



<http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/>

外国人士必看!

面向新宿区外国居民的宣传报

新宿新闻

解决您的烦恼!

介绍可帮助解决不安和烦恼的各种服务。

发行 新宿区地区振兴部多文化共生推进课

邮编 160-8484 东京都新宿区歌舞伎町 1-4-1 TEL 03-5273-3504 FAX 03-3209-7455

1

是否有母语对应的
医疗机构?



2

是否有可学习
日语的地方?



3

希望了解关于垃圾的
丢弃方法



5

收到了区政府的信件。
希望了解内容。



4

发生地震或火灾时
怎么办?



6

希望告知哪里能找
工作?



详情请浏览2-3版





介绍让所有人都能放心生活的服务!

1 生病或受伤时

东京都保健医疗信息中心“向日葵”

咨询人员将介绍可外语受理的医疗机构等信息以及日本医疗制度等相关内容。

【受理语言】 英语 中文 韩语 泰语 西班牙语

电话：03-5285-8181 (上午9点~晚上8点)

还有网上寻找医疗机构和药店的服务。



4 防备灾害



区主页上可用10种语言浏览防灾手册“灾害发生时的准备工作”! 手册通俗易懂地介绍了平时的准备以及灾害发生时的合理行动等内容。敬请活用。



简单日语的防灾体验旅游项目

池袋防灾馆面向外国人推出了防灾体验旅游项目。

【日期】11月19日(星期六)、12月17日(星期六)、1月21日(星期六)、2月18日(星期六)、3月18日(星期六)

【时间】9:20~11:00

【申请】电话或网上预约

电话：03-3590-6565



免费

2 希望学习日语的人

新宿区日语教室

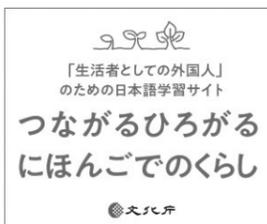


新宿区有许多可随时参加日语学习的场所。敬请利用!

日语广场



融会贯通 日语生活(文化厅)



希望在线学习的人



可通过视频学习在日本生活时实用的日语。对应16种语言。

3 资源·垃圾分类 APP さんあ~る (3R)



“さんあ~る (3R)”是可确认垃圾收集日,以及不知道分类方法时方便使用的APP。敬请活用。

主要功能

- 收集日历
- 垃圾的分类辞典
- 新宿区的通知功能
- 对应多种语言

APP的下载 请扫描此处

[iOS用]



[Android用]



【咨询】新宿清扫事务所事业系 电话：03-3950-2962

※日语受理。

5 首先请咨询

咨询免费

地点·日期请 浏览此处▶



外国人咨询窗口



【受理语言】

英语 中文 韩语

外国人咨询角



【受理语言】

英语 中文 韩语 泰语

尼泊尔语 缅甸语

不清楚的事项、烦恼事项、困扰事项等各种问题敬请随时咨询。

6 外国人在留支援中心 (FRESC)

有哪些窗口?



为了支援在日本生活的外国人而汇集了8个窗口,一齐提供各种咨询。首先请前往综合受理前台!了解各自的咨询窗口(机构)。



东京外国人雇佣服务中心

向外国留学生、专门性·技术性领域的在留资格者提供就业支援。



东京劳动局外国人特别咨询·支援室

劳动时间、工资、解雇等工作烦恼问题的咨询窗口。



东京出入国在留管理局

可咨询在留资格的变更、在留期限的更新等。咨询需要预约。



其他还有人权和法律的相关咨询窗口。

年末年初的垃圾丢弃

12月31日(星期六)~1月3日(星期二) 无垃圾收集·资源回收

年末年初不进行垃圾·资源物的收集。请仔细确认居住地区的收集日期。同时,扔垃圾时请配合遵守以下的规则。



资源回收·垃圾收集日

① 垃圾·资源请在收集日当天的上午8点前扔出。

③ 各地区的收集日请在主页上确认。

② 无收集的日子请勿扔出垃圾·资源。

④ 请勿一次性大量扔出垃圾·资源,保持在必要最低限度。

【咨询】新宿清扫事务所 电话：03-3950-2923 ※日语受理。

大件垃圾的丢弃方法



大件垃圾是指边长超过30cm的电器制品、家具、卧具等大型垃圾。请通过电话或网上向大件垃圾受理中心申请。

事先申请制。年末年初比较拥挤,请尽早申请。

	(2022年12月28日以内)	(2023年1月4日起)
大件垃圾受理中心	电话：03-5296-7000 受理时间：星期一至星期六 8:00~19:00	电话：03-5304-8080 受理时间：星期一至星期六 8:00~19:00
网上	受理时间：24小时	

※12月29日(星期四)~1月3日(星期二)休息

其他信息·最新信息请浏览 此处!

面向外国人的生活信息主页



迎春 日本文化的魅力

日本的正月

日本的正月从每年1月1日开始。1月1日至3日期间称为“新年三日”，许多公司和店铺都会放假。同时会和家人和朋友庆祝新年。正月有摆放镜饼，吃御节料理，新年首次参拜等日本特有的庆祝活动。本期将介绍正月代表性的习俗。

传统的正月料理

“御节料理”

御节料理是正月不可缺少的食品。每道菜品中都蕴含了对健康、繁荣的“祝愿”。

御节料理的含义



① 黑豆
“豆”同“认真”谐音，也有健康的含义，寓意积极健康地工作。

- ② 栗金团
外观呈金黄色，是象征财运的吉祥物。
- ③ 干青鱼子
大量的鱼子食材寓意子孙繁荣。
- ④ 虾
卷曲的腰身寓意长寿，故而被用在了御节料理中。
- ⑤ 伊达卷
形状如卷轴*，寓意变得聪明。

*书籍的形状之一，将有绘画、文章的纸卷起后的形态。



年初的吉祥物 “首日日出”

1月1日看到的日出被认为非常吉利。东京晴空塔和羽田机场是观看首日日出的人气地点。

祈求安全与健康

“初次参拜”

“初次参拜”是前往神社和寺庙进行参拜迎接新年的活动。有的神社会摆出展台或摊位，人多非常热闹。



将2个圆饼叠起来组成 “镜饼”



是正月的装饰物之一，用来祈求幸福和健康。镜饼有单个包装的类型以及玻璃或塑料制的类型。

“新年问候”

正月会相互问候庆贺“Akemashite omedetou gozaimasu”，代表顺利迎来了新年的庆祝之意。请给朋友或职场的人发出新年问候吧！



年末年初人们集会或移动的情况增多。外出时请做好新型冠状病毒感染症的对策。