

やさしい^{にほんごばん}日本語版

みきしせいかつがいどぶっく 三木市生活ガイドブック



みきし
三木市

み き し 三木市へようこそ

にほん にほんじん がいこくじん あんしん せいかつ
日本で日本人と外国人が安心して生活するためには、日本のルールや習慣などを
し
知っておくことが大事です。

「み き し せい かつ が い ど ぶ っ く
三木市生活ガイドブック」は、ざいりゅう かーど をう け と
在留カードを受け取って、これからみ き し
生活をはじめる外国人のみなさまに向けて作りました。

みなさまが、あんしん せい かつ おく
安心して生活を送っていただけるよう、日本のルールや習慣、三木市
での日 常 生 活 の 情 報 を ま と め た も の で す。

生活の中で、わからないことや困ったことがあったら、この本を使ってください。
せい ど な ま え し ょ り い な ま え と く し
制度の名前や書類の名前、特に知ってほしい言葉は、そのまま書いています。その
ほか
他は「やさしい日本語」で書いています。

このガイドブックが、あなたの三木市での生活の助けになることを期待していま
す。

☐ は、せい ど そ し き し ょ り い な ま え
制度、組織、書類の名前です。 ☐ は、おぼ
覚えてほしい日本語です。



このガイドブックは、しゅつ に ゆ う こ く ざ い り ゅ う か ん り ち ょ う つく
出入国在留管理庁が作った「生活・仕事ガイドブック
(やさしい日本語版)」をさんこう につく
参考に作りました。

このガイドブックの情 報 (URL や QR コード など) は、ねん が つ ま つ げ ん ざ い
2025年3月末現在のものです。

も く じ

だい しょう	こま	そうだん	がいこくじんじゅうみんそうだんまどぐち	
第1章	困ったときは相談しよう	外国人住民相談窓口		・・・ P1
1	外国人住民相談窓口			・・・ P1
だい しょう	こくさいこうりゅう	たぶん かきようせい		
第2章	国際交流・多文化共生ってなに？			・・・ P2
1	多文化共生			・・・ P2
2	国際交流協会 こくさいこうりゅうきょうかい の事業 じぎょう			・・・ P2
3	資料・情報 しりょう じょうほう コーナー こーなー			・・・ P2
だい しょう	しやくしよ	てつづ	まいなんばんせいど	
第3章	市役所での手続き・マイナンバー制度			・・・ P3
1	市役所 しやくしよ での手続き てつづ			・・・ P3
1-1	住所 じゅうしよ の届出 とどけ			・・・ P3
1-2	婚姻 こんいんとどけ 届			・・・ P4
1-3	死亡 しぼうとどけ 届			・・・ P4
1-4	印鑑登録 いんかんとうろく			・・・ P5
2	マイナンバー制度 まいなんばんせいど			・・・ P5
2-1	マイナンバー まいなんばん （個人番号 こじんばんごう ）			・・・ P5
2-2	「マイナンバーカード」 まいなんばんかーど			・・・ P6
だい しょう	すいえ	さが		
第4章	住む家を探す			・・・ P7
1	日本 にほん の住宅 じゅうたく について			・・・ P7
2	家を借りる いえ か			・・・ P7
3	電気・ガス・水道 でんき がす すいどう			・・・ P8
3-1	電気 でんき			・・・ P8
3-2	ガス がす			・・・ P9
3-3	水道 すいどう			・・・ P9
だい しょう	ぜいきん	くに	し	はら かね
第5章	税金（国や市などに払うお金）			・・・ P10
1	所得税（国 しょとくぜい に払う税金 くに はら ぜいきん ）			・・・ P10
2	住民税（県や市などに払う税金 じゅうみんぜい けん し はら ぜいきん ）			・・・ P11
3	消費税 しょうひぜい			・・・ P12
4	車 くるま を持っている人が払う税金 も ひと はら ぜいきん			・・・ P12
4-1	自動車税／軽自動車税 じどうしゃぜい けいじどうしゃぜい			・・・ P12
4-2	自動車重量税 じどうしゃじゅうりょうぜい			・・・ P12
5	固定資産税 こていしさんぜい			・・・ P12

だい しょう	い りょう		・・・	P13
第6章	医療			
1	病院・クリニック		・・・	P13
1-1	受診科目 (病気やけがの内容)		・・・	P13
1-2	病気になってしまったら		・・・	P13
2	医療保険		・・・	P14
2-1	会社などの健康保険		・・・	P14
2-2	国民健康保険		・・・	P14
2-3	後期高齢者医療制度		・・・	P15
だい しょう	ねんきん ふくし		・・・	P16
第7章	年金・福祉			
1	年金 (年をとったときなどにもらうお金)		・・・	P16
1-1	国民年金		・・・	P17
1-2	厚生年金保険		・・・	P18
1-3	脱退一時金 (国に帰るときにもらうことができるお金)		・・・	P18
2	介護保険 (年をとって介護が必要になったときの制度)		・・・	P18
2-1	介護保険料		・・・	P18
2-2	介護サービスの利用		・・・	P19
3	児童福祉 (子どものためのお金)		・・・	P19
3-1	児童手当		・・・	P19
3-2	児童扶養手当		・・・	P19
3-3	特別児童扶養手当		・・・	P20
3-4	障害児福祉手当		・・・	P20
4	障害福祉 (障がいのある大人や子どものためのサービス)		・・・	P20
4-1	手帳		・・・	P20
4-2	もらう手帳の名前		・・・	P20
4-3	障がい者・障がい児への行政サービス		・・・	P20
4-4	特別障害者手当		・・・	P21
5	生活保護 (生活のお金が足りないとき)		・・・	P21
5-1	生活保護をうけることができる人		・・・	P21
5-2	どんなお金がもらえるの		・・・	P21
6	生活困窮者自立支援制度 (生活に困ったときの相談)		・・・	P21



第8章	こどもをうんでそだてる	・・・ P 22
1	にんしん 妊娠したとき	・・・ P 22
1-1	ぼ し けんこうてちょう 母子健康手帳をもらう	・・・ P 22
1-2	にんぶけんしん にんぶけんこうしんさ 妊婦健診 (妊婦健康診査)	・・・ P 22
1-3	にんぶ し か けんしん にんぶしかけんこうしんさ 妊婦歯科健診 (妊婦歯科健康診査)	・・・ P 22
1-4	そうだん 相談	・・・ P 22
1-5	ほ けん し じょさんし ほうもん 保健師・助産師などの訪問	・・・ P 23
2	あか う 赤ちゃんが生まれたとき	・・・ P 23
2-1	しゅつしょうとどけ 出生届	・・・ P 23
2-2	う あか ざいりゅう か ー ど 生まれた赤ちゃんの在留カードをもらう	・・・ P 23
2-3	ほ けん で かね 保険から出るお金	・・・ P 24
2-4	さんぶけんこうしんさ 産婦健康診査	・・・ P 24
3	じどうてあて 児童手当	・・・ P 24
4	こ そだ 子どもを育てる	・・・ P 24
4-1	げつじけんこうしんさ 1か月児健康診査	・・・ P 24
4-2	にゅうようじけんしん 乳幼児健診	・・・ P 25
4-3	よ ぼう せつしゅ びょうき ちゅうしゃ 予防接種 (病気にならないための注射)	・・・ P 25
4-4	こ いりょうひじよせい こ いりょうひ えんじょ 子ども医療費助成 (子どもの医療費の援助)	・・・ P 25
4-5	しょうがっこう はい まえ こ 小学校に入る前の子ども	・・・ P 25
4-6	あ ふ た ー す く ー る アフタースクール	・・・ P 25
第9章	きょういく 教育	・・・ P 26
1	にほん がっこう しょうがっこう あと 日本の学校 (小学校から後)	・・・ P 26
1-1	しょうがっこう ちゅうがっこう 小学校と中学校	・・・ P 26
1-2	こうとうがっこう 高等学校	・・・ P 26
1-3	だいがく たん きだいがく せんもんがっこう 大学・短期大学・専門学校	・・・ P 26
1-4	や かん ちゅうがく 夜間中学	・・・ P 26
2	きょういく 教育のためのお金	・・・ P 27
2-1	しゅうがくえんじょ 就学援助	・・・ P 27
2-2	み き し きょういくいいんかいしょうがくきん 三木市教育委員会奨学金	・・・ P 27
2-3	こうとうがっこうしゅうがくし えん きん 高等学校就学支援金	・・・ P 27
2-4	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	・・・ P 27
2-5	だいがく しょうがくきん 大学などの奨学金	・・・ P 27



第10章	日常生活のルール・習慣	・・・	P28
1	生活のルール	・・・	P28
1-1	ごみ出しの基本ルール	・・・	P28
1-2	騒音（うるさい音・声）	・・・	P28
1-3	アパートやマンションの共有部分の使い方	・・・	P29
1-4	日本の水洗トイレ	・・・	P29
1-5	携帯電話（スマートフォン）の使用	・・・	P29
1-6	電車やバスの中	・・・	P29
1-7	時間や約束を守ろう	・・・	P30
2	生活に必要なこと	・・・	P30
2-1	近くに住む人との関係（自治会）	・・・	P30
2-2	防犯（どろぼうや痴漢などの犯罪被害にあわないようにする）	・・・	P30
2-3	銀行口座（銀行にお金を入れたり出したりできるようにする）	・・・	P30
3	電車・バスに乗る	・・・	P31
3-1	ICカード	・・・	P31
3-2	電車に乗る	・・・	P31
3-3	バスに乗る（路線バス）	・・・	P31
第11章	交通	・・・	P33
1	交通ルール	・・・	P33
1-1	歩くとき	・・・	P33
1-2	自転車に乗るとき	・・・	P33
2	自転車の保険	・・・	P34
3	交通事故のとき	・・・	P34
第12章	緊急（急な病気や事故）・災害（台風や地震）	・・・	P35
1	緊急（急な病気や事故）のときの電話	・・・	P35
1-1	急な病気・けが・火事のときは119に電話をかける	・・・	P35
1-2	事故や事件のときは110に電話をかける	・・・	P35
2	災害（台風や地震）	・・・	P36
2-1	安全のために準備する	・・・	P36
2-2	情報を調べる	・・・	P37
2-3	安全な場所に移動（避難）する	・・・	P37
2-4	いろいろな災害	・・・	P38
三木市について		・・・	P42

だい しょう
第1章

こま そうだん
困ったときは相談しよう

がいこくじんじゅうみんそうだんまどぐち
外国人住民相談窓口

1 がいこくじんじゅうみんそうだんまどぐち
外国人住民相談窓口

日本にほんの生活せいかつでは、いろいろな手続てつづきで市役所しやくしよによく行いきます。住すむところかが変わかわったり、子こどもが生まうれたり、生活せいかつが変わかったら市役所しやくしよに知し知らせします。

生活せいかつでわからこまないこと、困こまったことがあそうだんれば、なんでも相談そうだんしてください。

いろいろな国くにの言葉ことばで相談そうだんができます。相談料そうだんりょうは無む料りょう（0円えん）です。



○ こくさいこうりゅうぶらざ（市役所4階） 三木市上みきの丸町しうえ10番30号まるちようばんごう

相談日時そうだんにちじ 月曜日～金曜日 9：00～17：00

ことば やさしい日本語にほんご、英語えいご（その他の言語ほかげんごは、通訳機つうやくきを使つかいます。）

三木市役所みきしやくしよ 市民協働課多文化共生係しみんきょうどうかたぶんかきょうせいかり ☎0794-89-2315 FAX 0794-89-2318

<https://www.city.miki.lg.jp/site/forforeigners/>

Email kyodo@city.miki.lg.jp

三木市国際交流協会みきしこくさいこうりゅうきょうかい ☎&Fax 0794-89-2318

Email kokusai@city.miki.hyogo.jp



○ こうざい ひょうごけんこくさいこうりゅうきょうかい
（公財）兵庫県国際交流協会
がいこくじんけんみんいんふおめーしょんせんたー
外国人県民インフォメーションセンター ☎078-382-2052
こうべしちゅうおうくひがしかわさきちよう こうべくりすたるたわーかい
神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー6階



生活せいかつの相談そうだん 月曜日～金曜日 9：00～17：00（祝日しゆくじつと年末年始ねんまつねんしは休やすみ）

法律ほうりつ相談そうだん 月曜日 13：00～14：00 / 14：00～15：00

入管にゅうかん相談そうだん 第3木曜日13：30～14：30/14：30～15：30/15：30～16：30

無料むりよう（0円えん） 予約よやくしてください。

ことば 日本語にほんご、英語えいご、中国語ちゅうごくご、スペイン語すぺいんご、ポルトガル語ぼるとがるご

（生活相談せいかつそうだんは、他ほかの言葉ことばも電話通訳でんわつうやくで相談そうだんできます。）

○ とうべがいこくじんきゅうえんねつと
NGO神戸外国人救済ネット ☎078-232-1290

神戸市中央区中山手通1-28-7 カトリック神戸中央教会内

生活せいかつの相談そうだん 土曜日・日曜日 9：00～17：00（祝日しゆくじつと年末年始ねんまつねんしは休やすみ）

ことば 20の外国語がいこくごで相談そうだんできます。

第2章 国際交流・多文化共生ってなに？

1 多文化共生

国籍や民族などの異なる人々が、互いの文化的なちがいを認め合い、対等な関係を築こうとしながら地域社会の構成員として共に生きていくことです。
日本人も外国人も、地域の一人として共に認め合い、互いに力を合わせながら、社会を発展させていこうという考え方はです。

2 国際交流協会の事業

国際交流協会は、外国人と日本人が交流できる所です。いろいろな言葉で書いたハンドアウトなどをもらうことができます。「ぐるっとワールドin Miki」や「COOL MIKI」などのイベントに参加して、友だちをつくりましょう。
国際交流協会に入会しましょう。年会費2,000円が必要です。

○ 日本語の勉強

日本語教室があります。無料(0円)です。教室は1週間に1回です。

	い	つ	月曜日	19:00~20:30	三木市立教育センター
			金曜日	19:00~20:30	自由が丘公民館
			水曜日	10:00~11:30	吉川町公民館
			木曜日	19:00~20:30	自由が丘公民館(クラス授業)

国際交流プラザでも、日本語学習ができます。

○ こども日本語教室みきっず

小学生と中学生が勉強をします。教室は1週間に1回です。

い つ 金曜日 19:00~20:10 自由が丘公民館(資料代2,000円)

3 資料・情報コーナー

国際交流プラザには、多言語の生活情報誌や行政情報など、いろいろな情報・資料がそろっています。チラシは持って帰ることができます。

○ 資料

「生活ガイドブック」「まえむきに」「外国語版ごみ分別表」

「ひょうごEネット (Hyogo E-net)」

国際交流のための「講座・イベント情報」「ボランティア情報」など

第3章 市役所での手続き・マイナンバー制度

1 市役所での手続き

1-1 住所の届出

外国人で「在留カード」を持っている人（中長期在留者）は、市役所の市民課か吉川支所の市民生活課に住所の届出が必要です。「住民票」を作ります。

三木市役所 市民課 ☎0794-82-2000
吉川支所 市民生活課 ☎0794-72-0180



(1) 入国したとき

日本に入国し、長期間住み続ける場合は、住所が決まった日から14日以内に「転入届」を出します。

市役所には、「在留カード」か「パスポート」を持って行きます。

日本人ではない家族と一緒に暮らす人は、「婚姻証明書」や「出生証明書」などの家族関係がわかる書類も持って行きます。

※ 証明書が外国語だったら、日本語の翻訳を付けます。翻訳した人の名前も書きます。

「転入届」を出すと「在留カード」に新しい住所を書いてもらえます。

「住民票」が作られます。

名前、生年月日、性別、住所などが書かれます。



(2) 引っ越しをするとき

○ 別の市・区・町・村に引っ越す人

引っ越す前に、市役所に「転出届」を出します。

引っ越してから14日以内に、新しい住所の市役所に「転入届」を出します。

○ 同じ市内で引っ越す人

引っ越してから14日以内に、市役所に「転居届」を出します。

(3) 出国をするとき（日本の国から出るとき）

引っ越しをする前に、市役所に「転出届」を出します。

1-2 婚姻届

日本で結婚する人は、住んでいる所の市役所に「婚姻届」を出します。

外国人は、「婚姻要件具備証明書」を持って行きます。

※「婚姻要件具備証明書」： 本国の駐日大使館・領事館でもらえます。

もらうことが出来ないときは、自分が結婚できることがわかる書類を出します。外国語で書かれていたら、日本語の翻訳を付けます。翻訳した人の名前も書きます。翻訳者は自分でもかまいません。

日本の市役所に「婚姻届」を出しても、夫や妻の本国で、二人が結婚したと考えるかどうかはわかりません。駐日大使館や領事館に聞いてください。

1-3 死亡届

家族や一緒に住んでいる人が亡くなったら、そのことを知ってから7日以内に、市役所に「死亡届」を出します。「死亡届」は、亡くなった人が住んでいた所か、書類を出す人が住んでいる所の市役所に出します。

持っていく物は、「死亡診断書」または「死体検案書」などです。市役所の市民課か吉川支所の市民生活課に聞いてください。

亡くなった人の「在留カード」は、近くの出入国在留管理局に返してください。郵送でもかまいません。

おおさかしゅつにゆうこくざいりゅうかんりきょく
大阪出入国在留管理局

〒559-0034 大阪府大阪市住之江区南港北1-29-53

☎ 06-4703-2050

おおさかしゅつにゆうこくざいりゅうかんりきょく
大阪出入国在留管理局

こうべしきょく
神戸支局

〒650-0024 兵庫県神戸市中央区海岸通29

☎ 078-391-6377

1-4 印鑑登録

市役所に印鑑（はんこ）を持って行って登録する手続きを「印鑑登録」と言います。市役所に「印鑑登録申請書」を出して「印鑑登録証」をもらいます。

登録した印鑑（はんこ）があなたの「実印」になります。

家を買ったり売ったりするような、とても大事な契約のとき、サインではなくて「実印」という印鑑（はんこ）を使うことがあります。

持っていく物は、「実印」にする印鑑（はんこ）、マイナンバーカードまたは「在留カード」などです。市役所の市民課か吉川支所の市民生活課に聞いてください。

※「印鑑登録証明書」：大事な契約で「実印」を使うとき、「印鑑登録証明書」という書類も必要です。

本当にその印鑑（はんこ）が「実印」かどうかチェックするためです。

「印鑑登録証明書」は市役所に「印鑑登録証」を持って行って、もらいます。「マイナンバーカード」を使って、コンビニエンスストアでもらうこともできます。

2 マイナンバー制度

2-1 マイナンバー（個人番号）

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。

日本で社会保障・税・災害対策のときに、あなたを特定する12ケタの番号です。

この番号は1人ずつ違います。日本の住所が決まって、市役所に「転入届」を出した人には「マイナンバーのお知らせ」が郵便で届きます。そこにあなたの「マイナンバー」が書いてあります。

○ マイナンバーは、次のようなときに必要です。

- ・銀行や証券会社などで、外国にお金を送るときや、外国からお金を送ってもらうとき、口座を作るとき
- ・市役所で、年金、子育ての手当や税金の書類を出すとき
- ・会社や店などで、働き始めるとき



このようなときに、マイナンバーを聞かれたら、「マイナンバーカード」を見せて自分のマイナンバーを知らせます。

2-2 「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無料（0円）です。

みきしやくしょ しみんか
三木市役所 市民課
よかわししよ しみんせいかつか
吉川支所 市民生活課

☎0794-82-2000

☎0794-72-0180



○ マイナンバーカードは、次のようなときに使います。

・マイナンバーを知らせるとき

・コンビニエンスストアで「住民票の写し」「印鑑登録証明書」などをも
らうことができます。

・病院などで「健康保険証」として使えます。

○ マイナンバーカードのもらい方

市役所の市民課か吉川支所の市民生活課の窓口で「マイナンバーカード交付
申請書」を受け取るか、「マイナンバーカード総合サイト」からダウンロードし
た申請書を使って申し込みましょう。

なお、マイナンバーカードを申し込んでから市役所の窓口でもらうまでは、約
1か月かかります。

もらい方については、「マイナンバーカード総合サイト」をご覧ください。

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



第4章 住む家を探す

1 日本の住宅について

- 「持ち家」 自分で買った家です。一戸建て住宅やマンションがあります。
家を建てたり買ったりするときには、いろいろな手続きや契約が必要になります。
- 「民間住宅」 大家（家を貸す人）から借りる家です。「賃貸借契約」をして家賃を払うことにより住宅を借りて住むことができます。
契約内容を十分に確認してください。
- 「公営住宅」 県や市などが貸す家です。お金があまりない人でも、安く借りることができます。借りるためには、ルールがあります。
ルールは、市役所の建築住宅課で聞くことができます。

2 家を借りる

- 民間賃貸住宅
不動産屋（家を借りたい人や家を買いたい人にいろいろな家を紹介する店）に行き、家を探します。

「部屋探しのガイドブック」に家を借りるときどうしたらいい
のか、いろいろな言葉で書いてあります。



「外国人のための賃貸住宅入居の手引」には、家を借りるとき
に役に立つことが書いてあります。



- 公営住宅
- ・市営住宅（三木市から借りる家）は、建築住宅課に聞いてください。
三木市役所 建築住宅課 ☎0794-82-2000
 - ・県営住宅（兵庫県から借りる家）は、（株）穴吹ハウジングサービスに聞いてください。

（株）穴吹ハウジングサービス 県営住宅5地区管理センター

☎079-256-0701



アパート



マンション



一戸建て



○ いえ さが き 家を探すときによく聞くことば

ふどうさんや 不動産屋	いろいろな家を紹介する店です。家を探すときに行って、相談します。
おおや 大家	家を貸す人です。困ったことがあったら相談します。
やちん ちんりょう 家賃（賃料）	家を借りた人が毎月払うお金です。
れんたいほしょうにん 連帯保証人	家を借りた人が、家賃を払うことができないときに、代わりに家賃を払う人です。
しききん ほしょうきん 敷金（保証金）	家が決まったときに、家を借りる人が払うお金です。 1か月から3か月の家賃と同じくらいのお金を払います。 家を借りた人が家賃を払うことができないときや、家を借りた人が引っ越したあとの家の修理が必要なときに、大家が使います。
れいきん 礼金	家が決まった時に、家を借りる人が払うお礼のお金です。 1か月か2か月の家賃と同じくらいのお金を払います。
ちゅうかいですりゅう 仲介手数料	家を紹介してくれた不動産屋に払うお金です。
かんりひ きょうえきひ 管理費（共益費）	階段や廊下など、みんなが使う場所の電気代や掃除のために払うお金です。
こうしんりょう 更新料	賃貸契約（家を貸す人と借りる人の約束）が終わっても、引っ越さないで同じ家に住む場合に払うお金です。

3 でんき がす すいどう 電気・ガス・水道

電気・ガス・水道は、使い始めるときとやめるときに連絡が必要です。
引っ越す日が決まったら、早めに連絡しましょう。大家さんにも連絡・相談しましょう。



※ 住む家によって会社が変わります。大家さんに聞いてみましょう。

3-1 でんき 電気

電力会社にインターネットか電話で申し込みます。

電気を使い始める日に、ブレーカーのスイッチを入れれば、電気を使用できます。

関西電力（土曜日・日曜日・祝日・年末年始は休み 9:00～18:00）

☎ 0800-777-8810

3-2 ガス

住んでいるところのガス小売業者またはLPガス販売業者に、インターネットで電話で申し込みます。

使い始める日になると、ガス会社の人に来て、設備の点検をしてからガスを使えるようにし、ガス機器の使い方を教えてくれます。

ガスを使えるようにしたり、止めたりすることは、係員の立ち合いが必要なので、早めに連絡しましょう。

おおさががすおきやくさませんたー
大阪ガスお客様センター (月曜日～土曜日 9:00～19:00)
(日曜日・祝日 9:00～17:00)

☎0120-794-817

かんさいでんりよく
関西電力 (土曜日・日曜日・祝日・年末年始は休み 9:00～18:00)

☎0800-777-8810

※ガスが漏れたときは電話してください。
プロパンガス・ボンベ栓に電話番号が書いてあります。

おおさががす
大阪ガス ガス漏れ専用電話 (365日 24時間)

☎0120-719-424



3-3 水道

引っ越しなどの理由によって新しく水道を使い始めるときには、使い始める日が決まったら「三木市水道お客様センター」に、水道の使用開始の申込みをしておきます。

みきしすいどうきやくさませんたー
三木市水道お客様センター ☎0794-82-2010
(祝日・年末年始は休み 月曜日～金曜日 8:30～17:00)



第5章 税金 (国や市などに払うお金)

日本で働いた人、住んでいる人、買いものをした人などは、国や県、市などに「税金」を払います。

国などは集まった「税金」をみなさんの生活のために使います。「税金」について、わからないときは、市役所の税務課や税務署に相談してください。

三木市役所 税務課
三木税務署

☎ 0794-82-2000

☎ 0794-82-0501 (自動音声で案内します。)

〒673-0403 三木市末広1丁目9-10



1 所得税 (国に払う税金)

働いてもらった給料など、自分に入ったお金がある人が払います。いくら払うかは、1月1日から12月31日までの1年間にもらった給料などで決まります。

外国で働いて、もらった給料がある人は、市役所の税務課や税務署に相談してください。

○ 払い方①

毎月、会社などが払います。(この払い方を源泉徴収といいます。)

あなたの給料から税金を引いて払います。

1月から11月までに払った税金が多すぎたり少なすぎたりしないか、12月に計算します。(これを年末調整といいます。)

多すぎた場合は、その税金を12月の給料に足して返します。税金をいくら払ったかは、会社から毎月もらう「給与明細」という紙や、会社から次の年の1月31日までにもらう「給与所得の源泉徴収票」という紙に書いてあります。

○ 払い方②

会社などの源泉徴収や年末調整(払い方①)をしていない人は、自分で書類を出します。(これを確定申告といいます。)

働いた年の次の年の2月16日から3月15日の間に、税務署に書類を出します。コンビニエンスストアや銀行、郵便局などで払います。

国へ帰る人は、日本を出る前に確定申告(払い方②)をします。税務署に相談してください。

○ **所得税**が少なくなる人

次の人は、税金が少なくなることがあります。**年末調整**（払い方①）や**確定申告**（払い方②）のとき、会社や**税務署**などに知らせます。

- ・家族の中に、給料が少ない妻や夫、16歳以上のこども、年をとった父や母がいる人
- ・自分や家族の**健康保険**（P14）、**国民年金**（P17）、**厚生年金保険**（P18）のお金を払った人
- ・いろいろな保険（生命保険や医療保険など）のお金を払った人
- ・自分や家族の病気などで、1月1日から12月31日までの1年間に多くのお金を払った人

2 **住民税**（県や市などに払う税金）

1月1日に日本に住所があって、働いている人が払います。いくら払うかは、前の年の1月1日から12月31日にもらった給料などで決まります。

○ **払い方①**

毎月、会社などが払います（この払い方を**特別徴収**といいます。）。

あなたの給料から税金を引いて払います。いくら払ったかは、会社から毎月もらう「**給与明細**」という紙に書いてあります。

○ **払い方②**

会社などの**特別徴収**（払い方①）をしていない人は自分で払います。

- ・「住民税を払ってください。」という手紙が、6月に市役所の税務課からあなたの家に届きます。
- ・手紙に書かれている税額を、市役所、コンビニエンスストア、銀行、郵便局などで払います。
- ・いつまでに払うかは、手紙に書いてあります。



○ **国へ帰る人**は、次のどちらかで払います。

- ・会社などの**特別徴収**（払い方①）で、帰る前に**全部**払います。
- ・あなたの代わりに払う人を決めて、帰る前に市役所の税務課に知らせます。

3 消費税

物を買ったときやサービスを受けたとき、そのお金と一緒に8%か10%の税金を払います。

スーパーなどの店で買う食べ物や飲み物（酒以外） 8%

スーパーなどで買う酒、レストランで食べたり飲んだりする物 10%

それ以外の物やサービス 10%



4 車を持っている人が払う税金

4-1 自動車税／軽自動車税

(1) 自動車税環境性能割／軽自動車税環境性能割

自動車や軽自動車を買ったとき、車のお金と一緒に店で払うことが多いです。いくら払うかは、買った車の種類などで決まります。

(2) 自動車税種別割／軽自動車税種別割

毎年4月1日に自分の車を持っている人が払います。

排気量が660ccより多い車は「自動車税種別割」、660ccより少ない車は「軽自動車税種別割」を払います。

いくら払うか書いてある手紙が、4月から5月ごろに住んでいる市や県からあなたの家に届きます。いくら払うかは、車の種類などで決まります。

コンビニエンスストアや銀行、郵便局などで払います。

いつまでに払うかは、手紙に書いてあります。

4-2 自動車重量税

車が安全に運転できるかどうか調べる「車検」などをするときには払います。

いくら払うかは、車の重さなどで決まります。

5 固定資産税

毎年1月1日に、次のものを持っている人が払います。

・土地

・家屋（家やアパート、マンション、ビル、店などの建物）

・償却資産（仕事に使う機械、道具、船、ヘリコプターなど）

いくら払うか書いてある手紙が、4月に市からあなたの家に届きます。いくら払うかは、手紙に書いてあります。

手紙に書いてある税額を、コンビニエンスストアや銀行、郵便局などで払います。



第6章 医療

1 病院・クリニック

日本には病院、クリニックなどがあります。

かぜや軽いけがをしたときは、クリニックに行きましょう。重い病気やけがのときは、病院に行きましょう。

日本語が話せない人は、国際交流プラザの「外国人住民相談窓口」に相談してみてください。国際交流プラザの「外国人住民相談窓口」(P1)をみてください。

1-1 受診科目 (病気やけがの内容)

内科	かぜや内臓の病気を治します。
外科	けがを治したり、手術をします。
小児科	赤ちゃんや子どもの病気を治します。
整形外科	骨、関節、筋肉などを治します。
眼科	目の病気を治したり、検査をします。
歯科	歯を治します。
産婦人科	女性だけの病気を治したり、赤ちゃんを産んだりします。



1-2 病気になってしまったら

- 外国語の医療案内
兵庫県医療機関情報システム
外国語で対応できる病院を探します。



- NPO法人 AMDA国際医療情報センター ☎ 03-6233-9266
(祝日・年末年始は休み 10:00~16:00) 相談料は無料(0円)です。

げつようび 月曜日	かようび 火曜日	すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日
えいご 英語	えいご 英語	えいご 英語	えいご 英語	えいご 英語
かんこくご 韓国語	ちゅうごくご 中国語	すぺいんご スペイン語	ちゅうごくご 中国語	ぼるとがるご ポルトガル語
ふいりびんご フィリピン語	たいご タイ語	べとなむご ベトナム語		べとなむご ベトナム語



- 多文化共生センターひょうご ☎ 078-453-7440
多言語版救急時情報収集シート



2 医療保険

日本に住む人は国籍に関係なく自分の「医療保険」に加入します。これは本人しか使えません。けがや病気で病院に行ったときのために、みんなでお金を払います。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。

「医療保険」には、会社や事業所などの経営者や、そこに働いている人が加入する「健康保険」と、自営業の人や留学生を含む働いていないの人などが加入する「国民健康保険」、75歳以上の人が加入する「後期高齢者医療制度」があります。

三木市役所 保険年金課 ☎ 0794-82-2000
吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210
三木市役所 税務課 ☎ 0794-82-2000

2-1 会社などの健康保険

1週間に20時間以上働いて、毎月の給料が88,000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、会社に聞いてください。

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、会社に聞いてください。

○ 保険料

会社が給料から引いて払います。

○ 病院で払うお金

- ・ 0歳から18歳までは、無料（0円）です。

子ども医療費助成（P25）を見てください。

- ・ 70歳より若い人は30%
- ・ 70歳から74歳の人は20%（給料などの所得が多い人は30%）

2-2 国民健康保険

会社などの健康保険に入っていない人で、75歳より若い人は国民健康保険に入ります。

3か月より長く日本にいる外国人住民も入ります。「特定活動」の医療滞在のための在留資格など特別な資格を持っている人は、入れません。

○ 保険に入る手続き

- ・市役所の保険年金課で申し込みます。
- ・引っ越ししたり、仕事を始めたら保険年金課に連絡します。

○ 保険料

- ・毎月払う保険料は、家族の数や所得などで違います。
- ・市役所に家族の分をまとめて払います。
- ・特別な理由があつて、保険料を安くしてほしいときは、市役所の税務課に相談してください。

○ 病院で払うお金

- ・0歳から18歳までは、無料（0円）です。
- ・子ども医療費助成（P25）を見てください。
- ・70歳より若い人は30%
- ・70歳から74歳の人は20%（給料などの所得が多い人は30%）

2-3 後期高齢者医療制度

75歳以上の人は、後期高齢者医療制度に入ります。

3か月より長く日本にいる外国人住民も入ります。「特定活動」の医療滞在のため、在留資格など特別な資格を持っている人は、入れません。

75歳になれば、市役所の保険年金課から「資格確認書」が届きます。
前に入っていた健康保険は使えません。

○ 保険料

- ・保険料は所得などで違います。
- ・市役所に自分で払います。

○ 病院で払うお金

- ・10%
- ・給料などの所得が多い人は20%または30%

第7章 年金・福祉

1 年金 (年をとったときなどにもらうお金)

年金に入ってお金を払った人は、年をとったときや病気やけがで体などに障がいが出たときなどに、生活のためのお金をもらうことができます。

年金に入っていた人が亡くなったとき、家族がお金をもらうこともあります。

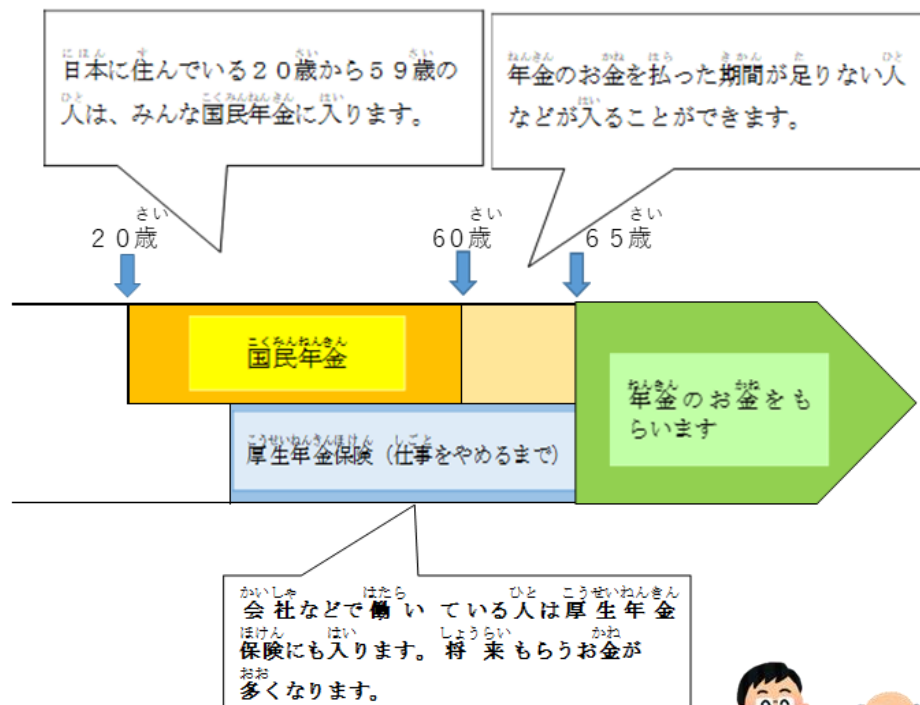
国の年金は2つあります。国民年金と厚生年金保険です。

年金に入った人は、基礎年金番号通知書もらいます。通知書には、あなたの年金番号が書いてあります。年金のお金をもらうときなどに通知書が必要です。なくしたときは、市役所の保険年金課、吉川支所の市民生活課や年金事務所でもう一度作ることができます。

三木市役所 保険年金課 ☎0794-82-2000

吉川支所 市民生活課 ☎0794-72-0180

ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165 (自動音声)
(明石年金事務所)



1-1 国民年金

日本に^{にほん}住^すんでいる 20歳^{さい}から 59歳^{さい}の人は、みんな^{みな}国民年金^{こくみんねんきん}に入^{はい}ります。
国民年金^{こくみんねんきん}の被保険者^{ひほけんしゃ}（加入者^{かにゆうしゃ}）は、次の（１）～（３）のグループに分けられま
す。

（１）「第１号被保険者」の人

国民年金^{こくみんねんきん}だけに入^{はい}っています。自営業^{じえいぎやう}（会社^{かいしゃ}に入^{はい}らないで自分の店^{みせ}を持^もって
いる人^{ひと}など）や農^{のう}業^{ぎやう}（米^{こめ}や野菜^{やさい}などを作^{つく}る仕事^{しごと}）、漁^{ぎよ}業^{ぎやう}（魚^{さかな}などをとる仕事^{しごと}）
をしてい^{ひと}る人^{はたら}、働^{ひと}いていない人^い、（２）と（３）以外^いの人^{ひと}
市役所^{しやくしよ}の保険年金課^{ほけんねんきんか}か吉川支所^{よしかわししよ}の市民生活課^{しみんせいかつか}で国民年金^{こくみんねんきん}に入^{はい}るための手続^{てつづ}
きをします。いくら払^{はら}うか書^かいた手紙^{てがみ}が家^{いえ}に届^{とど}きます。
銀行^{ぎんこう}や郵便局^{ゆうびんきょく}、コンビニエンスストア^{こんびにえんすすとあ}などで払^{はら}います。



（２）「第２号被保険者」の人

国民年金^{こくみんねんきん}と厚生年金保険^{こうせいねんきんほけん}に入^{はい}っています。会社^{かいしゃ}や工場^{こうじやう}、店^{みせ}など^{はたら}で働^{はたら}いてい
る人^{ひと}で、会社^{かいしゃ}など（事業主^{じぎやうぬし}）が入^{はい}る手続^{てつづ}きをします。
毎月^{まいつき}、会社^{かいしゃ}などが年金^{ねんきん}のお金^{かね}を払^{はら}います。半分^{はんぶん}はあなた^{きゆうりやう}の給料^{はんぶん}から、半分^{はんぶん}
は、会社^{かいしゃ}のお金^{かね}から払^{はら}います。

（３）「第３号被保険者」の人

国民年金^{こくみんねんきん}だけに入^{はい}っています。厚生年金保険^{こうせいねんきんほけん}などに入^{はい}っている人^{ひと}（「第２号
被保険者^{ひほけんしゃ}」）に扶養^{ふやう}されている配偶者^{はいぐうしや}（妻^{つま}や夫^{おと}）です。
国民年金^{こくみんねんきん}に入^{はい}る手続^{てつづ}きは、国民年金第２号被保険者^{こくみんねんきんだいごうひほけんしゃ}が働^{はたら}いている会社^{かいしゃ}を
通^{つう}じて行^{おこな}います。自分^{じぶん}でお金^{かね}を払^{はら}う必要^{ひつよう}はありません。

○ 「国民年金」でもらうことができるお金（年金）

もらうことができるかどうか、市役所^{しやくしよ}の保険年金課^{ほけんねんきんか}か吉川支所^{よしかわししよ}の市民生活課^{しみんせいかつか}、
明石年金事務所^{あかしねんきんじむしよ}などに聞^きいてください。

① 65歳^{さい}からもら^{らう}「老^{ろう}齡^{れい}基^き礎^そ年金^{ねんきん}」

② 体^{からだ}などに障^{しょう}がいがある人^{ひと}がもら^{らう}「障^{しょう}害^{がい}基^き礎^そ年金^{ねんきん}」

③ 年金^{ねんきん}に入^{はい}っていた人^{ひと}が亡^なくなったとき、家族^{かぞく}がもら^{らう}「遺^い族^{ぞく}基^き礎^そ年金^{ねんきん}」

④ 年金^{ねんきん}に入^{はい}っていた人^{ひと}が亡^なくなったとき、家族^{かぞく}がもら^{らう}「死^し亡^{ぼう}一^{いち}時^じ金^{きん}」

※「③遺族基礎年金^{いぞくきそねんきん}」と「④死亡一時金^{しぼういちじきん}」を両方^{りやうほう}もら^{らう}ことはできません。

⑤ 年金^{ねんきん}に入^{はい}っていた夫^{おと}が亡^なくなったとき、妻^{つま}がもら^{らう}「寡^か婦^ふ年金^{ねんきん}」

1-2 厚生年金保険

会社や工場、店などで決まった時間以上働いていて、70歳になっていない人が入ります。入るときの手続きは会社が行います。

払うお金は、毎月の給料で決まります。

払うお金の半分はあなたの給料、半分は会社のお金から出します。
毎月、会社などが支払います。



○ 「厚生年金保険」でもらうことができるお金（年金）

もらうことができるかどうか、明石年金事務所に聞いてください。

- ① 年をとったときにもらう「老齢厚生年金」
- ② 体などに障がいがある人がもらう「障害厚生年金」
- ③ 年金に入っていた人が亡くなったとき、家族がもらう「遺族厚生年金」

1-3 脱退一時金(国に帰るときにもらうことができるお金)

日本の年金をやめて自分の国へ帰る人は、お金をもらうことができます。

お金をもらうことができる人は、次の①～⑤の全部が必要です。

- ① 国民年金や厚生年金保険のお金を、それぞれ6か月以上払った。
 - ② お金を払った期間が9年11か月以内
 - ③ 引っ越すときの紙「転出届」(P4)を市役所に出して、日本に住所がなくなった。
 - ④ 会社などが厚生年金保険をやめる手続きをした。
 - ⑤ 「障害基礎年金」や「障害厚生年金」のお金をもらっていない。
- ※「障害基礎年金」や「障害厚生年金」は、体などに障がいがある人がもらう年金です。

2 介護保険(年をとって介護が必要になったときの制度)

介護保険は、40歳以上の人からお金を集めて、介護が必要になった人を助ける制度です。介護保険に入ってお金を払った人は、介護が必要になったとき、サービスを利用することができます。

※ 介護とは年をとったり、特別な病気になったりして、食事や風呂など毎日の生活をするのがむずかしい人を手伝うことです。

2-1 介護保険料

40歳以上で、3か月を超えて日本で生活する場合は、介護保険に入ります。
保険料は医療保険の保険料のお金と一緒に払います。

65歳以上の方は、あなたがもらう年金から介護保険のお金を引きます。年金から引けない人は、納付書が届くので、銀行や郵便局などで払ってください。

2-2 介護サービスの利用

65歳以上の人や40歳以上で特別な病気になった人で、介護が必要だと思ったら、市役所の介護保険課か吉川支所の健康福祉課に行って申し込みます。

詳しいことは、市役所の介護保険課か吉川支所の健康福祉課に聞いてください。

三木市役所 介護保険課 ☎0794-82-2000
吉川支所 健康福祉課 ☎0794-72-2210



どんな介護サービスを利用するかを専門の人（ケアマネジャーなど）に相談します。詳しいことは、三木市中央地域包括支援センターに聞いてください。

三木市中央地域包括支援センター ☎0794-89-2337
三木市中央地域包括支援センター（西部サブセンター） ☎0794-83-0160
三木市中央地域包括支援センター（吉川サブセンター） ☎0794-72-2222

3 児童福祉（子どものためのお金）

3-1 児童手当

0歳から18歳までの子どもを育てている人は、お金をもらうことができます。子どもが生まれたときや引っ越ししたときに、市役所のこども福祉課か、吉川支所の市民生活課に申し込みます。（P24）の児童手当を見てください。

三木市役所 こども福祉課 ☎0794-82-2000
吉川支所 市民生活課 ☎0794-72-0180



3-2 児童扶養手当

離婚などが理由で、1人で18歳までの子どもを育てている人や、障がいのある20歳までの子どもを育てている人は、お金をもらうことができます。市役所のこども福祉課か吉川支所の市民生活課に申し込みます。給料などが決まった金額より多い人は、お金をもらえません。詳しいことは、市役所のこども福祉課か吉川支所の市民生活課に聞いてください。

3-3 特別児童扶養手当

障がいのある子どもを育てている人は、子どもが20歳になるまでお金をもらうことができます。市役所のこども福祉課か吉川支所の市民生活課に申し込みます。給料などが決まった金額より多い人は、お金をもらえません。詳しいことは、市役所のこども福祉課か吉川支所の市民生活課に聞いてください。

3-4 障害児福祉手当

特に重い障がいがある人があって、食事や風呂など生活の手伝いをしてもらう必要がある子どもは、20歳になるまでお金をもらうことができます。市役所の障がい福祉課に申し込みます。給料などが決まった金額より多い人は、お金をもらえません。詳しいことは、市役所の障がい福祉課か吉川支所の健康福祉課に聞いてください。

三木市役所 障がい福祉課 ☎0794-82-2000
吉川支所 健康福祉課 ☎0794-72-2210

4 障害福祉（障がいのある大人や子どものためのサービス）

4-1 手帳

障がいのある人は市役所の障がい福祉課で「手帳」をもらうことができます。サービスを利用するときに「手帳」を見せます。払う税金が少なくなる場合や、バスや電車、タクシーなどの料金が安くなる場合があります。

三木市役所 障がい福祉課 ☎0794-82-2000
吉川支所 健康福祉課 ☎0794-72-2210

4-2 もらう手帳の名前

身体に障がいがある人 「身体障害者手帳」
知能に障がい（発達の遅れ）がある人 「療育手帳」
心に障がいがある、毎日の生活が難しい人 「精神障害者保健福祉手帳」

4-3 障がい者・障がい児への行政サービス

障がいのある人の生活や勉強、仕事などがしやすくなるように、食事や風呂などの手伝いや身体を動かす訓練など、いろいろなサービスがあります。詳しいことは、市役所の障がい福祉課か吉川支所の健康福祉課に聞いてください。

4-4 特別障害者手当

特に重い障がいがある、食事や風呂など生活の手伝いをしてもらう必要がある20歳以上の人は、お金をもらうことができます。給料などが決まった金額より多い人は、お金をもらえません。

詳しいことは、市役所の障がい福祉課か吉川支所の健康福祉課に聞いてください。

5 生活保護（生活のお金が足りないとき）

仕事や貯金などがなくて、生活のお金が足りない家族は、必要なお金をもらうことができます。（永住者、日本人の配偶者、永住者の配偶者、定住者などの活動に制限のない人）詳しいことは、市役所の福祉課に聞いてください。

三木市役所 福祉課 ☎0794-82-2000



5-1 生活保護を受けることができる人

- ・貯金や収入がない人
- ・貯金がなく、仕事を探しても見つからない人

5-2 どんなお金がもらえるの

- ・毎日の生活に必要なお金（食べ物、服、電気や水道、ガスなど）
- ・住んでいるアパートなどの家賃
- ・子どもが小学校と中学校で勉強するためのお金
- ・病気やけがのとき、病院に払うお金
- ・年をとった人が介護サービスを利用するためのお金
- ・子どもを生むためのお金



6 生活困窮者自立支援制度（生活に困ったときの相談）

お金や仕事などで困っている人は、市役所の福祉課に相談してください。
どうすれば安心して暮らせるか、一緒に考えます。

三木市役所 福祉課 ☎0794-82-2000

第8章 子どもを産んで育てる

1 妊娠したとき

1-1 母子健康手帳をもらう

妊娠がわかったら、こども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課に妊娠したことを伝えて「母子健康手帳」をもらいましょう。（英語・ポルトガル語・スペイン語・タガログ語・中国語・韓国語・タイ語・インドネシア語・ベトナム語・ネパール語があります。）

※ 「母子健康手帳」は、病院に行くときに持って行きます。赤ちゃんを育てるときに注意することやポイントが書いてあります。赤ちゃんの体の大きさ、どんな病気や予防接種（P25）をしたかなどを書きます。



こども福祉課（三木市立児童センター） ☎ 0794-89-2340
吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210

1-2 妊婦健診（妊婦健康診査）

妊娠したら、病院に行き、健康かどうか調べる「妊婦健診」を受けましょう。妊婦の方の健診費用を一部助成する券なども、こども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課でもらえます。妊婦健診を受けるときや、病院で赤ちゃんを産むときは、医療保険からお金が出ません。

※ 妊婦健診の回数

赤ちゃんを産むまでに14回くらい妊婦健診を受けます。

- ・妊娠してから23週目までは4週間に1回
- ・24週目から35週目までは2週間に1回
- ・36週目から赤ちゃんが生まれるまでは週1回



1-3 妊婦歯科健診（妊婦歯科健康診査）

妊娠中に1回、歯科健康診査を無料（0円）で受けることができます。無料（0円）で受けられるのは、健診と口腔衛生指導です。

1-4 相談

妊娠しているときや赤ちゃんが生まれてから、心配なことや困ったことがあったら、保健師や助産師に相談することができます。こども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課に相談してください。赤ちゃんの育て方を一緒に考えましょう。

○ 「みっきいたまびよサロン」

妊娠・出産・子育ての不安や悩みを相談できます。同じころに赤ちゃんが生まれる人と友達になることができます。お母さん同士で話ができます。

○ 「乳幼児発達専門相談」

子どものことばや発達・行動などの相談です。



1-5 保健師・助産師などの訪問

保健師や助産師が家庭を訪問し、相談や大切なことを教えます。無料（0円）。

○ 妊婦訪問

妊娠に関する相談や利用できるサービスについて話をします。

○ こんにちは赤ちゃん訪問

生まれてから4か月までの赤ちゃんのいる家庭を訪問します。

育児に関する相談、赤ちゃんの体重測定、乳幼児健診や予防接種、子育て支援サービスについて聞くことができます。

2 赤ちゃんが生まれたとき

2-1 出生届

日本で子どもが生まれたら、市役所の市民課か吉川支所の市民生活課に「出生届」を出します。「出生届」は、生まれた日から14日以内に出します。

大使館か領事館にも赤ちゃんが生まれたことを伝えてください。

赤ちゃんのお父さんとお母さんが両方外国人のときは、赤ちゃんが日本で生まれても、日本国籍を持つことができません。

三木市役所 市民課 ☎ 0794-82-2000

吉川支所 市民生活課 ☎ 0794-72-0180



2-2 生まれた赤ちゃんの在留カードをもらう

赤ちゃんのお父さんとお母さんが両方外国人のときは、大阪出入国在留管理局神戸支局に書類を出して赤ちゃんの「在留カード」をもらいます。

市役所で「出生届」を出したときに、「出生届書記載事項証明書」と、「住民票の写し」か「住民票記載事項証明書」をもらいます。

生まれた日から30日以内に、市役所でもらった書類を持って在留資格取得手続きをすることも忘れないでおきましょう。

2-3 保険から出るお金

赤ちゃんを1人産んだら50万円の「出産育児一時金」が、健康保険から出ます。
 赤ちゃんを産むために仕事を休んだら「出産手当金」が、健康保険から出ます。
 赤ちゃんを育てるために仕事を休んだら「育児休業手当金」が、雇用保険から出ます。

2-4 産婦健康診査

赤ちゃんを産んでから2週間後、1か月後など産後間もない時期に、病院に行くと、健康かどうか調べる「産婦健康診査」を受けましょう。健診費用を一部助成（援助）する券は、こども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課でもらえます。

こども福祉課（三木市立児童センター） ☎ 0794-89-2340
 吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210

3 児童手当

日本で0歳から18歳までの子どもを育てている人は、お金をもらうことができます。子どもが生まれたときや引っ越ししたときに、市役所のこども福祉課か吉川支所の市民生活課に申し込みます。

子どもの年齢	1か月にもらうお金	
0歳から2歳	15,000円	第3子以降 30,000円
3歳から18歳まで (高校3年生まで)	10,000円	

三木市役所 こども福祉課 ☎ 0794-82-2000
 吉川支所 市民生活課 ☎ 0794-72-0180



4 子どもを育てる

4-1 1か月児健康診査

赤ちゃんが産まれてから1か月後に病院に行くと、子どもの体の大きさや体の様子を調べる「1か月児健康診査」を受けましょう。健診費用を一部助成（援助）する券と問診票は、こども福祉課（三木市立児童センター）か吉川支所の健康福祉課でもらえます。

こども福祉課（三木市立児童センター） ☎ 0794-89-2340
 吉川支所 健康福祉課 ☎ 0794-72-2210

4-2 乳幼児健診

市役所は無料（0円）で、子どもの体の大きさや、体の様子を調べる「乳幼児健診」をします。心配なことやわからないことを相談できます。

子どもが4か月・1歳6か月・3歳・5歳のときに「乳幼児健診」を受けましょう。

4-3 予防接種（病気にならないための注射）

赤ちゃんが病気にならないように、予防接種を受けます。BCG・五種混合・日本脳炎などの予防接種が受けられます。出生届を出した人には予診票（予防接種の問診表）が届きます。転入した人は母子健康手帳をもって、健康増進課（三木市総合保健福祉センター）か吉川支所の健康福祉課に来てください。

終わっていない予防接種があれば予診票（予防接種の問診表）がもらえます。

健康増進課（三木市総合保健福祉センター） ☎ 0794-86-0900



4-4 子ども医療費助成（子どもの医療費の援助）

0歳から18歳までは、病院へ行った時に払うお金（保険診療分）の全額を市が払います。

三木市役所 保険年金課 ☎ 0794-82-2000

4-5 小学校に入る前の子ども

小学校に入る前の6歳以下の子どもは、保育所や幼稚園、認定こども園などに通うことができます。3歳児（4月1日に3歳になっている子ども）から5歳児の子ども、保育所、幼稚園、認定こども園などの保育料は無料（0円）です。

- 保育所・認定こども園への入園相談（対象 0歳児～小学校入学前）
- 幼稚園への入園相談（対象 4～5歳児）

三木市教育委員会 教育・保育課 ☎ 0794-82-2000



4-6 アフタースクール

親が働いている小学生は、学校が終わったら「アフタースクール」を利用することができます。子どもが安全に遊んだり、宿題などができるように大人が見ています。

- アフタースクールへの入所相談
三木市教育委員会 教育・保育課 ☎ 0794-82-2000

第9章 教育

1 日本の学校（小学校から後）

日本の教育制度は、小学校6年間、中学校3年間、高等学校3年間、大学4年間です。小学校と中学校が義務教育です。
幼稚園などで、小学校へ入るまでの教育をしています。

1-1 小学校と中学校

日本人の6歳から15歳の子どもを持つ親は、子どもを学校に通わせなければなりません。6歳からは小学校、12歳から15歳までは中学校に通います。
外国人が子どもを小学校や中学校に通わせたいときは、市役所に申し込みます。
三木市の公立の学校は、入学金、授業料、教科書代は無料（0円）です。
給食費、教材費などは自分で払います。
障がいのある子どもが通う特別支援学校もあります。



1-2 高等学校

中学校を卒業した人が入学試験を受けて、合格したら通うことができます。夜などに通う「定時制高校」や、インターネットなどを使って勉強する通信制の高校もあります。

1-3 大学・短期大学・専門学校

高校を卒業した人は、大学や専門学校などに入学するための試験を受けることができます。試験に合格したら、通うことができます。
日本にある外国人学校（International School）の中で、国が決めた学校を卒業した人も、大学などに入学するための試験を受けることができます。

1-4 夜間中学

夕方から夜に授業をする夜間中学があります。病気やいろいろな理由で中学校を卒業していない人や、十分に通うことができなかった人が通うことができます。
中学校を卒業していない外国人も通うことができます。卒業した人は高校に入るための試験を受けることができます。

2 教育のためのお金

2-1 就学援助

家族の収入が少ない小学生や中学生は、学校で勉強するために必要な物(制服、ランドセル、文房具など)や給食などのお金をもらうことができます。

いくらもらうか、どんな人がもらうかは、教育委員会の学校教育課で聞いてください。

三木市教育委員会 学校教育課 ☎0794-82-2000



2-2 三木市教育委員会奨学金

三木市に住んでいる人で、家族の収入が少ない高校生や大学生などは、学校に通うために必要なお金がもらえます。

いくらもらうか、どんな人がもらうかは、教育委員会の教育総務課で聞いてください。

三木市教育委員会 教育総務課 ☎0794-82-2000



2-3 高等学校就学支援金

公立高校に通う生徒は、学校に払う授業料が無料(0円)になります。親の収入が多い生徒は無料(0円)になりません。私立高校などに通う生徒も授業料が安くなります。親の収入が多い生徒は安くなりません。

どのくらい安くなるかは、親の収入で違います。

通っている学校で申し込みます。



2-4 高校生等奨学給付金

親の収入が少ない高校生は教科書や勉強に使うものを買うお金がもらえます。通っている学校で申し込みます。



2-5 大学などの奨学金

国や県、会社など、いろいろな団体の奨学金があります。奨学金を出しているところに相談しましょう。

国の奨学金には2つあります。

給付型 : 将来お金を返さなくても良い。

貸与型 : 卒業したら少しずつお金を返す。



外国人でも日本に永住している人や日本人の家族は、日本の奨学金をもらうことができます。留学生がもらう奨学金もあります。

第10章 日常生活のルール・習慣



1 生活のルール

1-1 ごみ出しの基本ルール

三木市清掃センターは、あなたの家から出たごみを集めます。

わからないことは、環境課（三木市清掃センター）に聞いてください。

環境課（三木市清掃センター） ☎ 0794-83-2608

- (1) 可燃ごみ（もえるごみ）と資源プラスチック（リサイクルできるごみ）は、三木市の決められたごみ袋を、お店で買います。可燃ごみ、資源プラスチックと書いてあります。そのごみ袋にごみを入れて捨てます。

あらごみ、うめたてごみは、透明の袋に入れてください。

- (2) ごみの種類ごとに、ごみを出す場所と日（曜日）を守ります。

ごみは、ごみ収集日（集められる日）の朝8時までに、ごみステーションに出します。

※ ルールで決まった種類以外のごみを出したり、決められた場所以外にごみを出すと、回収されません。

- (3) 分別方法は、日本語・中国語・韓国語・英語・スペイン語・ポルトガル語・アラビア語のちらしや、ごみ分別アプリを見てください。ごみ分別アプリは、QRコードでスマートフォンにダウンロードできます。

Android



iPhone



- (4) 料理が終わったあとの油

油は台所に捨てません。鍋の中にたくさんの新聞紙を入れると、新聞紙が油をすいます。その新聞紙を可燃ごみ（燃えるごみ）の収集日（集められる日）に捨てます。

- (5) ポイ捨て・不法投棄（違法なごみ捨て）

犯罪になることがあります。ごみを捨てる場所は決まっています。

道や山の中にごみを捨ててはいけません。



1-2 騒音（うるさい音・声）

特に、アパートやマンションなどでは、大きな音や声を出してはいけません。近くに住んでいる人が、困らないように気をつけましょう。

夜10時から朝6時までは特に気をつけます。

- ✕ 大きな声で話を**して**はいけません。
- ✕ 大きな音で音楽を聞いたり、テレビを**見て**はいけません。
- ✕ 家の中で走**って**はいけません。
- ✕ パーティを**して**歌ったり踊ったり、騒い**で**はいけません。
- ✕ 朝早い時間、夜遅い時間に洗濯を**したり**、掃除機を**使う**など、大きな音を出**して**はいけません。
- ✕ アパートやマンションの**上**の階から物を落**として**はいけません。下の人にあ**た**ると危険です。



1-3 アパートやマンションの共有部分の使い方

階段や廊下などは、共有部分（みんなが使うところ）です。
地震や火事の時に、安全な場所に逃げる通路として使います。
あなたの物を置いてはいけません。



1-4 日本の水洗トイレ

トイレにあるトイレットペーパーを使います。
使ったトイレットペーパーは、ごみ箱に捨てません。
トイレに流してください。
※デパートや駅のトイレには、いろいろなボタンがあります。
最後に「流す（FLUSH）」と書いてあるボタンを押します。

1-5 携帯電話（スマートフォン）の使用

携帯電話を歩きながら使**って**はいけません。他の人にぶつか**って**けがをさせたり、あなたがけがをすることがあります。
自動車や自転車を運転しながら携帯電話を使うことは、法律で禁止されています。



1-6 電車やバスの中

車内（電車やバスの中）では、次のことに気をつけてください。

- ✕ 大きな声で話**す**ことはマナー違反です。
- ✕ 携帯電話で話**をする**ことは、日本ではマナー違反となります。
- ✕ 大きな音で音楽を聞**く**ことも迷惑になります。イヤフォンから音が漏**れ**ないように注意してください。
- ✕ 車内が混雑**している**ときに、リュックサックを背中に背負**ったま**までいると、他の人にぶつか**って**迷惑になります。

1-7 時間や約束を守ろう

電車が時刻表どおりに来るように、日本社会は時間に正確です。学校や職場では遅刻をすると信用をなくします。

どうしても遅れるときには、必ず連絡をしてください。遅刻や無断欠勤（連絡をしないで休むこと）で会社とトラブルになることもあります。

2 生活に必要なこと

2-1 近くに住む人との関係（自治会）

日本には自治会（地域のことを一緒に考える会）があります。自治会は、回覧板（生活に必要なお知らせの紙）を隣の家からもらって、隣の家へ渡します。避難訓練（災害のときに安全に逃げる練習や火を消す練習）やお祭りなどのイベントもあります。自治会には、自分たちの町を安全で住みやすい町にするために会費（地域に住む人たちが出すお金）があります。近くに住む人と仲良くできます。その地域で注意しておくことなどの情報交換もできます。

あなたも自治会に入りましょう。近くに住んでいる人に聞いてください。

2-2 防犯（どろぼうや痴漢などの犯罪被害にあわないようにする）

出かけるときには、家の窓やドアのかぎをかけます。

車やオートバイ、自転車を止めたときには、必ずかぎをかけます。

かばんや財布は、自分から見えないところに置きません。

夜は、くらい道や人がいない場所を避けて、明るい場所を通りましょう。

防犯について、わからないことや心配なことがあるときは、近くの警察に相談します。



2-3 銀行口座（銀行にお金を入れたり出したりできるようにする）

(1) 銀行口座を開くときは、次の書類などを持って銀行に行きます。

- ・在留カード
- ・印鑑（はんこ）サインでも OK の銀行もあります。
- ・社員証や学生証（会社や学校からもらう名前や写真のあるカード）

(2) 国へ帰るとき、銀行口座を使わなくなったとき

使わない口座を、銀行で解約します。（契約をやめます。）

自分の銀行口座、キャッシュカード、通帳をほかの人に売ってはいけません。

他の人に売るとは犯罪です。

3 電車・バスに乗る

3-1 ICカード

交通系のICカードは、いろいろな会社の電車やバスの運賃の支払いに使うことができます。お金で支払うより安くなることがあります。駅や駅の券売機（切符を買う機械）で買うことができます。



3-2 電車に乗る

(1) 電車を利用するときの基本的な手順

- ・路線図で行き先を確かめます。
 - ・駅で目的地（行き先）までの切符を買って、改札を通ります。（交通系ICカードが使える場合は自動改札機にカードをタッチして通ります。）
 - ・駅の案内掲示にしたがって、目的地（行き先）に向かう電車のホームに行きます。
 - ・ホームでは、白い線または黄色いブロックの内側で電車を待ちます。
 - ・目的地（行き先）に着いたら、切符を使って改札を出ます。
- 交通系ICカードを使った場合は、自動改札機にカードをタッチすることで、カードのチャージ額から運賃が支払われます。

(2) 目的地（行き先）や電車の乗り方が分からないときは、駅員に聞きます。

- ・すみません。〇〇に行きたいのですが、この電車は行きますか？
- ・どうやって行ったらいいですか？ ・何番線ですか？

切符の種類

普通乗車券：電車に乗るときに必要な切符

定期券：学校や会社など毎日同じ所に通う人に便利です。

1か月、3か月、6か月などの期間を選べます。

回数券：切符10枚のお金で、11枚買うことができます。

特急券：特急や新幹線に乗るときに必要です。

指定席券：指定席（座る席が決まっている）を利用するときに必要なです。

グリーン券：グリーン車（値段が高い席がある）に乗るときに必要なです。



3-3 バスに乗る（路線バス）

(1) どこまで乗っても同じ運賃の場合

バスに乗るとき、または降りるときに運賃箱にお金を入れます。

※交通系のICカードで支払う場合は、バスに乗る時と降りる時に、読取機にICカードをタッチします。



(2) 距離によって運賃が変わる場合

バスに乗るときに、番号が書かれた整理券を受け取ります。

バスを降りるときに、整理券に書かれた番号を、運転手の上のボードで確かめ、番号の下に書かれている運賃を支払います。

※交通系の IC カードで支払う場合は、バスに乗るときと降りるときに、読取機に IC カードをタッチします。

(3) バス IC カード乗車券（ニコパカード）が便利です。

ニコパカードとは、神姫バスや神姫ゾーンバスなどで利用できる IC カード乗車券です。電車には利用できません。

三木市では、このニコパカードを使うと、市内のバス運賃はすべて 200 円（子ども 100 円）です。北播磨総合医療センターまでも同じ運賃です。

○ チャージ

チャージは、バスの中と神姫バスの窓口でできます。

徳用運賃（9：30～16：00 の間に降りる場合）と、普通運賃の 2 種類があります。

普通：1,000 円チャージした場合、1,100 円利用できます。

徳用：1,000 円チャージした場合、1,250 円利用できます。

○ カードの発行方法

神姫バスの窓口で発行できます。神姫バス株式会社三木営業所でも発行しています。

神姫バス株式会社三木営業所

☎ 0794-82-3126

火曜日から土曜日の 9：30～13：00 14：00～18：00

日曜日と月曜日は休みです。

○ ニコパカードの使い方

乗るとき：バスに乗るときに、バスの中の読取機にニコパカードをタッチ（ピッと音が鳴るまで）します。整理券は取りません。

降りるとき：バスを降りるときに、運転席横の読取機にニコパカードをタッチすると、カードのチャージ額から運賃が支払われます。カード内の残高は、乗るときと降りるときに読取機にタッチした時に見ることができます。

第11章 交通

1 交通ルール

道路は、多くの人や車が通ります。交通ルールを守りましょう。

1-1 歩くとき

(1) 道の歩き方

歩道（人が歩くための道）がない所では、道路の右側を歩きます。

歩道（人が歩くための道）があるときは、歩道を歩きます。

(2) 横断（道を渡る）の方法

道を渡るときは、信号機がある所や横断歩道、横断歩道橋などを渡ります。

(3) 信号の色の意味

・青色 進むことができます。

・黄色／青色がついたり消えたりする。

・赤色 止まります。／人は横断を始めてはいけません。

・赤色 止まります。

・押しボタン式信号機

ボタンを押して、青色に変わったのを見てから横断します。

(4) 踏切の通り方

踏切の手前で立ち止まり、左右の安全を確かめます。

踏切では、警報器の音がしているときや遮断器がおり始めた

ときは、渡ってはいけません。

(5) 夜間に道路を歩くとき

夜、歩くときは、白や黄色などの明るい色の服を着ましょう。

車のライトが当たると光る物を服や靴、かばんに付けて、車を運転する人から見えるようにしましょう

(人と自転車の道) →

1-2 自転車に乗るとき

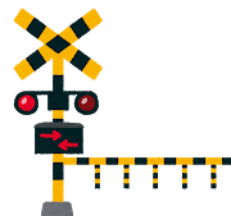
(1) 自転車の通行ルール

自転車は法律では「車」とおなじです。自転車は車道を走ります。（車が走る道の一番左）

人と自転車が通る道では、車が走る道に近い所をゆっくり走ります。

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。

夜は、ライトをつけなければなりません。



2026年4月から自転車のルールが変わります。交通違反をすると反則金というお金を払います。



- ✕ 酒を飲んだときは自転車に乗ってはいけません。
- ✕ 1台の自転車に2人で乗ってはいけません。
- ✕ 他の自転車の横に並んで走ってはいけません。
- ✕ 傘をさしたり、携帯電話を使いながら運転してはいけません。
- ✕ イヤホンをしながら自転車を運転してはいけません。

(2) 自転車に乗るときはヘルメットをかぶります。
大人の自転車に子どもを乗せるときや、子どもが自転車を運転するときは、ヘルメットをかぶります。

(3) その他のルール
自転車は「自転車置き場」に置きましょう。

2 自転車の保険

自転車で事故を起こした時のために「自転車保険」に入りましょう。他の人にけがをさせてしまったときなどに、保険の会社からお金が出ます。



3 交通事故のとき

(1) まず、車や自転車を安全な所に止めます。

(2) それから、救急車や警察に電話をします。

けがをした人がいるときは119に電話をかけて、救急車を呼びます。

けがをした人がいるときも、いないときも110に電話をかけて、警察の人が来るまで待たなければなりません。電話のかけ方は(P35)を見てください。

(3) 病院へ行きます。

事故のときに大丈夫と思っても、本当はけがをしているかもしれません。

病院へ行きましょう。

(4) 「交通事故証明」という書類をもらいます。

自転車保険や自動車保険のお金をもらうときなどに、この書類が必要です。

申請の手続きは、事故の届出をした警察署に聞いてください。

兵庫県三木警察署

☎ 0794-82-0110



第12章 緊急（急な病気や事故）・災害（台風や地震）

1 緊急（急な病気や事故）のときの電話

1-1 急な病気・けが・火事のときは119に電話をかける

日本語が分からなくても、通訳の人と一緒に話をすることができます。



(1) 急に病気になったり、けがをしたら

① 119に電話をかけると、オペレーターが「火事ですか。」「救急ですか。」

とたずねるので、「**救急**です。」と言います。

② 救急車（急な病気の人やけがをした人を病院に運ぶ車）に来てもらいたい場所や目印を言います。救急車は無料（0円）です。

③ どこが悪い症状と年齢を言います。

④ あなたの名前と連絡先（電話番号）を言います。



ホームページで救急車の呼び方を確認することができます。

<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post1.html>

(2) 火事のときは

① 119に電話をかけると、オペレーターが「火事ですか。」「救急ですか。」

とたずねるので、「**火事**です。」と言います。

② 火事の場所を言います。

③ 何が燃えているか言います。

④ 逃げ遅れた人やけがをした人がいるか言います。

⑤ あなたの名前と連絡先（電話番号）を言います。



1-2 事故や事件のときは110に電話をかける

交通事故やどろぼうなどにあって、警察官にすぐ来てほしいときは、110に電話をかけます。

自分で電話をかけることができないときは、近くにいる人に「**助けてください。**」

「**電話をかけてください。**」と言います。

110に電話をかけると、オペレーターが次のことを質問するので、落ち着いて、正確に答えてください。

事故のときは「**事故**です。」と言います。どろぼうなどのときは「**事件**です。」と言います。

- ① いつ、どこで、何があったかを言います。
- ② あなたの名前と連絡先（電話番号）を言います。
- ③ 事故の相手や犯人の性別（男の人か女の人か）、人数、年齢（何歳ぐらい）、服装などを言います。
- ④ けがをしている人がいたら、その人について説明します。性別、年齢、どんなけがが言います。



2 災害（台風や地震）

2-1 安全のために準備する

- (1) 3日から1週間ぐらいの食べ物や水、電池、携帯ライトを準備します。
- (2) 逃げるときに持って行く物を入れる袋（非常持ち出し袋）を準備します。
- (3) どこが危険な場所か、どこに逃げたらいいか「ハザードマップ」をチェック

します。

- ※ ハザードマップは、災害が起こる危険がある場所や避難場所が書いてある地図です。

- ※ 避難場所は、災害から身を守るために、一時的に避難する場所や施設のことです。 <https://www.city.miki.lg.jp/soshiki/3/8213.html>

- (4) 住んでいる地域で「防災訓練、避難訓練」に参加します。
安全に逃げる練習や、火を消す練習をします。安全や危険について勉強できます。

- (5) 家の近くに住んでいる人に、「もし、地震などがあったときに、いろいろ教えてください。」とって、お願いしておきます。



○ 「安全・安心のまち「三木市」へようこそ」

これは自然災害から身を守る「防災」に関するチラシです。ホームページを見てください。（英語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、韓国語）

<https://www.city.miki.lg.jp/soshiki/14/26155.html>



○ 「子どもと親の防災ガイドブック」

7つの自然災害（地震、津波、台風、大雨・洪水、土砂災害、雷、竜巻）の日ごろの備えや避難時の注意事項がまとめてあります。



<https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/tabunkakyose/guidemap.html>

2-2 情報を調べる

- (1) ひょうご防災ネット・ひょうごEネット (Hyogo Emergency Net)
緊急情報 (地震情報、津波情報、気象情報)、避難情報等を伝えるシステムです。

登録者には、兵庫県や三木市からの緊急情報や地震情報・津波情報・気象情報をメールで送ります。
<https://bosai.net/>



- (2) 「Safety tips」

地震や大雨情報がわかるスマートフォンのアプリです。

○Android:

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

○iPhone:

<https://apps.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>



- (3) 地震や大雨の情報を見ることができます。

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



2-3 安全な場所に移動 (避難) する

- (1) 災害が発生しそうな場合は、すぐに安全な場所に移動 (避難) します。

- 安全な場所がわからないときは、日本人に「どこに逃げたらいいですか？」と聞きます。
- いつ逃げたらいいかわからないときは、「逃げるときを教えてください。」といいます。
- 両方の手を使うことができるように、リュックサックなどに必要な物を入れて持って行きます。
- ガスやストーブの火を消して逃げます。



- (2) 避難場所 (台風や地震のとき、逃げる所)

三木市では、台風や地震、洪水などのとき、逃げる所を決めています。

公民館やコミュニティセンターです。あなたの家から一番近い所と、行き方を調べてください。わからないときは、市役所の危機管理課に聞いてください。

三木市役所 危機管理課

☎ 0794-82-2000



ちく 地区	ひなんしせつ 避難施設	でんわ 電話 
みき 三木	みきしちゅうおうこうみんかん 三木市中央公民館 Mikishi chuo community center	0794-82-2007
	ふくいこみゆにていせんたー 福井コミュニティセンター Fukui community center	0794-82-7300
みきみなみ 三木南	みきみなみこうりゅうせんたー 三木南交流センター Miki minami koryu center	0794-83-1710
べっしょ 別所	べっしょちょうこうみんかん 別所町公民館 Besshocho community center	0794-82-0072
しじみ 志染	しじみちょうこうみんかん 志染町公民館 Shijimicho community center	0794-87-3814
ほそかわ 細川	ほそかわちょうこうみんかん 細川町公民館 Hosokawacho community center	0794-86-2059
くちよかわ 口吉川	くちよかわちょうこうみんかん 口吉川町公民館 Kuchiyokawacho community center	0794-88-0004
じゅうおか 自由が丘	じゅうおかこうみんかん 自由が丘公民館 Jiyugaoka community center	0794-85-4700
みどりおか 緑が丘	みどりおかちょうこうみんかん 緑が丘町公民館 Midorigaokacho community center	0794-85-7011
あおやま 青山	あおやまこうみんかん 青山公民館 Aoyama community center	0794-87-1300
よかわ 吉川	よかわちょうこうみんかん 吉川町公民館 Yokawacho community center	0794-72-1577

2-4 いろいろな災害 さいがい

(1) 台風・大雨 たいふう おおあめ

- ・台風が来たら、強い風が吹いて危ないから、外には出ません。
- ・波が高くなったり川の水が増えて危ないから、海や川の近くに行きません。
- ・土砂が崩れたら危ないから、山やがけの近くに行きません。
- ・洪水（川の水が増えてあふれる）や土砂災害（山やがけが崩れる）が起こることがあります。どこが危険か、どこへ逃げたらいいかをハザードマップでチェックします。



- ・洪水や土砂災害が起こる危険がある場所にいる場合は、安全な場所に逃げます。

(2) 地震

日本は地震の多い国です。地震が来る前に、部屋の中にある棚やタンスが倒れないようにして、部屋の中を安全にします。



○ 建物の中にいるとき

- ・テーブルの下に入ります。上から物が落ちてきたり、棚が倒れたりして危ないです。
- ・揺れが止まったら、ガスやストーブの火を消します。
- ・地震でストーブが倒れると部屋の中で火事になります。自分で消すことができる場合は、消火器具などで消します。
- ・外に逃げる前に、ブレーカーなどのスイッチを「切 (OFF)」にして、電気を切ります。

○ 外にいるとき

- ・かばんなどで頭が落ちてこないようにして、安全な場所に逃げます。
- ・地震のとき、電車やバスが止まることがあります。急いで帰らないで、安全な場所でしばらく待っています。たくさんの人が同じ時間に帰るので、駅や道が混んで危険です。

○ 車を運転しているとき

- ・ゆっくりと道の左側に車を止めて、エンジンを止めます。
- ・ドアにかぎをかけないで、車にかぎをつけたままにして外に逃げます。

○ 海や川の近くにいるとき

- ・海で大きな地震があったら、津波がくるかもしれません。海や川から遠く離れて、高い場所に行きます。
- ・テレビやインターネットで津波などの情報を調べます。
- ・わからないときは、日本人に「津波は大丈夫ですか？」と聞きます。

○ 逃げるとき

・安全な場所がわからないときは、日本人に「どこに逃げたらいいですか？」と聞きます。

・崖の近くに行きません。崖が崩れるかもしれません。

・津波の危険があるときは、海や川から遠く離れて、高い場所に逃げます。

○ 地震のあと

火はつけません。ガス管が壊れて、部屋の中にガスが漏れているかもしれません。

(3) 家族や友達に連絡したい

地震などで電話がつかないときは、電話会社のサービスを利用します。

わからないときは、日本人に「伝言ダイヤルのかけ方を教えてください。」といいます。

○ 災害用伝言ダイヤル (NTT)

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/>

NTT西日本 <https://www.ntt-west.co.jp/dengon/>



○ 災害用伝言版 (Web171)

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/>



○ 災害用伝言板サービス (携帯電話)

携帯電話の会社にもメッセージサービスがあります。

NTTドコモ <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>

KDDI (au) <http://dengon.ezweb.ne.jp/>



ソフトバンク／ワイモバイル

<http://dengon.softbank.ne.jp/>



(4) 「避難情報」と「警戒レベル」

災害のとき、テレビなどでよく見たり、聞いたりすることばです。

避難情報

避難（安全な場所に移動すること）についての情報です。



- ・避難する準備をします。
- ・お年寄りや子ども、避難するのに時間がかかる人などは避難します。



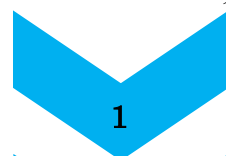
- ・災害の危険が高い
- ・みんな安全な場所にすぐ避難します。



- ・災害が起こっています。大切な命を守ってください。

警戒レベル

津波以外の水の災害や土砂災害が起こる危険レベルと避難（安全な場所に移動すること）についての情報です。



- ・雨や川の情報をテレビやインターネットで調べます。



- ・どこにどうやって避難するか調べます。



- ・お年寄りや子ども、避難するのに時間がかかる人などは避難します。



- ・みんな安全な場所に避難します。



- ・災害が起こっています。大切な命を守ってください。

三木市について



三木市は、兵庫県にある人口72,700人くらいの歴史と文化、緑あふれる町です。

古くから「金物のまち」として知られ、神戸市の隣にあります。市内には、山陽自動車道・中国自動車道・舞鶴若狭自動車道が通っているととても便利なところですよ。

三木市の有名なものは、「三木金物」と酒米の「山田錦」と「ゴルフ場」です。「三木金物」というのは、家を建てる時に使う道具のことです。酒米の「山田錦」というのは、お米の種類で、この「山田錦」を

使って日本酒を造ると大変おいしいお酒ができます。また、三木市はゴルフ場が西日本でいちばん多いです。

人口 72,738人 (2025年3月31日)

面積 176.51 km²

市町村合併 2005年10月24日、吉川町と合併

特産品 三木金物、酒米「山田錦」、ぶどう

観光 三木ホースランドパーク、金物資料館、山田錦の館

吉川温泉「よかたん」、三木山森林公園、道の駅みき

イベント 三木金物まつり、みっきい夏まつり、みっきいふれあいマラソン

山田錦まつり、別所公春まつり、三木市レディースゴルフトーナメント



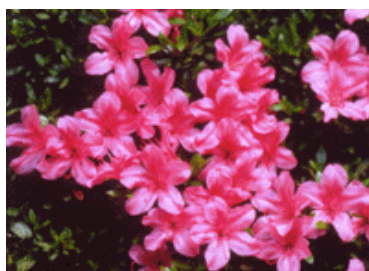
三木市のマーク

「木」または「キ」を三つ合わせたハートの形です。三つの方向から見たら同じ形です。天・地・人、三つの意味を考えています。

市の旗



市の花 さつき



市の木 松





金物と酒米とゴルフのまち三木

はっ こう
発 行

れい わ ねん
令和7年（2025年）

み き し し み ん せ い か つ ぶ し み ん き ょ う だ う か
三木市 市民生活部 市民協働課

〒673-0492

み き し う え ま る ち ょ う ば ん ご う
三木市上の丸町10番30号

☎0794-82-2000