

■日本で就労するには

日本で就労するには、就労することが認められている在留資格を持ち、仕事の内容が、その在留資格で認められた活動であることが必要です。

就職に当たっては、日本の労働に関する法律や制度を知っておきましょう。

■日本で仕事を探すとき

《公共職業安定所（ハローワーク）》

公共職業安定所は職業相談・援助を行う機関で、求職者の能力に適合する職業や賃金、勤務時間、通勤等の諸条件にあった会社の紹介を行っています。通訳を配置した「外国人雇用サービスコーナー」等のある所もあります。

■ Para trabalhar no Japão

Para trabalhar no Japão, é preciso ter um visto de permanência que permita o trabalho, cujo tipo também deverá estar dentro do escopo do visto.

Antes de se empregar, é uma boa idéia aprender as práticas empregatícias e as leis trabalhistas do Japão.

■ Para procurar um emprego no Japão

(Escritório de Segurança do Emprego Público (Hello Work))

O Escritório de Segurança do Emprego Público é um órgão que oferece consultas e assistência para a procura de emprego, apresentando empregos adequados de acordo com a habilidade do candidato ou apresentando empresas que satisfaçam as condições desejadas pelo candidato, tais como salário, horas de trabalho, meios de transporte, etc.

Há escritórios que contam com um "Espaço de assistência a estrangeiros" com um intérprete.

ハローワーク(公共職業安定所)

Hello Work (Escritório Público de Segurança do Emprego)

(A partir de Dezembro de 2023)

Nome	Endereço	Nº de telefone	Idiomas disponíveis	Horário de atendimento
千葉 (Chiba)	Chiba-shi Mihama-ku Saiwai-cho 1-1-3	043-242-1181	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
			Inglês	Seg, qui : 10h00-12h00, 13h00-15h00
			Português	Seg, qua e sex: 10h00-12h00, 13h00-15h00
			Espanhol	Seg: 10h00-12h00, 13h00-15h00
			Chinês	Qui : 10h00-12h00, 13h00-15h00
ハローワーク プラザちば (Hello Work Plaza Chiba)	Chiba-shi Chuo-ku Shinmachi 3-13 Chiba TN bldg. 1F	043-238-8300	Japonês	Seg - sex: 10h15-19h00 2º e 4º sáb: 10h00-17h00
マザーズハロー ワークちば (Mothers' Hello Work Chiba)	Chiba-shi Chuo-ku Shinmachi 3-13 Chiba TN bldg. 1F	043-238-8100	Japonês	Seg-sex: 10h15-19h00

Nome	Endereço	Nº de telefone	Idiomas disponíveis	Horário de atendimento
千葉南 (Chiba-Minami)	Chiba-shi Chuo-ku Minami-machi 2-16-3 Kaikikan Soga Ekimae Bldg. 3F, 4F	043-300-8609	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
			Chinês	Ter: 10h00-12h00, 13h00-15h00
			Inglês e espanhol	Qui: 10h00-12h00, 13h00-15h00
ハローワーク プラザ市原 (Hello Work Plaza Ichihara)	Ichihara-shi Sarashina 5-1-18	0436-23-6941	Japonês	Seg, ter, qua e sex: 8h30-17h00pm Sáb: 8h30-17h00
市川 (Ichikawa)	Ichikawa-shi Minami Yawata 5-11-21	047-370-8609	Japonês	Seg - sex : 8h30-17h15
			Inglês e Chinês	Qua: 10h00~12h00, 13h00~15h00
銚子 (Choshi)	Choshi-shi Chuo-cho 8-16	0479-22-7406	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
館山 (Tateyama)	Tateyama-shi Yawata 815-2	0470-22-2236	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
木更津 (Kisarazu)	Kisarazu-shi Fujimi 1- 2-1 Edifício SPARKLE CITY KISARAZU 5F	0438-25-8609	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
佐原 (Sawara)	Katori-shi Kita 1-3-2	0478-55-1132	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
茂原 (Mobara)	Mobara-shi Takashidai 1-5-1 Mobara Chiho Godochosha Bldg. 1F	0475-25-8609	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
いすみ (Isumi)	Isumi-shi Ohara 8000- 1	0470-62-3551	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
松戸 (Matsudo)	Matsudo-shi Matsudo 1307-1 Matsudo Bldg. 3F	047-367-8609	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15 1º e 3º sáb: 10h00-17h00
			Inglês	Seg, ter: 10h00-12h00, 13h00-15h00
			Chinês	Qua: 13h00-17h00
			Português	Seg: 10h00-12h00, 13h00-15h00
ハローワーク プラザ柏 (Hello Work Plaza Kashiwa)	Kashiwa-shi Kashiwa 4-8-1 Kashiwa Higashi-guchi kaneko Bldg. 3F	04-7166-8609	Japonês	Seg-sex: 10h15-19h00

Nome	Endereço	Nº de telefone	Idiomas disponíveis	Horário de atendimento
野田 (Noda)	Noda-shi Mizuki 2-6-1	04-7124-4181	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
船橋 (Funabashi)	Funabashi-shi Minato-cho 2-10-17 (1º edifício.) Funabashi-shi Hon-cho 2-1 Funabashi Square 21 building (2º edifício.)	047-431-8287 (1º edifício.) 047-420-8609 (2º edifício.)	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
			Chinês	Seg: 10h00-12h00, 13h00-15h00
			Inglês Português Espanhol	Ter, Qua, Sex: 10h00-12h00, 13h00-15h00
成田 (Narita)	Narita-shi Karabe 3-4-2	0476-27-8609	Japonês	Seg-sex: 8h30-17h15
			Inglês	Ter e qui: 11h00-12h00, 13h00-16h00
			Português	Ter e qui: 11h00-12h00, 13h00-16h00
			Espanhol	Qui: 11h00-12h00, 13h00-16h00
			Chinês	Sex: 11h00-12h00, 13h00-16h00

(1) 東京外国人雇用サービスセンター

にほん しゅうよく きぼう がいこくじんりゅうがくせい
日本で就職を希望する外国人留学生の
かた せんもんてき ぎじゆつてきぶんや ざいりゅうしかく かた
方、専門的・技術的分野の在留資格の方の
しゅうしよくしえん おこな こうきょうしよくぎょうあんていきかん
就職支援を行う公共職業安定機関で

す。

※英語・中国語の通訳員が配置されています。

すが、指定された日となりますので、通訳が
ひつよう かた あらかじ でんわ かくにん
必要な方は予め電話でご確認ください。

じかん ど にち しゅくじつおよ ねんまつ
時間: 9:00～17:00 (土・日・祝日及び年末
ねんし やす
年始は休み)

しよざいち とうきやうとしんじゅくくよつや
所在地: 〒160-0004 東京都新宿区四谷1-

6-1 四谷タワー13階

でんわ
電話: 03-5361-8722

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

(1) Centro de Assistência de Emprego a Estrangeiros em Tóquio

Este centro também é um órgão de segurança do emprego público que presta auxílio de procura de emprego aos estudantes estrangeiros e estrangeiros com habilidades especiais que possuam um visto de permanência elegível.

*O centro conta com intérpretes em inglês e chinês, mas é preciso marcar consulta por telefone para o uso dos intérpretes.

Horário de atendimento: Das 9h00 às 17h00 (Exceto sábados, domingos, feriados, e férias de fim e início de ano)

Local: 13F Yotsuya Tower, 1-6-1, Yotsuya, Shinjuku-ku, Tóquio 160-0004

Tel: 03-5361-8722

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

(2) 新宿外国人雇用支援・指導センター

日本人の配偶者等、定住者などの就労に制限のない在留資格の方・アルバイトを希望する外国人留学生・就学生の方等の就職支援を行っています。

※英語・中国語の通訳員が配置されていますが、通訳が必要な場合は完全予約制です。必ず事前に電話で予約してください。

時間：8:30～17:15（土・日・祝日及び年末年始は休み）

所在地：〒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://site.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/english.html>

◇介護に携わる外国人のための支援センター

（千葉県外国人介護人材支援センター）

電話：0120-054-762

住所：千葉市中央区千葉港 4-5 千葉県

社会福祉センター1階

英語：火・木・土 午前10:00～午後6:00

ベトナム語：

月・水・金 午前10:00～午後4:00

火・木 午前10:00～午後6:00

<https://www.cfcc.jp>

◇創業・経営相談

（チャレンジ企業支援センター）

住所：千葉市美浜区中瀬2-6-1

WBG マリブイースト 23F

電話：043-299-2907

月～金 午前9:00～午後5:00

（祝日等は除く）

メール：kigyo@ccjc-net.or.jp

https://www.ccjc-net.or.jp/contents_detail.php?frmlId=2820

(2) Centro de Orientação e Assistência de Emprego a Estrangeiros em Shinjuku

Este centro presta assistência para o emprego de estudantes ou estagiários estrangeiros que desejam fazer trabalhos temporários, bem como os residentes permanentes, cônjuges de japoneses, etc. que têm visto de permanência sem restrições de emprego.

O centro oferece serviço de intérprete em inglês e chinês, contudo, em caso de necessidade de intérprete, é necessário efetuar reserva. Por favor, faça a reserva com antecedência por telefone.

Horário de atendimento: Das 8h30 às 17h15 (Exceto sábados, domingos, feriados, e férias de fim e início de ano)

Local: 160-8489 Tokyo Shinjuku-ku Kabuki-cho 2-42-10

Hello Work Shinjuku (Kabuki-cho Chosha) 1F

Tel: 03-3204-8609

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

◇Centro de Apoio para estrangeiros que oferecem serviço de assistência aos idosos

（Centro de Apoio aos trabalhadores estrangeiros de Chiba que oferecem serviço de assistência aos idosos）

Telefone: 0120-054-762

Endereço: 4-5, Chibaminato, Chuo-ku, Chiba-shi,

Chiba entro de Chiba Bem-Estar Social 1F

Inglês: Ter, Qui, Sábado 10h00-18h00

Vietnamita: Seg, Qua, Sex 10h00-16h00

Ter, Qui 10h00-18h00

<https://www.cfcc.jp>

◇Orientação sobre startup e gerenciamento

（Centro de Aprimoramento Industrial de Chiba）

Endereço: 2-6-1, Nakase, Minato-ku, Chiba-shi,

WBG Malibu East 23F

Telefone: 043-299-2907

Seg-Sex: 9h00-17h00 (Exceto feriados)

E-mail: kigyo@ccjc-net.or.jp

https://www.ccjc-net.or.jp/contents_detail.php?frmlId=2820

ろうどうけいやく ていけつ

■労働契約の締結

にほん はたら ひと こくせき せいべつ と
日本で働く人は、国籍・性別を問わず、また
にゅうこくかんりほうじょう ごうほう いほう と げんそく
入国管理法上、合法、違法を問わず原則とし
て、日本の労働基準法、最低賃金法、労働
あんぜんえいせいほう ろうどうしやさいがいほしやうほけんほう
安全衛生法、労働者災害補償保険法などが
てきよう
適用されます。

ごじつ
後日のトラブルを避けるため、労働契約を結ぶ
ときは、労働条件を文書にしてもらつと良いでし
よう。雇用者は、労働者に、次の労働条件を
ぶんしよ めいじ き めづ
文書で明示するよう義務付けられています。

- ① ろうどう けいやくきかん
労働の契約期間
- ② けいやくこうしん きじゅん
契約更新の基準
- ③ しごと ばしょ しごと ないよう
仕事をする場所、仕事の内容
- ④ しごと はじり じこく おお じこく
仕事を始める時刻と終わりの時刻、
きめられた ろうどうじかん を 超える労働の
う む きゅうけいじかん きゅうじつ きゅうか
有無、休憩時間、休日、休暇など
- ⑤ ちんぎん けつてい けいさんおよ しはら ほうほう
賃金の決定、計算及び支払いの方法、
ちんぎん しめき およ しはら じき しょうきゅう
賃金の締切り及び支払いの時期、昇給
かん
に関すること
- ⑥ たいしよく かん
退職に関すること

ろうどうそうだん

■労働相談

ちんぎん ろうどうじかん あんぜんえいせい ろうどうさいがい たい
賃金・労働時間・安全衛生・労働災害に対する
ほしやう
補償などのトラブルの相談は、最寄りの労働局
また ろうどうきじゅんかんとうしよ こた
又は労働基準監督署でお答えしています。

(1) 千葉労働局労働基準部監督課

がいこくじん ろうどうそうだんまどぐち かいせつ
外国人のための労働相談窓口を開設してい
ます。

じかん えいご そうだんび か もくようび
時間：(英語での相談日)・火・木曜日

9:30～12:00、13:00～17:00

じぜん と あ
事前にお問い合わせください。

しよざいち ちばしちゅうおうくちゅうおう ちばだい
所在地：千葉市中央区中央4-11-1 千葉第2
ちほうごうどうちやうしや
地方合同庁舎

でんわ
電話：043-221-2304

■ Contrato de trabalho

Em principio, as leis trabalhistas japonesas, entre as quais a Lei de Normas Trabalhistas, a Lei de Salários Mínimos, a Lei de Higiene e Segurança no Trabalho e a Lei de Seguro de Compensação de Acidentes dos Trabalhadores, são aplicáveis a todos que trabalham no Japão, independentemente da nacionalidade ou do sexo, e também da condição de residente legal ou ilegal.

Para evitar futuros problemas, ao celebrar um contrato de emprego, é recomendável colocar as condições do emprego no papel. O empregador tem a obrigação de indicar por escrito as seguintes condições de emprego em relação ao empregado.

- ① Período do contrato de emprego
- ② Normas para a renovação do contrato
- ③ Conteúdo e local do trabalho
- ④ Hora inicial e hora final do trabalho, se há a possibilidade de horas extras, horário de descanso, dias de descanso, férias, etc.
- ⑤ Método de determinação, cálculo e pagamento do salário, dia de fechamento para os cálculos e dia de pagamento, itens relacionados à promoção
- ⑥ Itens relacionados ao retiro

■ Consultas trabalhistas

Para problemas com salário, horário de trabalho, higiene e segurança, compensações para acidentes de trabalho, etc., consulte a Divisão de Normas Trabalhistas ou Secretaria de Fiscalização de Normas Trabalhistas mais próxima.

(1) Divisão de Normas Trabalhistas da Secretaria de Fiscalização de Normas Trabalhistas de Chiba

Há uma sala de consultas de trabalho para estrangeiros.

Horário de atendimento (Dias de consultas em inglês):

terça-feira e quintas-feiras

das 9h30 às 12h00, das 13h00 17h00 às

Por favor contacte-nos com antecedência.

Local: Chiba-shi Chuo-ku Chuo 4-11-1 Chiba Dai-2 Chiho Gochosha

Tel: 043-221-2304

(2) 労働基準監督署

千葉県内の労働基準監督署でも相談を受け付けています。

〔受付時間〕

月～金 午前9:00～午後5:00

外国語で相談を受け付けているところもあります。下の表をご参照ください。

(2) Secretaria de Fiscalização das Normas Trabalhistas

A Secretaria de Fiscalização das Normas Trabalhistas da Província de Chiba também oferece consultas.

〔Horário de atendimento〕

Segunda a sexta-feira das 9:30 - 17:00 h

A consulta em idiomas estrangeiros está disponível em alguns escritórios. Consulte a lista abaixo.

労働基準監督署

(Secretaria de Fiscalização das Normas Trabalhistas)

Nome	Endereço	Nº de telefone	Outros idiomas estrangeiros além do japonês	Dias disponíveis
千葉 (Chiba)	Chiba-shi Chuo-ku Chuo 4-11-1 Chiba Daini Chiho Godochosha	043-221-2304	Inglês	Ter e Qui
船橋(Funabashi)	Funabashi-shi Kaijin-cho 3-3-13	047-431-0182	chinês	Qui e Sex
柏(Kashiwa)	Kashiwa-shi Chuo-cho 3-2	047-163-0246	chinês	Qua e Sex
			vietnamita	Ter e Qui
銚子(Choshi)	Choshi-shi Chuo-cho 8-16	047-922-8100		
木更津(Kisarazu)	Kisarazu-shi Fujimi 2-4-14 Kisarazu Chiho Godochosha	043-822-6165		
茂原 (Mobara)	Mobara-shi Hagiwara-cho 3-20-3	047-522-4551		
成田 (Narita)	Narita-shi Towada 553-4	047-622-5666		
東金(Togane)	Togane-shi Tama 65	047-552-4358		

(3) 外国人労働者向け相談ダイヤル(厚生労働省)

労働条件に関する問題について、法令の説明や各関係機関の紹介を行っています。

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、モンゴル語に対応しています。各言語の電話番号とスケジュールについては URL をご参照ください。

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

(3) Serviço de Consultoria por Telefone para Trabalhadores Estrangeiros (Ministério da Saúde, Trabalho e Bem-Estar)

Este serviço abordará problemas com relação às condições de trabalho, explicando as leis e fazendo referências a organizações pertinentes. Está disponível em cinco idiomas: inglês, chinês, português, espanhol, tagalo, vietnamita, birmanês, nepalês, coreano, tailandês, indonésio, cambojano e mongol. Para cada número de telefone e calendário por idioma, consulte o URL abaixo.

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

(4)労働条件ほっとライン(厚生労働省)

労働局や労働基準監督署が閉まっていると
きの相談窓口です、全国どこからでも無料
で通話できます。

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、モンゴル語に対応しています。
各言語の電話番号とスケジュールについて
は URL をご参照ください。

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

ろうどうほけんせいど

■労働保険制度

日本には労働者を保護する労働者災害補償
保険(労災保険)と雇用保険の二つの制度が
あります。

(1)労災保険

労災保険は、仕事でけがをしたり、病気にな
った場合や、過労死、通勤の途中でけがを
した場合などに、療養補償、休業補償、
障害補償、遺族補償などの給付金を受ける
ことができます。これらの補償は、本人又は
家族からの請求に基づき、労働基準監督署
が調査し、決定します。保険料は雇用主が
支払います。詳しくは、労働基準監督署へ
お問い合わせください。

・外国人向け労災給付パンフレット

(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>

(2)雇用保険

雇用保険は、労働者が失業した場合に、次
の仕事に就くまでの一定期間、必要な給付

(4)Linha direta sobre condições de trabalho

Este é um serviço de consultoria para quando a Divisão de
Normas Trabalhistas ou a Secretaria de Fiscalização de
Normas Trabalhistas está fechada.

Pode ligar gratuitamente de qualquer lugar do país.

Inglês, chinês, português, espanhol, tagalo, vietnamita,
birmanês, nepalês, coreano, tailandês, indonésio, cambojano
e mongol

Para cada número de telefone e calendário por idioma,
consulte o URL abaixo.

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

■ Sistema do seguro-desemprego

Existem dois sistemas de seguros de proteção aos
trabalhadores no Japão: O seguro contra acidentes de trabalho
e o seguro-desemprego.

(1) Seguro Contra Acidentes do Trabalho

Ao sofrer um ferimento no trabalho ou ficar doente, ou ao
morrer por excesso de horas extras (karoshi), ou quando
sofrer um ferimento durante a viagem ao/do trabalho, o
segurado pode receber uma indenização de despesas
médicas, indenização por invalidez temporária ou
permanente, indenização por morte, etc., através do seguro
contra acidentes do trabalho. Essas indenizações são
pagas após a avaliação e decisão da Secretaria de
Fiscalização das Normas Trabalhistas, mediante solicitação
do próprio trabalhador ou da família. As taxas do seguro
são pagas pelo empregador. Para maiores detalhes,
consulte a Secretaria de Fiscalização das Normas
Trabalhistas.

・Panfleto sobre reembolso de acidentes de trabalho para estrangeiros

Inglês, português, coreano, chinês, vietnamita,
tailandês, indonésio, persa, espanhol, tagalo, cambojano,
nepalês e birmanês.

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

(2) Seguro de desemprego

O seguro desemprego é pago durante um determinado
período de tempo, quando o trabalhador se torna

おこな
を行うものです。保険料は雇用主と労働者
しはら
が支払います。詳しくは、ハローワーク
こうきやうしよくぎやうあんていじよ
(公共職業安定所)(P.49)にお問合せくださ
い。

■年金制度(国民年金・厚生年金保険)

にほん
日本では、年をとったり、傷病で障害者になっ
たり、生計を維持する者が亡くなったときなど
せいけい
に生活の安定を図るため、すべての国民が
ねんきん
年金に加入することになっています。

・国民年金制度のしくみ(日本年金機構)

にほんご えいご ちゆうごくご かんこくご
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>

(1)国民年金

こくみんねんきん
国民年金には 20歳から 60歳未満の人が
かにゆう
加入します。

こくみんねんきん かにゆうしんせい
国民年金の加入申請は、パスポート又は
ざいめい
在留カードを持って、市区町村役所の
ねんきんたんとうか てつづ
年金担当課で手続きをします。保険料は、
げつがく えん ねんげんざい
月額16,980円(2024年現在)です。

いっさい しょうけん かくき そねんきん しきゆう
一定の要件により、各基礎年金が支給され
ます。

かいしゃ こうじやう つとめて こうせいねんきんほけん
会社や工場に勤めていて厚生年金保険に
かにゆう
加入している方は雇用主が手続きをし
ます。

ほけんりやう まいとしへんこう
*保険料は、毎年変更されます。

(2)厚生年金保険

けんこうほけん てきやうじむじよ はたら
健康保険の適用事務所で働いている人
は、この年金に加入しなければなりません。
ほけんりやう きやうりやう いちぶ まいつき きやうりやう
保険料は、給料の一部が毎月の給料から
ひ じぎやうぬし きやうりやう さ ひ
引かれ、事業主はあなたの給料から差し引
いた金額と同額を合わせて社会保険事務
しょ しはら
所に支払います。また、ボーナスを受けたと

desempregado. A taxa do seguro é paga pelo empregador e o empregado. Para mais informações, por favor, entre em contato com a Hello Work, listada na página 49.

■ Sistema de pensão (Pensão Nacional e Pensão do Trabalhador)

No Japão, para garantir uma vida estável após atingir uma certa idade, ao ficar inválido devido a uma doença ou ferimento, ou quando o chefe da família falecer, todas as pessoas devem inscrever-se no plano de pensão nacional.

・ Serviço de Pensões do Japão (Sistema de Pensão Nacional Japonês)

Japonês, inglês, chinês, coreano, português, espanhol, indonésio, tagalo, tailandês, vietnamita, birmanês, cambojano, russo, nepalês e mongol.

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

(1) Pensão Nacional

Todas as pessoas de 20 a 60 anos de idade devem ingressar no Plano de Pensão Nacional.

Os trâmites para a inscrição no Plano Nacional de Pensão são feitos no departamento de pensão da cidade, do distrito ou da prefeitura e é preciso levar o passaporte ou cartão de residente. A partir de 2024, o prêmio é de 16,980 por mês. Cada tipo de pensão é pago com base em condições definidas.

Seus empregadores cuidam de todos os procedimentos relacionados ao seguro se você trabalha em uma empresa ou fábrica e está inscrito no seguro de bem-estar.

*O prêmio varia a cada ano.

(2) Plano de Pensão do Trabalhador

Todos os trabalhadores em empresas elegíveis ao seguro de saúde devem se inscrever neste plano. As taxas do seguro são deduzidas do salário mensal, sendo equivalentes a 50% do total que é pago pelo empregador à Agência de Previdência Social. As taxas do seguro também são deduzidas das bonificações.

ほけんりょう しはら
きも保険料を支払います。
いってい ようけん かくこうせいねんきん しきゅう
一定の要件により、各厚生年金が支給され
ます。

<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kaigai/konen-kenpo.html>

◇短期在留外国人の脱退一時金

にほんこくせき ゆう かた こくみんねんきん また
日本国籍を有しない方が、国民年金、又は
こうせいねんきんほけん ひほけんしやく そうつ
厚生年金保険の被保険者資格を喪失し、
にほん しゅつこく ばあい にほん じゅうしょ ゆう
日本を出国した場合、日本に住所を有しな
くなった

ひ ねんい ない だつたい いちじきん せいきゆう
日から 2年以内に脱退一時金を請求するこ
とができます。

にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご
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、ミャンマー語

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanese/system/withdrawalpayment.html>

◇Retirada de pagamento de montante único para residentes estrangeiros por curto período

Quando um residente sem nacionalidade japonesa não coberto pelo sistema de pensão nacional ou pensão do trabalhador deixa o Japão, ele tem o direito de solicitar a retirada de um montante único no prazo de dois anos após o seu status básico de residente no Japão ser cancelado.

Japonês, inglês, chinês, coreano, português, espanhol, indonésio, tagalo, tailandês, vietnamita, birmanês, cambojano, russo, nepalês, mongol e birmane.

<https://www.nenkin.go.jp/international/english/lumpsum/lumpsum.html>

ねんきんじむしょ
年金事務所

(Escritórios de Aposentadoria Nacional)

[Expediente] Seg-sex das 8h30 às 17h15

Nome	Endereço	Nº de telefone
千葉年金事務所 (Chiba Pension Office)	Chiba-shi Chuo-ku Chuoko 1-17-1	043-242-6320
千葉年金事務所茂原分室 (Mobara Branch, Chiba Pension office)	Mobara-shi Chiyoda-cho 1-6	0475-23-2530
幕張年金事務所 (Makuhari Pension Office)	Chiba-shi Hanamigawa-ku Makuhari Hongo 1-4-20	043-212-8621
船橋年金事務所 (Funabashi Pension Office)	Funabashi-shi Ichiba 4-16-1	047-424-8811
市川年金事務所 (Ichikawa Pension Office)	Ichikawa-shi Ichikawa 1-3-18 Ichikawa Grand Hotel do Bldg.	047-704-1177
松戸年金事務所 (Matsudo Pension Office)	Matsudo-shi Shin Matsudo 1-335-2	047-345-5517
木更津年金事務所 (Kisarazu Pension Office)	Kisarazu-shi Shinden 3-4-31	0438-23-7616
佐原年金事務所 (Sawara Pension Office)	Katori-shi Sawara Ro 2116-1	0478-54-1442
佐原年金事務所成田分室 (Narita Branch, Sawara Pension office)	Narita-shi Hanazaki-cho 828-11	0476-24-5715

・通訳サービス (窓口のみ)

受付時間 月～金 午前8:30 - 午後5:15

対応言語

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、ネパール語

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>

・Serviço de interpretação (somente para visitantes)

Horário de atendimento: Segunda a sexta-feira das 8:30 às 17:15 hs

Idiomas atendidos:

Inglês, chinês, coreano, português, espanhol, indonésio, tagalo, tailandês, vietnamita, nepalês

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>