



中国語情報 伊賀

伊賀市
多文化共生中心伊賀市
国際交流協会伊賀市生活の
外国人生活指南

発行・編集：伊賀市国際交流協会（☎070-4455-4900）・伊賀市多文化共生課（☎0595-22-9702）
此信息报的情报选自「広報いが」等，请扫描二维码浏览官网信息。

伊賀市の总人口：82,683人

伊賀市在住外国人：6,378人

占人口の：7.71%

2026年4月末的数据

信息 お知らせ

将缩短伊賀市役所の开所（行政窗口等受理）时间

いがしやくしょ まどぐち じかん
伊賀市役所の窓口などの時間が変わります

请注意 多文化共生課 和在ハイトピア伊賀内の 多文化共生中心 的受理时间也如下变更

【开始日期】2026年9月1日（周二）

【变更后的受理时间】9:00～16:30

【受理时间变动场所】●本庁舎・支所・ハイトピア伊賀内の行政窗口

●ゆめが丘浄水場管理本館（上下水道部）



请确认 2026 年度市・县民税、森林环境税

れいわ ねんど し けんみんぜい しんりんかんきょうぜい
令和8年度市・県民税、森林環境税

◆6月12日（周五）寄送纳税通知书

市・县民税及森林环境税可通过金融机构、便利店、手机应用等方式交纳。请务必按时交纳。

【普通征收的交纳期限】4次/年：6月、8月、10月、1月的月末 ※如遇周六、日或节假日，顺延至下一工作日。

在确定申报表中，若选择“自己交纳”方式交纳除工资、公共年金等以外（4月1日未满65岁者，指工资所得以外）的住民税，将依据课税计算结果寄送纳税通知书。

关于从工资中扣除的税额，请确认寄送给工作机构的通知书。

【针对从公共年金中扣除（特别征收）的人士】

年龄在65岁及以上，有年金所得且有市・县民税纳税义务的人士，将通过年金的特别征收方式交纳。

※除年金以外的其他所得税额，将采用普通征收或工资扣除方式。

※未从年金中扣除介護保险费或税额超过老年基础年金等金额的人，将采用普通征收。

【问询处】税务课 电话 0595-22-9613

请利用给付型奖学金

きゅうふがた しょうがくきん りょう
給付型の奨学金を利用しませんか

【每个人都能闪耀的伊賀市奖学金】

【对象者】符合以下所有条件的人

●本人・监护人均在市内有住所（因学习而变更住址的情况除外） ●在高中、专科学校、大学等就读

●2026年4月1日的时间点，年龄30岁未満 ●监护人2026年度住民税所得割额合计在1万日元以下

【资助金额】

◇ 高中、专科学校等：每年72,000日元（第一年入学时额外增加10,000日元作为入学奖学金）

◇ 大学、短期大学及符合条件的专科学校等：每年84,000日元

伊賀市ササユリ奖学金

【对象者】符合以下所有条件的人

●本人在市内有住所（因学习而变更住址的情况除外）

●在大学、短期大学第一年或高等专科学校第四年在读

●从市内的中学或高中毕业的人 ●2025年的家庭全员年所得在780万日元以下

【资助金额】240,000日元/年 【资助人数】2人（书类选拔、面试等的合格者）

※所有奖学金均无需偿还。不能同时领取多项奖学金。

【申请方法】亲自递交或邮寄（申请表可从官方网站下载。）

【申请期限】6月12日（周五）至30日（周二）

【申请・问询处】教育总务课 电话 0595-22-9644



本月的纳税

こんげつの のうぜい

市县民税、森林环境税（第1期）

本月纳税期限 6月30日（星期二）

【问询处】收税课 电话 0595-22-9612

直接向医疗机构预约的癌症筛查（个别筛查） 個別がん検診

请确认日期，直接和医疗机关预约，请说「伊賀市のがん検診を受けたい」。医疗机构请参阅「広報いが6月号（第6页）」。

检查项目	胃癌		大肠癌	前立腺癌	子宫癌		乳癌	肺癌
	胃内视镜	胃部X光	检便	采血	颈部	颈部・体部	X光检查	X光检查
对象者	40岁开始		40岁开始	50岁开始	20岁开始		40岁开始	40岁开始
负担额	74岁为止	3800日元	4500日元	1200日元 40-69岁者免费	1000日元	1600日元	2400日元	2500日元
	75岁起	2000日元	2500日元	800日元	600日元	700日元	1200日元	1200日元



通过巡诊车检诊（集中癌症筛查） 集団がん検診

【预约方法】

① 扫描二维码预约，6月1日（周一）开始 ※该预约方法还可报名后期（10至3月）进行的癌症筛查。

② 电话预约，6月9日（周二）开始。预约电话 0595-22-9653（工作日的8:30至17:15）

※根据不同的筛查项目，通过电话可接受预约的日期可能不同，请事先确认。

※听觉残障等不便使用电话报名的人，可到担当课、或通过传真等方式报名。

※在同一年度中没有接受过相同项目检查的。

※如现在有比较在意的症状的话，请去医疗机关受诊。

检查名	内容	对象者	负担额 (74岁以下)	负担额 (75岁起)
胃癌	喝钡餐、胃部X光检查	20岁开始	1800日元	800日元
大肠癌	采集大便进行检查	20岁开始	800日元 (40-69岁者免费)	500日元
前立腺癌	血液检查	50岁开始男性	800日元	500日元
子宫癌	采取子宫颈部细胞检查以及视诊	20岁开始女性	1400日元	500日元
乳癌	乳房的X光检查。	30岁开始女性	1600日元	800日元
年轻人健诊	身体测定、血液检查、心电图等	20-39岁	3400日元	

※个别癌检诊和集团癌检诊中的大肠癌，40岁至69岁的人士免费。

女性专用检诊 女性のための検診

※提供托儿服务（免费）

【预约方法】 仅限扫描二维码的预约 【检诊日】 9月10日（周四）上午9:30至11:30

【检诊地点】 ハイトピア伊賀4楼 【检诊内容】 大肠癌、子宫癌、乳癌（超音波）

【费用】 乳癌（超音波）1600日元 其他检查费用请参看「広報いが6月号（第4页）」



※乳癌（超音波）检查的对象：

1987年4月2日～1997年4月1日出生的女性，以及超过40岁、怀孕中、哺乳中或断乳未满一年的女性。

【问询处】 健康推进课 电话 0595-22-9653

国民健康保险特定健诊和后期高龄者健诊 特定健診と後期高齢者健診

加入国民健康保险和后期高龄者医疗制度的人士，请参加健诊。针对对象者，6月下旬将邮送受诊券、提问表等，个人负担费用。国民健康保险特定健康诊查也可参加集中健诊。

	国民健康保险特定健康诊查	后期高龄者健康诊查
对象者	40岁～74岁，伊賀市国民健康保险加入者 ※市内指定医疗机构同时受诊的话，大肠癌筛查免费	75岁开始的后期高龄者医疗制度加入者，在8月31日前 是被保险者的※包括65岁以上被认定有一定的残疾的
实施期间	7月1日（周三）～11月30日（周一）※休诊日除外	
实施场所	县内受委托的医疗机关	
健诊内容	问诊、身体测定（身長、体重、腹围测定）、血压测定、尿检查、血液检查（脂质、肾肝功能、糖代谢、尿酸代谢、白血球数），贫血检查（红血球数、血色素量、血细胞比容值）、心电图 ※后期高龄者健康检查中没有腹围测定。医生认为有必要的场合的检查项目：眼底检查	
所带物品	受诊券 个人编号保险证 或 资格确认书・提问票	
问询处	保险年金课 电话 0595-41-1003	三重县后期高龄者医疗广域连合 电话 059-221-6884



婴幼儿健诊和咨询 こ ども の けんしん と さんだん

市役所将会发送有关健诊日等信息的通知。

【电话】 健诊 / 育儿支援课: 0595-41-1556 【电话】 婴幼儿咨询 / 育儿支援室: 0595-22-9665

1岁6个月儿童的健诊	6/18、7/16	13:00 ~ 14:30	【携带物品】
3岁儿童的健诊 (3岁6个月)	6/9、6/30、7/28	ハイトピア伊贺 4楼	母子健康手册、问诊表等
婴幼儿咨询	6/1、6/5、6/17 7/3、7/6、7/15	身体测量、保健师营养师等对应, 详情请参阅市官网。	

◎请保有可方便就诊的「かかりつけ医」(常治医), 休假日或者夜间因急病需受诊时请参考此页信息, 就诊前请拨打电话, 并请带好可确认健康保险等信息的相关证件。

◆伊賀市^{い が し}急^{きゅう}診療^{しんりょう}所^{じょ} 伊賀市^{い が し}急^{きゅう}診療^{しんりょう}所^{じょ}
【电话】0595-22-9990 【诊疗科目】一般诊疗・小兒科
【地址】伊賀市上之庄 1700 番地 1 (岡波综合病院近側)
【时间】周一至周六 20:00-23:00
周日节假日 9:00-12:00, 14:00-17:00, 20:00-23:00

◆救急医院名	时间表		
上野综合市民病院 电话: 0595-24-1111	周一至周五	周六、周日、节假日	
	17:00 - 次日 8:45	8:45- 次日 8:45	
名张市立病院 电话: 0595-61-1100	周一至周五	周六、周日、节假日	
	17:00 - 次日 8:45	8:45- 次日 8:45	
岡波综合病院 电话: 0595-21-3135	周一	周三	周日、节假日
	17:00-次日 9:00	17:00-次日 8:45	9:00-次日 8:45

◆三重県^{み え け ん}救^{きゅう}急^{きゅう}医療^{いりやう}情報^{じょうほう}センター^{せんたー} 三重县急救医疗信息中心
该中心可提供您有关您所在地区的医院的信息。
【电话】059-229-1199

◆みえ^こ子ども^{いりやう}医療^{だいいやう}ダイヤル^{だいいやう} ☎ #8000 三重儿童医疗热线
【时间】周一至周六 19:00 至次日 8:00
周日节假日 8:00 至次日 8:00
日语以外, 可对应 22 种语种的咨询。



◆伊賀市^{い が し}救^{きゅう}急^{きゅう}・健康^{けんこう}相談^{さんだん}ダイヤル^{だいいやう}24
伊賀市急救健康咨询 24 小时专线
24 小时可免费接受身心方面的各种咨询。
【电话】0120-4199-22

6 月	<小兒科以外的诊疗>					
周日	周一	周二	周三	周四	周五	周六
	1 おかなみ 岡波	2 なばり 名張	3 おかなみ 岡波	4 なばり 名張	5 うえの 上野	6 なばり 名張
7 おかなみ/なばり 岡波/名張	8 おかなみ 岡波	9 うえの 上野	10 おかなみ 岡波	11 なばり 名張	12 うえの 上野	13 うえの 上野
14 おかなみ 岡波	15 おかなみ 岡波	16 なばり 名張	17 おかなみ 岡波	18 なばり 名張	19 うえの 上野	20 なばり 名張
21 おかなみ/なばり 岡波/名張	22 おかなみ 岡波	23 うえの 上野	24 おかなみ 岡波	25 なばり 名張	26 うえの 上野	27 うえの 上野
28 おかなみ 岡波	29 おかなみ 岡波	30 なばり 名張	急救只能利用当班医院			

咨询窗口

相談 窓口

市役所接受有关工作、教育、保险、年金(养老金)、育儿、税金、签证等和生活相关的生活咨询, 咨询免费(根据咨询内容, 也有可能无法受理)。如果您有什么感到困惑烦恼的事, 请来咨询。

■伊賀市役所多文化共生课(伊賀市四十九町 3184 市役所 2 楼)
【可对应时间】工作日的 8:30 至 17:00 ☎ 0595-22-9702

■伊賀市多文化共生中心(伊賀市上野丸之内 500 ハイトピア伊賀 4 楼)
【开所时间】工作日的 9:00 至 17:00 ☎ 0595-22-9629
【中文可对应时间】周一、周四的 9:00 至 17:00 (节假日除外)

中心定期举办行政书士的免费咨询会, 就签证、国际结婚等接受咨询。

咨询为预约制, 可拨打电话 0595-22-9702 进行预约。

【时间】7 月 2 日(周四) 13:30 至 16:00 为止
【地点】伊賀市多文化共生中心

日语学习教室

勉強の ご案内

※详情请询问各教室, 或参阅各教室的 Facebook 或网站

ささゆり学习支援教室

ささゆり きょうしつ

使用日语辅导学校学习。

【对象者】小学 5 年级至中学 3 年级的学生
【时间】周六 14:00~16:00
【场所】伊賀市综合福祉会馆 2 楼
【费用】200 日元/次
【问询处】伊賀之传丸
事务所电话 0595-23-0912
携带电话 080-3590-7612

伊賀日本語之会

いが にほんご の かい

学习日语以及辅导日本能力检定考试。

【时间】周三晚上 19:30~20:40
周六晚上 19:00~20:30
【场所】伊賀市综合福祉会馆 2 楼
【费用】200 日元/次
【电话】伊賀日本語之会事務局
090-3425-7099

日语汉字教室

にほんごかんじきょうしつ

学习小学的日语汉字。

【对象者】小学 1 至 4 年级为止的儿童
(需要事先报名)
【时间】周三 15:30~16:30
【场所】ハイトピア伊賀 4 楼
【费用】300 日元/月
【报名、问询处】伊賀市国际交流协会
(ハイトピア伊賀 4 楼)
【电话】070-4455-4900



储备饮水 防患未然 さいがい そな みず じゅんぴ
災害に備えて水を準備しましょう！



从6月开始，日本进入汛期，称为梅雨季。梅雨季节会大量降雨，请频繁确认天气预报吧。

在大雨时，存在洪水灾害和土壤流失的危险。请远离河流和陡坡，感到危险时请提前避难。

为应对灾害引起的断水，请在家准备好饮用水。建议以每人每天3升的标准，至少准备3天的量。请确认瓶装水的保质期，并存放在阴凉处。请购买所需要的量。如有需要，也请准备储水容器（如水桶或空的塑料瓶）。

【问询处】防灾危机对策局 电话：0595-22-9640

信 息 お知らせ

预防中暑，健康度夏！ ねっちゅうしゅう き
熱中症に気をつけましょう

◆热中症（中暑）由高温高湿环境引起，身体水盐失衡，调温功能失调。室内外都可能发生，严重时危及生命。

◆症状包括头晕、黑眼、哈欠、抽筋、头痛、呕吐、乏力，重则意识障碍、抽搐等

【预防措施】

- 均衡饮食、充分休息。
- 勤补水，即使不口渴也要喝水。感觉口渴时，已经严重缺水。
- 避免直射阳光，穿凉快衣物，携带遮阳伞或帽子，并注意外出时间。
- 使用空调或风扇，室温控制在28℃左右。
- 注意车内温度：晴天外气温25~27℃时，关闭车窗一小时内车内温度可升至60℃左右。即使孩子睡得很熟，也不要短时间离开座位或让孩子单独留在车内，非常危险。



【中暑应急措施】

- 请迅速转移到凉快的场所并松开衣服
- 让身体降温
- 补充水分盐分
- 如出现无法喝水或失去意识等严重症状，立即就医或拨打119。

【问询处】伊贺消防署 管理课 电话 0595-24-9120

粗大垃圾上门回收（收费） そだい す とき
粗大ごみを捨てる時

针对市内有地址的人，收集无法放在集中点的家具、寝具、自行车、暖风机、电器等。每件需购买200日元的处理券，最多可申请5件。※部分物品无法回收。

【申请方法】

- ① 打电话至粗大垃圾受理中心申请
- ② 在市指定的粗大垃圾处理券销售点购买粗大垃圾处理券
※ 销售点请参阅伊贺市垃圾分别应用软件或市官网等。
※ 伊贺北部管辖范围内以及伊贺南部管辖范围内的粗大垃圾处理券不一样，请注意
- ③ 在粗大垃圾上贴好处理券，预约日上午9点前（青山支所管内的是上午8点半前）在指定场所扔出。



【申请受理时间】 8:30-17:00（节假日、周六周日、12月29日~2027年1月3日除外）

【申请、咨询电话】

- 伊贺北部粗大垃圾受理中心 电话 0595-20-1255（上野、伊贺、岛之原、阿山、大山田支所管内）
- 伊贺南部粗大垃圾受理中心 电话 0595-64-8700（青山支所管内）

请正确投放垃圾 ごみは正しく捨てましょう

非法倾倒将面临最高5年监禁或1000万日元以下罚金，或两者兼施。非法在隐蔽地点倾倒家电、轮胎等的行为屡禁不止。市与社区、警方合作，设置标识牌、巡逻等措施，防止非法投放。

【问询处】さくら回收中心 电话 0595-20-9272

儿童手当 じどうであて げんきょうとどけ だ
児童手当の現況届を出してください

需要提交的对象：抚养着年龄在18至22岁（非学生）的人士，或与配偶分居（包括离婚协议中的情况），或与儿童分居，或收到市役所通知的人士等。

提交期限：6月30日（周二）

【问询处】儿童政策课 电话 0595-22-9677

阿山 B&G 海洋中心市营泳池开放 あやま かいようせんたー プールが開きます

【开放期间】6月27日（周六）~9月23日（周三・祝）

※每周二休息日

【可利用时间】9:00~12:00、13:30~16:30、18:00~21:00

※每个时段结束时，会更换入场人员。

【收费】300日元/成人，150日元/中学生及以下，50日元/婴幼儿

※小学二年级以下需由监护人陪同。※为避免更衣室拥挤，建议自家穿泳衣前来。

【问询处】阿山 B&G 海洋中心 电话 0595-43-1380