

市町村役場にて

住居地の(変更)届出

・新たに來日された方

日本に3か月を超えて住む予定の外国人は、入国後、住居地を定めてから14日以内に自分が居住することになる市町村役場の窓口へ在留カードを持参し、住民登録の手続きをしてください。

*パスポートに「在留カードを後日交付する」と記載がされた方は、パスポートを持参してください。

・住所が変わったとき

引っ越しするときは、古い住居地の市町村役場に転出届をし、転出証明書をもらい、在留カードを持参の上、新しい住居地の市町村役場に14日以内に転入届をし、在留カードの裏面に住所の記載をしても構いません。外国に帰国するときも転出届は必要です。

在市町村政府机关

居住地(变动)申报

・新来日本者

計画在日本居住3个月以上の外国人，在入国居住地确定后，14日之内持在留卡到所在地市町村政府的窗口，办理住民登记。

*护照上写着“在留卡以后发放”的人持护照办理。

・地址变动

搬家时，应向旧地址的市町村政府提交迁出申报，取得“转出证明书”，并在14日内向新地址的市町村政府提交迁入申报，并在在留卡的背面登记新地址。回国(不再来日本)时也需要办理迁出申报。

マイナンバー制度

住民票のある外国人(中长期在日本停留者、特別永住者など)には、マイナンバーと呼ばれる12桁の個人番号が市町村から通知されます。この個人番号は、社会保障や税、災害安否などに活用されます。

<http://www.cas.go.jp/seisaku/bangoseido/>

結婚をしたとき(婚姻届)

日本で結婚(婚姻)を届け出る場合には、下記の書類が必要です。

詳しいことは、事前に各市町村役場担当課および本国の大使館・領事館に問い合わせてください。

日本人と結婚して、「日本人の配偶者」に在留資格を変更したいとき、または、永住者や定住者と結婚したときは、入国管理局(出張所)に相談してください。

【必要書類】市町村役場に提出①②

- ① 婚姻届(用紙は市町村役場にありません)
- ② 婚姻要件具備証明書(婚約者が独身であり、自国の法律で結婚できる条件を備えているということを相手国政府が証明した公的文書)またはそれに代わる文書
- ③ 日本人配偶者の戸籍謄本(本籍地以外の時)
- ④ パスポート

*必要な書類については、市町村役場に確認してください。

个人号码制度

持有住民票的的外国人(中长期在日本停留者、特別永久居住者等)将由市町村发放一组叫做My Number的12位数的个人号码。个人号码可用于社会保障、税收、灾害时的安全确认等。



结婚登记

外国人在日本办理结婚登记时，必须准备以下材料。

具体事宜请事先询问市町村政府机构的负责科以及本国的大使馆或领事馆。

如和日本人结婚，希望将在留资格更改为「日本人的配偶」时，或者与永住者、定住者结婚时，请到入国管理局(办事处)咨询。

【所需资料】提交市町村政府①②

- ① 婚姻登记表(表格在市町村政府有)
- ② 婚姻要件具备证明书(向对方国家政府证明结婚对象为单身，根据其国家法律规定具备结婚条件的公文)
- ③ 日本人配偶的户籍资料(非户籍所在地时)
- ④ 护照

*关于所需资料请向市町村政府确认。

妊娠したとき

母子健康手帳（親子手帳）

妊娠がわかったら、住居地届出をしている市町村役場に妊娠届を出すと母子健康手帳（親子手帳）がもらえます。

この手帳は、妊娠・出産の状態、生まれた子供の発育の経過など、母子の健康状態を詳しく記録しておくもので、出産から就学までの子供の健康記録となります。

また、（公財）母子衛生研究会が、英語、中国語、ハンガール語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語の母子健康手帳（日本語と併記）を発行しており、送料・手数料を添えて郵送で入手するほか、一般書店を通じて取り寄せが可能です。（各手帳820円）

詳しくは、市町村役場担当課、保健所に問い合わせてください。

妊婦・乳幼児の健康診査

母子健康手帳（親子手帳）交付時に、妊娠中の無料健康診査のための受診票がもらえます。岡山市の場合、妊娠中に14回、岡山県内の医療機関（事前申請により、全国の医療機関）で受診できます。また、出産後の乳幼児についても健康診査の補助があります。通常、医療機関には通訳はいないので、日本語のできる人と一緒に受診してください。

妊娠時

母子健康手冊（母子手册）

得知妊娠時、向办理了居住地登記的市町村政府机构出示妊娠证明书后可得到母子健康手册。

此健康手册详细记载妊娠、分娩的状况，以及孩子出生后的发育过程和母子的健康状况等项目，可以说是从孩子出生到上学为止的健康记录。

（公財）母子卫生研究会还发行了英语、汉语、韩语、泰语、菲律宾语、葡萄牙语、西班牙语、印度尼西亚语的母子健康手册（内附日语）。除了通过邮寄的方式交付邮费和手续费获取外，在一般的书店也可以买到。（每本820日元）

具体情况请询问市町村政府机关的负责科或保健所。

孕妇及婴幼儿的健康检查

收到母子健康手册时，可以得到妊娠期间免费健康检查的受诊票。在冈山市，妊娠期间可以在冈山县内的医疗机关（事先申请的话，全国的医疗机关）接受14次检查。并且，出生后的婴幼儿也可以得到健康检查补助。一般情况下，医疗机关没有翻译人员，所以请和懂日语的人一起就诊。

子どもが生まれたとき（出生届）

日本に居住する外国人が日本国内で出産したときは届出が必要です。

子どもが出生した日から14日以内に、生まれた所か住所地（又は本籍地）の市町村役場に父親（又は母親）が届け出て下さい。なお、住居地届出や在留資格申請の手続も行ってください。

また、本国政府にも報告が必要です。手続方法は、大使館・領事館に問い合わせてください。

【提出書類】

- 出生届書（役所又は病院などに備えている場合もあります）
- 出生証明書（出産したとき、出産届書に医師又は助産婦の証明を受けたもの）
- 届出人の印鑑（又は署名でも可）
- 母子健康手帳
- 国民健康保険証（加入者のみ）

孩子出生时（出生登记）

在日本居住的外国人在日本国内分娩时必须办理出生登记。

孩子出生的14日内，由父亲或母亲到出生地或籍贯地的市町村政府办理出生登记手续。并请同时办理居住地申报和在留资格申请的手续。

同时，必须向本国政府报告。具体事项请咨询大使馆或领事馆。

【所需资料】

- 出生登记书（政府或医院可能有）
- 出生证明书（在生产后，出生登记书上记载的有医生或助产士证明的材料）
- 申报人的印章（或者签字）
- 母子健康手册
- 国民健康保险证（只限加入者）

その他の市町村役場での手続き

国民健康保険

これは、病気やけがをして医療機関にかかったときに支払わなければならない医療費の70%（70歳以上の一部の方は80%）を支払ってくれる保険制度です。

住居地届出をして、在留期間が3か月を超える人は、国民健康保険に加入しなければなりません。ただし、職場の健康保険等に加入している人、生活保護を受けている人、短期滞在、外交のビザを持つ人及び特定活動のビザを持つ人のうち、医療をうける活動又はその活動を行う人の日常生活上の世話をする目的で入国する人を除きます。加入者の医療費（保険適用外を除く）の自己負担は30%（70歳以上の一部の方は20%）です。そのほかにも、出産時や死亡時など、さまざまな給付があります。

加入の手続きは、住居地届出をしている市町村役場でします。加入後には、国民健康保険証が発行されるので、医者にかかるときは必ず持参し、病院の窓口で提示してください。（参考）「医療機関を受診するとき」

p.72

保険料は、所得と世帯の人数に応じて、世帯単位で算定されます。詳しくは、市町村役場の担当課に聞いてください。

在市町村政府办理的其它手续

国民健康保険

这种保险是在生病或受伤时支付给医疗机构费用中的70%（一部分70岁以上的人是80%）部分由保险支付的一种制度。

办理居住地申报手续后，在留期间超过3个月者应加入国民健康保险。除已加入工作单位的健康保险或拿低保的、短期停留签证、外交官签证以及持有特定活动签证的人中，来日治疗或为来日治疗的病人服务的目的以外，必须加入这种保险。

加入保险（除保险项目以外的费用外）的人只需负担医疗费30%（一部分70岁以上的人是20%）。除此之外，在分娩或死亡时，还可以得到各种额外补助。

这种保险在办理居住地申报手续的市町村政府申请办理。加入保险之后，可以得到一份健康保险证，就医时必须携带并在医院的服务窗口出示。

（参考）p.72 「在医疗机构就诊时」

保险费用是根据收入和每户家庭的人数、以家庭为单位计算。具体事宜请咨询市町村政府机构的负责科。

国民年金

年をとって働けなくなったときや、病気やけがで障害者になったときなどに、年金や一時金を支給して生活を支える社会保障制度です。日本国内に居住する20歳～59歳の方は、国籍に関わらず、必ず国民年金に加入しなければなりません。

国民年金に加入するには、住居地届出をしている市町村役場へ届出をします。勤務先で厚生年金や共済組合に加入した人は、届出する必要はありません。

国民年金に加入すると「年金手帳」が交付されます。加入後は毎月保険料を納めることになります。保険料は、16,540円（令和2年4月現在）です。

国民年金・厚生年金には脱退一時金支給制度があります。外国人が日本滞在中に年金に加入し、保険料を6か月以上納めた場合、帰国後2年以内に所定の手続きに従って請求すれば脱退一時金が支給される制度です。

詳しくは、最寄りの年金事務所か市町村役場の担当課に聞いてください。

国民年金（国民养老保险）

在年老不能继续工作或因为生病、受伤成为残疾人的情况下，以年金或一次性支付金的形式给与生活上补助的社会保障制度。在日本居住的20岁到59岁的人，不管是哪国国籍都必须加入国民年金（国民养老保险）。

办理国民年金是在所申报居住地的市町村政府机构办理。但是如果在工作单位加入了厚生年金（企业养老保险）或共济组合保险就没有必要加入。

加入了国民年金后可以得到「年金手册」。每月必须支付保险费16,540日元（2020年4月）。

停止支付国民年金・厚生年金时有退保一次性支付金的制度。外国人在日本期间加入年金并支付保险费超过六个月，回国后两年之内根据有关规定提出申请可以得到退保一次性支付金。

具体事宜请咨询就近的年金事务所或市町村政府机构的负责科。

岡山县内养老保险事務局（所）一覧表

名称 名称	所在地 地址	TEL 电话
「ねんきんダイヤル」 <small>ねんきんに関する電話相談</small> 「年金电话」 <small>关于年金的电话咨询</small> サービス		0570-05-1165
街角の年金相談センター岡山 街角年金咨询中心 岡山	岡山市北区昭和町4-55 岡山市北区昭和町 4-55	電話 による 年金 相談 は 受け付けて い ません 不受理养老金的 电话咨询
岡山東 年金事務所 冈山东 年金事務所	岡山市中区国富228 岡山市中区国富 228	086-270-7925
岡山西 年金事務所 冈山西 年金事務所	岡山市北区昭和町12-7 岡山市北区昭和町 12-7	086-214-2163
倉敷東 年金事務所 仓敷东 年金事務所	倉敷市老松町3-14-22 仓敷市老松町 3-14-22	086-423-6150
倉敷西 年金事務所 仓敷西 年金事務所	倉敷市玉島1952-1 仓敷市玉島 1952-1	086-523-6395
津山 年金事務所 津山 年金事務所	津山市田町112-5 津山市田町 112-5	0868-31-2360
高梁 年金事務所 高梁 年金事務所	高梁市旭町1393-5 高梁市旭町 1393-5	0866-21-0570

※受付時間：

月曜日 8:30～19:00

(月曜日が休日の場合、火曜日)

火曜日～金曜日 8:30～17:15

毎月第2土曜日 9:30～16:00

※受理时间：

周一 8:30～19:00

(周一为节假日时，周二)

周二～周五 8:30～17:15

毎月第2个星期六 9:30～16:00