

～外国人的生活指南～

大阪生活指南

(中文)



(公财)大阪府国际交流财团



2022年9月修订

大阪生活指南 目录

按目的分类索引

I. 紧急时的措施与咨询窗口 . . . 1

1. 家庭用紧急联络电话单
2. 紧急情况（火灾·急病·犯罪）火灾、急病、受伤等，关于犯罪受害通报，身体的部位
3. 防灾准备 台风、地震、获取关于灾害的信息、避难场所、紧急避难时携带物品一览表

II. 健康与医疗 . . . 8

1. 医疗（利用医疗机构）日本的医疗、医疗机构、住院、可使用外语的医院、夜晚·节假日受伤·生病、药
2. 医疗保险（国民健康保险·介护保险等）日本的医疗保险、国民健康保险、后期高龄者医疗制度、介护保险
3. 健康管理 保健所、市町村的保健（医疗·健康）中心

III. 生活与居住 . . . 14

1. 找房子 申请府营住宅、其他的公营住宅、寻找民营的出租住宅
2. 搬家与回国 前住址的手续、搬到新住所以后，回国时
3. 用水申请、费用、冬季注意事项
4. 用电 日本的电、申请、支付、电·煤气的使用量通知单
5. 煤气 煤气的种类、煤气泄漏、煤气使用量通知·收据单
6. 垃圾 扔垃圾的方法、其他垃圾的丢弃方法
7. 日常生活 生活礼节、消费生活
8. 生活有困难时

IV. 在留管理制度·外国人居民基本台帐制度·结婚·离婚 . . . 23

1. 在留卡 交付在留卡、在市区町村办理手续、在地方出入国管理官署办理手续、与外国人居民有关的住民基本台帐、个人编号制度
2. 在留手续 再入境许可(暂时离开日本时)、在留期限的更新、在留资格的变更、资格外活动许可
3. 结婚 日本人与外国人结婚、双方均为外国人的结婚、在留资格的变更、在留卡记载内容的变更、其他的变更
4. 离婚 离婚时、不愿离婚时、离婚后的在留资格、登录事项的变更
5. 死亡 死亡报告、埋葬

V. 交通 . . . 33

1. 交通工具 电车(J R·私铁·地下铁)、公交车、出租车、在交通工具上的遗失物
2. 自行车 购买自行车、自行车的停放、自行车被盗时、不拾自行车、交通规则
3. 驾驶执照 国际驾照、外国驾照的更换、初次在日本获取驾驶执照、外国驾照的翻译、日本的驾驶规则
4. 常见的标示及汉字

VI. 怀孕、分娩、育儿、教育 . . . 38

1. **怀孕、分娩** 怀孕时、费用、怀孕时的援助、分娩
2. **保育** 日本的保育、民间服务、家庭支援中心、免费幼儿教育和保育、儿童补助制度
3. **婴幼儿健康·医疗** 儿童医疗、预防接种、健康检查、婴幼儿的医疗费
4. **日本的教育体系** 义务教育、义务教育之后、儿童·学生的学校生活帮助、便当（盒饭），就学援助制度

VII. 信息·通信 . . . 44

1. **电话** 申请新装电话、电话费的支付、咨询·电话服务
2. **手机**
3. **打国际电话的方法**
4. **媒体** 电视、广播、网络、报纸·杂志、藏有外国书籍·杂志的图书馆

VIII. 劳动·税金·向国外汇钱 . . . 50

1. **找工作** 找工作时、留学生毕业后找工作、寻找专业性·技术性业务的工作
2. **劳动** 劳动条件、关于劳动的基准、劳动基准监督署、工伤、咨询窗口、雇用保险
3. **税金** 支付税金的方法、税的种类
4. **银行·向国外汇款** 银行、邮局、向国外汇款
5. **养老金** 厚生年金保险，国民年金保险，离退补贴

IX. 附录 . . . 55

1. **相关机构一览表** 大阪府·府内市町村、国家有关机构、大阪府内的国际协会一览表
2. **外语咨询窗口**
3. **健康与医疗** 假日·夜间急病诊疗所、保健所一览表、保健（健康）中心等一览表
4. **劳动** 府内的 Hello Work (招工所) 一览表、劳动基准监督署一览表
5. **总领事馆·大使馆** 位于关西地区的总领事馆与领事馆、在日本的大使馆及名誉领事馆

本介绍手册的使用方法

- 本介绍手册中优先记载着认为在日本居住的外国人的生活、工作、养育孩子等最低限度的必知事项。
- 本介绍手册中所涉及的内容，是 2022 年 9 月当时的情况。
- 有关的说明文，只作概要性说明。因此，详细情况则有必要向各有关机构询问。各询问处只要没有特别注明，则接待时使用语言均为日语，请找能说日语的人帮助你询问。



此事业接受彩票普及宣传事业费的赞助。

■按目的分索引

这种情况	需要的手续・必须要做的事		受理处	页
在日本开始生活时	住所登记		所居住的市区町村	24
	个人编号卡或通知卡			26
	国民健康保险			10
	国民年金			54
搬家时	迁出・迁入报告(*住址变更报告)		前住址和新住址所在的市区町村(*住址变更报告在同一市区町村)	15
	国民健康保险			
出国时	暂时出国	再入国许可・视同再入国许可制度	出入国在留管理局	27
	回国	结算税金	所居住的市区町村	15
		海外迁出报告		
		退出国民健康保险		
		退出国民年金保险		
	返还在留卡	出境时返还给入国审查官		
结婚时	夫妻一方为日本人	婚姻登记表	所居住的市区町村或日本人的原籍的市区町村	28
		在留资格的变更	出入国在留管理局	
		在自己国家登记	自己国家的大使馆或领事馆	
	夫妻双方均为外国国籍	在自己国家登记	自己国家的大使馆或领事馆	
		在留资格的变更	出入国在留管理局	
离婚时 ★	夫妻中一方为日本人	离婚申请	所居住的市区町村	30
		在自己国家登记	自己国家的大使馆或领事馆	
	夫妻双方均为外国国籍	—	自己国家的大使馆或领事馆	
怀孕时	领取母子健康手册		所居住的市区町村	38
孩子出生时	出生登记		所居住的市区町村	39
	申请在留资格		出入国在留管理局	
	在自己国家登记		自己国家的大使馆或领事馆	
死亡时 ★	死亡报告		死亡地或上报人居住地的市区町村	32
	返还在留卡		出入国在留管理局	
	向自己国家报告		自己国家的大使馆或领事馆	

★中长期在留者中,作为配偶持有“家族滞在”、“特定活动(ハ)”、“日本人的配偶等”及“永住者的配偶等”等在留资格的人,和配偶离婚时或配偶死亡时,在14天以内到地方出入国在留管理局去或邮寄资料到东京出入国在留管理局向法务大臣提出报告。