

【Population (As of the End of May, 2020)】

561,823

【Population of International Residents】

Total: 13,311

Countries: 117

Male: 6,470

Female: 6,841

【Percentage】

2.37%

【人口 (2020年5月末日現在)】

561,823人

【外国人人口】

13,311人

117か国

男: 6,470人

女: 6,841人

【比率】

2.37%

Prevent Heat Stroke with Adapting the “New Lifestyle”

この夏の熱中症対策は「新しい生活様式」で

It is important to be aware of the risks of heat stroke during the summer months, especially in July when the summer temperature begins to rise. Heat stroke can be prevented by learning and following the preventive measures. Take preventive measures against heat stroke with adapting the “New Lifestyle” (maintaining social distance, wearing a mask, washing hands regularly, etc.) for the prevention of COVID-19.

これからの時季、特に気温が急に高くなる7月は、熱中症に注意が必要です。熱中症は、正しい知識を持って対策をすることで予防できます。新型コロナウイルス感染拡大を防ぐための、「新しい生活様式 (①身体的距離の確保、②マスクの着用、③こまめな手洗いなど)」を取り入れながら、熱中症対策に取り組みましょう。

Tips to Prevent Heat Stroke

Avoid Extensive Heat

- Avoid crowded places and sun peak hours and wear light when going out.
- Maintain room temperature and humidity level with air-conditioner.

>>>Don't forget to ventilate to prevent infectious diseases!

Avoid Wearing a Mask for a Long Period of Time

- Take your mask off when you can maintain social distance of 2 meters or more with others.

- Avoid performing heavy duties or engaging in exercise while wearing a mask.

Hydrate Frequently

- Drink about 1.2 liters of fluid each day and hydrate before you feel thirsty.

>>>You do need to replenish sodium when sweating excessively.

Maintain Good Health

- Stay healthy and build resilience against summer heat by doing light exercise, eating well and getting enough quality rest.

>>>Make sure to get some rest if you feel sick and to see a doctor promptly if symptoms persist.

熱中症予防のポイント

暑さを避ける

- ・外出は、人ごみを避け、涼しい時間に、涼しい服装で
- ・エアコンを適度にご利用し、室内の温度と湿度を調節
⇒感染症予防のための、こまめな換気もお忘れなく!

長時間のマスク着用に注意

- ・屋外で他者との距離を2メートル以上保てる時は、マスクを外す
- ・マスク着用時は負荷のかかる作業や運動をさける

こまめな水分補給

- ・1日1.2リットルを自発に、のどが渇く前に水分補給
⇒汗をたくさんかいたときは、塩分補給も忘れずに!

日ごろからの健康管理

- ・適度な運動と十分な栄養・休養で暑さに負けない身体づくり
⇒体調が悪いなど感じたら、無理せず休息、早めの受診を!

Inquiries: Public Health Center Health Measures Section
☎042-645-5162

問い合わせ: 保健所保健対策課 ☎042-645-5162

COVID-19 Related Benefits and Support Programs

新型コロナウイルス感染症に関する給付金や支援

There are various benefits and support programs available for those who are being distressed due to COVID-19. Please check the official website of the city or contact each sections.

Hachioji City Official Website

<About the Novel Coronavirus Disease>



Simple Japanese



English



Chinese

Special Cash Payments

100,000 yen will be paid out to all persons who are registered with the Basic Resident Registration System as of April 27, 2020.

Application method: Fill out the application form mailed to your registered address, attach necessary documents and mail back to us by Monday, August 17.

Inquiries: Special Cash Payment Helpline

(9:00-17:00 of weekdays) ☎0570-030009

Housing Security Benefit

Three months' worth of rent will be granted for persons who have reduced income due to suspension of business or employment and find it difficult to pay their rent. (Income/assets restrictions and job search requirement apply.)

Application method: An advance telephone consultation is required before application.

Inquiries: Independence Support Section

(9:00-16:00 of weekdays) ☎042-620-7408

Special Deferment Program of Municipal Tax and National Health Insurance Tax Collection

Deferment of payment is granted up to one year without any collateral or late payment penalty fee for persons who find it difficult to pay taxes due to a decrease in income from business, etc. as a result of the COVID-19.

Applicable taxes: Municipal Tax and National Health insurance Tax of which payment deadlines are before January 31, 2021

Application method: Applications should be submitted by mail or electronically via eLTAX by each payment deadlines.

Inquiries on the Municipal Tax: Tax Payment Section

(8:30-17:15 of weekdays, 8:30-17:00 of Sundays) ☎042-620-7224

Inquiries on the National Health Insurance Tax:

Insurance Tax Payment Section

(8:30-17:15 of weekdays, 8:30-17:00 of Sundays) ☎042-620-7237

National Health Insurance Tax Exemption

Exemption will be granted for members of household of that the main income earner have developed severe complications or died from the COVID-19 or for persons whose income from business, etc. Is expected to decrease by 30 percent or more.

Applicable taxes: National Health Insurance Tax of which payment deadlines are before March 31, 2021

Application method: Applications should be submitted fundamentally by mail by each payment deadlines.

Inquiries: Insurance and Pension Section

(8:30-17:15 of weekdays) ☎042-620-7236

新型コロナウイルス感染症の影響でお困りの方のための給付金や支援制度があります。詳しくは、市の公式ホームページから確認いただくか、各担当部署にお問い合わせください。

八王子市公式ホームページ

『新型コロナウイルス感染症について』



やさしい日本語



英語



中国語

特別定額給付金

令和2年4月27日に住民基本台帳に記録されているすべての方、1人につき10万円を支給

申請方法: 8月17日(月)までに、自宅に届いた申請書に記入の上、必要書類を添付し、返信用封筒で郵送

問い合わせ: 特別定額給付金コールセンター(平日9時~17時)

☎0570-030009

住居確保給付金

休業や失業などで、収入が減少し、家賃の支払いが困難となった方に、原則3か月間家賃を支給(収入・資産要件や、求職活動などの要件あり)

申請方法: 事前に要電話相談

問い合わせ: 生活自立支援課(平日9時~16時)

☎042-620-7408

市税・国民健康保険税の徴収猶予特例制度

新型コロナウイルス感染症の影響により事業収入の減少などがあり、納税が困難となった方に、最長1年間、無担保かつ延滞金なしで徴収を猶予

対象: 納期限が令和3年1月31日までの市税・国民健康保険税

申請方法: 納期限までに郵送またはeLTAXによる電子申請

市税についての問い合わせ: 納税課(平日8時30分~17時15分、日曜8時30分~17時) ☎042-620-7224

国民健康保険税についての問い合わせ: 保険収納課(平日8時30分~17時15分、日曜8時30分~17時) ☎042-620-7237

国民健康保険税の減免

主たる生計維持者が、新型コロナウイルスにより死亡・重篤化した、または、事業収入等が前年と比べて10分の3以上減少見込みの方の国民健康保険税を減免

対象: 納期限が令和3年3月31日までの国民健康保険税

申請方法: 原則納期限までに郵送

問い合わせ: 保険年金課(平日8時30分~17時15分)

☎042-620-7236

Individual Number Notification Card Has Been Abolished

マイナンバー通知カードは廃止されました



Due to the amendment of the Act, the Notification Card has been abolished on May 25. Applications for an Individual Number Card are continued to be accepted after the abolition.

◆After the Abolition of the Notification Card

-You will no longer be able to apply for a replacement of your Notification Card or make changes to any information (address, name, etc.) on your current card.

- You can continue to use your Notification Card as a proof of your My Number as long as all the information on the card matches it on the Basic Resident Registration System.

◆My Number Will Be Notified by the Following Method for Persons Who Are Numbered for the First Time

For persons who are numbered for the first time after May 25 due to birth, moving to Japan from overseas or other reasons, the "Individual Number Notification" will be mailed to registered address. The notification shows not only the Individual Number but name, date of birth, etc.

*Unlike the notification card, the "Individual Number Notification" cannot be used as a proof of your Individual Number. Please obtain an Individual Number Card or an official copy of your residence certificate with your Individual Number.

*Those who obtain an Individual Number Card and register for "Maina point" by the end of August are eligible for the Maina point program. For the details of the program, please check the website by scanning the two dimensional barcode on the right.



Inquiries: Civic Affairs Section ☎042-620-7474

(Inquiries about the Maina point program: Information Management Section ☎042-620-7453)

法律の改正により、5月25日に通知カードは廃止されました。なお、通知カード廃止後も、これまでどおり、マイナンバーカードの申請を行うことができます。

◆通知カードの廃止後の取り扱い

・通知カードの記載事項(住所・氏名など)の変更届出や、通知カードの再交付申請ができません。

・通知カードの記載事項が住民票の記載事項と一致している場合は、引き続きマイナンバーを証明する書類として利用できます。

◆新たにマイナンバーが付番される方への通知方法

出生や国外からの転入などで、5月25日以降に新たにマイナンバーが付番される方には、「個人番号通知書」が郵送されます。「個人番号通知書」にはマイナンバー、氏名、生年月日等が記載されています。

※「個人番号通知書」は、通知カードと異なり、マイナンバーを証明する書類としては使用できません。マイナンバーを証明する書類が必要な場合は、マイナンバーカードか、マイナンバーが記載された住民票の写しを取得してください。

※マイナンバーカードの取得とマイナポイントの予約を8月末までに完了した方は、マイナポイント事業の対象になります。マイナポイント事業については、右の二次元コードからご覧ください。



問い合わせ：市民課 ☎042-620-7474

(マイナポイント事業については、情報管理課 ☎042-620-7453)

EVENTS

*The events listed below may be canceled or postponed. Please inquire the organizer for the information. The "Hachioji Festival", scheduled on August 14 (Fri), 15 (Sat) and 16 (Sun), has been canceled.

●Lifelong Learning Center <Japanese Language Class>

Venue Time	Create Hall ☎042-648-2231		Minamiosawa ☎042-679-2208
	Thursday 19:00-21:00	Friday 10:00-12:00	Sunday 13:00-15:00
Month			
July	9, 16, 30	3, 10, 17	—
August	—	—	—
September	10, 17, 24	4, 11, 18, 25	6, 13, 20, 27

●Specialist Consultation for International Residents

[Administrative Scrivener]

July 25 (Sat) / August 22 (Sat) 14:00-17:00

[Lawyer] Won't be held in July, August or September.

If you would like to use an interpretation service, please make an advance reservation.

Venue/Inquiries: Hachioji International Association

☎042-642-7091

市内のイベント

※新型コロナウイルス感染症対策のため、イベントが中止・変更となる場合があります。事前に主催者にご確認ください。なお、8月14日(金)・15日(土)・16日(日)に予定していた「八王子まつり」は、中止となりました。

●生涯学習センター <外国人のための日本語教室>

場所・時間	クリエイトホール ☎042-648-2231		みなみおおさわかん ☎042-679-2208
	木曜日コース 19:00-21:00	金曜日コース 10:00-12:00	日曜日コース 13:00-15:00
7月	9, 16, 30	3, 10, 17	—
8月	—	—	—
9月	10, 17, 24	4, 11, 18, 25	6, 13, 20, 27

●専門家による外国人個別相談

【行政書士】7月25日(土) / 8月22日(土) 午後2時~5時

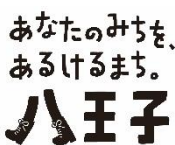
【弁護士】7月、8月、9月は予定なし

日本語以外でのご相談は、事前にご予約をお願いします。

場所・問い合わせ：八王子国際協会 ☎042-642-7091

USEFUL TELEPHONE NUMBERS	便利な電話番号 (べんりなでんわばんごう)
Hachioji City Office ☎042-626-3111	八王子市役所 ☎042-626-3111
Information Center for Immigration Bureau ☎03-5796-7112	入国管理局インフォメーションセンター ☎03-5796-7112
Police(Emergency) ☎110 / Fire/Ambulance ☎119	警察(緊急時) ☎110 / 火事・救急車 ☎119
MEDICAL INFORMATION	医療情報 (いりょうじょうほう)
AMDA The Association of Medical Doctors of Asia ☎03-6233-9266 Every day 10:00-15:00 *Available languages differ every day.	AMDA 国際医療情報センター ☎03-6233-9266 平日10:00-15:00 ※対応言語は日によって異なります。
Tokyo Metropolitan Medical Institution Information "HIMAWARI" Every day 9:00-20:00 ☎03-5285-8181 Medical consultation in foreign languages.	ひまわり(東京都保険医療情報センター) ☎03-5285-8181 毎日9:00-20:00 外国語で医療相談を行っています。
Multilingual Medical Questionnaire URL:http://www.kifjp.org/medical/ Multilingual Medical Questionnaire forms are available for international residents visiting hospitals to facilitate describing illnesses or injuries to doctors.	多言語医療問診票 URL : http://www.kifjp.org/medical/ 病院へ行く時に病気やけがの症状を医師に説明するための多言語の問診票です。
COUNSELING	生活相談 (せいかつそうだん)
【International Resident Support Desk】 Mon-Sat 10:00-17:00 【Specialist Consultation for International Residents】 Administrative Scrivener: 4th Saturday of the month 14:00-17:00 Lawyer: 3rd Saturday of March, June, October, December 14:00-17:00 *Dates are subject to change Operation NPO Hachioji International Association ☎042-642-7091	【在住外国人サポートデスク】 月～土 10:00-17:00 【外国人個別相談】 行政書士：原則毎月第4土曜日 14:00-17:00 弁護士：原則3・6・10・12月の第3土曜日 14:00-17:00 運営 NPO法人八王子国際協会 ☎042-642-7091
Tokyo Metropolitan Foreign Residents Advisory Center ☎03-5320-7744 (Law/Immigration/Education) English: Weekdays 9:30-12:00, 13:00-17:00	東京都外国人相談(法律・入国・教育問題など) 英語：月～金 9:30-12:00, 13:00-17:00 ☎03-5320-7744
JAPANESE LESSONS BY VOLUNTEER GROUPS	ボランティア団体による日本語レッスン (にほんごれっすん)
Hachioji International Friendship Club (Ms.Shimizu)☎042-636-7057	八王子国際友好クラブ 清水 ☎042-636-7057
Hachioji Japanese Language Association (Mr.Nishihori)☎080-3157-6496	八王子にほんごの会 西堀 ☎080-3157-6496
Japan-China Friendship Japanese Class (Ms.Nakamichi)☎042-664-5980	日中友好日本語学習会 中道 ☎042-664-5980
Asia Youth Committee (Mr.Suzuki) ☎080-5534-7683	アジア青年会 鈴木 ☎080-5534-7683
NPO Hachioji International Exchange Center (Mr.Moriya)☎090-7191-9326	NPO法人八王子国際交流センター 森屋 ☎090-7191-9326
Rainbow Bridge (Ms.Endo) ☎090-6039-0790	虹の橋 遠藤 ☎090-6039-0790
LEARNING SUPPORT	学習支援 (がくしゅうしえん)
CCS (Ms.Tanaka) ☎080-8432-0753 (Club of Children and Student Working Together for Multicultural Society)	世界の子どもと手をつなぐ学生の会 田中 ☎080-8432-0753
Hachioji International Association ☎042-642-7091	NPO法人八王子国際協会 ☎042-642-7091
INFORMATION	情報 (じょうほう)
NPO Hachioji International Association ☎042-642-7091 A citizen association that is committed to provide support for international residents with operating the International Resident Support Desk and international exchange programs. Address: The Hachioji Square Building, 9-1 Asahi-cho, 11F URL: http://hia855.com/ Facebook: https://www.facebook.com/hachiojikokusaikyokai	NPO法人八王子国際協会 ☎042-642-7091 在住外国人サポートデスクの運営をはじめ、在住外国人支援や国際交流などを行う市民団体です。 住所: 旭町9-1八王子スクエアビル11階 URL: http://hia855.com/ Facebook: https://www.facebook.com/hachiojikokusaikyokai
Living Guide for International Residents Available at City Office Civic Affairs Section, Multicultural Society Promotion Section, Hachioji International Association	外国人のためのくらしの便利帳 配布場所: 市役所市民課、多文化共生推進課、八王子国際協会
Hachioji's Holiday Emergency Medical Treatment & Event Information E-mailing Service in English & Chinese (the 1st of the month) Please register by sending a blank e-mail to icho@sg-m.jp	八王子市英語、中国語の休日医療機関・イベント 情報のメール配信サービス(毎月1日) 登録は icho@sg-m.jp へ空メールを。
Hard copies of Ginkgo are available at: City Office 1F Lobby, Multicultural Society Promotion Section, Hachioji International Association, a part of post offices, municipal institutions and universities.	Ginkgoの配布場所 市役所1階市民ロビー、多文化共生推進課、八王子国際協会、市内一部の郵便局、市の施設、市内の大学
Official Website of Hachioji City URL: https://www.city.hachioji.tokyo.jp/	八王子市の公式ホームページ URL: https://www.city.hachioji.tokyo.jp/

Issued by: Multicultural Society Promotion Section,
Resident Activities Promotion Division, Hachioji City
Address: 3-24-1 Motohongo-cho, Hachioji-shi, 192-8501
Phone: 042-620-7437 Fax: 042-626-0253
E-mail: b051400@city.hachioji.tokyo.jp



発行: 八王子市市民活動推進部多文化共生推進課
住所: 192-8501 八王子市元本郷町3-24-1
電話: 042-620-7437 ファックス: 042-626-0253
Eメール: b051400@city.hachioji.tokyo.jp