

# 目次

## はじめに

### 第1章 入国・在留手続

1	在留カード	1
1-1	在留カードの交付	1
1-2	住居地の届出（転入届）	2
1-3	在留カードの紛失	2
1-4	在留カードの返納	3
2	在留資格に関する手続	4
2-1	在留期間の更新（在留期限を延長したいとき）	4
2-2	在留資格の変更（日本に在留する目的を変更するとき）	4
2-3	永住許可	5
2-4	在留資格の取得（子どもが生まれた場合）	5
2-5	資格外活動許可	6
2-6	地方出入国在留管理局への届出	6
	（1）活動機関に関する届出	
	（2）契約機関に関する届出	
	（3）配偶者に関する届出	
3	再入国許可（現在の在留資格を維持して再度日本に入国する）	8
	（1）みなし再入国許可（1年以内に日本に戻ってくる場合）	
	（2）再入国許可（1年より長く日本を離れる場合）	
4	難民認定手続	9
4-1	「難民」とは	9
4-2	難民認定申請について	9
4-3	審査請求	9
5	退去強制手続など	10
5-1	主な退去強制理由	10
5-2	退去強制となった場合	10
5-3	出国命令制度	10
5-4	在留特別許可	10

6	出入国・在留等の手続についての問合せ先.....	11
7	出入国在留管理庁からの情報発信 .....	12
7-1	出入国在留管理庁公式ホームページ.....	12
7-2	出入国在留管理庁公式 SNS 等.....	12

## 第2章 市区町村での手続

1	必要な届出 .....	13
1-1	住所の届出.....	13
	(1) 新規の上陸許可を受けて日本に入国した場合	
	(2) 引越しをする場合	
1-2	婚姻届.....	14
	(1) 婚姻の届出に必要なもの	
	(2) 本国での有効性	
1-3	離婚届.....	15
	(1) 本国での有効性	
	(2) 勝手に離婚届が提出されることが心配な場合	
1-4	死亡届.....	15
	(1) 死亡の届出に必要なもの	
	(2) 在留カードの返納	
1-5	印鑑登録.....	16
	(1) 印鑑登録の手続	
	(2) 印鑑登録証明書	
2	マイナンバー制度.....	17
2-1	マイナンバー制度とは .....	17
2-2	マイナンバーカード .....	17
	(1) 記載事項	
	(2) どんなときに使うのか	
	(3) 申請方法	
	(4) 受取方法	
2-3	マイナンバーカードの取扱いに関する注意点 .....	19
2-4	その他.....	19

1	働く前の基礎知識.....	20
1-1	在留資格.....	20
1-2	仕事の探し方.....	20
	(1) ハローワーク	
	(2) 紹介会社を利用する場合	
1-3	働く形態.....	21
	(1) 派遣労働者（派遣社員）	
	(2) 契約社員（有期労働契約の社員）	
	(3) パートタイム労働者	
	(4) 業務委託（請負）契約を結んで働いている人	
1-4	労働契約.....	22
	(1) 「労働者」の範囲	
	(2) 労働条件の明示	
1-5	賃金.....	24
	(1) 最低賃金とは	
	(2) 最低賃金の特徴	
	(3) 休業手当	
2	働くときのルール.....	24
2-1	賃金の支払われ方.....	24
2-2	労働時間・休憩・休日.....	25
	(1) 労働時間	
	(2) 休憩	
	(3) 休日	
	(4) 派遣社員の労働条件決定に関する義務	
2-3	時間外労働・休日労働.....	26
	(1) 時間外労働・休日労働	
	(2) 割増賃金	
2-4	母性健康管理・産前産後休業・育児休業・介護休業.....	27
	(1) 妊娠したら	
	(2) 産前産後休業	
	(3) 育児休業	
	(4) 介護休業	
2-5	退職・解雇など.....	29
	(1) 退職	
	(2) 解雇	
	(3) 会社の倒産	

(4) 雇用保険（基本手当）	
(5) 求職活動	
3 健康と安全	33
3-1 安全・快適な職場環境	33
(1) 労働安全衛生法の内容	
(2) 健康診断など	
(3) 医師の面接指導	
3-2 仕事でのけが・病気などの補償（労災保険）	34
(1) 労災保険適用の流れ	
(2) その他留意事項	
3-3 性別による差別の禁止	35
(1) 求職時	
(2) 入社後	
3-4 ハラスメント防止措置	36
3-5 外国人雇用管理指針	36
4 社会保険・労働保険	37
4-1 健康保険・国民健康保険	37
4-2 国民年金・厚生年金保険	37
4-3 介護保険	37
4-4 雇用保険	37
(1) 適用対象	
(2) 保険料の負担	
4-5 労災保険	38

## 第4章 出産・子育て

1 妊娠の手続	39
1-1 妊娠の届出と母子健康手帳の交付等	39
1-2 妊婦健康診査	39
1-3 保健師・助産師などによる訪問指導	40
1-4 両親学級（母親学級・父親学級）	40
2 出産後の手続	41
2-1 出生届	41
(1) 出生の届出に必要なもの	
(2) その他の手続	
2-2 出生した子の本国への届出	41

3	出産費用と各種手当.....	42
3-1	出産育児一時金.....	42
3-2	出産手当金.....	42
3-3	育児休業給付（育児休業中の給付）.....	43
	（1）育児休業給付金	
	（2）出生時育児休業給付金	
3-4	児童手当.....	44
	（1）受給できる人	
	（2）受給方法	
	（3）受給できる額	
	（4）受給時期	
4	育児.....	45
4-1	乳幼児健康診査.....	45
4-2	予防接種.....	46
4-3	子どもの医療費.....	46
4-4	就学前の子どもを対象とする施設.....	46
	（1）保育所	
	（2）幼稚園	
	（3）認定こども園	
4-5	放課後児童クラブ（学童保育）.....	47
4-6	ファミリー・サポート・センター.....	48

## 第5章 教育

1	日本の教育制度.....	49
1-1	小学校・中学校.....	50
1-2	高等学校.....	50
1-3	外国人学校.....	50
1-4	夜間中学.....	51
1-5	中学校卒業程度認定試験.....	51
1-6	高等学校卒業程度認定試験.....	51
1-7	高等教育機関（大学など）.....	52
1-8	高等教育機関への入学試験.....	53
2	教育費の経済的支援.....	54
2-1	就学援助.....	54
2-2	高等学校等就学支援金.....	54
2-3	高校生等奨学給付金.....	55
2-4	高等教育段階における奨学金.....	55

3	日本語学習 .....	56
3-1	日本語について .....	56
3-2	日本語教育の参照枠 .....	56
3-3	日本語学習の場 .....	57
	(1) 日本語学校	
	(2) 地域の日本語教室	
	(3) 通信・遠隔教育	
3-4	日本語学習ウェブサイト	
	「つながるひろがる にほんごでのくらし」(通称：つなひろ) .....	58
3-5	「日本語教育の参照枠」に基づく日本語能力自己評価ツール	
	「にほんご チェック!」について .....	59

## 第6章 医療

1	医療機関 .....	60
1-1	医療機関の種類 .....	60
1-2	医療機関を探す .....	61
2	医療保険 .....	62
2-1	健康保険 .....	62
	(1) 加入要件	
	(2) 保険料	
	(3) 給付内容	
2-2	国民健康保険 .....	64
	(1) 加入要件	
	(2) 加入・脱退手続	
	(3) 保険料	
	(4) 給付内容	
2-3	後期高齢者医療制度 .....	66
	(1) 加入要件	
	(2) 加入・脱退手続	
	(3) 保険料	
	(4) 給付内容	
3	薬 .....	68
3-1	薬局 .....	68
3-2	ドラッグストア .....	68

1	年金	69
1-1	国民年金	70
	(1) 被保険者（加入者）及び加入手続	
	(2) 保険料	
	(3) 給付	
1-2	厚生年金保険	72
	(1) 被保険者（加入者）	
	(2) 保険料	
	(3) 保険給付	
1-3	脱退一時金	75
2	介護保険	77
2-1	加入対象者	77
2-2	保険料	77
2-3	介護サービスの利用	77
3	児童福祉	78
3-1	児童手当	78
3-2	児童扶養手当	78
3-3	特別児童扶養手当	79
3-4	障害児福祉手当	79
4	障害福祉	80
4-1	手帳	80
4-2	障害者・障害児への行政サービス	80
5	生活保護	81
5-1	生活保護を受けるに当たっての要件など	81
	(1) 資産の活用	
	(2) 能力の活用	
	(3) 他の給付など	
	(4) 扶養義務者による扶養	
5-2	保護の種類と内容	82
6	生活困窮者自立支援制度	83

1	所得税	84
1-1	納税義務者と課税の対象となる所得の範囲	85
	(1) 居住者	
	(2) 非永住者	
	(3) 非居住者	
1-2	所得税の確定申告と納税	86
	(1) 確定申告が必要な人	
	(2) 確定申告をすれば所得税が戻る人	
	(3) 確定申告及び納税の期限	
	(4) 日本から出国する場合	
1-3	主な所得控除	87
	(1) 親族を扶養している場合	
	(2) 配偶者がいる場合	
	(3) 社会保険料を納めた場合	
	(4) 生命保険料などを支払った場合	
	(5) 医療費を支払った場合	
1-4	源泉徴収と年末調整	88
1-5	租税条約による特例	88
2	住民税	89
2-1	住民税とは	89
2-2	住民税の納付	89
2-3	その他	89
3	消費税	90
4	自動車を持っている人が納める税金	90
4-1	自動車税／軽自動車税	90
	(1) 自動車税／軽自動車税環境性能割	
	(2) 自動車税／軽自動車税種別割	
4-2	自動車重量税	90
5	固定資産税	91
6	税金に関する問合せ先	91
6-1	国税に関する問合せ	91
	(1) 電話相談センター	
	(2) タックスアンサー（よくある税の質問）	
	(3) 国税庁ホームページの案内	
6-2	地方税に関する問合せ	92



## 第9章 交通

1	交通ルール	93
1-1	歩くときに心がけるべきこと	93
	(1) 通行するとき	
	(2) 横断の方法	
	(3) 夜間に道路を歩くと	
1-2	自転車に乗るときに心がけるべきこと	94
	(1) 自転車の通行ルール「自転車安全利用五則」の遵守	
	(2) 交差点の通り方	
1-3	特定小型原動機付自転車（いわゆる電動キックボード等）を 運転するとき	96
1-4	自動車（オートバイを含む）を運転するとき	97
2	運転免許	98
2-1	日本の運転免許の取得	98
2-2	日本の運転免許証の更新など	98
2-3	運転免許の点数制度	99
3	自動車（オートバイを含む）の保有	99
3-1	自動車の登録	99
	(1) 登録が必要なときと登録手続の名前	
	(2) 登録手続を行える場所と問合せ先	
3-2	車庫証明	100
3-3	自動車（一部のオートバイを含む）の検査	100
3-4	自動車保険	101
	(1) 自賠責保険（共済）	
	(2) 任意保険（共済）	
4	交通事故が発生した場合の対応	103
4-1	車両の運転の停止	103
4-2	救急・警察への通報	103
4-3	医師の診断	103
4-4	交通事故証明書の申請	103

## 第10章 緊急・災害

1	緊急のときの電話	104
1-1	急病・けが、火事など（119番）	104
1-2	交通事故・犯罪被害など（110番）	105

2	災害	106
2-1	台風や集中豪雨	106
	(1) 河川の氾らん	
	(2) 土砂災害	
2-2	地震	107
2-3	津波	109
2-4	火山噴火	110
3	避難	111
3-1	避難場所	111
3-2	避難情報	111
3-3	避難方法	113
3-4	災害のときに役立つ気象情報の入手	115

## 第 11 章 住居

1	日本の住宅について	117
1-1	持ち家	117
1-2	公営住宅	117
1-3	UR 賃貸住宅	117
1-4	民間賃貸住宅	117
2	入居について	118
2-1	公営住宅	118
2-2	UR 賃貸住宅	118
2-3	民間賃貸住宅	118

## 第 12 章 日常生活におけるルール・習慣

1	生活のルール	121
1-1	ごみ	121
	(1) ごみ出しの基本ルール	
	(2) 不法投棄など（違法なごみ捨て）	
1-2	騒音	123
1-3	トイレ	123
1-4	携帯電話の使用	123
1-5	電車やバスの中	123
1-6	温泉・銭湯	124
1-7	禁止を示す標識	124

2	感染症の予防 .....	125
2-1	手洗い.....	125
2-2	咳エチケット .....	126
2-3	湿度 .....	126
2-4	休養と栄養摂取.....	126
2-5	外出 .....	126
3	生活に必要なこと.....	127
3-1	地域生活.....	127
	(1) コミュニティ団体 (自治会・町内会)	
	(2) 近所付き合い	
3-2	防犯 .....	127
3-3	日常生活を送るのに必要なサービス.....	128
	(1) 電気	
	(2) ガス	
	(3) 水道	
3-4	携帯電話.....	130
	(1) 携帯電話の契約	
	(2) 契約や利用の際に注意すること	
3-5	銀行口座.....	131
	(1) 銀行口座を開設する	
	(2) 住所や在留期限が変わったらすぐに銀行に届け出る	
	(3) 使わない銀行口座を解約する	
3-6	郵便局.....	132
4	公共交通 .....	133
4-1	ICカード.....	133
	(1) 基本的な機能	
	(2) 記名カード	
	(3) 無記名カード	
	(4) 預り金 (デポジット)	
4-2	鉄道 .....	134
	(1) 鉄道の利用	
	(2) 切符の種類	
	(3) その他の切符	
4-3	バス .....	135
	(1) 長距離を移動するもの (長距離バス)	
	(2) 住んでいる地域の決まったルートを移動するもの (路線バス)	