



噢——！



中国語(簡体字)

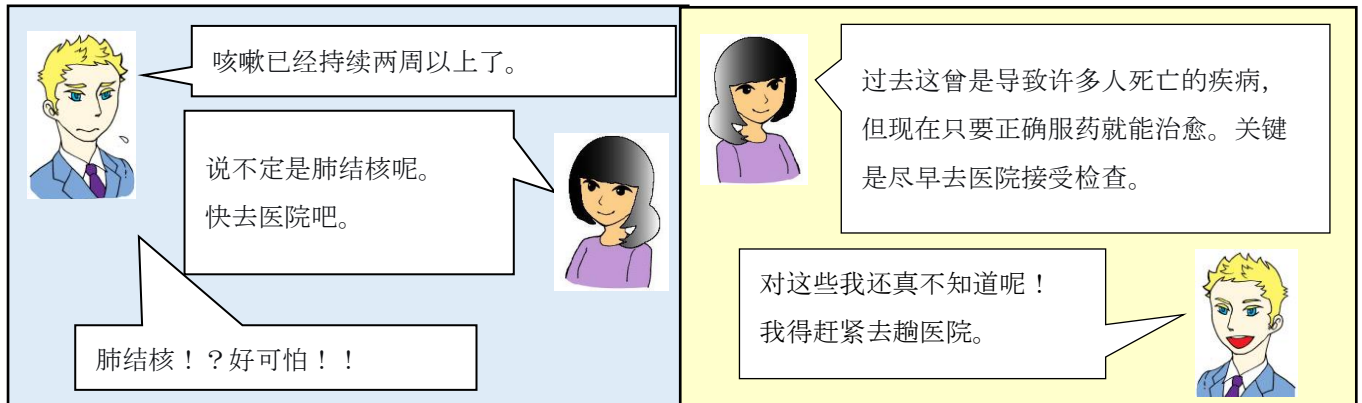
発行 宇都宮市国際交流广场 (UIP)
编辑 NPO 法人宇都宮市国際交流協会 (UCIA)
Tel. 028-616-1563
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp
宇都宮市馬場大街 4-1-1 宇都宮表参道スクエア 5 楼



目录	第 2 页	关于市政府バンパ办事处业务变更通知
	第 3 页	第 20 届宇都宮食育博览会, 外国人的日语学习发表会, 宇都宮百景红叶巴士旅游等
	第 4 页	采访来自泰国的 SAOWALAK 女士、国际交流广场的服务

持续不休的咳嗽, 会不会是肺结核!?

～为了在日本的健康生活, 希望大家须知的事项～



■ 肺结核是什么病?

肺结核主要是由结核杆菌感染肺部引起的肺部炎症。最初症状与感冒相似。

■ 肺结核通过空气传播

当具有传染性的肺结核患者咳嗽或打喷嚏时, 细菌会飞散到空气中, 如果其他人吸入这些细菌, 就会被感染。

■ 出现以下情况请及时就医

当出现持续两周以上的咳嗽、咳痰、低烧、乏力等症状时, 请去医院检查以确定是否患有肺结核。

如果肺结核病情加重, 就需要长期住院治疗。为避免病情恶化和对家属或周围朋友的传染, 尽早去医院检查是非常重要的。

■ 如何治疗?

通过每天正确服用多种药物, 并持续 6~9 个月, 肺结核是可以治愈的。

(为治疗肺结核所需的部分费用由市政府承担。)

■ 如有困扰, 请咨询保健所

日本的保健中心, 由专门的保健师通过进行访问或接受咨询等方法帮助患者接受正确的治疗, 最终达到结核病的痊愈。



「怀疑结核时, 请尽早咨询!」我们用多种语言为您提供咨询服务。

※提供服务的语种数 (14 国语言)

出典: 公益財団法人結核予防会



【问讯处】: 宇都宮市保健所 保健预防课 感染症预防小组 ☎ 028-626-1115

关于市政府バンバ办事处业务变更通知

自 2025 年 10 月 1 日（星期三）起，バンバ办事处可办理的部分业务，将发生变更。

关于具体变更内容，请参照以下**变更要点**的各项内容。。

▼バンバ办事处可办理的手续

- 居民迁移（迁入、迁居、迁出等）
- 户籍登记（结婚、出生等）
- 各类证明文件发放（居民票、户籍相关文件、印章证明、税务证明等）
- 印章注册
- 个人编号卡相关手续（除交付外）
- 保险相关手续（国民健康保险、后期高龄者医疗保险、护理保险）
- 国民年金手续
- 高龄福利及各类医疗费补助等相关手续
- 儿童补贴等相关手续
- 市税・水费等相关手续

▼**变更要点**

请注意，星期六、星期日、法定节假日及平日下午 5:15 后，以下业务将暂停办理：

- 个人编号卡相关手续（涉及个人编号卡处理的迁入、迁出、地址变更、电子证明书发行及密码初始化等）
- 户籍登记（结婚、出生等全部业务）
- 其它市区的户籍相关证明发放（※下午 5:00 后不可办理）
- 税务证明发放（所得证明、课税证明等全部业务）
- 轻型摩托车登记（牌照发放）・注销
- 国民健康保险资格确认书发放
- 市税・水费等纳税咨询及缴款单补发等

▽バンバ办事处

【业务时间】10:00～19:00

【闭馆日】 每星期一、年末年初（12 月 29 日～次年 1 月 3 日）

（系统检修等可能导致全天暂停服务）

【地址】 马场通 4 丁目 1 番 1 号 宇都宫表参道スクエア 5 楼（市民プラザ内）

【附近公交站】 关东巴士「马场町」「二荒山神社前」 JR 巴士「马场町」

【停车场】 设收费停车场（首 30 分钟免费）。入口位于赤门街。

HP 请点击此处⇒



可实时查询窗口
拥挤状况⇒



【问讯处】バンバ办事处 ☎028-616-1542

国际交流沙龙♪

- 🕒 10月25日(星期六) 16:00~18:00
每个月的第4个星期六
😊 世界各国的人们聚在一起愉快地进行交流的活动。
¥ 免费
@ 宇都宫市国际交流广场
(马场街4-1-1)
☎ 028-616-1563



第20届宇都宫食育博览会

- 🕒 10月19日(星期日) 10:00~15:00
😊 · 舞台活动
番茄料理大赛等
· 出展摊位
· 体验型展位及食品销售等
· 集章拉力赛♪
@ ライトキューブ宇都宮、宮未来ライトヒル
☎ 宇都宫食育博览会実行委員会事務局
028-626-1128

外国人的日语学习发表会

- 🕒 11月9日(星期日) 13:30~16:00 (入场 13:00~)
😊 在宇都宫市国际交流协会的日语教室学日语的外国人, 将发表他们来日本后的体验和感受等
¥ 免费
报名 请直接到 UCIA 窗口, 或通过电话, 传真, 电子邮件进行报名
@ 宇都宫市国际交流プラザ (马场街4-1-1)宇都宫表参道スクエア 5楼
☎ 宇都宫市国际交流协会 TEL:028-616-1870 FAX: 028-616-1871 ✉ucia@ucia.or.jp



宇都宫百景红叶巴士旅游



- 🕒 11月14日(星期五) 9:00~15:10
😊 参观宇都宫百景的著名红叶景点等
¥ 免费
对象 居住在市內或通勤通学者
定员 抽选约25名
报名 10月15日之前, 通过市政府官网或往返明信片报名
@ 宇都宫城址公园(集合・解散处)、栃木県中央公园、羽黒神社、旧大谷公会堂、
バルテラシェ大谷(午餐)、石仓餐库群等
☎ 景观绿化课 028-632-2558



我们专访了来自泰国的 SAOWALAK 女士，了解了关于泰国被誉为「微笑之国」的理由，她的家乡彭世洛，工作以及她重视的事情等。



สวัสดีค่ะ (萨瓦迪卡)！ 是泰国的问候语，不仅意味着「你好」也包括「早上好」、「晚上好」、「再见」的意思。通常会双手合十进行问候。

UCIA 泰国被称为「微笑之国」，您认为是什么原因呢？

SAOWALAK 对泰国人而言，微笑代表着对对方的尊重和礼貌，内心的平静等多种意义。我个人认为，即使与游客语言不通，也能通过微笑实现心灵的沟通，这就是其原因吧。

UCIA 您的家乡彭世洛 (Phitsanulok) 是什么样的地方？

SAOWALAK 彭世洛以香蕉干闻名，农业也非常发达。我的父亲也是种植稻米，椰子和芒果的农户。
在历史上，它曾是阿瑜陀耶王朝的古都。那里还供奉着被誉为泰国最美佛像齐拉腊佛。

UCIA 在日本，您曾遇到过什么困难？

SAOWALAK 刚来日本时因为不会日语，在日语学校学了一年的日语。之后在日语教室继续学了日语。然而，在日常生活中会遇到课堂上学不到的栃木县方言，这让我感到很困惑。

UCIA 您现在从事什么工作？

SAOWALAK 大约 10 年前，我在 TBC 学院学习了介护福祉专业，毕业后在养老院工作。我总是怀着对泰国的父母和祖父母的思念之情，来对待养老院的入住者们。我也和来自印度尼西亚，越南，巴西的同事们愉快地工作。
此外，我还从事着教泰语和电脑的工作。

UCIA 「デックタイグループ」是什么样的团体？

SAOWALAK 这是位于宇都宫市内的一个非营利团体。提供日语和泰语教学，还为在日泰国人提供生活咨询和行政手续服务，同时也进行泰国文化介绍等活动。

UCIA 您个人比较重视的事情是什么呢？

SAOWALAK 日本人即使再忙也非常耐心地教导别人，她们拥有为别人着想的心。发生地震时，他们也不恐慌，很冷静地行动。在泰国，学习日本人的做法，进行防灾措施。我也非常尊重日本人，并想着向他们学习。

UCIA、SAOWALAK 女士，非常谢谢

ขอบคุณ ค่ะ (扩坤卡)

宇都宫市国际交流广场 (UIP) 的服务

多种语言综合咨询

※使用多种语言翻译拼版电脑，给大家提供其它语言的翻译或口译服务。



		西班牙语	葡萄牙语	越南语	中文	泰语	英语
U I P ☎028-616-1564	15:00-	星期一	第 1・3 星期一		星期二	星期三	星期五
	18:00	第 4 个星期日（预约制）					
市役所 ☎028-632-2834 (开设时间内)	9:00- 12:00	星期四		—	—	—	星期四
	14:00- 17:00	星期四		第 2 个 星期四	第 3 个 星期四	第 1 个 星期四	—

插画提供：金垠智、臼井百合香、根本夏生

UCIA LINE 官网

通过 LINE 官网，我们给大家提供有关各种有趣的交流活动和生活方面的信息。

请注册好友，将其用作信息收集工具。



噢一！小报同时制作发行简明日语・英语・中文・葡萄牙语・泰语・越南语版。
在 UCIA 的网站，您可以阅览小报。<https://www.ucia.or.jp>

