

# “ฮัลโหลจิบะ” ハローちば

คู่มือแนะนำการดำรงชีวิตฉบับภาษาไทย

ご ばんせいかつ  
タイ語版生活ガイドブック

วันที่เผยแพร่ : มีนาคม 2024

発行日 : 2024年3月

เรียบเรียงและพิมพ์เผยแพร่:

ฝ่ายต่างประเทศ แผนกวางแผนบูรณาการ จังหวัดจิบะ

へんしゅう はっこう

編集・発行:

ちばけんそうごうきかくぶこくさいか  
千葉県総合企画部国際課

# 多言語生活情報「ハローちば」

## ข้อมูลการใช้ชีวิตหลายภาษา “ฮัลโหลจิบะ”

### 目次

1	緊急時のために 緊急時の連絡先 各種相談窓口
2	災害対策 防災情報 日ごろの備え 地震が起こったら 台風・大雨 火事
3	行政手続き 住居地の(変更)届出 マイナンバー制度 結婚をしたとき《婚姻届》 離婚をしたとき《離婚届》 妊娠をしたとき《母子健康手帳》 子どもが生まれたとき《出生届》 子どもを養育するとき《児童手当》 亡くなったとき《死亡届》 自動車、土地、家を買ったり、権利に係 わる契約をするとき《印鑑登録》 在留の手続き 税金
4	健康管理 医療機関 医療保険 介護保険 検診 母子健康手帳 予防接種

### สารบัญ

1	สถานการณ์ฉุกเฉิน
	สถานที่ติดต่อในเวลาฉุกเฉิน.....1
	ช่องทางติดต่อขอคำปรึกษาต่างๆ.....3
2	วิธีรับมือกับภัยพิบัติ
	ข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติ.....10
	การเตรียมความพร้อมประจำวัน.....10
	เมื่อมีแผ่นดินไหวเกิดขึ้น.....12
	ไต้ฝุ่น/ฝนตกหนัก.....14
	อัคคีภัย.....15
3	การดำเนินธุรกรรม
	การลงทะเบียนผู้อยู่อาศัย (เปลี่ยนแปลงที่อยู่).....16
	ระบบหมายเลขส่วนบุคคล (“หมายเลขบัตร”).....16
	เมื่อแต่งงาน 《การยื่นคำร้องขอจดทะเบียนสมรส》.....17
	เมื่อหย่าร้าง 《การยื่นคำร้องขอหย่า》.....18
	เมื่อตั้งครรภ์ 《สมุดสุขภาพมารดาและบุตร》.....18
	เมื่อคลอดบุตร 《การแจ้งเกิด》.....18
	เมื่อเลี้ยงดูบุตร 《เงินสงเคราะห์บุตร》.....19
	เมื่อเสียชีวิต 《การแจ้งตาย》.....19
	เมื่อทำสัญญาที่เกี่ยวข้องกับสิทธิ การซื้อรถยนต์ ที่ดิน บ้าน 《การลงทะเบียนตราประทับ》.....19
	ระเบียบการพำนัก.....20
	ภาษี.....27
4	การดูแลรักษาสุขภาพ
	สถาบันการแพทย์.....31
	การประกันรักษาพยาบาล.....32
	ประกันการพยาบาลดูแล.....34
	การตรวจโรค.....34
	สมุดสุขภาพมารดาและบุตร.....34
	การฉีดวัคซีน.....35

5	きょういく 教育 にほん きょういくせいど 日本の教育制度 ようちえん ほいくじょ 幼稚園・保育所 しょうがっこう ちゅうがっこう 小学校・中学校 とちゅうにゅうがく へんにゅうがく 途中入学（編入学） こうとうがっこう 高等学校 だいがく たんきだいがく 大学・短期大学 にほん ごきょういく 日本語教育
---	--

6	ろうどう 労働 にほん しゅうろう 日本で就労するには にほん しごと さが 日本で仕事を探すとき こうきょうしよくぎょうあんていしよ 《公共職業安定所（ハローワーク）》 ろうどうけいやく ていけつ 労働契約の締結 ろうどうそうだん 労働相談 ろうどうほけんせいど 労働保険制度 ねんきんせいど こくみんねんきん こうせいねんきんほけん 年金制度（国民年金・厚生年金保険）
---	---

7	す 住まい いえ か 家やアパートを借りるとき でんき すいどう 電気・ガス・水道 ひっこ 引越し
---	--

8	く 暮らし にほん しゅくじつ 日本の祝日 おぼ べんり じょうほう 覚えておく と 便利なミニ情報 しより ゴミの処理 ペットを飼うとき もの か う 物を買ったり、サービスを受けて、トラ ブルにあったとき ぎんこう こうざ かいせつ 銀行で口座を開設するとき こうきょうりようきん しはらい 公共料金の支払 しんぶん 新聞 テレビ・ラジオ としょかん 図書館 かんこう 観光
---	---

5	การศึกษา ระบบการศึกษาของญี่ปุ่น .....36 โรงเรียนอนุบาล (Yochien) / สถานรับเลี้ยงเด็ก (Hoikusyo) .....37 โรงเรียนประถม (Shogakko) / โรงเรียนมัธยมต้น (Chugakko) .....37 การเข้าศึกษากลางคัน (การเข้าศึกษาร่วม) .....37 โรงเรียนมัธยมปลาย (Kotogakko) .....38 มหาวิทยาลัย (Daigaku) / วิทยาลัย (Tanki Daigaku) .....39 การศึกษาภาษาญี่ปุ่น .....41
---	---

6	การทำงาน การทำงานในประเทศญี่ปุ่น .....43 การทำงานทำในญี่ปุ่น 《สำนักงานสวัสดิการอาชีพ (Hello Work)》 .....43 ข้อตกลงในการทำงาน .....46 ปรึกษาก่อนการทำงาน .....47 ระบบประกันแรงงาน .....48 ระบบเงินสำรองเลี้ยงชีพ (ประกันเงินสำรองเลี้ยงชีพแห่งชาติ / เงินสำรองเลี้ยงชีพสวัสดิการ) .....49
---	--

7	ที่อยู่อาศัย การเช่าบ้านหรืออพาร์ทเมนต์ .....52 ไฟฟ้า / แก๊สหุงต้ม / น้ำประปา .....54 การย้ายออก .....56
---	---

8	การใช้ชีวิต วันหยุดราชการของญี่ปุ่น .....57 ข้อมูลเล็กน้อยที่ควรจัดเตรียมไว้เพื่อความเป็นประโยชน์ .....57 การจัดการขยะ .....58 เมื่อจะเลี้ยงสัตว์เลี้ยง .....59 เมื่อไปซื้อของ หรือได้รับบริการ แล้วเกิดปัญหา .....59 เมื่อจะเปิดบัญชีธนาคารที่ธนาคาร .....61 การจ่ายค่าสาธารณูปโภค .....61 หนังสือพิมพ์ .....61 โทรทัศน์และวิทยุ .....62 หอตมุด .....63 การท่องเที่ยว .....64
---	---

9	つうしん  ゆうびん 通信と郵便
	ゆうびん  こくないゆうびん  こくさいゆうびん 郵便 (国内郵便、国際郵便)
	たくはいびん 宅配便
	でんわ  でんぽう 電話・電報

10	こうつう 交通
	こうつうきかん 交通機関
	てつどう  りょう 鉄道を利用するとき
	バス
	タクシー
	じどうしゃ  うんてん 自動車の運転
	げんどうき  つ  じてんしゃ  げんつき 原動機付き自転車(原付バイク)
	にほん  こうつう 日本の交通ルール・マナー

11	ぎょうせいきかん 行政機関
	とうきょう  ざいがいこうかん 東京にある在外公館
	けんないしやくしょ  まち  むらやくば 県内市役所、町・村役場
	こくさいこうりゅうきょうかい 国際交流協会

9	การสื่อสารและไปรษณีย์
	ไปรษณีย์ภัณฑ์ (ไปรษณีย์ภัณฑ์ภายในประเทศ, ไปรษณีย์ภัณฑ์ระหว่างประเทศ) .....65
	บริการส่งถึงบ้าน .....66
	โทรศัพท์/โทรเลข .....67

10	การจราจร
	ระบบการคมนาคม .....70
	การใช้บริการรถไฟ.....70
	รถประจำทาง.....71
	รถแท็กซี่.....72
	การขับรถยนต์ส่วนบุคคล .....72
	รถจักรยานยนต์ .....75
	กฎ/มารยาททางจราจรของญี่ปุ่น .....76

11	หน่วยงานรัฐบาล
	หน่วยงานรัฐบาลต่างแดนในโตเกียว.....78
	ที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านภายในจังหวัด.....82
	องค์กรแลกเปลี่ยนความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ.....85

## ■ 緊急時の連絡先

警察 電話:110 (通話料無料)	ตำรวจ หมายเลขโทรศัพท์: 110 (ฟรีค่าบริการ)
言語や聴覚に障害をお持ちの方のために; *千葉県警察メール 110番: <a href="http://chiba110.jp">http://chiba110.jp</a> *千葉県警察ファックス 110番:0120-110-294 (通話料無料)	อีเมลสายด่วน 110 ของตำรวจของจังหวัดชิบะสำหรับผู้ที่มีความพิการทางภาษาและการได้ยิน <a href="http://chiba110.jp">http://chiba110.jp</a> *หมายเลขแฟกซ์สายด่วน 110 สถานีตำรวจจังหวัดชิบะ : 0120-110-294 (ฟรีค่าบริการ)
火事、救急車(急病、大けが) 電話:119 (通話料無料)	ไฟไหม้ รถพยาบาล(ในกรณีเจ็บป่วยกระทันหัน หรือได้รับบาดเจ็บสาหัส) หมายเลขโทรศัพท์: 119 (ฟรีค่าบริการ)

## ■ สถานที่ติดต่อในเวลาฉุกเฉิน

## ◇ 交通事故、盗難や暴力行為にあったとき

- ① 局番なしで110番にダイヤルすると警察が対応します。
- ② 名前、住所、事故や事件の起きた場所、事故や事件の内容を伝えます。

## ◇ เมื่อเกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน การโจรกรรม หรือการใช้ความรุนแรง

- ① โทรไปแจ้งตำรวจที่หมายเลข110 โดยไม่ต้องกรทรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์
- ② บอกชื่อ ที่อยู่ผู้แจ้ง สถานที่เกิดเหตุ และรายละเอียดของเหตุการณ์

交通事故です	Kotsu jiko desu.	เกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน(ครับ/ค่ะ)
泥棒です	Dorobo desu.	เกิดเหตุโจรกรรม(ครับ/ค่ะ)
喧嘩です	Kenka desu.	เกิดเหตุทะเลาะวิวาท(ครับ/ค่ะ)
場所は( )です	Basho wa ( ) desu.	เหตุเกิดขึ้นที่ ( ) (ครับ/ค่ะ)
住所は( )です	Jusho wa ( ) desu.	ที่อยู่คือ ( ) (ครับ/ค่ะ)
名前は( )です	Namae wa ( ) desu.	ชื่อ ( ) (ครับ/ค่ะ)
電話番号は( )です	Denwa bango wa ( ) desu.	หมายเลขโทรศัพท์คือ ( ) (ครับ/ค่ะ)

- ③ 交通事故などで負傷者がいるときは、救護が先です。救急車を呼ぶ必要がある場合は、119番に電話して救急車を呼びます。また、交通事故の相手がいるときは、名前、保険番号、住所、電話番号を聞いておきます。

- ④ 交番  
交番は日本のどの市町村にもあります。たいてい駅の近くにあります。  
盗難や暴力行為、交通事故などにあつたら、まず警察(110番)に連絡するか、近くの交番に連絡してください。交番の警察官は夜間のパトロールなども行い、犯罪の防止に努めています。

- ③ เมื่อมีผู้บาดเจ็บจากอุบัติเหตุบนท้องถนน ควรดูแลให้ความช่วยเหลือแก่ผู้บาดเจ็บก่อน ในกรณีที่จำเป็นต้องเรียกรถพยาบาลสามารถโทรไปได้ที่ หมายเลข 119 ในกรณีที่มิใช่กรณีควรถามชื่อ หมายเลขประกัน ที่อยู่ และหมายเลขโทรศัพท์ของคุณไว้ด้วย
- ④ ป้อมตำรวจ  
ในญี่ปุ่นมีป้อมตำรวจอยู่ทั่วไปทั้งในหมู่บ้าน ตำบล หรือในเมือง โดยส่วนใหญ่จะอยู่ใกล้สถานีรถไฟ หากเกิดเหตุโจรกรรม การใช้ความรุนแรง หรืออุบัติเหตุบนท้องถนน ก่อนอื่นควรติดต่อตำรวจ (โทรศัพท์หมายเลข 110) หรือป้อมตำรวจที่อยู่ใกล้เคียง  
ซึ่งในช่วงเวลากลางคืนตำรวจจะออกตรวจตราเพื่อป้องกันอาชญากรรม

**\* 警察全般について相談したいとき**

千葉県警察本部「相談サポートコーナー」

(TEL : 043-227-9110)

祝日を除く、月曜日から金曜日の午前8時30分から  
午後5時15分まで

**\* กรณีที่ต้องการปรึกษาเจ้าหน้าที่ตำรวจ**

สถานีตำรวจจังหวัดจิบะ (ฝ่ายรับฟังคำปรึกษา)

(โทร: 043-227-9110)

วันจันทร์ถึงวันศุกร์ (ยกเว้นวันหยุดราชการ) เวลา 8.30 น. ถึง 17.15 น.

**◇ 救急車を呼ぶとき (急病や大けがをしたとき)**

局番なしで119をダイヤルすると、消防署が対応します。

**◇ การเรียกรถพยาบาล (ป่วยกะทันหันหรือได้รับบาดเจ็บ)**

โทรไปแจ้งสถานีตำรวจดับเพลิงที่หมายเลข119

โดยไม่ต้องกรอกรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์

救急車をお願いします	Kyukyusha wo Onegaishimasu	ช่วยส่งรถพยาบาลมาด้วย(ครับ/ค่ะ)
( )が(病気/けが)です *状態を説明します。 *アレルギーなど、必要な情報も伝えます。	( ) ga (Byouki/Kega) desu	( ) ป่วย / ได้รับบาดเจ็บ(ครับ/ค่ะ) *อธิบายอาการ *บอกข้อมูลที่สำคัญ เช่น โรคภูมิแพ้
場所は( )です	Basho wa ( ) desu	อยู่ที่( ) (ครับ/ค่ะ)
名前は( )です	Namae wa ( ) desu	ชื่อ ( ) (ครับ/ค่ะ)
電話番号は( )です	Denwabango wa ( ) de□u	หมายเลขโทรศัพท์คือ ( ) (ครับ/ค่ะ)

**\* 病气やけがの状態**

**\* สภาพอาการป่วยหรืออาการบาดเจ็บ**

出血	Shukketsu	เลือดออก
骨折	Kossetsu	กระดูกหัก
火傷	Yakedo	แผลจากไฟไหม้หรือน้ำร้อนลวก
呼吸困難	Kokyu konnan	หายใจลำบาก
痙攣	Keiren	อาการชัก
胸が苦しい	Mune ga kurushii	แน่นหน้าอก
高熱	Konetsu	ไข้สูง
胃が痛い	I ga itai	ปวดท้อง
意識不明	Ishiki fumei	เป็นลมหมดสติ

**◇ 緊急医療での準備**

- ① 緊急時に相談できる医者を作っておくと、病院を紹介してもらったり、予約をしてくれます。
- ② 千葉県の救命救急センターと救急医療体制の情報を知っておいてください。
- ③ 緊急時の支払いに備えて健康保険証と現金20,000円ぐらいは用意しておく必要があります。
- ④ かかりつけの病院がある場合、診察券も用意しておきます。

**◇ เตรียมการรักษาพยาบาลฉุกเฉิน**

- ① หาแพทย์ที่สามารถปรึกษาได้ในเวลาฉุกเฉิน โดยขอคำแนะนำจากโรงพยาบาลหรือนัดหมายไว้ล่วงหน้า
- ② ควรรู้ข้อมูลเกี่ยวกับศูนย์กู้ภัยและข้อมูลของระบบการแพทย์ฉุกเฉินของจังหวัดจิบะเอาไว้
- ③ ควรเตรียมบัตรประกันสุขภาพและเงินสดประมาณ 20,000เยนเอาไว้เพื่อใช้จ่ายยามฉุกเฉิน
- ④ กรณีที่มีโรงพยาบาลที่ไปเป็นประจำ ควรเตรียมบัตรผู้ป่วยไว้ด้วย

\* 救急医療問診表 (日本語・英語・中国語・  
韓国語・スペイン語・タイ語・ポルトガル語・タガログ  
語・ペルシャ語)

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/qq12/WP9993/RP999301BL.do>

◇ 千葉県の夜間・休日急病診療所  
夜間・休日診療の医療機関は、市町村の広報紙など  
に掲載されています。

また、「ちば救急医療ネット」で調べることができま  
す。日本語対応のみ医療機関も含まれます。  
詳しくは、千葉県外国人相談にお問い合わせくださ  
い (TEL : 043-297-2966)。

・ちば救急医療ネット (日本語のみ)

<https://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

■ 各種相談窓口

\* แบบสำรวจประวัติการเจ็บป่วยสำหรับการรักษาพยาบาลฉุกเฉิน (ญี่ปุ่น  
ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาสเปน ภาษาไทย  
ภาษาโปรตุเกส ภาษาตากาล็อก ภาษาเปอร์เซีย)

เว็บไซต์

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/qq12/WP9993/RP999301BL.do>

◇ สถานพยาบาลที่ให้บริการตรวจรักษาโรคฉุกเฉิน ในวันหยุด・  
เวลากลางคืนในจังหวัดจิบะ

สถานพยาบาลที่ตรวจรักษาในช่วงกลางคืน・วันหยุด

ระบุไว้ในเอกสารประชาสัมพันธ์ของหน่วยงานปกครองท้องถิ่น

และสามารถค้นหาข้อมูลได้จากเว็บไซต์การักษาพยาบาลฉุกเฉินของจิบะ

"จิบะ คิวคิว อีเรียว เน็ต"

ในรายชื่อมีสถานพยาบาลที่ให้บริการเฉพาะภาษาญี่ปุ่นรวมอยู่ด้วย

โปรดโทรสอบถามฝ่ายให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์สำหรับชาวต่างชาติในจังหวัดจิบะ

ที่หมายเลขโทรศัพท์ 043-297-2966

・จิบะ คิวคิว อีเรียว เน็ต (ภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น)

<https://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

■ ช่องทางติดต่อขอคำปรึกษาต่างๆ

外国人相談一覧表

ตารางการปรึกษาทางสำหรับชาวต่างชาติ

เทศบาล/สมาคม	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	ภาษา	วัน	เวลา
(公財)ちば国際 コンベンション ビューロー (Chiba Convention Bureau and International Center)	043-297-2966	〒261-7114 Chiba-shi Mihama-ku Nakase 1-3 Makuhari Techno Garden D Bidg. 14F	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาสเปน ภาษาตากาล็อก ภาษาเวียดนาม ภาษาเกาหลี ภาษาเนปาล ภาษาไทย ภาษาโปรตุเกส ภาษาอินโดนีเซีย ภาษารัสเซีย ภาษาฮินดี	จันทร์ - ศุกร์	9:00 น. - 12:00 น. 13:00 น. - 16:00 น.

เทศบาล/สมาคม	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	ภาษา	วัน	เวลา
(公財)千葉市 国際交流協会 (Chiba City International Association)	043-245-5750	〒260-0026 Chiba-shi Chuo- ku Chibaminato 2-1 Chiba Chuo Community Center, 2F	ภาษาอังกฤษ	จันทร์	10:00 น. - 15:30 น.
				อังคาร, พฤหัสบดี, ศุกร์	9:00 น. - 16:30 น.
				พุธ, เสาร์	9:00 น. - 15:30 น.
			ภาษาจีน	จันทร์, อังคาร, พฤหัสบดี, ศุกร์	9:00 น. - 19:30 น.
				พุธ	14:00 น. - 19:30 น.
				เสาร์	9:00 น. - 15:30 น.
			ภาษาเกาหลี	อังคาร, ศุกร์, เสาร์	9:00 น. - 15:30 น.
			ภาษาสเปน	จันทร์, พฤหัสบดี, เสาร์	10:00 น. - 16:30 น.
ภาษาเวียดนาม	จันทร์, พฤหัสบดี	10:00 น. - 16:30 น.			
	พุธ	14:00 น. - 19:30 น.			
ภาษายูเครน	อังคาร, พุธ, ศุกร์	10:00 น. - 16:30 น.			
八千代市 (Yachiyo City)	047-487-6310	〒276-0027 Yachiyo-shi Murakami danchi 2-9-103	ภาษาอังกฤษ ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส	จันทร์-เสาร์	9:00 น. - 17:00 น. นักแปล 13:00 น. - 16:00 น.
市川市 (Ichikawa City)	047-712-8675	〒272-8501 Ichikawa-shi Yawata 1-1-1	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาสเปน	จันทร์ - ศุกร์	10:00 น. - 17:00 น.
	047-712-8675	〒272-0192 Ichikawa-shi Suehiro 1-1-31	ภาษาเกาหลี ภาษาโปรตุเกส ภาษาตากาล็อก ภาษาเวียดนาม ภาษาไทย ภาษารัสเซีย ภาษาฝรั่งเศส ภาษาเนปาล ภาษาฮินดี ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาเขมร ภาษาพม่า ภาษายูเครน ภาษามาลายู	จันทร์ - ศุกร์	10:00 น. - 17:00 น.
船橋市 (Funabashi City)	050-3101-3495	〒273-8501 Funabashi-shi Minato-cho 2-10- 25	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาเวียดนาม ภาษาเนปาล ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาตากาล็อก ภาษาไทย ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาฮินดี	จันทร์ - ศุกร์	9:00 น. - 17:00 น.

เทศบาล/สมาคม	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	ภาษา	วัน	เวลา		
浦安市 (Urayasu City)	047-712-6910	〒279-8501 Urayasu-shi Nekozane 1-1-1	ภาษาอังกฤษ	จันทร์ - ศุกร์	10:00 น.-12:00 น. 13:00 น.- 16:00 น.		
			ภาษาฝรั่งเศส ภาษารัสเซีย ภาษาโปแลนด์	อังคาร			
			ภาษาจีน	จันทร์, ศุกร์			
松戸市 (Matsudo City)	047-366-9151	〒271-8588 Matsudo-shi Nemoto 387-5	ภาษาอังกฤษ	จันทร์ - ศุกร์	8:30 น.- 16:30 น.		
			ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาตากาล็อก ภาษาเวียดนาม ภาษาเนปาล				
			ภาษาแบบไทย ภาษาฝรั่งเศส ภาษาฮินดี ภาษาชาวอินโดนีเซีย ภาษาเขมร ภาษาพม่า			จันทร์ - ศุกร์	9:00 น.- 16:30 น.
			ภาษารัสเซีย			จันทร์ - ศุกร์	10:00 น.- 16:30 น.
流山市 (Nagareyama City)	04-7158-1616 04-7128-6007	〒270-0192 Nagareyama-shi Heiwadai 1-1-1	ภาษาอังกฤษ	จันทร์, พุธ, ศุกร์	10:00 น.- 12:00 น. 13:00 น.- 16:00 น.		
鎌ヶ谷市 (Kamagaya City)	047-442-1850	〒273-0101 Kamagaya-shi Tomioka 1-1-3	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาสเปน ภาษาตากาล็อก	ไม่ได้กำหนด	9:00 น.- 12:00 น. 13:00 น.- 16:00 น.		
柏市 (Kashiwa City)	04-7168-1033	〒277-8505 Kashiwa-shi Kashiwa 5-10-1	ภาษาอังกฤษ	พฤษภาคม	13:00 น.- 17:00 น.		
			ภาษาจีน	พุธ, ศุกร์			
			ภาษาสเปน	พุธ			
			ภาษาเกาหลี	ศุกร์ (ศุกร์ที่ 2 และ 4 เท่านั้น)			
我孫子市 (Abiko City)	04-7183-1231	〒270-1166 Abiko-shi Abiko 4-11-1 Abiko Shimin Plaza	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาสเปน ภาษาเกาหลี ภาษาไทย ภาษาฝรั่งเศส	ทุกวัน (ยกเว้นวันพฤษภาคม)	10:00 น.- 17:00 น.		
成田市 (Narita City)	0476-20-1507	〒286-8585 Narita-shi Hanazaki-cho 760	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส ภาษารัสเซีย ภาษาแบบไทย ภาษาเวียดนาม ภาษาชาวอินโดนีเซีย ภาษาตากาล็อก ภาษาเนปาล ภาษาฮินดี	จันทร์ - ศุกร์	9:00 น.- 17:00 น.		

เทศบาล/สมาคม	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	ภาษา	วัน	เวลา
佐倉市 (Sakura City)	043-484-6326	〒285-0025 Sakura-shi Kaburagi-machi 198-2 Rainbow Plaza Sakura	ภาษาอังกฤษ	จันทร์ - ศุกร์(ต้องจองล่วงหน้า)	10:00 น.-12:00 น. 13:00 น.- 16:00 น.
			ภาษาจีน ภาษาสเปน		
四街道市 (Yotsukaido City)	043-312-6173	〒284-003 Yotsukaido-shi Shikawatashi 2001-10	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน	จันทร์, พุธ, ศุกร์, (ต้องจองล่วงหน้า)	10:00 น.-15:00 น.
印西市 (Inzai City)	0476-33-4068	〒270-1396 Inzai-shi Omori 2364-2	ญี่ปุ่น	วันพุธ (ต้องจองล่วงหน้า)	9:00 น.- 16:00 น.
白井市 (Shiroi City)	047-401-5998	〒270-1492 Shiroi-shi Fuku 1123	ภาษาอังกฤษ ภาษาอื่น ๆ (เครื่องแปล)	จันทร์ - ศุกร์	8:30 น.- 17:15 น.
富里市 (Tomisato City)	0476-93-1117	〒286-0292 Tomisato-shi Nanae 652-1	ภาษาอังกฤษ ภาษาตากาล็อก ภาษาสิงหล ภาษาหมีพ์	จันทร์ - ศุกร์,	9:00 น.-17:00 น.
東金市 (Togane City)	0475-50-1114	〒283-8511 Togane-shi Higashiiwasaki 1-1	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส ภาษาตากาล็อก ภาษาเวียดนาม ภาษาเนปาล	จันทร์ - ศุกร์	8:30 น.- 17:15 น.
			ภาษาแบบไทย ภาษาฮินดี ชาวอินโดนีเซีย ภาษาพม่า ภาษามาลายู	จันทร์ - ศุกร์	9:00 น.- 17:15 น.
			ภาษาฝรั่งเศส ภาษารัสเซีย	จันทร์ - ศุกร์	10:00 น.- 17:15 น.
			ภาษายุเครน	(ต้องจองล่วงหน้า)	
茂原市 (Mobara City)	0475-20-1651	〒297-8511 Mobara-shi Dohyo 1	ภาษาอังกฤษ ภาษาอื่น ๆ (เครื่องแปล)	จันทร์ - ศุกร์	8:30 น.- 17:00 น.
鴨川市 (Kamogawa City)	04-7093-5931	〒296-8601 Kamogawa-shi Yokosuka 1450	ภาษาอังกฤษ และอื่นๆ อีก 15 ภาษา (เครื่องแปล)	จันทร์ - ศุกร์	8:30 น.- 12:00 น. 13:00 น.- 16:30 น.
君津市 (Kimitsu City)	0439-54-9877	〒299-1152 Kimitsu-shi Kubo 2-11-21	ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาตากาล็อก	วันอังคาร, พฤหัสบดี, ศุกร์ ติดต่อ ณ ที่ทำการเท่านั้น	9:00 น.- 16:00 น.

เทศบาล/สมาคม	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	ภาษา	วัน	เวลา
市原市 (Ichihara City)	0436-23-9866	〒290-0073 Ichihara-shi Kokubunjidai Chuo 1-1-1	ภาษาอังกฤษ	อังคาร, ศุกร์	9:30 น.- 12:00 น. 13:00 น.- 15:30 น.
	0436-24-3934	〒290-0081 Ichihara-shi Goichuo nishi 1- 1-25 Sunplaza Ichihara 2F	สเปน	ศุกร์ (ครั้งที่ 1 และ 3 เท่านั้น)	13:00 น.- 16:00 น.
			โปรตุเกส	พุธ (ครั้งที่ 1 และ 3 เท่านั้น)	9:00 น.- 12:00 น.

◇**法テラス**多言語情報提供サービス  
借金、離婚、労働、事故など、通訳を介して日本の  
法制度や弁護士会など関係機関を紹介します。

電話相談  
電話: 0570-078377

\* 通訳を交えて、3者(相談者、職員、通訳)間で話  
すことができます。

受付: 月曜日～金曜日午前9:00～午後5:00  
対応言語: 英語、中国語、ポルトガル語、  
スペイン語、韓国語、ベトナム語、タガログ語、ネパ  
ール語、タイ語、インドネシア語

◇**法テラス**千葉  
電話: 050-3383-5381  
住所: 千葉市中央区中央4-5-1 Qiball(きぼーる)2  
階

◇**法テラス**松戸  
電話: 050-3383-5388  
住所: 松戸市松戸1879-1松戸商工会議所会館3階

<http://www.houterasu.or.jp/chiba/>

◇**บริการข้อมูลหลายภาษาของศูนย์ช่วยเหลือด้านนิติ  
กรรม “ไอเทระซุ”**

ช่วยเป็นสามในกรณีการกู้ยืมเงิน, หย่าร้าง, แรงงาน, อุบัติเหตุ ฯลฯ  
และให้คำแนะนำ

เกี่ยวกับระบบกฎหมายของญี่ปุ่น และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น  
สมาคมทนายความ เป็นต้น

ปรึกษาทางโทรศัพท์  
โทรศัพท์: 0570-078377

\*สามารถพูดคุยกันโดยมีสามแปลด้วย (มีบุคคล 3 ฝ่าย คือ ผู้ปรึกษา  
เจ้าหน้าที่ สาม)

เปิดให้บริการ: จันทร์ ถึง ศุกร์ เวลา 9:00-17:00 น.

- ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน, ภาษาโปรตุเกส, ภาษาสเปน, ภาษาเกาหลี,  
ภาษาเวียดนาม, ภาษาตากาล็อก ภาษาเนปาล ภาษาไทย  
ภาษาอินโดนีเซีย

• ศูนย์ช่วยเหลือด้านนิติกรรม(ไอเทระซุ)ชิบะ  
โทรศัพท์: 050-3383-5381  
ที่อยู่: อาคาร Qiball (คิบอล) ชั้น 2, 4-5-1, ชูโอ, เขตชูโอ,  
อำเภอชิบะ

• ศูนย์ช่วยเหลือด้านนิติกรรม(ไอเทระซุ)มาสึโตะ  
โทรศัพท์: 050-3383-5388  
ที่อยู่: หอประชุมหอการค้ามาสึโตะ ชั้น 3, 1879-1, มัตสึโตะ,  
อำเภอมาสึโตะ  
<http://www.houterasu.or.jp/chiba/>

## ◇外国人のための人権相談所 (法務省)

## 外国人権相談ダイヤル

電話: 0570-090911

・英語、中国語、韓国語、タガログ語、  
ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、  
スペイン語、インドネシア語、タイ語  
月～金 午前9:00～午後5:00

## 外国人インターネット人権相談受付窓口

多言語でのインターネット人権相談受付窓口を  
設置しています。

全国どこからでも人権相談を受けることができます。

<https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html#01>

## ◇東京イングリッシュライフライン

(いのちの電話)

電話: 03-5774-0992

英語での相談 毎日 午前9:00～午後11:00

## ◇SHARE外国人医療電話相談

英語: 月・水・金 午前10:00～午後5:00

電話: 03-6803-0304

## ◇外国人結核電話相談

(公益財団法人結核予防会)

電話: 03-3292-1218・1219

毎週火曜日 午前10:00～午前12:00、  
午後1:00～午後3:00

英語、韓国語(予約制)、中国語、ベトナム語、ミヤ  
ンマー語(午前中のみ)、ネパール語(第2、第4  
火曜日の午前のみ)

## ◇สำนักงานที่ปรึกษาสิทธิมนุษยชนเพื่อชาวต่างชาติ(กระทรวงยุติธรรม)

หมายเลขติดต่อปรึกษาสิทธิมนุษยชน ชาวต่างชาติ

หมายเลขโทรศัพท์ : 0570-090911

・ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน, ภาษาเกาหลี, ภาษาตากาล็อก,  
ภาษาโปรตุเกส, ภาษาเวียดนาม, ภาษาเนปาล, ภาษาสเปน,  
ภาษาอินโดนีเซีย, ภาษาไทย  
จันทร์-ศุกร์ 9:00-17:00 น.

## ศูนย์รับให้คำปรึกษาสิทธิมนุษยชนบนอินเทอร์เน็ต

## ภาษาต่างประเทศ

จัดตั้งศูนย์รับให้คำปรึกษาสิทธิมนุษยชนบนอินเทอร์เน็ต ภาษาต่างๆ

สามารถขอรับคำปรึกษาสิทธิมนุษยชนได้ทุกแห่งทั่วประเทศ

<https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html#01>

## ◇โตเกียวอิงลิชไลฟ์ไลน์ (Tokyo English Life Line)

(โทรศัพท์ฉุกเฉินช่วยชีวิต)

หมายเลขโทรศัพท์ : 03-5774-0992

ปรึกษาด้วยภาษาอังกฤษ ทุกวัน 9:00-23:00 น.

## ◇

## ให้คำปรึกษาการรักษาพยาบาลสำหรับชาวต่างชาติผ่านทางโทรศัพท์ SHARE

ภาษาอังกฤษ : จันทร์, พุธ, ศุกร์ 10:00 น. - 17:00 น.

หมายเลขโทรศัพท์ : 03-6803-0304

## ◇ผู้ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับวัณโรคแก่ชาวต่างชาติผ่านทางโทรศัพท์

(องค์กรป้องกันวัณโรค Japan Anti-Tuberculosis Association)

หมายเลขโทรศัพท์: 03-3292-1218・1219

วันอังคารทุกสัปดาห์ เวลา 10:00 น. - 12:00 น. และ 13:00 น. -  
15:00 น.

ภาษาอังกฤษ ภาษาเกาหลี(ระบบนัดหมาย) ภาษาจีน ภาษาเวียดนาม  
ภาษาพม่า (ช่วงเช้าเท่านั้น)

ภาษาเนปาล(บริการเฉพาะช่วงเช้าของวันอังคารที่2และ4ของเดือนเท่า  
นั้น)

◇<sup>がいこくご</sup>外国語による<sup>そうだん</sup>DV相談  
(<sup>じょせい</sup>女性サポートセンター)

電話: 043-206-8002

英語、中国語、韓国語、タガログ語、スペイン語、タイ語

\*予約制

\*女性専用です。

\*24時間、365日受け付けていますが、外国語での相談は来所のみです。

◇ファミリーセンター・ヴィオラ  
<sup>がいこくご</sup>外国語による<sup>ふくし</sup>福祉相談

電話: 0438-53-3453

英語、タガログ語、ベトナム語、タイ語

◇<sup>にほんご</sup>日本語の話せる人は<sup>はな</sup>下記に<sup>ひと</sup>相談<sup>かき</sup>してください。  
(<sup>ちばけん</sup>千葉県)

交通事故相談 電話: 043-223-2264

法律相談 電話: 043-223-2249, 2250 (予約制)

医療相談 電話: 043-223-3636

◇<sup>รับปรึกษาปัญหา</sup>รับปรึกษาปัญหา <sup>ความรุนแรง</sup>ความรุนแรงในครอบครัว  
ด้วยภาษาต่างประเทศ

(ศูนย์กลางช่วยเหลือสุขภาพสตรี)

เบอร์โทรศัพท์: 043-206-8002

ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน, ภาษาเกาหลี, ภาษาตากาล็อก, ภาษาสเปน ภาษาไทย

\*ระบบนัดหมาย

\*สำหรับสุขภาพสตรี

\*ให้คำปรึกษาตลอด 24 ชั่วโมง ไม่มีวันหยุด

รับให้คำปรึกษาด้วยภาษาต่างประเทศเฉพาะผู้ที่มาที่ศูนย์เท่านั้น

◇<sup>แฟมิลี่ เซ็นเตอร์ วิโอลา</sup>แฟมิลี่ เซ็นเตอร์ วิโอลา

ให้คำปรึกษาด้านสวัสดิการเป็นภาษาต่างประเทศ

เบอร์โทรศัพท์: 0438-53-3453

ภาษาอังกฤษ ภาษาตากาล็อก ภาษาเวียดนาม ภาษาไทย



ผู้ที่สามารถพูดภาษาญี่ปุ่นได้สามารถขอคำปรึกษาได้ที่ดังต่อไปนี้  
(จังหวัดฉะเชิงเทรา)

ปรึกษาเรื่องอุบัติเหตุจราจร โทร : 043-223-2264

ปรึกษาเรื่องกฎหมาย โทร : 043-223-2249, 2250 (ระบบจอง)

ปรึกษาเรื่องการรักษาพยาบาล โทร : 043-223-3636

## ぼうさいじょうほう 防災情報

### ちばけんぼうさいぼーたるさいと ◇千葉県防災ポータルサイト

次の情報を提供しています。一部のページについては、英語・ハングル・中国語で表記しています。

- ・県内の地震・津波・台風等の情報
- ・避難指示情報、避難所開設
- ・被害情報などの緊急・災害情報
- ・天気予報等の気象情報
- ・鉄道・道路等の交通運行情報
- ・電気・水道等のライフラインに関する情報

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/portal/>

### がいこくじんりょこうしゃむ がたじょうほうほっしん ◇外国人旅行者向けプッシュ型情報発信アプリ「Safety tips」

このアプリケーションは、緊急地震速報と津波警報のほか、災害時に役立つ便利な機能を英語で提供しています

- ・ダウンロード URL

#### Android

<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

#### iPhone

<https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

### ◇NHK WORLD -JAPAN

災害が発生したときに、多言語の緊急ニュースをプッシュ通知で受け取ることができます。(英語・中国語・ベトナム語・ポルトガル語)

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/>

## ひごころの備え

### ◇備蓄品の準備

日ごろから食料品を多めに買い置きし、古いものから順に使い、使ったものを補充していく備蓄をしましょう。カセットコンロがあると温かい食事をとることができます。

## ■ 情報の提供

### ◇ウェブサイトに関するお問い合わせ

お問い合わせは、お問い合わせフォームからお願いいたします。お問い合わせは、お問い合わせフォームからお願いいたします。

- ・ 情報に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の取り扱いに関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の開示に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の訂正に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の削除に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の利用目的に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の提供に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の開示に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の訂正に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の削除に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の利用目的に関するお問い合わせ
- ・ 個人情報の提供に関するお問い合わせ

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/portal/>

### ◇ "Safety Tips"

アプリをダウンロードして、緊急地震速報や津波警報が来ると自動的に通知が来ます。

アプリをダウンロードして、緊急地震速報や津波警報が来ると自動的に通知が来ます。アプリをダウンロードして、緊急地震速報や津波警報が来ると自動的に通知が来ます。

- ・ ダウンロード URL

#### Android:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

#### iPhone:

<https://itunes.apple.com/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

### ◇NHK WORLD -JAPAN

災害が発生したときに、多言語の緊急ニュースをプッシュ通知で受け取ることができます。

災害が発生したときに、多言語の緊急ニュースをプッシュ通知で受け取ることができます。

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/>

## ■ 備蓄品の準備

### ◇ 備蓄品の準備

日ごろから食料品を多めに買い置きし、古いものから順に使い、使ったものを補充していく備蓄をしましょう。カセットコンロがあると温かい食事をとることができます。

### 〔備蓄品の例〕

- 水(1人1日3リットル、1週間分程度)、カセットコンロ、カセットボンベ、食料(米、カップ麺、レトルト食品、菓子など)
- 携帯型ラジオ、簡易トイレ、携帯電話のバッテリー、懐中電灯、ゴミ袋
- 必要な常備薬、生理用品、粉ミルク、オムツなど

など

### 〔非常持出品の例〕

- 水、□非常食、□携帯電話のバッテリー、□懐中電灯、□ヘルメット、防災ずきん、□常備薬、□現金、□通帳、印鑑、□タオル、□着替え、□マスク、□雨具、□ティッシュペーパー、□ライター、ろうそく、□ゴミ袋など

### ◇耐震化と家具の固定、感震ブレイカーの設置

ふるいたてももの 木造住宅、埋立地、低湿地、盛土造成地にある住宅、1階部分の壁が少なく住宅などは、耐震診断を行い、耐震補強をしておきましょう。

大きな家具はしっかり固定し、寝室、子ども部屋に大きな家具は避けるようにします。避難の邪魔にならないよう家具を固定し、配置を工夫しましょう。ガラスには飛散防止フィルムを張っておきます。

感震ブレイカーは、揺れを感知すると、ブレイカーやコンセントなどの電気を自動的に止めてくれる器具です。電気火災の予防に有効です。

### ◇危険な場所や避難場所の確認

台風や大雨、津波などが起こった時に、浸水の恐れのある場所や、土砂崩れがおきる恐れのある場所などを、市町村のハザードマップなどで確認しておきます。

安全に避難するため、災害に応じた避難場所や道順を確認しておきましょう。大雨のときと津波のときでは避難場所が違うことがあります。

〔ตัวอย่างสิ่งของไว้ใช้ยามจำเป็น〕

- น้ำ (3 ลิตร/ 1 คน/ 1 วัน, เตรียมไว้สำหรับ 1 อาทิตย์), เตายกชนิด, แก๊สกระป๋อง, อาหาร (ข้าว, บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป, อาหารสำเร็จรูปบรรจุถุง, ขนม ฯลฯ)
- วิทยุแบบพกพา, ห้องน้ำแบบพกพา, แบตเตอรี่โทรศัพท์มือถือ, ไฟฉาย, ถุงขยะ
- ยาสามัญประจำบ้านที่จำเป็น, ผลิตภัณฑ์ผ้าอนามัย, นมผง, ผ้าอ้อม ฯลฯ

〔ตัวอย่างสิ่งของที่น่าออกไปเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน〕

- น้ำ, □อาหารฉุกเฉิน, □แบตเตอรี่โทรศัพท์มือถือ, □ไฟฉาย, □หมวกกันน็อค, หมวกคลุมป้องกันภัยพิบัติ, □ยาสามัญประจำบ้าน, □เงินสด, □สมุดบัญชีธนาคาร, ตราประทับ, □ผ้าเช็ดตัว, □เสื้อผ้าสำหรับเปลี่ยน, □หน้ากาก, □อุปกรณ์กันฝน, □กระดาษชำระ, □ไฟแช็ค, เทียนไข, □ถุงขยะ ฯลฯ

### ◇การปรับปรุงให้ทนทานต่อแผ่นดินไหว

การยึดเฟอร์นิเจอร์ให้แน่นหนา

และการติดตั้งเบรกเกอร์ตรวจจับแผ่นดินไหว

อาคารเก่าหรือบ้านไม้, บ้านเรือนที่อยู่ในที่ดินถม, พื้นที่ต่ำชุ่มน้ำ, ที่ดินถมยกสูง, บ้านเรือนที่มีผนังกำแพงที่ชั้น 1 น้อย ฯลฯ

ควรทำการตรวจสอบความทนทานต่อแผ่นดินไหว

และเพิ่มความแข็งแรงเพื่อให้ทนต่อแผ่นดินไหวเตรียมไว้

ยึดเฟอร์นิเจอร์ขนาดใหญ่ให้แน่นหนา

หลีกเลี่ยงการวางเฟอร์นิเจอร์ขนาดใหญ่ไว้ในห้องนอนหรือห้องลูก

ยึดเฟอร์นิเจอร์ให้แน่นและจัดเรียงให้เหมาะสมอย่าให้เกิดขวางการอพยพหนี

ภัย ติดฟิล์มที่กระจกเพื่อป้องกันกระจกแตกกระจาย

เบรกเกอร์ตรวจจับแผ่นดินไหวเป็นอุปกรณ์ที่ช่วยตัดไฟของเบรกเกอร์

ปลั๊กไฟ ฯลฯ อัตโนมัติ เมื่อตรวจพบว่ามีแผ่นดินไหวเกิดขึ้น

จึงช่วยป้องกันการเกิดไฟไหม้จากไฟฟ้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### ◇การตรวจสอบสถานที่อันตรายและสถานที่หลบภัย

ตรวจสอบแผนที่การเกิดภัยของหน่วยงานปกครองท้องถิ่นเตรียมไว้ เช่น

พื้นที่ที่มีความเสี่ยงที่จะถูกน้ำท่วม พื้นที่ที่มีความเสี่ยงจะเกิดดินถล่ม ฯลฯ

เมื่อมีพายุ ฝนตกหนัก หรือสึนามิเกิดขึ้น

ตรวจสอบสถานที่หลบภัยและเส้นทางตามลักษณะของภัยพิบัติเตรียมไว้เพื่อให้สามารถอพยพหนีภัยได้อย่างปลอดภัย

ในกรณีที่มีฝนตกหนักและกรณีที่เกิดสึนามิ

สถานที่หลบภัยอาจแตกต่างกัน

## ◇防災訓練

日本は世界有数の地震の多い国です。  
日ごろから市町村や町内会・自治会、自主防災組織などが行う防災訓練に参加し、災害が起ったときの行動を確認しておきましょう。

## ■地震が起ったら

### ①緊急地震速報

地震が起る前に、これから地震が起ることを伝える緊急地震速報が出ることがあります。地震が起るまでのわずかな時間で、自分の身を守る準備をしましょう。

### ②地震発生

テーブルや机の下にもぐって身を守り、揺れが収まるのを待ちます。

### ③揺れが収まったら

津波やがけ崩れの危険のある場所では、すぐに避難します。

すばやく火を止め、ドアや窓を開けて脱出口を確保します。

### ④避難、家族の安否確認

ラジオなどで正確な情報を確認し、家屋倒壊の危険があれば避難します。靴を履き、非常用持出品を用意し、徒歩で避難します

電気のブレーカーを落してから避難しましょう。

感震ブレーカーを設置しておく、自動的に電気を止めてくれます。

離れた家族の安否を確認します。電話はなるべく使わず、災害用伝言サービスを使いましょ

## ◇災害用伝言ダイヤル<171>

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>

•Web171

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/index.html>

•携帯電話災害用伝言版

<NTT ドコモ>

<https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/index.html>

(日本語)

<https://www.nttdocomo.co.jp/english/info/disaster/index.html>

(英語)

## ◇การฝึกซ้อมการป้องกันภัยพิบัติ

ญี่ปุ่นเป็นหนึ่งในไม่กี่ประเทศทั่วโลกที่มีแผ่นดินไหวเกิดขึ้นบ่อย

คุณควรเข้าร่วมการฝึกซ้อมการป้องกันภัยพิบัติที่จัดขึ้นโดยหน่วยงานปกครองท้องถิ่น, คณะกรรมการชุมชน・คณะกรรมการหน่วยงานท้องถิ่น,

หน่วยงานอาสาสมัครป้องกันภัยพิบัติ ฯลฯ

และตรวจสอบวิธีการปฏิบัติตนเมื่อมีภัยพิบัติเกิดขึ้นเตรียมไว้เสมอ

## ■เมื่อมีแผ่นดินไหวเกิดขึ้น

### ①ชาวต่วนฉุกเฉินแจ้งเตือนแผ่นดินไหว

มีการแจ้งเตือนชาวต่วนฉุกเฉินแจ้งเตือนแผ่นดินไหวว่ากำลังจะมีแผ่นดินไหวเกิดขึ้นก่อนที่จะเกิดแผ่นดินไหว

ให้ทำการเตรียมตัวเพื่อป้องกันตัวเองภายในระยะเวลาเพียงเสี้ยวก่อนจะเกิดแผ่นดินไหว

### ②เกิดแผ่นดินไหว

มุดใต้โต๊ะเพื่อป้องกันตนเอง และรอจนกว่าจะแผ่นดินไหวจะสงบลง

### ③เมื่อแผ่นดินไหวสงบลง

หากอยู่ในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงที่จะเกิดสึนามิหรือแผ่นดินถล่ม

ให้อพยพหนีภัยทันที

รีบดับไฟทันที และเปิดประตูและหน้าต่างเพื่อใช้เป็นช่องทางการหลบหนี

### ④การอพยพหนีภัยและตรวจสอบความปลอดภัยของครอบครัว

ตรวจสอบข้อมูลที่ถูกต้องผ่านทางวิทยุหรืออื่น ๆ

และทำการอพยพหนีภัยหากมีความเสี่ยงที่บ้านเรือนจะถล่ม สวมรองเท้า

เตรียมสิ่งของที่นำออกไปเมื่อเกิดเหตุฉุกเฉิน และอพยพหนีภัยโดยการเดินเท้าปิดเบรกเกอร์ไฟฟ้าก่อนอพยพหนีภัย

หากติดตั้งเบรกเกอร์ตรวจจับแผ่นดินไหวไว้ เบรกเกอร์จะตัดไฟฟ้าอัตโนมัติ

ตรวจสอบความปลอดภัยของคนในครอบครัวที่พลัดพรากกัน

หลีกเลี่ยงการใช้โทรศัพท์เท่าที่เป็นไปได้

และใช้บริการฝากข้อความเมื่อเกิดภัยพิบัติแทน

## ◇บริการฝากข้อความทางโทรศัพท์ยามเกิดภัยพิบัติ <171>

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>

•Web171

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/index.html>

• บริการฝากข้อความทางโทรศัพท์มือถือยามเกิดภัยพิบัติ

<NTT Docomo>

<https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/index.html>

(ภาษาญี่ปุ่น)

<https://www.nttdocomo.co.jp/english/info/disaster/index.html>

(ภาษาอังกฤษ)

<au>

<http://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon>  
(日本語)

<http://www.au.com/english/mobile/anti-disaster/saigai-dengon>  
(英語)

<ソフトバンク>

<http://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/>  
(日本語)

<ワイモバイル>

<http://www.ymobile.jp/service/dengon>  
(日本語)

### ⑤ 応急救護

大きな災害のときは救助隊もすぐに来ることは  
できません。隣近所で助けあって消火や救出  
活動を行います。日ごろから防災訓練に参加  
し、練習しておきましょう。

### ⑥ 避難所

各市町村にあります。

無料で、誰でも利用でき、宿泊も可能です。

ラジオ等で情報を常に収集します。

食事は提供されますが、まずは、備蓄品で乗り  
切ります。

自主防災組織を中心に、避難所では助け合い  
を大切にしましょう。

### ◇ 津波

千葉県は三方を海で囲まれているため、地震  
のときには津波の被害が心配です。

海岸にいるときに地震を感じたら、できるだけ  
海岸から離れて高いところへ逃げます。

### <津波に対する心得>

① 強い地震を感じたときは、または弱い地震で  
あっても長い時間ゆっくりとした揺れを感じた  
ときは、直ちに海岸から離れ、高い場所に  
避難します。

② 地震を感じなくても、津波警報が発表された  
ときは、すぐに避難します。

③ 津波は繰り返し襲ってくるので、警報が解除  
されるまで避難を続けます。

<au>

<http://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon>  
(ภาษาไทย)

<http://www.au.com/english/mobile/anti-disaster/saigai-dengon>  
(ภาษาอังกฤษ)

<Softbank>

<http://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/>  
(ภาษาไทย)

<Y! mobile>

<http://www.ymobile.jp/service/dengon>  
(ภาษาไทย)

### ⑤ การให้ความช่วยเหลือเบื้องต้น

เมื่อมีภัยพิบัติครั้งใหญ่เกิดขึ้น หน่วยกู้ภัยไม่สามารถมาช่วยได้ทันที  
คนที่อาศัยอยู่บ้านใกล้เรือนเคียงจะช่วยเหลือกันดับไฟและช่วยกันกู้ภัย  
จึงควรเข้าร่วมการฝึกซ้อมการป้องกันภัยพิบัติ และฝึกซ้อมเตรียมไว้เสมอ

### ⑥ สถานที่หลบภัย

ตั้งอยู่ในแต่ละหมู่บ้าน เมือง

บริการฟรีไม่ว่าใครก็สามารถใช้และเข้าพักได้

รับข้อมูลผ่านทางวิทยุหรืออื่น ๆ อยู่เสมอ

แม้จะมีอาหารเตรียมไว้ให้

แต่ต้องเอาตัวรอดจากสิ่งของที่ไวไฟยามจำเป็นของตนเองก่อน

ต่างช่วยเหลือกันเมื่ออยู่ในสถานที่หลบภัย

โดยมีหน่วยงานอาสาสมัครป้องกันภัยพิบัติเป็นศูนย์กลาง

### ◇ สึนามิ

จังหวัดชิบะมีทะเลล้อมทั้ง 3 ด้าน

จึงมีความเสี่ยงที่จะเกิดสึนามิเมื่อมีแผ่นดินไหวเกิดขึ้น

ในกรณีที่อยู่ชายหาด หากรู้สึกว่ามีแผ่นดินไหวเกิดขึ้น

ให้หนีไปให้ไกลจากชายหาดเท่าที่จะเป็นไปได้ และหนีไปอยู่ในที่สูง

### <ข้อพึงปฏิบัติเมื่อเกิดสึนามิ>

① เมื่อรู้สึกว่ามีแผ่นดินไหวรุนแรงเกิดขึ้น หรือแม้ว่าแผ่นดินไหวไม่รุนแรง  
แต่รู้สึกว่ามีการไหวช้า ๆ เกิดขึ้นยาวนาน  
ให้รีบหนีไปให้ไกลจากชายหาดทันที และหลบภัยไปยังที่สูง

② แม้ไม่รู้สึกว่ามีแผ่นดินไหว แต่มีการประกาศเตือนภัยสึนามิ  
ให้รีบหลบภัยทันที

③ เนื่องจากสึนามิจะเกิดซ้ำอีก

ให้หลบภัยต่อไปจนกว่าจะยกเลิกการประกาศเตือนภัย

## 災害のときによく使われる日本語 ภาษญี่ปุ่นที่ใช้บ่อยเมื่อเกิดภัยพิบัติ

避難 hinan	にげること	หนี
高台 takadai	高いところ	ที่สูง
迂回 ukai	違う道に行く	ไปทางอื่น
安否 anpi	大丈夫かどうか	ไหวไหม
停電 teiden	電気が止まる	ไฟดับ
断水 dansui	水道が止まる	น้ำไม่ไหล
給水車 kyusuisya	水を配る車	รถจ่ายน้ำ
不通 futsu	通ることができない	ผ่านไม่ได้

### ■ 台風・大雨

日本では、毎年多くの台風が襲来し、強風や大雨によりたびたび大きな被害が起こっています。気象情報に注意し、事前に十分な対策を取りましょう。また、市町村から避難情報が発表されたときは、すぐに避難しましょう。

#### ◇ 台風・大雨に対する備え

- ① 家の周りを一周し、飛ばされそうな物はすべて室内に入れるか、固定します。浸水などの恐れがあるところでは、家財道具や食料品などの生活用品を高い場所へ移動します。
- ② 停電に備えて、懐中電灯や携帯ラジオ、携帯電話のバッテリーなどを準備しておきます。
- ③ 断水などの恐れのため、飲料水を確保しておきます。
- ④ 気象情報に注意してください。
- ⑤ むやみに外出しないでください。公共交通機関が事前に運行を止めることがありますので、運行情報に注意してください。
- ⑥ 病人や乳幼児、身体の不自由な人を安全な場所に移動させます。
- ⑦ 市町村が発する避難に関する情報に注意して、できるだけ早めの避難を心がけてください。避難に時間がかかる家族がいる場合は、早めに移動を開始しましょう。

### ■ 台風/ฝนตกหนัก

มีไต้ฝุ่นพัดผ่านญี่ปุ่นจำนวนมากทุกปี

ลมแรงและฝนตกหนักก่อให้เกิดความเสียหายอย่างใหญ่หลวงอยู่บ่อยครั้ง คอยฟังข่าวพยากรณ์อากาศ และเตรียมความพร้อมเพื่อรับมือไว้ล่วงหน้า และหลบภัยทันที

เมื่อมีการประกาศข่าวสารเรื่องการอพยพหนีภัยจากหน่วยงานปกครองท้องถิ่น

#### ◇ การเตรียมความพร้อมไว้สำหรับไต้ฝุ่น/ฝนตกหนัก

- ① สรรวจรอบ ๆ บ้าน และเก็บสิ่งทีอาจจะถูกลมพัดปลิวทั้งหมดไว้ภายในบ้าน หรือยึดไว้ให้แน่นหนา ในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงจะถูกน้ำท่วม ให้ย้ายของไว้ในชีวิตประจำวัน เช่น ข้าวของเครื่องใช้ภายในบ้าน อาหาร ไปไว้ในที่สูง
- ② เตรียมไฟฉาย วิทยุพกพา แบตเตอรี่มือถือ ฯลฯ ไว้ใช้เมื่อเกิดไฟดับ
- ③ เตรียมตุนน้ำดื่มไว้ เนื่องจากมีความเสี่ยงที่น้ำจะไม่ไหล
- ④ คอยติดตามข่าวพยากรณ์อากาศ
- ⑤ ย่าออกไปข้างนอกโดยไม่จำเป็น กรุณาติดตามข่าวการเดินทาง เนื่องจากระบบขนส่งมวลชนอาจหยุดการเดินทางล่วงหน้า
- ⑥ เคลื่อนย้ายผู้ป่วย, เด็กทารก และผู้พิการทางร่างกายไปอยู่ในที่ปลอดภัย
- ⑦ คอยติดตามข่าวสารเกี่ยวกับกาอพยพหนีภัยจากหน่วยงานปกครองท้องถิ่น และพยายามอพยพหนีภัยให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ หากครอบครัวใช้เวลานานในการอพยพหนีภัย ให้เริ่มเคลื่อนย้ายตั้งแต่นั้น ๆ

## ◇避難行動

「警戒レベル」で避難のタイミングが発表されます。警戒レベル3、4が発表されたときは、すぐに避難してください。

〔警戒レベル1〕災害への備えを確認します。

〔警戒レベル2〕避難場所や道順などを確認します。

〔警戒レベル3〕避難に時間がかかる高齢者や障害のある方、乳幼児などは避難します。市町村から「高齢者等避難」が出ます。

それ以外の人は避難の準備をします。

〔警戒レベル4〕全員避難します。市町村から「避難指示」が出ます。

〔警戒レベル5〕災害が発生しています。命を守る行動をとります。

## ■ 火事

日本の家やアパートは木造で、畳やふすまなど燃えやすいものが多くあります。日ごろから火事をおこさないように十分注意しましょう。

## ◇火事を起さないためのポイント

①寝たばこは絶対やめる。

②ストーブは燃えやすいものから離れたところで使う。

③ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

④住宅用火災警報器は全ての住宅に設置する必要があります。

⑤寝具、衣類、カーテンからの火災を防ぐために防炎品を使う。

⑥火災を小さいうちに消すために住宅用消火器を設置する。

⑦隣近所の協力体制をつくる。

## ◇การอพยพหนีภัย

จะมีการประกาศช่วงเวลาการอพยพหนีภัยตาม "ระดับการเตือนภัย" เมื่อมีการประกาศเตือนภัยระดับ 3, 4 กรุณาอพยพหนีภัยทันที

[การเตือนภัยระดับ 1] ตรวจสอบการเตรียมความพร้อมสำหรับภัยพิบัติ

[การเตือนภัยระดับ 2] ตรวจสอบสถานที่หลบภัยและเส้นทาง

[การเตือนภัยระดับ 3] อพยพผู้สูงอายุ, ผู้พิการ, เด็กทารก ฯลฯ

ที่ต้องใช้เวลาในการอพยพหนีภัย จะมีการแจ้ง " การอพยพผู้สูงอายุ ฯลฯ"

จากหน่วยงานปกครองท้องถิ่น บุคคลอื่น ๆ

นอกเหนือจากที่กล่าวมาข้างต้นให้เตรียมตัวอพยพหนีภัย

[การเตือนภัยระดับ 4] ทุกคนอพยพหนีภัย

มี "คำสั่งอพยพ" ออกมาจากหมู่บ้าน เมือง

[การเตือนภัยระดับ 5] กำลังเกิดภัยพิบัติ

ขอให้ปฏิบัติตนเพื่อรักษาชีวิตของตนเอง

## ■ อัคคีภัย

ส่วนใหญ่ บ้านหรือพาร์ตเมนต์ในญี่ปุ่นสร้างด้วยไม้และเป็นวัสดุติดไฟง่าย เช่น เสื่อ, ประตุนกกระดาศ จึงควรระมัดระวังอัคคีภัยอยู่เสมอ

## ◇เคล็ดลับเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดไฟไหม้

①ห้ามสูบบุหรี่บนเตียงเด็ดขาด

②ใช้เตาผิงให้ห่างไกลจากสิ่งติดไฟได้ง่าย

③ต้องดับไฟเสมอ เมื่อเลิกใช้งานเตาแก๊ส ฯลฯ

④ทุกบ้านจำเป็นต้องติดตั้งระบบสัญญาณเตือนไฟไหม้สำหรับครัวเรือน

⑤ใช้ผลิตภัณฑ์ป้องกันไฟเพื่อป้องกันการเกิดไฟไหม้จากเครื่องนอน, เสื่อผ้า และผ้าม่าน

⑥ติดตั้งเครื่องดับเพลิงสำหรับครัวเรือนเพื่อดับไฟตั้งแต่ตอนที่เพิ่งเริ่มไหม้

⑦สร้างระบบความร่วมมือกันระหว่างเพื่อนบ้าน

日本で生活するときには、各種の行政手続き  
(住民登録、出生届、婚姻届、離婚届、  
死亡届、印鑑登録、国民健康保険、税金など)  
が必要になります。これらは、主に居住してい  
る市区町村役所で受け付けています。これらの  
手続きをすると各種証明書の交付を受けること  
ができます。

### ■ 住居地の (変更) 届出

住居地の届出をすると、日本人と同様に、  
外国人住民の方についても住民票が作成さ  
れます。

#### ・新たに来日された方

出入国港において在留カードが交付された  
方(注)は、住居地を定めてから14日以内に、  
在留カードを持参の上、市区町村役所の窓口  
でその住居地を届け出てください。

(注) パスポートに「在留カードを後日交付す  
る」旨の記載がなされた方は、パスポートを  
持参してください。

#### ・引越しをされた方

中長期在留者の方が、住居地を変更した時  
は、移転した日から14日以内に、在留カード  
を持参の上、移転先の市区町村役所の窓口  
でその住居地を届け出てください。

### ■ マイナンバー制度

住民票のある外国人(中長期滞在者、特別  
永住者等)には、日本人と同様にマイナンバー  
と呼ばれる12桁の個人番号が市町村から通知  
されます。この個人番号は、社会保障や税、  
災害安否等に活用されます。

### ◇ マイナンバーカード

マイナンバーカードを受け取るには、申請が  
必要です。郵送やスマートフォン、パソコンな  
どで、申請ができます。マイナンバーカード  
は、身分証明書として利用でき、自治体サービ  
ス、オンラインによる税金の申告などにも利用

การดำเนินธุรกรรมต่างๆ กับทางการ เช่น การลงทะเบียนผู้พักอาศัย  
การแจ้งเกิด การจดทะเบียนสมรส การจดทะเบียนหย่า การยื่นขอสมัครบัตร  
การลงทะเบียนตราประทับ การประกันสุขภาพประชาชนชาติ  
ภาษี ฯลฯ เป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตที่ประเทศญี่ปุ่น  
โดยสามารถเดินเรื่องและขอรับเอกสารคำร้องต่างๆ ได้ที่ที่ทำการเมือง/ตำบล/ห  
มู่บ้าน

### ■ การลงทะเบียนผู้อยู่อาศัย (เปลี่ยนแปลงที่อยู่)

เมื่อลงทะเบียนผู้อยู่อาศัย

ข้อมูลของผู้พำนักชาวต่างชาติจะได้รับการบันทึกและจัดทำเป็นทะเบียนบ้านแ  
ชนเดียวกับพลเมืองญี่ปุ่น

#### ・ผู้ที่กลับมาที่ญี่ปุ่นอีกครั้ง

ในกรณีผู้ที่เดินทางไปมาระหว่างประเทศและมีบัตรพำนักอาศัยชั่วคราว\*

ภายใน 14 วันหลังจากที่ตัดสินใจเลือกถิ่นที่อยู่แล้ว

ให้นำบัตรพำนักอาศัยชั่วคราวพร้อมกับเอกสารลงทะเบียนแจ้งที่อยู่ไปยื่น ณ

สำนักทะเบียนท้องถิ่นนั้น ๆ

หมายเหตุ\* สำหรับผู้ที่ไม่ได้กรอกข้อมูล

“ขอออกบัตรพำนักอาศัยชั่วคราวในภายหลัง” ลงในหนังสือเดินทาง

ให้นำหนังสือเดินทางไปด้วย

#### ・ผู้ย้ายถิ่น

ผู้ที่อาศัยชั่วคราวในระยะเวลาสั้น ๆ เมื่อมีการย้ายถิ่นที่อยู่ ภายใน 14

วันหลังจากการย้ายให้นำบัตร

พำนักอาศัยชั่วคราวพร้อมกับเอกสารลงทะเบียนแจ้งที่อยู่ไปยื่นที่แผนกติดต่อ

ขอย้ายในสำนักทะเบียน

ท้องถิ่น

### ■ ระบบหมายเลขส่วนบุคคล (“มายน์มเบอร์”)

คนต่างชาติที่ขึ้นทะเบียนเป็นผู้พำนักในประเทศญี่ปุ่น

รวมถึงผู้พักอาศัยในระยะยาวและผู้พำนักถาวรพิเศษ

จะได้รับหมายเลขส่วนบุคคลหรือในภาษาญี่ปุ่นเรียกว่า “มายน์มเบอร์”

จากสำนักเทศบาล หมายเลขส่วนบุคคล 12

หลักนี้จะใช้เพื่อปรับปรุงประสิทธิภาพของกระบวนการบริหารงานราชการที่เกี่ยว

ข้องกับการประกันสังคม, ระบบการจัดเก็บภาษี,

และการตอบรับเมื่อเกิดภัยพิบัติ

### ◇ บัตรมายน์มเบอร์

การขอรับบัตรมายน์มเบอร์จำเป็นต้องยื่นคำร้อง

ท่านสามารถยื่นคำร้องขอออกบัตรมายน์มเบอร์ได้ทางไปรษณีย์ สมาร์ทโฟน

หรือคอมพิวเตอร์

できます。

また、在留資格認定証明書交付申請や在留資格変更許可申請などの在留手続をオンラインで申請できます。

(マイナンバーカード総合サイト)  
<https://www.kojinbango-card.go.jp>

### ■結婚をしたとき《婚姻届》

日本で結婚する場合、日本人配偶者は戸籍謄本を、外国人は下記の書類(提出書類が外国語の場合には、日本語の訳文も必要となります)を持って、居住地の市区町村役所に婚姻届を出します。

自国の大使館又は領事館へ届出が必要な場合は、市区町村役所で婚姻届受理証明書(ひつようしよるい)をもらって、届出をします。在留手続きや住民登録(じゅうみん)について変更(へんこう)がある場合は、それらの手続き(てつづ)も必要となります。

詳しいことは、市区町村役所に問い合わせてください。

必要書類

- ①婚姻届出書 (市区町村役所に置いてあります。)
  - ②パスポート
  - ③婚姻要件具備証明書 (結婚する相手と独身であり、自国の法律で結婚できる条件を備えているということを自国政府が証明した公的文書のことです。自国に戸籍制度がある場合には戸籍謄本がこれに当たります。)
- ・日本にある大使館又は領事館で発行してもらいます。
  - ・日本語以外の言葉で書かれている場合は、翻訳者名を付けた日本語訳が必要です。

必要書類については、市区町村役所に確認してください。

บัตรหมายนับเบอร์ใช้เป็นเอกสารยืนยันตัวตนได้และสามารถใช้ทำธุรกรรมกับหน่วยงานราชการท้องถิ่น ใช้ยื่นแบบแสดงภาษีทางออนไลน์ เป็นต้น นอกจากนี้ยังใช้ยื่นขอพำนักทางออนไลน์ได้ เช่น ขอใบรับรองสถานภาพการพำนัก หรือขอเปลี่ยนสถานภาพการพำนัก ฯลฯ

(เว็บไซต์รวมข้อมูลทั่วไป บัตรหมายนับเบอร์)  
<https://www.kojinbango-card.go.jp>

### ■เมื่อแต่งงาน 《การยื่นคำร้องขอจดทะเบียนสมรส》

กรณีที่จะแต่งงานในประเทศญี่ปุ่น คู่สมรสญี่ปุ่นจะต้องยื่นสำเนาทะเบียนบ้าน, คนต่างชาติจะต้องนำเอกสารที่ระบุไว้ตอนท้ายไปยื่นขอจดทะเบียนสมรส ณ ที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านที่อาศัยอยู่ (หากเอกสารที่ยื่นเป็นภาษาต่างประเทศ จำเป็นต้องแปลเป็นภาษาญี่ปุ่น)

กรณีที่จำเป็นต้องยื่นเรื่องต่อสถานทูตหรือสถานกงสุลของประเทศตน ให้ขอหนังสือรับรองการจดทะเบียนสมรสจากที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้าน ส่วนกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับการลงทะเบียนถิ่นที่อยู่ และ สถานภาพการพำนัก ต้องยื่นเรื่องราวต่อที่ทำการด้วย สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่สำนักทะเบียนในท้องถิ่น

เอกสารที่จำเป็น

- ① ใบคำร้องขอจดทะเบียนสมรส (ขอได้ที่ที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้าน )
  - ② หนังสือเดินทาง
  - ③ หนังสือรับรองคุณสมบัติผู้จดทะเบียนสมรส (เอกสารรับรองการเป็นโสดและสามารถจดทะเบียนสมรสได้ตามกฎหมายจากรัฐบาลของประเทศขอจดทะเบียนสมรสกรณีในประเทศนั้นมีระบบสำมะโนครัวสามารถใช้สำเนาทะเบียนสำมะโนครัวนั้นได้)
- ขอให้สถานทูตหรือสถานกงสุลในประเทศญี่ปุ่นออกเอกสารเหล่านั้น
  - กรณีที่เอกสารเขียนด้วยภาษาอื่นนอกเหนือจากภาษาญี่ปุ่น ให้แปลเป็นภาษาญี่ปุ่นและระบุชื่อผู้แปล
- ตรวจสอบยืนยันเอกสารที่จำเป็นต้องใช้ได้ที่สำนักทะเบียนในท้องถิ่น

## ■離婚をしたとき《離婚届》

夫婦のどちらかは日本人の場合、夫婦ともに同意すれば、離婚することができます。下記の書類を持って、居住地の市区町村役所に離婚届を出してください。

夫婦双方が外国人の離婚については、居住条件によって届出することができない場合がありますので、詳しいことはそれぞれの大使館又は領事館と、居住地の市区町村役所で確認してください。

### 【必要書類】

- ①離婚届出書
  - ②日本人配偶者の戸籍謄本
  - ③日本人配偶者の住民票
  - ④パスポート
- 必要書類については、市区町村役所に確認してください。

## ■妊娠したとき《母子健康手帳》

妊娠したとき、市区町村役所に届出をすると「母子健康手帳」が交付されます。妊娠から生まれた子どもの予防接種、健康診査などを記録します。詳しいことは、市区町村役所に問い合わせてください。

## ■子どもが生まれたとき《出生届》

◇国籍  
両親のどちらかが日本人で法的結婚をしている場合は、日本国籍が取れます。同時に、子どもが日本以外の国籍も取る場合は、22歳までにどちらかの国籍を選びます。

両親とも外国籍の場合は、日本で生まれても日本国籍を取ることはできません。両親の国の法律に従って国籍を取ります。

### ◇出生の手続き

- ①子どもが生まれてから14日以内に出生地の市区町村役所に住民課に出生届を提出します。届出書は、市区町村役所にもありま

## ■เมื่อหย่าร้าง 《การยื่นคำร้องขอหย่า》

กรณีที่มีสามีหรือภรรยาเป็นคนญี่ปุ่น

ถ้าสามีภรรยาเห็นชอบทั้งสองฝ่ายก็สามารถหย่าได้โดยนำเอกสารที่ระบุไว้ด้านล่างไปยื่นคำร้องขอหย่าที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านที่อาศัยอยู่ การหย่ากรณีที่มีสามีภรรยาเป็นคนต่างชาติทั้งสองคน อาจยื่นคำร้องขอหย่าไม่ได้เนื่องจากเงื่อนไขด้านสถานภาพการพำนัก ควรตรวจสอบรายละเอียดที่สถานทูตหรือสถานกงสุลและที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านที่อาศัยอยู่

เอกสารที่จำเป็น

- ①ใบคำร้องขอหย่า
- ②สำเนาทะเบียนบ้านของคุณสมรสญี่ปุ่น
- ③ทะเบียนบ้านของคุณสมรส
- ④หนังสือเดินทาง

ตรวจสอบยืนยันเอกสารที่จำเป็นต้องใช้ได้ที่สำนักทะเบียนในท้องถิ่น

## ■เมื่อเลี้ยงดูบุตร 《เงินสงเคราะห์บุตร》

เมื่อตั้งครรภ์และแจ้งต่อที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านแล้ว จะได้รับ "สมุดคู่มือสุขภาพแม่และเด็ก" เพื่อใช้บันทึกการฉีดวัคซีน การตรวจสุขภาพ และอื่น ๆ ของลูกตั้งแต่ตั้งครรภ์จนคลอดออกมา ยื่นคำร้องขอรับเงินสงเคราะห์บุตรและขอทราบรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ทำการเมือง/ ตำบล/หมู่บ้าน

## ■เมื่อคลอดบุตร 《การแจ้งเกิด》

### ◇สัญชาติ

ในกรณีที่พ่อหรือแม่คนใดคนหนึ่งเป็นคนญี่ปุ่นและได้มีการแต่งงานอย่างถูกต้องตามกฎหมาย จะสามารถขอสัญชาติญี่ปุ่นได้ในขณะเดียวกัน กรณีที่ลูกได้รับสัญชาติอื่น ๆ นอกเหนือจากสัญชาติญี่ปุ่นด้วย จะต้องเลือกสัญชาติใดสัญชาติหนึ่งก่อนอายุ 22 ปี

กรณีที่พ่อและแม่เป็นสัญชาติอื่น แม้ลูกจะเกิดในประเทศญี่ปุ่น ก็ไม่สามารถขอสัญชาติญี่ปุ่นได้ และลูกจะได้รับสัญชาติตามกฎหมายของประเทศของพ่อแม่

### ◇การลงทะเบียนเกิด

- ① ต้องยื่นใบแจ้งเกิดภายใน 14 วัน

นับตั้งแต่วันคลอดที่แผนกพลเมืองของที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านซึ่งเตรียมใบยื่นคำร้องไว้ให้

すが、通常、出産した病院で渡される出生  
証明書と一体になっています。

母子健康手帳の出生届出済証明の記載、  
乳幼児の医療費の助成、児童手当、  
国民健康保険に加入している人は出産一  
時金の申請や子どもの加入の手続きなども  
市区町村役所で併せて行います。

② 自国の在日大使館又は領事館に出生届を  
提出し、子どものパスポートを受け取りま  
す。

③ 日本で出生し、60日以上在留する場合は、  
出生から30日以内に居住地を管轄する  
地方入国管理官署に在留資格の取得許可  
申請が必要です。(→P25 出生による在留  
資格の取得参照)

### ■ 子どもを養育するとき《児童 手当》

子どもを養育している人は、中学校を卒業する  
までの子ども1人につき、月額1万円(3歳未満  
と第3子以降の小学生までは1万5千円)の子  
ども手当が受給できます。

受給するには、お住まいの市区町村への申請  
が必要です。詳しいことは、市区町村役所に  
問い合わせてください

### ■ 亡くなったとき《死亡届》

死亡したときは、7日以内に医師又は検死官の  
死亡診断書を持って居住地の市区町村役所  
に届出をします。死亡届書は通常、死亡診  
断書・死体検案書と一体となっています。ま  
た、自国の大使館又は領事館にも届出をしま  
す。亡くなった人の外国人登録証明書、在留  
カードは入国管理局へ返還します。

### ■ 自動車、土地、家を買ったり、権利 に係わる契約をするとき《印鑑登録》

日本では、サインと同じような意味で、自分の  
名前が刻印してある印鑑(“ハンコ”とも言われ  
ています)を使います。居住地の市区町村役

所 但し、通常、出産した病院で渡される出生  
証明書と一体になっています。

母子健康手帳の出生届出済証明の記載、  
乳幼児の医療費の助成、児童手当、  
国民健康保険に加入している人は出産一  
時金の申請や子どもの加入の手続きなども  
市区町村役所で併せて行います。

② 自国の在日大使館又は領事館に出生届を  
提出し、子どものパスポートを受け取りま  
す。

③ 日本で出生し、60日以上在留する場合は、  
出生から30日以内に居住地を管轄する  
地方入国管理官署に在留資格の取得許可  
申請が必要です。(→P25 出生による在留  
資格の取得参照)

### ■ เมื่อตั้งครรภ์ 《สมุดคู่มือสุขภาพแม่และเด็ก》

เมื่อตั้งครรภ์และแจ้งต่อที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้าน  
พร้อมแสดงบัตรประจำตัวคนต่างชาติและใบแจ้ง  
การตั้งครรภ์ที่โรงพยาบาลออกให้ ฯลฯ จะได้รับ “สมุดคู่มือสุขภาพแม่และเด็ก”  
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้าน

### ■ เมื่อเสียชีวิต 《การยื่นขอมรณบัตร》

เมื่อเสียชีวิตจะต้องนำใบรับรองการเสียชีวิตจากแพทย์หรือแพทย์นิติเวช  
ไปแสดงที่ที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านภายใน 7 วัน  
ใบแจ้งตายนั้นโดยทั่วไปมรณบัตรจะเตรียมไว้พร้อมกับใบรับรองการเสียชีวิต/  
หนังสือรับรองการชันสูตรศพ  
นอกจากนั้นยังต้องแจ้งสถานทูตหรือสถานกงสุลของประเทศผู้เสียชีวิต  
พร้อมทั้งคืนบัตรประจำตัวคนต่างชาติและบัตรผู้พำนักของผู้เสียชีวิตให้แก่กรม  
ควบคุมการเข้าเมือง

### ■ เมื่อทำสัญญาที่เกี่ยวข้องกับสิทธิเมื่อซื้อรถยนต์ ที่ดิน บ้าน 《การลงทะเบียนตราประทับชื่อ》

ที่ญี่ปุ่นใช้ตราประทับชื่อที่มีความหมายเหมือนกันกับลายเซ็น (เรียกว่า “ซังโก”)   
ตราประทับที่จดทะเบียนไว้ที่ที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านที่อาศัยอยู่ เรียกว่า  
“ตราประทับชื่อที่จดทะเบียนไว้อย่างเป็นทางการ”

所に申請し登録した印鑑を「実印」と言い、印鑑登録をすると、「印鑑登録証(カード)」が発行されます。  
 自動車の登録、不動産売買や商取引など権利に係わる契約をするときに、実印や印鑑登録証明書が必要となります。印鑑登録証明書は、市区町村役所で印鑑登録証を提示し、印鑑登録証明書交付申請書を記載して申請します。

### ■在留の手続き

日本に在留するときには、出入国在留管理局で手続きが必要です。  
 出入国在留管理局では、日本において活動できる範囲(「在留資格」といいます)と滞在できる期間(「在留期間」といいます)が記載された上陸許可証印をパスポートに押印します。  
 入国・在留資格について詳しいことは、地方出入国在留管理局(P24)、または下記「外国人在留総合インフォメーションセンター」へお問い合わせください。

◇外国人在留支援センター(FRESC)  
 外国人の在留を支援する複数の関係機関が同居しています。

平日 午前 9:00 - 午後 5:00  
 東京都新宿区四谷1-6-1 四谷タワー13階  
 TEL 0570-011000  
 TEL 03-5363-3013 (IP, 海外)  
 英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、ネパール語

[センター内の行政機関]  
 ・出入国在留管理庁  
 ・東京出入国在留管理局  
 ・東京法務局人権擁護部  
 ・法テラス  
 ・東京労働局外国人特別相談・支援室

เมื่อจดทะเบียนตราประทับชื่อจะได้รับ “ทะเบียนตราประทับ (การ์ด)”

ตราประทับชื่อที่จดทะเบียนไว้อย่างเป็นทางการและทะเบียนตราประทับเป็นสิ่งที่จำเป็น ต้องใช้เวลาทำสัญญาที่เกี่ยวข้องกับสิทธิ เช่น การจดทะเบียนรถยนต์, การซื้อขายอสังหาริมทรัพย์และการซื้อขายสินค้าเป็นต้น  
 เมื่อต้องการใบรับรองการลงทะเบียนตราประทับให้ยื่นทะเบียนตราประทับพร้อมกรอกใบคำร้องยื่นต่อที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้าน

### ■ระเบียบการพำนัก

เมื่อจะพำนักอยู่ที่ประเทศญี่ปุ่นต้องไปยื่นเรื่องราวต่อสำนักงานตรวจคนเข้าเมือง  
 โดยสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองจะประทับตราอนุญาตการเข้าประเทศที่ระบุขอบเขตการประกอบกิจกรรมในประเทศญี่ปุ่น (เรียกว่า “สถานภาพการพำนัก”) และระยะเวลาที่สามารถพำนักอยู่ได้ (เรียกว่า “ระยะเวลาการพำนัก”) ลงในหนังสือเดินทาง  
 สำหรับรายละเอียดอื่น ๆ  
 เกี่ยวกับการพำนักและคุณสมบัติในการพำนักสามารถตรวจสอบเพิ่มเติมได้จากข้อมูลสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองประจำท้องถิ่น (P24) หรือสอบถามเพิ่มเติมที่ “ศูนย์รวมข้อมูลการพำนักของชาวต่างชาติ” ตามข้อมูลด้านล่าง

### ◇ศูนย์ให้ความช่วยเหลือการพำนักชาวต่างชาติ (FRESC)

มีหลายหน่วยงานและองค์กรที่ให้ความช่วยเหลือการพำนักชาวต่างชาติอยู่  
 วันธรรมดา เวลา 9:00 - 17:00 น.  
 อาคารโยสึยะ ทาวเวอร์ ชั้น 13F, 1-6-1 โยสึยะ,ชินจูกุ ค , โตเกียว  
 TEL 0570-011000  
 TEL 03-5363-3013 (IP・ต่างประเทศ)  
 ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาตากาล็อก ภาษาเวียดนาม ภาษาไทย ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาเนปาล

(หน่วยงานราชการที่อยู่ในภายในศูนย์)

- สำนักงานตรวจคนเข้าเมือง
- สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองและถิ่นที่อยู่โตเกียว
- สำนักงานกฎหมายโตเกียว แผนกสิทธิมนุษยชน
- ศูนย์ให้ความช่วยเหลือด้านกฎหมาย ญี่ปุ่น(JLSC(Houterasu))
- ศูนย์ปรึกษาปัญหาด้านแรงงานและให้ความช่วยเหลือชาวต่างชาติ สำนักงานแรงงานโตเกียว

- 東京外国人雇用サービスセンター
- 外務省ビザ・インフォメーション
- 日本貿易振興機構(ジェトロ)

### ◇東京出入国在留管理局四谷分庁舎

日本に在留する外国人や、外国人を雇った  
い企業関係者等へ、予約制による個別相談を  
行っています。

#### 在留相談

予約専用電話: 03-5363-3025  
(18言語に対応)

予約専用フォーム:

日本語:

<https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-jpn>

英語:

<https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-eng>

住所: 東京都新宿区四谷 1-6-1 四谷タワー 13  
階

月～金 午前9:00～午後5:00

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

### ◇外国人在留総合インフォメーションセンター

(平日 8:30am-5:15pm)

〒108-8255

東京都港区港南5-5-30

東京出入国在留管理局内

TEL 0570-013904

TEL 03-5796-7112(IP, 海外)

e-mail: info-tokyo@i-moj.go.jp

- ศูนย์ให้บริการจ้างงานชาวต่างชาติ โตเกียว
- กระทรวงการต่างประเทศ ศูนย์บริการข้อมูลวีซ่า
- องค์การส่งเสริมการค้าต่างประเทศของญี่ปุ่น (เจโทร)

### ◇สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองและถิ่นที่อยู่โตเกียว สาขาสำนักงานโยสึยะ

ดำเนินการให้คำปรึกษาเป็นการเฉพาะรายด้วยระบบจองนัดหมาย  
สำหรับชาวต่างชาติที่มีถิ่นพำนักในญี่ปุ่น หรือ  
ผู้ที่เกี่ยวข้องกับบริษัทซึ่งว่าจ้างชาวต่างชาติ ฯลฯ

#### ปรึกษาสถานะการพำนัก

หมายเลขติดต่อสำหรับจองนัดหมาย : 03-5363-3025  
(รองรับ18ภาษา)

แบบฟอร์มการจองนัดหมาย :

ภาษาญี่ปุ่น

<https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-jpn>

ภาษาอังกฤษ

<https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-eng>

ที่อยู่ : 1-6-1, โยสึยะ,ชินจูกุ ค ,โตเกียว ,อาคารโยสึยะ ทาวเวอร์ ชั้น 13F  
จันทร์ ถึง ศุกร์ เวลา 9:00 น.-17:00 น.

ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาเวียดนาม ภาษาเนปาล  
ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาตากาล็อก ภาษาไทย ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน

### ◇ศูนย์ประชาสัมพันธ์ข้อมูลการพำนักของคนต่างชาติ

(วันธรรมดา 8:30 น. - 17:15 น.)

〒108-8255

5-5-30 โคไนน์, มินะโตะคุ, โตเกียว

ภายในสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองโตเกียว

TEL 0570-013904

TEL 03-5796-7112 (IP, ต่างประเทศ)

e-mail: info-tokyo@i-moj.go.jp

**◇外国人総合相談支援センター**

新宿 〒160-0021  
 東京都新宿区歌舞伎町2-44-1  
 東京都健康センター「ハイジア」 11階  
 しんじゅく多文化共生プラザ内  
 TEL 03-3202-5535  
 英語、中国語 月～金 (第2, 第4水曜日を  
 除く)  
 ポルトガル語、スペイン語 月・火・水  
 タガログ語 金  
 インドネシア語 火  
 ベトナム語 月・水

**◇ศูนย์ช่วยเหลือให้คำปรึกษาแก่คนต่างชาติ**

ชินจุกุ 〒160-0021  
 2-44-1 คาบูกิโซ, ชินจุกุค, โตเกียว  
 โตเกียวเค็งโคเซ็นเตอร์ "ไอเลีย" ชั้น11  
 ภายในชินจุกุทะบุนกะเคียวเซพลาซา  
 TEL 03-3202-5535  
 ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน จันทร์-ศุกร์ (ยกเว้นวันพุธที่ 2 และ 4 ของเดือน)  
 ภาษาโปตุเกส, ภาษาสเปน จันทร์, อังคาร, พุธ  
 ภาษาตากาล็อก ศุกร์  
 ภาษาอินโดนีเซีย อังคาร  
 ภาษาเวียดนาม จันทร์, พุธ

**(1)在留資格の種類と在留期間**

**(1)ประเภทของสถานภาพการพำนักและระยะเวลาการพำนัก**

**A.活動に着目して分類された在留資格**

สิทธิในการพำนักโดยอาศัยกิจกรรมเป็นเกณฑ์

**1. 就労が認められる在留資格**

สถานภาพการพำนักซึ่งสามารถทำงานได้ตามขอบเขตของแต่ละสถานภาพการพำนักที่กำหนดไว้

在留資格 ประเภทของสิทธิการพำนัก	在留期間 ระยะเวลาการพำนัก
外交 การทูต	外交活動の期間 ช่วงระยะเวลาที่ดำเนิน "กิจกรรมการทูต"
公用 งานทางราชการ	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี, 3 เดือน, 30 วัน หรือ 15 วัน
教授 ศาสตราจารย์	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
芸術 ศิลปะ	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
宗教 ศาสนา	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
報道 การหาหรือรายงานข่าวสาร	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
高度専門職 ผู้เชี่ยวชาญทักษะขั้นสูง	5 ปีหรือไม่มีกำหนด
経営・管理 การลงทุน / การบริหาร	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ, 6 เดือน, 4 เดือน, 3 เดือน
法律・会計業務 กฎหมาย / บัญชี	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
医療 การแพทย์	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
研究 การวิจัย	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
教育 การศึกษา	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
技術・人文知識・国際業務 เทคโนโลยี, วิชาการด้านมนุษยศาสตร์/งานระหว่างประเทศ	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
企業内転勤 การย้ายสถานที่ทำงานภายในบริษัท	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
介護 การคุ้มครอง	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
興行 การจัดการแสดง	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี, 3 เดือน หรือ 30 วัน

<small>ぎのう</small> 技能	ด้านทักษะความชำนาญ	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 3 เดือน
<small>ぎのうじっしゅう</small> 技能実習	ด้านความชำนาญในการฝึกงาน	ปีที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรมกำหนดในแต่ละประเทศ
<small>とくていぎのう</small> 特定技能	ทักษะเฉพาะทาง	1: 1 ปี, 6 เดือน หรือ 4 เดือน 2: 3 ปี, 1 ปี หรือ 6 เดือน

2. しゅうろう みと 就労が認められない ざいりゅうしかく 在留資格

สถานการณ์ในการพำนักที่ไม่สามารถทำงานได้

<small>ざいりゅうしかく</small> 在留資格	ประเภทของสิทธิการพำนัก	<small>ざいりゅうきかん</small> 在留期間	ระยะเวลาการพำนัก
<small>ぶんかかつどう</small> 文化活動	กิจกรรมทางวัฒนธรรม	3 ปี, 1 ปี, 6 เดือน หรือ 3 เดือน	
<small>たんきたいざい</small> 短期滞在	การพำนักระยะสั้น	90 วัน, 30 วัน หรือ 15 วัน	
<small>りゅうがく</small> 留学	การศึกษาต่อ	ภายในขอบเขตระยะเวลาไม่เกิน 4 ปี 3 เดือน	ปีที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรมกำหนดในแต่ละประเทศ
<small>けんしゅう</small> 研修	การฝึกงาน	1 ปี, 6 เดือน หรือ 3 เดือน	
<small>かそくたいざい</small> 家族滞在	การพำนักระยะสั้นกับครอบครัว	ภายในขอบเขตระยะเวลาไม่เกิน 5	ปีที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรมกำหนดในแต่ละประเทศ

3. しゅうろう 就労の可否は か ち 指定される かつどう 活動による ざいりゅうしかく 在留資格

สถานการณ์การพำนักที่สามารถทำงานได้ตามเนื้อหาของการอนุญาตที่ได้รับจากเจ้าหน้าที่การทูตเป็นรายบุคคล

<small>ざいりゅうしかく</small> 在留資格	ประเภทของสิทธิการพำนัก	<small>ざいりゅうきかん</small> 在留期間	ระยะเวลาการพำนัก
<small>とくていかつどう</small> 特定活動	กิจกรรมพิเศษ	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี, 6 เดือน, 3 เดือน หรือ ภายในขอบเขตระยะเวลาไม่เกิน 5	ปีที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรมกำหนดในแต่ละประเทศ

B. みぶん や ち 身分や地位に着目して ぶんれい 分類された ざいりゅうしかく 在留資格

สถานการณ์การพำนักที่ใช้สถานการณ์ทางสังคมหรือตำแหน่งเป็นเกณฑ์

<small>ざいりゅうしかく</small> 在留資格	ประเภทของสิทธิการพำนัก	<small>ざいりゅうきかん</small> 在留期間	ระยะเวลาการพำนัก
<small>えいじゅうしや</small> 永住者	ผู้พำนักถาวร	โดยไม่มีกำหนดเวลา	
<small>นิほんじん はいぐうしやとう</small> 日本人の配偶者等	คู่สมรสของคนญี่ปุ่น	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 6 เดือน	
<small>えいじゅうしや はいぐうしやとう</small> 永住者の配偶者等	คู่สมรสของผู้พำนักถาวร เป็นต้น	5 ปี, 3 ปี, 1 ปี หรือ 6 เดือน	
<small>ていじゅうしや</small> 定住者	ผู้ตั้งหลักแหล่ง	5 ปี, 3 เดือน, 1 ปี, 6 เดือน หรือภายในขอบเขตระยะเวลาไม่เกิน 5	ปีที่รัฐมนตรีว่าการกระทรวงยุติธรรมกำหนดในแต่ละประเทศ

**(2) 出入国在留管理局**

◇ **東京出入国在留管理局**

東京都港区港南5-5-30  
電話: 0570-034259

03-5796-7234 (IP・海外)

行き方: JR 品川駅東口から⑧番乗り場  
「品川埠頭循環」または「東京入国管理局  
折り返し」で「東京入国管理局前」下車  
東京モノレール又はりんかい線(埼京線乗り  
入れ)「天王洲アイランド」徒歩15分  
受付時間: 月～金 午前9:00～午後4:00

◇ **東京出入国在留管理局 千葉出張所**

千葉市中央区千葉港2-1  
千葉中央コミュニティーセンター内  
電話: 043-242-6597  
行き方: JR 総武線 千葉駅で乗り換え、千葉  
都市モノレール「市役所前」徒歩2分、JR  
京葉線「千葉みなと」駅徒歩10分  
受付時間: 月～金 午前9:00～午後4:00

**(3) 在留期間の更新**

在留期間を延長したい場合は、在留期間が満了する前に住居地を管轄する地方入国管理官署で更新の申請をします。6か月以上の在留期間を有する場合は、在留期間の満了するおおよそ3か月前から受け付けています。

**[必要書類]**

- ① 在留期間更新許可申請書
- ② 活動内容ごとに法務省令で定める資料
- ③ パスポート又は在留資格証明書
- ④ 在留カード又は在留カードとみなされる外国人登録証明書  
手数料: 4,000円 (収入印紙で納付)

**(4) 変更**

現在取得している在留資格の活動を中止して、別の在留資格に当てはまる活動を行うおとす場合、在留資格変更の手続きが必要で  
す。

**(2) สำนักงานตรวจคนเข้าเมือง**

◇ **สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองโตเกียว**

โตเกียว มินะโตะคุ โคนัน 5-5-30

โทรศัพท์: 0570-034259

03-5796-7234 (IP・ต่างประเทศ)

วิธีไป: จากประตูทิศตะวันตกสถานีรถไฟ JR ชินะกว่า  
ท่ารถประจำทางหมายเลข ⑧ “ชินะวะะฟูโตจันคัง” หรือ “โตเกียว-  
นิวโคะคุคันริเคียวคุ-โอะคะะอะชิ” ลงรถที่ “โตเกียว-นิวโคะคุคันริเคียวคุ-  
มะอะ” โตเกียวโมโนเรลหรือสายรินไค (ชินสายไซเคียว) “สถานีเห็นโนโซเอรุ”  
เดินเท้า 15 นาที

เวลาทำการ: วันจันทร์ - วันศุกร์=9:00 - 16:00 น.

◇ **กองตรวจคนเข้าเมืองโตเกียว สำนักงานสาขาจิบะ**

จิบะ ซูโอ จิบะมินะโตะ 2-1

ภายในจิบะซูโอคอมมิวนิตีเซ็นเตอร์

โทรศัพท์: 043-242-6597

วิธีไป: เปลี่ยนรถไฟที่สถานี JR โทบุจิบะ, จิบะโทชิโมโนเรล “ชิยะคุโซะมะอะ”  
เดินเท้า 2 นาที, รถไฟ JR สายเคียว สถานี “จิบะมินะโตะ” เดินเท้า 10 นาที

เวลาทำการ: วันจันทร์ - วันศุกร์ 9:00 - 16:00 น.

**(3) การต่ออายุระยะเวลาการพำนัก**

ในกรณีที่ต้องการต่อระยะเวลาการพำนักนั้น

จะต้องแสดงความประสงค์ในการต่ออายุที่สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองท้องถิ่นป  
ระจำเขตที่พักอาศัยก่อนระยะเวลาการพำนักจะครบกำหนด

ในกรณีที่มิมีระยะเวลาการพำนักตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป

สามารถยื่นเรื่องได้ก่อนระยะเวลาการพำนักจะครบกำหนด 3 เดือน

[เอกสารที่จำเป็น]

- ① ใบคำร้องขอต่ออายุระยะเวลาการพำนัก
- ② เอกสารเกี่ยวกับลักษณะของกิจกรรมที่ถูกกำหนดโดยกระทรวงยุติธรรม
- ③ หนังสือเดินทางหรือใบรับรองการพำนัก
- ④ บัตรพำนักอาศัยชั่วคราว หรือ  
บัตรประจำตัวชาวต่างชาติที่จะเปลี่ยนมาเป็นบัตรการพำนัก  
ค่าธรรมเนียม: 4,000 เยน (การชำระค่าอากรแสตมป์)

**(4) การเปลี่ยนแปลงสถานภาพการพำนัก**

ในกรณีที่ขอยกเลิกกิจกรรมในสถานภาพการพำนักที่ได้รับในปัจจุบันและจะ

ดำเนินการกิจกรรมที่เข้าข่ายสถานภาพการพำนักอื่น

จำเป็นจะต้องดำเนินการเปลี่ยนแปลงสถานภาพการพำนัก

**【必要書類】**

- ① 在留資格変更許可申請書
  - ② 活動内容ごとに法務省令で定める資料
  - ③ パスポート又は在留資格証明書
  - ④ 在留カード又は在留カードとみなされる外国人登録証明書
- 手数料: 4,000円 (収入印紙で納付)

**(5) 出生による在留資格の取得**

日本で出生し 60 日以上在留する場合は、出生から 30 日以内に両親が近親者が住居地を管轄する地方入国管理官署に在留資格の取得許可の申請をします。

在留資格の取得許可の申請をする前に、市区町村役所出生届を提出するとともに、自国の在日公館に出生届を提出しパスポートの発給を受けることが必要になります。

**【必要書類】**

- ① 在留資格取得許可申請書
  - ② 出生したことを証する書類
- ※ 提出資料については、法務省令で定められている資料以外にも提出を求められる場合がありますので、詳しくは、地方入国管理官署または外国人在留総合インフォメーションセンターにお問い合わせください。
- 手数料: なし

**(6) 資格外活動許可**

現在取得している在留資格以外の活動で収入・報酬がある活動をする場合は、事前に許可が必要です。例えば留学生在がアルバイトを行う場合など。

**【必要書類】**

- ① 資格外活動許可申請書
  - ② 資格外活動の内容を明らかにする書類
  - ③ パスポート又は在留資格証明書
  - ④ 在留カード又は在留カードとみなされる外国人登録証明書
- 手数料: なし

**【เอกสารที่จำเป็น】**

- ① ใบคำร้องขอเปลี่ยนสถานภาพการพำนัก
  - ② เอกสารเกี่ยวกับลักษณะของกิจกรรมที่ถูกกำหนดโดยกระทรวงยุติธรรม
  - ③ หนังสือเดินทางหรือใบรับรองการพำนัก
  - ④ บัตรพำนักอาศัยชั่วคราว หรือบัตรประจำตัวชาวต่างชาติที่จะเปลี่ยนมาเป็นบัตรพำนักอาศัยชั่วคราว
- ค่าธรรมเนียม: 4,000 เยน (การชำระค่าอากรแสตมป์)

**(5) การได้มาของสถานภาพการพำนักจากการเกิด**

ในกรณีที่พำนักที่ประเทศญี่ปุ่น 60 วันขึ้นไปนับจากวันที่เกิดที่ประเทศญี่ปุ่นภายใน 30 วันหลังการเกิดบิดามารดาหรือผู้ที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดจะต้องยื่นขอสถานภาพการพำนักที่สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองท้องถิ่นประจำเขตที่พักอาศัย ก่อนหน้าที่ยื่นคำร้องขอสถานภาพการพำนัก

การแจ้งเกิดต่อสำนักทะเบียนท้องถิ่นพร้อมๆกันกับการแจ้งเกิดต่อสถานทูตของประเทศภูมิสำเนาที่อยู่ในประเทศญี่ปุ่นเป็นสิ่งที่จะต้องการออกหนังสือเดินทาง

**【เอกสารที่จำเป็น】**

- ① ใบคำร้องขอสถานภาพการพำนัก
  - ② เอกสารหลักฐานการเกิด
- ※ เกี่ยวกับเอกสารที่ยื่น
- เพราะมีกรณีที่จะได้รับการร้องขอเอกสารอื่นนอกเหนือจากที่คำสั่งของกระทรวงยุติธรรมกำหนดไว้
- รายละเอียดกรณาสอบถามที่กองตรวจคนเข้าเมืองท้องถิ่นหรือศูนย์ประชาสัมพันธ์การพำนักของคนต่างชาติ
- ค่าธรรมเนียม : ไม่มี

**(6) การขออนุญาตทำงาน**

ในกรณีที่จะทำกิจกรรมที่มีค่าตอบแทน / กิจกรรมอื่นที่มีรายได้นอกเหนือจากกิจกรรมในสิทธิการพำนักที่มีอยู่ในปัจจุบัน การขออนุญาตล่วงหน้าเป็นสิ่งที่จะต้อง

ยกตัวอย่างเช่นในกรณีนักศึกษาต่างชาติจะทำงานพิเศษ เป็นต้น

**【เอกสารที่จำเป็น】**

- ① ใบคำร้องขออนุญาตทำงาน
  - ② เอกสารที่ระบุลักษณะการทำงานอย่างชัดเจน
  - ③ หนังสือเดินทางหรือใบรับรองสถานภาพการพำนัก
  - ④ บัตรพำนักอาศัยชั่วคราว หรือบัตรประจำตัวชาวต่างชาติที่จะเปลี่ยนมาเป็นบัตรพำนักอาศัยชั่วคราว
- ค่าธรรมเนียม: ไม่มี

**(7) 再入国許可**

許可されている在留期間内に、一時的に日本を出国し再び日本に入国する場合は、再入国許可を得ておくと、改めてビザを取る必要はありません。

再入国許可を得て出国し、その有効期間内に日本へ戻れば外国人の新規登録の必要はありません。

再入国許可は、一回限り有効なものと、何回でも使用できる数次許可のものがあります。

**【必要書類】**

- ① 再入国許可申請書
  - ② パスポート
  - ③ 在留カード、在留カードとみなされる外国人登録証明書、特別永住者証明書又は特別永住者証明書とみなされる外国人登録証明書
- 手数料：1回限り有効3,000円（収入印紙でのうふ）、数次有効6,000円（収入印紙でのうふ）

**● みなし再入国許可**

有効なパスポート及び在留カードを所持する外国人の方が出国する際、出国後1年以内に日本国内での活動を継続するために再入国をする場合は、原則として通常の再入国許可をの取得を不要とするものです。（出国する際に、必ず在留カードを提示してください。）

詳しくは、地方入国管理官署または外国人在留総合インフォメーションセンターにお問い合わせください。

**(8) 永住許可**

永住許可の申請は、通常の在留資格の変更よりも慎重に審査されます。

**【必要条件】**

- ① 素行が善良であること
- ② 独立の生計を営むに足る資産又は技能を有すること
- ③ その者の永住が日本国の利益に合致すると認められること

(注) 日本人、永住者又は特別永住者の配偶者又は子の場合は、①及び②に適合す

**(7) การอนุญาตให้กลับเข้าประเทศได้อีก**

ในกรณีการออกนอกประเทศญี่ปุ่นชั่วคราวและกลับเข้าประเทศญี่ปุ่นอีกครั้งภายในระยะเวลาพำนักที่ได้รับอนุญาต

เมื่อได้รับการอนุญาตให้กลับเข้าประเทศได้อีกไม่จำเป็นต้องขอวีซ่าใหม่

การออกนอกประเทศเมื่อได้รับการอนุญาตให้เข้าประเทศได้อีกภายในระยะเวลาที่การอนุญาตให้เข้าประเทศได้อีกยังมีผลบังคับใช้เมื่อกลับสู่ประเทศญี่ปุ่นไม่จำเป็นต้องลงทะเบียนคนต่างชาติใหม่ สามารถใช้บัตรที่ถืออยู่ในปัจจุบันได้

การอนุญาตกลับเข้าประเทศได้อีกนั้นมีทั้งใบอนุญาตที่จำกัดเพียง 1 ครั้งและใบอนุญาตที่สามารถใช้ได้หลายครั้ง

[เอกสารที่จำเป็น]

- ① ใบคำร้องขออนุญาตเข้าประเทศได้อีกครั้ง
  - ② หนังสือเดินทาง
  - ③ บัตรผู้พำนัก หรือ บัตรประจำตัวชาวต่างชาติที่จะเปลี่ยนมาเป็นบัตรผู้พำนัก, ใบรับรองผู้พำนักถาวรพิเศษ หรือ บัตรประจำตัวชาวต่างประเทศที่ยื่นความจำนงขอใบรับรองพำนักถาวร
- ค่าธรรมเนียม : การอนุญาตให้เข้าประเทศได้ 1 ครั้ง 3,000 เยน (การชำระค่าอากรแสตมป์)、การอนุญาตให้เข้าประเทศได้หลายครั้ง 6,000 เยน (การชำระค่าอากรแสตมป์)

**● การพิจารณาคำขอเข้าประเทศรอบสอง**

สำหรับชาวต่างชาติที่ถือบัตรผู้พำนักและผู้ที่มีหนังสือเดินทางที่ยังไม่หมดอายุในกรณีที่เดินทางออกนอกประเทศไปแล้ว หลังจากเดินทางออกนอกประเทศภายใน 1 ปี แต่ต้องการจะดำเนินกิจกรรมภายในประเทศอย่างต่อเนื่อง จึงกระทำการกลับมาที่ประเทศญี่ปุ่นอีกครั้งนั้น

ตามหลักเกณฑ์โดยทั่วไปแล้วไม่ต้องทำเรื่องยื่นขอเข้าประเทศรอบสอง

(เมื่อถึงเวลาที่จะเดินทางออกนอกประเทศ ผู้เดินทางจำเป็นต้องแสดงบัตรผู้พำนักด้วย)

กรุณาสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองท้องถิ่นหรือศูนย์รวบรวมข้อมูลการพำนักของชาวต่างชาติ

**(8) การขออนุญาตพำนักถาวร**

การขออนุญาตพำนักถาวรจะได้รับการพิจารณาอย่างละเอียดกว่าสิทธิการพำนักโดยทั่วไป

[เงื่อนไขที่จำเป็น]

- ① การมีพฤติกรรมดี
- ② การมีสินทรัพย์หรือทักษะความสามารถเพียงพอในการดำรงชีพอย่างอิสระ
- ③ การพำนักถาวรของบุคคลนั้นได้รับการยอมรับว่าเป็นประโยชน์ต่อประเทศญี่ปุ่น

(อธิบายเพิ่มเติม) ในกรณีคู่สมรสหรือบุตรของคนญี่ปุ่น,

ผู้พำนักถาวรหรือผู้พำนักถาวรกรณีพิเศษนั้น

ไม่จำเป็นต้องมีเงื่อนไขตรงตามข้อ ① และ ②

ることを要しません。難民の認定を受けている者の場合には②に適合することを要しません。  
 \*必要書類につきましては、申請人の在留資格によって異なりますので、入国管理局にお問合せください。

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/index.html>  
 手数料: 8,000円 (収入印紙で納付)

**税金**

日本に住む人は、国籍にかかわらず、日本の法律に従って税金を納めなければなりません。税金は、主なものとして、所得税(国に支払う)、住民税(県や市町村に支払う)、消費税(買物やサービスに係る税)、自動車税(自動車を所有している場合に支払う)があります。

◇相談窓口

① 所得税と消費税:

最寄の税務署又は東京国税局税務相談室  
 英語での相談: 03-3821-9070  
 月～金 (祝日を除く)  
 午前9:00～午前12:00  
 午後1:00～午後5:00  
 国税庁のホームページ(英語)  
<https://www.nta.go.jp/english/index.htm>

② 住民税と軽自動車税:

居住地の市区町村役所

③ 自動車税:

千葉県自動車税事務所  
 千葉市中央区問屋町1-11  
 電話043-243-2721

กรณีอยู่ในระหว่างขอรับรองการเป็นผู้พหพ

ไม่จำเป็นต้องมีเงื่อนไขตรงตามข้อ②

\*เอกสารที่จำเป็นต้องใช้จะแตกต่างกันไปตามคุณสมบัติของผู้ยื่นคำร้อง

กรุณาสอบถามรายละเอียดที่กองตรวจคนเข้าเมือง

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/index.html>

ค่าธรรมเนียม: 8,000 เยน (การชำระค่าอากรแสตมป์)

**ภาษี**

ผู้ที่อาศัยอยู่ที่ประเทศญี่ปุ่นไม่เกี่ยวข้องกับสัญชาติ จะต้องชำระภาษีตามกฎหมายของประเทศญี่ปุ่น ภาษีที่สำคัญมีดังนี้ภาษีเงินได้ (ชำระให้แก่ประเทศ), ภาษีพลเมือง(ชำระให้แก่จังหวัดและสำนักเทศบาล), ภาษีมูลค่าเพิ่ม (ภาษีที่เกี่ยวกับการซื้อสินค้าและบริการ), ภาษีรถยนต์ (ชำระในกรณีที่มีรถยนต์ไว้ในครอบครอง)

◇ ช่องทางการให้คำปรึกษา

① ภาษีเงินได้และภาษีมูลค่าเพิ่ม:

สำนักงานสรรพากรที่ใกล้ที่สุดหรือห้องให้คำปรึกษาการจัดเก็บภาษีกรมสรรพากร โตเกียว  
 ให้คำปรึกษาด้วยภาษาอังกฤษ: 03-3821-9070  
 จันทร์-ศุกร์ (ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์)  
 9:00-12:00 13:00-17:00  
 โอมเพจของกรมสรรพากร (ภาษาอังกฤษ)  
<https://www.nta.go.jp/english/index.htm>

② ภาษีพลเมืองและภาษีรถยนต์:

สำนักทะเบียนท้องถิ่นที่อาศัยอยู่

③ ภาษีรถยนต์:

สำนักงานภาษีรถยนต์ชิบะ  
 ชิบะชิ ชูโอคุ ทงยะมะชิ 1-11  
 โทรศัพท์ 043-243-2721

**(1) 所得税**

1月1日から12月31日までの間に得た所得に対して国が課す税金です。

◇収入が給与のみの場合(給与所得者):  
通常、雇用主が手続きします。

- ① 毎月の給与や賞与から源泉徴収(給与天引き)されます。
- ② 年末調整で所得税が精算されます。  
\*年末に、保険料や扶養家族の異動等による給与所得を精算し、「源泉徴収票」が翌年1月末までに雇用主から交付されます。  
源泉徴収票は、税金を納めたことを証明する書類で、在留資格の更新等で必要になりますので大切に保管してください。

◇給与以外の収入がある場合(自営業や勤務先で源泉徴収されていない場合、2か所以上から収入がある場合など):

自分で税務署に確定申告をします。毎年3月15日までに、前年の1月から12月までのすべての収入や経費などを税務署に申告し、所得税を納めます。

◇所得税の還付

次の場合に確定申告をすると、所得税の還付を受けることができます。その際には、医療費の領収書などの証拠書類が必要です。

- ① 前年中に支払った医療費から健康保険や生命保険で補てんされた金額を差し引いた金額が、100,000円又は所得金額の5%のいずれか低い額を超える場合
- ② 自然災害や盗難による被害を受けた場合
- ③ ローンによる住宅を購入した場合

\*課税範囲や税率は、住所の有無や日本での居住期間によって非永住者以外の居住者・非永住者・非居住者に区別され、それぞれ異なります。

**(1) ภาษีเงินได้ (Shotoku-zei)**

เงินภาษีที่ประเทศจะเรียกเก็บจากรายได้สุทธิโดยเฉพาะภายในช่วงระยะเวลาตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม จนถึงวันที่ 31 ธันวาคม

◇กรณีที่มีรายได้เงินเดือนเพียงอย่างเดียว

(ผู้มีเงินรายได้สุทธิ): โดยทั่วไปนายจ้างจะเป็นผู้ดำเนินการจะหักภาษีจากเงินเดือนและเงินโบนัสของทุกเดือน(การหักภาษีเงินเดือน)

- ① ทุกเดือนจะมีการหักภาษี ณ ที่จ่ายจากเงินเดือน และ/หรือเงินโบนัส
- ② ภาษีเงินได้จะถูกคำนวณจากการปรับปรุงภาษีสิ้นปี

\* ในตอนสิ้นปีจะคำนวณรายได้ที่ได้รับขึ้นอยู่กับเงินค่าประกันและการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้ที่ต้องอุปการะ, นายจ้างจะส่ง "ใบรับรองการหักภาษี ณ ที่จ่าย" ให้ภายในเดือนมกราคมในปีถัดไป ใบรับรองการหักภาษี ณ ที่จ่ายเอกสารรับรองการชำระภาษี เอกสารการต่ออายุสถานภาพการพำนัก เป็นต้น เป็นสิ่งที่จำเป็นต้องกรอกเก็บรักษาเป็นอย่างดี

◇ในกรณีที่มียาได้นอกจากเงินเดือน

(ในกรณีดำเนินธุรกิจของตนเองและการทำงานที่สำนักงานแต่ไม่ถูกหักภาษี, ในกรณีได้รับเงินเดือนจากสถานที่ทำงาน 2 แห่งขึ้นไป เป็นต้น) :

จะต้องยื่นแบบแสดงภาษีเงินได้ด้วยตนเองที่สำนักงานสรรพากรทุกๆปีภายในวันที่15 เดือนมีนาคม  
จะต้องสำแดงรายได้และค่าใช้จ่ายทั้งหมด เป็นต้น  
ตั้งแต่เดือนมกราคมจนถึงเดือนธันวาคมของปีก่อนหน้านั้น  
แก่สำนักงานสรรพากรและชำระภาษีเงินได้

◇การคืนภาษีเงินได้

ในกรณีต่อไปนี้อยู่แบบแสดงภาษีเงินได้จะได้รับคืนภาษีเงินได้  
ในกรณีนี้เอกสารหลักฐาน เช่น ใบเสร็จรับเงินค่ารักษาพยาบาล เป็นต้น เป็นสิ่งที่จำเป็น

- ① ในกรณีที่จำนวนเงินค่ารักษาพยาบาลที่จ่ายไปในปีก่อนหน้านั้นหักจำนวนเงินขาดเขตที่ได้รับจากประกันสุขภาพและประกันชีวิตแล้ว เกิน 100,000 เยนหรือ 5% ของรายได้สุทธิ อย่างไม่อย่างหนึ่งที่ต่ำกว่า
- ② ในกรณีได้รับความเสียหายจากภัยพิบัติทางธรรมชาติและสาธารณภัย
- ③ ในกรณีซื้อบ้านเงินด้วยสินเชื่อ

※ ขอบเขตการเรียกเก็บภาษีและอัตราภาษีขึ้นอยู่กับรายได้การแบ่งประเภทการมีหรือไม่มีที่อยู่และระยะเวลาในการอยู่อาศัยในประเทศญี่ปุ่น การแบ่งประเภทผู้พำนักถาวร / ผู้ที่ไม่ได้พำนักถาวร / ผู้ที่ไม่ได้อยู่อาศัยแต่ละประเภทจะแตกต่างกัน

区分	การแบ่งประเภท	所得税の課税範囲	ขอบเขตการเรียกเก็บภาษีเงินได้
居住者	永住者	すべての所得	รายได้สุทธิทั้งหมด
ผู้อยู่อาศัย	ผู้พำนักถาวร	国内の所得(国内源泉所得)の全てと国外の所得(国外源泉所得)	รายได้สุทธิทั้งหมด
	非永住者	のうち国内で支払われたもの及び国内に送金されたもの	รายได้สุทธิภายในประเทศทั้งหมด (รายได้สุทธิในประเทศ)
	ผู้ที่ไม่ได้พำนักถาวร	及び国内に送金されたもの	และรายได้สุทธิภายนอกประเทศ (รายได้สุทธินอกประเทศ)
			และเงินที่ถูกโอนภายในประเทศ
非居住者	在留期間が1年未満の個人	国内において行う勤務等に起因するもの(国内源泉所得)	สิ่งที่เกิดจากการทำงานภายในประเทศ เป็นต้น (รายได้สุทธิในประเทศ)
ผู้ที่ไม่ได้อยู่อาศัย	ผู้ที่ใช้เวลาพำนักอยู่น้อยกว่า 1 ปี		

(2) 住民税

1月1日現在住んでいる各市町村役所が市町村民税と県民税を一緒に徴収します。税務署に提出されている確定申告書などに基づき、前年中の所得を基準に計算した金額と定額で負担する金額の合計が徴収されます。給与所得者は、この税金を6月から翌年の5月までの毎月の給与から直接差し引かれます。自営業者は、6月に各市町村役所から送付される納税通知書より、6月、8月、10月、1月の4回に分けて納付します(時期は市町村により異なることがあります)。

◇ 外国税額控除について  
外国において生じた所得で、その国の所得税や住民税に相当する税金を課税された場合には、一定の方法により計算された金額が控除されます。

◇ 租税条約による特例について  
日本は、二重課税を避けるため各国と租税条約を締結しています。条約締結国の国籍を有し、かつ非居住者に該当する人で、租税条約上、大学生等の「学生」や国内の滞在期間が「短期」であるなど一定の要件に該当する場合は、「租税条約に関する届出書」を税務署及び市町村役所に提出することにより所得税や住民税の特例の適用が受けられる場合があります。

(2) ภาษีพลเมือง (Jumin-zei)

ในวันที่ 1 เดือนมกราคม แต่ละสำนักทะเบียนท้องถิ่นที่อาศัยอยู่ในปัจจุบันจะเรียกเก็บภาษีเทศบาลและภาษีจังหวัด จะถูกเรียกเก็บยอดรวมของจำนวนเงินที่คำนวณจากรายได้สุทธิในปีก่อนหน้านั้นและจำนวนเงินที่กำหนดให้รับผิดชอบโดยอ้างอิงจากแบบแสดงภาษีเงินได้ที่ยื่นให้กับสำนักงานสรรพากร เป็นต้น ผู้มีรายได้สุทธิจะถูกหักภาษีนี้โดยตรงจากเงินเดือนทุกเดือน ตั้งแต่เดือนมิถุนายนจนถึงเดือนพฤษภาคมในปีถัดไป ผู้ดำเนินธุรกิจส่วนตัวจะได้รับใบแจ้งภาษีที่ส่งจากสำนักทะเบียนท้องถิ่นในเดือนมิถุนายน จะแยกชำระเป็น 4 ครั้ง คือ เดือนมิถุนายน, เดือนสิงหาคม, เดือนตุลาคม, เดือนมกราคม (ช่วงเวลานั้นจะแตกต่างกันไปตามแต่ละสำนักเทศบาล)

◇ เกี่ยวกับการหักภาษี ณ ที่จ่ายต่างประเทศ  
รายได้สุทธิที่เป็นผลมาจากการทำงานในต่างประเทศเทียบได้กับภาษีเงินได้และภาษีพลเมืองของประเทศนั้นๆ ในกรณีถูกเรียกเก็บภาษี จำนวนเงินที่คำนวณตามที่ได้กำหนดไว้จะถูกหัก ณ ที่จ่าย

◇ เกี่ยวกับข้อยกเว้นจากอนุสัญญาภาษี  
ประเทศญี่ปุ่นมีการทำอนุสัญญาภาษีเพื่อหลีกเลี่ยงการชำระภาษีซ้ำซ้อน ผู้มีสัญชาติของประเทศที่ทำสนธิสัญญาและพำนักไม่ถาวรนั้น ในกรณีที่มีเงื่อนไขตรงตามที่กำหนดไว้ตามอนุสัญญาภาษี กล่าวคือ "นักเรียน" เช่น นักศึกษามหาวิทยาลัย หรือผู้มีระยะเวลาการพำนักในประเทศ "ระยะสั้น" เป็นต้น สามารถรับข้อยกเว้นภาษีเงินได้และภาษีพลเมืองได้จากการยื่น "ใบคำร้องเกี่ยวกับอนุสัญญาภาษี" แก่สำนักงานสรรพากรและสำนักทะเบียนท้องถิ่น

### (3) 消費税

事業を行っている人から購入した物品とサービスの提供に対して10%の税金がかかります。

### (4) 自動車税・軽自動車税

自動車税は、毎年4月1日に自動車を所有している場合にかかる税金です。陸運事務所に登録された居住地に、都道府県から毎年5月に納税通知書が送付されるので、その通知書を使用して納付します。廃車したときは、速やかに陸運事務所で手続きを行わないと課税されますので、注意してください。詳しくは、自動車税事務所に問い合わせください。

軽自動車税は、毎年4月1日にバイク(原動機付自転車)及び軽自動車(大型・中型バイクを含む)を所有している場合にかかる税金です。居住地の市町村から納税通知書が送付されるので、その通知書を使用して納付します。詳しくは、居住地の市区町村役所に問い合わせください。

### (3) ภาษีผู้บริโภค (Shohi-zei)

การจ่ายภาษี 10 % ที่เรียกเก็บจากการซื้อสินค้าและบริการจากผู้ประกอบการ

### (4) ภาษีรถยนต์ / ภาษียานพาหนะเครื่องยนต์ขนาดเล็ก

ภาษีรถยนต์คือภาษีที่ต้องจ่ายกรณีที่มีรถยนต์ไว้ในครอบครองเมื่อวันที่ 1 เดือนเมษายนของทุกปี

โดยในเดือนพฤษภาคมจะได้รับการส่งใบแจ้งภาษีจากสำนักเทศบาลไปยังที่อยู่อาศัยที่ลงทะเบียนไว้ที่สำนักงานขนส่งทางบก

จึงให้ใช้ใบแจ้งนั้นในการชำระภาษี

เมื่อเลิกใช้รถยนต์เป็นเวลานานถ้าไม่ดำเนินการ ณ

สำนักงานขนส่งทางบกโดยเร็วจะถูกเรียกเก็บภาษี ดังนั้นจึงควรระมัดระวัง

รายละเอียดกรุณาติดต่อสอบถาม ณ สำนักงานภาษีรถยนต์

ภาษียานพาหนะเครื่องยนต์ขนาดเล็กคือภาษีที่ต้องจ่ายกรณีที่มีมอเตอร์ไซค์

(รถสองล้อที่ติดมอเตอร์)หรือยานพาหนะที่มีเครื่องยนต์ขนาดเล็ก

(รวมทั้งรถมอเตอร์ไซค์ขนาดใหญ่ / ขนาดกลาง) ไว้ในครอบครองเมื่อวันที่ 1

เดือนเมษายนของทุกปี ใบแจ้งภาษีจะถูกส่งจากสำนักเทศบาลที่อาศัยอยู่

จะใช้ใบแจ้งนั้นในการชำระภาษี รายละเอียดกรุณาติดต่อสอบถาม ณ

สำนักทะเบียนท้องถิ่นที่อาศัยอยู่

## 医療機関

医療機関で診察をうけるときは、健康保険証を必ず持っていきます。症状に応じた科のある医療機関に行きます。診察時間は医療機関によって異なりますので、前もって確認しておくとい良いでしょう。大きい病院ではかなり待たされる場合があります。

医療機関では、まず、受付で健康保険証と診察券を提示します。次に、問診票が渡されますので、今の病気の状況や、今までかかった重い病気やアレルギーの有無などについて書きます。外国語で診察できる場所は限られていますので、注意してください。

## ◇診察時に役立つ多言語問診票

多言語で翻訳した問診票を下記のホームページで公表しています。質問用紙に記入し、病院に持って行ってください。

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/qq12/WP9993/RP999301BL.do>

## ◇ちば救急医療ネット

病院・診療所を受診する際に役立つ千葉県内の医療機関情報を、次のホームページで提供しています。外国語での対応ができる医療機関が検索できます。(日本語のみ)

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

## ◇日本を安心して旅していただくために

—具合が悪くなったとき—(観光庁)  
外国人が病院に行ったときの基本的な応答、症状などを多言語で紹介しています。  
日本語、英語、中国語、韓国語、

[https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi\\_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html)

## ■สถาบันทางการแพทย์

หากจะไปรับการตรวจโรคที่สถาบันทางการแพทย์ ต้องพกบัตรประกันสุขภาพไปด้วยเสมอและต้องไปยังแผนกทางการแพทย์ตามลักษณะอาการ แต่ละที่ก็จะมีเวลาในการตรวจโรคแตกต่างกัน ดังนั้นจึงควรตรวจสอบไว้ก่อนล่วงหน้า โดยเฉพาะตามโรงพยาบาลใหญ่ๆ มักจะต้องรอค่อนข้างนาน

เมื่อไปถึงสถาบันการแพทย์ อันดับแรก

ให้แสดงบัตรประกันสุขภาพและบัตรผู้ป่วยที่ประชาสัมพันธ์

จากนั้นจะได้รับแบบสอบถามอาการป่วยมา

ให้กรอกข้อมูลเกี่ยวกับอาการป่วยที่เป็นอยู่ในตอนนี้ รวมถึงเคยมีประวัติการป่วยหนักและอาการภูมิแพ้มาก่อนหรือไม่ลงไป และเนื่องจากที่ที่สามารถตรวจโดยใช้ภาษาต่างประเทศสื่อสารได้ มีจำกัดเฉพาะบางแห่งเท่านั้น จึงควรตรวจสอบให้ดี

## ◇แบบสอบถามที่แปลเป็นภาษาต่างๆ และเป็นประโยชน์เมื่อไปตรวจโรค

แบบสอบถามอาการป่วยที่แปลเป็นภาษาต่างๆ

แสดงอยู่ในเว็บไซต์ที่ระบุไว้ด้านล่างนี้

กรุณากรอกข้อมูลลงในแบบสอบถามให้เรียบร้อยและนำไปโรงพยาบาล

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/qq12/WP9993/RP999301BL.do>

## ◇เครือข่ายการปฐมพยาบาลและการแพทย์จังหวัดจิบะ

ข้อมูลเกี่ยวกับสถาบันทางการแพทย์ในจังหวัดจิบะ

ที่เป็นประโยชน์เมื่อเข้ารับการตรวจโรคที่โรงพยาบาลหรือสถานพยาบาล มีอยู่ในเว็บไซต์ดังต่อไปนี้

คุณสามารถค้นหาสถานพยาบาลที่ให้บริการเป็นภาษาต่างประเทศได้ (ภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น)

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

## ◇เพื่อการเดินทางอย่างปลอดภัยในประเทศญี่ปุ่น

- เมื่อคุณรู้สึกไม่สบาย -

(สำนักงานการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย)

แนะนำเกี่ยวกับคำตอบพื้นฐาน อาการ ฯลฯ ในหลายภาษา

สำหรับชาวต่างชาติ ตอนไปโรงพยาบาล

ภาษาญี่ปุ่น, ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน, ภาษาเกาหลี

[https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi\\_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html)

### ◇千葉県外国人相談

外国語で診察できる近くの病院を紹介してもらえます。

電話:043-297-2966

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

月曜日～金曜日

午前9:00～12:00、午後1:00～4:00

(年末年始、祝日は休み)

◇手助けが必要な場合、ボランティアの通訳が必要なときは「日本赤十字社千葉県支部」に電話(043-241-7531)してください。言語や地域に限りがありますが、ボランティアの通訳を派遣しています。

### ■医療保険

病気やけがをしたときに、医療費の負担を軽くするためには、日本では公的な医療保険に加入しなければなりません。公的医療保険には、勤務先で加入する健康保険と、市区町村役所で加入する国民健康保険の2種類があります。

この他、任意に加入できる保険として、民間の医療保険などもあります。

#### (1) 健康保険

健康保険は、会社などの事業所で働き始めてから加入します。事業所から「被保険者証」(「保険証」といいます)を受け取ります。事業所が健康保険の適用を受けていない場合は、国民健康保険に加入します。

保険料は毎月の給料から差し引かれ、本人と事業主が50%ずつ負担します。

保険指定の病院で保険証を提示すると医療費の30%を払うだけで診療を受けることができます。

詳しいことは、お近くの年金事務所に問い合わせてください。

◇โดย “ศูนย์ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์สำหรับคนต่างชาติในจังหวัดฉะเชิงเทรา” จะแนะนำโรงพยาบาลในบริเวณใกล้เคียงที่สามารถตรวจโดยใช้ภาษาต่างประเทศสื่อสารได้ให้แก่ท่าน

โทร : 043-297-2966

ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน, ภาษาสเปน, ภาษาตากาล็อก, ภาษาเวียดนาม, ภาษาเกาหลี, ภาษาเนปาล, ภาษาไทย, ภาษาโปรตุเกส, ภาษาอินโดนีเซีย, ภาษารัสเซีย, ภาษาฮินดี

9:00 น. - 12:00 น. 13:00 น. - 16:00 น.

จันทร์ – ศุกร์

(ช่วงวันหยุดปีใหม่, วันหยุด: ไม่มีบริการ)

◇ในกรณีที่ต้องการความช่วยเหลือ หรือ ต้องการล่ามอาสาสมัคร กรุณาโทรศัพท์ติดต่อไปยัง “สภาภาษาชาติญี่ปุ่นสาขาจังหวัดฉะเชิงเทรา” (043-241-7531) แม้จะมีข้อจำกัดในบางภาษาและบางพื้นที่ แต่ก็ยังมีล่ามอาสาสมัครประจำอยู่

### ■การประกันรักษาพยาบาล

ที่ญี่ปุ่นนั้นเพื่อแบ่งเบาภาระความรับผิดชอบด้านค่ารักษาพยาบาลเมื่อเกิดเจ็บป่วยหรือได้รับบาดเจ็บ

จำเป็นจะต้องเป็นสมาชิกการประกันรักษาพยาบาลของภาครัฐ ซึ่งการประกันรักษาพยาบาลของภาครัฐนั้น จำแนกออกเป็น 2 ประเภท คือ ประกันสุขภาพที่สมัครสมาชิกที่ทำงาน และ ประกันสุขภาพสำหรับประชาชนที่สมัครสมาชิกที่สำนักงานทะเบียนท้องถิ่น นอกจากนี้ ก็ยังมีประกันที่สามารถสมัครสมาชิกได้โดยไม่มีภาระบังคับ เช่น ประกันสุขภาพของภาคเอกชน เป็นต้น

#### (1) ประกันสุขภาพ

ประกันสุขภาพประเภทนี้

จะต้องสมัครตั้งแต่เริ่มปฏิบัติงานที่สถานประกอบการกิจการ เช่น บริษัท และจะได้รับ “ใบรับรองการประกัน” (หรือก็คือ “ใบประกัน”) มา แต่ในกรณีที่สถานประกอบการกิจการไม่ได้รับความครอบคลุมในการประกันสุขภาพ ก็จะต้องสมัครประกันสุขภาพสำหรับประชาชน ค่าประกันนั้น จะถูกหักออกจากเงินเดือนทุกๆเดือน ซึ่งเจ้าตัวและเจ้าของกิจการจะต้องรับผิดชอบคนละ 50%

ถ้าหากแสดงใบประกัน ณ โรงพยาบาลที่กำหนดไว้ในการทำประกัน ก็จะสามารถเข้ารับการตรวจโรคได้ โดยเสียค่ารักษาพยาบาลเพียง 30% ของค่าใช้จ่ายทั้งหมด

รายละเอียดสอบถามได้ที่สำนักงานกองทุนเงินสำรองเลี้ยงชีพบริเวณใกล้เคียง

- ◇千葉年金事務所  
電話：043-242-6320
- ◇幕張年金事務所  
電話：043-212-8621
- ◇船橋年金事務所  
電話：047-424-8811
- ◇市川年金事務所  
電話：047-704-1177
- ◇松戸年金事務所  
電話：047-345-5517
- ◇木更津年金事務所  
電話：0438-23-7616
- ◇佐原年金事務所  
電話：0478-54-1442

## (2) 国民健康保険

3か月を超えて在留する外国人の方で、健康保険(P32)に加入していない人は、国民健康保険の対象となります。

国民健康保険は、市区町村役所で在留カード または特別永住者証明書を提示して申請します。又は特別永住者証明書を提示して申請します。保険料は収入と扶養家族数で決まります。保険料は収入と扶養家族数で決まります。保険料は直接市区町村役所又は銀行、郵便局の窓口、コンビニエンスストア等で支払います。口座振替にすることもできます。

加入すると、世帯ごとに「被保険者証」(保険証といいますが)が交付されます。保険医療機関で診察を受けるときに保険証を提示すれば医療費の30%を払うだけで診療を受けることができます。子供が生まれたときには出産育児一時金が出産後支給されます。

健康診断、予防接種、正常出産、美容整形、歯列矯正の費用などは保険の対象となりません。

また、自己の故意(わざと行った)の犯罪行為などで疾病又は負傷したときは、国民健康保険の対象となりません。

次のような場合には、14日以内に市区町村役所に届け出てください。

- ①住所や世帯主、氏名が変わったとき
- ②他の公的な健康保険に加入又は脱退したとき

- ◇Chiba Pension Office  
Tel: 043-242-6320
- ◇Makuhari Pension Office  
Tel: 043-212-8621
- ◇Funabashi Pension Office  
Tel: 047-424-8811
- ◇Ichikawa Pension Office  
Tel: 047-704-1177
- ◇Matsudo Pension Office  
Tel: 047-345-5517
- ◇Kisarazu Pension Office  
Tel: 0438-23-7616
- ◇Sawara Pension Office  
Tel: 0478-54-1442

## (2) ประกันสุขภาพสำหรับประชาชน

ชาวต่างชาติที่พำนักเกิน 3 เดือน และยังไม่มีการประกันสุขภาพใดๆ (P32)

จะถูกคุ้มครองโดยประกันสุขภาพจากรัฐบาลญี่ปุ่นโดยอัตโนมัติ

ประกันสุขภาพจากรัฐบาลญี่ปุ่น สามารถทำเรื่องได้โดยการแสดงบัตรพำนัก

หรือเอกสารแสดงการพำนักถาวรแบบพิเศษได้ที่ศูนย์ราชการประจำท้องถิ่น

ค่าประกันจะกำหนดโดยรายได้และจำนวนสมาชิกในครอบครัว

การชำระค่าประกันจะชำระโดยตรงที่ศูนย์ราชการประจำท้องถิ่น หรือ

ธนาคาร ช่องชำระเงินในไปรษณีย์ ร้านสะดวกซื้อ ฯลฯ อีกทั้ง

สามารถชำระผ่านการ์ออนไลน์เข้าบัญชีได้เช่นกัน

เมื่อเข้าเป็นสมาชิก ทุกๆครอบครัวจะได้รับมอบ "ใบรับรองการประกัน"

(หรือก็คือ "ใบประกัน") มา

หากแสดงใบประกันเมื่อไปตรวจโรคที่สถาบันทางการแพทย์ตามที่ประกันไว้

ก็จะสามารถเข้ารับการตรวจโรคได้ โดยเสียค่ารักษาพยาบาลเพียง 30%

ของค่าใช้จ่ายทั้งหมด

ถ้าหากมีการคลอดบุตรจะได้รับเงินช่วยเหลือด้านค่าเลี้ยงดูเป็นระยะเวลาหนึ่ง

ง

แม้ว่าค่าใช้จ่ายด้านอื่นๆ เช่น การตรวจสุขภาพ การฉีดวัคซีน

การคลอดบุตรโดยวิธีธรรมชาติ การทำศัลยกรรมความงาม การจัดฟัน

จะไม่ได้รวมอยู่ในการทำประกัน

อีกทั้ง ถ้าหากได้รับบาดเจ็บ หรือ เจ็บป่วย

เนื่องจากก่อเหตุอาชญากรรมโดยเจตนาของตนเอง

ประกันสุขภาพสำหรับประชาชน จะไม่รับผิดชอบค่าใช้จ่ายใดๆ

หากเกิดกรณีดังต่อไปนี้ กรุณาแจ้งเรื่องแก่สำนักทะเบียนท้องถิ่นภายใน 14 วัน

- ① เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงชื่อ-นามสกุล ที่อยู่ หรือ เจ้าของบ้าน
  - ② เมื่อสมัครสมาชิก หรือ
- ถอนตัวจากการเป็นสมาชิกการประกันสุขภาพของภาครัฐ แบบอื่นๆ

③ 保険証をなくしたり、汚したりしたとき

### ■ 介護保険

寝たきりや認知症などで介護が必要になった時に、利用者の選択で、介護サービスを受けることができる制度です。

65歳以上の人と40歳から64歳までの医療保険に加入している人は、介護保険に加入しなければなりません。

介護サービスを利用するには、居住地の市区町村役所へ申請をし、介護の必要度について認定を受けることが必要です。介護費用は、原則として全費用の1割が自己負担となります。

サービスの内容、費用、保険料等については、市区町村役所の介護保険担当までお問い合わせください。

### ■ 検診

生活習慣病を防ぐには、食生活や運動不足などに注意するとともに、定期的に健康診断を受けることが大切です。

40歳以上の人は居住地の市区町村役所が行っている基本健康診査・がん検診を受けることができます(ただし、職場で受診している人は除きます)。

費用や受診方法などは市区町村役所に問い合わせてください。

### ■ 母子健康手帳

妊娠したときは、各市区町村役所の窓口で妊娠の届出をしてください。母子の健康を記録する「母子健康手帳」と健康診査受診票などの入った別冊が交付されます。この手帳は、各種健康診査や出産の際にも必要となります。詳しいことについては、各市町村役所にお問い合わせください。

③ เมื่อทำใบประกันสุขภาพ หรือ ทำเปอร์เซ็นต์

### ■ ประกันการพยาบาลดูแล

หากถึงเวลาที่ต้องการการพยาบาลดูแลสำหรับผู้ป่วยที่นอนอยู่กับเตียงและไม่สามารถลุกไปไหนได้ หรือผู้ป่วยที่มีอาการเคลื่อนไหวสามารถเลือกใช้บริการเพื่อการดูแล พยาบาลผู้ป่วยได้ผู้ที่ เป็นสมาชิกการประกันสุขภาพสาธารณะ ที่มีอายุระหว่าง 40 ถึง 64 ปี หรือผู้มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป จะต้องสมัครสมาชิกประกันในการพยาบาลดูแล

การใช้บริการพยาบาลดูแลผู้ป่วยนั้น

จะต้องไปยื่นความจำนงที่สำนักทะเบียนท้องถิ่นในบริเวณที่อยู่อาศัยและเข้ารับการพิจารณาถึงระดับความจำเป็นของการพยาบาลดูแลผู้ป่วย ส่วนของค่าใช้จ่ายนั้น ตามกฎแล้ว

ตนเองจะต้องมีส่วนรับผิดชอบเป็นจำนวน 10% ของทั้งหมด

เนื้อหาของค่าบริการ ค่าใช้จ่าย ค่าประกันอื่น ๆ นั้น

กรุณาสอบถามฝ่ายรับผิดชอบด้านประกันในการพยาบาลดูแลที่สำนักทะเบียนท้องถิ่น

### ■ การตรวจโรค

การป้องกันโรคที่เกิดจากการดำรงชีวิตนั้น สิ่งสำคัญก็คือ

การระมัดระวังเรื่องพฤติกรรมกรรมการบริโภค และ การขาดการออกกำลังกาย พร้อมกับเข้ารับการตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ

สำหรับผู้ที่มียู่มากกว่า 40 ปี สามารถเข้ารับการตรวจสุขภาพพื้นฐาน และการตรวจมะเร็งที่จัดโดยสำนักทะเบียนท้องถิ่นในบริเวณที่อยู่อาศัยได้ (ยกเว้น ผู้ที่รับการตรวจสุขภาพ ณ สถานที่ทำงานแล้ว)

เรื่องอื่นๆ เช่น ค่าใช้จ่าย และ วิธีเข้ารับการตรวจ

กรุณาสอบถามที่สำนักทะเบียนท้องถิ่น

### ■ สมุดสุขภาพมารดาและบุตร

เมื่อมีการตั้งครรภ์

ให้ไปรายงานเรื่องการตั้งครรภ์ที่เคาน์เตอร์ของสำนักทะเบียนท้องถิ่นในแต่ละที่ ซึ่งเมื่อบันทึกข้อมูลสุขภาพมารดาและบุตร

“สมุดบันทึกสุขภาพสำหรับมารดาและบุตร” แล้ว

จะได้รับบันทึกแนบมีข้อมูลและแบบฟอร์มเพื่อเข้ารับการตรวจสุขภาพมา สมุดบันทึกเล่มนี้ มีความจำเป็นเวลาที่จะใช้ในการตรวจสุขภาพชนิดต่างๆ

และ การคลอดบุตร รายละเอียดต่างๆ

กรุณาสอบถามสำนักทะเบียนท้องถิ่นในแต่ละที่

### ◇公益財団法人母子衛生研究会

母子衛生研究会では英語・ハングル・中国語・タイ語・タガログ語・ポルトガル語・インドネシア語・スペイン語・ベトナム語・ネパール語の10か国語版の母子健康手帳を販売しています。(一冊880円と送料)

東京都千代田区外神田2-18-7

電話: 03-4334-1188

月曜日～金曜日の午前9:00～午前12:00 と 午後1:00～午後5:00

[https://www.ecur.co.jp/item-list/list/cate\\_id/1/](https://www.ecur.co.jp/item-list/list/cate_id/1/)

### ■予防接種

#### (1) 子どものための予防接種

子どものための予防接種は、日本では無料で受けることができます。病気ごとに定められた接種期間があるので、期間内に忘れずに接種しましょう。

日本の予防接種は、外国と違う場合がありますので、日本に来た時や、本国に戻る時は母子健康手帳などの記録をみて、各市区町村役所か小児科のある病院に相談しましょう。

#### (2) 外国旅行の前の予防接種

海外で感染症にかかることを防ぐため、外国へ旅行する場合、予防接種を受けることが必要となることがあります。

厚生労働省検疫所FORTH や各大使館で必要な情報を確認してください。千葉県では、公益財団法人ちば県民保健予防財団などで予防接種を受けることができます。

### ◇厚生労働省検疫所 FORTH

海外の感染症の最新状況や、予防方法等を掲載しています。

<https://www.forth.go.jp>

### ◇公益財団法人ちば県民保健予防財団

千葉市美浜区新港32-14

電話: 043-246-8664

(予約受付時間 月～金 午前9:00～午後4:00)

### ◇成田空港検疫所

成田市古込字古込1-1 (第2旅客ターミナルビル)

電話: 0476-34-2310

### ◇สมาคมสวัสดิการและสุขภาพแม่และเด็ก

ที่กลุ่มกิจการอนามัยมารดาและบุตรก็ยังมีสมุดสุขภาพมารดาและบุตรที่ตีพิมพ์เป็น 10 ภาษา ได้แก่ อังกฤษ เกาหลี จีน ไทย ตากาล็อก โปรตุเกส อินโดนีเซีย สเปน และเวียดนาม เนปาล วางจำหน่ายอีกด้วย

(880 เยน และ เงินที่จะส่ง)

2-18-7 โซะโตะคันดะ, ชิโยดะ คู, โตเกียว

Tel : 03-4334-1188

จันทร์ - ศุกร์ เวลา 9.00-12.00 น. และ 13.00 - 17.00 น.

<https://www.mcfh.co.jp/faq/purchase/en>

### ■การฉีดวัคซีน

#### (1) การฉีดวัคซีนสำหรับเด็ก

ที่ญี่ปุ่น การฉีดวัคซีนสำหรับเด็กนั้น

สามารถทำได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

ระยะเวลาการฉีดวัคซีนของแต่ละโรคแตกต่างกัน

อย่าลืมฉีดวัคซีนภายในระยะเวลาที่กำหนด

การฉีดวัคซีนของญี่ปุ่น จะมีการฉีดที่แตกต่างกับต่างประเทศ เมื่อมาที่ญี่ปุ่นหรือเมื่อจะกลับภูมิลำเนา ให้ตรวจสอบบันทึกในสมุดสุขภาพมารดาและบุตร และปรึกษากับทางสำนักทะเบียนท้องถิ่นในแต่ละที่ หรือโรงพยาบาลที่มีแผนกกุมารเวชก่อน

#### (2) การฉีดวัคซีนก่อนเดินทางไปต่างประเทศ

เพื่อป้องกันการป่วยเป็นโรคติดต่อในต่างประเทศ

กรณีที่จะเดินทางไปต่างประเทศจำเป็นต้องเข้ารับการฉีดวัคซีนเสียก่อน

ตรวจสอบข้อมูลที่จำเป็นได้ที่ เว็บไซต์ FORTH

ของกระทรวงสาธารณสุข แรงงานและสวัสดิการของประเทศญี่ปุ่นหรือสถานทูตแต่ละแห่ง ที่จังหวัดจิบะนั้น สามารถเข้ารับการฉีดวัคซีนได้ที่มูลนิธิการป้องกันและอนามัยประจำจังหวัดจิบะ

### ◇เว็บไซต์ FORTH ของกระทรวงสาธารณสุข

แรงงานและสวัสดิการของประเทศญี่ปุ่น

ข้อมูลล่าสุดสถานการณ์โรคระบาดในต่างประเทศ หรือ วิธีการป้องกัน ฯลฯ

<https://www.forth.go.jp>

### ◇มูลนิธิการป้องกันและอนามัยประจำจังหวัดจิบะ

จิบะ มิฮามะคุ ชิโนมินาโตะ 32-14

Tel : 043-246-8664

(เวลาในการจองทางประชาสัมพันธ์: จันทร์ - ศุกร์ เวลา 9.00 - 16.00 น.)

### ◇สถานตรวจและกักกันโรคติดต่อในสนามบินนาริตะ

นาริตะ ฟรุโทะมะ อาซะฟรุโทะมะ 1-1 (อาคารเทอร์มินัล 2)

Tel : 0476-34-2310

## ■日本の教育制度

日本の教育制度は、小学校6年間、中学校3年間、高等学校3年間、大学4年間が基本です。義務教育は小学校と中学校で、合わせて9年間となります。高等学校と大学は、原則として希望者が入学試験を受けて入学します。その他に、小学校入学前の子供を対象にした幼稚園や保育所、中学校又は高等学校の卒業者を主な対象として、特別な技術や職業などを教えることを目的とした専修学校や各種学校もあります。障害者を対象にして特殊教育を行う学校等もあります。

学校の種類は、国立大学法人が設置する学校、都道府県市町村が設置する学校(公立)、学校法人が設置する学校(私立)に分けられます。

各学年は、4月から始まり翌年3月に終わります。

### ■外国人のための学校ガイド(小学校・中学校)

千葉県教育庁教育振興部学習指導課の「外国人のための学校ガイド(小学校・中学校)」には、教育制度、就学案内、相談の窓口、市町村の窓口、学校の生活、就学ガイドを掲載しています。

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/gaikokujin/school-guide-ja/index.html>

### ■学校からのおたより

千葉県国際交流センターでは、学校から送られてくる「おたより」の多言語資料を掲載しています。(日本語併記)ダウンロードして使うことができます。

英語、中国語、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポルトガル語、タイ語、ベトナム語

[https://www.mccic.or.jp/support\\_for\\_foreigners/information\\_from\\_school/th/](https://www.mccic.or.jp/support_for_foreigners/information_from_school/th/)

## ■ระบบการศึกษาของญี่ปุ่น

ระบบการศึกษาของญี่ปุ่นประกอบไปด้วย ประถมศึกษา 6 ปี มัธยมศึกษาตอนต้น 3 ปี มัธยมศึกษาตอนปลาย 3 ปีและปริญญาตรี 4 ปี การศึกษาคณะบังคับนั้นคือระดับประถม ศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้น รวมทั้งสิ้น 9 ปี สำหรับโรงเรียนมัธยมปลายและมหาวิทยาลัย ผู้ที่ต้องการเข้าศึกษาจะต้องสอบเข้า นอกจากนี้ ยังมีโรงเรียนอนุบาลสำหรับเด็กวัยก่อนประถมศึกษา สถานรับเลี้ยงเด็ก และโรงเรียนสายอาชีพที่เน้นการเรียนการสอนด้านเทคนิคพิเศษและด้านอาชีพ สำหรับผู้ที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย รวมถึงโรงเรียนที่จัดการศึกษาเฉพาะสำหรับผู้พิการอีกด้วย

ประเภทของโรงเรียนนั้นแบ่งออกเป็นโรงเรียนที่ก่อตั้งโดยมหาวิทยาลัยของรัฐ โรงเรียนที่ก่อตั้งโดยเทศบาลในแต่ละท้องถิ่น(โรงเรียนรัฐบาล) และโรงเรียนที่ก่อตั้งโดยเอกชน(โรงเรียนเอกชน)

ในแต่ละปีการศึกษา

จะเริ่มตั้งแต่เดือนเมษายนไปจนถึงเดือนมีนาคมในปีถัดไป

### ■ คู่มือแนะนำการศึกษาสำหรับชาวต่างชาติ (ประถมศึกษา, มัธยมศึกษาตอนต้น)

"คู่มือแนะนำการศึกษาสำหรับชาวต่างชาติ (ประถมศึกษา, มัธยมศึกษาตอนต้น)" ที่ตีพิมพ์โดย ฝ่ายแนะนำการศึกษา แผนกส่งเสริมการศึกษา สำนักงานการศึกษาประจำจังหวัดชิบะ มีข้อมูลเกี่ยวกับระบบการศึกษา, แนะนำการเข้าศึกษา, รับให้คำปรึกษา, ช่องทางถามตอบประจำที่อยู่อาศัย, ชีวิตความเป็นอยู่ในโรงเรียน และแนะนำการเข้าเรียนในโรงเรียนญี่ปุ่นรวมไว้ในเล่ม

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/gaikokujin/school-guide-ja/index.html>

### ■ ประกาศจากโรงเรียน

มีการติดประกาศเอกสาร "โอฮาโยริ"

ที่ส่งมาจากโรงเรียนซึ่งแปลเป็นหลายภาษา (พร้อมภาษาญี่ปุ่น)

ที่ศูนย์การแลกเปลี่ยนระหว่างประเทศจังหวัดชิบะ

สามารถดาวน์โหลดเพื่อนำไปใช้งานได้

ภาษาอังกฤษ, ภาษาจีน, ภาษาเกาหลี, ภาษาสเปน, ภาษาโปตุเกส, ภาษาไทย, ภาษาเวียดนาม

[https://www.mccic.or.jp/support\\_for\\_foreigners/information\\_from\\_school/th/](https://www.mccic.or.jp/support_for_foreigners/information_from_school/th/)

## ■幼稚園・保育所

- 幼稚園は満3歳から小学校に入るまでの幼児の教育をします。入園の申込みは、公立の幼稚園は市町村教育委員会で受け付け、私立の幼稚園は各園が直接受け付けます。利用料は、無料です。
- 保育所は主に両親(保護者)が働いている又は病気などの就学前の児童を預かります。保育所の申し込みは市区町村役所の福祉課で受け付けます。3歳から5歳までの保育料は、無料です。0歳から2歳までの保育料は、住民税非課税世帯を対象に、無料となります。

## ■小学校・中学校

小学校は満6歳、中学校は満12歳に達した子供が、それぞれ地域の小学校や中学校に入学します。公立小学校の入学手続きは、前年の秋ごろ、翌年の4月から新しく入学する幼児を対象に居住地の市町村教育委員会から配布される「健康診断」の通知から始まります。公立中学校は、小学校を卒業した人が入学します。住んでいる場所によって入学する学校が決まっており、入学試験はありません。公立の小学校・中学校は一部の経費を除き、原則として無料で通うことができます。

## ■途中入学(編入学)

母国において小学校又は中学校に在学していた児童、生徒が日本に来て小学校又は中学校に編入学する時には、市町村の教育委員会で編入学の手続きをします。このとき、在留カード又はパスポートが必要です。手続きが済むと就学通知書という書類が渡されますので、指定された日に、指定された学校に、児童・生徒と保護者が一緒にいきます。

## ■โรงเรียนอนุบาล / สถานรับเลี้ยงเด็ก

- โรงเรียนอนุบาลให้การศึกษากับเด็กเล็กตั้งแต่อายุครบ 3 ขวบจนกระทั่งเข้าชั้นประถมศึกษา การสมัคร เข้าเรียนอนุบาลนั้น หากเป็นโรงเรียนของรัฐจะรับสมัครโดยคณะกรรมการการศึกษาของเขตพื้นที่ ส่วนโรงเรียนของเอกชนนั้นแต่ละแห่งจะรับสมัครโดยตรง ฟรีค่าธรรมเนียม
- สถานรับเลี้ยงเด็กจะรับเลี้ยงเด็กก่อนวัยเรียนซึ่งพ่อแม่ (ผู้ปกครอง) ทำงานนอกบ้านหรือเจ็บป่วย เป็นหลัก การสมัครเข้าสถานรับเลี้ยงเด็กนั้นจะรับสมัครที่ฝ่ายสวัสดิการ ณ ที่ทำการของเขตพื้นที่ ไม่เสียค่าใช้จ่ายกรณีเด็กอายุ 3 ถึง 5 ปี สำหรับครัวเรือนที่ได้รับการยกเว้นภาษีผู้อยู่อาศัย ไม่เสียค่าใช้จ่ายกรณีเด็กอายุ 0 ถึง 2 ปี

## ■โรงเรียนประถม / โรงเรียนมัธยมต้น

- เด็กที่อายุถึงเกณฑ์ คือ อายุครบ 6 ปีสำหรับโรงเรียนประถม และครบ 12 ปีสำหรับโรงเรียนมัธยมต้น จะเข้าศึกษาในโรงเรียนประถมและโรงเรียนมัธยมต้นในแต่ละเขตพื้นที่ ขั้นตอนการเข้าศึกษาในโรงเรียนประถมของรัฐนั้นเริ่มจาก ในช่วงฤดูใบไม้ร่วงของปีก่อนหน้า จะมีการแจ้งให้ทราบถึง "การตรวจสอบสภาพ" โดยคณะกรรมการการศึกษาของเขตพื้นที่ที่ท่านพักอาศัย โดยมีเป้าหมายเป็นเด็กก่อนวัยเรียนที่จะเข้าศึกษาใหม่ตั้งแต่เดือนเมษายนของปีถัดไป ส่วนโรงเรียนมัธยมต้นของรัฐนั้น ผู้ที่จบการศึกษาในชั้นประถมศึกษาจะเข้าศึกษาต่อ โดยจะมีการพิจารณา โรงเรียนที่จะเข้าศึกษาตามบริเวณที่พักอาศัยและไม่มีค่าธรรมเนียม
- โรงเรียนประถมและโรงเรียนมัธยมต้นของรัฐ สามารถเข้าศึกษา โดยได้รับการยกเว้นค่าใช้จ่ายบางส่วนหรือไม่เสียค่าใช้จ่ายใด

## ■การเข้าศึกษากลางคัน (การเข้าศึกษาร่วม)

- ในกรณีที่ผู้มีสถานะเป็นนักเรียนโรงเรียนประถมหรือโรงเรียนมัธยมต้นในประเทศ ทศบ้านเกิดจะเข้าศึกษาร่วมในโรงเรียนประถมหรือโรงเรียนมัธยมต้นที่ประเทศ ญี่ปุ่น คณะกรรมการการศึกษาของเขตพื้นที่จะเป็นผู้ดำเนินการ โดยจะต้องมีบัตรพำนักอาศัยชั่วคราวและหนังสือเดินทาง เมื่อการดำเนินการเสร็จสิ้น เด็กและผู้ปกครองจะต้องไปรับเอกสารที่เรียกว่าหนังสือรายงานการเข้าโรงเรียน พร้อมกัน ในวันและโรงเรียนที่ระบุไว้

## ■ 高等学校

高等学校は、それぞれの設置目的、修業年限などによって、次の課程に大別されます。

〔課程別〕

**全日制:** 昼間通学し、修業年限は3年

**定時制:** 夜間または昼間通学し、修業年限は3年又は4年

**通信制:** 通信教育で学習

高等学校には、中学を卒業して入学試験に合格した生徒が入学できます。

公立高校の入学試験は、毎年2月から3月に県下一斉に行われます。私立学校の入学

試験日や内容は、学校によって違います。通常、公立より早く、1月中旬から行われます。

### ・外国人の特別入学者選抜

入国後3年以内の外国人生徒に対して特別枠を設けている学校があります。面接と作文の試験(日本語又は英語)を受けます。

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/hyuuushi/index.html>

### ・参考: 2023年度の実施状況

〔全日制〕

京葉工業高等学校(機械科・電子工業科)

設備システム科・建設科、

幕張総合高等学校(総合学科)、

柏井高等学校(普通科)、

八千代東高等学校(普通科)

市川昂高等学校(普通科)、

まつどくさい国際高等学校(国際教養科)、

流山おおたかの森高等学校(国際コミュニケーション科)

なりた国際高等学校(国際科)、

富里高等学校(普通科)、

市原八幡高等学校(普通科)、

まつどしりつまつど高等学校(普通科)、

かわしりつかわ高等学校(普通科)、

〔定時制〕

千葉商業高等学校(商業科)

千葉工業高等学校(工業科)

船橋高等学校(総合学科)

## ■ โรงเรียนมัธยมปลาย

โรงเรียนมัธยมปลายนั้น

แบ่งกว้างๆตามวัตถุประสงค์ในการก่อตั้งและระยะเวลาในการศึกษาได้ตั้งหลักสูตรต่อไปนี้

แบ่งตามหลักสูตร

**หลักสูตรศึกษาเต็มวัน:** ศึกษาในเวลากลางวัน ระยะเวลาในการศึกษา3ปี

**หลักสูตรศึกษาตามเวลาที่กำหนด:**

ศึกษาในเวลากลางคืนหรือกลางวันไปด้วย ระยะเวลาในการศึกษา3-4ปี

**หลักสูตรศึกษาผ่านระบบสื่อสาร:** ศึกษาผ่านระบบสื่อสารไปด้วย

การสอบเข้าโรงเรียนมัธยมปลายของรัฐจะจัดพร้อมกันทั้งจังหวัดตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์ถึงเดือนมีนาคมของทุกปี

ส่วนวันสอบเข้าและรายละเอียดของโรงเรียนเอกชนนั้น

จะแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับทางโรงเรียน

โดยทั่วไปแล้วจะจัดขึ้นเร็วกว่าโรงเรียนรัฐบาล คือในช่วงกลางเดือนมกราคม

• การคัดเลือกผู้เข้าศึกษาเป็นกรณีพิเศษสำหรับชาวต่างชาติ

มีบางโรงเรียนที่มีโควตาพิเศษสำหรับนักเรียนชาวต่างชาติที่เข้ามาในประเทศไม่เกิน 3 ปี โดยจะมีการสัมภาษณ์และสอบเขียนเรียงความ

(ภาษาญี่ปุ่นหรือภาษาอังกฤษ)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/nyuushi/index.html>

• อ้างอิง: 2023 สถานการณ์

### 〔หลักสูตรศึกษาเต็มวัน〕

โรงเรียนมัธยมปลายเคียสาคาอุตสาหกรรม (แผนกเครื่องจักร, แผนก

อุตสาหกรรมอิเล็กทรอนิกส์, แผนกระบบอุปกรณ์เครื่องจักร, แผนกก่อสร้าง)

โรงเรียนมัธยมปลายหลากหลายหลักสูตรระยะกะ (หลักสูตรปกติ)

โรงเรียนมัธยมปลายคะชิวะอิ (หลักสูตรปกติ)

โรงเรียนมัธยมปลายยาจิโยะ อีสต์ (แผนกสามัญ)

โรงเรียนมัธยมปลายอิชิคาวะซุบารุ (แผนกสามัญ)

โรงเรียนมัธยมปลายนานาชาติมะสึโตะ (หลักสูตรการศึกษานานาชาติ)

โรงเรียนมัธยมปลายนะงะระยะมะ-โอทะกะโนะโมะริ (แผนกสื่อ สารระหว่างประเทศ)

โรงเรียนมัธยมปลายนานาชาตินะริตะ (หลักสูตรนานาชาติ)

โรงเรียนมัธยมปลายโทมิซาโตะ (แผนกสามัญ)

โรงเรียนมัธยมปลายอิชิฮาระยาวาตะ (แผนกสามัญ)

โรงเรียนมัธยมปลายมัตสึโตะ เมืองมัตสึโตะ (แผนกสามัญ)

โรงเรียนมัธยมปลายสังกัต เทศบาลคะชิวะ (หลักสูตรปกติ)

### 〔หลักสูตรศึกษาตามเวลาที่กำหนด〕

โรงเรียนมัธยมปลายพานิชย์จิยะ (หลักสูตรธุรกิจ)

โรงเรียนมัธยมปลายเทคนิคจิยะ (หลักสูตรเครื่องจักรไฟฟ้า)

โรงเรียนมัธยมปลายฟูนาบาชิ (หลักสูตรปกติ)

- いちかわこうぎょうこうとうがっこう (工業科)、  
市川工業高等学校 (工業科)
- ひがしつかこうとうがっこう (普通科)  
東葛飾高等学校 (普通科)
- さわらこうとうがっこう (普通科)  
佐原高等学校 (普通科)
- ちようししやうぎやうこうとうがっこう (商業科)  
銚子商業高等学校 (商業科)
- そうきこうとうがっこう (普通科)  
匝瑳高等学校 (普通科)
- とうかねこうとうがっこう (普通科)  
東金高等学校 (普通科)
- ちようせいこうとうがっこう (普通科)  
長生高等学校 (普通科)
- ながさこうとうがっこう (普通科)  
長狭高等学校 (普通科)
- たてやまそうこうとうがっこう (普通科)  
館山総合高等学校 (普通科)
- きさらづひがしこうとうがっこう (普通科)  
木更津東高等学校 (普通科)
- おいはまこうとうがっこう (普通科)  
生浜高等学校 (普通科)
- まつどみなみこうとうがっこう (普通科)  
松戸南高等学校 (普通科)
- さくらみなみこうとうがっこう (普通科)  
佐倉南高等学校 (普通科)

くわ しくは、下記にお問い合わせください。  
ちばけんきょういくくわくおんぎょうくわくしんこうがくしゆうしどうか  
千葉県教育庁教育振興部学習指導課  
電話: 043-23-4056

こうとうがっこうとうしゆがくしえんきん  
<高等学校等就学支援金>  
せたい ねんかんしゆにゆう まんえんみまんていど かけてい  
世帯の年間収入が910万円未満程度の家庭  
の生徒には、「高等学校等就学支援金」が  
せいと こうとうがっこうとうしゆがくしえんきん  
支給されます。支援金は学校が本人(保護者)  
がしきゆう しえんきん がっこう ほんにん ほごしや  
にかわって受け取り授業料に充てます。授業  
料と支援金額に差額があるときは、本人が  
しせんきんがく きがく ほんにん  
支払う必要があります。  
ねんかんしゆにゆう まいとしみなお  
\*年間収入は、毎年見直しされます。  
くわ しくは、下記にお問い合わせください。

こうりつこうこう  
公立高校:  
ちようきかくかんりぶぎざいむか  
千葉県教育庁企画管理部財務課  
でんわ  
電話: 043-223-4025

しりつこうこう ちばけんそうむぶがくしつか  
私立高校: 千葉県総務部学事課  
でんわ  
電話: 043-223-2155

だいがく たんきだいがく  
■大学・短期大学  
こうとうがっこう そつぎやう せいと がっこう  
高等学校を卒業した生徒のための学校として  
だいがく たんきだいがく にゆうがく  
大学・短期大学があります。入学するためには  
にゆうがくしけん う ひつよう にはん  
入学試験を受ける必要があります。日本の  
こうとうがっこう そつぎやう こうとうがっこうそつ  
高等学校を卒業していなくても、高等学校卒  
ぎやうていど にんていしけん こうかく おな ていど  
業程度認定試験に合格すれば同じ程度の

- โรงเรียนมัธยมปลายอุตสาหกรรมวิชิคะวะ (หลัก สูตรเครื่อง ングลไฟฟ้า)
- โรงเรียนมัธยมปลายอิกาชิคัตสึชิคะ (หลักสูตรปกติ)
- โรงเรียนมัธยมปลายซาวาระ (หลักสูตรปกติ)
- โรงเรียนมัธยมปลายโซชิพาณิชนิย์ (หลักสูตรธุรกิจ)
- โรงเรียนมัธยมปลายโซเซะ (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลายโทกาเนะ (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลายโจเซ (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลายนางาสะ (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลายทาเทยามะ โซโก (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลายคิซาราสึ อิกาชิ (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลายโอคยามะ (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลายมัตสึโตะ มินามิ (แผนกสามัญ)
- โรงเรียนมัธยมปลาย ซากุระมินามิ (แผนกสามัญ)

ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ตามรายละเอียดข้างล่างนี้  
ฝ่ายแนะแนวการศึกษา แผนกส่งเสริมการศึกษา  
สำนักงานการศึกษาประจำจังหวัดชิเบะ  
TEL 043-23-4056

<เงินสนับสนุนการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย>  
"เงินช่วยเหลือการเข้าศึกษาในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย"  
จะจ่ายให้กับนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่มีรายได้ครัวเรือนต่อปีต่ำกว่า 9.1  
ล้านเยนโดยประมาณ โรงเรียน (ผู้ปกครอง)  
จะเป็นผู้รับเงินช่วยเหลือแทนนักเรียนเพื่อนำไปใช้เป็นค่าเล่าเรียน  
ในกรณีการเงินช่วยเหลือไม่พอกับค่าเล่าเรียน  
ผู้ได้รับเงินช่วยเหลือจำเป็นต้องจ่ายส่วนต่างนั้นเอง  
\*รายได้ประจำปี จะถูกพิจารณาใหม่เป็นประจำทุกปี  
ติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ตามรายละเอียดข้างล่างนี้

โรงเรียนมัธยมปลายรัฐบาล: การเงิน แผนกควบคุมและวางแผนงาน  
สำนักงานการศึกษาประจำจังหวัดชิเบะ  
โทรศัพท์: 043-223-4025

โรงเรียนมัธยมปลายเอกชน .ฝ่ายการศึกษา แผนกการจัดการทั่วไป  
โทรศัพท์: 043-223-2155

■มหาวิทยาลัย /วิทยาลัย

มหาวิทยาลัยและวิทยาลัยมีฐานะเป็นโรงเรียนสำหรับผู้จบการศึกษาจากโรงเรียนมัธยมปลาย การเข้าศึกษาขึ้นนั้นจะต้องสอบเข้า  
แม้ไม่ได้จบการศึกษาจากโรงเรียนมัธยมปลายในประเทศญี่ปุ่น  
แต่หากสอบผ่านการสอบวัดระดับการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย  
ก็จะได้รับความเห็นชอบว่ามี ความสามารถทางการศึกษาในระดับเดียวกันและสามารถเข้ารับการศึกษาต่อได้ นอกจากนี้



## ■日本語教育

### (1)日本語教室

日本語は、日本語学校や日本語教室で学ぶことができます。日本語学校は授業料が必要です。他に、市町村や市町村国際交流協会が実施する日本語教室や、民間の国際交流団体が安い費用又は無料で実施している日本語教室もあります。

日本語教育に関する情報は、居住地の市町村国際交流担当窓口（P.82）か、市町村国際交流協会（P.85）、又は外国人相談に確認してください。

### ・千葉県外国人相談

電話：043-297-2966

千葉県内の日本語教室は、千葉県国際交流センター「あなたのまちの日本語教室」で検索できます。

[https://www.mic.or.jp/ja/support\\_for\\_foreigners/japanese\\_class/japanese\\_class.html](https://www.mic.or.jp/ja/support_for_foreigners/japanese_class/japanese_class.html)

### (2)日本語能力試験

日本語能力試験の主なものは以下のとおりです。

#### ◇日本語能力試験(JLPT)

この試験は、日本国内及び海外において、原則として日本語を母国語としない人を対象として、日本語の能力を測定し、認定するために実施されます。外国人学生が日本への留学を希望する場合、多くの大学でこの試験の成績を求められる場合があります。詳しいことは、下記に確認してください。

#### ①国内で実施する試験

（公財）日本国際教育支援協会 日本語能力試験受付センター

電話：03-6686-2974

<http://info.jees-jlpt.jp/>

## ■การศึกษาภาษาญี่ปุ่น

### (1)ห้องเรียนภาษาญี่ปุ่น

ภาษาญี่ปุ่นนั้นสามารถศึกษาได้ที่โรงเรียนสอนภาษาญี่ปุ่นหรือห้องเรียนภาษาญี่ปุ่น โดยโรงเรียนสอนภาษาญี่ปุ่นนั้นจะต้องเสียค่าใช้จ่าย นอกจากนี้ยังมีห้องเรียนภาษาญี่ปุ่นที่ดำเนินการโดยเทศบาลและสมาคมการแลกเปลี่ยนนานาชาติ

และห้องเรียนภาษาญี่ปุ่นที่ดำเนินการโดยองค์การการแลกเปลี่ยนนานาชาติของเอกชน ซึ่งเสียค่าใช้จ่ายในราคาถูกหรือไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

ข่าวสารเกี่ยวกับการศึกษาภาษาญี่ปุ่นนั้น

กรุณาตรวจสอบที่แผนกติดต่อสอบถามเกี่ยวกับการแลกเปลี่ยนนานาชาติของเขตพื้นที่ที่พิกอาศัย(P.82)

สมาคมการแลกเปลี่ยนนานาชาติของเขตพื้นที่ (P.85)

หรือการปรึกษาทางโทรศัพท์สำหรับชาวต่างชาติ

#### ・ การปรึกษาทางโทรศัพท์สำหรับชาวต่างชาติ จังหวัดฉะ

โทรศัพท์: 043-297-2966

ห้องเรียนภาษาญี่ปุ่นภายในจังหวัดฉะนั้นสามารถสืบค้นได้ที่

“ห้องเรียนภาษาญี่ปุ่นในเมืองของคุณ” ศูนย์การแลกเปลี่ยนนานาชาติ จังหวัดฉะ

[https://www.mic.or.jp/ja/support\\_for\\_foreigners/japanese\\_class/japanese\\_class.html](https://www.mic.or.jp/ja/support_for_foreigners/japanese_class/japanese_class.html)

### (2) การสอบวัดระดับความสามารถทางภาษาญี่ปุ่น

ข้อมูลสำคัญของการสอบวัดระดับความสามารถทางภาษาญี่ปุ่นมีดังนี้

#### ◇การสอบวัดระดับความสามารถทางภาษาญี่ปุ่น

การสอบนี้เป็นการสอบเพื่อวัดผลและรับรองความสามารถทางภาษาญี่ปุ่นของผู้ที่ไม่ได้ใช้ภาษาญี่ปุ่นเป็นภาษาแม่

โดยจัดขึ้นทั้งภายในประเทศญี่ปุ่นและในต่างประเทศ

ในกรณีที่นักเรียนต่างชาติต้องการที่จะศึกษาในประเทศญี่ปุ่น

มหาวิทยาลัยส่วนใหญ่มักจะขอผลการสอบนี้

ตรวจสอบเพิ่มเติมได้ตามรายละเอียดข้างล่างนี้

#### ①การสอบที่จัดขึ้นภายในประเทศญี่ปุ่น

(กลุ่ม) สมาคมสนับสนุนการศึกษานานาชาติแห่งประเทศไทย

ศูนย์รับสมัครสอบวัดระดับความสามารถทางภาษาญี่ปุ่น

โทรศัพท์: 03-6686-2974

<http://info.jees-jlpt.jp/>

## ② 海外で実施する試験

独立行政法人 国際交流基金 日本語試験  
センター

東京都新宿区四谷 4-3 7-9階

メール: [jlptinfo@jpf.go.jp](mailto:jlptinfo@jpf.go.jp)

[http://www.jlpt.jp/application/overseas\\_index.html](http://www.jlpt.jp/application/overseas_index.html)

## ◇ 国際交流基金 日本語基礎テスト (JFT Basic)

日本の生活場面でのコミュニケーションに必要な日本語能力を測定し、「ある程度日常会話ができ、生活に支障がない程度の能力」があるかどうかを判定するテストです。

電話: 0120-90-7699

月曜日 - 金曜日 9:00-17:00

言語: 日本語、英語

<https://www.jpf.go.jp/jft-basic/index.html>

## ◇ BJT ビジネス日本語能力テスト

この試験は、ビジネス場面で必要とされる日本語コミュニケーション能力を測定するテストです。

## 〈問い合わせ先〉

公益財団法人 日本漢字能力検定協会

京都市東山区祇園町南側551番地

電話: 0120-509-315

e-mail: [bit@kanken.or.jp](mailto:bit@kanken.or.jp)

<http://www.kanken.or.jp/bjt/contact/index.html>

## ② การสอบที่จัดขึ้นในต่างประเทศ

ศูนย์การสอบภาษาญี่ปุ่น มูลนิธิการแลกเปลี่ยนนานาชาติ

โตเกียว ชินจูกุ โยะสึยะ 4-3 ชั้น7-9

e-mail: [jlptinfo@jpf.go.jp](mailto:jlptinfo@jpf.go.jp)

[http://www.jlpt.jp/application/overseas\\_index.html](http://www.jlpt.jp/application/overseas_index.html)

## ◇ การสอบ The Japan Foundation Test for Basic Japanese (JFT-Basic)

การสอบวัดระดับทักษะทางภาษาญี่ปุ่นที่ต้องใช้ในชีวิตประจำวันในญี่ปุ่น และประเมินว่า “สามารถสนทนาในชีวิตประจำวันได้ในระดับหนึ่ง และดำเนินชีวิตประจำวันได้โดยปราศจากอุปสรรค” หรือไม่

TEL: 0120-90-7699

จันทร์ ถึง ศุกร์ 9:00 -17:00 น

ภาษา: ญี่ปุ่น, ภาษาอังกฤษ

<https://www.jpf.go.jp/jft-basic/index.html>

## ◇ การสอบวัดระดับทักษะการใช้ภาษาญี่ปุ่นเชิงธุรกิจ BJT

การสอบนี้เป็นการสอบวัดความสามารถในการสื่อสารภาษาญี่ปุ่นซึ่งจำเป็นในเชิงธุรกิจ

## 〈ติดต่อสอบถามล่วงหน้า〉

สมาคมพิจารณามาตรฐานความสามารถด้านคันจิแห่งประเทศไทยญี่ปุ่น  
นิติบุคคล

เลขที่ 551 กิจมະจิ มินะมิกะวะ เขตฮิกะชิยะมะ จังหวัดเกียวโต

โทรศัพท์: 0120-509-315

e-mail: [bit@kanken.or.jp](mailto:bit@kanken.or.jp)

<http://www.kanken.or.jp/bjt/contact/index.html>

### ■日本で就労するには

日本で就労するには、就労することが認められている在留資格を持ち、仕事の内容が、その在留資格で認められた活動であることが必要です。

就職に当たっては、日本の労働に関する法律や制度を知っておきましょう。

### ■日本で仕事を探るとき《公共職業安定所（ハローワーク）》

公共職業安定所は職業相談・援助を行う機関で、求職者の能力に適合する職業や賃金、勤務時間、通勤等の諸条件にあった会社の紹介を行っています。通訳を配置した「外国人雇用サービスコーナー」等のある所もあります。

### ■การทำงานในประเทศไทย

ในการทำงานที่ญี่ปุ่นนั้นต้องได้สถานภาพการพำนักที่อนุญาตให้ทำงาน

และรายละเอียดของงานก็ต้องตรงกับที่สถานภาพการพำนักอนุญาต

ทั้งนี้ในการเข้าทำงานจะต้องศึกษากฎหมายและระบบที่เกี่ยวกับแรงงานญี่ปุ่นด้วย

### ■การทำงานทำในญี่ปุ่น 《สำนักงานสวัสดิการอาชีพ (Hello Work)》

สำนักงานสวัสดิการอาชีพคือหน่วยงานที่ให้คำปรึกษาและการสนับสนุนในการเข้าทำงาน และให้คำแนะนำเกี่ยวกับบริษัทที่มีตำแหน่ง ค่าแรงงาน

ช่วงเวลาการทำงาน

และเงื่อนไขต่างๆในการทำงานที่เหมาะสมกับความสามารถของผู้สมัครงาน

อีกทั้งบางแห่งยังมีสามใน “มัมมริการข้อมูลงานชาวต่างชาติ” อีกด้วย

#### ハローワーク(公共職業安定所)

#### Hello Work (สำนักงานสวัสดิการอาชีพ)

( 2023 )

สถานที่	ที่อยู่	เบอร์โทรศัพท์	ภาษา	เวลาทำการ
千葉(Chiba)	Chiba-shi Mihhama-ku Saiwai-cho 1-1-3	043-242-1181	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.- 17:15น.
			ภาษาอังกฤษ	จ. พท. : 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
			ภาษาโปรตุเกส	จ. พ, ศ : 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
			ภาษาสเปน	ศ: 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น
			ภาษาจีน	พท: 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
ハローワークプラザ ちば (Hello Work Plaza Chiba)	Chiba-shi Chuo-ku Shinmachi 3-13 Chiba TN bldg. 1F	043-238-8300	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 10:15น.- 19:00น. เสาร์ที่ 2, 4: 10:00น.-17:00น.
マザーズハローワークちば(Mothers' Hello Work Chiba)	Chiba-shi Chuo-ku Shinmachi 3-13 Chiba TN bldg. 1F	043-238-8100	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 10:15น.- 19:00น.
千葉南 (Chiba Minami)	Chiba-shi Chuo-ku Minamicho 2-16-3 Kaikikan Soga Ekimae Bldg. 3F, 4F	043-300-8609	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.
			ภาษาจีน	อ.: 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
			ภาษาอังกฤษ	พท.: 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
			ภาษาสเปน	พท.: 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.

สถานที่	ที่อยู่	เบอร์โทรศัพท์	ภาษา	เวลาทำการ
ハローワークプラ ザ市原 (Hello Work Plaza Ichihara)	Ichihara-shi Sarashina 5-1-18	0436-23-6941	ภาษาญี่ปุ่น	จ, อ, พ, ศ: 8:30น.- 17:00น. วันเสาร์: 8:30น.- 17:00น.
市川(Ichikawa)	Ichikawa-shi Minami Yawata 5- 11-21	047-370-8609	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น. เสาร์ที่ 2, 4: 10:00น.-17:00น.
			ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน	พ.: 10:00น.-12:00น., 13:00น.- 15:00น.
銚子(Choshi)	Choshi-shi Chuo- cho 8-16	0479-22-7406	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.
館山 (Tateyama)	Tateyama-shi Yawata 815-2	0470-22-2236	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.
木更津 (Kisarazu)	Kisarazu-shi Fujimi 1-2-1 SPARKLE CITY KISARAZU Bldg. 5F	0438-25-8609	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.
佐原(Sawara)	Katori-shi Kita 1- 3-2	0478-55-1132	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.
茂原 (Mobara)	Mobara-shi Takashidai 1-5-1 Mobara Chiho Godochosha Bldg. 1F	0475-25-8609	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.
いすみ(Isumi)	Isumi-shi Ohara 8000-1	0470-62-3551	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.
松戸(Matsudo)	Matsudo-shi Matsudo 1307-1 Matsudo Bldg. 3F	047-367-8609	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น. เสาร์ที่ 1, 3: 10:00น.-17:00น.
			ภาษาอังกฤษ	จ, อ. : 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
			ภาษาจีน	พ.: 13:00น.-17:00น.
			ภาษาโปรตุเกส	จ.อ.: 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
ハローワークプ ラザ柏 (Hello Work Plaza Kashiwa)	Kashiwa-shi Kashiwa 4-8-1 Kashiwa Higashi- guchi Kaneko Bldg. 3F	04-7166-8609	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 10:15น.-19:00น.
野田 (Noda)	Noda-shi Mizuki 2-6-1	04-7124-4181	ภาษาญี่ปุ่น	จ.-ศ.: 8:30น.-17:15น.

สถานที่	ที่อยู่	เบอร์โทรศัพท์	ภาษา	เวลาทำการ
船橋 (Funabashi)	Funabashi-shi Minato-cho 2-10- 17 (1st bldg.)	047-431-8287 (1st bldg.)  047-420-8609 (2nd bldg.)	ภาษาญี่ปุ่น	จ. -ศ.: 8:30น.-17:15น.
			ภาษาจีน	จ. 10:00น.-12:00น., 13:00น.- 15:00น.
	Funabashi-shi Hon-cho 2-1 Funabashi Square 21 bidg (2nd bldg.)		ภาษาอังกฤษ ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส	อ., พ., ศ: 10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00pm.
成田 (Narita)	Narita-shi Karabe 3-4-2	0476-27-8609	ภาษาญี่ปุ่น	จ. -ศ.: 8:30น.-17:15น.
			ภาษาอังกฤษ	อ., พท.: 11:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
			ภาษาโปรตุเกส	อ., พท. : 11:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
			ภาษาสเปน	พท.: 11:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
			ภาษาจีน	ศ.: 11:00น.-12:00น., 13:00น.- 16:00น.

**(1) 東京外国人雇用サービスセンター**  
 日本で就職を希望する外国人留学生の方、専門的・技術的分野の在留資格の方の就職支援を行う公共職業安定機関です。  
 ※英語・中国語の通訳員が配置されていますが、指定された日となりますので、通訳が必要な方は予め電話でご確認ください。  
 時間：午前10:00～午後5:00(土・日・祝日及び年末年始は休み)  
 所在地：〒160-0004 東京都新宿区四谷1-6-1 四谷タワー13階  
 電話：03-5361-8722  
<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>

**(2) 新宿外国人雇用支援・指導センター**  
 日本人の配偶者等、定住者などの就労制限のない在留資格の方・アルバイトを希望する外国人留学生・就学生の方等の就職支援を行っています。  
 ※英語・中国語の通訳員が配置されています

### (1) ศูนย์บริการจัดหางานสำหรับชาวต่างชาติโตเกียว

สำนักงานสวัสดิการอาชีพที่สนับสนุนการเข้าทำงานของนักเรียนแลกเปลี่ยนชาวต่างชาติและผู้มีความสามารถในสาขาเทคโนโลยี และผู้มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน

※เนื่องจากสามภาษาอังกฤษและภาษาจีนมีกำหนดวันทำงาน

จึงขอความกรุณาผู้ที่ต้องการใช้บริการสามตรวจสอบทางโทรศัพท์ล่วงหน้า

เวลาทำการ : 10:00น.-17:00น. (ยกเว้นวันเสาร์-อาทิตย์

และวันหยุดนักขัตฤกษ์)

ที่ตั้ง: 〒160-0004 อาคารโยสึยะ ทาวเวอร์ ชั้น 13F, โยสึยะ1-6-1, ชินจูกุ, โตเกียว

โทรศัพท์: 03-5361-8722

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>

### (2)

ศูนย์ให้คำปรึกษาและให้ความช่วยเหลือการจ้างงานชาวต่างชาติชินจูกุ

ให้ความช่วยเหลือผู้ที่มีสถานภาพการพำนักที่ได้รับอนุญาตให้ทำงานไม่มีการจำกัดชน ผู้ที่อาศัยอยู่ประเทศญี่ปุ่นถาวร และคู่สมรสของชาวญี่ปุ่นเป็นต้น ตลอดจนให้ความช่วยเหลือนักเรียนแลกเปลี่ยนชาวต่างชาติที่ต้องการทำงานพิเศษอีกด้วย

มีสามภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ประจําการ แต่เป็นระบบนัดหมายล่วงหน้าทุกกรณี

すが、通訳が必要な場合は完全予約制です  
ので必ず事前に電話で予約してください。

時間：8:30-17:15 (土・日・祝日及び年末  
年始は休み)

所在地：〒160-8489 東京都新宿区  
歌舞伎町2-42-10 ハローワーク新宿  
(歌舞伎町庁舎)1階  
電話：03-3204-8609

[https://site.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku/madoguchi\\_goannai/gaisen.html](https://site.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku/madoguchi_goannai/gaisen.html)

#### ◇介護に携わる外国人のための支援センター (千葉県外国人介護人材支援センター)

電話：0120-054-762

住所：千葉市中央区千葉港 4-5 千葉県社会  
福祉センター1F

英語：火・木・土 午前10:00～午後6:00

ベトナム語：月・水・金 午前10:00～午後6:00

<https://www.cfcc.jp/>

#### ■労働契約の締結

日本で働く人は、国籍・性別を問わず、また  
入国管理法上、合法、違法を問わず原則とし  
て、日本の労働基準法、最低賃金法、労働  
安全衛生法、労働者災害補償保険法などが  
適用されます。

後日のトラブルを避けるため、労働契約を結ぶ  
ときは、労働条件を文書にしておくと良いで  
しょう。雇用者は、労働者に、次の労働条件を  
文書で明示するよう義務付けられています。

- ① 労働の契約期間
- ② 契約更新の基準
- ③ 仕事をする場所、仕事の内容
- ④ 仕事を始める時刻と終わりの時刻、  
決められた労働時間を超える労働  
の有無、休憩時間、休日、休暇など
- ⑤ 賃金の決定、計算及び支払いの方法、  
賃金の締切り及び支払いの時期、昇給  
に関する事
- ⑥ 退職に関する事

หากจำเป็นต้องใช้ล่ามกรุณาโทรศัพท์นัดหมายก่อนทุกครั้ง

เวลาทำการ : 8:30น.-17:15น. (ยกเว้นวันเสาร์-อาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์)

ที่อยู่ : 〒160-8489 โตเกียว ชินจูกุ คาบุคิ 2-42-10 Hello Work ชินจูกุ  
(Kabuki Government Building) ชั้น1

โทรศัพท์: 03-3204-8609

[https://site.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku/madoguchi\\_goannai/gaisen.html](https://site.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku/madoguchi_goannai/gaisen.html)

#### ◇ศูนย์ให้ความช่วยเหลือสำหรับการบริบาลดูแลชาวต่างชาติ (ศูนย์ให้ความช่วยเหลือนักบริบาลชาวต่างชาติ จังหวัดชิบะ)

โทรศัพท์: 0120-054-762

ที่อยู่ : 4-5, ท่าเรือชิบะ, ชูโอดุ, ชิบะชิ ศูนย์สวัสดิการสังคมจังหวัดชิบะ ชั้น 1

ภาษาอังกฤษ: อังคาร พุธ สבת เสาร์ 10:00-18:00 น.

ภาษาเวียดนาม: จันทร์ พุธ ศุกร์ 10:00-18:00 น.

<https://www.cfcc.jp/>

#### ■ข้อตกลงในการทำงาน

ไม่ว่าผู้ที่ทำงานที่ญี่ปุ่นจะเป็นเพศใด เชื้อชาติใด

หรือเข้ามาในประเทศอย่างถูกกฎหมายหรือไม่

ก็จะได้รับความคุ้มครองตามกฎหมายญี่ปุ่น

ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดค่าแรงงานขั้นต่ำ

การคุ้มครองความปลอดภัยในขณะทำงาน

การชดเชยค่าเสียหายเมื่อผู้ใช้แรงงานได้รับความเสียหาย

เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาในภายหลังควรมีเอกสารเงื่อนไขในการทำงานเป็นลายลักษณ์

อักษรชัดเจนเมื่อทำสัญญา

นายจ้างจะต้องระบุเงื่อนไขการทำงานต่อลูกจ้างให้ชัดเจนดังนี้

- ① ช่วงเวลาในการทำงาน
- ② เตรียมการต่อสัญญา
- ③ สถานที่ทำงาน รายละเอียดของงาน
- ④ ตารางเวลาเข้าทำงานและเลิกทำงานว่ามีการทำงานล่วงเวลาหรือไม่  
เวลาพักระหว่างงาน การลางาน และวันหยุดเป็นต้น
- ⑤ กำหนดค่าจ้างและวิธีการจ่ายค่าจ้าง กำหนดวันจ่ายค่าจ้าง การขึ้นเงินเดือน
- ⑥ การลาออกจากงาน

## ■労働相談

賃金・労働時間・安全衛生・労働災害に対する補償などのトラブルの相談は、最寄りの労働局又は労働基準監督署でお答えしています。

### (1) 千葉労働局労働基準部監督課

外国人のための労働相談窓口を開設しています。

時間：(英語での相談日) 火曜日・木曜日

午前 9:30-午後 5:00

事前にお問い合わせください。

所在地：千葉市中央区中央4-11-1千葉第2

地方合同庁舎

電話：043-221-2304

### (2) 労働基準監督署

千葉県内の労働基準監督署でも相談を受け付けています。

[受付時間]

月～金 午前 9:00～午後 5:00

外国語で相談を受け付けているところもあります。下の表をご参照ください。

## ■試験ด้านแรงงาน

ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับค่าจ้าง ระยะเวลาการใช้แรงงาน ความปลอดภัยและอนามัย และปัญหาการขูดขี่ค่าเสียหายโดยสำนักงานแรงงานที่อยู่ใกล้เคียงสถานที่ทำงาน และสำนักงานการตรวจสอบมาตรฐานแรงงาน

### (1) แผนกตรวจสอบ ฝ่ายมาตรฐานแรงงาน สำนักงานแรงงานลิจะ

ให้คำปรึกษาด้านแรงงานสำหรับชาวต่างชาติ

เวลาทำการ: (วันปรึกษาเป็นภาษาอังกฤษ) วันอังคารที่ และวันพฤหัสบดี 9:30น.-17:00น.

กรุณาติดต่อสอบถามล่วงหน้า

ที่อยู่: ลิจะชิ ชูโอคุ ชูโอ 4-11-1 สำนักงานการปกครองท้องถิ่นลิจะเขต 2

โทรศัพท์: 043-221-2304

### (2) สำนักงานตรวจสอบมาตรฐานแรงงาน

ปรึกษาได้เช่นกันที่สำนักงานตรวจสอบมาตรฐานแรงงานในจังหวัดลิจะ

(เวลารับเรื่อง)

จันทร์ ถึง ศุกร์ เวลา 9:00 น. จนถึง 17:00 น.

จุดที่ให้บริการปรึกษาภาษาต่างประเทศ กรุณาตรวจสอบได้ที่ตารางด้านล่างนี้

### 労働基準監督署

(สำนักงานตรวจสอบมาตรฐานแรงงาน)

สถานที่	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์	ภาษาอื่นนอกจากภาษาญี่ปุ่น	วันดำเนินการ
千葉 (Chiba)	Chiba-shi Chuo-ku Chuo 4-11-1 Chiba Daini Chiho Godochosha	043-221-2304	ภาษาอังกฤษ	อังคาร พฤหัส
船橋(Funabashi)	Funabashi-shi Kaijin-cho 2-3-13	047-431-0182	ภาษาจีน	จันทร์ พฤหัส
柏(Kashiwa)	Kashiwa-shi Chuo-cho 3-2	04-7163-0246	ภาษาจีน	พุธ, ศุกร์
			ภาษาเวียดนาม	อังคาร, พฤหัส
銚子(Choshi)	Choshi-shi Chuo-cho 8-18	0479-22-8100		
木更津(Kisarazu)	Kisarazu-shi Fujimi 2-4-14 Kisarazu Chiho Godochosha	0438-22-6165		
茂原 (Mobara)	Mobara-shi Hagiwara-cho 3-20-3	0475-22-4551		
成田 (Narita)	Narita-shi Towada 553-4	0476-22-5666		
東金(Togane)	Togane-shi T.u.a 65	0475-52-4358		

### (3) 外国人労働者向け相談ダイヤル (厚生労働省)

労働条件に関する問題について、法令の説明や各関係機関の紹介を行っています。

英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、ミャンマー語、ネパール語、韓国語、タイ語、インドネシア語、カンボジア語、モンゴル語に対応しています。

各言語の電話番号とスケジュールについては URL をご参照ください。

<http://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

### (4) 労働条件ほっとライン (厚生労働省)

労働局や労働基準監督署が閉まっているときの相談窓口です、全国どこからでも無料で通話できます。

英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、ミャンマー語、ネパール語、韓国語、タイ語、インドネシア語、カンボジア語、モンゴル語に対応しています。各言語の電話番号とスケジュールについては URL をご参照ください。

<http://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

## ■ 労働保険制度

日本には労働者を保護する労働者災害補償保険 (労災保険) と雇用保険の二つの制度があります。

### (1) 労災保険

労災保険は、仕事でけがをしたり、病気になった場合や、過労死、通勤の途中でけがをした場合などに、療養補償、休業補償、障害補償、遺族補償などの給付金を受けることができます。これらの補償は、本人又は家族からの請求に基づき、労働基準監督署が調査し、決定します。保険料は雇用主が支払います。詳しくは、労働基準監督署へお問い合わせください。

### (3) เลขหมายบริการให้คำปรึกษาแก่ผู้ใช้แรงงานชาวต่างชาติ (กระทรวงสาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการสังคม)

ในคำถามที่เกี่ยวกับเงื่อนไขแรงงาน

จะมีการอธิบายกฎหมายและแนะนำหน่วยงานต่าง ๆ ที่ข้องเกี่ยว

ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาตากาล็อก

ภาษาเวียดนาม ภาษาพม่า ภาษาเนปาล ภาษาเกาหลี ภาษาไทย

ภาษาอินโดนีเซีย ภาษากัมพูชา ภาษามองโกล

กรุณาตรวจสอบตารางเวลาให้บริการและเบอร์โทรในการติดต่อขอรับคำแนะนำในแต่ละภาษาได้ทางเว็บไซต์

<http://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

### (4) สายด่วนเงื่อนไขการทำงาน (กระทรวงสาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการสังคม)

หน่วยงานบริการให้คำปรึกษาในตอนเช้าสำนักงานแรงงานและสำนักงานการตรวจสอบมาตรฐานแรงงานเปิดบริการ โทรฟรีได้จากทั่วประเทศ

ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาตากาล็อก

ภาษาเวียดนาม ภาษาพม่า ภาษาเนปาล ภาษาเกาหลี ภาษาไทย

ภาษาอินโดนีเซีย ภาษากัมพูชา ภาษามองโกล

กรุณาตรวจสอบตารางเวลาให้บริการและเบอร์โทรในการติดต่อขอรับคำแนะนำในแต่ละภาษาได้ทางเว็บไซต์

<http://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

## ■ ระบบประกันแรงงาน

ที่ญี่ปุ่นมีทั้งสองระบบคือการประกันชนิดใช้ค่าเสียหายการประกันอุบัติเหตุและความเสียหายที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงานและประกันการจ้างงานที่คุ้มครองผู้ใช้แรงงาน

(1) ประกันอุบัติเหตุและความเสียหายที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงาน

ในกรณีที่ได้รับบาดเจ็บขณะทำงาน ป่วย หรือเสียชีวิตจากการทำงาน

จะได้รับค่าชดเชยเช่น ค่ารักษาพยาบาล ค่าชดเชยการหยุดงาน

ค่าชดเชยความเสียหาย

เงินช่วยเหลือเมื่อคนในครอบครัวเสียชีวิตจากประกันอุบัติเหตุและความเสียหายที่เกิดขึ้นในระหว่างทำงาน

ค่าชดเชยทั้งหลายเหล่านี้สำนักงานตรวจสอบมาตรฐานแรงงานจะตรวจสอบและกำหนดค่าชดเชยโดยพิจารณาจากข้อเรียกร้องของเจ้าตัวและครอบครัว สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่สำนักงานตรวจสอบมาตรฐานแรงงาน

## 外国人向け労災給付パンフレット (厚生労働省)

英語、ポルトガル語、韓国語、中国語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、ペルシア語、スペイン語、タガログ語、カンボジア語、ネパール語、ミャンマー語

<https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/rousai/gaikoku-pamphlet.html>

## (2) 雇用保険

雇用保険は、労働者が失業した場合に、次の仕事に就くまでの一定期間、必要な給付を行うものです。保険料は雇用主と労働者が支払います。詳しくは、ハローワーク(P.43)にお問合せください。

## ■年金制度

### (国民年金・厚生年金保険)

日本では、年をとったり、傷病で障害者になったり、生計を維持する者が亡くなったときなどに生活の安定を図るため、すべての国民が年金に加入することになっています。

### ■国民年金制度のしくみ(日本年金機構)

日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、ミャンマー語、カンボジア語、ロシア語、ネパール語、モンゴル語

<http://www.nenkin.go.jp/pamphlet/kokunenseido.html>

## (1) 国民年金

国民年金には 20歳から 60歳未満の人が加入します。

国民年金の加入申請は、パスポート又は在留カードを持って、市区町村役所の年金担当課で手続きをします。保険料は、月額16,520円(2023年現在)です。

一定の要件により、各基礎年金が支給され

ボロचारเกี่ยวกับเงินชดเชยอุบัติเหตุและความเสียหายที่เกิดขึ้นในระหว่างการทำงานสำหรับชาวต่างชาติ

(กระทรวงสาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการสังคม)

ภาษาอังกฤษ ภาษาโปรตุเกส ภาษาเกาหลี ภาษาจีน ภาษาเวียดนาม ภาษาไทย ภาษาอินโดนีเซีย เปอร์เซีย ภาษาสเปน ภาษาตากาล็อก ภาษากัมพูชา ภาษาเนปาล ภาษาพม่า

<https://www.mhlw.go.jp/new-info/kobetu/roudou/gyousei/rousai/gaikoku-pamphlet.html>

## (2) ประกันการจ้างงาน

ประกันสำหรับแรงงานแก่ผู้ที่กลายเป็นบุคคลที่ไม่มีงานทำ คือ การจ่ายเบี่ยเลี้ยงที่จำเป็น

โดยกำหนดระยะเวลาจ่ายที่แน่นอนจนกว่าบุคคลดังกล่าวจะมีงานทำ สำหรับค่าประกันจะชำระโดยผู้จ้างงานและผู้ที่ถูกจ้างงาน สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติมสามารถสอบถามได้ที่ เฮลโล เวิร์ค (P43)

## ■ระบบกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ

### (กองทุนสำรองเลี้ยงชีพแห่งชาติ / กองทุนสำรองเลี้ยงชีพสวัสดิการ)

ที่ญี่ปุ่นนั้นให้ประชาชนมีสิทธิเข้าประกันกองทุนสำรองเลี้ยงชีพเพื่อวางแผนความมั่นคงในการดำรงชีวิตเมื่ออายุมากขึ้น

เมื่อเป็นผู้ที่พพลภาพจากการบาดเจ็บและป่วย เมื่อผู้ยังชีพนั้นเสียชีวิต

• โครงสร้างของระบบกองทุนสำรองเลี้ยงชีพแห่งชาติ (สำนักงานบริการบำนาญญี่ปุ่น)  
ญี่ปุ่น ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาตากาล็อก  
ภาษาไทย ภาษาเวียดนาม ภาษาพม่า ภาษากัมพูชา รัสเซีย ภาษาเนปาล มอริโกเลีย

<http://www.nenkin.go.jp/pamphlet/kokunenseido.html>

## (1) กองทุนสำรองเลี้ยงชีพแห่งชาติ

ผู้เข้าประกันกับกองทุนสำรองเลี้ยงชีพแห่งชาติคือผู้ที่มียุมากกว่า 20 ปีแต่ยังไม่ถึง 60

ในการเข้าประกันกับกองทุนสำรองเลี้ยงชีพแห่งชาติจะต้องมีหนังสือเดินทาง

การยื่นสมัครเข้าสู่ระบบบำนาญสำหรับประชากรญี่ปุ่น

สามารถทำเรื่องได้โดยการนำหนังสือเดินทาง หรือ บัตรพำนัก

ติดต่อแผนกดูแลเรื่องเงินบำนาญในศูนย์ราชการประจำท้องถิ่น

ます。  
 会社や工場に勤めていて厚生年金保険に加入している方は雇用主が手続きをします。  
 \*保険料は、毎年変更されます。

## (2) 厚生年金保険

健康保険の適用事務所で働いている人は、この年金に加入しなければなりません。  
 保険料は、給料の一部が毎月の給料から引かれ、事業主はあなたの給料から差し引いた金額と同額を合わせて社会保険事務所に支払います。また、ボーナスを受けたときも保険料を支払います。  
 一定の要件により、各厚生年金が支給されます。

<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kaigai/konen-kenpo.html>

## ◇短期在留外国人の脱退一時金

日本国籍を有しない方が、国民年金、又は厚生年金保険の被保険者資格を喪失し、日本を出国した場合、日本に住所を有しなくなった日から2年以内に脱退一時金を請求することができます。  
 日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、ミャンマー語、カンボジア語、ロシア語、ネパール語、モンゴル語

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanese/system/wildcard/taimataimata.html>

สำหรับค่าประกันจะอยู่ที่ 16,520 เยนต่อเดือน (ข้อมูลปี 2023)  
 การจ่ายเงินบำนาญพื้นฐานขึ้นอยู่กับเงินบำนาญของแต่ละชนิด  
 สำหรับผู้ที่ทำงานในบริษัทหรือโรงงาน  
 และเข้าร่วมกองทุนสำรองเลี้ยงชีพสวัสดิการ นายจ้างจะเป็นผู้ยื่นเรื่องให้  
 \*มูลค่าของค่าประกันจะเปลี่ยนแปลงทุกปี

## (2) กองทุนสำรองเลี้ยงชีพสวัสดิการ

ผู้ที่ทำงานในสำนักงานที่มีประกันสุขภาพจะต้องเข้าร่วมกองทุนสำรองเลี้ยงชีพสวัสดิการนี้  
 โดยเจ้าของกิจการจะหักเบี้ยประกันออกจากเงินเดือนและจะสมทบเงินอีกเท่าหนึ่งจากที่หักออกจากเงินเดือนของท่านมารวมกันแล้วส่งให้แก่สำนักงานประกันสังคม เมื่อได้รับเงินโบนัสก็จะหักไปจ่ายเบี้ยประกันด้วย  
 กองทุนสำรองเลี้ยงชีพสาธารณสุขและสวัสดิการสังคมแต่ละหมวดจะถูกมอบให้ตามเงื่อนไขสำคัญที่กำหนด  
<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kaigai/konen-kenpo.html>

## ◇เงินชดเชยก่อนตายของชาวต่างชาติที่พำนักระยะสั้น

ผู้ที่ไม่ได้ถือสัญชาติญี่ปุ่นจะเสียสิทธิ์ผู้มีสิทธิ์ได้รับเบี้ยประกันกองทุนสำรองเลี้ยงชีพสาธารณสุขและสวัสดิการสังคมหรือกองทุนสำรองเลี้ยงชีพแห่งชาติกรณีที่อยู่ต่างประเทศญี่ปุ่นแล้ว  
 สามารถทำเรื่องขอเงินชดเชยก่อนตายได้ภายใน 2 ปี  
 โดยนับตั้งแต่วันที่ไม่ได้ครอบครองที่อยู่ในประเทศญี่ปุ่นเป็นต้นไป  
 ญี่ปุ่น ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาตากาล็อก  
 ภาษาไทย ภาษาเวียดนาม ภาษาพม่า ภาษากัมพูชา รัสเซีย ภาษาเนปาล มอญโกเลีย  
<https://www.nenkin.go.jp/international/english/lumpsum/lumpsum.html>

## 年金事務所

(สำนักงานกองทุนสำรองเลี้ยงชีพ)

(วันและเวลาทำการ) จันทร์-ศุกร์ 8:30น.-17:15น.

สถานที่	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์
千葉年金事務所(Chiba Pension Office)	Chiba-shi Chuo-ku Chuoko 1-17-1	043-242-6320
千葉年金事務所茂原分室(Mobara Branch, Chiba Pension office)	Mobara-shi Chiyoda-cho 1-6	0475-23-2530
幕張年金事務所(Makuhari Pension Office)	Chiba-shi Hanu.igawa-ku Makuhari Hongo 1-4-20	043-212-8621
船橋年金事務所(Funabashi Pension Office)	Funabashi-shi Ichiba 4-16-1	047-424-8811
市川年金事務所(Ichikawa Pension Office)	Ichikawa-shi Ichikawa 1-3-18 Ichikawa Grand Hotel Do Bldg.	047-704-1177
松戸年金事務所(Matsudo Pension Office)	Matsudo-shi Shin Matsudo 1-335-2	047-345-5517
木更津年金事務所(Kisarazu Pension Office)	Kisarazu-shi Shinden 3-4-31	0438-23-7616
佐原年金事務所(Sawara Pension Office)	Katori-shi Sawara Ro 2116-1	0478-54-1442
佐原年金事務所成田分室(Narita Branch, Sawara Pension office)	Narita-shi Hanazaki-cho 828-11	0476-24-5715

## ・通訳サービス (窓口のみ)

受付時間 月～金 午前8:30 - 午後5:15

対応言語

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

## ศูนย์ให้บริการสาม(ได้ที่ช่องทางขอรับบริการเท่านั้น)

เวลาให้บริการ จันทร์ ถึง ศุกร์ เวลา 8:30 น. จนถึง 17:15 น.

ภาษาที่รองรับ

ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาโปรตุเกส ภาษาสเปน ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาตากาล็อก ภาษาไทย ภาษาเวียดนาม ภาษาเนปาล

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

## ■ 家やアパートを借りるとき

## (1) 民間の住宅を借りる場合

通常、不動産会社を通じて住宅(貸家、アパート)を紹介してもらいます。契約時には、保証人を立てたり、家賃以外の必要経費を支払うなど、特別な手続きが必要となる場合があります。

契約書や重要事項説明書の内容をよく確認して契約することが大切です。

## ■ 部屋探しのガイドブック(国土交通省)

部屋の探し方、契約の手続き、入居後の注意点など、日本で部屋探しをする上での基礎知識が掲載されています。

日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、タイ語、インドネシア語、ミャンマー語、クメール語、タガログ語、モンゴル語

[http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku\\_house\\_tk3\\_000017.html](http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html)

## ■ 「外国人のための賃貸住宅入居の手引き」(日本で部屋探しをする外国人の方へ)(国土交通省)

日本で部屋探しをするときに活用できる基本的な情報や、外国語で対応できる不動産のウェブサイトなどをやさしい日本語で紹介しています。

[http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku\\_house\\_tk3\\_000017.html](http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html)

## ■ 千葉県外国人学生住居アドバイザー

「千葉県外国人学生住居アドバイザー」のステッカーを貼ってある不動産会社は、外国人学生に住宅に関する情報提供や助言をします。千葉県のホームページに一覧表を掲載していますので、ご利用ください。

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kokusai/soudan/gaikokujin/gakuseijuukyoku.html>

## ■ ការ ជាប់ ប្រាក់ ឬ ប្រាក់ ប្រាក់

## (1) ការ ជាប់ ប្រាក់ ឬ ប្រាក់ ប្រាក់

โดยทั่วไปจะได้รับคำแนะนำเรื่องที่พักอาศัย(บ้านเช่า,อพาร์ทเมนต์)ผ่านทางบริษัทหอสังหาริมทรัพย์

ในตอนที่ทำสัญญา บางครั้งอาจต้องดำเนินการขั้นตอนพิเศษ เช่น การแต่งตั้งผู้ค้ำประกันหรือชำระค่าใช้จ่ายที่จำเป็นอื่น ๆ

นอกจากนี้ค่าเช่าบ้าน

การตรวจสอบหนังสือสัญญาหรือการทำความเข้าใจเนื้อหาของคำอธิบายในหัวข้อที่สำคัญๆให้ถี่ถ้วนที่สุด สั้นใจทำสัญญาก็เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่สำคัญ

• หนังสือแนะนำการหาห้องเช่า (กระทรวงที่ดิน โครงสร้างพื้นฐาน การขนส่ง และการท่องเที่ยว)

ให้ความรู้พื้นฐานในการหาห้องเช่าในญี่ปุ่น เช่น วิธีการหา

การดำเนินการขั้นตอนการทำสัญญา ข้อควรระวังหลังเช่าที่พักอาศัย ฯลฯ

ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาเกาหลี ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส ภาษาเวียดนาม ภาษาเนปาล ภาษาไทย ภาษาอินโดนีเซีย ภาษาพม่า ภาษาเขมร ภาษาตากาล็อก ภาษามองโกล,

[http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku\\_house\\_tk3\\_000017.html](http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html)

• "คู่มือการเช่าที่พักอาศัยบ้านเช่าสำหรับชาวต่างชาติ"

"สำหรับชาวต่างชาติที่กำลังหาห้องเช่าในญี่ปุ่น"

(กระทรวงที่ดิน สาธารณูปโภค ขนส่ง และการท่องเที่ยว)

แนะนำเว็บไซต์ต่อสังหาริมทรัพย์ซึ่งรองรับภาษาต่างประเทศ

ข้อมูลเบื้องต้นซึ่งสามารถนำไปใช้ได้ในการห้องพักในญี่ปุ่น

ด้วยภาษาญี่ปุ่นที่เข้าใจง่าย

[http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku\\_house\\_tk3\\_000017.html](http://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html)

• การให้คำแนะนำที่ที่พักอาศัยแก่นักศึกษาต่างชาติจังหวัดชิบะ

บริษัทหอสังหาริมทรัพย์ที่มีสติ๊กเกอร์

"ให้คำแนะนำที่ที่พักอาศัยแก่นักศึกษาต่างชาติจังหวัดชิบะ" เป็นแหล่ง

ให้คำปรึกษาหรือให้ข้อมูลเกี่ยวกับที่พักอาศัยแก่

นักศึกษาชาวต่างชาติสามารถดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่โฮมเพจของจังหวัดชิบะ

<http://www.pref.chiba.lg.jp/kokusai/soudan/gaikokujin/gakuseijuukyoku.html>

## (2) 公営住宅を借りる場合

県や市町村が賃貸している住宅は、申込みの期間が決まっています。入居資格条件があることや空き家があることが必要になるため、申込みをしてもすぐには入居できないことがあります。また、都市再生機構でも賃貸住宅を貸しています。詳しいことはそれぞれ管理しているところに問い合わせてください。

・市町村営住宅：各市町村役所

・県営住宅：

千葉県住宅供給公社 県営住宅管理部

電話：043-222-9200

・公団住宅：

独立行政法人 都市再生機構

<http://www.ur-net.go.jp/east/about/inquiry.html>

## (3) 貸家やアパートの概要

- ① 住居の種類：貸家、アパート、マンション、下宿などがあります。
- ② 間取り：部屋の数と L(居間)・D(食堂)・K(台所)を組み合わせて2LDK、3LDKなどと表示します。部屋の広さは、畳の枚数で表示していることもあります。一畳は約1.8m × 0.9m です。
- ③ 設備は、電気・水道・ガスなどは備えられています。使用する前の手続きは入居者が行います。

## (4) 必要な経費

- 契約時には、家賃、共益費(管理費)、敷金、礼金、手数料の合計金額を払います。
- ① 家賃：月ごとに前払いで支払います。
  - ② 共益費：階段や通路などの共用部分の電気代、清掃費等です。
  - ③ 敷金：家賃の滞納や部屋の損傷に対する補償金として家主に預けるお金で、家賃の1

## (2) การเช่าที่พักอาศัยของหน่วยงานราชการ

เมืองหรือหมู่บ้านที่ให้เช่าที่พักอาศัยจะกำหนดระยะเวลาการรับสมัคร แต่ถึงแม้จะสมัครแล้วก็ยังไม่สามารถ

เช่าอยู่ได้ทันทีเพราะยังต้องให้ความสำคัญกับเรื่องคุณสมบัติและเงื่อนไขการเช่าพักหรือเรื่องจำนวนการมีบ้านว่างให้เช่า

นอกจากนั้น หน่วยงานการสร้างเมืองใหม่ยังมีที่อยู่อาศัยให้เช่าด้วย หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อหน่วยงานที่ดูแลรับผิดชอบ

- ที่พักอาศัยที่ดูแลโดยเมืองหรือหมู่บ้าน:  
ติดต่อสถานที่ราชการของเมืองหรือหมู่บ้าน
- ที่พักอาศัยที่ดูแลโดยจังหวัด:  
ติดต่อหน่วยงานจัดหาที่พักจังหวัดจิบะ แผนกการจัดการที่พักรัฐบาล  
โทรศัพท์: 043-222-9200
- ที่อยู่อาศัยที่รัฐสร้างขึ้น:  
ศูนย์รวมการรับสมัคร หน่วยงานการสร้างเมืองใหม่  
<http://www.ur-net.go.jp/east/about/inquiry.html>

## (3) เกี่ยวกับบ้านเช่าหรือพาร์ตเมนต์

- ① ประเภทที่อยู่อาศัย : บ้านเช่าพาร์ตเมนต์แมนชั่น หรือ ห้องเช่า เป็นต้น
- ② ลักษณะห้อง : มีทั้งแบบ 2ห้องนอนและ 3ห้องนอน อีกทั้งภายในยังมีห้องนั่งเล่น ห้องทานอาหาร และห้องครัวรวมอยู่ด้วยความกว้างของห้องใช้จำนวนผืนเสื่อ ทาทามิในการวัด โดยเสื่อ 1 ผืนจะมีขนาดประมาณ 1.8m. × 0.9m.
- ③ มีสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น ไฟฟ้า น้ำประปา แก๊สหุงต้ม ไว้ให้แล้ว แต่ผู้เช่าต้องดำเนินการขออนุญาตใช้ก่อนใช้งานด้วยตนเอง

## (4) ค่าใช้จ่ายจำเป็น

ในการทำสัญญา จะต้องจ่ายค่าเช่าค่าส่วนกลาง(ค่าดูแลรักษา)เงินประกัน และ

- ① ค่าเช่า : จ่ายค่าเช่าของเดือนถัดไปก่อนครบกำหนด
- ② ค่าส่วนกลาง : ค่ารักษาความสะอาดหรือค่าไฟของทางเดินหรือบันไดส่วนกลางที่ใช้ร่วมกัน เป็นต้น
- ③ เงินประกัน : เงินที่ผู้ให้เช่าเรียกเก็บไว้เป็นจำนวนเงินประมาณค่าเช่า 1-2 เดือน เพื่อใช้ในกรณีค้างจ่ายค่าเช่าหรือห้องชำรุดเสียหาย

げつぶんていど ひっこ へや  
 ~2か月分程度です。引越しのとき部屋の  
 しゅうりだい さ ひ のこ へんぎん  
 修理代を差し引いて残りがあれば返金され  
 ます。

- ④ 礼金: 契約成立時に家主に謝礼として払  
 ります。お金で、家賃の 1~2か月分程度であり、  
 返金されません。
- ⑤ 仲介手数料: 通常、不動産会社に  
 払います。家賃の1か月分以内です。

#### ◇注意事項

- ① 契約時には保証人が必要な場合があります。  
 保証人がいないときは、保証会社を  
 利用できる場合があります。
- ② 家主の許可なく住宅(部屋)の改装はできま  
 せん。
- ③ 契約時に決めた借家人以外の人と一緒に  
 住むことはできません。
- ④ 通常、契約期間は2年です。2年経つと契約  
 の更新をしなければなりません。その際、  
 家賃が変更されることもあります。

## ■ 電気・ガス・水道

### (1) 電気

千葉県ちばけんの電力は 50Hz(ヘルツ) 100V(ボ  
 ルト)です。周波数、電圧の違う電気器具は  
 調整が必要です。  
 入居して電気を初めて使用するときは、ブ  
 レーカーのスイッチをオンにして電気を  
 通します。電気が来ていることを確認し、  
 住居に備え付けてある「電気使用申込書」  
 に名前、入居日などを記入し電力事業者へ  
 送ります。  
 電気料金の支払いは、銀行又は郵便局の  
 口座から自動振替にするか、所定の振込票  
 (入金フォーム)により銀行・郵便局・コンビ  
 ニエンスストア等から支払います。  
 引越しするときは電気を止めるので、前もつ  
 て、電力事業者に連絡します。

เมื่อย้ายออกจะคืนเงินส่วน

ที่เหลือจากการหักค่าซ่อมแซมห้องแล้วแก่ผู้เช่า

- ④ เงินค่าธรรมเนียม : เป็นเสมือนเงินขอบคุณที่ให้แก่ผู้ให้เช่าหลังจากตกลง  
 เสร็จจากทำสัญญากันเสร็จสิ้น เป็นจำนวนเงินประมาณค่าเช่า 1-2 เดือน และ  
 ไม่มีการคืนเงิน
- ⑤ ค่านายหน้า : โดยทั่วไปแล้วจะจ่ายให้แก่บริษัทของสังหาริมทรัพย์  
 เป็นจำนวนเงิน  
 เป็นจำนวนเงินไม่เกินค่าเช่า 1 เดือน

#### ◇ข้อควรระวัง

- ① ในการทำสัญญา ในบางกรณีก็จำเป็นต้องมีผู้ค้ำประกัน  
 หากไม่มีผู้ค้ำประกัน  
 สามารถใช้ผู้ค้ำจากบริษัทประกันได้
- ② ไม่สามารถปรับแต่งที่อยู่อาศัย(ห้อง)ใหม่ได้ หากผู้ให้เช่าไม่อนุญาต
- ③ ไม่อนุญาตให้ผู้อื่นที่นอกเหนือจากผู้เช่าที่ตกลงกันไว้ตอนทำสัญญาอยู่อาศัย  
 ยอยู่ด้วย
- ④ โดยทั่วไปแล้วสัญญาจะมีอายุ 2 ปี เมื่อครบกำหนดจะต้องทำสัญญาใหม่  
 เมื่อถึงตอนนั้นค่าเช่าอาจจะมีการสูงขึ้นก็เป็นได้  
 เมื่อถึงตอนนั้นค่าเช่าอาจมีการเปลี่ยนแปลง

## ■ ไฟฟ้า / แก๊สหุงต้ม / น้ำประปา

### (1) ไฟฟ้า

กำลังไฟฟ้าของจังหวัดจิบะคือ 50 เฮิร์ตซ์ 100 โวลต์  
 เครื่องใช้ไฟฟ้าที่มีความถี่ หรือแรงดันไฟฟ้าที่ต่างไปจากนี้  
 จำเป็นต้องปรับให้สอดคล้องตาม หากจะ  
 เริ่มใช้ไฟฟ้าครั้งแรกหลังจากที่ย้ายเข้ามาพักอาศัยจะต้องเปิดสวิตช์เบรกเกอร์  
 ก่อนเพื่อให้กระแสไฟไหลผ่านและตรวจสอบดูว่ามีกระแสไฟถูกปล่อยมา หรือไม่  
 จากนั้น  
 จึงทำการกรอก "ใบขอเปิดใช้ไฟฟ้า" ที่จัดเตรียมไว้ให้ โดยกรอกชื่อ  
 วันเข้าพัก เป็นต้น แล้ว  
 ส่งไปที่บริษัทพลังไฟฟ้า การ  
 จ่ายค่าไฟฟ้าสามารถหักจ่ายอัตโนมัติผ่านทางบัญชีธนาคารไปรษณีย์ได้หรือจ  
 ะ นำใบแจ้งหนี้ไปจ่ายด้วยตนเองได้ที่ธนาคาร ที่ทำการไปรษณีย์  
 หรือร้านสะดวกซื้อ เป็นต้น  
 ในกรณีย้ายออกต้องแจ้งที่ทำการบริษัทพลังไฟฟ้าก่อนล่วงหน้าเพื่อทำการตัดไฟ  
 ฟ

**(2) ก๊าซ**

日本には都市ガスとプロパンガスの2種類のガスがあります。ガスの種類に合ったガス器具を使う必要があります。ガスの種類に合わないガス器具を使用すると、火災や不完全燃焼を起こす場合があるので危険です。

**① 都市ガス**

都市ガスを使い始めるときは、事前に近くのガス会社に連絡します。連絡をするとガス会社の係員が来て、ガスの元栓を開き、ガスもれやガス器具の安全点検をします。ガス料金は銀行口座から毎月自動振込みにするか、振込通知書により銀行、郵便局、コンビニエンスストア等から支払います。

**② プロパンガス (LP ガス)**

賃貸アパートなどによっては、プロパンガスを利用する場合があります。プロパンガスはボンベに入っています。使用時の注意や支払い方法については、家主やアパートの管理会社に問い合わせてください。

**(3) 水道**

日本の水道水は、飲料水としても使用できます。水道を使い始めるときは、水道を管理している千葉県水道局や居住地の市町村の水道担当課などに連絡し、元栓を開けてもらいます。

水道料金は銀行口座の自動振込にするか、のうにゆうつうちしょ ふりこ ようれんらくようし 納入通知書 (振込み用連絡用紙) により支払います。引越しをするときは水道局に連絡し、水道料金を精算します。

詳しいことは、千葉県企業局又は市町村役所の水道担当課に問い合わせてください。

・県水お客様センター

電話: 0570-001245

月～金: 8:45am～6:00pm

土曜日: 8:45am～5:00pm

**(2) แก๊สหุงต้ม**

ญี่ปุ่นมีแก๊สอยู่ 2 ประเภท คือ แก๊สเมืองและแก๊สโพรเพน ดังนั้นจึงจำเป็นต้องเลือกใช้ถังแก๊สให้เหมาะกับแก๊สแต่ละประเภทหากใช้ถังแก๊สที่ไม่เหมาะกับประเภทของแก๊ส อาจเป็นอันตรายก่อให้เกิดเพลิงไหม้หรือการเผาไหม้ที่ไม่ปลอดภัยได้

**① แก๊สเมือง**

ในกรณีจะเริ่มเปิดใช้แก๊สหุงต้มของเมือง จะต้องติดต่อบริษัทแก๊สใกล้บ้านล่วงหน้า เมื่อติดต่อแล้วพนักงานบริษัทแก๊สจะมาที่บ้านเพื่อเปิดวาล์วแก๊สและตรวจสอบความปลอดภัยของถังแก๊สการจ่ายค่าแก๊ส สามารถจ่ายโดยการหักจ่ายอัตโนมัติผ่านทางบัญชีธนาคารได้ทุกเดือน หรือนำใบการแจ้งค่าใช้จ่ายไปจ่ายด้วยตัวเองได้ที่ธนาคารที่ทำการไปรษณีย์ หรือร้านสะดวกซื้อ เป็นต้น

**② แก๊สโพรเพน (แก๊ส LP)**

ในการเช่าที่พักอาศัย อาทิ อพาร์ทเมนต์ ฯลฯ จะมีการใช้แก๊สโพรเพน ซึ่งแก๊สโพรเพนจะบรรจุอยู่ในถังแก๊ส รายละเอียด อาทิ เรื่องข้อควรระวังในการใช้งาน การคำนวณค่าแก๊ส ควรถามกับเจ้าของที่พักหรือบริษัทที่จัดการดูแลอพาร์ทเมนต์

**(3) น้ำประปา**

น้ำประปาของญี่ปุ่นสามารถดื่มกินได้เมื่อเริ่มเปิดใช้น้ำประปาจะต้องติดต่อสำนักงานน้ำประปาจังหวัดจิบะหรือแผนกรับผิดชอบน้ำประปาของหมู่บ้าน ตำบล เมือง ในเขตที่อยู่อาศัย เพื่อขอเปิดวาล์วน้ำการชำระค่าน้ำประปาสามารถทำได้โดยการหักจ่ายอัตโนมัติผ่านบัญชีธนาคารหรือจ่ายด้วยใบแจ้ง

หนี้ ในกรณีย้ายออก

ต้องติดต่อสำนักงานน้ำประปาเพื่อคำนวณค่าน้ำประปา

รายละเอียดเพิ่มเติมติดต่อสำนักงานน้ำประปาจังหวัดจิบะหรือแผนก

รับผิดชอบน้ำประปา

▪ ศูนย์ลูกค้าน้ำประปาจังหวัด

โทร: 0570 - 001245

จันทร์-ศุกร์: 8:45 น. ~ 18:00 น.

เสาร์: 8:45 น. ~ 17:00 น.

## ■ 引越し

引越しをするときには、次のような手続きが必要になります。

- ① 市区町村役所の窓口への届出：中長期在留の方が、住居地を変更した時は、移転した日から14日以内に、在留カードと転出地の市町村から発行された転出証明書を持参の上、移転先の市区町村役所の窓口でその住居地を届け出てください。
- ② 国民健康保険証の申請：市区町村役所の国民健康保険担当係の国民健康保険担当係
- ③ 運転免許証の住所変更：転入先の所管警察署又は運転免許センター
- ④ 電気：水道・ガス・電話・郵便局：少なくとも転出（引越し日）の2～3日前までに電力会社、ガス会社、水道局、NTT（電話）、郵便局などへの連絡が必要です。引越しの当日に各会社の係員がメーターをチェックして精算してくれます。郵便局では新しい住所へ郵便物を転送（1年間）してくれるサービスがあります。
- ⑤ 印鑑登録：転出してきた市区町村で申請したものは使えなくなります。

## ■ การย้ายออก

เมื่อต้องการย้ายออกขั้นตอนต่อไปนี้เป็นสิ่งที่จำเป็น

① ติดต่อสำนักทะเบียนในท้องถิ่น :

เมื่อผู้พำนักระยะกลางหรือระยะยาวต้องการเปลี่ยนที่อยู่

ให้นำบัตรผู้พำนักพร้อมใบรับรองการย้ายออกที่ได้รับจากที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านที่ตนย้ายออกมา

ไปยื่นที่ที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านที่ย้ายเข้า ภายใน 14 วัน

นับตั้งแต่วันที่ย้ายออก

② การยื่นคำร้องขอใบรับรองการประกันสุขภาพพลเมือง :

ฝ่ายรับผิดชอบประกัน

สุขภาพพลเมืองของสำนักงานท้องถิ่น

③ การเปลี่ยนที่อยู่ในใบขับขี่ : สถานีตำรวจประจำถิ่นที่อยู่ใหม่ หรือศูนย์ใบขับขี่

④ ไฟฟ้า : น้ำประปา/แก๊สหุงต้ม/โทรศัพท์/สำนักงานไปรษณีย์:

การย้ายออก (วันที่ย้ายออก)

จำเป็นต้องแจ้งบริษัทไฟฟ้าบริษัทแก๊สสำนักงานน้ำประปาNTT (โทรศัพท์)

หรือที่ทำการไปรษณีย์ล่วงหน้าอย่างน้อยภายใน2-3วัน ในวันย้ายออก

พนักงานดูแลของบริษัทต่างๆ

จะมาตรวจสอบมิเตอร์และคำนวณค่าใช้จ่าย

อีกทั้งสำนักงานไปรษณีย์ยังมีบริการส่งสิ่งของไปที่อยู่ใหม่ให้ด้วย (1ปี)

⑤ การลงทะเบียนตราประทับ :

ตราประทับที่ยื่นขอจากที่ทำการเมือง/ตำบล/หมู่บ้านนั้น

เมื่อย้ายออกมาแล้วไม่สามารถใช้ได้

## ■ 日本の祝日

## ■ วันหยุดราชการของญี่ปุ่น

### 日本の祝日

(วันหยุดราชการของญี่ปุ่น)

日付	日本語	ローマ字	タイ語
1月 1日	元日	Ganjitsu	วันขึ้นปีใหม่
1月の第2月曜日	成人の日	Seijin no hi	วันฉลองบรรลุนิติภาวะ
2月 11日	建国記念の日	Kenkokukinen no hi	วันสถาปนาประเทศ
2月 23日	天皇誕生日	Tennou tanjyoubi	วันเฉลิมพระชนมพรรษา
3月 21日*	春分の日*	Shunbun no hi	วันวสันตวิษุวัต *
4月 29日	昭和の日	Shouwa no hi	วันโซวะ
5月 3日	憲法記念日	Kenpou kinenbi	วันรัฐธรรมนูญ
5月 4日	みどりの日	Midori no hi	วันสีเขียว
5月 5日	子供の日	Kodomo no hi	วันเด็ก
7月の第3月曜日	海の日	Umi no hi	วันแห่งทะเล
8月 11日	山の日	Yama no hi	วันแห่งภูเขา
9月の第3月曜日	敬老の日	Keirou no hi	วันผู้สูงอายุ
9月 23日*	秋分の日*	Shubun no hi	วันศารทวิษุวัต*
10月の第2月曜日	スポーツの日	Supotsu no hi	วันแห่งกีฬา
11月 3日	文化の日	Bunka no hi	วันวัฒนธรรม
11月 23日	勤労感謝の日	Kinroukansha no hi	วันขอบคุณแรงงาน

\*วันหยุดนี้อาจมีการเปลี่ยนแปลง ขึ้นอยู่กับแต่ละปี

## ■ 覚えておくと便利なミニ情報

あいさつ: 近所や職場で知っている人と会うときは、朝は「おはよう(ございます)」、日中は「こんにちは」、夜は「こんばんは」と言いながら会釈します。

食事のとき: 食べ始める際に「いただきます」、食べ終わった際には「ごちそうさま」と言います。

日本の家屋: 通常、玄関が部屋より一段低くなっています。家の中に入るときは、玄関で靴を脱いで上がります。室内用スリッパがある場合は履きますが、畳の部屋ではスリッパは脱ぎます。

手洗い(トイレ): 洋式と和式のトイレがあります。和式トイレは、便器の上にしゃがんで用を足します。トイレットペーパー以外の物を便器に捨てると詰まりますので注意してください。

風呂: 日本式の風呂では、浴槽の外で体を洗ってから、浴槽につかります。湯は1人

## ■ ข้อมูลเล็กน้อยที่ควรจำเตรียมไว้เพื่อความเป็นประโยชน์

การทักทาย: เวลาที่เจอคนรู้จักตามแถวบ้านหรือที่ทำงาน ตอนเช้าควรพูดว่า โอ๊ะโอ๊ะ(โอะโอะ) ตอนกลางวันพูดว่า คนนี้ขีวะ ตอนกลางคืนพูดว่า คมบังวะ ในขณะที่พูดนั้นก็ให้ก้มศีรษะทักทายเล็กน้อยด้วย

เวลารับประทานอาหาร: ตอนกำลังจะเริ่มรับประทานอาหารให้พูดว่า อิตะตะกิมะซุ และหลังจากรับประทานอาหารเสร็จแล้วให้พูดว่า โกะชิโอะซะมะ

บ้านญี่ปุ่น: โดยปกติแล้วบริเวณหน้าประตูบ้านจะอยู่ต่ำกว่าห้องปกติอยู่ 1 ชั้น เวลาที่จะเข้าบ้านก็จะถอดรองเท้าวางไว้ที่บริเวณหน้าประตูบ้าน มีบางบ้านที่จะใส่รองเท้าและสำหรับเดินในบ้าน แต่ที่เวลาที่เดินในห้องที่ปูเสื่อตามิจะถอดรองเท้าและนั่นออก

สุขา: ห้องน้ำคนญี่ปุ่นจะมีทั้งแบบสไลด์ตะวันตก และสไลด์ญี่ปุ่น ห้องน้ำสไลด์ญี่ปุ่นจะเป็นแบบนั่งยอง ๆ

ควรระวังไม่ควรถังสิ่งของอื่นนอกจากกระดาษชำระลงไป เพราะจะเกิดการอุดตันได้

การอาบน้ำ: วิธีการอาบน้ำแบบญี่ปุ่น

คือจะอาบน้ำชำระร่างกายก่อนลงไปแช่ในอ่างอาบน้ำ เพราะเมื่อเข้าไปอาบน้ำหนึ่งคนแล้วจะไม่มีมีการเปลี่ยนน้ำก็ จึงต้องรักษาความสะอาดให้คนที่เข้าไปใช้ภายหลังด้วย

入るごとに替えないので、後から入る人のために、きれいに使います。  
 チップ: 日本ではチップを渡す習慣はありません。  
 レストランやホテル等では、請求料金にサービス料が含まれていることがあります。  
 自治会(町内会)と子供会: 地域の住民の助け合いや親睦の場として町内ごとに組織されています。入会は任意ですが、入会すると自治体の広報や地域の行事の情報を得ることができます。清掃活動、防犯活動、防災活動、盆踊りや運動会などの行事も行っています。お知らせは、通常、「回覧板」で回ってきますので、読んだら順番に次の人に回します。

### ■ ゴミの処理

家庭から出るゴミは、通常、燃えるゴミ、燃えないゴミ、ビン・缶、資源物など市町村で決められた種類に分別し、決められた日時に、決められた場所に出します。粗大ゴミや処理が難しいゴミは、有料で個別に処理されます。エアコン、テレビ、冷蔵庫、洗濯機の4品目は、粗大ゴミにして出すことができませんので、有料で販売店に引き取ってもらいます。  
 ゴミの分け方や出し方は、地域ごとに決められていますので、近所の人に確認するか、市区町村役所に問い合わせパンフレットなどをもらってください。

การให้ทิป: ที่ประเทศญี่ปุ่นไม่มีประเพณีการให้ทิปตามร้านอาหาร โรงแรมและอื่นๆ  
 จะมีการร่วมค่าบริการไว้ในเงินเดือนพนักงานอยู่แล้ว  
 กลุ่มเพื่อผู้อาศัย (กลุ่มเพื่อนบ้าน) และ กลุ่มเพื่อเด็ก :  
 กลุ่มที่เกิดขึ้นโดยผู้อยู่อาศัยในแต่ละห้องที่อยู่อาศัยโดยมีเป้าหมายเพื่อช่วยเหลือผู้อาศัยในห้องที่เดียวกันเองตั้งเพื่อนสนิท  
 การเข้าร่วมกลุ่มไม่ได้เป็นการบังคับ  
 แต่หากเข้าร่วมกลุ่มจะได้รับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ งานเทศกาลประจำห้องที่อาทิ กิจกรรมทำความสะอาด, กิจกรรมป้องกันอาชญากรรม, กิจกรรมป้องกันภัยพิบัติ, งานเทศกาลบงโอดริ รวมไปถึงงานแข่งขันกีฬา  
 การแจ้งข้อมูล โดยปกติจะแจ้งข้อมูลข่าวสารพร้อมแนบ  
 “ใบรายชื่อรับข้อมูล” เมื่ออ่านข้อมูลเรียบร้อย  
 ก็จะทำการส่งให้บ้านอื่นโดยแนบเอกสารเผยแพร่ข้อมูลพร้อมใบรายชื่อรับข้อมูลส่งต่อไปเรื่อย ๆ

### ■ การจัดการขยะ

ขยะที่ทิ้งออกมาจากครัวเรือน  
 โดยทั่วไปแล้วจะแบ่งประเภทตามที่หน่วยงานปกครองท้องถิ่นกำหนด เช่น ขยะเผาได้ ขยะเผาไม่ได้ ขวด/กระป๋อง ขยะรีไซเคิล และนำออกไปทิ้งตามวันและเวลาที่กำหนด ในสถานที่ที่กำหนดไว้  
 ขยะชิ้นใหญ่และขยะที่กำจัดยากก็จะมีค่าใช้จ่ายในการกำจัดเป็นประเภทๆไป เครื่องปรับอากาศ โทรทัศน์ ตู้เย็น เครื่องซักผ้า  
 ขยะ4ชิ้นนี้ไม่ได้ถูกกำหนดเป็นขยะชิ้นใหญ่ก็จะถูกส่งไปขายต่อที่ร้านค้าโดยมีค่าใช้จ่าย  
 การแบ่งประเภทขยะ  
 และวิธีการทิ้งขยะจะถูกกำหนดแตกต่างกันไปตามแต่ละท้องถิ่น  
 สามารถรับแผ่นพับข้อมูล หรือสอบถามได้ที่สำนักงานทะเบียนท้องถิ่น หรือสอบถามกับบุคคลในท้องถิ่นได้

#### やく た ことば 役に立つ言葉

คำศัพท์ที่เป็นประโยชน์

① ゴミの置き場はどこですか？	Gomi okiba wa doko desu ka?	ที่ตั้งขยะอยู่ตรงไหนคะ/ครับ
② ゴミを出す日、時間を教えてください。	Gomi wo dasu hi to jikan wo oshiete kudasai.	ช่วยบอกวัน เวลาทิ้งขยะหน่อยคะ/ครับ
③ ゴミの分け方を教えてください。	Gomi no wakekata wo oshiete kudasai.	ช่วยบอกวิธีการแบ่งประเภทขยะหน่อยคะ/ครับ
④ ゴミ袋はどこに売っていますか？	Gomibukuro wa doko de utte imasu ka?	ถุงใส่ขยะมีขายที่ไหนบ้างคะ/ครับ
⑤ 役所の電話番号は何番ですか？	Shichoson yakuba no denwa bangowa nanban desu ka?	โทรศัพท์ของสถานที่ราชการคือเบอร์อะไรหรือคะ/ครับ

## ■ ペットを飼うとき

### ① 犬の登録及び予防接種

犬を飼うときは、登録と狂犬病の予防注射が義務付けられています。生後91日以上飼った犬を所有したときは、30日以内に市町村役所で犬の登録を申請します。また、犬が死亡したり、所在地を変更したり、犬の所有者が変更した場合も30日以内に申請します。登録をすると「鑑札」が交付されますので、それを必ず犬につけます。毎年1回、狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。

詳しくは市町村役所にお問い合わせください。

### ② 犬や猫が飼えなくなった時・死んだとき

犬や猫を飼っていることが困難になった場合には、できるかぎり新しい飼い主を見つけてください。どうしても新しい飼い主が見つからないときは、地域の保健所か動物愛護センターに相談してください。ペットが死んだ時は、最寄りの清掃事務所又はペット霊園に相談してください。

動物愛護センター  
富里市御料709-1  
電話：0476-93-5711

動物愛護センター（東葛飾支所）  
柏市高柳1018-6  
電話：04-7191-0050

### ③ その他

集合住宅の中には、ペットの飼育を禁止しているところがあります。集合住宅でペットを飼うときは、賃貸借契約書を事前に確認してください。

## ■ 物を買ったり、サービスを受けて、トラブルにあったとき

消費者相談窓口では、身近な商品の品質やサービスなど消費生活に関する相談、悪質商法や契約のトラブルにあったときの相談を受け付けています。

## ■ 猫を飼うとき

### ① 猫の登録と狂犬病の予防接種

猫を飼うときは、登録と狂犬病の予防注射が義務付けられています。生後91日以上飼った猫を所有したときは、30日以内に市町村役所で猫の登録を申請します。また、猫が死亡したり、所在地を変更したり、猫の所有者が変更した場合も30日以内に申請します。登録をすると「鑑札」が交付されますので、それを必ず猫につけます。毎年1回、狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。

詳しくは市町村役所にお問い合わせください。

### ② 猫を飼うことが困難になった時・死んだとき

猫を飼っていることが困難になった場合には、できるかぎり新しい飼い主を見つけてください。どうしても新しい飼い主が見つからないときは、地域の保健所か動物愛護センターに相談してください。ペットが死んだ時は、最寄りの清掃事務所又はペット霊園に相談してください。

動物愛護センター  
富里市御料709-1  
電話：0476-93-5711

動物愛護センター（東葛飾支所）  
柏市高柳1018-6  
電話：04-7191-0050

### ③ その他

集合住宅の中には、ペットの飼育を禁止しているところがあります。集合住宅でペットを飼うときは、賃貸借契約書を事前に確認してください。

## ■ 猫を飼うとき

猫を飼うときは、登録と狂犬病の予防注射が義務付けられています。生後91日以上飼った猫を所有したときは、30日以内に市町村役所で猫の登録を申請します。また、猫が死亡したり、所在地を変更したり、猫の所有者が変更した場合も30日以内に申請します。登録をすると「鑑札」が交付されますので、それを必ず猫につけます。毎年1回、狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。

詳しくは市町村役所にお問い合わせください。

◇千葉県消費者センター

電話: 047-434-0999  
 相談時間: 月曜日-金曜日 (祝祭日を除く)  
 午前9:00-午後4:30  
 土曜日 午前9:00-午後4:00  
<http://www.pref.chiba.lg.jp/customer/soudan/chiba.html>

◇ศูนย์คุ้มครองผู้บริโภคประจำจังหวัดจิบะ

โทรศัพท์: 047-434-0999  
 ช่วงเวลาที่ให้คำปรึกษา: วันจันทร์ -วันศุกร์ (ยกเว้นวันหยุดราชการ) 9:00 น.- 16:30 น.  
 วันเสาร์ 9:00 น. - 16.00 น.  
<http://www.pref.chiba.lg.jp/customer/soudan/chiba.html>

◇国民生活センター

[http://www.kokusen.go.jp/ncac\\_index\\_e.html](http://www.kokusen.go.jp/ncac_index_e.html)  
 (英語)

◇ศูนย์ผู้บริโภคแห่งชาติของประเทศญี่ปุ่น

[http://www.kokusen.go.jp/ncac\\_index\\_e.html](http://www.kokusen.go.jp/ncac_index_e.html) (ภาษาอังกฤษ)

市町村消費生活センター

(ศูนย์ให้คำปรึกษาการอุปโภคบริโภคในชีวิตประจำวัน)

住所	電話番号	相談時間
千葉 (Chiba)	043-207-3000	9:00น.-16:30น.(จันทร์ ถึง เสาร์) *เฉพาะทางโทรศัพท์
銚子(Choshi)	0479-24-8194	9:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
市川(Ichikawa)	047-320-0666	10:00น.-16:00น. (วันเสาร์ที่ 2 และ 4 ของเดือนเปิดให้บริการตามปกติ *เฉพาะทางโทรศัพท์)
船橋(Funabashi)	047-423-3006	9:00น.-16:00น. (วันเสาร์ที่ 2 และ 4 ของเดือนเปิดให้บริการตามปกติ)
木更津(Kisarazu)	0438-20-2234	10:00น.-16:00น.
松戸(Matsudo)	047-365-6565	8:30น.-16:00น.
野田(Noda)	04-7123-1084	10:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
成田(Narita)	0476-23-1161	9:30น.-16:30น.
佐倉(Sakura)	043-483-4999	9:00น.-12:00น. 13:00น.-16:00น.
旭(Asahi)	0479-62-8019	9:00น.-12:00น. 13:00น.-16:00น.
習志野(Narashino)	047-451-6999	9:30น.-12:00น. 13:00น.-16:00น. (วันเสาร์ที่ 2 เปิดให้บริการตามปกติ)
柏(Kashiwa)	04-7164-4100	9:00น.-16:30น.(จันทร์ ถึง ศุกร์) 9:00น.-16:30น.(เสาร์ที่ 3 ทางโทรศัพท์เท่านั้น)
市原(Ichihara)	0436-21-0999	9:00น.-12:00น., 13:00น.-15:30น.
流山(Nagareyama)	04-7158-0999	9:00น.-16:30น.
八千代(Yachiyo)	047-485-0559	9:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
我孫子(Abiko)	04-7185-0999	10:00น.-17:30น. (วันเสาร์ที่ 2 และ 4 ของเดือนเปิดให้บริการตามปกติ)
鎌ヶ谷 (Kamagaya)	047-445-1141	10:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
君津(Kimitsu)	0439-56-1529	9:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น. เปิดให้บริการเฉพาะวันจันทร์, วันพุธ วันพฤหัสบดีและวันศุกร์
浦安(Urayasu)	047-390-0030	10:00น.-16:00น.
四街道(Yotsukaido)	043-422-2155	9:00น.-16:00น. (วันเสาร์ที่ 1 และ 3 ของเดือนเปิดให้บริการตามปกติ *เฉพาะทางโทรศัพท์)
袖ヶ浦 (Sodegaura)	0438-62-3134	9:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
八街(Yachimata)	043-443-9299	9:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.

印西 (Inzai)	0476-42-3306	9:30น.-12:00น., 13:00น.-16:30น.
白井 (Shiroi)	047-492-1111(3294)	10:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
富里 (Tomisato)	0476-93-5348	9:30น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
香取 (Katori)	0478-50-1300	9:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น.
山武 (Sanmu)	0475-82-8453	9:00น.-12:00น., 13:00น.-16:30น.
東金 (Togane)	0475-50-1238	10:00น.-12:00น., 13:00น.-15:00น.
匝瑳 (Sosa)	0479-74-7007	9:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น. (จ, อ, พ, ศ)
大網白里 (Oamishirasato)	0475-70-0344	10:00น.-12:00น., 13:00น.-16:00น. (จ, อ, พ, ศ)

ข้อควรระวัง: ให้คำปรึกษาเป็นภาษาญี่ปุ่น

วันที่ให้คำปรึกษา โดยปกติคือวันจันทร์ถึงวันศุกร์ ถ้าต้องการปรึกษารวันอื่นนอกจากวันจันทร์ถึงวันศุกร์ สามารถตรวจสอบตารางเวลาที่เปิดให้บริการได้ตามที่เขียนไว้

### ■ 銀行で口座を開設するとき

口座開設の申込みには、パスポートや在留カードなどの本人が確認できる書類などと、印鑑またはサイン、社員証又は学生証が必要で、同時にキャッシュカードをつくと、ATM (現金自動預払機) や CD (現金自動払機) で入金・払い戻し・振込・残高照会をすることができて便利です。帰国するときは、解約しましょう。

### ■ 公共料金の支払

電気、ガス、水道、電話、NHK などの料金は、毎月決まった日までに、それぞれの会社に納入しなければなりません。銀行などの金融機関に普通預金の口座を持っている人は、その口座からこれらの料金を期日までに自動的に払ってくれる口座振替制度を利用すると便利です。現金での支払いのほか、コンビニエンスストアやクレジットカードでも支払えます。

### ■ 新聞

日本では、近くの新聞代理店に申し込めると、毎日、朝と夕方に配達してもらえます。何種類かの外国語の新聞もありますので、近くの新聞代理店に問い合わせてください。

### ■ เมื่อจะเปิดบัญชีธนาคารที่ธนาคาร

ในการยื่นคำร้องขอเปิดบัญชีที่ธนาคาร จำเป็นต้องใช้เอกสารซึ่งสามารถยืนยันตัวตนได้ เช่น หนังสือเดินทาง บัตรประจำตัวชาวต่างชาติ, ตราประทับหรือลายเซ็น และบัตรประจำตัวพนักงานหรือบัตรประจำตัวนักเรียน ในขณะเดียวกัน ถ้าทำบัตรเอทีเอ็มก็จะสามารถฝากเงิน ถอนเงิน โอนเงิน ตรวจสอบยอดเงินคงเหลือที่ ATM (เครื่องฝากถอนเงินสดอัตโนมัติ) หรือ CD (เครื่องฝากเงินอัตโนมัติ) ได้อย่างสะดวกสบาย ทำการการยกเลิกสัญญา เมื่อจะเดินทางกลับประเทศ

### ■ การจ่ายค่าสาธารณูปโภค

ค่าไฟ ค่าแก๊ส ค่าน้ำ ค่าโทรศัพท์ ค่า NHK และอื่น ๆ นั้น เมื่อถึงวันครบกำหนดชำระก็ต้องไปชำระที่บริษัทนั้นๆ แต่คนที่มีบัญชีเงินฝากแบบปกติของธนาคาร สามารถใช้ระบบโอนเงินผ่านบัญชีนั้นจ่ายค่าสาธารณูปโภคเหล่านี้ได้โดยอัตโนมัติอย่างสะดวกสบาย นอกจากนี้การชำระด้วยเงินสดแล้ว ยังสามารถชำระที่ร้านสะดวกซื้อ หรือชำระด้วยบัตรเครดิตได้ด้วย

### ■ หนังสือพิมพ์

ที่ญี่ปุ่น พอสมัครที่ร้านตัวแทนจำหน่ายหนังสือพิมพ์ใกล้บ้านแล้ว ก็จะได้รับหนังสือพิมพ์ตอนเช้าและตอนเย็นทุกวัน เนื่องจากมีหนังสือพิมพ์ภาษาต่างประเทศอยู่หลายประเภท สามารถสอบถามได้ที่ร้านตัวแทนจำหน่ายหนังสือพิมพ์ใกล้บ้าน

## ■ テレビ・ラジオ

### (1) テレビ

家やアパートにテレビを取り付けた場合、日本放送協会 (NHK) との受信契約が必要になります。NHK は公共の放送局です。受信料は2か月ごとに支払うことになっていきます。6 か月分、12 か月分を前払いすることもできます。銀行口座からの振替、クレジットカードや振込用紙による支払い方法があります。

多くの外国の映画やニュースを含む番組が、原語と日本語で放映されています。TV の多重音声機能により、原語又は日本語に切り替えることができます。

大規模地震の警戒宣言、津波警報が発せられた場合は、NHK (1チャンネル)、衛生放送TV の副音声で、英語の放送を聴くことができます。

### (2) ラジオ

千葉県内で聞けるラジオステーションはたくさんありますが、日本のラジオの周波数は他の国と異なり外国のラジオは使用できませんので、日本製のラジオが必要になります。なお、次のステーションで外国語による放送を聞くことができます。

NHK ラジオ第2: AM 683kHz

Inter FM: FM 89.7MHz

毎日24時間英語を中心に放送、スポットインフォメーション等を北京語、韓国語、タガログ語、スペイン語、ポルトガル語で放送

## ■ โทรทัศน์ และวิทยุ

### (1) โทรทัศน์

กรณีที่ตั้งโทรทัศน์ที่บ้านหรือ อพาร์ตเมนต์แล้ว จำเป็นต้องทำสัญญารับสัญญาณจากสมาคมกระจายเสียงของประเทศญี่ปุ่น (NHK) เนื่องจาก NHK เป็นสถานีโทรทัศน์สาธารณะ จึงต้องจ่ายค่าสมาชิกทุกๆ 2 เดือน อีกทั้ง ขอชำระล่วงหน้า 6 เดือน, 12 เดือนได้ โดยสามารถโอนเงินผ่านทางบัญชีธนาคาร บัตรเครดิต หรือชำระผ่านบัตรเรียกเก็บได้

กรณีประกาศเผ่าระวังแผ่นดินไหวครั้งใหญ่, รายงานการเตือนภัยคลื่นสึนามิ สามารถรับฟังการกระจายเสียงเป็นภาษาอังกฤษได้ทาง NHK (ช่อง1) โทรทัศน์แพร่ภาพผ่านทางดาวเทียม

### (2) วิทยุ

มีสถานีวิทยุที่สามารถรับฟังได้ในจังหวัดจะเป็นจำนวนมาก แต่เนื่องจากคลื่นความถี่จะแตกต่างกันต่างประเทศ จึงไม่สามารถใช้วิทยุต่างประเทศ จำเป็นต้องใช้วิทยุที่ผลิตในญี่ปุ่น นอกจากนี้แล้ว จะสามารถรับฟังการกระจายเสียงเป็นภาษาต่างประเทศได้จากสถานีต่อไปนี้

สถานีวิทยุ NHK 2: AM 693kHz

Inter FM: FM 89.7MHz

มีการกระจายเสียงหลักๆเป็นภาษาอังกฤษ

โดยมีข้อมูลบางส่วนเป็นภาษาจีนกลาง ภาษาเกาหลี ภาษาตากาล็อก ภาษาสเปน ภาษาโปรตุเกส ทุกๆวันตลอด 24 ชั่วโมง

■ 図書館

■ หอสมุด

千葉県にある主な図書館หอสมุดหลักอยู่ในจังหวัดชิบะ

	ชื่อ	ที่อยู่ หมายเลขโทรศัพท์
1	千葉県立中央図書館 (Chiba Prefectural Library)	Chiba-shi Chuo-ku Ichiba-cho 11-1 043-222-0116
2	県立西部図書館 (Chiba Prefectural West Library)	Matsudo-shi Sendabori 657-7 047-385-4133
3	県立東部図書館 (Chiba Prefectural East Library)	Asahi-shi ha no 349 0479-62-7070
4	千葉市中央図書館 (Chiba City Central Library)	Chiba-shi Chuo-ku Benten 3-7-7 043-287-3980
5	千葉市みやこ図書館 (Chiba City Miyako Library)	Chiba-shi Chuo-ku Miyako-cho 3-11-3 043-233-8333
6	市原市立中央図書館 (Ichihara Municipal Central Library)	Ichihara-shi Sarashina 5-1-51 0436-23-4946
7	習志野市立新習志野図書館 (Narashino City Shin Narashino Library)	Narashino-shi Akitsu 3-6-3 047-453-3399
8	船橋市中央図書館 (Funabashi City Central Library)	Funabashi-shi Honcho 4-38-28 047-460-1311
9	船橋市西図書館 (Funabashi City West Library)	Funabashi-shi Nishifuna 1-20-50 047-431-4385
10	船橋市北図書館 (Funabashi City North Library)	Funabashi-shi Futawa Higashi 5-26-1 047-448-4899
11	市川市中央図書館 (Ichikawa City Central Library)	Ichikawa-shi Onitaka 1-1-4 047-320-3333
12	浦安市立中央図書館 (Urayasu Central Public Library)	Urayasu-shi Nekozone 1-2-1 047-352-4646
13	白井市立図書館 (Shiroi Public Library)	Shirai-shi Fuku 1148-8 047-492-1122
14	我孫子市民図書館 (Abiko City Library)	Abiko-shi Wakamatsu 26-4 04-7184-1110
15	印西市立大森図書館 (Inzai Omori Public Library)	Inzai-shi Omori 2535 0476-42-8686
16	佐倉市立志津図書館 (Sakura Shizu Public Library)	Sakura-shi Nishi Shizu 4-1-2 043-488-0906
17	佐倉市立佐倉南図書館 (Sakura South Public Library)	Sakura-shi Sanou 2-37-13 043-483-3000
18	成田市立図書館 (Narita Public Library)	Narita-shi Akasaka 1-1-3 0476-27-4646
19	八街市立図書館 (Yachimata Public Library)	Yachimata-shi Yachimata Ho 800-1 043-444-4946
20	富里市立図書館 (Tomisato Public Library)	Tomisato-shi Nanae 653 -1 0476-90-4646
21	横芝光町立図書館 (Yokoshibahikari Public Library)	Yokoshiba-Hikari-machi Miyagawa 11917 0479-84-3311
22	袖ヶ浦市立中央図書館 (Sodegaura Public Library)	Sodegaura-shi Sakado-Ichiba 1393-2 0438-63-4646

千葉県には県立図書館が3館、市町村立図書館が74館の、合計77館の公立図書館があり、千葉県に住んでいる人は誰でも利用できます。

<http://www.library.pref.chiba.lg.jp/guide/librarylist>

図書館カードの申込みには運転免許証、会社の身分証明書、在留カードなど住所を確認できるものが必要です。

## ■ 観光

千葉県では、「まるごとeちば」サイトで、おすすめスポットやイベントなどの情報を提供しています。また、全国の観光サイトや交通機関の情報なども見ることができ、便利です。

<http://maruchiba.jp/>

ที่จังหวัดชิบะมีหอสมุดประจำจังหวัดอยู่ 3 แห่ง

หอสมุดประจำสำนักงานท้องถิ่น อยู่ 74 แห่ง

รวมทั้งหมดมีหอสมุดสาธารณะให้บริการ 77 แห่ง

คนที่อาศัยอยู่ที่จังหวัดชิบะไม่ว่าใครก็สามารถเข้าใช้บริการได้

<http://www.library.pref.chiba.lg.jp/guide/librarylist>

ในการสมัครสมาชิกหอสมุดจำเป็นต้องใช้เอกสารที่สามารถยืนยันที่อยู่ในประเทศญี่ปุ่นได้ อาทิ ใบขับขี่ บัตรประจำตัวในบริษัท บัตรพำนัก ฯลฯ

## ■ การท่องเที่ยว

ที่จังหวัดชิบะ จะมีการให้ข้อมูลของสถานที่ที่แนะนำ

งานอีเวนต์ต่างๆผ่านทางเว็บไซต์ "คู่มือการท่องเที่ยวจังหวัดชิบะประเทศญี่ปุ่น

"นอกจากนี้แล้ว ยังสามารถดูเว็บไซต์การท่องเที่ยวของทั่วประเทศ,

ข้อมูลของหน่วยงานการจราจร และอื่นๆได้อย่างสะดวกสบายอีกด้วย

<https://www.visitchiba.jp/th/>

## 郵便

### (1) 国内郵便

- ① 定形郵便物(封書): 25gまで 84円、50gまで 94円  
(規格: 長さ 14-23.5cm、幅 9-12cm、厚さ 1cm以下。重さ 50g以下)
- ② 定形外郵便物(封書): 重さ・大きさによって料金が異なります。
- ③ 通常はがき 63円、ミニレター 63円、往復はがき 126円
- ④ 小包郵便(ゆうパック): 大きさと送り先の地域で料金が異なります。  
(規格: 長さ・幅・厚さの合計が 170 cm以内。重さ 25 kg以内)
- 書籍等を送るときはゆうメールを利用すると安い料金となります。  
(規格: 1 kgまで)
  - 必要なら専用の箱を郵便局で買うこともできます。
- ⑤ 速達: 急ぎのときは速達料金を追加して「速達扱い」にすると早く届けてもらえます。
- ⑥ 書留: 現金・重要な文書・物の郵送は「書留」にすると、万一の場合、損害賠償が受けられます。郵便局の窓口で申し出ます。

注: 受取りの印または署名が必要な郵便物や小包が配達されたとき、あなたがいないときは、配達員は、「不在配達のお知らせ」を郵便受けの中に残していきます。郵便局は、その郵便物を 7 日間保管するので、出向いて受け取るか(印鑑と身分を証明するものを必ず持って行ってください)、あるいは希望配達日を郵便局に知らせて再配達を申し込みます。

### (2) 国際郵便

- ① 通常郵便物
- 航空便には、手紙、ハガキ、本・雑誌(印刷物)があり、3日-6日程度で配達されます。

## ■ 去รษณีย์ภัณฑ์

### (1) 去รษณีย์ภัณฑ์ภายในประเทศ

- ① 去รษณีย์ภัณฑ์แบบมาตรฐาน(จดหมายปิดผนึก): ไม่เกิน 25 กรัม 84 เยน, ไม่เกิน 50 กรัม 94 เยน  
(มาตรฐาน: ความยาว 14-23.5 เซนติเมตร, ความกว้าง 9-12 เซนติเมตร, ความหนาไม่เกิน 1 เซนติเมตร น้ำหนักไม่เกิน 50 กรัม)
- ② 去รษณีย์ภัณฑ์แบบไม่มาตรฐาน(จดหมายปิดผนึก): ค่าธรรมเนียมจะแตกต่างกันไปตามน้ำหนักและขนาด
- ③ 去รษณีย์บัตรทั่วไป 63 เยน, จดหมายขนาดเล็ก 63 เยน, 去รษณีย์บัตรแบบไปกลับ 126 เยน
- ④ การส่งพัสดุ(กล่องบรรจุพัสดุ): ค่าธรรมเนียมจะแตกต่างกันไปตามความใหญ่ของพัสดุและเขตของที่อยู่ผู้รับ  
(มาตรฐาน: ความยาว / ความกว้าง / ยอดรวมของความหนาไม่เกิน 170 เซนติเมตร น้ำหนักไม่เกิน 25 กิโลกรัม)
- กรณีส่งสิ่งพิมพ์ต่างๆ ค่าบริการจะถูกถ้าใช้การส่งแบบ"ยูเมล"  
(มาตรฐาน: ไม่เกิน 1 กิโลกรัม)
  - ถ้าเป็นพัสดุที่จำเป็น สามารถซื้อกล่องสำหรับใช้เฉพาะได้ที่ทำการไปรษณีย์
- ⑤ จดหมายด่วน: กรณีที่เร่งด่วนหากเพิ่มค่าธรรมเนียมให้เป็นจดหมายด่วน จะสามารถได้รับการนำส่งที่เร็วขึ้น-
- ⑥ จดหมายลงทะเบียน: การส่งเงินสด, เอกสาร / ของสำคัญทางไปรษณีย์ ถ้าทำเป็นแบบ "จดหมายลงทะเบียน" ในกรณีฉุกเฉินจะได้รับการชดเชยความเสียหาย กรุณาติดต่อสอบถามที่ไปรษณีย์

### ค่าเตือน:

ในกรณีที่ไปรษณีย์ภัณฑ์หรือพัสดุต้องมีตราประทับการรับหรือลายเซ็น ถูกนำส่งในขณะที่ท่านไม่อยู่ เจ้าหน้าที่จัดส่งจะทิ้งใบเอาไว้ว่า "ไม่มีผู้รับ" เนื่องจากที่ทำการไปรษณีย์จะเก็บรักษาพัสดุนั้นเป็นเวลา 7 วัน จะไปปรับด้วยตนเอง  
(กรุณานำตราประทับกับเอกสารยืนยันตัวไปเพื่อเป็นสิ่งยืนยัน) หรือไม่เช่นนั้น  
แจ้งวันนำส่งตามที่ประสงค์ต่อที่ทำการไปรษณีย์และยื่นคำร้องว่าให้ส่งซ้ำ

### (2) 去รษณีย์ระหว่างประเทศ

#### ① 去รษณีย์ภัณฑ์ทั่วไป

- ไปรษณีย์อากาศมีบริการส่ง จดหมาย ไปรษณีย์บัตร หนังสือ / นิตยสาร(สิ่งพิมพ์) ซึ่งจะนำส่งภายในประมาณ 3 -6 วัน

② EMS (国際スピード郵便) : 航空便より速く配達されます。

### ③ 国際小包

- 航空便、船便、エコノミー航空 (SAL) 便の3種類があります。
- 利用回数により 10-20% の料金割引があります。
- 重量は 30kg まで (国により制限が異なります)
- 専用ラベルに必要事項を記入し、貼ります。

### ◇ 帰国や移転の際の手続き

帰国または移転する場合には、事前に郵便局に届けます。国内ならば、移転先の新住所に 1 年間は無料で郵便物を転送してもらえます。届出用のはがきは郵便局にあります。

郵便局ごとの業務時間

<https://map.japanpost.jp/p/search/>

日本郵便株式会社では英語版ホームページで郵便局のサービス内容や料金を紹介しています。

<https://www.post.japanpost.jp/english/index.html>

## ■ 宅配便

郵便のほかに日本には宅配便と呼ばれる便利な輸送サービスがあります。宅配便は、コンビニエンスストアなどでも申込みできます。一般的な配達サービスのほかに、食品などの冷凍配達、スキーやゴルフ用具をスキー場、ゴルフ場から自宅まで配達するサービスもあります。集荷時間や地域により配達までの日数が変わります。また、輸送距離や荷物のサイズによって料金は異なります。海外へのサービスは、荷物の種類や地域によって制限があります。

② EMS (ไปรษณีย์ด่วนพิเศษระหว่างประเทศ) :

นำส่งเร็วกว่าการส่งไปรษณีย์อากาศ

### ③ พัสดุระหว่างประเทศ

- มี 3 ประเภท คือ ไปรษณีย์อากาศ ไปรษณีย์เรือ ไปรษณีย์อากาศอีคอนอมิ (SAL)
- มีส่วนลดค่าบริการ 10-20% ตามจำนวนชิ้นที่ใช้
- น้ำหนักไม่เกิน 30 กิโลกรัม (แต่แต่ละประเทศข้อจำกัดแตกต่างกัน)
- เขียนหัวข้อสำคัญลงในฉลากใช้เฉพาะ และติดลงไป

### ◇ ขั้นตอนเมื่อกลับประเทศหรือย้ายที่อยู่

ในกรณีที่เกิดกลับประเทศหรือย้ายที่อยู่

กรุณาแจ้งล่วงหน้าไปยังที่ทำการไปรษณีย์

หากอยู่ในประเทศจะส่งไปรษณีย์ภัณฑ์ไปยังที่อยู่ใหม่โดยไม่คิดค่าบริการเป็นเวลา 1 ปี ไปรษณีย์บัตรที่ใช้แจ้งมีในที่ทำกำการไปรษณีย์

เวลาทำการของแต่ละที่ทำการไปรษณีย์

<https://map.japanpost.jp/p/search/>

บริษัท Japan Post co., Ltd.

ได้แนะนำรายละเอียดของบริการและค่าบริการด้วยโฮมเพจภาษาอังกฤษ

<https://www.post.japanpost.jp/english/index.html>

## ■ บริการส่งถึงบ้าน

นอกจากนั้นไปรษณีย์ ในญี่ปุ่นยังมีบริการส่งของที่สะดวกที่เรียกว่า

บริการส่งถึงบ้าน อีกด้วย

ซึ่งบริการส่งถึงบ้านสามารถสมัครได้แม้แต่ที่ร้านสะดวกซื้อ

นอกจากบริการนำส่งสิ่งของต่างๆ ไปแล้ว ยังมีบริการการส่งของแช่แข็ง เช่น

อาหาร

หรืออุปกรณ์ที่ใช้เล่นสกีหรือกอล์ฟไปถึงสนามสกีหรือสนามกอล์ฟอีกด้วย

ช่วงเวลาในการรับสิ่งของ

จำนวนวันในการนำส่งถึงบ้านจะมีการเปลี่ยนแปลงขึ้นอยู่กับที่อยู่รับส่งสิ่งของ

อีกทั้ง ค่าบริการจะแตกต่างกันไปตามระยะทางในการจัดส่ง

และขนาดของสิ่งของ

บริการที่ส่งไปยังต่างประเทศมีข้อจำกัดตามประเภทของสิ่งของและเขตพื้นที่

## 電話

### 電話のかけ方

日本の電話番号は、市外局番 - 市内局番 - 加入者番号の三組の数字からできており、受話器を上げてから、ブッシュボタンでこれらの数字を押してかけます。

ただし、自分と同じ市外局番の相手に電話をかけるときは、市外局番は、要りません。

\*携帯電話からかける場合は、全ての番号を押します。

## โทรศัพท์

### วิธีโทรศัพท์

เบอร์โทรศัพท์ในประเทศญี่ปุ่นจะประกอบด้วย รหัสพื้นที่นอกเมือง - รหัสพื้นที่ในเมือง - หมายเลขผู้รับบริการ ซึ่งการโทรศัพท์ในแต่ละครั้งต้องกดหมายเลขดังกล่าวหลังจากยกหูโทรศัพท์ นอกจากนี้

กรณีที่โทรหาคู่สายที่อาศัยในเมืองเดียวกัน

ไม่จำเป็นต้องกดรหัสพื้นที่นอกเมือง

\*สำหรับการโทรออกด้วยโทรศัพท์มือถือ จำเป็นต้องกดทุกหมายเลข

例

(ตัวอย่าง)

รหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์นอกเมือง	รหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์ในเมือง	เลขหมายผู้ใช้บริการ
043	123	4567

### 電話の新設・移転・名義変更等の申込み方法

最寄りのNTTの営業所に、身分証明書(パスポート、在留カード、運転免許証など)を持って申し込みます。

### วิธีการแจ้งขอติดตั้งโทรศัพท์ใหม่ / การย้าย / การเปลี่ยนชื่อผู้ใช้ ฯลฯ

การสมัครสามารถทำได้โดยติดต่อที่ศูนย์บริการของ NTT สาขาใกล้บ้าน โดยนำเอกสารแสดงตัวตน (อาทิ หนังสือเดินทาง บัตรพำนัก ใบขับขี่) เพื่อใช้ประกอบการสมัคร

### 便利な電話番号

電話の申込み 116(局番なし)

電話の故障 113(局番なし)

話中調べ 114(局番なし)

電話番号案内(有料) 104(局番なし)

時報(有料) 117(局番なし)

天気予報(有料) 177(局番なし)

### หมายเลขโทรศัพท์สะดวก

สมัครโทรศัพท์ 116 (ไม่มีรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์)

โทรศัพท์ขัดข้อง 113 (ไม่มีรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์)

ตรวจสอบสายซ้อน 114 (ไม่มีรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์)

สอบถามหมายเลขโทรศัพท์(มีค่าบริการ) 104

(ไม่มีรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์)

เทียบเวลา(มีค่าบริการ) 117 (ไม่มีรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์)

พยากรณ์อากาศ(มีค่าบริการ) 177 (ไม่มีรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์)

### 英語による案内

NTT東日本

<http://www.ntt-east.co.jp/en/>

電話: 116(局番なし)または0120-116-000

9:00~17:00(年末年始除く)

### อธิบายด้วยภาษาอังกฤษ

NTT EAST

<http://www.ntt-east.co.jp/en/>

โทรศัพท์: 116 (ไม่มีรหัสเขตพื้นที่โทรศัพท์) หรือ 0120-116-000

9:00-17:00 น. (ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์, วันหยุดปลายปีถึงต้นปี)

### 電話料

• 基本料(回線使用料)と通話料金があります。

• 基本料はNTTに支払いますが、通話料金は多数の電話会社から選ぶこともできます。

### ค่าโทรศัพท์

• มีค่าบริการรายเดือน (ค่าธรรมเนียมการเชื่อมต่อ) และค่าโทรศัพท์

• ค่าบริการรายเดือนชำระได้ที่ เอ็นทีที (NTT)

แต่ค่าโทรศัพท์สามารถเลือกได้จากบริษัทโทรศัพท์

กรณีที่ใช้บริการของบริษัทโทรศัพท์อื่นนอกจากเอ็นทีที (NTT)

จำเป็นต้องทำสัญญา ดังนั้นโปรดถามบริษัทโทรศัพท์แต่ละแห่งโดยตรง

す。NTT以外の電話会社のサービスを  
利用するときは、事前に契約が必要になり  
ますので、各電話会社に直接お問い合わせ  
ください。

#### ◇電話料金の支払い

電話料金は、毎月、各会社から請求書が郵送  
されてきますので、近くの銀行、郵便局、コン  
ビニエンスストア、電話会社の営業所で支払  
います。銀行の口座から毎月自動的に支払  
われる口座振替の方法もあります。

#### ◇携帯電話の購入

携帯電話は、各メーカーの機種取扱店や  
家電量販店などで購入することができます。  
購入時には、本人であることを確認できる  
書類(パスポート、在留カード等)や毎月  
の料金の支払いの手續に必要なもの(クレ  
ジットカード等)などが必要となりますので、  
詳しくは、携帯電話を購入する店舗で  
直接確認してください。

#### ◇公衆電話

公衆電話には、10・100円硬貨及びテレホン  
カードで利用できるものがあります。100円  
硬貨はおつりができませんので注意してくだ  
さい。

受話器をとり、硬貨又はテレホンカードを  
挿入し、ブーという音が聞こえたら相手の  
電話番号をダイヤルします。通話中のピーと  
いう発信音は、料金がなくなった合図ですの  
で、続けて話をしたいときは硬貨またはテレ  
ホンカードを追加します。

公衆電話で国際電話をかける場合には、デ  
ジタル公衆電話を利用します。国際電話  
を利用できる公衆電話には表示がしてあり  
ますので、確認してから利用してください。

テレホンカードは、NTT やコンビニエンス  
ストアなどで販売しています。

#### ◇การชำระค่าโทรศัพท์

แต่ละบริษัทจะส่งใบเรียกเก็บค่าโทรศัพท์มาทางไปรษณีย์ทุกเดือน  
สามารถจ่ายได้ที่ ธนาคาร ที่ทำการไปรษณีย์ ร้านสะดวกซื้อ  
สำนักงานสาขาของบริษัทโทรศัพท์ที่ใกล้บ้าน  
และยังมีวิธีการโอนจ่ายอัตโนมัติทุกเดือนจากบัญชีธนาคาร

#### ◇การซื้อโทรศัพท์มือถือ

การซื้อโทรศัพท์มือถือสามารถทำได้โดยการซื้อในร้านโทรศัพท์มือถือแต่ละยี่ห้อ  
หรือ ร้านจัดจำหน่ายเครื่องใช้ไฟฟ้า ในการซื้อ  
จำเป็นต้องมีเอกสารที่สามารถยืนยันตัวผู้ซื้อ (หนังสือเดินทาง บัตรพำนัก  
 ฯลฯ), เอกสารที่จำเป็นในการชำระค่าบริการรายเดือน (เครดิตการ์ด ฯลฯ)  
และอื่น ๆ  
ซึ่งสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ร้านจัดจำหน่ายโทรศัพท์มือถือที่ต  
องการซื้อได้เลย

#### ◇โทรศัพท์สาธารณะ

สามารถใช้เงินเหรียญ 10/100 เยน  
หรือบัตรโทรศัพท์กับโทรศัพท์สาธารณะได้ โปรดระวังหากใช้เหรียญ 100  
เยน จะไม่สามารถทอนเงินได้

ยกหูโทรศัพท์ หยอดเหรียญหรือใส่บัตร เมื่อได้ยินเสียงสัญญาณแล้ว  
กดเบอร์โทรศัพท์ที่ต้องการติดต่อ เมื่อมีสัญญาณเตือนเงินหมด  
แต่ต้องการคุยต่อต้องหยอดเหรียญเพิ่มหรือเพิ่มเงินในบัตรโทรศัพท์

ในกรณีที่โทรระหว่างประเทศด้วยโทรศัพท์สาธารณะ  
จะใช้โทรศัพท์สาธารณะดิจิทัลโทรศัพท์สาธารณะที่สามารถโทรระหว่างประ  
เทศได้จะมีเครื่องหมายแสดงอยู่ โปรดสังเกตก่อนใช้  
บัตรโทรศัพท์มีจำหน่ายที่เอ็นทีที (NTT) และร้านสะดวกซื้อ

## ◇国際電話

- ① 国際ダイヤル通話: 電話をかける人が自分で直接、海外にある相手の電話番号をダイヤルして通話します。  
→ 国際電話識別番号(010)+国番号+相手先電話番号

- ② 国際オペレーター通話: 0051  
電話会社のオペレーターに相手を電話口に呼び出してもらう方法です。

<https://www.kddi.com/phone/international/operator/>

## ◇โทรศัพท์ระหว่างประเทศ

- ① โทรศัพท์ระหว่างประเทศโดยตรง:

การโทรถึงผู้รับสายที่อยู่ต่างประเทศโดยตรง

→ หมายเลขโทรศัพท์เฉพาะ(010)+รหัสประเทศ+

หมายเลขโทรศัพท์ของผู้รับสาย

- ② โทรศัพท์ระหว่างประเทศผ่านโอเปอเรเตอร์: 0051

คือการโทรถึงผู้รับสายโดยผ่านโอเปอเรเตอร์ของบริษัทโทรศัพท์

<http://www.kddi.com/english/phone/international>

## ■ 交通機関

鉄道及び路線バス等の公共交通機関は、広範囲に整備されており、日常生活の重要な足として大きな役割を果たしています。

## ■ 鉄道を利用するとき

### (1) 乗車券の種類

#### ① 普通乗車券

近距離は自動販売機、遠距離や特急券などは駅の窓口で買います。料金は、自動販売機の上部に駅別で表示されています。

12歳未満(ただし、小学生は子供)の子供は半額、6歳未満の幼児は大人または子供1人につき2人まで無料です。

#### ② 回数券

10枚分の料金の11枚買うことができ、同じ区間を何度も利用するときに、便利です。ただし、使用期限があります。

#### ③ 定期券

毎日の通勤や通学には定期券が便利です。期間は1か月、3か月、6か月の3種類で、期間が長いものほど割安になっています。

### (2) ICカード式乗車券 (Suica (スイカ) と PASMO (パスモ))

定期券にもプリペイド式乗車券にも使えるカードで、読み取り装置を設置したすべての鉄道とバスで現金を使わずに乗車、運賃精算ができます。

Suica (スイカ) は JR 東日本で販売しているもので、自動改札機に触れるだけで改札を通過できます。PASMO (パスモ) は、私鉄、地下鉄、バス会社で販売しています。

### (3) 列車の種類

- 各駅に停車する列車: 「普通」
- 主要駅だけに停車する列車: 「特急」、「快速」、「急行」

## ■ ระบบการคมนาคม

ระบบคมนาคมขนส่งมวลชนอาทิเช่นทางรถไฟ รถประจำทาง ได้มีการเตรียมไว้อย่างครอบคลุม สามารถใช้ประโยชน์ได้ตามความจำเป็นในชีวิตประจำวัน

## ■ การใช้บริการรถไฟ

### (1) ประเภทตั๋วโดยสาร

#### ① แบบธรรมดา

ตั๋วสำหรับระยะการเดินทางสั้นๆ จะสามารถซื้อได้จากตู้ขายอัตโนมัติ ส่วนตั๋วสำหรับการเดินทางระยะไกลหรือตั๋วพิเศษจะซื้อได้จากช่องขายตั๋วหน้าสถานี

ราคาของตั๋วจะได้จากด้านบนของตู้ขายอัตโนมัติโดยจะเรียงตามสถานี เด็กที่มีอายุไม่ถึง 12 ปี (สำหรับนักเรียนประถมถือว่าเป็นเด็ก) คิดครึ่งราคา ส่วนเด็กเล็กไม่ถึง 6 ขวบ จะไม่คิดราคาในอัตราส่วน ผู้ใหญ่หรือเด็ก 1 คนต่อเด็กอ่อน 2 คน

#### ② ตัวคูปองคิดตามจำนวนครั้ง

ตั๋วประเภทนี้จะเสมือนซื้อตั๋ว 11 ใบด้วยราคาตั๋ว 10 ใบ สะดวกมากสำหรับผู้ที่ต้องใช้เส้นทางเดิมๆ หลายต่อหลายครั้ง แต่ตั๋วประเภทนี้จะมีวันหมดอายุการใช้งานด้วย

#### ③ ตัวจำกัดระยะเวลา

มีประโยชน์สำหรับผู้ที่ใช้รถไฟในการเดินทางไปเรียนหรือไปทำงานทุกวัน ตัวจะมีสามแบบแบ่งตามระยะเวลาได้แก่ 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือน และตัวที่มีระยะเวลายาวกว่าก็จะยิ่งประหยัดได้มากกว่า

### (2) ตั๋วรถไฟแบบ IC Card (Suica และ PASMO)

เป็นบัตรที่สามารถเป็นตัวแบบจำกัดระยะเวลาและตั๋วรถไฟแบบจ่ายก่อน (pre-paid) ได้ด้วย

สามารถใช้ทั้งกับรถประจำทางหรือรถไฟที่มีการติดตั้งเครื่องอ่านตั๋วได้ ทำให้จ่ายค่าโดยสารได้โดยไม่ต้องใช้เงินสด

Suica เป็นบัตรที่จัดจำหน่ายโดย JR Higashi-Nihon (East Japan Railway)

สามารถใช้ผ่านจุดตรวจตั๋วได้เพียงแค่นำไปแตะกับเครื่องตรวจตั๋วอัตโนมัติ ส่วน PASMO นั้นจะจัดจำหน่ายโดยบริษัทรถไฟเอกชน รถไฟใต้ดิน และรถประจำทาง

### (3) ประเภทของรถไฟ

- รถไฟที่จอดทุกสถานี: "หัวไป"
- รถไฟที่จะจอดเฉพาะสถานีหลักๆ เท่านั้น: "ด่วนพิเศษ", "ความเร็วสูง", "รถด่วน"

#### (4) 時刻表

時刻表を利用すると、あらかじめ列車の発車時刻と到着時刻を知ることができます。時刻表では、午前、午後という言葉は使わず 24 時間制で時刻が表示されています。

#### ■ バス

「行き先」はバスの正面に書かれています。バスの運賃の支払方法は、現金の他に、定期券や回数券、ICカード式乗車券などがあります。

#### ◇ バスを利用するときの注意

- バスによっては、乗車距離にかかわらず一律料金の場合があり、乗るときに料金を支払うこととなりますので、停留所やバスの表示を確認してください。
- 料金を降りるときに支払う場合は、乗ったときに「整理券」という、乗った停留所を示す券を取ってください。
- 降りるときは、降りたい「停留所」の手前でバスに備え付けてあるボタンを押して運転手に知らせます。
- 料金は、バスの内側正面の見やすいところに電光表示されていますので、整理券に書かれてある番号に対応した料金を、降りるときに運転手の横に備えられている「料金箱」のなかに整理券と一緒に入れます。このとき、「つり銭」がいらぬようにあらかじめ小銭を用意しておくとい良いでしょう。
- 12歳未満(ただし、小学生は子供)は半額、6歳未満の幼児は大人または子供1人につき2人まで無料です。
- IC カード乗車券(Suica や PASMO)を使う場合は、乗降口、運賃箱の読み取り部にタッチしてください。

#### (4) ตารางเวลา

ตารางเวลาจะทำให้รู้เวลาที่รถไฟออกจาก/ไปถึงสถานีได้ล่วงหน้า ในตารางเวลาจะไม่มีการแบ่งช่วงเข้ากับช่วงป้าย และแสดงเวลาแบบ 24 ชั่วโมงไปเลย

#### ■ รถประจำทาง

จุดหมายจะมีบอกไว้ตรงหัวรถด้านหน้า การจ่ายค่าโดยสารรถประจำทางนั้น นอกจากใช้เงินสดแล้วยังมีตัวจำกัดระยะเวลา ตัวจำกัดจำนวนครั้ง IC Card และอื่นๆ

#### ◇ ข้อควรระวังในการใช้รถประจำทาง

- บางคันจะคิดค่าโดยสารแบบราคาเดียวโดยไม่ขึ้นกับระยะทาง และเวลาขึ้นต้องจ่ายค่าโดยสารก่อนจึงควรตรวจสอบป้ายหยุดรถและป้ายบอกที่อยู่บนรถประจำทางเอาไว้ก่อนเสมอ
- ในกรณีที่จ่ายก่อนลงจากรถ ให้หยิบ“ตัวเลข”ที่แสดงป้ายรถประจำทางที่ขึ้นมาเอาไว้ด้วย
- ก่อนลงจากรถให้กดปุ่มในรถก่อนที่จะลงป้ายที่จะลงเพื่อออกให้คนขับทราบด้วย
- ค่าโดยสารจะมีบอกภายในตัวรถด้วยป้ายแสงที่มองเห็นได้โดยตรงด้านหน้า เมื่อจะลงจากรถก็ให้จ่ายค่าโดยสารที่ตรงกับหมายเลขบนตัวหมายเลขด้วย โดยหย่อนค่าโดยสารพร้อมกับตัวเลขลงใน“กล่องค่าโดยสาร”ที่อยู่ข้างๆที่นั่งคนขับ และควรเตรียมค่าโดยสารให้พร้อมจ่ายโดยไม่ต้องทอนเอาไว้ก่อนด้วย
- เด็กที่มีอายุไม่ถึง 12 ปี (สำหรับนักเรียนประถมถือว่าเป็นเด็ก) คิดครึ่งราคา ส่วนเด็กเล็กไม่เกิน ไม่ถึง 6 ขวบ จะไม่คิดราคาในอัตราส่วน ผู้ใหญ่หรือเด็ก 1 คนต่อเด็กก่อน 2 คน
- กรณีที่ใช้บัตรโดยสารแบบ IC (SUICA หรือ PASMO) ให้แตะบัตรกับเครื่องอ่านบัตรที่ติดตั้งไว้ตรงกล่องรับค่าโดยสาร ที่ทางขึ้นลงรถ

## ■ タクシー

タクシーには車の屋根に会社の名前を入れた「表示灯」がついています。空車のタクシーは、フロントから車外に向け赤く「空車」と表示されています。

タクシーを利用したい時は、駅前などのタクシー乗り場から乗るか、道路を走っている空車のタクシーを止めて乗車することもできます。また、タクシー会社に電話して連絡して呼ぶこともできますが、この場合は追加料金を払います。日本のタクシーは自動ドアですので、乗り降りする時のドアの開け閉めは、運転手に任せます。

料金は、車の種類（大型・中型・小型）、走行距離、時間帯、地域などの組み合わせによって決まっています。利用料金は、運転席の横にある「メーター」に表示されます。早朝・深夜や高速道路に乗ったときは割増料金になります。チップの必要はありません。

## ■ 自動車の運転

日本では自動車や自転車は左側通行です。飲酒運転は絶対にしてはいけません。

◇日本で運転するためには、次のいずれかの免許証を所持している必要があります。

- 1) 日本の免許証
- 2) ジュネーブ条約に基づく国際運転免許証
- 3) 国際運転免許証を発給していない国又は地域であって日本と同等の水準にあると認められる免許制度を有している国又は地域（スイス、エストニア、ドイツ、フランス、ベルギー、モナコ及び台湾）の免許証（当該免許証を発給した国の領事機関等が作成した日本語による翻訳文が添付されているものに限る。）

◇日本において運転できる期間

- 日本の免許証：有効期間内
- 国際運転免許証及び外国の運転免許証：日本に上陸した日から 1年間又は当該免許証

## ■ รถแท็กซี่

บนหลังคารถแท็กซี่จะมีป้ายไฟที่บอกชื่อบริษัทที่อยู่  
รถที่ว่างจะมีป้ายไฟสีแดงแสดงตัวอักษร  
(รถว่าง)อยู่ตรงหน้ารถหันออกมด้านนอก

เมื่อต้องการใช้บริการแท็กซี่

ก็เลือกได้ว่าจะขึ้นจากจุดขึ้นแท็กซี่ตามหน้าสถานี

หรือจะโบกรถแท็กซี่ข้างที่วิ่งอยู่ตามถนนให้จอดแล้วขึ้นก็ได้ นอกจากนี้

ยังสามารถโทรไปยังบริษัทแท็กซี่เพื่อเรียกรถมาได้อีกด้วย

แต่วิธีนี้จะต้องเสียค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม ประตुरถแท็กซี่ของญี่ปุ่นเป็นระบบอัตโนมัติ  
เวลาขึ้นหรือลงรถ ประตูจะเปิดปิดก็ขึ้นอยู่กับคนขับ

ส่วนค่าโดยสาร ก็จะขึ้นอยู่กับขนาดของรถ(ใหญ่ กลาง เล็ก) ระยะทางที่วิ่ง

ช่วงเวลา ซึ่งค่าโดยสารก็จะมี

แสดงอยู่ตรงมิเตอร์ที่อยู่ด้านข้างที่นั่งคนขับ

ค่าโดยสารช่วงเข้ามิดกับช่วงดึกจะมีการเพิ่มอัตราค่าโดยสาร

เป็นพิเศษ ไม่จำเป็นต้องจ่ายทิปแต่อย่างใด

## ■ การขับรถยนต์ส่วนบุคคล

ในญี่ปุ่น รถยนต์และรถจักรยานขับซิดซ้าย

โดยเฉพาะการขับรถขณะมีเมามากจะถูกลงโทษอย่างเข้มงวดมากเป็นพิเศษ  
ขอให้หลีกเลี่ยงโดยเด็ดขาด

◇การขับขี่ยานพาหนะในประเทศญี่ปุ่นนั้น

จำเป็นจะต้องครอบครองใบอนุญาตขับรถตามที่กำหนดดังนี้

- 1) ใบอนุญาตขับรถของญี่ปุ่น
- 2) ใบอนุญาตขับรถนานาชาติที่ใช้กฎเกณฑ์อนุสัญญาเจนีวา
- 3) ใบอนุญาตขับขีจากประเทศที่ไม่มีการออกใบอนุญาตขับรถนานาชาติ หรือพื้นที่ใด ๆ

ก็ตามที่ได้รับข้อมรรับว่ามีกฎเกณฑ์มาตรฐานในการออกใบอนุญาตขับขี่เหมือนประเทศญี่ปุ่น (สวิตเซอร์แลนด์, เอสโตเนีย, เยอรมัน, ฝรั่งเศส, เบลเยียม, โมนาโก และ ไต้หวัน)

(ควรมีการแนบเอกสารที่แปลเป็นภาษาญี่ปุ่นซึ่งออกโดยหน่วยงานกงสุลของประเทศที่ออกใบอนุญาตขับขีดังกล่าว)

◇ระยะเวลาที่สามารถขับขี่ในประเทศญี่ปุ่น

- ใบอนุญาตขับขี่ประเทศญี่ปุ่น : ภายในระยะเวลาที่กำหนด
- ใบอนุญาตขับขีนานาชาติและใบอนุญาตขับขี่ของต่างประเทศ : ระยะเวลา 1 ปี โดยนับตั้งแต่วันที่ถึงประเทศญี่ปุ่น หรือ

の有効期間のいずれか短い期間

### 〈運転免許に関する問合せ先〉

千葉県警察

・千葉運転免許センター

千葉市美浜区浜田2-1

電話: 043-274-2000

(テレホン案内とFAXサービス、日本語)

・流山運転免許センター

流山市前ヶ崎217番地

電話: 04-7147-2000

(テレホン案内とFAXサービス、日本語)

<https://www.police.pref.chiba.jp/license/index.html>

## (1) 自国の運転免許証から日本の運転免許証への切り替え

有効な外国免許を持ち、かつ運転免許の

発給を受けた日から通算3か月以上発給国

に滞在期間があることが条件です。

確認特例国からの切り替え申請を除き、

知識審査及び技能審査が必要です。

切替えの手続きは、千葉運転免許センター

で行われます。

手続きに必要なものは、千葉運転免許セン

ターに事前に確認してください。

※流山運転免許センターでは行われてお

りませんのでご注意ください。

## (2) 日本で新たに運転免許証を取得する場合

自国の免許証を持っていない場合は、新たに

日本の運転免許証を取得することになります。

日本人と同じように運転免許センターで実施

する適性試験、筆記試験及び技能試験を受

け、合格しなければなりません。

日本では一般的に、あらかじめ専門の学校

(自動車学校)に通い、運転免許証を取得する

ための学科及び技能の教習を受けます。

自動車学校を卒業した場合は、運転免許セン

ターでの技能試験が免除され、適性試験、

筆記試験のみになります。(筆記試験は、

ตามกำหนดในใบอนุญาตขับขี่ดังกล่าว แล้วแต่วันได้อันหนึ่งถึงก่อน

〈ช่องทางสอบถามเกี่ยวกับใบอนุญาตขับขี่〉

สถานีตำรวจจังหวัดชิบะ

・ศูนย์ใบอนุญาตขับขี่ชิบะ

ชิบะชิ มิยะมะคุ ฮามาตะ2-1

โทร: 043-274-2000

(Telephone Guide หรือ Fax Service, เปิดตลอด24ชั่วโมง, ภาษาญี่ปุ่น)

・ศูนย์ใบอนุญาตขับขี่นะกะระยะมะ

นะกะระยะมะ มะเอะงะซะกิ 217

โทร: 04-7147-2000

(Telephone Guide หรือ Fax Service, เปิดตลอด24ชั่วโมง, ภาษาญี่ปุ่น)

<https://www.police.pref.chiba.jp/license/index.html>

## (1) การเปลี่ยนใบอนุญาตขับขี่ที่ออกโดยประเทศตนเองเป็นใบอนุญาตขับขี่ของประเทศญี่ปุ่น

เงื่อนไข คือ

ต้องมีการครอบครองใบอนุญาตขับขี่ของต่างประเทศที่สามารถใช้ได้จริง อีกทั้ง

ระยะเวลาพำนักในประเทศที่ออกใบอนุญาตขับขี่ต้องมีมากกว่า 3 เดือน

โดยนับตั้งแต่วันที่ได้รับใบอนุญาตขับขี่

ยกเว้นค่าขอเปลี่ยนใบอนุญาตขับขี่ใหม่จากผู้ยื่นที่มาจากประเทศที่ต้องตรวจสอบ

เป็นพิเศษ เพราะจำเป็นต้องทดสอบความรู้และความสามารถเพิ่มเติม

การดำเนินการเปลี่ยนใบอนุญาตขับขี่สามารถทำได้ที่ศูนย์ใบอนุญาตขับขี่ชิบะ

กรุณาตรวจสอบสิ่งสำคัญที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินการกับทางศูนย์ใบอนุญาต

ขับขี่ชิบะล่วงหน้า

※ศูนย์ใบอนุญาตขับขี่นะกะระยะมะไม่มีบริการนี้

## (2) การทำใบขับขี่ใหม่ในญี่ปุ่น

ในกรณีที่ไม่มีใบขับขี่จากประเทศของตน จะต้องทำใบขับขี่ใหม่ในญี่ปุ่น

โดยไปที่ศูนย์ใบขับขี่เพื่อรับการทดสอบคุณสมบัติ

การสอบข้อเขียนรวมไปถึงการสอบทักษะเหมือนกับคนญี่ปุ่น

ที่ญี่ปุ่นนั้นโดยทั่วไปแล้ว

จะต้องเข้าเรียนในโรงเรียนเฉพาะทาง(โรงเรียนสอนขับรถ)เพื่อจะได้รับ

ความรู้และทักษะเพื่อที่จะสอบใบขับขี่

หากสำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนสอนขับรถมาแล้วก็จะได้รับการ

ยกเว้นการสอบทักษะ เหลือแต่การทดสอบคุณสมบัติและสอบข้อเขียนเท่านั้น

นอกจากนี้ยังมีหนังสือ(การสอบข้อเขียน

ข้อสอบแบบถูกผิดสามารถเลือกเป็น ภาษาญี่ปุ่น ภาษาอังกฤษ

ภาษาจีนได้ในการเข้าสอบ)

正誤式で日本語・英語・中国語から選択して受験することができます。)

#### ※参考

「交通の教則」

(英語、スペイン語、ポルトガル語、中国語)

(一社)日本自動車連盟 (JAF)にて販売。

(一財)全日本交通安全協会発行の「交通の教則」を翻訳した書籍。

<https://jaf.or.jp/common/visitor-procedures/rules-of-the-road>

#### 〈運転免許証の取得に必要な書類・手数料〉

免許の種類によって必要な書類、手数料が異なりますので、運転免許センターに確認してください。

#### (3)運転免許証の更新

運転免許証の有効期間は 3 年後の誕生日までです。その後 3 年に 1 度 (優良運転者の場合は 5 年に 1 度) 更新しなければなりません。

更新手続きは運転免許センター又は最寄りの警察署で行うことができます。

更新の時期になると、免許証に記載されている住所に更新の案内のながきが届きます。誕生日の 1 か月前から 1 か月後までの間に手続きをします。

詳しくは運転免許センターに確認してください。

#### (4)自動車の登録制度

自動車を購入したら陸運事務所に登録する必要があります。この手続きは複雑なので、通常、ディーラーが手続きを代行してくれます。

自動車を登録する場合には、自動車重量税、自動車取得税、自動車税の納付、自動車損害賠償責任保険への加入、自動車保管場所証明 (車庫証明) が必要です。また、印鑑証明又はサイン (在日大使館で証明したもの) も必要です。

自動車損害賠償責任保険 (自賠責保険) : 加入が義務付けられています。

#### ※ อ้างอิง

「กฎในการขับขี่」

(ภาษาอังกฤษ, ภาษาสเปน, ภาษาโปรตุเกส, ภาษาจีน)

มีจำหน่ายที่ (องค์กรไม่แสวงหาผลกำไร) สมาพันธ์รถยนต์ประเทศไทย (JAF)

เอกสาร "กฎในการขับขี่" ฉบับแปลที่ตีพิมพ์โดย (องค์กรไม่แสวงหาผลกำไร)

สมาคมขับขี่เพื่อความปลอดภัยในญี่ปุ่น

<https://jaf.or.jp/common/visitor-procedures/rules-of-the-road>

#### 〈เอกสารที่จำเป็นและค่าธรรมเนียมในการทำใบอนุญาตขับขี่〉

เอกสารที่จำเป็นต้องใช้จะแตกต่างกันไปตามประเภทของใบขับขี่

โปรดตรวจสอบตรวจสอบกับศูนย์ใบขับขี่)

#### (3) การเปลี่ยนใบขับขี่ใหม่

อายุของใบขับขี่จะหมดลงเมื่อครบ 3 ปีในวันเกิด จึงต้องเปลี่ยนใบขับขี่ใหม่ 1 ครั้งหลังจากนั้น 3 ปี (ในกรณีของผู้ขับขี่ที่เยี่ยมจะเป็น 1 ครั้งใน 5 ปี)

การเปลี่ยนใบขับขี่ใหม่นั้นสามารถทำได้ที่ศูนย์ใบขับขี่หรือสถานีดำรวจที่อยู่ใกล้ที่พักอาศัย

เมื่อถึงเวลาที่ต้องทำการเปลี่ยนใหม่

จะมีเอกสารเสนอเปลี่ยนใหม่ส่งมายังที่อยู่ที่คุณอยู่ในใบขับขี่

สามารถเปลี่ยนใบขับขี่ใหม่ได้ในช่วง 1 เดือนก่อนวันเกิด

จนถึง 1 เดือนหลังจากวันเกิด

กรุณาตรวจสอบรายละเอียดที่ศูนย์ใบขับขี่

#### (4) ทะเบียนรถยนต์

หากคุณซื้อรถยนต์คุณจะต้องลงทะเบียนกับสำนักงานขนส่งทางบก

เนื่องจากขั้นตอนนั้นซับซ้อนตัวแทนจำหน่ายมักจะทำเพื่อคุณ

เมื่อลงทะเบียนรถยนต์ต้องมีการคำนวณภาษีน้ำหนักรถยนต์ภาษีรถยนต์

ชำระภาษีรถยนต์ประกันความรับผิดชอบรถยนต์และรับรองสถานที่จัดเก็บรถยนต์

(ใบรับรองโรงรถ) ต้องใช้ใบรับรองตราประทับและใบรับรองลายมือชื่อ

(รับรองโดยสถานทูตญี่ปุ่น)

• ประกันภัยความรับผิดชอบรถยนต์; จะต้องมีการประกัน

• ประกันภาคสมัครใจ; การประกันภัยความรับผิดชอบรถยนต์นั้นมี จำกัด

- 任意の保険 (任意保険) : 自動車損害賠償責任保険は対象や賠償金が限られていますので、それを補うためには、任意の保険に加入しておきましょう。
- 自動車保管場所証明 (車庫証明) : 自動車の保管場所があることを証明する書類「車庫証明」です。自動車の保管場所を管轄する警察署に申請します。

### (5) 自動車の検査 (車検)

自動車が安全面や環境面の基準に適合しているかを確認するために、一定期間ごとに自動車の検査 (車検) を受けることが義務付けられています。自動車を新規登録した時に新規検査が行われ、自動車検査証が交付されます。次回の検査を受けなければならない期限は、自動車検査証に記載されています。検査は、整備工場に点検整備とともに検査手続きを依頼する方法と、本人が検査手続きを行う方法があり、いずれかを選択します。

費用 (検査登録申請料・自動車損害賠償責任保険料・重量税・修理代) は、かなり高額です。前もって用意しておきます。

### (6) 自動車税

普通自動車には自動車税が、軽自動車には軽自動車税が、毎年かかります。領収書は、車検の際に必要ですので、大切に保管しておきます。

### ■ 原動機付き自転車 (原付バイク)

原動機付き自転車 (原付バイク) に乗るには、軽自動車税が必要です。原動機付き自転車 (原付バイク) を購入したときは、現在住んでいる市区町村に登録し、年1回、軽自動車税を払わなければなりません。

ในขอบเขตความคุ้มครอง

ลองทำประกันภาคสมัครใจเพื่อเสริมมัน

- ใบรับรองสถานที่จัดเก็บรถยนต์ (ใบรับรองโรงรถ): มันเป็น

"ใบรับรองโรงรถ" ที่รับรองว่ามีที่เก็บของสำหรับรถยนต์

นำไปใช้กับสถานที่ตำรวจที่มีเขตอำนาจศาลเหนือสถานที่จัดเก็บรถยนต์

### (5) การตรวจเช็กรถยนต์เพื่อต่อทะเบียน (เชเช็น)

ผู้ถือครองรถมีหน้าที่ที่จะต้องเข้ารับการตรวจเช็กรถยนต์ตามเวลาที่กำหนดทุกครั้ง

เพื่อที่จะยืนยันว่ารถตรงกับมาตรฐานทั้งด้านสิ่งแวดล้อมหรือความปลอดภัยหรือไม่ เมื่อลงทะเบียนรถยนต์ใหม่ก็จะต้องมีการตรวจเช็กรถใหม่

จึงจะได้รับหลักฐานยืนยันการตรวจเช็กรถยนต์

ซึ่งในใบนั้นจะมีเวลาที่ว่าการตรวจสอบครั้งต่อไปอยู่ด้วย

วิธีในการตรวจเช็กรถยนต์นั้นสามารถเลือกได้ว่าจะใช้วิธีการตรวจสอบสภาพและเตรียมความพร้อมกับอยู่โดยวานให้ทางผู้ดำเนินการตรวจเช็กรถให้ หรือวิธีดำเนินการตรวจสอบสภาพด้วยตัวเอง

ค่าใช้จ่าย (ค่าหนังสือคำร้องลงทะเบียนตรวจเช็ก ค่าประกันภัยรถยนต์ ค่าภาษีน้ำหนักรถยนต์ ค่าซ่อม) ต่างๆ นั้นถือว่าค่อนข้างสูง จึงควรเตรียมเอาไว้ล่วงหน้า

### (6) ภาษีรถยนต์

จะต้องจ่ายภาษีรถยนต์ทั่วไป ภาษีสำหรับรถเล็ก (เบา) ทุกปี

ส่วนใบเสร็จนั้นจำเป็นต้องใช้ในการตรวจเช็กรถยนต์

จึงควรเก็บรักษาเอาไว้เป็นอย่างดี

### ■ รถจักรยานยนต์

ในการขับขี่รถจักรยานยนต์ก็จำเป็นต้องมีใบขับขี่

เมื่อซื้อรถจักรยานยนต์จะต้องลงทะเบียนกับเขตที่อาศัยอยู่

และต้องจ่ายเงินภาษีรถเล็กปีละ1 ครั้งอีกด้วย

## ■ 日本の交通ルール・マナー

### ◇歩行者のルール

- ① 歩道があるところでは、必ず歩道を通ってください。
- ② 歩道がないところでは、道路の右側を歩いてください。
- ③ 道路を横断するときは、信号があるところでは信号に従い、信号のないところでは、横断歩道を利用してください。その場合は、左右の安全確認をして、車が止まってから渡りましょう。
- ④ 道路への飛び出しは絶対にしてはいけません。
- ⑤ 夜間には、反射材を身につけるか、明るい服装を心掛けましょう。
- ⑥ 「歩行者横断禁止」標識のある場所では、横断してはいけません。

### ◇自転車走行のルール

- ① 自転車は車道通行が原則です。車道を通行するときは道路の左端に寄って通行してください。
- ② 歩いている人を優先しましょう。
- ③ 傘さし、スマホなどのながら運転はやめましょう。
- ④ 交差点では安全確認をしましょう。
- ⑤ 夕方からはライトをつけましょう。

### ・ 防犯登録

自転車には、盗難にあった場合や、落とし物として届けられた場合などの返還の手がかりとするため、防犯登録が義務付けられています。防犯登録は、自転車を販売している店などで手続きをしてくれます。

- ・ 自転車等放置禁止区域：駅前などには、自転車等の放置禁止区域を定めています。放置禁止区域は標識で表示されます。この区域に自転車やバイクを駐輪した場合は撤去され、撤去にかかった費用や保管料を請求されますので、駐輪する際にはよく確認してください。

## ■ กฎ/มารยาททางจราจรของญี่ปุ่น

### ◇กฎของผู้เดินเท้า

- ① หากมีทางเดิน กรุณาเดินบนทางเดิน
- ② หากไม่มีทางเดิน กรุณาเดินฝั่งขวาของถนน
- ③ เมื่อจะข้ามถนน หากมีสัญญาณไฟจราจร กรุณาปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจร หากไม่มีสัญญาณไฟจราจร กรุณาใช้ทางม้าลาย ในกรณีดังกล่าว ให้มองซ้ายขวาเพื่อตรวจสอบความปลอดภัย และข้ามถนนเมื่อรถจอดแล้ว
- ④ ห้ามวิ่งเข้าไปในถนนเป็นอันขาด
- ⑤ ในเวลากลางคืน พยายามติดวัสดุสะท้อนแสงไว้กับตัว หรือใส่เสื้อผ้าสีสว่าง
- ⑥ ห้ามเดินข้ามถนนในบริเวณที่มีป้ายแสดง "ห้ามคนเดินเท้าข้าม"

### ◇กฎการขี่จักรยาน

- ① ตามกฎพื้นฐานแล้ว รถจักรยานจะต้องขี่บนทางสำหรับรถวิ่ง ในตอนที่ผ่านทางสำหรับรถวิ่ง กรุณาขี่ชิดขอบด้านซ้ายของถนน
- ② ให้คนเดินไปก่อน
- ③ ไม่กางร่ม ไม่ใช้สมาร์ทโฟน หรืออื่น ๆ ในขณะที่ขี่จักรยาน
- ④ ตรวจสอบความปลอดภัยเมื่อจะข้ามสี่แยก
- ⑤ เปิดไฟตั้งแต่ตอนเย็น

### ・ สำหรับรถจักรยานนั้น

เจ้าของมีหน้าที่ต้องลงทะเบียนคุ้มครองไว้ใช้เป็นเบาะแสเพื่อที่จะส่งคืนในกรณีที่เกิดการลักขโมยหรือลืมทิ้งเอาไว้ โดยการลงทะเบียนคุ้มครองนั้น ทางร้านขายรถจักรยานจะเป็นผู้ดำเนินการให้

### พื้นที่ห้ามจอดจักรยาน:

มีการกำหนดให้บางสถานที่เช่นบริเวณหน้าสถานีเป็นพื้นที่ห้ามจอดจักรยาน โดยจะมีป้ายบอกอยู่ในพื้นที่นั้นๆ

หากนำจักรยานหรือจักรยานยนต์ไปจอดในบริเวณนี้ จะทำให้ถูกยึดได้ และจะมีค่าใช้จ่ายในการถูกยึด และถูกเรียกเอกสารคุ้มครองอีก จึงควรตรวจสอบให้ดีก่อนที่จะนำไปจอด

### ◇自動車運転者のルール

- ① 交通法規を守り、交通信号、交通標識、道路標識に従ってください。
- ② 運転免許を持っていない人やお酒を飲んだ人は、絶対に自動車の運転をしてはいけません。
- ③ 自動車に乗るときは、シートベルトを必ず着用しましょう。6歳未満の幼児を乗せるときは、チャイルドシートを使用しなければなりません。

### ◇交通事故相談

交通事故にあった場合、損害賠償など様々な問題が生じます。交通事故にあつてお困りの方のために、千葉県では、経験豊富な相談員が相談に応じる交通事故相談所を開設しています。相談は無料で、秘密は守られます。また、相談は日本語になります。

### <千葉県交通事故相談所>

- ・本所(千葉県庁本庁舎2階)  
千葉県中央区市場町1-1  
電話 043-223-2264
- ・東葛飾支所(東葛飾地域振興事務所4階)  
松戸市小根本7  
電話 047-368-8000
- ・安房支所(安房地域振興事務所1階)  
館山市北条402-1  
電話 0470-22-7132

相談時間 午前9時~12時 午後1時~5時  
(土日、祝日、年末年始除く)

\*県内35市町を巡回して、交通事故相談を行っていますので、相談日時などについて、最寄りの交通事故相談所にお問い合わせください。

### ◇กฎของผู้ขับรถยนต์

- ① ปฏิบัติตามกฎจราจร และปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจร ป้ายจราจร เครื่องหมายจราจร
- ② ผู้ที่ไม่มีใบขับขี่หรือผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์ ห้ามขับรถยนต์โดยเด็ดขาด
- ③ คาดเข็มขัดนิรภัยเมื่อขับรถยนต์ หากมีเด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ ต้องใช้เบาะนั่งนิรภัยเด็ก

### ◇ปรึกษาเรื่องอุบัติเหตุการจราจร

ในกรณีที่มีอุบัติเหตุการจราจร จะมีปัญหาต่างๆเกิดขึ้น เช่น การชดเชยความเสียหาย เป็นต้น ทางจังหวัดจิบะจึงได้จัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุการจราจรขึ้นโดยมีผู้มีประสบการณ์ให้คำปรึกษาแก่ผู้ที่มีปัญหาเรื่องอุบัติเหตุการจราจร สามารถปรึกษาได้โดยไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ไม่เปิดเผยความลับ และปรึกษาด้วยภาษาญี่ปุ่น

### <ศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุการจราจรจังหวัดจิบะ>

- ศูนย์ใหญ่ (ศาลากลางจังหวัดจิบะ อาคารหลัก ชั้น2)  
1-1, อิชิบะโซ, เขตชูโอ, อำเภोजิบะ  
โทร: 043-223-2264
- สาขาอิงาชิ คัตสึชิคะ (สำนักงานส่งเสริมชุมชนอิงาชิ คัตสึชิคะ ชั้น 4)  
7 โคะเนโมโตะ, อำเภอมะสึโตะ  
โทร: 047-368-8000
- สาขาอาวะ (สำนักงานส่งเสริมชุมชนอาวะ ชั้น 1)  
402-1 โฮโจ, อำเภอทาเตะยามะ  
โทร: 0470-22-7132

เวลาปรึกษา 9:00-12:00 น., 13:00-17:00 น.

(ยกเว้นวันเสาร์อาทิตย์, วันหยุดนักขัตฤกษ์, วันหยุดปลายปีถึงต้นปี)

\*มีการให้คำปรึกษาเรื่องอุบัติเหตุการจราจรโดยสัญจรไปน 35 ตำบล/อำเภอภายในจังหวัดจิบะ กรุณาติดต่อสอบถามเกี่ยวกับวันและเวลาปรึกษาได้ที่ศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุการจราจรที่ใกล้ที่สุด

とうきょう ざいがいこうかん  
東京にある在外公館

## หน่วยงานรัฐบาลต่างแดนในโตเกียว

ชื่อประเทศ (ภาษาญี่ปุ่น)	ชื่อประเทศ (ภาษาอังกฤษ)	หมายเลขโทรศัพท์	ประเภทหน่วยงาน รัฐบาลต่างแดน (หมายเหตุ 1)
アフガニスタン・イスラム共和国	Islamic Republic of Afghanistan	03-5574-7611	Embassy
アルバニア共和国	Albania	03-3543-6861	Embassy
アルジェリア民主人民共和国	Algeria	03-3711-2661	Embassy
アンゴラ共和国	Angola	03-5430-7879	Embassy
アンティグア・バーブーダ	Antigua and Barbuda	03-3779-1341	HC
アルゼンチン共和国	Argentina	03-5420-7101	Embassy
アルメニア共和国	Armenia	03-6277-7453	Embassy
オーストラリア連邦	Australia	03-5232-4111	Embassy
オーストリア共和国	Austria	03-3451-8281	Embassy
アゼルバイジャン共和国	Azerbaijan	03-5486-4744	Embassy
バハマ国	Bahamas	03-5211-1100	(Note 2)
バーレーン王国	Bahrain	03-3584-8001	Embassy
バングラデシュ人民共和国	Bangladesh	03-3234-5801	Embassy
ベラルーシ共和国	Belarus	03-3448-1623	Embassy
ベルギー王国	Belgium	03-3262-0191	Embassy
ベナン共和国	Benin	03-6268-9360	Embassy
ブータン王国	Bhutan	03-6275-1566	HCG
ボリビア多民族国	Bolivia	03-6803-4362	Embassy
ボスニア・ヘルツェゴビナ	Bosnia-Herzegovina	03-5422-8231	Embassy
ボツワナ共和国	Botswana	03-5440-5676	Embassy
ブラジル連邦共和国	Brazil	03-3404-5211	Embassy
ブルネイ・ダルサラーム国	Brunei Darussalam	03-3447-7997	Embassy
ブルガリア共和国	Bulgaria	03-3465-1021	Embassy
ブルキナ・ファソ	Burkina Faso	03-3485-1930	Embassy
カンボジア王国	Cambodia	03-5412-8521	Embassy
カメルーン共和国	Cameroon	03-5430-4985	Embassy
カナダ	Canada	03-5412-6200	Embassy
中央アフリカ共和国	Central Africa	03-3702-8808	HCG
チリ共和国	Chile	03-3452-7561	Embassy
中華人民共和国	China	03-3403-3388	Embassy
コロンビア共和国	Colombia	03-3440-6451	Embassy
コンゴ共和国	Republic of Congo	03-6427-7858	Embassy
コンゴ民主共和国	Democratic Republic of Congo	03-6456-4394	Embassy
コスタリカ共和国	Costa Rica	03-6434-0426	Embassy
コートジボワール共和国	Cote d'Ivoire	03-5454-1401	Embassy
クロアチア共和国	Croatia	03-5469-3014	Embassy
キューバ共和国	Cuba	03-5570-3182	Embassy
キプロス共和国	Cyprus	03-6432-5040	Embassy
チェコ共和国	Czech	03-3400-8122	Embassy
デンマーク王国	Denmark	03-3496-3001	Embassy
ジブチ共和国	Djibouti	03-3440-3115	Embassy
ドミニカ共和国	Dominican Republic	03-6441-0142	Embassy
エクアドル共和国	Ecuador	03-6441-0122	Embassy

ชื่อประเทศ (ภาษาญี่ปุ่น)	ชื่อประเทศ (ภาษาอังกฤษ)	หมายเลขโทรศัพท์	ประเภทหน่วยงาน ารัฐบาลต่างแ दन (หมายเหตุ 1)
エジプト・アラブ共和国	Egypt	03-3770-8022	Embassy
エルサルバドル共和国	El Salvador	03-6804-2177	Embassy
エリトリア国	Eritrea	03-5791-1815	Embassy
エストニア共和国	Estonia	03-5412-7281	Embassy
エチオピア連邦民主共和国	Ethiopia	03-5420-6860	Embassy
フィンランド	Finland	03-5447-6000	Embassy
フィジー共和国	Fiji	03-3587-2038	Embassy
フランス共和国	France	03-5798-6000	Embassy
ガボン共和国	Gabonese Republic	03-5430-9171	Embassy
ジョージア	Georgia	03-5575-6091	Embassy
ドイツ連邦共和国	Germany	03-5791-7700	Embassy
ガーナ共和国	Ghana	03-5410-8631	Embassy
ギリシャ共和国	Greece	03-3403-0871	Embassy
グアテマラ共和国	Guatemala	03-5797-7502	Embassy
ギニア共和国	Guinea	03-3770-4640	Embassy
ハイチ共和国	Haiti	03-3486-7096	Embassy
ホンジュラス共和国	Honduras	03-4361-8142	Embassy
ハンガリー共和国	Hungary	03-5730-7120	Embassy
アイスランド共和国	Iceland	03-3447-1944	Embassy
インド	India	03-3262-2391	Embassy
インドネシア共和国	Indonesia	03-3441-4201	Embassy
イラン・イスラム共和国	Iran	03-3446-8011	Embassy
イラク共和国	Iraq	03-5790-5311	Embassy
アイルランド	Ireland	03-3263-0695	Embassy
イスラエル国	Israel	03-3264-0911	Embassy
イタリア共和国	Italy	03-3453-5291	Embassy
ジャマイカ	Jamaica	03-3435-1861	Embassy
ヨルダン・ハシェミット王国	Jordan	03-5478-7177	Embassy
カザフスタン共和国	Kazakhstan	03-3589-1821	Embassy
ケニア共和国	Kenya	03-3723-4006	Embassy
大韓民国	Korea	03-3452-7611	Embassy
コソボ共和国	Kosovo	03-6809-2577	Embassy
クウェート国	Kuwait	03-3455-0361	Embassy
キルギス共和国	Kyrgyz	03-6453-8277	Embassy
ラトビア共和国	Latvia	03-3467-6888	Embassy
ラオス人民民主共和国	Laos	03-5411-2291	Embassy
レバノン共和国	Lebanon	03-6451-2981	Embassy
レソト王国	Lesotho	03-3584-7455	Embassy
リベリア共和国	Liberia	03-5228-6751	Embassy
リビア	Libya	03-3477-0701	Embassy
リトアニア共和国	Lithuania	03-3408-5091	Embassy
ルクセンブルグ大公国	Luxembourg	03-3265-9621	Embassy
北マケドニア共和国	Macedonia	03-6868-7110	Embassy
マダガスカル共和国	Madagascar	03-3446-7252	Embassy
マラウイ共和国	Malawi	03-3449-3010	Embassy
マレーシア	Malaysia	03-3476-3840	Embassy
モルディブ共和国	Maldives	03-6234-4315	Embassy
マリ共和国	Mali	03-5447-6881	Embassy
マルタ共和国	Malta	03-5404-3450	Embassy
マーシャル諸島共和国	Marshall Islands	03-6432-0557	Embassy

ชื่อประเทศ (ภาษาญี่ปุ่น)	ชื่อประเทศ (ภาษาอังกฤษ)	หมายเลขโทรศัพท์	ประเภทหน่วยงาน รัฐบาลต่างแดน (หมายเหตุ 1)
モーリタニア・イスラム共和国	Mauritania	03-6712-2147	Embassy
モーリシャス共和国	Mauritius	03-3587-7590	HC
メキシコ合衆国	Mexico	03-3581-1131	Embassy
ミクロネシア連邦	Micronesia	03-6452-2540	Embassy
モルドバ共和国	Moldova	03-5225-1622	Embassy
モナコ公国	Monaco	03-3211-4994	HCG
モンゴル国	Mongolia	03-3469-2088	Embassy
モロッコ王国	Morocco	03-5485-7171	Embassy
モザンビーク共和国	Mozambique	03-5760-6271	Embassy
ミャンマー連邦共和国	Myanmar	03-3441-9291	Embassy
ナミビア共和国	Namibia	03-6426-5460	Embassy
ネパール連邦民主共和国	Nepal	03-3713-6241	Embassy
オランダ王国	Netherlands	03-5776-5400	Embassy
ニュージーランド	New Zealand	03-3467-2271	Embassy
ニカラグア共和国	Nicaragua	03-6265-0411	Embassy
ニジェール共和国	Niger	03-6384-0236	HC
ナイジェリア連邦共和国	Nigeria	03-5425-8011	Embassy
ノルウェー王国	Norway	03-5422-1200	Embassy
オマーン国	Oman	03-5468-1088	Embassy
パキスタン・イスラム共和国	Pakistan	03-5421-7741	Embassy
パラオ共和国	Palau	03-5797-7480	Embassy
パナマ共和国	Panama	03-3505-3661	Embassy
パプアニューギニア	Papua New Guinea	03-3710-7001	Embassy
パラグアイ共和国	Paraguay	03-3265-5271	Embassy
ペルー共和国	Peru	03-3406-4243	Embassy
フィリピン共和国	Philippines	03-5562-1600	Embassy
ポーランド共和国	Poland	03-5794-7020	Embassy
ポルトガル共和国	Portugal	03-6447-7870	Embassy
カタール国	Qatar	03-5475-0613	Embassy
ルーマニア	Romania	03-3479-0311	Embassy
ロシア連邦	Russia	03-3583-4224	Embassy
ルワンダ共和国	Rwanda	03-5752-4255	Embassy
サモア独立国	Samoa	03-6228-3692	Embassy
サンマリノ共和国	San Marino	03-5414-7745	Embassy
サントメ・プリンシペ民主共和国	Sao Tome and Principe	03-6206-2572	HC
サウジアラビア王国	Saudi Arabia	03-3589-5241	Embassy
セネガル共和国	Senegal	03-3464-8451	Embassy
セルビア共和国	Serbia	03-3447-3571	Embassy
セーシェル共和国	Seychelles	03-3264-1022	HCG
シンガポール共和国	Singapore	03-3586-9111	Embassy
スロバキア共和国	Slovak Republic	03-3451-2200	Embassy
スロベニア共和国	Slovenia	03-5468-6275	Embassy
ソロモン諸島	Solomon Islands	03-3562-7490	HC
南アフリカ共和国	South Africa	03-3265-3366	Embassy
南スーダン	South Sudan	080-9443-2832	Embassy
スペイン王国	Spain	03-3583-8531	Embassy
スリランカ民主社会主義共和国	Sri Lanka	03-3440-6911	Embassy
スーダン共和国	Sudan	03-5729-6170	Embassy
スウェーデン王国	Sweden	03-5562-5050	Embassy
スイス連邦	Switzerland	03-5449-8400	Embassy

ชื่อประเทศ (ภาษาญี่ปุ่น)	ชื่อประเทศ (ภาษาอังกฤษ)	หมายเลขโทรศัพท์	ประเภทหน่วยงานรัฐบาลต่างแดน (หมายเหตุ 1)
シリア・アラブ共和国	Syrian Arab Republic	03-3586-8977	Embassy
タジキスタン共和国	Tajikistan	03-6721-7455	Embassy
タンザニア連合共和国	Tanzania	03-3425-4531	Embassy
タイ王国	Thailand	03-5789-2433	Embassy
東ティモール民主共和国	Timor-Leste	03-3238-0210	Embassy
トーゴ共和国	Togo	03-6421-1064	Embassy
トンガ王国	Tonga	03-6441-2481	Embassy
チュニジア共和国	Tunisia	03-3511-6622	Embassy
トルコ共和国	Turkey	03-6439-5700	Embassy
トルクメニスタン	Turkmenistan	03-5766-1150	Embassy
ウガンダ共和国	Uganda	03-3462-7107	Embassy
ツバル	Tuvalu	03-6857-7253	HCG
ウクライナ	Ukraine	03-5474-9770	Embassy
アラブ首長国連邦	United Arab Emirates	03-5489-0804	Embassy
英国	United Kingdom	03-5211-1100	Embassy
アメリカ合衆国	United States of America	03-3224-5000	Embassy
ウルグアイ東方共和国	Uruguay	03-6452-9150	Embassy
ウズベキスタン共和国	Uzbekistan	03-6277-2166	Embassy
バチカン市国	Vatican	03-3263-6851	Embassy
ベネズエラ・ボリバル共和国	Venezuela	03-6275-2361	Embassy
ベトナム社会主義共和国	Vietnam	03-3466-3311	Embassy
イエメン共和国	Yemen	03-6261-9026	Embassy
ザンビア共和国	Zambia	03-3491-0121	Embassy
ジンバブエ共和国	Zimbabwe	03-6416-8434	Embassy
欧州連合代表部	Delegation of the European Union	03-5422-6001	
国連広報センター	United Nations Information Center	03-5467-4451	

(หมายเหตุ 1) ประเภทหน่วยงานรัฐบาลต่างแดน

สถานทูต (Taishikan) :Embassy, สถานกงสุลใหญ่กิตติมศักดิ์ (Meiyo Souryoujikan): HCG (Honorary Consulate-General), สถานกงสุลกิตติมศักดิ์ (Meiyo Ryojikan) :HC (Honorary Consulate)

(หมายเหตุ 2) สถานทูตอังกฤษเป็นผู้ให้บริการวีซ่า

ดังนั้นคอลัมน์หมายเลขโทรศัพท์ให้หมายเลขโทรศัพท์ของสถานทูตอังกฤษในกรุงโตเกียว

(หมายเหตุ 3) สถานทูตจาเมกาเป็นผู้ให้บริการวีซ่า

ดังนั้นคอลัมน์หมายเลขโทรศัพท์ให้หมายเลขโทรศัพท์ของสถานทูตจาเมกาในกรุงโตเกียว

けんない しやくしょ まち むらやくば  
 県内の市役所、町・村役場

(ที่ทำการเมือง / ตำบล / หมู่บ้าน ภายในจังหวัด)

Ken(県) = จังหวัด, Shi(市) = เมือง, Machi(町) = ตำบล, Mura(村) = หมู่บ้าน

ชื่อท้องถิ่น (ภาษาญี่ปุ่น)	ชื่อท้องถิ่น (ภาษาอังกฤษ)	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์
千葉県(ちばけん)	Chiba Prefecture	〒260-8667 Chiba-shi Chuo-ku Ichiba-cho 1-1	043-223-2110
千葉市(ちばし)	Chiba-shi	〒260-8722 Chiba-shi Chuo-ku Chiba Minato 1-1	043-245-5111
習志野市(ならしのし)	Narashino-shi	〒275-8601 Narashino-shi Saginuma 2-1-1	047-451-1151
八千代市(やちよし)	Yachiyo-shi	〒276-8501 Yachiyo-shi Owada Shinden 312-5	047-483-1151
市川市(いちかわし)	Ichikawa-shi	〒272-8501 Ichihara-shi Yawata 1-1-1	047-334-1111
船橋市(ふなばしし)	Funabashi-shi	〒273-8501 Funabashi-shi Minato-cho 2-10-25	047-436-2111
浦安市(うらやすし)	Urayasu-shi	〒279-8501 Urayasu-shi Nekozone 1-1-1	047-351-1111
松戸市(まつどし)	Matsudo-shi	〒271-8588 Matsudo-shi Nemoto 387-5	047-366-1111
流山市(ながれやまし)	Nagareyama-shi	〒270-0192 Nagareyama-shi Heiwadai 1-1-1	04-7158-1111
鎌ヶ谷市(かがみやし)	Kamagaya-shi	〒273-0195 Kamagaya-shi Shin Kamagaya 2-6-1	047-445-1141
野田市(のだし)	Noda-shi	〒278-8550 Noda-shi Tsuruho 7-1	04-7125-1111
柏市(かしわし)	Kashiwa-shi	〒277-8505 Kashiwa-shi Kashiwa 5-10-1	04-7167-1111
我孫子市(あびこし)	Abiko-shi	〒270-1192 Abiko-shi Abiko 1858	04-7185-1111
成田市(なりたし)	Narita-shi	〒286-8585 Narita-shi Hanazaki-cho 760	0476-22-1111
佐倉市(さくらし)	Sakura-shi	〒285-8501 Sakura-shi Kairinji-machi 97	043-484-1111
四街道市(よつかいどうし)	Yotsukaido-shi	〒284-8555 Yotsukaido-shi Shikawatashi Mu-banchi	043-421-2111
八街市(やちまたし)	Yachimata-shi	〒289-1192 Yachimata-shi Yachimata Ho 35-29	043-443-1111
印西市(いんざいし)	Inzai-shi	〒270-1396 Inzai-shi Omori 2364-2	0476-42-5111
白井市(しろいし)	Shiroi-shi	〒270-1492 Shiroi-shi Fuku 1123	047-492-1111
富里市(とみさとし)	Tomisato-shi	〒286-0292 Tomisato-shi Nanae 652-1	0476-93-1111
栄町(さかえまち)	Sakae-machi	〒270-1592 Inba-gun Sakae-machi Ajikidai 1-2	0476-95-1111
酒々井町(しすいまち)	Shisui-machi	〒285-8510 Inba-gun Shisui-machi Chuodai 4-11	043-496-1171
香取市(かとりし)	Katori-shi	〒287-8501 Katori-shi Sawara Ro 2127	0478-54-1111

ชื่อท้องถิ่น (ภาษาญี่ปุ่น)	ชื่อท้องถิ่น (ภาษาอังกฤษ)	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์
神崎町(こうざきまち)	Kozaki-machi	〒289-0292 Katori-gun Kozaki-machi Kozaki Honjuku 163	0478-72-2111
多古町(たこまち)	Tako-machi	〒289-2292 Katori-gun Tako-machi Tako 584	0479-76-2611
東庄町(とうのしょうまち)	Tonosho-machi	〒289-0692 Katori-gun Tonosho-machi Sasagawa I 4713-131	0478-86-1111
銚子市(ちょうし)	Choshi-shi	〒288-8601 Choshi-shi Wakamiya-cho 1-1	0479-24-8181
旭市(あさひし)	Asahi-shi	〒289-2595 Asahi-shi Ni 2132	0479-62-1212
匝瑳市(そうさし)	Sosa-shi	〒289-2198 Sosa-shi Yokaichiba Ha 793-2	0479-73-0084
東金市(とうがねし)	Togane-shi	〒283-8511 Togane-shi Higashi Iwasaki 1-1	0475-50-1111
山武市(さんむし)	Sanmu-shi	〒289-1392 Sanmu-shi Tonodai 296	0475-80-1112
大網白里市(おおあみしらさとし)	Oami Shirasato-shi	〒299-3292 Oami Shirasato-shi Oami 115-2	0475-70-0300
九十九里町(くじゅうくりまち)	Kujukuri-machi	〒283-0195 Sanbu-gun Kujukuri-machi Katakai 4099	0475-70-3100
芝山町(しばやままち)	Shibayama-machi	〒289-1692 Sanbu-gun Shibayama-machi Koike 992	0479-77-3901
横芝光町(よこしばひかりまち)	Yokoshiba Hikari-machi	〒289-1793 Sanbu-gun Yokoshiba Hikari-machi Miyagawa 11902	0479-84-1211
茂原市(もばらし)	Mobara-shi	〒297-8511 Mobara-shi Dobyō 1	0475-23-2111
勝浦市(かつうらし)	Katsuura-shi	〒299-5292 Katsuura-shi Shinkan 1343-1	0470-73-1211
いすみ市(いすみし)	Isumi-shi	〒298-8501 Isumi-shi Ohara 7400-1	0470-62-1111
一宮町(いちのみやまち)	Ichinomiya-machi	〒299-4396 Chosei-gun Ichinomiya-machi Ichinomiya 2457	0475-42-2111
睦沢町(むつざわまち)	Mutsuzawa-machi	〒299-4492 Chosei-gun Mutsuzawa-machi Shimonogo 1650-1	0475-44-1111
長生村(ちょうせいむら)	Chosei-mura	〒299-4394 Chosei-gun Chosei-mura Hongo 1-77	0475-32-2111
白子町(しらこまち)	Shirako-machi	〒299-4292 Chosei-gun Shirako-machi Seki 5074-2	0475-33-2111
長柄町(ながらまち)	Nagara-machi	〒297-0298 Chosei-gun Nagara-machi Sakuraya 712	0475-35-2111
長南町(ちょうなんまち)	Chonan-machi	〒297-0192 Chosei-gun Chonan-machi Chonan 2110	0475-46-2111
大多喜町(おおたきまち)	Otaki-machi	〒298-0292 Isumi-gun Otaki-machi Otaki 93	0470-82-2111
御宿町(おんじゅくまち)	Onjuku-machi	〒299-5192 Isumi-gun Onjuku-machi Suga 1522	0470-68-2511

ชื่อท้องถิ่น (ภาษาญี่ปุ่น)	ชื่อท้องถิ่น (ภาษาอังกฤษ)	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์
館山市(たてやまし)	Tateyama-shi	〒294-8601 Tateyama-shi Hojo 1145-1	0470-22-3111
鴨川市(かもがわし)	Kamogawa-shi	〒296-8601 Kamogawa-shi Yokosuka 1450	04-7092-1111
南房総市(みなみぼうそうし)	Minami Boso-shi	〒299-2492 Minami Boso-shi Tomiura-machi Aoki 28	0470-33-1021
鋸南町(きよなんまち)	Kyonan-machi	〒299-2192 Awa-gun Kyonan-machi Shimosakuma 3458	0470-55-2111
木更津市(きさらづし)	Kisarazu-shi	〒292-8501 Kisarazu-shi Fujimi 1-2-1, Asahi 3-10-19	0438-23-7111
君津市(きみつし)	Kimitsu-shi	〒299-1192 Kimitsu-shi Kubo 2-13-1	0439-56-1581
富津市(ふつつし)	Futtsu-shi	〒293-8506 Futtsu-shi Shimoiino 2443	0439-80-1222
袖ヶ浦市(そでがうらし)	Sodegaura-shi	〒299-0292 Sodegaura-shi Sakado Ichiba 1-1	0438-62-2111
市原市(いちはらし)	Ichihara-shi	〒290-8501 Ichihara-shi Kokubunjidai Chuo 1-1-1	0436-22-1111

こくさいこうりゆうきょうかい  
国際交流協会

## (องค์กรแลกเปลี่ยนนานาชาติ)

ชื่อกลุ่ม	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์ หมายเลข FAX
千葉県国際交流センター(Chiba International Center)	〒261-8501 Chiba-shi Mihama-ku Nakase 1-3 Makuhari Techno Garden Bldg.D 14F	Tel: 043-297-0245 Fax:043-297-2753
(公財)千葉市国際交流協会(Chiba City International Association)	〒260-0026 Chiba-shi Chuo-ku Chibaminato 2-1 Chiba Chuo Community Center, 2F	Tel: 043-245-5750 Fax:043-245-5751
習志野市国際交流協会(Narashino International Association)	〒275-0016 Narashino-shi Tsudanuma 5-12-12 Sun Road Tsudanuma 6F	Tel: 047-452-2650 Fax:047-452-2650
八千代市国際交流協会(Yachiyo International Association)	〒276-0027 Yachiyo-shi Murakami Danchi 2-9-103 Yachiyo Cultural Center 2F	Tel: 047-752-0593 Fax:047-752-0593
市川市国際交流協会(Ichikawa International Exchange Association)	〒272-0021 Ichikawa-shi Yawata 2-4-8 3 <sup>rd</sup> floor	Tel: 047-332-0100 Fax:047-332-0101
船橋市国際交流協会(Funabashi International Relations Association)	〒273-8501 Funabashi-shi Minato-cho 2-10-25 Funabashi-shi Kokusai Koryu-ka	Tel: 047-436-2083 Fax:047-436-2089
浦安市国際交流協会(Urayasu International Friendship Association)	〒279-0004 Urayasu-shi Nekozane 1-12-38 Shugojimusho 301	Tel: 047-381-5931 Fax:047-381-8822
(公財)松戸市国際交流協会(Matsudo International Exchange Association)	〒271-0092 Matsudo-shi Matsudo 1307-1	Tel: 047-711-9511 Fax:047-308-6789
流山市国際交流協会(Nagareyama International Friendship Association)	〒270-0144 Nagareyama-shi Maegasaki 625-1	Tel: 04-7128-6007
鎌ヶ谷市国際交流協会(Kamagaya International Friendship Association)	〒273-0101 Kamagaya-shi Tomioka1-1-3 Tabunka Kyosei Suishin Center	Tel: 047-442-1860 Fax:047-442-1851
野田市国際交流協会(Noda International Association)	〒278-8550 Noda-shi Tsuruho 7-1 Noda-shi Kikaku Chosei-ka	Tel: 04-7123-1065 Fax:04-7122-1557
柏市国際交流協会 (Kashiwa International Relations Association)	〒277-0005 Kashiwa-shi Kashiwa 1-7-1-301 Pallet Kashiwa	Tel: 04-7157-0281 Fax:04-7165-7321
我孫子市国際交流協会(Abiko International Relations Association)	〒270-1166 Abiko-shi Abiko 4-11-1 Abiko Shimin Plaza Nai	Tel: 04-7183-1231 Fax: 04-7183-2005
成田市国際交流協会(Narita International Friendship Society)	〒286-8585 Narita-shi Hanasaki-cho 760 Narita-shi Bunka Kokusai-ka	Tel: 0476-23-3231 Fax:0476-22-4494
(公財)佐倉国際交流基金(Sakura International Exchange Foundation)	〒285-0025 Sakura-shi Kaburagi-machi 198-2 Rainbow Plaza Sakura 2F	Tel: 043-484-6326 Fax:043-484-6326
四街道市国際交流協会(Yotsukaido Cross Cultural Association)	〒284-0003 Yotsukaido-shi Shikawatashi 2001-10	Tel: 043-312-6173 Fax:043-312-6176
八街市国際交流協会(Yachimata City International Friendship Association)	〒289-1192 Yachimata-shi Yachimata Ho 35-29	Tel: 043-443-1114
印西市国際交流協会(Inzai City International Friendship Association)	〒270-1327 Inzai-shi Omori 3370	Tel: 070-5519-1661 Fax: 0476-42-7310

ชื่อกลุ่ม	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์ หมายเลข FAX
白井国際交流協会(International Friendship Association of Shiroi)	〒270-1431 Shiroy-shi Ne 116-32 Kawakami Bldg. 2F-202	Tel: 047-497-3040 Fax:047-497-3040
富里国際交流協会(Tomisato International Exchange Association)	〒286-0292 Tomisato-shi Nanae 652-1 Tomisato-shi Kikaku-ka	Tel: 0476-93-1118 Fax:0476-93-9954
香取市国際交流協会(Katori International Friendship Association)	〒287-8501 Katori-shi Sawara-Ro 2127 Katori-shi Shimin Kyodo-ka	Tel: 0478-50-1261 Fax:0478-52-4566
銚子市国際交流協会(Choshi International & Multicultural Association)	〒288-0047 Choshi-shi wakamiyacho 1-1	Tel: 0479-24-8904 Fax:0479-25-4044
匝瑳市国際交流協会(Sosa International Friendship Association)	〒289-2198 Sosa-shi Yokaichiba Ha-793-2 Sosa-shi Kikaku-ka	Tel: 0479-73-0081 Fax:0479-72-1114
東金国際交流協会(Togane International Friendship Association)	〒283-0068 Togane-shi Higashi Iwasaki 1-1 Togane shiyakusho	Tel: 0475-55-1371 Fax:0475-55-1371
大網白里市国際交流協会(Oami-Shirasato International Friendship Association)	〒299-3251 Oami-Shirasato-shi Oami 115-2 Oami-Shirasato-shi Kyoiku linkai Shogai Gakushu-ka	Tel: 0475-70-0380 Fax:0475-72-9115
茂原市国際交流協会(Mobara International Friendship Association)	〒297-8511 Mobara-shi Dobyō 1 Mobara-shi Kikaku Seisaku-ka	Tel: 0475-20-1651 Fax:0475-20-1603
いすみ市国際交流協会(Isumi-city International Exchange Association)	〒298-8501 Isumi-shi, Ohara 7400-1 Isumi-shi Gakko Kyoiku-ka	Tel: 0470-62-3621 Fax:0470-62-2835
大多喜町国際交流協会(Otaki International Association)	〒298-0216 Isumi-gun Otaki-machi Otaki 93 Otaki-machi Kikaku-ka	Tel: 0470-82-2112 Fax:0470-80-1951
御宿町国際交流協会(Onjuku International Friendship Association)	〒299-5192 Isumi-gun Onjuku-machi Suka 1522 Onjuku-machi Sangyo Kanko-ka	Tel: 0470-68-2513 Fax:0470-68-3293
館山国際交流協会(Tateyama Kokusai Koryu Kyokai)	〒294-0054 Tateyama-shi Minato 354-6	Tel: 0470-28-5468 Fax: 0470-28-5468
鴨川市国際交流協会(Kamogawa International Relations Association)	〒296-8601 Kamogawa-shi Yokosuka 1450 Kamogawa-shi Shimin Koryu-ka	Tel: 04-7093-7828 Fax:04-7093-7856
南房総国際交流協会(Minamiboso International Exchange Association)	〒299-2492 Minamiboso-shi Tomiuracho Aoki 28 Minamiboso-shi Kikaku Zaisei-ka	Tel: 0470-33-1001 Fax:0470-20-4598
木更津市国際交流協会(Kisarazu International Friendship Association)	〒292-0055 Kisarazu-shi Asahi 3-10-19	Tel: 0438-25-0282 Fax: 0438-25-0282
君津市国際交流協会(Kimitsu International Exchange Society)	〒299-1152 Kimitsu-shi Kubo 2-11-21	Tel: 0439-54-9877 Fax: 0439-54-9877
富津市国際交流協会(Futtsu International Relationship Association)	〒293-8506 Futtsu-shi Shimo-iino 2443 Futtsu-shi Kikaku-ka	Tel: 0439-80-1223 Fax:0439-80-1350

ชื่อกลุ่ม	ที่อยู่	หมายเลขโทรศัพท์ หมายเลข FAX
富津市国際交流協会(Futtsu International Relationship Association)	〒293-8506 Futtsu-shi Shimo-iino 2443 Futtsu-shi Kikaku-ka	Tel: 0439-80-1223 Fax:0439-80-1350
袖ヶ浦市国際交流協会(Sodegaura International Friendship Association)	〒299-0292 Sodegaura-shi Sakadoichiba 1-1 Sodegaura-shi Shiminkyodo Suishin-ka	Tel: 0438-62-3102 Fax:0438-62-3877
市原市国際交流協会(Ichihara International Association)	〒290-8501 Ichihara-shi Kokubunjidai-chuo 1-1-1 Ichihara-shi	Tel: 0436-23-9826 Fax:0436-21-0332

## 「ハローちば」

ごぼんせいせつ  
タイ語版生活ガイドブック

はっこうび  
発行日:2024年3月

へんしゅう ほんこう ちばけん ちばけん ちばけん ちばけん ちばけん  
編集・発行:千葉県総合企画部国際課

## “ฮัลโหลจีบะ”

หนังสือแนะนำการใช้ชีวิตฉบับภาษาไทย

วันที่เผยแพร่: มีนาคม 2024

เรียบเรียงและพิมพ์เผยแพร่: ฝ่ายต่างประเทศ

แผนกวางแผนบูรณาการ จังหวัดจีบะ