



# 春夏秋冬

中区城市报 No.56  
2025年春季号 4~7月  
发行日期：2025.4.1  
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



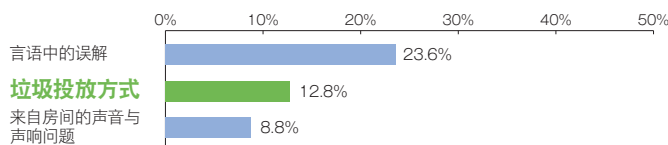
为了能让外国居民与日本居民拥有和谐共处的优良生活环境，中区正在推进“中区多元文化共生推进行动计划”。通过多语言城市报的形式，用中文和英语与您共享行政信息、生活规则、社会制度等与生活息息相关的信息。



## 遵守垃圾投放规则，打造舒适生活！

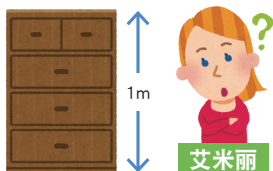
你是否曾经为垃圾的分类和投放方式而感到困惑？在中区生活的许多外国居民都将“垃圾投放方式”列为他们生活中常遇到的困扰之一。让我们一同了解正确的垃圾投放方式，以确保大家都能在舒适的环境中生活。

### 与日本人一起生活时遇到困扰的经验(外国籍居民)



(摘自2024年度中区居民意识调查报告)

## 了解如何处理大型垃圾！



艾米丽因为要搬家，想要处理一个衣柜，但她不知道该如何投放，因此感到困惑。

### 什么是“大型垃圾”？

最长边达到以下标准的物品即为“大型垃圾”：金属制品30cm以上，其他材质(塑料制品、木制品等)50cm以上。但是，即使符合尺寸标准，有部分的垃圾市政府不予回收。⇒P2



#### 1 确认是否可以作为大型垃圾投放！

衣柜是木制的，最长边超过50cm，所以可以作为大型垃圾投放！



#### 2 申请投放！

通过互联网申请更加方便！支持多语言，24小时均可申请。按照指引选择投放地点、物品类别、收集日和支付方式。

我决定在4月30日将其投放在“家庭垃圾集中投放点”！支付方式选择电子支付！



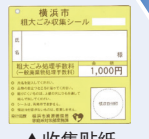
#### 3 支付费用！

通过互联网、聊天窗口、LINE申请时，可以使用电子支付(信用卡、PayPay)。请在收集日的三天前完成支付。



#### Point

如果通过电话等申请，请前往市内的金融机构、邮局或便利店购买收集贴纸。



▲收集贴纸

#### Point

投放大型垃圾需付费，并且必须提前申请。从申请到收集大约需要2周时间，请提前规划后再进行申请。

Point 申请方式除了互联网外，还有其他途径可选。



▲互联网申请(支持多语言)



▲聊天窗口(日语)



▲LINE

电话申请 (支持多语言) ▶从普通固定电话等拨打(全国统一接入号码)  
TEL:0570-200-530  
▶从手机或IP电话等拨打  
TEL:045-330-3953

受理时间 周一至周六(岁末年初除外，节假日仍可受理)  
8:30 ~ 17:00

#### 4 请将受理编号写在长宽各10cm以上的纸张上，并粘贴在大型垃圾上。

请将受理通知上标明的6位编号写在纸张上，并使用胶带等贴在大型垃圾上。

#### Point

如果使用收集贴纸，请将收集贴纸贴在大型垃圾上。

确保四个边贴牢



#### 5 投放大型垃圾！

请在收集日当天上午8点前，将垃圾投放在申请时指定的地点。



我决定在4月30日上午8点前将垃圾投放在“家庭垃圾集中投放点”！

# ▲横浜市不回收的垃圾!

电视、空调、洗衣机和烘干机、冰箱和冷冻柜、电脑依据法律规定，不能作为大型垃圾丢弃。需要按照以下方式回收处理。

## 〈处理方法〉

### 方法①


可联系购买该商品的店铺或在购买新商品时向店铺要求上门回收。回收费用请咨询相关店铺。

此外，也可以支付一定费用，通过横滨家电回收推进协议会回收。


### 方法②

可以先在邮局付费，然后自行将物品送往指定回收地点。关于指定回收地点，请参阅官网。


**不可作为大型垃圾投放的物品**




电视




空调



电脑



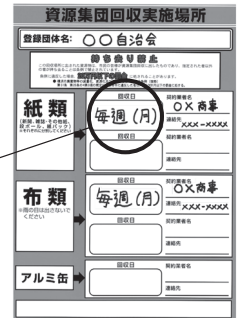
洗衣机和烘干机



冰箱和冷冻柜

电脑需要通过各电脑制造商或电脑3R推进协会进行回收。

详情在这里▶



回收日

▲蓝色贴纸

# 你是否烦恼于如何处理纸箱等废弃物品?

废纸(如纸箱、报纸等)由与地区团体合作的民间回收企业进行回收。

〈回收日〉请通过回收地点的蓝色贴纸确认回收日。如果找不到蓝色贴纸，请询问当地居民，或联系资源循环局 中事务所。

〈资源循环局(资源循环局)中事务所 TEL:045-621-6952 Email: sj-nakaj@city.yokohama.lg.jp〉

〈丢弃方法〉请按类别整理，并使用纸绳或塑料绳等捆绑。



即使下雨也可以投放



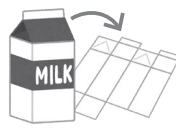
〈报纸〉

可与传单一起丢弃



〈纸箱〉

请将粘性胶带去除。胶带作为可燃垃圾处理



〈纸包装盒〉

请用水清洗，晾干后，按大小整理捆绑

垃圾及资源物的分类和处理方式有疑问时，使用这个小册子会很方便!



(日语)

# 再次确认! 垃圾投放的基本规则

□ 请在收集日当天上午8点前，将垃圾放置在指定的集中投放点。

禁止在收集日前一天或回收后投放，否则可能导致火灾隐患或被乌鸦等动物弄乱。

□ 请按类别将垃圾放入透明或半透明垃圾袋中后再投放。

□ 垃圾和资源物的收集日根据居住地区而有所不同，请按正确的日期分类投放。

收集日的信息可在集中投放点的公告或官网查询。

如果未分类或投放错误的物品，垃圾将不会被回收。



▲官网(日语)

## 垃圾分类遇到困难?

请使用横浜市垃圾分类词典“Mlctionary”进行查询。



横滨市资源循环局吉祥物 伊欧·咪欧



Mlctionary 官网



应用程序 iPhone版



应用程序 Android版

# 塑料垃圾的分类投放方式有了新变化!

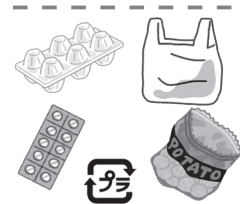


不仅是带有“塑料标志”的物品，之前作为可燃垃圾回收的“纯塑料制品”，现在也可以在“プラスチック资源(塑料资源)”垃圾收集日投放。

◀(日语)

**可在“塑料资源”收集日投放的物品**


塑料制容器包装 (与以往相同)



请认准此标志!

塑料制品 **NEW!**

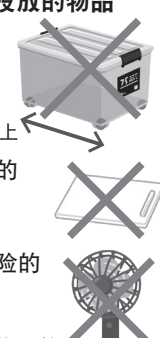
最长边小于50cm的纯塑料制品



烹饪器具、厨房用品、户外用品、洗漱用品等

**禁止投放的物品**

- 超过50cm的物品
- 50cm以上
- 厚重且坚硬的物品 砧板等
- 具有起火危险的物品 使用电力或电池驱动的物品等



# 资源循环局 中事务所 所长的建议!

在全球范围内，“海洋塑料垃圾”已成为重大问题。其中，随意丢弃的垃圾或被乌鸦等动物弄乱的垃圾，最终从陆地通过河流流入大海，成为污染源之一。为了防止垃圾从中区流入海洋，请在投放垃圾时覆盖防飞散网等。感谢您的配合! 如果对垃圾处理有疑问，请咨询中事务所。



资源循环局 中事务所 松本所长

若问询处未针对答疑特别写明，则表示对应语种仅为日语。

## 5月31日是“世界无烟日”

吸烟会导致生活习惯病、肺癌等严重健康问题。此外，二手烟还会对周围人的健康产生不良影响。

为了自己、为了孩子、为了周围的人，趁此机会开始无烟生活吧！

更多关于禁烟措施在这里▶

<中区役所福祉保健課  
(福祉保健課)>

TEL: 045-224-8332 >



(日语)

## 全民运动体验会

无论年龄、性别、有无残疾、国籍等，任何人都可以轻松参加的全民运动体验会将举行。此外，还计划销售由残障人士设施提供的面包、点心和杂货。

【体验项目】硬地滚球、梯子投球等

时间：6月1日(周日) 11:00 ~ 15:00

会场：大さん橋ホール(大栈桥大厅)  
(横浜市中区海岸通1-1-4)

费用：免费

<中区役所地域振興課(地区振兴课)>

TEL: 045-224-8137 >

## 编辑后记

“我不知道我们地区的垃圾收集日！”这时候可以向邻居询问，但可能会觉得有点不好意思吧。其实，邻里关系的第一步就是从“打招呼”开始！尝试主动说一句“你好”吧。与邻居建立良好的关系，不仅可以使日常生活更便利，在灾害发生时也更容易互助合作。此外，如果你发现外籍邻居对垃圾分类感到困惑，请友善地告诉他们正确的方法。

## 你知道吗？

### “外国人居民生活指南”海报

在便利店、邮局、语言学校等区内约50个地点，都张贴了右侧的海报。(英语、中文、泰语、越南语、尼泊尔语)

通过智能手机等扫描海报上的二维码，即可访问“外国人居民生活指南”网站，获取在日本生活所需的信息。

看到海报时，记得阅读哦！



### “外国人居民生活指南”新增内容！

由中区国际交流处制作的“外国人居民生活指南”，涵盖了行政信息、垃圾分类等基本内容，以及地区活动、日语教室等各种信息。此次新增了税金、保险等社会制度，以及儿童和学校相关的介绍视频，欢迎查阅！

相关页面在这里▶



国际服务员 区役所2楼  
(中文) 8:45 ~ 15:45 (英语) 10:00 ~ 17:00

介绍区役所业务、担任窗口翻译、协助填写办理各类证明的申请表等。对于用日语办理手续感到不便的人，可向国际服务员求助。

## 这可怎么办！ 疑问解答



## 担心生活噪音引发邻里纠纷。有哪些预防措施？



有些日常生活中的声音自己可能不会在意，但可能会让邻居感到噪音困扰。在日常生活中注意控制音量，多加体谅周围住户，可以有效预防纠纷。

### 脚步声等

- 请尽量避免奔跑或跳跃，以防影响楼下住户。
- 建议铺设地毯或穿拖鞋。
- 开关门时请轻手轻脚。可以使用缝隙胶条等缓冲材料来降低声音。

### 室外机、热水器的噪音

- 注意安装位置，并定期检查和维护，避免产生异常声响。
- 可使用隔音、防震物品也能起到良好效果。

### 家电的噪音

- 使用吸尘器、洗衣机等家电时，请注意使用时间。(请在深夜或清晨等安静时段使用)
- 洗衣机应放置在合适的位置，并在地面铺设消音垫，以减少噪音。
- 电视、音响设备请调整至适当音量，避免声音外传。建议使用头戴式耳机或入耳式耳机以降低噪音影响。

### 传单“注意居住环境的噪音”



以插图形式清晰介绍不同类型的噪音及应对措施。可在官网下载，欢迎参考。



(日语)



# 尽享日本的赏樱乐趣!

不出去走走吗

**赏**樱是日本春季的一大乐事。随着天气变暖，春天成为外出游玩的最佳季节。前往著名的赏樱景点或樱花附近的公园，尽情欣赏美景吧!



## 根岸森林公园(根岸森林公园) (横浜市中区根岸台)

这是一个由赛马场遗址改建而成的大公园，也是横浜著名的赏樱胜地之一。从草坪广场通往的山丘上有了约400棵樱花树连绵绽放，在樱花盛开时，游客可以尽情欣赏樱花美景。您可以在广阔的草坪上放松休息、享受野餐，悠闲地度过美好时光。

入园免费，公园内还有许多值得一看的景点，非常适合散步游览。



## 大岡川(大岡川)

沿着大岡川，道路两旁排列着一整排樱花树。樱花盛开时，繁茂的花枝垂落在河面上，形成一幅美丽的景象。除了在河边步道或桥上欣赏风景，还可以乘船沿河赏樱，从不同角度感受别样的魅力。

通过中区 X(原 Twitter)  
发布樱花的最新信息! ▶



(日语)

## 附近公园也能赏樱!



## 使用“中区公园地图指南”查找赏樱地点!

中区公园地图指南是一份介绍中区各公园的地图，附带照片。提供日语、英语、中文、韩语四种语言版本。

地图上清楚标注了可以赏樱的公园，方便您轻松找到最佳的赏樱地点!



可在官网下载▶

## 外国人的所见所闻 日本的生活与文化



## 一些小小的误解

刚到日本时，「すみません」这个词让我感到非常困惑。虽然在日语教科中学到了「すみません」是带有感谢和道歉两种含义的词，但当真的在实际生活中遇见它时，还是让我深感不解。比如，在被人让座时，我会带着感谢的心情说：“ありがとうございます。”但我也常常看见人们会说：“すみません。ありがとうございます。”这样的表达让我感到困惑——这是在道歉还是郑重地道谢？而在其他的生活场景中，也会有人在重复地说着“すみません”。

刚开始，我觉得日本人是否过于谦逊了？我是不是也需要和他们一样一直把「すみません」挂在嘴边？在被说了すみません时，让我感到仿佛是自己无意间欺负了对方

似的，很不适。一直到我逐渐开始可以流利地用日语交流时，我带着这个疑问去询问了我的日本朋友。而我得到的回答是“我们并不是在道歉，只是一种打招呼的礼貌用语而已。”我将信将疑地带着这个回答再一次翻阅了词典，上面果然写了“打招呼的时候也可使用”。原来是这样！在那一瞬间，我不仅“第一次”明白了这句话的含义，还深刻地体会到了日本文化。

如果隐藏在心里，可能会造成误解不说，还会让自己一直带着先入为主的观念去看别人。我很庆幸自己鼓起勇气去确认了，也通过这件事明白了，认真地理解每个语言是很重要的。 (中区国际交流处的工作人员)

## 不可不知的 日本文化!

## たんご せつく 端午の節句

介绍季节活动及其相关食物和装饰等

5月5日**端午の節句**(端午节)是日本祈愿男孩健康成长的传统节日。如今，这一天被定为法定节假日“儿童节”，无论男孩女孩，人们会在这一天祈祷孩子们的健康成长。

在端午の節句这一天，人们会在家门外悬挂色彩鲜艳的“**鯉のぼり**(鲤鱼旗)”。这源自于“鲤鱼跃龙门”的传说，人们相信鲤鱼能逆流而上化为龙，因此鲤鱼旗象征着飞黄腾达、事业有成。一般常见的鲤鱼旗为红色、蓝色、黑色，它们随风飘扬，宛如在空中畅游。这一景象甚至还被写入了日本有名的童谣之中。

在日本，端午节的习俗还包括食用**柏餅**和**ちまき**(粽子)。柏餅是一种用柏树叶包裹的年糕，由于柏树的旧叶在新芽长出前不会掉落，因此象征着家族兴旺、子孙绵延。此外，菖蒲泡澡也是端午节的传统习俗，人们会在浴池中放入菖蒲叶，相信这样能驱邪避灾。还可以享受菖蒲的清新香气，令人心情愉悦，不妨试试。



▲鯉のぼり



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、机构等需要该城市报，请联系我们安排邮寄。下期将在7月1日发行。