品川区外国語版生活情報誌　2024

区長あいさつ

この冊子は、日常生活に必要な事柄をできるだけわかりやすく掲載しています。

災害に対する備え、地域の公共施設、観光スポットなど、品川区での生活に役立つ情報を載せていますので、積極的にまちの歴史や文化などに触れ、地域コミュニティにも理解を深めていただけたら嬉しいです。

さて、品川区では、「誰もが生きがいを感じ、自分らしく暮らしていける品川」を目指し、子育て、教育、福祉、街づくりなど、あらゆる行政施策や区民サービスを、時代の変化や多様化する価値観にあわせ、「区民の幸福」の視点からアップデートすべく取り組んでいます。

区民の声をカタチにする区政を実現し、品川区に住む外国人のみなさまも暮らしやすい環境を整えていきたいと思っています。お気軽にご意見をお寄せください。

皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

品川区長　森澤　恭子

(p.1)

区の紋章

紋章は、「品」の文字を図案化したもので、友愛・信義・協力をもって区の発展のかなめとし、推進機および風車を表現して、たゆみない前進と勤労を象徴したものです。

制定　1952年（昭和27年）10月

区の「木・花・鳥」

品川区にふさわしいと思われる区の「木・花・鳥」の候補を選定委員会（区民代表・区議会議員・学識経験者・区の職員で構成）で選び、区民の皆さんの投票（総投票数671名）により、決定しました。

制定　1978年（昭和53年）9月12日

シイノキ（ブナ科）

カエデ（カエデ科）

サツキ（ツツジ科）

ユリカモメ（カモメ科）

(p.2)

しながわはこんなまち

区内は品川地区、大崎地区、大井地区、荏原地区、八潮地区の5地区に大きく分けられ、それぞれに特徴があります。

大崎地区

オフィスビルやマンションなどの高層ビルが立ち並ぶ中、目黒川の桜並木や池田山公園などの日本らしい四季の彩りも楽しめます。

目黒川桜並木

池田山公園の紅葉

大崎副都心

荏原地区

戸越銀座や武蔵小山、中延などの活気ある商店街があり賑わっています。

また、みどり豊かな戸越公園や林試の森公園は住民の憩いの場になっています。

戸越銀座商店街

戸越公園

武蔵小山商店街

(p.3)

品川地区

品川駅周辺や臨海部を中心に整備された商業地などの「新しさ・先進性」の魅力と、旧東海道品川宿の街並みや寺社仏閣、品川浦の水辺空間の「伝統・歴史性」の魅力を併せ持っています。

天王洲ふれあい橋

東品川海上公園

北品川商店街（旧東海道品川宿）

八潮地区

大規模団地「八潮パークタウン」がある、みどりと水辺に囲まれた地区です。大井ふ頭中央海浜公園や京浜運河緑道公園、東八潮には潮風公園といった大規模な都立公園があります。

八潮団地と京浜運河緑道公園

潮風公園

新幹線車両基地

大井地区

区役所の最寄り駅でもある大井町駅の周辺には、商業施設やホテル、文化施設、高層マンションなどが立ち、にぎわいがあります。

また、しながわ水族館、しながわ区民公園、大井競馬場、大森貝塚遺跡庭園、品川歴史館など、人気のレジャースポットもあります。

しながわ水族館

大森貝塚遺跡庭園

大井競馬場

(p.6)

輝く笑顔

住み続けたいまち　しながわ

品川区は、東京23区の南部に位置し、東京湾に接しています。住宅・商店街・ものづくり・オフィス街・下町・歴史ある寺社・ウォーターフロントと屋形船・・・一見矛盾しがちな要素がバランスを保って混在。多機能で利便性と庶民的な魅力に富むまちです。

令和5年10月1日現在

面積　22.85km2

人口総数　407,538人(男性199,541人、女性207,997人）

世帯数　233,098世帯

日本人人口　392,452人(男性191,987人、女性200,465人）

外国人人口　15,086人(男性7,554人、女性7,532人）

※人口および世帯数は、住民基本台帳法の一部改正（平成24年7月9日施行）に伴い、日本人および外国人の総数を表示しています。

歴史

品川区は、古くから交通、交易の拠点として栄え、大森貝塚など歴史に名を残すところが数多く、江戸時代には、東海道第一番目の宿場として賑わい、明治時代に入ってからは京浜工業地帯の発祥の地として発展しました。

交通

区内にJR・私鉄・地下鉄・モノレール14線・40駅があります。

交通アクセスが充実しており、ビジネス・産業の拠点として充実しています。

産業

工業は、交通アクセスなど都市型産業立地の好条件も手伝い、企業、NPO、研究機関などと連携し、新たな「ものづくり」の潮流を形成しています。

商業は、区内に100を超える商店街を有し、都内でも有数の商業地域です。

(p.8)

目次

第一章　緊急通報　12

1.火災、急病、重大な負傷はダイヤル119番　12

2.交通事故・犯罪・盗難のとき　ダイヤル110番(英語が通じます)　16

3.防犯　18

4.病気になったら　20

病院に関する日本語での表現　24

5.地震に備える　26

6.火災を防ぐ　28

7.台風、大雨、洪水等の風水害に備える　28

8.災害が起きたら　30

災害に関する多言語情報サイト　36

相談窓口　40

第二章　届出と手続き　50

1.区役所と地域センター　50

2.住民登録　58

登録手続、住民票

3.在留管理に関すること　62

4.外国人登録証明書の切替えについて　62

5.印鑑登録　64

登録、印鑑登録証明書

6.マイナンバーカード　66

7.電子証明書　68

8.戸籍の届出　68

出生届、死亡届、婚姻届、離婚届

9.税金・税の証明　72

第三章　健康と福祉　76

1.国民健康保険・後期高齢者医療制度　76

2.国民年金　78

3.介護保険　80

4.福祉　82

（1）高齢者福祉（在宅介護支援センター）

（2）障害者福祉

5.出産と育児・教育　84

（1）妊娠したとき

（2）子どもが生まれたとき

（3）乳幼児・児童

（4）児童センター

（5）すまいるスクール

（6）保育

（7）幼稚園

（8）小・中学校、義務教育学校

6.健康　92

（1）成人のがん検診・健康診査

（2）指定検診

（3）医療費の助成

第四章　くらしの情報　94

1.ごみとリサイクル　94

2.ペット・動物　98

3.自動車・自転車　100

（1）運転免許・国際免許証

（2）自動車保険

（3）交通傷害保険

（4）品川区シェアサイクル

（5）自転車に乗るときは「自転車安全利用五則」を守りましょう。

4.電気・ガス・水道　104

5.電話・郵便・銀行　106

第五章　公共施設　108

1.図書館　108

2.文化センターなど　112

3.スポーツ施設　112

4.区内のお出かけスポット　120

5.保養施設　126

国際交流　130

外国語による出版物　134

(p.12)

第一章　緊急通報

1.火災、急病、重大な負傷はダイヤル119番

119番をコールすると災害救急情報センターにつながります。

英語、中国語 、韓国語 、ポルトガル語およびスペイン語で対応することができます。

（1）火事の場合

消防署「消防庁です。火事ですか、救急ですか。」

あなた「火事です。」

消防署「消防車が向かう住所を教えてください。」

あなた「品川区●●町○丁目×番△△号◎◎ビルです。」

消防署「何が燃えていますか。」

あなた「○○が燃えています。」

消防署「わかりました。消防隊向かいます。」

火事を発見したら、大声で周囲の人に知らせ協力を求め、119番に電話して消防車を呼びます。到着まで数分かかりますので、その間に初期消火をします。

火事が天井まで燃え広がってしまったら、消火を諦めすばやく避難してください。

※油に火がついたときは、絶対に水をかけてはいけません。

（2）急病、負傷の場合

消防署「消防庁です。火事ですか、救急ですか。」

あなた「救急です。」

消防署「救急車が向かう住所を教えてください。」

あなた「品川区●●町○丁目×番△△号◎◎ビルです。」

消防署「どうしましたか。」

あなた「子どもが高いところから落ちた。」（「はさまれている」「お年寄りが、倒れている。」など内容を具体的に。）

消防署「名前を教えてください。」

あなた「○○です。（あなたの名前）」

消防署「わかりました。救急隊向かいます」

救急車が到着するまでに、病院で必要な保険証や現金を用意しましょう。救急車のサイレンが聞こえたら、外に出て救急車を誘導してください。

救急車は無料ですが、緊急車両ですので、マイカーやタクシーで運べる程度の病気やけがでの利用は避けましょう。

(p.16)

2.交通事故・犯罪・盗難のとき　ダイヤル110番（英語が通じます）

（1）交通事故

すぐに警察（110番）へ、通報します。

「はい、110番警視庁です。」と応答しますので、次のことを落ち着いて答えてください。

1.どんな事故が、どこであったか。（住所がわからなければ、近くのお店の名前や電柱の番号、自動販売機の住所番号などを伝える。）

2.怪我をした人がいるか、いないか。

3.あなたの名前、住所など

自分が負傷したときは、後遺症がでることがあるので、必ず医師の診断を受けておきましょう。

相手方のナンバー・運転免許証番号・住所・氏名・年齢・電話番号・契約の保険会社と保険の内容を書き留めておきましょう。できれば目撃証言を求め、住所・氏名・電話番号も書き留めておきましょう。

（2）交通事故の相談

交通事故による損害賠償や示談の進め方などの相談に応じています。

品川交通事故相談所

電話：03-5742-2061

時間：月〜金曜日8：30～16：00（祝日、年末年始を除く）

場所：区役所第3庁舎３階

（3）犯罪・盗難

1.110番をダイヤルして警察を呼ぶか、直接警察署または、近くの交番に届けます。

2.預金通帳、キャッシュカード、クレジットカード等をぬすまれたら、すぐに銀行などの発行元に連絡して「支払い中止」や「無効」の手続きをしてください。

(p.18)

3.防犯

（1）交番

交番は、街角に設置してある警察官の駐在施設です。財布を落とした、道に迷った、事故や事件など万一のトラブルに、地域の安全センターとしての役割を担っています。困ったことがあったら、気軽に交番を訪ねてみましょう。

（2）落し物、忘れ物をした場合

交番や警察署に落とした届出書を提出しておけば、見つかった時に知らせてもらえます。電車での忘れ物は、乗った駅や降りた駅に確認し、届いていなければ交番、警察署に届出書を提出してください。東京都内の警察署に届けられた落し物、忘れ物は最終的に警視庁遺失物センターに集められます。

警視庁遺失物センター

電話：0570-550-142

場所：文京区後楽1-9-11

※他府県警察に届けられた落し物は、それぞれの警察署で保管されます

（3）警視庁外国人電話相談

対応言語：英語、北京語、韓国語、タイ語、タガログ語、スペイン語、ペルシャ語、ウルドゥー語

時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

8：30～17：15

電話：03-3503-8484

(p.20)

4．病気になったら

（1）救急医療機関

医療機関名　電話　所在地

第三北品川病院　03-3474-1831　北品川3-3-7

NTT東日本関東病院　03-3448-6111　東五反田5-9-22

昭和大学病院　03-3784-8000　旗の台1-5-8

旗の台病院　03-3781-1108　旗の台5-17-16

東京ハートセンター　03-5789-8100　北品川5-4-12

稲波脊椎・関節病院　03-3450-1773　東品川3-17-5

東京品川病院　03-3764-0511　東大井6-3-22

（2）テレホンサービス

ひまわりテレホンサービス（外国語による案内）

東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

対応言語：英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語

電話：03-5285-8181

時間：9：00～20：00

URL:http://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq/qq13tomnlt.asp

東京消防庁救急相談センター（24時間・年中無休）

電話：#7119（携帯電話、PHS、プッシュ回線）、03-3212-2323（23区から）

（3）休日の「応急診療所（内科、小児科、歯科、接骨）」

休日の場合、区内数か所の医院で「内科」「小児科」「歯科」、接骨院で、「接骨」の利用ができるようになっています。

診療時間は9：00〜17：00です。受付終了時間は事前にご確認ください。

利用できる医院、接骨院は順番に変わります。「品川区ホームページ」でお知らせしていますので、確認してください。

品川区ホームページ

URL: https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/PC/kenkou/kenkou-byouki/kenkou-byouki-kyuzitsu/index.html

※重病の方は、119番（救急車）をご利用ください。

※必ず電話で医療機関に確認のうえ、健康保険証を忘れずにお持ちください。

(p.22)

品川区医師会休日診療所・荏原医師会休日診療所では、「内科」「小児科」が休日の9：00～22：00に利用できます。受付終了時間は事前にご確認ください。

※クレジットカードは使用できません。

※必ず電話で確認のうえ、健康保険証を忘れずにお持ち下さい。

品川区医師会休日診療所

場所：北品川3-7-25

電話：03-3450-7650

荏原医師会休日診療所

場所：中延2-6-5

電話：03-3783-2355

（4）平日・土曜日夜間にこどもが病気になったら

平日（20：00～23：00）

第2・4土曜日（17:00～22:00）

品川区こども夜間救急室

場所：旗の台1-5-8昭和大学病院中央棟4階

電話：03-3784-8181

※外傷については対応できません。

第1・3・5土曜日（17：00～22：00）

品川区医師会休日診療所

場所：北品川3-7-25

電話：03-3450-7650

※クレジットカードは使用できません。

※必ず電話で確認のうえ、健康保険証を忘れずにお持ち下さい。

※受付終了時間は、事前にご確認ください。

(p.24)

病院に関する日本語での表現

診療科目　ローマ字　Medical care categories　就诊科室　진료과목

内科　Nai-ka　Internal medicine　内科　내과

小児科　Shoni-ka　Pediatrics　小儿科　소아과

精神科　Seishin-ka　Psychiatry　精神科　정신과

神経科　Shinkei-ka　Neurology　神经内科　신경과

外科　Ge-ka　Surgery　外科　외과

整形外科　Seikei Ge-ka　Orthopedic surgery　骨科　정형외과

形成外科　Keisei Ge-ka　Plastic surgery　整形外科　성형외과

脳神経科　No Shinkei-ka　Neurology　脑神经外科　뇌신경과

産婦人科　Sanfujin-ka　Obstetrics and gynecology　妇产科　산부인과

眼科　Gan-ka　Ophthalmology　眼科　안과

耳鼻咽喉科　Jibi Inko-ka　Otorhinolaryngology　耳鼻咽喉科　이비인후과

皮膚科　Hifu-ka　Dermatology　皮肤科　피부과

歯科　Shi-ka　Dentistry　牙科　치과

病院で使われる日本語　ローマ字　Japanese terms used in hospitals　医院中使用的

日语　병원에서 사용되는 용어

受付　Uketsuke　Reception　挂号　접수

初診　Shoshin　Initial exam　初诊　초진

(p.25)

病院で使われる日本語　ローマ字　Japanese terms used in hospitals　医院中使用的日语　병원에서 사용되는 용어

外来　Gairai　Outpatient　门诊　외래

保険証　Hokensho　Health insurance　保险证　보험증

診察券　Shinsatsu-ken　Patient registration card　就诊券　진찰권

処方箋　Shohosen　Prescription　处方　처방전

薬局　Yakkyoku　Pharmacy　药房　약국

医師　Ishi　Doctor　医师　의사

看護師　Kangoshi　Nurse　护士　간호사

病院で使われる日本語　ローマ字　Japanese terms used in hospitals　医院中使用的日语　병원에서 사용되는 용어

痛い　Itai　Painful　疼痛　아프다

ずっと痛い　Zutto itai　Painful for a long time　持续痛　계속 아프다

時々痛い　Tokidoki itai　Painful at intervals　有时痛　때때로 아프다

鋭い痛み　Surudoi itami　Stabbing pain　刺痛　찌르듯 아프다

鈍い痛み　Nibui itami　Dull pain　钝痛　지긋이 아프다

吐き気　Hakike　Nausea　恶心　구토

熱　Netsu　Fever　发热　열

便秘　Benpi　Constipation　便秘　변비

下痢　Geri　Diarrhea　腹泻　설사

寒気　Samuke　A chill　寒气　한기

だるい　Darui　Listless　倦怠　나른하다

鼻水　Hanamizu　Runny nose　鼻涕　콧물

咳　Seki　Cough　咳嗽　기침

食欲　Shokuyoku　Appetite　食欲　식욕

アレルギー　Arerugii　Alergy　过敏　알레르기

(p.26)

5.地震に備える

（1）地震に対する日頃の備え

家具の転倒・落下・移動を防止し、避難対策をする。

食器棚や窓ガラスの飛散を防止し、けがへの対策をする。

食料や飲料水を1週間分用意しておく（P30参照）。

※ライフライン（電気・水道・ガス・電話）がストップする可能性があります。

避難用の非常持ち出し袋を用意しておく（P32参照）。

避難方法や連絡方法を家族で確認しておく。

防災訓練に参加する。

（2）地震発生時のポイント

地震時の行動

身の安全を確保する。

大きな揺れを感じたり、緊急地震速報を確認した時は、身の安全を図り揺れがおさまるまで様子をみる。

地震直後の行動

使っている火を消す。

出火したときは落ち着いて消火する。

窓や戸を開け、出口を確保する。

屋内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。

瓦や窓ガラス、看板などが落ちてくるので外に飛び出さない。

門や塀には近づかない。

地震後の行動

ラジオやテレビ、区・消防署などからの正しい情報を得る。

わが家の安全確認後、近隣の安否を確認する。

倒壊家屋や倒れた家具などの下敷きになった人を近隣で協力して救出する。

(p.28)

地域に大規模な火災の危険が迫り、身の危険を感じたら、広域避難場所に避難する（P34参照）。

津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に素早く避難する。

避難の前に電気・ガスの安全を確認する。

6.火災を防ぐ

調理中は、コンロから離れない。

寝タバコは、絶対にしない。

ストーブの周りに物を置かないようにする。

家の周りに燃えやすいものを置かない。

ライターやマッチを子どもの手の届く場所に置かない。

コンセントの掃除を心がける。

住宅用火災警報器を居室・台所・階段に設置し、定期的な動作確認をする。

寝具類やエプロン・カーテンなどは防炎製品や防災対象物品にする。

※火災発生時の対応はP12参照。

7.台風、大雨、洪水等の風水害に備える

（1）風水害から身を守る

気象情報に注意する。

台風接近時や豪雨のときは、むやみに外出しない。

（2）風水害が発生したら

目黒川や立会川が、大雨などで警戒水位（水位が上昇）・危険水位（低地部では浸水の危険）を突破した場合に、サイレンでお知らせします。

アナウンスの後、サイレンが鳴ります。

(p.30)

警戒水位

アナウンス：目黒川（立会川）が警戒水位を超えました。サイレンを鳴らします。（2回放送）ご注意ください。

サイレン：15秒のサイレンが3回

危険水位

アナウンス：目黒川（立会川）が危険水位を超えました。サイレンを鳴らします。（2回放送）ご注意ください。

サイレン：60秒のサイレンが1回

8.災害が起きたら

（1）家庭で必要な備蓄品

身の安全を確保し、安全であれば自宅に留まる。災害後の生活を支えるもの（食料品等）を、1週間分備えておく。

食料品

米、缶詰その他簡単な調理で食べられる物（日常生活で余分に買い置き、使い回しをする。）

飲料水・生活用水

飲料水は、1人1日3ℓが目安（ミネラルウォーターを余分に買い置き、使い回しをする。）

生活用水や消火用にするため、浴槽や洗濯機に水を汲み置きする。

燃料

卓上コンロ（ガスボンベのストック）、固形燃料など

その他

夜間の発生に備え、懐中電灯（電池の予備）・常備薬や救急医療品。

(p.32)

（2）非常持ち出し品

自宅で生活が出来ない場合は避難する。非常持ち出し品は、リュックサックなど、両手が自由に動かせる非常持ち出し袋に詰め、すぐに持ち出せる場所に置いておく。

貴重品

現金、預金通帳、免許証、健康保険証、マイナンバーカード、権利書など

衣類

下着、上着、靴下、タオル、紙おむつ、雨具など

非常食品

水、米（加工品を含む）、乾パン、缶詰、レトルト・インスタント食品などの保存食品

生活用品

ラジオ、懐中電灯（電池の予備）、ライター、ナイフ、ロープ、敷物、タオル、救急医療品、常備薬、簡易トイレ、ポリ袋、ウェットティッシュ、生理用品など

（3）避難するときのポイント

家を出るときは、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を締め、非常持ち出し袋を持つ。

特別な場合を除き、徒歩で避難する。

（4）小中学校等を避難所として開設します。

区では、地震等により避難が必要な場合に、区立の全小学校・中学校等を避難所として開設します。

（5）品川区民の広域避難場所

延焼火災の危険が迫った場合は避難者の安全を確保するため、広域避難場所へ避難することになります。（P34参照）

(p.34)

（6）しながわ防災体験館に行ってみよう

しながわ防災体験館は体験型の防災普及教育施設です。防災の基本理念の１つ「自助」の概念に基づき、日頃の備えや災害が発生した時の対応を習得することができます。本施設のコーナーでは、初期消火体験、応急救護体験、避難姿勢体験などが体験できます。災害時に役立つ防災知識を身につけてください。

場所：広町2-1-36品川区役所防災センター2階

電話：03-5742-9098

Fax：03-5742-6875

開館時間：9:00～17:00

休館日：月曜・土曜・祝日、年末年始

※団体予約が入っている時間はご利用できない場合があります。

(p.36)

災害に関する多言語情報サイト

１.品川区　URL：https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/ 英語、中国語（簡体字）（繁体字）、韓国語など131言語

品川区のホームページで、緊急時の最新情報を多言語で発信します。

ホームページの一番右上の「言語選択ボタン」を選択することにより、各言語に自動翻訳されます。

なお、自動翻訳システムのため、正しく翻訳できない場合があります。

２.東京都国際交流委員会　URL：http://www.tokyo-icc.jp 英語

災害時の外国人支援マニュアル　URL：http://www.tokyo-icc.jp/information/howto.html 英語

「外国人のための役立つ情報」から入れます。「災害時の外国人支援Q＆Aマニュアル」は、日本語（ふりがなつき）、英語、中国語、韓国・朝鮮語、タガログ語、タイ語、スペイン語のPDFで用意されています。「災害時の外国人支援に役立つリンク集」は、英語、中国語、韓国・朝鮮語でも調べられます。

３.東京都防災ホームページ　URL：https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/ 英語、中国語（簡体字）、韓国語

防災マップ・発災時のページなどのほか、各種情報のページでは警報・注意報などに加え、避難所やライフラインの情報等も得られます。トップページの「English」のタブから英語ページへ入れます。

４.東京消防庁ホームページ　URL：http://www.tfd.metro.tokyo.jp/index.html 英語、中国語、韓国語、タイ語、タガログ語

安心・安全情報、災害情報等にアクセスできます。トップページから各言語のタブを選ぶことができます。英語のみ、携帯電話用サイトも用意されています。

５.一般財団自治体国際化協会　URL：http://www.clair.or.jp 英語

多言語生活情報　URL：http://www.clair.or.jp/tagengorev/ja/index.html 日本語(ふりがなつき)、英語、中国語、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、ドイツ語、ベトナム語、フランス語、ロシア語、インドネシア語、タイ語、ミャンマー語

言語選択後、「P 緊急・災害時」を選ぶと、緊急・災害時の対応などのほか、自然災害が起きた際、情報を得る手段はどんなものがあるか等を紹介しています。

６.内閣府　URL：http://www.cao.go.jp/ 英語

定住外国人施策 ポータルサイトURL：http://www8.cao.go.jp/teiju-portal/jpn/living/index.html英語、ポルトガル語、スペイン語

防災情報については、「英語」を選択した場合のみ、「生活者向け情報」のページから、総務省消防庁の防災マニュアル　URL：http://www.fdma.go.jp/bousai\_manual/e/index.htmlが見られるようになっています（主に地震について）。

７.外務省　URL：http://www.mofa.go.jp/mofaj/ 英語他

(p.40)

相談窓口

1.外国語による相談窓口

（１）生活全般

品川区役所外国人生活相談

英語：第2火曜日

中国語：第2・第4木曜日

電話：03-3777-2000

時間：9：00～17：00（受付は16：30まで）

場所：品川区役所区民相談室（第三庁舎3階）

東京都外国人相談

東京都で暮らしている外国人のために、入国関係、婚姻・国籍、しごとなど、日常生活におけるいろいろな相談に応じます。

英語：月～金曜日

電話：03-5320-7744

中国語：毎週火・金曜日

電話：03-5320-7766

韓国語：毎週水曜日

電話：03-5320-7700

時間：9：30～12：00、13：00～17：00

場所：新宿区西新宿2-8-1東京都庁第一本庁舎3階南側

URL：https://www.metro.tokyo.jp/tosei/iken-sodan/otoiawase/madoguchi/koe/tominnokoe/index.html

外国人在留総合インフォメーションセンター

在留に関する相談を電話・訪問・メールで受け付けます。

対応言語：英語・中国語・韓国語・スペイン語・スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、フィリピノ語、ネパール語、インドネシア語、タイ語、クメール（カンボジア）語、ミャンマー語、モンゴル語、フランス語、シンハラ語、ウルドゥ語等

電話：0570-013904

03-5796-7112（IP電話、海外から）

時間：月～金曜日8：30～17：15

場所：港区港南5-5-30

URL：https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html

(p.42)

外国人総合相談支援センター

在留資格など、行政手続きの案内と生活に関する悩みや心配事が相談できます。

中国語・英語（月～金曜日）

ポルトガル語（月曜日・火曜日・水曜日）

スペイン語（月曜日・火曜日・水曜日）

インドネシア語（火曜日）

ベトナム語（月曜日・水曜日）

タガログ語（金曜日）

（第２第４水曜は除く）

電話：03-3202-5535、03-5155-4039

時間：9：00～16：00

場所：新宿区歌舞伎町2-44-1

東京都健康プラザハイジア11階

しんじゅく多文化共生プラザ内

（2）消費生活相談

品川区消費者センター

購入した商品やサービスに関する苦情、契約のトラブル等、消費生活上の疑問や悩みを解決するためのお手伝いをします。

電話：03-6421-6137（相談専用）

時間：月～金曜日9：00～16：00

土曜日12：30～16：00（電話のみ）

毎月第４火曜日16：00～19：00（電話のみ）

場所：品川区西品川1-28-3中小企業センター4階）

※相談は日本語対応です。外国語による相談は、東京都消費生活総合センターをご利用ください。

東京都消費生活総合センター（飯田橋）

対応言語：英語、中国語、韓国語、タガログ語、ベトナム語

電話：03-3235-1155（通訳オペレーターに電話を繋ぎます。通訳者が同席した面談を希望する場合は事前予約して下さい。）

時間：月～土曜日9：00～17：00

場所：新宿区神楽河岸1-1セントラルプラザ16階

(p.44)

（3）人権相談

不当な差別や嫌がらせなど、日常生活における人権問題について、相談に応じています。

URL：https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html

対応言語：英語、中国語、韓国語、フィリピン語、ポルトガル語 、ベトナム語 、ネパール語、スペイン語 、インドネシア語、タイ語

外国語人権相談ダイヤル

電話：0570-090911

外国人のための人権相談所

時間：月～金曜日（年末年始を除く）

9：00～17：00

場所：千代田区九段南1-1-15九段第2合同庁舎12階

外国語インターネット人権相談受付窓口

URL:https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html#01

（4）警察への困りごと相談

警視庁外国人困りごと相談コーナー

（電話相談）

生活全般の相談を行います。（P18参照）

電話：03-3503-8484

（5）医療情報提供

東京都医療機関案内サービス（ひまわり）

医療制度や医療機関の案内をします。

電話：03-5285-8181（P20参照）

AMDA国際医療情報センター

外国語の通じる医療機関の案内、日本の保険制度や福祉制度の案内をしています。

電話医療相談：03-6233-9266

時間：10:00～16:00

英語：月～金曜日

中国語：火・木曜日

ベトナム語：水・金曜日

韓国語・フィリピン語：月曜日

タイ語：火曜日

スペイン語：水曜日

ポルトガル語：金曜日

電話：03-5285-8088

URL：https://www.amdamedicalcenter.com/

(p.46)

（6）労働相談

◆外国人労働者向け相談ダイヤル

英語：月～金曜日　電話：0570-001701

中国語：月～金曜日　電話：0570-001702

ポルトガル語：月～金曜日　電話：0570-001703

スペイン語：月～金曜日　電話：0570-001704

タガログ語：月～金曜日　電話：0570-001705

ベトナム語：月～金曜日　電話：0570-001706

ミャンマー語：月 曜日　電話：0570-001707

ネパール語：月～木曜日　電話：0570-001708

韓国語：木、金曜日　電話：0570-001709

タイ語：水曜日　電話：0570-001712

インドネシア語：水曜日　電話：0570-001715

カンボジア語（クメール語）：水曜日　電話：0570-001716

モンゴル語：金曜日　電話：0570-001718

時間：10：00～15：00（正午〜13時は除く）

URL：https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/news\_topics/kyoku\_oshirase/roudou\_kijun/newpage\_00845.html

東京都労働相談情報センター（飯田橋）

労働問題全般にわたり相談に応じています。

英語：月〜金曜日

中国語：火〜木曜日

電話：03-3265-6110（電話相談）

時間：14：00～16：00

URL：https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/sodan/sodan/foreign.html

東京都労働相談情報センター大崎事務所

対応言語：英語

電話：03-3495-6110

時間：火曜日14：00～16：00

場所：品川区大崎1-11-1ゲートシティ大崎ウエストタワー2階

東京外国人雇用サービスセンター

外国人留学生の方や専門的・技術的分野の在留資格を所持して仕事を探している外国人の方の支援を行います。

対応言語：英語・中国語

電話：03-5361-8722

時間：月～金曜日9：00～17：00（祝日・年末年始を除く）

場所：新宿区四谷1丁目６番１号　コモレ四谷　四谷タワー13階

URL：https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/

(p.48)

（7）その他の支援団体

社会福祉法人さぽうと21

難民をはじめとする、日本に定住する外国籍・元外国籍の方からの生活相談を受付けます。

対応言語：英語

電話：03-5449-1331

時間：月～金曜日10：00～17：00（祝日を除く）

場所：品川区上大崎2-12-2ミズホビル6階

URL：http://www.support21.or.jp/

IWC国際市民の会

日本語教育・支援や文化交流イベント、生活相談を行います。

対応言語：英語・中国語

電話：03-6423-0954

時間：月～土曜日（祝日を除く）10:00～17:00

場所：品川区南大井6-13-3 第2 新開発ビル4 階

URL：http://www.npo-iwc.com/

東京英語いのちの電話（TELL）

TELLは、日本に住む外国人を対象として、増加するメンタルヘルスに関するサポートとカウンセリングサービスを提供しています。

対応言語：英語

電話：03-5774-0992、チャット

時間：土曜日9:00～月曜日23:00

火～木曜日9:00～23:00

金曜日9:00～2:00

URL：https://telljp.com/

2.その他の相談窓口・情報提供窓口

JNTOツーリスト・インフォメーション・センター（JNTO TIC）

日本全国の観光情報の提供を行います。

電話：03-3201-3331

時間：年中無休（1月1日を除く）9：00～17：00

場所：千代田区丸の内3-3-1新東京ビル1階

JR East InfoLine

JR東日本の列車時刻、運賃・料金などの案内をします。

電話：050-2016-1603

対応言語：英語・中国語・韓国語

時間：年中無休（年末年始を除く）10：00～18：00

URL：https://www.jreast.co.jp/e/customer\_support/infoline.html

(p.50)

第二章　届出と手続き

1.区役所と地域センター

品川区役所

〒140-8715　品川区広町2-1-36

電話：03-3777-1111（代）

https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/

窓口受付時間：午前8時30分～午後5時

※火曜日は、住民登録の手続きなど一部の業務について午後7時まで延長

※日曜日は、住民登録の手続きなど一部の業務について開設（月の最終日が日曜日の場合を除く）

休日：土曜日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）、月の最終日が日曜日とかさなる日

地域センター（P54〜55参照）

窓口受付時間・休日：「品川区役所」と同じ（火曜延長窓口および日曜開庁は行っていません）

※荏原第一地域センターのみ火曜延長窓口および日曜開庁を行っています。

火曜日：17:00～19:00（祝日を除く）　日曜日：8:30～17:00

他区市町村への確認が必要なものなど、取扱のできない業務があります。

地域のコミュニティ活動の核として、地域活動に関する業務のほか、次の業務を行っています。

すべての地域センターで取り扱う業務

住民票（除票を含む）の写しの交付

住民票記載事項証明書の交付

不在住証明書の交付

印鑑登録証明書の交付

戸籍全部事項証明書（戸籍謄本）・戸籍個人事項証明書（戸籍抄本）の交付

戸籍の附票・除籍全部事項証明書・除籍個人事項証明書・平成改製原戸籍謄（抄）本の交付

戸籍の身分証明書の交付

不在籍証明書の交付

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の収納

特別区民税・都民税・軽自動車税の収納

特別区民税・都民税の納課税証明書の交付

飼い犬の登録・死亡の届出・注射済票の交付

車椅子の貸出

り災証明書の発行（火災を除く）

有償刊行物の販売

◆の地域センターでは次の業務も取り扱います。（P54〜55参照）

転入・転出・転居等の届出

世帯主（員）変更・世帯合併や世帯分離の届出

印鑑登録・廃止の申請

国民健康保険の加入・脱退の届出

国民年金の加入の届出

介護保険証の交付

親子健康手帳（母子健康手帳）の交付

転入学の手続き　※外国籍の児童・生徒の方は、区役所学務課のみ。

(p.54)

大崎第一地域センター

住所：西五反田3-6-3　電話：3491-2000

交通：目黒駅徒歩10分、五反田駅徒歩10分、

不動前駅徒歩5分

大崎第二地域センター

住所：大崎2-9-4

電話：3492-2000

交通：大崎駅新西口徒歩5分

荏原第一地域センター

住所：小山3-14-1

電話：3786-2000

交通：東急目黒線武蔵小山駅徒歩3分

荏原第二地域センター

住所：荏原6-17-12

電話：3782-2000

交通：旗の台駅徒歩10分、西小山駅徒歩10分

荏原第三地域センター

住所：平塚1-13-18

電話：3783-2000

交通：戸越駅徒歩3分、戸越銀座駅徒歩5分

荏原第四地域センター

住所：中延5-3-12

電話：3784-2000

交通：荏原町駅徒歩1分

荏原第五地域センター

住所：二葉1-1-2

電話：3785-2000

交通：下神明駅徒歩2分

(p.55)

品川第一地域センター

住所：北品川3-11-16

電話：3450-2000

交通：新馬場駅徒歩3分

品川第二地域センター

住所：南品川5-3-20

電話：3472-2000

交通：青物横丁駅徒歩5分

八潮地域センター

住所：八潮5-10-27

電話：3799-2000

交通：大井競馬場前駅徒歩12分

大井第三地域センター

住所：西大井4-1-8（※令和6年2月に西大井2-10-3に移転予定）

電話：3773-2000

交通：西大井駅徒歩10分（※移転後徒歩6分）

大井第二地域センター

住所：大井2-27-20

電話：3772-2000

交通：大井町駅徒歩10分

大井第一地域センター

住所：南大井1-12-6南大井文化センター内

電話：3761-2000

交通：立会川駅徒歩5分

(p.58)

2．住民登録

(1)住民登録とは

2012年7月9日より、従来の外国人登録制度は廃止され、外国人も日本人と同じく住民基本台帳制度の適用対象になりました。

住民登録とは、住所や世帯主など皆さんの居住関係を明らかにするとともに、国民健康保険や国民年金などの基礎となるものです。これらの内容を個人ごとに記録し、それを編成したものが住民票です。住所などに変更があったときは届出をしてください。

(2)住民登録の対象となる外国人住民

中長期在留者（在留カード交付対象者）

※適法な在留資格を有し、3カ月を超える在留期間が決定された方。

特別永住者

一時庇護許可者、仮滞在許可者

出生による経過滞在者、国籍喪失による経過滞在者

（3）住民登録についての届出

届出の種類　届出する場合　届出期間　必要なもの

転入届（国外からの転入）　国外から品川区へ引っ越してきたとき　引っ越し後14日以内　1.転入者全員分の在留カード、特別永住者証明書など　2.転入者全員の旅券　3.世帯主との続柄を証明する書類および日本語の訳文

転入届（他区市町村からの転入）　日本国内から品川区へ引っ越してきたとき　引っ越し後14日以内　1.転入者全員分の在留カード、特別永住者証明書など　2.引越し前の区市町村で交付された転出証明書

(p.60)

届出の種類　届出する場合　届出期間　必要なもの

中長期在留等の資格取得　現在住民登録の対象でない方が新たに中長期在留者等になった場合　中長期在留者等となってから14日以内　1.在留カード、特別永住者証明書など　2.全員の旅券　3.世帯主との続柄を証明する書類および日本語の訳文

転居届　品川区内で引っ越しをしたとき　引っ越し後14日以内　転居者全員分の在留カード、特別永住者証明書　など

転出届（海外への転出）　海外へ引っ越すとき　引っ越す日まで　転出者全員分の在留カード、特別永住者証明書　など

転出届（国内への転出）　他の市区町村へ引っ越すとき　引っ越す日まで　転出者全員分の在留カード、特別永住者証明書　など

世帯変更届　1.世帯主が変わったとき　2.世帯を分けたとき　3.世帯を一緒にしたとき　変更後14日以内　1.世帯全員分の在留カード、特別永住者証明書など　2.世帯主との続柄を証明する書類および日本語の訳文

手続場所：戸籍住民課住民異動担当、♦印の地域センター（P54〜55参照）

問い合わせ：戸籍住民課住民異動担当

電話：03-5742-6660

（4）住民票の写しの交付申請

請求の際は、在留カード、特別永住者証明書など本人確認のできるものをお持ちください。同一世帯以外の方が代理で請求するときは、本人自筆の委任状が必要です。

手数料：一通300円

発行場所：戸籍住民課証明交付係、各地域センター、行政サービスコーナー

※2012年7月8日以前の住所の履歴など、外国人登録原票に記載された事項についての証明が必要な場合には、法務省へお問合せください。（問合せ先：出入国在留管理庁総務課情報システム管理室出入国情報開示係　電話：03-5363-3005）

(p.62)

3．在留管理に関すること

在留カードの申請・切替、在留資格の取得・変更、在留期間の更新、資格外活動および永住、再入国許可などの在留手続きに関する事務は東京出入国在留管理局で行います。

※特別永住者の方については、区役所戸籍住民課住民異動担当で届出を受け付けます。

問い合わせ：東京出入国在留管理局

電話：0570-034-259

4．外国人登録証明書の切替えについて

2012年7月8日以前に発行された外国人登録証明書は、順次、在留カードまたは特別永住者証明書への切替えが必要です。

なお、下記の有効期限までは外国人登録証明書も引き続き使用することができます。（永住者・特定活動を除く）

外国人登録証明書の使用期限

対象者　16歳以上の方　16歳未満の方

特別永住者　外国人登録証明書の「次回確認（切替）申請期間」の初日　16歳の誕生日

それ以外の在留資格の方　在留期間の満了日（在留資格の変更や更新の許可を受けたとき、在留カードが交付されます）

申請場所：

特別永住者の方：区役所戸籍住民課住民異動担当電話：03-5742-6660

特別永住者以外の方：東京出入国在留管理局

電話：0570-034-259

(p.64)

5．印鑑登録

（1）印鑑登録とは

日本では、いろいろな場面で印鑑が要求されます。自分の名前が刻印してあるこのスタンプを押すことで、署名と同じく意思の確認として見なされます。実印は、各種の契約（不動産売買、商取引など）や会社の設立など公的な文書に使用しますが、事前に区役所に印影を登録し、必要に応じて印鑑証明書を発行してもらいます。

（2）登録

印鑑登録できるのは、品川区に居住し住民登録をしている15歳以上の方です。本人が、登録する印鑑と在留カード等の本人確認書類を持参して、住民異動担当、♦印の地域センターに申請してください。

他の市区町村から転入してきた場合は、それまでの印鑑登録は廃止されていますので、品川区で新たに手続が必要です。

問い合わせ：戸籍住民課住民異動担当

電話：03-5742-6660

（3）印鑑登録証明書

区役所の証明交付係か各地域センター、行政サービスコーナーで印鑑登録証を提示し、印鑑登録交付申請書を記入して申請します。実印や委任状は必要なく、代理の方でも印鑑登録証を持参し、登録者の住所、氏名、生年月日を記入することが出来れば交付可能です。手数料は1通300円です。

問い合わせ：戸籍住民課証明交付係

電話：03-5742-6659

(p.66)

6．マイナンバーカード（個人番号カード）

ご申請いただいた方に発行される、裏面にマイナンバー（個人番号）の記載されたICチップ入りのカードです。顔写真付きのカードで、「本人確認」と「マイナンバーの確認」を１枚のカードで行うことができます。マイナンバーカードを利用して、コンビニで住民票の写し等の証明書を取得することもできます（詳細は以下「コンビニにおける証明書取得」参照）。

※住民基本台帳カードの交付は、マイナンバーカードの交付開始に伴い、平成27年12月をもって終了しました。現在お持ちの住基カードは、現在の住基カードの有効期限までお使いいただけます。

（1）申請方法

1.個人番号カード交付申請書に顔写真を貼り、通知カードに同封の返信用封筒で郵送申請。

2.個人番号カード交付申請書のQRコードをスマートフォンなどで読み取り、Webで申請。

3.個人番号カード交付申請書の申請書IDを専用のサイトに打ち込み、Webで申請。

4.マイナンバーカード申請用の写真機で交付申請書を持参の上、申請。

（品川区役所第二庁舎3階ロビーに設置。料金700円）

申請後、カードを発行している地方公共団体情報システム機構にてマイナンバーカードを作成後、品川区に発送されます。その後、品川区にてカードの検品等を行い、交付通知書を順次発送します。受け取りについては、品川区では窓口混雑緩和のため事前予約を取っています。交付場所：品川区役所第二庁舎3階マイナンバーカード交付会場他4か所　戸籍住民課　住民異動担当

（2）コンビニにおける証明書取得

利用者証明用電子証明書が搭載されたマイナンバーカードを使って、全国のコンビニエンスストア（マルチコピー機設置店舗）で証明書が取得できます。取得できる証明書：1.住民票の写し　2.印鑑登録証明書　3.特別区民税・都民税の課税（非課税）・納課税証明書

取得可能時間：6：30～23：00（年末年始は除く）

交付手数料：各１通　200円

問い合わせ：戸籍住民課住民異動担当

電話：03–5742-6660

(p.68)

7．電子証明書（公的個人認証サービス）

マイナンバーカードには、インターネット等による電子申請で使用する「電子証明書」が内蔵されています。

署名用電子証明書（英数字混在の6桁～16桁）

e-tax（確定申告）などで使用

利用者用電子証明書（数字4桁）

コンビニで住民票等の取得、マイナポータルで使用

※住基カードで電子申請等をしている方については、現在の電子証明書の有効期限までしか使用できません。新たに希望する場合は、マイナンバーカードの申請が必要です。（マイナンバー制度の開始に伴い、住基カードへの電子証明書発行・更新は、平成27年12月をもって終了しました。）また、住基カードとマイナンバーカードの併用はできないため、マイナンバーカードを受け取った時点で、住基カードは失効します。

問い合わせ：戸籍住民課住民異動担当

電話：03-5742-6660

8.戸籍の届出

（1）戸籍の届出とは

戸籍とは、日本国籍を持つ者の氏名、生年月日、夫婦、親子などの身分関係を登録し、公証する公簿です。外国人の方には戸籍はありませんが、日本での出生、死亡、婚姻、離婚などの際には、次の届出が必要です。

問い合わせ：戸籍住民課戸籍届出係

電話：03-5742-6657

(p.70)

（2）出生届

生まれてから14日以内に届けてください。届出には、1.医師による出生証明書2.母子手帳3.国民健康保険に加入している人は保険証をお持ちください。

（3）死亡届

日本で死亡した場合、7日以内に届けなければなりません。医師による「死亡診断書」を添えて提出してください。

※日本では一般的に死体は火葬にして墓地に埋葬しています。

（4）婚姻届

外国人が日本人と日本で婚姻する場合、婚姻届のほかに日本人は戸籍謄本、外国人は旅券、大使館などの在日公館が発行する婚姻要件具備証明書などの書類を提出してください。

（5）離婚届

外国人と日本に住所がある日本人配偶者の協議離婚は、日本の法律により可能です。双方が合意すれば、離婚届を区役所に提出してください。

(p.72)

9.税金・税の証明

英語版・中国語版・韓国語版の詳しいパンフレットを参考にしてください。入手方法はP134参照。

税金は、国や地方自治体が福祉・医療・教育・警察・消防などの公共サービスを提供するために使われています。

（1）住民税（特別区民税・都民税）

1.税がかかる方

1月1日現在、品川区内に住所があり前年に所得があった方。住所が品川区内になくても品川区内に事業所、事務所、家屋敷がある方。（現在収入がなくても、前年に一定以上の所得があれば、課税されます。）

2.申告

申告をしていただく方　申告しなくてもよい方

前年中に所得があった方　所得の有無に関わらず国民年金、国民健康保険、児童手当などで税の証明を必要とする方

給与所得者で勤務先で給与から源泉徴収されている方　所得が公的年金のみで、控除を受けない方　所得税の確定申告を税務署にした方　生活扶助を受けている方

3.申告の期間

例年2月16日～3月15日（休日の場合は、その翌日）

（2）軽自動車税（種別割）・自動車税（種別割）

1.軽自動車税（種別割）

4月1日現在に、軽自動車やバイクなどを所有している方にかかる税金です。

（4月2日以降に廃車手続きをした方も対象になります。）

申告　軽自動車等のナンバープレートの交付申請時

届け出　登録、廃車、譲渡、転居、盗難などの場合

申告、届け出場所　125cc以下のバイク　区役所税務課

126cc以上のオートバイ　関東運輸局東京運輸支局　品川区東大井1-12-17　電話：050-5540-2030

660cc以下の軽三輪、軽四輪（乗用、貨物）　軽自動車検査協会　港区港南3-3-7　電話：050-3816-3100

※障害のある方が使う車の軽自動車税が減免される制度があります。納期限までに税務課に申請してください。

(p.74)

2.自動車税（種別割）

自動車を所有している方にかかる税金です。

問い合わせ：品川都税事務所（区役所2階）

電話：03-3774-6666

（3）納税方法

住民税（普通徴収）は、６月に自宅に送られてくる納付書で年４回に分けて、軽自動車税（種別割）は５月に送られてくる納付書で年１回、それぞれ納期限までに納めます。期限を経過すると、延滞金が加算されます。

納付は、インターネットバンキング、スマホ決済アプリ、クレジットカード（モバイルレジクレジット・ネットdeモバイルレジ）を利用するか、金融機関、コンビニエンスストア等の窓口で納付します。

また、指定の口座から自動的に振替納付する方法もあります。

※出国する場合は、納税管理人を定めるか、予納、または、4期分全額を納めてください。

※生活状態の急激な変化等によって現在税金を納めることができない方は、各納期限前にご相談ください。

（4）税の証明

住民税の証明が必要な場合には、納税・課税（非課税）証明書を発行します。

証明書1通につき300円の手数料が必要です。

所得税の証明は、税務署にご確認ください。

（5）都で扱う主な税金

事業税、不動産取得税、自動車税（種別割）、固定資産税等があります。

問い合わせ：品川都税事務所（区役所2階）

電話：03-3774-6666

（6）国で扱う主な税金

所得税は、1年間（1月1日～12月31日）の個人所得に対してかかる国税です。給与所得者は、毎月の給与から源泉徴収により税金が差し引かれ年末調整をします。給与が多額または、給与以外の収入がある方は、例年2月16日～3月15日に税務署に前年の所得の申告書を提出して納税します（確定申告）。

その他に、法人税、贈与税等があります。

問い合わせ：品川税務署（港区高輪3-13-22）

電話：03-3443-4171

問い合わせ：荏原税務署（中延1-1-5）

電話：03-3783-5371

問い合わせ：国税についての英語相談

電話：03-3821-9070

(p.76)

第三章　健康と福祉

1．国民健康保険・後期高齢者医療制度

（1）公的医療制度

被雇用者を対象とした健康保険と、地域住民を対象とした国民健康保険という公的な医療保険制度があります。3カ月以上日本に居住し、住民票があるならば（短期滞在を除く）、必ずいずれかの公的保険に加入しなければなりません。

英語版・中国語版・韓国語版の詳しいパンフレットを参考にしてください。入手方法はP134参照。

問い合わせ：国保医療年金課資格係

電話：03-5742-6676

（2）後期高齢者医療制度

公的な医療保険制度に加入しなければならない75歳以上の方（65歳以上の一定の障害のある方で申請し認定を受けた方）は、後期高齢者医療制度に加入することになります。医療機関で支払う自己負担は、一般の方は1割、一定以上の所得のある方は2割、現役並所得者は3割です。75歳を迎える方には被保険者証を郵送で交付します。自己負担の割合は保険証に記載されています。

問い合わせ：国保医療年金課高齢者医療係

電話：03-5742-6736

(p.78)

2．国民年金

国民年金は20歳から60歳になるまでの方が加入し、高齢者、障害者や遺族の生活を支えていく、国が運営する年金制度です。

（1）加入

国民年金係の窓口で行っています。保険料はご自身で納る必要があります。保険料の納付が困難な場合は、ご相談ください。なお、日本の会社（厚生年金適用事業所等）にお勤めの方は、厚生年金に加入することになっております。手続きは勤め先の会社が行いますので、国民年金の加入手続きは不要です。

問い合わせ：国保医療年金課国民年金係

電話：03-5742-6682

（2）給付

保険料を納付した期間や保険料免除期間などを合わせて10年以上ある方は、原則、65歳以上から老齢基礎年金を受けることができます。また、万が一の時は、障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取ることができます（それぞれ受給要件があります）。年金を受給するときには手続きが必要です。

問い合わせ：国保医療年金課国民年金係

電話：03-5742-6682

品川年金事務所

場所：大崎5-1-5　高徳ビル2階

電話：03-3494-7831

（3）脱退一時金制度

保険料を6カ月以上納め、受給要件を満たすことなく離日した外国人の方は、2年以内に請求すると脱退一時金が受けられます。

問い合わせ：品川年金事務所

電話：03-3494-7831

（4）社会保障協定

協定国間で、保険期間の通算等を行います。詳しくは、日本年金機構のHPまたは、年金事務所にお問い合わせください。

問い合わせ：品川年金事務所

電話：03-3494-7831

(p.80)

3.介護保険

高齢者の介護を家族でだけでなく社会全体で支えあうための公的な制度です。40歳以上の区民のみなさんが被保険者として運営します。

（1）介護保険に加入するとき

区内に居住していて40歳の年齢到達時より介護保険の被保険者になります。

※外国人の方は、加入手続きが必要な場合があります。

問い合わせ：高齢者福祉課介護保険料係

電話：03-5742-6681

（2）介護保険の対象と保険料

第1号被保険者　第2号被保険者

対象者　65歳以上の人　40歳～64歳の医療保険に加入している人

給付の対象者　1.入浴、排せつ、食事など日常の生活動作について介護が必要な方　2.家事などの日常生活、リハビリテーションに支援が必要な方　初老期における認知症、脳血管障害など、老化に伴う病気（16の特定疾患）によって介護等が必要となった方

保険料　保険者（品川区）が3年ごとに介護サービスにかかる経費等から設定します。　加入している医療保険によって算定方法が異なります。

保険料は所得に応じて分かれています。　保険料は所得等に応じて決まります。

（3）介護が必要になったら

介護保険のサービスを利用するには、申請して「要介護認定」を受ける必要があります。お近くの、在宅介護支援センターや高齢者福祉課高齢者支援係にご相談ください。認定された要介護状態の区分に応じて利用できるサービスの上限が決められています。

問い合わせ：高齢者福祉課高齢者支援第1・2係

電話：03-5742-6729・30

（4）サービス費用の利用者負担

利用したサービスの費用の1割〜３割と施設での食事代などが自己負担となります。サービス利用時の自己負担分が、一定の金額を超えた場合は、上限額を超えた分を支給します。

問い合わせ：高齢者福祉課介護給付係

電話：03-5742-6927

(p.82)

4.福祉

（1）高齢者福祉（在宅介護支援センター）

在宅で介護しているご家族が、身近なところで気軽に専門家に相談できる窓口です。必要な保健・福祉サービスが受けられるように案内・助言することで、介護する方の負担が少しでも軽くなるよう支援します。お電話いただければ、訪問のうえご相談に応じます。

問い合わせ：高齢者福祉課高齢者支援第1･2係

電話：03-5742-6729･30

在宅介護支援センター

台場　北品川3-11-16　03-5479-8593

東品川　東品川3-1-5　03-5479-2793

東品川第二　東品川3-27-25　03-5783-2656

上大崎　上大崎3-1-1　03-3473-1831

西五反田　西五反田3-6-6　03-5740-6115

大崎　大崎2-11-1大崎ウィズタワー2F　03-3779-2981

南大井　南大井4-19-3　03-5753-3902

南大井第二　東大井4-9-1　03-5495-7083

八潮　八潮5-9-2　03-3790-0470

大井　大井4-14-8　03-5742-2723

大井第二　大井3-15-7　03-5743-2943

西大井　西大井2-4-4　03-5743-6120

荏原　荏原2-9-6　03-5750-3704

小山台　小山台1-4-1　03-5794-8511

小山　小山7-14-18　03-5749-7288

成幸　中延1-8-7　03-3787-7493

中延　中延6-8-8　03-3787-2167

大原　豊町6-25-13　03-5749-2531

戸越台　戸越1-15-23　03-5750-1053

杜松　豊町4-24-15　03-5750-7707

（2）障害者福祉

1.障害のある方の手帳

ア）身体障害者手帳

手足や目・言語・耳・心臓・肝臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう・直腸などに障害がある方が、いろいろな制度・援助を利用するために必要な手帳です。障害の程度によって1～6の等級に分かれています。申請等についてはご相談ください。

問い合わせ：障害者支援課障害認定事務係

電話：03-5742-6710　FAX: 03-3775-2000

イ）愛の手帳

知的障害者の方がいろいろな制度・援助を利用するために必要な手帳です。障害の程度によって1～4度に分かれています。この手帳は東京都の制度で国の制度としては「療育手帳」があります。

問い合わせ（18歳以上の方）：東京都心身障害者福祉センター

電話：03-3235-2961

問い合わせ（18歳未満の方）：品川児童相談所

電話：03-3474-5442

(p.84)

2.障害のある方の生活相談

次のような相談に応じています。

生活に関する相談

障害福祉サービスの利用相談

[身体・知的障害の方]

品川区旗の台障害児者相談支援センター

旗の台5-2-2

電話：03-5750-4995　FAX: 03-3782-3830

品川区東品川障害者相談支援センター

東品川3-1-8

電話：03-5479-2912　FAX: 03-5479-2938

品川区南品川障害児者相談支援センター

南品川3-7-7

電話：03-5460-5301　FAX: 03-5460-5303

[精神障害の方]

品川区精神障害者地域生活支援センター「たいむ」　西五反田2-24-2

電話：03-5719-3381　FAX: 03-5435-0563

[発達障害の方]

品川区発達障害者相談支援センター

上大崎1-20-12

電話：03-5793-7071 　FAX: 03-5793-7149

5.出産と育児・教育

（1）妊娠したとき

親子健康手帳（母子健康手帳）の交付

妊娠の診断を受けたときは「妊娠届」を提出してください。「親子健康手帳（母子健康手帳）」（英語・中国語・韓国語・タガログ語・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・インドネシア語・ベトナム語・ネパール語の翻訳手帳があり、日本語表記が難しい方へお渡ししています）と「妊婦健康診査受診票」等を交付します。妊娠届の用紙は、健康課・保健センター・次の地域センター（品川第一・大崎第一・大井第一・荏原第一・荏原第四・八潮）の窓口にあります。

問い合わせ：健康課保健衛生係

電話：03-5742-6745

（2）子どもが生まれたとき

1.出生届

赤ちゃんが生まれたら、医師の証明をもらい14日以内に戸籍届出係に出生届を提出してください。

問い合わせ：戸籍住民課戸籍届出係

電話：03-5742-6657

2.出産育児一時金

国民健康保険の加入者は給付として「出産育児一時金」があります。

問い合わせ：国保医療年金課給付係

電話：03-5742-6677

(p.86)

（3）乳幼児・児童

1.乳幼児の健康診査・相談

ア）生後4か月児・1歳6か月児・3歳児の健康診査や乳幼児の健康相談・発達相談・心理相談などを行っています。

イ）慢性疾患のあるお子さんの療育相談

問い合わせ：各保健センター

品川保健センター

場所：北品川3-11-22　電話：03-3474-2225

大井保健センター

場所：大井2-27-20　電話：03-3772-2666

荏原保健センター

場所：西五反田6-6-6　電話：03-5487-1311

2.乳幼児の予防接種

感染症予防のために予防接種を実施しています。（母子手帳予防接種の記録参照）

問い合わせ：品川区保健所保健予防課保健予防係電話：03-5742-9152

3.医療費助成

18歳までの子どもの医療費助成：高校3年生修了まで(18歳に達する日以後の最初の3月31日まで）の児童に、保険診療の自己負担分を助成します。申請された方には医療証を交付しますので、受診の際に都内の医療機関に保険証と併せて提示してください。

ひとり親の医療費助成：ひとり親の父または母で高校生3年生修了まで（18歳に達する日以後最初の3月31日まで）の児童を養育している場合、ひとり親医療証を交付します。医療証の交付には申請が必要です。医療費は、保険診療の自己負担分の一部または全額を助成します。（所得制限あり）

問い合わせ：子育て応援課手当医療助成担当

電話：03-5742-9174

4.児童に対する手当

ア）児童手当

区内に住所があり、中学3年生修了前まで（15歳に達する日以後の最初の3月31日まで）の児童を養育している場合に支給します。（所得制限あり）

イ）児童育成手当（ひとり親家庭）

育成手当：区内に住所があり、18歳になった日以後の最初の3月31日までの児童を、次のいずれかの状態で扶養している父･母または養育者に支給します。

1.父･母が離婚した児童

2.父または母が死亡・生死不明の児童

3.父または母に引き続いて1年以上遺棄されている児童

(p.88)

4.母が婚姻によらないで出生した児童

5.父または母が法令により1年以上拘禁されている児童

6.父または母に重度の障害がある児童

7.父または母が保護命令を受けた児童

障害手当：中度以上の知的障害・脳性まひまたは進行性筋萎縮症・2級程度以上の身体障害者手帳をもつ20歳未満の児童を扶養する父もしくは母または養育者に支給します。

ウ）児童扶養手当（ひとり親家庭）

区内に住所があり、18歳になった日以後の最初の3月31日までの児童（20歳未満の中度以上の障害がある児童を含む）を次のいずれかの状態で扶養している父もしくは母または養育者に支給します。

1.父･母が離婚した児童

2.父または母が死亡・生死不明の児童

3.父または母に引き続いて1年以上遺棄されている児童

4.母が婚姻によらないで出生した児童

5.父または母が1年以上拘禁されている児童

6.父または母に重度の障害がある児童

7.１〜５で父または母が事実上婚姻関係にない児童

また、申請者および児童が公的年金を受けている場合は支給されないことがあります。

エ）特別児童扶養手当

区内に住所があり、20歳未満の障害児を扶養する父もしくは母または養育者に支給します。

※いずれも所得制限があります。

問い合わせ：子育て応援課手当医療助成担当

電話：03-5742-6721、03-5742-9174

（4）児童センター

地域の子どもたちが利用できる施設で、遊び、工作、スポーツ、読書などのできる部屋があります。クラブ活動や行事も行っています。また、子育て中の方が交流できる親子サロンがあります。

問い合わせ：子ども育成課育成支援係

電話：03-5742-7823

（5）すまいるスクール

各小学校および義務教育学校で放課後や土曜日・夏休みなどに児童が過ごせる場所として実施しています。（登録制・要参加費）

問い合わせ：子ども育成課放課後サポート担当

電話：03-5742-6596

（6）保育

1.保育園

保護者が働いていたり、病気などで保育が必要な場合、乳幼児を預かる施設です。

(p.90)

入園申込書に必要な書類を添付して区役所の保育課入園相談担当に提出してください。毎月の保育料は、各家庭の住民税等により決まります。

問い合わせ：保育課入園相談担当

電話：03-5742-6725

2.病児保育

お子さんが病気のとき、保護者の方がどうしても仕事を休めない場合、医療機関および保育所に、併設している保育室でお預かりします。

問い合わせ：保育課施設運営担当

電話：03-5742-6724

3.生活支援型一時保育「オアシスルーム」

在宅で子育てしている方が通院、買物、カルチャースクールなどでリフレッシュする間、お子さんをお預かりします。

問い合わせ：保育支援課開設・計画担当

電話：03-5742-6039

（7）幼稚園

区内には区立幼稚園が9園あり、各幼稚園で2年保育を行っています。新入園児は11月ごろ募集しています。毎月の保育料は無償です。

問い合わせ：保育課入園相談担当

電話：03-5742-6725

私立幼稚園補助金：品川区に住民登録している満3〜5歳（小学校就学の始期に達するまで）の幼児を、私立幼稚園等に通園させる保護者を対象にして補助金を支給します。

問い合わせ：保育支援課開設・計画担当

電話：03-5742-6039

（8）小・中・義務教育学校

日本では、小学校6年間（6～12歳）と中学校3年間（12歳～15歳）の9年間が義務教育です。学校は4月に新学期が始まります。外国籍の方も、就学義務年齢に達していれば希望により区立の小・中・義務教育学校に入学・編入することができます。

問い合わせ：学務課学事係

電話：03-5742-6828

※就学費用の援助

公立の小・中・義務教育学校に就学されている児童・生徒の保護者の方に就学に必要な費用を援助する就学援助制度があります。前年の所得により判定し、認定された場合は学用品や給食費などを援助します。

問い合わせ：学務課学事係

電話：03-5742-6828

(p.92)

6.健康

（1）成人のがん検診・健康診査

品川区では、各種がん検診や健康診査など行っています。詳しくは、お問い合わせください。

1.がん検診

次のような、各種がん検診（条件あり）を年1回（一部2年または5年に１回）無料（一部有料）で行っています。

胃がん、子宮がん・乳がん（女性）、肺がん、大腸がん、前立腺がん（男性）、喉頭がん、胃がんリスク検診

2.20歳からの健康診査

3.眼科検診

4.成人歯科健康診査

問い合わせ：健康課保健衛生係

電話：03-5742-6743

（2）指定検診

HIVや梅毒の血液検査を匿名・無料で受けることができます。

※証明書類の発行は一切行っていません。

問い合わせ：

品川保健センター

場所：北品川3-11-22

電話：03-3474-2225

荏原保健センター

場所：西五反田6-6-6

電話：03-5487-1314

（3）医療費の助成

気管支ぜん息・難病・小児慢性疾患・精神障害・結核などについて医療費の助成があります。

問い合わせ：

難病・小児慢性疾患・精神障害は、各保健センター

電話：03-3474-2225（品川保健センター）

電話：03-3772-2666（大井保健センター）

電話：03-5487-1314（荏原保健センター）

気管支ぜん息は、健康課公害補償係（新規申請は18歳未満の方のみ）

電話：03-5742-6747

難病は、品川区保健所保健予防課保健予防係

電話：03-5742-9152

結核は、品川区保健所保健予防課感染症対策係

電話：03-5742-9153

(p.94)

第四章　くらしの情報

1.ごみとリサイクル

詳細は、冊子「資源・ごみの分け方・出し方」をご覧ください。英語版・中国語版・ハングル版があります。入手方法はP134参照。

（1）ごみの出し方

品川区では、各戸収集を行っています。ごみは、清掃事務所に確認の上、ご自宅の玄関先等に出してください（集合住宅では、各建物の決められた場所へ出してください）。ごみは決められた日の朝8時までに出してください。

※早朝収集地区は、朝7時30分までに出してください。

1.燃やすごみ　週2回収集

生ごみ、紙くずの他に、汚れが落ちないプラスチック製容器包装やその他のプラスチック、ゴム製品、革製品をふた付の容器または半透明、中身の見える袋に入れてお出しください。

2.陶器・ガラス・金属ごみ　月2回収集

陶器・ガラス・金属は、ふた付の容器または半透明、中身の見える袋に入れてお出しください。カセットボンベ・スプレー缶・ライターは中身を使い切った上、別の袋でお出しください。

※新たに転入された方は、清掃事務所にご連絡ください。

（2）資源の出し方

資源は回収日の朝8時までに資源回収ステーションに出してください。

資源　週1回収集

古紙（新聞・雑誌・段ボール・紙箱・雑がみ・紙パック）、飲食用びん・缶、ペットボトル、乾電池（単1～単5、角形9V、コイン型電池（CR・BR））プラスチック製容器包装、蛍光灯、水銀体温計・血圧計

問い合わせ：品川区清掃事務所

電話：事業係 03-3490-7051

サイクル推進係 03-3490-7098

(p.96)

（3）粗大ごみ（申込制）

家具、自転車など1辺の長さがおおむね30cm以上の大きなごみは、粗大ごみになります。自宅まで取りに行く方法と日曜日に直接指定場所へ持ち込む方法があります。品川区粗大ごみ受付センターに申込み、決められた日に出してください。また、インターネットによる申込みもできます。品目ごとに手数料が必要です。有料ごみ処理券取扱所、あるいは清掃事務所で有料粗大ごみ処理券を購入して粗大ごみに貼って出してください。

問い合わせ：品川区粗大ごみ受付センター

電話：03-6733-5374

URL：https://shinagawa-sodai.com

粗大ごみでは出せません

家電リサイクル法が施行され、テレビ・冷蔵庫（冷凍庫）・保冷庫・冷温庫・洗濯機・衣類乾燥機・エアコンは粗大ごみでは収集できません。

買ったお店か、買い替えをするお店にお問い合わせください。買ったお店が不明か遠方の場合は、家電リサイクル受付センターへお申し込みください。

家電リサイクル受付センター

電話：0570-087-200

※リサイクル料金と収集運搬料金が必要です。

パソコンについては、各メーカーにお申し込みください。

※メーカーが不明の場合は、パソコン3R推進協会（電話：03-5282-7685、URL https://www.pc3r.jp/）にお問い合わせください。

問い合わせ：品川区清掃事務所事業係

電話：03-3490-7051

（4）その他の資源のリサイクル

品川区では、資源回収ステーション以外に集団回収、拠点回収でも資源物を回収しています。

1.集団回収（町会、自治会等が決めた品目、日時・場所）

新聞・雑誌・段ボール・古着・紙パック・びん・缶など

2.拠点回収（毎月第2・4土曜日の午前10時から12時、31か所の小学校等）

古着、廃食用油、不用園芸土、小型家電（特定品目）

※小型家電（特定品目）は、区役所、体育館、品川図書館、清掃事務所の開庁（館）時間内に設置した回収ボックスでも回収しています。

問い合わせ：品川区清掃事務所リサイクル推進係

電話：03-3490-7098

(p.98)

2.ペット・動物

（1）ペットを飼うときには次のようなルールを守りましょう

1.散歩の前にトイレを済ませましょう。

2.必ず、ふん尿など汚物の後始末をする。

3.公共の場所や他人の土地建物などを汚したり損傷させたりしない。

4.他人に迷惑をかけない。

5.逃げた場合は飼い主自ら探す。

6.犬を散歩する場合は必ずリードをつける。

（2）犬の登録・予防接種

生後91日以上の飼い犬は、登録（初回のみ）と年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

問い合わせ：品川区保健所生活衛生課

電話：03-5742-9132

（3）動物が死んだ時

1.犬が死亡したときは、死亡届を出してください。問い合わせ：品川区保健所生活衛生課

電話：03-5742-9132

2.犬、猫、小鳥などの死体は、飼い主が処理することになっていますが、清掃事務所で処理することもできます。（有料　1頭25kg未満のもの）

問い合わせ：品川区清掃事務所事業係

電話：03-3490-7051

(p.100)

3.自動車・自転車

（1）運転免許・国際免許証

外国の運転免許証の書き換えおよび国際運転免許証については、試験場にお尋ねください。

問い合わせ：鮫洲運転免許試験場

電話：03-3474-1374

URL：https://www.keishicho.metro.tokyo.jp/menkyo/menkyo/kokugai/

（2）自動車保険

自動車保険は強制加入です。強制保険で損害賠償の金額がカバーできない場合に備える任意保険もあります。事故の後にはすぐ保険会社に連絡してください。

（3）交通傷害保険

品川区区民交通傷害保険（※）、TSマーク付帯保険、サイクル安心保険、各種保険特約など様々な保険がありますので、ご自分に合った保険加入をご検討ください。※詳細は区ホームページをご覧ください。

問い合わせ：土木管理課交通安全係

電話：03-5742-7660

（4）品川区シェアサイクル

東京都内15区のどこのサイクルポート（貸し出し・返却拠点）でも、自転車を借りたり返したりできます。利用方法、ポート設置場所、料金などについて詳しくは、品川区シェアサイクル運営事務局へお問い合わせください。

問い合わせ：品川区シェアサイクル運営事務局

電話：0570-783-677

（5）自転車に乗るときは「自転車安全利用五則」を守りましょう。

1.車道が原則、左側を通行

歩道は例外、歩行者を優先

2.交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

3.夜間はライトを点灯

4.飲酒運転は禁止

5.ヘルメットを着用

(p.102)

（6）自転車駐輪場を利用しましょう

路上に自転車やバイクが放置されていると交通の妨げになり歩行者にとっても危険です。

自転車駐輪場設置駅（有料）

鉄道名　駅名

JR　大井町・大森・大崎・五反田・西大井・目黒

京急電鉄　新馬場・青物横丁・鮫洲・立会川

東急電鉄　下神明・戸越公園・中延・荏原町・旗の台・戸越銀座・荏原中延・不動前・武蔵小山・西小山

都営地下鉄　戸越・中延

東京モノレール　大井競馬場前

りんかい線　天王洲アイル・品川シーサイド

（7）品川区の放置自転車対策

自転車等放置禁止区域内に放置された自転車やバイクは警告後、撤去されます。撤去の際、ガードパイプなどにチェーン錠などにより連結しているときは、切断します。

（8）撤去された自転車等を引き取る時

1.必要なもの

自転車またはバイクの鍵

運転免許証・在留カードなどの住所・氏名を証明するもの

撤去と保管に要した費用（自転車3,000円・バイク5,000円）

撤去された駅名と日付

2.時間

毎日（年末年始は除く）

午前10時～午後7時

3.場所と対象駅（※バイクは八潮北保管所のみ）

八潮北保管所（自転車・バイク）：八潮1-3-1

電話：03-3790-8820

大井町・大崎・西大井・下神明・戸越公園・大森・新馬場・青物横丁・立会川・大井競馬場前・天王洲アイル・品川シーサイド

不動前保管所（自転車）：西五反田3-11-14

電話：03-5436-8885

五反田・目黒・武蔵小山・西小山・不動前・戸越・中延・荏原町・旗の台・戸越銀座・荏原中延

問い合わせ：土木管理課自転車対策係

電話：03-5742-6786

(p.104)

4.電気・ガス・水道

（1）電気

品川区を含む東日本地区の電気は100V/50Hzです。（西日本地域は、100V/60Hz）

ブレーカーのスイッチを全部上げると電気が使える状態になります。ブレーカーを作動させても電気がこない場合は、ご利用の電力会社へ連絡してください。

（2）ガス

東京都のガスの種類は13A（都市ガス）です。

ガスを使い始めるときは、ご利用のガス会社へ事前に連絡して係員に来てもらいます。

※ガス臭いとき

1.窓や戸を開ける

2.ガス栓を閉める

3.火気を使用したり、換気扇・電気などのスイッチに触らない

4.休日、夜間を問わずご利用のガス会社に連絡する

（3）水道

水道の水は、そのままお飲みいただけます。

水道局に届出してから利用してください。蛇口を回しても水が出ないときは、水道局に連絡してメーターボックス内の元栓を左に回して開けます。

問い合わせ：水道局お客様センター

電話：03-5326-1100

URL：https://www.waterworks.metro.tokyo.jp/eng/charge/madoguchi/center\_23.html

※水漏れのとき

メーターボックス内の元栓を右に回して水流を止め水道局に連絡してください。

電話：03-5326-1101（料金、漏水修繕、その他）

（4）公共料金の支払方法

電気、ガス、水道などの公共料金は、請求書が送られてきます。支払いは郵便局や銀行、コンビニエンスストアなどで、期限日までに支払います。期限を過ぎると超過料金が加算されるほか、サービスが止められることがあります。

※自動振込み

取引のある銀行や郵便局の口座から自動引き落としも可能です。

(p.106)

5.電話・郵便・銀行

（1）電話

新規申込み・移転

NTT東日本のコールセンターや窓口で申し込みます。

電話：116（無料）電話：0120-116-000（携帯）

※通訳者を介した3者間通話での対応

時間：9：00～17：00年中無休（年末年始を除く）

（2）郵便

不在時の配達

不在時の小包や書留は、配達員が郵便物を持ち帰り、代わりに不在連絡票を置いていきます。再配達を希望する場合は、以下の方法のいずれかよりお申込みください。

1.電話

郵便物等お預かりのお知らせに記載している再配達受付連絡先の電話番号に連絡して、希望配達日・配達時間帯を選択。

2.インターネット

https://trackings.post.japanpost.jp/delivery/deli/より申込み。

3.郵便またはFAX

必要事項を記載の上、お手元の郵便物等お預かりのお知らせに記載の電話番号へFAXを送信するか、そのままポストへ投函。

4.窓口

事前に郵便物等お預かりのお知らせに記載している「お問い合わせ先」に連絡し、郵便物等お預かりのお知らせ、印鑑、本人と住所が確認できる証明資料（運転免許証、健康保険証など）を持って行く。

詳しくは以下の問い合わせ先へご確認ください。

問い合わせ：お客さまサービス相談センター

電話：0120-23-28-86

電話：570-046-666（携帯）

電話：0570-046-111（英語）

時間：全日/8:00～21:00

URL: www.post.japanpost.jp/english/index.html

（3）銀行

口座を開きたい場合等、希望の金融機関へご相談ください。

(p.108)

第五章　公共施設

1.図書館

区内には11館の図書館とおおさきこども図書室、武蔵小山図書取次施設があります。書籍はもちろんCDや雑誌なども取揃え、特集本のコーナーや講演会、映画上映会などを開催し、みなさんのご利用をお待ちしております。

図書館　所在地　電話

品川図書館　北品川2-32-3　03-3471-4667

二葉図書館　二葉1-4-25　03-3782-2036

荏原図書館　中延1-9-15　03-3784-2557

南大井図書館　南大井3-7-13　03-3761-6780

源氏前図書館　中延4-14-17　03-3781-6273

ゆたか図書館　豊町1-17-7　03-3785-6677

大井図書館　大井5-19-14　03-3777-7151

五反田図書館 　西五反田6-5-1　03-3492-2131

大崎図書館　北品川5-2-1　03-3440-5600

大崎図書館分館　大崎3-12-22　03-3491-3430

八潮図書館　八潮5-10-27　03-3799-1414

大崎駅西口図書取次施設（おおさきこども図書室）

予約した品川区立図書館所蔵資料の受取・返却、利用者カードの登録・更新ができます。絵本・紙芝居・低学年向けの物語があります。

所在地：大崎2-11-1　大崎ウィズシティテラス2階

電話番号：03-5487-6551

武蔵小山図書取次施設

予約した資料の受取と資料の返却ができます。

所在地：小山３-22-3

電話番号：03-3782-8310

（1）開館時間

［図書館］

月曜日～土曜日　9：00～20：00

日曜日・祝日　9：00～19：00

年末開館（12月29〜30日）9：00～17：00品川・荏原・大井・大崎図書館

※休館日：第２木曜日=品川・荏原・五反田以外、第４月曜日=品川・荏原・五反田図書館、年末年始、特別整理期間、施設点検日です。

(p.110)

［取次施設］

大崎駅西口図書取次施設（おおさきこども図書室）

開所時間：月～金曜日　8：00～20：00

土曜日・日曜日・祝日　9：00～19：00

休所日：年末年始、特別整理期間、施設点検日

武蔵小山図書取次施設

開所時間：月～金曜日　8：00～19：00

土曜日・日曜日・振替休日　10：00～15：00

休所日：祝日、年末年始、施設点検日

（2）貸出登録

図書館の資料を借りるときには、登録が必要です。住所・氏名・生年月日が記載されている官公署発行で有効期限内の証明書（学生証・運転免許証・健康保険証・在留カードなど）を提示してお申し込みください。その場で利用カードを発行します。

有効期間は2年間で、更新が必要です。その際、更新届に記入し、住所・氏名・生年月日が記載されている官公署発行で有効期限内の証明書(上記参照)をお持ちください。有効期限を90日経過すると、更新の手続きが行われるまで、新たな貸し出しと予約・リクエストをお断りします。

（3）貸出点数と期間

全館、合計で20点まで、2週間（DVD、ビデオテープは4点以内）借りられます。

地域資料・辞書などの参考資料は8点以内で1週間です。一部館内利用のみの資料があります。

※DVD（品川・荏原・大井・五反田図書館のみ貸出）、ビデオテープ（品川・荏原図書館のみ貸出）

（4）予約

貸出中の本・雑誌や、他の図書館の本を取り寄せて貸出するサービスがあります。品川区のホームページから、品川区立図書館所蔵の資料の検索や予約ができます。

（5）催し

おはなし会・講演会・映画会などを行っています。問い合わせ：品川図書館

電話：03-3471-4667　または、各図書館

https://library.city.shinagawa.tokyo.jp/

(p.112)

2.文化センターなど

文化センターは、自主的な学習・文化・スポーツ活動を通してさまざまな世代の方が交流しあい、あたたかなコミュニティづくりを進めていくための施設です。

きゅりあん　東大井5-18-1　03-5479-4100

スクエア荏原　荏原4-5-28　03-5788-5321

中小企業センター　西品川1-28-3　03-3787-3041

こみゅにてぃぷらざ八潮　八潮5-9-11　03-3799-2021

五反田文化センター　西五反田6-5-1　03-3492-2451

荏原文化センター　中延1-9-15　03-3785-1241

東品川文化センター　東品川3-32-10　03-3472-2941

旗の台文化センター　旗の台5-19-5　03-3786-5191

南大井文化センター　南大井1-12-6　03-3764-6511

メイプルカルチャーセンター　西大井1-4-25　03-3774-5050

エコルとごし（環境学習交流施設）　豊町2-1-30　03-6451-3411

3.スポーツ施設

（1）体育館

個人でも、団体でも利用できます。詳しくは、各体育館までお問い合わせください。個人で、初めて利用される方は、区民（在住、在勤、在学）であることがわかるものを持参し、1階受付で登録してください。

［総合体育館］

利用時間：9：00～21：30

休館日：第3月曜日（祝日の場合は開館、翌日休）、年末年始

施設内容：競技場、武道場、卓球・レクリエーション室、会議室、トレーニング室

種目：バドミントン、バレーボール、バスケットボール、テニス、卓球、柔道、剣道、空手道、社交ダンス、民踊など

場所：東五反田2-11-2

電話：03-3449-4400

大崎駅徒歩8分

五反田駅徒歩8分

(p.114)

［戸越体育館］

利用時間：9：00～21：30

休館日：第2月曜日（祝日の場合は開館、翌日休）、年末年始

施設内容：競技場、武道場、卓球・レクリエーション室、会議室

種目：バドミントン、バレーボール、バスケットボール、テニス、卓球、柔道、剣道、社交ダンス、民踊など

場所：豊町2-1-17

電話：03-3781-6600

東急大井町線戸越公園駅徒歩7分

［スクエア荏原（品川区立荏原平塚総合区民会館）アリーナ］

利用時間：9：00～21：30

休館日：年末年始（保守点検等で貸し出しできない日があります）

施設内容：競技場

種目：バドミントン、バレーボール、バスケットボール、卓球、ダンスなど

場所：荏原4-5-28

電話：03-5788-5321

東急目黒線武蔵小山駅・東急池上線戸越銀座駅・荏原中延駅徒歩10分

（2）プール

［温水プール］

区立の6つの温水プールは、年間を通じて水泳を楽しめます。なお、学校利用や水泳教室や大会などで利用できない時もあります。

利用料：大人（高校生以上）350円、こども（中学生以下）170円

品川学園温水プール　北品川3-9-30　03-5460-0480

日野学園温水プール(総合体育館と併設)　東五反田2-11-2　03-3449-4400

戸越台中学校温水プール　戸越1-15-23　03-5750-1549

八潮学園温水プール　八潮5-11-2　03-5492-7582

荏原文化センター　中延1-9-15　03-3785-1241

豊葉の杜学園温水プール　二葉1-3-40　03-5749-3350

［屋外プール］

1.しながわ区民公園屋外プール　勝島3-2-2

7月10日～9月の第2日曜日まで（団体利用の日は除く）

2.区立小・中学校プール（指定校）

夏季のみ

問い合わせ：スポーツ推進課地域スポーツ推進係

電話：03-5742-6838

(p.116)

（3）野球場

［軟式野球場］

天王洲公園野球場　東品川2-6-23

八潮北公園野球場　八潮1-3-1

品川南ふ頭公園野球場　東品川5-8-4

問い合わせ：スポーツ推進課地域スポーツ推進係　電話：03-5742-6838

都立大井ふ頭中央海浜公園野球場　八潮4-1-19

申し込み・問い合わせ：公園管理事務所（大井スポーツセンター）　電話：03-3790-2378

［こども野球場］

子供の森公園こども野球場　北品川3-10-13

しながわ区民公園こども野球場　勝島3-2-2

鮫洲運動公園こども野球場　東大井1-4-11

問い合わせ：スポーツ推進課地域スポーツ推進係　電話：03-5742-6838

（4）テニスコート

［屋外テニスコート］

東品川公園庭球場　東品川3-14-9

八潮北公園庭球場　八潮1-3-1

しながわ区民公園庭球場　勝島3-2-2

しながわ中央公園庭球場　西品川1-27・28

問い合わせ：スポーツ推進課地域スポーツ推進係　電話：03-5742-6838

都立大井ふ頭中央海浜公園　八潮4-1-19

申し込み・問い合わせ：公園管理事務所（大井スポーツセンター）　電話：03-3790-2378

［屋内テニスコート］

総合体育館　東五反田2-11-2　03-3449-4400

戸越体育館　豊町2-1-17　03-3781-6600

中小企業センター　西品川1-28-3　03-3787-3041

(p.118)

（5）弓道場

東品川公園弓道場　東品川3-14-9

電話：03-3471-8930

申し込み・問い合わせ：スポーツ推進課地域スポーツ推進係

電話：03-5742-6838

（6）陸上競技場・球技場

都立大井ふ頭中央海浜公園陸上競技場・球技場　八潮4-1-19

申し込み・問い合わせ：公園管理事務所（大井スポーツセンター）

電話：03-3790-2378

（7）スポーツができる公園・広場

八潮公園多目的広場　八潮5-11

しながわ中央公園多目的広場　西品川1-27・28

申し込み・問い合わせ：スポーツ推進課地域スポーツ推進係　電話：03-5742-6838

（8）小学校校庭（校庭開放）

学校休業日に区立小学校の校庭を児童の遊び場として開放しています。

※学校によって実施日、時間が異なります。詳しくは、各小学校までお問い合わせください。

（9）トレーニング室・スポーツ室

品川健康センター　北品川3-11-22　03-5782-8507

荏原健康センター　荏原2-9-6　03-3788-7017

中小企業センター　西品川1-28-3　03-3787-3041

東品川文化センター　東品川3-32-10　03-3472-2941

旗の台文化センター　旗の台5-19-5　03-3786-5191

南大井文化センター　南大井1-12-6　03-3764-6511

八潮地域センター　八潮5-10-27　03-3799-2000

こみゅにてぃぷらざ八潮　八潮5-9-11　03-3799-2021

※対象スポーツは各施設にお問い合わせください。

(p.120)

4.区内のお出かけスポット

（1）戸越公園

豊町2-1-30　電話：03-3782-8819

東急大井町線戸越公園駅徒歩5分

肥後（熊本）藩主細川家の下屋敷の庭園を利用して作られた公園。池を中心に渓谷や滝、冠木門などがありかつての大名屋敷をしのばせる公園です。

（2）文庫の森

豊町1-16-23　電話：03-3782-8819

東急大井町線戸越公園駅徒歩5分

国文学研究資料館跡地の池や樹木をいかして整備した公園。日常は憩いの場、災害時には身の安全を確保する避難場所となり、様々な防災機能を備えています。

（3）池田山公園

東五反田5-4-35

電話：03-3447-4676

五反田駅東口徒歩15分

備前（岡山）藩主池田家の下屋敷跡を整備した公園。スイレンや花菖蒲など四季折々の花が楽しめます。また、秋は紅葉が見頃です。

(p.121)

（4）しながわ区民公園

勝島3-2-2・南大井2-3-17

電話：03-3762-0655

京浜急行線立会川駅、大森海岸駅各徒歩10分

デイキャンプやサイクリングができ、子どもから大人まで楽しめます。

園内にはしながわ水族館があります。

（5）大森貝塚遺跡庭園

大井6-21-6

大森駅徒歩5分

モース博士により発見、調査された大森貝塚。現在は、遺跡庭園として整備されています。「日本考古学発祥の地」の碑がたっています。

(p.122)

（6）ねむの木の庭

東五反田5-19-5

五反田駅東口徒歩10分

上皇后美智子さまのご実家・正田邸跡地を整備した公園。上皇后陛下が御歌に詠まれたねむの木や草花のほか、美智子さまの名前がついたバラも有名です。

（7）なぎさの森（都立大井ふ頭中央海浜公園）

八潮4-2-1

電話：03-3799-0938

東京モノレール大井競馬場前駅徒歩8分

大井町駅東口から都バス「品川駅東口」行き「大井ふ頭中央公園」下車徒歩4分

京浜運河沿いの緑豊かな公園。干潟での磯遊びや、ハゼなどの釣りもできる。

(p.123)

（8）品川歴史館

※改修工事のため休館中（令和6年4月下旬にリニューアルオープンを予定しています。）

大井6-11-1

電話：03-3777-4060

品川の歴史を展示する施設で、品川区の貴重な文化と歴史にかかわる史料の収集、保存も行っています。

開館時間：9：00～17：00（入館は16:30まで）

休館日：月曜日（祝日の場合は開館し、次の平日に休館）、年末年始、展示替期間

観覧料：一般100円、小・中学生50円（特別展は別料金）

※品川区立の小・中学生、70歳以上の方、障害のある方は無料

JR線・東急線・りんかい線大井町駅徒歩15分・JR線大森駅徒歩10分

東急バス鹿島神社前下車徒歩1分

大森駅北口または西大井駅より「しなバス」品川歴史館北下車徒歩1分

(p.124)

（9）しながわ水族館

勝島3-2-1（しながわ区民公園内）

電話：03-3762-3433

川から海へをテーマに様々な生物を展示し、イルカやアシカ、アザラシショーも楽しめます。

開館時間：10：00～17：00まで（入館は閉館の30分前まで）

休館日：火曜日（祝日、春休み、GW期間、夏休み、冬休みは開館）、1月1日

入館料（品川区在住・在勤・在学者）：大人800円、シルバー700円、小・中学生400円、4歳以上の幼児200円（全員分の住所などが確認できる証明書等を、シルバーの方は年齢が確認できる証明書等を窓口で提示してください。）

（一般）：大人1,350円、シルバー（65歳以上）1,200円（年齢が確認できる証明書等を窓口で提示してください。）、小・中学生600円、4歳以上の幼児300円

大井町駅東口より無料送迎バス約15分

京浜急行線大森海岸駅徒歩約8分

(p.125)

（10）Ｏ（オー）美術館

大崎1-6-2（大崎ニューシティ2号館2階）

電話：03-3495-4040

区ゆかりの芸術家をテーマにした企画展など年間を通してアート展を開催しています。

開館時間：10：00～18：30（入館は18：00まで）

※展示によって時間帯が異なります。HPの展示スケジュールをご確認ください。

休館日：木曜日、年末年始

入館料：有料の場合あり

JR・りんかい線大崎駅徒歩2分

（11）エコルとごし（環境学習交流施設）

豊町2-1-30（戸越公園内）

電話：03-6451-3411（休館日を除く9：00～20：00）

自然豊かな戸越公園内にあり、体験型展示やイベントで環境を身近に学べる施設です。木の温もりあふれる開放的なラウンジもあり、公園の四季や近隣商店街散策とあわせて多世代で楽しむことができます。

開館時間：7：00～21：30（貸室のご利用は9：00～）

※3F環境学習展示・菜園と1Fキッズスペースは9：00～18：00

休館日：第4月曜日（祝日の場合、翌開館日が休館）、年末年始

東急大井町線　戸越公園駅・下神明駅から各徒歩7分

都営浅草線　戸越駅から徒歩12分　東急池上線　戸越銀座駅から徒歩15分

(p.126)

5.保養施設

品川区には、民間保養施設があり、割安で気軽にご利用いただけます。

（1）品川荘

地場の素材を使用したお料理をご堪能下さい。天然温泉浴場もあります。

場所：静岡県伊東市広野1-3-17

電話：0557-35-0321

URL：https://www.shinagawasou.com

伊東駅からバス（4・5番乗り場）「修善寺」行き「伊東郵便局前」下車徒歩3分

（2）光林荘

男体山を見上げる大谷川のほとり、雄大な自然に囲まれた施設。

場所：栃木県日光市細尾町676-1

電話：0288-54-0988

URL：https://www.korinsou.com

東武日光線東武日光駅から送迎バスあり。（事前予約）

東武日光線東武日光駅から「奥細尾」行き「細尾リンク入口」下車徒歩10分

（1）（2）の利用料金（令和5年10月現在）

区分　区民料金　区外料金　区民と同伴　区外のみ

大人（中学生以上）　平日　¥6,500　¥8,500　¥11,000

休前日　¥7,000　¥9,000　¥11,500

繁忙期　¥8,000　¥10,000　¥12,500

子供(小学生）　通年　¥5,000　¥6,500　¥8,000

区民料金は、区内在住者・在勤者・在学者本人です。

光林荘Ｂタイプ（室内にトイレなし）は、上記から550円引きとなります。

1室1名利用の場合は2,200円の増額となります。

幼児は寝具・食事を必要としない場合は無料です。幼児食のみ2,200円（夕朝食）、寝具のみ1,100円、寝具と食事の両方必要な場合は、3,000円です。

(p.128)

品川荘は、入湯税（１人１泊につき150円）がかかります。

区内在住の高齢者（70歳以上）と障害者、障害者の介護者（住所問わず）、高齢者介護者および乳幼児同伴の保護者は上記から1,000円引きとなります。（重複なし）

申込方法

必要事項（代表者の住所・氏名・電話番号、利用施設、利用月日、人数など）を電話、FAXまたはホームページで各施設へ直接お申し込みください。（午前９時～午後６時）

受付期間

利用月日の６ヶ月前の１日より受付開始。（区民以外の方は4ヶ月前の１日から）

先着順。ただし繁忙期は抽選（締め切りはそれぞれ受付開始月の月末）

年末年始は1月分と一緒に予約を受け付けます。

その他

区民料金で宿泊する方は、住所などが確認できるもの（運転免許証、健康保険証、社員証など。障害者の方は障害者手帳、高齢者介護者は介護されている方の介護保険被保険者証など）を宿泊者全員分、必ずお持ちください。

詳しくは、各施設へお問い合わせください。

問い合わせ：地域活動課庶務係

電話：03-5742-6687

(p.130)

国際交流

品川区の国際交流

区では、（公財）品川区国際友好協会と連携し、外国都市交流も含む多様な国際交流の推進と、外国人に開かれた地域社会づくりを通じて相互に理解と友情の絆を深め地域の国際化を推進していきます。

外国都市との交流

姉妹・友好都市との交流事業では、（公財）品川区国際友好協会が青少年ホームステイの相互派遣などを行うことにより、若い世代を中心に、国際社会への架け橋となる人材育成を行っています。

交流都市　ポートランド市　ジュネーヴ市　オークランド市

所在地　アメリカ合衆国メイン州　スイス連邦ジュネーヴ州　ニュージーランド

交流の位置づけ　姉妹都市　友好都市　友好都市

提携日　1984年10月13日（昭和59年）　1991年9月9日（平成3年）　1993年5月17日（平成5年）

(p.132)

区内で実施する事業

友好協会が行う事業

教室名　内容

日本語教室

区内在住・在勤の外国人対象

学習レベル・時間帯別に7クラス

※詳しくは、当協会HPまたは事務局へお問い合わせください。

このほかにも、交流サロンの開催や、地域行事等で国際交流展示を行っています。

（公財）品川区国際友好協会（品川区役所第3庁舎4階）

電話：03-5742-6517

Eメール：japanese@sifa.or.jp

URL：http://www.sifa.or.jp/（日本語・英語・中国語・ハングル）

区が行う事業

多文化共生講座や、やさしい日本語講座の実施のほか、外国人向け生活情報のLINE配信や区民まつり・防災訓練への参加の呼びかけなど、地域における国際化や多文化共生の推進に取り組んでいます。

問い合わせ：総務課平和・国際担当

電話：03-5742-6691

Eメール：somu-kokusai@city.shinagawa.tokyo.jp

外国人向け情報のLINE配信

品川区に住んでいる外国人に向けて、生活に必要な知識や情報、区の事業紹介などを『やさしい日本語』と『英語』のそれぞれLINEアカウントから配信しています。

ぜひご登録ください。

【やさしい日本語】

ID:@shinagawainfo\_j

【英語】

ID:@shinagawainfo\_e

(p.134)

外国語による出版物

出版物　発行言語　内容　入手方法

City News SHINAGAWA　英語　英字広報紙。区からのお知らせ、行事案内、見所紹介等。　毎月発行（8月を除く）。英字新聞の折込、駅の広報スタンド、区の主な施設、郵便局、スーパー等で配布、区ホームページ

品川区国民健康保険の案内　英語、中国語、韓国語（日本語と４言語併記）　品川区国民健康保険の案内　国保医療年金課、地域センターで配付

予防接種と子どもの健康　英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、タガログ語　子どもの予防接種の紹介　保健予防課で配付

予防接種の案内（ちらし）　英語　区で実施する予防接種の受け方に関する案内　保健予防課、各保健センターで配付

母子健康手帳　英語、中国語、韓国語、タガログ語、スペイン語語、ポルトガル語、インドネシア語、タイ語、ベトナム語　妊婦と子どもの記録　健康課、各保健センター・一部の地域センター（p54〜55参照）で配付

資源・ごみの分け方・出し方（冊子・ちらし）　英語、中国語、韓国語　住民登録時に配付。品川区清掃事務所でも配付

しながわ防災体験館ご案内　英語、中国語、韓国語　初期消火体験、応急救護体験、防災に関する映像の上映等　防災課、しながわ防災体験館で配布、区ホームページ

東京23区の住民税　英語、中国語、韓国語（日本語と4言語併記）　住民税のあらましについてのパンフレット　税務課で配付

Shinagawa Walking Map　英語　しながわ観光協会で配付

SHINAGAWA TOURISM MAP　英語　しながわ観光協会で配付

Shinagawa-shuku, Tokaido Walking Map　英語　品川宿交流館で販売（50円）

しながわ防災ハンドブック　英語、中国語、韓国語　災害に対する家庭での備えについてのパンフレット　防災課、しながわ防災体験館、各地域センター等で配布

品川区立図書館利用ガイド　英語、中国語、韓国語　品川区立図書館・図書施設の紹介　各図書館、おおさきこども図書室で配布

(p.138)

区の外国語発信情報

ホームページ(英語・中国語(簡体・繁体)・韓国語など131言語)

住民登録や、健康保険などの情報の他、休日夜間に急病のとき診てもらえる診療病院の情報もお知らせしています。

https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/

City News SHINAGAWA（英字広報紙）

毎月10日発行（８月を除く）。区の政策、事業、行事などをお知らせする英字広報紙です。英字新聞の折り込みのほか、区の主な施設、駅の広報スタンドにも置いてあります。

Shinagawa Info（FM放送）

interFM897(89.7Mhz)で品川区の情報を日本語、中国語、韓国語、タガログ語、英語で月曜日～金曜日まで日替わりで放送しています。放送時間はCity News SHINAGAWA（英字広報紙）でお知らせしています。

カタログポケット（電子書籍）

「広報しながわ」や「しながわ防災ハンドブック」等の区が発行している冊子を、スマートフォンやタブレットで簡単に閲覧できる無料のアプリです。

日本語・英語・中国語・韓国語・タイ語など10言語でご覧いただけます。

LINE(やさしい日本語・英語)

生活に必要な知識や情報、区の事業紹介などを配信しています。

【やさしい日本語】　ID:@shinagawainfo\_j

品川区外国語版生活情報誌−2024年版

2024年（令和6年）1月発行

発行：品川区企画部広報広聴課

〒140-8715　品川区広町2-1-36　TEL 03-3771-2000（直）　FAX 03-5742-6870

制作協力：株式会社メリットファイブ