Thông tin cuộc sống dành cho người nước ngoài sinh sống tại Miyazaki

Bảo vệ cuộc sống, gia đình và sức khoẻ của bạn.

Nếu có khó khăn trong cuộc sống ở Miyazaki hãy thảo luận với chúng tôi.

Trung tâm hỗ trợ người nước ngoài tại Miyazaki

Tầng hầm số 1 toà nhà Carino Miyazaki,
số 4-8-1 Tachibanadorihigashi Thành Phố Miyazaki
Thời gian: 10:00～19:00 từ T3 đến T7
Nghỉ lễ và nghỉ Tết Dương Lịch
SĐT：0985-41-5901　FAX：0985-41-5902
URL：https://support.mif.or.jp/　E-mail：support@mif.or.jp

▲Trung tâm hỗ trợ người nước ngoài tại Miyazaki

Facebook▲

Mục lục

Trường hợp khẩn cấp	2,3	Lưu trú	12
Thiên tai	4,5	Lao động	13
Cuộc sống	6,7	Chế độ bảo hiểm xã hội	14
Giáo dục	8	Thông tin về bản thân	15
Y tế	9,10,11	Tiếng Nhật khi gặp khó khăn	16

Trường hợp khẩn cấp ❶
Đừng vội vàng ! Hãy điện thoại !

Tai nạn / Phạm tội → Cảnh sát ☎ 110

Cấp cứu, (phát bệnh đột ngột, bị thương) / Hoả hoạn → Xe cấp cứu, xe cứu hỏa ☎ 119

Số 110 và 119 là miễn phí, có thể gọi từ ĐT di động hay ĐT công cộng.
Xe cấp cứu cũng miễn phí nhưng chỉ gọi trong trường hợp khẩn cấp.

Trong trường hợp mất hoặc bị trộm những thứ sau

- Hộ chiếu → Hãy liên lạc với đại sứ quán hoặc lãnh sự quán của quốc gia mình.
  Danh sách cơ quan nước ngoài tại Nhật
  https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/emblist/ ➡ Bộ ngoại giao
- Thẻ ngoại kiều → Liên lạc đến cục quản lí xuất nhập cảnh của khu vực đang sinh sống, thủ tục xin phát hành lại thực hiện trong vòng 14 ngày từ thời điểm biết thất lạc.
  Cục quản lí tại trú xuất nhập cảnh Fukuoka, văn phòng Miyazaki
  0985-31-3580
- Bằng lái xe → Xin cấp lại bằng tại trung tâm bằng lái của khu vực đang sinh sống.
  Trung tâm bằng lái xe tự động tổng hợp Miyazaki
  0985-24-9999
- Thẻ ngân hàng/thẻ rút tiền
  → Liên lạc với cơ quan tín dụng, ngân hàng để làm thủ tục khoá thẻ tạm thời.
  Ngân hàng Miyazaki cửa hàng chính 0985-27-3131
  Ngân hàng Bưu điện 0120-794889
  Ngân hàng Miyazaki Taiyo 0985-24-2111
- Ví • Xe đạp • Thứ khác
  → Đến đồn, sở cảnh sát gần nhất.

Chú ý **Khi xin phát hành lại hộ chiếu hay thẻ ngoại kiều cần có "Giấy chứng nhận đã xuất trình thất lạc" của cảnh sát.**

Trường hợp khẩn cấp ❷
Đừng lo âu một mình hãy thảo luận để giải quyết vấn đề!

Nếu có vấn đề về gia đình, xung đột vợ chồng hoặc bạo lực gia đình

- Phòng tư vấn nữ giới tỉnh Miyazaki
  0985-22-3858
- Phòng tư vấn an toàn cảnh sát
  #9110、0985-26-9110
- Đường dây nóng nhân quyền phụ nữ
  0570-070-810

Nếu có vấn đề về nạn phân biệt, bắt nạt

- Điện thoại tư vấn nhân quyền người tiếng nước ngoài 0570-090-911
- Đường dây nóng Yorisoi 0120-279-338
- Trung tâm hỗ trợ pháp luật Nhật Bản tại Miyazaki 0570-078-367

Nếu có vấn đề về ngược đãi hoặc khó khăn trong việc nuôi con

- Số điện thoại xử lý ngược đãi phòng tư vấn nhi đồng
  189 (Tiếp nhận 24 giờ, 365 ngày)
- Số điện thoại SOS trẻ em 24/24
  0120-0-78310 (Tiếp nhận 24 giờ, 365 ngày)
- Phòng tư vấn nhi đồng
  Trung tâm 0985-26-1551
  Miyakonojo 0986-22-4294
  Nobeoka 0982-35-1700

Thiên tai ❶

Luôn sẵn sàng tâm thế chuẩn bị và tiếp nhận thông tin chính xác!

Động đất **Trong toà nhà**
➡ Bảo vệ cơ thể → Tắt điện, bếp

Ở phía ngoài
➡ Chú ý những vật đổ vỡ, đồ rơi từ trên cao xuống

Sóng thần Rời xa các khu vực biển, sông, vách đá

Bão, thiên tai về nước Biết trước những nơi nguy hiểm bằng bản đồ Hazard

Sấm sét, vòi rồng Tránh xa cửa sổ, trú ẩn đến toà nhà kiên cố hoặc tầng hầm

Lánh nạn (chạy trốn)

Thông tin Tìm hiểu sẵn những thông tin chính xác!!

- Bản đồ Hazard ➡
  http://disaportal.gsi.go.jp/
- Gửi mail trống đến địa chỉ email dùng để đăng ký thông tin phòng chống thiên tai, tội phạm và tiếp hành thủ tục ➡
  bousai.miyazaki-pref@raiden2.ktaiwork.jp
- Bộ giao thông quốc gia ➡
  http://www.mlit.go.jp/
- Thông tin phòng chống thiên tai về sông
  http://www.river.go.jp/portal/#80 ➡
- NHK WORLD-JAPAN
  https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/news/
- Kênh Radio NHK Miyazaki
  Miyazaki 540 Nobeoka 621
  Kushima, Kobayashi 1026
  Miyakonojo 1161 Nichinan 1341 Takachiho 1584
- Số điện thoại truyền tin lúc thiên tai
  ➡☎ 171 (Có thể ghi âm và phát lại)

Thiên tai ❷

Luôn chuẩn bị để kéo dài sự sống!

Hành động để bảo vệ tính mạng khỏi thiên tai

1 Thực hiện hoá chịu động đất

Giữ nhà không bị hư hại, nội thất không bị đổ vỡ.

(Những nội thất không dịch chuyển)
Ví dụ như tủ lạnh, kệ sách,
lò vi sóng, ti vi, máy tính, bàn...

2 Nhanh chóng lánh nạn

Nhanh chóng di tản để tránh những thiên tai sau động đất như sóng thần, lũ lụt.

① Cho dù là dư chấn nhỏ
② Không sử dụng xe hơi
③ Không tin vào lời đồn
④ Rời khỏi khu vực sông, biển và đến chỗ cao

Hãy di tản!

3 Chuẩn bị

Chuẩn bị sẵn nước uống, thức ăn và vật dụng hằng ngày.

Dùng lúc khẩn cấp

Bộ dự trữ khi có thiên tai

Thẻ ngoại kiều và hộ chiếu

Sổ và thẻ ngân hàng

Tiền mặt

Thuốc

4 App ứng dụng phòng chống thiên tai

Cài đặt sẵn app phòng chống thiên tai sẽ có ích khi xảy ra thiên tai.

- Safety tips
- Tin tức • phòng chống thiên tai NHK
- NewsDigest
- Trình phiên dịch đa ngôn ngữ VoiceTra
- Hướng dẫn nơi lánh nạn toàn quốc
- App cảnh báo động đất sớm Yurekuru Call

Chú ý Nếu không kịp chạy trốn hãy gọi to để xin sự giúp đỡ.
Cũng có thể sử dụng còi báo để xin sự giúp đỡ.

Cuộc sống ❶
Những điều quan trọng để sinh sống

Nhà ở

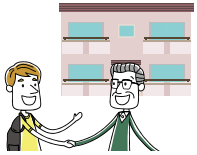
Tìm kiếm

・Tìm nhà, phòng ở nhờ bất động sản hoặc sử dụng internet và tạp chí thông tin nhà ở được bán ở nhà sách sẽ rất tiện lợi.

Thông tin chi tiết➡Hiệp hội giao dịch nhà đất tỉnh Miyazaki
0985-26-4522 http://www.m-takken.jp/

Thuê

・Khi thuê nhà ở cần người bảo chứng.
・Mất tiền phí cho công ty bất động sản, tiền đặt cọc để bảo chứng cho những lúc không thể thanh toán tiền lễ và tiền thuê nhà.



Sinh sống

・Nội thất, dụng cụ gia đình hầu hết không gắn sẵn.
・Không thể thay đổi nội thất như cửa, màu tường, sàn nhà, chiếu trải…

Ga điện nước

・Sau khi quyết định nơi ở sẽ đăng ký điện, ga, nước.

Điện → Công ty điện lực Kyushu Ga → Công ty ga ở khu vực sinh sống
Nước → Phòng quản lí đường nước của địa phương

Quy định và quy tắc cư xử

・**Việc bỏ rác** Do quy định đổ rác của mỗi địa phương khác nhau nên hãyxác nhận cách đổ rác, ngày và giờ quy định đổ rác.Cũng có việc chỉ định sử dụng túi rác tốn phí.

Phân loại rác → Hãy phân rác theo loại như rác cháy được, rác không cháy được, rác tài nguyên…

・**Tiếng ồn** Tránh tạo nên những âm thanh gây ồn cho xung quanh như là biểu diễn nhạc cụ, tiệc tùng, tiếng trẻ con ồn ào.

Những thông tin cuộc sống tiện lợi

・Thông tin cuộc sống đa ngôn ngữ
http://www.clair.or.jp/tagengo/ ➡
Bản ios Bản Android
・Cổng thông tin điện tử hỗ trợ cuộc sống người nước ngoài
http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyuukokukanri10_00055.html
・Bộ pháp vụ Địa chỉ liên lạc khi gặp khó khăn
www.moj.go.jp/content/001291871 ➡
・Dịch vụ cung cấp thông tin đa ngôn ngữ của Trung tâm hỗ trợ pháp luật Nhật Bản 0570-078377
・Trung tâm tư vấn dịch vụ khách hàng Bưu điện Nhật Bản tổng đài tiếng Anh 0570-046-111
Bộ Tư pháp

Cuộc sống ❷
Những điều cần biết trước để sinh sống

Tiền thuế

Là tiền do người làm việc ở Nhật Bản, người đi mua sắm chi trả cho nhà nước, các tỉnh thành, được sử dụng để phục vụ đời sống ở Nhật Bản.

Tiền thuế thu nhập → Trả trên số lương, thu nhập của năm đó.
Thuế cư trú → Những người đang làm việc có địa chỉ cư trú ở Nhật Bản chi trả khoản tiền được quyết định dựa theo thu nhập của năm trước đó.

※Bằng việc kê khai thu nhập trong một năm (Thủ tục kê khai thuế) tiền thuế sẽ được xác định. Người tự kinh doanh hoặc có thu nhập từ 2 tháng trở lên cần phải kê khai thuế.

Thuế tiêu thụ →
8% : Trả 8% thuế khi mua đồ ăn, thức uống (Trừ rượu)
10% : Trả 10% khi ăn uống tại quán nhậu hoặc nhà hàng và khi mua sắm những vật dụng khác.

Thuế ô tô → Người sở hữu ô tô chi trả.
Thông tin chi tiết ➡ Quầy "Thuế" của địa phương đang sinh sống.
Cục thuế quốc gia https://www.nta.go.jp/

Giao thông

Luật Người đi bộ bên phải, xe đạp, xe máy và ô tô đi bên trái. Hãy tuân thủ biển báo giao thông trên đường.

Bằng lái Để điều khiển ô tô cần có một trong ba loại bằng dưới đây.
① Bằng lái xe của Nhật Bản
② Bằng lái xe quốc tế
③ Bằng lái xe của quốc gia, vùng lãnh thổ đặc định

Chú ý
Bằng lái xe ngoại quốc (Cấp tại quốc gia của bạn)
Người có bằng lái này → Làm thủ tục đăng ký
→ Chuyển đổi bằng lái có thể sử dụng ở Nhật
Người không có bằng lái này
→ Thi lấy bằng giống như người Nhật

Thông tin chi tiết ➡ Cảnh sát tỉnh Miyazaki 0985-31-0110
http://www.pref.miyazaki.lg.jp/police/
Liên minh xe hơi Nhật Bản 0985-52-4511 https://jaf.or.jp
Trung tâm bằng lái xe tổng hợp tỉnh Miyazaki 0985-24-9999

Giáo dục
Học tập ở Nhật Bản　Học tiếng Nhật

Chế độ trường học
Tiểu học 6 năm, trung học cơ sở 3 năm, trung học phổ thông 3 năm, đại học 4 năm（Đại học ngắn hạn 2 năm）. Một năm học sẽ bắt đầu từ tháng 4 và kết thúc vào tháng 3 năm sau, có kỳ nghỉ hè và kỳ nghỉ đông ở giữa.

Nhập học • Chuyển trường
Trẻ em từ 6 tuổi đến 15 tuổi không liên quan đến quốc tịch, có thể đến học ở các trường tiểu học, trung học cơ sở công lập. Về thủ tục nhập học hãy xin tư vấn tại địa phương đang sinh sống. Trung học phổ thông và đại học thì có kỳ thi tuyển sinh đầu vào.

Tiểu học(6 năm)　THCS(3 năm)　THPT(3 năm)•Đại học(4 năm)

Thông tin chi tiết ➡ Hội đồng chính quyền địa phương về quan hệ quốc tế CLAIR Cổng thông tin cuộc sống đa ngôn ngữ
http://www.clair.or.jp/tagengorev/ja/index.html

Tìm kiếm trường học ➡ Trường học tỉnh Miyazaki (Mạng lưới giáo dục Himuka)
http://himuka.miyazaki-c.ed.jp/

Việc học tiếng Nhật　Học tiếng Nhật và kết nối với xã hội.

Lớp học tiếng Nhật trong tỉnh Miyazaki

Hiệp hội giao lưu quốc tế tỉnh Miyazaki　0985-32-8457
https://www.mif.or.jp/ ➡

Hiệp hội giao lưu quốc tế thành phố Miyazaki
0985-21-1719　http://www.miyazaki-mcia.jp/

Hiệp hội giao lưu quốc tế Miyakonojo
0986-23-2295　http://miyakonojo-mia.com/

Những trang web đề xuất

Web tin tức bằng tiếng Nhật dễ hiểu　https://www3.nhk.or.jp/news/easy/

NHK WORLD JAPAN Trang học tiếng Nhật　https://www.nhk.or.jp/lesson/

Trang học tiếng Nhật của Trung tâm giao lưu văn hoá Nhật Bản
https://minato-jf.jp/

Sổ tay cuộc sống và học tiếng Nhật của Cục văn hoá Nhật Bản
https://www.bunka.go.jp/seisaku/kokugo_nihongo/kyoiku/handbook/ ➡

Trang chủ Cục văn hoá

Kỳ thi năng lực Nhật Ngữ JLPT　https://www.jlpt.jp/

Y tế ❶
Những điều cần biết dùng khi bị bệnh và bị thương.

Bệnh viện ở Nhật được phân chia dựa trên tình trạng cơ thể như khoa nội, khoa ngoại, khoa nhi, khoa mắt, nha khoa.

•Tìm kiếm bệnh viện
Navi y tế Miyazaki　http://www.e-navi.pref.miyazaki.lg.jp/ ➡

Tư vấn qua điện thoại y tế trẻ em　#8000、0985-35-8855 (19h～ 8h hôm sau)

Khi bị phát sốt hoặc bị đụng trúng đầu, bị chuột rút nếu khó khăn hãy tư vấn.

Trung tâm y tế khẩn cấp ban đêm và ngày nghỉ.　**Chú ý** Trước khi đi hãy liên lạc rồi sử dụng.

Miyazaki	(19h ～ 7h hôm sau)	0985-77-9101 (Ca đêm)0985-77-9915
Miyakonojo	(19h ～ 7h hôm sau)	0986-36-8890
Nobeoka	(19h30～23h)	0982-21-9999
※Vì thứ ngày khám bệnh có thay đổi nên hãy lưu ý		
Nichinan	(19h ～ 22h)	0987-23-9999
Hyuga	(19h ～ 21h30)	0982-50-1000

Bác sĩ khám tại nhà（Băng ghi âm hướng dẫn）

Quận Kitamorokata Miyakonojo	0986-23-5555
Quận Higashi-usuki Hyuga	0982-53-1214
Khu vực Nichinan và Kushima	0987-23-9999

•Tìm kiếm thông tin y tế
Trung tâm thông tin y tế quốc tế AMDA
https://www.amdamedicalcenter.com/

Số điện thoại tư vấn người nước ngoài
03-6233-9266 (10：00 ～ 15：00 từ thứ 2 đến thứ 6)

Sổ tay y tế (Hiệp hội giao lưu quốc tế tỉnh Miyazaki)
https://www.mif.or.jp/ ➡

•Về chi phí khám chữa bệnh
Chi phí khám chữa bệnh sẽ được giảm nếu có tham gia bảo hiểm y tế nhưng nếu không tham gia bảo hiểm thì sẽ do bản thân chi trả toàn bộ.

Chú ý　**Khi đi khám bệnh bắt buộc phải mang theo thẻ bảo hiểm y tế.**

Y tế ❷

Sinh và nuôi dạy con

Mang thai Mang thai ➡ Nộp đơn đăng ký ➡ Nhận “Sổ tay sức khoẻ mẹ và bé”

♡ Sổ tay sức khoẻ mẹ và bé ♡ Là sổ tay ghi lại sức khoẻ mẹ và bé trong thời kỳ mang thai, các loại tiêm phòng và tình trạng khi sinh cho đến khi trẻ vào tiểu học.
Cũng có nơi đặt sổ tay bằng tiếng nước ngoài.

Thông tin chi tiết ➡ Quầy tư vấn của địa phương đang sinh sống

Sinh con Chuẩn bị ➡ Quyết định bệnh viện, tiếp nhận kiểm tra và chỉ đạo để bảo đảm sức khoẻ.

Sinh con ➡ Nếu tham gia bảo hiểm sẽ nhận được “Tiền trợ cấp sinh con nhận 1 lần”

Giấy khai sinh Sinh nhật của con ➡ Đặt tên
➡ Làm thủ tục khai sinh (Trong vòng 14 ngày)

Chú ý Không liên quan đến quốc tịch của cha mẹ, trường hợp sinh con tại Nhật cần phải làm thủ tục khai sinh.

Thông tin chi tiết ➡ Quầy tư vấn của địa phương đang sinh sống

Đăng ký quốc tịch

Đồng thời với thủ tục khai sinh cũng cần thủ tục đăng ký quốc tịch.
Cha mẹ đều là người Nhật ➡ Quốc tịch Nhật Bản
Cha mẹ là người nước ngoài ➡ Quyết định dựa trên luật pháp của quốc gia đó

Thông tin chi tiết ➡ Danh sách Đại sứ quán các nước tại Nhật của bộ Ngoại Vụ Nhật Bản
https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/embassy/ ➡
Bộ Ngoại giao

Y tế

Kiểm tra sức khoẻ Có thể khám bệnh định kỳ miễn phí tình trạng phát triển của trẻ.

Các loại tiêm phòng Là hình thức tiêm phòng các loại bệnh lây nhiễm, những bệnh được quy định bởi pháp luật hoặc là miễn phí hoặc là chi trả một phần chi phí.

Chi phí khám chữa bệnh Tỉnh và thành phố sẽ chịu một phần chi phí khám chữa bệnh đối với đối tượng là trẻ em có độ tuổi trước khi vào tiểu học, sống trong tỉnh Miyazaki và có tham gia bảo hiểm y tế.

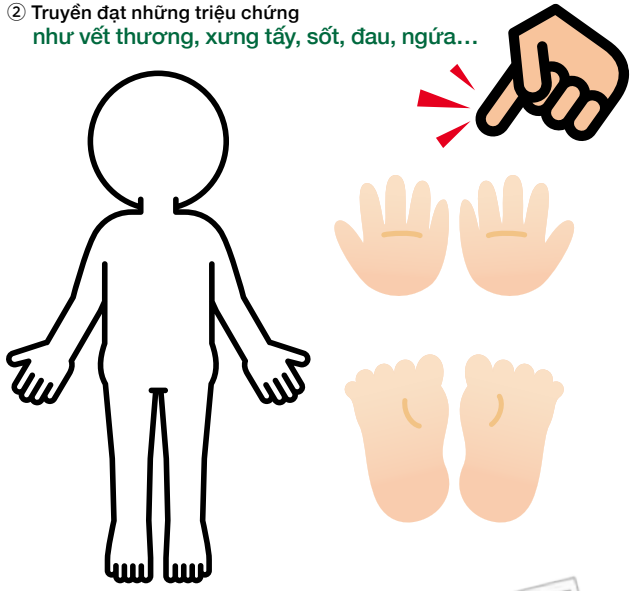
Chú ý Để nhận hỗ trợ chi trả phí khám chữa bệnh cần phải nộp đơn đăng ký.

Thông tin chi tiết ➡ Quầy tư vấn của địa phương sinh sống

Y tế ❸

Đi khám tại bệnh viện

- **Sử dụng tranh ảnh để truyền đạt.**
  ① Dùng tay chỉ vào bộ phận cơ thể cần khám.
  ② Truyền đạt những triệu chứng như vết thương, xưng tấy, sốt, đau, ngứa…



- **Tham khảo những tài liệu có ích ở bệnh viện.**

Có thể sử dụng những tài liệu như quy trình khám bệnh, bảng chi tiết danh mục khám bệnh・hoá đơn, danh mục khám bệnh・xét nghiệm, đơn đăng ký khám chữa bệnh, các loại tiêm phòng cho trẻ em...

Thông tin chi tiết ➡ Trung tâm thông tin y tế quốc tế AMDA
https://www.amdamedicalcenter.com/
Số điện thoại tư vấn người nước ngoài 03-6233-9266
(10:00~15:00 từ thứ 2 đến thứ 6)

Lưu trú

Thủ tục thực hiện sau khi nhập cảnh vào Nhật Bản

Tư cách lưu trú Là tư cách cần có để nhập cảnh và lưu trú ở Nhật. Được chia làm hai loại là "địa vị・thân phận" như người vĩnh trú, vợ hoặc chồng của người Nhật và "nội dung hoạt động" do quốc gia quyết định.

Thẻ ngoại kiều Là thẻ chứng nhận được trao cho người nước ngoài có tư cách lưu trú và sống dài hơn 3 tháng ở Nhật, luôn luôn bắt buộc phải mang theo thẻ này. Người đến du lịch không được cấp thẻ này.

Thủ tục cư trú Những thay đổi sau khi nhập cảnh hãy tiến hành thủ tục nhanh nhất có thể.

Cục quản lý nhập cảnh Nhật Bản

- Thay đổi họ tên, quốc tịch・vùng lãnh thổ, ngày tháng năm sinh (Thực hiện trong 14 ngày kể từ khi có thay đổi)
- Tư cách cư trú・đổi thời hạn cư trú (Trước ngày hết thời hạn cư trú)
- Xin phép hoạt động ngoài tư cách (Trước khi có thu nhập ngoài hoạt động tư cách cư trú)
- Xin phép vĩnh trú (Trước ngày thẻ ngoại kiều hết hiệu lực)

Chú ý **Giấy tờ cần thiết để làm thủ tục➡Đơn đăng ký, thẻ ngoại kiều, hộ chiếu hoặc giấy chứng nhận tư cách lưu trú, thẻ chứng minh nhân dân, giấy bảo chứng tiểu sử cá nhân, ảnh thẻ...**

Thông tin chi tiết ➡ Cục quản lý lưu trú xuất nhập cảnh Nhật Bản
http://www.immi-moj.go.jp ➡

Trung tâm thông tin tổng hợp cư trú dành cho người nước ngoài 0570-013904
Cục quản lý lưu trú xuất nhập cảnh Fukuoka văn phòng Miyazaki 0985-31-3580

Đăng ký cư trú Thủ tục cần thiết khi sống ở Nhật hơn 3 tháng

Cơ quan nhà nước của địa phương đang sinh sống hiện tại.

- Giấy đăng ký địa chỉ Trình báo địa chỉ đã quyết định sinh sống (Trong vòng 14 ngày)
- Giấy báo chuyển đi Trình báo trước khi dọn nhà
- Giấy báo chuyển đến Trình báo sau khi dọn nhà đến (Trong vòng 14 ngày)

※ Vật cần mang theo để làm thủ tục : Thẻ ngoại kiều, hộ chiếu

Khi đăng ký cư trú thẻ **my number** gồm 12 con số sẽ được phát hành. Đây là thẻ cần thiết cho nhiều thủ tục nên cần cất giữ cẩn thận.
Thông tin chi tiết➡Tổng đài miễn phí tổng hợp thẻ my number 0120-017-826

Quầy tiếp nhận "đăng ký cư trú" của địa phương

Lao động

Làm việc tại Nhật

Tư cách để làm việc

Tư cách lưu trú được công nhận khi nhập cảnh vào Nhật, nội dung hoạt động và thời hạn lưu trú được quyết định.

- Danh sách các loại tư cách lưu trú
  http://www.immi-moj.go.jp/tetuduki/kanri/qaq5.pdf ➡
- Trường hợp có thu nhập bằng hoạt động ngoài tư cách lưu trú
- Trường hợp du học sinh muốn làm việc (Dưới 28 tiếng 1 tuần)

Trang chủ Cục quản lý lưu trú xuất nhập cảnh

Đơn xin phép hoạt động ngoài tư cách

➡ Trang chủ Xin cấp phép hoạt động ngoài tư cách
http://www.moj.go.jp/ONLINE/IMMIGRATION/16-8.html ➡

Mẫu đơn xin cấp phép hoạt động ngoài tư cách

Tìm kiếm công việc

Hellowork là cơ quan nhà nước tổ chức giới thiệu và tư vấn công việc miễn phí, có thể xem được dữ liệu công việc trên toàn quốc thông qua internet.

➡ Dịch vụ mạng internet Hellowork https://www.hellowork.mhlw.go.jp/

Hợp đồng lao động

Hãy xác nhận nội dung điều kiện lao động khi làm việc.

- Nội dung : Bao gồm nơi làm việc, nội dung công việc, mức lương, thời gian lao động, ngày nghỉ, chế độ bảo hiểm...
- Rắc rối : Khi đang làm việc có phát sinh khó khăn, khác với nội dung đã ký hợp đồng thì hãy tư vấn đến Sở giám sát tiêu chuẩn lao động.

Tai nạn lao động

- Khi bị thương hay bị bệnh do công việc hoặc khi gặp tại nạn, thiên tai trên đường đi làm, nếu được công nhận thì những chi phí trả cho bệnh viện sẽ được chi trả bởi bảo hiểm tai nạn lao động.
- Tiền bảo hiểm là do công ty phụ trách nhưng đơn trình báo tai nạn lao động cần phải do người bị thương hay bị bệnh hoặc công ty đăng ký đến Sở giám sát tiêu chuẩn lao động.

Thông tin chi tiết ➡ Sở giám sát tiêu chuẩn lao động

Miyazaki	0985-29-6000	Nobeoka	0982-34-3331
Miyakonojo	0986-23-0192	Nichinan	0987-23-5277

Chế độ đảm bảo xã hội
Chế độ của nhà nước bảo vệ cuộc sống

Bảo hiểm y tế Khi có thiên tai hay bệnh tật, toàn thể xã hội hỗ trợ cuộc sống. Nếu tham gia bảo hiểm sẽ nhận được thẻ bảo hiểm y tế, chi phí khám chữa bệnh sẽ giảm bớt.

- **Bảo hiểm y tế quốc dân** Là loại bảo hiểm do người tự kinh doanh hoặc người không làm việc tham gia.
  Liên hệ ➡ "Quầy tiếp nhận bảo hiểm y tế quốc dân" của địa phương
- **Bảo hiểm y tế** Là loại bảo hiểm do người làm việc ở công ty tham gia
  Liên hệ ➡ Người phụ trách bảo hiểm của công ty

Chú ý Những người làm thêm hoặc làm bán thời gian tuỳ thuộc vào thời gian làm việc và thu nhập có trường hợp phải tham gia "bảo hiểm y tế quốc dân" chứ không phải tham gia bảo hiểm y tế. Thêm nữa, tuỳ vào tư cách lưu trú mà cũng có người không thể tham gia bảo hiểm.

Bảo hiểm thất nghiệp Là loại bảo hiểm có thể nhận được tiền phụ cấp khi thất nghiệp.

Chế độ Bảo hiểm lương hưu Là chế độ hỗ trợ lúc về già bằng việc chi trả tiền bảo hiểm

- **Lương hưu quốc dân** Do người tự kinh doanh và người không làm việc tham gia đóng. Không liên quan đến thu nhập, người tham gia chi trả tiền bảo hiểm giống nhau.
  Liên hệ ➡ Quầy tiếp nhận "Lương hưu quốc dân" của địa phương

- **Lương hưu phúc lợi cộng đồng** Do người đi làm ở công ty tham gia, tiền bảo hiểm được quyết định trên mức lương tương ứng.
  Liên hệ ➡ Người phụ trách lương hưu của công ty.

Thông tin chi tiết

Bộ lao động phúc lợi xã hội Nhật Bản
https://www.mhlw.go.jp/ ➡

Dịch vụ hưu trí Nhật Bản
https://www.nenkin.go.jp/ ➡

Thông tin cơ bản của bản thân
(わたしについて)

- Họ tên (なまえ): .....
- Địa chỉ (じゅうしょ): .....
  .....
- Điện thoại (でんわ): .....
- Quốc tịch (こくせき): .....
- Ngôn ngữ nói (はなすことば): .....
- Ngày tháng năm sinh (せいねんがっぴ): .....
- Giới tính (せいべつ): ..... Nhóm máu (けつえきがた): .....
- Địa chỉ liên lạc khẩn cấp (きんきゅうれんらくさき): .....
- Bệnh đang mắc phải (かかっているびょうき): .....
- Thuốc đang uống (のんでいるくすり): .....
- Tôn giáo (しゅうきょう): .....
- Thực phẩm không ăn được (たべられないしょくひん): .....

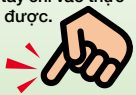
Tiếng Nhật khi gặp khó khăn

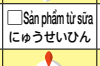
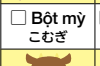
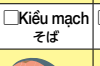
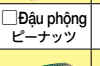
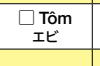
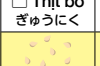
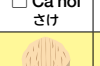
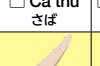
(Tiếng Việt)	(Tiếng Nhật・Phát âm tiếng Nhật)
• **Cứu tôi với!**	たすけて! Tasukete!
• **Tôi gặp tai nạn giao thông.**	こうつうじこです。 Kotsu-jiko desu.
• **Có cháy!**	かじです。 Kaji desu.
• **Tôi bị bệnh.**	びょうきです。 Byoki desu.
• **Tôi bị thương.**	けがです。 Kega desu.
• **Chỗ… bị đau.**	○○がいたいです。 OO ga itai desu.
• **Tên của tôi là…**	わたしのなまえは、○○です。 Watashi no namae wa OO desu.
• **Địa chỉ của tôi là…**	じゅうしょは、○○です。 Jyusho wa OO desu.
• **Bây giờ tôi đang ở…**	わたしは、いま、○○にいます。 Watashi wa ima OO ni imasu.
• **Số điện thoại là…**	でんわばんごうは、○○です。 Denwa bango wa OO desu.

Cái này tôi không ăn được.
これはたべられません! Kore wa taberaremasen!

Có cho cái này vào hay không?
これがはいっていますか? Kore ga haitte imasu ka ?

Hãy dùng ngón tay chỉ vào thực phẩm không ăn được.



☐ Trứng たまご	☐ Sản phẩm từ sữa にゅうせいひん	☐ Bột mỳ こむぎ	☐ Kiều mạch そば	☐ Đậu phộng ピーナッツ	☐ Tôm エビ	☐ Cua カニ
						
☐ Thịt lợn ぶたにく	☐ Thịt gà とりにく	☐ Thịt bò ぎゅうにく	☐ Cá hồi さけ	☐ Cá thu さば	☐ Bào ngư あわび	☐ Mực いか
☐ Trứng cá hồi いくら	☐ Đậu nành だいず	☐ Mè ごま	☐ Hạt óc chó くるみ	☐ Khoai mỡ やまいも	☐ Nấm Tùng Nhung まつたけ	☐ Hồng đào もも
						
☐ Táo りんご	☐ Cam オレンジ	☐ Chuối バナナ	☐ Kiwi キウイフルーツ	☐ Hạt điều カシューナッツ	☐ Gelatin ゼラチン	