

奥州市 多语言信息简报

- 2025年12月发行 -



【发行】

奥州市故乡交流课 ILC・多文化共生推进室

奥州市国际交流协会

周日・节假日・晚间值班医院 (12月)

奥州金崎周日及节假日诊疗所 (诊疗时间为 8:30 ~ 12:00、13:30 ~ 16:00)

地 址: 水泽字多贺 21-1

电 话: 0197-25-3935

7 日	樱花诊所 阿部医生	28 日	及川骨外科诊所 及川医生
14 日	石川内科循环器诊所 石川医生	31 日	伊藤家庭诊所 伊藤医生
21 日	樱井医院 岩崎医生		

奥州金崎晚间诊疗所 (诊疗时间为 18:30 ~ 21:00) 全年无休

地 址: 水泽字多贺 21-1

电 话: 0197-25-3935

县急救安心中心 (☎ 019-656-1774 或 # 7119) 24小时・全年无休为您提供急救咨询

儿童急救咨询电话 (☎ 019-605-9000 或 # 8000)

19:00 ~ 8:00 (全年无休) 为未满15岁儿童提供急救咨询

齿科 (诊疗时间为 9:00 ~ 12:00)

7 日	大手町齿科医院	0197-51-8820	水泽大手町
14 日	畠山齿科	0197-35-8811	江刺丰田町
21 日	Jun 齿科诊所	0197-51-2118	水泽字樱屋敷西
28 日	高野齿科诊所	0197-23-2488	水泽字谷地明円

整骨院 (诊疗时间为 9:00 ~ 15:00)

7 日	古村整骨院	0197-24-4542	水泽字三本木
14 日	伊藤整骨院	0197-22-3851	水泽字南大钟
21 日	信 Spiral 整骨院	0197-35-0894	江刺南大通 (*大街)
28 日	及川整骨院	0197-23-7187	水泽大手町

税金 (输入 ID 号码 538 更快捷、更方便查找相关信息)

市・县民税 (第4期)、国民健康保险税 (第6期) 的缴纳期限是: 2026年 1月5日 (周一)

请利用银行转账方式缴纳税款, 以防忘缴。

■咨询: 本厅 (水泽综合支所) 纳税课 (☎ 0197-34-2227)

各种咨询日程 (2025 年 12 月)

① 行政咨询

地 点	日 期	时 间
本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室	12 日（周五），26 日（周五）	13:00 ~ 15:00
江刺综合支所市民生活组	10 日（周三）	9:30 ~ 11:30
前泽综合支所市民福祉组	11 日（周四）	9:00 ~ 12:00
胆泽综合支所市民生活组	23 日（周二）	13:30 ~ 15:00
衣川保健福祉中心	4 日（周四）	13:30 ~ 15:30

② 人权咨询

本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室	4 日（周四），18 日（周四）	13:30 ~ 15:30
江刺综合支所市民生活组	4 日（周四）	
白山地区中心	4 日（周四）	
胆泽爱宕地区中心	3 日（周三）	
衣川保健福祉中心	4 日（周四）	

③ 消费生活咨询

本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室	周一 ~ 周五	9:00 ~ 17:00 (受理时间至 16:00)
各综合支所（江刺，前泽，胆泽，衣川） 「线上咨询窗口」	周一 ~ 周五	9:00 ~ 16:00

④ 免费法律咨询 需事先预约

本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室	10 日（周三），23 日（周二）	10:00 ~ 16:00
--------------------	-------------------	---------------

※ 根据当日预约情况，可能会为您安排其他时间(12 月以后)前来咨询。

⑤ 为多重债务者提供免费律师咨询 需事先预约

本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室	3 日（周三） 16 日（周二）	10:00 ~ 15:00
--------------------	---------------------	---------------

⑥ 生活和金钱方面的安心咨询 需事先预约

本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室	17 日（周三）	13:00 ~ 16:00
江刺综合支所市民生活组	3 日（周三）	

⑦ 养老金咨询 需事先预约

本江刺综合支所 312 会议室	4 日（周四）	10:00 ~ 15:30
-----------------	---------	---------------

■ 预约・咨询：

①~⑥ 本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室 (☎ 0197-34-2915)

⑦ 一关养老金事务所 (☎ 0191-23-4246)

奥州宇宙游学馆举办的活动

● 星空观赏会

日 期: 12月13日(周六) 19:00 ~ 20:30

内 容: ① 读绘本

② 星空观赏会

● 周日课堂「观察风向, 让滑翔机飞起来」

日 期: 12月28日(周日) 14:30 ~ 15:30

定 员: 20名 **(需事先预约)**

参加费: 200日元(材料费) ※ 需购买入馆门票

■ 地点・咨询・报名: 奥州宇宙游学馆 (☎ 0197-24-2020)



江刺民俗艺能节 **(输入 ID 号码 747 更快捷、更方便查找相关信息)**

日 期: 12月14日(周日) 10:00 ~

会 场: 江刺综合支所多目的大厅

内 容: 民俗艺能表演

参加费: 免费

■ 咨询: 奥州市教育委员会事务局历史遗产课(江刺综合支所 · ☎ 0197-34-1315)

奥州传统文化体验节

日 期: 2026年1月17日(周六) ~ 1月18日(周日)

会 场: 奥州市文化会馆(Z大厅)

内 容: 体验书道、茶道、日本太鼓等日本传统文化。

报 名: **需事先报名**, 报名自12月15日(周一)开始

■ 咨询: 奥州市艺术文化协会(奥州市文化会馆内 · ☎ 0197-22-6622)



通 知

12月1日(周一)起, 岩手县最低工资(每小时)上调为1,031日元。

■ 咨询: 岩手劳动局劳动基准部薪资室 (☎ 019-604-3008)

利用银行转账方式缴纳税款的市民 **(输入 ID 号码 15113 更快捷、更方便查找相关信息)**

2026年1月起, 不再邮寄通过银行转账方式缴完税款的通知书。

如果想确认市税(市・县民税、固定资产税、国民健康保险税)缴税情况, 请到银行打印存折确认缴款记录。

■ 咨询: 本厅(水泽综合支所) 纳税课 (☎ 0197-34-2227)

个人编号卡　时间外・节假日窗口

(输入 ID 号码 299 更快捷、更方便查找相关信息)

您可以在以下窗口办理个人编号卡申请及领取手续。

● 时间外窗口对外办公时间

① 12月11日（周四） ② 2026年1月8日（周四） 17:15 ~ 20:00

● 节假日窗口对外办公时间（事先预约制）

① 12月27日（周六） ② 12月28日（周日）

③ 2026年1月24日（周六） ④ 1月25日（周日） 9:00 ~ 12:00

● 共通

携带证件：办理申请手续时，需出示能确认本人身份的证明资料。如 驾照等。

其　　他：① 申请者本人来厅办理手续。

② 申请者未满 15 岁来厅办理申请手续时，需有法定代理人（父母）陪同。

■咨询・地点：本厅（水泽综合支所）市民课（☎ 0197-34-2223）

为外国居民举办的生活咨询会

您可以向专家咨询有关在留资格、工作、介护、育儿、日语学习等问题。

日　期：2026 年 1 月 18 日（周日） 13:00 ~ 17:00

地　点：水泽地域交流馆（阿斯比亚）

费　用：免费

其　他：提供口译服务（英语、中文、印尼语、越南语）

■咨询・报名：奥州市国际交流协会（☎ 0197-22-6111）

第 10 回 岩手奥州 KIRAMEKI 马拉松大会 报名开启

明年第 10 回大会路线更新，比赛项目有全程、10 公里及 1.7 公里迷你马拉松。欢迎参加。

日　期：2026 年 5 月 17 日（周日） 8:30 ~

比赛起点：江刺综合支所

报名期间：2025 年 11 月 28 日（周五） ~ 2026 年 2 月 15 日（周日）

报名方法：① 大会主页 ② 邮局

大会宣传小册子领取处：① 本厅（水泽综合支所）

② 各综合支所（江刺，前泽，胆泽，衣川）、各体育设施 等

※ 想了解更多信息请参看大会主页。



■咨询：岩手奥州 KIRAMEKI 马拉松实行委员会事务局（江刺综合支所・本厅（水泽综合支所）

生涯学习体育课内・☎ 0197-34-2498 · 传真 0197-35-7466）

在奥州市举办的日语教室 无需提前预约

为外国朋友们举办的日语学习教室，可以中途插班。

有时会休讲，请来教室前一定要事先确认日语教室开课日期。 →



■咨询：

奥州市国际交流协会（阿斯比亚）

岩手县奥州市水泽字吉小路 38-3

☎ 0197-22-6111

✉ mc5639892@catv-mic.ne.jp

① 初级～高级班（一对一或少人数分组学习）

- 日 期：每周二 19:00 ~ 21:00
- 地 点：水泽地域交流馆（阿斯比亚）沙龙
- 费 用：500 日元 / 次（学生及技能实习生 300 日元 / 次）
- 使用教材：可以学习自己想学的内容
(比如：日常会话、语法、JLPT 备考、教科・驾照等)

② 初级～中级班（一对一或少人数分组学习）

- 日 期：每周五 15:30 ~ 17:30
- 地 点：水泽地域交流馆（阿斯比亚）会议室
- 费 用：500 日元 / 次（学生及技能实习生 300 日元 / 次）
- 使用教材：可以学习自己想学的内容
(比如：日常会话、语法、JLPT 备考、教科・驾照等)

③ 中级班（课堂风格）

- 日 期：每周六 15:30 ~ 17:00
- 地 点：水泽地域交流馆（阿斯比亚）会议室
- 费 用：免费
- 使用教材：『日语能力考试 N2 文法』

④ 初级～中级班（课堂风格）

- 日 期：每周日 10:30 ~ 12:00
- 地 点：江刺生涯学习中心 2 层 研修室
- 费 用：免费
- 使用教材：『大家的日语 中级』

计划好过年准备

年末年初 垃圾・再生资源・屎尿收集日 (输入 ID 号码 10930 更快捷、更方便查找相关信息)

■ 咨询: 本厅(水泽综合支所) 生活环境课 (☎ 0197-34-2341)

■ 垃圾暂停收集日

年末年初收垃圾时间有变化, 暂停收集日如下。

▶ 水泽地区

12月31日(周三) ~ 2026年1月2日(周五)

※ 2026年1月5日(周一) 开始照常收集

▶ 江刺、前泽、胆泽、衣川地区

按垃圾收集日历

■ 再生资源暂停收集日

▶ 水泽地区

・周日再生资源 照常收集

・平日再生资源 2026年1月1日(周四) ~ 1月2日(周五)

※ 2026年1月5日(周一) 开始照常收集

▶ 江刺、前泽、胆泽、衣川地区

按垃圾收集日历

■ 屎尿暂停收集日

年末年初屎尿收集会很拥挤, 请尽早预约。

▶ 水泽、前泽、衣川地区

12月30日(周二) ~ 2026年1月2日(周五)

▶ 江刺、胆泽地区

12月31日(周三) ~ 2026年1月2日(周五)

■ 直接送到胆江地区卫生中心

收费回收垃圾至 12月26日(周五)、12月30日(周二) 也回收。

※ 2026年1月5日(周一) 开始照常回收垃圾

・受理时间: 8:45 ~ 16:45

※ 温馨提示 12月30日(周二) 9:00 ~ 16:00

・费 用: (按垃圾重量) 收费

・咨 询: 胆江地区卫生中心 (☎ 0197-24-5821)

请注意停运、运行日程的变更

年末年初 社区巴士等的运行日程 (输入 ID 号码 16979 更快捷、更方便查找相关信息)

■ 咨询: 本厅(水泽综合支所)政策企画课公共交通对策室 (☎ 0197-34-2383)

■ 社区巴士等的运行日程

社区巴士名 日期	水泽社区巴士 (Z 巴士) ■咨询: 岩手县交通(株) 胆江营业所 (☎ 0197-35-2185)	市营巴士 (江刺) ■咨询: 岩手县交通(株) 胆江营业所 (☎ 0197-35-2185)	前泽巴士 (Heart 巴士) ■咨询: Heart 巴士预约中心 (☎ 0197-56-0777)	衣川 社区巴士 ■咨询: 衣川出租汽车 有限公司 (☎ 0197-52-3011)	水泽 金崎线 ■咨询: (株)野口 (☎ 0197-31-2342)	胆泽 水泽线 ■咨询: 胆泽交通有限公司 (☎ 0197-47-1216)									
12月26日(周五)	照常运行	照常运行	照常运行	照常运行	照常运行	照常运行									
27日(周六)	佐仓河线・羽田线	停运	停运	停运	停运	停运									
28日(周日)	羽田线														
29日(周一)	照常运行	照常运行													
30日(周二)	停运	停运													
31日(周三)															
1月1日(周四)															
2日(周五)															
3日(周六)	羽田线														
4日(周日)															
5日(周一)	照常运行	照常运行	照常运行	照常运行	照常运行	照常运行									