

1. 栃木市の災害支援情况

受这次 19 号台风的影响，栃木市受灾严重。
居住的外国居民中，有很多家里进水，车进水的人。

市政府对于受灾的人们，利用宣传单，网站，栃木市广播等发布支援的内容。

支援的内容是灾害垃圾和泥沙的回收，浸水房屋的消毒，派遣义务人员帮助收拾受灾房屋，新居住地方的咨询服务等。

栃木市国际交流协会的网站用英语，西班牙语公布这些内容，请大家利用。

2. 年终年初的市政府办公情况和垃圾的回收时间

栃木市政府是12月28日周六到明年1月5日周日休息。这个期间便利店的证明交付服务也停止使用。

出生证明，婚姻证明，死亡证明等可以放在市政府本厅1楼的南西角的警卫室保管。

垃圾回收按回收挂历进行回收。年内到12月31日为止，年初是1月4日开始。

1月1日到1月3日不回收垃圾，请不要倒垃圾，希望大家遵守规则。

3. 国民养老金的保险金

今年度的国民养老金的保险金是月額 16,410 日元,从日本养老的年金机构邮送过来「交付通知」,去银行,邮局便利店交纳。

日本年金机构对于过期不交纳养老金的人,会打电话,书面通知,家访等,催促早日交纳养老金。

对于即使这样,也一直不交纳养老金的,要加上过期的金额,没收财产。

如果收入少交付保险金有困难的情况下,请到市政府本厅的保险医疗课和各个支所的市民生活课咨询。

4. 流感的预防

天气变冷，这个季节一定要预防流感。下面介绍预防方法。

回到家马上洗手。

空气干燥是容易得流感。房间要保持 50%-60% 的湿度。

外出避开人群聚集地

注意休息，合理饮食，增强抵抗力，加强体力。

戴口・罩

接种流感疫苗。

如果出现发烧 38° 以上，头痛，关节痛，肌肉痛，全身无力，咳嗽，嗓子痛，流鼻水等症状，请早点到医院就诊。