

■ 日本で働くためには

日本で働くためには、働くことができる在留資格が必要です。仕事は在留資格に書いてあることが出来ます。(→23 ページ)

働くときは、仕事に関係する日本の法律やきまりを知ってください。

■ 日本で仕事をさがすとき〔ハローワーク(公共職業安定所)＜仕事をさがすところ＞〕

公共職業安定所は仕事をさがしたり相談ができる場所です。給料、働く時間、会社の場所などを考えて、仕事をさがしている人にあった会社をしょうかいします。

通訳が いる「外国人雇用サービスコーナー」などもあります。

ハローワーク(公共職業安定所)

(2020年6月)

なまえ 名前	じゅうしょ 住所	でんわ 電話	ことば 言葉	じかん 時間
ちば 千葉	ちばし 千葉市 みはま区幸町 1-1-3	043-242-1181	にほんご 日本語	げつようびから きんようびまでの 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん 午前8時30分から 午後5時15分まで
			えいご 英語	げつようび すいようび きんようび 月曜日と 水曜日と 金曜日の ごぜん じ ひる ごご じ ぶん 午前10時から 昼の 12時までと ごご じ から ごご じ 午後1時から 午後3時まで
			ポルトガル 語	げつようび すいようび 月曜日と 水曜日の ごぜん じ ひる じ 午前10時から 昼の 12時までと ごご じ から ごご じ 午後1時から 午後3時まで
			スペイン語	きんようび 金曜日の ごぜん じ ひる じ 午前10時から 昼の 12時までと ごご じ から ごご じ 午後1時から 午後3時まで
			ちゅうごくご 中国語	もくようび 木曜日の ごぜん じ ひる じ 午前10時から 昼の 12時までと ごご じ から ごご じ 午後1時から 午後3時まで
ハローワーク プラザちば	ちばし 千葉市 ちゅうおうくしんまち 中央区新町 3-13 千葉 TN ビル 1階	043-238-8300	にほんご 日本語	げつようびから きんようびまでの ごぜん じ ぶん ごご じ 午前10時15分から 午後7時まで まいつきだい じようび だい じようび 毎月第2土曜日と 第4土曜日の ごぜん じ から ごご じ 午前10時から 午後5時まで

なまえ 名前	じゅうしょ 住所	でんわ 電話	ことば 言葉	じかん 時間
マザーズハロ ーワークちば く子どもがい る女の人>	ちばし 千葉市 ちゅうおうくしんまち 中央区新町 3-13 千葉 TNビル1階	043-238-8100	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ふん ごご じ 午前10時15分から 午後7時まで
ちばみなみ 千葉南	ちばし 千葉市 ちゅうおうくみなみちよう 中央区南町 2-16-3 海気 かんそがえきまえ 館蘇我駅前 ビル3階、4 階	043-300-8609	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ふん 午前8時30分から 午後5時15分まで
			ちゅうごくご 中国語	かようび ごぜん じ ひる じ 火曜日の 午前10時から 昼の 12時 までと午後1時から 午後3時まで
			えいご 英語・スペ イン語	もくようび ごぜん じ ひる じ 木曜日の 午前10時から 昼の 12時 までと午後1時から 午後3時まで
ハローワーク プラザ市原	いちはらしきらしな 市原市更級 5-1-18	0436-23-6941	にほんご 日本語	げつようび かようび すいようび 月曜日と 火曜日と 水曜日と きんようび どようび ごぜん じ ぶん 金曜日と 土曜日の午前8時30分から 午後5時まで
いちかわ 市川	いちかわし 市川市 みなみやわた 南八幡 5- 11-21	047-370-8609	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ふん 午前8時30分から 午後5時15分まで まいつきだい どようび だい どようび 毎月第2土曜日と 第4土曜日の ごぜん じ ごご じ 午前10時から 午後5時まで (土曜日は 電話の 相談だけ)
			えいご 英語・ ちゅうごくご 中国語	すいようび ごぜん じ ひる じ 水曜日の 午前10時から 昼の 12時 までと 午後1時から 午後3時まで
ちやうし 銚子	ちやうしし 銚子市 ちゅうおうちやう 中央町 8-16	0479-22-7406	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ふん 午前8時30分から 午後5時15分まで
たてやま 館山	たてやましやわた 館山市八幡 815-2	0470-22-2236	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ふん 午前8時30分から 午後5時15分まで
きさらづ 木更津	きさらづし 木更津市 ふじみ 富士見1-2-1 スパークルシ ティ木更津ビ ル5階	0438-25-8609	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ふん 午前8時30分から 午後5時15分まで
さわら 佐原	かとりしきた 香取市北 1- 3-2	0478-55-1132	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ふん 午前8時30分から 午後5時15分まで

なまえ 名前	じゅうしょ 住所	でんわ 電話	ことば 言葉	じかん 時間
もぼら 茂原	もぼらしたかし 茂原市高師 だい もぼら 台1-5-1茂原 ちほうごうどう 地方合同 ちようしゃ かい 庁舎1階	0475-25-8609	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん 午前8時30分から 午後5時15分まで
いすみ	いすみ市 おおほら 大原 8000-1	0470-62-3551	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん 午前8時30分から 午後5時15分まで
まつど 松戸	まつどしまつど 松戸市松戸 1307-1 松戸 ビル 3階 かい	047-367-8609	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん 午前8時30分から 午後5時15分まで まいつきだい どのようび だい どのようび 毎月第1土曜日と 第3土曜日の ごぜん じ ぶん ごご じ 午前10時から 午後5時まで
			えいご 英語	げつようび ごぜん じ ひる じ 月曜日の 午前10時から 昼の 12時 までと午後1時から 午後3時まで かようび ごご じ ぶん 火曜日の午後1時から 午後5時まで
			ちゆうごくご 中国語	すいようび ごご じ ぶん 水曜日の 午後1時から 午後5時まで
			ポルトガル語	かようび ごご じ ぶん 火曜日の 午後1時から 午後5時まで
			スペイン語	げつようび ごぜん じ ひる じ 月曜日の 午前10時から 昼の 12時 までと午後1時から 午後3時まで
ハローワーク プラザ 柏 かしわ	かしわかしわ 柏市柏4-8-1 かしわひがしぐちかねこ 柏東口金子 ビル 3階 かい	04-7166-8609	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの 午前10時 ぶん ごご じ 15分から 午後7時まで
の だ 野田	の だし 野田市みず き 2-6-1	04-7124-4181	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん 午前8時30分から 午後5時15分まで
ふなばし 船橋	ふなばししみなとちよう 船橋市湊町 2-10-17 だいいちちようしゃ (第一庁舎) ふなばししほんちよう 船橋市本町 2-1-1 ふなばし 船橋スクエア ビル 21ビル だいにちようしゃ (第二庁舎)	047-431-8287 (第一庁舎) 047-420-8609 (第二庁舎) がいこく ひと ※外国の 人 の 仕事の しょうかい だいに 紹介は 第二 ちようしゃ 庁舎	にほんご 日本語	げつようび きんようび 月曜日から 金曜日までの ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん 午前8時30分から 午後5時15分まで (第一庁舎) げつようび かようび もくようび 月曜日と 火曜日と 木曜日の ごぜん じ ぶん ごご じ ぶん 午前8時30分から 午後5時15分まで すいようび ごぜん じ ぶん ごご 水曜日の 午前8時30分から 午後7 時まで まいつきだい どのようび だい どのようび 毎月第1土曜日と 第3土曜日の ごぜん じ ぶん ごご じ 午前10時から 午後5時まで (水曜日の 午後5時15分より 遅い じかん どのようび でんわ そうだん 時間と 土曜日は 電話の 相談だけ) だいにちようしゃ (第二庁舎)

			中国語	月曜日の 午前10時から 昼の 12時 までと 午後1時から 午後3時まで
			英語	火曜日と 金曜日の 午前10時から 昼の 12時までと 午後1時から 午後3 時まで
			ポルトガル語	火曜日と 金曜日の 午前10時から 昼の 12時までと 午後1時から 午後 3時まで
			スペイン語	火曜日と 金曜日の 午前10時から 昼の 12時までと 午後1時から 午後 3時まで
名前	住所	電話	言葉	時間
成田	成田市 加良部3-4-2	0476-27-8609	日本語	月曜日から 金曜日までの 午前8時30分から 午後5時15分まで
			英語	火曜日と 木曜日の 午前11時から 昼の 12時までと 午後1時から 午後 4時まで
			スペイン語	木曜日の 午前11時から 昼の 12時 までと 午後1時から 午後4時まで
			ポルトガル語	火曜日の 午前11時から 昼の 12時 までと 午後1時から 午後4時まで
			中国語	金曜日の 午前11時から 昼の 12時 までと 午後1時から 午後4時まで

とうきょうがいこくじんこよう
◇東京外国人雇用サービスセンター

日本で 仕事をしたい 外国人の 学生や、専門的な 仕事ができる 在留資格が ある人が 仕事を さがす てつだいを します。

*英語と 中国語を 話すことが できる 通訳が います。いる日は きまっています。通訳が 必要な 人は 先に 電話で きいて ください。

時間:午前9時から 午後5時まで (土曜日と 日曜日と 祝日と、12月の おわりと 1月の はじめは 休みです)

場所:〒160-0004 新宿区四谷1-6-1四谷タワー13階
電話:0570-011000

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>

◆新宿外国人雇用支援・指導センター

日本人の配偶者<夫や妻>、定住者など、仕事ができる在留資格の人やアルバイトをしたい外国人の学生が仕事をさがすつたいでをします。

*英語と中国語を話すことができる通訳がいます。必ず予約がいます。通訳が必要な場合は必ずくるまえに電話で予約してください。

時間:午前8時30分から午後5時15分まで(土曜日と日曜日と祝日と、12月のおわりと1月のはじめは休みです)

場所:〒160-8489 東京都新宿区歌舞伎町2-42-10

ハローワーク新宿(歌舞伎町庁舎)1階

電話:03-3204-8609

[https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-](https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/gaikokujin_center_goannai/gaikokujin_koyou_center/map2.html)

[foreigner/gaikokujin_center_goannai/gaikokujin_koyou_center/map2.html](https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/gaikokujin_center_goannai/gaikokujin_koyou_center/map2.html)

■労働契約<仕事の約束>をする

日本で働く人は、国籍・性別にかんけいなく、日本の仕事に関係する法律に守られます。

労働基準法、最低賃金法、労働安全衛生法、労働者災害補償保険法などです。在留資格がない人も同じです。

あとで問題にならないように、仕事の契約をするときは、どんな仕事をするのか、どれくらいの時間働くのか、給料をいくらもらうのかなどを、紙に書いてもらってください。会社は下のことを書いて働く人にみせるよう、法律でまっています。

- ① 労働の契約期間<いつからいつまで働くのか>
- ② 契約更新の基準<働く期間を長くできるのはどんなときか>
- ③ 仕事をする場所、どんな仕事をするか
- ④ 仕事を始める時間とおわりの時間、きまった残業<きめた時間よりながく働くこと>があるかないか、休憩の時間、きまった休みの日とそれ以外にどんな休みをとることができるかなど
- ⑤ 給料がいくらか、どうやって計算するか、どうやっていつはらうか、どんなときに給料が上がるか
- ⑥ 仕事をやめるときのこと

■労働相談<仕事に関係する相談>

給料、働く時間、働く場所での安全やけがなど、こまったときは相談ができます。ちかくの労働局か労働基準監督署へきてください。

ち ば ろうどうきょくろうどうきじゆんぶかんとくか
◇千葉労働局労働基準部監督課

外国人が 相談 できます。
 時間:英語で 相談できる 日は 火曜日と 木曜日の
 午前9時30分から 午後5時まで
 ※通訳が 必要な人は 先に 電話で きいて ください。
 場所:千葉市中央区中央4-11-1千葉第2地方合同庁舎
 電話:043-221-2304

らうどうきじゆんかんとくしよ かいしや
◇労働基準監督署<会社が きまりを まもっているか みるところ>

千葉県にある 労働基準監督署でも 相談を うけつけています。
 時間:午前9時30分から 午後5時まで (土曜日と 日曜日と 祝日と、12月の おわりと 1月の はじめは 休みです)
 外国語で 相談できる ところも あります。

らうどうきじゆんかんとくしよ
労働基準監督署

なまえ 名前	じゅうしょ 住所	でんわ 電話	がいこくご 外国語	ようび 曜日
ちば 千葉	ちばしちゆうおうくちゆうおう 千葉市中央区中央4-11-1 ちばだいいちちほうごうどうちようしや 千葉第一地方合同庁舎	043-308-0671	えいご 英語	かようび もくようび 火曜日と 木曜日
ふなばし 船橋	ふなばししかいじんちよう 船橋市海神町2-3-13	047-431-0182	ちゅうごくご 中国語	げつようび もくようび 月曜日と 木曜日
かしわ 柏	かしわかしわ 柏市柏255-31	04-7163-0245	ちゅうごくご 中国語 べトナム語	すいようび きんようび 水曜日と 金曜日 かようび もくようび 火曜日と 木曜日
ちようし 銚子	ちようししちゆうおうちよう 銚子市中央町8-18	0479-22-8100		
きさらづ 木更津	きさらづしふじみ 木更津市富士見2-4-14 きさらづちほうごうどうちようしや 木更津地方合同庁舎	0438-22-6165		
もばら 茂原	もばらしはぎわらちよう 茂原市萩原町3-20-3	0475-22-4551		
なりた 成田	なりたしとうわだ 成田市東和田553-4	0476-22-5666		
とうがね 東金	とうがねしたま 東金市田間 65	0475-52-4358		

がいこくじんらうどうしやむ そうだん でんわ そうだん こうせいらうどうしやう
◇外国人労働者向け相談ダイヤル<電話で 相談できる場所> (厚生労働省)

働くときの 問題のことを 法律について おしえてくれます。また、たすけてくれる ところを 紹介します。
 英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、ミャンマー語、ネパール語、韓国語、タイ語、インドネシア語、カンボジア語、モンゴル語で 相談できます。
 電話番号と、相談できる 日と 時間については、下の URL を みて ください。

http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/foreign/index.html

◇労働条件ほっとライン<相談の電話> (厚生労働省)

労働局や労働基準監督署がしまっているときに相談できる ところです。日本のどこからでも電話で相談できます。お金は いりません。

英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、ミャンマー語、ネパール語、韓国語、タイ語、インドネシア語、カンボジア語、モンゴル語で相談できます。電話番号と、相談できる 日と時間については、下の URL を みて ください。

<http://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

■労働保険制度<働く人のための保険>

日本には働く人のための保険があります。労働者災害補償保険(労災保険)と雇用保険の2つです。

◇労災保険

仕事でけがをしたり、病気になった場合や、過労死<働きすぎて死ぬ>、会社へいくときかかるときにけがをしたときなど、労災保険のお金をもらうことができます。療養補償<病気に なったとき>、休業補償<仕事を休んだとき>、障害補償<障害が のこったとき>、遺族補償<死んだ人の家族がもらえる>などの給付金<もらえる お金>があります。働いている人か家族がもうしこんでください。労働基準監督署がしらべて、お金をもらえるかどうかをきめます。労災保険の保険料<はいるのに かかる お金>は会社がはらいます。詳しいことは、労働基準監督署にきいてください。

・外国人向け労災給付パンフレット<給付金をもらうときの説明> (厚生労働省)

英語、ポルトガル語、韓国語、中国語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、ペルシア語、スペイン語、タガログ語、カンボジア語、ネパール語、ミャンマー語

<https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/rousai/gaikoku-pamphlet.html>

◇雇用保険<仕事をやめたとき>

働く人の仕事がなくなった場合に、雇用保険のお金をもらうことができます。つぎの仕事を始めるまでのきまったあいだもらうことができます。保険料<はいるのに かかる お金>は働く人と会社がはらいます。詳しいことは、ハローワーク(→40 ページ)にきいてください。

■ 年金制度<年をとったときなどにもらえるお金>

(国民年金・厚生年金保険)

日本では、ぜんぶの人が年金にはいる必要があります。年をとったり、病気やけがで働くことができなくなったり、お金をかせぐ人が死んだときに家族の生活をまもるためです。

◆国民年金制度のしくみ (日本年金機構)

日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、ミャンマー語、カンボジア語、ロシア語、ネパール語、モンゴル語

<http://www.nenkin.go.jp/pamphlet/kokunenseido.html>

◇国民年金

国民年金は20歳から59歳までの人がはいます。市区町村役所の年金担当課で手続きをしてください。パスポートか在留カードをもっていってください。保険料は、毎月16,540円(2020年のねだん)です。きまりにあっていれば、年金をもらうことができます。

会社や工場で働いていて厚生年金保険にはいつている人は会社が手続きをします。

*保険料は、毎年変わります。

◇厚生年金保険

健康保険にはいることができる会社などで働いている人は、この年金に必ずはいる必要があります。保険料は、毎月の給料からひかれます。会社はあなたの給料からひいたのとおなじねだんを社会保険事務所にはらいます。ボーナスをもらったときも保険料をはらいます。きまりにあっていれば、年金をもらうことができます。

◇短期在留外国人の脱退一時金<年金をやめたときにもらえるお金>

日本の国籍をもっていない人が、国民年金や厚生年金保険をやめて、日本から出た場合脱退一時金<やめたときにもらうお金>をもらうことができます。日本に住所がなくなった日から2年以内にもうしこんでください。

詳しいことは、年金事務所にきいてください。

日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、ミャンマー語、カンボジア語、ロシア語、ネパール語、モンゴル語

<http://www.nenkin.go.jp/service/jukyutodoke/kyotsu/20150406.html>

ねんきんじむしょ
年金事務所

[あいている 時間] じかん 月曜日げつようびから 金曜日きんようびまでの 午前8時30分ごぜん じ ぷんから 午後5時15分ごご じ ぷんまで

なまえ 名前	しゆじよ 住所	でんわ 電話
ちばねんきんじむしょ 千葉年金事務所	ちばしちゆうおうくちゆうおう 千葉市中央区中央1-17-1	043-242-6320
ちばねんきんじむしょ ちばらぶんしつ 千葉年金事務所 茂原分室	もばらしどうひょう もばらしやくしよ かい 茂原市道表1 茂原市役所1階	0475-23-2530
まくはりねんきんじむしょ 幕張年金事務所	ちばしはなみがわくまくはりほんごう 千葉市花見川区幕張本郷1-4-20	043-212-8621
ふなばしねんきんじむしょ 船橋年金事務所	ふなばししいちば 船橋市市場4-16-1	047-424-8811
いちかわねんきんじむしょ 市川年金事務所	いちかわしいちかわ いちかわ 市川市市川1-3-18 市川ランドホテルビル	047-704-1177
まつどねんきんじむしょ 松戸年金事務所	まつどししんまつど 松戸市新松戸1-335-2	047-345-5517
きさらづねんきんじむしょ 木更津年金事務所	きさらづししんでん 木更津市新田3-4-31	0438-23-7616
さわらねんきんじむしょ 佐原年金事務所	かとりしさわら 香取市佐原口 2116-1	0478-54-1442