

奥州市 多语言信息简报

— 2025 年 7 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（7 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）

需事先打电话预约

地 址： 水泽字多贺 21-1

电 话： 25-3935

6 日	大岁消化器科骨外科 大岁医生	21 日	梶川诊所 梶川医生
13 日	下河边肠胃科诊所 小野寺医生	27 日	Aterui 骨外科诊所 金子医生
20 日	小见女性诊所 小见医生		

奥州金崎晚间诊疗所（诊疗时间为 18:30 ～ 21:00） 全年无休

需事先打电话预约

地 址： 水泽字多贺21-1

电 话： 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）

6 日	千叶齿科诊所	42-2426	金崎町西根上饼田
13 日	佐佐木齿科医院	24-5418	水泽字柳町
20 日	樱庭齿科医院	47-2033	胆泽小山字峠
27 日	神尾齿科诊所	28-1182	水泽上姉体

整骨院（诊疗时间为 9:00 ～ 15:00）

6 日	伊藤整骨院	22-3851	水泽字南大钟
13 日	信 Spiral 整骨院	35-0894	江刺南大通（*大街）
20 日	田代整骨院	23-5188	水泽太日通（*街）
27 日	及川整骨院	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）

固定资产税（第 2 期）、国民健康保险税（第 1 期）的缴纳期限是：7 月 31 日（周四）

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（☎ 34-2227）

各种咨询日程（2025 年 7 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	11 日（周五）	13:00 ～ 15:00
	25 日（周五）	
江刺综合支所市民生活组	9 日（周三）	9:30 ～ 11:30
前泽综合支所市民福祉组	10 日（周四）	9:00 ～ 12:00
胆泽综合支所市民生活组	22 日（周二）	13:30 ～ 15:00
衣川保健福祉中心	10 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	3 日（周四）	13:30 ～ 15:30
	17 日（周四）	
江刺综合支所市民生活组	15 日（周二）	
衣川保健福祉中心	10 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」 ※需要咨询时，请告知市民课担当职员。	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	9 日（周三）	10:00 ～ 16:00
	22 日（周二）	

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	2 日（周三）	10:00 ～ 15:00
	15 日（周二）	

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	16 日（周三）	13:00 ～ 16:00
江刺综合支所市民生活组	2 日（周三）	

⑦ 养老金咨询 需事先预约

本厅（水泽综合支所）讲堂	8 日（周二）	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

● 7月星空观赏会

日 期：7月12日（周六） 18:30 ～ 20:30

内 容：① POLANO 弦乐四重奏团七夕星空音乐会

② 星空观赏会「十六夜的月亮」

费 用：免费

其 他：无需事先报名

● 天文台未开放区域怀旧游

日 期：7月19日（周六），20日（周日），21日（周一）

① 11:00 ～ ② 13:00 ～（小讲演会） ③ 14:30 ～

定 员：① ③ 各 10 名 ② 20 名

参加费：需购买入馆门票

● 周日课堂「一起制作喷气式风车」

日 期：7月27日（周日） 14:30 ～ 15:30

活动对象：含小学生以上的人士

定 员：20 名（需事先预约）

参加费：100 日元（材料费）＋ 入馆门票

● 企画展「月球科学～从诞生到未来」

日 期：8月 2 日（周六）～10月26日（周日）

内 容：① 連携协（全国科学馆連携协议会）巡回展「星系碰撞后会产生什么？」

② 「月」企画展示 等

费 用：需购买入馆门票

■ 咨询・地点・报名：奥州宇宙游学馆（☎ 24-2020）

江刺西体育馆

平横球健身体操体验教室

日 期：7月12日（周六）、8月 9 日（周六）、9月13日（周六）

时 间：10:00 ～ 11:30

定 员：各回 12 人（按报名先后顺序）

参加费：每回 1,000 日元

报名方法：请于各教室开讲前一天（周五下午 5 点前）打以下电话、或直接到江刺西体育馆报名。

■ 咨询・地点：江刺西体育馆（☎ 35-5544）

江刺中央体育馆
芬兰木棋竞技会

日 期：7月15日（周二）、29日（周二）、8月5日（周二）、26日（周二）、9月9日（周二）

时 间：10:00 ～ 11:30

定 员：15人（按报名先后顺序）

参加费：每回 100 日元 所需物品：室内穿的运动鞋、饮料

报名方法：请于各教室开讲前两天（周日下午 5 点前）打以下电话、或直接到江刺中央体育馆报名。

■ 咨询・地点：江刺中央体育馆（☎ 31-2100）

周末皮划艇体验教室（输入 ID 号码 16255 更快捷、更方便查找相关信息）

皮划艇体验教室即将开课。面向初学者及不追求划桨速度的人。请参看奥州市主页上登载的详细信息。

日 期：8月9日（周六）、9月13日（周六）、10月11日（周六）

时 间：10:00 ～ 11:30（9:30 开始受理）

地 点：马留广场内马留池 ※ 集合场所是奥州湖交流馆

对 象：小学 3 年级以上的人士

参加费：中学生以下每回 500 日元、高中生以上每回 1,000 日元

报名方法：请在希望参加的教室开讲 5 天前，在奥州市主页的报名页面上报名。

■ 咨询：江刺综合支所生涯学习体育课（☎ 34-2498）

市民游泳池即将对外开放（输入 ID 号码 5581 更快捷、更方便查找相关信息）

设 施 名	开放期间・时间	休馆日	咨 询
大钟公园市民游泳池	▶ 7/12（周六）～ 8/24（周日） ① 9:30 ～ 12:00 ② 13:00 ～ 17:00 ※ 上午休息，下午开放。 7/19（周六）、7/26（周六） ※ 不对外开放日。 预约包场 → 8/24（周日）	・ 7/14（周一）、7/22（周二）、 7/28（周一）、 ・ 8/ 4（周一）、8/12（周二）、 8/18（周一）	大钟公园市民游泳池 （☎ 25-2030）
		※ 休馆日请拨打：水泽武道馆（☎ 25-3974）	
前泽B&G 海洋中心游泳池	▶ ～ 9/15（周一） ① 9:30 ～ 12:00 ② 13:00 ～ 17:00 ▶ 7/15（周二）～ 8/17（周日） ① 9:30 ～ 12:00 ② 13:00 ～ 17:00 ③ 17:30 ～ 20:00	・ 每周一 ※逢节假日照常开放。 7/21（周一）→照常开放 8/11（周一）→照常开放 9/15（周一）→照常开放 ・ 8/12（周二）	前泽IKiIKi 体育乐园 （☎ 56-7290）
胆泽游泳池	自2025年度起不开放		

■ 咨询：江刺综合支所 生涯学习体育课（☎ 34-2498）

即将举办 胆泽水之乡夏之祭 (输入ID号码 16163 更快捷、更方便查找相关信息)

日期: 7月26日(周六)
时间: 11:00 ~ 20:00 (步行者天国 14:00 ~ 20:30)
地点: 胆泽文化创造中心、同中心前的道路
内容: ① 超大保龄球大会

- ② ISAWAYOSAKOI飞勇凛
- ③ 搞笑节目现场直播
- ④ 厄年连精彩表演
- ⑤ 盂兰盆舞大游行
- ⑥ 放烟花 等活动

■ 咨询: 胆泽地区活动实行委员会 (胆泽综合支所地域支援组・☎ 34-0313)

通知

8月起请使用“个人编号卡兼保险证”或“资格确认书”

国民健康保险被保险证 和 后期高龄者医疗被保险证的使用期限是7月31日。由于不再发行纸制保险证, 会为您邮寄以下材料(见7月下旬邮寄的材料)。8月1日起在医院看病或在药局拿药时, 请出示您的“个人编号卡兼保险证”或“资格确认书”。

※ “资格确认书” → 作为健康保险证使用。

<7月下旬邮寄的材料>

保险证的种类	国民健康保险		后期高龄者医疗保险	
个人编号卡 兼保险证	持有	未持有	持有	未持有
邮寄的材料	资格信息的 通知	“资格确认书” (作为健康保险证使用)	「资格确认书」	

■ 咨询:
本厅 (水泽综合支所) 保险年金课 (国保… ☎ 34-2901)、后期高龄・医疗费助成… ☎ 34-2902)、
各综合支所 (江刺, 前泽, 胆泽, 衣川) 保险・医疗助成担当组