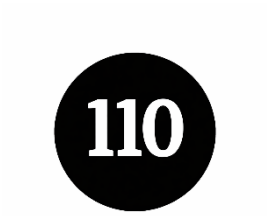
生活ハンドブック

補完的保護対象者として認定された方の
日本でのくらしのために

＜日本語＞

（公財）アジア福祉教育財団

難民事業本部



事件・事故の急報は、局番なし（無料）110番
急を要しない相談は、局番なし＃9110



FAX110番　番号は各都道府県警察に問い合わせてください。

火事・救助・救急車は、局番なし（無料）119番
FAX119番　FAX番号　局番なし119番

110番も119番も

1. 緊急であること
2. どうしたのか
3. どこで（住所または目標物）
4. 氏名
5. かけている電話番号

をゆっくり、はっきりはなしてください。
救急車を呼んだとき、健康保険証も用意しておいてください。

はじめに

1979年に発足した当難民事業本部は、政府から委託を受け、インドシナ難民の日本への定住支援事業を行ってきました。2005年12月末をもってインドシナ難民の受け入れが終了し、この間に11,319人の方が定住を許可されました。政府は、2002（平成14）年８月、1951年の「難民条約」に基づいて法務大臣が認定した難民（条約難民）の方々の定住を支援することとしました。条約難民とその家族の方々に対し日本語教育や就職あっせん等を提供するもので、難民事業本部が運営する定住支援施設で2003年秋から開始され、現在はＲＨＱ支援センターにて実施されています。また、政府は、2008（平成20）年10月の閣議了解において、第三国定住による難民の受け入れを、タイの難民キャンプに滞在するミャンマー難民を対象に2010（平成22）年から毎年30人（家族単位）５年間にわたってパイロットケースとして実施することを決定しました。2015年以降は、マレーシアに滞在するミャンマー難民を受け入れることになり、さらに 2019年6月の閣議了解により、受け入れ可能な難民がアジア地域に一時滞在する難民に変更され、受入人数も拡大しています。また、2023年12月には、日本政府が補完的保護対象者への支援を開始しました。難民事業本部はＲＨＱ支援センターにおいて、日本語教育や就職あっせん等を提供しています。難民として定住している多くの方が、日本社会に適応し、各方面で活躍されるようになることを心から希望しています。一方では、生活が安定するまでには、様々な日本の習慣や出来事が分かりにくかったり、いろいろな困難に出くわしたりする可能性があります。この「生活ハンドブック」は皆さんのために作成しました。日本での生活の便利を図るため、基本的なことを説明しました。このハンドブックを使って、日本の色々な制度やきまりを理解し、更に詳しい情報を入手し、日本での生活を楽しいものにしてください。また、難民事業本部の運営する相談窓口や難民相談員に気がねなく問い合わせてください。皆さんが早く自立し、安定した生活を送れるよう願っています。なお、内容にご意見があれば、どうぞ難民事業本部にお寄せください。

2026 年 3 月

難民事業本部

日本で補完的保護対象者として居住する方へ

１．在留手続き

日本に住む補完的保護対象者のほとんどは、出入国管理及び難民認定法（以下「入管法」という。）によって「定住者」という在留資格で日本に在留を認められています。定住者の主な在留期間は、１年、３年、５年となっており、期間の更新が必要です。更新の手続き方法については、第１章 1-1 で詳しく説明しています。

２．在留カード

補完的保護対象者認定を受けたときに新しい在留資格を取得した人は、在留カードが交付されます。

在留カードの交付については、第１章 1-2 を参照してください。

３．公的医療保険

日本では、３か月を超える在留資格をもつ外国人は、全員が公的医療保険に加入することになっています。

職場で健康保険に加入していない人は、市区町村役場で「国民健康保険」に加入する手続きが必要です。

詳しくは、第５章 5-3 で説明します。

４．地域の情報

みなさんがこれから日本で生活していくためには、地域社会で受け入れてもらえることが大切です。ごみの分別方法や自治会への加入要件、住民サービスなどは地域によって異なりますので、市区町村役場へ行ったときに確認しましょう。

また、住まいのとなりや、上下の階の方には、あいさつをしておくことも大切です。生活のルールも教えてもらえるでしょう。

自治会などに加入することにより、困った時など、協力してもらえます。

目　次

第 1 章　法的な手続き

1-1「定住者」の在留資格について 1
1-2 在留カード 4
1-3 家族を呼び寄せるには 7
1-4 婚姻の手続き 8
1-5 子どもが生まれたときの手続き 10
1-6 家族が死亡したときの手続き 12
1-7 離婚の手続き 14
1-8 永住許可を受けるには 16
1-9 帰化をするには 18
1-10 印鑑（実印）登録 20
1-11 海外への渡航 21
1-12 外国へ移住するとき 23

第 2 章　くらし

2-1 地域社会で守るべき日本のルール 24
2-2 交番 26
2-3 暮らしが苦しいとき 26
2-4 社会福祉協議会 27
2-5 保護が必要な子どもについて 28
2-6 集まりを開く場所を借りたい 28
2-7 法律相談などの公的な相談所について 29
2-8 運転免許の切替や取得について 30
2-9 電話の加入 33

第３章　しごと

3-1 仕事を探したい 34
3-2 職業訓練を受けたい 35
3-3 各種の資格をとるには 36
3-4 雇用保険 36
3-5 労災保険 39
3-6 仕事をやめたり、別の会社に変わったりするとき 40

第４章　住居

4-1 公営や都市再生機構の住宅に入居したい 41
4-2 民間の賃貸住宅等 43
4-3 家を買うには 44

第５章　医療

5-1 病気や怪我をしたとき 45
5-2 休日（夜間）急患診療所 46
5-3 公的医療保険 47
5-4 公的介護保険 49
5-5 健康診断・予防接種 51
5-6 医療費が払えないとき 52
5-7 精神的に不安なとき 53
5-8 在宅の障害児のための援助と訓練施設 54
9 妊娠・出産 55

第６章　教育

6-1 日本の教育制度 60
6-2 小・中学校の入学や転入学の手続き 62
3 保育園・幼稚園に入れるには 63
6-4 高校に進学したいとき 66

だいがくとう　しんがく
6-5 大学等に進学したいとき 68
こうとうせんもんがっこう　せんしゅうがっこう
6-6 高等専門学校・専修学校 71
がくひ　こま
6-7 学費に困ったとき 73
りゅうがく
6-8 留学したいとき 75
にほんご　がくしゅう
6-9 日本語の学習 77
だい　しょう　じこ　かじ　きゅうきゅうしゃ
第 7 章　事故・火事・救急車

じこ　とうなん
7-1 事故・盗難にあったとき 79
こうつうじこ
7-2 交通事故にあったとき 80
かじ
7-3 火事のとき 81
きゅうびょう　けが
7-4 急病・怪我のとき 81
がすも
7-5 ガス漏れ 82
だい　しょう　しぜんさいがい
第 8 章　自然災害

じしん
8-1 地震 83
たいふう　こうずい
8-2 台風・洪水のとき 86
かさいほけん　じしんほけん
8-3 火災保険と地震保険 88
りさいしょうめいしょ
8-4 罹災証明書 89
だい　しょう　ぜいきん　ねんきん　ほけん
第 9 章　税金・年金・保険

ぜいきん　しゅるい
9-1 税金の種類 90
ぜいきん　おさ　かた
9-2 税金の納め方 91
かくていしんこく
9-3 確定申告 94
ぜいきん　おさ
9-4 税金が納められないとき 94
にほん　こうてきねんきんせいど
9-5 日本の公的年金制度 95
こうてきねんきん　しゅるい　じゅきゅうようけん
9-6 公的年金の種類と受給要件 98
ねんきんほけんりょう　はら
9-7 年金保険料を払えないとき 103
みんかん　ほけん　しゅるい
9-8 民間の保険の種類 104

第１章　法的な手続き

1-1「定住者」の在留資格について

「定住者」の在留資格をもらった場合、どのようなことに気をつければよいですか？

在留資格「定住者」とは

在留資格「定住者」とは、法務大臣が特別な理由を考慮し一定の在留期間を指定して居住を認めた人に与えられる資格です。定住者は、日本での活動内容に制限はないため、仕事をするために資格外活動許可を取る必要はありません。また、離婚したり仕事を辞めたりした場合も、在留資格を変更する必要はありません。

１．在留資格と在留期限を確認しましょう。

日本で補完的保護対象者の認定を受けたときは、その場で地方出入国在留管理官署の担当者に日本国内に合法的に滞在するために他に手続きが必要か確認しましょう。在留資格を取得、変更したら、在留資格と在留期限を確認し、次の更新はいつ行えばよいかを聞きます。

在留資格と在留期限は、在留カードに表示されていますので、自分で確認することができます。自分で見方が分からないときは、各地の地方出入国在留管理官署に「外国人在留総合インフォメーションセンター」が設けられていますので、そこで相談することができます。

２．在留期間の更新手続きが必要です。

「定住者」は、１年、３年又は５年ごとに在留期間の更新が必要です。この更新を行わないと在留期限を過ぎた日から不法滞在になり、退去強制の対象となりますので十分に注意しましょう。

在留期間の更新は、居住地を管轄する地方出入国在留管理官署で行います。更新申請は、在留期限の概ね３か月前から受け付けてもらえますので、早めに準備しましょう。補完的保護対象者の場合、「定住者」の在留期間更新申請のために必要な書類は、次のとおりです。(但し、個々の事情に応じて追加資料の提出を求められる場合があります。)

(1) 在留期間更新許可申請書

(2) 写真１枚（※16歳未満は提出不要）

(3) 在留カード

(4) 旅券又は在留資格証明書（※提示することができないときは、その理由を記載した理由書）

(5) 日本での活動内容に応じた資料

- 住民票（世帯全員の記載のあるもの）
- 住民税の課税（又は非課税）証明書及び納税証明書
- 在職証明書（※在職中の場合）

「短期滞在」の在留資格で滞在中に補完的保護対象者の認定を受けたのですが、そのままでいいのでしょうか？

在留資格「短期滞在」とは、観光や短期の商用、家族訪問等を目的として入国した人に与えられる資格です。

「短期滞在」の在留資格では、最長でも90日ごとに更新が必要であり、活動内容にも制限があるため、資格外活動許可がなければ働くことはできません。また、補完的保護対象者が受けることができる各種の行政サービスも、この資格のままでは受けられないことがあります。

従って、「短期滞在」の在留資格で滞在中に補完的保護対象者の認定を受けた場合は、居住地を管轄する地方出入国在留管理官署で在留資格を「短期滞在」から「定住者」へ変更申請をするとよいでしょう。在留資格の変更申請は、在留期間内であればいつでも行うことができます。

補完的保護対象者の場合は、「定住者」への在留資格変更申請のために必要な書類は次のとおりです。（但し、個々の事情に応じて追加資料の提出を求められる場合があります。）

(1) 在留資格変更許可申請書

(2) 在留カード(※中長期滞在者の場合)

(3) 旅券

(4) 手数料（10,000円～75,000円（オンライン申請10,000～65,000円））

（https://www.moj.go.jp/isa/01_00644.html）

1-2 在留カード

在留カードは、日本に中長期間在留する外国人に対し、在留に係る許可に伴って交付されるものです。在留カードは常に携帯する必要があります。16歳未満の人については、在留カードの常時携帯義務は免除されています。

1. 新規交付申請

① 上陸許可によって新たに中長期在留者になった人には、成田空港、羽田空港、中部空港、関西空港、新千歳空港、広島空港、福岡空港おいては、旅券に上陸許可の証印をするとともに、在留カードを交付します。その後、住居地を定めてから 14日以内に、在留カードを持参の上、住居地の市区町村の窓口に届け出る必要があります。

その他の出入国港においては、旅券に上陸許可の証印をし、中長期在留者になった人が市区町村の窓口に住居地の届け出をした後に、在留カードが交付されます。(原則として、地方出入国在留管理官署から当該住居地に郵送されます。)

② 子どもが生まれたときは生まれた日から 30日以内に地方出入国在留管理官署で在留資格を申請する必要があります。

＊在留カードには有効期間があります。永住者で 16歳以上の人は公布日から7年間、16歳未満の人は 16歳の誕生日まで、永住者以外で 16歳以上の人は在留期間の満了日まで、16歳未満の人は在留期間の満了日又は 16歳の誕生日のいずれか早い日までです。

＊2023年11月1日以降に発行される 16歳未満の人の在留カードの有効期間満了日は、在留期間の満了日又は 16歳の誕生日の前日のいずれか早い日までです。

２．更新・変更・再交付申請

① 更新

16歳以上の永住者は現に有する在留カードの有効期間の満了日の２か月前から有効期間満了日までに、また在留カードの有効期間の満了日が 16歳の誕生日又はその前日とされている人に関しては、16歳の誕生日又はその前日の６か月前から有効期間満了日までに、本人の住居地を管轄する地方出入国在留管理官署で在留カードを更新します。在留カードの有効期間の更新申請のために必要な書類は、以下のとおりです（但し、個々の事情に応じて追加資料を求められる場合があります)。

① 在留カード有効期間更新申請書

② 写真１枚

③ 旅券（又は在留資格証明書）

※提示できないときは、その理由を記載した理由書

④ 在留カード

② 変更

住居地を変更したときは、変更後の住居地に移転した日から 14日以内に、在留カードを持参の上、移転先の市区町村の窓口でその住居を出入国在留管理庁長官に届け出てください。

＊なお、住居地変更のためには、転出先の市町村に転出の届出をして転出証明書の交付を受けた後、当該転出証明書を転入先の市町村に提出し、転入の届出をする必要がありますので、忘れずに行ってください。

結婚して姓が変わった等、氏名、生年月日、性別、国籍・地域を変更したときは、14日以内に地方出入国在留管理官署で出入国在留管理庁長官に届け出てください。

③ 再交付

紛失、盗難、滅失その他の事由により在留カードの所持を失った場合、その事実を知った日（本邦から出国している間に当該事実を知った場合は、その後最初に入国した日）から 14日以内に地方出入国在留管理官署で在留カードの再交付申請をしなければなりません。

３交付手続き

① 新たに来日した人は出入国港で在留カード交付の手続きをします。その時使う写真は、当該上陸許可に係る在留資格認定証明書交付申請や査証申請等で登録したものを使うため、上陸申請の際に写真を用意しておく必要はありません。

② 在留期間更新申請等の在留諸申請や在留カードに関する申請・届け出においては、申請・届け出の日から３か月前までに撮影された写真を申請書等に貼付して提出します。

（注）有効期限が 16歳の誕生日又はその前日以前の日までとして交付される在留カードには写真は表示されません。

1-3 家族を呼び寄せるには

補完的保護対象者（定住者、永住者及び日本人帰化者も含む）も、自分の家族と日本で同居するために、他の一般外国人と同様の手続きにより呼び寄せることができます。その際の呼び寄せ範囲は次の通りであり、呼び寄せられる家族の国籍及び居住国は出身国以外であっても差支えありません。

(1) 配偶者

(2) 未成年未婚の実子

(3) ６歳未満の養子

呼び寄せの手続きは、呼び寄せ人の居住地を管轄する地方出入国在留管理署（成田空港支局と関西空港支局は除く。一部の出張所では取り扱いがありませんので電話で聞いてみてください）、被呼び寄せ人の代理人として在留資格認定証明書の交付申請をします。在留資格認定証明書が交付されたら、それを被呼び寄せ人に送付し、被呼び寄せ人は同証明書と旅券を持参して、最寄りの日本の在外公館に日本定住のための査証発給の申請をします。査証が発給されたら日本に入国することができます。

在留資格認定証明書は発給の日から３か月間有効で、その有効期間内に日本に入国しなければ無効になりますので、地方出入国在留管理官署から認定証明書が発給されたら速やかに被呼び寄せ人に送付し、被呼び寄せ人はなるべく早く最寄りの日本の在外公館に出向いて査証を申請する必要があります。そのためには呼び寄せ人が呼び寄せの手続きを始める前に、被呼び寄せ人が日本入国のための旅券をあらかじめ入手しておくことがよいでしょう。在留資格認定証明書の交付申請のために必要な書類は申請先の地方出入国在留管理官署（成田空港支局と関西空港支は除く。）に問合わせてください。

1-4 婚姻の手続き

日本国内での婚姻

１．婚姻の要件

(1) 補完的保護対象者の場合

補完的保護対象者が日本で婚姻する場合の要件は、それぞれの出身国（母国）の現行法に基づきます。

２．婚姻の手続き

婚姻をしようとする男女は居住地の市区町村役場に、婚姻届を提出することになりますが、次のような書類を添付する必要があります。また、婚姻届は届出をした市区町村役場で受理されますが、婚姻要件具備証明書等の提出がない場合は、管轄法務局又は地方法務局で、届出を受理するか否かについて審査がされます。婚姻届書の用紙は市区町村役場にあり、当事者双方及び成人の証人２名以上の署名押印（外国人については、署名）が必要です。

＜必要な書類＞

(a) 補完的保護対象者認定証明書

(b) 婚姻要件具備証明書

※ただし、婚姻要件具備証明書を発行していない国や証明書を得ることが困難な場合は、婚姻要件具備証明書を得られない旨の申述書及び身分関係を証する書面（旅券、国籍証明書等の身分証明書、身分登録簿の写し、出生証明書等）を提出する。

添付の証明書等が外国語で作成されている場合は、翻訳者を明らかにした訳文

＊以上は、一般的な場合です。婚姻届を提出する前に役所の窓口で、つぎの事柄を伝え、手続きの仕方を確認してから書類の準備をしましょう。

(a) 自分の出身国名

(b) 補完的保護対象者認定証明書を持っているか

(c) 渡航証明書、旅券のどれを持っているか、或いは何もないか

(d) 在留資格は何か

３．婚姻成立後

婚姻の結果、姓や国籍・地域が変わった場合には 14日以内に、地方出入国在留管理官署に届け出なければなりません。

1-5 子どもが生まれたときの手続き

１．妊娠がわかったら、母子手帳をもらいましょう

医師によって妊娠が確認されたら、居住地の市区町村役場で妊娠届の用紙に妊婦名や出産予定日、病院名等を記入し、『母子手帳』をもらいます。このような手続きは、妊娠中の母子の健康と、出産後の子どもの健康管理のためにも必要なものです。また、この手続きにより、母子は無料の検診や予防接種を受けることができます（市区町村役場か地域の保健所）。

２．子どもが生まれたら

(1) 出生届をする（14日以内）

子どもが生まれたら、出生証明書（出産に立会った医師や助産師等が発行）を添えて、出生届を14日以内に居住地の市区町村役場に提出します。また、同時に、母子手帳に出生届済の証明を受けます。出生届が提出されると、「出生による経過滞在者」として住民票が作成されます。その際、市区町村役場で、子どもの国民健康保険への加入（社会保険の場合は職場で手続き）、児童手当の申請、乳幼児医療証の申請を忘れずにしてください。

(2) 子どもの国籍について気をつける

日本人と外国人の夫婦のあいだに生まれた子どもが、出生によって日本と外国の国籍を取得した場合には、その子が20歳に達するまでに、いずれかの国籍を選択しなければなりません。

なお、日本人と外国人の夫婦の間の子どもが外国で生まれ、出生によって日本と外国の国籍を取得した場合には、３ヶ月以内に出生届とともに日本国籍を留保する旨の届出を最寄りの日本の在外公館又は本籍地の市区町村役場に提出しなければ、子どもは日本国籍を失うことになりますので、注意してください。

(3) 子どもの在留資格取得申請もしくは永住許可申請（30日以内）と在留カードの交付手続きをする。

両親とも外国人の場合は、日本で生まれても、日本国籍にはなりません。外国籍の子どもの場合は出生届が居住地の市区町村役場で受理されると、出生届受理証明書の交付を受けることができます。出生届受理証明書を持って、居住地を管轄する地方出入国管理署（成田空港支局と関西空港支局は除く。）に行き、在留資格取得の申請をします（生まれてから 30日以内）。両親のいずれかが永住者の在留資格を有する場合は永住許可申請をします。

後日（申請から 60日前後）、その申請結果に係る通知書が自宅に郵送されるため、この通知書を持って地方出入国在留管理官署等に行き、在留カードの交付を受けます。

1-6 家族が死亡したときの手続き

親族が亡くなると、葬儀をはじめ、さまざまな用事が遺族に残されます。葬儀や告別式などは民族や宗教によって大きく違います。出身の国の世話人や地域自治会関係者などに相談するのもひとつの方法です。また、葬儀社に託す方法もあります。残された親族又は同居者は、亡くなった人のために次のような手続きをしなければなりません。葬儀社が手続きを代行してくれる場合もあります。

１．死亡届の提出

死亡の事実を知った日から 7 日以内に届出人の所在地又は故人の死亡地の市区町村役場に死亡届を提出しますが、死亡届書に医師の書いた死亡診断書又は死体検案書を添付します。

２．死体埋火葬許可の申請

死亡届を市区町村役場に出すと同時に、埋火葬の許可証が交付されます。(このために市区町村役場は、24時間いつでも受け付けています)。遺体を本国へ移送することは手続きも大変で高額な移送費がかかります。

３．在留カードを 14日以内に返納します。

４．故人によって、以下のような手続きがあります。

(1) 就職していた人であれば、その勤務先に連絡をし、死亡退職金や社会保険の手続きをしてもらいます。

(2) 健康保険加入者やその家族であれば、健康保険組合又は年金事務所に、埋葬料の請求手続きをします。

(3) 国民年金や国民健康保険に加入していたら、市区町村役場で葬祭費の請求手続きをします。

＊国民年金の保険料を３年以上納めた人が、年金を受給せずに亡くなった場合、国民年金の死亡一時金を請求できます。

(4) 年金受給者であれば停止の手続きを死亡から 10日以内（国民年金は 14日以内）に年金事務所、または市区町村役場の国民年金課で行います。

(5) 生命保険や預貯金、不動産があれば、請求や名義の変更を行います。

(6) 公共料金の名義人であれば、名義を変更します。

(7) 携帯電話、クレジットカードの解約手続きをします。

５．墓地

墓地に関しては、独自に墓地を購入したり納骨堂を借りたりすることもできますが、墓地には次のような種類があります。

・公営墓地（自治体が所有する墓地で、宗派を問わず民営に比べて割安です）
・民営墓地（公益法人や宗教法人によって運営されている墓地です）
・寺院墓地（寺院内にある墓地で、その寺院によって管理運営されている墓地です）

お墓については、霊園や寺院に見られるような「墓石」のほかに「納骨堂形式」もあります。納骨堂はもともと墓ができるまで遺骨を預かる場所でしたが、最近ではロッカー形式や棚式など形態はさまざまで永代納骨もできるようになっています。

1-7 離婚の手続き

離婚の方法には、主に以下のような協議離婚、調停離婚、裁判離婚の３つがあります。夫婦の本国法が同一であるときは、その本国法によります。また、夫婦の一方が日本に住んでいる日本人であれば、日本法によります。いずれの場合も、未成年の子どものいる場合は、離婚の手続きと共に、子どもの親権をどちらにするかを決めなければなりません。

１．協議離婚

協議離婚とは、最も簡単な方法で、お互いの話し合いにより離婚することに合意すれば、離婚届（市区町村役場に備え付けてあります）に夫婦双方と成人の証人２人が署名押印（外国人については署名のみ）し、市区町村役場に提出して受理されれば離婚が成立します。

２．調停離婚

調停離婚とは、夫婦間で離婚についての合意ができなかったり、相手の意思がはっきりしない場合に、相手方の居住地を管轄する家庭裁判所に申し立てを行い、そこの家事審判（裁判官）と２人の調停委員が、当事者の話を別々に聞き、調停を行う方法です。費用も時間もあまりかかりません。また、夫婦の関係の相談・調整もしてくれますので、利用者が多くなっています。

調停離婚の手続きは、弁護士を依頼する必要はありません。家庭裁判所の相談窓口で、必要書類や文書の書き方を教えてくれます。費用は収入印紙1,200円と連絡用の郵便切手（申し立てする家庭裁判所で確認して下さい。）です。

３．裁判離婚

家庭裁判所での調停を経ても解決できなかった場合は、居住地を管轄する家庭裁判所に提訴することになります。この場合は、弁護士を依頼しなければ難しいでしょう。弁護士の選任及び弁護士費用については、各地の法テラスが相談にのっています。

1-8 永住許可を受けるには

在留資格「永住者」とは、日本での「永住許可」を受けた人に与えられる資格です。永住者は、在留カードの有効期間の満了日前の指定の申請期間内に、在留カードの更新申請をしなければなりませんが、(1-2在留カード２－①参照)在留期間を更新する必要はなく、また、日本で行うことができる活動の内容にも特に制限はありません。ただし、日本国籍を取得したわけではないため、犯罪を犯した場合などは退去強制手続きの対象となることがあります。また、老齢で年金を受給する際には、原則、年金加入期間が10年間以上あることが条件となりますが、特例として、実際の加入期間が10年に満たなくとも20歳以降60歳未満に外国に居住していた期間を加入していたものとして合算する「合算対象期間（カラ期間)」という規定があります。ただし、それが適用されるためには、年金受給開始年齢までに、帰化又は永住許可を取得していることが要件となりますので、早めに取っておくことが望ましいでしょう。

１．永住許可申請

日本で補完的保護対象者の認定を受けた人のほとんどは、「出入国管理及び難民認定法」(以下「入管法」という。）において「定住者」という在留資格で日本に在留を認められています。しかし、日本に永住を希望する場合は、入管法第22条により、法務大臣に「永住許可」の申請を行う必要があります。同条には、法務大臣は

(1) 素行が善良であること。

(2) 独立の生計を営むに足りる資産又は技能を有すること。

の２条件に適合し、かつ、その者の永住が日本国の利益に合すると認められなければならないとされていますが、補完的保護対象者の認定を受けた人は、このうち（２）の要件を満たさない場合であっても、法務大臣の裁量により永住許可を受けることができる場合があります。

２．要件

永住許可を受けるには、普段から、日本社会の一員として法律を遵守し、安定した生活をする必要があります。

３．申請先

申請は居住地を管轄する地方出入国在留管理署に対して行います。提出書類は申請先の担当官の指示に従って作成、提出してください。

1-9 帰化をするには

１．条件

「帰化」とは、外国人が、法務大臣の許可を得て日本の国籍を取得することをいいます。帰化が許可されるためには、国籍法第５条に定められた次の条件を備えている必要があります。

(1) 正当な在留資格を有して引き続き５年以上、日本に住所を有すること（住所条件）。

(2) 年齢20歳以上であって、かつ、本国法によっても成人の年齢に達していること（能力条件）。

(3) 素行が善良であること（素行条件）。

(4) 自己又は生計を一にする配偶者、その他の親族の資産、又は技能によって生計を営むことができること（生計条件）。

(5) 無国籍であるか、又は日本の国籍の取得によって、それまでの国籍を失うべきこと（重国籍防止条件）。

(6) 日本国憲法施行の日以後において、日本国憲法又はその下に成立した政府を暴力で破壊することを企てたり主張したことがない、又はこれを企てたり主張する政党その他の団体を結成、若しくはこれに加入したことがないこと（憲法遵守条件）。

ただし、日本人の配偶者又は子等については、住所条件、能力要件等が緩和される規定があります。（国籍法第６条～８条）

２．申請先

帰化の申請は、住所地を管轄する法務局または地方法務局に必要な書類を提出することによって行います。申請は、必ず本人が直接法務局に出向いて行わなければならず、郵送や代理人による申請は認められていません。ただし、申請人が 15歳未満の場合は、法定代理人（通常は親権者）が代わって手続きを行うことになります。帰化の申請に必要な書類は、申請人によって異なることがあります。詳しくは、法務局または地方法務局に相談してください。

３．在留資格が永住者ではありませんが、帰化申請できますか。

帰化申請のために永住許可をとる必要はありません。

1-10 印鑑（実印）登録

日本社会では、書類等の記載内容を承認した証として、サインではなく印鑑を使います。印鑑には主に、一般的な書類に使う「認め印」と重要な書類(例えば、自動車や住宅の売買契約書等)に使う「実印」の２種類があります。実印を使用する際、それが登録した人の物であることを公的に証明する『印鑑登録証明書』の提出を求められることがあります。「印鑑登録証明書」は居住地の市区町村役場から発行されますが、事前にその印鑑（実印）の登録が必要です。

印鑑の登録には、居住地の市区町村役場に、在留カードと印鑑（大きさは、一辺が８mm を超え 25mm以下の正方形の中に印影が収まるもの）を持参します。登録後、印鑑登録証や印鑑登録カードが交付されます。印鑑登録証明書の発行には毎回この印鑑登録証(又は印鑑登録カード)が求められますので、大切に保管しましょう。また、他の市区町村に転居する際は、前住所での印鑑登録は転出日をもって無効となるため、改めて転居先の市区町村役場で、印鑑の登録を行う必要があります。

1-11 海外への渡航

１．「再入国許可」と「みなし再入国許可」

「再入国」許可とは、日本に在留する外国人が一時的に出国し再び日本に入国しようとする場合に、入国・上陸手続きを簡略化するために法務大臣が出国に先立って与える許可です。許可されるときは 4,000 円（一回限り）、又は 7,000 円（数次）が必要です（収入印紙で納付）。オンライン申請の場合は、3,500 円（一回限り）、又は 6,500 円（数次）が必要です（収入印紙で納付）。その有効期間は、在留期間の範囲内で５年間が最長です。

２．出国前の注意

出国のため空港に行く時に忘れてはならないのが在留カードです。出国手続きの際、旅券や再入国許可証明書と共に係官に提示しなければなりませんので、在留カードを必ず持参してください。

３．日本に帰化した人の場合

日本に帰化した人の場合は、日本の旅券を取得して海外に渡航します。日本人ですから、再入国許可を取る必要はありません。外国へ渡航する場合、通常その国から査証を要求されますが、日本は現在74 か国の国・地域（2025 年9月現在）と査証免除協定を締結しており、それらの国・地域へ、観光、親族訪問等の目的で短期間渡航する場合は、査証なしで渡航することができますが、滞在可能期間が国により異なるので確認してください。

有効な旅券と在留カードを所持している補完的保護対象者が出国し、１年以内に再入国する場合は、原則として再入国許可が不要です。これを「みなし再入国許可」といいます。「みなし再入国許可」により出国する際には、必ず在留カードを提示するとともに、再入国出国用ＥＤカードの「再入国許可による出国の意図表明欄」にチェックします。みなし再入国許可の有効期間は、出国の日から１年間ですが、在留期限が出国の日から１年を経過する前に到来する場合には、在留期限までとなるため注意が必要です。

1-12 外国へ移住するとき

１．移民査証

日本に定住を許可されている補完的保護対象者の定住者が、日本以外の国への移住を希望する場合は、通常、一般の外国人としてその国の政府から入国許可（移民査証）を受けることが必要です。

２．移民としての入国許可

移民としての入国許可は、国によってそれぞれ制度が異なっているので、一概に説明することはできません。自分が移住を希望する国の駐日大使館又は領事館に問い合わせて、どのような条件を満たせば移民としてその国に入国を認められるのか、また、そのためにはどのような手続きが必要なのかをよく確かめてから着手しましょう。

３．厚生年金・国民年金

日本で厚生年金又は国民年金の受給資格のある補完的保護対象者の定住者は、外国に移住しても、移住先国で引続き日本の年金を受給できます。日本を出国する前に、移住先国で日本の年金を受給するためにどんな手続きが必要か、日本年金機構や年金事務所等でよく調べておきましょう。

４．年金受給資格がない場合

年金受給資格はないが、国民年金又は厚生年金に６か月以上加入していた定住者が外国に移住した場合、原則として、国民年金又は厚生年金の脱退一時金を出国後に請求することができます。（但し、最後に国民年金の資格を喪失した日から２年以上経過しているときや、障害基礎年金などの年金を受けたことがある場合などは脱退一時金を請求できません。）日本を出国する前に、日本年金機構や年金事務所等で脱退一時金の請求方法を調べておきましょう。

＜電話での年金相談窓口＞

ねんきんダイヤル：0570－05－1165（ナビダイヤル）

第２章　くらし

2-1 地域社会で守るべき日本のルール

地域の日本人から日本人の一般的な生活のしかたや常識を学ぶことが、日本で暮らしやすくなる秘訣です。その第一歩は、近所の人や自治会の役員に対して挨拶することです。地域には、ごみの出し方、地域広報（回覧板の回し方）、自治会費などの決まりや地域の行事などがあります。地域の決まりを理解できるよう、地域の人々に教えてもらいましょう。日本の一般的なルールは、ごみを正しく出すことや家の内外で大きな音を出さないよう騒音に気をつけることです。

１．ごみの出し方

(1) ごみは、種類によっていくつかに分別をします。例えば、「燃えるごみ」（野菜くずや紙くずなど）、「燃えないごみ」「資源ごみ（ペットボトル、ビン・カン、新聞紙、雑誌、ダンボール紙、衣類など）」に分けます。しかし、その分別は、地域によって少しずつ違います。

(2) ごみを入れる袋も地域によってそれぞれ指定があります。

(3) 捨ててはいけないごみもあります。例えば、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫、エアコン、洗濯機などの家電やパソコン、タイヤや自動車部品などで、これらについては販売店に相談します。上記以外の電化製品や家具、布団、自転車などの粗大ゴミは市区町村の清掃事務所や粗大ゴミ受付センターなどに相談してください。いずれも有料です。

(4) 捨ててもよいごみについては、ごみを出す場所、曜日や時間が決められています。

(5) 資源（リサイクル）ごみも出す場所、曜日や時間が決められています。また、種類ごとに束ねたり、出し方にも地域ごとのルールがあります。

２．騒音について

家の内外では大きな声で話したりさけんだりしないようにしましょう。又、大きな音や隣の家にひびくような振動を出さないように気をつけましょう。

2-2 交番

警察署の他に各地域には交番があり、警察官がいます。交番では地域のパトロール、迷子の世話、落とし物の処理などをしています。また、道を聞きたいときは、交番で教えてくれます。

2-3 暮らしが苦しいとき

市区町村の福祉事務所（保健福祉センター）の福祉課は、ひとり親家庭や病気や失業などで暮らしが苦しいときに相談を受け付ける場所です。生活に困った世帯に対し、その困窮の程度に応じ、必要な保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに、その自立を助けるため、「生活保護」という制度があります。「生活保護」には、生活扶助、教育扶助、住宅扶助、介護扶助、医療扶助等がありますが、厚生労働大臣の定める基準によって計算される最低生活費から収入を差し引いた差額が保護費として支給されます。

「生活保護」を受けられるのは、(1)預貯金、不動産などの資産、(2)仕事をする能力、(3)親族や親戚からの援助、(4)他の公的給付などあらゆるものを活用しても生活に困窮する人です。「生活保護」が受けられるかどうかについては、市区町村等の福祉事務所に相談してください。

2-4 社会福祉協議会

市区町村の社会福祉協議会生活支援課では、つぎの世帯に対して、

○ 他から融資を受けることが困難な低所得世帯（生活保護世帯の 1.7倍の収入以下。都道府県により異なる）
○ 身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳あるいは、療育手帳を持った世帯
○ 日常生活をするのに介助が必要な高齢者の世帯

資金の貸付や民生委員の援助指導による支援を行っています。
貸付資金にはつぎの 4 種類があります。

○ 総合支援資金
生活支援費、住宅入居費、一時生活再建費
○ 福祉資金
福祉費、緊急小口資金
○ 教育支援資金
教育支援費、就学支度費
○ 不動産担保型生活資金
不動産担保型生活資金

尚、貸付にあたっては、各都道府県社協によって定められている審査基準により、審査、決定されます。

※母子父子世帯の方には、別途『母子父子寡婦福祉資金』の案内が福祉事務所の窓口にあります。

2-5 保護が必要な子どもについて

両親の死亡や病気・入院によって、保護者がいなくなってしまったり、親の虐待を受けている子どもがいれば、福祉事務所か児童相談所に連絡しましょう。乳児施設や養護施設への入所、養子縁組、里子委託など、保護を必要とする子どもに関する様々な相談に応じています。通報者のプライバシーについては配慮されます。

2-6 集まりを開く場所を借りたい

コミュニティー団体の各種の集会や、母国の祝祭日を祝うような集まりを開きたい場合は、団地の集会所や地域の公民館・市民センターなどに申し込むと無料か低料金で借りることができます。費用は時間帯や広さ、設備、使用目的により異なります。また、交通の便の良い所で、週末を利用する場合は、早めに申し込む必要があるでしょう。借りる場合は、会場の使用規則や後始末等の説明を良く聞き、規則を守って使用しましょう。

2-7 法律相談などの公的な相談所について

都道府県や市区町村には、無料の公的な相談所が開かれています。弁護士や行政書士などが直接相談に乗ってくれます。法律相談案内、女性相談、人権相談、外国人向け相談、住宅相談、税務相談、行政相談、教育相談、親と子の相談、登記相談、就労相談、障害者相談、家庭内暴力(ＤＶ)相談、高齢者相談などさまざまです。

相談日は、予約制で、決められた日時だけです。予め、都道府県や市区町村の相談窓口に、相談内容を伝えて、問い合わせてください。

しかし、外国語でできる相談所は少ないので、通訳や外国人相談窓口の問い合わせは、役所の国際課や国際交流協会に行くように指示されることもあります。また、相談の内容によっては、有料になることがありますので、相談の予約のときに確認してください。法テラスの弁護士による法律相談の受付は、まず、各都道府県にある法テラス支部に電話で問い合わせましょう。

2-8 運転免許の切替や取得について

日本国内で自動車を運転するには、日本の運転免許証か有効期限内の国際運転免許証を持っている必要があります。運転免許証の切替及び取得は住所を有する都道府県の公安委員会でしなければなりません。手続き等でわからないことは各都道府県警察の運転免許センターにお問い合わせください。

１．母国の運転免許証を日本の運転免許証に切り替える場合

外国の運転免許証から日本の運転免許証への切替を申請するには以下のものが必要です。

(1) 有効期限内の外国の運転免許証
(2) 当該免許を取得した国の大使館又は日本自動車連盟（JAF）による当該免許証記載事項の日本語訳
(3) 当該免許を取得後、当該外国に通算して３か月以上滞在していたことが確認できる旅券等の書類
(4) 国籍記載の住民票
(5) 写真
(6) 手数料

運転免許センターでは、申請に基づき運転について必要な知識等又は運転に関する技能を確認し、運転することに支障がないと認められた場合には、免許試験の一部が免除され切替が認められます。日本では18歳以上でなければ原付免許を除いて運転免許を取得できませんので、18歳未満の人は母国の運転免許証を持っていても日本の運転免許に切り替えることはできません。

２．有効な母国の運転免許証を持っておらず日本の運転免許証を新規で取得する場合

運転免許には自家用の車を運転するための第一種免許と、旅客営業の運転に必要な第二種免許があり、一般的には第一種免許を取得することになります。第一種免許は10種類あり、持っている種類の免許よりも小型の車は運転できます。主な免許の分類は以下の通りです。

大型免許	大型自動車（車両総重量が 11 トン以上のもの、最大積載量6.5 トン以上のもの又は乗車定員30人以上のもの）
中型免許	中型自動車（車両総重量が 7.5 トン以上11 トン未満のもの、最大積載量4.5 トン以上6.5 トン未満のもの又は乗車定員11人以上～29人以下のもの）
準中型免許	準中型自動車（車両総重量が 3.5 トン以上7.5 トン未満のもの、最大積載量２トン以上4.5 トン未満のもの又は乗車定員10人以下のもの）
普通免許	普通自動車（車両総重量が 3.5 トン未満のもの、最大積載量２トン未満のもの又は乗車定員10人以下のもの）
大型二輪免許	大型自動二輪車（エンジンの排気量400cc 超）
普通二輪免許	普通自動二輪車（同 125cc超～400cc以下）
原付免許	原動機付自転車（同 125cc以下のバイク）

このうち原付免許と普通二輪免許は16歳から取ることができますが、大型二輪免許、普通免許及び準中型免許は 18歳以上、中型免許は 20歳以上かつ免許を取得して２年以上経過、大型免許は21歳以上かつ免許を取得してから３年以上経過しなければ取れません。免許を取るには、公安委員会の指定する指定自動車教習所に通うことが一般的です。指定自動車教習所を卒業すれば技能試験が免除されますので、その後は都道府県公安委員会の運転免許試験で適性試験及び学科試験（日本語又は英語）に合格すれば免許が取れます。

2-9 電話の加入

携帯電話等に加入したい時は、それぞれの会社の契約内容（月々の経費）や性能（電波の届く範囲等）の特長について説明をよく聞いて、契約をするときは会社を、慎重に選びましょう。在留資格によっては加入出来ないこともあります。なお、病院、電車の中、公衆の場や車の運転中に携帯電話で話すことは、禁じられています。

第３章　しごと

3-1 仕事を探したい

仕事を探したいときは厚生労働省が運営するハローワーク（公共職業安定所）を利用することができます。ハローワークでは、無料で職業相談や職業紹介を行っており、オンラインシステムを使って他の地域の仕事を探すこともできます。ハローワークの中には就労許可を持つ在日外国人を対象とした「外国人雇用サービスセンター（東京・名古屋・大阪）」や「新宿外国人雇用支援・指導センター」があります。英語・中国語等の通訳員が配置されていますが、予約制ですので、通訳が必要な場合は事前に電話をしましょう。

また、子育てをしながら就職を希望している人には、マザーズハローワークの利用が便利です。マザーズハローワークでは、キッズコーナーの設置など子ども連れで来所しやすい環境が整備されています。予約による担当者制の職業相談、地方公共団体等との連携による保育所等の情報提供、仕事と子育ての両立がしやすい求人情報の提供など、総合的かつ一貫した就職支援を行っています。利用料等は一切無料です。

ハローワークは全国に設置されていますが、最寄りの所在地がわからないときは市区町村の役場で尋ねるか、インターネット（https://www.hellowork.mhlw.go.jp/）で確認してください。そのほかにも求人情報誌や新聞の求人欄を見たり、同国人の知り合いに相談してみるという方法もあります。

3-2 職業訓練を受けたい

離職者（ハローワークの求職者）を対象に、厚生労働省所管の独立行政法人高齢・障害・求職者支援機構では、再就職に必要な技能及び知識を習得するために必要な職業訓練を、各都道府県は、地域住民サービスの観点から地域の実情に応じた職業訓練を実施しています。これらの離職者訓練の多くは受講料が無料です。実施の期間は、概ね３か月から１年で、民間訓練機関に委託されたものも含め、様々な分野のコースがあります。受講申し込みの手続きは、実施訓練機関等によって異なります。詳しくは、独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構（JEED）の WEB サイトで調べる他、最寄りのハローワークで、直接問い合わせることができます。

3-3 各種の資格をとるには

資格を取って、「就職や転職を有利にしたい」などと、考える人も増えてきました。資格には、国の法律に基づいて制定された国家資格とそれに準じ、主に省庁が認定した公的資格、また、民間団体や企業等が認める民間資格の３種類があります。これらの資格には、それを持たないと仕事が出来ない資格（看護師、自動車整備士等）と、持つことで個人の能力が証明出来る資格（英検、日本語検定等）があります。自分の目的に合わせ資格を上手に選ぶことが大切です。

各資格の内容や取るための難易度、経費等については市販されている資格取得のガイドブックで確認する他、インターネットの検索で、簡単に情報を得ることができます。資格によっては一定の時間と費用を要するため、受験勉強を始める前に、費用対効果等を検討しておくとよいでしょう。

3-4 雇用保険

会社などで雇用保険に加入していた人が離職した場合、失業中の生活を心配しないで再就職活動ができるよう、一定の要件を満たせば、雇用保険の「基本手当（いわゆる失業給付）」を受けることができます。「失業給付」は、雇用保険の被保険者（雇用保険に加入している人）が離職して、次の１.及び２.のいずれにもあてはまる場合に支給されます。

１．　公共職業安定所（ハローワーク）に来所し、求職の申し込みを行い、就職しようとする積極的な意思があり、いつでも就職できる能力があるにもかかわらず、本人やハローワークの努力によっても、職業に就くことができない「失業の状態」にあること

２．　離職の日以前２年間に、「被保険者期間」が通算して 12 か月以上ある

こと。ただし、倒産・解雇や、やむを得ない理由等により離職した人については、離職の日以前１年間に、被保険者期間が通算して６か月以上ある場合でも可

なお、65歳以上の高年齢被保険者や、季節的に雇用されている者等の短期雇用被保険者については、一般の被保険者と区別され受給要件が上記と異なり、それを満たした場合に、一時的な給付金が支給されます。

雇用保険の「基本手当」を受けるためには、ハローワークにおいて所定の手続きをする必要があります。受給手続きに必要なものは、以下の(1)～(6)です。

（1） 雇用保険の被保険者離職票（離職票は１と２の２枚あり、離職前の（もとの）会社から発行してもらう）

(2) 雇用保険被保険者証

(3) 印鑑
(4) 住所及び年齢を確認できる官公署発行の書類（在留カード、自動車運転免許証）
(5) 写真１枚（たて３cm、よこ 2.5cm程度の正面上半身のもの）。
(6) 本人名義の預金通帳

失業給付の支払いが始まる時期については、「会社の都合による退職」と「自己の都合による退職」で異なります。「会社の都合による退職」とは、不況などで会社が倒産したり、会社の経営が苦しくなったりして辞めさせられたり、定年で辞めた場合をいいます。この場合は失業した日から７日間待った後、支払われます。また、期間の定めのある労働契約が更新されなかったために、もしくは、やむを得ない理由により退職した場合も、失業した日から７日間待った後に失業給付を受けることができます。

一方、「自己の都合による退職」とは、会社ではなく自分の都合で辞めた場合などをいい、この場合、仕事を探すことを申し込んでから７日待って、さらに３か月待った後に支払われます。

いずれの場合も、実際の支払いは、４週間に１回ある「失業認定日」に、認定された日数分が支払われます。失業認定日にハローワークに行かなかった場合、失業給付を受けられなくなるため、気をつけましょう。失業給付の日額は、働いていたときの給料によって違います。失業給付の受給期間は、会社を辞めた理由、雇用保険に入っていた期間、年齢などによって違いがあります。詳しくは、最寄りのハローワークに問い合わせください。

3-5 労災保険

労災保険制度とは、労働者が仕事中や通勤途上の事故で怪我や病気をしたり死亡した場合に、被災労働者や残された家族にお金が支給される制度で、原則として事業主の負担する保険料によってまかなわれています。仕事中や通勤途上の事故での怪我の治療費（療養補償給付）やその怪我のために働けない期間の給与の一部補償（休業補償給付）として被災労働者に一定のお金が支給され、障害が残った場合は一時金や年金が、死亡した場合には残された家族への給付金や葬儀をするためのお金などが支給されます。保険給付を申請する場合は、被災労働者やその家族が、保険給付請求書を労働基準監督署に提出します。但し、療養補償給付については、かかった医療機関が労災保険指定医療機関の場合には、その医療機関に申請します。もっと詳しいことについては、（公財）アジア福祉教育財団難民事業本部に相談したり、近くの労働基準監督署に問合わせください。

3-6 仕事をやめたり、別の会社に変わったりするとき

１．転職して別の会社へ変わる前に次のようなことをよく考えましょう。転職先の給料の額や働く時間などの条件は自分で納得できるものになっていますか？

(1) 転職先の会社が、社会保険（雇用保険、健康保険、厚生年金、労災保険）に加入していて、あなた（定住者等）を加入させてくれますか？

(2) 転職先の会社と、上記の内容が書かれた雇用契約書を交わすことができますか？

２．会社を辞める場合の手続き

(1) よく考えた末に会社を辞めることを決心した場合は、遅くとも現行の雇用契約書に記載された退職の通告の期限までに（たとえば１か月前までに）雇用主に伝えてください。

(2) 退職日には社員証や健康保険証を返却してください。

すぐに別の会社に就職しない人は、健康保険は「国民健康保険」に、厚生年金は「国民年金」への個人加入の切り替え手続きが必要となります。

尚、「育児」「介護」のために継続して働くことが困難な場合は、雇用保険の被保険者であれば、会社（事業所）の所在地を管轄するハローワークに、上記理由による休業の申請をし、働くことのできない一定期間、給付金を受け取る制度(育児休業給付、介護休業給付)を活用することもできます。

また、病気や怪我によって療養が必要な場合、社会保険の被保険者であれば、休業中に「傷病手当金」を受給できる場合もあります。「育児休業給付」「介護休業給付」については、会社を退職した時点で受給資格がなくなりますので、休業とするか退職するか、事前に勤務先の上司や最寄りのハローワークに相談してから決めましょう。

第４章　住居

4-1 公営や都市再生機構の住宅に入居したい

１．公営住宅への入居

都道府県や市区町村が管理する住宅に入居するには、それぞれの地区の役所の窓口に問い合わせ、募集内容（新築、空き家）や申し込み資格（所得制限等）についてをよく聞きましょう。主な自治体の要項の一部は以下のとおりですが、一般的に言って、申し込み資格には収入額や家族構成に範囲や制限があり、抽選制となっています。東京都などの場合、倍率が非常に高く入居が困難な地域もあります。

	外国人の条件の一部	問合せ先
東京都都営住宅	定住者、永住者又は入国１年以上在留している都内居住者	東京都住宅供給公社募集センター TEL：03-3498-8894
神奈川県県営住宅	県内に居住をして６か月を経過した日から申し込みができる	かながわ土地建物保全協会 TEL：045-201-3673
埼玉県県営住宅	県内に居住しているか、勤務先があること	埼玉県住宅供給公社 TEL：048-829-2861
愛知県県営住宅	県内に居住しているか、勤務先があること	愛知県住宅供給公社 TEL：052-954-1361
大阪府府営住宅	府内に居住しているか、勤務先があること	大阪府住宅供給公社 TEL：06-6203-5451
兵庫県県営住宅	県内に居住しているか、勤務先があること	兵庫県住宅管理課 TEL：078-230-8460

２．ＵＲ住宅

公営住宅よりも家賃が高いですが、同面積の民間住宅よりは家賃の低い住宅として、ＵＲ都市機構が建設したＵＲ住宅があります。ＵＲ住宅の入居には基準月収など一定の条件がありますが、保証人不要、更新料がかからない等の利点があります。入居募集は、主に先着順ですから、各地のＵＲ（アーバンルネサンス）営業センター等へ問い合わせ下さい。

ＵＲ都市機構（独立行政法人 都市再生機構、旧住宅公団）

4-2 民間の賃貸住宅等

１．どこで見つけるか

家や部屋を見つけるには、不動産屋やインターネット、雑誌等で探します。間取りや交通の便などによって違いがありますし、即断しないで、複数の候補から、現地を見て判断しましょう。

２．家主と契約を結ぶ

家や部屋を決めたら、家主と賃貸契約書を取り交わします。その内容は、地域によって少し違いがあります。①家賃の月額と支払い期限日、②期間、③敷金、④礼金、⑤契約更新日、⑥入居の条件が明記されています。よく説明を聞き、納得したら署名押印をして、賃貸契約が結ばれて初めてその家又は部屋を借りて住むことができます。なお、賃貸契約には、保証人を求められる場合も多いようです。保証人については、不動産屋や家主に、どのような保証人を求めているのか説明を聞きましょう。保証人についての相談窓口は、神奈川県在住の方は横浜市の「すまいサポート・センター（TEL 045-228-1752）」等に相談してみましょう。

また、日本では、１か月分の家賃の他に敷金と礼金を払う場合が多くあります。敷金は引っ越すときに、家屋の汚れや破損の修理費を差し引いた分だけ戻りますが、礼金は戻りません。敷金、礼金の相場は、地域や家主によって異なるようです。

３．家賃の滞納をしないこと

日本では、外国人に家や部屋を貸すことを躊躇する家主が多いです。せっかく借りられた家又は部屋です。家賃の滞納をしないことで家主との信頼関係を持てるように努力しましょう。もし、家賃の支払いが納入日に間に合わないときは、必ず前もって連絡をしましょう。

4-3 家を買うには

１．自分の家（マイホーム）

家は非常に高額であり、現金で購入することは難しいものです。そこで、資金を借りることになります。けれども、高額な借金をして長期間にわたりこれを返済するためには慎重な決断がいります。重要なのは、まず「返済可能額を把握する」ことです。すなわち、いつまで、どれくらいの金額ならば毎月の返済が可能かを家族と共によく相談して決めます。

２．住宅ローン

長期間で利子が安いという良い条件でお金を借りる（ローン）ことができるのは公的機関からの融資であり、住宅金融支援機構（在留資格の「永住者」がひとつの条件）等があります。

３．財形貯蓄制度

職場において財形貯蓄制度に加入していれば、この制度の融資（１年以上の積立てが条件）を利用することも可能でしょう。その他、民間銀行などからの借入も可能でしょうが、金利は高くなります。

以上のような住宅についてのローン相談は、銀行や住宅販売会社等でしましょう。

第５章　医療

5-1 病気や怪我をしたとき

病気にならないよう、日頃から健康に注意しましょう。しかし、病気や怪我をしてしまったら早めに医師にみてもらうことです。なるべく近所の決まった医療機関で、かかりつけの医師を決めておきましょう。

病院に行くときは、必ず『(国民)健康保険被保険者証』(通称:健康保険証)を持っていきます。健康保険には、勤務先で入る「健康保険」と、自治体で加入する「国民健康保険」があり、日本に住民登録のある外国人はどちらかに入ります。健康保険では、本人と家族ともに医療費の自己負担率はほとんどの場合が１割から３割です。もし、ひと月内に支払った医療費が一定額を超えた場合などは、超過分の医療費を支給する「高額療養費制度」があります。

交通事故の怪我による治療費は、原則、運転者や自動車の所有者が自動車損害賠償責任保険（通称：自賠責保険）に加入しているため、その保険金で支払われます。

仕事中や通勤途上の事故で怪我や仕事で病気になった時は、「労働者災害補償保険（労災保険）」で扱われます。就職時に会社が加入していることを確認してください。

5-2 休日（夜間）急患診療所

休日や夜間の急患の診療所は、地域の医師会などで、地域医療センターなどを設け、医師が当番で対応しています。また、地域の病院間で、休日・夜間の対応をする施設を決めているので、日ごろ、いつ、どこの病院や診療所が急患に対応してくれるかを市区町村役場で問い合わせるなどして調べておきましょう。何度か病気で診てもらったことのある近所のクリニックなどの医師に相談して、「もしものとき」の策を考えておく方法もあります。

近所に家族の健康状態をいつでも、気軽に相談できるかかりつけの医師がいると安心です。

5-3 公的医療保険

１．健康保険

会社等で仕事をしている人は、社会保険（健康保険と厚生年金保険）に加入します。手続きは、会社等が行います。更に、扶養家族がいる人は、勤務先に申請手続きをすれば、その家族も健康保険に加入できます。健康保険加入者には、その保険者（全国健康保険協会または健康保険組合等）から勤務先を通して、本人及びそれぞれの扶養家族に健康保険証が発行されます。社会保険の保険料は、雇用者と本人が折半で負担し、本人負担分は毎月の給与所得から差し引かれ、保険者に納入されます。この健康保険によって、医療費の自己負担は、１割から３割となります。

２．国民健康保険

国民健康保険は、本人が、市区町村役場で加入手続きをし、納入通知書に定められた期限までに健康保険料を納入します。保険料は、世帯の所得と加入者数によって決定されます。住民票が作成された人は、勤務先等の健康保険に加入している場合を除き、国民健康保険に加入しなければなりません。

子どもについては、「乳幼児医療証等」を提示することで、健康保険または国民健康保険が適用される医療費の自己負担分（２割から３割）について、一定の年齢（自治体によって異なる）に達するまで、自治体が実施する「乳幼児等に係る医療費の援助」が受けられます。これにより、多くの場合、子どもの医療費が無料となります。「乳幼児医療証等」の交付申請は、子どもの住民登録がある市区町村にて行います。

３．高額療養費制度

医療機関や薬局の窓口で支払った額が、暦月（月の初めから終わりまで）で一定額を超えた場合に、その超えた金額を支給する制度として、「高額療養費制度」があります。負担の上限額は、年齢や所得区分によって異なります。詳しくは、（国民）健康保険証に『保険者』として記載のある団体もしくは市区町村に問い合わせください。

４．高額医療・高額介護合算療養費制度

世帯内の同一の医療保険の加入者について、毎年８月から１年間にかかった医療保険と介護保険の自己負担を合計し、基準額を超えた場合に、その超えた金額を支給する制度として、「高額医療・高額介護合算療養費制度」があります。高額療養費制度が月単位で負担を軽減するのに対し、合算療養費制度は、こうした月単位での負担軽減があっても、なお重い負担が残る場合に年単位でそれらの負担を軽減する制度です。詳しくは、加入している医療保険の保険者に問い合わせください。

５．医療費控除

また、本人と生計を同じくする家族の医療費が合わせて年間一定額（10万円、但し総所得金額等が 200万円未満の場合、その５％の金額）を超える時は、確定申告をすれば支払った税金の一部が戻ってくる場合があります。これを「医療費控除」といいます。詳しくは（公財）アジア福祉教育財団難民事業本部に相談してください。

5-4 公的介護保険

介護保険は、高齢者が介護を必要とするようになっても、地域で必要なサービスを利用しながら、出来る限り安定した生活を送れるように、社会のみんなで支え合う仕組みです。40歳以上になると、介護保険に加入し、毎月決められた保険料を納めます。（保険料は、介護保険被保険者の所得によって算定）その保険料や税金を財源として、介護保険の被保険者が介護が必要な状態となった時、一部の費用負担で、さまざまな介護サービスを受けることができます。

１．介護保険の加入

介護保険制度に加入する人は、①65歳以上の人（第１号被保険者）と②40歳から64歳で医療保険に加入している人（第２号被保険者）です。65歳以上の人は、原因を問わず、支援や介護が必要な状態になったときに、介護サービスを受けることができます。40歳から64歳の人は、末期がんや、関節リウマチ等の老化による病気（特定疾病）が原因で要支援・要介護状態になった場合に、地域の介護サービスを一部の費用負担で、利用することができます。

「介護保険証」は、65歳になる前の月に交付されます。40歳から64歳の人は、要支援・要介護認定を受けた場合にのみ、「介護保険証」が交付されます。介護サービスを利用するために必要となりますので、大切に保管しておきましょう。

２．相談窓口と申請先

介護サービスを利用するためには、地域の高齢者相談センター（地域包括支援センター）や市区町村役場の介護保険担当窓口に相談、申請します。利用者本人のほかにも、家族からの相談や申請も受け付けています。申請後、医師の診断書や訪問調査等に基づいて審査が行われ、利用者が必要とする

支援や介護の度合い(「要介護度」という)について、判定が下されます。判定結果は、申請から原則、30日以内に通知されます。利用できる介護サービスの種類や毎月のサービス利用限度額は、この「要介護度」に応じて異なります。

3.「在宅サービス」と「施設サービス」

介護保険を利用できるサービスは、大きく分けて、「在宅サービス」と「施設サービス」に分かれます。

「在宅サービス」には、訪問介護(ホームヘルプ)、訪問入浴介護、訪問リハビリテーションなどの訪問形式のものと、通所介護(デイサービス)や通所リハビリテーション(デイケア)などの通所形式で利用できるものがあります。

「施設サービス」とは、その施設に入所した人が受けられるサービスであり、どのような介護が必要かによって主に3つのタイプに分かれます。生活介護中心の「介護老人福祉施設(特養)」、在宅生活に戻るためのリハビリテーションを中心とした「介護老人保健施設(老健)」、長期間の療養入院が必要な人を対象とした「介護療養型医療施設(療養型病院)」です。

どのようなサービスを、どの程度利用するか、本人や家族の希望や相談に応じ、具体的な介護サービスの利用計画(ケアプラン)を作成するのは、ケアマネージャーと呼ばれる介護支援専門員です。利用者やその家族は、ケアマネージャーを選び、必要に応じて変更することもできます。ケアプランが生活に合わなかったり、問題が生じた場合は見直しが可能なので、担当のケアマネージャーに納得のいくまで相談しましょう。ケアマネージャーの選定は、介護保険課や高齢者相談センターが相談に応じています。

5-5 健康診断・予防接種

市区町村を実施主体として、住民を対象に定期的に行われる健康診断を受けられる場合があります。検診期間が限られますので、案内が届いたら早めに期限を確認の上、指定の医療機関を受診することを勧めます。

子どもの場合、市区町村で無料で実施される予防接種を受けることができます。これは感染病から子どもを守るためのものですが、1994年の予防接種法改正により予防接種を受けることは義務ではなくなっています。子どもの体調は良いか、アレルギーはないか、以前に同じ予防接種を受けていないか等を確認して受けるかどうかを決めましょう。市区町村による予防接種にはＤＰＴ（ジフテリア、百日咳、破傷風の三種混合）、ポリオ（小児麻痺）、ＢＣＧ（ツベルクリン反応検査が陰性の場合のみ）、麻しん、風しん、日本脳炎があり、それぞれ対象年齢が定められています。市区町村から予防接種実施の案内が届いたら確認してください。

その他、大人が受けられる有料、無料の予防接種もあります。詳しくは最寄りの保健所に問い合わせください。

5-6 医療費が払えないとき

長引く病気や難病を患い、医療費が払えない時は、病院の医療相談室のケースワーカーが相談にのってくれます。高額療養費が支給されるあいだまでの約2か月の間、高額療養費に相当する金額を貸してもらえる「高額療養費貸付制度」もあります。収入はあるものの支払いが一時的に無理な場合には、低利の公的な医療費貸付制度を地域の社会福祉協議会が行っていますから、相談してみてください。

また、自治体によっては、国民健康保険の加入者で、「医療費の自己負担金減免（または免除）制度」を利用することができる場合もありますので、居住地の市区町村役場に問い合わせてみるとよいでしょう。なお、生活保護の受給要件を満たしている者に対しては、医療扶助が行われます。原因が不明であって、治療法が確定していない「難病」のうち、治療が困難であり、かつ、医療費も高額であるとして国が指定した348の疾患（2025年4月現在）については、自己負担分の全部または一部を公費で負担しており、申請は保健所等で受け付けております。まず医師に相談してください。また、感染症にかかった時にはいろいろな検査や援助もありますから、早めに保健所に相談してください。

5-7 精神的に不安なとき

１．異文化に接しての不安

定住者のなかには、日本に住み、社会や文化、言葉など環境が変わったことで体や心がうまく適応できなくなる人もいます。精神的な葛藤やストレスは放置しておくと、精神的な障害を起こすことがあります。アルコールや薬の過剰摂取も精神に障害をもたらします。

２．不安が高じた時（精神障害）が疑われるようなら、精神科の医師にみてもらいましょう。

睡眠障害が３日以上続くようなら医師に相談した方がよいでしょう。また、精神保健福祉相談員がいる保健所で相談もできます。医師が通院治療や入院を指示したら、それに従って、できるだけ早く治療をしてください。

入院には、本人の同意に基づく「任意入院」と、精神保健指定医が医療及び保護の必要があると認めた場合に、保護者の同意を得て入院させる「医療保護入院」があります。また、「自傷他害」の恐れがある場合は、２人以上の精神保健指定医の診察で知事の権限によって強制的に入院させる「措置入院」があります。措置入院期間中の医療費は、国が負担します。健康保険が適用されますが、通院医療費を公費で負担する制度がありますし、国民健康保険の高額療養費制度や自治体で実施している「精神障害者医療費助成制度」もあります。初診から６か月以上診察を受けている人は「精神障害者保健福祉手帳」申請ができ、発行により税金等の減免等が受けられる場合があります。社会復帰のための訓練施設もあります。医師や保健所に相談してください。様々な依存症（例：アルコール、ドラッグ等）の治療については、精神保健福祉センター又は保健所に相談してください。

5-8 在宅の障害児のための援助と訓練施設

障害児や障害者の相談は、市区町村の福祉事務所や福祉課が窓口です。在宅の心身障害児（20歳未満で心や体に不具合がある人、医師による認定が必要）を養育している保護者に「特別児童扶養手当」が支給されます。この手当は障害の程度によって支給額が異なります。障害者の程度がさらに重度である場合、障害者本人に「障害児福祉手当」が別途支給されます。ただしこれらの手当は、保護者の所得に条件があります。

また、障害を抱える児童を対象に医療と保育、養育に重点をおいた施設として、療育施設があります。施設ごとに肢体不自由児、重症心身障害児（者）、盲ろうあ児、発達障害児などを対象としており、全国各地にあります。

日常生活に介護が必要な状態であれば、ホームヘルパーを派遣する制度があり、短期の療養や補装具の給付などもあります。これらの相談申込みは市区町村の役所や福祉事務所です。

身体に障害がある方は「身体障害者手帳」、知的障害がある方は「療育手帳」、精神障害がある方は「精神障害者保健福祉手帳」の申請が可能です。各手帳の申請方法については、市区町村窓口に問い合わせください。障害者手帳の交付を受けると、各種税金の減額もしくは免除、各種公共交通機関の割引きなどの各種サービスが受けられます。交付された障害者手帳の種別や等級、各地方自治体によって、受けられるサービスに差があるため、申請時に各地方自治体に確認しましょう。

9 妊娠・出産

１．妊娠がわかったら、母子手帳をもらいましょう。

医師によって妊娠が確認されたら、居住地の市区町村役場で「妊娠届」の用紙に妊婦名や出産予定日、病院名等を記入し、『母子手帳』をもらいます。あわせて、妊婦の健康診査の受診票を受け取ります。妊婦健康診査は全額自己負担ですが、検診時に指定の医療機関にこの受診票を提示することで、公費の助成を受けることができます。このような手続きは、妊娠中の母子の健康と、出産後の子どもの健康管理のためにも必要なものです。また、この手続きにより、母子は無料の健診や予防接種を市区町村か地域の保健所で受けることができます。

２．定期健診

医師の指示に従って、母子ともに健康な状態で安心して出産を迎えることができるように努力しましょう。もし、不安な問題があるときは、担当の医師や保健所や保健センターなどの相談窓口で相談しましょう。

３．産休、育児休業

本人が会社等に勤務している場合は、産前、産後の休暇が認められています。また、父母共に育児休業を希望する場合、原則として1歳に満たない子どもを養育する父又は母が事業主に申し出ることにより、それぞれ上限１年間の「育児休業」（母の場合、産後休業期間と合わせて１年間）を取得することができます。このほかにも３歳までの子を養育する親が利用できる勤務時間を原則１日６時間とする「短時間勤務制度」や、小学校3年生修了までの子が１人であれば年５日、２人以上であれば年10日取得可能な「子の看護等休暇」などがあります。ただし、これらの制度の中には雇用期間１年未満の場合は適用外となるものもあります。必要がある場合は、人事や労務担当者に尋ねましょう。

４．赤ちゃんが生まれたら

出産後14日以内に「出生届」を市区町村役場に提出します。また「出生通知票」を指定の機関（保健センターなど）に提出することで、保健師の訪問サービスなどを受けることができます。

担当の医師の指示に従い、定期健診や予防接種を受けましょう。具体的な日程などは、保健所や保健センターに問い合わせます。定期健診や予防接種の際には、必ず母子手帳を持参してください。

５．生まれた赤ちゃんが平均より小さいとき

2,500 グラム未満の低出生体重児は、出生地の保健所に届けることになっています。出生時の乳児の体重が 2,000 グラム以下で、医師が養育を受ける必要があると判断し、指定病院に入院する時は、保護者の収入額によっては、養育医療費用の一部又は全部が免除されます。

６．母子手帳

乳幼児に関わるあらゆる手続きや健康診断、予防接種、病気での治療等では、必ず、母子手帳を使います。予防接種の対象の中・高校生まで大切に保管しましょう。

７．出産育児一時金

通常の妊娠・出産は病気の場合と違い、健康保険が適用されず、費用は全額自費負担となります。病院での正常分娩の平均的な出産費用は、50万円～60万円です。ただし、(国民)健康保険の被保険者もしくは被扶養者であり、妊娠４か月以上で出産した人は、「出産育児一時金」として50万円の給付を受け取ることができます。ちなみに、妊娠85日以上で死産、流産となった場合でも、受給することができます。

「出産育児一時金」は、産婦が国民健康保険の被保険者の場合は、市区町村役場の窓口に、会社等の健康保険被保険者もしくは被扶養者であれば、勤務先を通して、その保険者の担当窓口に申請します。また、出産育児一時金の請求と受け取りを、妊婦などに代わって医療機関等が行う制度として、「直接支払制度」があります。保険者から医療機関等に直接支給されるため、退院時に窓口で出産費用を全額払う必要がなくなります。

８．出産費用に困ったら

低所得で入院分娩が必要な人のために、指定病院で入院分娩をさせる入院助産制度もあります。なお、生活保護受給者に対しては、出産扶助が行われます。

９．計画的妊娠が理想的

異国での妊娠や出産は女性だけではなく定住者一家にとって、大きな喜びであると同時に一大事でしょう。望まない妊娠である場合や出産費用の心配があれば心痛も大きいでしょう。妊娠については、計画的であることが理想的です。妊娠中絶や不妊手術によらず、夫婦で協力しあって受胎調節をしましょう。保健所(※)では避妊や遺伝について、産婦人科医(母体保護法指定医)には、妊娠中絶、不妊手術（男性は泌尿器科）について相談出来ますが、費用や時間については前もって連絡して確かめましょう。

母体の保護や、やむをえない理由によって、妊娠22週未満までは妊娠中絶が母体保護法で認められますが、生命の危険や不妊症の原因となるなどの問題もあるので、特に若い女性の場合はさけたいものです。また、妊娠中絶には原則、健康保険は適用されません。

（※）保健所は地域によって、福祉事務所と併設されている所もあます。

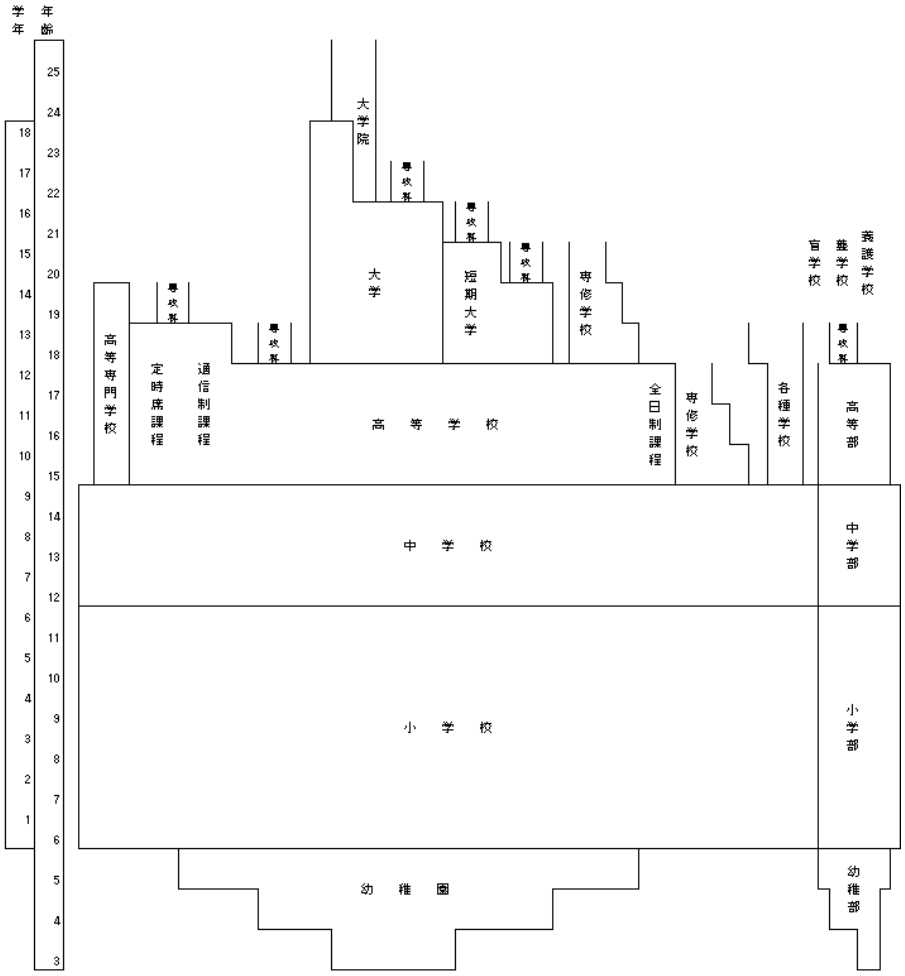
第６章　教育

6-1 日本の教育制度

日本の学校教育には、義務教育として６歳からの小学校教育、12歳から３年間の中学校教育があります。更に３年（定時制４年）間の高等学校、４年間の大学があります。これらの教育機関の１学年は４月に始まり、翌年３月で修了します。

その他にも小学校入学前には、仕事や病気などで子どもの面倒をみられない保護者に代わって子どもを保育する保育園、３歳から５歳までの幼児を対象とした養育施設として幼稚園があります。義務教育の年齢を過ぎた未就学者には夜間中学があります。義務教育後の学校としては、高等学校・大学以外に高等専門学校、専修学校、短期大学などに通うこともでき、大学卒業後もさらに勉強を続けたい場合には大学院に進学することができます。

また、昼間働き、夜間に勉強をしたいという人のために、定時制高校や大学の二部（夜間部）、放送大学などの通信制の大学があります。各教育施設の詳しい説明はそれぞれの項をみてください。


学年
年齢
大学院
大学
短期大学
専修学校
養護学校
盲学校
聾学校
高等専門学校
定時制課程
通信制課程
高等学校
全日制課程
専修学校
各種学校
高等部
中学校
中学部
小学校
小学部
幼稚園
幼稚部
専攻科

6-2 小・中学校の入学や転入学の手続き

小学校は、満６歳になった子どもがその次の年度の４月から６年間通う学校です。中学校は、小学校を卒業した子どもが、３年間通う学校です。補完的保護対象者の定住者の子どもは公立の小・中学校に、希望すれば入学することができますので、住所のある市区町村の教育委員会に相談してください。また、16歳以上でも義務教育を修了していない場合は、夜間中学に入学できることがありますので、住所のある市区町村の教育委員会に相談してください。

3 保育園・幼稚園に入れるには

幼稚園、保育所、認定こども園等を利用する３歳から５歳までの全ての子どもたちの利用料は、基本的に無償です。

１．保育園

保育園は、両親共に働いていたり、病気などの事情で家庭で保育が出来ない乳幼児に保育を行う施設です。対象年齢は生後８週間～小学校入学前までが普通ですが、０歳児を預からない保育園もあります。定員いっぱいのため待たされることも多いようですが、必要度、緊急度が高い子どもから入園できます。

(1) 保育時間

保育時間は保育園により違いますが、一般的には平日は午前８時30分～午後５時まで、土曜日は午前８時30分～午後０時30分までです（日曜祝日は休みです）。８時30分前からや５時以降に保育（時間外保育）を必要とするときは保育園に申請します。

(2) 保育料

利用料無償の期間は、満3歳になった後の４月１日から小学校入学前までの３年間です。食材料費、行事費などは、保護者の負担になります。ただし、年収や子供の人数によっては、副食（おかず・おやつ等）の費用が免除される場合があります。

０歳から２歳までの子どもたちについては、住民税非課税世帯を対象として、利用料が無償となります。

(3) 入園申請

入園を希望する時は居住地の市区町村役場の保育担当の課に申請します。申請には「家庭現況報告書」「就労証明書」等が必要ですが、これらの書類は条件や時期によってそろえる種類が違いますから、市区町村役場の保育担当の窓口で説明を聞いてから準備しましょう。

(4) 保育園での生活

自宅から保育園までの往復共に保護者か代わりの人が送迎しなければなりません。入園から１週間位は「ならし保育」と言って子どもが保育園に慣れるため預ける時間を１時間位から徐々に長くしていきます。「保育手帳」（連絡帳）で家庭から園へ、園から家庭へと必要情報を伝え、より良い保育をめざしますが、文字の読み書きが苦手な人は朝、夕の送迎時に担任の保育士に話しかけ、子どもの健康状態など大切なことを口頭でも確認するようにしましょう。

２．幼稚園

幼稚園は３歳から小学校入学までの幼児が通園する学校で公立と私立があります。教育時間は標準４時間で、例えば９時頃から午後２時頃迄です。入園については、募集期間（大体９月～11月頃）がありますので教育委員会または各園に早めに問い合わせてください。

幼稚園の利用料は無償（上限月25,700円）ですが、入園料や、通園送迎費、食材料費、行事費などは、保護者の負担になります。ただし、年収や子供の人数によっては副食（おかず・おやつ等）の費用が免除される場合があります。

子ども・子育て支援新制度の対象とならない幼稚園については、無償化となるための設定や、市区町村によって償還払いの手続きが必要な場合があります。また、市区町村が私立幼稚園の補助金制度を設けている場合もありますので、詳しくはお住まいの市区町村にお問い合わせください。

３．認定こども園

認定こども園は幼稚園と保育園のそれぞれの良いところを活かしながら、その両方の役割を果たすことができる、新しい施設です。教育と保育を一体化させた施設といえます。両親が働いている・いないにかかわらず、すべての子どもが利用できます。子育てに関する不安に対して相談に乗ってくれたり、親子の集いの場を提供してくれるなど、子育て支援も充実しています。

6-4 高校に進学したいとき

１．高校受験資格

高校に入るには、中学校を卒業、若しくは中学校卒業者と同等あるいはそれ以上の学力があると認められて、高等学校の入学試験を受け、合格することが条件です。中学校卒業者と同等あるいはそれ以上の学力があると認められる者とは、外国において学校教育における９年の課程を修了している者、中学校卒業程度認定試験に合格している者等を示しています。この中学校卒業程度認定試験の受験年齢は、日本国籍を有しない者については、入学する年の３月31日までに満15歳以上での受験が認められます。

多くの中学校では、進路指導の折、生徒、教師、保護者の三者で相談し、本人の希望、適性、学力、家庭の経済状態等を考えて「就職か進学か」等の進路を決めます。外国の中学校を卒業した人は、進路の選択にあたり、その国の卒業証明書、成績証明書を必要とする場合があります。

２．高校の授業料

国公私立問わず、高校等の授業料の支援として、一定の収入額未満の世帯に「就学支援金」が支給されます。「就学支援金」を受け取るには、課税証明書と申請書を提出する必要があります。就学支援金の支給限度額は、全日制は月額9,900円（公立の定時制高校は月額2,700円、通信制は月額520円、私立の定時制・通信制高校は月額9,900円）です。但し、授業料が上記に達しない場合には、授業料を限度として就学支援金を支給します。また、私立高等学校等においては、授業料等の経済的負担が重いことを踏まえ、私立高等学校等に通う低所得者世帯等の生徒に対しては世帯の収入に応じ、就学支援金を加算して支給します。加算支給の申請方法については、直接学校に問い合わせください。

３．高校の転学

高校在学中に遠方に引っ越すなどの理由により、転学を希望する場合は、各高等学校において状況が異なりますので、担任などに相談してください。

6-5　大学等に進学したいとき

１．外国人が日本の４年制大学、２年制又は３年制の短期大学に入学する方法は、次のとおりです。

(1)　留学生として受験する場合

(a)　留学生のみを対象とした入学試験を実施する大学。

(b)　日本人と同じように試験をした上で、留学生対象の試験結果を加味する大学。

(c)　日本人と全く同じ試験による大学。

これらのうち、どの方法で受験できるかは、大学によります。

また、外国人に対して、「日本留学試験」や「日本語能力試験」（日本国際教育支援協会※）を義務づけている大学があります。入試制度が毎年変わることもあるので、詳細は入学を希望する大学に直接確かめるとよいでしょう。

※公益財団法人日本国際教育支援協会：
日本語教育普及課　　TEL03-5454-5215

(2)　日本の高校を卒業（見込）して、受験する場合

一般的には、日本人と同じ入試を受けることとなります。まず、国公立大学や一部の私立大学を受験するには、初めに各地にある試験会場で『大学入学共通テスト』を受け、その後で各大学独自の入学試験を受けることとなります。『大学入学共通テスト』を受験するときは、９月上旬に出願書類を取り寄せ、検定料を振り込んだら、10月上旬に郵送で申し込みます。試験を受けるのは１月中旬になります。その後、各大学へ出願することとなります。共通テストの選考料は一般入試の２分の１以下、交通費や宿泊費などもかからないので、地方の受験生にとっては経済的です。

また、『大学入学共通テスト』を利用しない私立大学は、各大学独自の方法で入学試験を行います。この他、国公私立大学を通じて、推薦入学制度を設けている大学があり、在学している高校での成績が大学側が求める基準以上の成績であれば、推薦を受けることがあります。なお、日本の高校を卒業した場合であっても、留学生として受験することを認めている大学もあるので、詳細は入学を希望する大学に直接確かめるとよいでしょう。

(3) 高校を卒業していない場合

(a) 「高等学校卒業程度認定試験（旧：大検）※」に合格すれば高校を卒業していない人でも大学・短大・専門学校を受験する資格を得られます。受検資格は、検定が行われる年度の終わり（３月31日）までに満16歳以上になる者です。

※高等学校卒業程度認定試験：
文部科学省生涯学習推進課　TEL 03-5253-4111

(b) 国際的な評価団体※の認定を受けた外国人学校（12年の課程）を修了した者

※国際的な評価団体としては、WASC（ウェスタン・アソシエーション・オブ・スクールズ・アンド・カレッジズ）、ACSI（アソシエーション・オブ・クリスチャン・スクールズ・インターナショナル）、ECIS（ヨーロピアン・カウンセル・オブ・インターナショナル・スクールズ）があります。

(c)　我が国において、高等学校に相当する外国の学校の課程（12年）として外国の学校教育制度において位置付けられた教育課程を修了した者

(d)　大学や専門学校への入学については、個別の入学資格審査により、高校を卒業した者と同等以上の学力があると認められた者のいずれかで 18歳に達した者などが大学・短大・専門学校を受験する資格を得られます。

※UNHCR難民高等教育プログラム
UNHCR では大学・大学院と提携し、補完的保護対象者に高等教育プログラムを提供しています。
詳細は下記に問い合わせ下さい。
―UNHCR駐日事務所―
〒107-0062 東京都港区南青山6-10-11 ウェスレーセンター
電話：03-3499-2011

２．大学卒業後、更に勉強して修士や博士などになれる大学院もあります。

6-6　高等専門学校・専修学校

１．高等専門学校

中学校卒業後の進路として、高等学校以外に高等専門学校があります。高等専門学校は、大学、短大と同じ高等教育機関で、中学校卒業者を受け入れて５年間の一貫教育を行い、高度な専門技術者を育成することを目的とした学校です。2026年現在、国立51校、公立３校、私立4校が全国各地に設置されており、工業系の学科が多いですが、その他に商船や経営情報、デザインといった学科もあります。授業料は、国立の学校の場合、全国一律で年額23万４千６百円（2026年調べ）となっています。また、多くの高等専門学校には学生寄宿舎が用意されています。

２．専修学校

専修学校は、職業や実際生活に必要な能力の育成又は教養の向上を図ることを目的とした学校です。工業、農業、医療、衛生、教育・社会福祉、商業実務、服飾・家政、文化・教養の８つの分野があります。社会のニーズに幅広く応えた多様な学科があり、その中には卒業すると公的資格が取れる学科や、受験資格を得られる学科も数多くあります。専修学校は、入学資格の違いにより、以下の３つの課程に分かれています。

(1)　高等課程（高等専修学校）

中学校卒業者程度を入学対象としています。文部科学大臣が指定した高等専修学校を卒業した者には、大学入学資格が与えられます。

(2) 専門課程（専門学校）

高等学校卒業者程度を入学対象としています。修業年限が２年以上等の要件を満たす専門学校の卒業者には「専門士」の称号が付与されます。また、専修学校の専門課程（修業年限が２年以上、総授業時数が 1,700時間以上又は 62単位以上であるものに限る）を修了した者は大学に編入学することもできます。

(3) 一般課程

入学資格は特に定められていません。誰でも自由に学べます。

(4) 入学試験

書類選考のほか、面接、作文や学科試験を行うところが多いようです。推薦入学を実施している学校も多数あります。なお、留学生として専門学校を受験する場合は、大学に入学する場合に準じた扱いとなっています。日本の高等学校又は高等専修学校を卒業（見込）して受験する場合は、直接専門学校の入学試験を受けることになります。

6-7　学費に困ったとき

進学の準備は、受験勉強とともに、学費等の資金についても、受験前に、家族とよく相談をしてから、進学先を決めましょう。しかし、家族や自分の力では学費を工面することができない学生のために、奨学金を支給・貸与する団体の一部を下表に紹介します。希望者は問い合わせてみてください。その他に、地方自治体や大学などによる制度もありますので積極的に問い合わせましょう。各市区町村にある社会福祉協議会でも生活福祉資金の貸付制度によって修学資金を借りる事が出来ますが、対象は高校生からになります。

団体名	対象・金額	問合わせ先
難民事業本部 教育訓練援助金 ＜給付＞	補完的保護対象者とその家族 小～大学生 (大学生はアルバイトをしていることが条件) 一時金(20,000～100,000円)	本部事務所 TEL：03-6721-7570 関西支部 TEL：078-361-1700

日本学生支援機構 （旧日本育英会） ＜貸与＞	第一種奨学金 大学生無利息で卒業後返還 月額 国公立大 自宅　45,000円 自宅外　51,000円 私立大 自宅　54,000円 自宅外　64,000円	出願資格の有無は、在学する大学に照会してください。
	第二種奨学金 利息を付けて返還（在学中は無利息） 国公立・私立 月額 20,000 円 ～ 120,000 円 （10,000円刻み）	

（2026年現在）

6-8　留学したいとき

定住者の中には、家族や親戚が外国に住んでいる場合もあり、自分たちの家族をその国へ留学させるケースが見受けられます。この場合、入国手続きについては、国によって対応が異なりますので、事前に留学希望先の大使館へ問い合わせることが必要です。

留学費（授業料、航空チケット代、生活費等）の調達は、

(a)　外国政府等の奨学金
(b)　日本政府等の奨学金
(c)　民間基金の奨学金
(d)　私費によるもの

に分類されます。このうち(a)から(c)までは原則として日本国籍を有するものに応募資格が限定され、公募による選抜となります。(d)については志望大学の選定から始まって大学決定まですべてのことを独力で行うことになります。また、留学にも日本の大学に籍を置いたまま留学する場合（交換留学または休学留学等）や、高校卒業後最初から外国の大学に進学を希望する場合等留学の形態はさまざまです。それによって、入学が許可されるために必要な手続きも変わってくるでしょう。さらに、アメリカやオーストラリア等の大学は、外国人のための英語標準テスト（TOEFL）の成績も重要な判定材料にしています。

なお、留学中はアルバイトを禁止している国もありますから、十分な生活設計が必要です。いずれにせよ、留学を希望する場合は下記の機関に照会してください。

＜問合わせ＞

行政法人日本学生支援機構	TEL：045-924-0812
http://www.jasso.go.jp/	
日米教育委員会（アメリカ）	TEL：03-3580-3231
関西アメリカンセンター（アメリカ）	TEL：06-6315-5970
ブリティッシュ・カウンシル（イギリス）	TEL：03-3235-8031
ドイツ学術交流会（ドイツ）	TEL：03-3582-5962

6-9 日本語の学習

まず最初に、どの程度の日本語能力の向上を目指すのかを決めることが重要です。近所の日本人や会社の人と話したい、高校や大学に進学したい、仕事のために専門用語を学びたい、本や新聞を読みたいなど、目的と自分の実力に合わせて、学校や教材を選ばなくてはなりません。

時間的・経済的に余裕のある人は、(財) 日本語教育振興協会が認定している日本語教育施設(いわゆる日本語学校、大学受験のための学校)が選択肢の一つとしてあります。日本語学校を選ぶ時には、(財) 日本語教育振興協会のホームページにある「日本語教育機関案内」が便利です。地域や費用など条件を入力して、全国の日本語学校の情報を得ることができます。(http://www.nisshinkyo.org/search/)

日本語学校の授業料は1年間で平均70～90万円ほどかかります。ただし、一般的に授業時間数も多く、働きながらの勉強は、よほどの努力が必要です。

その他、日本語学校以外で勉強しようとする場合は、無料又は教材費の負担程度で日本語を教える民間団体やボランティアグループが各地にあります。教え方は、家庭教師のように訪問指導するもの、受験勉強も併せて指導する塾形式のもの、日曜日や夜間に公民館等を利用して開かれる教室形式のものなど、さまざまです。これらの学校や団体については、住んでいる場所や学習目的・到達目標などによって選択すべきでしょう。地元の都道府県等の国際課や国際交流協会などで紹介をしていますので、問い合わせてください。

また、公益財団法人アジア福祉教育財団難民事業本部では日本語教育相談員を配置し、補完的保護対象者から寄せられる学習教材や地域の日本語教室の紹介など日本語学習全般に関する相談や問い合わせに対応したり、日本語のボランティアグループや地方公共団体と提携し、補完的保護対象者の日本語支援に必要な情報を収集、提供しています。日本語教育相談員が日本語の学習相談を受けていますのでご相談ください。

＜問合わせ先＞

財団法人日本語教育振興協会　　TEL：03-6380－6557

公益財団法人アジア福祉教育財団難民事業本部

本部事務所　　TEL：03-3449-7011

関西支部　　TEL：078-361-1700

第７章　事故・火事・救急車

7-1 事故・盗難にあったとき

暴力の被害や交通事故にあったときは、警察に電話します（電話番号は110）。あせらず、落ち着いて、自分の名前と(1)何があったのか、(2)いつ、(3)どこで、を伝えます。「110」は無料で警察につながります。公衆電話からかける時は、コインもテレホンカードもいりません。自宅から知らせるときに、あわてないように、日頃から自分の名前と住所、近くの目印となる建物の名前を、ひらがなやローマ字で大きく書いて、電話の近くにはっておくと便利です。

もし、泥棒に物を盗まれた時などは、すぐ近くの交番（KOBAN）に届けるか「110」に電話をして警察に知らせ、被害届を出します。被害届は警察の捜査の手がかりとなりますから、盗まれた物などを詳しく説明しましょう。保険を掛けていた物は、警察で「被害届」の「受理番号」を聞いて、保険会社に保険金を請求します。物を忘れたりなくした時は「遺失届」を警察に出します。キャッシュカードやクレジットカードをなくした場合は、ただちに銀行やクレジット会社にも届けます。早く届けないとお金を使われてしまうことがあります。旅券、在留カード、在留資格証明書を紛失した時も警察に届出をし、届出番号を入手して後日再発行手続きの時に担当の窓口で伝えます。

7-2 交通事故にあったとき

１．警察に連絡をします。「110」に電話をする、あるいは、近くに警察署や交番がある時は、直接警察官に連絡をしてください。

２．警察の現場見分を受けます。

３．事故の相手（車の運転手など）の住所、連絡先、氏名、車両番号、保険会社などを確認します。

４．損害賠償や保険金支払請求に必要な「交通事故証明書」を自動車安全運転センターから交付してもらいます。申請書は警察署や交番にあります。

５．事故により怪我をしたら、軽い怪我と思っても、医師の診断を受けておきます。

６．負傷している人がいる場合、負傷者の救護にあたります。救急車が必要なら、「119」に連絡して救急車をよびます。

交通事故のことで、困ったときは、都道府県の交通事故相談センターや自治体の相談室などで相談に乗っています。

法テラス（日本司法支援センター）で交通事故に関する相談を受け付けています（相談は予約制）。また、事情や条件によっては裁判費用の立替もしています。詳しくは下記のホームページにアクセスし、該当の相談窓口情報を検索してください。

※法テラス（日本司法支援センター） http://www.houterasu.or.jp/

7-3 火事のとき

消防署に連絡をします。

火事のときは、大きな声で近所の人に知らせ、消防署に電話して、消防車を呼びましょう。(電話番号は 119 です。)「119」に電話をしてつながったら、あせらず、落ち着いて、「(1)火事であること、(2)どこ(住所または目標物)、(3)燃えているもの」を伝えてください。

7-4 急病・怪我のとき

救急車を呼びます。

急病や、大けがのときは、電話で「119」番にかけて、救急車を呼びます。軽いケガや病気のときなどで、自力で病院に行けるときは、タクシーや自家用車を使います。「119」に電話してつながったら、あせらず、落ち着いて、(1)救急であること、(2)どうしたのか、(3)どこか(住所または目標物)、(4)氏名、(5)かけている電話番号、を話してください。家族などが一緒にいる場合、救急車のサイレンが聞こえたら、道案内のため迎えに出てもらってください。救急車を呼んだとき、健康保険証や、診察券(かかりつけの病院がある場合)を持っている人は、できるだけ用意しておいてください。

7-5　ガス漏れ

１．住居内のガス漏れはとても危険です。家庭で使用されるガスは独特な臭いがしますので、ガスの異常に気づいたら、ガスを止めて窓をあけ、家の中で火や電気のスイッチを入れるのを止めてください。小さくても花火やタバコの火やライターで引火や爆発の危険があります。換気扇やエアコンも使ってはいけません。

２．ガスメータの元栓を確認し、元栓を閉めます。

３．ガスにはＬＰガス（プロパンガス）と都市ガスの２種類があります。ＬＰガスは空気より重いため、床にたまります。戸を開けて箒などで外に掃き出してください。都市ガスは、空気より軽いため、天井にたまります。窓を大きく開け外の風を入れましょう。

４．ガス漏れに気が付いたら、休日・夜間を問わず、近くのガス会社に連絡してください。ＬＰガスの場合は、ボンベのコックを急いで閉めて、ボンベに表記されている連絡先に知らせます。

第８章　自然災害

8-1 地震

日本は地震が多い国です。無数の尊い生命と財産を一瞬にして奪った1995年の阪神・淡路大震災、2011年の東日本大震災などを貴重な教訓とし、今後、いつ、どこで震災が起きても、被害を最小限にとどめる事ができるように、常に心構えと必要な準備をしておきましょう。

１．日頃の対策

(1) 家の中で一番安全な場所を確認しておく（タンスなど倒れやすい家具の傍は危険です)。

(2) 一人一日２～３リットルを目安に飲用水を３日分は確保しておく。

(3) リュック、あるいは救急袋を用意し、家族全員が知っている場所に置く。その中に必要な物を入れておく。例えば：懐中電灯、乾電池、飲用水、食糧、携帯ラジオ、現金（10円硬貨は公衆電話に便利)、身分証明書の写し、パスポート、預金通帳などの貴重品、マッチやライター、ろうそく、救急セット（持病がある人は常備薬を忘れずに)、ヘルメットあるいは頭巾、軍手、靴下及び肌着、防寒着、防水用シート、ロープなど

(4) 転倒防止用の金具で家具を固定する。

(5) 窓、食器棚や戸棚などのガラスに飛散防止フィルムを貼る。

(6) 緊急用の電話番号や言葉が通じる相手の連絡先を明記しておく。

(7) 避難場所と最寄りの病院と経路を確認し、避難場所は住まいの市区町村に問合わせておく。

２．地震が発生したら

(1) 屋外にいる時は、まず身の安全をはかり、最寄りの安全な場所に避難する。

(2) 屋内にいる時は、使用中のガス、ガスコンロの火を消す。他の調理器具や暖房器具等出火の原因になりそうなものはすべて切る。出火していれば、ただちに手近な消火器で消す。

(3) 部屋や玄関のドアを開け、逃げ道を確保する。

(4) テレビ、ラジオ、電話などで震災情報を随時把握するように努める。

(5) 慌てて建物から飛び出さず、地震がひとまず落ち着いてから救急袋を取り出し、ヘルメットなどで頭部を保護しながら空き地に出る。

(6) 家族や近所の人からはぐれないよう、お互いを確認しながら速やかに避難所へ移動する。

(7) 自動車の運転中であれば急ブレーキを避け、ゆっくり減速しながら左側路肩に寄せる。ガソリンスタンドや高圧ガス施設のそば、歩道橋の下などには停車しない。

(8) 歩行中は、広い道なら中央へ、繁華街では看板、電柱や窓ガラスなどの落下物に気を付ける。

３．地震の後は

余震や津波の危険があります。ラジオ、新聞やテレビ等でできるかぎり正しい情報を集めましょう。大きな地震で自宅に戻れない状態になった時は、家族の安否と避難先を関係者、会社や学校等に連絡しましょう。

４．災害用伝言ダイヤル（電話番号171）

災害が発生すると、被災地への電話がかかりにくくなります。そのようなとき、「災害用伝言ダイヤル」を利用しましょう。被災地にいる人が録音した、安否などに関する情報を、ほかの地域にいる人が聞ける、声の伝言板です。被災地にいる人へ、メッセージを送ることもできます。ＮＴＴが災害用伝言ダイヤルサービスを始めるときは、テレビやラジオでお知らせします。使い方は、電話番号171 をダイヤルし、日本語の利用ガイダンスに従って、伝言の録音、再生をおこないます。

５．災害時に役立つ多言語情報

日本で生活するための情報に加え、災害時などの緊急時の対応や必要な情報が下記のホームページにおいて、提供されています。

外国人生活支援ポータルサイト

https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html

8-2 台風・洪水のとき

１．台風・洪水に備えて

日本では夏から秋にかけて台風が多く、強風や豪雨で、土砂災害や洪水などの被害がでることがあります。強風や豪雨に備えて、次のことに心掛けましょう。

(1) 家の各所を点検し、被害をできるだけ小さくするために修理や補強をしておく。

(2) 窓ガラス等は、ガムテープやビニールテープを貼って補強し、雨戸・シャッターなどがあれば閉める。

(3) 庭、あるいはベランダに出しているごみ箱、鉢植え、置物などは固定するか家に取り入れ、強風に吹き飛ばされないようにする。

(4) テレビのアンテナ等は、そえ木、針金などで補強する。

(5) 排水口や樋の中に溜っている泥、塵などを取り除き家の回りの排水をよくする。

(6) 浸水の恐れがある地域や低地に住んでいる場合は、家具、電気製品などをできるだけ高い所に移す。

(7) 停電することがあるので、懐中電灯や携帯ラジオなどを家族全員が定めたところに置いておく。

(8) 非常持ち出し品を揃え、出しやすい場所に置いておく。

(9) 最寄りの避難場所、避難経路を確認する。

各市区町村役所、消防署、土木事務所（地域によって名称が異なる）に避難場所の案内及び大雨による土砂災害が起きる危険性のある地域を記した「危険箇所図」があるので、自分が住んでいる地域が安全かどうかを事前に確認し、できる限りの対策をとる。

２．台風が来たら

(1) 強風のときには外出しない。どうしても外出する際にはヘルメットか厚手の帽子をかぶる。

(2) 折れた電柱や垂れ下がった電線には近寄らない。

(3) 気象情報に十分注意し、避難勧告や指示が出れば速やかに避難をする。特にお年寄り、病人や乳幼児がいる家庭は早めに避難する。

8-3 火災保険と地震保険

盗難、火災、風水害の被害にあって、税の減免や猶予などを受ける場合には「罹災証明」が必要です。申請書は市区町村の役所や警察署、消防署にあります。火災や風水害などで損害が生じた場合、経済的に苦しくなるだけでなく、精神的にもダメージを受けます。また、自宅が火事の火元になり、近隣に被害が及んだ場合、損害賠償金を要求されることもあります。日々の生活で常に火元を注意しておくのはもちろんですが、いつ起こるかわからない災害に備えて、「火災保険」と「地震保険」の両方に加入しておきましょう。

火災保険にはさまざまな種類がありますが、火災による被害だけでなく、竜巻や突風などの風害やゲリラ豪雨による水害などによる損害を補償するタイプを併せて選ぶこともできます。ただし、火災等の原因が地震等であったときは、火災保険のみでは補償されないため、地震保険も合わせて加入しておきましょう。また、団地や集合住宅に住む人は、団地保険に加入する方法もあります。詳しくは損害保険会社に問い合わせてみましょう。

8-4 罹災証明書

火災や震災を含む自然災害に遭い、家屋等に被害を受けた場合は、市区町村役場や消防署にある罹災証明の申請書に記入し、提出してください。現地調査が行われた後、「罹災証明書」が交付されます。「罹災証明書」とは、災害による被害の事実や家屋などの損壊の程度を証明する書類です。「罹災証明書」は、加入している損害保険の保険金請求や税金の控除の際に提出するだけでなく、生活再建資金の支給や学校の授業料減免など、自治体からさまざまな救済措置を受けるときに、提示が求められます。

具体的な申請方法は、市区町村役場によって手続きが異なるため、確認してみてください。

第９章　税金・年金・保険

9-1 税金の種類

日本の税金には、二種類の税金、国税と地方税があります。

日本に住所がある人、又は引続いて１年以上在留する人は、その国籍にかかわらず納税の義務があります。補完的保護対象者でも税金は納めなければなりません。個人が納める税金の種類には、国に納める『国税』と、住んでいる県や市町村に納める『地方税』があります。国税は給料などから源泉徴収される所得税などです。地方税は、住んでいる地域の自治体から課税される都道府県民税と市町村民税などです。日本の所得税は、所得が多くなると、税率が高くなります。

また、いろいろな所得控除や税額控除がありますので、同賃金でも控除の種類や内容が違えば、会社で源泉徴収される額が変わり、給料の手取り額も違ってきます。在留資格の更新や変更、永住許可申請、帰化申請など、地方出入国在留管理官署や法務局での各種申請手続きの際には、納税証明書の提出が求められます。その時になってからあわてても遅いので、納税はきちんと期限内に行いましょう。なお、母国にいる両親や妻子に送金している人は、扶養控除の対象となるかどうか、最寄りの税務署に問い合わせてみるとよいでしょう。

9-2 税金の納め方

ここでは所得税の申告と納税及び住民税の納め方などについて説明します。

１．所得税の源泉徴収

会社などに勤めている人は月々の給与から所得税が源泉徴収され、その年の最後の給与の支払時に、年末調整により精算されます。

＜月々の源泉徴収＞

毎月の給与などから源泉徴収される所得税額は、給与所得の「源泉徴収税額表」に基づいています。

＜年末調整＞

一年間の給与総額に課されるべき所得税額と毎月の給与から源泉徴収された所得税の総額は、必ずしも一致しないため、その年の最後の給与支払時に過不足額の精算が行われます。これを年末調整といいます。

所得税の計算では、配偶者控除や扶養控除、障害者等の控除、配偶者特別控除、各種の保険料控除などが受けられます。

年末調整の時期になると会社の経理担当者から「給与所得者の保険料控除申告書兼給与所得者の配偶者特別控除申請書」が配布されますので、必要事項を記入して生命保険等に加入している人は、「生命保険料や地震保険料の控除証明書」をつけて提出してください。また、年の中途で子どもが生まれたり、扶養親族の結婚などにより、「給与所得者の扶養控除等（異動）申告書」の項目内容に異動があった場合にはそれを記入し、異動申告をする必要があります。

なお、給与の年収が 2,000万円を超える人や２か所以上から給与の支払を受けている人などは、年末調整の対象とならないので、本人が確定申告をします。

２．申告納税

事業所得や不動産所得などがある人、２か所から給与の支払を受けている人、給与所得以外に20万円超の所得（翻訳、講演料等）のある人などは『確定申告』をしなければなりません。所轄税務署で、２月16日から３月15日までの間に前年（１月～12月）の所得の申告をし、税額を所轄税務署、又は金融機関の窓口で納めます。この他、口座振替により納めることもできます。

申告用紙は税務署の受付にありますが、国税庁のWebサイトに、確定申告書等作成コーナーのサイトがあるため、インターネットで申告、提出することもできます。用意するものは、源泉徴収票や印鑑、その他、各種控除申告をする人は、控除項目によって添付する必要書類が異なります。税務署で申告書を作成する場合は、その場で職員が相談に応じてくれますが、申告書の作成者は申告者本人です。また、次の場合は確定申告をすると、税金が戻ってくる場合があります。具体的な要件など、詳しくは、最寄りの税務署に問い合わせください。

(1) 本人と生計を同じくする家族の医療費が、合わせて年間10万円以上（その年の総所得金額等が200万円未満の人は、総所得金額等５％の金額）を超えた分について所得控除として計算されます。

(2) 災害又は盗難若しくは横領によって、資産について損害を受けた場合等には、一定の金額の所得控除を受けることができます。これを雑損控除といいます。

(3) 住宅や土地を借入金で購入、または増改築した場合、一定の要件に該当するときは税額控除として計算されます。

３．住民税

住民税は、前年の１月１日に居住していた市区町村の役所から、前年の所得に対して課税されますので、今、失業して無収入でも、前年に収入があれば課税されることがあります。住民税が課税される場合、直接、自宅に納付書が郵送されてきますので、市区町村の役所か銀行、郵便局などを通して納入します。住民税が課税されている会社勤めの人は、所得税と同じように勤務先の会社が給料から直接差し引いて納入してくれます。

税務署に所得税の確定申告書を提出した人や給与以外の所得がない会社員やパートタイマー等で、勤務先から自治体へ給与報告書が提出されている人等は、住民税の申告をする必要はありません。一方、親の仕送りや援助などで生活している人で、扶養者と同一の世帯ではない人（例：独居の高齢者や親元を離れて生活する学生など）や前年中にまったく所得がない人等は、住民税の申告が必要です。自分がどちらに該当するかわからない場合は、居住地の市区町村の役所に問い合わせください。

9-3 確定申告

確定申告は、毎年1月1日から12月31日までの１年間の所得金額と、それに対する税額を納税者が自分で計算して所轄税務署に申告することをいいます。申告には、収入に関わる源泉徴収票や各種証明書、領収書、認印などを用意して、翌年の２月16日～３月15日の間に税務署に行き手続きをします。

9-4 税金が納められないとき

税金を期日までに納めないと延滞税が加算されますが、病気や廃業などを理由に納税の猶予を所轄税務署に申請し、それが認められると１年間の分割納付等ができるほか、その間の延滞税は一部免除されます。税金を納められない理由によっては、住民税にも分割納付や徴収猶予の制度があります。市区町村の税務担当課に相談してください。

9-5 日本の公的年金制度

誰でも年をとれば、個人差はあっても若い頃のように働けなくなり、収入を得る能力が低下するリスクなどを背負っています。こうした中、老後をできるかぎり安心して暮らせるための社会的な仕組みとして、日本の公的年金は大きな役割を担っています。

日本の公的年金は、個人が納めた保険料を積み立てて個人に返すのではなく、現在の現役世代の納める保険料によって現在の高齢者の年金給付をまかなうという世代と世代の支え合いの仕組みによって成り立っています。その財源は、現役世代からの保険料に加え、国の税金などでまかなわれています。

日本では、1986年より、20～60歳未満の外国人を含むすべての居住者は、公的年金制度への強制加入が原則となりました。年金には、国民年金（全ての居住者が加入）や厚生年金保険（民間サラリーマンなど）、公務員等の共済組合などがあります。

１．年金加入者には第１号被保険者、第２号被保険者、第３号被保険者の三種類がありこのどれかに属していなくてはなりません。

第１号被保険者

日本国内に住所を有する自営業者、農林漁業者とその家族、学生、無職の人など、第２号被保険者でも第３号被保険者でもない人。保険料の納付は、指定の金融機関、郵便局、コンビニエンスストア等の窓口で現金で支払う以外に、口座振替やインターネットを利用する方法もあります。第１号被保険者に該当する場合は、市区町村に届け出る必要があります。

第２号被保険者

会社員、公務員などで厚生年金保険や共済組合年金に加入している人。保険料は給料から差し引かれます。

第３号被保険者

第２号被保険者（厚生年金保険、共済組合年金の加入者）に扶養されている配偶者。保険料は、配偶者が加入している厚生年金保険や共済組合が一括して負担しますので、個別に納める必要はありません。第３号被保険者に該当する場合は、事業主に届け出る必要があります。

２．厚生年金保険は、(a)国、地方公共団体または法人の事業所、あるいは(b)一定の業種（※）であり常時５人以上を雇用する個人事業所では、強制適用となっており、適用事業所で常時働く労働者は被保険者となります。適用事業所は、パートやアルバイトでも、１日または１週間の労働時間および１か月の所定労働日数が、通常の労働者のおおむね４分の３以上あれば、加入させる必要があります。また保険料は、事業主と労働者が折半で負担します。

※一定の業種･･･製造業、土木建築業、鉱業、電気ガス事業、運送業、清掃業、物品販売業、金融保険業、保管賃貸業、医療保健業他

３.年金の加入手続きが終わると基礎年金者番号通知書が交付されます。基礎年金番号通知書は年金を受給するときや相談をするときの身分確認として、非常に大切なものです。一生使うものですので、大切に保管しましょう。

４．年金に加入し、一定の要件を満たすと、障害年金や遺族年金、老齢年金が支給されます。老齢基礎年金を受けるためには、原則として、保険料を納付した期間と免除された期間を合わせて 10年(2024年１月現在)の年金加入期間が必要です。ただし、加入期間が 10年間に満たない場合でも、年金額には反映されませんが受給資格期間としてみなすことができる期間があり、これを「合算対象期間（カラ期間)」といいます。保険料を納付した期間と免除された期間に合算対象期間を加えた期間が 10年以上あれば、老齢基礎年金の受給要件を満たすことになります。

〈外国人の老齢年金に関する合算対象期間（カラ期間）の特例〉

20歳から 65歳の誕生日前日までに「帰化」して日本の国籍を取得した人、もしくは「永住者許可」を取得した人が、1961年４月１日から日本国籍か永住許可を取得した日の前日までに、日本国内に住所（※注１）を有しなかった期間（ただし、20歳未満であった期間及び 60歳以上であった期間を除く）があれば、その期間を「合算対象期間（カラ期間)」として算定します。

（※注１）　民法22条に則り、住所とは「その者の生活の本拠」を指す

なお、年金は日本国外に住んでいても受給できます。また、６か月以上年金制度に加入した外国人のうち、海外に居住し年金の給付を受けていないなどのいくつかの条件を満たした人は、日本に住所を有しなくなった日から２年以内であれば、「脱退一時金」を請求出来ます。

9-6 公的年金の種類と受給要件

公的年金は、世代間扶養の仕組みをとる公的な制度であるからこそ、私的年金にはない次のようなメリットがあります。

〈公的年金の５つのメリット〉

(a) 賃金や物価に応じて給付額をスライド
(b) 受給権者が亡くなるまで年金を支給
(c) 万一の場合の障害・遺族年金も支給
(d) 給付費などに対する国庫負担が行われる
(e) 支払った保険料は税制上、所得から全額控除される（社会保険料控除）

年金に加入している人、または加入していた人の障害年金、遺族年金、老齢年金は、以下のように支払われます。

１．障害年金

障害基礎年金

国民年金に加入している間に初診日（障害の原因となった病気やケガについて、初めて医師の診療を受けた日）のある病気やケガで、障害認定日において、法令により定められた障害等級表（１級・２級）による障害の状態にある場合は、障害基礎年金が支給されます。障害認定の基準、時期、方法など、詳細については、最寄りの年金事務所に問い合わせください。

注）障害基礎年金を受けるためには、初診日のある月の前々月までの保険料を納付しなければならない期間のうち２/３以上の期間について、保険料が納付又は免除されていること、または初診日のある月の前々月までの１年間に保険料の未納がないことが要件となります。

障害厚生年金

厚生年金保険に加入している間に初めて医師の診療を受けた病気やケガで、障害認定日において、障害基礎年金の１級または２級に該当する障害の状態にある場合は、障害基礎年金に上乗せして障害厚生年金が支給されます。また、障害の状態が２級に該当しない軽い程度の障害のときは３級の障害厚生年金が支給されます。なお、初診日から５年以内に病気やケガが治り、障害厚生年金を受けるよりも軽い障害が残ったときには障害手当金（一時金）が支給されます。

※注）障害厚生年金・障害手当金を受けるためには、障害基礎年金の保険料納付要件を満たしていることが必要です。

２．遺族年金

遺族基礎年金

国民年金に加入中の人が亡くなった時、その人によって生計を維持されていた「18歳到達年度の末日までにある子（障害者は 20歳未満）のいる配偶者」又は「子」に遺族基礎年金が支給されます。

※注）遺族基礎年金を受けるためには、亡くなった日のある月の前々月までの保険料を納付しなければならない期間のうち２/３以上の期間について、保険料が納付又は免除されていること、または亡くなった日のある月の前々月までの１年間に保険料の未納がないことが要件となります。

遺族厚生年金

厚生年金保険に加入中の方が亡くなった時（加入中の傷病がもとで初診日から５年以内に亡くなった時）、その方によって生計を維持されていた遺族（1.配偶者または子、2.父母、3.孫、4.祖父母の中で優先順位の高い方）に遺族厚生年金が支給されます。ただし、夫、父母、祖父母が支給請求する場合は、加入者の死亡時において請求者が 55歳以上であることが条件であり、支給開始は 60歳からです。

- 子のある配偶者又は子には、遺族基礎年金も併せて支給されます。なお、子は遺族基礎年金の受給の対象となる子に限ります。
- 遺族厚生年金を受けるためには、遺族基礎年金の保険料納付要件を満たしていることが必要です。
- 30歳未満で、子のない妻は５年間の有期給付となります。

支給要件には細かい規定がありますので、詳しくは年金事務所などに問い合わせください。

３．老齢年金

20歳から 60歳まで 40年間、国民年金保険料を満額支払った場合、65歳から年額831,700円（2026年現在）の老齢基礎年金が支給されます。これに厚生年金保険の加入期間があれば、老齢厚生年金が上乗せされます。老齢基礎年金は、原則として 65歳から受け取れますが、60歳から 64歳の間でも請求をすれば繰り上げて年金を受け取れます。ただし、老齢基礎年金を繰り上げて受け取る場合は、老齢基礎年金の額は、生涯にわたって減額されます。また、厚生年金保険の加入期間が 1 年以上ある人については、請求すれば生年月日に応じて 65歳までに特別支給の老齢厚生年金が受けられます。

受給年金額は、各個人の加入期間と平均標準報酬月額などによって違ってきます。毎月の保険料の負担はありますが、将来にわたって日本で生活する定住者にとって、年金は必要なものです。年金を受給出来るか、どのくらいもらえるか等については年金手帳（オレンジか青色）、もしくは基礎年金番号通知書を持参し、最寄りの年金事務所で、問い合わせます。その時に外国人に対して老齢年金に関する合算対象期間（カラ期間）の特例がある事を窓口の人に伝えて（見せて）ください。

国民年金法附則（昭和60年５月１日法律第34号）[4]
「国民年金の被保険者期間等の特例」第８条第５項第11号
昭和61年３月28日政令54号　第12条第１号

詳しいことは、年金手帳、もしくは基礎年金番号通知書と在留カードを持って最寄りの年金事務所に問い合わせください。

9-7 年金保険料を払えないとき

思いがけない病気や怪我、失業などの理由で収入がなく経済的に保険料の支払いが困難なときは、市役所等の国民年金窓口に申請して所得審査を受け承認されると、保険料が免除されます。免除される額は、全額、４分の３、半額、４分の１の４種類があります。(更新も出来ます)。免除期間は受給資格期間として算定され、受け取る年金額が、全額免除の場合は２分の１、４分の３免除の場合は８分の５、半額免除の場合は８分の６、４分の１免除の場合は８分の７となります。しかし、手続きを取らず未納のままだと受給資格期間にならず、年金が受けられなくなる場合もあります。また、免除手続きを取っていると障害基礎年金や遺族基礎年金を受け取るための受給資格期間として扱われます。

〈１年で受け取れる年金額の目安（令和 7年４月時点の金額)〉

老齢基礎年金	40年納付した場合	831,700円
	40年全額免除となった場合	415,850円
障害基礎年金	１級	1,036,625円
	２級	829,300円
遺族基礎年金	子（１人）がある妻	829,300円

9-8 民間の保険の種類

社会保険が強制加入であるのに対し、民間の保険は、経済的に社会保険でカバーされない不足部分を補うために、多くの保険商品から自ら選択するものです。

主に、病気やケガ、死亡などにより、一定の収入を維持することができなくなった場合の経済的な不足や損失分を補う「生命保険」と、災害や偶然の事故により生じた損害を補償する「損害保険」とに分けられます。生命保険には、亡くなった後のことを補償するものと、老後の生活や医療費等を補償するものがあります。損害保険は、主に「火災保険」や「地震保険」など、災害や地震による損害を補償するものと、自動車事故によって賠償責任を負った場合に被害者に対して支払う損害賠償に備える「自動車保険」があります。自動車保険には以下の２種類があります。

自動車保険

(a) 自賠責保険（自動車損害賠償責任保険）

自動車を持ったら、強制的に加入します。交通事故の相手の死傷のみが賠償となる保険であり、賠償金の上限は、死亡の場合、1名3,000万円、傷害の場合、1名120万円と決められています。自賠責保険の証明書は、常に車内に積んでおく義務があり、違反の場合は30 万円以下の罰金となります。自賠責保険に未加入であったり有効期限切れになっていたりした場合は、１年以下の懲役または50万円以下の罰金となります。

(b) 任意保険

任意の自動車保険には、賠償責任保険（相手やその車に対する損害賠償）、傷害保険（自分や同乗者に対する補償）、車両保険（自分の車に対する補償）などがあります。加入は任意ですが、現在の交通状況では、被害者になるだけでなく、いつ加害者となるかもしれません。高額な対人賠償や対物賠償を請求されることもあるので、任意保険にも入る必要があります。

民間の保険には、保険料を掛け捨てるタイプと貯金の様に払った金額の一部が戻るものがあります。いろいろな種類の保険が発売されているので、万一の時や将来をよく考えて、選択すると良いでしょう。

なお、生命保険や地震保険の保険料は、一部が所得税の所得控除対象となります。

生活ハンドブック

（日本語）

編集・発行 （公財）アジア福祉教育財団 難民事業本部
東京都港区南麻布 5-1-27
電話 （03）3449-7011

協力団体（50 音順）
特定非営利活動法人 かながわ難民定住援助協会
社会福祉法人 さぽうと 21
特定非営利活動法人 難民支援協会（JAR）
社会福祉法人 日本国際社会事業団（ISSJ）
国連難民高等弁務官事務所（UNHCR）