



おーい!

やさしい日本語

発行 宇都宮市国際交流プラザ (UIP)
編集 NPO 法人宇都宮市国際交流協会(UCIA)
Tel. 028-616-1563 Fax. 028-616-1568
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp
宇都宮市馬場通り 4-1-1 うつのみや表参道スクエア 5 階



目次	2 ページ	市民税・県民税の申告について	3 ページ	国際交流サロン、親子でダンシング、エコまつり 2020等
	4 ページ	宇都宮市夜間休日救急診療所		

インフルエンザなどの感染症に気をつけよう!



冬はインフルエンザにかかる人が多いよね。日本では12月から3月にかかる人が多いよ。



私の周りでもインフルエンザにかかって仕事を休んでいる人がいるけど、インフルエンザってどんな病気なの?



インフルエンザにかかると大変だよ。38度以上の熱、頭や関節、筋肉の痛みなど全身に症状が出るよ。また、普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などもあるよ。子どもは急性脳症になったり、高齢者や免疫力が下がっている人は肺炎にもなることがあるよ。



インフルエンザなどの感染症にかからないためにはどうすればいいの?



- ① 食事の前や家に帰った時、手洗いとうがいをしよう。
- ② 乾燥すると鼻の粘膜が弱くなり、インフルエンザなどの感染症にかかりやすくなるので、加湿器等をつかって適切な湿度(50%~60%)にしよう。
- ③ インフルエンザなどの感染症が流行ってきたら、出かける時に人が多く集まる場所に行かないようにしたり、マスクをしよう。



インフルエンザが流行る1か月前に、予防接種をしましょう。



もしインフルエンザなどの感染症にかかったらどうすればいいの?



- ① 具合が悪い時は早く病院に行きましょう。夜や休日に具合が悪くなったときは、市の夜間休日救急診療所(028-625-2211)が利用できるよ。
- ② たくさん寝て、水をいっぱい飲もう。
- ③ 周りの人にうつさないため、マスクをつけよう。
- ④ 人が多くいる場所や、学校、仕事などに行かないようにしよう。

中国では、鍋に酢をいれて沸騰させ、室内を殺菌している家もあるみたいだよ。



しみんぜい けんみんぜい がつついたち す
市民税・県民税（1月1日に住んでいる市に払う税金）は、前の年の1年間の収入から税額を計算します。
しゅうにゅう がく こうじょ ひつよう じょうほう ただ しんこく しんこく つた へん ねん がつついたち うつのみやし す
収入の額や控除に必要な情報を正しく申告する（伝える）必要があります。2020年1月1日に宇都宮市に住
ひと うつのみやしやくしよしみんぜいか しんこく
んでいる人は、宇都宮市役所市民税課に申告をしてください。

■うつのみやし しんこく
宇都宮市への申告について

ばしょ しんこく うつのみやしやくしよ かい
場所：市民税課（宇都宮市役所2階）

じかん 2がつ 17にち（月）～3がつ 16にち（月）※土・日・祝日は休み。2がつ 24日（月）と3がつ 1日（日）は休日

でも受け付けます。

じかん 8:30～17:15
時間：8:30～17:15

とくわい さいき しんこく
問合せ先：市民税課 028-632-2217, 2233, 2221, 2214

Q しゅうにゅう しんこく けんみんぜい かなら しんこく
収入がなくても、市民税・県民税を必ず申告しますか？

A しゅうにゅう かなら しんこく
収入がなくても、必ず申告してください。

しんこく かくみんけんこうほけんぜい こうきこうれいしやいりようほけんりょう かいごほけんりょう しえい けんえいじゅうたく やちん
申告をしないと、国民健康保険税や後期高齢者医療保険料、介護保険料、市営・県営住宅の家賃、
ほいくりょう けいさん
保育料などの計算もできません。

また、ざいりゅうしかく こうしん つか かせいしやうめいしよ ねんかん しよとく しんこく けんみんぜい
また、在留資格の更新に使う課税証明書（1年間の所得と市民税・県民税がわかるようにする紙）
のうぜいしやうめいしよ ぜいきん はら がく しんこく かなら
や納税証明書（税金を払った額をわかるようにする紙）は、申告をしないともらえません。申告が
おく しょうめいしよ ひ
遅れると、証明書をつくるのに日にちがかかり、すぐに欲しいときに証明書がもらえないので、申告
しめきり まも しんこく
の締切を守って申告をしてください。

Q ぜいむしよ かくていしんこく うつのみやし しんこく りょうほう
税務署への確定申告（※）と宇都宮市への申告を両方しますか？

A しゅうにゅう ひと ぜいむしよ かくていしんこく うつのみやし しんこく
収入がある人は、税務署に確定申告をしてください。宇都宮市への申告はしません。

しゅうにゅう ひと うつのみやし しんこく ぜいむしよ かくていしんこく
収入がない人は、宇都宮市への申告をしてください。税務署に確定申告はしません。

しゅうにゅう きゅうよ ひと かいしゃ ねんまつちようせい しんこく
収入が給与だけの人で、会社が年末調整をしているときは、申告はしません。

Q ねん がつ うつのみやし ひ こ しんこく けんみんぜい しんこく
2020年2月に宇都宮市に引っ越しました。市民税・県民税の申告はどこにしますか？

A しんこく けんみんぜい がつついたち じゅうしよ しちやうそん はら ひ こ まえ がつついたち す
市民税・県民税は、1月1日に住所がある市町村に払うので、引っ越す前の1月1日に住んで
したしちやうそん しんこく
いた市町村に申告をしてください。

※ぜいむしよ かくていしんこく
税務署への確定申告について

ねんかん しゅうにゅう ぜいむしよ しんこく しよとくぜい がく かくてい た づいか ぜいきん はら
1年間の収入を税務署に申告して所得税の額を確定します。足りないときは、追加で税金を払ったり、
はら かね かせ てつづ かくていしんこく かいしゃ ねんまつちようせい
払いすぎているときは、お金を返す手続きをします。これを確定申告といいます。会社が年末調整をして
いないときや1年間に2つ以上の会社で働いたときは確定申告をしてください。

ばしょ マロニエプラザ
場所：マロニエプラザ

じかん 2がつ 17にち（月）～3がつ 16にち（月）※土・日・祝日は休み。2がつ 24日（月）と3がつ 1日（日）は休日

でも受け付けます。

じかん 9:00～16:00
時間：9:00～16:00

とくわい さいき うつのみやぜいむしよ じどう おんせい なが ばん お
問合せ先：宇都宮税務署 028-621-2151（自動で音声があるので、「0番」を押してください。）

こくさいこうりゅう 国際交流サロン♪

- 🕒 毎月第4土曜日 16:00 ~ 18:00
- 📅 2月22日 マジックをやってみよう♪
- 😊 いろいろな国の人と楽しく交流するイベントです♪
- ¥ 無料
- @ 宇都宮市国際交流プラザ (馬場通り 4-1-1)
- ☎ 028-616-1563



うつのみやびじゅつかん 宇都宮美術館 もり 森のコンサート♪

- 🕒 2月15日(土) 11:00~12:00 (開場10:30)
- 😊 クラリネットカルテットポワールによるクラリネット四重奏
- ¥ 無料
- 定員 先着160人
- 申込 ありません
- @ 宇都宮美術館 講義室 (長岡町1077番地)
- ☎ 028-643-0100



たぶんかきょうせい 多文化共生フォーラム

- 🕒 2月15日(土) 10:00~12:00
- 😊 日本人と外国人住民が一緒に仕事・教育・生活相談・社会などをテーマにベトナム・ガーナ・中国・ニュージーランドの話聞きます♪様々な違いを知り、みんなで楽しく話しましょう!
- ¥ 無料
- @ うつのみや表参道スクエア (馬場通り 4-1-1) 6階 多目的ホール1・2
- ☎ 宇都宮市国際交流プラザ 028-616-1567

うつのみや 宇都宮KEIRIN おたいけん ファミリー向け体験イベント

- 🕒 2月16日(日) 10:00~15:00
- 😊 ・競輪(自転車レース)を体験してみよう
・お菓子釣り、ヨーヨー釣りなど
- ¥ 無料
- 申込 ありません
- @ 宇都宮競輪場(東戸祭1-2-7) 東入場門初心者ガイダンスコーナー
- ☎ 028-625-0100



おやこ 親子でダンシング♪

- 🕒 2月29日(土) 11:00~11:30
- 😊 ベラルーシ出身のイリナ先生と一緒に、親子で楽しくダンスをしよう♪
- 対象 赤ちゃんから小学校低学年まで・保護者(親)
- 定員 先着20組
- @ 南図書館おひさまひろば (雀宮町56-1)
- ☎ 028-653-7609



エコまつり 2020

- 🕒 3月7日(土)・8日(日) 10:00~15:00
- 😊 ・いらなくなった布などを使って小物づくり
工作などの体験
- ・クリーンパーク茂原の施設見学会
- ・抽選会
- ・作品の展示など
- ¥ 無料
- @ 宇都宮市環境学習センター (茂原町777-1)
- ☎ 028-655-6030



うつのみやしやかんきゅうじつきゅうきゅうしんりょうじよ
宇都宮市夜間休日救急診療所



診療所の外観



診療所入口



待合室

夜や休日に、急な病気やけがの応急的な診療をするところです。1日だけの診療で、お薬も1日分が原則です。翌日（連休を除く）には、いつも診てもらえる病院など他の病院に必ず行ってください。診療科目は内科・小児科・歯科です。

診療時間：【昼間】9:00～17:00（日・祝休日のみ）
【夜間】19:30～翌日7:00（毎日）内科・小児科
19:30～24:00（毎日）歯科

住所：宇都宮市竹林町968

☎：028-625-2211

ホームページ：http://www.umth.or.jp/kyukyu/



宇都宮市国際交流プラザ（UIP）のサービス

外国人のための総合相談



通訳ボランティアサービス

コミュニケーションで困っている人を支援するため、公的機関（市役所や入国管理局など）へ一緒に行って、通訳をします。
▶月～日曜日の 8:30-19:00
▶1回（2時間）2,000円
▶国際交流プラザで依頼書を書いてください。お金を払って、申し込んでください。

おーい！はやさしい日本語・英語・中国語・ポルトガル語・タイ語・ベトナム語で作っています。宇都宮市国際交流協会(UCIA)のHP <http://www.ucia.or.jp> で読めます。

		スペイン語 ポルトガル語	中国語	タイ語	英語
UIP ☎028-616-1564	15:00-18:00	げつ 月	か 火	すい 水	きん 金
		だい にちようび よやくせい 第4日曜日（予約制）			
市役所 ☎028-632-2834 (開設時間のみ)	9:00-12:00	もく 木	だい もく 第2木	—	—
	14:00-17:00	もく 木	—	だい もく 第2木	だい もく 第2木
行政書士相談 ☎028-616-1564	15:00-17:00	だい げつようび よやくせい 第3月曜日（予約制）			

1 ページの挿絵提供：白井 百合香、根本 夏生