



春夏秋冬

中区城市报 No.61

2026年夏季号 7~9月

发行日期: 2026.7.1

1・4・7・10月发行

●编辑・发行 横浜市中区役所区政推进课 □231-0021 横浜市中区日本大通35 电话: 045-224-8123 传真: 045-224-8214
https://www.city.yokohama.lg.jp/naka/naka-lang/zh-s/ (电子邮件)na-koho@city.yokohama.lg.jp



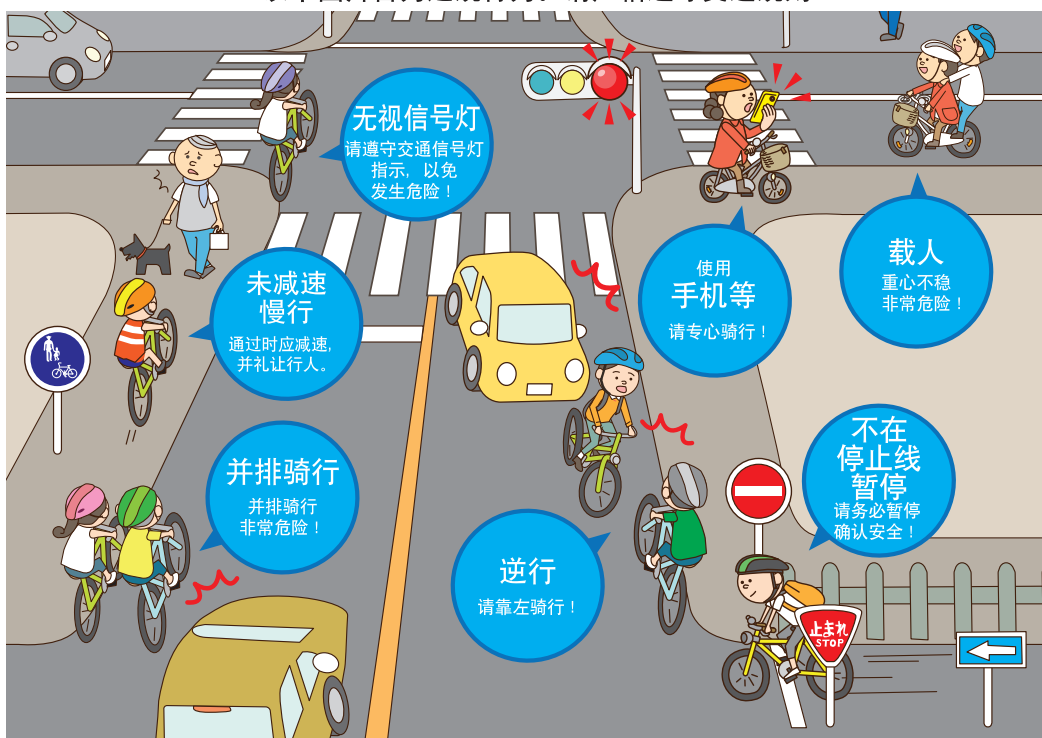
为了能让外国居民与日本居民拥有和谐共处的优良生活环境, 中区正在推进“中区多元文化共生推进行动计划”。
通过多语言城市报的形式, 用中文和英语与您共享行政信息、生活规则、社会制度等与生活息息相关的信息。

活动资讯与生活
信息持续推送中!

自行车违规 也将面临罚款!

骑自行车违反交通规则时, 也会和汽车、机车违规一样被处以罚款。

以下图片皆为违规行为。请严格遵守交通规则!



中区多语言网站

英语版

中文版



蓝色罚单上
有什么?

交通反則告知書

姓名	□	□	□	□
地址	□	□	□	□
时间	□	□	□	□
交通工具	□	□	□	□
违反规定	□	□	□	□

- 上面有姓名、地址等资料的填写栏。
- 写明什么时间、使用什么交通工具、违反了什么规定。

Q 从什么时候开始, 自行车违章也会被罚款?

A 2026年4月起, 自行车也与汽车一样适用交通违规罚款制度。性质恶劣、危险的违规事件将处以罚款。请严格遵守交通规则。

Q 自行车事故发生情况如何?

A 2025年, 中区一共发生104起自行车事故。避免发生事故、避免遭遇事故至关重要。

Q 万一遭遇事故时, 该怎么办才好?

A 骑自行车时如果撞到他人, 将被视为交通事故, 并有义务报警。请立刻报警。即使对方表示没事, 也请务必报警。

Q 自己应该先做好哪些事呢?

A 骑自行车时, 请佩戴头盔。骑自行车的人有义务投保。以防万一, 请务必购买自行车保险。另外, 检查自行车状况也很重要。上路前, 请确认刹车、轮胎、车灯等是否正常。

警察
为您解答!



加贺町警察署 交通课
岛田 警部补

自行车应该注意的标志有哪些？（代表性标志）



一时停止
(必须完全停车，
并确认周围安全后
再继续行驶)

设有停止线时，必须在停止线前完全停车，确认周围安全后方可通行。



车辆禁止通行

该标志表示禁止所有车辆通行，包括自行车。



自行车及行人专用

指仅供自行车和行人通行，其他车辆禁止通行的道路。



自行车禁止通行

该标志表示禁止自行车通行。

为提高安全性，
采用夜间也容易
看清的材料等
进行改进。



禁止车辆进入

该标志表示禁止车辆进入，一般设置在单行道的出口处。



单行道

自行车和车辆只能沿箭头方向行驶。



行人专用

此处仅限行人通行。
自行车请下车推行。



自行车专用

仅限自行车通行，如自行车道等。



骑自行车载儿童的规则

- 必须安装专用座椅
- 骑行人员须年满16岁
- 限载2名学龄前儿童 ※不得载小学生

为了孩子的安全请遵守载人规则。



一人坐在幼儿专用座椅上，
另一人由家长背着。



将2名幼童同时坐在
幼儿专用座椅上。



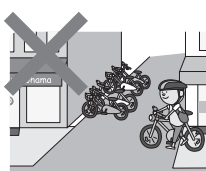
禁止将幼童抱在胸前。

自行车必须停放在指定地点。

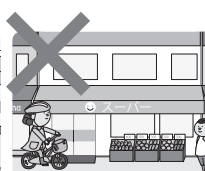
乱停放自行车属于违规。
即使只是短时间停放，也请停放在指定地点。

■ 您是否这样停放自行车？这些都属于违规停放。

反正大家都停在这里，
应该没关系吧。



买东西时，
停一下应该没关系吧？



停在自己家门口，
应该没关系吧。



■ 横滨市内，部分车站周边被指定为“禁止停放自行车等的区域”。在该区域内停放的自行车等，将被移送至保管场所。在保管期间需要缴纳保管费用。保管期限为2个月。如未在期限内前来领取，将予以处理。



请注意！做好防范，自我保护！

◆ 谨防自行车被盗

中区加贺町警察署辖区内，2025年共发生38起自行车失窃案，多数因未上锁导致。即使短时间离开，也请务必上锁！

◆ 谨防冒充警察诈骗

近期多发冒充警察官骗取罚款的诈骗案件。
如需缴纳罚款，警方会开具缴款单，不会要求当场支付！
请注意！

请随身携带在留卡

在日本居住3个月以上的16岁以上外籍人士，必须随身携带在留卡。
遇到警察要求出示在留卡却未能出示的，将被处以罚款。

注意 护照不能代替在留卡，
请注意。



关注本地区的防范信息！

神奈川县警察
官方APP

Kanagawa Police



可在手机上随时查看警方发布的信息。

- ◆ 在地图上查看事件和事故信息！
- ◆ 报警功能！
- ◆ 可随时与家人共享位置信息！

下载▶



自动推送
防范信息！

中区 安全安心邮件

通过电子邮件发送中区内发生的街头犯罪等
防范信息

- ◆ 发送时间 随时发送区内4个警察署提供的
防范信息
- ◆ 发送单位 中区役所地区振兴课 邮件订阅▶



欢迎注册

为了安心度过夏天，提前掌握急救判断知识

● 注意夏季身体不适，谨防中暑

每到夏天，因中暑或脱水等呼叫救护车的患者会增多。即使不觉得口渴，也应频繁补充水分。如发现身边的人反应异常或与平时不同，可能已出现严重中暑，请立即拨打119。

● 呼叫救护车时，可以用多种语言沟通。

119是呼叫消防车和救护车的电话。拨打119呼叫救护车无需付费。使用外语拨打119时，可由口译人员协助通报人（您）与消防人员沟通（支持语言：英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语）。此外，救护人员配备支持15种语言的翻译软件，即使日语不太熟练，也能顺利沟通。

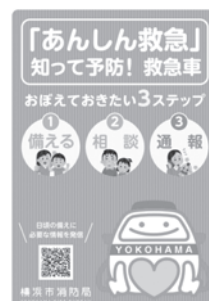
● 遇到困难时的实用小册子

当遇到突发受伤、生病或不确定是否需要呼叫救护车等情况时，可在“安心急救小册子”中获取相关实用信息。

小册子可从网页下载。

（支持语言：英语、中文、韩语、越南语）

< 中消防署 警防课 TEL:045-251-0119 >



▲ 安心急救小册子
下载

中区国际交流处：初级日语教室

本教室除了学习日语以外，也会带领学员了解日语的学习方式、签证、工作和学校。上课期间会有日语老师、以及可提供中文与英语咨询的工作人员。

■ 日期：8/25（周二）开课，共计10堂课，每周星期二、四上午10点30分～12点

■ 对象：原则上须为在中区居住、就业或就学，年满18岁以上，需要学习基本日语的人士

■ 费用：2,500日元 ★ 中区承担了部分费用

■ 适用等级：入门

■ 人数上限：6人

■ 开始受理报名日期：7/23（周四）10点起，额满结束。

■ 报名方式：电话(045-210-0667)或来馆报名，依报名先后顺序录取。在中区居住、就业或就学者优先。

■ 会馆开馆时间：9点15分～17点 休馆日：星期日、法定节假日、年末年初

< 中区国际交流处 TEL: 045-210-0667 >



外国人的所见所闻

日本的生活与文化

在日本生活，防犯要从不经意的“生活感”做起

日本一般被认为非常安全，实际上生活中也常常会这么觉得。

然而太过习惯这种安心感时，有时会放松警惕。在日本生活的心得就是防犯不能只依赖设备。

我在3年前搬到约有700户的大型团地（社区）。一开始来到这里时，总觉得“气氛莫名令人安心”，入住之后我才慢慢得知其中的理由。这个社区并非由每一户个别采取防犯，而是将防犯意识自然落实到整体地区的气氛中。

居民们会定期除草，安排夜间巡逻，也会通过孩子们的活动或在传阅板中共享资讯。

在这样的日常生活中，人们的氛围和连结也感觉特别柔和。对于可疑人员来说，这样的地方或许很难闯入。一旦有可疑人物进入，很容易就会被发现，住在这里会有这样的安心感。

出门时锁好门、信箱随时清空、稍微留意访客以及和邻居们打声招呼。在门口放盆小花，感觉就像是婉转表达“这里有人住”的讯息。

中国有句俗话“不能自扫门前雪”，防犯也是一样，最重要的是也要稍微多留意一下周遭。生活中多一点温暖，这样或许才是最自然的防犯之道吧。

（中区国际交流处工作人员）

国际服务员 区役所2楼

（中文）8:45～15:45 （英语）10:00～17:00

在区役所办理手续时，可为您提供口译及文件填写等方面的支持。如果您对使用日语办理手续感到不安，请到窗口向工作人员求助，工作人员会为您联系国际服务员。

这可怎么办！疑问解答

Q&A



Q

别人给了我一辆自行车，
需要办理手续吗？

A

根据法律规定，自行车必须进行登记。

可在自行车店或大型商店（ホームセンター）等指定登记点（防犯登録所）办理手续。

● 自行车登记手续是否免费？

并非免费。在神奈川县（包括横滨市），登记费用为700日元，有效期为7年。

● 办理自行车登记手续需要哪些材料？

- 待登记的自行车
- 本人身份证明文件（在留卡、护照、驾照等）
- 任何一种证明自行车取得来源的文件例如：自行车保修单、转让证明书（包括转让人的住址、姓名、签名，受让人的住址、姓名，转让日期、自行车信息以及注明已转让的书面材料）
- 登记费（700日元）



▲ 神奈川县
自行车防犯协会
官网

第3期中区多文化共生推进行动计划开始啦！

计划期间：2026年度～2030年度

Vision

中区——让差异成为力量的社区

中区居住着来自不同国家、拥有不同背景的人们。在文化、思维方式等方面存在着许多“差异”。我们将珍视这些“差异”，共同努力将其转化为中区的力量与魅力。

支柱1

在中区 共同生活



协助外国人在中区开始新生活。营造良好的环境，以便外国人能够尽早适应日本的生活。

中区举措的内容

以各国语言提供
区役所和日常生活的信息

提供信息，倾听咨询，
让大家能够安心生活

提供协助，
让大家能够学习日语

支柱2

彼此充分了解



为了让大家能够在同一社区共同生活，我们会致力于居民之间的顺畅沟通。此外，我们还会做出努力，让大家彼此充分了解

中区举措的内容

帮助大家充分地了解
日本文化和规则

让区民更多地了解
多文化共生

大家一起交谈，一起做活动，
以便更好地了解彼此。

支柱3

通过多元文化 打造全新魅力



外国人作为支撑社区的群体发挥着积极作用。

在多元文化中创造全新魅力。

中区举措的内容

多元文化交融，
构筑中区的非凡魅力。

提供协助，
让外国人发挥所长。

什么是多文化共生推进行动计划？

多元文化共生是指，“不同国籍、民族的人们，在相互尊重彼此文化差异、努力建立对等关系的基础上，作为地区社会的一员共同生活”。

中区居住着许多外籍居民，近年来人数持续增加，多元文化共生在地区社会中的重要性也不断提升。为此，中区致力于打造一个不论国籍或背景，人人都能安心生活并保持自我的社区。

第3期行动计划在进一步推进第2期基本目标“完善基础性支援”和“加强与地区的联系”的基础上，以“促进外籍居民发挥作用并创造新的魅力”为支柱加以推进。

※摘录自总务省2006年3月的《推进多元文化共生的相关研究会报告书》



▲如需进一步了解
多文化共生推进计划，
请扫描二维码查看

支持多国语言的生活资讯网站

了解生活中的规定、防灾资讯、儿童资讯、健康资讯等生活所需的重要资讯。可选择使用简单的日文、英文、中文、尼泊尔文、越南文、泰文查看资讯。



连结外国人与地区社会的据点 中区国际交流处

中区国际交流处可为外国人提供生活资讯、受理咨询，并以多国语言实施指导。除此之外，也举办日语教室、派遣推动地区多元文化共生的口译志愿者，以及培育与外国有渊源的儿童与年轻人等，作为中区多元文化共生的据点，扮演着连结外国人与地区社会的重要角色。

横滨市中区日本大通35 中区役所别馆1楼
TEL: 045-210-0667 MAIL: nakalounge@yoke.or.jp
开馆: 星期一～星期六 9:15～17:00
休馆: 星期日、法定节假日及年末年初（12/29～1/3）

< 多语言城市报分发点正火热招募中。 > 如有经常接待外国人的店铺、医院、设施等需要该城市报，请联系我们安排邮寄

● 下期将在10月1日发行。