やさしい にほんご

一関市多言語情報 11月

November 2026

発行：一関市国際交流協会

この多言語情報は広報いちのせき「I-style」より、一部を抜粋してお届けしています

11月の 税金 納付の お知らせ

市役所の 名前を 言って お金を だます 事件が 多いです
一関市は ATM へ 行くように 言いません
カードの 暗証番号を 聞きません

注意してください！



① 国民健康保険税（普通徴収）5期
② 後期高齢者医療保険料（普通徴収）5期
③ 介護保険料（普通徴収）3期

11月30日（ 月 ）までに 払います

● 税金などを 払う 時は 「口座振替」（銀行などの 口座から 自動で お金を 払う）が 便利です

*「口座振替」の 申込書は 銀行/郵便局などに あります

【問合せ】 一関市役所 収納課 0191-21-8261
または一関市納税貯蓄組合連合会

一関市 こどもセンター 公式Instagram

子供を 育てている 人の ための イベントや 役に立つ 情報を お知らせ します

【問合せ】こども家庭課 0191-21-2165

ICINOSEKI.KODOMOKATEI

一関市の 災害などの 情報が 確認できます

災害の 情報/屋外広報マスト（防災の 情報を 放送する スピーカー）の 放送の 内容などを お知らせ します
お知らせの 受信 方法は 次の 通りです

●アプリで 受信したい 人
下の QRコードから ダウンロード してください

Android　iOS

●メールで 受信したい 人
Email：ichinoseki_shobo@x.bmd.jp に メールを 送って ください（メッセージは いりません）

【問合せ】 一関市消防本部 消防課 0191-25-5912

国際交流の お知らせ

【アフリカと ラテン 音楽の コンサート】

音楽を 通じて 平和の 大切さを 届けます

●いつ：11月22日（ 日 ）2:00pm （受付1:15pm～）
●場所：SWS東日本シビックホール一関 中ホール
●お金：1,000円（コンサートの 券）
*高校生 以下は お金は いりません（参加の 券が 必要です）
●コンサートの 券を 買う 場所：
一関市国際交流協会/ SWS東日本シビックホール一関

詳しい 事は 一関市国際交流協会の ホームページを 見て ください

【問合せ】一関市国際交流協会 0191-34-4711
Email i-intl@snow.ocn.ne.jp

11月 検診の お知らせ

11月は 乳がん検診を します

● 受診票(検診を 受ける 紙)を 持って いない 人は 健康づくり課 (0191-21-2160) または QRコードから 申込みを して ください

◇どこ:一関保健センター

いつ	受付 時間	予約	いつ	受付 時間	予約
7 日(土)	B	いります	17 日(火)	A	いりません
8 日(日)	B	いります	18 日(水)	C	いりません
9 日(月)	C	いります	19 日(木)	A	いりません
10 日(火)	A	いりません	20 日(金)	A	いりません
16 日(月)	A	いりません	21 日(土)	A	いりません

7日(土)～9日(月)は 女の 先生が 検査を します
たくさんの 人が 検診に 来ます
「予約フォーム」から 予約を してください

乳がん検診 予約フォーム

【問合せ】健康づくり課 0191-21-2160

病院に 行く 時の 注意

【 病院が 開いている 時間に 行って ください 】

病院で 働いている 人が 足りない/病気の お年寄りが 多いので 病院は 忙しいです
病院に 行く 時は 病院が 開いている 時間に 行って ください

【 休みの 日や 夜は「当番医」を 利用して ください 】

一関市役所/一関市消防署本部/新聞/一関市ホームページで 確認することが できます

一関市

いつ	病院で みてもらう 日	病院で みてもらう 時間	病院
休みの 日	日曜日/祝日/年末年始	9:00am～5:00pm *4:30pm に 受付は 終わります	西の 地域:内科/外科 東の 地域:1 つの 病院
夜	平日	6:00pm～8:00pm ＊7:30pm に 受付は 終わります	西の 地域:1 つの 病院 東の 地域:1 つの 病院

＊ 混んでいる 時は 予定より 早く 受付が 終わります
＊ 当番医の 病院に 行く 前に 電話をしてから 行って ください

【 かかりつけ医(いつも 行く 病院)を 決めて ください 】

かかりつけ医は 自分や 家族の 病気を みたり 健康に ついて 相談できる お医者さんです
かかりつけ医は 今までの 自分の 病気を 知っているので 安心して 相談する ことが できます
病院を いくつも 行ったり 同じ 検査や 治療を 何度も することを 減らす ことが できます

【 病気や「けが」で どうしたらいいか わからない 時は 電話で 相談を してください 】

病気や「けが」を した時 すぐに 病院へ 行くか 救急車を 呼ぶか わからない 時は「救急医療電話相談」や「こども救急相談電話」に 電話をして 相談してください
急いで 病院へ 行く 必要がある 時は 119番に 電話をして 救急車を 呼んでください
《**救急医療電話相談**》(いつでも 大丈夫 です) **#7119** または **019-656-1774**
《**こども救急電話相談**》(いつでも 大丈夫 です) **#8000** または **019-605-9000** *15 歳未満
【問合せ】健康づくり課 0191-21-2160

“ごみ”を 分ける 方法を 調べる アプリ

「ごみ分別アプリ」は「家の “ごみ”を 分ける 方法」や
「“ごみ”を 出す 方法」を 調べる ことが できます



Android　iOS

*詳しい 事は ここを 見て ください

【問合せ】一関市役所 生活環境課 0191-21-8341

病院に 行く 時の お願い

- 病院が 開いている 時間に 行って ください
- いつも 行く 病院を 決めて ください
- 休みの 日や 夜に 病院に 行く 時は 「当番医」に 行って ください
- 病院に 行く 時は マスクを してください

一関市

LINE

「休日当番医」は 一関市の ホームページ/LINE公式 アカウントから 確認が できます



休日当番医の お知らせ

変わる ことが あります
行く 前に 電話で 確認して ください

一関市と 一関市医師会の ホームページで お知らせ しています

- 休日 当番医(休みの 日に あいている 病院 です)　時間:9:00am～5:00pm
- 平日 夜間 当番医 (月曜日～金曜日の 夜に あいている 病院 です) 時間:6:00pm～8:00pm
  - ■ 当番医は 一関市役所 (0191-21-2111)/一関市消防本部 (0191-25-0119)に 電話で 確認が できます
  - ■ 病院に 持って 行く もの:①保険証 ②お薬手帳

一関市



電話で 病気/ケガの 相談が できます

急な 病気/ケガで 困った 時 電話で 相談する ことが できます

《救急電話相談》

- ●時間:24時間(いつでも 大丈夫 です)
- ●電話:#7119 または 019-656-1774

《こども救急相談電話》

- ●だれ?:岩手県に 住む 15歳 未満の 子供/家族など
- ●時間:24時間(いつでも 大丈夫 です)
- ●電話:#8000 または 019-605-9000

●一関市役所 0191-21-2111	●花泉支所 0191-82-2211	●大東支所 0191-72-2111
●千厩支所 0191-53-2111	●東山支所 0191-47-2111	●室根支所 0191-64-2111
●川崎支所 0191-43-2111	●藤沢支所 0191-63-2111	

この 多言語情報誌は 一関市国際交流協会/一関市に ある 図書館などで もらう 事が できます
PC/スマートフォンからは 一関市国際交流協会の Website/Instagram/Facebook/
一関市役所 English Guide で 見る 事も できます

いろいろな 国の 言葉で 情報が あります

岩手県 English 中文	岩手県の 情報を 英語/中国語で 見ることが できます	TEL: 019-651-3111
岩手県国際交流協会	日本語の 勉強/VISA の こと/困った こと など 相談 できます	TEL: 019-654-8900 時間: 9:00am～8:00pm
一関市 日本語 English Guide	災害/病院/ゴミの 出し方/一関市の 情報 など 情報が あります	TEL: 0191-21-2111
一関市国際交流協会	日本語の 勉強/困った こと など 相談 できます	TEL: 0191-34-4711 時間: 9:00am～6:00pm 月曜日～土曜日(祝日/12月29日～1月3日は 休み)
よりそいホットライン	仕事/生活/家族 など 困った ことを 相談 できます	TEL: 0120-279-338
AMDA医療専門相談窓口 〔特定非営利活動法人 AMDA 国際医療情報センター〕	電話で 医療の 相談が できます 相談・通訳の お金は いりません	TEL: 03-6233-9266 時間: 10:00am～4:00pm (月曜日～金曜日)