

使う場面	元の単語	やさしい日本語
共通	所得	もらったお金から、そのために使ったお金を引いたもの。働いてもらったお金。給料。
	申請	役所をお願いすること。
	生年月日	誕生日
	世帯	同じ家に住んでいて、同じお金で生活している人たちのこと。
	相談	わからないことを聞くこと。
	代理人	あなたの代わりに手続きする人。
	庁舎	区役所などの建物
	同上	上と同じ。〇〇と同じ。
	督促状	払わなければならないお金を払わなかった人に、区役所が送る手紙。法律で決められているもの。
	届出人	区役所に来た人。書類を書いた人。
	納期限	税金や保険料などをいつまでに払わなければいけないか。その日にち。
	納付	税金や保険料などを納めること。支払うこと。
	納付書	税金や保険料などを払う時に使う紙。
	扶養	家族の生活を支えること。サポートすること。
	本人	自分
本人確認書類	自分の名前や生まれた日を書いたもの（在留カード、パスポート）。	
窓口	区役所や病院などで、手続きや相談をするところ。	
区民 事務所	異動年月日	引越した日
	印鑑登録	あなたのはんこを役所に知らせること。
	戸籍	日本人の家族の情報（生まれた年、月など）。
	婚姻届	結婚するときに役所に出す紙。
	死亡届	人が死んだときに役所に出す紙。
	住民登録	住んでいる場所の住所で 住民票を作ること。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
区民 事務所	住民票	あなたの住んでいる住所を証明する（わかるようにする）書類（紙）。
	出生届	子どもが生まれたときに役所に出す紙。
	世帯員	同じ世帯で世帯主ではない人。
	世帯合併	世帯主を1人にして他の人を「同居人」や「妻」「子」にすること。
	世帯主	世帯を代表する人。
	世帯主変更	世帯主をちがう人にする事。
	世帯分離	それぞれを世帯主にすること。世帯をわけること。
	通知カード	あなたのマイナンバーが書いてある緑色の紙。
	続柄	家族の関係（父、母、子など）
	転居	北区の中で引っ越すこと。
	転出	北区の外に引っ越すこと。
	転入	北区の外から引っ越してくること。
	マイナンバーカード	顔写真がついたプラスチックのカード。申し込んだ人がもらえる。
	離婚届	結婚をやめるときに役所に出す書類（紙）。
税金	在留カード	90日以上日本にいる外国人が持つカード。入国管理局でもらえる。
	確定申告書	1年間にももらったお金や使ったお金を国や役所に教える書類（紙）。
	給与明細	月の給料がくわしく書いてある紙。会社でもらえる。
	軽自動車税	バイクや軽自動車（黄色いナンバーの車）を持っている人が北区に払う税金。
	源泉徴収票	1年間にももらった給料と、払った税金を書いた紙。会社でもらえる。
	固定資産税	家や土地を持っている人が東京都に払う税金。
	所得税	所得があった人が国に払う税金。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
税金	生計	生活するための方法（お金を稼いで物を買う）。
	送金関係書類	家族にお金を送った証明書。
	課税（非課税）証明書	あなたの前の年の所得と、北区に税金をいくら払ったかを書いた紙。
	特別徴収	会社が社員から住民税を集めて払うこと。給料から引かれる。
	特別区民税・都民税（住民税）	1月1日に北区に住所がある（あった）人が北区に払う税金。
	納税通知書	税金や納期限が書いてある紙。
	納付案内センター	住民税等の支払いについてお知らせするところ。
	納付相談	住民税の払いかたについて相談すること。
	賦課	あなたの税金がいくら決めること。
	普通徴収	住民税を（会社から引かれなくて）自分で払うこと。
	分割納付	住民税を分けて払うこと。
	申立て	してほしいことを役所に伝えること。
	特別区民税・都民税納税証明書	あなたの前年の所得と北区に税金をいくら払ったかが書かれた紙。
保険・年金	限度額適用認定証	病院の窓口で出すカード。払うお金が安くなる。
	高額療養費	1か月の医療費が限度額を超えた場合に超えた分のお金が後でもらえる。そのお金のこと。
	後期高齢者医療制度	75歳以上のおとしよりは病院のお金が安くなるしくみ。
	被保険者証（後期高齢者医療制度）	後期高齢者医療制度に入っていることを証明する紙。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
保険・年金	高齢受給者証	健康保険に入っている70歳から74歳の人がもらう紙。病院などでお金をどれくらい払うか書いてある。
	国民健康保険	病気やけがのときに、病院で払うお金が安くなるしくみ。会社で入っていない人は入る。
	国民健康保険証	国民健康保険に入っていることを証明するカード。
	国民健康保険料	国民健康保険に入っている人が払うお金。
	納付書（国民健康保険・国民年金）	国民健康保険料・国民年金保険料を払う時に使う紙。
	口座振替	銀行口座から自動で保険料を払うこと。
	国民年金	日本にいたら、20歳からみんな入る制度。としをとったり、障害を負ったときにお金がもらえる制度。
	国民年金保険料	国民年金に入っている人が払うお金。
	厚生年金	会社で働いている人などが入る年金。
介護	介護保険	みんなでお金を出し合って、おとしよりや病気の人のお暮らしを支える制度。40歳以上の人は全員入らなければならない。
	介護保険被保険者証	介護サービスを受けるときに使う紙。65歳になるともらえる。
	介護保険負担割合証	介護サービスを受けるときに、どのくらいお金を払うか書いてある紙。毎年新しいものが家に届く
	介護保険料	介護保険を支えるために、40歳以上の人が払うお金。
	給付制限	介護保険料を、長い間払わなかったら、もらえる介護保険料が少なくなる。
	居宅サービス	自宅に来てもらったり、通ったりする介護サービス

使う場面	元の単語	やさしい日本語
介護	ケアプラン	介護サービスの計画（どのサービスをどのくらい使うか）。ケアマネジャーが作る計画。
	ケアマネジャー	本人や家族などと一緒に、おとしよりなどの生活についての仕事をする人。
	施設サービス	介護の専門の施設に入って受ける介護サービス。
	督促・催告	介護保険料を、決められた日までに払わなかったときに、お金を払うように、手紙を送ること。
障害福祉	納入通知書	1年間に払う介護保険料が書いてある手紙。区役所が65歳以上の人に送る。
	要介護（要支援）認定	介護サービスを利用するために必要な手続き。
	更生医療	身体障害者手帳をもっている人が、手帳に書いてある障害を、病院でみてもらうこと。
	指定医	診断書・意見書を書くことのできるお医者さん。
	障害者手帳	障害者がもつことができる手帳（ノート）。
	自立支援	障害を軽くしたり治したりするためのお金を安くすること。
	身体障害	からだに障害があること。
	精神障害	心の病気があって生活が難しいこと。
	〇〇手当	役所からもらえるお金。
	難病	治すことが難しい病気。
	慢性	病気が治りにくく、長く続くこと。
	学校	移動教室（校外教室）
遠足		先生と一緒に皆で学校の外に出かけること。
学童保育		親が働いている小学生を、学校が終わった後も預かってくれるところ。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
学校	学区域	決められた学校に通う子どもたちが住む地域。
	給食	学校が用意する昼ご飯。
	教育総合相談センター	いじめ、不登校などで困った時に話を聞いてくれるところ、力を貸してくれるところ。
	区域外就学	北区ではないところに住んでいる子どもが、北区の公立学校に通うこと。
	下校	学校から帰ること。
	指定校	住んでいる場所によって通うことが決まる北区の小中学校。
	指定校変更	理由があって、決められた学校ではない学校へ通うこと。
	就学援助	お金がなくて学校に行けない子どもを助けるしくみ。生活に困っていて、学校に通うことが難しい子どもの親を、北区が助けること。
	就学申請	外国人の子どもが北区の学校に通うために北区の区役所に紙を出すこと。
	宿泊事業	学校ではない場所に宿泊をして（泊まって）勉強すること。
	通学路	学校へ行くとき、学校から帰るときの道。
	通級	障害などがある子どもを助けるための学校に通うこと。
	転校	引っ越しなどで学校が変わること。
	登校	学校に行くこと。
	避難訓練	地震などのときに正しく逃げる練習。
弁当	家から持っていく昼ご飯。	
保育	育児休業	赤ちゃんがいて、仕事を休んでいること。
	延長保育	1日に11時間以上、保育園に子どもを預けること。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
保育	勤務証明書	保育園に子どもを預けたい人は、自分の仕事の内容が書いてある紙を区役所に出す。その紙のこと。
	在園児特例	下の子ども（弟か妹）が生まれたときに、上の子ども（兄か姉）をそのまま続けて保育園に預けることができる。
	支給認定	保育園に入る必要があることを、区役所が認めること。
	受託証明書	子どもを他の保育園などに預けていることがわかる書類（紙）。
	選考指数	保育園に子どもを預けることができる人を決めるときに使う点数の中で、働いている時間などで決まる点数。
	調整指数	保育園に子どもを預けることができる人を決めるときに使う点数の中で、申し込む人や家族の状況などで決まる点数。
	保育指数	選考指数と調整指数を足した点数。
	退園	保育園をやめること。
	転園	通っている保育園から他の保育園に変わること。
	慣れ保育	子どもが保育園に慣れるまで、はじめは短い時間で保育園に預けること。
	入園可能数	保育園に入ることができる人数。
	保育園	子どもを預ける（世話をしてもらう）ところ。0～5歳の子どもを預けることができるところ。
	保育短時間	保育園に子どもを預けることができるのは1日8時間まで。
	保育標準時間	保育園に子どもを預けることができるのは1日11時間まで。
保育料	子どもを保育園に預ける時に毎月払うお金。	

使う場面	元の単語	やさしい日本語
子ども	保育料の軽減／減額	保育料が安くなること。
	利用調整	保育園に子どもを預けたい人たちの理由を聞いて、役所が保育所に入ることができる順番を決めること。
	利用停止	保育園を、1か月から2か月の期間、休むこと。
	赤ちゃん休けい室	おむつなどを替えるところ。
	北区子育てにっこりパスポート	北区での買い物安くなる小さい手帳のようなもの。
	子育て相談	育児（子育て）で困ったことや、わからないことを聞くこと。
	子どもセンター	赤ちゃんや小さい子どもと親が、安心して楽しく過ごすことができる場所。
	子ども医療費助成	子どもの病院のお金が安くなるしくみ。
	子ども食堂	親が仕事でいない日に、子どもがご飯を食べることができる場所。
	児童のための手当	子どもを育てている人が、役所からもらうことができるお金。色々な種類があります。
	児童館	子どもたちが遊ぶことができる場所。
	そらまめ相談室	ひとり親の人などが、生活で困っていることを相談することができる場所。
	ひとり親家庭	母親または父親だけで子どもを育てているうち（家庭）。
	ひとり親家庭等医療費助成	母親ひとり、父親ひとりだけの家などについて、親と子どもの医療費（病院や薬のためのお金）を安くするために北区がお金を出すしくみ。
放課後子ども教室	学校が終わったあとの子どもたちが遊んだり、勉強したりする場所。	
防災	安否	生きているかどうか。けがをしていないかどうか。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
防災	迂回	ちがう道で行くこと。
	炎上する	火が出る。燃える。
	エンジンを切る	エンジンを止める。
	応急処置	けがをした後すぐに治す。
	確認する	よく見る。
	確保する	必ず手に入れて、使うことができるようにしておく。
	火災	火事。とても大きな火が出る。
	危険	危ない。
	貴重品	お金などの大事なもの。
	救急	病気やけがをした人を助けること。
	救急車	病気やけがをした人を助ける車。
	救助	助ける。
	給水	水をもらうこと
	緊急時	すぐに助けてほしいとき。とても危ないとき。
	崩れる	壊れて落ちる。
	汲む	水を入れる。
	グラウンド（校庭）	外で運動するための広いところ
	警戒する	気を付ける。
	警報	とても危ないというお知らせ。
	洪水	川の水があふれる。
	呼吸	息をする。
	災害	生活できなくなるほど大変なことが起こること。地震や台風など。
	殺到する	急に一つの所に集まること。
	妨げ	じゃまになる。
	叫ぶ	大きい声で言う。
	地震	大きな揺れ。ものが倒れたり、建物が倒れたりする。とても危ない。
重体	命が危ない。	

使う場面	元の単語	やさしい日本語
防災	集団で	いっしょに、みんなで
	情報	お知らせ。
	震源地	地震がはじめに起きた場所。揺れが大きい。
	震度	地震の大きさ
	浸水	部屋に水が入ってくること。
	すみやかに	すぐに
	清潔	きれいな
	備える	用意する。
	大規模	大きい
	台風	とても強い風が吹いたり、とても強い雨が降ったりすること。
	炊き出し	暖かい食べ物を作って配ること。
	ただちに	すぐに
	断水	水道を使うことができないこと。
	近寄る	近くに行く
	注意報	気を付けてほしいというお知らせ。
	通行止め	通ることができないこと。
	停電	電気を使うことができないこと。
	倒壊	(建物が) 壊れる。
	発生	(地震や火事が) 起きる。
	控える	～しない。
	備蓄	食べ物や飲み物が手に入らなくなったときのために、それを用意しておく。
	避難	逃げる。
	避難勧告	「逃げてください」というお知らせ。
	火元	火事が始まったところ。
	不通	(電車などが) 動いていないこと。
	復旧	壊れたものが元の状態になること。
	防災	安全のために用意する。
	防災行政無線	役所がまちに防災のお知らせを放送する道具。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
防災	防犯	犯罪から自分たちを守ること。
	保護	守る。
	マグニチュード	地震の大きさ
	見合わせる	しばらく動かないこと。
	身の安全を確保する	自分の体を守る。
	優先	ほかのことより先にすること。大切なこと。
	行方不明	どこにいるか分からない人。
	翌（朝）	次の（日の朝）
	余震	地震のとき、最初の大きな地震のあとに来る地震。
	～付近	～の近く。
	リサイクル	運搬
回収		集めること。
家電製品		テレビや冷蔵庫など。
金属資源		金属でできたもので、リサイクルする（もう一度使う）ことができるもの。
減量		減らすこと。
古紙		いらなくなった新聞、雑誌、段ボール、リサイクルできる紙。
古布		リサイクルすることができる服や布。
戸別収集		一人一人の家にとりにくること。
雑がみ		新聞、雑誌、段ボール以外のリサイクルすることができる紙。
事業系ごみ		お店や会社などの仕事で出たごみ。
資源		リサイクルすることができるもの。
収集		とりにくること。
集積所		ゴミを集めるところ。
私有地・私道		国や役所のものではなく、個人の土地・道。
ごみステーション		びん・缶・ペットボトルを出す場所。
清掃	きれいにすること。	

使う場面	元の単語	やさしい日本語
リサイクル	粗大ごみ	30cmより大きなごみ。
	取扱所	(区で決まっているものを) 売っているお店。
	不法投棄	捨ててはいけないところに捨てること。
	分別	種類ごとに分けること。
	有料ごみ処理券	お金がかかるごみに貼る紙。
道路	雨水貯留槽	雨水を溜めておく水槽。
	雨水桝	雨水を流すためのもの。
	汚水桝	生活で出た汚れた水を流すためのもの。
	街灯	道を明るくするためのあかり。
	狭あい道路	狭い道。
	止水板	建物に水が入らないようにするための板。
	私道	個人が持っている道。
公園河川	公園	みんなが遊んだり、休んだりできるところ。
	樹木	木
	剪定	枝を切ってきれいにすること。
	占用	ひとりだけで使うこと。他の人に使わせないこと。
	伐採	木を切ること。
	遊具	遊ぶときに使う道具。すべり台など。
	期限	締め切り。締め切りが決まっているときは、その日や時間までにしなければいけない。
	義務	必ずしなくてははいけないこと。
	国勢調査	日本の政府が、日本に住んでいる人に対して行う調査。
	調査区	調べる場所や範囲。
統計	調査対象	調べる相手。
	調査票	いろいろな質問を書いた紙。
	提出	書類などを、相手に渡すこと。
	投函	ポスト、郵便受けに入れること。
	統計	調査の結果などを数字で表すこと。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
統計	罰則	悪いことをしたときに、お金を払うこと。
	訪問	(家や会社に調査などのために) 人が来ること。
	郵送回答	手紙で調査に答えること。
	全数調査	全員を調べること。
	抽出調査	決まったひとだけ調べること。
	統計調査	統計を作るための調査のこと。
	統計調査員	統計調査に使う質問の紙を配ったり、集めたりする人のこと。
その他	違法駐車	止めてはいけないところに車を止めること。
	飲酒運転	お酒を飲んで、車や自転車を運転すること。
	会議	人が集まって何かを決めること。
	会長	会の中で一番えらい人。
	鑑札	飼っている犬の登録をしたことの証明。首輪に付ける小さな札。
	基本計画	区が10年の間に行う主な事業を説明している計画。
	基本構想	おおよそ20年後に、どんな区にしたいかを説明している計画。
	掲示板	お知らせが貼ってあるところ。
	健康診査	健康かどうかを確かめること。
	検診	病気にかかっているかを調べること。
	公共サイン	みんながわかる案内。
	更新	新しくすること。
	高齢者	65才以上の人。おとしより。
	支援	助けること。サポートすること。
	指定自転車置場	申込みをして、登録した人が自転車を置くところ。
	集金	お金を集めること。
	生涯学習	年をとってからも勉強を続けること。

使う場面	元の単語	やさしい日本語
その他	総会	大事なことを決める集まり。
	中期計画	区が3年の間にどんなことをするか説明している計画。
	駐車場	車を止めるところ。
	駐輪場	自転車を止めるところ。
	町会・自治会	近くに住んでいる人たちが作るグループ。
	自転車の撤去	ほかの人のじゃまになるので、置いたままの自転車を役所が持って行くこと。
	バリアフリー	建物の段差をなくし、お年寄りや障害者が安全に生活できるようにすること。
	ハローワーク	仕事を探している人に、仕事を紹介するところ。
	放置自転車	長い間、置いてはいけな場所にした自転車やバイク。
	放置自転車整理区域	自転車を、短い時間でも、置いたままにしてはいけなところ。
	有料制自転車駐車場	お金を払って自転車をとめるところ。
	予防接種	病気にかからないための注射や薬。
	路上喫煙禁止地区	タバコを吸ってはいけな道。
	区政	役所の仕事（役所がしていること）。
	縦覧・閲覧	見ること、調べること。

「やさしい日本語」ハンドブック

発行日 平成31年(2019年)3月発行

発行 東京都北区総務部総務課

執筆協力 一橋大学国際教育交流センター 庵 功雄 教授

刊行物登録番号 30-1-138

所 属

氏 名