

がいこくじん  
外国人そうだん  
Q & A



あき た けん      せい かつ  
秋田県で生活している  
がい こく じん じゅう みる      そう だん  
外国人住民からの相談を  
いっ さつ      しゅう  
一冊にまとめたQ&A集  
に ほ ん ご ばん  
【日本語版】



# 秋田に住む外国人のみなさんからの相談を、1冊にまとめました

秋田県には約6,000人の外国人が暮らしています。自分の国と日本では、言葉や文化、生活のしかたが違うため、「こんなとき、どうすればいいの?」と、わからないことがたくさんあるのではないのでしょうか。

秋田県国際交流協会（A I A）では、そんなみなさんからの相談を受け付けています。このQ & Aは、今までA I Aに入った相談を参考にして作りました。

このQ & Aを読んでもわからなかったことや、気になることがあれば、A I Aに電話やメールをしてください。

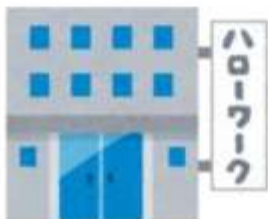
## Q.21 秋田で仕事を探しています。どうやって探せばよいですか?

A.21 「ハローワーク（公共職業安定所）」で、仕事の相談をすることができます。

相談は無料です。仕事を探す前に、あなたの在留資格で仕事をするこ

るのか、在留資格と在留期間を確認してください。

●ハローワークの電話番号は23ページ



仕事についての相談ができます

仕事を探すこともできます



もっと詳しく知りたい方へ

《外国人が日本で仕事をするには》

外国人が日本で仕事をするには、就労許可されている在留資格でなければなりません。これに違反した場合は不法就労となり処罰の対象となります。

例えば、「留学」「家族滞在」などの在留資格の人は就労が認められていませんが、入管で『資格外活動許可』を得ると、一定時間のアルバイトができます。

就労が認められている在留資格の人であっても、その範囲外の仕事をするとき（例：在留資格「技能」の人が通訳をして報酬を得る場合など）にも『資格外活動許可』が必要です。

「Q」は外国人の方からの質問、  
「A」はそれについての答えです



もっと詳しく知りたい方へ

には、Qに関係がある内容の、もっと詳しい情報が書かれています。書いてある内容について、もっと知りたいときは、A I Aに電話してください。

## もくじ

|       |                                                                                                |    |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Q. 1  | ざいりゅう し かく なん<br>在 留 資格とは何ですか？                                                                 | 1  |
| Q. 2  | に ほん とうちゃく ざいりゅう なん<br>日本に到 着 したときに「在 留 カード」をもらいました。このカードは何<br>ですか？                            | 1  |
| Q. 3  | ざいりゅう し かく か に ほん たいざい き かん なが<br>在 留 資格を変えたり、日本に滞在できる期間を長くしたりしたいとき<br>は、どうすればいいですか？           | 2  |
| Q. 4  | に ほんじん おっと な わたし に ほん く<br>日本人の 夫 が亡くなりました。私 はこのまま日本で暮らすことができま<br>すか？                          | 2  |
| Q. 5  | に ほん す て つづ<br>日本にずっと住むためには、どのような手続きをすればよいのでしょうか？                                              | 2  |
| Q. 6  | わたし くに じ ぶん こ じっ し に ほん よ いっしょ く<br>私 の国にいる自分の子ども（実子）を日本に呼んで一緒に暮らしたいの<br>ですが、どうしたらいいですか？       | 3  |
|       | ざいりゅう し かく さしゅう かん と あ まどぐち<br>在 留 資格・査 証（ビザ）に関する問い合わせ窓口                                       | 4  |
|       | さしゅう ざいりゅう し かく ちが<br>《査 証（ビザ）と在 留 資格の違い》                                                      | 5  |
|       | ざいりゅう し かく に ほんじん はいぐうしゃとう えいじゅうしゃ ちが<br>《在 留 資格「日本人の配偶者等」と「永 住 者」の違い》                         | 5  |
|       | こ よ よ きょういく かん<br>《子どもの呼び寄せと 教 育に関して》                                                          | 5  |
| Q. 7  | わたし くに か ぞく ゆうじん に ほん かんこう き い<br>私 の国にいる家族と友人が日本に観光に来たいと言っています。どんな<br>て つづ ひつよう<br>手続きが必要ですか？ | 6  |
| Q. 8  | わたし こうしん に ほん<br>私 のパスポートを更新することは日本でもできますか？                                                    | 6  |
|       | に ほん たい し かん りょう じ かん れんらくさき<br>日本にある大使館・領 事館の連絡先                                              | 7  |
| Q. 9  | パスポートをなくしてしまいました。どこに知らせたらいいですか？                                                                | 8  |
|       | しょういんてん き<br>《パスポートの 証 印転記》                                                                    | 8  |
| Q. 10 | に ほん す さが<br>日本で住むところを探すにはどうしたらいいですか？                                                          | 9  |
|       | へ や さが<br>《部屋探しのしかた》                                                                           | 9  |
| Q. 11 | す かた<br>ゴミの捨て方がわかりません。                                                                         | 10 |
| Q. 12 | こくさいけっこん て つづ おし<br>国際結婚の手続きを教えてください。                                                          | 11 |
|       | がいこくじん に ほんじん けっこん<br>《外国人と日本人との結婚》                                                            | 11 |
|       | がいこくじんどう し けっこん<br>《外国人同士の結婚》                                                                  | 11 |
| Q. 13 | にんしん に ほん しゅっさん じゅん び て つづ ひつよう<br>妊娠しました。日本で出 産するには、どのような 準 備や手続きが必要で<br>すか？                  | 11 |
|       | にんしん しゅっさん<br>妊娠から出 産までの やることリスト                                                               | 12 |

- Q.14 生まれたばかりの赤ちゃんがいます。予防接種をたくさん打たないといけ  
ないと聞きましたが、いつ、何の病気のための予防接種を打つのか、よく  
わかりません。 14
- Q.15 2歳の子どもがいます。私は仕事をしていないので、日中は自分と子ど  
もだけで、ほとんど家の中で過ごしています。ストレスがたまり、体調  
もよくありません。 15
- Q.16 仕事を始めたいのですが、私が仕事している間、小さな子どもを預けら  
れる場所がありますか？ 16
- Q.17 離婚するときはどんな手続きが必要ですか？ 17
- Q.18 日本人の夫が離婚届を役場に出すと言っています。私は離婚したくあ  
りません。どうしたらいいですか？ 18
- 《国際離婚》 18
- 《日本での離婚の方法について》 18
- 《婚姻関係にある日本人と離婚または死別した後の在留資格》 19
- Q.19 日本人の夫と離婚することになりましたが、子どもはこれからも私が育  
てたいです。離婚したら子どもはどうなりますか？ 20
- Q.20 私は夫から殴られたり、蹴られたりしています。日本語もうまく話せな  
いし、相談できる人もまわりにいないので、どうしたらいいのかわかりま  
せん。 21
- 《配偶者・恋人からの暴力》 22
- Q.21 秋田で仕事を探しています。どうやって探せばよいですか？ 22
- 《外国人が日本で仕事をするには》 22
- ハローワークの連絡先一覧 23
- Q.22 私がもらっている時給は、秋田県の最低賃金よりも少ないと知りまし  
た。外国人だから少ないのでしょうか？ 24
- あなたが技能実習生の場合 25
- 《労働に関する法律》 26
- 《仕事を辞めたら・・・》 26
- 《労働基準監督署》 27
- Q.23 病院へ行きたいのですが、日本語が話せません。 28
- Q.24 日本の公的医療保険制度について教えてください。 29

|      |                                                                                                                          |    |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|      | に ほん こうてき い りょう ほ けんせい ど<br>《日本の公的医療保険制度》                                                                                | 29 |
| Q.25 | こくみんけんこう ほ けんりょう とくそくじょう ほ けんりょう はや し はら て<br>国民健康保険料の督促状（保険料を早く支払ってくださいという手<br>がみ）とど 紙）が届きました。 このまま支払わないでいるとどうなるのでしょうか？ | 30 |
| Q.26 | し ちょうそんやく ば しよるい じ ぶん くに たい し かん りょう じ かん だ<br>市町村役場でもらった書類を自分の国の大使館・領事館に出します。そ<br>の書類には日本の外務省からの「公印確認」が必要だと言われました。      | 30 |
| Q.27 | ぼ こく よ こ に ほん しょうがっこう ちゅうがっこう い<br>母国から呼び寄せた子どもを日本の小学校や中学校に入れることはでき<br>ますか？                                              | 31 |
|      | に ほん ご きょういく ひつよう がいこくじん じ どう せい と し えん<br>《日本語教育が必要な外国人児童・生徒への支援について》                                                   | 32 |
|      | こ に ほん ご<br>《子どもの日本語について》                                                                                                | 32 |
|      | あき た けんない きょういく い いんかい いちらん<br>秋田県内の教育委員会一覧                                                                              | 33 |
| Q.28 | じ ぶん くに うんてんめんきょ に ほん くるま うんてん<br>自分の国の運転免許があれば日本で車を運転できますか？                                                             | 34 |
|      | がいこく うんてんめんきょしょう に ほん うんてんめんきょしょう き か ば あい<br>《外国の運転免許証を日本の運転免許証に切り替える場合》                                                | 34 |
|      | に ほん めんきょ と さい がいこく ご きょうほん<br>《日本で免許を取る際の外国語教本について》                                                                     | 35 |
| Q.29 | こうつう じ こ なに<br>交通事故にあったら、はじめに何をしたらいいのでしょうか？                                                                              | 35 |
|      | こうつう じ こ しょうめいしょ こうつう じ こ そうだん<br>《交通事故証明書と交通事故相談について》                                                                   | 35 |
| Q.30 | に ほん せいかつ し に ほん ご<br>日本で生活するためにもっといろいろなことが知りたいのですが、日本語<br>を読むのはむずかしいです。自分の国の言葉で日本の生活について、知る<br>ことはできますか？                | 37 |
| Q.31 | つうやく ほんやく ひと さが しょうかい<br>通訳や翻訳してくれる人を探しています。どこで紹介してもらえます<br>か？                                                           | 38 |
| Q.32 | とき つか<br>マイナンバーをもらいました。これはどんな時に使うのですか？                                                                                   | 38 |
|      | し ちょうそんやく ば て つづ<br>市町村役場でできるいろいろな手続き                                                                                    | 40 |
|      | せいかつ じょうほう し<br>生活情報誌『えいあいえい!!!』                                                                                         | 41 |
|      | よる どにち い びょういん<br>夜や土日に行くことができる病院                                                                                        | 42 |
|      | そうだんまどぐち いちらん<br>いろいろな相談窓口一覧                                                                                             | 44 |
|      | さが<br>さくいん（キーワードから探す）                                                                                                    | 45 |

## Q.1 在留資格とは何ですか？

A.1 在留資格とは、あなたが日本で暮らすために必要な資格のことです。在留資格の種類によって、どのくらいの期間日本に滞在することができるか、仕事をするすることができるかなどの条件が違います。90日以内の観光や、日本にいる家族に会いに来る場合は、「短期滞在」の在留資格をもらいます。

## Q.2 日本に到着したときに「在留カード」をもらいました。このカードは何ですか？

A.2 在留カードは、3か月より長く日本に住む外国人が入管（地方出入国在留管理庁）からもらうIDカードです。このカードには、あなたの在留資格の種類や、在留資格の期限、働くことができるかなどについて書かれています。あなたが日本に滞在資格があることを証明するととても大切なカードです。いつも持ち歩いてください。

| 在留カードのおもて | 在留カードのうら |
|-----------|----------|
|           |          |

>2025.02.01「出入国在留管理庁ホームページ」より

Q.3 在留資格を変えたり、日本に滞在できる期間を長くしたりしたいときは、どうすればいいですか？

A.3 あなたの在留資格や生活状況によって必要な手続きが違います。入管に問い合わせましょう。

 電話番号は4ページ

Q.4 日本人の夫が亡くなりました。私はこのまま日本で暮らすことができますか？

A.4 あなたが「日本人の配偶者等」の在留資格を持っている場合、夫が亡くなった日から14日以内に、「配偶者に関する届出」を入管に提出しなければいけません。日本に住み続けるためには、在留資格も変更する必要があります。どのような手続きをしなければならないのか、入管に確認しましょう。

 電話番号は4ページ

※外国人が日本人の夫や妻と離婚した場合も同じです。

※「家族滞在」や「永住者の配偶者等」の在留資格を持つ場合も同じです。

Q.5 日本にずっと住むためには、どのような手続きをすればよいのでしょうか？

A.5 「永住許可」があれば、在留資格や、在留期間を変えなくても、ずっと日本に住むことができます。入管で「永住許可申請」について、くわしいことを聞きましょう。 電話番号は4ページ

Q.6 わたし くに じぶん こ じっし にほん よ いっしょ く  
私の国にいる自分の子ども（実子）を日本に呼んで一緒に暮らしたい  
のですが、どうしたらいいですか？

A.6 こ さしやう ざいりゅう し かく ひつよう にゆうかん  
子どもの『査証（ビザ）』と『在留資格』が必要です。くわしいことは入管や、  
がいこくじんざいりゅう し えん がいむしょう  
外国人在留支援センター（FRESC／フレスク）外務省ビザ・インフォメーショ  
ンに確認しましょう。

でんわばんごう  
☞電話番号は4ページ

こ ねんれい がっこう にゅうがく かんが ひつよう  
子どもの年齢によっては学校に入学させることも考える必要があります。

Q.27 (☞31ページ) もかくにん  
確認してください。

## ざ いりゆう し かく さ しょう かん と あ まどぐち 在留資格・査証（ビザ）に関する問い合わせ窓口

- せんだいしゅつにゅうこくざいりゅうかん り きょくあき た しゅっちょうじょ にゅうかん にほんご そうだん  
仙台出入国在留管理局 秋田出張所（入管）（日本語での相談です）

TEL：018-895-5221

でんわ ようび じかん  
電話できる曜日と時間：9：00-12：00、13：00-16：00（平日のみ）



- がいこくじんざいりゅうそうごう がいこくご そうだん  
外国人在留総合インフォメーションセンター（外国語で相談できます）

TEL：0570-013904

(IP、PHS、<sup>かいがい</sup>海外からかけるときは03-5796-7112)

でんわ ようび じかん  
電話できる曜日と時間：8：30-17：15（平日のみ）

はな がいこくご えいご ちゅうごくご かんこくご  
話すことができる外国語：英語、中国語、韓国語、ベトナム語、

タガログ語（フィリピン語）、ネパール語、インドネシア語、タイ語、

カンボジア語など



- がいこくじんざいりゅう し えん がいむしょう  
外国人在留支援センター（FRESC）外務省ビザ・インフォメーション  
（日本語か英語で相談できます）

TEL：0570-011000（言語を選んだ後、5番を選んでください）

03-5369-6577

でんわ ようび じかん  
電話できる曜日と時間：9：00-17：00（平日のみ）





もっと詳しく知りたい方へ

### 《査証（ビザ）と在留資格の違い》

査証（ビザ）…日本へ入国する前に自分の国にある日本国大使館・領事館で取得するもので、外務省から発給されます。

在留資格 …日本に入国する際に取得するもので、出入国在留管理庁から付与されます。



もっと詳しく知りたい方へ

### 《在留資格「日本人の配偶者等」と「永住者」の違い》

|                                 | 日本人の配偶者等                             | 永住者                          |
|---------------------------------|--------------------------------------|------------------------------|
| 在留期間                            | 6か月、1年、3年、5年<br>（更新手続きが必要）           | 無期限<br>（在留カードの更新手続きは必要）      |
| 日本人の配偶者が死亡したり、日本人の配偶者と離婚したりする場合 | 日本に住み続けたい場合は、6か月以内に他の在留資格を得る必要があります。 | 在留資格に影響しないので、日本に滞在し続けることが可能。 |

- ・「永住」は、国籍上は外国人のまま日本にずっと住める権利です。  
申請窓口は入管です。これは在留資格の一種です。
- ・「帰化」は、外国人が日本国籍を取得すること、つまり日本人になることです。  
申請窓口は法務局となります。

秋田地方法務局戸籍課

TEL：018-862-1129

電話できる曜日と時間：8：30-17：15（平日のみ）



もっと詳しく知りたい方へ

### 《子どもの呼び寄せと教育に関して》

子どもを日本に呼び寄せる前に、次のことについて慎重に考える必要があります。

- ①子どもの年齢
- ②子どもの日本語能力
- ③日本での教育

Q.7 わたし くに かぞく ゆうじん にほん かんこう き い 私の国にいる家族と友人が日本に観光に来たいと言っています。

てつづ ひつよう  
どんな手続きが必要ですか？

A.7 あなたの家族と友人の国籍によって、査証（ビザ）がいる場合、いない場合があります。くわしいことは、<sup>がいこくじんざいりゅう しえん</sup>外国人在留支援センター（FRESC／フレスク）<sup>がいむ</sup>外務省 <sup>しょう</sup>ビザ・インフォメーション（👉4 ページ）や、あなたの国にある<sup>くに にほんこくたいし</sup>日本国大使館・<sup>かん りょうじかん と あ</sup>領事館に問い合わせましょう。

Q.8 わたし こうしん にほん 私のパスポートを更新することは日本でもできますか？

A.8 <sup>にほん</sup>日本にある、あなたの国の<sup>くに たいし かん りょうじかん</sup>大使館・領事館で<sup>こうしん てつづ</sup>更新の手続きをしましょう。くわしいことは、それぞれの国の<sup>くに たいし かん りょうじかん</sup>大使館・領事館（👉7 ページ）に<sup>かくにん</sup>確認してください。また、<sup>あきた けん いわて けん</sup>秋田県や<sup>ちゅうごく</sup>岩手県などで<sup>ちゅうごく いちにちりょうじ</sup>中国・フィリピンの「<sup>おこな</sup>一日領事サービス」を行うことがあります。そのときは、<sup>あきた けん いわて けん</sup>秋田県や<sup>りょうじかん</sup>岩手県で<sup>こうしん</sup>パスポートの更新をしたり、<sup>そう</sup>相談をしたりすることができます。いつ、どこで<sup>いちにちりょうじ</sup>一日領事サービスを行うのか、<sup>たいし かん りょうじかん かくにん</sup>大使館・領事館に確認しましょう。

に ほ ん      た い し か ん      り ょ う   し   か ん      れ ん ら く さ き  
日本にある大使館・領事館の連絡先

| くに    な ま え<br>国の名前 | た い し か ん    り ょ う   し   か ん    な ま え<br>大使館や 領 事館の名前                  | で ん わ   ば ん ご う<br>電話番号                      |
|---------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| ちゅうごく<br>中国         | ざいさっぽろちゅう か じんみんきょう わ こくそうりょう し か ん<br>在札幌 中 華 人 民 共 和 国 総 領 事 館       | 011-563-5563                                 |
|                     | ざいにいがたちゅう か じんみんきょう わ こくそうりょう し か ん<br>在新潟 中 華 人 民 共 和 国 総 領 事 館       | 025-228-8888                                 |
| フィリピン               | きょう わ こくた い し か ん<br>フィリピン 共 和 国 大 使 館                                 | 03-5562-1600                                 |
| かんこく<br>韓国          | ざいせんだいだいかんみんこくそうりょう し か ん<br>在仙台大韓民国総 領 事 館                            | 022-221-2751                                 |
| アメリカ                | ざいさっぽろ                      がっしゅうこくそうりょう し か ん<br>在札幌アメリカ合 衆 国 総 領 事 館 | 011-641-1115<br>011-641-1116<br>011-641-1117 |
| ベトナム                | しゃかいしゅ ぎ きょう わ こくた い し か ん<br>ベトナム社会主義 共 和 国 大 使 館                     | 03-3466-3311<br>03-3466-3313<br>03-3466-3314 |
| タイ                  | おうこくた い し か ん<br>タイ王国大使館                                               | 03-5789-2433                                 |
| インドネシア              | きょう わ こくた い し か ん<br>インドネシア 共 和 国 大 使 館                                | 03-3441-4201                                 |

ほか    く に    た い し か ん    り ょ う   し   か ん                      ちゅうにちがいこくこうかん                      かくにん  
その他の国の大使館や 領 事館は「駐 日外国公館リスト」で確認することができます。

がい む し ょ う    ちゅうにちがいこくこうかん  
外務省    駐 日外国公館リスト



## Q.9 パスポートをなくしてしまいました。どこに知らせたらいいですか？

A.9 日本<sup>にほん</sup>でパスポートをなくしたり、盗<sup>ぬす</sup>まれたりしたら、すぐに近<sup>ちか</sup>くの交番<sup>こうばん</sup>（警察官<sup>けいさつかん</sup>がいるところ）に行<sup>い</sup>きましょう。そして、日本<sup>にほん</sup>にある自分<sup>じぶん</sup>の国<sup>くに</sup>の大使館<sup>たいしかん</sup>・領事館<sup>りょうじかん</sup>（👉7ページ）にも連絡<sup>れんらく</sup>をして、パスポートをなくしたり、盗<sup>ぬす</sup>まれたりしたことを話<sup>はな</sup>しましょう。



### もっと詳しく知りたい方へ 《パスポートの証印転記》

パスポートには上陸許可証印や再入国許可証印などの記載がありますが、更新したパスポートにはそれらは転記されません。入管で古いパスポートの上陸許可証印や再入国許可証印を新しいパスポートに移してもらえます（転記しない場合は、在留資格の期限まで新旧の二つのパスポートの所持が必要）。



## Q.10 日本で住むところを探すにはどうしたらいいですか？

A.10 不動産屋（家を紹介する店）で家やアパートを紹介してもらうことができます。家を借りるために必要なお金についてや、場所、広さなど、自分の希望を不動産屋に伝えてください。

### ●契約するときに 必要なお金

|                            |                                                                                                                                        |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| やちん<br>家賃                  | いえ か まいつきはら かね まえ つき つぎ<br>家やアパートを借りるために毎月払うお金です。前の月に次の<br>つき ぶん はら<br>月の分を払います。                                                       |
| かん り ひ きょうえき ひ<br>管理費・共 益費 | ろう か いっしょ つか ばしょ<br>エレベーターや廊下など、みんなで一緒に使う場所をきれいに<br>つか かね まいつきはら<br>するために使うお金です。毎月払います。                                                |
| しききん<br>敷金                 | か ひと やぬし いえ も ひと あず かね か<br>借りる人が家主（家を持っている人）に預けるお金です。借り<br>るのをやめるとき、家を直したり、きれいにしたりするために<br>いえ なお<br>つか のこ かね かえ<br>使います。残ったお金が返ってきます。 |
| れいきん<br>礼金                 | か ひと やぬし はら れい かね か<br>借りる人が家主に払うお礼のお金です。借りるのをやめるとき<br>かえ<br>返ってきません。                                                                  |
| ちゅうかいりょう<br>仲介料            | ふ どうさん や はら れい かね<br>不動産屋に払う、お礼のお金です。                                                                                                  |



もっと詳しく知りたい方へ

### 《部屋探しのしかた》

部屋を借りるためのルールも日本と外国では大きく違います。国土交通省ウェブサイトから、「部屋探しのガイドブック」（14か国語）をダウンロードすることができます。部屋探しから入居までの流れや、部屋を借りるときに役立つ情報を確認しましょう。



国土交通省ウェブサイト「部屋探しのガイドブック」



## Q.11 ゴミの捨て方がわかりません。

A.11 日本ではゴミの種類を細かく分けて捨てます。住んでいる市町村によって、ゴミを捨てるためのルールが違います。ゴミは種類によって、決められた曜日と時間に捨てます。ゴミを捨てるための袋も買わなければいけません。インターネットで、「住んでいる市町村の名前（例：あきたし）」と「ごみ（の捨て方）」と検索すると、市町村のウェブサイトのゴミの捨て方について書かれたページが出てきます。それを見てもわからないときは、市町村役場に聞いてください。決められた方法でゴミを捨てないと、回収してもらえないことがあります。



## Q.12 国際結婚の手続きを教えてください。

A.12 日本で結婚するときは、市町村役場に「婚姻届」を出してください。自分の国の大使館・領事館（👉7ページ）にも知らせてください。手続きのしかたは、国によって違います。



もっと詳しく知りたい方へ

### 《外国人と日本人との結婚》

外国人と日本人が日本で結婚する場合、一般的には両方の国で結婚の手続きをします。一方の国だけの手続きをした場合は、もう一方の国で結婚したことが証明されず困ることがあります。

先に日本の方式で結婚手続きをしてその後外国に届出をする方法と、先に外国の方式で結婚手続きをしてその後日本に届出をする方法があります。国によっては後者の方がスムーズに手続きができる場合もあります。



もっと詳しく知りたい方へ

### 《外国人同士の結婚》

外国人同士が日本で結婚したい場合は、国によって手続き方法が異なりますので、日本にあるそれぞれの国の大使館・領事館（👉7ページ）に確認しましょう。

また、日本で手続きをしても問題がなく、日本の市町村役場で結婚手続きをするときは、市町村役場に必要書類などを確認します。当然のことながら自分の国への届出も必要です。

## Q.13 妊娠しました。日本で出産するには、どのような準備や手続きが必要ですか？

A.13 まずは、市町村役場に行き、「妊娠届」を出しましょう。妊娠してから出産するまで、そして、子どもが生まれてからの手続きはたくさんあります。次のページで確認してください。



# 妊娠から出産までの やることリスト



## ①「妊娠届」を出してから出産までの準備

### □母子健康手帳をもらう

「妊娠届」を出すと、「母子健康手帳」をもらうことができます。この手帳に、お母さんの体のことや赤ちゃんの成長について、いろいろなことを書きます。病院の健診（体を調べること）がただになったり、安くなったりする券も一緒にもらえます。手帳のお金はかかりません。

外国語版の「母子健康手帳」をインターネットで買うこともできます。



### □産む病院を探す

「産科」「産婦人科」がある病院で赤ちゃんを産むことができます。

妊娠がわかったら、早めに赤ちゃんを産むための予約をしてください。

### □お母さんと、おなかにいる赤ちゃんを調べる（健診）

毎月、病院に行って、お母さんと赤ちゃんが元気かを調べます。



### □出産育児一時金の手続きをする

日本で出産するにはだいたい50万円かかります。健康保険に入っていれば、出産育児一時金として約50万円もらえます。

### □母親・父親（ママ・パパ）教室に参加する

子どもを産むときや、育てるときのことを教えてくれる教室です。住んでいる市町村で行っています。子どもを産む病院でやっている場合もあります。

### からだ へん かの 変化



| にんしんぜん き<br>妊娠前期<br>(1 か月～4 か月)                    | にんしんちゅう き<br>妊娠中期<br>(5 か月～7 か月)                  | にんしんこう き<br>妊娠後期<br>(8 か月～10 か月)                   |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| きもちわる<br>つわり（気持ちが悪くなること）がひどく、水分も取れないときは、病院に行きましょう。 | ひんけつ からだ なか てつぶん すく<br>貧血（体の中の鉄分が少なくなる）に気をつけましょう。 | なか は かん<br>お腹の張りを感じたらすぐに休みましょう。張りが続くときは、病院に行きましょう。 |

## ②赤ちゃんが生まれてからすること

### ◆住んでいる市町村役場で手続きすること◆

#### □出生届を出す

赤ちゃんが生まれてから14日以内に、市町村役場に

「出生届」を出します。この後、入管での手続きが必要な場合は

「出生届受理証明書」と「住民票」（赤ちゃんの名前が入った

もの）をもらっておきましょう。

#### □福祉医療費受給者証（「マル福」カード）をもらう

このカードがあれば、0歳の子どもはただで病院にかかることができます。

#### □児童手当をもらうための手続きをする

「児童手当」は、子どもを育てるためのお金です。

### ◆入管や大使館・領事館で手続きすること◆

#### □在留資格や国籍を取得する

お父さんもお母さんも外国人のときは、赤ちゃんが生まれてから30日以内に在留資格取得

許可申請をします。また、大使館・領事館で赤ちゃんの国籍を取得するための手続きをしま

す。



## ③赤ちゃんとお母さんの健康のためにすること

#### □一か月健診

出産した病院で赤ちゃんの体や成長の様子をみてもらいます。

#### □赤ちゃん訪問

助産師さんや保健師さんが家にきて、赤ちゃんとお母さんが元気かどうかを確認します。困っ

ていることを相談することもできます。

#### □予防接種を受ける

赤ちゃんが生まれて約2か月後から、病気になるようにするための注射をします。

#### □乳幼児健診

病院などで赤ちゃんの成長の様子をみてもらいます。赤ちゃんが4か月の

とき、7か月のとき、10か月のときなど、何回か行います。いつ、どこで受けるのかは

住んでいる市町村で違います。



※人によっては、このリストに書かれたことが当てはまらない場合もあります。

自分の場合は何が必要なのか、このリストを参考にして事前に確認しておきましょう。

Q.14 生まれたばかりの赤ちゃんがいます。予防接種をたくさん打たない  
といけないと聞きましたが、いつ、何の病気のための予防接種を  
打つのか、よくわかりません。

A.14 赤ちゃんのかかりつけ医（赤ちゃんが病気になったときにみてるお医者  
さん）や、自分が住んでいる市町村の保健所、保健センターに聞いてみま  
しょう。母子健康手帳にも予防接種のスケジュールが書かれています。  
病気や予防接種について、自分の国の言葉で情報が知りたい場合は、下の  
QRコードから、「外国語版 予防接種とこどもの健康」というパンフレット  
を見ることができます。

公益財団法人予防接種リサーチセンターホームページ



外国語版「予防接種と子どもの健康」パンフレット

（英語、中国語、韓国語、ベトナム語、スペイン語、ポルトガル語、タイ語、  
インドネシア語、タガログ語、ネパール語）



Q.15 2歳の子どもがいます。私は仕事をしていないので、日中は自分  
と子どもだけで、ほとんど家の中で過ごしています。ストレスが  
たまり、体調もよくありません。

A.15 子どもを遊ばせたり、子育てについての相談をしたりできる場所(子育て支援セ  
ンター)があります。また、少しの時間だけ子供を預けられるサービスもありま  
す。住んでいる市町村によってサービスの内容が違うので、市町村役場の窓口  
で相談してみましょう。

秋田県内の子育て支援センター一覧



Q.16 仕事を始めたいのですが、私が仕事している間、小さな子どもを預けられる場所がありますか？

A.16 子どもの年齢や、保護者の状況によって、預けられる場所（施設）が違います。

それぞれの特徴も違うので、下の表で確認しましょう。

| 施設の名前  | 子どもの年齢 | 利用時間             | 利用できる保護者                         | 施設の目的       |
|--------|--------|------------------|----------------------------------|-------------|
| 幼稚園    | 3～5歳   | 朝～昼すぎ            | 誰でも                              | 幼児期の教育をおこなう |
| 保育所    | 0～5歳   | 朝～夕方             | 仕事や病気など、<br>家庭で子どもを育てられない保護者     | 保護者に代わり保育する |
| 認定こども園 | 0～5歳   | 朝～夕方             | 0～2歳 仕事や病気などの理由で、家で子どもを育てられない保護者 | 教育と保育を両方行う  |
|        | 3～5歳   | 朝～昼すぎ            | 3～5歳 誰でも                         |             |
| 地域型保育  | 0～2歳   | 住んでいる市町村によって違います |                                  |             |

施設を利用するときにかかるお金も、人や施設によって違います。詳しいことは住んでいる市町村役場で確認しましょう。

幼稚園については、それぞれの幼稚園に直接相談してください。



Q.17 <sup>りこん</sup>離婚するときはどんな手続きが必要ですか？

A.17 <sup>にほん</sup>日本で<sup>りこん</sup>離婚するときは、<sup>しちょうそんやくば</sup>市町村役場に「<sup>りこんとどけ</sup>離婚届」を出してください。

<sup>じぶん</sup>自分の<sup>くに</sup>国の<sup>たいしかん</sup>大使館・<sup>りょうじかん</sup>領事館（👉7ページ）にも知らせてください。

<sup>てつづ</sup>手続きのしかたは、<sup>くに</sup>国によって<sup>ちが</sup>違います。



<sup>にほん</sup>日本での<sup>てつづ</sup>手続きに関する<sup>かん</sup>相談<sup>そうだん</sup>

- <sup>ほう</sup>法<sup>あきた</sup>テラス秋田 TEL：050-3383-5550 / 0570-078386  
<sup>でんわ</sup>電話<sup>ようび</sup>できる<sup>じかん</sup>曜日と時間：9:00-17:00（<sup>へいじつ</sup>平日）
- <sup>あきた</sup>秋田<sup>べんご</sup>弁護士会 <sup>ほうりつ</sup>法律<sup>そうだん</sup>相談センター TEL：018-896-5599  
<sup>でんわ</sup>電話<sup>ようび</sup>できる<sup>じかん</sup>曜日と時間：9:30-16:30（<sup>へいじつ</sup>平日）
- <sup>しちょうそん</sup>市町村<sup>おこな</sup>が行<sup>む</sup>う<sup>りょうほうりつ</sup>無料<sup>そうだん</sup>法律相談

Q.18 <sup>に ほんじん おっと り こんとどけ やく ば だ い</sup> 日本人の夫が離婚届を役場に出すと言っています。

<sup>わたし り こん</sup> 私は離婚したくありません。どうしたらいいですか？

A.18 <sup>あなた り こん</sup> あなたが離婚したくなくても、<sup>やく ば り こんとどけ う と り こん</sup> 役場が離婚届を受け取ると、離婚したことになってしまいます。<sup>離婚したくないときは、すぐに</sup> <sup>に ほんじん おっと ほんせき</sup> 日本人の夫の本籍があるところか、<sup>す</sup> <sup>し ちょうそん やく ば い</sup> 住んでいる市町村の役場に行って、「<sup>離婚届</sup> <sup>の 不受理 申 出</sup>」を出してください。そうすると、<sup>やく ば り こんとどけ う と</sup> 役場では離婚届を受け取りません。



もっと詳しく知りたい方へ

#### 《国際離婚》

外国人と日本人または外国人同士が日本で離婚したい場合は、結婚の手続きをした全ての国で離婚の手続きをします。日本でだけ離婚手続きをして自分の国で離婚手続きをしないと、自分の国ではまだ結婚していることになります。再婚する時のトラブルの原因にもなりますので、離婚手続きは必ずしましょう。詳細は日本にある各国大使館・領事館（👉 7ページ）に問い合わせましょう。



もっと詳しく知りたい方へ

#### 《日本での離婚の方法について》

離婚の方法は4つあります

##### ①協議離婚

夫婦で話しあって「離婚する」と決めること。

##### ②調停離婚

家庭裁判所が夫婦の話を1人ずつ聞いてから、話しあって離婚を決めること。

##### ③審判離婚

話をするだけでは離婚が決まらないとき、家庭裁判所が離婚を決めること。

##### ④裁判離婚

家庭裁判所で裁判をして離婚を決めること。



もっと詳しく知りたい方へ

《婚姻関係にある日本人と離婚または死別した後の在留資格》

離婚または死別した日から14日以内に、必ず入管に届け出ましょう。日本に住み続けたい場合には、他の在留資格を得る必要があります。詳細は入管（👉4ページ）に問い合わせましょう。

Q.19 <sup>にほんじん</sup> 日本人の <sup>おっと</sup> 夫と離婚することになりましたが、<sup>こ</sup> 子どもはこれからも  
<sup>わたし</sup> 私が <sup>そだ</sup> 育てたいです。離婚したら <sup>りこん</sup> 子どもは <sup>こ</sup> どうなりますか？

A.19 <sup>りこん</sup> 離婚するときは、あなたと <sup>おっと</sup> 夫のどちらが <sup>こ</sup> 子どもを <sup>そだ</sup> 育てるのかを決めていなければ  
いけません。 <sup>おっと</sup> 夫と <sup>はな</sup> 話しあいをして、どちらが「<sup>しんけん</sup> 親権（<sup>こ</sup> 子どもを <sup>そだ</sup> 育てる <sup>けんり</sup> 権利の  
こと）」を <sup>と</sup> 取るのかを決めましょう。

• <sup>ほう</sup> 法テラス <sup>あきた</sup> 秋田（<sup>べんご</sup> 弁護士 <sup>し</sup> 相談 <sup>ほうりつ</sup> 法律 <sup>そうだん</sup> 相談）

TEL：050-3383-5550 / 0570-078386

<sup>でんわ</sup> 電話 <sup>ようび</sup> できる <sup>じかん</sup> 曜日と時間：9:00-17:00（<sup>へいじつ</sup> 平日）

<sup>ばしょ</sup> 場所：<sup>あきた</sup> 秋田市中 <sup>し</sup> 通 5-1-51 <sup>ほくと</sup> 北都ビルディング <sup>かい</sup> 6階

• <sup>ほう</sup> 法テラス・<sup>たげんご</sup> 多言語 <sup>じょうほう</sup> 情報 <sup>ていきょう</sup> 提供 サービス

TEL：0570-078377

<sup>でんわ</sup> 電話 <sup>ようび</sup> できる <sup>じかん</sup> 曜日と時間：9:00～17:00（<sup>へいじつ</sup> 平日）

<sup>はな</sup> 話すことができる <sup>がいこくご</sup> 外国語：<sup>えいご</sup> 英語、<sup>ちゅうごくご</sup> 中国語、<sup>かんこくご</sup> 韓国語、<sup>こ</sup> スペイン語、<sup>こ</sup> ポルトガル語、  
<sup>こ</sup> ベトナム語、<sup>こ</sup> タガログ語、<sup>こ</sup> ネパール語、<sup>こ</sup> タイ語、  
<sup>こ</sup> インドネシア語



Q.20 私は夫から殴られたり、蹴られたりしています。日本語もうまく  
 話せないし、相談できる人もまわりにいないので、どうしたらいい  
 のかわかりません。

A.20 一人で悩まず、必ず誰かに相談しましょう。日本語で相談する  
 ことが難しいければ、外国語で相談できるところもあります。



|                                                                                    | でんわ ばんごう<br>電話番号             | でんわ ようび<br>電話できる曜日<br>と時間                                                                                                                                     | ウェブサイト<br>QRコード                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| あき た けん こ じょ<br>秋田県子ども・女<br>せい しょうがいしゃ さん さん<br>性・障害者相談セ<br>ンター<br>(日本語での相談<br>です) | 018-835-9052<br>0120-783-251 | 8:30-21:00<br>(平日)<br>9:00-18:00<br>(土日 祝 日)                                                                                                                  |   |
| さん さん<br>DV相談プラス<br>(チャットであれ<br>ば外国語での相談<br>ができます)                                 | 0120-279-889                 | 24時間<br>(チャットの場合：<br>12:00-22:00)                                                                                                                             |  |
| よりそいホットラ<br>イン<br>(外国語での相談<br>ができます)                                               | 0120-279-338                 | ようび じ かん<br>曜日や時間によ<br>って、たいおう<br>対応でき<br>る言語がちがい<br>ます。<br>しょうほう<br>くわしい情報<br>は、よりそいホ<br>ットラインのウ<br>ェブサイト、<br>フェイスブック かく<br>Facebookで確<br>認 しょうほう<br>認しましょう。 |  |



もっと詳しく知りたい方へ

### 《配偶者・恋人からの暴力》

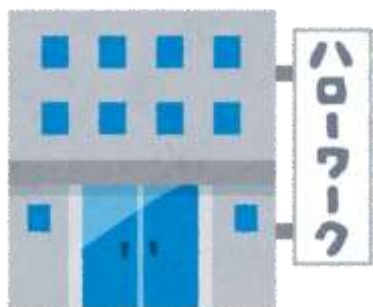
DV（ドメスティック・バイオレンス）とは、身体的暴力だけではなく、身体的暴力（殴る・蹴る・物を投げつける）、精神的暴力（侮辱する・怒鳴る・無視する）、性的暴力（望まない性行為・避妊に協力しない）、経済的暴力（生活費を渡さない・外で働くことを妨害する）、社会的暴力（交友関係や行動を制限したり監視したりする）、などを指します。

## Q.2 I <sup>あき た し ごと さが</sup> 秋田で仕事を探しています。どうやって探せばよいですか？ <sup>さが</sup>

A.2 I <sup>こうきょうしよくぎょうあんていじょ</sup> 「ハローワーク（公共職業安定所）」で、<sup>し ごと そうだん</sup> 仕事の相談をすることができます。

<sup>そうだん む りょう</sup> 相談は無料です。<sup>し ごと さが まえ</sup> 仕事を探す前に、<sup>ざいりゅう し かく し ごと</sup> あなたの在留資格で仕事をするこ  
<sup>ざいりゅう し かく ざいりゅう き かん かくにん</sup> けるのか、在留資格と在留期間を確認してください。

👉 <sup>でん わ ばんごう</sup> ハローワークの電話番号は 23 ページ



<sup>し ごと</sup> 仕事についての相談 <sup>そうだん</sup> ができます

<sup>し ごと さが</sup> 仕事を探すこともできます



もっと詳しく知りたい方へ

### 《外国人が日本で仕事をするには》

外国人が日本で仕事をするには、就労許可されている在留資格でなければなりません。これに違反した場合は不法就労となり処罰の対象となります。

例えば、「留学」「家族滞在」などの在留資格の人は就労が認められていませんが、入管で『資格外活動許可』を得ると、一定時間のアルバイトができます。

就労が認められている在留資格の人であっても、その範囲外の仕事をするとき（例：在留資格「技能」の人が通訳をして報酬を得る場合など）にも『資格外活動許可』が必要です。

れんらくさきいちらん  
ハローワークの連絡先一覧

| ハローワークの <sup>なまえ</sup> 名前（ <sup>ちいき</sup> 地域） | <sup>でんわばんごう</sup> 電話番号 | <sup>じゅうしょ</sup> 住所                                     |
|-----------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------|
| ハローワーク <sup>かつの</sup> 鹿角                      | 0186-23-2173            | <sup>かつの しはなわ あざあらた</sup> 鹿角市花輪字荒田82-4                  |
| ハローワーク <sup>おおだて</sup> 大館                     | 0186-42-2531            | <sup>おおだて し しみずいっちょう め</sup> 大館市清水一丁目5-20               |
| ハローワーク <sup>たかの す</sup> 鷹巣                    | 0186-60-1586            | <sup>きたあき た し たかの す あざひがしなかい</sup> 北秋田市鷹巣字東中岱26-1       |
| ハローワーク <sup>のしろ</sup> 能代                      | 0185-54-7311            | <sup>のしろ し みどりまち</sup> 能代市緑町5-29                        |
| ハローワーク <sup>お が</sup> 男鹿                      | 0185-23-2411            | <sup>お が し ふながわみなとふながわあざしんはまちょう</sup> 男鹿市船川港 船川字新浜町 1-3 |
| ハローワーク <sup>あき た</sup> 秋田                     | 018-864-4111            | <sup>あき た し ばらじまいっちょう め</sup> 秋田市茨島一丁目12-16             |
| ハローワークプラザ<br>アトリオン                            | 018-836-7820            | <sup>あき た し なかどおり</sup> 秋田市中通2-3-8<br>(アトリオン3F)         |
| ハローワーク <sup>ほんじょう</sup> 本荘                    | 0184-22-3421            | <sup>ゆ り ほんじょう し いしわきあざ たじり の</sup> 由利本荘市石脇字田尻野18-1     |
| ハローワーク <sup>おおまがり</sup> 大曲                    | 0187-63-0335            | <sup>だいせん し おおまがりすみよしちょう</sup> 大仙市大曲住吉町 33-3            |
| ハローワーク <sup>かくのだて</sup> 角館                    | 0187-54-2434            | <sup>せんほく し かくのだてまち こだて</sup> 仙北市角館町小館32-3              |
| ハローワーク <sup>よこて</sup> 横手                      | 0182-32-1165            | <sup>よこて し あさひかわいっちょう め</sup> 横手市旭川一丁目2-26              |
| ハローワーク <sup>ゆざわ</sup> 湯沢                      | 0183-73-6117            | <sup>ゆざわ し しみずちょうよんちょう め</sup> 湯沢市清水町四丁目4-3             |

Q.22 <sup>わたし</sup>私が<sup>じきゅう</sup>もらっている時給は、<sup>あきたけん</sup>秋田県の<sup>さいていちんぎん</sup>最低賃金よりも<sup>すく</sup>少ないと  
<sup>し</sup>知りました。<sup>がいこくじん</sup>外国人だから<sup>すく</sup>少ないのでしょうか？

A.22 <sup>にほん</sup>日本には、「<sup>さいていちんぎんほう</sup>最低賃金法（<sup>き</sup>決まった<sup>きんがく</sup>金額よりも<sup>すく</sup>少ない<sup>きゅうりょう</sup>給料をはらうと ダメ  
です）」という<sup>ほうりつ</sup>法律があり、<sup>がいこくじん</sup>外国人も<sup>にほんじん</sup>日本人と同じように<sup>おな</sup>法律で<sup>ほうりつ</sup>守られていま  
す。<sup>じきゅう</sup>あなたの時給が<sup>さいていちんぎん</sup>最低賃金よりも<sup>ひく</sup>低かったり、<sup>やす</sup>休み時間も<sup>じかん</sup>仕事を<sup>しごと</sup>させられた  
りするなどの<sup>なや</sup>悩みがあれば、<sup>そうだん</sup>相談してみましょう。

<sup>あきた ろうどうきょくそうごうろうどうそうだん</sup>  
• 秋田労働局 総合労働相談コーナー

TEL: 018-862-6684 (<sup>にほんご</sup>日本語のみ)

<sup>でんわ</sup>電話できる<sup>ようび</sup>曜日と<sup>じかん</sup>時間：8：30-17:15 (<sup>へいじつ</sup>平日のみ)

<sup>ろうどうじょうけんそうだん</sup>  
• 労働条件相談「ほっとライン」

<sup>にほんご</sup>日本語のほかに、<sup>ちゅうごくご</sup>中国語、<sup>こ</sup>スペイン語、<sup>こ</sup>ポルトガル語、<sup>こ</sup>タガログ語、<sup>こ</sup>ベトナム語、ミ  
ャンマー<sup>ご</sup>語、<sup>こ</sup>ネパール語、<sup>かんこくご</sup>韓国語、<sup>こ</sup>タイ語、<sup>こ</sup>インドネシア語、<sup>こ</sup>カンボジア語（クメ  
ール<sup>ご</sup>語）、<sup>こ</sup>モンゴル語の13言語で<sup>げんご</sup>相談<sup>そうだん</sup>することができます。

<sup>げんご</sup>言語ごとに<sup>でんわばんごう</sup>電話番号や<sup>そうだん</sup>相談できる<sup>じかん</sup>時間が<sup>ちが</sup>違います。詳しくは下のQRコードから  
ウェブサイトの<sup>ないよう</sup>内容を確認<sup>かくにん</sup>してください。



ぎ のうじっしゅうせい ば あい  
あなたが技能実習生の場合

がいこくじん き のうじっしゅう き こう オーティット おこな ほ こく ご そうだん  
 外国人技能実習機構(OTIT) が 行 う 母国語相談

| つか がいこく ご<br>使える外国語 | でんわ<br>電話できる<br>ようび じ かん<br>曜日と時間                     | でんわ ばんごう<br>電話番号 | そうだん<br>相談サイトQRコード                                                                    |
|---------------------|-------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| ベトナム語               | げつ きん<br>月～金<br>11:00～19:00<br>ど 土<br>9:00～17:00      | 0120-250-168     |    |
| ちゅうごく ご<br>中国語      | げつ すい きん<br>月、水、金<br>11:00～19:00<br>ど 土<br>9:00～17:00 | 0120-250-169     |    |
| インドネシア語             | か もく<br>火、木<br>11:00～19:00                            | 0120-250-192     |   |
| フィリピン語              | か もく<br>火、木<br>11:00～19:00<br>ど 土<br>9:00～17:00       | 0120-250-197     |  |
| えいご<br>英語           | か もく<br>火、木<br>11:00～19:00<br>ど 土<br>9:00～17:00       | 0120-250-147     |  |
| タイ語                 | もく<br>木<br>11:00～19:00<br>にち 日<br>9:00～17:00          | 0120-250-198     |  |
| カンボジア語              | もく<br>木<br>11:00～19:00                                | 0120-250-366     |  |
| ミャンマー語              | か<br>火<br>11:00～19:00                                 | 0120-250-302     |  |

しゅくじつ ねんまつねん し がつ にち がつ にち やす  
 祝 日と年末年始（12月29日～1月3日）はお休みです。



もっと詳しく知りたい方へ

### 《労働に関する法律》

日本国内で働いている外国人労働者にも労働基準関係法令が適用されます。

「労働基準法」：契約時に賃金、休業手当、労働時間などの労働条件を明示すること。

「最低賃金法」：地域で決められている最低賃金を下回らないこと。

（秋田県の最低賃金951円 2025年2月1日現在）

「労働者災害補償保険法」：業務災害及び通勤災害に対し、労災保険制度により補償をすること。

『労働条件ハンドブック』という労働基準法関係のパンフレットが発行されています（日本語、英語、中国語、韓国語、タガログ語、インドネシア語、ベトナム語、ミャンマー語、ネパール語、タイ語 他）。厚生労働省のホームページからダウンロードするか、お近くの労働基準監督署に問い合わせましょう。

☞ 電話番号は27ページ

厚生労働省のウェブサイト（労働基準法関係ページ）



もっと詳しく知りたい方へ

### 《仕事を辞めたら・・・》

退職後は、様々な手続きが必要です。厚生労働省から『離職されたみなさまへ』というパンフレットが発行されています（日本語、英語、中国語、韓国語、インドネシア語、カンボジア語、スペイン語、タイ語、タガログ語、ネパール語、ベトナム語 他）。このパンフレットを読んで、必要な手続きについて確認しましょう。

離職されたみなさまへ（日本語版）



離職されたみなさまへ（多言語版）



詳しい内容は、近くのハローワーク（☞ 23ページ）か、秋田労働局職業安定部職業安定課（TEL:018-883-0006）に問い合わせましょう。



もっと詳しく知りたい方へ

《労働基準監督署》

労働に関する法律が守られない、不当な解雇をされた、賃金が支払われないなど、労働に関する相談は各地域の労働基準監督署まで問い合わせましょう。

| 名前        | 電話           | 担当している地域                          |
|-----------|--------------|-----------------------------------|
| 秋田労働基準監督署 | 018-865-3671 | 秋田市<br>男鹿市<br>潟上市<br>南秋田郡         |
| 能代労働基準監督署 | 0185-52-6151 | 能代市<br>山本郡                        |
| 大館労働基準監督署 | 0186-42-4033 | 大館市<br>鹿角市<br>北秋田市<br>北秋田郡<br>鹿角郡 |
| 横手労働基準監督署 | 0182-32-3111 | 横手市<br>湯沢市<br>雄勝郡                 |
| 大曲労働基準監督署 | 0187-63-5151 | 大仙市<br>仙北市<br>仙北郡                 |
| 本荘労働基準監督署 | 0184-22-4124 | 由利本荘市<br>にかほ市                     |

## Q.23 病院へ行きたいのですが、日本語が話せません。

A.23 日本語が話せる人と一緒に病院に行けないときは、「多言語医療問診票」を

使いましょう。この問診票は日本で暮らす外国人が病院へ行ったときに、自

分の病気やケガの状況を医師に説明するためのものです。11診療科別、

23か国語に翻訳しています。

インターネットで「多言語医療問診票」と検索するか、下のQRコードから  
ウェブサイトを見ることができます。

多言語医療問診票



問診票の言語：  
中国語（北京語）  
韓国・朝鮮語  
タガログ語  
ポルトガル語  
スペイン語  
ベトナム語  
英語  
タイ語  
インドネシア語  
カンボジア語  
ネパール語  
ラオス語  
ドイツ語  
ロシア語  
フランス語  
ペルシャ語  
アラビア語  
クロアチア語他



## Q.24 日本の公的医療保険制度について教えてください。

A.24 日本の公的医療保険（病気やけがのときの保険）には、「健康保険」と「国民健康保険」の2種類があります。会社などで働いている人は「健康保険」に、会社などで働いていない人は「国民健康保険」に入ります。どちらかの保険に入っていれば、「健康保険証」がもらえます。病気やけがのときに病院に「健康保険証」を持っていくと、病院代の30%だけの支払いになります。

※下の写真のような「健康保険証」の発行は2024年12月に終了しました。これからはマイナンバーカードを保険証として使います。マイナンバーカードについては38ページをご覧ください。

| けんこう ほけんしょう<br>健康保険証のおもて | けんこう ほけんしょう<br>健康保険証のうら |
|--------------------------|-------------------------|
|                          |                         |

>2025.02.01「全国健康保険協会ホームページ」より



もっと詳しく知りたい方へ

### 《日本の公的医療保険制度》

日本では、自分で手続きを行うことで、病院のお金が戻ってくる場合があります。反対に、保険に入っても、病院のお金が安くない場合もあります。保険の制度をしっかりと理解しましょう。

※日本と公的医療保険制度にかかる社会保障協定を締結している国の方は、加入する必要がない場合があります。

日本年金機構ウェブサイト

協定を結んでいる国との協定発効時期および対象となる社会保障制度



Q.25 国民健康保険料の督促状（保険料を早く支払ってくださいという  
手紙）が届きました。

このまま支払わないでいるとどうなるのでしょうか？

A.25 生活が苦しいなどの理由で、保険料が支払えない場合は必ず市町村役場に行

って相談しましょう。相談にも行かず、保険料を支払わずにいと、保険証

が使えなくなるかもしれません。また、特別な理由がないまま支払いしない状

態が続くと、銀行に預けているお金を引き出せなくなることもあります。

在留資格の更新がむずかしくなる可能性もあるので注意しましょう。

Q.26 市町村役場でもらった書類を自分の国の大使館・領事館に出しま  
す。その書類には日本の外務省からの「公印確認」が必要だと  
言われました。

A.26 「公印確認」とは日本の市町村役場などから出された書類が本物だということ

を外務省が確認して証明することです。証明された書類は、日本にあるそれ

ぞれの国の大使館・領事館で「認証」をもらわなければいけません。

「公印確認」の手続きについては外務省のウェブサイトを確認しましょう。

外務省ウェブサイト

「証明（公印確認・アポステイーユ）・在外公館における証明」



Q.27 母国から呼び寄せた子どもを日本の小学校や中学校に入れることはできますか？

A.27 子どもの年齢によって手続きは違いますが、日本の小学校や中学校に入れることができます。

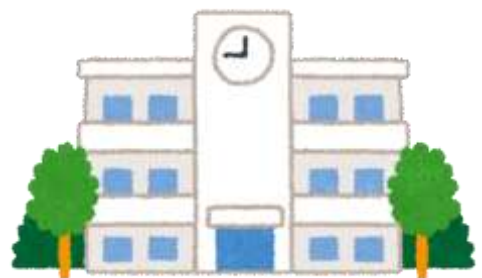
【子どもの年齢が6歳～15歳のとき】

日本では義務教育にあたる年齢です。外国人の子どもは義務教育ではありませんが、希望すれば、日本の小・中学校で学ぶことができます。

編入（学年の途中で学校に入ること）を希望する場合は、自分の市町村の教育委員会に相談しましょう。👉 教育委員会の電話番号は33ページ

【子どもの年齢が15歳～18歳のとき】

他の県や外国で高校に通っていた子どもを秋田県内の高校に編入させたいときは、秋田県教育庁高校教育課（TEL：018-860-5161）に相談しましょう。





もっと詳しく知りたい方へ

《日本語教育が必要な外国人児童・生徒への支援について

（義務教育年齢・公立学校に限る）》

加配教員や日本語学習支援者等が、対象となる児童・生徒のクラスに入り、支援します。もしくは、適当な授業の時間を使って、他の教室や日本語教室で学習支援を行うこともあります。

これらの支援の詳細は、各市町村の教育委員会（👉33ページ）に問い合わせましょう。



もっと詳しく知りたい方へ

《子どもの日本語について》

日本語を母語としない子どもにとって、日本の学校で勉強するのに日本語が大きな壁になるかもしれません。学校では日本語力が勉強の大前提となりますが、日常耳にする言葉と、教科書や授業で使われる言葉は少し異なります。生活環境の変化や文化・習慣の違いに戸惑う上に、言葉の問題は子どもの心理的負担にもなり、自己の人間形成にも大きな影響を与えます。日本語学習支援の必要性を感じたら、まずは学校に相談しましょう。

## 秋田県内の教育委員会一覧

ねん がつ にちげんざい じょうほう  
2024年4月1日現在の情報です

| きょういく い いんかいめい<br>教育委員会名               | でん わ ばんごう<br>電話番号 | ばんごう<br>FAX番号 |
|----------------------------------------|-------------------|---------------|
| あき た けんきょういく い いんかい<br>秋田県教育委員会        | 018-860-5111      | 018-860-5851  |
| あき た し きょういく い いんかい<br>秋田市教育委員会        | 018-888-5803      | 018-888-5804  |
| の しろ し きょういく い いんかい<br>能代市教育委員会        | 0185-73-2757      | 0185-73-6459  |
| よこ て し きょういく い いんかい<br>横手市教育委員会        | 0182-32-2402      | 0182-32-4034  |
| おおだて し きょういく い いんかい<br>大館市教育委員会        | 0186-43-7111      | 0186-54-6100  |
| お が し きょういく い いんかい<br>男鹿市教育委員会         | 0185-24-9100      | 0185-24-9156  |
| ゆ ざわ し きょういく い いんかい<br>湯沢市教育委員会        | 0183-73-2161      | 0183-72-8515  |
| かつの し きょういく い いんかい<br>鹿角市教育委員会         | 0186-30-0290      | 0186-30-1140  |
| ゆ り ほんじょう し きょういく い いんかい<br>由利本荘市教育委員会 | 0184-32-1306      | 0184-33-3381  |
| かたがみ し きょういく い いんかい<br>潟上市教育委員会        | 018-853-5361      | 018-853-5277  |
| だいせん し きょういく い いんかい<br>大仙市教育委員会        | 0187-63-1111      | 0187-63-7131  |
| きたあき た し きょういく い いんかい<br>北秋田市教育委員会     | 0186-62-6616      | 0186-63-2678  |
| し きょういく い いんかい<br>にかほ市教育委員会            | 0184-38-2259      | 0184-38-2252  |
| せんぼく し きょういく い いんかい<br>仙北市教育委員会        | 0187-43-3381      | 0187-47-2244  |
| こ さかまちきょういく い いんかい<br>小坂町教育委員会         | 0186-29-2342      | 0186-29-4436  |
| かみ こ あ に むらきょういく い いんかい<br>上小阿仁村教育委員会  | 0186-60-9000      | 0186-77-3223  |
| ふじさとまちきょういく い いんかい<br>藤里町教育委員会         | 0185-79-1327      | 0185-79-2227  |
| み たねちょうきょういく い いんかい<br>三種町教育委員会        | 0185-87-2115      | 0185-87-3052  |
| はつぼうちょうきょういく い いんかい<br>八峰町教育委員会        | 0185-77-2816      | 0185-77-3230  |
| ご じょう め まちきょういく い いんかい<br>五城目町教育委員会    | 018-852-5372      | 018-852-5370  |
| はちろうがたまちきょういく い いんかい<br>八郎潟町教育委員会      | 018-875-5812      | 018-875-5950  |
| い かわまちきょういく い いんかい<br>井川町教育委員会         | 018-874-4424      | 018-874-2924  |
| おおがたまちきょういく い いんかい<br>大潟村教育委員会         | 0185-45-3240      | 0185-45-2661  |
| み さとちょうきょういく い いんかい<br>美郷町教育委員会        | 0187-84-4914      | 0187-85-3102  |
| う ご まちきょういく い いんかい<br>羽後町教育委員会         | 0183-62-2111      | 0183-62-3334  |
| ひがしなる せ むらきょういく い いんかい<br>東成瀬村教育委員会    | 0182-47-3415      | 0182-47-2119  |

## Q.28 自分の国の運転免許があれば日本で車を運転できますか？

A.28 あなたの国がどこかによって、日本で運転できる場合と、できない場合があります。詳しいことは「運転免許センター」へ問い合わせましょう。

あき た けんけいさつほん ぶ うんてんめんきょ し けんがかり  
秋田県警察本部運転免許センター(試験係)

TEL: 018-862-7570



もっと詳しく知りたい方へ

### 《外国の運転免許証を日本の運転免許証に切り替える場合》

外国の免許証を取得後、その国に3か月以上滞在し、その免許証が有効期限内である場合、日本の運転免許証への切り替え申請を行うことができます。自分が持っている外国の免許が切り替え可能かどうかは、書類審査や知識・実技の確認等を経て決まります。まずは、運転免許センターに電話をして、書類審査のための予約を取りましょう。

警察庁ウェブサイト「外国の運転免許をお持ちの方」



申請にあたっては、外国の運転免許証発給国の大使館・領事館等またはJAF（日本自動車連盟）による外国免許証の日本語翻訳文が必要です。

※日本で運転できる運転免許証を持っていない場合は、日本の運転免許証を取得する必要があります。日本の「自動車学校」で、学科教習と技能試験を受け、運転免許センターで筆記試験を受けましょう。筆記試験は日本語（ふりがな付き）のほか、20言語から選択できます。

その他、免許センターでの試験については秋田県警察本部運転免許センター 試験係（TEL: 018-862-7570）に問い合わせましょう。



もっと詳しく知りたい方へ

《日本で免許を取る際の外国語教本について》

「交通の教則」（JAF 発行）が英語、中国語、スペイン語、ポルトガル語で販売されており、本試験は基本的にこの教本から出題されます。

ジャフ  
JAF秋田支部 TEL：018-864-8492

## Q.29 交通事故にあったら、はじめに何をしたらいいのでしょうか？

A.29 ①他に危険がないか、今いる場所が安全かを確かめましょう。

②自分自身と、相手がケガをしていないか確認してください。自分で病院に行く

ことができないような大きなケガをした場合はすぐに救急車（TEL: 119）を  
呼びましょう。

③警察（TEL: 110）に電話します。警察が事故の状況を確認することで「交通  
事故証明書」をもらうことができるようになります。この証明書は保険金を  
もらうために必要なものです。

④自分の連絡先を伝え、相手の連絡先も必ず聞きましょう。自動車保険や自転車  
保険に入っている場合は、保険会社にも忘れずに連絡してください。



もっと詳しく知りたい方へ

《交通事故証明書と交通事故相談について》

交通事故証明書は自動車安全運転センターが発行します。自分で加入している保険会社があれば、その会社が交通事故証明書をもらうための手続きをしてくれます。自分で手続きをする場合は近くの警察署で申請用紙をもらったり、自動車安全運転センター事務所窓口やインターネットで申請したりすることが可能です。

また、保険の請求手続きや子どもがおこした事故に関する相談など、専門員がお答えする交通事故相談窓口もあります。自分で判断したり、人の意見をうのみにしたりせずに、気になることがあれば相談してみましょう。

自動車安全運転センター



秋田県生活センター 交通事故相談窓口

TEL: 018-836-7804

Q.30 日本で生活するためにもっといろいろなことが知りたいのですが、  
日本語を読むのはむずかしいです。自分の国の言葉で日本の生活に  
ついて、知ることができますか？

A.30 出入国在留管理庁が作っている「外国人のための生活・就労ガイドブック」  
を読んでください。日本での生活に必要なことがいろいろな国の言葉や、やさ  
しい日本語で書かれています。

外国人生活支援ポータルサイト 生活・就労ガイドブック



| 対応言語<br>たいおうげんご    |                  |
|--------------------|------------------|
| 英語<br>えいご          | ミャンマー語<br>みんまーご  |
| 中国語<br>ちゅうごくご      | クメール語<br>くめーるご   |
| 韓国語<br>かんこくご       | フィリピン語<br>ふりぴんご  |
| スペイン語<br>すぺいんご     | モンゴル語<br>もんごるご   |
| ポルトガル語<br>ぽるとがるご   | トルコ語<br>とるこご     |
| ベトナム語<br>べトナムご     | ウクライナ語<br>うくらいなご |
| ネパール語<br>ねぱーるご     | ロシア語<br>ろしあご     |
| タイ語<br>たいご         | フランス語<br>ふらんすご   |
| インドネシア語<br>いんどねしあご |                  |

Q.3 1 <sup>つうやく</sup> <sup>ほんやく</sup> <sup>ひと</sup> <sup>さが</sup>  
通訳や翻訳してくれる人を探しています。

<sup>しょうかい</sup>  
どこで紹介してもらえますか？

A.3 1 <sup>あき</sup> <sup>た</sup> <sup>けんこくさいこうりゅうきょうかい</sup> <sup>つうやく</sup> <sup>ほんやく</sup> <sup>ひと</sup> <sup>しょうかい</sup>  
秋田県国際交 流 協 会（AIA）で通訳や翻訳をしてくれる人を 紹 介 します。

まずは、いつ、どこで、<sup>なに</sup> <sup>ねが</sup> <sup>れんらく</sup>  
何をお願いしたいのか、AIAに連絡してください。

<sup>つうやく</sup> <sup>ほんやく</sup> <sup>かね</sup>  
通訳や翻訳には、お金がかかります。

<sup>あき</sup> <sup>た</sup> <sup>けんこくさいこうりゅうきょうかい</sup>  
秋田県国際交 流 協 会 TEL：018-893-5499

AIA コミュニティサポーターへの活動<sup>かつどう</sup>を依頼<sup>いらい</sup>される方<sup>かた</sup>へ



Q.3 2 <sup>とき</sup> <sup>つか</sup>  
マイナンバーをもらいました。これはどんな時に使うのですか？

A.3 2 <sup>ひとり</sup> <sup>も</sup> <sup>ばんごう</sup> <sup>ねんきん</sup> <sup>ぜいきん</sup> <sup>いりょう</sup>  
マイナンバーは、一人ひとりが持つ、12けたの番号です。年金、税金、医療

など、<sup>さまざま</sup> <sup>て</sup> <sup>つづ</sup> <sup>つか</sup> <sup>がいこくじん</sup> <sup>に</sup> <sup>ほん</sup> <sup>じゅうみんひょう</sup> <sup>も</sup>  
様々な手続きに使います。外国人でも、日本で住民票を 持 っ て い れ

<sup>はっこう</sup>  
ば、マイナンバーが発行されます。

<sup>ばんごう</sup> <sup>たいせつ</sup> <sup>ばんごう</sup> <sup>なに</sup>  
この番号で、あなたのいろいろなことがわかります。大切な番号ですので、何に

<sup>つか</sup> <sup>もくてき</sup> <sup>たにん</sup> <sup>おし</sup>  
使われるのか目的がはっきりしないときは、他人に教えないようにしてくださ

<sup>か</sup> <sup>かみ</sup> <sup>たいせつ</sup>  
い。マイナンバーが書かれた紙は、大切なのでなくさないようにしてください。

- ・マイナンバーカード そうごう 総合サイト



えいご 英語、ちゅうごくご 中国語、かんこくご 韓国語、ご スペイン語、ご ポルトガル語で、マイナンバーカードについての説明せつめいを読むことができます。



## 市町村役場でできるいろいろな手続き

日本で生活するためにはいろいろな手続きが必要です。市町村役場では下の表にある手続きができます。相談をする場所もあります。

|                                                                 |                                                                 |                                                      |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| <p>じゅうみんとうろく<br/>住民登録<br/>(住所を役場に知らせる)</p>                      | <p>しょうがっこう ちゅうがっこう<br/>小学校や中学校へ<br/>入ることと<br/>学年の途中で入ること</p>    | <p>し ぼうとどけ<br/>死亡届<br/>(家族などが死んだとき、<br/>役場に知らせる)</p> |
| <p>こくみんねんきん<br/>国民年金<br/>(みんなが入る年金)</p>                         | <p>こんいんとどけ り こんとどけ<br/>婚姻届・離婚届<br/>(結婚・離婚したことを<br/>役場に知らせる)</p> | <p>ほいくしょ にゅうしょ てつづ<br/>保育所の入所手続き</p>                 |
| <p>こくみんけんこう ほ けん<br/>国民健康保険<br/>(会社ではたらいてない人<br/>が入る公的医療保険)</p> | <p>しゅっしょうとどけ<br/>出生届<br/>(子どもが生まれたことを<br/>役場に知らせる)</p>          | <p>ほか そうだん<br/>その他、いろいろな相談</p>                       |

せい かつじょうほう し

# 生活情報誌『えいあいえい!!!』

『えいあいえい!!!』では、毎号違うテーマで、日本での生活に役立つ情報を  
お知らせしています。AIAのHPからも見るすることができます。

英語、中国語、韓国語、タガログ語の『えいあいえい!!!』があります。

号によってはベトナム語やインドネシア語、ネパール語もあります。



ないよう

◎たとえば、こんな内容についての『えいあいえい!!!』があります

|                                                     |                                    |
|-----------------------------------------------------|------------------------------------|
| あきた ふう<br>秋田の冬の暮らしについて                              | こ おとな よ ぼうせつしゅ<br>子どもと大人の予防接種について  |
| じてんしゃ じどうしゃ じ こ かん<br>自転車・自動車事故に関する<br>「もしもの備え」について | に ほん かんこんそうさい<br>日本の冠婚葬祭について       |
| じゅうみんとうろく こうてきねんきん<br>住民登録・公的年金などについて               | かい こ ほけんせいど<br>介護保険制度について          |
| ドメスティック・バイオレンス<br>(DV) について                         | いりょう きかん じゅしんほうほう<br>医療機関の受診方法について |



## 夜や土日に行くことができる病院

自分の家に近い病院を確認しておきましょう。

病院に行く前に電話をして、自分が行く時間に開いているか聞いてください。（下の表は2024年4月現在の情報です）



| ち い き<br>地域                               | び ょ う い ん<br>病院などの名前                                                | じ ゅ う し ょ<br>住所                                                                      | で ん わ ばん ご う<br>電話番号 |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| おおだて<br>大館<br>か つ の<br>鹿角                 | か つ の ほう 生 病 院                                                      | か つ の し は な わ あ ざ む か い ば だ け ば ん ち<br>鹿角市花輪字 向 畑 18番地                               | 0186(23)2111         |
|                                           | あ き た ろ う さい び ょ う い ん<br>秋田労災病院                                    | お お だ て し か る い ざ わ あ ざ し も た い ば ん ち<br>大館市軽井沢字 下 岱 30番地                            | 0186(52)3131         |
|                                           | お お だ て し り つ そ う ご う び ょ う い ん<br>大館市立総合病院                         | お お だ て し ゆ た か ち ょ う ば ん ち<br>大館市 豊 町 3番1号                                          | 0186(42)5370         |
|                                           | お お だ て し き ゅ う じ つ や か ん き ゅ う か ん<br>大館市 休 日 夜 間 急 患 センター         | お お だ て し ゆ た か ち ょ う ば ん ち<br>大館市 豊 町 3番2号                                          | 0186(45)0223         |
| きたあき た<br>北秋田                             | きたあき た し み ん び ょ う い ん<br>北秋田市民病院                                   | きたあき た し し も す ぎ あ ざ か み し み す さ わ ば ん ち<br>北秋田市下杉字 上 清水 沢 16番<br>29号                | 0186(62)7001         |
| の し ろ<br>能代<br>や ま も と<br>山本              | の し ろ こ う せ い い り ょ う<br>能代厚生医療センター                                 | の し ろ し お ち あ い あ ざ か み ま え だ ち な い<br>能代市落合字 上 前 田 地 内                              | 0185(52)3111         |
|                                           | の し ろ や ま も と い し か い び ょ う い ん<br>能代山本医師会病院                        | の し ろ し ひ や ま あ ざ し ん で ん さ わ ば ん ち<br>能代市 桧 山 字 新 田 沢 105番地 11                      | 0185(58)3311         |
|                                           | ち い き い り ょ う き の う す い し ん き こ う あ き た び ょ う い ん<br>地域医療機能推進機構秋田病院 | の し ろ し み ど り ま ち ば ん ち<br>能代市 緑 町 5番22号                                             | 0185(52)3271         |
| あ き た<br>秋田<br>か た が み<br>潟上<br>お が<br>男鹿 | お が し み ん び ょ う い ん<br>男鹿みなと市民病院                                    | お が し り な が わ み な と ら な か わ あ ざ か い が ん ど お ち ょ う<br>男鹿市船川 港 船川字 海 岸 通 り 1号<br>8番地 6 | 0185(23)2221         |
|                                           | ふ じ わ ら き ね ん び ょ う い ん<br>藤原記念病院                                   | か た が み し て ん の う あ ざ か み え が わ ば ん ち<br>潟上市 天 王 字 上 江 川 47番地                        | 018(878)3131         |
|                                           | あ き た だ い が く い が く ぶ ぶ そ く び ょ う い ん<br>秋田大学医学部附属病院                | あ き た し ひ ろ お も て あ ざ は す め ま ば ん ち<br>秋田市 広 面 字 蓮 沼 44番2                            | 018(834)1111         |
|                                           | け ん り つ じ ゅ ん か ん き の う せ き す い<br>県立循環器・脳脊髄<br>センター                | あ き た し せん し ゅ う く ぼ た ま ち ば ん ち<br>秋田市 千 秋 久 保 田 町 6番10号                            | 018(833)0115         |
|                                           | し り つ あ き た そ う ご う び ょ う い ん<br>市立秋田総合病院                           | あ き た し か わ も と ま つ お か ま ち ば ん ち<br>秋田市 川 元 松 丘 町 4番30号                             | 018(823)4171         |
|                                           | あ き た こ う せ い い り ょ う<br>秋田厚生医療センター                                 | あ き た し い い じ ま に し ぶ く ろ ち ょ う ゆ ば ん ち<br>秋田市 飯 島 西 袋 一 丁 目 1番1号                    | 018(880)3000         |
|                                           | あ き た せ き じ ゅ う じ び ょ う い ん<br>秋田赤十字病院                              | あ き た し か み き た て き る た あ ざ な わ し ろ さ わ<br>秋田市 上 北 手 猿 田 字 苗 代 沢<br>222番地 1          | 018(829)5000         |
|                                           | な か ど お り そ う ご う び ょ う い ん<br>中通総合病院                               | あ き た し み な み ど お り ば ん ち<br>秋田市 南 通 み そ の 町 3番15号                                   | 018(833)1122         |
| ゆ り ほん じ ょ う<br>由利本荘<br>に か ほ             | ゆ り く み あ い そ う ご う び ょ う い ん<br>由利組合総合病院                           | ゆ り ほん じ ょ う し か わ ぐ ち あ ざ や ち ば ん ち<br>由利本荘市 川 口 字 家 後 38番地                         | 0184(27)1200         |
|                                           | ほん じ ょ う だ い い ち び ょ う い ん<br>本荘第一病院                                | ゆ り ほん じ ょ う し い わ ぶ ち し た ば ん ち<br>由利本荘市 岩 渕 下 110番地                                | 0184(22)0111         |
|                                           | さ と う び ょ う い ん<br>佐藤病院                                             | ゆ り ほん じ ょ う し こ び と ま ち ば ん ち<br>由利本荘市 小 人 町 117番地 3                                | 0184(22)6555         |
| だい せん<br>大仙<br>せん ぼ く<br>仙北               | し り つ く の だ て そ う ご う び ょ う い ん<br>市立角館総合病院                         | せん ぼ く し か く の だ て ま ち い わ せ ば ん ち<br>仙北市 角 館 町 岩 瀬 3番地                              | 0187(54)2111         |
|                                           | お お ま が り こ う せ い い り ょ う<br>大曲厚生医療センター                             | だい せん し お お ま が り と お り ま ち ば ん ち<br>大仙市 大 曲 通 町 8番65号                               | 0187(63)2111         |
|                                           | お お ま が り な か ど お り び ょ う い ん<br>大曲中通病院                             | だい せん し お お ま が り か み さ か え ち ょ う ば ん ち<br>大仙市 大 曲 上 栄 町 6番4号                        | 0187(63)2131         |

| ち い き<br>地域                | びょういん な ま え<br>病 院などの名前      | じゅうしょ<br>住 所                                                          | でん わ ばんごう<br>電話番号                   |
|----------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| よこ て<br>横手                 | し りつよこ て びょういん<br>市立横手 病 院   | よこ て し ね ぎしちやう ばん ごう<br>横手市根岸 町 5 番 3 1 号                             | 0182(32)5001                        |
|                            | ひら か そうごうびょういん<br>平鹿総合 病 院   | よこ て し まえごうあざ や つ くち ばん<br>横手市前郷字ハツ口 3 番 1                            | 0182(32)5121                        |
|                            | し りつおおもりびょういん<br>市立大森 病 院    | よこ て し おおもりまちあざすごう た ばん ち<br>横手市大森町字菅生田 2 4 5 番地<br>2 0 5             | (こ せんよう)<br>0182(32)5124<br>(子ども専用) |
| ゆ ざわ<br>湯 沢<br>お がち<br>雄 勝 | お がちゆうおうびょういん<br>雄勝中央 病 院    | ゆ ざわ し やま だ あざいさみ が おか<br>湯沢市山田字勇ヶ岡 2 5                               | 0183(73)5000                        |
|                            | ちやうりつ う こ びょういん<br>町 立羽後 病 院 | お がちぐん う こ まちにし も な い あざおお ど みち<br>雄勝郡羽後町西馬音内字大戸道<br>ばん ち<br>4 4 番地 5 | 0183(62)1111                        |

そうだんまどぐち いちらん

## いろいろな相談窓口一覧

★がある相談窓口では、外国語を使って話すことができます。それ以外の窓口は、日本語での対応となります。

| 相談の内容                          | 相談窓口の名前                 | 電話番号                                 | 電話できる曜日と時間                      |
|--------------------------------|-------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|
| ▶外国語での相談<br>(英語・中国語・韓国語)       | ★秋田県国際交流協会<br>(AIA)     | 018-884-7050                         | 木曜日<br>13:00-17:00              |
| ▶相談先がわからない                     |                         | 018-893-5499                         | 平日<br>9:00-17:45                |
| ▶外国語で悩みを相談したい                  | ★よりそいホットライン             | 0120-279-338                         | -                               |
| ▶英語で心の悩みを相談したい                 | ★ふらっと                   | (メールアドレス)<br>1coin.furatto@gmail.com |                                 |
| ▶在留資格について                      | 仙台出入国在留管理局<br>秋田出張所(入管) | 018-895-5221                         | 平日<br>9:00-12:00<br>13:00-16:00 |
|                                | ★外国人在留総合インフォメーションセンター   | 0570-013904                          | 平日<br>8:30-17:15                |
| ▶パスポートの更新<br>▶家族・友人を日本に呼びたい など | ★在日本各国大使館・領事館           | 7ページを確認                              | -                               |
| ▶配偶者・パートナーからの暴力(DV)            | DV相談プラス                 | 0120-279-889                         | 毎日<br>24時間                      |
| ▶義務教育について                      | 各市町村の教育委員会              | 33ページを確認                             | -                               |
| ▶高校進学について                      | 秋田県教育庁 高校教育課            | 018-860-5161                         | -                               |
| ▶仕事を探したい                       | 各地域のハローワーク              | 23ページを確認                             | -                               |
| ▶突然解雇された                       | 各地域の労働基準監督署             | 27ページを確認                             | -                               |
| ▶給料の未払い                        |                         |                                      |                                 |

# さくいん (キーワードから探す)

う

うんてんめんきょ  
運転免許 ..... 34

え

えいじゆうきょ か  
永住許可 ..... 2

えいじゆうしゃ  
永住者 ..... 5

か

かんこう  
観光 ..... 6

き

き か  
帰化 ..... 5

ぎ のうじっしゅうせい  
技能実習生 ..... 25

け

けっこん  
結婚 ..... 11, 18, 40

けんこう ほ けん  
健康保険 ..... 29, 40

けんこう ほ けんしょう  
健康保険証 ..... 29

こ

こういんかくにん  
公印確認 ..... 30

こくみんけんこう ほ けん  
国民健康保険 ..... 29, 40

こ そだ  
子育て ..... 15

ゴミ ..... 10

さ

ざいりゅう  
在留カード ..... 1, 5

ざいりゅう し かく  
在留資格 ..... 1, 2, 3, 4, 5, 8, 13, 19, 22, 30, 44

さ しょう  
査証 (ビザ) ..... 3, 5, 6

し

し かくがいかつどうきょ か  
資格外活動許可 ..... 22

じ こ  
事故 ..... 35

し ごと  
仕事 ..... 15, 16, 22, 24, 26, 44

しゅっさん  
出産 ..... 11, 12, 13

しゅつにゆうこくざいりゅうかん り ちょう  
出入国在留管理庁 ..... 1, 5, 37

しょういんてん き  
証印転記 ..... 8

せ

せいかつじょうほう し  
生活情報誌 ..... 41

た

たい し かん  
大使館 ..... 5, 6, 7, 8, 11, 13, 17, 18, 30, 34, 44

つ

つうやく  
通訳 ..... 22, 38

て

ていぶい  
DV ..... 21, 22, 41, 44

に

に ほん ご きょうしつ  
日本語教室 ..... 32

にゅうかん  
入管 ..... 1, 2, 3, 4, 5, 8, 13, 19, 22

にんしん  
妊娠 ..... 11, 12

にんてい えん  
認定こども園 ..... 16

は

パスポート ..... 6, 8, 44

ハローワーク ..... 22, 23, 26, 44

## ひ

びょういん  
病院..... 28, 29, 42

## ふ

ふどうさんや  
不動産屋..... 9

## ほ

ほいくしょ  
保育所..... 16, 40

ほんやく  
翻訳..... 28, 38

## ま

マイナンバー..... 29, 38

## よ

ようちえん  
幼稚園..... 16

よぼうせつしゅ  
予防接種..... 13, 14, 41

## り

りこん  
離婚..... 2, 5, 17, 18, 19, 20, 40

## ろ

ろうどう き じゅんかんとくしょ  
労働基準監督署..... 26, 27, 44



がいこくじん

## 外国人そうだんQ&A

ねん がつ はっこう

2025年3月発行

はっこう  
発行

こうえき ざいだん ほうじん  
公益財団法人

あき た けん こくさい こうりゅうきょうかい  
秋田県国際交流協会

こう えき ざい だん ほう じん

公益財団法人

あき た けん こく さい こうりゅう きょうかい

秋田県国際交流協会

Akita International Association

〒010-0001

あき た し なかどおり

秋田市中通2-3-8

アトリオン1階

TEL 018-893-5499

E-mail aia@aiahome.or.jp

