



如果身体不舒服的话...

身体不舒服的时候去医院看病吧！不要强忍着！

日本医院大大小小都有，数量世界第一！

知道自己哪里不舒服，病情较简单的话，可去小医院（个人医院）看病。若病情复杂或说不清哪里不舒服的话，可去大医院（综合医院）看病。

个人医院都有各自的专长，招牌和广告上有标明。比如，○○□□医院、○○诊所等，其中○○是名称，□□是门诊名。门诊（□□）共有 60 多种。下面为大家介绍几个最常用的门诊部。

■内科 [ないか]

主要治疗身体的脏器。比如『肚子痛、头痛、不舒服、感冒、发烧、没胃口、高血压、花粉症』等症状时去看内科。招牌上写有“○○内科、○○クリニック（诊所）”等。

■小児科(小儿科) [しょうにか]

孩子生病时需去看小儿科。小儿科通常和内科开在一起。您也可以不去小儿科而去专门科看病。招牌上写着“○○小児科（小儿科）、○○内科小児科（内科小儿科）”等。

■眼科 [がんか] 治疗眼睛的疾病。

■耳鼻咽喉科(耳鼻喉科) [じびいんこうか] 治疗耳朵、鼻子、喉咙等疾病。花粉症的人也常去看病。

■皮膚科(皮肤科) [ひふか]

治疗“皮肤瘙痒、过敏、发红、烫伤”等皮肤病。

■産婦人科(妇产科) [さんふじんか]

有的医院把产科和妇科分开。怀孕、生孩子、有妇科疾病时都可去。分娩医院也有。

■歯科(牙科) [しか] 口腔外科 [こうくうげか]

有蛀牙等牙齿问题或者口腔不适时可去。

■整形外科 [せいけいげか]

肩膀疼、脖子疼、腰疼、骨折时可去。接骨院（せっこついん）、整骨院（せいこついん）、整体院（せいたいいん）、鍼灸院（针灸院しんきゅういん）、マッサージ院（按摩院マッサージいん）等也行。

■精神科 [せいしんか] 心療内科 [心疗内科しんりょうないか]

人的精神也会生病。当感到高度紧张、心情不愉快、活下去很痛苦或恐慌时可去看病。



■多国语言问诊表

mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iryuu/kokusai/etsumei-ml.html

■综合医院

如果您不确定应该去哪个科室就诊，请向综合医院的前台说明症状并寻求看病指南。综合医院可能需要预约或个人医院的介绍信。去看病之前，一定打电话事先确定好。可以网上预约的医院也有。



搬家手续和大件垃圾



■ 决定搬家后

1. 去市役所办手续

- ①在同一市区町村内搬家的话，需办理「転居届」手续
- ②搬到其他市区町村时、需办理「転出届」和「転入届」两个手续
- ③请在搬家后 14 天以内办理好手续。

2. 除市役所之外也需办理手续

- ①去邮局办理住所变更手续
在您搬家后的一年内，邮局将为您转寄信件。
- ②办理水、电、煤气的使用停止/开始手续
- ③如果您有驾照，请到您新住所的管辖警察局或驾照中心更改住所。



■ 小心处理大件垃圾

搬家会产生大量垃圾。沙发和自行车等大件垃圾都需要付费。

★《家电回收法》中规定的家电不能作为大件垃圾处理。以下四种家用电器必须缴纳“回收费”后才能处理。

- 电视机 • 冰箱和冰柜 • 洗衣机和烘干机 • 空调

各个地方处理垃圾的方法各不相同。处理垃圾需要时间和精力。
请尽早查看市役所官网或分发给每个家庭的小册子。



Café FICEC

学习世界各地妈妈的味道 烹饪教室『斯里兰卡』



■时间/ 6/29(周六)
11:00~13:00



■地点/
イオンタウンふじみ野 2階「cotokoto」

■老师/ナディーシャ女士

■菜单/

- パリップ(豆类的咖喱)、
- サンボーラ
(胡萝卜沙拉)、
- 红茶

■费用/3000 日元

■咨询/

ふじみの国際交流中心 Tel. 049-256-4290

■报名/ cotokoto Tel. 080-7394-2998



日语学起来！

我们已出版了《东武东上线沿线日语教室指南》(附有英语和地图)。
可帮助您查找附近的日语教室。
在 FICEC 官网上也可查阅到此指南。



NO PARKING

FICEC 没有停车场。

请使用附近的投币式停车场。