

# 你好佐倉



出版人：佐倉市役所计划政策部广报课 ☎(043)484-1111 转 2275；(043)484-6103，传真：043-486-8720，网址：<https://www.city.sakura.lg.jp>  
 半月刊「こうほう佐倉」是佐倉市为市民提供各种市役所资讯的市报。为了给讲其他语言的市民提供市内最新的各种民生资讯，除了日文版以外市役所另外还以月刊方式，定期出版英文版、西班牙文版和中文版。中文版是日文版的浓缩版，在市役所网页上也可以阅读。如果有需要者请打电话至广报课，我们将以邮寄方式送到您府上。中国语的咨询时间是在每週的周五，询问处在市役所 1 号馆 3 楼计划政策部广报课，请多多利用。

## 欢迎各位来到佐仓草笛之丘一游 暑假期间有趣的活动一览表

- 【共同事项】①参加活动的费用以外入园票费另付  
 ②没有特别表明的活动需要申请报名・免费  
 ③7月1日（周二）早上9:00开始报名，先后顺序  
 ④系带东西等要件，详细信息请打电话或参阅网页（右记）



<b>在纸条上写下一个愿望</b> 7/1(周二)~7/7(周一) <b>【对象者】</b> 任何人皆可参加※无需申请报名	<b>埴轮制作（無釉）</b> 8/1(周五)10:00~12:00 <b>【费用】</b> 1000 日元 <b>【对象者】</b> 小学生以上(3 年级以下须要有家长陪伴) <b>【定员】</b> 20 名。	<b>观察森林生物 8/6(周三)</b> 10:00~12:00 雨天中止 <b>【对象者】</b> 小学生以上(3 年级以下须要有家长陪伴) <b>【定员】</b> 20 名。	<b>科学实验教室</b> 8/17(周日)10:00~12:00 <b>【费用】</b> 300 日元 <b>【对象者】</b> 小学 4 年级以上 <b>【定员】</b> 20 名
<b>戏水喷泉垫</b> 7/19(周六) ~8/31(周日) <b>【对象者】</b> 未就学儿童※无需申请报名	<b>以博士的心情制作植物标本 8/4(周一)、8/11(周一)</b> 10:00~12:00 <b>【费用】</b> 500 日元 <b>【对象者】</b> 小学生以上 <b>【定员】</b> 各 20 名	<b>烧陶器教室（無釉）</b> 8/7(周四)10:00~12:00 <b>【费用】</b> 1000 日元 <b>【对象者】</b> 小学生以上(3 年级以下须有家长陪伴) <b>【定员】</b> 20 名	<b>制作万花筒教室</b> 8/12(周二)10:00~ <b>【费用】</b> 500 日元 <b>【对象者】</b> 小学生以上 <b>【定员】</b> 20 名(当天先后顺序)※无需申请报名，材料用完为止
<b>玻璃彩绘教室</b> 7/28(周一)、 8/26(周二) 10:00~12:00 <b>【费用】</b> 800 日元 <b>【对象者】</b> 小学生以上 <b>【定员】</b> 各 20 名	<b>竹编教室~精美手提篮</b> 8/5(周二)10:00~12:00 <b>【费用】</b> 500 日元 <b>【对象者】</b> 小学 3 年级以上(须要有家长陪伴) <b>【定员】</b> 20 名	<b>制作竹枪 8/10(周日)</b> 10:00~12:00 <b>【费用】</b> 300 日元 <b>【对象者】</b> 小学生以上(3 年级以下须有家长陪伴) <b>【定员】</b> 20 名	<b>铁路课堂</b> <b>「铁路爱好者集聚」</b> 8/27(周三)10:00~12:00 <b>【对象者】</b> 小学生以上 <b>【定员】</b> 12 名

\*欢迎使用在佐仓草笛之丘，我们出售实惠的「年票」。详细请咨询工作人员☎485-7821

### 值得让我们了解的老年人福利服务

市提供各类补助及兼具关怀功能的服务。为了在紧急情况下不至于陷入困境，了解可利用的服务非常重要。以下是主要的老年人福利服务项目。

**补助服务**→针灸、灸治、按摩等使用费用的补助。纸尿裤等用品的购买补助

**【申请・补助窗口】**高龄者福祉课☎484-6243

**看护关怀服务**→老年人等亲切配餐服务。紧急呼叫服务。老年人登记注册。

**【申请・补助窗口】**高龄者福祉课☎484-6138

配送紧急医疗信息包(老人安全包)

**【申请・补助窗口】**高龄者福祉课☎484-6243

### 如有困难或担忧，请咨询地区综合支援中心

为了让老年人能够安心地继续在熟悉的社区生活，主任照护经理、社会福利师、保健师和护士等专业人员将相互协作，积极应对本人及其家属的各种咨询。欢迎随时咨询，我们乐意为您提供帮助。

地区	所在地	电话号码
志津北部地区	西ユウカリが丘 6-12-3 イオンタウンユウカリが丘东街区 1 楼	462-9531
志津南部地区	上志津 1672-7 志津市民プラザ 1 楼	460-7700
白井・千代田地区	王子台 1-23 レイクピア 3 楼	488-3731
佐仓地区	宫前 3-12-1	488-5151
南部地区	大篠塚 1587 南部地域福祉センター B 栋 1 楼	483-5520

**【询问】**高龄者福祉课 ☎484-6343

### 请定期接受健康检查

~正在受理 2025 年(令和 7 年度)~

市为预防疾病和早期发现，正在实施各类健康检查。此外，接受检查需要「受诊券」。没有受诊券的人，请通过以下①的方法申请。

①**准备「受诊券」**→要获得受诊券需要申请。请通过千叶电子申请服务(如右记)进行申请，或联系健康促进课咨询。



②**预约健康检查**→◆集团检查:可通过互联网预约，或将预约申请表通过邮寄、窗口、传真等方式提交。详细内容请参阅随受诊券附带的《健康检查指南》小册子第 7 页。



◆个别检查:直接向参与个别检查的合作医疗机构申请  
**【健康检查日程】**

◆集团检查:7月1日(周二)~2026年2月18日(周三)  
 ◆个别检查:6月2日(周一)~12月10日(周三)  
 ※在个别检查中，子宫颈癌筛查及乳腺癌筛查(乳房照相检查)可进行至 2026 年 3 月 13 日(周五)为止。  
 ※牙科相关检查可进行至 2026 年 2 月 10 日(周二)止

◎即便是年轻人也可以接受健康检查

19 岁以上未满 30 岁的人也可以接受子宫颈癌检查、骨质酥松检查和成人牙科检查。有关检查的详细内容 and 条件，请查看市的官方网页。

**【询问】**健康推进课 ☎497-6750

## 6~9月是千叶县食品卫生夏季对策期间

高温多湿的夏季是霉菌、诺如病毒、大肠杆菌 0157 等细菌引发食物中毒的高发时期。

食物中毒不仅会在餐饮店发生，在家庭中也是会发生的。敬请注意日常的食品处理以防止食物中毒的发生。

### 【在家庭中可做到的预防食物中毒的要点!】

【购买时】· 确认消费期限· 生鲜食品和冷冻食品最后购买· 肉类和鱼类应与其他食品分开放入塑料袋中· 不要在购物后长时间逗留尽早回家。

【保存时】· 冷藏或冷冻食品要尽快放入冰箱或冷冻室保存· 冷藏保存温度在 10℃ 以下，冷冻保存温度在 -15℃ 以下· 冰箱和冷冻库请勿放的太拥挤。

【烹饪时】· 烹饪前用肥皂认真洗手· 切菜板和刀具应根据肉类、鱼类、蔬菜等分别使用，并要彻底洗清· 肉类、鱼类要充分加热，加热标准为中心温度达到 75℃ 以上并保持 1 分钟· 冷冻食品只解冻使用的分量，并避免冷解冻的次数

【进食时】· 吃饭前用肥皂洗手· 作好的饭菜避免长时间放置常温中

【剩余食物】· 手洗后，使用干净的器具和容器将食物少量分装，以便尽快冷却并保存· 放置时间过久的食物要果断丢弃· 重新加热时要充分加热。加热的标准是中心温度达到 75℃ 并保持 1 分钟以上

【询问】健康推进课 ☎485-6711

## 第三子及以后子女的学校营养午餐费补助

为了减轻多子女家庭在育儿方面的经济负担，政府将补助从第三个孩子起在义务教育期间的学校营养午餐费用。

【对象】符合以下①~④所有条件的监护人

- ① 抚养 3 名以上子女
- ② 在①所抚养的子女中，年龄排名第 3 位及以后子女，正在市立小学或初中接受学校营养午餐(包括因过敏等原因自带便当的情况)
- ③ 未通过国家、县或市的其他补助全额获得学校营养午餐费补助
- ④ 家庭没有拖欠学校营养午餐费用

【申请截止日期】7月16日(周三)

【申请方式】请提交至孩子就读的学校

※申请表可向各学校咨询获取，或者是从市的官网下载 ※详情请参阅市的官网(右上)

【询问】指导课 ☎484-6193



## 使用无人机等喷洒防治水稻病虫害

在下列日期清晨以无人机喷洒防治水稻病虫害。

时间：预定从清晨 4:00~早上 11:00 左右

实施地区及日期如下：

- 7月22日(周二) 瓜坪新田、上胜田、下胜田、寒风、天边、直弥、上别所、米户、八木、上代、长熊、高崎、高岗、城
- 7月23日(周三) 先崎、江原、下根、山崎、饭野、鹿岛干拓、土浮、大佐仓、饭田、岩名、高座木、荻山新田
- 7月24日(周四) 岩富、岩富町、坂户、内田、饭冢、七曲、西御门、宫内、马渡
- 7月25日(周五) 大篠冢、小篠冢、太田、寺崎、生谷、畔田、下志津、饭重、羽鸟、吉见

※喷洒当天请不要进入散布区域※虽然使用的是安全性较高的药剂，但邻接喷洒区域的家庭，请勿在户外放置食物和饮料※请避免在五天左右进入已喷洒的水田※如有需要车辆专用覆盖物，居住在预计会有农药飘散的区域，或因身体不适的人员，请与我们联系。

【询问】佐仓市植物防疫协会事務局(JA 千叶みらい佐倉八街道营农中心内) ☎485-6115 担任: 农政课

## 国民健康保险税·后期高龄者医疗保险费

本年度的国民健康保险税缴税通知书、后期高龄者医疗保险费缴纳通知书、资格确认书，将于 7 月中旬邮寄给您。

【缴税对象如下(义务缴税者)】

◆国民健康保险税~缴税者为一家之家长。

◆后期高龄者医疗保险费~缴费者为为加保的本人。

【资格确认书(或信息通知)的统一更新】

◆国民健康保险

未持有我的医保卡(マイナ保険証)者将寄送资格确认书

持有我的医保卡(マイナ保険証)者将寄送资格信息通知

◆后期高龄者医疗

无论是否持有我的医保卡，均寄送资格确认书

【有关限度额适用认定证】

现在持有的认定证明书将于 7 月 31 日到期。8 月以后仍有需要的人，请再重新办理申请。

此外，目前持有有效后期高龄者医疗认定书者，无需申请，将自动发放注明限度区分的资格确认书。

【询问】健康保险课(国保·保税·保险卡) → ☎484-6125

(国保·限度额适用认定) → ☎484-1783

(后期高龄者医疗) → ☎484-6136

## 发送有关护理保险费各式资料

◎护理保险负担比率证明书的更新

我们将更新发放给以获得护理保险认定人士的护理保险负担比率证明书。新的负担比率证明将于 7 月中旬将通过邮寄方式发送。请从 8 月 1 日起开始使用新的护理保险负担比率证明书的新证件。※负担比例可能会有所变动，请务必确认新的负担比例证明书内容。

◎护理保险负担限度额认定的申请

如果您在进入设施或者是使用短期护理时，出示负担限度额认定证明书，可减免住宿费(停留费)和餐费。提出申请后，若符合以下①及②两条件将发放认定证明。

【条件】①包括分户配偶在内所有家庭成员均为市民税免税者②本人及配偶的存款等资产合计不超过下表所示金额

本人去年的收入+养老金收入	存款等的合计(夫妻两人时)
80.9 万日元以下	650 万日元以下(1650 万日元以下)
超过 80.9 万日元 120 万日元以下	550 万日元以下(1550 万日元以下)
超过 120 万日元	500 万日元以下(1500 万日元以下)

※领取生活保护者没有金额限制※未满 65 岁者，存款等合计不超过 1000 万日元(夫妻合计不超过 2000 万日元)

※认定从申请当月的第一天起开始适用※认定证明的有效期限为每年 7 月 31 日为止。

【询问】护理保险课 ☎484-6174

## 请注意!谨防市的退税诈欺

该市不会要求您使用 ATM 接收退款，我们也不会通过电话或是电子邮件向您提供退款信息。



◆该市退税实际流程

- ①市将向您发送「退款通知书」(名称为「错误付款等退款通知书」)
- ②信封内附有「汇款银行账户填写表格」(名称为「错误付款等转账申请表」)，请在填写之后，用回邮信封寄回
- ③在确认之后，我们大约会在 2 至 3 周内进行转账。

【询问】债权管理课 ☎484-6116

## 方便安全的银行转账缴税

通过银行转账缴税，不但您可以省去每次到期时去柜台缴税的麻烦。而且钱是自动扣款的不用担心忘记付款。

如何申请的详细信息，请咨询下记有关单位。

【询问】债权管理课 ☎484-6116