

## 在留資格の手続き

日本に在留するときには、入国管理局  
で手続きが必要です。外国人が、現在行  
っている活動をやめて別の在留資格に  
属する活動をする場合には、在留資格の  
変更の許可を受ける必要があります（た  
とえば留学生が日本で就職する場合）。  
また、日本に在留する外国人が在留  
期間満了後も引き続き同じ在留活動を  
継続しようとする場合には、在留期間の  
更新許可を受ける必要があります（たと  
えば留学生が学業を継続する場合）。  
再入国許可などの申請は、住所地を管轄  
する入国管理局（出張所）で、原則と  
して申請人本人が行います。岡山県  
在住の外国人の在留資格や出入国手  
続きに関する詳しいことは、下記まで  
お問い合わせください。

### ■広島出入国在留管理局

#### 岡山出張所

岡山市北区下石井1-4-1

岡山第2合同庁舎11階

TEL：086-234-3531

受付時間：月曜日～金曜日

9：00～12：00、13：00～16：00

（祝日、12/29～1/3を除く）

## 在留資格手続

在日本居住時、需要到入国管理局  
外国人停止目前的在留資格活動而去从事其  
他在留資格活动时，需要申请更改在留资格  
（例如留学生在日本就职时）。  
并且，居住日本的外国人在留资格到期后继续  
从事同一在留资格活动时，需要更新在留期间  
（例如留学生继续学业时）。申请再入国许可  
需到管辖地的入国管理局办理，原则上由本人  
亲自办理。关于在冈山县内居住的外国人的在  
留资格以及出入国手续等详细事宜，请咨询以  
下机构。

### ■広島出入国在留管理局 岡山办事处

岡山市北区下石井 1-4-1

岡山第二合同庁舎 11 楼

电话：086-234-3531

受理时间：周一～周五

9：00～12：00、13：00～16：00

（节假日、12/29～1/3 除外）

ざいりゅう

## 在留カード

ざいりゅう ちゅうちゅうきざいりゅうしゃ たい  
 在留カードは中長期在留者に対し、  
 じょうりくきよか ざいりゅうしかく へんこうきよか ざいりゅう  
 上陸許可や在留資格の変更許可、在留  
 きかん こうしんきよか ざいりゅう かか きよか  
 期間の更新許可などの在留に係る許可  
 ともな こうふ ざいりゅう  
 を伴って交付されます。在留カードは、  
 にほん みぶん しょうめい  
 日本での身分を証明するものとして、  
 さいいじょう ひと も  
 16歳以上の人は、いつでも持っている  
 ぎむ  
 義務があります。

しゅつにゆうこくざいりゅうかんりちゅう  
 出入国在留管理庁

<http://www.immi-moi.go.jp/>

ほうむしょう にゆうこくかんりきょく  
 法務省 入国管理局

[http://www.immi-moi.go.jp/newimmiact\\_1/](http://www.immi-moi.go.jp/newimmiact_1/)

### (1) 在留期間の更新

ざいりゅうきかん こうしん ばあい ざいりゅう  
 在留期間を更新したい場合は、在留  
 きかん まんりょう まえ にゆうこく かんりきょく  
 期間が満了する前に入国管理局  
 (しゅつちゅうじょ こうしん しんせい  
 出張所)で更新の申請をします。6  
 かげついじょう ざいりゅうきかん ばあい  
 か月以上の在留期間を有する場合は、  
 ざいりゅうきかん まんりょう げつまえ  
 在留期間の満了するおおむね3か月前  
 から受け付けています。手数料4,000円。

#### 【必要書類】

- ざいりゅうきかんこうしんきよかかんせいしよ  
 ・在留期間更新許可申請書
- かつどうないよう ほうむしょうれい きだ しりょう  
 ・活動内容ごとに法務省令で定める資料
- ・パスポート
- ざいりゅう  
 ・在留カード
- た にゆうこくかんりきょく  
 ・その他入国管理局ホームページを  
 さんしやう  
 参照

## 在留卡

在留卡是发给中长期居住者，与登陆许可、在留资格变更许可、在留期间更新许可等在留资格同时发放的。在留卡是在日本的身份证，16岁以上者有义务随身携带。

出入国在留管理局庁



法務省 入国管理局



### (1) 更新在留期间

延长在留期间时，需要在在留资格到期前到入国管理局（办事处）申请更新。在留期间为6个月以上时，在留资格到期前3个月左右开始受理。手续费为4000日元。

#### 【所需资料】

- ・在留期间更新许可申请书
- ・各项活动内容对应的法務省令规定的资料
- ・护照
- ・在留卡
- ・其他参考入国管理局网页

## (2) 在留資格の変更

現在取得している在留資格の活動を中止して、別の在留資格にあてはまる活動を行うおとす場合は、在留資格変更手続きが必要です。手数料4,000円。

### 【必要書類】

- ・在留資格変更許可申請書
- ・活動内容ごとに法務省令で定める資料
- ・パスポート
- ・在留カード
- ・その他入国管理局ホームページを参照

## (3) 出生による在留資格の取得

日本国内で出生したとき、出生後30日以内(但し、60日以内に出国する場合は必要ありません)に入国管理局(出張所)で在留資格の取得許可の申請をします。

### 【必要書類】

- ・在留資格取得許可申請書
- ・両親の在留カード
- ・両親の旅券(パスポート)
- ・出生証明書、母子健康手帳など
- ・その他入国管理局ホームページを参照

## (2) 在留資格の変更

中断現在取得の在留資格活動而从事其它在留資格活动时，需要在办理在留资格变更手续。手续费为4000日元。

### 【所需资料】

- ・在留资格变更许可申请书
- ・各项活动内容对应的法务省令规定的资料
- ・护照
- ・在留卡
- ・其他参考入国管理局网页

## (3) 出生时在留资格的获取

在日本国内出生的孩子，孩子出生后30天以内(60天以内要出国的孩子不需要)在入国管理局(办事处)申请取得在留资格。

### 【所需资料】

- ・在留期间取得许可申请书
- ・父母的在留卡
- ・父母的护照
- ・出生证明书、母子健康手册等
- ・其他参考入国管理局网页

#### (4) 永住許可

にほん えいじゆう きぼう ひと えいじゆう きよか  
日本に永住を希望する人は、永住許可  
をうける必要がひつやうあります。にゆうこくかんりきよく  
（出張所）で永住許可をしんせいします。  
てすうりやう きよか えん  
手数料は許可されるととき、8,000円が  
ひつやうです。くわ にゆうこくかんりきよく  
必要です。詳しくは、入国管理局へ  
とあ  
問い合わせてください。

#### 【必要書類】

- えいじゆう きよか しんせいしよ  
・永住許可申請書
- ・パスポート
- ざいりゆう  
・在留カード
- みぶん しやう ぶんしよ  
・身分を証する文書など
- た にゆうこくかんりきよく  
・その他入国管理局ホームページを  
さんしやう  
参照

#### (4) 永住許可

希望在日本永住者需要获得永住许可。在入国  
管理局（办事处）申请永住许可。获得许可后  
交付手续费 8000 日元。详情请咨询入国管理  
局。

#### 【所需资料】

- ・永住許可申请书
- ・护照
- ・在留卡
- ・证明身份的文书等
- ・其他参考入国管理局网页

## (5) 資格外活動の許可申請

現在取得している在留資格以外の活動で収入・報酬がある活動をする場合は、原則として就労活動を行うことはできませんが、入国管理局から「資格外活動許可」を受ければ、次の一定の制限範囲内でアルバイトをすることができます。

### 留学生の資格外活動

#### 資格外活動時間の制限

- ・週28時間（1日8時間）以内

#### 資格外活動場所の制限（禁止事項）

風俗営業又は風俗関連営業が営まれている営業所（例えば、バー、スナック、パチンコ屋など）でのアルバイトは、できません。

#### 資格外活動許可申請の手続き

##### 【必要書類】

- ・資格外活動許可申請書
- ・在留カード
- ・パスポート

詳しくは、大学・学校の留学生担当課又

は下記に問い合わせてください。

広島出入国在留管理局

岡山出張所

TEL : 086-234-3531

## (5) 申請資格外活動許可

从事現在所属資格以外の活動获得收入報酬時、原则上不得进行就劳活动，但向入国管理局申请获得了“资格外活动许可”时，可在在以下一定的约束范围内打零工。

### 留学生的资格外活动

#### 资格外活动的时间限制

28 小时/周（8 小时/天）以内

#### 资格外活动的场所限制（禁止事项）

禁止在风俗店或与风俗相关的营业所（如：酒吧、夜总会、扒金库（带有赌博性质的游戏厅）打零工。

### 资格外活动的申请手续

##### 【所需资料】

- ・资格外活动许可申请书
- ・在留卡
- ・护照

详情请向大学、学校的留学生负责科或以下机构咨询。

広島出入国在留管理局 岡山办事处

电话：086-234-3531

## (6) 再入国許可申請

再入国許可がなく日本の国外に出ると、日本に戻る時に改めて「在留資格認定証明書交付申請」をし、「入国査証（ビザ）」をもらわなければなりません。日本への再入国が1年以上先になるときは、入国管理局で再入国許可を受けてから出国します。手数料3,000円（1回限り）、もしくは6,000円（数次許可）を支払い、再入国許可の証印シールを旅券に貼ってもらいます。再入国許可の有効期限は、現に有する在留期間の範囲内で、5年間を最長として決定されます。再入国許可の有効期限内に再入国しないと在留資格が失われることとなりますので、注意してください。

## みなし再入国許可

有効なパスポートと在留カードを持っている人が、日本を出国して1年以内（在留期限が出国の日から1年以内にくる場合は在留期限まで）に再入国する場合は、再入国許可は不要です。出国後、みなし再入国許可の有効期限内に再入国しないと在留資格が失われることとなりますので、注意してください。出国する際に、必ず、旅券および在留カードを提示してください。

## (6) 申請再入国許可

没有申请再入国许可而离开日本，再次返回日本时，需要重新提交“在留资格认定证明书交付申请”，获得“入国签证”。返回日本的时间为一年以上时，可在入国管理局申请再入国许可，交手续费（单次 3000 日元，多次 6000 日元），再入国许可的认印贴纸将被贴在护照上。再入国许可的有效期限，现有在留期间最长为 5 年。在再入国许可的有效期限内不返回日本的话，将失去在留资格，请注意。

## 视同再入国许可

有效护照及在留卡持有者，离开日本后 1 年以内（在留期限是指从出国日起 1 年以内返回日本的）再入国时，不需要再入国许可。请注意，出国后，在视同再入国许可的在留期限内不能返回日本的话，将失去在留资格。出国时一定要把护照、在留卡一起提示给入国审查官。

## (7) 住居地以外の変更登録申請

住居地以外の変更があるときは、入国管理局に届出て変更してもらいます。氏名、生年月日、性別、国籍・地域の変更は14日以内に入国管理局の窓口で行います。

## (8) 紛失と再交付

在留カードを紛失したり、盗難にあったり、汚してしまった場合には、警察に紛失届等を提出し、受理証明書を得、その事実を知った日(海外で知ったときは再入国の日)から14日以内に入国管理局で再交付の申請をし、新しい在留カードをもらいます。その他、在留カードの写真を変更したい場合など、在留カードの交換を希望する場合にも再交付申請をすることができます。

## (9) 在留カードの返納

死亡したときは、死亡の日から14日以内に本人の親族または同居人が在留カードを最寄りの入国管理局に返納します。日本を出国し、再入国しないときは、出国の際に空港・港の入国審査官に渡してください。

## (7) 居住地以外事項変動時の登記申請

居住地以外的事项发生变动时，需告知入国管理局进行更改。姓名、出生日期、性别、国籍、地域的变动应在14日以内到入国管理局窗口办理。

## (8) 遗失与补办

在留卡遗失、被盗或者弄脏时，应向警察局提交遗失报告，取得受理证明书，并在得知事实日（在海外得知时再入国之日）的14日之内向入国管理局提交补办申请，获得新的在留卡。另外，想要更改在留卡照片等理由更换在留卡时也可以申请补办。

## (9) 在留卡的返还

持卡人死亡时，持卡人的亲属或同住人应在14日以内将在留卡返还至附近的入国管理局。离开日本并且不打算返回时，在出国时交给机场、港口的入国审查官。

## 市町村役場にて

### 住居地の（変更）届出

#### ・新たに来日された方

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大丈夫です。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

#### ・新来日本人

计划在日本居住3个月以上的外国人，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す）
- 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（本籍地以外の場合）

### 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。

## 個人号码制度

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。

## 離婚をしたとき（離婚届）

夫婦のどちらかが日本人の場合、夫婦ともに同意すれば、離婚することができます。

下記の書類を持って、居住地の市町村役場に離婚の届出をしてください。

夫婦双方が外国人の離婚については、居住条件によって届出することができない場合がありますので、詳しくは、それぞれ

の大使館または領事館と居住地の市町村役場に問い合わせてください。

【必要書類】

・離婚届（用紙は市町村役場にあり）

・日本人配偶者の戸籍謄本

・日本人配偶者の住民票

・パスポート

・在留カード

\* 必要な書類については、市町村役場に確認してください。

## 離婚登記

夫妻任何一方が日本人時、在夫妻双方的同意下可以离婚。持下列资料到所在地的市町村政府进行离婚登记。

夫妻双方均为外国人时，因居住地限制有可能无法进行登记，详情请咨询各自的大使馆或领事馆及所在地市町村政府。

### 【所需资料】

- ・ 离婚登记表（表格在市町村政府有）
  - ・ 日本人配偶的户籍资料
  - ・ 日本人配偶的住民票
  - ・ 护照
  - ・ 在留卡
- \* 关于所需资料请向市町村政府确认。

## 亡くなったとき（死亡届）

日本に住む外国人が日本国内で死亡したときは、死亡の事実を知った日から 7日以内（国外で死亡したときは、その事実を知った日から3か月以内）に、同居者や親族が死亡した所か住所地の市町村役場に死亡届を出してください。在留カードは入国管理局に返納してください。死亡の際には、本国政府にも報告してください。手続の方法は、大使館・領事館に問い合わせてください。

### 【提出書類】

- ・死亡届書（役所又は病院にあります）
- ・死亡診断書（死亡時に、死亡届書に医師の証明を受けたもの）
- ・届出人の印鑑（又は署名でも可）

いずれの場合も、市町村によって、提出書類や取り扱い方法が異なることがあります。詳しくは、市町村役場の担当課に問い合わせてください。

## 死亡登記

在日本居住の外国人如果在日本国内死亡时，得知死亡事实的7天内（在国外死亡时，得知事实的3个月内），同住者或家属请在死亡地或居住地的市町村政府办理死亡登记手续。在留卡应返还至入国管理局。同时请向本国政府报告。办理手续的具体事宜请咨询大使馆或领事馆。

### 【所需资料】

- ・死亡登记书（政府机关或医院里有）
- ・死亡诊断书（死亡时，在死亡登记书上写有医生证明的材料）
- ・办理人的印章（或者签字）

不管哪种情况，根据市町村不同可能有不同的规定，详细事宜请咨询各地的市町村政府机关的负责科。

## 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・出産の状況、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載しておくもので、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、向办理了居住地登记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。

（公财）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）

具体情况请咨询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构（事先申请的话，全国的医疗机构）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，医疗机构没有翻译人员，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。手続の方法は、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。出産時や死亡時などにも、さまざまな給付があります。

加入の手続きは、居住地届出をしている

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）

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、職場の健康保険等の加入者、生活保護受給者、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は加入できません。また市外へ転出したときも国民健康保険の資格を失います。

加入できない条件に該当したときは

速やかに、加入をした市町村役場へ資格

喪失の届出をしてください。

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。

## 在市町村政府辦理の其它手續

### 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。除此之外，在分娩或死亡时等还可以得到各种额外补助。加入手续是在办理居住地申报的市町村政府机构办理。加入之后，可以取得国民健康保险证。就医时必须携带并在医院的服务窗口出示。（参考「医疗机构就诊时」p.72）在留期间超过3个月者必须加入国民健康保险。但是，已在工作单位加入健康保险等的人或拿低保的受益者、短期停留签证、外交官签证以及持有特定活动签证的人中，来日治疗或以来日治疗病人的日常生活服务为目的的不能加入这种保险。其次，居住地转出市外的时候也将失去国民健康保险资格。当不符合加入条件时，请迅速到办理加入手续时的市町村政府机构去办理失去资格申报。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、居住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、届け出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、16,610円（令和3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16,610日元（2021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。

具体事宜请询问就近的年金事务所或市町村政府机构的负责科。

おがやまけんない ねんきんじむしょ いちらん  
**岡山県内の年金事務所など一覧**

**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」 <sup>ねんきん</sup> 年金に関する電話相談 「年金电话」 <sup>ねんきん</sup> 关于年金的电话咨询服务		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



## 日本の教育制度

日本の教育制度は、小学校6年間、中学校3年間、高等学校3年間、大学4年間が基本となっており、いずれも国立・公立・私立があります。このうち小学校と中学校が義務教育です。外国籍の子どもには、日本国内の小・中学校に就学する義務はありませんが、希望すれば入学できます。また、途中から編入することもできます。高等学校と大学は、原則として希望者が入学試験を受けて入学します。学年は4月に始まり、翌年の3月に終わります。

問合せ：各市町村教育委員会

## 子どもの養育（児童手当）

子どもを養育している人（所得制限基準額未満の方）は、中学校を卒業するまでの子ども1人につき、子ども手当月1万円（3歳未満と第3子以降の小学生までは15,000円）が受給できます。受給するには、お住まいの市町村への申請が必要です。詳しくは、市町村役場に問い合わせてください。

## 日本の教育制度

日本の教育制度は小学6年、初中3年、高中3年、大学4年。并且从小学到大学都有国立、公立及私立之分。

其中小学和初中属于义务教育。对于外国籍儿童来说，虽然没有必须接受日本国内小学、初中教育的义务，但可以申请入学。并且可以中途插班。高中及大学原则上申请者要接受入学考试方可入学。每个学年是从4月开始，到次年的3月结束。

咨询处：各个市町村的教育委员会

## 抚养孩子（儿童补贴）

对于抚养孩子的家庭（未达到收入限制基准的），每个孩子每月可得到1万日元的儿童补贴（未满3岁及第3个以上的孩子到小学毕业为15000日元），直到孩子初中毕业为止。领取补贴需要先到居住地的市町村政府申请。详情请咨询市町村政府。

## 保育所・保育園

保護者の仕事や病気などのために昼間

家庭で保育できない就学前の0歳から5

歳までの乳幼児を預かり、保育する児童

福祉施設で、公立と私立があります。

保育料は、その子どもの家庭の前年の

所得を基準にして、市町村ごとに決めら

れています。

対象乳幼児や保育時間は保育所・保育園

によって異なります。詳しくは、各市町村

の保育担当課に問い合わせてください。

## 幼稚園

3歳から6歳までの幼児を対象として、

学校に準ずる教育をする施設です。ほ

とんどの市町村にあり、公立と私立があ

ります。1日の教育時間は4時間を標準

としています。

対象幼児の年齢・費用・入園手続は、

幼稚園によって違います。詳細は、公立

の場合は市町村教育委員会へ、私立の

場合は直接各幼稚園へ問い合わせてく

ださい。

## 認定こども園

保護者 NICT 働いている、いないにか

かわらず利用可能です。

詳しくは、各市町村の保育担当課に

問い合わせてください。

## 保育所、托儿所

因为抚养人工作或身体等原因在白天不能得到照顾的0~5岁的婴幼儿可以在公立或私立儿童福祉设施得到照顾。

托儿费是各个市町村根据家长的前年收入状况而定。

各个保育所・托儿所的服务时间及可托管婴幼儿均不同。具体事宜请询问各个市町村的保育负责科。

## 幼儿园

为3岁到6岁的幼儿提供以学校教育为基础的的教育设施。所有的市町村都设有公立和私立的幼儿园。每天的标准教育时间为四个小时。

对于幼儿的年龄・费用・入园手续，各个幼儿园有不同的规定。详细事宜，公立设施可以询问市町村的教育委员会，私立设施可以直接询问各个幼儿园。

## 认定儿童园

不管抚养人是否有工作均可利用。

详情请咨询各个市町村的保育负责科。

## 小学校・中学校

小学校は満6歳、中学校は満12歳になった子どもが、市町村立小学校・中学校に入学を希望する場合は、教育委員会で就学の手続きをします。住民登録を完結して、翌年4月から小学校へ入学する年齢になる子どもを持つ保護者に対して、手続きの案内が送付されます。市町村立小中学校の場合、住んでいる場所によって入学する学校が決まり、入学試験はありません。

分からないことがあれば、市町村の教育委員会に問い合わせてください。

中学校は、小学校を卒業した人が入学します。中高一貫校や国・県・私立などの中学校を希望する場合は、入学試験がありますので、直接各学校に問い合わせてください。

## 費用

公立の小中学校では、授業料や教科書は無料です。その他の費用（制服、学用品、給食、修学旅行など）は個人負担です。経済的な理由でこれらの支払いに困るときは、就学費の援助制度があるので、学校か市町村の教育委員会に相談してください。

## 小学・初中

小学の入学年齢が満6歳、初中が満12歳、达到年齢の子可以在教育委员会办理入学手续。如果办理了住民登记的抚养者，您的孩子第二年的4月份如达到小学入学年龄时，会收到有关办理入学手续的介绍资料。升入市町村立小学・中学时，是根据所属居住地来决定进入那所学校，没有入学考试。

不明之处请向市町村的教育委员会咨询。

小学毕业生可升入初中。希望到有初、高中连读的中学、或者国立、县立、私立等中学就读时，需要进行入学考试，请直接向各学校咨询。

## 費用

公立的中小学不需要交纳学费及教科书费用。其他的费用（学习用品、学校供应的饮食、学校组织的旅行等）则需要个人负担。因为经济原因无法支付这些费用时，可以借助入学援助制度，请向学校或市町村的教育委员会咨询。

## しょうちゅうがっこう とちゅうにゅうがく へんにゅうがく 小中学校への途中入学（編入学）

ぼこく しょうがっこう ちゅうがっこう ざいがく  
母国で小学校または中学校に在学して  
いた 児童 生徒 が 日本 の 市町 村立  
しょうちゅうがっこう へんにゅうがく ばあい  
小中学校に編入学したい場合には、  
じゅうみんどうろく おこな うえ しちょうそん きょういく  
住民登録を行った上で、市町村の教育  
いいんかい へんにゅうがく てつぎ  
委員会で編入学の手続をしてください。  
くに けん しりがっこう ばあい ちよくせつかくがっ  
国・県・私立学校の場合には、直接各学  
こう と あ  
校に問い合わせてください。

## こ にほんごがくしゅう ぱんぞう ぱんぞう 「子ども日本語学習サポーター」派遣

いちざい おかやまけんこくさいこうりゅうきょうかい けんない  
(一財)岡山県国際交流協会では、県内  
ざいじゅうがくいこくじんじどう せいと にほんご がくしゅう  
在住外国人児童・生徒の日本語の学習  
を支援するために、県内の学校や市町村  
きょういく いいんかい いらい うち  
教育委員会などからの依頼を受け、  
「子ども日本語学習サポーター」を学校  
などに派遣しています。費用は無料です。  
くわ か き と へ  
詳しくは下記へお問い合わせください。

### 【問合せ】

いちざい おかやまけんこくさいこうりゅうきょうかい  
(一財)岡山県国際交流協会

TEL : 086-256-2914

げつよう とうよう  
(月曜～土曜9:00～17:00)

## 中小学の中途入学（插班）

在母国上中小学の児童想在日本の市町村  
立中小学插班时，需要先办理住民登记，  
然后在市町村的教育委员会办理插班手  
续。国、县、私立学校的话，请直接向学  
校咨询。

## “儿童日语学习支援者”の派遣

（一財）岡山县国际交流协会，为了帮助  
县内在住的外国儿童、学生学习日语，接  
到县内学校或市町村教育委员会等的援助  
请求后，向学校等处派遣“儿童日语学习支  
援者”。费用免费。详情请咨询以下机构：

### 【咨询】

（一財）岡山县国际交流协会

TEL: 086-256-2914

（周一～周六：9:00～17:00）

## 高等学校

高等学校は、中学校卒業後、普通教育及び専門教育を習得することができる

学校で、次の3課程に別れています。

全日制：昼間に通学し、修業年限は3年

定時制：働きながら夜間または昼間通学し、修業年限は3年または4年

通信制：働きながら通信教育で学習

高等学校には、中学を卒業して入学試験に合格した生徒が入学できます。

詳しくは、県または市の教育課に相談してください。私立の場合は直接学校に問い合わせてください。

## 高中

高中是初中毕业后，接受普通教育及专门教育的学校，有下列3种课程：

全日制：白天上学，3年制

定时制：边工作边学习，可以晚上或是白天上学，3年制或4年制

函授制：边工作边接受函授教育

高中只有初中毕业且通过入学考试的学生方能入学。详情请咨询县、市教育科，私立学校请直接咨询学校。

## 大学・短期大学

高等学校を卒業した生徒のための学校として、大学・短期大学があります。入学するためには入学試験を受ける必要があります。日本の高等学校を卒業していても高等学校卒業程度認定試験に合格すれば同じ程度の学力があると認められ、入学試験を受けることができます。

【高等学校卒業程度認定試験について】

文部科学省生涯学習推進課

TEL : 03-5253-4111 (内線2024、2643)

## 奨学金

経済的に理由で、修学が難しい場合、学費などの給付や貸与を行う制度です。政府、地方自治体、民間・公益団体の奨学金などがあります。また、多くの大学では、独自の奨学金制度を設けています。

奨学金の情報や留学生に役立つ情報：

独立行政法人 日本学生支援機構

<http://www.iasso.go.jp/>

## 大学・短期大学

高中毕业后可就读大学或短期大学。升学需要参加入学考试。即使不是从日本的高中毕业，如果能通过高中毕业程度的认定考试，被认为具有同等学力，可以参加大学的入学考试。

【关于高中毕业程度认定考试】

文部科学省生涯学习推进课

TEL: 03-5253-4111 (分机2024、2643)

## 奖学金

因经济原因难以完成学业时，可借助学费补贴或贷款制度。政府、地方组织、民间・公益团体等有各种奖学金。另外，很多大学都设有自己的奖学金制度。

奖学金信息及有益于留学生的信息：

独立行政法人 日本学生支援机构



## 住まいの**見**つけ方

### 民間の賃貸住宅

民間の賃貸住宅を探すときは、住む地域の不動産業者に行き、希望する物件（場所、予算、間取りなど）について相談します。在留カードなど、身分を証明する物を用意して、日本語ができる人と一緒に行きましょう。

物件は、必ず現地を訪れて実際のようすを確認しましょう。気に入った物件が見つかったら、賃貸借契約を結びます。署名すると契約内容に同意したことになるので、内容をよく理解してから署名しましょう。契約時には、一般的に、敷金などの初期費用の支払いや連帯保証人などが必要ですよ。

### 公営住宅

県や市町村は、家賃の低い住宅を提供しています。申し込むには収入や同居家族の有無などに条件があります。市町村営住宅は各市町村へ、県営住宅については、岡山県住宅課に問い合わせてください。

岡山県住宅課 TEL：086-224-2111

（公財）岡山県建設技術センター

住宅管理部 TEL：086-222-6696

## 寻找住房

### 私人出租的房屋

如果想租用民间住宅，可以到所在地区的房屋出租中介公司，根据希望的租用条件（地点、房租、房间结构等）进行协商。准备好在留卡等能证明身份的证件，和懂日语的人一起去。

至于房屋，一定要到所在地亲自去确认。找到满意的房子后，办理租赁合同。一旦签字，就表示同意合同内容，所以在签名前要理解合同的内容。

一般签约时需要支付押金等和前期费用及连带保证人要承担连带责任。

### 公营住宅

县及市町村有低价出租的住宅。申请时受到收入及是否有同居家属等条件的限制。关于市町村住宅请询问市町村政府机构，县营住宅请询问冈山县住宅科。

电话：冈山县住宅科 086-224-2111

（公財）冈山县建设技术中心

住宅管理部 086-222-6696

## 賃貸借契約の注意事項

1. 家賃を滞納しない。
2. 家主に無断で、家族以外の同居人を置かない。
3. 借りている物件を他人に転貸しない。
4. 家主に無断で改造・改装しない。
5. 他の賃借人や近隣に迷惑をかける。
6. 契約に反して、犬・猫などの動物の飼育をしない。

## 租借合同的注意事項

1. 应按时交纳房租。
2. 没有得到房东的同意，不得与家人以外的人同居。
3. 租借的房屋不可转租他人。
4. 没有得到房东的同意不可随意改造、装修。
5. 不要给其他的房客及邻里添麻烦。
6. 不可违反合同，随意饲养狗猫等宠物。

## 契約時によく使用される用語の説明 常用合同用語

家賃・賃料 房租・房費	1か月分の部屋の借り賃。 一个月的房租。
共益費 公益費	建物を維持・管理するための費用。毎月家賃と一緒に支払う。 维护·管理建筑的费用。每个月和房租一同交纳。
敷金（保証金） 押金（保证金）	契約時に、家賃の1~3か月分を家主に預ける。退去時に、滞納家賃や入居者が負担する修繕費用を差し引いて返却される。 签约时，事先付给房东的相当一到三个月房租的费用。退房时，刨除没有交纳的房租及租房人应付的修理费后的金额将被退还。
礼金 礼金	家主に支払う謝礼。通常、家賃1か月分程度で、返却されない。 支付给房东的感谢费。通常，是一个月房租费用，不会退回来。
仲介手数料 中介費	不動産業者に支払う手数料。家賃1か月分程度。 支付给中介公司的费用。相当于一个月的房租。
連帯保証人 连带保证人	家賃が支払えなくなった賃借人の代わりに責任を負う人。入居中のトラブルにも責任を持つ。 在租房人无法负担房租时替租房人承担责任。并且发生麻烦时也负有责任。
申込金・手付金 申请費・定金	契約が完了するまで、物件を押さえるために支払う予約金。通常、契約金の一部として使用されるが、キャンセルのときに返却されるかどうか、必ず事前に確認する。（手付金は返却されないことが多い。） 签约后，需要交付的定金。一般可以用来支付合同费用，但应该事先确认好如解约是否可以得到返还。（得不到返还的情况比较多。）



## 電気の使用

### 使用を開始するとき

使用を開始するときは、事前に電力会社と連絡して、入居する日から使えるようにします。(P59参照)

### 料金の支払い

電気の使用量は、契約者ごとにメーターにより計量され、その使用量を基に算定した電気料金の振込依頼書(請求書)が郵送されてきます。支払方法は、金融機関で払い込むほか、クレジットカードでの支払い、預貯金口座から自動振替にすることができます。自動振替の手続は p.83 を参考にしてください。

### 使用の停止

引越しのときは、少なくとも 3、4 日前までに連絡します。電気料金の精算は、口座振替のほか、引越し先に請求書の郵送を依頼することができます。帰国の場合は、転出する日に係員が訪問して現金で精算します。

## ブレーカー

一度にたくさんの電気機器を使い契約アンペアを超えると、ブレーカーが作動し、電気が自動的に切れます。電気をもう一度使うためには、使っていた電気製品のプラグをコンセントから抜いて、ブレーカーのつまみを上にあげましょう。

## 用电

### 开始使用电时

为了能在入住时就能使用电应事先与电力公司联系。(参照 P59)

### 关于付款

用电量是以各合同用户为单位，根据电表所显示的使用量来计算，邮寄来的付款委托书上记载着具体金额。

可以通过金融机关汇款、信用卡支付、或储蓄帐户自动转账来支付。自动转账的手续请参照 p.83。

### 停止使用时

搬家时至少应提前 3、4 天与电力公司联系。电费的结算，可以通过自动转账或将帐单邮寄到新家再付款的两种方式付款。回国时，负责人会在搬出日上门前来收取电费(现金)。

### 回路阻断器

多种电器同时使用，如果超过用电合同的安培量，回路阻断器就会自动切断电源。继续使用电器时，拔出电器插头并将回路阻断器的开关拨到上方。

\*2016年4月以降、電力会社は、電力自由化により個人も自由に契約先を選べるようになりました。

2016年4月开始，电力销售实现自由化，个人也可以自由地选择电力公司了。

【中国電力連絡先フリーダイヤル（無料）】 【中国電力公司的联系电话（免费）】

中国電力営業所 (サービスセンター) 中国電力営業所（服务中心）	引越受付・その他相談TEL 搬家受理・其它事项咨询电话	停電問合せ TEL 停电咨询电话
岡山東 岡山东	0120-415-322	0120-415-256
津山 津山	0120-410-254	0120-410-774
岡山 岡山	0120-411-669	0120-411-353
倉敷 仓敷	0120-412-717	0120-412-788
高梁 高梁	0120-413-823	0120-413-826

※受付時間は、9:00～20:00（土・日・休日・年末年始を除く）です。

※受理时间为 9:00～20:00  
(周六、周日、节假日、年末年初除外)

※最寄りの営業所のフリーダイヤルにかけると、カスタマーセンターにつながります。

※拨打附近营业所的免费电话时将接通到客户中心。

【その他の主な電力会社連絡先】

其它主要电力公司联系电话

電力会社 電力公司	問合せ TEL 咨询电话
じぶん電力（日本エコシステム） 自己電力	0120-389-440（9：30～20：00）
ミツウロコグリーンエネルギー 三麟绿色能源	0120-326-230（9：00～17：00）
HTB エナジー HTB 能源	0570-040-070 （平日/工作日）10:00～17:00
au でんき（KDDI） au 电气（KDDI）	0120-925-881（9：00～20：00）

## ガスしやうの使用

### ガスしゆるいの種類しやうと使用かいしの開始

ガスには都市ガスとプロパンガスがあり、地域によって決まっています。ガス器具は、それぞれのガスに合った器具が必要です。

都市ガスを使い始めるときは、事前に下表のガス会社へ使用開始日を連絡します。係員がガスメーターを開栓し、器具の点検や取り扱いを説明してくれます。プロパンガス（家庭用LPガス）は、都市ガスとともに広く使われています。プロパンガスを使う場合は、最寄りの販売店に連絡し、開栓と点検を依頼しましょう。連絡先がわからない場合は、不動産屋や家主に確認してください。

### 【都市ガス会社の連絡先 都市煤气会社の联系方式】

会社（営業所）名 公司（营业所）名	営業地域 营业地区	連絡先 TEL 联系电话
岡山ガス 岡山地区 岡山煤气 岡山地区	岡山市、玉野市	086-272-3111
岡山ガス 倉敷地区 岡山煤气 倉敷地区	倉敷市、総社市、早島町 倉敷市、总社市、早岛町	086-422-2750
岡山ガス 赤磐地区 岡山煤气 赤磐地区	赤磐市	086-955-0229
水島ガス 水島煤气	倉敷市西部 倉敷市西部	086-444-8141
津山ガス 津山煤气	津山市の中心区域 津山市的中心区域	0868-22-7211

※上記のTEL番号は、ガス漏れなど緊急時の連絡も受け付けます。（24時間体制）  
发生煤气泄露等紧急情况下也可以拨打以上电话。（24小时服务）

## 使用煤气

### 煤气的种类及开始使用

根据地区不同，住户将被分到日本的都市煤气或家庭用LP（罐装液化气）煤气公司的其中一方。煤气器具也需符合所属煤气种类的规定。在使用都市煤气时，请事先向以下煤气公司告知煤气开始使用的日期。工作人员把煤气栓打开后，会把器具的点检和使用方法告诉用户。

家庭用LP煤气和都市煤气一样使用范围很广。使用家庭用LP煤气时，请联系就近的营业所，申请开栓和点检服务。不知道联系方式的话可以通过房屋中介公司或房东确认。

## 料金の支払い

電気料金と同様に、使用量に応じて毎月料金が請求されます。支払い方法は、預貯金口座からの自動振替、クレジットカードでの支払い、金融機関での払込があります。自動振替の手続は p.83 を参考にしてください。

## 使用の停止

引越しのときは、2、3日前までにガス会社に連絡し、利用の停止日を知らせます。係員が自宅を訪問して閉栓と精算の手続を行います。

## ガス漏れに注意

ガスには、漏れた時すぐわかるよう、においがついています。ガス漏れに気がついたら、ガスを止め、窓をあけましょう。空気が入れ替わるまで、絶対に室内で火を使ったり電気製品のスイッチを入れたりしないでください。

また、換気が悪いところでガスを長時間使うと不完全燃焼し、CO中毒が発生することがあります。

ガスの異常に気がついたら、すぐにガス会社や販売店に連絡し、点検に来てもらいましょう。(24時間体制)

## 付款方式

和电费一样，根据每个月的使用量付款。可以通过自动转账、信用卡、或到金融机构缴费的方式付款。关于自动转账的手续请参照 p.83 页。

## 停止使用

搬家时，应提前 2、3 日通知煤气公司，告知对方停止使用煤气的日子。工作人员会上门前来关闭煤气栓和办理结算手续。

## 注意煤气泄露

为了及时发现煤气泄漏，煤气一般带有特殊气味。发现煤气泄漏时，应尽快关闭煤气开关并打开窗户。

在室内外空气没有完全流通前，千万不要在室内使用火或启动电器的开关。

在通风不好的情况下长期使用煤气会引起不完全燃烧，造成 CO 中毒。

发现异常情况，应该尽快与煤气公司或营业所联系，及时检修。(24 小时服务)

## 水道の使用

### 使用の開始

引っ越してきて水道を使い始めるときや、使用を中止するときは、事前に市町村役場に連絡してください。

家庭に送られてくる水道水は、そのまま飲むことができます。

水道料金は、住んでいる地域によって異なります。下水道が設けられている地域では、下水道料金も加算されます。

### 料金の支払い

使用料金の支払いは、他の公共料金と同じく、金融機関での払い込みやクレジットカード支払い、預貯金口座からの自動振替などの方法があります。自動振替の手続は p.83 を参考にしてください。

詳しくは、市町村役場の水道担当課や水道局へ尋ねてください。

## 使用自来水

### 开始使用时

搬家时请事先和市町村政府机关联系开始或停止使用自来水的日期。

家里的自来水可以直接饮用。

地区不同水费也不相同。设有下水道的地区还应支付下水道的费用。

### 付款方式

使用的水费和其他的公共费用一样，可到金融机关交纳、信用卡支付、或通过自动转账方式付款。关于自动转账的手续请参照 p.83 页。

详细事宜请询问市町村政府机关的自来水负责科或水道局。

## 電話の新設 一般加入電話

NTT西日本を利用する場合、0120-064337

に電話をかけて申し込みます。

申し込みには、氏名・住所を証明するもの

(パスポートや在留カード、運転免許証など)が必要です。申し込み時に、工事日を決めます。

電話の契約は有料で、利用する回線やサービスの種類によって、加入時の一時金や

月々の回線使用料等の費用は異なります。いろいろな割引プランや付加サービスがあるので、詳しいことはNTT西日本に尋ねるか、ホームページを見てください。

（参考）

NTT西日本 0120-064337 (英語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、韓国語)

9:00～17:00 (日曜日、祝日、12月29日～1月3日はサービスなし)

NTT西日本URL (英文)

[http://www.ntt-west.co.jp/index\\_e2.html](http://www.ntt-west.co.jp/index_e2.html)

NTT西日本の他にもいくつかの電話会社があり、それぞれ提供するサービス、利用できる地域や料金体系が異なります。

詳細は、各社に照会してください。

主な電話会社一覧 p.65 参照

## 安装电话

### 一般家庭电话

使用 NTT 西日本时，可以拨打 0120-064337 申请。

申请时需要预备记载着姓名地址的证件（护照、在留卡、驾驶证等）。在申请时决定好安装日期。

电话合同是需要付费的，根据利用线路和服务种类的不同，安装费及每个月的月租也各不相同。因为有各种折扣方案和增值服务项目，详细事宜应咨询 NTT 西日本电信公司或上网查询。

(参考)

NTT 西日本 0120-064337

(英语、葡萄牙语、西班牙语、汉语、韩语) 9:00～17:00 (周日、节假日及 12 月 29 日～1 月 3 日期间不提供服务)

NTT 西日本 URL (英语)



除了 NTT 西日本以外，还有其他的电信公司，服务范围及费用等各不相同。

详细事宜请询问各个电信公司。

主要电信公司请参照。p. 65

## 電話のかけ方

### 国内へかけるとき

電話番号は、「市外局番 + 市内局番 + 加入者番号」の3組の数字からできています。例えば、(一財)岡山県国際交流協会の電話番号は、市外局番 (086) - 市内局番 (256) - 加入者番号 (2914) です。同一区域内への電話は、市外局番は不要です。

### 国際電話をかけるとき

- ・マイラインに登録している場合には、各電話会社に問い合わせてください。
- ・マイラインに登録していない場合には、「電話会社の識別番号 + 010 + 相手国番号 + 先頭の0を省いた相手の地域番号 + 相手方の番号」の順序でダイヤルします。

### マイライン登録

これは、市内・同一県内の市外・県外・国際通話にそれぞれ利用する電話会社をあらかじめ登録しておけば、その会社の識別番号をいちいちダイヤルする必要がない電話会社選択サービスです。(登録時のみ有料。) 各電話会社P65に問い合わせてください。

## 如何打电话

### 【国内】

电话号码是由「地区代号+市内局号+加入者号码」组成。比如，(一財)岡山县国际交流协会的电话号码是由地区代号(086)-市内局号(256)-加入者号码(2914)组成。拨打同一地区的电话号码是不需拨打地区代号。

### 【国外】

- 如果办理了个人系统登录手续，请向各电信公司咨询。
- 如没有办理个人系统登录手续，应依照「电信公司的识别号码+010+对方国家代码+省略第一个0的对方区号+对方的电话号」的顺序拨打。

### 个人系统登录

个人系统(电话)如果在市内·同一县内的市外·县外·国际电话使用的电信公司事先登录，则可免去拨打电信公司识别号码的繁琐(只需在登录时付费)。详细事宜请咨询各电信公司P65。

おも くにばんごう にほん じ さ  
**主な国番号と日本との時差 常用国家代码及与日本的时差**

くに 国	国名	くにばんごう 国家代码	にほん じ さ 日本との時差 与日本的时差
アメリカ	美国	1	-14~-17
イギリス	英国	44	-9
ブラジル	巴西	55	-12~-14
オーストラリア	澳大利亚	61	-1~+1
インドネシア	印度尼西亚	62	-2~0
フィリピン	菲律宾	63	-1
タイ	泰国	66	-2
かんこく 韓国	韩国	82	0
ちゅうごく 中国	中国	86	-1
ベトナム	越南	84	-2
インド	印度	91	-3:30

おも でんわ がいしや と あ さき  
**主な電話会社と問い合わせ先 主要电信公司及联系方式**

がいしやめい 会社名 公司名	といあわ さき 問合せ先 咨询电话
にしにほん しな い どういつけんない しがつうわ NTT西日本（市内・同一県内の市外通話のみ） NTT 西日本（仅限市话及同县内通話）	116 0800-2000116 （携帯から/用手机 拨打时）
NTT コミュニケーションズ NTT 交流	0120-506506
au au	157 0077-7-111
ソフトバンク 软银	0088-82
Y!mobile（ワイモバイル） Y!mobile	0570-039-151 (9:00~20:00)
らくでん 楽天モバイル 乐天 mobile	0800-6000-700 (9:00~18:00)



## 公衆電話

公衆電話は、10円・100円の硬貨、テレフォンカードなどを使って利用することができます。但し、100円硬貨を使用したときは、つり銭は出ません。

公衆電話から国際電話をかけるときは、「国際通話兼用公衆電話」と表示されている電話を利用してください。

緊急時には、受話器を上げ、緊急通報ボタンを押した後、110番等を押すと使えます。(無料)災害時には優先電話になります。

## NTTの各種案内番号

・電話の新設・移転・各種問い合わせ

TEL : 116

TEL : 0800-2000116 (携帯電話・PHS)

・電話の故障

TEL : 113

TEL : 0120-444113

・インターネットに関する問い合わせ

0120-116116

・電話番号案内 TEL : 104 (有料)

・電話料金に関する問い合わせ

NTT ファイナンスからの請求

TEL : 0800-333-5550

NTT西日本からの請求

TEL : 0120-747488

## 公用电话

打公用电话可以投10日元、100日元硬币或使用电话卡。投入100日元硬币时不找零。

使用公用电话拨打长途电话时请使用带有“国际通話兼公用电话”标志的电话。

紧急情况下，可拿起话筒按“紧急通报”按钮后，拨打110等号码(免费)。灾害时作为优先电话使用。

## NTT的各种服务咨询号码

・电话的安装·移机·各种咨询

TEL : 116

TEL : 0800-2000116 (手机·PHS)

・电话故障

TEL : 113

TEL : 0120-444113

・关于网络咨询

0120-116116

・电话号码询问台 电话 : 104 (收费)

・电话费查询

来自 NTT 金融的账单

TEL: 0800-333-5550

来自 NTT 西日本的账单

TEL: 0120-747488

でんわりようきん しはらいかた  
**電話料金の支払い方**

よちよきんこうざ じどうふりかえ  
 預貯金口座からの自動振替クレジットカード  
 しはら きんゆうきかんまどぐち  
 カード支払い、金融機関窓口やコンビニ  
 エンスストアより支払いできる請求書  
 しはら  
 支払いがあります。

**プリペイドカード（テレフォンカード）**

こくないせんようのカードや、こくさいでんわ  
 国内専用のカードや、国際電話がかけら  
 れるカードが販売されています。

けいたいでんわ  
**携帯電話**

げんざい にほん けいたいでんわ  
 現在、日本では、携帯電話がほとんどの  
 ちいみ つか  
 地域で使えます。

けいたいでんわ きしゅ りようきん  
 携帯電話の機種やサービス、料金

プランなどはかいしゃによりこと  
 異なります。

こくさいでんわ つか こうりゆうじ  
 国際電話に使えるかどうかは、購入時に

かくにん  
 確認してください。

おも けいたいでんわがいしゃ  
**【主な携帯電話会社 主要の手机通讯公司】**

NTT ドコモ	151 (ドコモ携帯電話から 使用 Docomo 手机时)
	0120-800-000(他会社携帯電話、固定電話から 使用其它公司手机或固定电话时)
au	157(au携帯電話から 使用 au 手机时)
	0077-7-111(他会社携帯電話、固定電話から 使用其它公司手机或固定电话时)
	0120-959-472 (英語 英語) / 0120-959-473(ポルトガル語 葡萄牙語) 0120-959-476(中国語 汉语) / 0120-959-478(韓国語 韓国語)
SoftBank 软银	157 (ソフトバンク携帯電話から 使用软银手机时)
	0800-919-0157(他会社携帯電話、固定電話から使用其它公司手机或固定电话时)

**电话费的支付方式**

电信公司的账单可以从储蓄账户自动转账、用信用卡支付、到金融机构窗口或便利店付款。

**预付费卡（电话卡）**

有国内专用电话卡、国际电话卡出售。

**手机**

在日本，现在几乎是所有地区都可以使用手机。

各个电话公司的手机型号、服务及费用等各不相同。购买时请确认清楚是否能打国际长途。

## IP電話

インターネットを活用した新しい電話サービスです。

110番、119番などの緊急通報やNTTの3桁の番号サービスには使えませんが、同じ提携グループ内では通話料が無料で、また、長距離や国際通話料金が一般電話よりも割安です。

主な電話会社やインターネットのプロバイダーがサービスを提供しています。

## IP 电话

是通过网络的一种新型电话服务方式。

虽然不能拨打 110、119 等紧急电话以及 NTT 的 3 位数号码，但拨打同一集团内电话号码时免费，并且国内长途和国际长途电话也比一般电话便宜。

主要电信公司及网络服务代理商提供此项服务。

## ハローワーク（公共職業安定所）

日本人だけでなく外国人に対しても  
職業相談、職業紹介、求人情報の  
提供等のサービスを行う政府機関です。  
ハローワークを利用するときは、在留カ  
ードを持参してください。  
利用時間は、原則として、平日の8:30か  
ら17:15までです。

### 【岡山県内の主なハローワーク 岡山县内的主要公共職業安定所】

名称 名称	所在地 地址	TEL	言語/時間 语种 / 时间
岡山 岡山	岡山市北区野田1-1-20 岡山市北区野田1-1-20	086-241-3701	英語（金） 1:00pm-5:00pm ポルトガル語（火） （周二）1:00pm-5:00pm
ハローワークプラザ 岡山 岡山職業紹介所	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル7F 岡山市北区本町6-36第一中心 中心大楼7楼（First Central Bill 7F）	086-222-2900	
おかやま 新卒 ハローワーク 岡山 岡山新 毕业生支援 職業紹介 所	岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル7F 岡山市北区本町6-36第一中心 中心大楼7楼（First Central Bill 7F）	086-222-2904	
西大寺 西大寺	岡山市東区河本町325-4 岡山市東区河本町325-4	086-942-3212	

## Hello Work（公共職業安定所）

不光是日本人，外国人也可以到公共职业  
安定所这一政府机关进行工作咨询，获得  
职业介绍、用人信息等服务。去时请携带  
在留卡。

原则上服务时间是工作日的 8:30~17:  
15。

めいしょう 名称 名称	しょざいち 所在地 地址	TEL	げんご 言語/ 時間 语种 / 时间
つやま 津山 津山	つやましさんげ つやまろうどう 津山市山下9-6 津山労働 そうごうちょうしや 総合庁舎 津山市山下 9-6 津山労働綜 合庁舎	0868-35-2674	
くらしきちゅうおう 倉敷中央 倉敷中央	くらしきしきさきおき 倉敷市笹沖1378-1 倉敷市笹沖 1378-1	086-424-3333 (43#)	ポルトガル語 葡萄牙語 （月）（水）（周一、周三） 1：00pm－5：00 pm
そうじや 総社 总社	そうじやしちゅうおう 総社市中央 3-15-111 总社市中央 3-15-111	0866-92-6001	ポルトガル語 葡萄牙語 （水）（金）（周三、周五） 1：00pm－5：00 pm
たまの 玉野 玉野	たまのしちつこう 玉野市築港2-23-12 玉野市筑港 2-23-12	0863-31-1555	
わけ 和気 和气	わけちやうわけ 和気町和気481-10 和气町和气 481-10	0869-93-1191	
びぜん 備前 备前	びぜんしひがしかたかみ 備前市東片上227 备前市东片上 227	0869-64-2340	
かさおか 笠岡 笠冈	かさおかしかさおか 笠岡市笠岡5891 笠冈市笠冈 5891	0865-62-2147	
みまさか 美作 美作	みまさかしはやしの 美作市林野67-2 美作市林野 67-2	0868-72-1351	
こじま 児島 儿岛	くらしきしこじまおがわちやう 倉敷市児島小川町3672- 16 倉敷市児島小川町 3672-16	086-473-2411	
にいみ 新見 新见	にいみしたかお 新見市高尾2379-1 新见市高尾 2379-1	0867-72-3151	
たかはし 高梁 高梁	たかはししだんちやう 高梁市段町1004-13 高梁市段町 1004-13	0866-22-2291	

## ろうどうじょうけん そうだん 労働条件などの相談サービス

にほん  
日本では、「労働基準法」に定められた労働者の権利が守られるよう、使用者を指導・監督するため、各県に労働局が設けられており、その下に各地域ごとに労働基準監督署が設置されています。ろうどうじょうけん さぎょうかんきょう こま  
労働条件や作業環境などで困ったこと、わからないことがあれば、最寄りの労働基準監督署に相談してください。

【場所】 おかやましきたくしもしい  
岡山市北区下石井1-4-1

おかやまだい ごうどうちようしや  
岡山第2合同庁舎1F

おかやまろうどうきよくろうどうきじゆんぶかんとくか  
岡山労働局労働基準部監督課

TEL : 086-225-2015

## 労働条件等の咨询服务

在日本，依照「劳动基准法」的规定为了保护劳动者的权利，对管理者进行指导和监督，各个县的劳动局都在各个地区设置了劳动基准监督署。在劳动条件和作业环境方面发生为难以及有不知道的事时，请到就近的劳动基准监督署进行咨询。

【地点】 岡山市北区下石井 1-4-1

岡山第2合同庁舎 1楼

岡山労働局労働基準部監督科

电话： 086-225-2015