

がいこくせきじゅうみん
外国籍住民のための

えにわし
恵庭市

せいかつおりえんてーしょん
生活オリエンテーション
BOOK

にほんごばん
やさしい日本語版

ねんがつ
2026年6月
えにわし
恵庭市



はじめに

恵庭市へ ようこそ！

恵庭市には、仕事、学校、家族と来た人、日本に長く住むことを決めた人など、1,300人を超える外国人がいます。(2026年 4月末 時点)

日本で日本人と外国人が安心して生活するためには、日本のルールや習慣を知っておくことが大事です。

この「恵庭市生活オリエンテーションBOOK」には生活の役に立つ情報がたくさん書いてあります。ぜひ読んでください。

また、困ったときには、学校や会社の人や、市役所に相談してください。

そして、恵庭市のイベントにも参加して、たくさんの人と出会ってください。

このオリエンテーションBOOKが、あなたの恵庭市での生活のたすけになることを願っています。



恵庭市の紹介

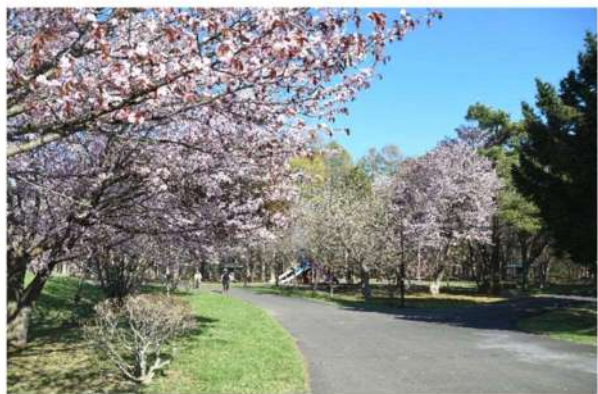
じんこう 人口	70,087 人 (2026年 4月末 時点)
めんせき 面積	294.65 km ²
こくゆうりん くに も もり 国有林 (国の 持っている 森)	やく 約 45 %
じえいたい えんしゅうじょう 自衛隊の 演習場	やく 約 23 %
のうち 農地	やく 約 15 %
しがいち いえ みせ 市街地 (家や 店の ある ところ)	やく 約 5 %
へいきんきおん 平均気温	9.0 °C (2025年)
いちばん あつ ひ 一番 暑い日	34.5 °C (2025年 7月)
いちばん さむ ひ 一番 寒い日	-20.3 °C (2025年 1月)
ねんかん あめ ゆき りょう 1年間の 雨や 雪の 量	1,098.0 mm (2025年)
いちばん ゆき つ いちばん 雪が 積もったとき	154 cm (2022年)

はじめに

えにわし はる なつ あき ふゆ きせつ
恵庭市には、春、夏、秋、冬の 4つの 季節が あります。

えにわし なつ すず ふゆ ゆき すく たいふう すく
恵庭市は、夏は 涼しく、冬は 雪が 少ない ところです。台風も 少ない ところです。

きせつ い べんと
季節ごとの イベントも あります。ぜひ、いろいろな ことを 体験して ください。



1 外国人の相談窓口..... 6

- 1-1 恵庭市の 相談が できる ところ..... 6
- 1-2 国の 相談が できる ところ..... 7
- 1-3 北海道の 相談が できる ところ..... 8
- 1-4 その他の 相談が できる ところ..... 10

2 生活のこと..... 11

- 2-1 恵庭市に 来たときに すること..... 11
- 2-2 住所の 手続き..... 12
- 2-3 マイナンバーカード..... 13
- 2-4 医療保険..... 15
- 2-5 年金..... 17
- 2-6 障がい福祉..... 18
- 2-7 結婚・離婚・死亡したとき..... 19
- 2-8 税金..... 21
- 2-9 ごみ..... 23
- 2-10 病院..... 27
- 2-11 エコバス（恵庭の バス）..... 28
- 2-12 交通ルール..... 32
- 2-13 電気・水道・ガス..... 35
- 2-14 冬の生活..... 36
- 2-15 銀行・郵便..... 37
- 2-16 携帯電話..... 40
- 2-17 町内会..... 41
- 2-18 図書館..... 42

3 子どものこと..... 43

- 3-1 赤ちゃんが できたとき..... 43
- 3-2 赤ちゃんが 生まれたとき..... 44
- 3-3 日本の 教育システム..... 45
- 3-4 保育所・認定こども園..... 46
- 3-5 小学校・中学校..... 46

もくじ

4	仕事のこと	47
4-1	仕事のこと	47
5	防災・災害	48
5-1	恵庭市で 起きる 自然災害	48
5-2	災害の 備え	50
6	緊急	53
6-1	緊急通報	53
6-2	休みの日や 夜の 病院	56
6-3	気をつける こと	57
7	日本語学習・日本の文化	59
7-1	日本語学習	59
7-2	日本の 文化	60
7-3	日本の マナー	61
	市役所のこと	63
	恵庭市マップ	66

えにわし がいこくじん そうだんまどぐち
恵庭市外国人相談窓口

えにわし やくしょ がいこくじん そうだんまどぐち
恵庭市役所には、「外国人相談窓口」があります。
せいかつ せいかつ しやくしょ てつづ こま そうだん
生活のことや、市役所の手続きなどで困っていることを相談できます。
はなし き そうだん ばしょ おし かね
話を聞いて、相談する場所を教えます。お金はかかりません。

そうだん ひ
相談できる日

げつようび きんようび
月曜日から金曜日 まで
ごぜん じ ふん こご じ ふん
午前8時45分から 午後5時15分まで

やす ひ
休みの日

どようび にちようび しゅくじつ がつ にち がつみっか
土曜日、日曜日、祝日、12月29日から1月3日まで

ばしょ
場所

えにわし きょうまち ばんち えにわし やくしょ かい きかくか
恵庭市京町1番地 恵庭市役所 4階 企画課

でんわばんごう
電話番号

☎ 0123-33-3131 (内線:2346、4710)

ことば
言葉

にほんご えいご
日本語、英語
ほか ことば きかいつうやく つか
その他の言葉は、機械通訳を 使います。

WEB



めーる
メール



✉ kokusai@city.eniwa.hokkaido.jp



がいこくじんざいりゅうそうごう いん ふ お め - し ょ ん セ ン タ - しゅつにゅうこくざいりゅうか ん りちよう
外国人在留総合インフォメーションセンター(出入国在留管理庁)

しゅつにゅうこく にほん はい で ざいりゅう び ざ てつづ そうだん
出入国(日本に入るとき・出るとき)や 在留(ビザ)の 手続き について 相談できます。
かね
お金は かかりません。

* でんわ そうだん
* 電話で相談 *そうだん ひ
相談できる日

げつようび きんようび ごぜん じ ふん ごご じ ふん
月曜日から 金曜日まで 午前8時30分から 午後5時15分まで

やす つぎ ひ ひる じかん ごぜん じ ごご じ でんわ
* 休みの 次の日や、昼の 時間(午前11時から 午後0時)は 電話が つながらない ときが
すこ ま でんわ
あります。少し 待ってから 電話して ください。

やす ひ
休みの日

どようび にちようび しゅくじつ がつ にち がつみっか
土曜日、日曜日、祝 日、12月29日から 1月3 日まで

でんわ
電話

☎ 0570-013904
でんわ でんわ
(IP電話から 電話を する ときは、03-5796-7112)

ことば
言葉

にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご すぺいんご ぽるとがるご ベとなむご
日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、
ねばーるご たいご みやんまーご しんはらご
ネパール語、タイ語、ミャンマー語、シンハラ語

* めーる そうだん
* メールで相談 *めーる
メール

✉ info-tokyo@i.moj.go.jp

ことば
言葉

にほんご えいご
日本語、英語

* さっぽろしゅつにゅうこくざいりゅうか ん りきょく い そうだん
* 札幌出入国在留管理局に行って相談 *ばしょ
場所

さっぽろし ちゅうおう く おおどりにし ちようめ さっぽろだいさんごうどうちようしゃ
札幌市 中央区 大通西12丁目 札幌第三合同庁舎

そうだん ひ
相談できる日

ごぜん じ ふん ごご じ ふん
午前8時30分から 午後5時15分まで

かようび きんようび ひる じかん ごご じ やす
* 火曜日から 金曜日の 昼の 時間(午後0時から 午後1時)は お休みです。

ことば
言葉

にほんご えいご
日本語、英語

ほっかいどうがいこくじんそだん センター は い え っ く
北海道外国人相談センター(HIECC)

ざいりゅう びざ しごと ぜいきん ねんきん こ がっこう さいがい す けっこん りこん いえ もんだい
在留(ビザ)、仕事、税金・年金、子ども、学校、災害、住まい、結婚・離婚、家での問題など、たくさん
ことについて 相談 できます。お金は かかりません。

そだん ひ
相談できる日

げつようび きんようび ごぜん じ ごご じ
月曜日から 金曜日 午前9時から 午後5時まで
ひる じかん ごご じ ごご じ やす
昼の 時間 (午後0時 から 午後1時) は お休みです

やす ひ
休みの日

どようび にちようび しゅくじつ がつ にち がつみっか
土曜日、日曜日、祝 日、12月29日 から 1月3日 まで

ばしょ
場所

さっぽろしちゅうおうくた じょうにし ちようめ どうちようべつかん かい
札幌市中央区北3条西7丁目 道庁別館12階

でんわばんごう
電話番号

☎ 011-200-9595

ことば
言葉

にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご たがろくご ベとなむご たいご みゃんまーご
日本語、英語、中国語、韓国語、タガログ語、ベトナム語、タイ語、ミャンマー語、
すぺいんご
スペイン語など

ことば そうだん ひ じかん ちが
*言葉によって、相談できる 日や 時間が 違います。
さいと か れ ん だ ー かくにん
WEBサイトの カレンダーで 確認して ください。

WEB

www.hiecc.or.jp/soudanめーる
メール✉ support@hiecc.or.jp

*WhatsApp や WeChat でも 相談が できます。
くわ さいと み
詳しくは WEBサイトを 見て ください。

とくてい ひ え い り かつどうほうじん

こくさいいりょうじょうほう セ ン タ ー

特定非営利活動法人 AMDA国際医療情報センター

でんわ からだ の ことや びょうき の こと を そうだん
電話で、体のことや病気のことを相談できます。ほか びょういん せんせい はな でんわ つうやく
他にも、病院で先生と話すときに、電話で通訳ができます。お金はかかりません。そうだん ひ
相談できる日そうだん まいにち ごぜん じ ごご じ
相談：毎日 午前10時から 午後4時まで
つうやく まいにち ごぜん じ ごご じ
通訳：毎日 午前10時から 午後3時までやす ひ
休みの日しゅくじつ がつ にち がつみっか
祝日、12月29日から1月3日までばしょ
場所さっぽろしちゅうおうくた じょうにし ちょうめ どうちようべっかん かい
札幌市中央区北3条西7丁目 道庁別館12階

☎ 0120-339-266

でんわばんごう
電話番号LINE の でんわ そうだん
電話でも 相談できます。
(チャットは できません)ことば
言葉にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご たいご たがろくご ぽるとがるご ベトナムご
日本語、英語、中国語、韓国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、ベトナム語*ことば によって、そうだん ひ ちが
*言葉によって、相談できる日が違います。さいと かれんだー かくにん
WEBサイトのカレンダーで確認してください。

WEB

www.amdamedicalcenter.com

きゅうきゅうあんしん センター

救急安心センターさっぽろ

きゅう びょうき けがの ときに、でんわ そうだん 相談できます。びょういん い 病院に 行った ほうが いいか、きゅうきゅうしゃ (119番)を よんだ ほうが いいかを、相談する ことができます。

そうだん ひ
相談できる日

まいにち じかん
毎日、24時間いつでも

やす ひ
休みの日

ありません

ちい き
地域

えにわし さっぽろし いしかりし しんしのつむら くりやまちよう どうべつちよう なんぼろちよう しままきむら
恵庭市、札幌市、石狩市、新篠津村、栗山町、当別町、南幌町、島牧村、
きたひろしまし ながぬまちよう
北広島市、長沼町

でんわばんごう
電話番号

☎ #7119 または、
☎ 011-272-7119

みみ き ひと
耳が 聞こえにくい 人は、FAX でも 相談 できます。
FAX 011-241-7331

ことば
言葉

にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご ベトナムご たいご ねばーるご ぼるとがるご
日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、タイ語、ネパール語、ポルトガル語、
すべいんご ふらんすご たがろご いんどねしあご どいつご いたりあご
スペイン語、フランス語、タガログ語、インドネシア語、ドイツ語、イタリア語、
ろしあご まれーご みゃんまーご くめーるご もんごるご しんはらご
ロシア語、マレー語、ミャンマー語、クメール語、モンゴル語、シンハラ語、
ひんでいーご べんがるご うるどうーご
ヒンディー語、ベンガル語、ウルドゥー語

えにわし き
恵庭市に 来たときに すること

✓ ^{か い ない} 14日以内に、^{てんにゆうとどけ} 転 入 届 を ^だ 出してください 12ページ

✓ ^{にちい ない} 90日以内に ^{まい な ん ば ー か ー ど} マイナンバーカードの ^{てつづ} 手続きを
してください。 13ページ

✓ ^{いりようほけん} 医療保険の ^{てつづ} 手続きを してください。 15ページ

✓ ^{ねんきん} 年金の ^{てつづ} 手続きを してください。 17ページ

✓ ^こ 子どもが ^{ひと} いる人は、
^{ようちえん} 幼稚園や ^{がっこう} 学校の ^{てつづ} 手続きを してください。 46ページ

* ^{くに} 国に ^{かえ} 帰るときや、^{えにわし} 恵庭市から ^{べつ} 別の ^{まち} まちに ^ひ 引っ越すときは、
^{かなら} 必ず ^{えにわしやくしよ} 恵庭市役所に ^き 来て ください。いろいろな ^{てつづ} 手続きが あります。



えにわし す
恵庭市に 住むとき

す 住んでから 14日以内に 転 入 届 を 出 して ください。

も
持ってくる もの

- ☐ 在 留 カード (まだ 在 留 カード が ない 人は、パスポート)
- ☐ 家族の 関係が わかる 書類 ※日本人では ない 家族と 住むときに 必要です。

だい り にん ちが ひと てつづ
代理人 (違う人)が 手続きを するときは…

- ☐ 本人確認書類 (運転免許証 ・ パスポート ・ マイナンバーカード ・ 在 留 カードなど)
- ☐ 委任状 (他の 人に 代わりに 行ってもら う ことを 認める 書類)

じゅうみんひょう
住民票

じゅうみんひょう
住 民 票 は、あなたの 住 所 を 証 明 する 紙 です。市役所で もらえます。
した ひつよう
下のときに 必要になる ことが あります。

- ぎんこうこうざ
銀行口座を つくるとき
- けいたいでんわ けいやく
携帯電話を 契約するとき
- いえ か
家を 借りるとき など

てつづ
手続きが できる ところ

- えにわしやくしよ かい し み ん か
恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課
- しまつしよ
島松支所
- めぐ の しゅつちようじよ
恵み野出張所

くわ
詳しくは

えにわしやくしよ かい し み ん か
恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課

☎ 0123-33-3131 (内線:1115)

まいなんばんカード
マイナンバーカード

まいなんばんカードは、まいなんばん（こじんばんごう）と、自分の（じぶん）写真（しゃしん）
がついている ID（アイ）カード（かーど）です。

（しやくしょ）市役所（しやくしょ）で（もらう）ことが（できます）。はじめて（つく）るときは（かね）お金は
かかりません。

まいなんばん
マイナンバーとは？

（にほん）日本（で）（せいかつ）生活（する）（ひと）は、まいなんばん（こじんばんごう）（なんばん）が
（ぜんいん）全員（に）（つきます）。

まいなんばん（した）は（ひつよう）下の（とき）に（必要）です。

- （ぎんこうこうざ）銀行口座（を）（つく）るとき
- （かいしゃ）会社（や）（みせ）お店（で）（はたら）くとき
- （しやくしょ）市役所（で）（しゃかいほけん）社会保険（や）（ぜいきん）税金（の）（しよるい）書類（を）（だ）出す（とき） など



きつ
気を付けてください！

まいなんばん（う）は、（う）生まれてから（し）死ぬ（まで）（つか）ずっと（つか）使（います）。とても（だいじ）大事（です）。
（ほか）他の（ひと）人（に）（か）貸（したり）、（おし）すぐ（おし）教え（たり）（しないで）（ください）。



も
持ってくる もの

☐（ざいりゅうかーど）在留カード（まだ（ざいりゅうかーど）在留カード（が）（ひと）ない（人は）、（ぱすぽーと）パスポート）





とくていざいりゅうかーど
特定在留カードについて

(2026年6月の情報ですので、変わる ことが あります。)

2026年6月から、外国人の ための 新しい カード「特定在留カード」が 始まります。
これは、在留カードと マイナンバーカードを 1枚にした カードです。

めりっと
いいこと (メリット) は 何ですか？

- カードを 2枚 持たなくて いいので 管理が 簡単に なります。
- カードの 更新の 手続きが 簡単に なります。

どこで つくれますか？

- 札幌出入国在留管理局 (札幌入管)
- 恵庭市役所 1階 市民課

*カードを 作るため だけの 申し込みは できません。在留(ビザ)の 期間を
の 延ばすときや、引っ越した ときなど、ほかの 手続きと 一緒に 申し込みます。

*特定在留カードを 持つか どうかは、自由です。

今 持っている 在留カードと マイナンバーカードを そのまま 使うことも できます。



てつづ
手続きが できる ところ

えにわしやくしよ かい しみんか
恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課

くわ
詳しくは

えにわし まいなんばんカードこーるせんたー へいじつ ごぜん じ ごご じ
恵庭市 マイナンバーカードコールセンター (平日 午前9時～午後5時)

☎ 0123-25-3235

いりょうほけん
医療保険

日本に 住所がある人（住民登録をしている人）は、

みんな 公的医療保険に入ります。

医療保険に入ると、病院に行ったときに 自分で 払う お金が 少なくなります。

医療保険は 3種類 あります。

しゃかいほけん
①社会保険

会社で 働いている人と その家族は
社会保険に入ることができます。
会社が 申し込みの 手続きを します。
毎月、自分の 給料 から 保険料が
支払われます。

こうきこうれいしゃいりょうほけん
②後期高齢者医療保険

主に 75歳以上の 人が 入ります。
市役所で 住民登録を するときに
手続きを します。

こくみんけんこうほけん
③国民健康保険

①や ②に 入っていない 人が 入ります。
市役所で 住民登録を するときに
手続きを します。



保険に入るとき、保険を 変えるとき、保険を やめるときは 14日以内に 手続きを してください。

も
持ってくる もの

- ☐ 個人番号（マイナンバー）が わかるもの
- ☐ 本人確認書類（在留カード、パスポート、運転免許証 など）

てつづ
手続きが できる ところ

恵庭市役所 1階 ⑥国保医療課 または 島松支所 または 恵み野出張所

くわ
詳しくは

恵庭市役所 1階 ⑥国保医療課

☎ 0123-33-3131

（国民健康保険 について

（後期高齢者医療保険 について

内線:1161)

内線:1167)

医療保険に 入ると、「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を もらいます。
 「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」は、病院に 行くとときに もって いきます。

「資格確認書」をもらった人

病院に 行くとときは「資格確認書」を
も
持って いきます。

(マイナンバーカードに 保険証の 登録を
していない 人が もらいます。)

「資格情報のお知らせ」をもらった人

資格情報のお知らせ

病院に 行くとときは「マイナンバーカード」
と「資格情報のお知らせ」の どちらも
も
持って いきます。

(マイナンバーカードに 保険証の 登録を
している 人が もらいます。)



ねんきん
年金

日本に 住所がある（住民登録をしている）、
20歳から59歳までの人は、みんな年金に入ります。
下のように になったら お金を もらえます。

- 年を取ったとき
- けがや病気で 障がいが残ったとき
- 年金を払っていた 家族が 亡くなったとき



も
持ってくるもの

ざいりゅうカードか ばすぽーと
□ 在留カードか パスポート

こうせいねんきん
① 厚生年金

会社や工場などで働いている人は、
厚生年金に入ります。
手続きは働いている会社がします。
毎月の給料から、保険料が支払われます。

こくみんねんきん
② 国民年金

①以外の人は国民年金に入ります。
市役所で住民登録をするときに、手続きをします。
収入が少なくて年金のお金が払えない人や、学校に行っている人などは、払わなくていいこともあります。
相談してください。



保険料を6か月以上支払って、年金を受け取らないで帰国する人は、
脱退一時金を受け取ることができます。

てつづ
手続きができる ところ

- 恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課
- 島松支所
- 恵み野出張所

くわ
詳しくは

恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課

☎ 0123-33-3131（内線:1118）

しょう ふくし しょう おとな こ
障がい福祉（障がいがある大人や子どものためのサービス）しょう ふくし しょう
障がいがある人は、障がい福祉サービスが利用できます。しょう ふくし
障がいがある人は、市役所で「手帳」をもらいます。てちょう ふくし せいかつ べんきょう しごと
手帳がある人は、生活や勉強、仕事などがしやすくなるように、しょくじ ふろ ふうろ ふうろ てつだ からだ うご れんしゅう
食事や風呂などの手伝いや体を動かす練習など、

いろいろなサービスを受けることができます。



う 受けられる サービス

- ばす でんしゃ たくしー しょうきん やす
バスや電車、タクシーなどの料金が安くなったり、
はら ぜいきん すく
払う税金が少なくなったりします。
- いりょうひ
医療費をもらえることがあります。

てちょう しゅるい
【手帳の種類】からだ しょう ふくし しょう
・体に障がいがある人・・・「身体障害者手帳」ちのう しょう ふくし しょう
・知能に障がいがある人・・・「療育手帳」こころ しょう ふくし まいにち せいかつ むずか ふくし しょう
・心に障がいがある、毎日の生活が難しい人・・・「精神障害者保健福祉手帳」てちょう いりょうひ
手帳や医療費について聞くところえにわしやくしよ かい しょう ふくしか
恵庭市役所 2階 ②障がい福祉課

☎ 0123-33-3131 (内線1215、1216、1219、1331)

しょう そうだん
障がいのことを相談するところえにわしやくしよ しゃそうだんしえんせんたー
恵庭市障がい者相談支援センター

☎ 0123-33-3131 (内線1332、1333)

けっこん
結婚するとき

● 日本人と 結婚するとき

日本人と 結婚する 人は、『婚姻届』を 市役所に 出します。

外国人は『婚姻要件具備証明書』も 出します。

また、国によって 必要なものや 手続きが 違います。

婚姻届を 出す 前に、恵庭市役所 市民課 ☎0123-33-3131 (内線:1111)に 連絡して ください。



婚姻要件具備証明書 とは

大使館や 領事館で もらえます。婚姻要件具備証明書が ない 国の 場合、自分が 結婚できる ことが わかる書類を 大使館や 領事館から もらいます。外国語で 書いて あるときは、日本語の 翻訳を つけます。誰が 翻訳したか わかるように、名前、翻訳日も 書きます。

Check! も 持ってくる もの

☐ 婚姻届

☐ 婚姻要件具備証明書 または 結婚 できる ことが わかる 書類

● 日本人以外の 人と 結婚するとき

国によって 必要な 物や 手続きが 違います。大使館や 領事館に 相談して ください。

りこん
離婚するとき

結婚した 人と 別れるときは、『離婚届』を 出します。

住んでいる 国や 国籍で 離婚の 方法が 違います。

市役所で 相談して ください。

しぼう な
死亡した（亡くなった）とき

かぞく いっしょ せいかつ していた ひと な
家族や 一緒に 生活 していた 人が 亡くなったら、『死亡届』を しやくしょ だ
市役所に 出します。
な
亡くなった ことを 知った ひから、7日以内に 出して ください。
だ
出す ところは 下の どれかの まちです。

- 「死亡届」を 出す 人が 住んでいる まち
- 戸籍を 登録 している まち
- 亡くなった 場所の まち

 **も 持ってくる もの**

☐ しぼうとどけ
死亡届

☐ しぼうしんだんしょ
死亡診断書

（死亡届と 同じ 紙に、医者が 書いたもの）

てつづ
手続きが できる ところ

- えにわしやくしょ かい し みん か
恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課
- しまつししよ
島松支所
- めぐ の しゅっちょうじよ
恵み野出張所

くわ
詳しくは

えにわしやくしょ かい し みん か
恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課

☎ 0123-33-3131（内線:1112）

税金 (国や 恵庭市 などに 払う お金)

日本に 住んでいる 人は、外国人も「税金」を 払います。「税金」は みんなの 生活のために 使われます。
家に 納付書 (税金を 払うために 必要な 紙) が 届いたら、紙に 書いてある 日 までに、銀行や
コンビニエンスストア、市役所で 払ってください。

税金の 名前	内容	相談する ところ
所得税	● 国に 払う 税金です。 ● いくら 払うかは、1月1 日から 12月31日までの 1年にもらった 給料で 決まります。毎月 会社などが 給料から 税金を 引いて 払います。 ● 12月に もう一回 計算されて、税金を 多く 払っていたときは 12月の 給料と 一緒に 戻ってきます。	さっぽろみなみぜい むしょ 札幌 南 税務署 ☎0570-00-5901 ナビダイヤル (ナビダイヤル) ☎011-555-3900 だいひょうでんわ (代表電話)
住民税	● 北海道と 恵庭市に 払う 税金です。 ● 1月1 日に 日本に 住所が あって、働いている 人が 払います。 ● 前の 年に もらった お金によって、払う お金が 決まります。 ● 会社などが 給料から 税金を 引いて 払います。給料がない 人は 自分で 払います。	えにわしやくしょ かい ぜいむか 恵庭市役所 1階 ⑨税務課 ☎0123-33-3131 ないせん (内線1413~1415)
自動車税 / 軽自動車税	● 毎年 4月1 日に 自分の 車を持っている 人が 払います。 ● いくら 払うか 書いてある 手紙が 4月から 5月ごろに 届きます。いくら 払うかは 車の 種類などで 決まります。 ● 手紙に 書いてある 日までに、銀行や コンビニエンスストア、郵便局などで 払います。	じどうしゃぜい 【自動車税】 ほっかいどう さっぽろどうぜいじ むしょ 北海道 札幌道税事務所 じどうしゃぜい ぶ 自動車税部 ☎011-746-1190 けいじどうしゃぜい 【軽自動車税】 えにわしやくしょ かい ぜいむか 恵庭市役所 1階 ⑨税務課 ☎0123-33-3131 ないせん (内線1411)
固定資産税	● 毎年 1月1 日に 次の ものを持っている 人が 払います。 ● 土地 ● 家屋 (家や ビル、店 などの 建物) ● 償却資産 (仕事に つかう 道具、車、機械など)	えにわしやくしょ かい ぜいむか 恵庭市役所 1階 ⑨税務課 ☎0123-33-3131 とち ないせん 土地のこと(内線1416・1417) かおく ないせん 家屋のこと(内線1418・1419) しょうきゃくしあん ないせん 償却資産のこと(内線1431)

税金の 証明書

在留(ビザ)の更新(期間を長くすること)をするときや在留(ビザ)の種類を変えるとき、家を借りるときなどに下の証明書が必要になることがあります。

証明書の 名前	内容	もらえる ところ
所得・課税証明書	- あなたの所得(給料)や課税(税金をかけること)を証明する紙です。 1枚 400円 かかります。	恵庭市役所 1階 ⑨税務課 ☎0123-33-3131 (内線1413~1415)
納税証明書	- あなたがいくら税金を払ったか(これから払うか)や、滞納がないか(払っていない税金がないか)を証明する紙です。 1枚 400円 かかります。	恵庭市役所 1階 ⑩債権管理課 ☎0123-33-3131 (内線1422)

ごみ

えにわし 恵庭市では、ごみを ^す捨てる ときの ^{るーる}ルールが あります。

ごみを ^す捨てる ^{るーる}ルール

- 決められた ^き袋に ^{ふくろ}分けて ^わ出^だす。
 ＊燃やせる ^もごみ ^{ふくろ}袋、燃やせない ^もごみ ^{ふくろ}袋、生ごみ ^{なま}袋は ^{ぶくろ}スーパーマーケットや
^{どらつくすとあ}ドラックストア、^{コンビニえんすすとあ}コンビニエンスストアで ^か買えます。
- 決められた ^き曜日の ^{ようび}朝 ^{あさ}8時30分までに ^だ出^だす。

やく た じょうほう み
役に立つ 情報が 見られる ところ

ぶんべつしてん
ごみ分別事典
けんさくうえぶさいと
検索ウェブサイト
(ごみさく)



ごみの ^わ分け方を ^{かた}調べられま
す。
えいご ^{ちゅうごくご}英語、^{べとなむご}中国語、ベトナム語 が
あります。



えにわしこうしき
恵庭市公式LINE



そだい ^{おお}粗大ごみ (大きな ごみ)の ^{もう}申
し込みや ^ひごみの日の ^しお知らせ
など、^{べんり}便利な ^{じょうほう}情報が あります。



かん いばん
簡易版ごみ分別辞典



ごみの ^わ分け方を ^{かた}簡単にした
^{かんたん}紙です。
えいご ^{ちゅうごくご}英語、中国語が あります。



ごみの わ かた 分け方	い ふくろ 入れる 袋	す 捨てる 物
も 燃やせる ごみ		くさ はな き かみ 草や 花・木、紙で できたもの、いふく ぬのるい 衣服や 布類、ぶら すちつく プラスチック で できたもの、かわ ごむ 皮や ゴムで できたもの など 
なま 生ごみ		りょうり 料理の ときに で 出た くず や た のこ 食べ残した 物 など 
も 燃やせない ごみ		きんぞく 金属で できたもの、でんき 電気や でんち 電池で うご 動くもの、わ もの 割れ物や はもの 刃物など 
き けん キケン ごみ	 きけん か 「キケン」と書く	す ぶれーかん スプレー缶や が つかん ガス缶、らい たー ライター、つか 使っていない はなび 花火など 
しげんぶつ 資源物		この まーく この マークが ついて いるものや あ 空きびん 
		この まーく この マークが ついて いるもの 
		けいこうかん 蛍光灯、LED など ぶくろ ごみ 袋に「けいこうかん 蛍光灯」「LED」など なかみ 中身を書く。 
		でんち 電池、すまーとふおん スマートフォン、たぶれっと タブレット、 もばいる モバイルバッテリーなど ぶくろ ごみ 袋に「でんち 電池」と か 書く。 
	 かみ ばつ 紙パック はん ざっし 本や雑誌	たん ぼー ダンボール た 単で ひも で しば 縛るか、 しんぶん 新聞紙は しんぶんせいり 新聞整理袋に い 入れて ください

ごみを 出す 日

ごみを 出す 日は、住んでいる まちによって 違います。

自分の 住んでいる まちの「ごみ・リサイクル 収集カレンダー」を 見てください。

カレンダーは、市役所 2階 ②廃棄物管理課で もらえます。

「ごみ・リサイクル 収集カレンダー」

は ここからも 見られます。⇒



ごみ・リサイクル収集カレンダー（見本）

①

③

8 駒場町・恵み野南 地区版

ごみ・リサイクル収集カレンダー

2026年度版

2026年4月1日～

2027年3月31日

3

！ 分別を調べるなら恵庭市公式LINEやごみサクが便利です！

恵庭市公式LINE

ごみサク

※外国語版
(Foreign language version)
・英語 (English)
・中国語 (中文)
・ベトナム語 (Tiếng Việt)

生ごみ・燃やせるごみの収集日 ☆ 燃やせない・キケンごみの収集日 □ 資源物の収集日

2026	日	月	火	水	木	金	土
4	1	2	3	4	5	6	7
5	8	9	10	11	12	13	14
6	15	16	17	18	19	20	21
7	22	23	24	25	26	27	28
8	29	30	31				

2026	日	月	火	水	木	金	土
7	1	2	3	4	5	6	7
8	8	9	10	11	12	13	14
9	15	16	17	18	19	20	21
10	22	23	24	25	26	27	28
11	29	30	31				

2026	日	月	火	水	木	金	土
5	1	2	3	4	5	6	7
6	8	9	10	11	12	13	14
7	15	16	17	18	19	20	21
8	22	23	24	25	26	27	28
9	29	30	31				

2026	日	月	火	水	木	金	土
6	1	2	3	4	5	6	7
7	8	9	10	11	12	13	14
8	15	16	17	18	19	20	21
9	22	23	24	25	26	27	28
10	29	30	31				

市内転居の場合は、転居先の地区版カレンダーが必要となります。

恵庭市役所廃棄物管理課 ☎0123(33)3131

！ 粗大ごみの回収は事前の申し込みが必要です。

電話申し込み(コールセンター)
☎29-7440
平日9:00～17:00
●詳しくはごみ分別事典(16～19P)をご覧ください。

恵庭市公式LINE申し込み
24時間受付
(注)12月29日～1月3日は
申し込みできません。

生ごみ・燃やせるごみの収集日 ☆ 燃やせない・キケンごみの収集日 □ 資源物の収集日

2026	日	月	火	水	木	金	土
10	1	2	3	4	5	6	7
11	8	9	10	11	12	13	14
12	15	16	17	18	19	20	21
13	22	23	24	25	26	27	28
14	29	30	31				

2027	日	月	火	水	木	金	土
1	1	2	3	4	5	6	7
2	8	9	10	11	12	13	14
3	15	16	17	18	19	20	21
4	22	23	24	25	26	27	28
5	29	30	31				

- ① 自分の 住んでいる まちの 名前を 確認してください。
- ② まちによって、ごみを 集める 曜日が 違います。
- ③ ごみの ことで、わからない ことは「恵庭市役所 廃棄物管理課 (☎0123-33-3131)」に 聞いて ください。

そだい 粗大ごみ (大きな ごみ)

ふくろ 袋 は ありません。

「ごみ処理券 (チケット)」を 買って、ごみに 貼ります。

捨てる 前に コールセンターに 電話して、捨てる 日を 決めます。



* 粗大ごみ とは？

いちばん おお 一番 大きい ごみ 袋 (燃やせる・燃やせない) に 入らない ものや、
ふくろ 袋 から はみ出る もの。



そだい 粗大ごみを 捨てる ときは…

1. 「粗大ごみコールセンター」に 電話する。

2. ごみを 持って行って くれる 日を 聞く。

3. 「ごみ処理券 (チケット)」を 買って、ごみに 貼る。

*「ごみ処理券 (チケット)」は、スーパーマーケットや ドラックストアで 買えます。

4. 決めた 時間と、場所に ごみを 置く。

* 恵庭市公式LINE から、申し込み できます。

そだい 粗大ごみコールセンター

☎ 0123-29-7440

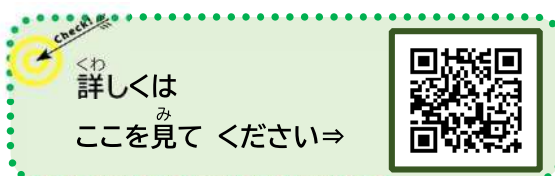


えにわし 恵庭市で 集められない ごみ

した 下の 4 つは、恵庭市で 捨てられません。

専門の 会社 に 頼んで 捨てて ください。

- テレビ
- 冷蔵庫
- 洗濯機
- エアコン



ごみの ことを 聞く ところ

えにわし 恵庭市役所 2階 ② 廃棄物管理課

☎ 0123-33-3131 (内線:1133)

びょうき

病気に なった とき

どの 病院^{びょういん}に 行くか わからないときは、
恵庭市^{えにわし}の WEBサイト^{さいと}や、下の 表^{した}を 確認^{ひよう かくにん}して ください。

医療保険^{いりようほけん}については、15ページ^{ページ}を 確認^{かくにん}して ください。



からだ ようす ばしょ いた ところ 体の 様子・場所・痛い所	びょういん 病院
ねつ か ぜ 熱・風邪・ あたま いた なか いた 頭が 痛い・お腹が 痛い	ないか 内科 からだ なか びょうき か ぜ なお びょういん (体の 中の 病気を 治す 病院)
め 目	がんか 眼科 め びょうき なお びょういん (目の 病気を 治す 病院)
ひ ふ 皮膚	ひ ふ か 皮膚科 ひ ふ びょうき なお びょういん (皮膚の 病気を、やけど など を 治す 病院)
みみ はな のど 耳・鼻・喉	じ び か じ び いんこうか 耳鼻科・耳鼻咽喉科 みみ はな のど びょうき なお びょういん (耳や 鼻や 喉の 病気を 治す 病院)
は 歯	し か 歯科 は なお びょういん (歯を 治す 病院)
あか こ 赤ちゃん・子ども	しょうに か 小児科 こ びょうき なお びょういん (子どもの 病気を 治す 病院)
ほね かんせつ きんにく 骨・関節・筋肉	せいけいげ か 整形外科 ほね かんせつ きんにく なお びょういん (骨、関節、筋肉 など を 治す 病院)
おんな ひと びょうき 女の 人の 病気 / にんしん しゅっさん 妊娠・出産	さんふじんか 産婦人科 おんな ひと びょうき なお あか う びょういん (女の 人の 病気を 治したり、赤ちゃんを 産む 病院)

えにわしない ばす えこバス
恵庭市内の バス (エコバス)

エコバスは 恵庭市内を 走る バスです。コースは Aから Dまで、4つ あります。

コースに よって 行き先が 違います。

バスが 来る 時間は、曜日に よって 違います。

平日 (月曜日から 金曜日)と、休みの 日 (土曜日・日曜日・祝 日)に 分かります。

えこバス の かた
エコバスの乗り方ばす の まえ
バスに乗る前

- コイン (100円の コインなど) か、回数券 (バスで 使える 券) を 用意 しましょう。
* 運転手は、おつりを 持って いません。10,000円札、5,000円札は 使えません。
ICカードも 使えません。



- 路線図 (バスが どこを 走るか 書いてある 地図)と、時刻表 (バスが いつ 来るか 書いてある 表)を 確認し、バス停に 行きます。
- バスが 停まって ドアが 開くまで、歩道から 出では いけません。
- バス停で たばこを 吸っては いけません。



えこバス キャラクター
「エコ」



2 せいかつ 生活のこと

2-11 エコバス (恵庭の バス)

バス停の 表示に ついて

- ① コース + バス停の 番号
- ② バス停の 名前

*たとえば、「D81」とは
「Dコース の 市役所通の バス停」
という 意味です。

- ③ 時刻表
- ④ 路線図



バスに 乗るとき

バスの 後ろの ドアから 乗ります。



バスの 中では

- 空いている 席に すわります。席が 空いていないときは、つり革や 手すりに つかまって ください。
- 降りる バス停の 名前が アナウンスされたら (聞こえたら)、 近くの 降車ボタンを 押して ください。
- バスが 完全に 停まって、ドアが 開くまで、席に 座って 待って ください。



ボタンを 押さないと、
バス停に バスが とまりません！



バスを降りるとき

- 運転席の横に 運賃箱 (お金を 入れる 箱)があります。
お金か 回数券を 入れて ください。
- バスの 前にある ドアから 降りて ください。
- バスを 降りた 後、バスの 前や うしろから 道路
とに飛びだしては いけません。



ここに
かね かいすうけん
お金や 回数券を
いれてください

りょうがえき
両替機
えんさつ こうか
1000円札や 硬貨を
りょうがえ
両替 できます。

かいすうけん
回数券について

えこバスで つか ける 券です。

たくさん エコバスに 乗る 人は 回数券を 買うと 安く なります。

■1,000円を 払うと、1,200円分の 回数券を もらえます。

■500円を 払うと、600円分の 回数券を もらえます。

***使わなく なっても お金に 交換できません。** 注意して ください。

か
買う ところ

① 富士交通 (恵庭市住吉 町 2 丁目1-3) 午前9時 ~ 午後5時

② エコバスの 中

*バス停で バスが 停まっている ときに 買って ください。

赤信号で 停まっている ときは 買えません。

10,000円札と 5,000円札は 使えません。

かいすうけん
回数券

えこバス 便利な 情報

した 下の 4つの ほうほう 方法で えこバス が いま 今 どこを 走っているか わかります。

① ばすてい バス停の にじげんコード 二次元コード

② えき JR駅の もにたー モニター

③ えにわし 恵庭市 WEBサイト



④ すまーとふおん スマートフォン アプリ「PINA」



① ばすてい バス停の にじげんコード 二次元コード



② えき JR駅の もにたー モニター



バス の ことを 聞く ところ

わす もの 忘れ物や、えこバス が いま 今 どこを 走っているか どうか 知りたいとき

ふじこうつう 富士交通 ☎0123-32-2162

ほか その他のとき

えにわしやくしよ 恵庭市役所 2階 ④せいかつかんきょうか 生活環境課 ☎0123-33-3131 (内線:1183)

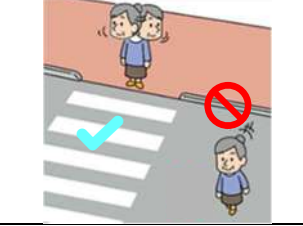
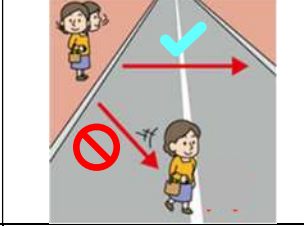
2 こうつう る ー る 交通ルール

2-12 こうつう る ー る 交通ルール

こうつう じ こ き 交通事故に 気をつけて

ほか ばしょ ほかいどう じ こ おお ー る まも こうつう じ こ き
他の 場所より、北海道は 事故が 多い ところです。ルールを 守って 交通事故に 気をつけましょう。

ある 歩くとき

			
しんごう まも 信号を 守りましょう。 どうろ 道路を わたる ときは、 くるま が き 車 が 来ていないか、 みぎ ひだり み 右・左を よく 見ましょ う。	どうろ 道路を わたる とき は、横断歩道*を わた りましょう。 *横断歩道： 白い しましまの せん が ある ところ。	なな どうろ 斜めに 道路を わたっ ては いけません。	 このしるしが ある とこ ろでは、道路を わたっ ては いけません。

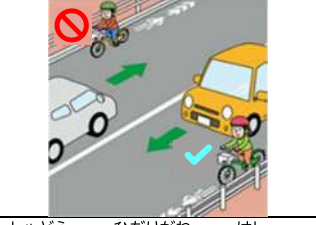
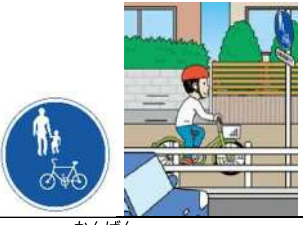
じてんしゃ 自転車

じてんしゃ にほん ほうりつ くるま
自転車は 日本の 法律で「車の なかま」です。車道（車が とおる ところ）を 走りましょう。

どうろ ひと ある はし ばしょ ー る まも き の
歩道（人が 歩く ところ）を 走れる 場所も あります。ルールを 守って 気をつけて 乗りましょう。

もし ー る まも
ルールを 守らなかった ときは、はんそくきん はら
反則金を 払わなければ いけません。

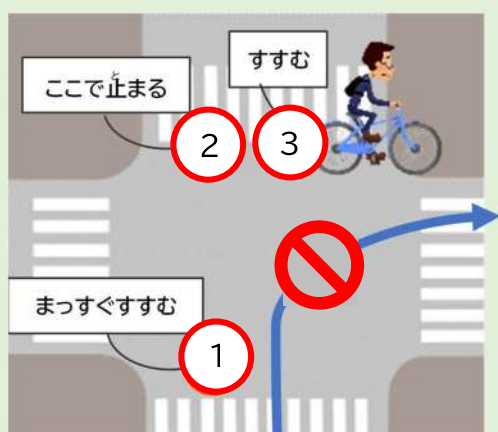
はんそくきん ー る まも けいさつ はら かね
*反則金：ルールを 守らなかった ときに、警察に 払う お金

			
しゃどう ひだりがわ はし 車道の 左側を 走り ましょう。	この 看板がある 歩道では、自転車も とお 通れます。 ただし、歩く 人が さき 先です。	この 看板がある 場所では、一度 止ま ります。 あんぜん み 安全か よく見ましょ う。	よる らいと 夜は ライトを つけま しょう。

			
さけ の お酒を 飲んだら じてんしゃ の 自転車に 乗れません。	じてんしゃ の 自転車に 乗るとき は ヘルメットを か ぶりましょう。	よこ 横に ならんで 乗ら ないで ください。	ふたりで 乗らないで ください。
			
じてんしゃ の 自転車に 乗るときは、 けいたいでんわ 携帯電話を つか 使わないで ください。	ふゆ 冬は 道路が 凍って すべります。 ふゆ 冬に じてんしゃ の 自転車に 乗っ ては いけません。		



こうさてん みぎ ま
交差点を 右に 曲がる時



- ① まっすぐ ^{すす} 進む。
- ② 一度、止まる。
- ③ 信号が ^{しんごう} 青に なったら、^{すす} 進む。

2 こうつう るーる 交通ルール

2-12 こうつう るーる 交通ルール

くるま じてんしゃ き 車・自転車で 気をつけること



ゆうがた よる あめ ゆき
夕方や 夜、雨や 雪の
ひ とく くるま き
日は、特に 車に 気を
つけましょう。



ふゆ どうろ こお
冬は 道路が 凍ります。
くるま すべ
車が 滑ります。
ゆっくり はし
走って ください。



ふゆ おお じよせつしゃ ゆき
冬には、大きい 除雪車（雪
を そうじする くるま）が はし
ります。 ちゅうい
注意して ください。



じてんしゃ ぬす
自転車は 盗まれない ように
かぎを かけましょう。



どうろ じてんしゃ
道路に おいてある自転車に
の 乗らないで ください。
どろぼう おも
泥棒だ と 思われるので、
やめましょう。



じてんしゃ ぬす
もし 自転車が 盗まれたら、
けいさつ い
警察に 言ってください。



じてんしゃ ぼうはんとうろく 自転車の 防犯登録

にほん も じてんしゃ ぼうはんとうろく
日本では、持っている 自転車を 防犯登録 しなければ なりません。
ぼうはんとうろく つか じてんしゃ じぶん しょうめい
防犯登録は、使っている 自転車が 自分の もので あることを 証明*します。
ぼうはんとうろく ばんごう か しーる
防犯登録を すると、番号が 書いてある シールが もらえます。
じてんしゃ ほか ひと ほか ひと ぼうはんとうろく け あたら
自転車を 他の 人から もらう ときや、他の 人に あげる ときは 防犯登録を 消して、新しく
ぼうはんとうろく わす ちゅうい
防犯登録を します。 忘れない ように 注意して ください。

しょうめい ほんとう せつめい
* 証明：本 当だと 説明する こと



こうつうあんぜん き 交通安全の ことを 聞く ところ

え に わ し やくしよ かい せいかつかんきょうか ないせん
恵庭市役所 2階 ②生活環境課 ☎0123-33-3131 (内線:1184)

でんき がす
電気・ガス

あたらしい家で、電気・ガスを 使うためには
 てつづき 手続きが 必要です。電力会社や ガス会社に 電話し、
 電気や ガスを 使えるように してもらいます。
 アパートや マンションの 場合は、電力会社や
 ガス会社が 決まっている 場合があります。
 まずは、アパートの 管理人か、会社の 人に 聞いて ください。

すいどう
水道

あたらしい家で 水道を 使うためには、
 もう こ 申し込みが 必要です。市役所に 連絡して ください。



水道料金は、下水道（使った 水を 流す しくみ）の
 使用料と 一緒に 請求されます。
 家に 請求書（お金を 払うための 紙）が 来たら 払います。



すいどう もう こ りょうきん すいどう こま
 水道の 申し込みや 料金、水道の 困りごとについて 聞く ところ
 えに わしやくしよ だい ちょうしゃ すいどう きゃくさま せん たー
 恵庭市役所 第2庁舎 水道お客様センター ☎ 0123-33-3166

ふゆ せいかつ
冬の生活

えにわし ふゆ さむ ゆき ふ
恵庭市の 冬は 寒いです。雪が 降ります。

- なつ くつ すべ あぶ
夏の 靴は 滑ります。危ないです。
- けがを しないように、ふゆよう くつ
冬の 靴を はいて ください。



すいどうとうけつ すいどう こお き
「水道凍結（水道が 凍ること）」に 気をつけて ください

ふゆ すいどう こお
冬には、水道が 凍る ことがあります。

すいどう こお みず つか なお かね
水道が 凍ると 水が 使えなく なります。直すために たくさん お金がかかります。

さむ ひ りよう なが あいだ いえ
とても 寒い日や、旅行などで 長い間、家に いないときは

みずぬ みずお
水抜き（水落とし）を してください。

やり方は、かた あばーと いえ ちが おおや かんりがいしゃ き
やり方は、アパートや 家によって 違います。大家さんや 管理会社に 聞いて ください。

すいどう とうけつ し やくしょ そうだん
水道が 凍結して しまったら、市役所に 相談して ください。



すいどうとうけつ き
水道凍結の ことを 聞く ところ

え に わ し や く し ょ だ い ち ょ う し ゃ
恵庭市役所 第2庁舎

すいどうぶ じ ょ う すいどうか
水道部 上水道課

☎ 0123-33-3131 (内線:5851) ないせん

ぎんこう こうざ ひら
銀行口座を開く

お^{かね}金を出^だしたり、預^{あず}けたり、送^{おく}ったり することが できます。
 仕事^{しごと}や 留学^{りゅうがく}で 6 か月以上 ^{がついじょう}日本に ^{にほん}住^すむ 外国^{がいこくじん}人は、口座^{こうざ}を つく ことができます。



も 持^もってくる もの (銀行^{ぎんこう}によって 違^{ちが}うことが あります)

☐ 在留^{ざいりゅう}カード

☐ 印鑑^{いんかん} (はんこ)

*サインで OK の ときも あります

☐ 社員^{しゃいん}証^{しやう}や 学生^{がくせい}証^{しやう}

*ないときは 会社^{かいしゃ}の 人^{ひと}や 学校^{がっこう}の 人^{ひと}と いっしょ に 行^いって ください



①～④の とき、は、口座^{こうざ}を つく 銀行^{ぎんこう}に 連絡^{れんらく}を して ください

① 住所^{じゅうしょ}や 在留^{ざいりゅう}期間^{きかん}、在留^{ざいりゅう}資格^{しかく}が 変わった。

② 通帳^{つうちょう}や キャッシュカード^{きゃっしゅ かーど}を なくした

③ 仕事^{しごと}や 学校^{がっこう}を やめた

④ 自分^{じぶん}の 国^{くに}に 帰^{かえ}る ⇒ 口座^{こうざ}を 解約^{かいやく}して ください

き つ
気を付けてください！

これは 違法^{いはう} です。

あなたに 10,000円^{えん} あげますから、
 この お金^{かね}を あなたの 口座^{こうざ}から
 おく 送^{おく}ってください



いいですよ



ほか ひと
わたし 別の^{べつ} 人^{ひと}に
私の^{わたくし} 口座^{こうざ}を
あげます



あなたが 国^{くに}に 帰^{かえ}った 後^{あと}、
 あなたの 口座^{こうざ}を
 つか 使^{つか}いたいです。



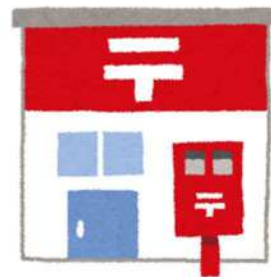
違法^{いはう}な こと を すると、日本^{にほん}に いられなく なったり、日本^{にほん}に 来^こられなく なったり します。
 困^{こま}ることや わからないことが あったら、会社^{かいしゃ}の 人^{ひと}や 学校^{がっこう}の 人^{ひと}に 聞^きいて ください。

ゆうびんきょく
郵便局

にもつ てがみ おく
荷物や 手紙を 送ったり、受け取ったり する ところ です。

ぎんこうこうざ つく
銀行口座を 作る ことも できます。

かね あず おく
お金を 預けたり、送ったり することも できます。

ふざいれんらくひょう
不在連絡票 とは

「不在連絡票」とは、あなたが 家に いない ときに、荷物を とどけに きたことを 伝える 紙です。

この紙には、下の ことが 書いて あります。

- いつ きたか (日にち・時間)
- 郵便物の 種類
- 差出人(荷物を 送った人)
- 連絡する 方法

荷物を 受け取る ためには、下の どちらかを してください。

- 不在連絡票の 電話番号に 電話する。
- 不在連絡票の 二次元コードから インターネットで 手続きを する。



あなたが 連絡しないと 荷物は 受け取れません。

▼すてないで ください！

ゆうびんきょく 郵便局の ふざいれんらくひょう
不在連絡票

EMS (国際スピード郵便) の 送り方

EMS は、海外に 速く 荷物を 送る サービスです。

① 「国際郵便マイページ」 (WEBサイト) で、送り状 (ラベル) を 作ります。

*送り状 : 荷物を 送るための 住所などを 書いた 紙



国際郵便マイページ



⚠ 国によって、送れない ものがあります。WEBサイトで 確認して ください。
⚠ 手書きの 送り状 では、荷物を 送る ことが できません。

② 郵便局に 行って、送り状 (ラベル) を 印刷します。

「ゆうプリタッチ」という 機械に、スマートフォンの 画面を 当てます。
ラベルが 印刷 されたら、荷物の 上に 貼ります。



ゆうプリタッチ



③ 窓口で 荷物を わたします。

お金も ここで 払います。



④ 荷物が どうなったか 調べます。

窓口で 追跡番号が もらえます。インターネットから 荷物の 配達 の 状況 を 調べる ことが できます。

*追跡番号 : Tracking number

けいたいでんわ すまーとふぉん か
携帯電話 (スマートフォン) を 買うときけいたいでんわ みせ
携帯電話の お店や WEBサイト で けいやく
契約します。ひつよう
必要な もの

- ☐ ざいりゅうかーど と ばすぽーと
在留カードと パスポート
- ☐ ぎんこうこうざ か くれじっとかーど
銀行口座か クレジットカード



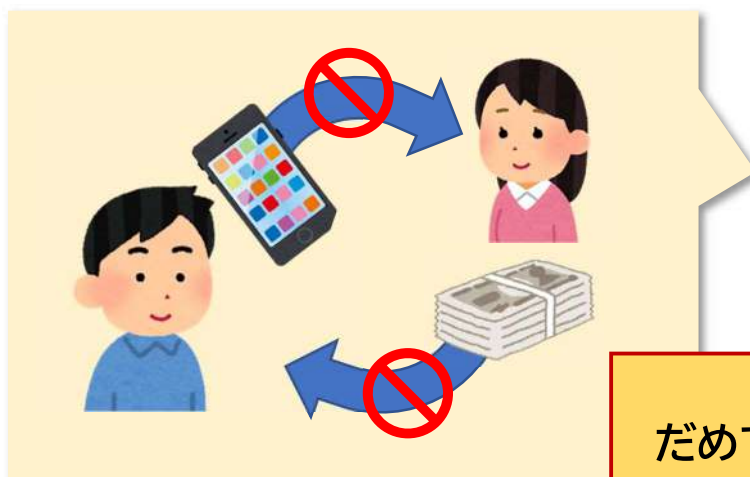
18さい になっていない ひと は、ほか にも ひつよう 書類が あります。
お母さんや お父さん、 がっこう の ひと などと いっしょに みせ に行ってください。

き っ
気を付けてください！

あなたの なまえ けいやく けいたいでんわ すまーとふぉん ほか ひと
あなたの 名前で 契約した 携帯電話 (スマートフォン) を、 他 の 人 に あげたり、 う
しては いけません。

はんざい
犯罪です。

くに かえ けいたいでんわ かいしゃ けいやく
国に 帰るときは、かならず 携帯電話の 会社で 解約 (= 契約を やめること) の てつづ
手続きを してください。



だめです！！

ちょうないかい

「町内会」とは、なんですか？

- 「町内会」は 市民の グループ です。
近くに 住む 人が 集まって、いろいろな 活動を しています。



- 「町内会」は 楽しい イベントを やります。
たとえば、夏まつりや 盆おどり、バーベキュー大会 など です。



- 「町内会」は 市民を 守ります。
防犯パトロールを 行い、交通事故に、気をつけて います。
災害や 困ったときに 助けあいます。



- 「町内会」は まちを きれいに しています。
道路の ごみ拾いや 公園の そうじ、お花の お世話を しています。

- 「町内会」に 入るか 入らないか は 自由です。
近くに 住んでいる 人と なかよく なるので、なるべく 入りましょう。



かいらんばん

「回覧板」とは

町内会に 入ると、ときどき「回覧板」が 家に 届きます。
回覧板は、恵庭市や 住んでいる 地域からの 大切な お知らせです。
回覧板は、順番に わたします。
回覧板を 読んだ 後は、はんこか サインをして、次の 家にもって いきましょう。



ちょうないかい

町内会の ことを 聞く ところ

えにわしやくしよ
恵庭市役所

2階

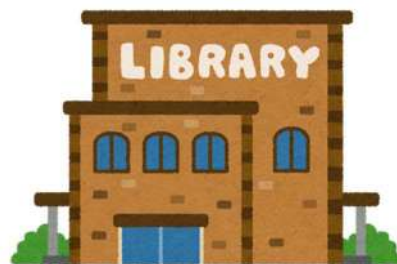
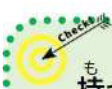
②生活環境課

☎ 0123-33-3131

ないせん
(内線:1187)

えにわしりつ としょかん

恵庭市立 図書館へ ようこそ！

えにわしりつ としょかん だれ りよう としょかん
恵庭市立 図書館は、誰でも 利用できる 図書館です。ほん か よ ペンきよう
本を 借りたり、読んだり、勉強したり することが できます。かね
お金は かかりません。かーど つく
カードを 作りましょうとしょかん りよう としょかん
図書館を 利用する ためには、まず「利用者カード」を 作ってください。としょかん つく
図書館で 作ることが できます。も
もってくる もの
☐ じゅうしょ か しよるい れい ざいりゅう かーど けんこうほけんしょう うんてんめんきょしょう
住所が 書いてある 書類（例：在留カード、健康保険証、運転免許証など）
ほん か るーる
本を 借りる ときの ルール

- ほん ほんさつ か
本は 何冊でも 借りることができます。
- か ほん かーど かうんたー だ
借りるときは、本と カードを カウンターに 出します。
- ほん か きかん しゅうかん か
本を 借りられる 期間は 2週間（14日）です。
- よやく ほん しゅうかん えんちよう
予約が ない 本なら、あと 2週間 延長することが できます。
えんちよう としょかん かうんたー でんわ さいと もう こ
延長する ときは、図書館の カウンター、電話、WEBサイトから 申し込む ことができます。
- か ほん えにわし としょかん かえ
借りた 本は、恵庭市に ある どの図書館でも 返すことができます。
し じかん ぶっくぽすと ほん い
閉まっている 時間は、ブックポストが あるので、そこに 本を 入れて ください。
- としょかん ひと き てつだ
わからない ことは、図書館の 人に 聞いて ください。お手伝い します。

ほん か よ
本を 借りたり、読んだり できる ところ

- ほんかん じゅうしょ えにわしめぐ のにし ちようめ
本館 住所： 恵庭市恵み野西5丁目10-2
でんわ
電話： 0123-37-2181
- えにわぶんかん じゅうしょ えにわしみどりまち ちようめ
恵庭分館 住所： 恵庭市緑 町2丁目1-1
- しままつぶんかん じゅうしょ えにわししままつなまち ちようめ
島松分館 住所： 恵庭市島松仲町1丁目8-1

*あ じかん やす ひ としょかん さいと
開いている 時間や、休みの 日は、図書館の WEBサイトで
かくにん
確認して ください。



えにわしりつとしょかん
恵庭市立図書館
WEBサイト

あか
赤ちゃんが できた とき (妊娠した とき)

- あか 赤ちゃんが できたら、^{びょういん} 病院に 行って ^{かくにん} 確認 しましょう。
- そのあと、^{しやくしょ} 市役所に 来て ください。
^{ほ し けんこうてちょう} 「母子健康手帳」を もらってください。

^{ほ し けんこうてちょう}
母子健康手帳 とは

^{ほ し けんこうてちょう} 母子健康手帳は、こどもの ことを ^か 書く ^{てちょう} 手帳 (ノート) です。

^{あか} 赤ちゃんが おなかに いる ときの ことや、^う 生まれた あとの ことを いろいろ ^か 書くことができます。

^{びょういん} 病院に いくときは かならず もって行って ください。

^{あか} 赤ちゃんが ^{おお} 大きく なるまで、ずっと ^{つか} 使います。

も
もってくる もの

- ☐ ^{にんしんとどけでしよ} 妊娠届出書 (^{びょういん} 病院で もらいます)
- ☐ ^{ほんにんかくにんしよるい} 本人確認書類 (^{うんてんめんきょしよ} 運転免許証 ・ ^{ぱすぽーと} パスポート ・ ^{まいなんばんかーど} マイナンバーカード ・ ^{ざいりゅうかーど} 在留カードなど)

あか
赤ちゃんを ^{そだ} 育てている とき

^{こま} 困っていることや ^{そうだん} 相談したい ことを ^き 聞くことができます。
たとえば…

- ^{あか} 赤ちゃんの ^{たいじゅう} 体重を ^{はか} 測ってほしい
- おっぱいの ^の 飲ませ方 ^{かた}
- おむつの ^か 替え方 ^{かた} など

^{て つづ}
手続き・相談が できる ところ

^{え に わ し や く し ょ} 恵庭市役所 1階 ⑪ ^{え に わ っ こ 応 援 セ ン タ ー} えにわっこ応援センター

☎ 0123-33-3131 (^{ないせん} 内線:1252~1257)

あか う
赤ちゃんが生まれたとき

- 生まれてから 14日以内に 市役所に「出生届」を出します。



もってくるもの

- ☐ 医者が作った 出生証明書が ついた 出生届
- ☐ 母子健康手帳

てつづ
手続きができる ところえに わしやくしよ かい し みん か
恵庭市役所 1階 ②～⑤市民課

☎ 0123-33-3131 (内線:1111)

とう かあ がいこくじん ばあ い
お父さんと お母さんが 外国人の場合は…

- 子どもは 日本の 国籍を 持つことは できません。
子どもが 生まれたら、自分の 国の 大使館か 領事館に 連絡して ください。

ざいりゅう かーど
在留カード

した こ 子どもは「在留カード」を作ることができます。

- ① 子どもの 国籍が 日本では ない (お父さんと お母さんが 2人とも 外国人)
- ② 生まれた あと 60日 よりも 長く 日本に いる 予定が ある

う 生まれた あと 30日 以内に、市役所から もらった 書類を 出入国在留管理局 (入管) に もって いきます。

＊行く前に 出入国在留管理局 (入管) に 連絡してください。

てつづ そうだん
手続き・相談ができる ところさっぽろしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく さっぽろにゅうかん
札幌出入国在留管理局 (札幌入管)さっぽろし ちゅうおうく おおどりにし ちょう め さっぽろだい ごうどうちようしゃ
札幌市 中央区 大通西 12丁目 札幌第3合同庁舎 ☎ 0570-003259

(IP電話・海外から : 011-211-5701 または 011-876-8015)

にほん きょういく しすてむ
日本の教育システム

にほんこくせき さい さい こ
日本国籍の 6歳から 15歳の 子どもは みんな 学校に 行きます。
おや ぎ む かなら
親の 義務（必ず すること）です。

がいこくじん こ
外国人の 子どもは 義務では ありませんが、
にほん こ
日本の 子どもたちと いっしょ にほん しょうがっこう ちゅうがっこう
一緒に 日本の 小学校や 中学校に
行くことが できます。



ちゅうがっこう そつぎょう
中学校を 卒業した あとは、こうこう い
高校に 行くことが できます。

こうこう そつぎょう
高校を 卒業した あと、せんもんがっこう だいがく い
専門学校や 大学に 行くことが できます。
こうこう せんもんがっこう だいがく にゅうがくしけん しけん こうかく にゅうがく
高校、専門学校、大学には、入学試験が あります。試験に 合格 しなければ 入学できません。

こうこう だいがく い
高校や 大学に 行か 行かないか は、じぶん き
自分で 決めることが できます。

ねんれい 年齢	い 行くところ	にほんじん こ 日本人の 子ども	がいこくじん こ 外国人の 子ども
さい さい 0歳から6歳まで	ほいくしょ にんてい えん 保育所・認定こども園	ぎ む 義務では ありません	ぎ む 義務では ありません。 きぼう ひと 希望する人は がっこう い 学校に行くことが できます。
さい さい 6歳と7歳	しょうがっこう ねんかん 小学校 6年間 (1年生から 6年生まで)	ぎ む 義務 (みんな 行きます)	
さい 8歳			
さい 9歳			
さい 10歳			
さい 11歳			
さい 12歳			
さい さい 12歳と13歳	ちゅうがっこう ねんかん 中学校 3年間 (1年生から 3年生まで)	ぎ む 義務 (みんな 行きます)	
さい 14歳			
さい 15歳			
さい さい 15歳と16歳	こうこう ねんかん 高校 3年間 (1年生から 3年生まで)	ぎ む 義務では ありません	
さい 17歳			
さい 18歳			
さいいじょう 18歳以上	だいがく 大学など	ぎ む 義務では ありません	

ほ い く し ょ に ん て い え ん
保育所・認定こども園

しょうがっこう はい まえ さい こ
小学校に入る前の、6歳までの子どもは、
ほ い く し ょ に ん て い え ん い
保育所や認定こども園に行くことができます。
おや はたら びょうき いえ
親が働いていたり、病気だったりして、家で
こ みる こ できない場合に、
子どもが行くことができます。
りょうきん おや しゅうにゅう かぞく じょうきよう
料金は、親の収入や家族の状況によって決まります。

て つ づ そう だ ん
手続き・相談ができるところ

え に わ し や く し ょ かい よう じ ほ い く か ない せん
恵庭市役所 2階 ②幼児保育課 ☎0123-33-3131 (内線:1235)

しょうがっこう ちゅうがっこう
小学校・中学校

にほん さい さい こ がっこう い おや ぎ む
日本では、6歳から15歳の子どもは、学校に行きます。親の義務です。
6歳からは しょうがっこう さい さい ちゅうがっこう い
小学校、12歳から15歳までは中学校に行きます。

- がいこくじん こ にほん しょうがっこう ちゅうがっこう い
外国人の子どもも日本の小学校や中学校に行ることができます。
し や く し ょ もう こ
市役所で申し込みをしてください。

しょうがっこう ちゅうがっこう きゅうしよく
小学校と中学校の『給食』について

え に わ し しょうがっこう ちゅうがっこう こ きゅうしよく だ
恵庭市の小学校と中学校では、子どもに「給食（おひるごはん）」を出しています。
きゅうしよく からだ かんが つく きゅうしよく かね こ おや はら
給食は、体のことを考えて作っています。給食のお金は子どもの親が払います。
た もの あれる ぎー がっこう せんせい そう だ ん
食べ物のアレルギーがあるときは、学校の先生に相談してください。

*2026年4月から恵庭市では小学校の給食は無料になりました。

て つ づ そう だ ん
手続き・相談ができるところ

え に わ し み ん か い か ん かい きょういこう そう む か ない せん
恵庭市民会館 1階 教育総務課 ☎0123-33-3131 (内線:1612)

にほん しごと
日本で 仕事を するには

にほん しごと ひと ざいりゅうしかく びざ かくにん
日本で 仕事を したい人は、自分の 在留資格（ビザ）を 確認して ください。

はたら びざ はたら ばしょ き びざ
働くことが できない ビザや、働く 場所が 決まっている ビザが あります。

りゅうがくせい ざいりゅうしかく はんいがい はたら にゅうかん しゅつにゅうこくざいりゅうかんりきょく しかくがい
留学生 など、在留資格の 範囲外で 働くときは、入管（出入国在留管理局）で「資格外
かつどうきょく
活動許可」を もらって ください。

した ほうりついはん
下の ことは 法律違反 です。

けいさつ み にほん きょうせいそうかん
警察に 見つかると、日本に いられなくなる（強制送還）ことが あります。

- びざが ない、または きげんが 切れた あとに はたら く
- りゅうがく かぞくたいざい びざ きょくなく はたら く
- りゅうがくせい きょく じかん しゅう じかん こ はたら く
留学生が 許可された 時間（週28時間）を 超えて 働く
- ひみつに べつ しごと だぶるわーく を する
- うその しるい だ しごと を する

しごと さが しごと そうだん
仕事を 探す・仕事の 相談をする

にほん はろーわーく むりょう しごと さが
日本では、「ハローワーク」という ところで、無料で 仕事を 探すことが できます。

えにわ じょぶがいでえにわ はろーわーく おな しごと さが
恵庭には、「ジョブガイドENIWA」が あります。ハローワークと 同じ ように、仕事を 探すことが
できます。

ろうどう そうだん かね
また、労働の 相談を することも できます。お金は かかりません。

きゅうしよく そうだん 求職の相談 (仕事を 探す)	げつようび きんようび 月曜日 から 金曜日 ごぜん じ ふん じ 午前9時30分 から 午後5時 まで
ろうどう そうだん 労働の相談 (給料がもらえない、 いじめ など)	げつようび きんようび 月曜日 から 金曜日 ごぜん じ ふん じ 午前9時30分 から 午後4時 まで



じょぶがいでえにわ こようほけん てつづ
*「ジョブガイドENIWA」では 雇用保険などの 手続きは できません。

はろーわーくちとせ ちとせししのめちよう ちょうめ い
「ハローワーク千歳」（千歳市東雲 町4丁目2-6）に 行って ください。

てつづ そうだん
手続き・相談が できる ところ

えにわしちいきしよくぎょうそうだんしつ じょぶがいでえにわ
恵庭市地域職業相談室「ジョブガイドENIWA」

えにわしきようまち ばんち えにわしやくしよ だい ちょうしゃ かい
恵庭市京町85番地2 恵庭市役所 第2庁舎 1階 ☎ 0123-35-3100

じしん
地震

地面が 大きく 揺れる ことです。
日本は 地震が とても 多い 国 です。
大きな 地震が おきると、家が 壊れたり、
火事が 起こったり することもあります。



じしん
地震が おきたら



① あたま
頭と からだを まもって ください。



② じしん
地震が おわったら、ガスや 火を
とめます。



④ てれび ラジオ、えにわしの
WEBサイトを 確認 しましょう。



③ どあ
ドアと まどを あけます。
そと
外に にげられる ように
するた め です。

いえ
家が あぶない ときは
ひなんじょ
「避難所」に 行ってください

ひなんじょ
「避難所」について 51ページ

おおゆき ぼうふうせつ
大雪・暴風雪

えにわし 恵庭市では ふう 冬に ゆき 雪が ふります。

- おおゆき 大雪 : いちど 一度に たくさんの ゆき 雪が ふること。
- ぼうふうせつ 暴風雪 : とても つよ 強い ふう 風と たくさんの ゆき 雪が ふる こと。

おおゆき ぼうふうせつ
大雪・暴風雪のときは

ひつよう 必要が ない ときは、いえ 家から 出ないで ください。

ゆき 雪で なにも み 見えない かも しれません。とても あぶ 危ないです。

ひと 人や くるま 車が ゆき 雪に う 埋まる ことも あります。

すいがい
水害

たくさん あめ 雨が ふると かわ 川から みず 水が あふれて くる かもしれません。
みず 水が いえ 家に 入ってきたり、みち 道が みず 水で とお 通れなく なったり します。

すいがい
水害の ときは

ぜったいに かわ 川の ちか 近くに 行かないで ください。

すいがい 水害の きけんが あるときは、えにわし 恵庭市から ひなんしじ 避難指示 (に 逃げて という お知らせ) が 出ます。

ひなんしじ 避難指示が 出たら すぐに に 逃げて ください。

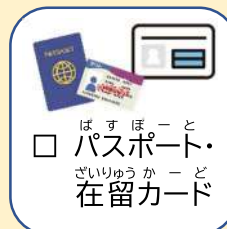
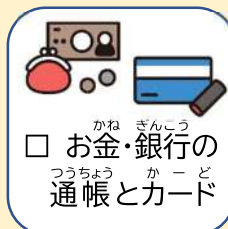
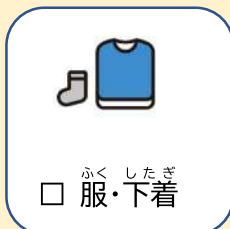
さいがい
災害に そなえましょう

さいがい 災害が おきると つぎ のような ことが おきる ことが あります。

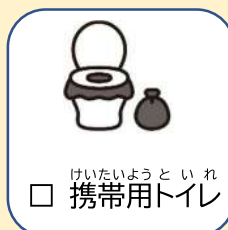
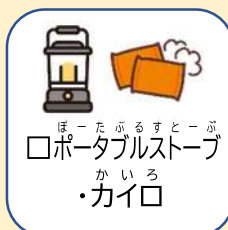
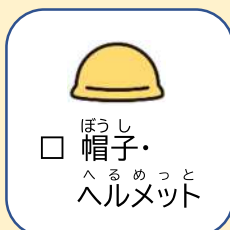
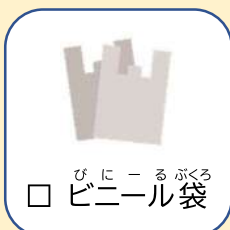
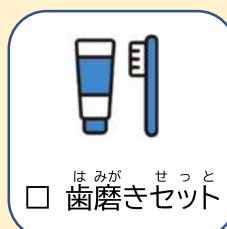
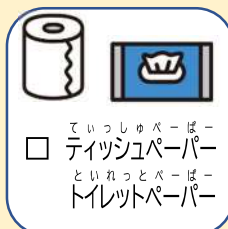
- ① けいたい でんわ 携帯電話が つながらない
- ② でんき が すいどう と 電気・ガス・水道が 止まる
- ③ でんしゃ ばす と 電車や バスが 止まる
- ④ た もの 食べ物や いつも つかう ものが 買えない
- ⑤ いえ みち 家や 道が こわれる

さいがい 災害が おきる まえ に、じゅんび 準備を しましょう。

した の ものを いつも いえ 家に おいて おきましょう。

に
逃げる ときに もつ もの

いつも じゅんび 準備して おくもの



さいがい じょうほう しら
災害の 情報を 調べるさいがい
災害が おきた ときは、ただ 正しい 情報を 集めて ください。おちついて ください。

SNS

えにわしこうしき
恵庭市公式LINEえにわしこうしき
恵庭市公式Facebookえにわしこうしき きゅう
恵庭市公式X (旧 Twitter)

WEB

えにわしこうしき さいと
恵庭市公式WEBサイトらじお
ラジオ

FM e-niwa (77.8MHz)

きんきゅうじ しん そくほう
緊急地震速報とはきんきゅうじしんそくほう
緊急地震速報とは、これから 強い 地震が おきる ことを 知らせる もの です。
けいたいでんわ おお おと で
携帯電話から 大きな 音が 出ます。
おと き からだ
音が 聞こえたら、体 を まもって ください。ひなんじょ
避難所さいがい
災害の ときは、「避難所」が ひらきます。
ちかくの 学校や、大きな たてものが「避難所」に なります。
いえ
家が こわれたりして、きけんな ときには「避難所」に 行って ください。
そこで ねたり、食べたり できます。

- すべての 人（日本人も 外国人も）が 避難所を 使えます。
- お金は かかりません。
- 飲み物や 食べ物が もらえます。



- さいがい じょうほう し
災害の 情報を 知ることが できます。



あなたが つかう ひなんじょ
避難所を しらべましょう

「えにわ ぼうさい が い ど ぶ っ く えにわし ばん は ざー ど ま っ ぶ
「えにわ 防災 ガイドブック」 & 「恵庭市 web版 ハザードマップ」を みてください。
した
下の ことが かいて あります。

- あぶ ばしよ
危険な 場所
- ひなんじょ ばしよ に
避難所の 場所 (逃げる ところ)
- さいがい
災害が おきた ときに どうすれば いいか
- いまから できる じゅんび
準備



えにわ ぼうさい
が い ど ぶ っ く
ガイドブック



えにわし ばん
恵庭市Web版
は ざー ど ま っ ぶ
ハザードマップ



あなたの ひなんじょ に
避難所 (逃げる ところ) を しらべて ください。

わたしの ひなんじょ
避難所 は…



さいがい ひなんじょ そうだん
災害や 避難所について 相談が できる ところ

えにわし やくしよ かい き ち ぼうさいか
恵庭市役所 2階 ㊟基地・防災課

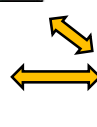
☎ 0123-33-3131 (内線:2243) ないせん

きんきゅう

緊急のとき

しょうぼうしゃ きゅうきゅうしゃ ばん けいさつ ばん でんわ
消防車・救急車 (119番)、警察 (110番)に 電話して ください。いそ たす でんわ
急いで 助けて もらいたい ときに 電話して ください。かね
お金は かかりません。か じ しょうぼうしゃ よ
火事のとき (消防車を 呼ぶとき)か じ ばん でんわ
火事の ときは「119番」に 電話します。か じ きゅうきゅう き なに
「火事か 救 急か」「来て ほしい ところ」「何が おきているか」「けがを している 人は いるか」「自分の 名前・電話番号」を 聞かれます。お金は かかりません。しょうぼう
消防の ひとばん か じ はな
119番 (火事の とき) の 話しかた

あなた

ばん しょうぼうしょ か じ きゅうきゅう
119番、消防署です。火事ですか、救 急*ですか？ → 火事です。しょうぼうしゃ む じゅうしょ おし
消防車が 向かう 住所を 教えてください → 住所は 恵庭市〇〇です。じゅうしょ い
(住所が 言えない とき)ちか もくひょうぶつ
近くに 目標物*は ありますか？ → 〇〇スーパーの 隣となりです。なに も
何が (どこが) 燃えて いますか？ → 〇〇から 火が 出でています。に おく ひと
逃げ遅れている 人は いませんか？ → みんな 逃にがています。さいご なまえ でんわばんごう おし
最後に 名前と 電話番号を 教えてください。 → 名前は 〇〇です。
でんわばんごう
電話番号は 〇〇です。きゅうきゅう きゅうきゅうしゃ き びょうき ひと たす
*救 急： 救 急車 が 来て けがや 病気の 人を 助けることもくひょうぶつ おお たてもの め だ
*目標物： 大きな 建物など、目立つものがいこくご はな つうやく
外国語を 話せる 通訳
をつける ことも できます。つうやく
通訳

きゅう びょうき 急な 病気、ひどい けがの とき (きゅうきゅうしゃ を 呼ぶとき)

きゅう びょうき 急な 病気、ひどい けがのときは「119番」に 電話します。

か し きゅうきゅう 火事か 救 急か 「来てほしい 場所」 「何が おきているか」

びょうき ひと ようす 「病気の 人の 様子」 「自分の 名前・電話番号」を 聞かれます。お金は かかりません。



しょうぼう 消防の ひと

ばん きゅうきゅうしゃ はな
119番 (救急車の とき) の 話しかた

あなた



ばん しょうぼうしょ か し きゅうきゅう 119番、消防署です。火事ですか、救 急 ですか?.. → きゅうきゅうしゃ 救 急 車が ひつようです。

きゅうきゅうしゃ む じゅうしょ お きゅうきゅうしゃ 救 急 車が 向かう 住所を 教えてください。..... → じゅうしょ えにわし 住所は 恵庭市〇〇です。

じゅうしょ い (住所が 言えない とき)

ちか もくひょうぶつ 近くに 目標物は ありますか。..... → ちか 近くに コンビニが あります。

だれ 誰が、どうしましたか (どういふ 状 況 *ですか)?.. → ひと きゅう たお 人が 急に 倒れました。

いしき こきゅう いしき 意識*は ありますか? 呼吸*は ありますか? → いしき すこ 意識は 少し あります。
こきゅう くる 呼吸は 苦しそうです。

たお ひと だんせい じょせい たお 倒れた 人 は 男性 ですか? 女性 ですか? → だんせい じょせい 男性 / 女性 です。

さいご なまえ でんわばんごう おし 最後に 名前と 電話番号を 教えてください。..... → なまえ 名前は 〇〇です。
でんわばんごう 電話番号は 〇〇です。

じょうきょう まわ ようす
* 状 況: 周りの 様子

いしき ひと お なに じょうたい じょうきょう いき
* 意識が ある: その人が 起きていて、何を しているか わかっている 状態 * 呼吸: 息を すること



がいこくご はな つうやく
外国語を 話せる 通訳を
つける ことも できます。



つうやく
通訳

じけん 事件や じこ 事故のとき (けいさつ 警察を 呼ぶとき)

けいさつかん 警察官に すぐに 来て ほしい ときや、すぐに

知らせたい ときは「110番」に 電話します。

お金は かかりません。



けいさつ
警察の ひと

ばん けいさつ はな
110番 (警察) の 話しかた



あなた

じけん 事件ですか、じこ 事故ですか。どうしましたか？	→	どろぼう です。わたし の かばんが とられました。
いつ ですか？	→	5分くらい 前 です。
ばしょ 場所はどこですか？	→	えにわし 恵庭市の ○○の 前です。
はん にん 犯人は どうしましたか？	→	あか 赤い じてんしゃ 自転車で 駅の方に 逃げました。
あなたの お名前は？	→	○○です。



にほんご 日本語が むずかしい ときは？

110番に 電話を かけたら、「日本語 じゃなくて ○○語で 話したいです」と 言って ください。警察の 中に あなたの 言葉が わかる 人が いる かもしれません。

こうばん 交番

こうばん 交番では、お 落としもの、みちあんない 道案内 (=ばしょを きくこと)、
じけん 事件や じこ 事故の そうだん 相談が できます。

えにわし 恵庭市には 4 つの こうばん 交番が あります。

- えにわこうばん 恵庭交番 : 0123-32-2028
- えにわえきまえこうばん 恵庭駅前交番 : 0123-33-1710
- めく の こうばん 恵み野交番 : 0123-36-3132
- しまつちゅうざいじょ 島松駐在所 : 0123-36-8004



けいさつ 警察の ひと 人は ほんやくき も 翻訳機を 持っています。
だから 日本語で なくても
そうだん 相談 できます。

よる やす ひ びょうき
夜や休みの日に、病気に なったときは…

えにわしやかん きゅうじつきゅうびょうしんりょうじょ い
「恵庭市夜間・休日 急病診療所」に 行って ください。
ねつ ひと い まえ でんわ
熱がある 人は、行く 前に かならず 電話して ください。



	あいている 時間	いくところ
へいじつ 平日 げつようび きんようび (月曜日から 金曜日まで)	ごご じ つぎ ひ ごぜん じ 午後8時 から 次の 日の 午前7時 うけつけ ごぜん じ ぶん (受付は 午前6時30分 まで)	えにわしやかん きゅうじつ 恵庭市夜間・休日 きゅうきゅうしんりょうじょ 救 急 診療所
どようび 土曜日	ごご じ つぎ ひ ごぜん じ 午後2時 から 次の 日の 午前7時 うけつけ ごぜん じ ぶん (受付は 午前6時30分 まで)	☎ 0123-25-5891
にちようび しゅくじつ 日曜日・祝 日	ごぜん じ つぎ ひ ごぜん じ 午前9時 から 次の 日の 午前7時 うけつけ ごぜん じ ぶん (受付は 午前6時30分 まで)	えにわし みどりまち ちょうめ 恵庭市 緑 町 2丁目1-1 あるふあこーと みどり かた アルファコート 緑 と語らいの ひろば なか 広場「えにあす」の中
がつ にち がつみっか 12月29日から 1月3日	やす 休み	きゅうきゅうとうばんいりようきかん 救 急 当番医療機関 

よる やす ひ
夜や休みの日に、けがを したら…

きゅうきゅうとうばんいりようきかん い
「救 急 当番医療機関」に 行って ください。



	あいている 時間	いくところ
へいじつ 平日 げつようび きんようび (月曜日から 金曜日まで)	ごご じ ごご じ ぶん 午後6時 から 午後9時30分	さいと WEBサイトで かくにん 確認して ください。 
どようび 土曜日	ごご じ ごご じ 午後2時 から 午後8時	
にちようび しゅくじつ 日曜日・祝 日	ごぜん じ ごご じ 午前9時 から 午後8時	
がつ にち がつみっか 12月29日から 1月3日	ごぜん じ 午前9時 から つぎ ひ ごぜん じ 次の 日の 午前9時	

はんざい き
犯罪に 気をつけて！

にほん あんぜん い はんざい き
日本は 安全だと 言われて いますが、 犯罪は あります。 気をつけて ください。

こじんじょうほう まも
個人情報を守りましょう

- 道で 会った 人や、知らない人に、個人情報（名前、住所、年齢、電話番号など）を教えては いけません。あなたが 聞いても いけません。
あいて 相手は、あなたを あぶない人 だと思っ、警察を よぶ かもしれません。
- SNS を 使う ときも、個人情報を 書かないで ください。
- 他の人の 写真や 情報も 勝手に SNS に のせては いけません。

かぎを し
かぎを 閉めましょう

- 家の ドアの かぎは いつも 閉めましょう。窓も 閉めましょう。
- 知らない 人が 家に 来たときは、玄関に 入れないで ください。
ドアの チェーンを 使いましょう。

よる き
夜は とくに 気をつけて ください

- 夜は カーテンを 閉めましょう。
- 夜の 道を 歩くときは、周りを よく見て 明るい 道を 歩きましょう。
- 夜は ちかん（他の 人の 体を さわる 人）や、
どろぼう（物を 盗む 人）が いることが あります。
ぼうはんぶザー も あんしん
防犯ブザーを 持つと 安心です。

あぶ かん
危ないと 感じたら

- 大きな 声で「たすけて！」と 言って ください。
- 近くのお店や 交番に にげてください。
110番（警察）に 電話して ください。



とくに き
気をつける こと

した るー る まも ばつ う
下の ルール を 守らないと 罰を 受ける かもしれません。

ざいりゅう かーど も
在留カードは いつも 持ちましょう

- 在留カードは いつも 持ちましょう。
けいさつ ひと ざいりゅう かーど み い
警察の人が「在留カードを 見せて ください」と 言うことが あります。
も ばつ う
持っていないと 罰を 受けます。

み ぶんしょうめいしょ か か きんし
身分証明書の 貸し借りの 禁止

- 自分の 在留カードや マイナンバーカードなどを、他の 人に
か 貸しては いけません。ルールを 守らないと 罰を 受けます。

ぎんこうこうざ ばいばい か か きんし
銀行口座の 売買・貸し借りの 禁止

- 自分の 銀行口座を、他の 人に 売ったり 買ったり しては いけません。
また、貸したり、借ったりしても いけません。

じゅうとうほういはん
銃刀法違反

- 特別な 理由が ない 人は、刃物（包丁、ナイフ、カッター、大きい ハサミ など）
も を 持ったまま、外に 出では いけません。
けいさつ つか
警察に 捕まる ことが あります。



にほんご

日本語ひろば「えにわ」

えにわし にほんご
恵庭市には、『日本語ひろば「えにわ」』があります。そこでは、にほんじん かんたん にほんご かいわ れんしゅう
日本人と 簡単な 日本語の 会話を 練習 することができます。
にほんご じょうず
日本語が 上手に なりますので、ぜひ 参加して ください。きょうかしょ つか せんもんてき ぶんぽう にほんごのうりよくしけん べんきょう
*教科書は 使いません。専門的な 文法や JLPT (日本語能力試験)の 勉強は やりません。きょうみ ひと
興味がある人は、

kokusai@city.eniwa.hokkaido.jp に メールを 送るか、Facebookを 見てください。

にほんご
日本語ひろば「えにわ」の ことを 聞く ところえにわしやくしよ かい きかくか 0123-33-3131 (内線:4710、2346)
恵庭市役所 4階 ④企画課さいと
WEBサイト「つなひろ」この サイトでは、にほん せいかつ がいこくじん みな にほんご はな せいかつ
日本で 生活する 外国人の 皆さんが、日本語で 話して 生活する ために、日本語
を 学習する ことができます。じぶん あ にほんご れべる がくしゅう えら
自分に 合った 日本語の レベルや、学習したい ことを 選べます。

ぶんか
文化の ちがいを し
知りましょう

- にほんじん なか には、はじめて あ ひと 会った人と、すぐに なかよ 仲良く ならない ひと 人もいます。

はじ 初めて あ 会ったときは、あまり はな 話さない かもしれません。

じかん 時間を かけて、すこ 少しずつ なかよ 仲良く なります。

ちいき 地域の ひと 人と なかよ 仲良く なると、とら ぶる トラブルが お 起きにくく なり、さいがい 災害の ときに たすけあう ことができます。

ぜひ ちょうないかい 町内会 の い べんと イベントや「にほんご 日本語ひろば」に さんか 参加してください。

ちょうないかい 町内会のこと ページ 41ページ

にほんご 日本語ひろば ページ 59ページ

- はっきりしない ことば 言葉

にほん 日本では、「いいえ」と はっきり い 言わない ことがあります。

はっきり 言う、い 相手に かなしくなったり おどろいたり することが あるからです。



たとえば こんな時

あした 明日、みんなで で 出かけませんか？と い 言ったら、あいて 相手が かんが 考えて おきますと こた 答える ことがあります。

あいて 相手は「行きたくない」と おも 思っている、そのように こた 答えるときが あります。

やさしい きもちから こういうこた 答えを しているのです。

からだの うごき

- ひと 人を ゆび 指で さす ことは、わるい マナーだと おも 思われています。
- はじめて あ 会った ひと 人を だきしめると、おどろく ひと 人も います。

せいかつ
生活のこと

じかん まも
時間を 守りましょう。
しごと がっこう びょういん
仕事、学校、病院 には、
じかん い
時間までに 行きましょ
う。



いえ なか みせ
家の 中や、お店の
まえ どうろ おお おと
まえ、道路で、大きな 音
や こえ だ
声を出さないで
ください。



ちか いえ ひと しごと
近くの 家の 人や 仕事
の なかまに、あいさつ
しましょう。

でんわ
電話のこと

じてんしゃ の
自転車に 乗りながら、
けいたいでんわ つか
携帯電話を 使わないで
ください。



でんしゃ ばす なか
電車や バスの 中では、
でんわ はな
電話で 話さないで くだ
さい。



ある けいたいでんわ
歩きながら、携帯電話を
つか
使わないで ください。

でんしゃ
電車のこと

でんしゃ ばす ま
電車や バスを 待つ と
じゅんばん まも
きは、順番を 守りまし
ょう。



たばこを す
吸わないで くだ
さい。



からだの よわ ひと
からだの 弱い人に
いすを ゆずりましょう。

しゃしん

写真を撮るとき



はたけ なか ひと
畑の中や ほかの人の
とち はい
土地に入らないで くだ
さい。



どうろ なか た
道路の中に 立たない
でください。



ひと いえ しゃしん
ほかの人や 家の 写真
を とらないで ください。

あ ば - と

アパートのこと



あ ば - と ペット いぬ
アパートで ペット (犬や
ねこ か
猫 など) を 飼わない で
ください。(大家さん の
おおや
許可が 必要です。)



かいだん ろうかに もの
階段や ろうかに 物を
おかさないで ください。
じしん か じ
地震や 火事の ときに、
にげられません。



じてんしゃ ちゅうりんじょう
自転車は 駐輪場 に
おきましょう。
くるま ちゅうしゃじょう
車は 駐車場に とめ
ましょう。

おおや あ ば - と か ひと
*大家さん … アパートを 貸してくれる 人



きんし まーく とは？

やっては いけない ことを し 知らせる まーく です。電車や 駅、お店の 中などに あります。



さつえいきんし

撮影禁止

しゃしん

写真を撮らないで ください



いんしょくきんし

飲食禁止

た もの た
食べ物を 食べたり、
の もの の
飲み物を 飲んだり しな
いで ください



きつえんきんし

喫煙禁止

たばこを 吸わないで
ください

しやくしよ 市役所のこと

え に わ し や く し ょ ほんちやうしや え に わ し きやうまち ばん ち
恵庭市役所 本庁舎（恵庭市京町1番地）

*この ^{おりえんてーしょん}オリエンテーションBOOK で ^{しょうかい}紹介した ところを まとめました。

*どの ^{まどぐち}窓口か わからない ときは、

☎ 0123-33-3131 に ^{でんわ}電話するか、^{かい}1階の ^{そうごうあんない}総合案内に ^き来てください。

ばしよ 場所	か なまえ 課の 名前 ふろあがいど (フロアガイドNo.)	できること	でんわ 電話	ないせん / 内線
しやくしよ かい 市役所1階	しみんか 市民課 (②～⑤)	けっこん りこん しゅっしょう しほうとどけ 結 婚・離 婚・出 生・死 亡 届 のこと	☎ 0123-33-3131	1111
		じゅうみんとろうく いんかんしょうめい 住 民 登 録・印 鑑 証 明 などの とど で しょうめい 届 け 出・証 明		1115
		こくみんねんきん 国 民 年 金 のこと		1118
		マイナンバーカードのこと		1121
	こくほいりょうか 国保医療課 (⑥)	こくみんけんこうほけん 国 民 健 康 保 険 のこと	☎ 0123-33-3131	1161
	ぜいむか 税務課 (⑯)	えにわし ほっかいどう くに はら 恵庭市や 北 海 道、国 に 払 う かね ぜいきん お 金 (税 金) のこと		1413
しやくしよ かい 市役所2階	えにわっこ応援センター (⑪)	にんしん しゅっさん こ 妊 娠・出 産、子 ども のこと		1252
	はいきぶつかんりか 廃棄物管理課 (⑫)	ごみのこと	☎ 0123-33-3131	1133
	せいかつかんきやうか 生 活 環 境 課 (⑭)	え こ ば す ちやうないかい こうつう ー る エ コ バ ス・町 内 会・交 通 ルー ル の こと		1181
	きち ぼうさいか 基 地・防 災 課 (⑰)	ぼうさい 防 災 のこと		2243
	ようじほいくか 幼 児 保 育 課 (⑳)	ほいくえん にんてい えん 保 育 園、認 定 こ ども 園 のこと		1235
しやくしよ かい 市役所4階	きかくか 企 画 課 (㉑)	がいこくじんそうだんまどぐち 外 国 人 相 談 窓 口		2346

しやくしよ
市役所のこと

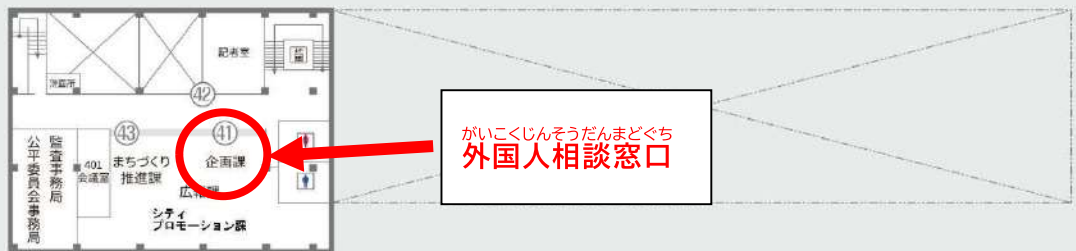
え に わ し や く し ょ ほ ん ち ょ う し ゃ ふ ろ あ ま つ ぶ
恵庭市役所 本庁舎 フロアマップ

どの 窓口か わからない ときは、1階の 総合案内に 来てください。

フロア案内図

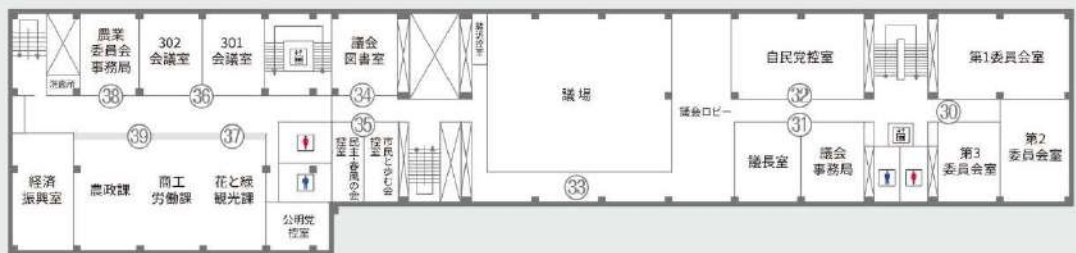
Floor Guide

4F

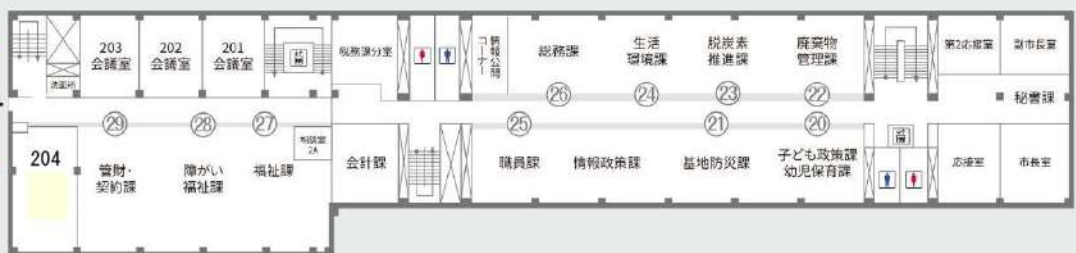


がいこくじんそうだんまどぐち
外国人相談窓口

3F



2F市



1F 市



そうごうあんない
総合案内

しやくしよ 市役所のこと

ほか その他

ばしよ 場所	か なま え 課の 名前	できること	でんわ 電話	ないせん / 内線
しみんかいがん かい 市民会館1階 えにわしんまち 恵庭市新町10	きょういくそうむか 教 育 総務課	しょうがっこう ちゅうがっこう 小 学 校・中 学 校 の こと	☎0123-33-3131	1611
えにあす えにわしみどりまち ちようめ 恵庭市緑町2丁目1-1		しみんかつどうせ ー ー やかん きゅうじつ 市民活動センター、夜間・休 日 きゅうびょうしんりようじよ としよかんえにわぶんかん 急 病 診 療 所、図書館恵庭分館など	☎0123-34-8167	
かい 「えにあす」2階	ほけんか 保健課	けんこう そうだん 健康の 相談	☎0123-25-5700	850
しやくしよだい ちようしゃ 市役所第2庁舎 えにわしきようまち 恵庭市京町85-2	すいどう きゃくさませんたー 水道お客様センター	すいどう もう こ りようきん 水道の 申し込みや 料 金、 ほか すいどう こま その他の 水道の 困りごと	☎0123-33-3166	
	じようすいどうか 上水道課	すいどうとうけつ 水道凍結のこと	☎0123-33-3131	5851
しままつししよ 島松支所 えにわししまつなかまち ちようめ 恵庭市島松仲町2丁目5-1		てつづ いろいろな 手続き	☎0123-36-8324	
めぐ のしゅつちようじよ 恵み野出張所 えにわしめぐ のきた ちようめ 恵庭市恵み野北3丁目1-1		てつづ いろいろな 手続き	☎0123-36-8200	

え に わ し こうしき さ い と 恵庭市 公式WEBサイト・SNS

いろいろな じようほう 情 報 が あります。ぜひ ふ お ろ ー して ください！

			
えにわし 恵庭市WEBサイト	Instagram	Facebook	LINE
			
X	こうほう 広報 さいしん 最新	えにわつか for iOS	えにわつか for Android

えにわしまっぷ 恵庭市マップ



A 市役所・公民館

- A1 恵庭市役所
 - A2 島松支所
 - A3 恵み野出張所
 - A4 恵庭市民会館
 - A5 市民活動センター(えにあす)
 - A6 島松公民館
 - A7 夢創館
 - A8 道と川の駅「花ロードえにわ」
 - A9 恵庭市役所 第2庁舎
- じょぶガイドENIWA

B 郵便局

- B1 恵庭郵便局
- B2 恵庭有明郵便局
- B3 恵庭漁町郵便局
- B4 恵庭駅前郵便局
- B5 恵庭柏木中通郵便局
- B6 恵庭黄金郵便局

が い こ く せ き じ ゅ う み ん
外国籍住民のための
え に お し せ い か つ お り え ん て ー し ょ ン
恵庭市生活オリエンテーションBOOK
や さ し い に ほ ん ご ば ん
やさしい日本語版

2026^{ねん}6^{がつ}月
え に お し き か く し ん こ う ぶ き か く か
恵庭市企画振興部企画課

〒061-1498 え に お し き ょ う ま ち ば ん ち
恵庭市京町1番地
TEL：0123-33-3131（内線^{ないせん}2346、4710）
FAX：0123-33-3137
E-mail：kokusai@city.eniwa.hokkaido.jp

