

あたみし
ようこそ熱海市へ！

がいこくじんしめん
外国人市民のための
せいかつ
生活ガイドブック



あたみし
熱海市のホームページは
にじげん
二次元コードから



にほんご み ほうほう
ホームページをやさしい日本語で見る方法はP15をみてください

令和8年4月

このガイドブックのつかいかた

- ・ このガイドブックは、外国人の ^{がいこくじん} 皆 ^{みな}さんが ^{あたみし} 熱海市で ^{あんしん} 安心して ^{せいかつ} 生活 ^{つく}できるように ^つ 作りました。
- ・ 生活 ^{せいかつ}するために ^し 知 ^しっておきたいこと ^{いのち} や ^{まも} 命 ^{いのち}を守る ^{ひつよう} ために ^か 必要な ^か ことが ^か 書いてあります。
- ・ ^{こま} 困 ^{こま}ったときに ^{こま} みて ^{こま}ください。



もくじ

1. 緊急のとき 3

- ^{さいがい} 災害 ^{じしん} (地震・津波・大雨) のとき
- ^{きゅう} 急 ^{びょうき} な病 ^{かじ} 気 ^{かじ} や火事 ^{かじ} のとき
- ^{じけん} 事件 ^{じこ} や事故 ^{じこ} のとき



2. 地震・災害の準備 5

- ^{さいがい} 災害 ^お が起き ^{まえ} る前 ^{じゅんぴ} に準備 ^{じゅんぴ} しておくこと



3. 熱海市に住みはじめたらすること 6

- ^{てんにゅう} 転入 ^{てつづ} (手続 ^{ばしょ} する場所 ^も ・持 ^も っていくもの)
- ^{ほけん} マイナンバーカード・保険
- ^{こども} 子供 ^{かん} に関する ^{てつづ} 手続 ^{てつづ} き
- ^{ぜいきん} 税金



4. 生活のルールとマナー 10

- ^わ ごみ ^{かた} の分け方 ^{だし} ・出 ^{かた} 方
- ^{せいかつ} 生活 ^{こうつう} のマナー ^{こうつう} と交通 ^{こうつう} ルール
- ^{ちょうないかい} 町内会



5. 相談するところ・情報をみるところ 14

1. 緊急のとき

さいがい

じしん

おお

つなみ

おおあめ

災害（地震（大きなゆれ）・津波・大雨）のとき

じぶん み まも

★まずは自分の身を守ってください！

じょうほう かくにん

★テレビやスマホで情報を確認してください。

にほん さいがいじょうほう し

日本の災害情報などを知ることができる、スマートフォンのアプリと

WEBサイトを紹介するリーフレットです。



しずおかけん

こうしき

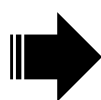
ぼうさい

静岡県

公式

防災

アプリ



iPhone
iPad



Android
chrome book

き つ

★Jアラートに気を付ける

じしん

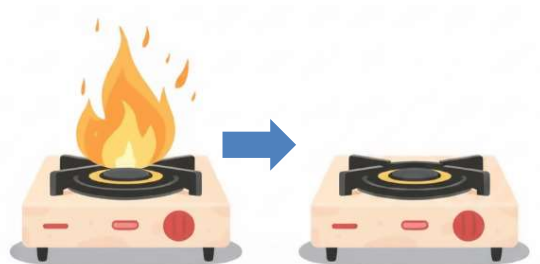
おお

地震（大きなゆれ）のとき



つくえ した はい
①机の下に入る

あたま まも
②頭を守る



にげ ひ け
③逃げるときは、火を消す



つなみ

津波のとき



たか に
高いところに逃げる



おおあめ たいふう

大雨・台風のとき



あぶ ばしょ かわ かけ い
危ない場所（川や崖）に行かない



あんぜん ばしょ ひなん
安全な場所に避難する
ひなんじょ い
（避難所に行く）

急な病気とけがや火事するとき

じかん つうやく つか えいご ちゅうごくご げんご たいおう
 ★24時間 通訳サービスが使えます、英語・ 中国語 など32言語 対応

きゅう びょうき

急な 病気とけがのとき



- きゅうきゅう
・「救急 です」と言う
- きゅうきゅうしゃ き
・救急車 に来てもらいたい
- ばしょ い
場所を言う
- いた い
・どこが痛いと言う
- なまえ でんわばんごう い
・あなたの名前、電話番号を言う



かじ 火事のとき



- かじ
・「火事です」と言う
- かじ ばしょ い
・火事の場所を言う
- なまえ でんわばんごう い
・あなたの名前、電話番号を言う

きゅうきゅうしゃ むりょう えん かる びょうき ばあい つか
 ★救急車 は 無 料 (0円) ですが、軽い 病気やけがの場合は 使うことができません。

かる びょうき ばあい ちか びょういん い
 ★軽い 病 気や けがの 場合は、近くの 病 院に 行きましょう。

あたみし びょういん
 熱海市の病院



くわ かくにん
 詳しくはホームページを確認

事件や事故のとき

事件…物を盗まれたときや ひとに殴られたときなど
事故…車や自転車が、人や物にぶつかったときなど



でんわ 110 に電話する

★110番は24時間つながります

- ・「事件です」 または「事故です」と言う
- ・いつ・どこ・なにがあったか言う
- ・あなたの名前、電話番号を言う



2. 地震・災害の準備

災害が起きる前に準備しておくこと

水と食べものの準備

・水と食べものを7日分 準備する。

・災害があったときに、すぐに持ち運べるように準備する。



避難所と避難訓練

・近くの避難所の場所をおぼえる。

・逃げるれんしゅう（避難訓練）に参加する。



ハザードマップ

・ハザードマップをみて、あぶない場所を知っておく。



3. 熱海市に住みはじめたらすること

転入（手続きする場所・持っていくもの）

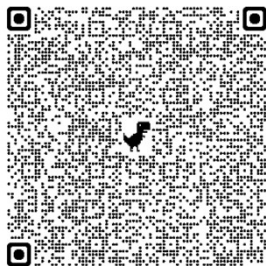
★熱海市に住みはじめて、14日以内に転入手続きしてください。

手続きする場所（市役所）

熱海市役所 市民生活課



中央町1-1
☎0557-86-6254

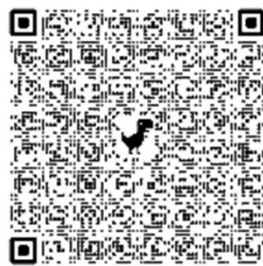


ちず かくにん
🔍 地図で確認

南熱海支所



下多賀525-1
☎0557-68-2151



ちず かくにん
🔍 地図で確認

泉支所



泉 43-5
☎0465-62-2335



ちず かくにん
🔍 地図で確認

手続きできる時間

月曜日～金曜日 8:30～17:15

持っていくもの

- ・在留カード
- ・パスポート
- ・家族も来日した場合は、家族関係（結婚・出生）を証明する書類
- ・マイナンバーカード（持っている人だけ）



マイナンバーカード・保険

マイナンバー（個人番号）・マイナンバーカードとは

・住民票がある外国人や日本人は、1人にひとつ番号をもらいます。

・保険、年金、税金の手続き、本人確認のための身分証明書や
病院で保険証として使います。



マイナンバーカードを作るには…

- ①マイナンバーのお知らせが登録された住所に届きます。
- ②市役所やインターネットで申請します。

マイナンバーカードがあると、コンビニなどで
証明書類を発行できます。

医療保険（けがや病気のために使う保険）

・日本に住む全ての人が医療保険に入ります。

・けがや病気で病院に行ったときのために、みんなでお金を出します。

・医療保険に入っていると病院にかかるお金が少なくなります。残りは保険から払います。

・医療保険のお金は、自分で払う場合と会社が給料から払う場合があります。



国民健康保険



後期高齢者医療保険



詳しくはホームページを確認

年金（年をとったときなどにももらえるお金）

・年金とは、みんなからお金を集めて、

①年をとった人

②病気やけがで体などに障害が出た人

③年金に入っていた人が亡くなったときの家族を助ける制度です。



・日本に住んでいる20さいから59さいの人はみんな年金を払います。

・自分で払う場合（国民年金）と会社が給料から払う場合（厚生年金）があります。

国民年金



詳しくはホームページを確認

子供に関する手続き

じどうてあて こ そだ とき かね
児童手当 (子どもを育てる時のお金)

こ そだ ひと こ こうこう そつぎょう
・子どもを育てている人は、子どもが高校を卒業するまでもらえます。

くわ かくにん
詳しくはホームページを確認



にゅうようじけんしん よほうせつしゅ
乳幼児健診・予防接種

にゅうようじ けんしん
乳幼児健診

むりょう あか けんこうじょうたい けんさ そうだん
・無料で赤ちゃんの健康状態の検査や相談ができます。

よほうせつしゅ
予防接種

びょうき ふせ う
・病気になることを防いだり、ひどくならないようにするために受けます。

くわ かくにん
詳しくはホームページを確認



ほいくえん ようちえん にんてい えん
保育園・幼稚園・認定こども園

しょうがっこう はい まえ ほいくえん ようちえん にんてい えん かよ
・小学校に入る前のこどもは、保育園・幼稚園・認定こども園などに通わせることができます。※手続きが必要です。

くわ かくにん
詳しくはホームページを確認



きょういく かなら う きょういく
教育 (こどもが必ず受ける教育)

しょうがっこう
小学校

さい たんじょうび つぎ がつ しょうがっこう かよ ねんかん
・6歳の誕生日の次の4月から、小学校に通うことができます。(6年間)

ちゅうがっこう
中学校

さい たんじょうび つぎ がつ ちゅうがっこう かよ ねんかん
・12歳の誕生日の次の4月から、中学校に通うことができます。(3年間)

てつづ ひつよう
※どちらも手続きが必要です。

くわ かくにん
詳しくはホームページを確認



税金とは？

- ・日本^{にほん}で働^{はたら}いた人^{ひと}、住^すんでいる人^{ひと}、買^かい物^{もの}をした人^{ひと}などは、国^{こく}籍^{せき}に関^{かん}係^{けい}なく『税金^{ぜいきん}』とい^いうお金^{かね}を払^{はら}います。

- ・税金^{ぜいきん}は、決^きま^きった期^き限^{げん}ま^までに払^{はら}う必^{ひつ}要^{よう}があ^あります。

- ・国^{くに}など^{あつ}は集^{せい}ま^きった税金^{ぜいきん}をみなさん^{せいかつ}の生^{つか}活^{くわく}のた^ため^めに使^しいま^ます。

- ・税金^{ぜいきん}につ^ついて わか^{ぜい}ら^{むし}ないとき^{しよ}は、税^ぜ務^{いきん}署^{しこ}（税^{やく}金^{しよ}の仕^す事^じをする役^{やく}所^{しよ}）や住^すんでい^いるま^まちの市^し役^{やく}所^{しよ}に相^{さう}談^{だん}してくだ^{くだ}さい。



所得税

- ・働^{はたら}いてもら^{もら}ったお金^{かね}にかか^かる税金^{ぜいきん}です。

- ・1年^{ねん}間^{かん}（1月^{がつ}1日^{にち}～ 12月^{がつ}31日^{にち}）に稼^{かせ}いだ金^{きん}額^{がく}から計^{けい}算^{さん}しま^ます。

- ・給^き料^{ゆう}から支^し払^{はら}う場合^{ばあい}もあ^あります。



住民税

- ・1月^{がつ}1日^{にち}に 住^{じゆう}所^{しよ}があ^あったま^まちに払^{はら}う税金^{ぜいきん}です。

- ・前^{まえ}の年^{とし}1年^{ねん}間^{かん}（1月^{がつ}1日^{にち}～ 12月^{がつ}31日^{にち}）に稼^{かせ}いだ金^{きん}額^{がく}から計^{けい}算^{さん}しま^ます。

- ・給^き料^{ゆう}から支^し払^{はら}う場合^{ばあい}もあ^あります。毎^{まい}年^{とし}、6月^{がつ}に通^{つう}知^ちがき^きま^ます。



消費税

- ・物^かを^{はら}買^いうとき^{いま}に払^{はら}いま^ます。今^{いま}は10%です。

- ・食^たべ物^{もの}は8%の場合^{ばあい}もあ^あります。



自動車税・軽自動車税

- ・車^{くる}を^も持^{ひと}っ^{はら}てい^{せい}る人^{きん}が払^{まい}う税金^{とし}です。毎^{がつ}年^{つう}、5月^ちに通^{つう}知^ちがき^きま^ます。



固定資産税

- ・家^{いえ}や土^{とち}地^もを^{ひと}持^{はら}っ^{せい}てい^{きん}る人^{まい}が払^{とし}う税金^{がつ}です。毎^{つう}年^ち、4月^ちに通^{つう}知^ちがき^きま^ます。

4. 生活のルールとマナー

わ かた だ かた

● ごみの分け方・出し方

- ・ごみを入れる袋（黄色）をスーパーやコンビニなどで買います。



- ・ごみを出す時間・ごみを出す場所は決まっています。
- ・ごみを出す日は、住んでいるところでちがいます。



くわ かくにん
●詳しくはホームページを確認

- ・「燃えるごみ」「燃えないごみ」「ミックスペーパー」に分けます。

★決まった場所以外にごみを捨てることは**犯罪**です！

- ・道や山の中にごみを捨ててはいけません。
- ・捨ててあるごみを持って帰ってはいけません。



も 燃えるごみ



す ひ 捨てる日

しゅう かい げつようび きんようび
週に2回 (月曜日 と 金曜日)

す ほうほう 捨てる方法

あたみし ぶくろ きいろ い
熱海市のごみ袋（黄色）に入れます。



ほか し ぶくろ つか
※他の市のごみ袋は 使えません。

だ 出せるもの

- ・生ごみ（調理くず・食べ残し）
 - ・プラスチック類
 - ・木、枝、落ち葉 など
- 50cm以内にする
- かみりい つぎ かくにん
・紙類は次のページを確認する





す ひ
捨てる日

つき かい しゅう かい
月に2回 や 週に1回

まえ にじげん かくにん
※前のページの二次元コードから確認する

す ほうほう
捨てる方法

すて ばしょ い もの かくにん い
捨てる場所の入れ物を確認して入れます。



※ビンや かん、電池などの「燃えないごみ」を
「燃えるごみ」の袋の中に入れてはいけません。

だ
出せるもの

- かん きんぞく
・缶、金属
- ・ビン、セトモノ
- こし こふ
・古紙、古布、ダンボール
- ・トレー
- ・ペットボトル

※トレー、ペットボトルは専用の
ステーションに出してください。



ミックスペーパー



す ひ
捨てる日

しゅう かい すいようび
週に1回 (水曜日)

す ほうほう
捨てる方法

- かみぶくろ とうめい ぶくろ い
・紙 袋や透明のビニール袋に入れる
- ・ひもなどでしばる

あたまし ぶくろ つか
※熱海市のゴミ袋は 使えません。

だ
出せるもの

- ・チラシ
- ・カレンダー
- ふうとう
・封筒
- ほん ざっし
・本、雑誌、カタログ、パンフレット
- しゃしん ぎゅうにゅう
・アルバム、写真
- ・牛乳 パック
- し
・カーボン紙
- ・レシート
- かみばこ かしばこ
・紙箱、菓子箱
- ・はがき

だ
出せないもの

- たべ もの よご
・食べ物の汚れがついているもの
- せんざい にお
・洗剤の匂いがついているもの
- しょうず
・使用済みのティッシュなど

※出せない紙類は燃えるごみに出します。



生活のマナーと交通ルール



きんじょ ひと あ

近所の人に会ったときのマナー

- ・あいさつをします。

(おはようございます・こんにちは・こんばんは)

- ・わからないことがあったら聞きます。

(顔見知りになると、困ったときに、助け合うことができます。)



そうおん せいかつおん

騒音・生活音のマナー

- ・特に夜9時を過ぎたら、次のことに気を付けましょう。

- ・大きな声で話さない。

- ・大きな音でテレビを見ない、音楽を流さない。

- ・大きな音が出る楽器を使わない。

- ・パーティーで大きな音を出さない。



※夜9時は、日本では小さな子どもが

眠る時間とされています。



バーベキューをするときのマナー

- ・炭火の煙やにおいに気をつけます。

(煙やにおいの少ない炭があります)

- ・バーベキューが禁止されている場所は海水浴場や公園などです。



こうつう

交通ルール

- ・自動車・バイク・自転車は道路の左側を通ります。

- ・信号機や交通標識(道路のルールが書いてある目印)を守り、

道路を渡るときは横断歩道を歩きましょう。



町内会

ちょうないかい

「町内会」って知っていますか？

- ・ 町内会は、近所の人たちが集まって、みんなが安心して住みやすいまちにするために、活動します。地域の人と仲良くなったり、日本のことをもっと知ることができるようになります。



ちょうないかい

「町内会」のいいところ

- ・ 近所の人たちと助け合うことができます。
- ・ 市からの大切なお知らせを「回覧板」でおしえてくれます。

ちょうないかい おも かつどう れい

「町内会」の主な活動の例

- ・ ごみを捨てる場所の管理をします。
- ・ 防災訓練（災害が起きたときの練習）をします。
- ・ お祭りや季節の行事などのイベントをします。
- ・ 草刈りや掃除をして、地域をきれいにします。



ちょうないかい はい

「町内会」に入るには

- ・ 町内会長に相談します。
- ・ 町内会長が誰か分からないときは、近所の人や市役所に聞きます。

ちょうないかい ひ しはら かね
町内会費（支払うお金）

- ・ それぞれの町内会で金額が違います。
- ・ 町内会長に聞きます。



くわ かくにん
詳しくはホームページを確認



5. 相談するところ・情報をみるところ

そうだん
相談するところ



しずおかけん たぶんかきょうせい そうごうそうだん
静岡県 多文化共生 総合相談センター
「かめりあ」

しずおかけん こくさいこうりゅうきょうかい
(静岡県国際交流協会)

にちじょうせいかつ きょういく しごと
日常生活、教育、仕事など、困った
ことがあれば何でも相談できます。

しずおかし するがく みなみちょう
静岡市 駿河区 南 町 14-1
みず もり かい
水の森ビル 2階

☎ 054-204-2000

✉ soudan@camellia2.com

じかん へいじつ
【時間】平日 10:00~16:00

きゅうじつ どにち しゅくじつ ねんまつねんし
【休日】土日 祝日 年末年始

たいおうげんご えいご こ
【対応言語】英語、ポルトガル語、

こ ちゅうごくご こ
スペイン語、中国語、フィリピン語、

こ こ
ベトナム語、インドネシア語

くわ かくにん
🔍 詳しくはホームページを確認



あたみし ちいききょうどうか
熱海市 地域協働課

たぶんかきょうせいしつ
多文化共生室

あたみし そうだんまどぐち
熱海市の相談窓口です。

ほんやくき りょう そうだん
翻訳機やWebを利用して相談できます。

あたみし ちゅうおうちょう
熱海市 中央町 1-1
だい ちょうしゃ かい
第1庁舎 3階

☎ 0557-86-6233

✉ tabunka@city.atami.lg.jp

じかん へいじつ
【時間】平日 8:30~17:15

きゅうじつ どにち しゅくじつ ねんまつねんし
【休日】土日 祝日 年末年始

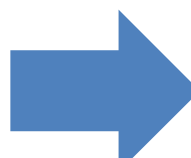
たいおうげんご にほんご
【対応言語】日本語

ほんやくき しょう
翻訳機を使用します。

にじげん
🔍 ホームページは二次元コードから



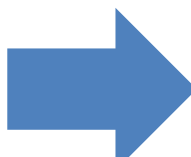
あたみし 熱海市のホームページをやさしい日本語にする方法
にほんご ほうほう



がめん みぎうえ
①画面の右 上にある「メニュー」をタップ

なか
②「メニュー」の中にある
にほんご
「やさしい日本語」をタップ

あたみし 熱海市のホームページを翻訳する方法
えいご ちゅうごくご かんこくご
(英語・中国語・韓国語)



がめん みぎうえ
①画面の右 上にある「メニュー」をタップ

なか
②「メニュー」の中にある
「Foreign language」をタップ
ほんやく げんご
③翻訳したい言語のボタンをタップ

あたみし じょうほうはっしん
熱海市の 情 報 発 信 ツール

あたみし つぎ つか じょうほう し
熱海市では次のツールを使って情 報をお知らせしています。
メールアドレスの登録とうろくやSNSをフォローしておくと便利べんりです。



メールマガジン



とうろく にじげん
登録は二次元コードから



SNS

Facebook



LINE



X



にじげん
フォローは二次元コードから

せいかつしゃ がいこくじん にほんご がくしゅう
つなひろ「生活者としての外国人」のための日本語 学 習サイト

にほんご まな
日本語を学ぶことができます。

にじげん
二次元コードから



へんしゅう はっこう
編 集・発行

あたみしやくしよ ちいききょうどうか たぶんかきょうせいしつ
熱海市役所 地域協働課 多文化共生室

☎ 0557-86-6233 FAX 0557-86-6276

✉ tabunka@city.atami.lg.jp