

### [Lista de Checagem]

(Dentro de 1 mês após a entrada)

#### Moradia

- Encontrou moradia ?
- Efetuou o contrato de locação após entender bem os artigos do contrato e as regras de moradia ?

#### Resisto do Residente

- Fez o Registro do Residente (registrou seu endereço na prefeitura)? Deve se apresentar à prefeitura para fazer o Registro no prazo de 14 dias a partir da data em que fixou sua residência.

#### Tratamento Médico/ Seguro Saúde

- Sabe onde ficam as clínicas e os hospitais da comunidade ?

- Inscreveu-se no seguro de saúde público ("Seguro Saúde" para os que trabalham nas empresas e "Seguro Nacional de Saúde" para os demais) ?

#### Educação

- Matriculou seu filho na escola?

#### Emprego

- Arrumou o emprego ?
- Se não, consulte a Hello Work.
- Confirmou pessoalmente as condições de trabalho ao ser empregado ?

#### Vida Cotidiana na Região

- Sabe as regras para descartar lixo ?
- Toma cuidado para não fazer barulho alto no dia-a-dia (principalmente à noite e de manhã) ?
- Cumprimenta os vizinhos ao vê-los ?
- Estabelece relacionamento com a sociedade regional, por meio de inscrição em associações autônomas de moradores (*jichikai*) etc ?
- Tem contato com as pessoas provenientes de mesmo país por meio de participação na rede de conterrâneos etc ?

#### Calamidades naturais

- Sabe onde ficam os refúgios no caso de calamidades naturais ?

(Dentro de 3 meses após a entrada)

#### Língua Japonesa

- Está estudando a língua japonesa na escola da língua japonesa ?

#### Seguros Sociais

- Sabe como inscrever-se nos seguros sociais (seguro de saúde, seguro de pensão, seguro contra acidentes de trabalho, seguro desemprego e seguro de assistência ao idoso) ? →Se não sabe, veja o site de Guia Multilíngüe de Informações Cotidianas.

### Lista de Contato dos Guichês de Consulta

(※Existem idiomas com dias de atendimento restritos.)

#### Consultas Gerais

- Centro de Apoio e de Consultas aos Estrangeiros (Chinês, Inglês, Português, Vietnamita, Espanhol, Indonésio, Bengali)  
Tel: 03-3202-5535

#### Assuntos Jurídicos

- Centro de Apoio Legal do Japão – *Hou Terassu* (Japonês, Inglês) Tel: 0570-078374

#### Tráfego Humano

- ONG Centro de Consultas sobre Tráfego Humano e Mulheres (Japonês, Inglês, Tagalo, Tailandês)  
Tel.: 03-5339-8625

#### Busca de Emprego

- Centro de Assistência de Emprego para Estrangeiros em Tokyo (Inglês, Chinês)  
Tel: 03-3588-8639
- Centro de Assistência de Emprego para Estrangeiros em Osaka (Inglês, Português, Espanhol, Chinês)  
Tel: 06-7709-9465
- Centro de Assistência de Emprego para Estrangeiros em Nagoya (Inglês, Português, Espanhol, Chinês, Tagalo, Coreano)  
Tel: 052-972-0253 Tel: 0532-54-1192

- Lista das Agências Públicas de Emprego (*Hello Work*) com intérprete em todo o país (Português)

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/koyou/dl/12048.pdf>

[http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyou/gaikokujin/index.html](http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/gaikokujin/index.html)

### Palavras Cotidianas

- OBRIGADO(A) ありがとう (ARIGATOU)
- BOM DIA おはよう (OHAYOU)
- BOA TARDE こんにちは (KON-NICHIWA)
- COM LICENÇA すみません (SUMIMASEN)
- DESCULPE ごめんなさい (GOMEN-NASAI)
- EU 私 (WATASHI)
- MARIDO 夫 (OTTO)
- ESPOSA 妻 (SUMA)
- FAMÍLIA 家族 (KAZOKU)
- CRIANÇA 子ども (KODOMO)
- ESCOLA 学校 (GAKKOU)

### Telefones de Emergência



- Polícia Tel: 110
- Ambulância Tel: 119
- Bombeiro Tel: 119

### Palavras de Emergência

- SOCORRO! 助けて (TASUKETE)
- LADRÃO 泥棒 (DOROBOW)
- POLÍCIA 警察 (KEISATSU)
- INCÊNDIO 火事 (KAJI)
- AMBULÂNCIA 救急車 (KYUUKYUUSHA)
- HOSPITAL 病院 (BYOUIN)
- DEPRESSA/ RÁPIDO 急いで (ISOIDE)
- PARE 止めて (YAMETE)
- SAIA DAQUI 出て行って (DETEITTE)
- DÓI 痛い (ITAI)
- VIOLÊNCIA 暴力 (BOURYOKU)
- DOENÇA 病気 (BYOUKI)
- ACIDENTE 事故 (JIKO)
- MACHUCADO 怪我 (KEGA)
- TERREMOTO 地震 (JISHIN)
- ELEVAÇÃO DE TERRENO / COLINA 高台 (TAKADAI)
- EVACUAÇÃO 避難 (HINAN)
- EU NÃO FALO JAPONÊS 日本語話せません (NIHONGO HANASE MASEN)

Para maiores informações veja os sites abaixo;

Este folheto está baseado no "Guia Multilíngüe de Informações Cotidianas" produzido pelo Conselho de Órgãos Autônomos Locais para a Internacionalização.

- Ministério dos Negócios Estrangeiros do Japão  
[http://www.mofa.go.jp/j\\_info/visit/visa/index.html](http://www.mofa.go.jp/j_info/visit/visa/index.html)
- Gabinete do Governo do Japão Departamento de Promoção de Políticas para Residentes Estrangeiros  
<http://www8.cao.go.jp/teiju-portal/port/index.html>
- Conselho de Órgãos Autônomos Locais para a Internacionalização (CLAIR)  
<http://www.clair.or.jp/tagengorev/es/index.html>
- Ministério de Negócios do Interior e Comunicação  
[http://www.soumu.go.jp/main\\_sosiki/jichi\\_gyousei/c-gyousei/zairyu.html](http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/zairyu.html)

# Guia para a vida cotidiana no Japão

### Prefácio

Para as pessoas que pretendem começar a vida no Japão:

Adquirindo-se informações corretas, será possível levar uma vida tranquila.

Este guia resume as informações básicas necessárias para começar a vida no Japão.

Favor usar a lista de checagem anexa sobre o que deve ser feito dentro de 1 mês, e dentro de 3 meses, após a entrada no Japão.

Desejamos que a sua vida no Japão seja segura e confortável.

Segunda Versão  
Agosto de 2012

Ministério dos Negócios Estrangeiros do Japão

## Os itens desejáveis a serem realizados dentro de 1 mês após a entrada no Japão

### Moradia

A moradia no Japão pode ser classificada em três categorias: habitações de aluguel do setor privado, habitações públicas e casas próprias.

É necessário firmar um contrato para alugar um imóvel. É chamado de contrato de locação e o prazo, em geral, é de 2 anos.

Ao fazer o contrato de locação, além do valor do aluguel, é necessário pagar o depósito (*shikikin*), a comissão do proprietário (*reikin*), e a comissão da imobiliária (*chukairyo*). Maiores detalhes devem ser conferidos com a agência imobiliária.

A qualificação para a ocupação de uma habitação pública é regida minuciosamente exigindo-se, por exemplo, a conclusão do registro de estrangeiro e nível de renda. Portanto, as informações devem ser obtidas nos governos locais (*Yakusho*) que administram essa habitação pública, e no sistema metropolitano UR (*Urban Renaissance Agency*).

Nas habitações de aluguel do setor privado e habitações públicas, não é permitido residir com as pessoas que não são os membros da família, sem autorização do proprietário do imóvel. Quem está planejando morar nas casas de amigos ou de conhecidos temporariamente logo depois da vinda ao Japão, deve procurar sua própria moradia o mais rápido possível.

### Registro do Residente

O estrangeiro residente deve se apresentar à prefeitura para fazer o Registro do Residente no prazo de 14 dias a partir da data em que define o endereço novo na circunscrição da prefeitura.

Se o estrangeiro permanecer no Japão em casa de família onde o chefe de família é cidadão estrangeiro, será preciso apresentar os documentos que comprovem o relacionamento desse estrangeiro com este. Com relação a estrangeiro nascido no Japão, pai ou mãe de criança deve informar o seu nascimento à prefeitura no prazo de 14 dias a partir da data do nascimento dessa criança, sendo que, para que essa criança possa permanecer no Japão além de 60 dias desde o nascimento, precisa apresentar o formulário de solicitação e os documentos que comprovem o nascimento como a certidão de nascimento para o Escritório Regional do Controle de Imigração no prazo de 30 dias a partir da data do nascimento, além de solicitar a aquisição do status do residente.

O Registro do Residente deve ser feito na prefeitura pelo chefe de família (chefe do grupo onde estrangeiro vive junto, que compartilha meios de subsistência e moradia) ou própria pessoa que definiu endereço.

### Cartão do Residente

Cartão do Residente emitido pelo Ministro da Justiça para estrangeiro que permanece no Japão. É um comprovante de status do residente no Japão. Estrangeiro acima de 16 anos deve portar sempre o Cartão do Residente.

## Tratamento Médico e Seguro Saúde

### (Tratamento Médico)

No Japão, além de existirem instituições médicas que não atendem em outros idiomas além de japonês, e também para se transmitir os sintomas corretamente, na medida do possível, procure ir acompanhado de alguém fluente no idioma japonês. Os governos provinciais divulgam na internet as informações referentes às instituições médicas e os idiomas atendidos de cada instituição médica.

As instituições médicas no Japão são classificadas em hospitais equipados para oferecer serviços de internação e exames, e clínicas com as quais a população se mantém em contato mais freqüente.

Aconselha-se procurar as clínicas para consulta, e depois os hospitais para um atendimento mais especializado, caso for necessário.

Quando há restrições por motivos religiosos na vida diária ou no tratamento, ou devido à natureza alérgica, comunique na recepção ou aos enfermeiros com antecedência.

Leve a Carteira de Seguro de Saúde para ser atendido nos hospitais ou nas clínicas.

Além disso, caso esteja tomando algum medicamento, é recomendável levá-lo também.

### (Seguro Saúde)

Todos os residentes no Japão, independentes de nacionalidade, devem se inscrever a um sistema público de seguro de saúde.

Há dois tipos básicos de seguro de saúde: o Seguro de Saúde (*Kenko-hoken*) voltado aos empregados em empresas, e o Seguro Nacional de Saúde (*Kokumin-kenko-hoken*), voltado para os trabalhadores autônomos, desempregados e outros.

Quem está associado ao seguro de saúde acima só paga 30% do valor das despesas médicas determinadas pela tabela única para todo o Japão, enquanto que quem não está associado deve arcar com a totalidade dos custos.

## Educação

O sistema educacional do Japão é constituído basicamente por 3 anos de jardim de infância, 6 anos de curso primário, 3 anos de curso ginásial, 3 anos de curso colegial e 4 anos de curso universitário (2 anos no caso de faculdades de curta duração).

Para o povo japonês é obrigatório matricular a criança no primário e ginásio. As crianças estrangeiras na idade de escolaridade obrigatória quem vivem no Japão podem se matricular ou serem transferidas para as escolas primárias e ginásiais da região sem necessidade de pagar mensalidades da mesma forma que uma criança japonesa.

Além disso, existem as escolas estrangeiras para as crianças de nacionalidades estrangeiras.

Pense no futuro dos seus filhos e matricule-os nas escolas. Para isso, aconselha-se consultar a prefeitura da sua cidade.

## Emprego

No Japão, as Agências Públicas de Emprego (*Hello Work*) dão apoio na busca de emprego caso for desempregado e ao melhoramento na gestão de emprego para os estrangeiros quem estão residindo no país legalmente e possuem a qualificação de permanência para trabalhar.

É importante que as condições de trabalho são confirmadas pessoalmente pelo voce mesmo, na hora de ser empregado.

O contrato de trabalho é o contrato firmado entre voce e o empregador quando voce é empregado.

Ao firmar o contrato de trabalho, o empregador tem a obrigação de informar por escrito as condições de trabalho, como o valor do salário e o número de horas de trabalho etc.

Providencie a tradução do contrato para o seu idioma para confirmar o conteúdo sem falta, quando o documento está escrito em japonês.

São as seguintes as condições de trabalho que o empregador deve comunicar ao trabalhador por escrito:

- Período do Contrato de Trabalho
- Local de trabalho, detalhes do trabalho
- Horário de início e término, existência ou não das horas extra, tempo de descanso, dias de folga, férias, etc.
- Método de determinação, cálculo e pagamento do salário, prazos de fechamento e pagamento
- Sobre o desligamento

É necessário que o trabalhador confirme se existem, na empresa onde trabalha, os regulamentos internos de emprego que estabelecem as condições de trabalho ou as regras de serviço.

## Cotidiano na Região

Cumprimente ativamente os vizinhos. Eles podem fornecer várias informações sobre a área. Faça uma breve auto-apresentação, informando o seu nome e o que faz, etc.

O barulho feito na vida diária pode causar conflito com os vizinhos. Tome cuidado para não fazer o barulho excessivo no dia-a-dia, bem como durante a noite e de manhã cedo.

As regras para jogar o lixo varia de área (cidade ou bairro) para área. E cada tipo de lixo só é coletado nos dias de semana, local e hora determinados.

Confira as regras de descarte de lixo.

No Japão, na maioria das cidades e bairros há organizações dos moradores chamadas de Associação dos Moradores do Bairro (*Chonai kai*) ou Associação Autônoma dos Moradores (*Jichi kai*). As atividades são financiadas pela contribuição dos moradores.

Os estrangeiros, sendo moradores, também podem participar. Juntando-se às Associações, pode-se obter as informações referentes à área.

## Calamidades Naturais

O Japão é um país com grande incidência de terremotos e tufões. Para minimizar os danos a serem causados por essas calamidades naturais, é importante se preparar com as medidas de prevenção e verificar com antecedência o caminho e o local de abrigo mais próximo.

## Os itens desejáveis a serem realizados dentro de 3 meses após a entrada no Japão

### Aprendizagem do Japonês e Preservação da Língua Materna

O idioma japonês é extremamente importante para se viver no Japão.

Os locais de ensino da língua japonesa são divididos basicamente entre as escolas de japonês (*Nihongo Gakko*) e outros locais de ensino.

Os cursos nas escolas de japonês são pagos mas os cursos ou aulas nos outros locais de ensino são gratuitos ou de taxa relativamente baixa.

Os governos locais, as Associações de Intercâmbio Internacional, entidades particulares e organizações voluntárias oferecem as aulas ou cursos de japonês abertas para todas as pessoas, gratuitamente ou à taxa baixa.

Para maiores informações, consulte as Associações de Intercâmbio Internacional, governos provinciais ou prefeituras.

Com relação à preservação da língua materna das crianças, consulte à comunidade dos conterrâneos ou às escolas estrangeiras.

Os jornais e revistas editados em língua materna também oferecem as informações.

### Sistema de Impostos

Todos os residentes no Japão, mesmo os estrangeiros, que têm a renda acima de um determinado nível, devem pagar obrigatoriamente os impostos assim como os japoneses.

Os impostos no Japão são classificados basicamente entre os impostos nacionais, pagos à Nação, e os regionais, pagos aos governos locais.

É necessário ter cautela para não deixar de pagar os impostos sem motivos justificáveis, porque há a possibilidade de não poder usufruir dos serviços públicos.