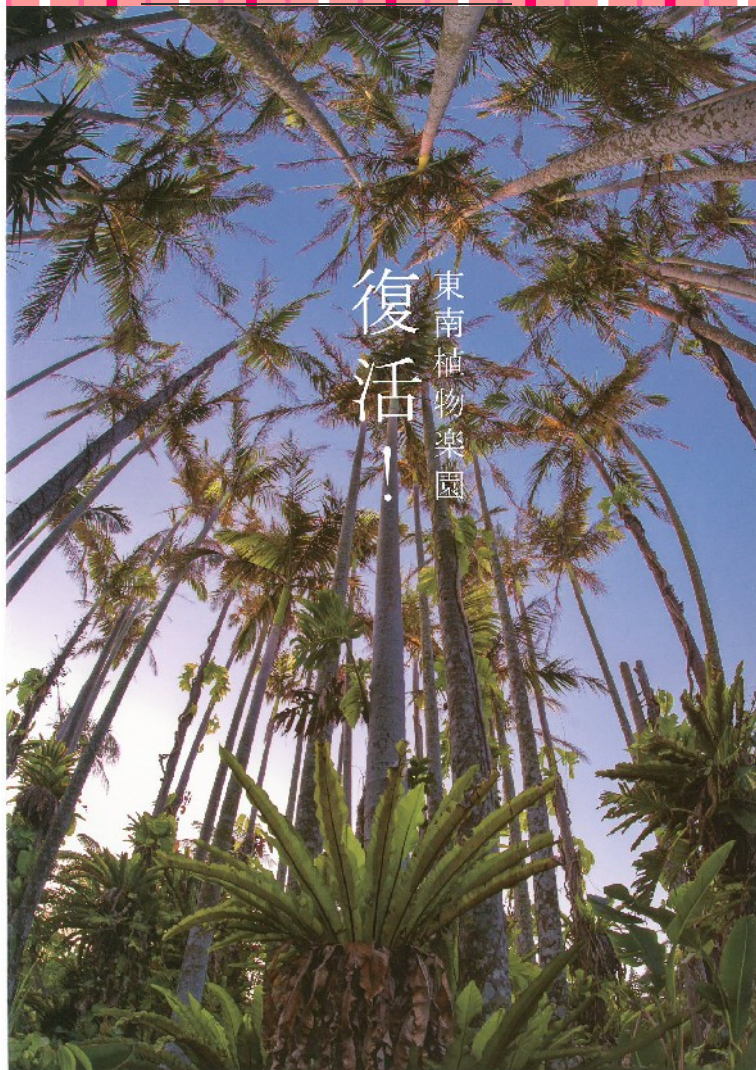


沖繩市市政資訊 中文報

免費索取
外文報

市政府網頁 <http://www.city.okinawa.okinawa.jp>
市政府網頁 <http://www.city.okinawa.okinawa.jp>



復活！
東南植物樂園

自然的樂園即將重生 東南植物園重新開放

平成22年12月以後休園，位於本市知花的東南植物園。將由縣內經營醫療設施、觀光飯店等的TopicGroup接手經營，決定於平成25年7月6日重新開放。

經營者將以創造適合一家三代前往，平靜、愉快、知性、複合、長生的休閒空間為目標。以沛綠的亞熱帶植物空間讓來訪者感到放鬆。將來預定增加溫泉、中長期居住設備、整頓高齡者機構及夜間營業。

沖繩市將提供設置大眾無線電覽服務(WiFi)以支援招攬觀光客。

TopicGroup的宮里代表表示，身為沖繩市民，不願看維持了40多年這麼好的設施就這樣荒廢，希望以放鬆及情操教育為目的持續東南植物園的經營。

東南植物樂園於1968年為大林先生創立，栽培有當時非常希奇的熱帶果樹，之後有聖誕節的點燈，成為觀光娛樂設施。

開放時間

9:00-22:00 (7月8月的週六週日6:30-22:00)

入場費用

小・中學生 500日元；高中生1000日元

一般成人 1,500日元

※未滿6歲及96歲以上免費

殘疾者的同伴者或看護者(1人)為半價

東南植物樂園

SOUTHEAST BOTANICAL GARDENS

沖繩縣沖繩市知花2146

TEL : 098-939-2555

FAX : 098-939-2564

<http://www.southeast-botanical.jp/>

音市場街頭表演 外出篇2013

音市場 街頭表演 外出篇 2013

@ 「FC琉球家鄉戰」

日期：5月19日(日) 14:40頃～(予定)

場所：沖繩市陸上競技場 (沖繩市諸見里2-1-1)

※ 1日日本フットボールリーグ第12節 「FC琉球vsSC相模原」戦の入場券が必要となります。

出演 **【The Blue Sky Kick's】**

「peddie」

2013年の始まりに、2012年の感謝の気持ちを込めて、FC琉球の応援歌「FC琉球家郷戦」を、FC琉球の選手たちと一緒に演奏します。

主催：沖繩市、ミュージックタウン音市場
音市場/MUSIC TOWN MARKET 098-932-1949

@ 「FC琉球家鄉戰」

日期：5月19日(週日) 14:00～(預定)

地點：沖繩市陸上競技場 (沖繩市諸見里2-1-1)

※ 第15回日本足球擂台賽第12節。
須持「FC琉球VSSC相模原」的觀戰入場券。



演出團體 **【The Blue Sky Kick's】**

主辦單位：沖繩市、音樂城音市場

【諮詢專線】音樂城音市場 ☎098-932-1949

<http://www.otoichiba.jp/diary/archives/358.html>



今天開始一年級！加油！加油！加油！

大大的書包裡裝滿了夢想與希望。溫暖的天氣，穿著喜歡的衣服盛裝登校。

入學典禮精神飽滿大聲唱！交友、玩耍、學習！加油！一年級的新生們。(美里小學)

沖繩市人口資料 總人數:138,362人(-241) 男:67,116人(-145) 女:71,391人(-96) 戶數:55,775戶(+50)

外國籍居民 總人數:1,195人(+0) 男:685人(-1) 女:510人(+1) (合計有49國)

以每月發行的沖繩市報「広報おきなわ」(KohoOkinawa)為根據，把與您息息相關的市政信息翻譯並編輯成外文報，希望能增進您對居住城市的認識，也提醒您應享的權益與應盡的義務。行政服務以日語為主。如果您需要中文的協助，請向文化觀光課諮詢。098-929-0261 最新相關市政資訊請上市政府網頁 <http://www.city.okinawa.okinawa.jp> 查詢。

年金 當您的國民年金保險金有繳費困難時

國民年金保險有免除或暫緩繳納制度。

繳納年金保險費有困難時，請勿放置不管。務必至國民年金窗口辦理相關手續。

被認定可以獲得免除的期間，不僅包含老後領取年金的資格，萬一領取障礙基礎年金或遺族基礎年金時，免除的期間可以計算在內。

此外，失業者只要提出離職票或雇用保險受給資格証等，不論前一年所得的多少，也有可以獲得免除的特例。請務必前往諮詢。

【諮詢專線】市民課 國民年金擔當 (內線2132・2134)

稅金 持有身體殘疾者手冊等的市民 可以享有輕自動車稅的減免

【對象】

- ◎持有身體殘疾者手冊、療育手冊、精神障礙者保健福利手冊、戰傷病者手冊任一冊者
 - ◎與持有手冊者同居
 - ◎與持有手冊者非同居，卻為同一生計者(*)
 - ◎平常為單身生活身體殘疾者做看護者(*)
- 申請輕自動車稅的減免者，請於5月24日(週五)為止，至市民稅課的櫃台辦理手續。

【申請時所需資料】

- ①身體殘疾者手冊、療育手冊、精神障礙者保健福利手冊、戰傷病者手冊
 - ②車輛檢查証
 - ③駕駛者的駕駛執照
 - ④印章
 - ⑤納稅通知書
- (*) 手冊持有者與駕駛者登錄非同居家族時，提出由福利事務所(市府內)所長發行的「生計同一證明書」或「平時看護證明書」可成為申請減免的對象。
- 請留意!** 普通自動車已經接受減免者無法申請。

【諮詢專線】市民稅課(內線3258・3256)

國保 您是否已繳納後期高齡者醫療保險費

欠繳「後期高齡者醫療保險費」，根據規定不但會產生督促手續費或罰金，更可能在保險證更新時(每年的七月左右)被換成短期證，請注意不要忘記繳納!

支付保險費有困難時，可以辦理分期繳付。請及早提出。

請多多利用安心、便利的轉帳制度

為避免忘記繳納「後期高齡者醫療保險費」，建議您利用自動轉帳。

【諮詢專線】國民健康保險課

後期高齡醫療係(內線2118~2128)



兒童 腮腺炎、水痘 預防接種成為公費接種

在沖繩市，腮腺炎、水痘的預防接種將以公費實施。

實施期間：平成25年4月1日~平成26年3月31日

對象者：登錄為沖繩市住民的1歲嬰孩，希望接種者

接種費用：免費 ※ 限於實施期間於指定醫療機構

接種場所：指定醫療機構(要預約)

重要! 此項預防接種，是根據家長意願和責任的預防接種。接種前請接受醫師的說明，在充分理解與認同之後接種。

※ 預診表格可以在各指定醫療機構索取。

【諮詢專線】兒童諮詢・健康課

預防係(內線 2232・2233)



生活 平成二十五年度『狂犬病集體預防注射』

★請至最近的會場接種★

實施期間：5月19日至6月16日期間的星期日

費用：3,000日元

【注射費用2,450日元+注射完了證明(濟票)發行手續費550日元】

※愛犬尚未登錄者，必須進行登錄(費用3,000日元)。

※遺失『許可證』(鑑札)者，必須再次申請(費用1,600日元)。

● 當天因愛犬的健康狀況有無法接種的情況。動物醫院亦可以施打預防注射。如果不確定愛犬的健康狀況時，請就近向動物醫院諮詢。費用等請向動物醫院詢問。

● 請由確實可以控制愛犬的人帶來預防注射會場。此外，套緊頸圈，縮短制禦繩。如果您的愛犬有咬人的習慣，請戴上嘴籠頭。

● 愛犬的排泄物請自行帶回，確實遵守禮貌。預防注射當日避免給狗洗澡。

● 請避免開車前來注射會場。

● 注射之後，請避免激烈運動，數日之內避免用洗髮精。

【諮詢專線】環境課(內線2222)



兒童 您是否已辦理「兒童津貼」登記?

遷入沖繩市者 請務必於遷出次日開始15日以內重新提出登記。

出生的兒童 請務必於兒童出生次日開始15日以內提出登記。延誤申請將無法領取延遲月份的津貼。請提早辦理手續。

對象兒童 0歲開始至中學畢業為止

津貼額度 0歲~3歲未滿：月額15,000日元

3歲~小學畢業前：月額10,000日元
(第三子以後為15,000日元)

中學生：月額10,000日元

※超過所得限度額者，一名兒童月額5000日元

入款月份 平成25年6月・10月・平成26年2月

現況登記 6月必須提出現況登記。應提出對象將於6月中旬寄發通知。

【諮詢專線】兒童家庭課(內線3194)

健康 充滿精神與自信 Power Up 教室參加者募集

試一試在家裡可以做的伸展運動(適合初學者)。

對象：65歲以上市民，被認定為無法接受看護保險的健常者，此外沒有受到醫師的運動限制者

期間：6月11日~8月27日 每週二 全10回

時間：下午2點~4點

場所：沖繩市保健諮詢中心(KARIYUSHI園旁)

人數：20人(超過時抽籤決定)

截止日：5月28日(週二)

參加費：免費

【諮詢專線】高齡福祉課 地域包括支援中心 (內線3169)



沖繩市防災行政無線廣播可以經由電話確認

0120-0978-99 ※可以行動電話 PHS撥打。

災害廣播及市政通知因天氣不佳聽不清楚，需要確認時，可以透過免費電話確認播放內容。

免費

年金 当您的国民年金保险费有缴费困难时

国民年金保险有免除或暂缓缴纳制度。
缴纳年金保险费有困难时，请勿放置不管。务必至国民年金窗口办理相关手续。

被认定可以获得免除的期间，不仅包含老后领取年金的资格，万一领取障碍基础年金或遗族基础年金时，免除的期间可以计算在内。
此外，失业者只要提出离职票或雇用保险受给资格证等，不论前一年所得的多少，也有可以获得免除的特例。请务必前往咨询。

【咨询专线】市民课 国民年金担当 (内线2132-2134)

税金 持有身体残疾者手册等的市民可以享有轻自动车税的减免

【对象】

- ◎ 持有身体残疾者手册、疗育手册、精神障碍者保健福利手册、战伤病者手册任一手册者
 - ◎ 与持有手册者同居
 - ◎ 与持有手册者非同居，却为同一生计者(*)
 - ◎ 平常为单身生活身体残疾者做看护者(*)
- 申请轻自动车税的减免者，请于5月24日(周五)止至市民税课的柜台办理手续。

【申请时所需数据】

- ① 身体残疾者手册、疗育手册、精神障碍者保健福利手册、战伤病者手册
- ② 车辆检查证
- ③ 驾驶者的驾驶执照
- ④ 印章
- ⑤ 纳税通知书

(*)手册的持有者与驾驶者登录非同居家族时，提出由福利事务所(市府内)所长发行的「生计同一证明书」或「平时看护证明书」者成为可申请减免的对象。

请注意!普通自动车已经接受减免者无法申请。

【咨询专线】市民税课(内线3258-3256)

国保 您是否已缴纳后期高龄者医疗保险费

欠缴「后期高龄者医疗保险费」，根据规定不但会产生督促手续费或罚金，更可能在保险证更新时(每年的七月左右)被换成短期证，请注意不要忘记缴纳!

支付保险费有困难时，可以办理分期缴付。请及早提出。

请多多利用安心、便利的转账制度

为避免忘记缴纳「后期高龄者医疗保险费」，建议您利用自动转账。

【咨询专线】国民健康保险课

后期高龄医疗系 (内线2118~2128)



儿童 您已办理「儿童津贴」登记手续?

迁入冲绳市者

请务必于迁出次日开始15日以内重新提出登记。

出生的儿童

请务必于儿童出生次日开始15日以内提出登记。
延误申请将无法领取延迟月份的津贴。请提早办理手续。

对象儿童

0岁开始至中学毕业为止

津贴额度

- 0岁~3岁未滿: 月額15,000日元
- 3岁~小学毕业前: 月額10,000日元 (第三子以后为15,000日元)
- 中学生: 月額10,000日元

※超过所得限制限度额者，每一名儿童月額5,000日元

入款月份

平成25年6月·10月·平成26年2月

现况登记

6月必须提出现况登记。应提出对象将于6月中旬寄发通知。

【咨询专线】儿童家庭课(内线3194)

儿童 腮腺炎、水痘预防接种成为公费接种

在冲绳市，腮腺炎、水痘的预防接种将以公费实施。

实施期间: 平成25年4月1日~平成26年3月31日

对象者: 登录为冲绳市住民的1岁婴孩，期望接种者

接种费用: 免费 ※限于实施期间，于指定医疗机构

接种场所: 指定医疗机构(要预约)

重要! 此项预防接种，是根据家长意愿和责任的预防接种。接种前请接受医师的说明，在充分理解与认同之后接种。

※ 预诊表格可以在各指定医疗机构索取。

【咨询专线】儿童咨询·健康课

预防系(内线 2232-2233)



生活 平成二十五年度『狂犬病集体预防注射』

★请至最近的会场接种★

实施期间: 5月19日至6月16日期间的星期日

费用: 3,000日元

【注射费用2,450日元+注射完了证明(济票)发行手续费550日元】

※ 爱犬尚未登录者，必须进行登录(费用3,000日元)。

※ 遗失『许可证』(鉴札)者，必须再次申请(费用1,600日元)。

● 当天因爱犬的健康状况有无法接种的情况。动物医院亦可以施打预防注射。如果不确定爱犬的健康状况时，请就近向动物医院咨询。费用等请向动物医院询问。

● 请由确实可以控制爱犬的人带来预防注射会场。此外，套紧颈圈，缩短制御绳。如果您的爱犬有咬人的习惯，请戴上嘴笼头。

● 爱犬的排泄物请自行带回，确实遵守礼貌。预防注射当日避免给狗洗澡。

● 请避免开车前来注射会场。

● 注射之后，请避免激烈运动，数日之内避免用洗发精。

【咨询专线】环境课(内线2222)



健康 充满精神与自信 Power Up 教室参加者募集

要不要试一些在家里可以做的伸展运动(适合初学者)。

对象: 65岁以上市民，被认定为无法接受看护保险的健常者，此外没有受到医师的运动限制者

期间: 6月11日~8月27日 每周二 全10回

时间: 下午2点~4点

场所: 冲绳市保健咨询中心(KARIYUSHI园旁)

人数: 20人(超过时抽签决定)

截止日: 5月28日(周二)

参加费: 免费



【咨询专线】高龄福祉课 地域包括支援中心(内线3169)

冲绳市防灾行政无线广播可以由电话确认

0120-0978-99 ※移动电话·PHS拨打可

灾害广播及市政通知因天气不佳听不清楚，需要确认时，可以透过免费电话确认播放内容。

免费

まいにち にほんご

毎日日本語
こくみんねんきん
国民年金

ほけんりよう
保険料をさめることがほうりつで
ぎむづけられています。

あなたが 65歳になった時、年金
として くにからおかねをもらい、せ
いかつを たすけます。

もし、ほけんりようを はらう ことが
むずかしいばあいは、そうだんを
して ください。

保険料免除: ほけんりようが、やすく
なる、または はらわなくても よくなる
せいど

納付猶予: ほけんりようの しはらい
を まつてくれる せいど

そうだんを しに いきましょう。

国民年金
保険料免除 の
そうだんが したいです。

国民年金
繳納年金保險金為法律規定的義務。
當您年滿65歲時，國家將支付年金，對於您的
生活做補助。
如果您對於支付年金感到困擾，請前往諮詢。
免除保險費: 保險費減額，甚至獲得免除的制度。
延緩支付: 國家給您時間，等待保險費支付的
制度。
先去問一問。
我想進行免除年金保險費的諮詢。



胡屋的「苦瓜日」

苦瓜節快樂!

您知道5月8日是「苦瓜日」嗎?這是沖繩人特有的節日。因為「5・8」的日本語發音為「GO・YA」,正好與苦瓜的沖繩語協音。多吃苦瓜,不但可以保持健康,更是在沖繩炎熱酷暑中的消暑聖品。人說良藥苦口,如果苦瓜能不這麼苦,那就太好了。

沖繩市胡屋,每年的苦瓜日都會特別舉行慶祝活動。今年的5月8日(週三)下午5點8分開始,KOZA商店街連合會主辦的「元祖苦瓜日」慶祝活動。將有免費分配苦瓜十錦炒(GoyaChyamplu)的活動。還設立有小吃攤位。也有民謠、烏克麗麗演奏及EISA表演。歡迎前來玩耍。



● 為什麼苦瓜讓我們健康 ●

- ◎植物胰島素的成份可以讓血糖安定。
- ◎活性化的自然殺手細胞可以抑制癌細胞成長。
- ◎苦瓜具有抗酸化作用的維他命C, 可以抗壓及促進身心疲勞的恢復。
- ◎與肉類一同食用可以加強抗酸化作用。
- ◎含有其他的營養素:β-胡蘿蔔素、維他命B1、鉀、磷、鐵粉與礦物質。

● 如何減少苦味 ●

- ・選擇沖繩縣產肥短型的苦瓜
 - ・內部白色的棉絮部分盡可能除去
 - ・切片之後請嚐試以下的方法
 - * 水中浸泡
 - * 用鹽搓揉之後放置
 - * 用水穿燙
- 烹飪時...**
- * 油炸或用多量的油炒可以抑制苦瓜的苦味



健康烹調體驗

內容: 健康烹調實習與品嘗(午餐)
對象: 沖繩市民或通勤者
日期: 1) 5月31日(五)上午10:00~12:30
2) 6月26日(六)上午10:00~12:30
場所: 1) 沖繩市福祉文化廣場
2) 沖繩市社會福祉中心
人數: 20人(依報名先後) 費用: 免費
攜帶物品: 圍裙、三角頭巾
報名截止日: 5月24日(五)下午5:00止
【諮詢專線】市民健康課
中村、下地(內線2243)

和爸爸一起烹飪

內容: 父子一起烹飪與食育體驗
對象: 住在沖繩市6歲以上至小六生為止的兒童和父親(祖父可)
日期: 6月16日(日)上午10:00~12:30
場所: 沖繩市福祉文化廣場
人數: 8組(報名人數超過時抽籤決定)
費用: 免費 攜帶物品: 圍裙、三角頭巾
報名截止日: 6月6日(四)下午5:00止
【諮詢專線】市民健康課
健康推進係(內線2242)

兒童烹飪教室

內容: 兒童烹飪實習(預定以早餐為主題)
對象: 住在沖繩市6歲以上至小六生兒童(家長可以參與品嘗)
日期: 5月25日(六)上午10:00~12:30
場所: 沖繩市社會福祉中心
人數: 16人(報名人數超過時抽籤決定)
費用: 免費 攜帶物品: 圍裙、三角頭巾
報名截止日: 5月20日(一)下午5:00止
【諮詢專線】市民健康課
健康推進係(內線2242)

透過茶道 文化體驗講座 5月 學習日本文化與精神

享受抹茶和和菓子之餘,透過茶道體驗日本文化
期間: 6月1日(週六)下午2:00~4:00
講師: 宮平和子
對象者: 一般成人
費用: 免費
人數: 30人(依報名順序)
報名日期: 5月1日(三)~15日(三)請先預約
受理時間: 上午10:00~下午6:00
【諮詢專線】KOZA國際交流中心(KIP)
☎098-989-6759 平江(hirae)



親愛的讀者們

新年度開始一個月,您是否漸漸適應了新環境?日本有所謂的「五月病」,在環境變化之際,請注意您身心的變化,適時的舒緩壓力,以保持身心健康。

家裡的小朋友剛上從私立幼稚園上公立小學,截然不同的環境,小朋友緊張,日本學校的做法完全不了解的我,更是常常不知所措。為了積極了解學校生活,加入了PTA委員會。積極參與之餘,當然也要適時舒緩!

離鄉背井的外國生活隨時充滿挑戰。讓我們一起加油!

中文編輯 megumi

沖繩市役所

為沖繩市的外國居民服務

沖繩市政府 文化觀光課

〒904-8501 沖繩県沖繩市仲宗根町26番1号
電話: 098-929-0261 (中文可)
傳真: 098-939-7341
電子郵件: kokusaich@city.okinawa.okinawa.jp
市府首頁 <http://www.city.okinawa.okinawa.jp>

沖繩市政信息的外文報,以中文、英文分別發行,並提供免費郵送服務。歡迎以電子郵件、傳真、或來電方式進行登記。已經登記的讀者,地址變更時也請向文化觀光課提出。

【提出用】姓名: _____
地址: _____
電話: _____
Email: _____

※ 您所登記的姓名、地址及連絡資料僅做為外文報郵寄使用。

沖繩市政府 文化觀光課