになかのつくいほけん (緑区中野613-2 津久井保健センター1階)	Tel 042-780-1420	Fax 042-784-1222
みどりこそだしえんさがみこそうごう 緑子育て支援センター相模湖担当 みどりによせしりつけいほくしょうがっこう (緑区与瀬877 市立桂北小学校内)	Tel 042-684-3737	Fax 042-684-3618
みどりこそだしえんふじのたんどう 緑子育て支援センター藤野担当 みどりにおぶちふじのそうごうじむしょ (緑区小淵2000 藤野総合事務所2階)	Tel 042-687-5515	Fax 042-687-5688

Interest assistance for mother and child welfare funding

Single parents and widows who received loans as a part of welfare funding can receive assistance equivalent to the interest on the loans after finishing repayment for that year.

■ Inquiries

City Office Childcare Benefits Division TEL 042-769-8232

(4) Childcare, support, and consultations

Nursery schools

They look after and take care of children when it is difficult for a guardian to do so at home due to work or health. Contact the following if you want to use a nursery school.

■ Inquiries

Chuo Childrearing Support Center Childcare Services Section (Wellness Sagamihara 1F, 6-1-1 Fujimi, Chuo Ward)	TEL 042-769-9267
Minami Childrearing Support Center Childcare Services Section (Minami Health and Welfare Center 3F, 6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-701-7723
Midori Childrearing Support Center Childcare Services Section (Midori Ward Joint Government Building 3F, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	TEL 042-775-8813
Midori Childrearing Support Center Childcare Services Section Shiroyama Branch (Shiroyama General Office 1F, 1-3-1 Kubosawa, Midori Ward)	TEL 042-783-8060
Midori Childrearing Support Center Childcare Services Section Tsukui Branch (Tsukui Health Center 1F, 613-2 Nakano, Midori Ward)	TEL 042-780-1420
Midori Childrearing Support Center Childcare Services Section Sagamiko Branch (Sagamiko General Office 2F, 896 Yose, Midori Ward)	TEL 042-684-3737
Midori Childrearing Support Center Childcare Services Section Fujino Branch (Fujino General Office 2F, 2000 Obuchi, Midori Ward)	TEL 042-687-5515

Family Support Center

This is a membership organization that pairs individuals who want help with childcare with individuals who want to help with childcare so that children can be raised comfortably and in a relaxed environment. It provides (paid) support for watching and picking up/dropping off children, etc.

■ Inquiries

Sagamihara City Family Support Center Administrative Office (Sagamihara Social Welfare Council)
(Ajisai Hall, 6-1-20 Fujimi, Chuo Ward) TEL 042-730-3885

Rehabilitation counseling

The following offices provide counseling on rehabilitation, and they run programs to support children's development. They perform psychological development tests and medical consultations as necessary when providing support.

■ Inquiries

Midori Childrearing Support Center Rehabilitation Counseling Section (Midori Ward Joint Government Building 3F, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	TEL 042-775-1760	Fax 042-775-1750
Midori Childrearing Support Center Tsukui Branch (Tsukui Health Center 1F, 613-2 Nakano, Midori Ward)	TEL 042-780-1420	Fax 042-784-1222
Midori Childrearing Support Center Sagamiko Branch (Keihoku Elementary School, 877 Yose, Midori Ward)	TEL 042-684-3737 (Sagamiko General Office 2F)	Fax 042-684-3618
Midori Childcare Support Fujino Branch (Fujino General Office 2F, 2000 Obuchi, Midori Ward)	TEL 042-687-5515	Fax 042-687-5688

Chuo Childrearing Support Center Rehabilitation Counseling Section (Yokoen, 3-19-2 Yokodai, Chuo Ward)	TEL 042-756-8424	Fax 042-756-3360
Minami Childrearing Support Center Rehabilitation Counseling Section (Minami Health and Welfare Center 2F, 6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-701-7727	Fax 042-701-7728

Developmental Disability Support Center

They provide consultations for individuals who are high-school age or older who have developmental disabilities and their families regarding issues in daily life, education, and work.

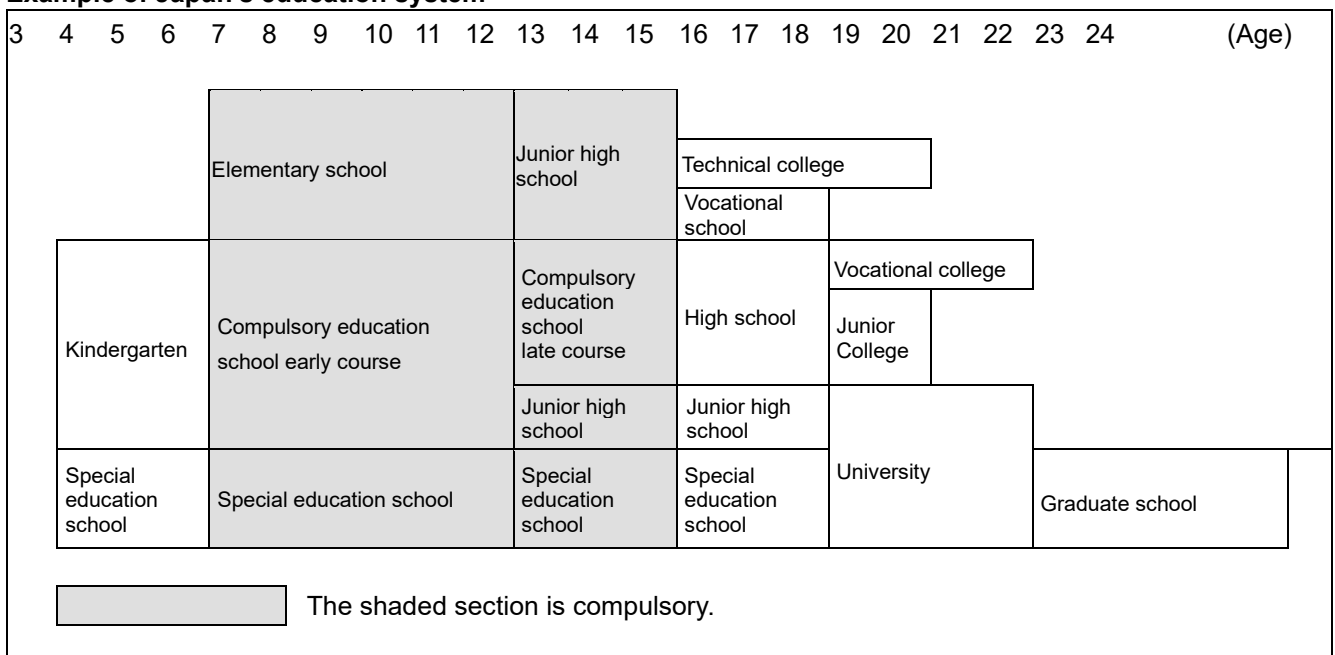
■ Inquiries

Developmental Disability Support Center (Yokoen, 3-19-2 Yokodai, Chuo Ward)

TEL 042-756-8411 Fax 042-756-3360

(5) Education

Example of Japan's education system



The Japanese education system generally comprises 6 years of elementary school, 3 years of junior high school, 3 years of high school, and 4 years of college. School starts in April and ends in March. Schools can be public or private. Kindergartens exist as an educational facility for children prior to entering elementary school.

Public elementary schools, junior high schools, and compulsory education schools

Children of foreign nationalities of ages 6 to 15 residing in the city who want to attend a public elementary school, junior high school, or compulsory education school must perform procedures with the board of education. To enter elementary school as a new student, perform the procedures with the School Affairs Division according to the school entrance notification sent every year at the beginning of September. (For students already enrolled in a Sagamihara public elementary school or the early course of a compulsory education school who want to enter a Sagamihara public junior high school or compulsory education school late course, no procedures are required.)

If students transfer from another elementary or junior high school, use the enrollment certificate and textbook disbursement certificate issued by the school they are currently enrolled in to perform the procedures with the School Affairs Division.

* Contact the following regarding school enrollment for children who are not registered residents.

■ Inquiries

School Affairs Section, School Affairs Division, City Board of Education TEL 042-769-8282

おおのみなみちゅうがっこうぶんこうやかんがっきゅう
大野南中学校分校夜間学級

にゅうがくようけん
○入学要件

がくれいき けいか ひと つぎ あ ひと
学齢期を経過した人で次にはまる人

- ぎむきょういく しゅうりょう がくれいき けいか ひと
・義務教育を修了しないまま学齢期を経過した人
- さまざま りゅう じゅうぶん きょういく う ちゅうがっこう そつぎょう ひと
・様々な理由により十分な教育を受けられないまま中学校を卒業した人
- がいこくせきとう にほん ぎむきょういく そうとう きょういく う ひと
・外国籍等で日本の義務教育に相当する教育を受けていない人

やかんがっきゅう
○夜間学級はこんなところ

- こうりつちゅうがっこう やかんがっきゅう ちゅうがっこう がくしゅう
・公立中学校の夜間学級で、中学校の学習をします。
- じゅぎょう げつよう きんよう まいにち じかん ごご じごろ はじ ごご じごろ お
・授業は、月曜～金曜まで毎日あり、時間は午後5時頃から始まり、午後9時頃に終わります。
- やかんがっきゅう がくしゅう しゅうりょう ちゅうがっこう そつぎょうしかく え
・夜間学級の学習を修了すると、中学校の卒業資格を得ることができます。

と あ さき
■ 問い合わせ先

しきょういくいいんかいがっこうきょういくが がくりよくほししょうすいしんほん
市教育委員会学校教育課 学力保障推進班 Tel 042-704-8918

しゅうがくしょうれいきん しゅうがくえんじょ
就学奨励金(就学援助)

かぞくぜんいん しゅうにゅう すく かた こ こく こうりつ しょうがっこう ちゅうがっこう ぎむきょういくがっこう べんきょう ひつよう
家族全員の収入が少ないうちは、お子さんが国・公立の小学校・中学校・義務教育学校で勉強するために必要な
ぶんぼうぐ がくようひんひ きゅうしよくひ かね いちぶ えんじょ きぼう かた がくむか しんせいじょ
文房具などの学用品費や給食費などにかかるお金の一部をもらうことができます。援助を希望する方は、学務課へ申請書を
ていしゆつ ていしゆつ しよるい もと きょういくいいんかい しんさ えんじょ けつてい
提出してください。提出された書類などに基づいて、教育委員会が審査して援助を決定します。

と あ さき
■ 問い合わせ先

しきょういくいいんかいがくむか しゅうがくしえんほん
市教育委員会学務課 就学支援班 Tel 042-769-9262

さがみはらししょうがくきん
相模原市奨学金

つぎ ようけん こうこうせいとう さがみはらし しょうがくきん かね
次の要件のすべてにあてはまる高校生等は、相模原市から奨学金としてお金をもらうことができます。

- ①市内に住んでいる
 - ②家族全員の収入がとても少ない(市民税の所得割額が0円)(日本以外で収入のある保護者は、別に審査があります)
 - ③日本の高等学校等に在学し、学業を続けようとする意欲がある。
- ただし、生活保護を受けている場合、特別支援学校に在学している場合は対象外です。

しんせいじき つぎ
申請時期は、次のとおりです。

- ①中学校3年生(義務教育学校9年生)時の11月中旬～卒業式の日
- ②高等学校等入学後の6～2月のいずれかです。給付額は、申請時期により異なります。申請に基づいて、教育委員会
しんさ しょうがくせい けつてい
が審査して奨学生を決定します。

と あ さき しきょういくいいんかいがくむか しゅうがくしえんほん
■ 問い合わせ先 市教育委員会学務課 就学支援班 Tel 042-769-9262

こうとうがっこうとうしゅうがくしえんきん かながわけんせいとがくひほじよきん
高等学校等就学支援金・神奈川県生徒学費補助金

せいと じゅぎょうりょう あ ひょう くに せいど こうとうがっこうとうしゅうがくしえんきん しきゅう かながわけんない しりつ
生徒の授業料に充てる費用として、国の制度の「高等学校等就学支援金」を支給します。また、神奈川県内の私立
こうとうがっこうとう せいと かながわけん せいど かながわけんせいとがくひほじよきん にゅうがくきん じゅぎょうりょう ほじょ
高等学校等に在学する場合は、神奈川県制度の「神奈川県生徒学費補助金」として、入学金・授業料の補助が受けられます。

と あ さき
■ 問い合わせ先

つうがく こうとうがっこうとう じむしつ
通学している高等学校等の事務室

こうこうせいとうしょうがくきゅうふきん
高校生等奨学給付金

ようけん こうこうせいとう ほごしゃ たい じゅぎょうりょういがい きょういくひふたん けいげん
要件すべてにあてはまる高校生等の保護者に対して、授業料以外の教育費負担を軽減します。

と あ さき
■ 問い合わせ先

つうがく こうとうがっこうとう じむしつ
通学している高等学校等の事務室

Ono Minami Junior High School Branch evening class

○ Entrance requirements

Individuals who are past school age and meet the following requirements

- People who are past school age and have not completed compulsory education
- People who graduated junior high school without being able to get a sufficient education due to various circumstances
- People of foreign nationality who did not get an education equivalent to Japanese compulsory education

○ Details of the evening class

- The public junior high school evening class provides junior high school lessons.
- Classes are held every day Monday through Friday from 5 pm to 9 pm.
- You can obtain a junior high diploma by completing the evening class lessons.

■ Inquiries

City Board of Education School Education Division Academic Assurance Section TEL 042-704-8918

Enrollment grants (enrollment subsidies)

If the total income of a household is insufficient, you can get a portion of the costs of school supplies such as writing materials, school lunches, etc., covered so that your child can study at a public elementary school, junior high school, or compulsory education school. To receive these subsidies, submit an application to the School Affairs Division. The board of education will review the submitted documents to make a decision on the subsidies.

■ Inquiries

City Board of Education School Affairs Division Enrollment Support Section TEL 042-769-9262

Sagamihara scholarships

High school students who meet all of the following requirements can receive money in the form of a scholarship from Sagamihara.

- (1) You live in the city
- (2) The total income of your household is significantly low (the municipal income tax is 0 yen) (Guardians with income outside of Japan must undergo a separate review.)
- (3) You are enrolled in a Japanese high school and want to continue studies.
However, you are ineligible if you are on public assistance or enrolled in a special education school.

The application period is as follows.

- (1) Middle of November until the graduation day for 3rd-year junior high school students (or 9th graders in compulsory education schools) or
- (2) between June and February after entering a high school. The amount of the scholarship varies according to the application period. The board of education will review the application to make a decision on the scholarship.

■ Inquiries City Board of Education School Affairs Division Enrollment Support Section TEL 042-769-9262

High school tuition support fund, Kanagawa Prefecture tuition subsidy

The high school tuition support fund is a national program that pays the fees for students' tuition. Also, if you are enrolled in a private high school in Kanagawa Prefecture, you can get subsidies for enrollment costs and tuition as a part of Kanagawa Prefecture's program for tuition subsidies.

■ Inquiries

Office of the high school you are attending

High school scholarships

These reduce the burden of educational costs other than tuition for guardians of high school students who meet all of the requirements.

■ Inquiries

Office of the high school you are attending

かながわけんりつこうとうがっこう にゆうがくけんていりょう にゆうがくりょうげんめんせいど
神奈川県立高等学校の入学検定料・入学料減免制度

かながわけんりつ こうとうがっこうとう じゆけんりょう にゆうがくりょう ぜんぶ いちぶ めんじょ せいど
神奈川県立の高等学校等では、受検料、入学料の全部または一部を免除する制度があります。

■ **と あ さき**
問い合わせ先

じゆけんよてい にゆうがくよてい けんりつこうとうがっこうとう じむしつ
受検予定・入学予定の県立高等学校等の事務室

ようちえん
幼稚園

ほいくりょう いちぶ ぜんがく きゆうふ にゆうしょ きぼう ばあい かくようちえん と あ
保育料の一部または全額が給付されます。入所を希望する場合は、各幼稚園にお問い合わせください。

にほんごしどうこうし
日本語指導講師

しない こうりつしょう ちゅうがっこう ぎむきょういくがっこう ざいせき にほんごしどう ひつよう こ たい にほんご きそてき がくしゅう
市内の公立小・中学校・義務教育学校に在籍する、日本語指導を必要とするお子さんに対して、日本語の基礎的な学習
指導を行い、学校生活での支援をします。

にほんごしどうとうきょうりよくしゃ
日本語指導等協力者

しない こうりつしょう ちゅうがっこう ぎむきょういくがっこう ざいせき にほんごしどう ひつよう こ なか せいかつしえん
市内の公立小・中学校・義務教育学校に在籍する、日本語指導を必要とするお子さんの中で、生活支援・カウンセリン
グなどが必要な場合や母語通訳による保護者との面談などを行う場合、協力者として母語を活用した支援を行います。

■ **と あ さき**
問い合わせ先

しきょういくいんかいがっこうきょういくか がくりよくほしやうすいしんはん
市教育委員会学校教育課 学力保障推進班 TEL 042-704-8918

ほけん ねんきん ぜいきん
6 保険・年金・税金

いりょうほけん
(1) 医療保険

にほん す ひと こくせき かんけい こうてきいりょうほけん かにゆう しゃかいぜんたい ふたん びょうき
日本に住む人は国籍に関係なく、公的医療保険に加入することになります。社会全体で負担をシェアすることで、けがや病
びょういん い じぶん ほら おかね すく のこ かね ほけん で
で病院に行ったときに自分で払うお金が少なくなります。残りのお金は保険から出ます。

いりょうほけん しゆるい
医療保険には3つの種類があります。

けんこうほけん
健康保険

- ・ 1週間に20時間以上働いて、毎月の給料が8.8万円以上などの条件に合う人は、会社などの健康保険に入ります。健康保険に入ることができるかどうかは、会社に確認してください。
- ・ 健康保険に入っている人の日本に住んでいる家族も健康保険に入ることができます。家族が健康保険に入ることができるかどうかは会社に確認してください。

こくみんけんこうほけん
国民健康保険

げつ こ ざいりゅうきかん けつてい さがみはらし じゅうみんとうろく かた つぎ ひと のぞ こくみんけんこうほけん かにゆう
3か月を超える在留期間が決定され、相模原市に住み登録をしている方は、次の人を除き、国民健康保険に加入しなければなりません。

ほけんぜい しほら ひつよう びょうき ちりょうひ いちぶふたんきん しほら あんしん いりょう
保険税を支払うことが必要ですが、病気やけがのとき治療費の30%~20%を一部負担金として支払うだけで、安心して医療
が受けられます。

こくみんけんこうほけん かにゆう ひと
＜国民健康保険に加入できない人＞

- ・ 在留期間が3か月以下の方（注）
（注）「興行」、「技能実習」、「家族滞在」、「公用」、「特定活動（医療を受ける活動またはその方の日常の世話を
活動を指定されている場合を除く。）」の在留資格の人で、在留期間は3か月以下であっても、資料により、3か月を
超えて滞在すると認められる人は加入できます。詳しくは、相模原市国民健康保険コールセンターへお問い合わせください。
- ・ 在留資格が「短期滞在」、「外交」の人
- ・ 「特定活動」の在留資格のうち、医療を受ける活動またはその方の日常の世話をする活動の人
- ・ 日本と医療保険を含む社会保障協定を結んでいる国の人で本国政府から医療保険制度加入の証明書（適用証明書）の交付を受けている人
- ・ 勤務先の健康保険に加入している人（扶養家族として加入している人を含む。）
- ・ 生活保護を受けている人
- ・ 後期高齢者医療制度に加入している人

Entrance exam fee and enrollment fee reduction system for Kanagawa public prefectural high schools

There is a system for reducing or eliminating the exam and enrollment fees for Kanagawa prefectural public high schools.

■ Inquiries

Office of the Kanagawa prefectural public high school where you plan to take the exam or enroll

Kindergarten

The benefit covers part or all of the nursery school fees. Contact the kindergarten that you want to use.

Japanese language instructors

Basic Japanese language instruction is provided to children who require it and are enrolled in public elementary schools, junior high schools, and compulsory education schools in the city in order to provide support for their schooling.

Japanese language instruction assistants

They are helpers who provide native Japanese language support to children who require it and are enrolled in public elementary schools, junior high schools, and compulsory education schools in the city as needed for daily life, counseling, meetings with guardians that require an interpreter, etc.

■ Inquiries

City Board of Education School Education Division Academic Assurance Section TEL 042-704-8918

6. Insurance, pension, and taxes

(1) Health insurance

All people who live in Japan must enroll in public health insurance regardless of nationality. Society shares the burden to reduce the costs for individuals when they go to a hospital for an injury or illness. The remaining cost is covered by insurance.

There are three types of health insurance.

Health insurance

- If you work at least 20 hours a week and make 88,000 yen or more a month, you will be enrolled in health insurance through your company. Check with your company whether you can be enrolled.
- If you are enrolled, you can also enroll your family if they live in Japan. Check with your company whether your family can be enrolled.

National health insurance

If your period of stay is more than 3 months and you are a registered resident of Sagami-hara, you must enroll in National Health Insurance if the following does not apply.

You must pay insurance premiums, but you only have to pay 20% to 30% of the medical costs when receiving treatment for an illness or injury, allowing you to receive medical care with peace of mind.

<Persons who cannot get National Health Insurance>

- Your period of stay is 3 months or less (Note)
(Note) If your residency status is entertainer, technical intern training, dependent, official, or designated activities (except for receiving medical treatment or supporting the daily life of such a person), depending on the documents, you can join the insurance scheme if a stay of longer than 3 months is approved even if your period of stay is 3 months or less. For details, contact the Sagami-hara National Health Insurance Call Center.
- Your status of residence is temporary visitor or diplomat.
- Your status of residence is designated activities and you are receiving medical treatment or supporting the daily life of such a person
- You have a certificate of enrollment (certificate of coverage) in a healthcare scheme from the national government of a country that has a social security agreement with Japan that includes health insurance
- You are enrolled in health insurance through your employer (This includes individuals enrolled as dependents.)
- You are receiving public assistance
- You are enrolled in the Advanced Elderly Medical Service System

**ほけんしょう
保険証**

ほけんしょう びょうき いりようきかん まどぐち ていじ ひつよう しょうい たいせつ ほかん
 保険証は、病 気 やけがをして 医 療 機 関 などにかかると、窓 口 に提示する 必 要 がある 書 類 ですので 大 切 に 保 管 して ください。
 また、出 国、市 外 転 出 するときは 必 ず 返 還 して ください。

**ほけんぜい
保険税**

ほけんぜい がつ よくとし がつ かい き おさ がつ ほけんぜいのうぜいつうちしょ おく どうふう
 保険税は、6 月 から翌 年 3 月 までの 10 回 (期) で 納 めて いた だ け ます。6 月 に 保 険 税 納 税 通 知 書 を お 送 り します。同 封 さ れ た 納 付 書 で、納 期 限 ま で に 納 めて ください。

**ほけんきゅうふ
保険給付**

びょうき いりようきかんとう いりようひ いちぶふたんきん いりようきかん まどぐち しはら
 病 気 やけがをして 医 療 機 関 等 にかかると、医 療 費 の 30%~20%は、一 部 負 担 金 として 医 療 機 関 などの 窓 口 などで 支 払 う こと になります。

こうかく いちぶふたんきん しはら いったい きんがく じ こふたんげんどがく こ ぶん しきゆうしんせい
 高 額 な一 部 負 担 金 を 支 払 ったときは、一 定 の 金 額 (自 己 負 担 限 度 額) を 超 え た 分 につい て 支 給 申 請 を する こと が でき ます。また
 は、事 前 に 市 役 所 国 保 年 金 課 などの 窓 口 で 「限 度 額 適 用 (・標 準 負 担 額 減 額) 認 定 証」を 申 請 し、医 療 機 関 などの 窓 口 で
 ていじ いちぶふたんきん じ こふたんげんどがく じょうげん
 提 示 する と一 部 負 担 金 につい て、自 己 負 担 限 度 額 を 上 限 と する こと が でき ます。

(注) 自 己 負 担 限 度 額 は、年 齢 や 世 帯 の 所 得 によっ て 異 な り ます。

**ほけんじぎょう
保健事業**

こくみんけんこうほけんかにゆうしゃ びょうき よぼう そうきはつけん しえん まいとし つぎ ほけんじぎょう じっし
 国 民 健 康 保 険 加 入 者 の 病 気 の 予 防 と 早 期 発 見 を 支 援 する ため に 毎 年、次 の 保 健 事 業 を 実 施 して います。

しゅるい 種類	たいしょうしゃ 対象者	ひょう 費用
とくていけんこうしんさ 特定健康診査	こくみんけんこうほけんかにゆう さい さい ひと 国 民 健 康 保 険 加 入 の 40 歳 ~ 74 歳 に なる 人 (当 該 年 度 に 75 歳 に なる 人 は、誕 生 日 の 前 日 ま で 受 診 でき ます)	1,000 円 ※
けんこうしんさ 健康診査	こくみんけんこうほけんかにゆう さい さい ひと こくみんけんこうほけんぜい みゆう せたい ひと 国 民 健 康 保 険 加 入 の 20 歳 ~ 39 歳 に なる 人 で 国 民 健 康 保 険 税 に 未 納 の ない 世 帯 の 人	1,000 円
しかけんこうしんさ 歯科健康診査	こくみんけんこうほけんかにゆう さい さい ひと こくみんけんこうほけんぜい みゆう せたい ひと 国 民 健 康 保 険 加 入 の 30 歳 ~ 39 歳 に なる 人 で 国 民 健 康 保 険 税 に 未 納 の ない 世 帯 の 人	500 円

※70 歳 以上 の 人 は 無 料。40 歳 から 69 歳 の 人 は、世 帯 員 の うち 世 帯 主 及 び 国 民 健 康 保 険 加 入 者 全 員 が 市 民 税 非 課 税 の 場 合、事 前 の 申 請 によ り 費 用 免 除

しゅるい 種類	たいしょうしゃ 対象者	じよせいきんがく 助成金額
にんげん のう 人間ドック・脳ドックの けんしんりょう いちぶじよせい 検 診 料 の 一 部 助 成	い か ようけん み ひと 以 下 の 要 件 を 満 た す 人 1) こくみんけんこうほけんかにゆう さい さい ひと こんねんど さい ひと ふく 国 民 健 康 保 険 加 入 の 40 歳 ~ 74 歳 の 人 (今 年 度 75 歳 に なる 人 も 含 む) で、こくみんけんこうほけんぜい みゆう せたい ひと 国 民 健 康 保 険 税 に 未 納 の ない 世 帯 の 人 2) し じよせい りょう して じゆけん にんげん けつか けんしんきかん し ていしゆつ 市 の 助 成 を 利 用 して 受 検 し た 人 間 ド ッ ク の 結 果 を 検 診 機 関 か ら 市 に 提 出 さ とくていけんこうしんさ じゆしんけつか と あつか しょうだく ひと せ る こと と、特 定 健 康 診 査 の 受 診 結 果 として 取 り 扱 う こと を 承 諾 さ れ る 人	にんげん 人 間 ド ッ ク 22,000 円 のう 脳 ド ッ ク 10,000 円

**■ と あ さき
問い合わせ先**

さがみはらしこくみんけんこうほけん
 相 模 原 市 国 民 健 康 保 険 コー ル セ ン ター TEL 042-707-8111

**こうきこうれいしゃいりようせいど
後期高齢者医療制度**

さいいじょう かた かにゆう いりようほけん
 75 歳 以上 の 方 などが 加 入 する 医 療 保 険 です。

○ 加 入 資 格

- ・ 75 歳 以上 で、住 民 登 録 の あ る 方
 - ・ 65 歳 以上 75 歳 未 満 で、一 定 の 障 害 の 状 態 に あ る こと によ り 広 域 連 合 の 認 定 を 受 け た 方
- 75 歳 の 誕 生 日 また は 障 害 に よ る 認 定 が 決 定 さ れ た 日 か ら 被 保 険 者 に な り ます。

※ 保 険 料

ほけんりょう ぜんねんちゆう そうしよとくきんがく せたいしよとくじょうきぎょう おう けいさん ほけんりょう けつてい
 保 険 料 は 前 年 中 の 総 所 得 金 額 など と 世 帯 所 得 状 況 に 応 じ て 計 算 さ れ ます。保 険 料 が 決 定 し ま し た ら
 ほけんりょうのうにゆうつうちしょ おく
 保 険 料 納 入 通 知 書 を お 送 り します。

**■ と あ さき
問い合わせ先**

さがみはらしこくきこうれいしゃいりよう
 相 模 原 市 後 期 高 齢 者 医 療 コー ル セ ン ター TEL 042-707-8787

Health insurance card

Your health insurance card is a document that must be submitted to a medical institution if you have an illness or injury. Keep it safe. You must also return it when you move out of the country or city.

Insurance premiums

Insurance premiums must be paid in ten installments from June through March of the following year. You will be sent a health insurance premium tax notification in June. Use the enclosed invoices to pay the premiums by the deadline.

Insurance benefits

If you go to a medical institution due to an illness or injury, you must pay a 20% to 30% of the medical fees at the counter as a copayment.

If your copayment exceeds a specific amount (cost ceiling), you can apply for reimbursement of the excess amount. Or, if you apply in advance for a certificate of ceiling amount (or reduction of the standard copayment) at the counter of the City Office National Pension Division and submit it at the counter of the medical institution, you can set a limit to your payment.

(Note) The ceiling amount varies according to your age and household income.

Public health programs

In order to support the prevention and early discovery of illness in National Health Insurance members, the following public health programs are implemented yearly.

Type	Eligibility	Fee
Specific health checkups	Persons enrolled in National Health Insurance ages 40 to 74 (You can get the checkups up to the day before your 75th birthday.)	1,000 yen*
Health checkups	Persons in households enrolled in National Health Insurance ages 20 to 39 who have no missed payments	1,000 yen
Dental health checkups	Persons in households enrolled in National Health Insurance ages 30 to 39 who have no missed payments	500 yen

* Free for persons age 70 and over
Persons ages 40 to 69 are exempt from the costs with an advance application if the head of household and all persons enrolled in National Health Insurance are exempt from the municipal tax

Type	Eligibility	Subsidies
Partial subsidies for the cost of medical checkups and neurological checkups	Persons who meet the following requirements 1) Persons enrolled in National Health Insurance ages 40 to 74 (including those who will turn 75) who have no missed payments 2) To use the municipal subsidies, you must allow the results of the medical checkup to be submitted by the testing institution to the city to be used as the results for specific health checkups	Health checkup 22,000 yen Neurological checkup 10,000 yen

■ Inquiries

Sagamihara National Health Insurance Call Center TEL 042-707-8111

Advanced Elderly Medical Service System

This is health insurance for persons ages 75 and over.

○ Enrollment requirements

- Ages 75 and up and a registered resident
- Ages 65 to under 75 and have been authorized by a regional group because of a specific disability
You are insured from your 75th birthday or the day that you were authorized due to a disability.

* Insurance premiums

The insurance premiums are based on your total income from the previous year and other conditions related to household income. When the premium is determined, you will be sent a health insurance premium payment notification.

■ Inquiries

Sagamihara Advanced Elderly Medical Service Call Center TEL 042-707-8787

ねんきんせいど (2) 年金制度

がいこくじん かのた にほんこくない じゆうしよ ゆう かのた こくみんねんきん だい ごうひほけんしや かにゆう かいしや
外国人の方においても、日本国内に住所を有する方は、「国民年金（第1号被保険者）」に加入しなければなりません。会社
はたら いたる かのた かいしや ねんきん だい ごうひほけんしや かにゆう かいしや ねんきん だい ごうひほけんしや
などで働いている方は「厚生年金（第2号被保険者）」に加入しなければなりません。また、会社などで働いている方に扶養
はいぐうしや こくみんねんきん だい ごうひほけんしや
されている配偶者は、「国民年金（第3号被保険者）」に加入します。

こくみんねんきん だい ごうひほけんしや 国民年金（第1号被保険者）

① 加入要件

- にほんこくない じゆうみんとうろく
・ 日本国内に住民登録があること。
- さいじじょう さいみまん
・ 20歳以上60歳未満であること。
- こうせいねんきん かにゆう こうてきねんきんかにゆうしや ふよう
・ 厚生年金などに加入していない、または公的年金加入者に扶養されていないこと。

② 加入手続

こくほねんきんか みどりくやくしよくみんか みなみくやくしよくみんか かく はしもと ちゆうおう ちく おおのみなみ のぞ かく
国保年金課、緑区役所区民課、南区役所区民課、各まちづくりセンター（橋本・中央6地区・大野南を除く）、各
しゅつちゆうじよ おこな ざいりゆう とくべつえいじゆうしやしやうめいしよ も
出張所で行います（在留カード・特別永住者証明書、パスポートをお持ちください）。

③ 保険料

- かにゆうてつづきご にほんねんきんきこう ゆうそう こくみんねんきんほけんりょうのうふしよ きんゆうきかん
・ 加入手続後、日本年金機構から郵送される「国民年金保険料納付書」により、金融機関、コンビニエンスストアなど
おさ
で納めます。
- ほけんりょう しよとくがく ねんれい かんけい いちりつ
・ 保険料は、所得額や年齢に関係なく一律です。
- めんじよ のうふゆうよせいど がくせいのうふとくれいせいど
・ 免除・納付猶予制度や学生納付特例制度があります。

④ 給付の種類

ねんきん きゆうふ ろうれいきそねんきん しょうがいきそねんきん いぞくきそねんきん かふねんきん しほういちじきん
年金の給付は、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金、寡婦年金、死亡一時金があります。

⑤ 受給

いってい ようけん み じゅきゆう
一定の要件を満たしていれば受給することができます。

■ 問い合わせ先

- さがみはらしやくしよこくほねんきんか
・ 相模原市役所国保年金課 Tel 042-769-8228
- にほんねんきんきこうさがみはらねんきんじむしよ
・ 日本年金機構相模原年金事務所
みなみくさがみおおの
(南区相模大野6-6 Tel 042-745-8101)

こうせいねんきん 厚生年金

てきようじぎょうしよ じょうようてき こよう ばあい こうせいねんきんほけん てきよう こうせいねんきん だい ごうひほけんしや かにゆう
適用事業所に常的に雇用されている場合は、厚生年金保険が適用され、「厚生年金（第2号被保険者）」に加入する
こととなります。

■ 問い合わせ先

- にほんねんきんきこうさがみはらねんきんじむしよ
日本年金機構相模原年金事務所
みなみくさがみおおの
(南区相模大野6-6 Tel 042-745-8101)

だつたいいちじきん ☆ 脱退一時金

ほけんりょう げつじじょうおさ しゅつこく ばあい しゅつこくご ねんいだい せいきゆう ほけんりょうのうふずみきかん おう
保険料を6か月以上納めて出国した場合、出国後2年以内の請求であれば、保険料納付済期間に応じて
だつたいいちじきん う と
脱退一時金を受け取ることができます。

く に しやかいほしやうきようてい むす ばあい くわ にほんねんきんきこう と あ
※国によって社会保障協定を結んでいる場合があるので、詳しくは日本年金機構にお問い合わせください。

■ 請求先

- にほんねんきんきこうほんぶ どうきょうとすぎなみくたかいどにし
日本年金機構本部 (〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24)

■ 問い合わせ先

- ねんきんダイヤル
こくない
(国内から) Tel 0570-05-1165
こくがい
(国外から) Tel 81-3-6700-1165

(2) Pension system

All persons with an address in Japan, including foreign residents, must join the national pension scheme (category 1 insured person). All persons who work for a company must join the employee pension scheme (category 2 insured person). The dependent spouse of a person who works for a company must join the employee pension scheme (category 3 insured person).

National pension (category 1 insured person)

(1) Enrollment requirements

- A registered resident in Japan
- Age 20 to 59
- Not enrolled in an employee pension scheme and not a dependent of a person enrolled in a public pension scheme

(2) Enrollment procedures

National Pension Division, Midori Ward Office Resident Registration Division, Minami Ward Office Resident Registration Division, Community Development Centers (excluding Hashimoto, Chuo Section 6, Ono Minami), branch offices (bring your residence card, special permanent resident certificate, or passport).

(3) Insurance premiums

- After the enrollment procedures, use the National Pension invoices sent by the Japan Pension Service to pay at a financial institution or convenience store.
- The insurance premium is a flat rate regardless of income or age.
- There are systems for payment exemptions, extensions, and exceptions for students.

(4) Types of benefits

Pension benefits include the old-age basic pension, disability basic pension, survivors' basic pension, widows' pension, and lump sum death benefit.

(5) Receiving benefits

You can receive pension benefits if you meet the requirements.

■ Inquiries

- Sagamihara City Office National Pension Division TEL 042-769-8228
- Japan Pension Service Sagamihara Pension Office
(6-6-6 Sagamiono, Minami Ward TEL 042-745-8101)

Employee pension

If you are regularly employed at an eligible place of business, you will be enrolled in an employee pension as a category 2 insured person.

■ Inquiries

Japan Pension Service Sagamihara Pension Office
(6-6-6 Sagamiono, Minami Ward TEL 042-745-8101)

☆ Lump-sum withdrawal payment

If you leave the country after paying at least 6 months of premiums, within 2 years of leaving the country, you can receive a lump-sum withdrawal payment according to how long you were making payments.

* In some cases, your country may have a social security agreement with Japan. In this case, contact the Japan Pension Service for details.

■ Where to submit the request

Japan Pension Service Head Office (3-5-24 Takaidonishi, Suginami Ward, Tokyo 168-8505)

■ Inquiries

Pension phone number

(Within Japan) TEL 0570-05-1165

(Outside of Japan) TEL 81-3-6700-1165

(3) 介護保険

介護保険は、寝たきりや認知症などにより介護や支援が必要となった人に、在宅や施設などで各種の介護サービス及び介護予防サービスを提供するための制度です。介護保険は、国籍を問わず、日本に住所のある40歳以上の人が加入して被保険者となり、保険料を納めなければなりません。

介護が必要となったときには、かかった費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）の自己負担でサービスを利用することができます。

保険料

- 40歳から64歳までの人（医療保険加入者）
保険料は、健康保険の保険料（税）とあわせて納めていただきます。
- 65歳以上の人
所得等に応じた段階別の保険料を支払います。

介護サービスを利用できる人

- 40歳から64歳までの人
指定されている16種類の病気が原因で支援や介護が必要となった人
- 65歳以上の人
日常生活動作などについて、支援や介護が必要な人

※介護保険のサービスを利用する場合には、あらかじめ、要介護又は要支援の認定を受ける必要があります。

介護保険で利用できるサービス

要介護認定を受けた人は、要介護状態の区分に応じたサービスが利用できます。詳しい内容についてはお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

市役所介護保険課

- 保険料に関すること 保険料班 TEL 042-769-8321
- 要介護認定に関すること 認定班 TEL 042-769-8342
- 給付に関すること 総務・給付班 TEL 042-707-7058

(4) 税金

市民税・県民税

外国籍の人でも、1月1日現在、市内に住所がある人は、前年中（1月から12月まで）の所得に対して市民税および県民税が課税されます。留学生や技能実習生は、免税になる場合があります（詳細はお問い合わせください）。

■ 問い合わせ先

市役所市民税課賦課班

TEL 042-769-8221
なお、税務署へ確定申告が必要な人は以下へお問い合わせください。

相模原税務署

（中央区富士見6-4-14） TEL 042-756-8211（代表）

固定資産税

毎年1月1日に、市内に土地、家屋、償却資産を持っている人に課税されます。5月1日に納税通知書が郵便で送られます。

都市計画税

道路や公園などを作るための税金です。毎年1月1日、市内の市街化区域に土地、家屋を持っている人に課税されます。5月1日に納税通知書が送られる固定資産税とあわせて払います。

■ 問い合わせ先

市役所資産税課 TEL 042-769-8223

(3) Long-term care insurance

Long-term care insurance is a system for persons who require care or support because they are bedridden, have dementia, etc. It provides at-home or facility care services and preventive care services. All persons in Japan ages 40 and up regardless of nationality must enroll in long-term care insurance and pay the premium.

When care is required, you can use the service to pay only 10% of the costs (persons above a certain income threshold must pay 20% or 30%).

Insurance premiums

- (1) Persons age 40 to 64 (enrolled in medical insurance)
The premiums must be paid alongside health insurance.
- (2) Persons age 65 and up
Premiums are set in stages according to income.

People who can use care services

- (1) Persons age 40 to 64
Persons who require support or care due to one of sixteen designated diseases.
- (2) Persons age 65 and up
Persons who require support or care for daily activities

*** To use long-term care insurance services, you must first be certified as needing care or support.**

Services that can be used with long-term care insurance

If you are certified as requiring care, you can use services according to the classification of the condition requiring care. For details, contact the following.

■ Inquiries

City Office Long-term Care Insurance Division

- Issues related to premiums	Premiums Section	TEL 042-769-8321
- Issues related to certification of care requirement	Certification Section	TEL 042-769-8342
- Issues related to benefits	General/Benefits Section	TEL 042-707-7058

(4) Taxes

Municipal tax and prefectural tax

Any person residing in the city as of January 1, including foreign nationals, must pay a municipal and prefectural tax on income earned in the previous year (between January and December). Exchange students and technical intern trainees may be exempt (contact the following for details).

■ Inquiries

City Office Local Inhabitant Tax Division Taxation Section TEL 042-769-8221

Contact the following if you have information you must declare to the tax office.

Sagamihara Tax Office

(6-4-14 Fujimi, Chuo Ward) TEL 042-756-8211 (Representative)

Fixed assets tax

This tax is levied on owners of land, housing, and depreciated assets in the city as of January 1 each year. The tax payment notice is sent on May 1 via post.

City planning tax

This tax is levied in order to maintain roads and parks. It is levied on owners of land and housing in urbanization areas in the city as of January 1 each year. It is paid with the fixed assets tax in the tax payment notice sent on May 1.

■ Inquiries

City Office Fixed Asset Tax Division TEL 042-769-8223

けいじどうしゃぜい しゅべつわり
軽自動車税 (種別割)

まいとし がつしたちげんざい げんどうきつきじてんしゃ けいじどうしゃ こがたくしゅじどうしゃ にりん こがたじどうしゃ しよゆう ひと かげい
 毎年4月1日現在、原動機付自転車、軽自動車、小型特殊自動車、二輪の小型自動車などを所有している人に課税されます。5
 がつじょうじゆん のうぜいつうちしよ はっそう
 月上旬に納税通知書を発送します。

けいじどうしゃ とうろく はいしやてつづ いちらん
 軽自動車などの登録・廃車手続き一覧

しゃしゅ 車種	しんこくばしよ 申告場所
げんどうきつきじてんしゃ 原動機付自転車 (125cc以下) こがたくしゅじどうしゃ 小型特殊自動車	しやくしよしみんぜいか 市役所市民税課 TEL 042-769-8297
	みどりしげいじむしよ 緑市税事務所 TEL 042-775-8806 みどりにしはしもと みどりくごうどうちようしゃ かい (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎5階)
	みなみしげいじむしよ 南市税事務所 TEL 042-749-2161 みなみくさみおおの みなみくごうどうちようしゃ かい (南区相模大野5-31-1 南区合同庁舎3階)
	しろやま 城山まちづくりセンター TEL 042-783-8103 みどりくぼさわ しるやまそうごうじむしよない (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)
	つくい 津久井まちづくりセンター TEL 042-780-1400 みどりくなかの つくいそうごうじむしよない (緑区中野633 津久井総合事務所内)
さみこ 相模湖まちづくりセンター TEL 042-684-3214 みどりくよせ さみこそうごうじむしよない (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)	
ふじの 藤野まちづくりセンター TEL 042-687-5514 みどりくおぶち ふじのそうごうじむしよない (緑区小淵2000 藤野総合事務所内)	
けいじどうしゃ さんりん よんりん 軽自動車 (三輪・四輪)	けいじどうしゃけんさききょうかいかながわじむしよさかみしよ 軽自動車検査協会神奈川事務所相模支所 TEL 050-3816-3120 あいこうぐんあいかわまちなかつあざさくらだい (愛甲郡愛川町中津字桜台4071-5)
にりん けいじどうしゃ ちよう い か 二輪の軽自動車 (125cc超・250cc以下) にりん こがたじどうしゃ ちよう 二輪の小型自動車 (250cc超)	さがみじどうしゃけんさとうろくじむしよ 相模自動車検査登録事務所 TEL 050-5540-2037 あいこうぐんあいかわまちなかつあざさくらだい (愛甲郡愛川町中津字桜台7181)

しゆとく ばあい にちいない はいしや ばいきやく てんきよ ばあい にちいない しんこく
 * 取得の場合は15日以内に、廃車・売却・転居があった場合は30日以内に申告してください。

ぜいきん かくしゅしやうめいしよ
税金の各種証明書

しみんぜい こていしさんぜい しやうめいしよ はっこう おも しやうめいしよ つぎ
 市民税、固定資産税などについての証明書を発行します。主な証明書は次のとおりです。

しやうめい しゆるい 証明の種類	ぜいもく 税目	ないよう 内容	おも ようと 主な用途
のうぜいしやうめいしよ 納税証明書	しみんぜい けんみんぜい 市民税・県民税	のうふずみがく みのがく 納付済額・未納額など	きかしんせい さしやう しんせい ・帰化申請 ・査証(ビザ)申請
	こていしさんぜい としけいかくぜい 固定資産税・都市計画税	のうふずみがく みのがく 納付済額・未納額など	みぶんほしやうにん しきんかりいれ ・身分保証人 ・資金借入
かぜいしやうめいしよ 課税証明書 ひかぜいしやうめいしよ (非課税証明書) しよとくしやうめいしよ (所得証明書)	けいじどうしゃぜい しゅべつわり しゃけんよう 軽自動車税(種別割)(車検用)※	みのが 未納がないこと	しゃけん けいぞくけんさ ・車検(継続検査)
	しみんぜい けんみんぜい 市民税・県民税	しゆうにゆう しよとく ぜいがく 収入・所得・税額 など	しきんかりいれ ・資金借入 さしやう しんせい ・査証(ビザ)申請 ふよう かくにん ・扶養の確認 こうひ ふじよ ・公費の扶助

しやくしよしみんぜいか みどりしげいじむしよ みなみしげいじむしよ かく とう はっこう ほんにんかくにん ざいりゆう
 市役所市民税課、緑市税事務所、南市税事務所、各まちづくりセンター等で発行します。本人確認のできる在留カード・
 とくべつえいじゆうしやしやうめいしよ も ほんにん さがみはらしな い どういつせたい しんぞく しんせい
 特別永住者証明書などをお持ちのうえ、本人または相模原市内で同一世帯の親族が申請してください。それ以外の代理の人
 が申請するときは、本人からの委任状が必要です。発行手数料は1件300円(※は無料)です。

また、マイナンバーカードを利用して、一部の税証明書をコンビニで取得することができます。

■ と あ さき
 問い合わせ先

しやくしよしみんぜいかしよぜいしやうめいほん
 市役所市民税課諸税証明班

TEL 042-769-8297

みどりしげいじむしよ
 緑市税事務所

みどりにしはしもと みどりくごうどうちようしゃ かい
 (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎5階)

TEL 042-775-8806

みなみしげいじむしよ
 南市税事務所

みなみくさみおおの みなみくごうどうちようしゃ かい
 (南区相模大野5-31-1 南区合同庁舎3階)

TEL 042-749-2161

Light motor vehicle tax (category based)

This tax is levied on every person owning a motorized bicycle, light motor vehicle, special small motor vehicle, or small two-wheeled motor vehicle as of April 1 each year. The tax payment notification is sent in the beginning of May.

List of registration and disposal procedures for light motor vehicles, etc.

Vehicle type	Where to report	
Motorized bicycle (125 cc or less) Special small motor vehicle	City Office Local Inhabitant Tax Division Midori Taxation Office	TEL 042-769-8297
	(Midori Ward Joint Government Building 5F, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	TEL 042-775-8806
	Minami Taxation Office (Minami Ward Joint Government Building 3F, 5-31-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-749-2161
	Shiroyama Community Development Center (Shiroyama General Office, 1-3-1 Kubosawa, Midori Ward)	TEL 042-783-8103
	Tsukui Community Development Center (Tsukui General Office, 633 Nakano, Midori Ward)	TEL 042-780-1400
	Sagamiko Community Development Center (Sagamiko General Office, 896 Yose, Midori Ward)	TEL 042-684-3214
	Fujino Community Development Center (Fujino General Office, 2000 Obuchi, Midori Ward)	TEL 042-687-5514
Light motor vehicles (three or four wheels)	Light Motor Vehicle Inspection Organization Kanagawa Office Sagami Branch (4071-5 Sakuradai, Nakatsu, Aikawa, Aiko)	TEL 050-3816-3120
Two-wheeled light motor vehicles (more than 125 cc and 250 cc or less) Two-wheeled small motor vehicles (more than 250 cc)	Sagami Vehicle Inspection and Registration Office (7181 Sakuradai, Nakatsu, Aikawa, Aiko)	TEL 050-5540-2037

* Within 15 days of acquisition. Within 30 days of disposal, sale, or moving.

Tax certificates

Certificates are issued for the municipal tax, fixed assets tax, etc. The main certificates are as follows.

Type of certificate	Tax	Details	Main purpose
Tax payment certificate	Municipal tax and prefectural tax	Amount of tax paid or not paid, etc.	- Naturalization application - Visa application
	Fixed assets tax and city planning tax	Amount of tax paid or not paid, etc.	- Guarantor - Borrowing funds
	Light motor vehicle tax (category based) (for vehicle inspection) *	To indicate tax has been fully paid	- Vehicle inspection (continual inspection)
Taxation certificate (Tax exemption certificate) (Income certificate)	Municipal tax and prefectural tax	Income, adjusted income, tax amount, etc.	- Borrowing funds - Visa application - Confirming status of dependents - Public assistance

City Office Taxation Division, Midori Taxation Office, Minami Taxation Office, Community Development Centers. You or family from your household in Sagami-hara can apply with personal identification such as a residence card or special permanent resident certificate. Any other representative must have a letter of attorney to apply. The issuance fee is 300 yen per certificate (free if asterisked).

Some tax certificates can be obtained from a convenience store with a My Number card.

■ Inquiries

City Office Local Inhabitant Tax Division Tax Certificates Section	TEL 042-769-8297
Midori Taxation Office (Midori Ward Joint Government Building 5F, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	TEL 042-775-8806
Minami Taxation Office (Minami Ward Joint Government Building 3F, 5-31-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-749-2161

市税の納付方法

市税は、市役所から送付された納付書により、定められた期限までに納めていただく必要があります。納付書でのお支払い方法としては、裏面に記載された金融機関・郵便局での窓口納付、コンビニエンスストアでの納付、インターネットを利用したクレジットカードでの納付、スマートフォンの決済用APPによる納付などがあります。納付書でのお支払いとは別に、指定する預貯金口座から、自動的に振り替えて納税する口座振替制度もあります。手続きの方法は、市内の金融機関・郵便局、市役所の窓口などにある口座振替依頼書に必要事項を記入のうえ、直接金融機関・郵便局又は市役所納税課へお申し込みください。

■ 問い合わせ先

市役所納税課 収納管理第1・2班

TEL 042-769-8225

国に払う税金

所得税

1月1日から12月31日までの1年間にもらった所得（給料など）にかかる税金です。会社に勤めている人と自分で商売をしている人では、税金の払い方が違います。

■ 県税・国税の問い合わせ先

相模原県税事務所

(南区相模大野6-3-1 県高相合同庁舎内)

TEL 042-745-1111

相模原税務署

(中央区富士見6-4-14)

TEL 042-756-8211

7・保健・医療・福祉

(1) 保健

健康診査・がん検診

市内の協力医療機関や公共施設などで検診を受けることができます。事前に申込みが必要です。詳しいことは「広報さがみはら」でお知らせします。

種類：(特定)健康診査、がん検診、肝炎ウイルス検査、お口の健康診査、口腔がん検診

高齢者インフルエンザ予防接種

相模原市内に住民登録があり、接種日現在で65歳以上の方など、一定の要件を満たした方はインフルエンザの予防接種費用の一部を市が負担します。

高齢者肺炎球菌予防接種

初めて23価肺炎球菌ワクチンを接種する方で、接種日現在、相模原市内に住民登録があり65歳になる方など、一定の要件を満たした方は、肺炎球菌の予防接種費用の一部を市が負担します。

(2) 医療

日本の医療機関には入院などの設備が整った病院と、普段から身近なお付き合いをする診療所があります。病気のときにあてないように、日頃から近くの病院や診療所を確認しておきましょう。また病院や診療所によっては、診療前に予約が必要な場合がありますので注意しましょう。受診の際には保険証や各種医療証などを忘れずにお持ちください。保険証などの提示がないと自由診療扱いとなり、高額な費用がかかりますのでご注意ください。

休日や夜間にケガや病気のとき

休日や夜間にケガや病気になり、診療ができる病院や診療所が分からない場合は、相模原救急医療情報センター(TEL 042-756-9000)へ連絡してください。診療ができる病院や診療所を案内します。

Paying the municipal tax

Invoices for the municipal tax will be sent by the city office. You must pay by the deadline. You can pay at the financial institutions listed on the back of the invoice, the post office, convenience stores, online with a credit card, or using a smartphone payment application. Instead of paying with the invoice, automatic direct debit from a bank account is also possible. Fill out the required items on the direct debit request form, which you can obtain from the counter in a city office, a financial institution, or a post office. Apply directly with the financial institution, post office, or City Office Taxation Division.

■ Inquiries

City Office Taxation Division Collection Management Sections 1 and 2

TEL 042-769-8225

National taxes

Income tax

This is a tax on income earned during the year between January 1 and December 31 (salary, etc.). The payment method is different for people who work for a company and who are self-employed.

■ Inquiries regarding prefectural and national taxes

- Sagamihara Prefectural Tax Office

(Prefectural Koso Joint Government Office, 6-3-1 Sagamiono, Minami Ward)

TEL 042-745-1111

- Sagamihara Tax Office

(6-4-14 Fujimi, Chuo Ward)

TEL 042-756-8211

7. Public health, medical care, and welfare

(1) Public health

Health checkups and cancer screenings

You can get checkups at cooperating medical institutions and public facilities in the city. An advance application is required. Details will be announced in Koho Sagamihara.

Types: (specific) health checkups, cancer screenings, hepatitis screenings, oral health checkups, oral cancer screenings

Influenza vaccinations for the elderly

If you are a registered resident of Sagamihara and age 65 or over at the time of vaccination and fulfill certain other requirements, then you can get an influenza vaccination partially paid by the city.

Pneumococcal vaccinations for the elderly

Persons getting the 23-valent pneumococcal vaccine for the first time who are a registered resident of Sagamihara, will be turning age 65, and fulfill certain requirements can get a pneumococcal vaccination partially paid by the city.

(2) Medical care

Medical institutions in Japan include hospitals with facilities for inpatients, etc., and local clinics. To ensure that you are prepared for illness, be aware of your local hospitals and clinics. Also be aware that hospitals and clinics may require a reservation before providing care. When you receive care, ensure that you have your health insurance card and other medical certificates. You are free to get care without providing your health insurance card, but be aware that the costs could be much higher.

Injuries and illness on holidays and at night

If you get injured or sick on a holiday or at night and you do not know what hospitals or clinics can provide care, call the Sagamihara Emergency Medical Information Center (TEL 042-756-9000). They will advise you on hospitals and clinics where you can get care.

でんわうけつけじかん
電話受付時間

へいじつ 平日 午後5時～翌朝午前9時
どようび 土曜日 午後1時～翌朝午前9時
きゆうじつ 休日 (日曜日・祝日・年末年始) 午前9時～翌朝午前9時

いしき 意識が無い、突然の頭痛や腹痛、出血が止まらないなど、緊急性がある場合は119番通報で救急車を呼んでください。

ゴールデンウィーク・年末年始に急に歯が痛くなったとき

ゴールデンウィークと年末年始に、相模原口腔保健センターで急患歯科診療所を開設しています。受診する前に電話連絡をしてください。

さがみはらこうくうほけん
相模原口腔保健センター

ちゆうおうくふじみ (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはらB館2階) TEL 042-756-1501

かいせつび 開設日...ゴールデンウィーク(5月3日～5月5日)、年末年始(12月29日～1月4日)

うけつけじかん 受付時間...午前8時45分～午前11時30分、午後1時15分～午後4時30分

■ 問い合わせ先

しやくしよいりようせいさくか 市役所医療政策課 TEL 042-769-9230

夜間、休日、深夜に精神症状が悪化したとき

精神疾患の急激な発症や症状が悪化したときには、精神科救急医療情報窓口(TEL 045-261-7070)へ連絡してください。急いで受診する必要がある人に精神科医療機関を紹介しします。(必ず紹介することをお約束するものではありません。)

へいじつ 平日 午後5時～翌朝8時30分
きゆうじつ 休日 (土曜日・日曜日・祝日・年末年始) 午前8時30分～翌朝8時30分
※翌日が平日のとき、受付は翌朝8時までとなります。

■ 問い合わせ先

しやくしよせいしんほけんふくしか 市役所精神保健福祉課 救急医療班 TEL 042-769-9813

(3) 福祉

◎ 障害福祉

障害のある人には、状況に応じて次のような助成などを行っています。

身体障害者手帳

事故や病気などで身体に障害のある人には、いろいろな援護が受けられる身体障害者手帳を交付します。

療育手帳

知的障害のある人には、いろいろな援護が受けられる療育手帳を交付します。

精神障害者保健福祉手帳

一定の精神障害の状態にある人には、いろいろな援護が受けられる精神障害者保健福祉手帳を交付します。

障害福祉サービス等

居宅にて食事等の介助を主とした支援、障害者支援施設等にて生活訓練や就労に向けた訓練、宿泊訓練、療育等の支援を行います。

日中短期入所事業

障害のある人を日常的に介護している家族などが、病院へ行ったり、休んだりするために、障害のある人を日中(昼間)一時的に預かって、見守りや日常的な訓練を行います

Phone reception hours

Weekdays 5 pm to 9 am

Saturdays 1 pm to 9 am

Holidays (Sundays, holidays, and the New Year holiday period) 9 am to 9 am

If you lose consciousness, have sudden head or stomach pain, are unable to stop bleeding, or have another urgent issue, call 119 for an ambulance.

Sudden dental pain during Golden Week or the New Year holiday period

During Golden Week and the New Year holiday period, the Sagamihara Oral Public Health Center is open as a clinic for emergency dental patients. Call before coming for treatment.

Sagamihara Oral Public Health Center

(Wellness Sagamihara B Bldg. 2F, 6-1-1 Fujimi, Chuo Ward) TEL 042-756-1501

Open on: Golden Week (May 3 to May 5), New Year holiday period (December 29 to January 4)

Hours: 8:45 am to 11:30 am, 1:15 pm to 4:30 pm

■ Inquiries

City Office Healthcare Policy Division TEL 042-769-9230

For deteriorating mental symptoms at night, on holidays, or early morning

If you have sudden onset or worsening of mental illness, contact the Psychiatric Emergency Medical Care Information Service Counter (TEL 045-261-7070). If you need urgent care, they will refer you to the psychiatric department of a medical institution. (They are not guaranteed to provide a referral.)

Weekdays 5 pm to 8:30 am

Holidays (weekends, holidays, and the New Year holiday period) 8:30 am to 8:30 am

* If the following day is a weekday, reception is provided until 8 am.

■ Inquiries

City Office Mental Health and Welfare Division Emergency Medical Affairs Section TEL 042-769-9813

(3) Welfare

◎ Welfare for the disabled

If you have a disability, you can get the following types of benefits that match your condition.

Physical disability certificate

If you are physically disabled owing to an accident or illness, a physical disability certificate will be issued so that you can receive different kinds of support.

Intellectual disability certificate

If you have an intellectual disability, an intellectual disability certificate will be issued so that you can receive different kinds of support.

Mental disability certificate

If you have a specific mental disability, a mental disability certificate will be issued so that you can receive different kinds of support.

Use of welfare services for the disabled

At home, care is provided for meals, etc. At support facilities for the disabled, support is provided through training for daily life and work, training camps, rehabilitation, etc.

Daytime short-term facility admission programs

When the family who regularly take care of a disabled person go to a hospital or rest, a facility can temporarily accept the disabled person during the day to provide care and training for daily life.

ほそうぐ こうふ しゅうり
補装具の交付・修理

しんたい しょうがい ひと にちじょうせいかつ しょうぎようせいかつ ようい からだ きのう おぎな ようぐ ぎしゆ ぎそく しかくしょうがいしゃ
身体に障害のある人の日常生活や職業生活を容易にするために、体の機能を補う用具(義手、義足、視覚障害者
あんぜんつえ くるま ほちようき こうふ しゅうり
安全杖、車いす、補聴器など)の交付や修理をします。

にちじょうせいかつようぐ きゅうふ
日常生活用具の給付

しょうがい ひと にちじょうせいかつ ようい ようぐ きゅうふ
障害のある人の日常生活を容易にするために、用具の給付をします。

じりつえんいりようひ しきゅう
自立支援医療費の支給

しょうがい ひと しょうがい じょうたい かる もくてき いりよう こうせいりよう せいしんつういんいりよう していりようきかん う
障害のある人の障害の状態を軽くすることを目的とした医療(更生医療、精神通院医療)を指定医療機関で受ける
ばあい いりようひ じこふたん げんそく わり
場合、医療費の自己負担が原則1割になります。

じゅうどしょうがいしゃとうふくしてあて しきゅう
重度障害者等福祉手当などの支給

おも しょうがい ひと じゅうどしょうがいしゃ しきゅう し ふくしてあて ほか くに けん ふくしてあて せいど しきゅう
重い障害のある人(重度障害者など)に支給します。市の福祉手当の他、国、県の福祉手当の制度もあります。支給には
いってい ようけん
一定の要件があります。

ふくし りようりょう じよせい じどうしゃねんりようひ じよせい
福祉タクシー利用料の助成・自動車燃料費の助成

ざいたく じゅうどしょうがいしゃ しょうにまんせいとくていしつべいおよ していなんびようとう かか ひと けん
在宅の重度障害者、小児慢性特定疾病及び指定難病等に罹っている人に、タクシー券またはガソリン券のどちらかを
こうふ こうふ いってい ようけん
交付します。交付には一定の要件があります。

■ 問い合わせ先

ちゅうおうこうれい しょうがいしゃそうだんか 中央高齢・障害者相談課 ちゅうおうくふじみ (中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら内)	しんたい ちてきふくしはん ①身体・知的福祉班 TEL 042-769-9266	きょうつう ①②共通 Fax 042-755-4888
	せいしんほけんふくしはん ②精神保健福祉班 TEL 042-769-9806	
みなみこうれい しょうがいしゃそうだんか 南高齢・障害者相談課 みなみくさがみおの (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター内)	しんたい ちてきふくしはん ①身体・知的福祉班 TEL 042-701-7722	きょうつう ①②共通 Fax 042-701-7705
	せいしんほけんふくしはん ②精神保健福祉班 TEL 042-701-7715	
みどりこうれい しょうがいしゃそうだんか 緑高齢・障害者相談課 みどりにしはしもと (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	しんたい ちてきふくしはん ①身体・知的福祉班 TEL 042-775-8810	きょうつう ①②共通 Fax 042-775-1750
	せいしんほけんふくしはん ②精神保健福祉班 TEL 042-775-8811	
しるやまふくしそうだん 城山福祉相談センター みどりくぼさわ (緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所内)	TEL 042-783-8136	Fax 042-783-1720
つくいこうれい しょうがいしゃそうだんか 津久井高齢・障害者相談課 みどりくなかの (緑区中野 613-2 津久井保健センター内)	TEL 042-780-1412	Fax 042-784-1222
さがみこふくしそうだん 相模湖福祉相談センター みどりくよせ (緑区与瀬896 相模湖総合事務所内)	TEL 042-684-3215	Fax 042-684-3618
ふじのふくしそうだん 藤野福祉相談センター みどりくおぶち (緑区小淵2000 藤野総合事務所内)	TEL 042-687-5511	Fax 042-687-4347

Provision or repair of accessibility equipment

Equipment that supports physical functions (artificial limbs, canes for the blind, wheelchairs, hearing aids, etc.) is provided or repaired to improve the daily life and work life of the physically disabled.

Provision of equipment for daily use

Equipment is provided to improve the daily life of the disabled.

Payment of medical fees to support independence

If medical care is received at a designated medical institution for the purpose of alleviating a person's disability (rehabilitation, psychiatric outpatient care), the patient's portion of the medical costs will generally be 10%.

Payment of welfare allowances for the severely disabled

These payments are made for the severely disabled. There are welfare allowances provided by the city, country, and prefecture. Certain requirements must be met.

Subsidies for welfare taxi use and fuel

Taxi or gasoline vouchers are issued to persons who live at home with severe disabilities, who have a designated chronic pediatric disease, or who have a designated intractable disease. Certain requirements must be met.

■ Inquiries

Chuo Elderly and Disabled Counseling Division (Wellness Sagamihara, 6-1-1 Fujimi, Chuo Ward)	(1) Physical & Intellectual Disabilities Section TEL 042-769-9266	Same for (1) and (2) Fax 042-755-4888
	(2) Mental Health and Welfare Section TEL 042-769-9806	
Minami Elderly and Disabled Counseling Division (Minami Health and Welfare Center, 6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)	(1) Physical & Intellectual Disabilities Section TEL 042-701-7722	Same for (1) and (2) Fax 042-701-7705
	(2) Mental Health and Welfare Section TEL 042-701-7715	
Midori Elderly and Disabled Counseling Division (Midori Ward Joint Government Building, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	(1) Physical & Intellectual Disabilities Section TEL 042-775-8810	Same for (1) and (2) Fax 042-775-1750
	(2) Mental Health and Welfare Section TEL 042-775-8811	
Shiroyama Welfare Counseling Center (Shiroyama General Office, 1-3-1 Kubosawa, Midori Ward)	TEL 042-783-8136	Fax 042-783-1720
Tsukui Elderly and Disabled Counseling Division (Tsukui Health Center, 613-2 Nakano, Midori Ward)	TEL 042-780-1412	Fax 042-784-1222
Sagamiko Welfare Counseling Center (Sagamiko General Office, 896 Yose, Midori Ward)	TEL 042-684-3215	Fax 042-684-3618
Fujino Welfare Counseling Center (Fujino General Office, 2000 Obuchi, Midori Ward)	TEL 042-687-5511	Fax 042-687-4347

せいかつほご
生活保護

しつぎょう せたい しゅうにゆう へ びょうき じこ いりょうひ せいかつ こま せいかつほご
失業などで世帯の収入が減ったり、病気や事故などで医療費がかかったりして生活に困ったときは、生活保護の
しんせい しんせいご ちょうさ ほごきじゆん がいとう きじゆん おう ほごひ しきゆう
申請をすることができます。申請後の調査により、保護基準に該当したときは、基準に応じた保護費を支給します。
また、自立に向けた支援を行います。

■ とあ さいき
問い合わせ先

みどりせいかつしえんか ほごだい ほん ほごだい ほん 緑生活支援課 保護第1班・保護第2班 みどりにしほしもと みどりがうどうちようしゃない (緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎内)	TEL 042-775-8809
みどりせいかつしえんか ほごだい ほん 緑生活支援課 保護第3班 みどりなかの つくいそうごうじむしよない (緑区中野633 津久井総合事務所内)	TEL 042-780-1407
ちゅうせいかつしえんか ほご そうだんほん 中央生活支援課 保護・相談班 ちゅうおうくふじみ かいかんない (中央区富士見6-1-20 あじさい会館内)	TEL 042-707-7056
みなみせいかつしえんか 南生活支援課 みなみくがみおおの みなみほけんふくし ない (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター内)	TEL 042-701-7720

せいかつこんきゆうしやじりつしえんせいど
生活困窮者自立支援制度

しつぎょう せいかつ こま ひと せいかつ ふあんてい ひと そうだん う せいかつじょうきよう かだい こべつそうだん おこな
失業などで生活に困っている人、生活が不安定な人の相談を受け、生活状況・課題にあった個別相談を行います。

■ とあ さいき
問い合わせ先

みどりにじりつしえんそうだんまどぐち 緑区自立支援相談窓口 みどりにしほしもと シティ・プラザはしもと6階 かい しそうごうしゅうしょくしえん ない (緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと6階 市総合就職支援センター内)	TEL 042-774-1131
ちゅうおうくじりつしえんそうだんまどぐち 中央区自立支援相談窓口 ちゅうおうくふじみ かいかんない (中央区富士見6-1-20 あじさい会館内)	TEL 042-769-8206
みなみくじりつしえんそうだんまどぐち 南区自立支援相談窓口 みなみくがみおおの みなみほけんふくし ない (南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター内)	TEL 042-701-7717

Public assistance

If your household income decreases due to loss of a job, you have medical costs due to an illness or accident, or other issues that make daily life difficult, you can apply for public assistance. There will be a review following the application. If you meet the criteria, you will receive assistance according to the criteria. You may also receive support for independence.

■ Inquiries

Midori Public Assistance Division Public Assistance Sections 1 and 2 (Midori Ward Joint Government Building, 5-3-21 Nishihashimoto, Midori Ward)	TEL 042-775-8809
Midori Public Assistance Division Public Assistance Section 3 (Tsukui General Office, 633 Nakano, Midori Ward)	TEL 042-780-1407
Chuo Public Assistance Division Public Assistance and Counseling Section (Ajisai Hall, 6-1-20 Fujimi, Chuo Ward)	TEL 042-707-7056
Minami Public Assistance Division (Minami Health and Welfare Center, 6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-701-7720

Independence support system for people in need

Private counseling is provided on living conditions and challenges for people who have difficulties due to the loss of a job, etc., or instability in everyday life.

■ Inquiries

Midori Ward Independence Support Counseling Service Window (City General Employment Support Center, City Plaza Hashimoto 6F, 6-2-1 Hashimoto, Midori Ward)	TEL 042-774-1131
Chuo Ward Independence Support Counseling Service Window (Ajisai Hall, 6-1-20 Fujimi, Chuo Ward)	TEL 042-769-8206
Minami Ward Independence Support Counseling Service Window (Minami Health and Welfare Center, 6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)	TEL 042-701-7717

せいかつ ひつよう じょうほう
8 生活に必要な情報

しごと
(1) 仕事

はたら まえ
働く前にチェックすること

ざいりゅうしかく
【在留資格】

あなたの在留カードの在留資格は何ですか。

①「文化活動」「短期滞在」「留学」「研修」「家族滞在」

はたら いてはいけません。 はたら きたいときは「資格外活動許可」をもらいます。

②「永住者」「日本人の配偶者等」「永住者の配偶者等」「定住者」

どんな仕事でもできます。

③「①」と「②」以外

在留資格に書いてある仕事だけです。別の仕事をしたいときは「資格外活動許可」をもらいます。



しごと しょうかい
仕事の紹介

ハローワーク（公共職業安定所）では、仕事探しの相談ができます。

利用時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

と あ さき
■ 問い合わせ先

ハローワーク相模原（相模原公共職業安定所）

（中央区富士見6-10-10） TEL 042-776-8609

相模原市就職支援センターでは、就職活動中の人を対象とするセミナーやキャリアカウンセリングなどを行っています。

利用時間：月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時

と あ さき
■ 問い合わせ先

相模原市就職支援センター

（緑区橋本6-2-1 シティ・プラザはしもと6階） TEL 042-700-1618

しゃかいほけん ろうどうほけん
社会保険・労働保険

日本には「社会保険」・「労働保険」というシステムがあります。国が、働いている人と会社からお金を集めて、困ったときにそのお金を使って助けます。

会社で働いている人は、給料から社会保険・労働保険のお金が引かれます。短い時間だけ働いている人は、社会保険に入っていないため、給料からお金が引かれませんが、自分で「国民健康保険」（→46 ページ）や「国民年金」（→50 ページ）に入ってお金を払います。

しゃかいほけん ろうどうほけん しゅるい
社会保険・労働保険の種類

けんこうほけん びょうき びょういん い ほけん 「健康保険」：けがや病気で病院に行くときのための保険です。
かいごほけん とし せわ ほけん 「介護保険」：年をとって世話をしてもらうときのための保険です。（→52 ページ）
こうせいねんきんほけん とし びょうき しごと ほけん かぞく はたら 「厚生年金保険」：年をとったり、病気やけがをしたりして、仕事ができなくなったときのための保険です。そして、家族のために働いていた人が亡くなったとき、家族が生活に困らないようにする保険です。70歳になっていない人が入ります。
こようほけん しごと かいしゃ しごと み ほけん せいかつ しんばい あたら 「雇用保険」：仕事なくなったり、会社をやめたあと仕事が見つからないときなどのための保険です。生活の心配をしないで、新しい仕事を探そうとすることができるよう、この保険からお金がでます。いつからいくら出るかは、やめた理由などで違いますから、家の近くの「ハローワーク」で相談しましょう。
ろうさいほけん しごと げんいん はたら ひと びょうき な ほけん 「労災保険」：仕事の原因で、働いている人がけがをしたり病気になったり亡くなったときの保険です。

8. Information useful for daily life

(1) Employment

Things to check before working

[Residency status]

What is the residency status on your residence card?



(1) Cultural activities, temporary visitor, student, trainee, or dependent

You cannot work. You must get permission to perform activities outside of your residency status if you want to work.

(2) Permanent resident, spouse or child of Japanese national, spouse or child of permanent resident, long-term resident

You can perform any job.

(3) A status other than (1) or (2)

You can only perform work within the scope of your residency status. You must get permission to perform activities outside of your residency status if you want to do a different job.

Job referrals

Hello Work (Public Employment Security Office) provides consultations for people seeking employment.

Hours: Monday through Friday (excluding holidays and the New Year holiday period)

8:30 am to 5:15 pm

■ Inquiries

Hello Work Sagamihara (Sagamihara Public Employment Security Office)

(6-10-10 Fujimi, Chuo Ward) TEL 042-776-8609

The Sagamihara Employment Support Center provides seminars and career counseling to people seeking employment.

Hours: Monday through Friday (excluding holidays and the New Year holiday period)

8:30 am to 5 pm

■ Inquiries

Sagamihara Employment Support Center

(City Plaza Hashimoto 6F, 6-2-1 Hashimoto, Midori Ward) TEL 042-700-1618

Social insurance and employment insurance

Japan has two systems: social insurance and employment insurance. The government collects money from working people and companies and provides it as assistance during times of trouble.

This money is deducted from your salary if you work for a company. If you only work for a short time, you are not enrolled in social insurance. Therefore, it is not deducted. You can join National Health Insurance (page 47) and the national pension (page 51) and pay for them directly.

Types of social insurance and employment insurance

Health insurance: Insurance for when you go to a hospital due to an injury or illness.
Long-term care insurance: Insurance for when you get older and need to be taken care of. (Page 53)
Employee pension: Insurance for when you are no longer able to work either due to age, illness, or injury. It is also insurance to prevent difficulties in daily life when a working person supporting a family passes away. Persons under age 70 can get it.
Employment insurance: Insurance for when you have difficulty finding another job after losing or quitting a job. This insurance provides financial benefits so that you can search for a new job without having concerns about daily life. The amount and timing of the benefits varies depending on your reason for quitting. Consult with the nearest Hello Work.
Workers' accident insurance: Insurance for when a working person becomes injured or ill or dies due to their job.

がいこくじんろうどうしやそうだん
外国人労働者相談コーナー

かながわろうどうきょくろうどうきじゆんぶかんとくか
神奈川県労働局労働基準部監督課

にほん はたら がいこくじんろうどうしや そうだん がいこくご おう おも そうだんないよう ろうどうじょうけん ろうどうさいがい ろうさいほけん
日本で働いている外国人労働者の相談に外国語で応じています。主な相談内容は、労働条件、労働災害、労災保険などです。

そうだんげんご 相談言語	そうだんび しゆくじつ ねんまつねんし のぞ 相談日(祝日・年末年始を除く)	じかん 時間
えいご 英語	まいしゅうげつようび だい きんようび 毎週月曜日、第1・3金曜日	ごぜん じ ごぜん じ 午前9時～午前12時 ごご じ ごご じ 午後1時～午後4時
ポルトガル語	まいしゅうかようび すいようび きんようび 毎週火曜日・水曜日・金曜日	
スペイン語	まいしゅうげつようび かようび もくようび 毎週月曜日・火曜日・木曜日	
タガログ語	まいしゅうもくようび 毎週木曜日	

※相談日は変更される場合があります。あらかじめホームページや電話で確認してください。

■ 問い合わせ先

かながわろうどうきょくろうどうきじゆんぶかんとくか
神奈川県労働局労働基準部監督課

よこはましなかくことぎきちよう よこはまだい ごうどうちようしや かい
(横浜市中区北仲通5-57 横浜第2合同庁舎8階) Tel 045-211-7351

https://jsite.mhlw.go.jp/kanagawa-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudanmadoguchi/_95955/_119910.html



ろうどうそうだん
労働相談

かながわ労働センター等で行っている労働相談です。主な相談内容は、労働問題、労働トラブルです。これらの相談をせんもんそうだんいん つうやく でんわ めんせつ う つ 専門相談員と通訳が、電話または面接で受け付けています。

かながわ労働センター本所

よこはましなかくことぎきちよう ろうどう かい
(横浜市中区寿町1-4 かながわ労働プラザ2階)

そうだんげんご 相談言語	そうだんび しゆくじつ ねんまつねんし のぞ 相談日(祝日・年末年始を除く)	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
ちゅうごくご 中国語	まいしゅうきんようび 毎週金曜日	045-662-1103	ごご じ ごご じ 午後1時～午後4時
スペイン語	だい すいようび 第2・4水曜日	045-662-1166	
ベトナム語	だい もくようび 第2・4木曜日	045-633-2030	

かながわ労働センター泉央支所

あつぎしみずひき けんあつぎごうどうちようしや ごうかん かい
(厚木市水引2-3-1 県厚木合同庁舎3号館2階)

そうだんげんご 相談言語	そうだんび しゆくじつ ねんまつねんし のぞ 相談日(祝日・年末年始を除く)	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
スペイン語	まいしゅうもくようび 毎週木曜日	046-221-7994	ごご じ ごご じ 午後1時～午後4時
ポルトガル語	まいしゅうげつようび 毎週月曜日		

(2) 住居

市営住宅

市では、住宅に困窮している低所得の方のために市営住宅を設置しています。募集は年2回(時期は5月と11月頃)行っています。募集の記事は「広報さがみはら」に掲載します。

■ 問い合わせ先

しやくしよじゆうたくか
市役所住宅課 Tel 042-769-8256

県営住宅

神奈川県では、住宅に困窮している低所得の県民のために、県営住宅を設置しています。住宅の管理は、神奈川県とちたてものほぜんききょうかい おこな 土地建物保全協会が行っていますので、詳しくはこちらにお問い合わせください。

■ 問い合わせ先

いっばんしや とちたてものほぜんききょうかい
(一般社) かながわ土地建物保全協会

よこはましなかくにほんおどおり けんじゆうたくききょうこうしや かい
(横浜市中区日本大通33 県住宅供給公社ビル1階) Tel 045-201-3673

Consultation corner for foreign workers

Inspection Division, Labor Standards Department, Kanagawa Labor Bureau

Consultations for foreign residents working in Japan are provided in foreign languages. They mainly provide consultations on working conditions, work accidents, and workers' accident insurance.

Consultation languages	Consultation days (except holidays and the New Year holiday period)	Time
English	Every Monday and 1st and 3rd Fridays	9 am to 12 pm 1 pm to 4 pm
Portuguese	Tuesdays, Wednesdays, and Fridays	
Spanish	Mondays, Tuesdays, and Thursdays	
Tagalog	Every Thursday	

* The days are subject to change. Check the website or call in advance.

■ Inquiries

Inspection Division, Labor Standards Department, Kanagawa Labor Bureau

(Yokohama Joint Government Building No. 2 8F, 5-57 Kitanakadori, Naka Ward, Yokohama)

TEL 045-211-7351

https://jsite.mhlw.go.jp/kanagawa-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudanmadoguchi/_95955/_119910.html



Labor consultations

The Kanagawa Labor Center provides work consultations. They mainly provide consultations on work issues and problems. Consultations with a professional counselor are provided over the phone or in person through an interpreter.

Kanagawa Labor Center Head Office

(Kanagawa Labor Plaza 2F, 1-4 Kotobukicho, Naka Ward, Yokohama)

Consultation languages	Consultation days (except holidays and the New Year holiday period)	Phone number	Time
Chinese	Every Friday	045-662-1103	1 pm to 4 pm
Spanish	2nd and 4th Wednesdays	045-662-1166	
Vietnamese	2nd and 4th Thursdays	045-633-2030	

Kanagawa Labor Center Ken-o Branch Office

(Atsugi Joint Government Building No. 3 2F, 2-3-1 Mizuhiki, Atsugi)

Consultation languages	Consultation days (except holidays and the New Year holiday period)	Phone number	Time
Spanish	Every Thursday	046-221-7994	1 pm to 4 pm
Portuguese	Every Monday		

(2) Housing

Municipal housing

The city has public housing for low-income individuals who have trouble finding housing. Applications are open twice a year (in May and November). The details are provided in Koho Sagamihara.

■ Inquiries

City Office Housing Division TEL 042-769-8256

Prefectural housing

Kanagawa Prefecture has public housing for low-income individuals who have trouble finding housing. It is managed by the Kanagawa Tochi Tatemono Hozen Kyokai. Contact them for details.

■ Inquiries

Kanagawa Tochi Tatemono Hozen Kyokai

(Prefectural Housing Service Corporate Building 1F, 33 Nihonodori, Naka Ward, Yokohama)

TEL 045-201-3673

みんかんじゆうたく
民間住宅

おおや いえ か ひと か いえ ふどうさんや い いえ さが
大家(家を貸す人)から借りる家です。不動産屋に行って、家を探します。

いえ か
家を借りるときどうしたらいいか、いろいろなげんごで書いてあります。

にほんご
日本語
<https://www.mlit.go.jp/common/001317843.pdf>



ポルトガル語
<https://www.mlit.go.jp/common/001317848.pdf>



えいご
英語
<https://www.mlit.go.jp/common/001317844.pdf>



ベトナム語
<https://www.mlit.go.jp/common/001316936.pdf>



ちゅうごくご
中国語
<https://www.mlit.go.jp/common/001317845.pdf>



タイ語
<https://www.mlit.go.jp/common/001312581.pdf>



かんこくご
韓国語
<https://www.mlit.go.jp/common/001317846.pdf>



カンボジア語
<https://www.mlit.go.jp/common/001312589.pdf>



スペイン語
<https://www.mlit.go.jp/common/001317847.pdf>



タガログ語
<https://www.mlit.go.jp/common/001312590.pdf>



がいこくじん か
外国人が借りることができる家の情報を調べることができます。
<https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php>



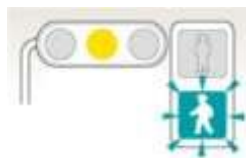
こうつう
(3) 交通

こうつう
交通ルール

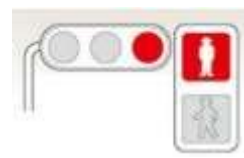
しんごう いろ いみ
【信号の色の意味】



あおいろ すず
青色：進むことができます。



きいろ あおいろ き
黄色／青色がついたり消えたりする：
くるま と ひと わたし
車は止まります／人は渡り始めてはいけません。



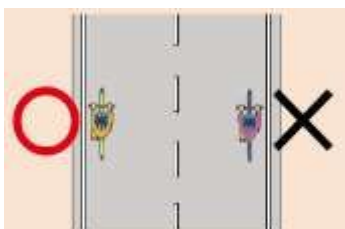
あかいろ と
赤色：止まります。


じてんしゃ の
【自転車に乗るとき】

じてんしゃ ほうりつ くるま おな
・自転車は法律では「車」と同じです。

じてんしゃ はし ところ
・自転車が走ってもいい所
くるま はし みち いちばんひだり
車が走る道の一番左

このマーク→  がある道 (自転車だけの道)



このマーク→  がある道 (人と自転車の道)



- ・この絵のように、車が走る道に近い所を走ります。
- ・すぐに止まることができるようにゆっくり走ります。
- ・歩いている人の邪魔にならないように、自転車を降りたり、止まったりします。

Private housing

Housing rented from the owner. Search for housing through a real-estate agent. Information on renting is provided in different languages.

Japanese

<https://www.mlit.go.jp/common/001317843.pdf>



Portuguese

<https://www.mlit.go.jp/common/001317848.pdf>



English

<https://www.mlit.go.jp/common/001317844.pdf>



Vietnamese

<https://www.mlit.go.jp/common/001316936.pdf>



Chinese

<https://www.mlit.go.jp/common/001317845.pdf>



Thai

<https://www.mlit.go.jp/common/001312581.pdf>



Korean

<https://www.mlit.go.jp/common/001317846.pdf>



Cambodian

<https://www.mlit.go.jp/common/001312589.pdf>



Spanish

<https://www.mlit.go.jp/common/001317847.pdf>



Tagalog

<https://www.mlit.go.jp/common/001312590.pdf>



You can search for information on housing that can be rented by foreign residents.

<https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php>



(3) Traffic

Traffic rules

[Meaning of signal colors]



Green: You can proceed.



Yellow or flashing green:
Cars must stop. Pedestrians must not begin to cross.



Red: Stop

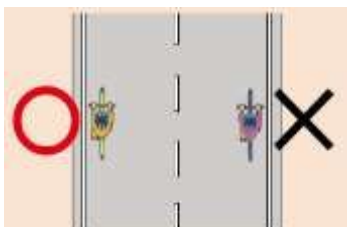
[Riding a bicycle]


- Bicycles are legally considered vehicles.

- Areas where bicycles can travel

Leftmost side of roads where cars travel

Roads with this mark  : (lane just for bicycles)



Roads with this mark  : (lane for bicycles and pedestrians)



- As shown in the picture, bicycles travel on the side closer to the road.
- Move slowly so that you can stop at any time.
- Get off and/or stop your bike so that you do not block pedestrians.

じてんしゃ の
・自転車に乗るときのルール

- さけ の じてんしゃ の
お酒を飲んだとき、自転車に乗ってはいけません。
- だい じてんしゃ ふたり の
1台の自転車に2人で乗ってはいけません。
- じてんしゃ よこ なら はし
ほかの自転車の横に並んで走ってはいけません。



- かさ をさしたり、けいたいでんわ (スマートフォン) を使ったり
しながら運転してはいけません。
- よる くら
夜など、暗いときはライトをつけなければいけません。



- じてんしゃ の
自転車に乗るときは、ヘルメットをかぶりましょう。





こうさてん とお
・交差点を通るとき

- みぎ ま え あお じっせん すす
右に曲がる時、この絵の青い実線のように進みます。
- あか てんせん なな すす
赤い点線のように斜めに進んではいけません。



- ひだり ま ある ひと と
左に曲がる時、歩いている人がいたら、止まります。

- こうさてん ちか みち じてんしゃ え が
交差点やその近くの道に、自転車の絵→  が
かいてあったら、そこをとおります。

- このマーク→  がある ところ には、一度止まらなければなりません。



- あんぜん まわ み すす
安全かどうか、周りをよく見てから進みます。

じてんしゃ ほけん
・自転車の保険

- じてんしゃ じこ お ほけん はい ひと
自転車で事故を起こしたときのために、保険に入りましょう。ほかの人にけがをさせたときなどに、保険の会社からお金
さがみはらし ほけん は ぎむづ
がでます。相模原市では、保険に入ることが義務付けられています。

くるま うんてん
【車やオートバイを運転するとき】



- うんてんめんきょ ひつよう
・運転免許が必要です。
- うんてんめんきょしょう も いえ わす うんてん
・運転免許証を持っていないとき(家に忘れたときなど)は、運転してはいけません。

- みち ひだりがわ はし ある ひと じてんしゃ ちか はし
・道の左側を走ります。歩いている人や自転車の近くでは、ゆっくり走ります。



- うんてん ひと いっしょ の ひと
・運転する人も、一緒に乗る人も、みんなシートベルトをしなければなりません。

- くるま うんてん けいたいでんわ つか
・車やオートバイを運転しているとき、携帯電話(スマートフォン)を使ってはいけません。



- さけ の うんてん
・お酒を飲んだとき、運転してはいけません。
- さけ の ひと くるま か うんてん ねが
・お酒を飲んだ人に 車やオートバイを貸したり、運転をお願いしてはいけません。
- うんてん ひと さけ すす
・これから運転する人に「お酒をどうぞ」と勧めてはいけません。

- さいい か こ くるま の つか
・5歳以下の子どもの車に乗せる時、「チャイルドシート」を使わなければいけません。



- Rules for riding a bicycle
- Do not ride drunk.
- Do not ride a bicycle with two people.
- Do not ride bicycles in parallel.



Do not ride while using an umbrella or cellphone (smartphone).
You must have a light attached for nights and when it is dark.

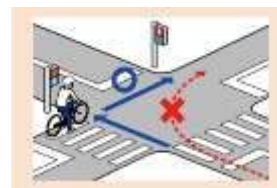


Wear a helmet when riding.



- When crossing intersections.
- When turning right, follow the blue line in the picture.
- Do not cross diagonally according to the dotted red line.

When turning left, stop if there are pedestrians.



If there is an image of a bike () in the intersection or nearby road, pass through that area.

This sign  means you must stop.



Check the safety of your surroundings before proceeding.

- Bicycle insurance
- Have insurance in preparation for bicycle accidents. If you injure another person, the insurance company will pay. You are obligated to have insurance in Sagamihara.

[Driving a car or motorcycle]



- You must have a license.
- Do not drive unless you have your license on you (if you forgot it at home, etc.).
- Drive on the left side of the road. Drive slowly if there are pedestrians or bicycles nearby.



- Everyone in the vehicle must wear a seatbelt.
- Do not use a cellphone (smartphone) while driving a car or riding a motorcycle.
- Do not operate a vehicle after drinking alcohol.
- Do not loan a car or motorcycle to someone who has been drinking or ask them to drive.
- Do not encourage drivers to drink alcohol.



- Children ages 5 and under must use a child seat when riding in a vehicle.



(4) その他生活に必要な情報

生活に必要な情報のお問合わせ先

しゅべつ 種別	めいしょう 名称	ないよう 内容	でんわばんごう 電話番号	じかん 時間
でんわ 電話	ひがしにほん NTT東日本	でんわ しんせつ いてん かくしゆ 電話の新設・移転・各種サービ スの申込・問い合わせ等	ばん 116番	ねんまつねんし のぞ 年末年始を除く 9:00~17:00
		でんわ こしょう 電話の故障	ばん 113番 ※携帯電話の場合 Tel 0120-444-113	じかん 24時間
		りょうきん かん と あ 料金に関する問い合わせ	Tel 0120-002-992	どにち しゆくじつ ねんまつねんし のぞ 土日・祝日・年末年始を除く 9:00~17:00
こくさいでんわ けいたいでんわなど かくと あつか かいしゃ と あ 国際電話、携帯電話等については、各取り扱い会社に問い合わせください。				
じどうしゃ 自動車	かながわけん 神奈川県 けいさつほんぶこうつうがうんてんめんきよほんぶ 警察本部交通部運転免許本部	うんてんめんきよしょう 運転免許証・ こくがいうんてんめんきよしょう 国外運転免許証	Tel 045-365-3111	きゆうしゆくじつ のぞ 休祝日を除く 8:30~17:15

9 各区役所の主な問合わせ先

■ 日常生活上の心配ごと、悩みごとに関する相談など

か きかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりくやくしよ 緑区役所	042-775-1773	シティ・プラザはしもと内 みどりくはしもと (緑区橋本6-2)
ちゅうおうくやくしよ 中央区役所	042-769-8230	しやくしよほんちようしやない 市役所本庁舎内 ちゅうおうくちゅうおう (中央区中央2-11-15)
みなみくやくしよ 南区役所	042-749-2171	みなみくごうどうちようしやない 南区合同庁舎内 みなみくさがみおおの (南区相模大野5-31-1)

■ 戸籍、住民基本台帳、印鑑登録、特別永住者証明書、自動車臨時運行許可証などの各種届出・申請の受付と証明の発行とマイナンバーカードの交付などに関すること

か きかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりくやくしよ 緑区役所	こせきはん 戸籍班	042-775-8804
	じゅうみんきほんだいちょうほん 住民基本台帳班	042-775-8803
ちゅうおうくやくしよ 中央区役所	こせきはん 戸籍班	042-769-8337
	じゅうみんきほんだいちょうほん 住民基本台帳班	042-769-8227
	ちようせいばん 調整班	042-769-8294
みなみくやくしよ 南区役所	こせきはん 戸籍班	042-749-2132
	じゅうみんきほんだいちょうほん 住民基本台帳班	042-749-2131
	ちようせいばん 調整班	042-749-2133

(4) Other information useful for daily life

Points of contact useful for daily life

Type	Name	Purpose	Phone number	Time
Phone	NTT East	Applications and inquiries for new phone lines, when moving, and for other services	#116	Except the New Year holiday period 9:00 am to 5:00 pm
		Phone disruptions	#113 * For cellphones TEL 0120-444-113	24 hours
		Inquiries regarding fees	TEL 0120-002-992	Except Saturdays, holidays, and the New Year holiday period 9:00 am to 5:00 pm
Contact your service provider regarding international calls, cellphones, etc.				
Automobiles	Kanagawa Prefectural Police Headquarters Traffic Division Driver's License Section	Driver's licenses and international driver's licenses	TEL 045-365-3111	8:30 am to 5:15 pm except for holidays

9. Main points of contact at ward offices

■ Consultations on concerns and issues in daily life

Division and facility name		Phone number	Location
Midori Ward Office	Public Counseling Section	042-775-1773	City Plaza Hashimoto (6-2 Hashimoto, Midori Ward)
Chuo Ward Office		042-769-8230	City Office Main Building (2-11-15 Chuo, Chuo Ward)
Minami Ward Office		042-749-2171	Minami Ward Joint Government Building (5-31-1 Sagamiono, Minami Ward)

■ Family register; basic resident register; seal registration; special permanent resident certificate; temporary license plates; other notifications, applications, and certificates; and issuance of My Number cards

Division and facility name		Phone number	Location
Midori Ward Office	Resident Registration Division	Family Registry Section	Midori Ward Joint Government Building (5-3-21, Nishihashimoto, Midori Ward)
		Basic Resident Register Section	
Chuo Ward Office		Family Registry Section	City Office Main Building (2-11-15 Chuo, Chuo Ward)
		Basic Resident Register Section	
		Coordination Section	
Minami Ward Office		Family Registry Section	Minami Ward Joint Government Building (5-31-1 Sagamiono, Minami Ward)
		Basic Resident Register Section	
		Coordination Section	

- こうれいしゃ しょうがいしゃ せいしんしつかん かん そうだん こうれいしゃ しょうがいしゃ かか ふくし しんせい かいごほけん かいごぼう にんちしょう
 高齢者・障害者・精神疾患に関する相談、高齢者・障害者に係る福祉サービスの申請、介護保険、介護予防、認知症
 たいさく しょうがいしゃてちょう こうふ ほそく しんせい しょうがい かか かくしゆてあて しんせい
 対策、障害者手帳の交付、補装具の申請、障害に係る各種手当の申請など

か きかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりこうれい しょうがいしゃそだんか 緑 高齢・障害者相談課	こうれいふくしはん 高齢福祉班	042-775-8812
	しんたい ちてきふくしはん 身体・知的福祉班	042-775-8810
	せいしんほけんふくしはん 精神保健福祉班	042-775-8811
つく いこうれい しょうがいしゃそだんか 津久井 高齢・障害者相談課	ちいき こうれいふくしはん 地域・高齢福祉班	042-780-1408
	しょうがいふくしはん 障害福祉班	042-780-1412
ちゅうおうこうれい しょうがいしゃそだんか 中央 高齢・障害者相談課	こうれいふくしはん 高齢福祉班	042-769-8349
	しんたい ちてきふくしはん 身体・知的福祉班	042-769-9266
	せいしんほけんふくしはん 精神保健福祉班	042-769-9806
みなみこうれい しょうがいしゃそだんか 南 高齢・障害者相談課	こうれいふくしはん 高齢福祉班	042-701-7704
	しんたい ちてきふくしはん 身体・知的福祉班	042-701-7722
	せいしんほけんふくしはん 精神保健福祉班	042-701-7715

- ぼ しけんこうてちよう こうふ にゅうようじけんこうしんさ しゅうだん ほいくじやなど りようそだん じどうてあてとう しんせい けんこう いくじ えいようとう かん
 母子健康手帳の交付、乳幼児健康診査（集団）、保育所等の利用相談、児童手当等の申請、健康・育児・栄養等に関する
 そうだん きょうしつ こ ほんたつ しょうがい そうだん おや じよせい そうだん じどうぎやくたい かん そうだん つうこく
 相談や教室、子どもの発達や障害の相談、ひとり親・女性などの相談、児童虐待に関する相談・通告など

か きかんめい 課・機関名	でんわばんごう 電話番号	ばしょ 場所
みどりこそだ しえん 緑 子育て支援センター	こそだ はん 子育てサービス班	042-775-8813
	かていしえんはん こども家庭支援班	042-775-8814
	りょういくそだんはん 療育相談班	042-775-1760
	ぼ しほけんはん 母子保健班	042-775-8829
ちゅうおうこそだ しえん 中央 子育て支援センター	こそだ はん 子育てサービス班	042-769-9267
	かていしえんはん こども家庭支援班	042-769-9221
	ぼ しほけんはん 母子保健班	042-769-8222
	りょういくそだんはん 療育相談班	042-756-8424
みなみこそだ しえん 南 子育て支援センター	こそだ はん 子育てサービス班	042-701-7723
	かていしえんはん こども家庭支援班	042-701-7700
	ぼ しほけんはん 母子保健班	042-701-7710
	りょういくそだんはん 療育相談班	042-701-7727

- Consultations for the elderly, disabled, and those with mental illnesses; applications for welfare services for the elderly and disabled; long-term care insurance; preventive care; dementia measures; issuance of Physical Disability Certificates; applications for accessibility equipment; applications for disability allowances; etc.

Division and facility name		Phone number	Location
Midori Elderly and Disabled Counseling Division	Elderly Welfare Section	042-775-8812	Midori Ward Joint Government Building (5-3-21, Hishihashimoto, Midori Ward)
	Physical & Intellectual Disabilities Section	042-775-8810	
	Mental Public Health and Welfare Section	042-775-8811	
Tsukui Elderly and Disabled Counseling Division	Regional Elderly Welfare Section	042-780-1408	Tsukui Health Center (613-2, Nakano, Midori Ward)
	Disability Welfare Section	042-780-1412	
Chuo Elderly and Disabled Counseling Division	Elderly Welfare Section	042-769-8349	Wellness Sagamihara (6-1-1 Fujimi, Chuo Ward)
	Physical & Intellectual Disabilities Section	042-769-9266	
	Mental Public Health and Welfare Section	042-769-9806	
Minami Elderly and Disabled Counseling Division	Elderly Welfare Section	042-701-7704	Minami Health and Welfare Center (6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)
	Physical & Intellectual Disabilities Section	042-701-7722	
	Mental Public Health and Welfare Section	042-701-7715	

- Issuance of Mother and Child Health Handbooks, infant health examinations (group); nursery school consultations; applications for child allowances; consultations and classes on health, childcare, and nutrition; consultations on child development and disabilities; consultations for single parents and women; consultations and reporting of child abuse; etc.

Division and facility name		Phone number	Location
Midori Childrearing Support Center	Childcare Services Section	042-775-8813	Midori Ward Joint Government Building (5-3-21, Nishihashimoto, Midori Ward)
	Children and Families Support Section	042-775-8814	
	Rehabilitation Counseling Section	042-775-1760	
	Mother and Child Health Section	042-775-8829	
Chuo Childrearing Support Center	Childcare Services Section	042-769-9267	Wellness Sagamihara (6-1-1 Fujimi, Chuo Ward)
	Children and Families Support Section	042-769-9221	
	Mother and Child Health Section	042-769-8222	
	Rehabilitation Counseling Section	042-756-8424	Yokoen (3-19-2 Yokodai, Chuo Ward)
Minami Childrearing Support Center	Childcare Services Section	042-701-7723	Minami Health and Welfare Center (6-22-1 Sagamiono, Minami Ward)
	Children and Families Support Section	042-701-7700	
	Mother and Child Health Section	042-701-7710	
	Rehabilitation Counseling Section	042-701-7727	