

技能実習生新聞

発行人: 東海愛知経営支援協同組合
第 101 号
発行日: 2026 年 4 月 1 日

通 知

技能実習や日常生活で困っていること、不安なことがあったら、すぐに以下の通訳に電話し相談してください。

久手壱: 070-1664-5732 (中国)

Trang: 070-6580-7638 (Việt Nam)

Ngoc: 090-9752-0650 (Việt Nam)

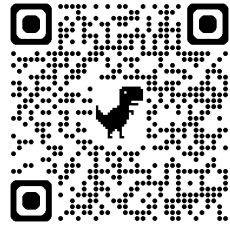
Monica: 080-4632-1665 (Indonesia)

Oiwa: 090-6093-0349 (Indonesia)

ぎのうじっしゅうせいへのおしらせホームページ

ぎのうじっしゅうにかんする だいじな おしらせを
けいさいしています。まいにち あさよりに このホーム
ページをチェックしてください。

「試験練習問題集ページ」もこのホームページ
から アクセスできます。



<https://toukaiaichi-ksk.com/>

★ 道路交通法の改正について

4月から青切符制度が導入、施工されます。反則金制度では、その場で警察官が交通違反の事実や反則金額等について記入した交通反則通知書いわゆる青切符を交付し、反則行為の告知が行われます。反則金を支払うことで刑事訴追（犯罪者になること）を免れることになります。

つぎの行動は、ぜんぶ違反です。信号を無視する。一時停止をしない。右側ではなく、左側をはしらない（逆走）。夜にライトをつけない。スマホを見ながらはしる。イヤホンをつけてはしる。傘をさしてはしる。お酒をのんで はしる。5,000円〜12,000円くらいのお金（反則金）を払う ことになります。

自転車のルールを守ることは、自分の命を守ることに繋がります。みなさんが安全に生活できるよう、ルールをしっかり守りましょう。

★ Về việc sửa đổi Luật Giao thông Đường bộ

Từ tháng 4, chế độ “vé xanh” sẽ được áp dụng và thực thi. Trong chế độ xử phạt vi phạm, tại chỗ, cảnh sát sẽ lập “giấy thông báo vi phạm giao thông” (gọi là vé xanh), ghi rõ hành vi vi phạm và số tiền phạt, đồng thời thông báo vi phạm. Bằng cách nộp tiền phạt này, bạn sẽ tránh bị truy cứu trách nhiệm hình sự (tức là không trở thành tội phạm).

Những hành vi sau đây đều là vi phạm: vượt đèn đỏ, không dừng lại tại biển dừng, không đi bên trái mà đi ngược chiều, không bật đèn vào ban đêm, vừa đi xe vừa nhìn điện thoại, đeo tai nghe khi đi xe, vừa che ô vừa đi xe, đi xe sau khi uống rượu. Bạn có thể sẽ phải nộp tiền phạt khoảng từ 5.000 đến 12.000 yên.

Việc tuân thủ luật lệ khi đi xe đạp chính là bảo vệ tính mạng của bản thân. Để mọi người có thể sinh hoạt an toàn, hãy nghiêm túc tuân thủ các quy định.

★ 犯罪に巻き込まれないために

ネットで知り合った友人から、荷物の転送を頼まれました。届いた荷物が自分の物だと言って受け取り、指定した住所へ転送するだけのことです。その後請求書が届きました。

自分の住所を犯罪者に貸した、自分の名前でない人の物を勝手に受け取った窃盗。相手は信用できる人か、なぜ自分の住所に送るのか、まず考えてください。相手に聞いてください。会社の人に聞いてください。それが、あなた自身を守ることとなります。

★ Để tránh trở thành nạn nhân của tội phạm

Một người bạn quen qua mạng đã nhờ tôi chuyển tiếp hàng hóa. Chỉ đơn giản là nhận kiện hàng với danh nghĩa đó là đồ của mình, rồi gửi tiếp đến địa chỉ đã được chỉ định. Sau đó, tôi nhận được hóa đơn thanh toán.

Hành vi này có thể bị coi là cho tội phạm mượn địa chỉ của mình, hoặc tự ý nhận hàng của người khác không phải tên mình — có thể cấu thành hành vi trộm cắp. Hãy suy nghĩ kỹ: người đó có thực sự đáng tin không? Vì sao họ lại gửi hàng đến địa chỉ của bạn? Trước hết, hãy hỏi rõ người đó. Đồng thời, hãy hỏi ý kiến người trong công ty hoặc người có hiểu biết. Điều đó sẽ giúp bảo vệ chính bạn.

★ 無免許運転の事故

会社に置いてある軽トラに鍵がつけたままで置いてあった。夜に寒かったので、会社に無断で使用してコンビニに買い物に行った帰り車同士で事故にあった。幸い相手にケガはなかったが、双方の車の修理が必要となる。しかし、無免許運転で保険はおりない。免許の必要な車等には絶対乗らないようにしてください。免許を持っていたとしても無断で使用することは泥棒と同じです。

★ Tai nạn do lái xe không có bằng lái

Chiếc xe tải nhẹ của công ty được để sẵn với chìa khóa cắm trên xe. Vì trời lạnh vào ban đêm, có bạn đã tự ý sử dụng xe của công ty để đi mua đồ ở cửa hàng tiện lợi. Trên đường về thì xảy ra tai nạn va chạm với xe khác. May mắn là không có ai bị thương, nhưng cả hai xe đều cần sửa chữa. Tuy nhiên, do lái xe khi không có bằng, bảo hiểm sẽ không chi trả.

Tuyệt đối không được lái các phương tiện cần bằng lái khi không có bằng. Ngay cả khi có bằng, việc tự ý sử dụng mà không được phép cũng bị coi như hành vi trộm cắp.

★ 変化する気温に対応する

4月になり日本は暖かくなってきます。近年は暑い日もあります。

① 体が昼の長さ慣れていないので疲れやすくなります。睡眠はしっかりととりましょう。

② 夜と昼の温度差が大きい日があります。服装で調整しましょう。

③ まだ空気が乾燥して燃えやすいので、火の取り扱いに注意しましょう。外出前や寝る前は必ず消火をチェックしてください。

★ Ứng phó với sự thay đổi thời tiết

Vào tháng 4, thời tiết ở Nhật Bản bắt đầu ấm lên. Những năm gần đây cũng có những ngày khá nóng.

① Cơ thể chưa quen với thời gian ban ngày dài hơn nên dễ mệt mỏi. Hãy ngủ đầy đủ.

② Có những ngày chênh lệch nhiệt độ giữa ngày và đêm lớn. Hãy điều chỉnh trang phục cho phù hợp.

③ Không khí vẫn còn khô và dễ gây cháy, vì vậy hãy cẩn thận khi sử dụng lửa. Trước khi ra ngoài hoặc đi ngủ, hãy luôn kiểm tra đã tắt lửa hay chưa.

★ ごみ問題

最近ごみの捨て方が悪い人がいます。(例) 価格の安い「プラスチック製容器包装」専用のごみ袋に生ごみや缶などを入れる。決められた日(曜日)に出さない等。全て外国人が悪いと思われています。正しく出してください。わからない場合は、会社の日本人や通訳に聞いてください。

★ Vấn đề vứt rác

Gần đây có những người vứt rác không đúng cách. (Ví dụ) Cho rác hữu cơ hoặc lon vào túi rác chuyên dụng dành cho “bao bì nhựa” loại rẻ. Hoặc không bỏ rác đúng ngày (thứ) quy định. Những hành vi này khiến mọi người nghĩ rằng tất cả người nước ngoài đều làm sai. Hãy vứt rác đúng quy định.

Nếu không hiểu, hãy hỏi người Nhật trong công ty hoặc phiên dịch.

最近の出来事

脱退一時金について

技能実習生が日本で働いている間に支払った 厚生年金保険料の一部が帰国後に受け取れる制度です。

脱退一時金は原則として「退職所得」または「一時所得」として扱われ、20.42%の所得税が源泉徴収されます。(税務署へ納税管理人を届け出ること、確定申告により源泉徴収された所得税を取り戻せる可能性があります)

また、違法業者（税理士資格を持たないもの）へ代行依頼するケースが散見されます。技能実習生の皆さんは違法業者へ依頼することないように注意してください。

先月、組合の寮において、周りの方より「夜遅くまでカラオケをして、うるさくて、寝られません」というクレームがありました。もしあなたが翌日早朝から仕事に行かなければならないのに、周りがうるさくて、眠れなかったら、どのように感じますか？ 疲れた状態で出勤することになり、大変ですよ。いやな気持ちになりますよね。ですから、自分の楽しみだけでなく、周りの人のことも考えることも大切です。夜 10 時以降は：

- カラオケをしないでください。
- 洗濯機やドライヤーなどの大きい音が出るものを使用しないでください。
- 大きな声で話したり、笑ったりしないでください。

NHỮNG SỰ VIỆC GẦN ĐÂY

Về việc hoàn tiền hưu trí

Đây là chế độ cho phép thực tập sinh kỹ năng sau khi về nước có thể nhận lại một phần tiền bảo hiểm hưu trí đã đóng trong thời gian làm việc tại Nhật Bản. Khoản tiền này về nguyên tắc được xem là “thu nhập nghỉ việc” hoặc “thu nhập tạm thời” và sẽ bị khấu trừ thuế thu nhập 20,42%. (Tuy nhiên, nếu đăng ký “người đại diện nộp thuế” với cơ quan thuế, bạn có thể làm thủ tục quyết toán thuế để nhận lại phần thuế đã bị khấu trừ.) Ngoài ra, hiện nay có nhiều trường hợp nhờ các đơn vị không hợp pháp (không có chứng chỉ thuế như kế toán thuế) làm thủ tục thay. Các bạn thực tập sinh cần chú ý không nên nhờ những đơn vị trái phép này.

Tháng trước, tại ký túc xá của nghiệp đoàn đã có phản ánh từ những người xung quanh rằng: “Thực tập sinh hát karaoke gây mất trật tự đến khuya làm ảnh hưởng đến giấc ngủ của mọi người.” Hãy thử nghĩ, nếu hôm sau bạn phải đi làm từ sáng sớm mà mọi người xung quanh lại ồn ào khiến bạn không ngủ được, bạn sẽ cảm thấy như thế nào? Bạn sẽ phải đi làm trong trạng thái mệt mỏi, rất vất vả đúng không? Và cũng sẽ cảm thấy khó chịu đúng không? Vì vậy, đừng chỉ nghĩ đến niềm vui của bản thân, hãy quan tâm đến những người xung quanh. Các bạn chú ý, sau 10 giờ tối:

- Không hát karaoke.
- Không sử dụng các thiết bị gây tiếng ồn lớn như máy giặt, máy sấy tóc.
- Không nói chuyện hay cười lớn tiếng.