

親愛的JPTIP夥伴們：

即將踏上日本一圓夢想，相信心中一定充滿了興奮與期待吧！

JPTIP懷著同樣的心情，祈願大家在日本一切順利！

在這段為大家服務的時間內，感謝大家對JPTIP的信任和支持！

過程中如有任何服務不周到之處，JPTIP也衷心感謝大家的包涵及寶貴意見。

我們會持續改進，為大家提供更好的服務！

出發不是結束，而是夢想旅途的開始。

JPTIP今後也將一路陪伴著大家，讓我們協助您一起圓夢！



### JPTIP小提醒

千萬別忘了，抵達日本安頓好之後，第一件事一定要記得和家人報平安哦！

JPTIP也期待收到您報平安的聯絡，歡迎大家寫信到JPTIP信箱，和我們分享你的旅日生活哦。

■ JPTIP信箱：

【 台北 】 [jptipservice@jptip.co.jp](mailto:jptipservice@jptip.co.jp)

【 台中 】 [jptipservice-tc@jptip.co.jp](mailto:jptipservice-tc@jptip.co.jp)

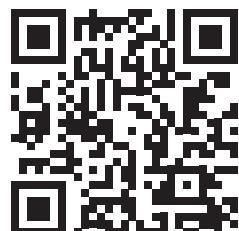
【 高雄 】 [jptipservice-k@jptip.co.jp](mailto:jptipservice-k@jptip.co.jp)

同時附上外交部設立之「旅外國人緊急服務專線」0800-085-095

撥打方式為：（當地國國際電話冠碼）+886-800-085-095

以及JPTIP官方LINE的QR CODE，歡迎加入！

JPTIP全體同仁 敬上



# 行前手冊內容

**1****出發前準備**

相關手續處理及行李準備  
行李清單

**2****入境日本**

入關手續  
入境後交通移動

**3****入境後生活**

初期各項手續處理  
My Number 個人編號制度  
手機辦理  
銀行開戶  
再入國手續  
提供中文翻譯的醫療服務機構  
生活小須知

**4****附 錄**

工作介紹服務  
實用網站及服務窗口

## 相關手續處理

### ■ 台灣健保

2024/12/23起全面廢止停復保。

留學、打工度假期間仍需持續繳納健保保費。

### ■ 台灣手機

依個人安排可以選擇降至最低費率或轉成預付卡。

### ■ 機票事宜

有就讀三個月以上語言學校的學生，可購買學生年票，會先預定一假定回程日期，待回程日期確定後，可連絡航空公司進行訂位（廉價航空不適用於此）。

#### ⚠ JPTIP小提醒

請妥善保管機票訂位代號，以便日後開立回程日期。

# 行李清單

## 於行前說明會時確認

入學資料

<input type="checkbox"/>	入學許可書	<input type="checkbox"/>	入學報到時間
<input type="checkbox"/>	住宿資訊(會合情報)	<input type="checkbox"/>	入學分班考時間
<input type="checkbox"/>	學校位置情報 (學校地址／聯絡方式)		

護照

<input type="checkbox"/>	出發日期距離有效期限是否還有六個月以上
<input type="checkbox"/>	簽證是否已經領好

電子機票

<input type="checkbox"/>	機票上羅馬拼音是否與護照相同
--------------------------	----------------

證件照 (2吋大頭照約20張)

<input type="checkbox"/>	印章 (圓形、方形皆可)
--------------------------	--------------

個人藥物、英文病歷

<input type="checkbox"/>	台灣手機、國際電話卡
--------------------------	------------

現金、信用卡、國際提款卡

<input type="checkbox"/>	個人保養衛生用品
--------------------------	----------

衣物鞋襪 (建議可攜帶一套正式服裝)

<input type="checkbox"/>	盥洗用具 (簡易即可，也可至當地購買)
--------------------------	---------------------

男：黑褲、黑鞋、白襯衫／女：黑褲或黑裙、黑鞋、絲襪、白襯衫、化妝品

※ 配戴隱形眼鏡者：隱形眼鏡、藥水

文具

<input type="checkbox"/>	相機、筆電、充電器、轉接頭、延長線、網路線
--------------------------	-----------------------

證明文件 (如學歷證明、成績單、日文檢定證書、履歷書等)

緊急聯絡人電話 (學校或住宿廠商或日本朋友)

其它 (如地圖、旅遊書、大同電鍋、台灣小禮物、會讓你念念不忘的家鄉食物等)

### ! JPTIP小提醒

※ 一般航空公司行李限重只有20~30公斤，依各家航空公司及票種的不同，請自行與航空公司確認可帶行李的總重量喔。

※ 多數的情況，入境日本後，需要自行搭車前往指定地點與住宿廠商會合，因此記得不要帶超過個人可負荷的行李，以免造成移動上的困難哦。

※ 為了方便初期聯絡，手機建議開漫遊帶到日本。從日本公共電話打回台灣，請撥0033010-886-區碼-電話號碼。

※ 現金要帶多少因人而異，建議可準備20~30萬日幣作為初期生活費使用。若有住宿初期費用需繳交者，需再多準備費用。

現金攜帶金額上限為100萬日幣。

# 入關手續

辦理入關手續前，請確認護照及入境卡(飛機上可索取，或是機場可拿取)填寫完畢，並記得先詢問現場服務人員是否有可以領在留卡的櫃台。

有時因入境人數過多，可能會區分長期滯留(留學生、打工度假)以及短期滯留(觀光)不同櫃台，請先詢問清楚，避免排錯序列又要重排，會浪費許多時間哦！

## ■ 入境時請記得確認以下事項：

### 持打工度假簽證

- 1、護照上居留貼紙是否符合你所申請的簽證期限及簽證種類

→ 應為  特定活動  One year



■ 在留資格貼紙

- 2、護照上是否釘有  指定書

→ 海關會主動釘於護照上，若沒有請立即反應



■ 工作指定書

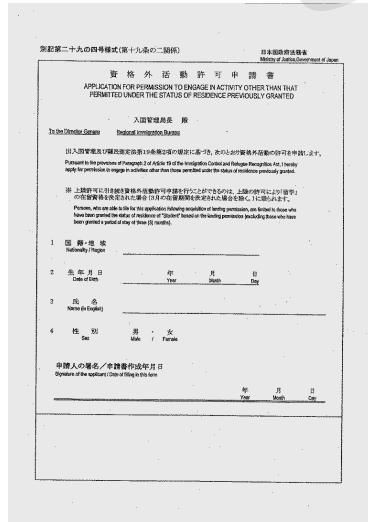
- 3、是否現場直接取得  在留卡

→ 成田機場，羽田機場，關西機場，中部機場，福岡機場，廣島機場，新千歲機場皆會直接發行在留卡

## 持留學簽證

1、將「資格外活動許可申請書」連同護照一起交給海關人員，申請打工資格

→ 申請者護照上會貼上 **資格外活動許可貼紙**，若沒有請立即反應



■ 資格外活動許可申請書

2、護照上居留貼紙是否符合你所申請的簽證期限及簽證種類

→ 應為 **留學** **1 year...等**



■ 在留資格貼紙

3、是否現場直接取得 **在留卡**

→ 成田機場，羽田機場，關西機場，中部機場  
福岡機場，廣島機場，新千歲機場  
皆會直接發行在留卡



### ! JPTIP小提醒

若是出發旺季，因入境人數較多，可能會於入關處等待2至3小時以上，為了節省時間，建議下機後盡快移動腳步，前往辦理入境。出關後也請依住宿廠商的會合情報指示移動至集合地點，切勿因個人行為多處流連，而影響到與廠商會合的時間，無法順利辦理入住，也造成對方的不便哦！

## 入境後交通移動

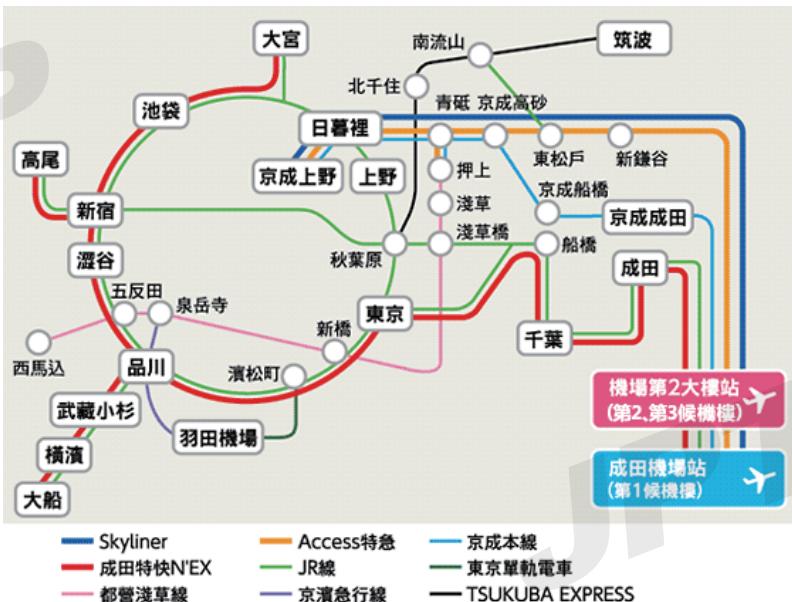
順利入境後，如要前往指定與住宿業者會合，請務必於離開機場前，撥電話告訴業者人員預計抵達的時間，並盡快前往指定地點會合哦。

### ■ 以下為各主要機場至市區的交通方式：

#### 東京・成田機場

##### 1、電車

- ① 成田SKY ACCESS線：「Skyliner」、「Access特快」
- ② 京成本線
- ③ JR：成田特快N'EX
- ④ 其他電車路線：京濱線、都營淺草線...等



(圖片來源：成田國際機場官網)

##### 2、巴士

Airport Limousine利木津巴士，可直達東京、池袋、新宿等大站

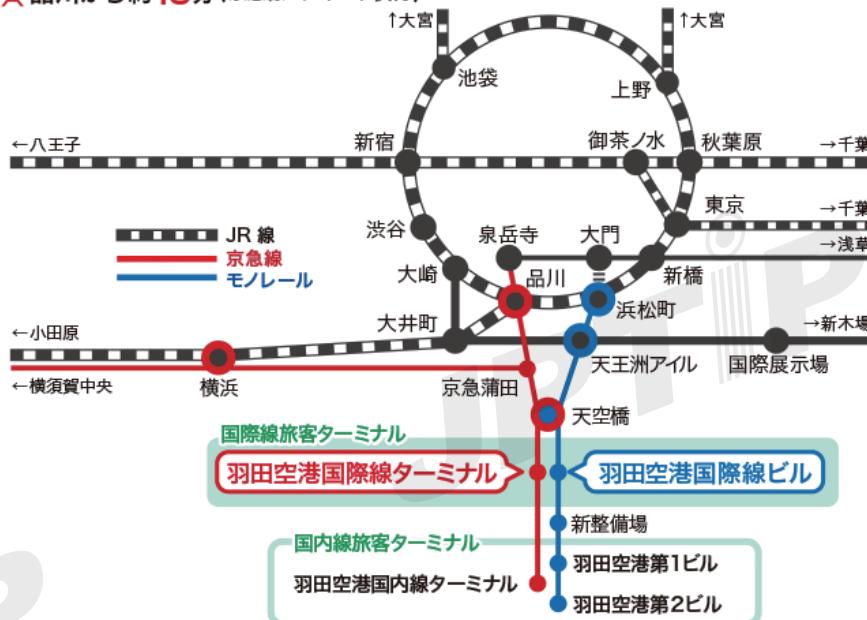
## 東京・羽田機場

### 1、電車

- ① 京急線：可搭乘「機場快特（エアポート快特）」或「快特」的車種單軌電車（モノレール）
- ② 單軌電車（モノレール）：可搭乘「東京モノレール空港快速」

🚃 浜松町から約13分(東京モノレール空港快速)

🚅 品川から約13分(京急線エアポート快特)



### 2、巴士

搭乘京急機場巴士、京濱急行巴士，可抵達東京都內以及東京近郊主要地點



## 大阪・關西機場

### 1. 電車

#### 1 JR

- 「特急はるか」至天王寺站約30分鐘，至新大阪站約50分鐘，至京都站約75分鐘
- 「關空快速」至天王寺站約45分鐘，至大阪站約65分鐘

#### 2 南海電鐵

- 可搭乘「空港急行」或「ラピートα」，「ラピートβ」，至難波站約34~43分鐘



(圖片來源：關西國際機場官網)

### 2. 巴士

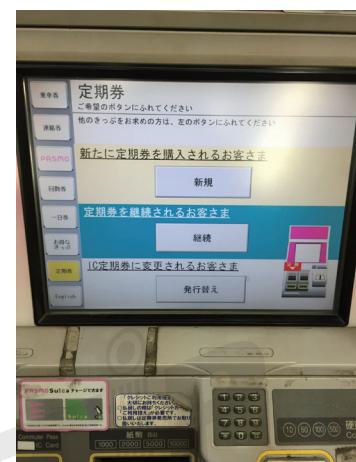
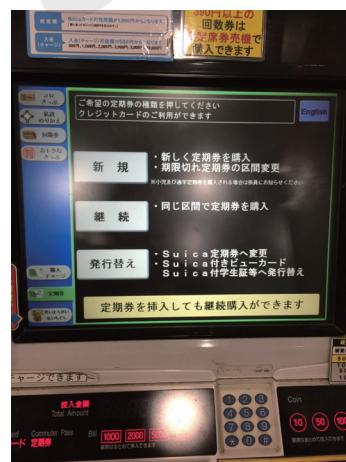
可前往大阪市區、大阪近郊、京都、奈良、神戶等地

## ■ 定期券購買

若想購買通勤用定期月票，只要到各車站售票機，點選「定期券」功能並依據指示步驟操作，就可以完成購買。

### ⚠ JPTIP小提醒

部分學校會提供申購「學生月票」所需的證明，須持證明至車站窗口辦理哦。



## 初期各項手續處理

### 【 轉入手續 】

於機場領取到的在留卡正面尚未記載居住地址，請務必於入境後的14天內，攜帶護照、在留卡、印章，與記載住處地址的文件，前往居住所在地的區公所（市役所、區役所）辦理「轉入手續」，地址就會被記載在在留卡背面。在留卡即為在日本的身分證明，記得妥善保管哦！



#### JPTIP小提醒

- ※ 於機場未領到在留卡或非於此七個機場入境的情況，請不用擔心，請於入境後的14天內，前往居住所在地的區公所辦理地址「轉入手續」，爾後在留卡會直接寄送到您所登記的居住地址。
- ※ 赴日後，若是有搬家等移動居住地區的情況，請先至原區公所辦理「轉出」手續，取得轉出證明後，再至新的區公所辦理「轉入」手續。

# 初期各項手續處理

### 【世 帶 連 記 式】

兵庫県高砂市		住民票	
		1枚中	1枚用
世帯主 喜鶴			
住 所 芦川町千島1丁目1番地の1			
氏名 チカサワ ドウウ 生年月日 1950年2月24日 性別 男 職業 会社員 地 坂井市高砂町材木町1番地の1		自民となった年月日 平成2年7月24日 住所を変更した年月日 平成2年7月1日 住所を定めた年月日 平成2年4月1日 保有人 喜鶴 一母 電話番号 未記入 住民票コード 未記入	
氏名 * 以下略 * 生年月日 [性別] 未記入 職業 未記入 地 市 郡町村 未記入 未記入 未記入		住所を変更した年月日 未記入 住所を定めた年月日 未記入 保有人 喜鶴 一母 電話番号 未記入 住民票コード 未記入	
氏名 生年月日 [性別] 未記入 職業 未記入 地 市 郡町村 未記入 未記入 未記入		住所を変更した年月日 未記入 住所を定めた年月日 未記入 保有人 喜鶴 一母 電話番号 未記入 住民票コード 未記入	
氏名 生年月日 [性別] 未記入 職業 未記入 地 市 郡町村 未記入 未記入 未記入		住所を変更した年月日 未記入 住所を定めた年月日 未記入 保有人 喜鶴 一母 電話番号 未記入 住民票コード 未記入	

### 【個人票式】

住民票						
兵庫県高砂市	生年 月日	平成 2年 2月 24日	性別	男	改製日	平成 27年 8月 31日
戸名 高砂 太郎					個人番号	省略
世帯主 省略	統柄	省略			住民コード	省略
住所 荒井町千鳥1丁目1番地の1					平成 2年 2月 24日	住民登録年月日
本籍 省略					平成 2年 4月 10日	届出
前住所 高砂町南村木町1番地の1					平成 2年 4月 10日	届出
転出先 省略						
備考 この写しは、住民票の原本と相違ないことを証明する。						
みほん						
平成 27年 11月 13日						
兵庫県高砂市長						
高砂市長の印						
この認明書は、複写印捺の処理が施されています。公印は黒色の電子印です。						
999999999999						
1枚中 1枚目						

●赤枠の中を全て記入して下さい。本人確認をさせていただきます。

江戸川区長殿 住民異動届（兼国保・年金・介護届書）

窓口にきた人の氏名		電話番号	窓口にきた日		令和 年 月 日	事由	□転入 □世帯合併		□30-46転入	異動区分		
本人 ( ) 代理人 ( )			異動年月日 (引越しの日)		令和 年 月 日	由	□転居 □世帯分離		□30-47届出	旧 □全部 □一部		
異動者の関係 1. 本人 2. 同世帯の家族 3. その他							□転出 □世帯変更		□続柄変更	新 □全部 □一部		
3の方についてご記入ください ※登録状況が異なります							□世帯主更変 □照合					
3の方についてご記入ください ※登録状況が異なります							□特例転出 □隣接修正		□その他の			
これらの住所（マンション名・裏番号も記入してください。）												
丁目 番(地)号 世帯主 いまで												
丁目 番(地)号 いまで												
フリガナ		生年月日	性別	続柄	手帳	在留カード	印鑑	通知カード	個人番号	署名	国保適用開始終了年月日	
異動者氏名 住民票コード（記入不要）		仕留カーナ等番号		30-45区分					基礎年金番号		旧国保番号	
国籍 地域		在留カード										国民年金に関する事項
1	明 大昭平 令		男	小	有(住)	有	有	有	監理・往復・無		Z3 -	
			女	中	無(住)	返納・紛失	変更・繋続	有	審査・手帳	・	新国保番号	
2	明 大昭平 令		男	小	有(住)	有	有	有	監理・往復・無		期付区分	
			女	中	無(住)	返納・紛失	変更・繋続	手帳	審査・手帳	・	自口待徴	
3	明 大昭平 令		男	小	有(住)	有	有	有	監理・往復・無		証添付	
			女	中	無(住)	返納・紛失	変更・繋続	手帳	審査・手帳	・	一介・退・学・済	
4	明 大昭平 令		男	小	有(住)	有	有	有	監理・往復・無		旧	
			女	中	無(住)	返納・紛失	変更・繋続	手帳	審査・手帳	・	回収・未回収	
総務課		賃貸	期間	満7日	総務課		賃貸	期間	満7日	新		
総務課		賃貸	期間	満7日	総務課		賃貸	期間	満7日	一介・退・学・済		
総務課		賃貸	期間	満7日	総務課		賃貸	期間	満7日	回収・未回収		
総務課		賃貸	期間	満7日	総務課		賃貸	期間	満7日	交付・未交付		
備考												
送付先 (1・2・3・4) 新世帯主 送付先 (1・2・3・4) 旧世帯主												
証明(住・印・戸) 印登												
プレ交付 (1・2・3・4)												
個別取消 (1・2・3・4)												
通力再交付 個番変更 電証												

■ 搬家時需填寫住民異動届

# 初期各項手續處理

## ■ 國民健康保險辦理

在日居留三個月以上之外國人有加入國民健康保險的義務；

在區公所辦完「轉入手續」後，同樣持護照、在留卡、印章，至「保險年金課」辦理。

每個地區的健保費用皆不相同，以沒有工作的留學生來說，

一個月的健保費用約為1,500~2,000日幣左右（第一個月的費用可能較高），

區公所會寄繳費通知到您所登記的居住地址，

收到後於期限內拿繳費通知至便利商店或金融機關繳費即可。

日本於2024年12月2日後，將不再發行新的健康保險證，

會由個人編號卡 (My Number Card)來代替健康保險證作為使用。

### ● 初次使用時須開通

需先線上申請個人編號卡 (My Number Card)

拿到個人編號卡 (My Number Card)後需要到以下場所去開通健康保險證功能

1. 醫療機構(藥局/醫院)

2. マイナポータル線上申請開通(<https://myna.go.jp/>)

3. 7-11銀行ATM(セブン銀行ATM)

開通完畢後才可以到醫療機構做使用

詳細申請方法可到厚生勞動省官網查詢([https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_40391.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_40391.html))



### JPTIP小提醒

※加入國民健康保險後，看醫生時個人只需負擔30%的診療費，不過初診的時候，

還是記得攜帶3,000~4,000日幣的現金備用喔。

#### STEP1.

#### マイナンバーカードを申請

##### ■申請方法

- ① オンラインで申請する  
(パソコン・スマートフォンから)
- ② 郵便で申請する
- ③ まちなかの  
証明写真機から申請する



#### STEP2.

#### マイナンバーカードを 健康保險証として登録

##### ■利用登録の方法

- ① 医療機関・薬局の受付  
(カードリーダー)で行う
- ② 「マイナポータル」から行う
- ③ セブン銀行ATMから行う



#### STEP3.

#### 医療機関・薬局で マイナンバーカードを用いて受付

##### ■受付方法

- ① 顔認証つきカードリーダーにマ  
イナンバーカードを置く
- ② 本人認証を行う  
(顔認証・暗証番号)
- ③ 各種情報提供の同意選択をする



# My Number 個人編號制度

在 My Number 發行前，日本沒有統一的身分證。為了提高行政效率與提供便民的服務，日本政府於2016年起配發給包括外國人的所有居民專屬的個人編號。此編號類似台灣的身分證號碼，用於辦理稅務、社會保險及年金、災害對策與給付等等手續，將可作為正式的身份證明文件進行廣泛使用。

## 個人編號通知書

在辦完轉入手續後，大約兩周會以簡易書留方式收到個人編號通知書。若遲遲未收到通知書，請到區役所洽詢。

## 申辦個人編號卡

收到通知書後，可以用手機掃描右方QR CODE進行申請，又或者使用電腦進行申請。



## 領取個人編號卡

完成申辦手續後一個月左右，會收到以明信片形式寄來的領取通知書。要在規定時間內親自帶著通知書和在留卡到指定場所領取。確認過領取者為本人後，會設定數位簽名認證與使用者認證數位簽證密碼。完成後即可使用如政府網頁、線上金融服務與便利商店申辦服務等（類似台灣的自然人憑證）



### JPTIP小提醒

個人編號卡中會記載居住地址與個人資訊，如果有搬家或其他內容變動的話也要記得去更改唷！

## 手機辦理

### 月租型手機

日本較多人使用的電信業者有NTT docomo、au、Softbank、b-mobile、Y!mobile等等，方案會隨時更新，需隨時注意。

基本上因為競爭激烈，所以幾間大公司同時期提出的方案都差不多，建議詢問自己在日本的親朋好友都辦哪一家，和朋友辦網內會比較便宜。

日本大部份方案都是兩年約，而且無法只買空機，提前解約需支付違約金。

不過也有很多為（留）學生服務的特約優惠方案，可以依據當時最適合自己的方案做選擇。

### 預付卡手機

部分電信業者也會提供預付卡式的手機，預付卡式的手機不需要繳交月租費，但缺點是計費方式會比繳交月租費式的手機貴。

### SIM卡

SIM卡的合約期間較短，不需要綁約兩年，並依照電話通話功能、SMS（簡訊）功能的有無、網路流量大小，分成許多方案，可依自己的使用習慣來選擇。

不過，在購買日本SIM卡時，請記得事先確認清楚自己手機的SIM卡尺寸；如果想把台灣手機直接帶到日本使用，除了要注意SIM卡大小之外，還要留意手機是否有鎖SIM卡。

※ 並非所有國外手機皆能使用日本SIM卡喔

※如需不需要綁約的格安SIM卡，可參考LINEMO、Ahamo、樂天mobile、Povo等廠商，申辦方式請洽詢該電信。

※若有SIM卡有問題請自行跟廠商或是學校老師確認。



#### JPTIP小提醒

※ 辦理手機時記得攜帶護照、在留卡、信用卡、住民票等。

建議可至較大型的連鎖電器行，如Bic Camera、Yodobashi Camera等，通常會有中文服務人員，可以避免溝通上的困難哦。

※ 購買SIM卡時需要以信用卡購買及支付月租費，請務必攜帶信用卡喔！

## 銀行開戶

我們可能會需要提供銀行戶頭給業者來領取薪水，這時就需要日本的戶頭。

日本銀行玲瑯滿目、我們該怎麼選擇呢？

由於日本ATM跨行提款或非銀行營業時間內提款皆需支付手續費，因此建議您選擇生活範圍內有ATM的銀行，並盡量選擇全國皆有分行的銀行來開戶，會較為方便哦。例如：三井住友銀行、三菱UFJ銀行、みずほ銀行（瑞穗銀行）等大型銀行，ATM的分布範圍較廣，且與多數便利商店有合作，於合作的便利商店裡的ATM提款就不需額外支付手續費，都可以列入考慮。

※ 辦理銀行開戶必須物品：

- 1、護照
- 2、印章
- 3、住民票
- 4、雙證件（已記載地址的在留卡、健康保險證）
- 5、初期存款（依銀行要求不等，約10,000日幣）

有些銀行需要學生證及要求填寫連絡電話，建議事先準備齊全，以免還要多跑一趟。



### JPTIP小提醒

- ※ 持有長期簽證（超過90天）但在日本的居留時間未滿6個月的外國人，依規定是不能在日本開戶的，但事實上各家銀行的審核標準不同，即使是同一家銀行，各分行之間的標準也有所差異，建議盡量多去幾家不同的銀行問問看，在自家、學校或是工作場所附近的分行開戶，成功的機率會比較大！  
如果一直開不了，建議可先到外國人開戶門檻較低的郵局（ゆうちょ銀行），或是新生銀行試試看。
- ※ 此外，日本有所謂的網路銀行（Net Bank），指的是利用ATM與網路來進行各項交易的銀行，查詢餘額、匯款、轉帳等各項交易皆在網路上進行，可上網查詢：住信SBI Net銀行、Jibun銀行等等。  
但大部分的網路銀行都沒有海外匯款功能，若要接收海外匯款，使用一般有實體店面的大銀行會比較方便，請注意這點喔！
- ※ 郵局開戶需先於手機（行動裝置）下載「ゆうちょ口座開設アプリ」App上預約時間開戶，直接到郵局是無法做開戶的。  
線上開戶預約網址:[https://jp-bank-kaisetsu.japanpost.jp/account\\_open/0010.php](https://jp-bank-kaisetsu.japanpost.jp/account_open/0010.php)

## 在銀行開戶頭

(銀行で口座を開く)

張 : あのう、すみませんが、口座を開きたい  
んです。

銀行員 : はい。ご新規ですか。

張 : はい。普通預金でお願いします。

銀行員 : 分かりました。では、この用紙にご住  
所とお名前と電話番号をお書きください。

張 : はい。…これでいいですか。

銀行員 : ああ、すみません。ここに本日のご入  
金もご記入ください。

張 : はい。十万円です。

銀行員 : はい、かしこまりました。それからご  
印鑑もお願いします。

張 : はい、これです。

銀行員 : どうもありがとうございます。ではし  
ま  
ばらくお待ちください。

## 銀行開戶常見用語

口座をお作りになるときは、身分を證明  
できるものが必要となりますが…。  
(要開戶必需要有證明身份的文件。)

パスポートか在留カードはお持ち  
でしょうか。

(您有護照或在留卡嗎?)

この口座にお金を振り込みたいんですが。  
(我想要把錢存入這個帳戶。)

いくら貯金をなさいますか。  
(您要存入多少金額呢?)

キャッシュカードを作りたいんですが。  
(我想申請提款卡。)

こちらに四ヶタの暗証番号をご記入くだ  
さい。  
(請在這裡記入四位數的密碼。)

※僅供參考之用※

# 再入國手續

於簽證有效期間內，可以自由出入境日本，現行規定不須再事前向入國管理局申請。

只須於中途離境辦理出關手續時，填寫「外國人用再入國出國紀錄卡」，

在『視為再入國許可的出國意圖表明』(みなし再入国許可による出国を希望します)的欄位打勾(✓)，

並出示在留卡，就會取得再入國資格，於簽證有效期限前須返回日本。

<p><b>外国人用 (再入国)</b></p> <p>再入國入國記録 DISEMBARKATION CARD FOR REENTRANT ② 【 ARRIVAL 】</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 5%;">氏名</td> <td colspan="3">Family Name - Given Names</td> </tr> <tr> <td>生年月日</td> <td>誕生日 Month</td> <td>年</td> <td>就定期限名・姓</td> </tr> <tr> <td>Date of Birth</td> <td>Year</td> <td>Year</td> <td>Last Right to Return</td> </tr> <tr> <td colspan="4">以下の質問について、該当するものに印を記入し、署名して下さい。特別永住者は署名のみ。(Please check the applicable items and put your signature. If for special permanent resident, please put your signature only.)</td> </tr> <tr> <td colspan="4">           1. あなたは、日本国外又は日本国外の領事館において、刑事事件で有罪判決を受けたことがありますか？ Have you ever been found guilty in a criminal case in Japan or another country?  <input type="checkbox"/> はい Yes    <input type="checkbox"/> いいえ No         </td> </tr> <tr> <td colspan="4">           2. あなたは、現在、麻薬、大麻、あへん剤(レムゼン)等の制限物質又は銃砲、刀剣類若しくは火薬類を保持していますか？ Do you presently have in your possession narcotics, marijuanna, opium, stimulants, or other controlled substances, swords, explosives or other such items?  <input type="checkbox"/> はい Yes    <input type="checkbox"/> いいえ No         </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <small>以上の記載内容は事実と確実なうござます。 I hereby declare that the statement given above is true and accurate.</small> </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <b>署名</b>  <small>Signature</small> </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <b>官用欄</b>  <small>Official Use Only</small> </td> </tr> </table> <p>● ● ● 印字・複数枚提出用印 The next time RCRD2 is to be submitted to the immigration inspector.</p>	氏名	Family Name - Given Names			生年月日	誕生日 Month	年	就定期限名・姓	Date of Birth	Year	Year	Last Right to Return	以下の質問について、該当するものに印を記入し、署名して下さい。特別永住者は署名のみ。(Please check the applicable items and put your signature. If for special permanent resident, please put your signature only.)				1. あなたは、日本国外又は日本国外の領事館において、刑事事件で有罪判決を受けたことがありますか？ Have you ever been found guilty in a criminal case in Japan or another country? <input type="checkbox"/> はい Yes <input type="checkbox"/> いいえ No				2. あなたは、現在、麻薬、大麻、あへん剤(レムゼン)等の制限物質又は銃砲、刀剣類若しくは火薬類を保持していますか？ Do you presently have in your possession narcotics, marijuanna, opium, stimulants, or other controlled substances, swords, explosives or other such items? <input type="checkbox"/> はい Yes <input type="checkbox"/> いいえ No				<small>以上の記載内容は事実と確実なうござます。 I hereby declare that the statement given above is true and accurate.</small>				<b>署名</b> <small>Signature</small>				<b>官用欄</b> <small>Official Use Only</small>				<p>再入國出國記録 EMBARKATION CARD FOR REENTRANT ① 【 DEPARTURE 】</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 5%;">氏名</td> <td colspan="3">Family Name - Given Names</td> </tr> <tr> <td>生年月日</td> <td>誕生日 Month</td> <td>年</td> <td>生な渡航先国名</td> </tr> <tr> <td>Date of Birth</td> <td>Year</td> <td>Year</td> <td>Destination</td> </tr> <tr> <td colspan="4">           1年以内  <input type="checkbox"/> 1年内 1 year or less            1年超2年以内  <input type="checkbox"/> 1 year over 2 years            2年超  <input type="checkbox"/> 2 years or more         </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <b>次のいずれかに印を記入してください。</b> Please check either one of the boxes below.         </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <input type="checkbox"/> 1. 一時的な出張であり、再入国する予定です。  <small>I am leaving Japan temporarily and will return.</small> </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <input type="checkbox"/> 2. 「再入国許可」の有効期間内に再入国の予定はありません。  <small>I do not plan to re-enter Japan while my re-entry permit is valid. (地元入国情報需要で再入國許可を受けており、その有効期間内に再入國予定がない方は、印して下さい。) Check the box if you do not plan to re-enter Japan while your re-entry permit, which you have obtained a regional immigration bureau, is valid.</small> </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <b>署名</b>  <small>Signature</small> </td> </tr> <tr> <td colspan="4"> <b>官用欄</b>  <small>Official Use Only</small> </td> </tr> </table>	氏名	Family Name - Given Names			生年月日	誕生日 Month	年	生な渡航先国名	Date of Birth	Year	Year	Destination	1年以内 <input type="checkbox"/> 1年内 1 year or less 1年超2年以内 <input type="checkbox"/> 1 year over 2 years 2年超 <input type="checkbox"/> 2 years or more				<b>次のいずれかに印を記入してください。</b> Please check either one of the boxes below.				<input type="checkbox"/> 1. 一時的な出張であり、再入国する予定です。 <small>I am leaving Japan temporarily and will return.</small>				<input type="checkbox"/> 2. 「再入国許可」の有効期間内に再入国の予定はありません。 <small>I do not plan to re-enter Japan while my re-entry permit is valid. (地元入国情報需要で再入國許可を受けており、その有効期間内に再入國予定がない方は、印して下さい。) Check the box if you do not plan to re-enter Japan while your re-entry permit, which you have obtained a regional immigration bureau, is valid.</small>				<b>署名</b> <small>Signature</small>				<b>官用欄</b> <small>Official Use Only</small>			
氏名	Family Name - Given Names																																																																								
生年月日	誕生日 Month	年	就定期限名・姓																																																																						
Date of Birth	Year	Year	Last Right to Return																																																																						
以下の質問について、該当するものに印を記入し、署名して下さい。特別永住者は署名のみ。(Please check the applicable items and put your signature. If for special permanent resident, please put your signature only.)																																																																									
1. あなたは、日本国外又は日本国外の領事館において、刑事事件で有罪判決を受けたことがありますか？ Have you ever been found guilty in a criminal case in Japan or another country? <input type="checkbox"/> はい Yes <input type="checkbox"/> いいえ No																																																																									
2. あなたは、現在、麻薬、大麻、あへん剤(レムゼン)等の制限物質又は銃砲、刀剣類若しくは火薬類を保持していますか？ Do you presently have in your possession narcotics, marijuanna, opium, stimulants, or other controlled substances, swords, explosives or other such items? <input type="checkbox"/> はい Yes <input type="checkbox"/> いいえ No																																																																									
<small>以上の記載内容は事実と確実なうござます。 I hereby declare that the statement given above is true and accurate.</small>																																																																									
<b>署名</b> <small>Signature</small>																																																																									
<b>官用欄</b> <small>Official Use Only</small>																																																																									
氏名	Family Name - Given Names																																																																								
生年月日	誕生日 Month	年	生な渡航先国名																																																																						
Date of Birth	Year	Year	Destination																																																																						
1年以内 <input type="checkbox"/> 1年内 1 year or less 1年超2年以内 <input type="checkbox"/> 1 year over 2 years 2年超 <input type="checkbox"/> 2 years or more																																																																									
<b>次のいずれかに印を記入してください。</b> Please check either one of the boxes below.																																																																									
<input type="checkbox"/> 1. 一時的な出張であり、再入国する予定です。 <small>I am leaving Japan temporarily and will return.</small>																																																																									
<input type="checkbox"/> 2. 「再入国許可」の有効期間内に再入国の予定はありません。 <small>I do not plan to re-enter Japan while my re-entry permit is valid. (地元入国情報需要で再入國許可を受けており、その有効期間内に再入國予定がない方は、印して下さい。) Check the box if you do not plan to re-enter Japan while your re-entry permit, which you have obtained a regional immigration bureau, is valid.</small>																																																																									
<b>署名</b> <small>Signature</small>																																																																									
<b>官用欄</b> <small>Official Use Only</small>																																																																									

1年内會返回日本者  
請勾選「1年以内」

請一定要勾選其中之一

- 「第一項」：希望再入國者
- 「第二項」：擁有有效「再入國許可」，但沒有計畫在有效期限內再入國者

## 提供中文翻譯的醫療服務機構

### 醫療情報ネット

- ★ 電話: 0570-000692
- ★ 使用英語、中文、韓文等診療服務。
- ★ 提供中文醫療相關諮詢，並在網站列有全國各區提供中文診療服務的醫療單位連結。



### AMDA国際医療情報センター

全國

- ★ 電話: 03-6233-9266
- ★ 提供英語、中文、西班牙文等諮詢服務。
- ★ 提供中文醫療相關諮詢，並在網站列有全國各區提供中文診療服務的醫療單位連結。



# 生活小須知

## ■ 稅務問題

日本的所得稅採「源泉徵收」制度，即指僱主在支付薪水時，會先扣除與稅金相當的金額後，再發放予本人；僱主會將預先扣除的稅金支付給稅務局，個人不須再自行繳納稅金。

預定居留時間不滿一年者，身分被歸類為「非居住者」，會固定以20%稅率進行源泉徵收。預定居留一年以上時間者，身分被歸類為「居住者」，則會以與日本人相同的稅率進行源泉徵收（稅率依據所得金額、扶養人數會有不同）。

### 打工度假

由於利用打工度假身分入境日本者，最長只能居留365天，視為居留不滿一年，因此在稅金上是以「非居住者」身份來處理，工作收入會以20%稅率進行源泉徵收，且無法辦理退稅。

### 留學生

若留學簽證效期為一年以上，則會被視為「居住者」，打工收入以與日本人相同的稅率進行源泉徵收。若留學簽證效期不滿一年，則會被視為「非居住者」，打工收入以20%稅率進行源泉徵收。

## ■ 留學生打工時數

日本的入管局對留學生打工時數的上限為一個禮拜28小時，不過在寒暑假期間，上限可以提升到一個禮拜40小時。但要注意的是應避免一天的時數不可超過8小時，也不可以7天連續打工不休息，這會違反日本勞動基準法的規定，也是許多留學生和店家會不小心忽略的規定。

## ■ 留學簽證/打工度假簽證禁止從事的打工類型

日本政府法律(風営法第2条第1項)，明訂在風俗營業場所進行打工屬於違法之行為。

風俗營業場所：性產業(性風俗店)、小鋼珠店(パチンコ店)、麻將店(麻雀店)、遊戲中心(ゲームセンター)  
接待所(キャバレー)、酒吧(スナック、バー)等。

即使在裡面只是洗碗等內場工作也是禁止的，若從事這類的打工，一旦被查獲可是會遣送回國的！而且有可能再也無法以任何簽證(包括觀光簽證)入境日本。

## ■ 認識日本保險、年金制度

年金制度	國民年金	國民健康保險	厚生年金	社會保險
對象	1 · 未加入厚生年金者 2 · 在留期間超過3個月以上，並有登錄者（義務）		1 · 一週或一個月的工時有超過一般社員的3/4時 2 · 一週工時滿20小時以上 3 · 每月月收超過8萬8千日圓 或年收入超過106萬日圓以上 4 · 非學生	
加入時間點	住民登錄時加入（義務）		工作開始時。公司負責申報手續（義務）	
負擔人	個人負擔全額		公司50%、個人50%	
保險費用	16,410日圓/月 (打工度假者可辦理免除手續，不必繳費)	約1,000~2,000日圓/月 (因地區而異)	依月收入而定	依月收入而定 一般約10,000日圓 / 月 (比國民健康保險貴)
適用簽證	留學簽證、打工度假簽證		打工度假簽證、就勞簽證	

### ⚠ 常見問題

Q1. 要是離開日本了，繳的年金能拿的回來嗎？

A1. 可以。不具有日本國籍，加入厚生年金保險6個月以上，尚未符合年金領取資格並離開日本者，可於日本註銷住址後2年以內向日本年金機構申請「厚生年金保險脫退一時金」。

Q2. 不交年金會對簽證有什麼影響？（可以不繳嗎？）

A2. 基本上，在日本生活的外國人必須按照法律規定繳交年金保險，才能保證簽證申請、更新上不會出問題。  
申請國籍歸化及永住申請時，必須提出3年的保險料繳交清單。  
如果有被入管局指正欠繳的情形，申請之簽證有可能遭駁回。

Q3. 社會保險和國民健康保險需要一起繳嗎？

A3. 一個人一次只會保一種保險及年金。若一開始入境加入了國民健康保險，之後公司要求加入社會保險的話，加入社會保險後，需要自行至區役所取消國民健保，這樣才不會重複加保唷！

## ■ 垃圾處理

日本的垃圾分類規定相當嚴格，可燃垃圾、不可燃垃圾、可回收垃圾都有規定的處理日，由於各區域垃圾處理日不盡相同，因此入住時務必先確認好垃圾處理方式和收集時間。

平成31年度  
新宿区

# 資源・ごみの分け方・出し方

詳しく向印マークをついたださい。規則を確認してご入ください。

## 朝8時までに、資源・ごみ集積所にお出しください。

\*雨の日や祝日(年末年始を除く)も資源やごみを收集します。また荒天時は、資源やごみの收集が遅れる場合や、中止することがあります。

# 資源

週1回

毎日

## 古 紙

雑誌・本・雑紙  
(新聞、4つ折りA4サイズ)  
トレイルベーパーの芯など

紙パック  
ダンボール

種別別にひもでしばって、出してください。

## 容器包装プラスチック

回

※商品を入れたり【容器】、包んでいる【包装】プラスチックのことです。

<div data-bbox="580 3551 602 3573" data-label

有些大樓有統一收集垃圾的地方，不需個人自行處理；有些則需要住戶自行處理，務必遵守住處的規定，按照規定的時間及規定的形式，將垃圾放到社區指定收集的地方。

此外，如果因搬家或大掃除的關係、有些較大型的垃圾需丟棄，則需打電話給各區垃圾處理中心，或專門處理大型垃圾的廠商，請他們到府來收，而這些大型垃圾的處理是需要另外付費的。

## 生活小須知

### 搬家手續

在日本，不論所選的居住型態為哪種房型，退居的基本要點就是「恢復原狀」。

入居時房裡沒有的東西，不可以說要留下來給房東，房間本來附有的設備，也需毫無毀損地歸還。

一般而言，需在退房前一個月告知房東或仲介退房的日期，並問清楚退房手續；如果是自己承租一般公寓，則要自行聯絡水、電、瓦斯公司，請他們在退居當日前來抄表，並當日付現清算當月的水、電、瓦斯費用，或請廠商把費用的帳單寄到自己在日本的下一個新的住址。

### 郵寄包裹

從日本郵寄包裹回台灣，大致分為海運、空運、EMS三種方式，送達目的地的天數以船運最長（約一個月）、EMS最快（2~4天），費用則是海運最便宜、空運次之、EMS最昂貴。

計費的方式是以重量或是包裹總尺寸擇一來計算。

基本上限重是30公斤，包裹尺寸（長x1+寬x2+高x2）的總和不得超過3公尺。



寄送費用可以到日本郵局的官網上查詢估算



集荷サービス

若是寄送到日本國內，也同樣能在官網上查詢費用，一般的明信片是52日幣，信件的話則要看重量、以及需不需要掛號等手續。如果要購買郵票，直接到郵局窗口詢問之外、也可以在便利商店購買。

最後，日本的郵局裡除了郵務品，還會展示不少設計可愛、期間或地區限定的周邊產品，不妨有空去逛逛，說不定會遇到意外的收穫呢！

# 工作介紹服務

## 各地區工作內容及必要語言程度

程度 地區	東京	大阪、京都	其他地區
N1	日商正職 半島酒店	日商正職 日航飯店	日商正職 溫泉旅館、度假村
N2	日商正職 半島酒店	日商正職 日航飯店	日商正職 溫泉旅館、度假村
N3	LAWSON、すき家 餐廳、大國藥妝	LAWSON、すき家 餐廳、大國藥妝	LAWSON、すき家 餐廳
N4	餐廳	溫泉旅館 觀光飯店	溫泉旅館 度假村
N5		溫泉旅館 觀光飯店	溫泉旅館、度假村 生產作業線
零程度		食品製作公司、 京阪飯店、日航飯店	溫泉旅館、度假村 生產作業線

### ■ 關於JPTIP日本人才顧問

JPTIP具有私立就業服務機構許可證，為台灣少數合法仲介工作之機構。

免費介紹會員、代辦生留學或打工度假期間的打工外，也能協助介紹日本正職工作（就勞簽），或歸台後的日商公司職缺。

更多職缺查詢



### ■ 加入好友後，請提供以下資訊，我們將盡速回覆：

- |          |                   |
|----------|-------------------|
| 1、姓名     | 6、想去哪裡工作          |
| 2、預計赴日時間 | 7、簽證合格時間          |
| 3、可開始上班日 | 8、簽證類型（留學／打工度假）   |
| 4、目前日文程度 | 9、目前所在地（台北／高雄／香港） |
| 5、希望職缺種類 |                   |

工作一對一諮詢



或搜尋@jptipjob

## 參考資料及服務窗口



實用網站



JPTIP生活圈

JPTIP 一對一  
日本打工介紹JPTIP 一對一  
日本正職介紹

## MEMO

JPTIP