

奥州市 多语言信息简报 - 2026 年 1 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（1 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

11 日	大岁消化器科骨科 大岁医生	18 日	梶川诊所 梶川医生
12 日	下河边肠胃科诊所 小野寺医生	25 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

地 址： 水泽字多贺21-1

电 话： 0197-25-3935

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）

11 日	高崎齿科	0197-47-4182	前泽字竹泽
18 日	油井齿科	0197-25-7422	水泽袋町
25 日	Forest 齿科诊所	0197-34-3536	水泽花园町

整骨院（诊疗时间为 9:00 ～ 15:00）

11 日	星整骨院	0197-25-3742	水泽福吉町
18 日	高桥整骨院	0197-23-8158	水泽真城字北盐加罗
25 日	古村整骨院	0197-24-4542	水泽字三本木

税金（输入 ID 号码 538 更快捷、更方便查找相关信息）

国民健康保险税（第 7 期）的缴纳期限是：2026 年 2 月 2 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（2026 年 1 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	9 日（周五）	13:00 ～ 15:00
	23 日（周五）	
江刺综合支所市民生活组	14 日（周三）	09:30 ～ 11:30
前泽综合支所市民福祉组	8 日（周四）	09:00 ～ 12:00
胆泽综合支所市民生活组	27 日（周二）	13:30 ～ 15:00

② 人权咨询

本厅（水泽综合支所）市民课综合咨询室	8 日（周四）	13:30 ～ 15:30
	15 日（周四）	
江刺综合支所市民生活组	20 日（周二）	

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	09:00 ～ 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	14 日（周三）	10:00 ～ 16:00
	27 日（周二）	

※ 根据当日预约情况，可能会为您安排其他时间(2026 年 1 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	7 日（周三）	10:00 ～ 15:00
	20 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	21 日（周三）	13:00 ～ 16:00
江刺综合支所市民生活组	7 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

● 一起制作“小绣球”，玩“科学纸牌”游戏！

日 期：1月10日（周六） 11:00 ～ 12:00

参加费：100 日元（材料费） ※ 需另行购买入馆门票。



● 星空观赏会

日 期：1月10日（周六） 19:00 ～ 20:30

内 容：① 科普知识 「2026 年的天文现象」

② 星空观赏会

参加费：免费

■地点・咨询：奥州宇宙游学馆（☎ 0197-24-2020）

举办 DONTO 祭

焚烧正月（*新年）门前所饰的松枝（*门松）、稻草绳（*注连绳）等新年饰物，以祈愿一年无病无灾等。

日 期：1月11日（周日） 早晨 ～ 10:30

※ 温馨提示：请您一定在 10 点半前将新年饰物送到会场。

会 场：江刺 ODORI 公园

内 容：祭神仪式 9:30 ～

其 他：请勿带入不能焚烧的塑料类新年饰物及塑料袋等！

■咨询：奥州商工会议所江刺支所（☎ 0197-35-2514）

通 知

国见平滑雪场对外开放

国见平滑雪场迎来冬季冰雪运动的旺季。12 月 20 日已对外开放。

- 11 个变化繁多的滑雪道让您越滑越有趣，越滑越想滑。
- 适于初学者至上级滑雪爱好者。

这个冬天请一定来我们国见平滑雪场体验一下滑雪运动哦！

开放期间至 2026 年 3 月 22 日（周日）

■咨询：国见平滑雪场（☎ 0197-52-6611），本厅（水泽综合支所）观光设施对策室（☎ 0197-34-2064）



医疗口译人员培训班

您想不想帮助他们？让不擅长日语的外国住民可以用自己的母语在医院安心的接受诊疗。

日 期：2月28日(周六)、3月1日(周日)

会 场：水泽地域交流馆 阿斯比亚

言 语：英语、中文、越南语

对象人士：对医疗口译感兴趣的人士

参加费：免费 ※自己负担购买教材的费用

报名截止至：2月20日(周五)

■咨询・报名：奥州市国际交流协会（☎ 0197-22-6111）

遵守交通规则，安全行驶（输入 ID 号码 2488 更快捷、更方便查找相关信息）

「安全使用自行车的五项规则」

▶ 原则上，自行车在道路上行驶时，要在车行道左侧行驶。

人行道除外，人行道上有行人时，要停车让行人优先通过。

▶ 在交叉路口，一定要遵守交通信号灯指示和停车让行标志，停车后确认好安全再通过。

▶ 夜间骑行，一定要打开车灯。

▶ 禁止酒后骑车。

▶ 为保护您的头部，骑行时请佩戴合适的安全头盔。

奥州市主页上登载着更多详细信息。

■咨询：本厅（水泽综合支所）生活环境课（☎ 0197-34-2342）

【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

