

# TSUKUBA 市政报 季刊

冬 2023

中文

2023年12月15日发行  
筑波市役所  
国际都市推进课

## 筑波山山麓公园已于11月3日开园了！

筑波山山麓公园（つくば市北条4160）是一个结合了「筑波地质博物馆」和「自行车郊游公园」的综合设施。名字的由来是从「地质公园」和「自行车」这两个角度出发，期望能成为让人们发现更多筑波山及周边地区魅力之门。希望该公园能让人们体验筑波山地区自然风景的同时，不同年龄段的人都能在此享受自然互相交流，成为人们喜爱的场所。场内有免费停车场。如果从筑波中心乘坐巴士前来，请乘坐筑波巴士北部循环线或小田循环线。

### 筑波地质博物馆

地质公园是被认可在保护当地优质的地质资源的同时，将其用于教育和旅游活动而进行可持续发展的地区。筑波山和其周边地区已被认定为「筑波山地区地质公园」。当中的核心设施，地质博物馆内设有可以了解筑波山地区地质公园的自然风景和当地文化的体验式展示空间。

- 开馆时间：9:00 至 16:30
- 休馆日：每个星期二（如星期二是节假日则会顺延至第二天），年末年初（12月29日～1月3日）
- 免费入场



### 筑波自行车公园

具备日本国内最大的 BMX 赛车赛道的自行车行驶设施已经建成。设施内设有淋浴间、休息室和维修区。可以自带BMX 来骑行，亦可以租用全套装备，享受第一次的BMX乐趣。此外，还提供BMX以外的自行车租赁服务，骑着自行车行驶在邻近的筑波至霞浦湖的Ring-Ring 自行车道上可以游览筑波山脚下美丽的乡村风景。BMX的租赁、赛车赛道、淋浴等均需付费。

- 开场时间：9:00 至 16:30
- 休场日：每个星期二～星期四（如是节假日则基本上会进行调休营业）  
年末年初（12月29日～1月3日）
- 免费入场



## 2023-2024年：年末年初期间的市役所的工作时间

	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四
市役所 本厅, 窗口・交流中心	8:45-16:30	← 休假 →						8:45-16:30
市役所 市民窗口课	8:45-19:30	← 休假 →						8:45-16:30
筑波站前市民窗口中心	10:00-19:30	← 休假 →						10:00-19:30
中央图书馆	9:30-17:00	← 休假 →						9:30-17:00
垃圾回收	照常进行	可燃垃圾 (全地区回收)	← 休假 →				可燃垃圾 (全地区回收)	照常进行
直接将垃圾运到清洁中心处理	至16:30结束	← 休假 →						由8:30开始

※请参阅网站了解年末年初期间的医院资讯。能用英语、中文、韩语和简明日语查看。

从12月1日起，BiVi筑波二楼新设了「筑波站前市民窗口中心」。

- 地点：BiVi筑波2楼（つくば市吾妻一丁目8番地10）
- 停车场：窗口中心没有专用停车场。BiVi筑波的停车场是收费的。
- 自行车停车场：BiVi设有三个自行车停车场。（2小时以内免费）
- 业务时间：

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日 假日 年末年初（12/29 ~1/3） 闭馆
【新设】 筑波站前 市民窗口中心	闭馆	受理时间 10:00~18:30 16:30以后和星期六有不能办理的业务					

### ●处理的主要业务

处理的主要业务	担当课
· 签发住民票相关的证明书	市民窗口课
· 印鉴登记、签发印鉴登记证明书	
· 车辆临时驾驶许可申请（临时号码）	
· 个人编号卡的业务	
· 发行户籍相关证明书（户籍摘录本、除名摘录本、户籍附票的复印件等）	
· 日本国籍人士的住址变更申报（迁入申报、搬迁申报、迁出申报、家庭变更申报等）	
签发有关税的证明书	市民税课
缴纳市民税・固定资产税・国民健康保险税・介護保险费用	国民健康保险课
国民健康保险的申请・申报	高龄福祉课
後期高齢者医疗制度的申请・申报	医疗年金课
医疗福利津贴制度（マル福）的申请・申报	医疗年金课
国民年金的申请・申报	障害福祉课
身心障碍者社会福利的申请・申报	介護保険课
介護保険的申请・申报	健康增进课
发行日语的母子手帐	

随着在市中心筑波中心地区设立新的窗口中心，一些手续可以在筑波站前办理，无需前往研究学园的市役所本厅。但根据申请和申报的种类，也有不能办理的业务，详情请向负责的部门咨询。

※请注意！！外国国籍的人士（持有在留卡的人）不能在在窗口中心办理住址变更。

这是因为能与出入国在留管理厅连结的系统只设在市役所本厅。筑波市市役所本厅5楼的国际都市推进课内设有翻译支援，办手续时如有需要，请多多使用。



## 关于2023年的个人收入，请进行最终所得申报（确定申告）

确定申告是指为了确定一整年的所得金额以及应缴纳的所得税而向税务局提交申报。对于有个人收入，但未经所在公司进行年末调整者，以及有多个收入来源者，都必须进行确定申告。通过进行确定申告，清算超额缴纳的所得税和未支付的所得税。如果不进行申报，可能会导致明年的国民健康保险以及市·县民税的增加。可以通过网上(e-Tax)申报，也可以在土浦税务局，以及筑波市役所进行申报。

筑波市役所确定申告的受理时间如下。

请注意需要提前在网上或通过电话进行预约。详细信息将在筑波市官方网站上通知。

日期：2024年2月16日（星期五）～3月15日（星期五）

※星期六、星期日和节假日不受理。仅限2月25日（星期日）受理确定申告。

会场：市役所本馆2楼会议室201

## 来自筑波市国际交流协会的通知

咨询：筑波市国际交流协会 TEL029-869-7675 电子邮箱info@inter.or.jp

### ●来到筑波后遇到过困难吗？

本协会增设了外国人市民和志愿者间的供需对应服务。志愿者将会为有困难的外国人提供帮助。需帮助者请一定与国际交流协会联系。此项服务免费。

详细信息请查看官方网页。<https://www.inter.or.jp/supporter-user.html>

### ●举办外国人日语演讲比赛

大会日程：2024年3月3日（星期日）14:00～

会场：筑波市民中心“コリドイオ” 筑波市吾妻1-10-1 筑波中心大楼（つくばセンタービル）内  
招募演讲比赛参赛者（在筑波市内居住或在市内工作，上学的外国人），欢迎各位踊跃参加。报名截止日期为2023年12月26日（星期二）。

不收取任何参赛费用。

详细信息请查看官方网页。<https://www.inter.or.jp/speechcontest.html>

## 来自农林水产省动物检疫所·植物检疫所的通知

为了防止动物疾病进入日本，请不要从国外携带牛、猪、鸡等肉类进入日本。

如果国内的家畜患病，可能会对日本的畜牧业造成严重危害。

不仅是生肉，烹饪过的肉或者在机场出售的肉制品也禁止携带入境。也不能通过国际邮件寄送。

非法携带可能会受到罚款或被逮捕。

请告诉在其他国家的家人和朋友，不要往日本寄送肉制品。

更多信息，请访问动物检疫所网站。支持多种语言。

动物检疫所网址：

<https://www.maff.go.jp/aqs/languages/info.html>



動物検疫所

为了防止植物疾病和害虫进入日本，部分水果和蔬菜被禁止携带入境。

一些尚未出现在日本，但在全球范围内已经造成严重危害的病虫草正在一部分国家和地区爆发。这些病虫草可能会对日本的农林业造成严重危害。非法携带植物可能会受到处罚。

更多信息，请访问植物检疫所网站。支持多种语言。

植物检疫所网址：

[https://www.maff.o.jp/pps/j/information/language\\_top.html](https://www.maff.o.jp/pps/j/information/language_top.html)

植物防疫所



## 将举办亲子共同参与的国际交流活动

各位是否听过育儿支援中心「樱桃俱乐部」？它是一个兼设在樱学园保育园内的设施，育有学龄前儿童的家属使用。家长可以在这里与孩子一起玩玩具和游乐设施。还可以随时向工作人员咨询育儿问题，与其他家庭互动以及分享信息。这次将举办「新春开笔」（書初め<sup>かきぞ</sup>）和「撒豆节」（豆撒き<sup>まめま</sup>）的活动。在新年伊始，使用毛笔书写文字和画画被称为「新春开笔」。在2月还有一项名为「節分」（せつぶん）的活动。让我们一起体验日本的文化活动「撒豆节」，把福（好事）招进家里，把鬼（坏事）从家里赶出去。此次活动除了樱桃俱乐部的工作人员，筑波市国际都市推进课的职员也会参与。

更多详细信息将于12月中旬在筑波市官方网站上发布。

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/english/index.html>（仅提供英语版）

日期：1月下旬的工作日

费用：免费

地点：樱学园保育园 新馆3楼樱桃俱乐部（地址：筑波市上野1302）

语言：主要使用日语，但当天将提供英语和中文的口译服务。

想了解更多在筑波中心广场举行的活动，请在Facebook和Instagram上搜索「ドまんなかつくば」。

<https://www.facebook.com/tsukumachi.info/>

## 留学生交流员专栏

这里是由负责翻译本市政报的留学生交流员撰写的原创专栏。在秋季刊专栏中，留学生交流员向我们推荐了一些秋天的热门景点。在本次的冬季刊中，请各位留学生交流员介绍一下日本岁末年初的庆祝方式及推荐一下冬季景点吧。

「御節料理」<sup>おせちりょうり</sup>是日本的传统年节菜，一般会在正月初一时家人团聚在一起享用。盛着御料理的漆盒称为「重箱」<sup>じゅうばこ</sup>，传统的重箱有五层，故又名「五段重」<sup>ごだんじゅう</sup>，但现时贩售的多为一至三层。御節料理的食物各有喻意，包括象征驱邪、勤勉和长寿健康的甜黑豆、外型上像书卷一样，代表着智慧和知识的「伊達卷」<sup>だてまき</sup>，由栗子制成，有着财源滚滚来之寓意的「栗金团」<sup>くりさんどん</sup>等等。吃御節料理时会使用两头都呈尖形的「祝い箸」<sup>いわいばし</sup>，即是「神人共食」的筷子，希望通过食物向神传达祈祷与祝愿赐福给自己。新年的时候不妨品尝一下御節料理，以食物来传达自己的愿望和心意吧！（林）



岁末年初，面对各种美食的诱惑，不小心就会多吃，导致“每逢佳节胖三斤”。这时是否想活动一下身体呢？日本新年期间有一项特别的国民活动，叫做箱根駅伝<sup>はこねえきでん</sup>。这是一场在每年1月2日和3日举行的大学生长距离接力赛跑，起点在东京，往返于箱根关所。很多人会在新年假期中与家人和朋友一起观看电视直播，或者亲临现场支持选手。茨城县也有一些元旦马拉松赛事，如水户市元旦马拉松（1/1），以及筑波健康马拉松（2/3，虽然不在新年期间）。筑波市拥有许多适宜跑步的道路。或许在元旦这一天，畅快地流一身汗水，也是一个不错的选择。（区）

◇筑波市多语言网页支持英语、简明日语、汉语以及韩语显示  
<https://www.city.tsukuba.lg.jp/english/index.html>

◇市政报以英语、汉语、韩语、泰语、葡萄牙语、西班牙语、印度尼西亚语、越南语发行  
<https://www.city.tsukuba.lg.jp/english/1015289>

