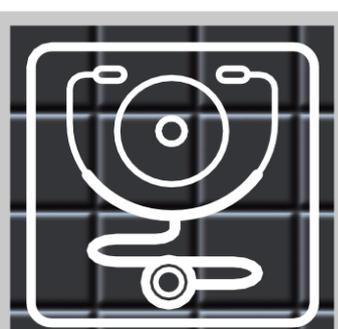
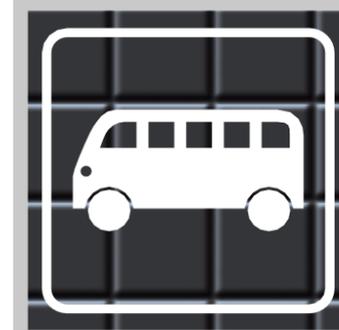


甲府市外国人生活指南



汉语版

甲府市外国人咨询

各位外国籍市民，你们是否有在日常生活中遇到问题和烦恼？

甲府市政府有精通英语（English）・汉语・韩语（한국어）的工作人员。
可免费提供咨询服务。

其它语种也可以通过翻译机器为您提供帮助。

时 间	星期一～星期五 上午 9:00～下午 4:00
地 点	甲府市政府 主厅2楼 市民部 市民课 10号窗口
休息日	周六周日、节假日、年末年初（12月29日～1月3日）

也请浏览甲府市政府官网

● 甲府市网页<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/index.html>
最新市政信息以及各类申请表的下載等，提供下列11种语言的自动翻译。
English 简体字中文 繁體字中文 한국어 Español Tiếng Việt
Française Português ภาษาไทย हिन्दी Bahasa Indonesia



● 面向外国籍市民的信息
<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/kurashi/gaikoku/index.html>
用多种语言发布各类生活信息。



● 多语言版《甲府市外国人生活指南》的下载网址
（日语、英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语、越南语）
<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/shimin/kurashi/gaikoku/guide.html>



甲府市 外国人生活指南

汉语版

目 录

1 生 活	1
(1) 自治会	1
(2) 印 章	1
(3) 垃圾的分类处理方法	2
(4) 住 宅	4
(5) 电气、煤气、自来水	6
2 行政手续	8
(1) 迁入、迁出、迁居	8
(2) 出生登记、死亡报告	9
(3) 国民健康保险（居民医保）	10
(4) 年金制度（养老保险制度）	11
(5) 税 金	12
(6) 个人番号制度	14
3 医 疗	16
(1) 普通诊疗	16
(2) 急 救	18
(3) 疫苗接种	18
(4) 婴幼儿健康检查（集体）	18
(5) 母子健康手册	18
4 工 作	20
(1) 契约/合同的注意事项	20
(2) 劳动基准监督局	21
(3) 公共职业安定所（ハローワーク）	21
(4) 山梨外国人咨询支援中心	22
5 教 育	23
(1) 学校教育	23
(2) 保育所、认定儿童园	23
(3) 市立小学、初中	24
(4) 高中、大学、短期大学、专科学校	25
(5) 对教育的援助、支援金、给付金等	25
(6) 儿童津贴、儿童抚养津贴及医疗费补助等	26

6 交 通	28
(1) 铁路、公共汽车	28
(2) 汽车的驾驶	29
(3) 自行车的骑行	29
7 电 话	30
(1) 电 话	30
8 紧急情况	31
(1) 火 灾	31
(2) 急 救	31
(3) 地 震	32
9 居留（在留）手续	33
(1) 申请更新居留（在留）期间和变更居留（在留）资格	33
(2) 申请居留（在留）资格取得许可	33
(3) 申请再入境许可	33
(4) 申请资格外活动许可	34
(5) 外国人居留（在留）支援中心（FRESC）	34
10 关于警察	35
(1) 遭受犯罪侵害时	35
(2) 遇到交通事故时（造成交通事故时）	35
(3) 丢失物品时	35
(4) 正确拨打110电话的方法	36
(5) 有关向警察的咨询	36

1 生活

(1) 自治会

日本社会中，人们非常珍视与邻里之间的联系。自治会作为公共性较强的自由团体，并没有失去自主性和独立性，为了创建一个能够让人们舒适生活的地域社会，在城市各项事业中都作出了一定的贡献。

自治会以自治会长和组长为核心，在城市宣传、市政府以及公共团体的通知文件的分发、垃圾的回收、公园的清扫等方面给予协作。

大家也可以参加地区的节日活动、运动会、环境美化等活动，欢迎各位外籍人士的积极参与。关于所居住地区，如果有不清楚的地方，请询问自治会长或组长。

另外有关自治会长和组长的情况，请询问甲府市自治会联合会事務局。

咨询处 甲府市自治会联合会事務局

电话：055 - 235 -1168

(2) 印章

在日本，印章是作为相当于签名而使用。重要的文件中人们一般习惯于在其上面“签上自己的姓名并盖上印章”。这个习惯被称为“署名、捺印（SHOMEI, NATSUIN）”。印章分为两种，在市政府进行登记注册的，称作“正式印章”（“実印 JITSU-IN”），在购买汽车和买卖不动产等场合使用。居住地市政府的市民课便可进行印章的登记注册。另外，没有登记注册的称作“手戳”（“認印 MITOME-IN”），在金融机构和公共机关办理手续等场合使用。

I. 有关印章的登记注册

在甲府市登记的15岁以上的居民，可以进行印章的登记注册，注册印章名为居民基本台帐上所登记的姓名，或登记的常用名“通称名 TSUSHO-MEI”。印章根据质地（橡皮戳等）、字体的不同，也会出现不能登记注册的情况，因此请务必事先进行询问确认。

● 印章注册所需物件

①居留卡（在留卡）等政府机关发行的带照片的身份证明

②登记用的印章（印迹的直径在8毫米以上25毫米以下）

● 办理手续的地方

市政府主厅 2楼市民课

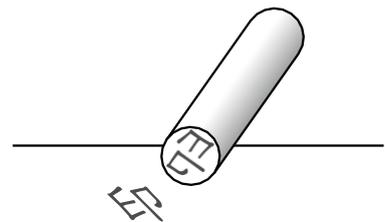
中道支所（仅限于中道地区的居民）

上九一色办事处（仅限于上九一色地区的居民）

咨询处

甲府市 市民部 市民课

电话：055 - 237 - 5337



③ 垃圾的分类处理方法

甲府市采取的垃圾回收方式是，各家庭将垃圾放置到各个规定的场所（集中堆放点），由垃圾回收车巡回回收。请遵守扔垃圾的规则，齐心协力创造清洁优美的街区。

请严格按“可燃垃圾”、“不可燃垃圾”、“资源型垃圾”、“塑料类的容器、包装物等”、“混合纸类”等对垃圾进行分类，在确认好各类垃圾规定的丢弃时间和地点后，于当天上午8:30前将其放置到指定的集中堆放点。请注意，垃圾回收完毕后，或回收日以外的日期，请不要将垃圾放置在垃圾集中堆放点。

I. 可燃垃圾（生活垃圾）

甲府市规定可燃垃圾根据地域不同每周周一、周四或者周二、周五回收两次。请将其装入指定的黄色袋中，然后放置到集中堆放点。

可燃垃圾主要有以下类别：

厨余垃圾、废纸（弄脏的）、落叶、鲜花、运动鞋、录像带等塑料垃圾、等等。

※ 纸尿裤内的排泄物和宠物的粪便，请倒入马桶中冲走。

※ 不同地区回收日不一样。您所在区域的可燃垃圾（生活垃圾）的回收日是“周一、周四”或者是“周二、周五”，如不清楚，请向周围邻居或市政府环境部咨询。

II. 不可燃垃圾

甲府市规定不可燃垃圾每月回收一次。小件的请装入指定的浅蓝色袋中丢弃。当物品过大无法装入指定的浅蓝色垃圾袋时，请直接贴上垃圾处理卷。

不可燃垃圾主要有以下类别：

陶瓷器、碎玻璃、床、棉被、地毯、床垫、家具、树枝等。

III. 资源型垃圾

甲府市规定可回收利用的资源型垃圾每月回收一次。其集中堆放点与不可燃垃圾的放置点相同。

资源型垃圾主要有以下类别：

食品和饮料的空金属罐、空瓶、报纸、杂志、纸箱、大号牛奶盒、五金器具、衣服（破旧或脏的衣服请归入可燃垃圾）、塑料瓶、聚苯乙烯泡沫塑料等盛装食品的白色托盘、纸盒、纸袋、包装纸、日光灯管、干电池等可回收利用的垃圾。

※ 喷雾罐子请将内部气体排空，并在不开孔的情况下将其装入透明袋中，后放置到指定的资源型垃圾集中堆放点。

※ 由于纸类和衣物类沾湿后便无法循环利用，所以下雨的时候请将其装入透明或半透明袋中，再放置到资源型垃圾集中堆放点。

IV. 塑料类的容器、包装物等

甲府市规定，这类垃圾每周六回收。其集中堆放点与可燃垃圾的放置点相同。请将这类垃圾集中放入透明或半透明的塑料袋中后丢弃。这类垃圾可丢弃的主要品目如下。

塑料小杯、塑料袋、塑料水壶、塑料包、塑料有色托盘、塑料盖、塑料标签、塑料膜类、塑料缓冲材料

V. 混合纸类

甲府市规定每周三为混合纸类回收日。

作为可回收利用的资源物纸类以外，政府还回收干净的需丢弃的纸垃圾。回收的对象是：不能作为资源类垃圾回收的纸类中，干净的（并非不卫生的）纸类垃圾。请将混合纸类垃圾装入商场或超市的纸袋中（也可装入容量为45升以上的透明或半透明的袋中），将袋口用胶布或订书针封好，放置到与可燃垃圾相同的垃圾集中堆放点。

混合纸类的主要纸类如下：

复印纸、记事纸、名片、明信片、信封、照片、收据、票据、海报贴画、日历、碎纸机粉碎的纸、包装纸。

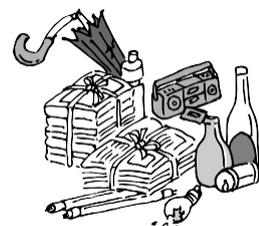
VI. 不可回收的物品（不属于市垃圾回收的物品）

以下物品无法回收。

空调、空调室外机、电视机、冰箱（包括冰柜）、洗衣机、衣服干燥机、电脑、煤气罐、轮胎、蓄电池、汽车零部件等、建材废料、沙土、废油、药品类、有毒性物质等。

- 空调及其室外机、电视、冰箱、冰柜、洗衣机、衣物干燥机需要丢弃的情况，请按照以下方式进行处理。
 - ① 请委托销售店搬运和处理。需自己负担搬运费和回收费。
 - ② 自己能够搬运的情况，去邮局支付回收费后，和回收券一起搬运到指定场所。回收台数多的情况下，请事先联络告知。
 - 日本通运电话:055-274-8211(中央市中楯769)
 - 都留货物自动车电话:055-273-5661(中央市山之神流通团地2473-11)
 - ③ 可依赖经甲府市许可的回收处理业者进行回收和处理。搬运费和回收废需自行承担。
 - 甲府市废弃物事业协同组合(9:00-14:00) 电话: 055-243-4881
 - 电脑需要丢弃时，请委托制造商进行处理。
 - 煤气罐、轮胎、蓄电池、汽车零部件等、建材废料、沙土、废油、药品类、有毒性物质等请委托销售点或专业公司进行处理。

咨询处 甲府市 环境部
〒400-0831 甲府市上町601-4
电话：055-241-4311（总机）



※扫面左侧二维码会有多种语言版本(日语、英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语、泰语、越南语)详细请看《垃圾的分类处理方法》。

https://www.city.kofu.yamanashi.jp/genryo/bunbetsu_sasshi.html



④ 住宅

I. 民用公寓

民用公寓可以通过不动产经营者来租借。向想要居住地点附近的不动产经营者咨询，了解具体的情况后与自己希望的条件对照进行选择。

到不动产公司询问时，最好与熟知的日本人一同前往。

II. 租赁契约（合同）

按照惯例，租赁契约以书面的方式进行。双方需在契约书上签字盖章，签字盖章（署名捺印）前，您最好拜托信赖的朋友仔细阅读契约书的内容，将地点和物件等具体内容充分理解后再签合同。

另外，签订契约时需要连带保证人。

- 契约中一般需要支付以下费用。详细条款根据每个契约有所不同。

① 房租

房租一般多为预付型，在每月月末之前支付下个月的房租。房租中通常不包括电费、水费、煤气费等。

② 公益费（公摊费、管理费）

用于公寓居民公用部分的维护。根据公寓的不同，有的公寓不用负担此费用。

③ 停车场使用费

在公寓附带的停车场停车，需交纳此费用。根据公寓的不同，有的公寓不用负担此费用。

④ 押金

一般作为支付房租的担保，由房东收取押金，金额因房子不同而有所不同，大多为月租金的2~3倍。解约时这笔钱通常会退还，但也有会从中扣除房屋修缮费的情况，因此请仔细确认契约书的内容。

⑤ 礼金

这是给房东作为谢礼而支付的钱。金额一般大多为一到两个月的租金，有些房子也有可能不需支付礼金。此费用在解约时一般不予退还。

⑥ 手续费

作为中介费支付给协助进行租房牵线搭桥的不动产经营者。如果是直接与房东签约的话，也可能不需要支付这笔钱。

III. 解约

搬出公寓前，请务必事先通知房东。通常，搬出公寓需提前多久联系，会在租赁契约中写明，请确认之后再办理手续。

IV. 居住时的注意事项

- ① 未经房主同意不得对房间进行改装。
- ② 不要在深夜制造噪音或举行聚会等，以免打扰他人。
- ③ 使用电气、煤气时要特别注意安全，以免发生火灾。
- ④ 注意锁好门窗，避免发生盗窃事件。

不动产免费咨询

地 点：（社团）山梨县宅地建物取引业协会（山梨县不动产交易协会）

〒400-0853

甲府市下小河原町237-5（山梨县不动产会馆内）

电 话：055-243-4304

V. 公营住宅

1. 市营住宅

市营住宅原则上需满足以下五项条件方可申请。满足居住条件者，按照申请顺序等待空房状况办理入住。

- ① 目前没有居住地，或虽有居住地但因种种原因需要找新的居住地。
- ② 有同居家属
- ③ 同居家属总收入在规定标准内。
- ④ 无拖欠税款行为
- ⑤ 非暴力团体成员

◎ 办理入住申请时所需材料

- 市营住宅入住申请表（在市政府可以领取）
- 收入证明文件（源泉征收票・收入申报的副本等）
- 纳税证明书（在甲府居住者请使用住宅课指定用纸）
- 居留卡（在留卡）等
- 护照

※ 根据入住者情况不同，所需的材料也有所不同，因此请向城市建设部住宅课（まちづくり部 住宅課）咨询。

● 市营住宅的咨询处

甲府市 城市建设部 住宅课

电话：055 - 237 -5812

2. 县营住宅

县营住宅是居住或工作单位在山梨县人士根据市营住宅的同样入住标准进行申请。

● 县营住宅的咨询处：山梨县住宅供给公社

〒400 - 0031 甲府市丸之内2 - 14 - 13

电话：055 - 237 - 1656

※ 关于申请时所需的资料，请事先咨询。

⑤ 电气、煤气、自来水

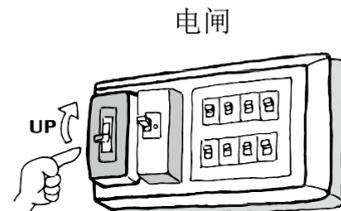
I. 电气

1. 接通电气时

入住后初次用电，请按如下顺序操作：（电闸的开关设在大门口或厨房的墙上）

- ① 首先将电闸的总开关拨到“入”的位置。
- ② 将漏电断路器开关拨到“入”的位置。
- ③ 将配线断路器开关拨到“入”的位置。

※ 以上操作后，仍旧不通电时，请拨打以下的“东京电力客服中心”的电话。客服人员将受理您的问题。



2. 电气使用的申请（东京电力的情况）

初次用电的时候，请按照以下方法申请。

- ① 输入网站地址 <https://www.move-tepco.com/start>
或者扫描右侧的二维码
- ② 客服中心电话 0120-995-113（免费电话）
周一至周六9:00~17:00（节假日、元旦放假除外）可拨打电话
- ③ “電気使用申込書”（用电申请书）在邮筒投寄



3. 电费的支付方法

- ① 信用卡支付
- ② 银行转账
- ③ 电话号码进行短信支付
- ④ 填写转账用单票（需另付转账手续费）

※最初的电费是从开始用电日起到首次查表的前一天的使用度数，按日计算其电费。

4. 因为有可能导致火灾，请注意避免配线的交叉缠绕。

是否通过多联电源插头同时使用多个电器？这种情况叫做“タコ足配線”（配线交叉缠绕）。多联电源插座对通过的电流有一定的限制。

咨询处 东京电力（株）山梨客服中心

〒400-0851 甲府市住吉5-15-1

0120-995-113（免费电话）

周一至周六9:00~17:00（节假日、元旦放假除外）可拨打电话

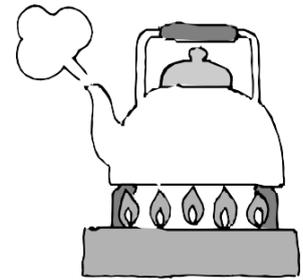
II. 煤气

家庭使用的煤气分为“城市管道燃气”（都市ガス）和“液化石油气”（プロパンガス）两种。根据地区的不同，有些地方使用“城市管道燃气”，有些地方使用“液化石油气”，请仔细向房主询问然后办理手续。

使用煤气的方法如不正确，将非常危险，请小心安全使用。如果发现煤气出现异常，请立即关闭煤气，打开窗户，停止在家中使用明火和电器。然后立即与煤气公司联系。

- 城市管道燃气 问询处
东京管道燃气公司山梨分公司
〒400 - 0024 甲府市北口3-1-12
电话：055-253-1341

- 液化石油气 问询处
请确认液化气罐上标示的经营者信息，然后与之联系。



III. 自来水

首次使用自来水时，请在备好的水道使用申请书中填写必要事项，邮寄给自来水公司（上下水道局）。（接有下水道同时使用自来水的居民，下水道开通使用的手续与自来水的手续一起办理。）或者，通过网页地址、扫描右侧二维码办理申请手续。

https://www.water.kofu.yamanashi.jp/request_faucet



1. 使用自来水时

在甲府市，自来水总开关（停水开关、防冻开关等）基本上都没有关闭，可以直接使用。但是，如长期不使用时，管理公司或房东有可能关闭总开关，请向管理公司及房东确认。

2. 水费的缴纳

自来水费每2个月收取一次。

- ① 信用卡支付（请联络下面记载的上-下水道局，将为您邮寄申请书。）
- ② 账号自动扣款支付（填写水道使用申请书办理手续）
- ③ 缴费单支付
- ④ PayPay支付
- ⑤ LINE Pay支付

3. 使用井水的居民

使用井水同时接通了下水道的居民，因为需要提交公共下水道使用开始通知书，请与甲府市自来水公司（甲府市上下水道局）联系。（使用井水市民的下水道使用费用，与上下水道费不同，仅收取下水道费。）

4. 有关修理工程

租房的居民请向房东询问。拥有自家住房的居民，请与甲府市自来水公司或甲府市管工事协同组合联系。另外，如要进行接通下水道的施工，请由甲府市下水道工程指定店铺施工，如果没有水道使用申请书，或有关自来水问题的咨询，请与甲府市自来水公司联系。

咨询处 甲府市 自来水公司（上下水道局）服务中心

〒400 - 0046 甲府市下石田2-23-1

电话：055 - 228 - 3311（总机）

2 行政手续

(1) 迁入、迁出、迁居

I. 迁入时

从日本国外或日本国内其它的市、镇、村迁入到甲府市居住时，必须在 14 天内到市民课居民注册处办理变更手续。

◎ 办理手续时需持材料

- ① 居留卡（在留卡）等
- ② 护照
- ③ 可确认地址的证件。
- ④ 可证明家族关系的材料（只限有同居家族时）
- ⑤ 迁出证明书（仅限日本国内迁入甲府时需要）
- ⑥ 个人编号卡（如持有）

II. 迁出时

从甲府市迁出到其它的市、镇、村时，首先请在甲府市取得『転出届』（迁出证明），迁出证明手续原则上需在迁出预定日的前14天办理，然后在迁入后的14日以内向迁入的市、镇、村公所提交迁出证明，办理迁入手续。

需在甲府市办理完结国民健康保险、税金等手续的，将在递交迁出证明时告知。

从甲府市迁出至国外时，必须办理迁出手续。迁出至国外时，不发行迁出证明。

III. 迁居时（甲府市内搬迁）

在甲府市内搬迁住所时，必须在 14 天以内到市民课居民登记处办理变更手续。

◎ 办理手续时需持材料

- ① 居留卡（在留卡）等
- ② 可确认地址的证件
- ③ 国民健康保险证（已加入者）
- ④ 个人番号卡（若持有）

※ 迁入・迁居・迁出等手续，周六・周日・节假日不受理。

※ 市政府主厅、中道分部（支所）、上九一色办事点（出張所）可办理相关手续。

※ 个人番号卡的住址变更，需在工作日到市政府主厅办理手续。

※ 除市政府的手续外，水、电、煤气、电话、邮局等都需办理地址变更等手续。

咨询处 甲府市 市民部 市民课

电话：055-237-5354

(2) 出生登记、死亡报告

I. 出生登记

婴儿出生后，请从医院领取出生证明（出生登记），出生之日起 14 天内请到市镇村（市町村）办理出生登记。

◎ 办理手续时需持材料

- ① 出生证明书
- ② 出生登记填写表（出生届書）
- ③ 母子健康手册
- ④ 国民健康保险证（加入者）
- ⑤ 外籍父母的护照
- ⑥ 外籍父母记载有结婚年月日的证明资料（例：结婚证）

※ 在日本出生的外籍婴儿，如在出生后需在日本居住超过60天的情况下，请在30天以内办理在留资格的许可申请手续。

在留资格咨询处： 东京入国管理局 甲府办事处
〒400-0031甲府市丸之内1-1-18甲府共通办公楼9楼
电话:055-255-3350

II. 死亡报告

拿到医院医生开具的死亡诊断书，填写死亡报告表，从死亡日起7天内，向市镇村（市町村）的窗口提交办理相关手续。

◎ 办理手续时需持材料

- ① 医院医生开具的死亡诊断书
- ② 填写的死亡报告表
- ③ 来办手续者的印章（原则上，仅限于同居家属）
- ④ 外国籍死者的护照和在留卡
- ⑤ （办理手续者为外国籍时）办理手续者的护照
- ⑥ （办理手续者为外国籍时）能够明确办理手续者与死亡者关系的证明

※死者或者递交死亡报告者持外国籍的情况，事先请向下记窗口询问有关死亡报告表的填写方法。

※希望使用殡仪馆办葬礼的，请在决定好葬礼日期后事先电话向殡仪馆预约葬礼。请注意，办葬礼需向殡仪馆交纳费用。

咨询处：甲府市 市民部 市民课
电话 055-237-5349



(3) 国民健康保险（居民医保）

I. 加入国民健康保险，交付健康保险证（医保卡）

已经在甲府市办理完住民登记，取得三个月以上的在留资格，并且没有加入工作单位的社会健康保险的人，都必须加入国民健康保险。对加入者，市政府发给保险证（医保卡）。

保险证是加入国民健康保险制度非常重要的证明书。到医院看病时需使用，转借他人或使用他人保险证都属于违法行为，一经发现会受到法律的处罚。

II. 到医院就诊时

向医疗机构的窗口处出示保险证，只需支付一部分费用便可接受医生治疗。如果要交纳的这一部分费用金额较高，可申请支付高额疗养费。

因交通事故等受伤用国民健康保险接受治疗时，请马上向市政府登记。

工作中受伤时，有不能凭借国民健康保险接受治疗的情况，请向健康保险课咨询孕妇分娩时、妊娠12周（85日）以上者，死产、流产的情况（需开具医生的证明），发放一次性分娩金，死亡时发放丧葬费。

III. 国民健康保险费

办理完加入国民健康保险手续后的下一个月，将收到市政府寄来的国民健康保险费缴费通知单（加入当月的保险费也包含在内。）国民健康保险费由加入者及其家庭上一年的全年收入和家庭的总人数而定。（请参照P12（5）税金 I 国税 II 不及时申报个人所得的话，不能正确地计算出保险费金额）

国民健康保险费是市政府为加入国民健康保险者，向医院支付治疗费的经费来源。因此，必须交纳。在规定的交纳日期之前，按缴费通知单背面记载的缴费处缴纳保险费。

另外，因遭受灾害、疾病或受伤而辞职，收入显著减少而导致缴纳保险费有困难的，因为有保险费分期支付或减免的政策，请咨询健康保险课。

IV. 归还保险证

移居国外，或从甲府市搬到其它市、镇、村居住时，必须将保险证归还给市政府。如果在市内搬迁或改加入公司的社会保险时，请向市政府申报。

V. 其它

除国民健康保险制度之外，还有由公司或企业单位实行的工作人员的社会保险制度。加入手续及保险费的交纳等由企业单位负责。有关健康保险有疑问的地方，请向工作单位咨询。

国民健康保险咨询处

甲府市 福祉保健部 健康保课
电话：055 - 237 - 5368・5371

(4) 年金制度（养老保险制度）

年金制度是大家集体出资共同维护安定生活的制度，是帮助以下三类人群

- ① 超过65岁的人（原则上）
- ② 因疾病或受伤身体有障碍的人
- ③ 加入年金的人死亡后的遗族

国家的年金分为国民养老金和厚生养老金保险两种。

作为国民养老金可以领取的钱称作基础养老保险。基础养老保险是缴纳期间及缴纳免除期间的合计，原则上缴纳10年的保险费的人从65岁开始领取，如需要，也可以从60岁开始领取到减额的养老金。如果是从66岁以后到75岁延迟领取的情况下，可以领取到增额的养老金。年金的领取金额是基于加入年金的种类和加入期间缴纳的金额所决定。

I. 国民养老金

不问国籍凡是在日本居住的20岁至59岁的居民都要加入养老金。

- ① 加入手续：到市政府的国民养老金的负责处办理手续。
- ② 支付方法：缴费单会邮寄到家，请到银行、邮局，便利店进行支付。
- ③ 领取方法：请到国民养老金负责处（国民年金係）咨询。
- ④ 从国民年金中支付的年金：老龄基础年金、残疾基础年金、遗族基础年金、死亡后一次性返还金、寡妇年金

※因低收入等理由不能够支付保险金的情况可根据《保险金免除、延期缴纳制度》办理相关手续，另外，学生可根据《学生支付特例制度》办理相关手续。

咨询处： 甲府市 市民部 市民课 养老保险负责处（国民年金係）
电 话： 055-237-5385

II. 厚生养老保险

在公司、工厂、各个商店就职者、工作一定时间以上，未到七十岁的人需加入厚生养老保险。

- ① 加入手续： 就职公司办理手续
- ② 支付方法： 每月就职公司进行支付
- ③ 年金领取方法： 请向甲府年金事务所询问
- ④ 从厚生年金中支付的年金： 老龄厚生年金、障害厚生年金、遗族厚生年金

※每月支付的保险金一半从被保险者的工资中扣除，另一半由就职公司负担。

※保险金金额由每月的工资以及奖金的数额决定。

咨询处： 甲府年金事务所 甲府市盐部1-3-12
电话 055-252-1450

III. 退出时一次性返还金

没持有日本国籍者，退出国民养老保险、厚生养老保险资格离开日本时，可在退还日本的住处两年内申请一次性返还金。

网站上设有多语言指南

1. 日本年金机构官网

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanesesystem/withdrawalpayment/payment.html>



(5) 税金

在日本居住的人，即使是外国籍，也有纳税的义务。税金大致分为国税和地方税。

I. 国税

● 所得税

按个人的年收入所征收的税金。每年2月16日至3月15日，向税务局提交上一年的个人所得收入申报书并纳税。前一年即使所得（收入扣除必要经费后所得额）为零的情况下，凡加入国民健康保险者就需要进行申报。

咨询处 甲府税务局

〒400-8584 甲府市丸之内1-1-18 甲府市政府大楼

电话：055 - 254 - 6105（总机）

II. 地方税

● 居民税（个人的市民税及县民税）

征收对象为1月1日在甲府市居住的，在日本国内居住1年以上的，且上一年有课税所得的市民。

① 税额：居住在市内的，需缴纳的人均税额（均等割）和按收入计算的（所得割）税金两者之和。

② 申报：每年2月16日至3月15日期间申报。申报会场及3月15日以后的会场请向下记的机构咨询，但是符合以下条件者，不必申报。

※ 在税务局已经办理了所得税确定申报（确定申告）

※ 只有工资收入并由工作单位进行工资支付报告书的人

③ 通知：在6月上旬市政府发送纳税通知单（兼收据）。从薪水中扣除税金的，将通过工作单位通知。

④ 缴纳期间：6月、8月、10月、次年1月共4次。

咨询处 甲府市 企画财务部 市民税课

电话：055 - 237 - 5398

● 固定资产税

到该年1月1日(征收日期),对在市内拥有土地、房产、折旧资产(事业用资产)者征收的税金。

- ① 通知:在4月市政府发送纳税通知单(兼收据)。
- ② 缴纳期间:4月、7月、12月、次年2月共4次。

咨询处 甲府市 企画财务部 资产税课
电话:055-237-5407

● 城市计划税

城市计划税是为了实现道路、公园、下水道等城市设施建设、维护等的扩充,实现城市计划事业以及土地地区划整顿事业的扩充,到每年1月1日为止,原则上对市区规划范围内的土地和房产的所有者,连同固定资产税一起征收的税金。

- ① 通知:4月市政府发送固定资产税与之合计的纳税通知书(兼收据)。

咨询处 甲府市 税务部 资产税课
电话 055-237-5407

● 机动车税和小型机动车税

机动车税和小型机动车税是对到该年4月1日为止拥有的汽车和小型机动车(包括摩托车、摩托车)者所分别征收的税金。

- ① 税额:根据车的类别、排气量等的不同税额也有所不同。详情请向山梨县机动车税中心、市政府市民税务课咨询。
- ② 通知:5月市政府发送纳税通知书(兼收据)。
- ③ 缴纳期间:5月(每年1次)

咨询处

机动车税 山梨县机动车税务中心(山梨县综合县税事务所 机动车税部)
笛吹市石和町唐柏1000 - 4
电话 055-262-4662

小型机动车税 甲府市 企画财务部 市民税课
电话 055-237-5399

● 纳税方法

可在收纳课窗口及综合行政窗口中心、便利店、PayPay、信用卡进行缴纳(汽车税除外)、扫描缴费单(纳付书)上二维码支付。请确认缴费单(纳付书)背面是否有备注“指定缴费地点”。

咨询处 甲府市 企画财务部 收纳课
电话：055-237-5440

◎如需英文、中文（简体）、韩语版的“市税小册子”，请向上述部门咨询。



(6) 个人番号制度

I. 个人番号

在日本生活超过三个月的包含外国人士持有的12位号码称为“个人番号（マイナンバー）”。在社会保障、税务、灾害对策三个方面的信息管理、确保存在于各个机关的个人信息为同一人士的信息而被灵活运用。

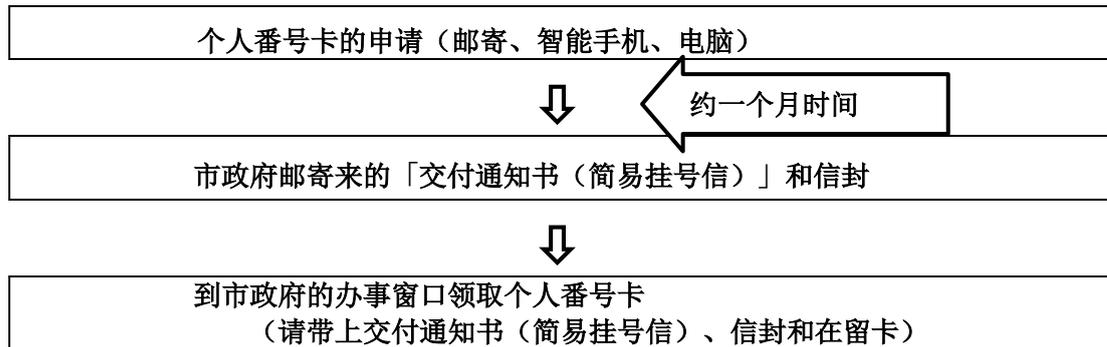
- 需要使用的情况
 - ① 在银行、证券公司等往国外转钱时
 - ② 从国外转钱进来时
 - ③ 在银行、证券公司开户时
 - ④ 在政府机关办理社会保险、税务方面业务时
 - ⑤ 在公司或者各类商店开始工作时
 - ⑥ 加入国民保险时
- 记载有你的个人番号的证件
 - ① 个人番号卡
 - ② 个人番号的通知卡或者通知书
 - ③ 登记有个人编号的住民票

II. 个人番号卡

个人番号卡记载着姓名、住址、出生年月日、性别及本人面部照片，是为了在日本生活更加便利的IC卡。有必要申请，且初次申请是免费的。

- 能够用到个人番号卡的地方
 - ① 记载个人番号
 - ② 在便利店就可以自己办理住民票的副本、印章登录证明书、课税证明书等
 - ③ 作为健康保险证使用（还有未能使用的医院和药房）
 - ④ 网上办理各类行政手续
 - ⑤ 网上进行纳税申报（e-Tax）等

- 个人番号卡的申请领取流程



III. 个人番号门户网站

政府作为中心运营的网上服务（国税电子申报、纳税系统（e-Tax）、网上养老保险、求职者个人网页（hello work网上服务）等）。行政手续、各类通知的确认都可以通过网上进行利用。

- 利用e-Tax等服务的时候需要用到附有电子证明书（※）的个人番号卡。
※电子证明书是个人番号卡持有者确认是否为本人的电子证明。
记录在个人番号卡里。
- 详细请登录个人番号门户（マイナポータル）的官网进行确认。

<https://myrna.go.jp/>



IV. 在留卡内容变更时

姓名、地址、再留期限等如有变更，需要到市政府的窗口进行个人番号卡的更新手续。个人番号卡的有效期限和在留期限一致。在留期限更新后，也要在个人番号卡的有效期限之前到市政府的办事窗口进行更新手续。

在留期间更新许可申请中个人番号卡到期的情况，出示印有“在留期间更新许可申请中”的在留卡、线上申请者出示相关邮件和在留卡，可来市政府特例办理两个月的有效期限延长手续。拿到新在留卡后，请尽快在延长的两个月期限内来厅更新个人番号卡。

※可在有效期限内免费更新，超过期限需花费1000日元重新申请。

※拿到新在留卡当日即来厅办理个人番号卡的话，可能会等候一段时间。

咨询处：

- 个人编号制度 <https://www.digital.go.jp/policies/mynumber/>
- 个人编号卡（多语言） <https://www.kojinbango-card.go.jp/en/>
- 客服中心
 - 日语 电话：0120-95-0178
 - 英语、中文、韩国语、西班牙语、葡萄牙语 电话：0120-0178-27
 - 时间：工作日 上午9：30～晚上8：00
周六周日、节假日 上午9：30～下午5：30



3 医疗

在甲府市内有很多个人诊所和综合医院。为了生病或受伤的时候能够顺利地接受诊疗，最好了解一下日本的医疗体系。

① 普通诊疗

I. 经常就诊的个人诊所

在日本我们称经常就诊的个人诊所为“かかりつけ医”。生病或受伤时请先去经常就诊的个人诊所就医。

而且直接去综合医院（大医院）就诊时，如果没有诊所医生开具的介绍信（紹介状）将会产生额外费用。根据诊所医生的诊断有必要到综合医院就医时开具介绍信，拿介绍信去综合医院就医。

下面介绍诊所或个人医院的就诊流程，不同的诊所或个人医院有各自的受理时间和休息日，请提前确认。

1. 受理时间（例）

- 上午8：30～下午12：30（急救患者不受此时间限制）
- 下午3：00～下午6：00

2. 初诊时（例）

- ① 登记时请向工作人员提交保险证或《健康育儿医疗费补助受助者证》（『すこやか子育て医療費助成金受給者証』）等各医疗受助者证。向登记人员提交填写的《诊察申请书》。
- ② 等待叫号
- ③ 被护士叫到名字后进入诊疗室。
- ④ 就诊后到登记处缴医疗费。通常现金支付。
- ⑤ 会领到《诊察券》，下次就诊登记时提交此券。
- ⑥ 收到医生开的处方药单者，向附近药局提交处方药单拿药。

※出生至六岁儿童就诊时还需携带母子健康手册。

※有用药记录手册的话受诊时请携带。

※牙科就诊流程同上。

II. 综合医院（大医院）

下面以市立甲府医院为例介绍就诊流程。

初诊时未持有从其他诊所或医院开具的介绍信者，需支付初诊费用等医疗费及被称为“初诊时特定疗养费”的额外费用2750日元（此价格为税后，患者负担全额）。

1. 受理时间：上午 8 : 30 ~ 上午 11 : 00 (急救患者不受此时间限制)
2. 就诊时间：上午 8 : 30 ~ 下午 5 : 30 (有些诊疗科也需预约)
3. 休诊日：周六周日、节假日、年末年初 (12 月 29 日至次年 1 月 3 日)
4. 探病时间：下午 2 : 00 ~ 晚上 8 : 00
5. 初诊时看病流程
 - ① 到1号综合窗口服务台填写《诊察申请书》，然后请出示保险证或医疗者证。如果不清楚去哪个科室接受治疗时，请先咨询。
 - ② 去2号的初诊窗口登记
拿到诊察券后向受诊科提出
 - ③ 前往自己对应科室向窗口提交诊察券 (介绍状)，填写问诊票
 - ④ 等待叫号
 - ⑤ 被叫到自己的号码后，进入等待区
 - ⑥ 治疗后前往1楼综合窗口缴医疗费 (4号 → 5号) 可使用信用卡
 - ⑦ 收到处方笺后拿到附近的药局取药。

※ 带六岁前的孩子就诊时请带上母子健康手账
※ 有用药记录册的患者就诊时请带上。
6. 诊疗科目

内科、呼吸器内科、循环器内科、消化器内科、肾脏内科、糖尿病内科、神经内科、小儿科、外科、消化器外科、乳腺外科、内分泌外科、呼吸器外科、整容外科、形成外科、脑神经外科、皮肤科、泌尿器科、妇产科、眼科、耳鼻喉科、康复科、麻醉科、牙科口腔外科、病理诊断科、缓和医疗科、放射诊断/放射治疗科、急救科

2. 甲府市主要的综合性医院

市立甲府医院	甲府市增坪町 366	055-244-1111
山梨县立中央医院	甲府市富士见 1-1-1	055-253-7111
独立行政法人 国立医院机构甲府医院	甲府市天神町 11-35	055-253-6131
独立行政法人地域医疗机能推进机构 山梨医院	甲府市朝日 3-11-6	055-252-8831
甲府共立医院 (外科、妇产科、精神科、急救科)	甲府市宝 1-9-1	055-226-3131
甲府共立诊疗所 (其他诊疗科)	甲府市宝1-10-5	055-221-1000

② 急救

- 在受伤、发生交通事故或急病等遭遇突发紧急重大病情时，拨打119急救热线。消防局将在接到电话后立即派救护车到达事发现场，后根据病情，送往各医疗机构。
- 谁也无法预料何时会生什么病情，所以为了应对突发情况，在自己住所附近找到常去的医疗机构非常重要。

③ 疫苗接种

请查阅疫苗接种手册或甲府市民健康指南。疫苗接种手册由甲府市政府南楼医务感染症课（甲府市健康支援中心2楼）发行，健康指南由市政大厅或者附近的公民馆、联络点派发。

◎ 疫苗接种时的注意事项

疫苗接种前，确认好日期、时间及地点等信息后再前往接种。

另外请注意，如超过接种年龄及接种间隔的，政府将不予负担费用。

咨询处 福祉保健部 医务感染症课
电话：055 - 237 - 2587

④ 婴幼儿健康检查（集体）

种 类	内 容
3个月婴儿整形外科健康检查	整形外科诊断、异常情况早期发现及预防、育儿咨询等
1岁6个月婴幼儿健康检查	早期发现发育障碍、生活习惯的养成、虫牙的预防、育儿咨询等
2岁幼儿牙科健康检查	牙科健康检查、涂氟、刷牙指导、育儿咨询等
3岁幼儿健康检查	牙科健康检查、发育检查及心理咨询、育儿咨询等

※ 除此以外，还有各种个别健康检查（3~4个月婴儿、6~7个月婴儿、9~10个月婴儿）、爸爸妈妈课堂、育儿及断奶料理课堂、婴幼儿健康咨询等保健服务，详情请咨询。

咨询处 儿童未来部（子ども未来部） 母子保健课
电话：055 - 237 - 8950

⑤ 母子健康手册

- 去妇产科接受检查后得到医生的怀孕诊断。确定预产期后可以填写《妊娠届出書》。
- 扫描右侧二维码，网上预约提交《妊娠届出書》的日期。
- 还可提供外语版（英语、汉语、韩语、葡萄牙语、西班牙语、越南语、印度尼西亚语、泰语、他加禄语）的母子健康手册。
- 孕妇健康诊察的受诊票可以和母子健康手账一起领取。
- 领取地点：母子健康科、健康支援中心一楼（甲府市相生2-17-1）



- 妊娠中去医院的时候，请携带母子健康手册。在抚养婴儿时需注意的地方都有写在手册上。另外，以下各项也有记录。
 - ・ 妊娠中母亲的健康状况
 - ・ 孩子的健康状况（身高体重，患有疾病状况，疫苗接种状况）

咨询处： 儿童未来部（子ども未来部）母子保健课
电话 055-237-8950

4 工 作

① 契约/合同的注意事项

受雇到企业工作时，劳动者和雇主就在什么样的条件下工作签订契约，这种契约称为“劳动契约”，上面标明了劳动者各样的劳动条件。日本的劳动基准法规定，签订劳动契约时，雇主必须明确薪水、劳动时间和其他劳动条件，在这个基础上所签订的劳动契约，如果与工作上的实际情况有出入的，雇员有权解除契约。

一般外国人可能会因为语言问题对契约内容的确认、商谈时一些事项的理解上存在困难，但是劳动契约是被雇佣时最基本的契约，请仔细确认契约内容后，安心工作。

◎ 签订劳动契约的时候，书面上必须注明的内容。

- ① 契约的期限
- ② 工作的场所及工作的内容
- ③ 上下班时间、休息时间、休假等相关的事项
- ④ 薪水数额、结算以及支付方法、薪水截止日期及支付时间
- ⑤ 离职的相关事项

I. 主要注意事项

禁止预定赔偿金额与禁止预借贷款相抵消的问题

缔结劳动契约的时候，禁止有如下的行为：在契约期间，劳动者有中途调转工作，回国等不履行劳动契约的行为，规定要支付一定金额的违约金。对于不履行劳动契约的行为和劳动者违反法律的行为，规定要支付一定金额的损害赔偿金。并且，雇主不得预支薪水或以劳动为条件的预支金的债权与薪水相抵消。另外，对于已经实施劳动份额的工资可以在工资发放日之前支付。

II. 税款的预先扣除（源泉徴収）

根据工资的数额扣除相应所得税等（源泉徴収），工资的领取人根据“居住者”还是“非居住者”的所属不同，所得税的征收也有所不同。

“居住者”，就是指现在在日本国内有住所的人，并且到目前为止在日本连续居住1年以上的人。符合这类人士与日本人一样，从所有的中扣除税款。

“居住者”以外的人即属于“非居住者”。“非居住者”只将日本国内所得的收入作为课税对象，规定预先扣除薪水的20%。

III. 解 雇

雇主在解雇劳动者时，需要至少提前30天前预先通知，立即解雇的情况下，作为解雇预先通知的补贴，必须支付给劳动者30天以上的平均薪水。

但是，此规定对于两个月以内契约的劳动者、开始工作14天以内还处于试用期的劳动者、按日雇佣的劳动者（超过一个月持续工作的人除外）等不适用。另外不能无故解雇劳动者。

IV. 薪水的支付

满足下列条件：

- ① 使用国家认可通用货币
- ② 对劳动者直接支付
- ③ 全额支付
- ④ 每月支付次数在1次以上
- ⑤ 规定一定的期间支付。并且，在劳动者离职的情况下，未支付的薪水需在提出离职后7天内予以支付。

V. 工作时间外、休息日、深夜工作和加班费

雇主让劳动者在工作时间外，休息日、深夜工作的情况下，必须给劳动者支付加班费。具体情况如下：

- ① 超出法定劳动时间（每周40小时工作制、每天8小时工作），而需要在规定时间外工作时，应支付薪水25%以上加班费。
- ② 需在休息日（法律规定每周一次以上并且四个星期内要有四天以上休息日）工作时，应支付薪水35%以上的加班费。
- ③ 需在深夜（晚上10:00到凌晨 5:00之间）工作时，应支付薪水 25%以上的加班费。
晚上 10:00 到凌晨 5:00 之内工作时间外被要求劳动的情况下，加班费以深夜工作份额的 25% 以上和休息日工作份额 的35% 以上相加共 60%以上的加班费。

② 劳动基准监督局

为了指导监督上述“契约方面的注意”在实际运作过程中的遵守情况，日本设立了“劳动基准监督局”的国家机关，甲府市也设立了此机关。如果对劳动条件和劳动环境的情况有不清楚或困惑的地方，请向甲府市劳动基准监督局进行咨询

咨询处 甲府劳动基准监督局 综合劳动咨询点
甲府市下饭田2-5-51
电话 055-224-5620

③ 公共职业安定所（ハローワーク）

公共职业安定所是与地域密切结合的提供雇佣服务的国家机关，可免费提供以下服务。

- ① 介绍工作、提供求人信息
- ② 公共职业训练的受理
- ③ 雇佣保险受领的手续办理及交付

※去甲府公共职业安定所（ハローワーク甲府）及甲府应届毕业生就业支援所（新卒応援ハローワーク）时，请带上在留卡等。

1. 甲府公共职业安定所（ハローワーク甲府）接待时间

- 工作日 每周一～周五 上午 8:30～下午 5:15
- 工作时间不能来的人士（只对应咨询、介绍的服务）
 - ① 周一、周三 下午5:16～晚上7:00
 - ② 每月第2、第4的周六 上午10:00～下午5:00
- 外国人士的职业咨询服务（配备翻译）
 - ① 周二 下午1:30～5:00（葡萄牙语、西班牙语）
 - ② 周三 下午1:30～4:30（葡萄牙语）
- 休息日： 周六（每月第二、第四个周六除外）、周日、祝日、12/29～1/3

※因为有时夜晚、周六的营业时间会有变更，具体请打下面的电话进行确认

咨询处： 公共职业安定所
甲府市住吉1-17-5
电话 055-232-6060

2. 甲府应届毕业生就业支援（ヤングハローワーク）的开始时间

- 周一～周五 上午9:30～下午6:00
- 外国人雇佣服务场所（配备葡萄牙语、西班牙语的翻译）
 - ① 周二 上午9:30～中午12:30
 - ② 周四 上午10:00～下午1:00
下午2:00～下午4:00
- 休息日： 周六、周日、祝日、12/29～1/3

咨询处： 甲府应届毕业生就业支援（甲府新卒応援ハローワーク）
甲府市饭田1-1-20 山梨县JA 会馆5楼
电话：： 055-226-8609

(4) 山梨外国人咨询支援中心

与工作、生活、劳动问题相关的各类问题都可咨询。

- 地 点： 山梨县立国际交流、多文化共生中心一楼
〒 400-0862 山梨县甲府市朝气 1-2-2
- 电话 055-222-3390
- 内 容： 免费提供与生活相关的方方面面的信息的综合窗口
- 对应语言： 有日语、英语、中文、韩语、越南语、尼泊尔语、印度尼西亚语、他加禄语、泰语、葡萄牙语、西班牙语对应。

※有关服务时间，请事先电话咨询或登录山梨县官方网页确认。

5 教育

(1) 学校教育

日本的义务教育为小学6年、初中3年共9年，年满6岁上小学。义务教育阶段之后，希望继续上高中、大学时，则要参加升学考试才能入学。



(2) 保育所、认定儿童园

保育认定是监护人因为工作或疾病等原因而不能继续对儿童进行保育的时候，由保育所或认定儿童园代替家庭对儿童进行保育的必要认定。接受认定、考核取得内定后方可入所。

I. 入所的标准

希望取得保育所、认定儿童园等保育资格认定（2号、3号认定）时儿童的监护人都要符合以下事项。

- 有工作（全日制工作以外，部分时间工作制、夜间、居家工作也可）
- 怀孕、生产
- 监护人因疾病或残障
- 有同居或长期住院的家人需要照顾看护
- 遭受灾害正在修复过程中
- 正在参加就业活动或创业准备
- 就学（包含在职业训练学校接受职业训练）
- 有遭受虐待或家暴的威胁
- 正在产假期间，已经有正在利用保育设施的儿童并且有继续利用的必要
- 有其他类似上述情况取得市町村认定的情况

II. 入所手续

每个儿童需填写一张入所申请书（「子どものための教育・保育給付認定申請書所等利用申請書」），连同所需材料一起提交到甲府市政府

1. 根据监护人的情况需附上以下材料

- ① 有就业单位时需要《就劳证明书》
- ② 妊娠中或生产后需要《母子健康手册》（封皮和有预产期页面的复印）
- ③ 疾病或有残障的情况需要医生的诊断书（记载不能保育的认定）
- ④ 进行求职活动时需要有公共职业安定所（ハローワーク）的受理票
- ⑤ 正在上学的情况时需要《在学证明书》和课程表

※如有其他的重要事项请询问儿童保育课

2. 申请期间

从希望入所的前两个月的11日到前一个月的10日

※如果前两个月的11日是节假日的话，移到11日后面的工作日

※前一个月的10日是节假日的话，移到10日之前的工作日

III. 审查、决定

如果申请入所的儿童超过了保育所的募集人数时，经过市政府的审核，按照保育优先度（分数制）的高低依次批准入所。

IV. 利用者负担额（保育费）

由监护人前年度的市民税所得百分比额决定

※3、4、5岁儿童根据国家关于幼儿教育、保育无偿化的规定，不用负担保育费。

（餐食费，教材费不包含在无偿化范围内）

咨询处 甲府市 儿童未来部 儿童保育课
电话 055-298-4473

(3) 市立小学、初中

外国籍儿童、学生没有在日本小学、初中就读的义务，已经在甲府市进行居民登记的外国人享有跟日本居民一样拥有进入市立小学、中学接受教育的权利。学费和教科书都免费提供。

1. 入学就读需要满足以下所列要求。

- ① 办理手续时需要带上在留卡（家长、本人）
- ② 标明监护人国籍、年龄的材料，标明与儿童、学生亲属关系的材料。
- ③ 到了小学、初中的适龄儿童。
- ④ 父母或儿童具有强烈的就读愿望。
- ⑤ 家长可以负责子女上学、放学等日常生活。
- ⑥ 由于回国等原因，退学时必须与学校联系。
- ⑦ 小学的入学新生需接受入学时健康诊断。

2. 其它

- ① 就读的学校是居住地学区内的学校，并且进入年龄相当的年级就读。
- ② 已在甲府市有居民登记，来年达到小学入学年龄（6岁）的儿童，当年的10月教育委员会将发送《入学指南》，希望就学者请带上《入学指南》到教育委员会学事课咨询。

咨询处 甲府市 教育委员会 学事课
电话 055-223-7322

(4) 高中、大学、短期大学、专科学校

初中毕业接受入学考试合格后可进入高中就读，高中分为公立学校、私立学校，或夜间上学的“定时制”高中、网上授课的学校。详细请向在读的初中进行咨询。

同样的，高中毕业后可接受大学或专科学校的入学考试。在日本从国家认可的外国人学校毕业的学生同样可接受大学的入学考试。

可接受大学入学考试的外国人学校名单请网上查阅。

- 文部科学省官网

https://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/shikaku/07111314/003.html



(5) 对教育的援助、支援金、给付金等

I. 以小学生、中学生为对象

小学、中学就读生的援助制度（无需返还）	
对于生活困难，孩子接受义务教育有困难的家庭，学习用品，餐食费等用于学校的相关费用进行一部分的援助。	
需要对监护人的收入进行审查核实	咨询处：学事課 保健給食係 電話 055 - 223 - 7322

II. 以高中生为对象

高中就读生的支援金（无需返还）	
不问国立、公立或私立，对于有在读高中生的家庭进行学费支援	
需要对监护人的收入等进行审查核实	咨询处：学生就读的高中

- 文部科学省官网

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/mushouka/1342674.htm



【公立高中】高中生奖学金（无需返还）	
支援一部分学费以外的教育费	
需要对监护人的收入等进行审查核实	咨询处：学生就读的高中或者 山梨县教育厅高中教育课（055-223-1769）

- 山梨县官网

<https://www.pref.yamanashi.jp/koukoukyo/documents/shougakuyuufukinn.html>



【私立高中】高中生奖学金（无需返还）	
设有入学准备支援事业金、奖学金、学费减免、就学支援金等制度	
需要对监护人的收入等进行审查核实	咨询处：学生就读的高中或 山梨县县民生活部私学、科学振兴课 (055 - 223 - 1322)

- 山梨县官网

<https://www.pref.yamanashi.jp/shigaku-kgk/shuugaku/koukousei.html>



III. 以大学生为对象

- ① 关于山梨县奖学金还款支援制度

- 山梨县官网

https://www.pref.yamanashi.jp/sangyo-jin/syuugyohojyokin/syuugyohojyo_h30henkansien2.html



- ② 国家奖学金分为支給型（将来无需返还费用）和借贷型（需毕业后每次少量返还费用）两种类型，外国籍学生依据在留资格也可申请国家奖学金。

- 【支給型】独立行政法人 日本学生支援机构官网

<https://www.jasso.go.jp/shogakukin/about/kyufu/index.html>



- 【借贷型】独立行政法人 日本学生支援机构官网

<https://www.jasso.go.jp/shogakukin/about/taiyo/index.html>



- ③ 以留学生为对象的奖学金

- 独立行政法人 日本学生支援机构官网

https://www.jasso.go.jp/ryugaku/scholarship_j/shoreih/index.html



(6) 儿童津贴、儿童抚养津贴及医疗费补助等

I. 儿童津贴

向抚养孩子的监护人支付补贴至孩子中学毕业为止（到满 15 岁后的第一个 3 月 31 日为止）的“儿童津贴”。

支付月额为：到孩子三岁每月支付15,000日元；3岁以上至小学毕业的孩子，第1及第2子每月10,000日元，第三子以后每月支付15,000日元，对所有的孩子至中学毕业为止每月支付10,000日元。

※“儿童津贴”设定了收入限制等支付条件，请事先向儿童育成课咨询。

咨询处 甲府市 福祉部 儿童育成课
电 话 055-237-5674

II. 儿童抚养津贴

向单亲家庭的父亲或母亲支付其抚养儿童至18岁为止（到满18岁后第一个3月31日）的“儿童抚养津贴”。

※“儿童抚养津贴”设定了收入限制等支付条件，请事先向儿童育成课咨询。

咨询处 甲府市 福祉部 儿童育成课
电 话 055-237-5674

III. 特别儿童抚养津贴

向抚养未满20岁有身心障碍儿童的监护人支付“特别儿童抚养津贴”。

※“特别儿童抚养津贴”有收入限制等条件，具体请咨询障碍福祉课

咨询处 甲府市 福祉保健部 障碍福祉课
电 话 055-237-5642

IV. 健康育儿医疗费补助

满18岁后的第一个3月31日为止，生病或受伤而接受医疗机关的治疗时，对保险诊疗中的个人负担费用进行补助。

咨询处 甲府市 儿童未来部 儿童育成支援课
电 话 055-237-5674

V. 单亲家庭等医疗费补助金

向单亲家庭中的父亲、母亲及孩子因为生病或者受伤在医疗机关受到治疗时进行医疗费补助，适用于保险诊疗范围内个人负担部分。（此补助至孩子满18岁后的3月31日为止）

※但是设定了收入限制等支付条件，具体请咨询儿童育成支援课

咨询处 甲府市 儿童未来部 儿童育成支援课
电 话 055-237-5674

6 交通

① 铁路、公共汽车

I. 电车的乘坐方法

1. 中央线等使用交通IC卡时

- ① 交通IC卡（Suica等）在车站自动机购买。
- ② 出发前在车站自动售票机或者便利店对IC卡进行充值。
- ③ 乘车时在车站检票口（进站）读取处进行读取
- ④ 下车时在下车站的检票口（出站）读取处进行读取，此时乘车站到下车站的车费从IC卡中扣除。

2. “伸延线”等，IC交通卡不能利用时

- ① 确认好到达目的地的电车运行路线图，到车站自动售票机购入车票，没有设置自动售票机的车站，请领取乘车站证明后再上车。
- ② 手持车票要换乘或者手持乘车站证明下车后请到精算机进行精算，没有设置精算机的车站请向电车内乘务员进行精算。

※乘坐特快列车时，除了车票以外，还需支付特快票的费用。

II. 公共汽车的乘坐方法

- ① 公共汽车在各自固定的站点停车，接送乘客上下车。
- ② 从设置于公共汽车站点的路线图和公共汽车车头显示的行驶目的地，确认公共汽车是
经过自己目的地站点的车次，然后乘车，最好向司机打听确认。
- ③ 乘车时，持IC卡（PASMO等）在入口处的读取处进行读取。现金支付时，请在
上车时取整理券。根据整理券上印制的数字，下车时确定票价。
- ④ 公共汽车上有下一站的报站向导广播，听到广播报出自己要下车的站名之后，
按窗边的按钮，通知司机自己要下车。
- ⑤ 下车时，公共汽车下车口处设置的读取处进行读取，现金支付时，对照整理券
上面的数字和下车口附近上方的票价表计算出票价，尽量准备正好的票钱和整
理券一起放进驾驶席旁边的收钱箱里再下车。

III. 月票

电车、山梨交通公共汽车都有比普通乘车券便宜的通勤、通学定期券。电车的定期券可以在绿色的窗口或车站的售票机购买。山梨交通公共汽车的定期券可以在甲府站前的公交中心或饭田3丁目的山梨交通本部或各营业所购买。

② 汽车的驾驶

日本道路狭窄，加之车辆和行人较多，所以交通事故多发，驾驶员和非驾驶员都要严格遵守交通秩序，为了避免交通事故的发生，免遭交通事故的伤害，请注意下列事项。

- ① 不要酒后驾车
- ② 不要车速过快
- ③ 遵守信号指示灯
- ④ 遵守道路标志
- ⑤ 礼让行人
- ⑥ 驾驶证随身携带
- ⑦ 请勿穿拖鞋开车

有关汽车驾驶执照

拥有外国汽车驾驶执照者，还需办理日本驾驶执照的更换手续，没有获得日本的驾驶执照，不得在日本国内驾驶汽车，所以在日本国内驾驶汽车者需要办理驾驶执照更换手续。

● 转换成日本驾照的申请条件

- ① 在外国获得汽车驾驶执照后，在该国居住共计 3 个月以上
- ② 申请驾驶执照转换时，其外国的汽车驾驶执照仍在有效期内
- ③ 外国的汽车驾驶执照的样式和获取方法，是按该国制定的正确标准签发的
(除了上述 ① 至 ③ 的必要条件以外，还要对驾驶员的素质、交通知识和驾驶技能进行确认。)

※ 实施全预约制，请务必提前联系。

咨询处 山梨县警察本部运转免許课（驾驶执照课）
 南阿尔卑斯市下高砂825番地
 电 话：055-285-0533

(3) 自行车的骑行

I. 自行车骑行时需注意的规则

- ① 需在道路左侧骑行
- ② 酒后不能骑车
- ③ 一台自行车不能乘坐两人以上
- ④ 不能和其他自行车并排骑行
- ⑤ 不能一边打伞或一边使用电话（智能手机）一边骑行
- ⑥ 在夜晚或较暗地方骑行时必须开车灯
- ⑦ 凡骑行或乘坐自行车者都须佩戴头盔。

※违反①~⑥条规则要受到法律的惩罚。

II. 适用于自行车交通事故的保险

在山梨县依据相关条例有义务加入《自行车损害赔偿责任保险》。利用自行车的人及有孩子乘坐自行车的监护人必须加入。

7 电话

① 电话

1. 电话的拨打方法

国内电话号码由市外局号码 - 市内局号码 - 参加者号码三组数字组成。甲府市政府的电话号码是

市外局号 - 市内局号 - 参加者号码

055-237-1161

便利服务电话

- 1 1 0 警察（免费）
- 1 1 9 火灾、求援、救护车（免费）
- 1 1 6 电话的设立、转移的申请、咨询（免费）
- 1 1 3 电话故障（免费）
- 1 0 4 电话号码查询
- 1 1 5 电报
- 1 1 7 报时
- 1 7 1 灾害留言
- 1 7 7 天气预报

8

紧急情况

如果自己周围有火灾、突发疾病、受伤的情况发生时，拨打119后就会有消防车或救护车很快赶到现场。这项服务全国免费服务，24小时有人值班。

① 火灾

如果是您或者周围发生了火灾时，首先大声向周围人喊“着火啦（かじだ）着火啦（かじだ）”，然后立即拨打119。

1. 拨打 119 电话报告火情时要注意
2. 请尽可能沉着冷静地、用日语慢慢地向接线员通报说：“かじです。”（kaji desu）（发生火灾了）。
3. 然后，请用日语慢慢地告诉对方“地点”和“什么东西着火了”。甲府市、×× 町、× 丁目、× 番、× 号（在甲府市某町某丁目某番某号）
（例 住宅 / 商店）が燃えています。（例 住宅或商店）着火了。）
如果不清楚“地址”，请说出可作为目标的建筑物或设施名。
（例 ×× 病院の近くです。）（例 就在某某医院附近。）
4. 在消防车到来之前，请先用“灭火器”等进行初步的灭火。但进行初步灭火只限于火还没烧到天花板之前。

● 火灾预防

导致火灾发生很多是由于吸烟或者错误使用煤气用具造成。火灾发生后不仅会对自己的生命财产造成损失，还会给很多人带来麻烦，所以平时要多加注意，避免发生火灾。

- 不要躺在床上吸烟。
- 请在远离易燃物品的地方使用炉子。
- 离开煤气灶时，务必把火关掉。
- 为防止来不及逃离，请在家设置火灾警报器。
- 为防止床上用品和衣物引发火灾，要使用防火品。
- 为将火灾消灭于小规模阶段，要设置家用灭火器。
- 为保护老年人和行动不便者，邻里之间构建相互协助体制

② 急救

1. 拨打119时，请尽可能沉着冷静地用日语说“救急（きゅうきゅう）です。”
2. 然后，请用日语描述具体的状况。
例如：“家で、父が倒れました。意識がありません。”（父亲在家突然倒下了，丧失意识）
3. 接下来用日语说出自己的姓名，住所（发生事故的场所）。
例如：“甲府 花子です。住所は、丸の内1丁目〇〇番〇〇号です。”（我叫甲府花子，家住丸之内1丁目〇〇番〇〇号。）

③ 地震

突然间地面开始震动，同时大地和房屋也随之剧烈摇动，这就是“地震”发生了。地震最恐怖的地方并非地震直接造成的危害，而是二次灾害——火灾。发生地震时，不要慌忙地往外跑，摇动最激烈时首先应躲在结实的饭桌或书桌下面，保护自己的身体不被落下的物体砸到。然后，摇动平息之后，请注意室内倒塌和掉落的家具以及玻璃碎片，务必小心火灾。

在室外的时候，如果靠近建筑物或块料围墙，会有倒塌的危险，并且会有瓦砾落下，玻璃破碎等情况发生，所以最好躲到周围没有任何东西的公园或操场等安全场所避难。

平时就要对地震有所防范，不要忘了避难场所的地点和家中灾害物资的确认检查，对突然发生的灾害要有一定的心理准备。

甲府市有《我家防灾手册 外国语版》（中文、韩文、英语、葡萄牙语、他加禄语、泰语）。写有下列事项，请一定查阅。

- ① 甲府市会发生的灾害（地震、洪水、泥石流、雪灾）
- ② 灾害发生前的准备
- ③ 灾害发生时如何应对
- ④ 灾害发生时的避难场所
- ⑤ 避难场所的地图

- 甲府市政府官网

<https://www.city.kofu.yamanashi.jp/bosaitaisaku/bosai/bosai/gaikokugo.html>



(4) 申请资格外活动许可

持有“留学”等在留资格，而又想做短工时，需申请资格外活动许可。另外，可以从事的工作内容记载在作为官方证明材料的“工作资格证明书”上面。

详情请向东京出入国管理局甲府办事处咨询。另外，也可在法务省官网上确认。

咨询处： 东京出入国管理局 甲府办事处
〒400-0031 山梨县甲府市丸之内1-1-18
电话 055-255-3350

- 受理时间 周一～周五 上午9：00～中午12：00
下午1：00～下午4：00
- 休息日 周六周日、节假日、年末年始（12月29日～1月3日）

(5) 外国人在留支援综合信息中心（FRESC）

受理各种有关入境和在留问题的咨询（有翻译服务）

- 受理时间 周一～周五 上午9：00～下午5：00
- 休息日 周六周日、节假日、年末年始（12月29日～1月3日）

咨询处： 〒160-0004 东京都新宿区四谷1-6-1 四谷塔13层

电话 0570-011000（收费，电子客服电话）
03-5363-3013（收费，从海外打来电话等不能使用电子客服时）

10 警察

我们每天能够安全安心地生活，并且在犯罪活动或事故中得到保护，正是因为有了警察。

甲府市内除了警察局（警察署）以外，警察官还派驻在各个派出所（交番）和岗亭（驻在所）等活动基地，从事犯罪侵害和交通事故申报的受理，交通的指导和管理，以及附近道路的向导等活动。

万一遇上犯罪侵害或交通事故，应该如何与警察联系呢？我们来预先确认一下。

① 遭受犯罪侵害时

- ① 请拨打110。打电话给最近的警察局、派出所、岗亭，或自己到最近的警察局、派出所、岗亭报案。
- ② 报案时，警察官会依次询问该确认的事项。请回答自己的地址、姓名以及被侵害的状况。
- ③ 当有存折、银行卡、居留卡等被抢走或偷走时，请立即与发行机关联系，按指示行动。

② 遇到交通事故时（造成交通事故时）

- ① 请拨打110
- ② 有人受伤时，请最先拨打119叫救护车。叫救护车后请优先救护伤者。此时请注意其他车辆的交通情况。没有伤者时，请把车转移到不妨碍其他车辆通行的场所。
- ③ 发生事故的双方（多方），记录以下内容
 - 姓名
 - 住所
 - 电话号码（联系方式）
 - 车牌号
 - 加入的保险公司
 - 另外在注意其他车辆交通的情况下，也可拍摄被损车辆等事故现场。
- ④ 警察官到后，向其说明事故的情况。

③ 丢失物品时

- ① 打电话给最近的警察局、派出所或岗亭，或自己到最近的警察局、派出所或岗亭，进行物品遗失登记。
- ② 找到失物以后，警察会与您联系，请按照指示领取物品。
- ③ 如果是捡到失物的人直接与您联系，请通知物品遗失登记的警察局。

④ 正确拨打110的方法

- ① 通报急救事件和事故可利用 110 电话来进行。
- ② 从县内的任何地方通过移动电话或一般的家庭电话拨打110电话，都能连接到警察本部通信指令室。
- ③ 在通信指令室，值班的警察官会向您询问“何时”、“何地”、“何事”、“犯人情况”、“负伤者情况”、“您的姓名”等信息，请沉着冷静地回答。

⑤ 有关向警察的咨询

- ① 紧急事件或事故以外的事情向警察咨询时，可打电话给最近的警察局、派出所、岗亭，或亲自到最近的警察局、派出所、岗亭咨询。
- ② “综合咨询室”（「総合相談室」）是专为咨询设置的咨询室。

山梨县警察综合咨询室

甲府市丸之内1-6-1 防灾新馆2楼

电话号码 # 9110 或 055 - 233 - 9110

がいこくじん なや ごと きがる そうだん
外国人の悩み事！気軽に相談！

がいこくじん そうだん
外国人相談

Free Consultation for
International Residents

外国人咨询 외국인상담

Consulta para Extranjeros

Consulta para Estrangeiros

Tư vấn người nước ngoài

 055-237-5359

周一～周五 上午9：00～下午4：00

〒400-8585 甲府市丸之内1丁目18番1号
甲府市政府 市民科（2楼10号窗口）

甲府市外国人生活指南

令和5年(2023年)11月1日编辑发行

甲府市 市民部 市民科

〒400-8585 甲府市丸之内1丁目18番1号

电话（代表）055(237)1161