

技能実習生新聞

発行人: 東海愛知経営支援協同組合

第 103 号

発行日: 2026 年 6 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。

久手堅：070-1664-5732 (中国)

Trang：070-6580-7638 (Việt Nam)

Ngoc：090-9752-0650 (Việt Nam)

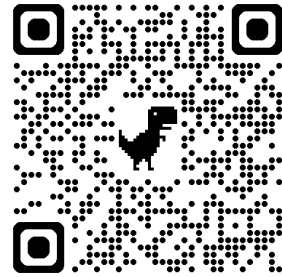
Monica：080-4632-1665 (Indonesia)

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 あさとよるに 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/>

技能移行試験について

1号技能実習生は、1号半年後辺りから初級の技能評価試験が始まります。2号技能実習生は、2号2年目の半年後辺りから専門級の技能評価試験が始まります。

技能移行試験もどんどん厳しくなってきました。最近1号技能実習生1名が試験に合格できず、再試験を受けても不合格だったため帰国となっていました。

試験が近くなってきたら、試験問題を配布します。勉強のために技能実習生のおしらせホームページもありますので、しっかり勉強して必ず試験に合格してください。勉強は誰の為でもなく自分の為です。試験を軽く見ていると不合格になります。何のために日本に来ているかとよく考えて、自分の初心を忘れないで、一生懸命頑張ってください。日本での楽しい経験があなたを待っています。

★ 勉強のコツ

- ① 文字だけ暗記するはダメ。問題の意味をちゃんと理解しないと、問題文が少し変わったら解答できない。
- ② よく目にする簡単な問題から覚える。次に苦手な問題、最後に難しい問題を覚えよう。
- ③ 勉強仲間を作ろう！互いに励まし、知識を交換できる仲間がいたら勉強が楽しくなるはず。
- ④ 最近では過去問題から出ていない問題も多いようです。ですから、過去問題は全て正解するようにしましょう

Tentang Ujian Perpindahan Keterampilan

Peserta magang teknis tahun pertama (tingkat 1) akan mulai mengikuti ujian evaluasi keterampilan tingkat dasar sekitar setelah 6 bulan.

Peserta magang teknis tahun kedua (tingkat 2) akan mulai mengikuti ujian evaluasi keterampilan tingkat spesialis sekitar setelah 6 bulan di tahun kedua.

Ujian perpindahan keterampilan juga semakin lama semakin sulit. Belakangan ini, jumlah peserta magang tingkat 1 yang tidak lulus ujian dan harus mengikuti ujian ulang semakin meningkat. Jika tidak lulus ujian ulang, maka harus pulang ke negara asal, dan hal ini juga akan merepotkan perusahaan. Ketika waktu ujian sudah dekat, soal-soal ujian akan dibagikan. Untuk belajar, tersedia juga situs informasi bagi peserta magang teknis, jadi belajarlah dengan sungguh-sungguh dan pastikan lulus ujian. Belajar bukan untuk orang lain, tetapi untuk diri sendiri. Jika menganggap remeh ujian, maka akan gagal. Pikirkan kembali tujuan datang ke Jepang, jangan lupakan niat awal, dan berusaha dengan sungguh-sungguh. Pengalaman menyenangkan di Jepang sedang menunggu Anda.

★ Tips Belajar

- ① Menghafal hanya tulisan saja tidak cukup. Harus benar-benar memahami arti soal, karena jika kalimat soal sedikit berubah, Anda tidak akan bisa menjawab.
- ② Mulailah menghafal dari soal-soal yang mudah dan sering muncul. Selanjutnya soal yang sulit bagi Anda, dan terakhir soal yang paling sulit.
- ③ Buatlah teman belajar! Dengan saling menyemangati dan bertukar pengetahuan, belajar akan menjadi lebih menyenangkan.
- ④ Belakangan ini, banyak soal yang tidak keluar dari soal-soal sebelumnya. Oleh karena itu, usahakan semua soal-soal sebelumnya bisa dijawab dengan benar.

★ 夏に対応する

もうすぐ夏に入ります。はじめて日本の夏を味わう実習生がたくさんいるでしょう。以下のことに注意して下さい。

- ① 夏は食べ物が腐りやすいので、食中毒に気をつけてください。期限が切れた物は絶対食べてはいけません。余った食材はラップをして冷蔵庫に入れましょう。
- ② 昨年からどんどん電気料金が上がっています、少しでも節約しましょう。エアコンをつけっぱなしで寝るのはやめてください。風邪をひきやすいし、関節炎にもなりやすいです。
- ③ 熱中症を防ぐため、早めに水分や塩分を補給してください。
- ④ 十分な睡眠をとること、夜遅くまで遊ばないでください。
- ⑤ 夏はあついので、汗をかきやすいです。かならず毎日シャワーを浴びて清潔を保つこと。
- ⑥ 夏は昼の時間が長いです。寝不足は仕事に影響しますので早く寝るように心がけてください。

★ Menghadapi Musim Panas

Sebentar lagi akan memasuki musim panas. Mungkin banyak peserta magang yang pertama kali merasakan musim panas di Jepang.

Harap perhatikan hal-hal berikut:

Pada musim panas makanan lebih mudah basi, jadi harap berhati-hati terhadap keracunan makanan. Jangan pernah memakan makanan yang sudah melewati tanggal kedaluwarsa. Bahan makanan yang tersisa sebaiknya dibungkus plastik dan disimpan di kulkas.

Sejak tahun lalu biaya listrik terus naik, jadi mari hemat sebisa mungkin. Jangan tidur dengan AC menyala terus-menerus. Hal itu membuat mudah masuk angin dan juga mudah menyebabkan nyeri sendi.

Untuk mencegah heatstroke, segera cukupi kebutuhan cairan dan garam tubuh.

Tidurlah yang cukup dan jangan bermain sampai larut malam.

Karena musim panas panas dan mudah berkeringat, pastikan mandi shower setiap hari dan menjaga kebersihan tubuh.

Pada musim panas waktu siang lebih panjang. Kurang tidur akan memengaruhi pekerjaan, jadi usahakan tidur lebih awal.

絶対注意

友人や知人からの「外に出て働けば給料が2倍になる」という誘いに、絶対に乗らないでください

1. 「給料2倍」はほとんど嘘です。外での仕事は**不法就労（無許可）です。
雇用主はあなたが不法状態であることを知っているため、次のようなことが起こります：
 - 約束より低い給料しか払われない
 - 給料を一部しか払われない、または全く支払われない
 - 👉 自分も法律違反の状態のため、訴えることはほぼできません。
 2. 逮捕されるリスクが非常に高い。これは 出入国管理及び難民認定法 に違反します。
発覚した場合： 逮捕される、強制送還される、数年間、日本に再入国できなくなる
 3. 「隠れて生きる」生活になる。病院に行くこともできない
昼間に外出するのも怖い
常に在留カードの確認を恐れる
- 👉 精神的なストレスが非常に大きくなります。
 - 💡 現在の仕事に問題がある場合： 監理団体に相談する
 - 👉 在留資格を守ることが、自分を守る一番の方法です。

Perhatian Keras

1. Jangan pernah tergoda ajakan dari teman atau kenalan yang mengatakan:
“Kalau keluar dan kerja di luar, gajinya bisa 2 kali lipat.” “Gaji 2 kali lipat” kebanyakan adalah bohong.
Pekerjaan di luar tersebut merupakan pekerjaan ilegal (tanpa izin).
Karena pemberi kerja tahu bahwa status kalian ilegal, hal-hal berikut bisa terjadi:
 - Gaji dibayar lebih rendah dari yang dijanjikan.
 - Gaji hanya dibayar sebagian, atau bahkan tidak dibayar sama sekali.
 - 👉 Karena diri sendiri juga dalam kondisi melanggar hukum, hampir tidak bisa menuntut atau melapor.
 2. Risiko ditangkap sangat tinggi. Hal tersebut melanggar Undang-Undang Imigrasi dan Pengakuan Pengungsi Jepang.
Hal tersebut melanggar Undang-Undang Imigrasi dan Pengakuan Pengungsi Jepang.
Jika ketahuan: Akan ditangkap, dideportasi, tidak bisa masuk Jepang lagi selama beberapa tahun.
 3. Akan menjalani hidup dengan “bersembunyi”. Tidak bisa pergi ke rumah sakit dan takut keluar siang hari, selalu takut diperiksa zairyu card
- 👉 Tekanan mental akan menjadi sangat besar.
 - 💡 Jika ada masalah dengan pekerjaan saat ini: Silakan konsultasi dengan kumiai / lembaga pengawas.
 - 👉 Menjaga status izin tinggal adalah cara terbaik untuk melindungi diri sendiri.