長岡市多言語情報誌　　长冈市多语种信息杂志　　Multilingual Information Newsletter

ちきゅうひろば

地 球 广 场　　*Chikyû Hiroba*

November
11 月
2026
Vol. 80



やさしい日本語

P2 ▸年末調整(ねんまつちょうせい)の　お知(し)らせ
▸生活道路(せいかつどうろ)の　車(くるま)の　速度(そくど)について
▸12/5 外国人(がいこくじん)のための　無料相談会(むりょうそうだんかい)
P3 ▸トゥクトゥクに乗(の)って
摂田屋(せったや)・宮内(みやうち)の町(まち)を　見(み)てまわろう！
▸ベトナムフェス 2026 in Nagaoka
▸アオルミネーション　2026-2027
P8 ▸急患診療(きゅうかんしんりょう)の　おしらせ



「ちきゅうひろば」は毎月(まいつき)１０日(とおか)に発行(はっこう)しています。

每月 10 号发行《地球广场》。

Chikyû Hiroba

Published on the 10th of every month



中文

P4 ▸关于年末调整的通知
▸关于生活道路上的行车速度
▸12/5 入国管理局等咨询会
～为外国人提供免费咨询～
P5 ▸乘坐嘟嘟车～游览摄田屋·宫内街区！
▸越南文化体验活动 2026in 长冈
▸彩灯闪烁 2026-2027
P8 ▸节假日急病就诊医疗机构





English

P6 ▸Information about the Year-End Income Tax Adjustment
▸Regarding the Speed Limit in Residential Areas
▸Free Consultations for International Residents
P7 ▸Enjoy Riding a Tuk-Tuk and Exploring the Settaya-Miyauchi Area
▸The Vietnam Festival 2026 in Nagaoka
▸“Aollumination” 2026-2027
P8 ▸Emergency Medical Facilities

長岡市国際交流(ながおかしこくさいこうりゅう)センター「地球広場(ちきゅうひろば)」
〒940-0062　長岡市大手通(ながおかしおおてどおり)2-2-14
米百俵(こめひゃっぴょう)プレイスミライエ長岡東館(ながおかひがしかん)１階(かい)

Phone:　0258-39-2714
Teams: Via “kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp” で探(さが)してください。
E-mail:　kouryu-c@city.nagaoka.lg.jp

地球広場(ちきゅうひろば)に　いつでも　相談(そうだん)に　来(き)て　ください！

website　Facebook　Instagram　Map

年末調整の　お知らせ

会社で　働いている 人は、 毎月、 給料から 所得税が 引かれています。

月の 給料が 払われるときは、 生命保険料や 損害保険料などの 控除＜もともとの 金額から 差し引く＞が されていません。 年の 途中で 扶養する＜生活の 面倒を みる＞ 家族の 人数が 変わっても、払う 税金の 額は すぐには 変わりません。 そのため、 1月1日から 12月31日までの 1年間に 支払った税金の 金額を 正しく 計算して、 払い過ぎた分を 戻したり、 足りない分を 払ったりします。

これを 「年末調整」と いいます。

年末調整に 必要な 書類は、 会社で 働いている人は、 会社から 保険料控除申告書や 基礎控除申告書などの 書類が 渡されます。 正しく 書いて 出してください。





【問い合わせ】長岡税務署　TEL:0258-35-2070

生活道路の 車の 速度について

生活道路の 車の 最高速度が 30km/hに なりました。

◆ 道路に 速度の 標識が あるときは、 標識の 数字が 最高速度です。

◆ 生活道路は、 道路の 真ん中に 線（中央線）がない 道路です。

◆ 消雪パイプは、 中央線では ありません。

◆ 車を 運転するときは、 速度に 注意してください。





くわしいことは、 新潟県警察の ホームページなどで 確認してください。

担当：長岡市役所 市民協働課　TEL:0258-39-2206

【問い合わせ】長岡警察署　TEL:0258-38-0110

12/5 外国人のための　無料相談会

在留資格のこと、 法律のこと、 仕事のことなど、 あなたが 困っていることを 専門家に 相談できます。

通訳も ります。申し込みは いりません。







◆日時：12月５日（土）　午前11時30分～午後3時30分

◆場所：ミライエ長岡 東館１階　国際交流センター「地球広場」

◆言語：日本語のほか、 10言語（英語、 中国語、 韓国語、 タイ語、 ポルトガル語、 スペイン語、 ベトナム語、 フィリピン語、 インドネシア語、 ネパール語）

【問い合わせ】国際交流センター「地球広場」　TEL：0258-39-2714

トゥクトゥクに乗って



摂田屋・宮内の町を　見てまわろう！

摂田屋・宮内の町は、　日本酒や　味噌などの　発酵した　食べ物・のみもので　有名です。

トゥクトゥクに乗って、 この町を　見てまわることが　できます。







◆日時：11月14日(土)・15日(日)　午前10時～午後4時

◆乗るところ：宮内駅、　旧機那サフラン酒製造本舗

◆料金：無料

◆申し込みは　いりません

※一度に　二人まで　乗ることが　できます。(運転は　できません)　アンケートに　答えてください。

【問い合わせ】観光課　　TEL：0258－39－2221

ベトナムフェス 2026 in Nagaoka



長岡市で　毎年　好評の　「ベトナムフェスティバル」を　開催します。

ベトナム料理や　文化体験、　ステージイベントなどを　通して、　ベトナムの魅力を　楽しめる　イベントです。

ベトナムの人も　日本の人も、　だれでも　参加できます。　ぜひ　家族や　友人と　お越しください。





◆日時：12月５日（土）　午前10時～午後4時

◆場所：ミライエ長岡 東館１階　国際交流センター「地球広場」　など



【問い合わせ】ベトナムフェス 2026 in Nagaoka実行委員会

国際交流センター「地球広場」　　TEL：0258-39-2714

アオルミネーション　2026-2027

アオーレ長岡の　ナカドマで　イルミネーションと　大きな　クリスマスツリーが　美しく　輝きます。

きれいな　イルミネーションを　見て、　冬の　楽しい　雰囲気を　感じませんか？



◆日時：11月13日（金）～ 2027年2月21日（日）　（クリスマスツリーは　12月25日（金）まで）

◆場所：アオーレ長岡

【問い合わせ】NPO法人ながおか未来創造ネットワーク　　TEL：0258-39-2500

关于年末调整的通知

工薪阶层的税金,原则上每月从工资里自动扣除。

但是，被自动扣除的所得税的总税额和本人应该缴纳的所得税额不一定相符。

理由是，每月从工资里自动扣除所得税时，生命保险费、损害保险费等并不在计算的范围内。年内扶养亲属人数的增减也无法及时反映在税单上。

为此，到了年底，根据提出的各种申报，需要对 1 月 1 日至 12 月 31 日这一年间所缴纳的税款金额进行精确的计算，多退少补，此过程称为“年末调整”。

如果您受雇于某公司，到了年底，公司就会交给您“保険料控除申告书”(扣除保険费申报表)、“基础控除申告书”(扣除基本生活费申报表)等表格，请正确填写并及时提交！





【咨询】长冈税务署

TEL：0258-35-2070

关于生活道路上的行车速度

“生活道路”的行车最高时速已从 60 公里降至 30 公里。

◆如果道路上设有速度限制标志，则以标志上显示的数字为最高速度。

◆“生活道路”是指道路中央没有划线（中央线）的道路。

◆融雪管道（消雪管）不是中央线。

◆驾驶汽车时，请注意行车速度。







详细信息请在新潟县警察官方网站等处确认。

【咨询】长冈警察署　　TEL：0258-38-0110

长冈市市民协动课　TEL：0258-39-2206

12/5 入国管理局等咨询会～为外国人提供免费咨询～

您可以就居留资格、法律问题、工作等方面的困扰向专家咨询。

提供口译服务，无需预约。







◆时间：12 月 5 日（周六）　11:30～15:30

◆地点：长冈未来馆 东馆 1 楼 国际交流中心“地球广场”

◆语言：除日语、英语、中文、越南语以外，还可使用韩语、泰语、葡萄牙语、西班牙语、菲律宾语、印尼语以及尼泊尔语

【咨询】国际交流中心「地球广场」

TEL：0258-39-2714

乘坐嘟嘟车～游览摄田屋・宫内街区！



摄田屋･宫内町以日本清酒和味噌等发酵食品以及饮品而闻名。

您可以乘坐嘟嘟车（三轮机动出租车），游览这片充满特色的街区。







◆时间：11 月 14 日（周六）、11 月 15 日（周日）

上午 10 点～下午 4 点

◆乘车地点：宫内站、摄田屋旧机那藏红花酒制造本铺

◆费用：免费

◆无需预约，可直接乘坐。

※每次最多可乘坐两人（乘客不能驾驶嘟嘟车）

【咨询】观光课

TEL：0258-39-2221

越南文化体验活动 2026in 长冈



长冈市今年仍将举办越南文化体验活动。届时，可以品尝越南美食、体验各种活动以及观赏舞台表演等，亲身感受越南文化的魅力。活动面向所有人开放，欢迎携家人和朋友一同前来参加！







◆ 时间：12 月 5 日（周六）上午 10 点～下午 4 点

◆ 地点：长冈未来馆 东馆 1 楼 国际交流中心“地球广场”等

【咨询】越南文化体验活动 2026in 长冈 执行委员会

国际交流中心“地球广场” TEL：0258-39-2714

彩灯闪烁 2026-2027

在市政厅 AORE 长冈的全天候广场，巨大的圣诞树被五彩缤纷的彩灯点缀得美轮美奂。观赏美丽的彩灯，感受冬天的欢乐气氛吧！



◆时间：11 月 13 日（周五）～2027 年 2 月 21 日（周日）

（圣诞树展览到 12 月 25 日（周五）为止）

◆地点：AORE 长冈

【咨询】NPO 法人 长冈创造未来互联网

TEL：0258-39-2500

Information about the Year-End Income Tax Adjustment

If you are employed, your income tax is customarily collected from your monthly wages. However, the total amount of income tax you have paid in a year, from January 1st to December 31st, does not always correspond to the exact amount of income tax that should be imposed because premiums for life insurance, damage insurance, or other types of insurance are not deducted until the end of the year. Even though the number of dependents in your family changes in the year, the tax amount will not immediately change until it is adjusted at the end of the year.

Therefore, the exact amount of your income tax will be adjusted at the end of the year. This adjustment to calculate either excessive or insufficient amounts of income tax is called *nenmatsu chosei* (the year-end tax adjustment) and it is usually made in December when you receive the final paycheck of the year. If you have paid an excessive amount of income tax, the refund will be made to your final paycheck of the year. On the contrary, an insufficient amount will be collected from your final paycheck of the year.

If you are employed, you will be given an insurance premium deduction declaration form (*hokenryo kojo shinkokusho*/保険料控除申告書) and basic deduction declaration form (*kiso kojo shinkokusho*/基礎控除申告書). Try to fill out these necessary forms properly and submit them to your employer.

For inquiries:
Nagaoka Tax Office (*Zeimusho*)
(in Nagaoka *Godo Chosha*-District Office Complex)
1-3-88 Senzai（Phone: 0258-35-2070）





Regarding the Speed Limit in Residential Areas

The speed limit in certain residential areas, called *seikatsu doro* in Japanese, has been changed to 30 kilometers per hour.

- A speed limit sign on a road indicates the maximum speed allowed on that road.
- “*Seikatsu Doro*” are roads in residential areas that do not have center lines in the center of the road.
- The concrete lines of snow-melting pipes in the city are not the center lines.
- When driving, please be sure to follow the appropriate speed limit.

For details: Visit the Niigata Prefecture Police Department website.
Division in charge: Civic and Administrative Cooperation Division
Phone: 0258-39-2206
For inquiries: Nagaoka Police Station
Phone: 0258-38-0110





Free Consultations for International Residents

If you have questions or concerns about your residence status, legal matters, job, or any other matters, feel free to consult with legal experts. Interpreters will be available. No applications are required.

When: December 5 (Sat.) 11:30 a.m. - 3:30 p.m.
Where: International Affairs Center, *Chikyû Hiroba*
MIRAIE NAGAOKA East Building, First Floor
Available 11 Languages:
Chinese, English, Filipino, Indonesian, Japanese, Korean, Nepalese, Portuguese, Spanish, Thai, and Vietnamese

For inquiries:
Nagaoka City International Affairs Center
Chikyû Hiroba
Phone: 0258-39-2714







Enjoy Riding a Tuk-Tuk and Exploring the Settaya-Miyauchi Area

Settaya and Miyauchi are famous towns for producing *sake*, *miso*, and other fermented foods and beverages. Visitors can ride a Tuk-Tuk (three-wheeled auto-rickshaw) and explore the area.

When: November 14 (Sat.) 10:00 a.m. - 4:00 p.m.
November 15 (Sun.) 10:00 a.m. - 4:00 p.m.
Tuk-Tuk Stops: JR Miyauchi Station
Former Kina Saffron Sake Brewery Site
Fee: Free
Registration: Not required
Participants: Two passengers per ride. Driving is not allowed.
You are requested to fill out a questionnaire form.

For inquiries: Tourism Division
Phone: 0258-39-2221



Sake



Tuk-Tuk



Miso



Tuk-Tuk

The Vietnam Festival 2026 in Nagaoka



The Vietnam Festival, a popular annual event, will be held in Nagaoka. This event offers you an opportunity to enjoy the charms of Vietnam through its cuisine, cultural activities, and stage performances.

Vietnamese, Japanese, people of all nationalities are all welcome to join. Come and enjoy this gathering with your family and friends.

When: December 5 (Sat.) 10:00 a.m. - 4:00 p.m.
Where: International Affairs Center, *Chikyû Hiroba* and other locations
MIRAIE NAGAOKA East Building, First Floor

For inquiries:
Vietnam Festival 2026 in Nagaoka Organizing Committee
International Affairs Center, *Chikyû Hiroba*
Phone: 0258-39-2714







"*Aollumination*" 2026-2027

Why don't you come and enjoy a joyous winter atmosphere with beautiful illumination at *Nakadoma* (the roofed plaza) at City Hall Plaza - *Aôre* Nagaoka?

A large Christmas tree will also be illuminated until Friday, December 25th.

When: November 13 (Fri.), 2026 - February 21 (Sun.), 2027
Where: *Nakadoma* (the roofed plaza) at City Hall Plaza - *Aôre* Nagaoka

For inquiries:
Nagaoka Future Creation Network (an NPO)
Phone: 0258-39-2500



急患診療の　おしらせ　＊①～③の場所：さいわいプラザ１階（幸町2-1-1）

施設名	診療科目	あいている　時間
①こどもが　夜に　病気や けがをしたとき： 「中越 こども 急患 センター」 TEL:0258-86-5099	小児科 ＜子どもが　病気の　とき＞	月曜日～土曜日　午後6時45分～9時30分
②夜や　休みの日に　病気や けがをしたとき： 「休日・夜間 急患 診療所」 TEL:0258-37-1199	内科 ＜お腹が　いたいときや　風邪のときなど＞	月曜日～金曜日　午後6時45分～9時30分 日曜日・祝日　午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
	小児科 ＜子どもが　病気の　とき＞ 外科 ＜けがなどの　とき＞	日曜日・祝日　午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
③休みの日に　歯が　いたくなったとき： 「休日・急患　歯科 診療所」 TEL:0258-33-9644	歯科 ＜歯が　痛い　とき＞	日曜日・祝日　午前9時～11時30分 午後1時～3時30分

◆病院へ　行く前に　必ず　電話で　相談して　ください。　受診する　場合は　必ず　マスクを　つけて　ください。
◆産婦人科（女の人の　病気や　赤ちゃんを　産むとき）は、在宅当番医制（休みの日に　開いている　病院）です。
（日曜・祝休日のみ）
◆わからないときは、　②休日・夜間急患診療所（0258-37-1199）に　きいて　ください。

节假日急病就诊医疗机构

＊请在正常医疗时间以外和节假日身体不适时利用。

《长冈地区》休息日・夜间急诊诊疗所【 幸町 2-1-1　幸福广场（旧市役所办公大楼）】

医疗机构	医疗科目	挂号时间
①中越儿童急诊中心 TEL:0258-86-5099	小儿科	周一～周六（节假日除外）晚上 6 点 45 分～9 点 30 分
②休息日・夜间急诊诊疗所 TEL:0258-37-1199	内科	周一～周五（节假日除外）晚上 6 点 45 分～9 点 30 分 周日・节假日　上午 9 点～11 点 30 分　下午 1 点～4 点 30 分
	小儿科/外科	周日・节假日　上午 9 点～11 点 30 分　下午 1 点～4 点 30 分
③休息日牙科急诊诊疗所 TEL:0258-33-9644	牙科	周日・节假日　上午 9 点～11 点 30 分　下午 1 点～3 点 30 分

◆妇产科为轮流值班制(周日・节假日)　　咨询:休息日・夜间急诊诊疗所　TEL:0258-37-1199

Emergency Medical Facilities　(*Saiwai* Plaza 1F 2-1-1 Saiwai-cho)

Facilities	Departments	Hours
Chuetsu Center for Children's Emergency Treatment (0258-86-5099)	Pediatrics　(*Shônika)*	(Monday - Saturday)　6:45 p.m. - 9: 30 p.m.
Clinic for Sundays, Holidays, and Nights (0258-37-1199)	Internal Medicine　(*Naika)*	(Monday - Friday)　6:45 p.m. - 9: 30 p.m. (Sundays and Holidays)　9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
	Pediatrics　(*Shônika)* Surgery　(*Geka)*	(Sundays and Holidays)　9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 4: 30 p.m.
Dental Clinic for Sundays and Holidays (0258-33-9644)	Dentistry　(*Shika)*	(Sundays and Holidays)　9: 00 a.m. - 11: 30 a.m. 1: 00 p.m. - 3: 30 p.m.

Note:
Please call before visiting these facilities. You are requested to wear a surgical mask.
You can get emergency obstetrics and gynecology treatment on Sundays and national holidays provided by a physician on duty for the day.
Please contact the clinic for Sundays, national holidays, and nights (0258-37-1199).
For further information: Clinic for Sundays, National Holidays, and Nights (0258-37-1199)

主な 緊急医療施設	主要紧急医疗设施	General Hospitals available for outpatient emergency treatment	Phone
立川 綜合 病院	立川综合病院	Tachikawa *Sogo Byoin* (General Hospital)	0258-33-3111
長岡 赤十字 病院	长冈红十字病院	Nagaoka *Sekijuji Byoin* (Red-Cross Hospital)	0258-28-3600