致即將開始新生活的各位

1 關於在留資格

- **您需要持有准許就業的在留資格才可以在日本工作。**如果您持有有效的在留資格，請務必確認您的工作內容是否與在留資格所許可的內容一致。

在留資格一覽（出入國在留管理廳）
https://www.moj.go.jp/isa/applications/status/qaq5.html

- **在留資格「特定活動（告示46號）」**允許自日本的大學等高等教育機構畢業的人，在日本公立或私立機構中從事廣泛的業務活動。其申請條件為申請者能活用在大學等教育機構就讀期間所獲得的學習成果，或活用作為留學生所掌握的高水準日語能力。有關該在留資格的更多資訊請透過以下連結查看。

在留資格「特定活動」自本國大學等畢業者及其配偶（出入國在留管理廳）
https://www.moj.go.jp/isa/applications/status/designatedactivities11.html

- 如果您自日本的大學**畢業後希望留在日本繼續求職，您可以申請將在留資格變更為「特定活動（繼續求職活動）」**。此外，只要符合相關條件，您亦可同時申請「資格外活動許可」。

大學畢業後希望留在日本就職的人（出入国在留管理庁）
https://www.moj.go.jp/isa/applications/resources/nyukan_nyukan84.html

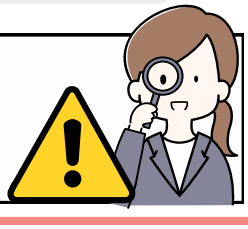
- 如果您計畫申請變更在留資格為「技術·人文知識·國際業務」或「研究」，且符合以下任一情況，可申請**省略提交部分申請材料**。相關資訊請透過以下連結查看。

① 畢業於（或預定畢業於）日本的大學（包括大學院及短期大學）
② 畢業於國外的高水準大學
③ 在符合相應條件的機構（※）任職

※該機構目前已有持您希望申請變更的在留資格（僅限由在留資格「留學」變更）任職的外國人，且該名外國人於該機構任職期間，至少曾更新一次在留資格的有效期限（例：「留學」→「技術・人文知識・國際業務」→「技術・人文知識・國際業務」）。

計畫申請將在留資格「留學」變更為可工作資格的人（出入國在留管理廳）
https://www.moj.go.jp/isa/10_00240.html

正在兼職打工的留學生請注意，您畢業後將失去「留學」身份，您的「資格外活動許可」也將失效，因此無法繼續兼職打工。



2 關於年金與健康保險

年金 20歲以上的人都有加入「公共年金制度」的義務。

關於日本的社會保險（日本年金機構）

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



學生可以利用「學生納付特例制度」來申請延期支付在學期間的保險費用。詳情請參考本中心首頁的「常見問題：關於留學生的年金」。

https://www.hiecc.or.jp/soudan/info/detail.html?pid=9555789318804

健康保險 原則上，在日本居留超過 3 個月的人都有加入「健康保險」的義務。

多語言國民健康保險指南（北海道）

https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/kki/hp_guidance.html

關於加入年金、健康保險

只要在日本居留3個月以上，就必須透過公司加入「厚生年金及健康保險」或在市區町村的辦事服務窗口加入「國民年金及國民健康保險」。請您根據自身情況確認應加入其中哪一種。

厚生年金與健康保險

- 在公司等就職的員工透過工作單位享有厚生年金和健康保險。
- 手續由工作單位辦理，因此您不必另外辦理手續。保費的一半從您的月薪中扣除，另一半由工作單位支付。

※有些工作單位不提供厚生年金和健康保險，因此請一定要確認清楚。

國民年金與國民健康保險

- 沒有加入厚生年金和健康保險的人必須自己加入國民年金和國民健康保險。
- 加入手續在您居住地的役所等辦理。加入後，您將收到一張付款單，可在便利商店或銀行等支付。



自 2024 年 12 月 2 日起，不再新發行健康保險證。 取而代之的是使用個人編號卡（my number 卡）作為保險證（個人編號保險證）。
更多信息，請參考本中心首頁上的《常見問題：關於健康保險證和個人編號卡保險證》

https://www.hiecc.or.jp/soudan/info/detail.html?pid=9154985343749

3 關於搬家時所需辦理的手續

住址變更

- 若在同一市區町村內搬家：請在搬家後 14 天內向遷入地的役所提交《遷居申告（転居届）》。
- 若您要遷出現居住的市區町村：請向現居住地的役所提交《遷出申告（転出届）》。 《遷出申告（転出届）》可在搬家前 14 天提交。 之後，在搬家後 14 天內向遷入地的役所提交《遷出證明書（転出証明書）》以及《遷入申告（転入届）》。

垃圾

如果您想處理無法在正常的家庭垃圾收集日回收的物品，如家具、電器等，請盡快了解處理方法。
根據您要處理的物品不同，處理方法、收集時間也會不同，請在所在地的市區村區役所查詢相關信息。

郵寄物品

郵局提供郵件和包裹的轉寄服務。如果您使用這項服務，在一年內，寄往舊地址的郵件和其他物品將免費轉寄到您的新地址。如果您想使用這項服務，您需要在當地郵局透過窗口、郵寄或線上 「電子搬家（e轉居）」服務提交地址變更通知。如果您選擇透過郵寄通知，則需要附上身分證明文件。

搬家及轉運服務（郵局）
https://www.post.japanpost.jp/service/tenkyo/

住房租約

在終止租約以恢復房屋原狀時，必須了解應承擔房屋還原的哪些部分。

《出租房恢復房屋原狀的要點、搬入和搬出時的房屋狀況以及確認 清單（示例）》（國土交通省）
https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html

其他契約

如果搬家，您需要取消電費、水費、瓦斯費和上網合約等。另外， 對於搬家後將繼續使用的信用卡、銀行帳戶、手機電信商等，您需要辦理住址變更手續。

4 關於勞動合約

在您簽署勞動合約前，請務必確認勞動合約書的內容。**勞動合約書上需要記載諸如勞動時長、薪資等勞動條件**。如果您有不明白的地方，或當您發現勞動合約書上所記載的內容和您聽到的說明不相符時，請盡快向您的工作單位進行確認。如果您的問題仍無法解決，請向提供多語言服務的勞保熱線電話或諮詢窗口尋求協助。

面向外籍勞動者的諮詢專線（厚生勞動省）

https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html



關於基本勞動條件，請參考《**勞動條件手冊**》。

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



我們祝大家能夠順利邁出新生活的第一步！

如有任何疑問歡迎聯繫本諮詢中心。

www.hiecc.or.jp/soudan　support@hiecc.or.jp　TEL: 011-200-9595　FAX: 011-221-7845