



# 新宿新闻

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

☎ 03-5273-3504 传真 03-5273-3590

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

## 为大地震 做好准备吧

**我们可以做到的事情**

日本是世界上为数不多的多地震国。世界上发生的震级6级以上的地震约有20%在日本周边发生。另外，今后的30年内预计有70%的可能性发生首都圈直下型地震。

不知道地震什么时候会发生，因此需要平时深入了解地震知识，从各个家庭事前做好储备等工作开始。



### 地震发生时的行动要领

**当地震发生时**

最优先保护自己的生命，躲到写字台或桌子的下面，防止掉下的物品伤害到自己的身体。

**当正在用火时**

请等待摇动结束。慌慌张张采取行动是危险的。确认安全以后，再去关闭厨房等炉火。

**当摇动结束后**

打开大门等确保避难出口通畅。防止因地震摇动导致建筑物歪斜而打不开房门。另外，地上可能会有震碎的玻璃掉下，请穿好拖鞋。请充分运用户外播放的区的防灾无线和SNS、电视机、收音机等获取灾害信息。

**当在户外时**

请远离电线杆等可能会倒塌的东西，用手持的行李保护头部。另外，断了的电线和倾斜的建筑物等有倒塌的可能，请远离。当附近有抗震性较高的建筑物时，请逃入屋内。

### 事先可以准备的东西

地震发生后的几天内，可能无法供应水、食物、电、煤气等。因此请至少准备好3天的食物、饮用水（1天3升为标准）、日用品（简易厕所等），外国人还请准备好在留卡和护照等。关于防灾对策的详细内容请参考以下网页。

[http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/kinkyu/kinkyu\\_7/](http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/kinkyu/kinkyu_7/)



### 有助于灾害时的日语

发生灾害时，电视机、收音机以及本区发出的信息多为日语。

**请记住！**

|      |             |                                   |
|------|-------------|-----------------------------------|
| 地震   | Jishin      | 地面发生较大摇晃                          |
| 余震   | Yoshin      | 大地震发生以后继而发生的地震                    |
| 震度   | Shindo      | 表示震动大小的数字。震动的大小按照震级从0到7，数字越大，震动越大 |
| 避难   | Hinan       | 逃入安全的场所                           |
| 避难场所 | Hinan-basho | 从火灾等危险处境中保护生命的避难场所（较大的公园等）。       |

**想去避难场所。**

Hinan-basho ni ikitai desu

**我受伤了。**

Kega wo shiteimasu

**请救我。**

Tasukete kudasai

### ◆ 避难场所的地图

[http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/kinkyu/kinkyu\\_9/](http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/kinkyu/kinkyu_9/)



### 用 SNS 发送防灾及灾害信息

当发生地震等灾害时，发送有关灾害信息。

请登录新宿区外语版 SNS。

[http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/sns/sns\\_1/](http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/sns/sns_1/)



### 多文化防灾节新宿

～预定 2018 年 5 月 26 日（星期六）在区立大久保公园举行～  
举办关于学习“防灾”知识的有趣活动。

敬请自由访问

## 新宿多文化交流广场

您去过位于歌舞伎町的“新宿多文化交流广场”吗？

每年约有 2 万人利用的广场是本区活跃的国际交流场所。在广场中，有许多学习日语的书籍。同时，也是收集日本文化和地区信息的场所。不仅如此，还有任何人都能免费利用的“外国人咨询角”，帮助生活有困难的外国朋友。咨询可以亲自上门或者通过电话对应。咨询内容予以保密，请放心。

本次，广场的咨询员给大家送上几句话。

●对应日期、语种 ※10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 17:00

| 星期一          | 星期二              | 星期三 | 星期四       | 星期五                 |
|--------------|------------------|-----|-----------|---------------------|
| 韩语<br>(仅限下午) | 中文<br>泰语<br>尼泊尔语 | 英语  | 中文<br>缅甸语 | 英语<br>(仅限第三周)<br>韩语 |

## 外国人咨询角

电话：03-5291-5171

中文



有关于结婚、离婚、开设银行账户的咨询。比如，也有人会来咨询离婚后，永住签证和在留资格会不会被取消的问题。作为咨询员，我会从切身角度听取询问内容。另外，对于专业问题，我们会介绍相关的政府机构。

韩语



关于日语学习的咨询较多，还提供生活上所需的信息(签证更新、学校和升学、观光等)。此外，也有人前来咨询因文化差异造成的纠纷和国际婚姻的问题方面的烦恼。不会日语也没有关系。期待着更多的人前来这里。

英语



各位朋友，您好。当您收到来自本区的邮寄物，发现：“都是用日语写的，我不懂”时，请马上前来咨询。有关纳税和健康的通知等，早来咨询有助您度过舒适的生活。什么问题都可以问，我等着您。

缅甸语



关于国民健康和签证的咨询较多。怀孕、生孩子、孩子学校方面的问题也可以咨询。希望缅甸语咨询窗口可以让更多人前来利用。还没有来过本广场的人也请前来咨询。

## 来自咨询员的话

尼泊尔语



有很多人前来咨询想利用工作的休息日等空闲时间学习日语。也有人因为不会读或写日语而前来寻求帮助填写签证等申请书的。请不要一个人苦苦烦恼，无论什么问题都请前来咨询哦。

泰语



无论是小烦恼还是大烦恼都可以咨询(学校生活和升学、工作、文化和习惯、和邻居间的交往等)。不懂的事情都可以咨询。学校发的信等都一一耐心说明，请放松心情拿来咨询。

## 新宿多文化交流广场

地址：邮编 160-0021 新宿区歌舞伎町 2-44-1 HYGEIA 11 楼

开馆时间：9:00 ~ 21:00

休馆日：每月第 2、4 周的星期三、年底年初(12 月 29 日 ~ 1 月 3 日)

详细内容请参照官网。

[http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/plaza/plaza\\_1/](http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/plaza/plaza_1/)

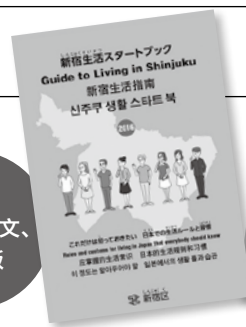
## 致将在新宿区开始生活的人们

截止 2018 年 3 月 1 日，现在新宿区内有来自 130 个国家的 42,170 名外国人生活在此。本区的目标是成为日本人和外国人之间超越文化和语言的障碍，能够相互理解、充满魅力的城市。

为了和周围的人愉快地交流、舒服地生活，遵守扔垃圾规定等各种规范是非常重要的。在《生活开始手册》中，除了介绍生活上的规则以外，还有许多有助于在新宿生活的信息（生病时的医疗介绍、日语学习、日本的课堂等）。

请记住日本的语言和习惯、规则，顺利开始新宿的新生活吧。

日语、  
英语、中文、  
韩语版



日语、  
尼泊尔语、  
越南语、  
缅甸语版

发放场所：区政府、办事处、区内设施等

关于《新宿生活开始手册》的信息请参照以下网站。

[http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/start/start\\_1/](http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/start/start_1/)

关于生活规则等生活信息请参照以下网站。

[http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/seikatsu/seikatsu\\_1/](http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/seikatsu/seikatsu_1/)



## 劳动咨询服务的介绍

受理在日本劳动的外国人，关于劳动条件（工资、解雇、离职、劳动时间、休息日等）事宜的咨询。无论是正式员工，还是临时工或计时工都可以前来咨询。

### ●东京劳动局劳动基准部监督课 外国人劳动者咨询角

地址：千代田区九段南 1-2-1

电话：03-3512-1612

| 对应语种 | 星期    | 咨询时间                                                         |
|------|-------|--------------------------------------------------------------|
| 英语   | 一、四、五 | 10:00 ~ 16:00<br>(12:00 ~ 13:00 除外)<br>(节假日、12月29日 ~ 1月3日除外) |
| 中文   | 二、四   |                                                              |
| 他加禄语 | 二、三   |                                                              |
| 越南语  | 三、五   |                                                              |

※ 日期可能会变更，请事先确认后，经预约再来。

### ●东京都劳动咨询信息中心

地址：千代田区饭田桥 3-10-3 东京工作中心 9 楼

电话：03-3265-6110

| 对应语种 | 星期    | 咨询时间                                   |
|------|-------|----------------------------------------|
| 英语   | 一～五   | 14:00 ~ 16:00<br>(节假日、12月29日 ~ 1月3日除外) |
| 中文   | 二、三、四 |                                        |

※ 上门咨询需要预约。

※ 有派遣西班牙语、葡萄牙语、韩语、泰语、波斯语翻译的制度。请事先申请。

东京劳动局外籍劳动者咨询专线请参照官网。

[http://tokyo-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/news\\_topics/kyoku\\_oshirase/roudou\\_kijun/20050415-foreigner.html](http://tokyo-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/news_topics/kyoku_oshirase/roudou_kijun/20050415-foreigner.html)



## “民泊”规则化

2018 年 6 月 15 日起施行《住宅宿泊事业法》！

### 何谓《住宅宿泊事业法》？

指《旅馆业法》的经营者以外的人，收取住宿费在自己的住宅中留宿他人的事业活动。也就是所谓的“民泊”。

向区政府提交住宅宿泊事业者申请的人，在 2018 年 6 月 15 日以后，全年中最多可以从业 180 天。（事前的申请从 3 月 15 日开始）。



### 住宅宿泊事业者的义务（摘选）

- 有确保住宿者卫生、安全的义务。
- 有向住宿者说明防止破坏周边生活环境的义务。
- 必须对来自临近居民的投诉事宜。

### 关于确保新宿区住宅宿泊事业正确运营的条例

为了预防区民生活环境的恶化，制定了独有的条例（新宿区规定）。

#### 主要内容

- 事业者应事先向临近居民说明事业内容，并向本区报告。
- 事业者应负责将废弃物做正确的处理。
- 经申请的住宅由本区对外公布
- ★在“居住专用区域”，星期一的正午～星期五的正午，不得实施住宅宿泊事业。

#### 卫生课窗口、各特别办事处等有发放

- 小册子：关于法令、条例的内容（日语、英语、中文、韩语）
- 规定手册：面向事业者（目前只发放日语版本）
- 小册子（PDF）请从此处阅览。

[http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/seikatsu/seikatsu\\_23/](http://www.foreign.city.shinjuku.lg.jp/cn/seikatsu/seikatsu_23/)



问讯处：卫生课环境卫生系 住宅宿泊事业的申请手续 电话：03-5273-3870

其他咨询 电话：03-5273-3841

# 重新发现 新宿的魅力

— 第 5 期 —

## 印染之都——新宿

作为新宿区地方产业而扎根人心的印染业。繁华的街道和高楼林立是新宿给人留下的深刻印象，但您知道在这里还有着东京染小纹和东京手绘友禅等“印染织物”的传统文化吗？

本次，两位留学生通过体验扎染（代表日本特色的染色技法之一），亲身体会日本传统产业的深奥与魅力。两位留学生都染出了富有原创特色的漂亮图案的织布，制作出世界上独一无二的精美手帕。

本区定期举办日本传统文化活动。2018 年预计在新宿区内举办 6 次。具体日期等信息届时通过官网和 SNS 通知。



扎染体验  
开始

### 留学生体验“扎染”挑战原创的手帕！

本次体验中，选择的花纹是圆形、方形和直线的三种类型。  
周同学挑战方形，葛同学挑战了圆形。

何谓扎染

将织布用线结扎，然后浸入染料进行印染的技法之一。结扎的部分因为渗透不了染料而产生出独特的纹理。

STEP.1



profile

周 雨菲 同学

出身地：中国

早稻田大学

教育学部



profile

葛 优 同学

出身地：中国

早稻田大学大学院

国际交流研究科

STEP.3

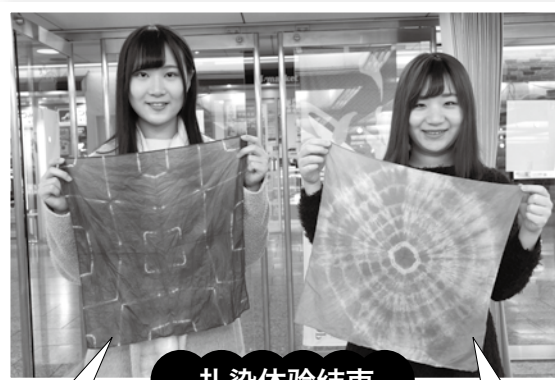
打开。



STEP.4

完成！

所需时间仅仅 5 分钟，效果马上呈现。



扎染体验结束

STEP.2

浸入加了染料的开水中，  
等待 20 秒。



捏住手帕的中  
心，从前端开始  
用橡皮筋扎住。



将手帕折叠，用一  
次性筷子夹住。



我特别喜欢日本文化，本次体验扎染让我好好地学习了一番。我的兴趣是笛子，打算将今天制作的手帕用于擦拭笛子。以后还想继续挑战其他各种不同的日本文化。

虽然很久以前就知道扎染，但是实际尝试了以后，对产生意想不到的花纹感到惊喜无比。呈现出的花纹是难得一面。想到同样的花纹不会再次出现，又一次感到扎染的魅力。我想用手帕用来装饰房间，或者做个天晴娃娃 ※ 使用。

※ 持续下雨的时候，或者希望第二天放晴的时候等，在屋子外面挂的娃娃人偶。



“新宿新闻”采用了再生纸。