



发行 新宿区地区文化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
电话：03-5273-3504 传真：03-3209-7455

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



▲新宿区立产业会馆(BIZ新宿)3楼

新宿区除了超高层大厦聚集的商业区“西新宿”以及世界上屈指可数的繁华街“歌舞伎町”之外，还拥有绿化丰富的“新宿御苑”等各类旅游资源。新宿观光振兴协会正是为了有效运用这些资源，搞活地区经济，而在2014年4月设立的。协会将积极创造让访问新宿区的游客与地区居民开展文化与互动交流的机会，展现新宿的魅力。



一般社団法人 新宿观光振兴协会 诞生

致访问新宿的各位朋友

新宿是一个多样化的城市，这里不分年龄、性别、国籍，任何人都可找到属于自己的生活乐趣。来到新宿前的期待感和实际到访后的惊喜感一定会给您留下美好的体验。今后，新宿将开展各种各样的活动，向大家呈现出更多全新的城市魅力，努力让到访的朋友发出“还想来新宿”的赞叹。



事务局长 菊地 加奈江



《爱上漫步新宿的观光地图》除日语版外，还包括英语、中文、韩语版

一般社団法人新宿观光振兴协会

希望获知新宿相关旅游信息的人士，敬请联系新宿观光振兴协会。您一定会发现新宿更多不为人知的特色。

【受理时间】星期一～星期五 上午8点30分～下午5点15分

【地址】邮编 160-0023 新宿区西新宿 6-8-2

新宿区立产业会馆（BIZ新宿）3楼

【电话】03-3344-3160 ※日语受理

【URL】<http://www.kanko-shinjuku.jp>



新宿观光振兴协会的主要职责和活动内容

① 旅游信息的收集与发布

通过主页、观光地图等发布信息。

② 举办旅游的相关活动

举办“新宿艺术天堂”、“森之薪能”及其他各类活动。

③ 培养与运用能繁荣旅游事业的人才

培养能报道当地讯息的合作人员和担任观光导游的年青人（留学生）

轻人（留学生）

④ 旅游资源的开发与创造

为土特产品的销售提供支援和打造新宿品牌等。

⑤ 与旅游相关团体的合作及支持

为地区、商业街、企业的活动提供支援。

水痘、高龄者肺炎球菌疫苗变更为定期接种(2014年10月1日起)

请持新宿区寄送的予诊单到区指定的医疗机构接种。未拿到予诊单的人请向保健预防课咨询。详情请浏览新宿区外语版主页。

【URL】http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/chinese/oshirase/140810/140810_1.html
http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/chinese/oshirase/140925/140925_2.html



	水痘疫苗	高龄者肺炎球菌疫苗
对象者	1岁~未滿3岁的儿童 ※仅限于2014年度，3岁~未滿5岁的儿童也可接种。	●65岁的人士 ●年滿60~64岁，在心脏、肾脏、呼吸器官、免疫功能方面存在重度残疾(身体障碍者手册1级左右)，希望预防接种的人士 ※在2018年度内的各年度，年滿65岁、70岁、75岁、80岁、85岁、90岁、95岁、100岁的人士也可接种。仅限于2014年度，101岁以上的人士也可接种。
费用	免费	4,000日元(接受生活保护的的家庭的人士免费)
其他	仅限于2014年度，将继续对5岁~上小学前的儿童实施接种(自己负担金额3,000日元，限1次)。	仅限于2014年度，65岁以上不属于定期接种对象的人士将继续实施接种(自己负担金额4,000日元，限1次)。

【申请、咨询】保健预防课预防系(第2分厅舍分馆1楼) 电话 03-5273-3859 ※日语受理

实施流感预防接种(2014年10月1日至2015年1月31日)

在流行前进行预防接种可防止被传染或减轻症状，请尽早接种。请持新宿区寄送的予诊单到区指定的医疗机构接种。未持有予诊单的人士请向保健预防课咨询。详情请浏览新宿区外语版主页。

【URL】http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/chinese/oshirase/140925/140925_1.html



	一般流感(未滿65岁)	高龄者流感
对象者	在区内居住，截至2014年10月1日 ①13岁以上，未滿65岁，接受生活保护的的家庭的人士等 ※需要事先申请。 ②未滿13岁的儿童(2001年10月3日以后出生的儿童)	在区内居住，截至接种日 ●65岁以上的人士 ●60~64岁，在心脏、肾脏、呼吸器官、免疫功能方面存在重度残疾(身体障碍者手册1级左右)，希望预防接种的人士
费用	①免费、②为1,500日元	2,200日元(75岁以上的人士和接受生活保护的的家庭的人士免费)

【申请、咨询】保健预防课预防系(第2分厅舍分馆1楼) 电话 03-5273-3859 ※日语受理

健康体检、癌症体检

生活习惯病和癌症等疾病的及早发现和诊疗非常重要。请定期接受健康体检和癌症检查，确认身体的健康状态。关于费用、年龄、条件和申请方法，请向健康推进课健诊系咨询。

【健康体检】

内容：身体测量、血液检查、尿液检查等

【癌症体检】

内容：胃癌、大肠癌、肺癌、乳腺癌、子宫癌、前列腺癌

【体检机构】

新宿区指定医疗机构、新宿区医生会区民健康中心

【咨询】

健康推进课健诊系(第2分厅舍分馆1楼)

电话 03-5273-4207 ※日语受理

详情请浏览新宿区外语版主页。

【健康体检 URL】

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/chinese/oshirase/teiki/kenshin.html>

【癌症体检 URL】

<http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/chinese/oshirase/teiki/gankenshin.html>



【健康体检 URL】



【癌症体检 URL】

HIV / 艾滋病·性传播疾病(STI)体检及咨询

HIV、性传播疾病任何人都可能感染。部分性传播疾病没有自觉症状，在不经意间即会传染给对方。及早发现和及早治疗非常重要，有此烦恼的人士敬请前来咨询，接受检查。新宿区保健所提供免费、匿名的咨询和检查。

①提供外语的 HIV 咨询与检查

【受理语言】英语、泰语、西班牙语、葡萄牙语

(1) HIV/ 艾滋病电话咨询 电话 03-3369-7110

【咨询日】星期四下午1点~5点(泰语原则上每月2次,仅在检查当日提供)

(2) HIV/ 性传播疾病(STI) 体检

【检查内容】HIV、STI(梅毒、衣原体)

* 检查时请直接在受理时间内前来检查现场，不需要预约。

【检查日】原则上每月2次，星期四

* 结果将在1周后通知，请前来检查现场查询。

【受理时间】下午1点30分~3点

【地点】新宿都税事务所1楼(新宿区西新宿7-5-8、旧西新宿保健中心1楼)

详情请浏览新宿区外语版主页。

【URL】<http://www.city.shinjuku.lg.jp/foreign/chinese/oshirase/teiki/aids.html>



②提供日语的 HIV 咨询与检查

(1) HIV/ 艾滋病电话咨询 电话 03-5273-3862 (保健预防课保健咨询系)

【咨询日】星期一至星期五 上午9点~下午5点

(2) HIV/ 性传播疾病(STI) 体检

检查日期、检查内容、地点与上述相同。

【预约电话】※日语的 HIV、STI 检查需要预约。

电话 03-5273-3859 (保健预防课预防系)

您知道吗？

药店

知识



在日本，医生和药剂师各司其职，医生负责开具处方，药剂师则根据处方配药或出售药物。大多数的药店都是保险药店，关于医生开具的处方药，只要在保险药店里出示健康保险证后便可减少自己负担的金额。

本期特辑将介绍药店的知识。

药店的 3 个特征

1 关于药物的说明

药店里面有药剂师，在交付医生开具的处方药时，药剂师会向您说明药物效果、正确用量、副作用、注意事项等，有不清楚的地方敬请确认。

2 药剂师是药物专家

药剂师可以就销售的非处方药提供咨询。当您觉得服用的药物没有效果、觉得有副作用、希望买符合自己身体情况的药物时，存在这些烦恼请咨询药剂师。

3 健康管理的助手

请与某家药店建立长期关系，因为药店会管理您的病历和用药信息。在多家医院就诊时和除此以外还在服用其他药物时，请咨询药剂师。药剂师会为安全治疗提供建议。

您知道吗？“药物手册”

“药物手册”是记录自己正在服用的药物名称、用量、使用方法，以及有无过敏史、副作用史、以往的病史记录等内容的手册。向保险药店申请后即可获得。

“药物手册”的好处

- 外出时意外受伤或身体不适时，可正确告知正在服用的药物信息。
- 确认药物记录和正在服用的其他药物信息后，可防止重复用药以及副作用的发生。
- 前往医疗机构和药店时，可告知自己的病历、副作用史、过敏情况等信息。

对应外语的药店点击此处

<http://www.t-yakkyokuinfo.jp>



东京都药店功能信息提供系统“t-药局 info”中公布了对应外语的药店名单。希望获得正确的服用方法和副作用介绍等母语服务的人士敬请利用。
(注) 刊登内容请事先向药店确认。



☑ 紧急情况下救急的常备药

下述表格汇总了受伤时或身体突然患病时便于使用的常备药物及医疗品清单。请每半年整理 1 次，确认使用期限。

【清单】

<input type="checkbox"/> 感冒药	<input type="checkbox"/> 止痛剂	<input type="checkbox"/> 解热剂
<input type="checkbox"/> 泻药	<input type="checkbox"/> 止泻药	<input type="checkbox"/> 止吐药
<input type="checkbox"/> 消化药、胃药	<input type="checkbox"/> 含抗生素的软膏	<input type="checkbox"/> 贴药
<input type="checkbox"/> 创可贴（大、小）	<input type="checkbox"/> 灭菌纱布	<input type="checkbox"/> 绷带
<input type="checkbox"/> 消毒液		

这些常备药物除药店外，还可在药妆店购买。

药妆店是指以零售的非处方药为中心，销售日用品、化妆品、食品的商店。

第35届 大新宿区庆典

从10月1日(星期三)至19日(星期日)期间,在区内各地将举办活动和地区庆典,现介绍2个主要的活动。



新宿艺术天堂2014

将在新宿站周边的各合作店铺举办街头艺术等活动。通过丰富多彩的舞台表演以及时装展,展现新宿多元化的魅力。

【咨询】一般社団法人新宿观光振兴协会 电话 03-3344-3160 ※日语受理

★新宿天堂艺术节

【日期】10月5日(星期日)

【会场】新宿 ALTA、新宿高野·中村屋前、Bicqlo 店前、新宿 SUBNADE 地下商业街、小田急百货店1楼特设会场、京王百货店店前、JR 总部大楼大厅前、新宿 Southern Terrace、新宿高岛屋2楼特设会场

【内容】街头艺术、演奏、舞蹈等各种表演

★新宿时装展

【日期】10月5日(星期日)

【会场】丸井·伊势丹前、小田急百货店1楼特设会场、新宿高岛屋1楼特设会场

【内容】时装秀等各种活动



互动交流节2014

互动交流节是每年在户山公园举办的区民庆典。3座舞台将上演乐器吹奏、日式太鼓、爵士演奏、舞蹈、民族艺术等表演。

在8处广场设有模拟店、地方特产品销售点、迷你动物园、染色与书籍装订体验、健康咨询角等活动区,不论儿童与成人均可享受其乐趣。敬请携家人参加区内最大规模的这一庆典。

【日期】10月19日(星期日)上午10点~下午4点

【会场】户山公园 大久保地区(大久保三丁目)

【咨询】文化观光课 电话 03-5273-4069 ※日语受理

新宿区日语教室第2学期 募集学员

学习班定员未达额时可中途参加。
第3学期(1~3月)学习班将从12月上旬招募学员。



【对象】入门初级水平。需要在日常生活中使用日语者。但初中生以下的人员不能参加。

【时间】9~12月的平日。有每周1次的教室和每周2次的教室。上课因会场而有所不同。学习时间为上午9点30分~11点30分、下午6点30分~8点30分(仅限星期一、星期四)。

【会场】包括新宿多文化交流广场等区内的10个场所

【学费】每周1次班 / 2,000日元 每周2次班 / 4,000日元

【报名、咨询】邮编 160-0022 新宿区新宿 6-14-1
公益财团法人 新宿未来创造财团 文化交流课
(新宿文化中心内)

【电话】03-3350-1141 【传真】03-3350-4839

【电子邮箱】sjc@regasu-shinjuku.or.jp

【主页】http://www.regasu-shinjuku.or.jp/?p=630

