



とよなか市 市民局 マシク सूचना पत्र とよなかしからの おしらせ



नेपाली संस्करण/ネパール語版

प्रकाशन: तोयोनाका नगरपालिका मानव अधिकार नीति विभाग 2024 सेप्टेम्बर अंक

発行: 豊中市人権政策課 2024年 4月号

毎号 豊中市人権政策課 2024年 4月号

発行: 豊中市人権政策課 2024年 4月号

यो सूचना पत्र, तोयोनाका नगरपालिका र यसका सम्पूर्ण शाखा कार्यालयहरु, तोयोनाका अन्तर्राष्ट्रिय केन्द्र "कोकुसाई कोर्यु सेन्टर", सामुदायिक भवनहरु र पुस्तकालयहरुमा उपलब्ध छ। नगरपालिका वा तोयोनाका अन्तर्राष्ट्रिय केन्द्रको वेबसाइटमा पनि यो सूचना पत्र हेर्न सकिन्छ। साथै, अंग्रेजी भाषामा मात्र प्रकाशित हुने पत्रको लागि बायाँको चिन्हबाट, को चिन्हबाट रजिस्टर गरेमा हरेक महिना इ-मेल मार्फत पठाइनेछ।



このおしらせは、市役所、とよなか国際交流センター、各出張所、公民館、図書館などに おります。
豊中市、とよなか国際交流センターのホームページでも見ることができます。また、英語版のみ、左のマークから登録すればメールで送ります。

तोयोनाकामा बिदेशी नागरिकहरुका लागि परामर्श काउन्टर

तोयोनाका नगरपालिकाको पहिलो भवनको पाचौँ तल्लाको 502 नम्बरको काउन्टरमा अंग्रेजी र चिनियाँ भाषामा सोधपूछ सरसल्लाह गर्न सकिने काउन्टर रहेको छ। नगरपालिकाका कार्य प्रक्रियाको अनुवाद वा अन्य नबुझिएको कुरा भएमा यहाँ आउनुहोस्।

अंग्रेजी भाषा: सोम, मंगल, बिहि र शुक्रबार चिनियाँ भाषा: बुधबार

समय: 10:00~17:00 (12:00~13:00 बाहेक)

★अन्य भाषा र समयको लागि कम्तिमा 1 हप्ता अघि जानकारी दिनुहोस्।

★ सम्बन्धित बिभागमा प्रत्यक्ष सम्पर्क गर्दा जापानी भाषामा बोल्नु पर्ने हुन्छ। अंग्रेजी र जापानी भाषामा सोधपूछ गर्नका लागि तलको तोयोनाका नगरपालिकाको नम्बरमा सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ।

豊中市の外国人相談窓口

豊中市役所 第一庁舎5階502番に、英語、中国語で話せる 窓口があります。

市役所での 手続きの通訳、その他 分からないことがあれば 来てください。

英語: 月・火・木・金曜日 中国語: 水曜日

時間: ともに10:00~17:00(12:00~13:00を除く)

★ほかの日時・言語は 1週間前までに 問い合わせてください。

★ 担当の部署へ直接連絡するときは日本語をお願いします。

英語と中国語による問合せは下記の豊中市役所の番号で受け付けています。

तोयोनाका नगरपालिका ☎06-6858-2730 फ्याक्स:06-6846-6003 इमेल: jkokusai@city.toyonaka.osaka.jp

तोयोनाका कोकुसाई कोर्यु सेन्टर (हान्क्यू तोयोनाका स्टेसन अगाडीको "एत्रे तोयोनाका" छैठौँ तल्ला) मा तपाईंले जापानको जनजीवनको बारेमा जुनसुकै कुरा पनि सल्लाह गर्न सक्नुहुन्छ। (दाम्पत्य जीवन, शिक्षा, बालबच्चा हुर्काउने सम्बन्धि, रेसिडेन्ट परमिट, कागजी प्रक्रिया, जापानी भाषा, मानवीय सम्बन्ध, काम, बिमा आदि)

सोम, मंगल, बिहि, शुक्र, शनिबार: अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, फिलिपिनो, भियतनामी, नेपाली, थाई, इन्डोनेशियाली, स्पेनी भाषा (सोम र मंगलबार सेन्टरमा आउनु हुँदा टेलिफोन वा अनुवाद गर्ने यन्त्र को सहायताले भाषा अनुवाद गरिनेछ। पोर्चुगाली भाषाको को लागि १ हप्ता पहिले बुकिंग गर्नु पर्दछ।)

★सर्वजनिक बिदा र वर्षान्त र नयाँवर्षमा सेन्टर बिदा हुनेछ।

समय: 11:00~16:00

(सेन्टरमा आउने तरिकाको लागि दायाँ पट्टि को चिन्ह रिड गर्नुहोस्।)



とよなか国際交流センター(阪急豊中駅前「エトレ豊中」6F)では日本語での生活について、何でも相談できます。(夫婦関係、教育、子育て、在留資格、手続き、日本語学習、人間関係、仕事、保健 など)

月・火・木・金・土曜日: 英語、中国語、韓国・朝鮮語、フィリピン語、ベトナム語、ネパール語、タイ語、インドネシア語、スペイン語(月・火はセンターに来られた場合、電話か翻訳の機械で通訳できます。ポルトガル語は1週間前に予約してください)

★祝日と年末年始は休み

時間: 11:00~16:00 (センターへのアクセスは右のマークから)



तोयोनाका अन्तर्राष्ट्रिय केन्द्र ☎06-6843-4343 फ्याक्स:06-6843-4375 इमेल: atoms@a.zaq.jp

★सूचनाका बिषयहरु परिवर्तन हुन सक्ने भएकोले ध्यान दिनुहोस्।

—★—★—★— यो महिनाको सूचना —★—★—★—

■एप्रिलबाट राष्ट्रिय पेन्सन बीमा तरिफ परिवर्तन हुनेछ।

2024 वर्षको बीमा कर तरिफ, मासिक 16 हजार 9 सय 80 येन (निश्चित) मा सुधार गरिएको छ। बीमा कर रकम लाई निश्चित समयको एक मुस्त अग्रिम भुक्तानी गर्नुभयो भने त्यसले छुट प्राप्त गर्दछ।

साथै, मासिक 400 येनको अतिरिक्त बीमा करलाई नियमित बीमा करमा थप गर्दा, भविष्यका वृद्धावस्था आधारित जीवन बीमाको रकमलाई वृद्धि गर्न सकिन्छ।

सोधपूछका लागि: <अतिरिक्त बीमा करलाई समावेश बारेमा> राष्ट्रिय जनसंख्या पेन्सन कार्यालय ☎06-6858-2264

<राष्ट्रिय जनसंख्या पेन्सन बीमा करको बारेमा> तोयोनाका

पेन्सन कार्यालय ☎06-6848-6831

■प्रीफेक्चुरल आवासका लागि भर्ना खुलेको छ।

प्रीफेक्चुरल आवासका लागि वा काम गर्ने व्यक्ति। आय मा सीमा लाग्छ।

आवेदन पत्र वितरण: अप्रिल 1 (सोम) देखि अप्रिल 15 (सोम)

वितरण स्थान: शहरीय आवास भर्ना・प्रबन्ध केन्द्र (शहर प्रशासन द्वितीय भवन),

शोनाइ (चोकोरा भित्र) र नयाँ सेनरीको प्रत्येक शाखा कार्यालय, स्टेप

आवेदन: अप्रिल 15 (सोम) (खरिदमा प्रभावी) समयसम्म ओसाका प्रीफेक्चुर मा आवास प्रवेश आवेदन सहायक केन्द्रमा आवेदन पत्र पठाउनुहोस्। प्रीफेक्चुर को वेब

साइट बाट पनि आवेदन गर्न सकिन्छ।

सोधपूछका लागि: सेनरी प्रबन्ध केन्द्र ☎06-6155-2782

★お知らせの内容は変更になる場合がありますので、ご注意ください。

—★—★—★— 4月からのお知らせ —★—★—★—

■4月から国民年金保険料が変わります

2024年度の保険料が、月額1万6千980円(定額)に改定されます。保険料を一定期間分まとめて前払いすると割引があります。

また、定額保険料に月額400円の追加保険料を上乗せして納めると、将来の老齢基礎年金の額を増額することができます。

問い合わせ: <追加保険料の上乗せについて>国民年金係

☎06-6858-2264

<国民年金保険料について>豊中年金事務所

☎06-6848-6831

■府営住宅の入居者募集

府在住か在勤の人。所得制限があります。

申込用紙の配布: 4月1日(月)~15日(月)

配布場所: 市営住宅募集・管理センター(市役所第二庁舎)、庄内(ショ

コラ内)・新千里の各出張所、すてつぷ

申し込み: 4月15日(月)(消印有効)までに大阪府営住宅入居申込担当窓口へ申込用紙を送ってください。府HPからも申し込み可。

問い合わせ: 千里管理センター☎06-6155-2782

■ स्वास्थ्य जाँच गरौं।

नागरिक स्वास्थ्य जाँच (30 वर्ष देखी 39 वर्ष उमेर को लागि), विशेष स्वास्थ्य जाँच (40 वर्ष देखि 74 वर्षका शहरको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा भएका व्यक्तिहरू) संगै, प्रत्येक क्यान्सर जाँच, हड्डी घनत्व मापन, दाँत स्वास्थ्य जाँच निःशुल्क गरी स्वास्थ्य जाँच गर्न सकिन्छ।

लक्षित व्यक्तिहरूले मेडिकल जाँच टिकट / स्वास्थ्य जाँच कार्ड को टिकट पठाइएको छ।

साथै, पेटको क्यान्सर, स्तन क्यान्सर, गर्भाशय क्यान्सर जाँच 2024 वर्षको बीमा जोर सन्ख्या उमेरमा हुने व्यक्तिहरूका लागि लागू गरिएको छ।

थप विवरणको लागि नगरको होम पेज हेर्नुहोस्।

आवेदन: प्रत्येक चिकित्सकीय संस्था (शहर को होम पेज सन्दर्भ)

सोधपुछका लागि: स्वास्थ्य जाँच पूछताछ डायलर ☎ 06-6152-7538

■ नयाँ प्रकारको कोरोना भाइरस संक्रमणको लिने व्यवहारमा परिवर्तन हुनेछ।

तोयोनाका नयाँ कोरोना भाइरस संक्रमण केन्द्र मार्च 29 (शुक्रबार) मा समाप्त भई, औषधि र अस्पताल चिकित्सा खर्चको सार्वजनिक जिम्मेवारी मार्च 31 (आइतबार) मा समाप्त हुनेछ।

ज्वरो आदी लक्षण देखा परेको अवस्थामा कृपया नियमित सल्लाहा लिने कृपया स्थानीय डाक्टर सँग सल्लाहा गर्नुहोस्।

देखिन सक्ने चिकित्सकीय संस्थान ओसाका फु को होम पेजमा प्रकाशित गरिएको छ।

सोधपुछको लागि: स्वास्थ्य संकट उपाय कार्यालय ☎ 06-6152-7316

■ राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा मा सदस्यता भएको सदस्यहरूलाई खेलकुद सुविधा प्रयोग शुल्क सहयोग

शहरको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा प्रणालिद्वारा बीमा गरिएकाहरूलाई आधा मुल्यमा शहरको शारिरीक शिक्षा सुबिधाहरू प्रयोग को टिकट (हचुराचु टिकट12 वटा)पाइन्छ। (वर्षको 1 पटक मात्र)

प्रयोग सहायता टिकट चाही पछिलो दिन पठाइनेछ।

आवेदन: अप्रिल 1 (महिना) देखी शाहरको होम पेज अथवा बीमा कार्ड लिएर स्वास्थ्य लाभ बिभाग स्योउनाइ सिन्सेनरी को प्रत्येक शाखा।

सोधपुछको लागि: बिमा लाभ बिभाग ☎06-6858-2295

■ परमर्श रिसिप्शन को सुची प्रकाशित

परमर्श को रिसिप्शन बाट अप्रिलको सार्वजनिक सुचना सङ्के बितरण गर्दै छ। 1वर्ष सम्म सुरक्षित साथ रख्नुहोस। शहरको होम पेज बाट पनि हेर्न सकिन्छ।

सोधपुछको लागि: सुचना सार्वजनिक रणनीति बिभाग ☎06-6858-2028

—★—★—★— कार्यक्रम —★—★—★—

■ बिदेशिहरूको लागि विपद् रोकथाम सेमिनार

मिति: अप्रिल 22 (सोमबार) 30:30 बजे देखि 15:30 बजे सम्म

स्थान: तोयोनाका कोकुसाइ कोउर्युउ सेन्टर

विषय: जापानका विपद् बारेमा शिक्षा, तयारी। अङ्ग्रेजी,चाइनिज, कोरियाली, फिलिपिनो, नेपाली, थाई, भियतनामी, इन्डोनेसियाली भाषामा अनुवाद छ।

अप्रिल 18 (बिहिबार) सम्म आवश्यक अनुरोध गरिनुहोला। अन्य भाषाको लागि संपर्क गर्नुहोला।

लक्षित: बिदेशिहरू 20 जना। पहिलो आउने माच्छेको आधार मा

आवेदन र सम्पर्क: तोयोनाका कोकुसाइ कोउर्युउ सेन्टर ☎ 06-6843-4343

■ केन्सिनを受けましょう

市民健診(30代の人)、特定健診(40歳~74歳の市国民健康保険被保険者)のほか、各がん検診、骨密度測定、歯科健診を無料で受診できます。

対象者には受診券・けんしん受診票ハガキを送付しています。

また、胃がん・乳がん・子宮がん検診は2024年度に偶数年齢になるひとが対象です。

詳しくは市HPをみてください。

申し込み: 各けんしん取扱医療機関(市HP参照)

問い合わせ: けんしんお問合せダイヤル ☎06-6152-7538

■ 新型コロナウイルス感染症の取り扱いが変わります

豊中市新型コロナウイルス感染症コールセンターは3月29日(金)で終了し、治療薬の薬剤費や入院医療費の公的負担は3月31日(日)で終了します。

発熱などの症状で受診を希望する場合は、かかりつけ医に相談してください。

診察可能な医療機関は大阪府HPでも掲載されています。

問い合わせ: 健康危機対策課 ☎06-6152-7316

■ 国民健康保険加入者に体育施設の利用率補助

市の国民健康保険の被保険者が市の体育施設を半額で利用できる利用補助券(はつらつチケット・12枚)を発行します(年度1回限り)。利用補助券は後日郵送します。

申し込み: 4月1日(月)から市HPか、保険証を持って、保険給付課、庄内・新千里の各出張所。

問い合わせ: 保険給付課 ☎06-6858-2295

■ 相談の窓口の一覧を発行

「相談の窓口」を広報4月号と同時に配布しています。

1年間大切に保管してください。市HPからも閲覧できます。

問い合わせ: 広報戦略課 ☎06-6858-2028

—★—★—★— イベント —★—★—★—

■ 外国人のための防災セミナー

日時: 4月22日(月) 13:30~15:30

場所: とよなか国際交流センター

内容: 日本の災害について学ぶ、備える。英語、韓国・朝鮮語、フィリピン語、ネパール語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語の通訳あり。

4月18日(木)までに要申込み。その他の言語について要相談

対象: 外国人、20人。先着順

申し込み・問い合わせ: とよなか国際交流センター ☎06-6843-4343