



区政府以口译平板终端对应多语言服务。

请在办理手续的窗口咨询。

另外，不同语言的受理时间段也不同。

<https://www.city.taito.lg.jp/kurashi/foreigner/sodan/sodan.html>

对应语言：英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语、越南语、尼泊尔语、菲律宾语（他加禄语）、

泰语、法语、俄语、印地语、印度尼西亚语、高棉语、缅甸语、马来语



时间段请在此扫描确认



请进行健康体检及癌症检查

台东区正在实施健康体检及癌症检查。

为了保护健康，定期体检非常重要。

根据加入的健康保险和年龄，可接受的体检有所不同，请通过下表确认可进行何种体检。请通过下表或右侧二维码确认。



也可从此处访问

1 请进行健康检查

体检名称	对象	预约处
综合健康检查	40 岁以上台东区国民健康保险的加入者、后期高龄者医疗制度的加入者、接受生活保护的人（向对象人士寄送就诊票）	区内指定医疗机构
区民健康检查	没有健康体检机会的，在区内居住的年满 15 岁、未满 40 岁的人	保健服务课 电话或从主页进行电子申请
牙科基本健康检查／ 20 岁的牙科检查	在区内居住的 20 岁、30 岁、35 岁、40 岁至 55 岁、60 岁、65 岁、70 岁、75 岁、80 岁、85 岁的人 （向对象者寄送介绍。）	区内指定医疗机构
青光眼检查	2027 年 3 月 31 日年龄为 60 岁的区民	区内指定医疗机构

2 请进行癌症检查。癌症的早期发现、早期治疗非常重要。

检查名称	对象	预约处
胃癌检查	年满 50 岁的区民，在 2027 年 3 月 31 日为偶数年龄的人	区内指定医疗机构
肺癌检查	年满 40 岁的区民 ※ 可以和综合健康检查一起就诊	
大肠癌检查		
宫颈癌检查	年满 20 岁的女性区民，在 2027 年 3 月 31 日为偶数年龄的人	
乳腺癌检查	年满 40 岁的女性区民，在 2027 年 3 月 31 日为偶数年龄的人	

※ 对象人士将收到就诊票和介绍。就诊期间各项体检有所不同，敬请注意。

【咨询】保健服务课 电话：03-3847-9481

单亲家庭高等职业训练促进贷款事业 “住宅支援资金”

针对“希望就业”“想比现在收入更多”的单亲父母提供无利息的房租贷款。

※在贷款汇款日起1年内就业，或者跳槽到比现在工资更高的单位后继续工作1年，经办理手续可以免除贷款的偿还。

③希望做到以下1～4项中任意一项的人

- 1、未工作的人就业
- 2、跳槽到比现在工资高的单位
- 3、在现在的单位上提高工资（增加工作时间、取得资格证书领取津贴等）
- 4、跳槽到工作稳定的单位（从按日结算的工作跳槽到正式员工的公司等）

还有其他条件。详情请咨询。

住宅支援资金：

上限 70,000 日元 / 月 上限 12 个月

可和其他制度（住居确保给付金）同时享受。

对象：

- ①领取儿童抚养津贴的人
- ②在区政府的育儿支援课接受了计划制定的人

【咨询】

台东区社会福利协议会 生活支援系
电话：03-5828-7547



单亲家庭高等职业训练促进贷款事业

单亲家庭的父母考取资格证书的学校入学金、考取资格证书后就职的准备金可提供无利息贷款。

※自取得资格之日起1年内在东京都内就业，连续5年从事需要该资格的工作，办理手续后可免除偿还贷款。

对象：养育有未满20岁孩子的单亲父母（符合①②的人）

①接受台东区提供的“训练促进给付金”者

②如※中描述的有可能免除还款的人

其他还有要求，详情敬请咨询。

入学准备金：500,000 日元以内（入学金、教材费、交通费等）

就职准备金：200,000 日元以内（搬迁费、制服费、购买通勤所需物品的费用等）

【咨询】

台东区社会福利协议会 生活支援系
电话：03-5828-7547



欢迎参加町会活动！

“町会”是旨在和地区的人进行交流，创建安全宜居城市而开展活动的居民组织。欢迎参加町会活动！町会开展以下活动。

目 的	活 动
困难的时候大家一起帮忙	日本是地震多发的国家。大雨等灾害也在增多。和附近的邻居建立良好的关系非常重要，以便在遇到困难的时候，无论是日本人还是外国人都能伸出援手。
针对灾害时的练习 (防灾训练)	为了应对灾害（地震、台风等），有的町会进行安全逃跑的练习。请一起参加练习吧。
针对灾害时的准备	有的町会会准备各种物品，如水、食物、自来水停水时也可使用的厕所等。
孩子的安全	为了让大家每天能放心上学，町会的人会站在路上检查安全。
城市的安全 (防犯巡逻)	为了防止发生事故和犯罪，町会的人会在街上行走，检查是否安全。有事故时将通知大家。
建设美丽的街区	地区清扫、再生利用、资源回收等
庆典等活动	有盂兰盆舞和庆典的神輿、正月的捣年糕、运动会等各种活动。

任何人均可参加，敬请向邻居等询问。也可咨询区政府。

【咨询】区民课 电话：03-5246-1122

【咨询时间】星期六・星期日・节假日・年末年初除外的 8:30～17:00（有另外记载时除外）

关于儿童俱乐部

儿童俱乐部是小学生放学后玩耍和生活的场所。
可利用至下午 6 点。(如有延长, 则至晚上 7 点)

对象为居住在台东区内的小学生, 放学后没有
监护人的儿童。

2026 年度的利用申请可随时受理。

设有定员, 满员时需要等候。

详细情况敬请咨询。

【咨询】儿童・青少年育成课 儿童担当

电话: 03-5246-1235

关于儿童馆

儿童馆是为 18 岁以内的儿童及其监护人设立的设施。设有游戏室和图书室, 可以快乐玩耍。

利用时间为上午 9 点 30 分至下午 6 点。星期日和节假日 (5/5 除外) 休息。

名 称	地 址	电话号码
千束儿童馆	台东区千束 3-20-6	03-3874-1714
玉姬儿童馆	台东区清川 2-22-13	03-3874-6571
台东儿童馆	台东区台东 1-11-5	03-3832-8493
池之端儿童馆	台东区池之端 2-3-3	03-3823-6644
松谷儿童馆	台东区松谷 4-15-11	03-3841-6734
今户儿童馆	台东区今户 1-3-6	03-3876-1656
寿儿童馆	台东区寿 1-4-5	03-3844-8602
谷中儿童馆	台东区谷中 5-6-5	03-3824-4043

【咨询】儿童・青少年育成课 青少年担当 电话: 03-5246-1342

台东区社会福利事业团 儿童课 电话: 03-5603-2229



关于区立幼儿园・认定儿童园・认可保育园的入园

根据希望入园的类型和时期, 申请的方法、条件、
时期有所不同。开始考虑入园后, 请尽早收集信息。

对于有空余名额的幼儿园, 随时接受入园申请。

关于空余名额情况, 敬请咨询。

1 区立幼儿园・认定儿童园 (短时间保育)

3 岁至 5 岁的孩子入园, 一天待 5 个小时左右。有暑假。

4 月入园预定在 11 月上旬开始招募。

10 月下旬左右会发放新年度的募集指南等。也可以
从主页上下载。

【咨询】区立幼儿园: 学务课学事系

电话: 03-5246-1412

认定儿童园 (短时间保育): 学务课儿童园担当

电话: 03-5246-1414

2 保育园・认定儿童园 (长时间保育)

是监护人因工作或生病等原因, 无法在家庭进行保育
时, 代替监护人进行保育的设施。

0 岁至 5 岁的儿童入园, 1 天度过 8 ~ 11 小时左右。

4 月入园预定在 10 月上旬开始招募。

详情请于 9 月下旬左右在主页或窗口确认。

【咨询】保育课认定・入园担当

电话: 03-5246-1234

【咨询时间】星期六・星期日・节假日・年末年初除外的 8:30 ~ 17:00 (有另外记载时除外)

关于国民健康保险

□ 关于国民健康保险制度

- ▶ 在日本居住超过 3 个月的外国人，必须加入国民健康保险等公共保险。未加入任何公共保险的人请咨询。（根据在留资格，也可能无法加入国民健康保险。）
- ▶ 加入手续结束后，将向自宅寄送资格确认书。
- ▶ 请务必在信箱里写上所有居住成员的姓名和房间号。
- ▶ 因疾病或受伤等前往医院时，出示资格确认书或个人编号保险证（作为保险证办理了使用登记的个人编号卡）后，医疗费支付 30% 即可。

□ 有变更时请申报

- ▶ 搬迁和回国时。
- ▶ 加入工作单位的健康保险时。

□ 关于个人编号卡和保险证的一体化

- ▶ 2024 年 12 月 2 日起，个人编号卡和保险证

已一体化。
详情请确认主页。



【咨询】国民健康保险课 资格系
电话：03-5246-1252

□ 请支付保险费

- ▶ 加入手续完成后，将向家中寄送支付保险费的缴纳单。请在期限前在便利店等进行支付。
- ▶ 无法支付时，请务必前往区政府咨询。如无咨询，可能会全额支付医疗费或扣押存款・工资等财产。此外，还可能影响在留期间的更新。
- ▶ 保险费可通过账户转账支付。有需要的人请咨询。

【咨询】国民健康保险课 保险费系
电话：03-5246-1256

介绍台东区消费生活中心

此时敬请商谈！

- ・购物时遇到了困难。
- ・要求支付未买物品的金额。
- ・产品使用时发生事故。

- 咨询对象 居住在台东区的人士
在台东区工作的人士
在台东区上学的学生
- 咨询时间 星期一至星期五
(节假日・年末年初除外)
上午 9 点至下午 4 点

● 咨询方法 来电话咨询或访问消费生活中心。

电话：03-5246-1133
地址：生活咨询课（区政府 9 楼 7 号窗口）
● 免费咨询，守密。

【咨询】
生活咨询课消费者担当
电话：03-5246-1144



也可从此处访问

关于放置自行车的移送・搬离

自行车放置在道路等公共场所时，会影响行人或紧急车辆的通行，同时也有碍市容。

台东区遵照条例，将对公共道路上放置的自行车进行移送・搬离。领取搬离后的自行车时，需支付移送手续费 5,000 日元。

请勿在公共场所放置自行车，停放至专用停车场。

可通过智能手机扫描二维码，确认区营自行车停车场等信息。



每月第 2 个星期日开设窗口， 办理部分业务

时间段：9:00 ~ 17:00

地点：区政府 1 楼

可办理的业务：

- ◎ 户籍申报
- ◎ 住民票、印鉴登记证明书、户籍证明的交付
- ◎ 迁入迁出・国民健康保险加入的申报
- ◎ 印鉴登记・废止
- ◎ 税金・保险费的支付、轻便摩托车的登记等
- ◎ 关于育儿的各种津贴・儿童医疗费补助的申请
- ◎ 个人编号卡的交付・申请等
- ◎ 特别永住者证明书的申请・交付
- ◎ 税金・保险费的缴纳咨询
- ◎ 住民税课税（非课税）证明书等的交付
- ◎ 母子健康手册的交付
- ◎ 销售台东区循环巴士“Megurin”的月票、联票、1 日票

可寻找医院

【电话】

可通过“东京都医疗机构介绍服务 向日葵”寻找医院。

语言：英语、中文、韩语、泰语、西班牙语

时间：9:00 ~ 20:00

电话：03-5285-8181

【网上】

可通过“医疗信息网 NABII”寻找医院。

（英语、中文、韩语）

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp>



也可扫描此处访问

台东区晚上・休息日儿童诊所

对突发疾病经过治疗后能够回家的 15 岁以下儿童进行诊疗。

地址：台东区东上野 2-23-16 永寿综合医院内

※ 请前往 1 楼急救门诊受理处。

电话：03-3833-8381

※ 有时会介绍专门的医疗机构，请事先电话联系。

受理时间：

平日 星期一～星期六（节假日・年末年初等除外）
18:45 ~ 21:45

（诊疗为 19:00 ~ 22:00）

休息日 星期日・节假日・盂兰盆节（8/14 ~ 16）・年末年初（12/29 ~ 1/3）
8:45 ~ 21:45

（诊疗为 9:00 ~ 22:00）



也可从此处访问

每周星期三部分窗口 延长办理业务

延长时间：至 19:00

办理处：【区政府】（台东区东上野 4-5-6）

1 楼：◎ 户籍居民服务课

2 楼：◎ 看护保险课

◎ 高龄福利课 ◎ 残疾福利课 ◎ 国民健康保险课

3 楼：◎ 区民课国民年金系 ◎ 收纳课 ◎ 税务课

6 楼：◎ 育儿支援课 ◎ 保育课

【区民事务所】

◎ 西部区民事务所（台东区下谷 3-1-30）

◎ 南部区民事务所（台东区寿 1-10-12）

◎ 北部区民事务所（台东区浅草 4-48-1）

希望学习日语的人

台东区设有学习日语的志愿者小组。不需要申请和预约。请在小组活动的时间和地点直接前往。详细内容请浏览区网站。

※ 也在招募日语指导人员・工作人员。



详情请确认此处

可对日本的生活提供相关咨询

▶ 外国人咨询窗口

遇到困难或烦恼时，请向“外国人咨询窗口”咨询。

下述日程可直接向咨询员咨询。

语言	咨询日	时间
中文	第 1、第 2、第 3 个星期四	10:00 ~ 12:00
英语	第 1、第 3 个星期四	10:00 ~ 12:00
韩语	第 1、第 3 个星期四	14:00 ~ 16:00

地点：区民咨询室（区政府 1 楼）

【咨询】生活咨询课 区民咨询室

电话：03-5246-1025

【咨询时间】星期六・星期日・节假日・年末年初除外的 8:30 ~ 17:00（有另外记载时除外）

24 小时 365 日均可提问！

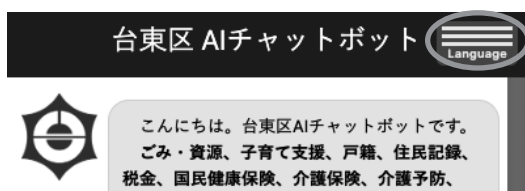
▶使用 AI 聊天机器人

【如何使用？】

① 点击区主页右下角的标记。



② 点击打开的页面右上角的“Language”按钮。
选择语言。



③提问。

对应语言：英语、中文（简体・繁体）、韩国语、越南语、菲律宾语（他加禄语）、尼泊尔语、泰国语、法语、缅甸语、乌兹别克语、印度尼西亚语、俄语、蒙古语、乌克兰语

【咨询】广报课 电话：03-5246-1023

请阅读“台东广报”！



“台东广报”上写有区政府的各种通知。

利用区主页、智能手机的APP“Catalog Pocket”，可用英语、中文（简体）、中文（繁体）、韩语、泰语、印度尼西亚语等各种语言浏览。

※阅读“Catalog Pocket”时请读入二维码，下载APP后查找“台东区”。

【咨询】广报课

电话：03-5246-1021



Android



iOS

区的主页能用各种语言浏览

区的主页能用 109 种语言浏览。

语言：英语、中文（简体）、中文（繁体）、韩语、法语、印度尼西亚语、马来语、泰语等

▶方法

① 按主页右上角的“Foreign Language”键



② 选择语言

【咨询】广报课

电话：03-5246-1021



请浏览 YouTube “台东区官方频道”

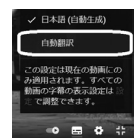
YouTube 上发布有台东区制作的宣传节目（新闻）和视频。可使用 YouTube 的自动翻译功能显示字幕。



① 按下视频右下的字幕按钮



② 从 按钮选择字幕→自动翻译，选择语言



※ 使用智能手机等播放时，仅限英语翻译。

※ 使用 YouTube 的自动翻译功能可能会有翻译不正确的地方。

※ 部分视频可能无法使用自动翻译功能。

【咨询】广报课 电话：03-5246-1041