

生活基礎篇/Ⅱ.生活/1.住房

●租屋（一戶建・公寓）●

租借一戶建或公寓等時，通常會先去不動產（房地產交易商）公司。您的工作單位或大學有時也會為您提供有關租房的各種資訊。透過車站或超市裡的免費傳單，也可以獲得租房的相關資訊。

●與不動產（房地產交易商）簽訂房屋租約時所需的資料●

①出示身分證明	攜帶在留卡或護照等證件。
②簽房屋租約並蓋章（印章）	在仲介公司製作的房屋租賃合約上簽名並蓋章（關於印章的詳細介紹請參考第 17 頁。也有只要求簽名的仲介公司。
③保證人	當你無法支付房租時，代替你付款的人。必須是日本人。最近用「房租債務保證制度」做擔保的人越來越多。
④押金	暫時存放在房東處，如拖欠房租時用來抵付的保證金。通常的押金相當於 2～3 個月的房租。如果在搬家時已付清房租，那麼這筆押金會退還給您。若房間內有物品損壞或弄髒，將會從押金中扣除這部分的修繕費用。
⑤禮金	向房東支付的費用。大約相當於一個月的房租，不會退還。也有不用付禮金的租屋。
⑥仲介手續費	支付給不動產公司的手續費。根據日本宅建業法（宅地建築交易業法），收取上限為 1 個月的房租。
⑦房租	租借房屋（一戶建或公寓）時每個月需繳交的租金。通常在每個月末預交下個月的房租。
⑧管理費 (公共支出費)	用以維持和管理電梯、走廊等和其他入住者共享的公共部分的費用。一般是和房租一起每個月支付。
⑨損害保險費	為了防備火災、房屋漏水等事故的發生，租屋者在入住期間需要加入房屋損壞保險。加入時請記得確認保險的賠償內容。

●更新租賃合約●

租賃一戶建或公寓，合約一般為兩年一簽。更新時有時需要向不動產公司支付更新手續費。

●解約●

解約時，根據房屋租賃合約內容，提前（通常在一個月前）通知房東或是不動產公司。如果不通知就搬走或接近搬家才通知時，須支付違約金。另外，搬家時請將水電瓦斯費付清。房間裡不要遺留您自己購買的家具或其他物品，並將房間打掃到和剛入住時一樣的整潔狀況後，再將房屋的鑰匙還給房東。即使您已打掃乾淨，因專業清潔業者仍需進行房間清掃，有時需要另外支付清潔費。

※ 確定住處後，請到區公所辦手續。詳細請參考第 8 頁。

●公營住宅●

公營住宅是為住房有困難的人提供的住宅。

與民營的住宅相比，支付比較便宜的費用即可入住。但要符合一定的條件才能申請入住。詳情請參考宮城縣或仙台市的主頁。

仙台市建設公社募集課	TEL：022-214-3604	申請入住市營住宅 (一年四次: 6 月、9 月、12 月、3 月) 徵募單親家庭和育兒家庭、及多子家庭入住，有時也會在規定的四次以外的時期募集入住者。 接受市營住宅的各種諮詢
宮城縣住宅供給公社 人居管理課 人居管理班	TEL：022-224-0014	申請入住縣營住宅 (一年四次: 6 月、9 月、12 月、3 月) 接受有關縣營住宅的各種諮詢

* 市營住宅人居募集的多種語言指南 *

SenTIA 國際化事業部網頁

*** 仙台多文化共生中心 口譯支援電話 (TEL：022-224-1919) ***

生活基礎篇/ II.生活/ 2.水・電・瓦斯

開始使用水、電和瓦斯時、以及使用停止時需要申請。

	水	電	瓦斯
聯繫窗口	仙台市水道局 電話服務中心	民間各私人公司	・仙台市瓦斯局 ・民間私人公司 （液化石油氣）
使用申請	搬遷住址確定後，請盡快申請。		
申請方法	請致電服務中心。	請撥打各公司的服務電話，或在網路上申請。	請致電瓦斯公司讓其安排安裝人員前來開通瓦斯。開通時，您本人必須在家。
支付時間	2 個月一次	1 個月一次	1 個月一次
支付方式	使用水、電、瓦斯需支付費用。請選用下列任一方法支付。 ① 收到寄來的付費單後到銀行窗口或便利商店去支付。 ② 透過銀行或郵局的帳戶自動支付。※需要事前申請。(辦理銀行帳戶時，請參考第 16 頁) ③ 用信用卡支付。※需要事前申請。		
搬出時辦理 停用手續	搬家（包括回國）時，停止使用水、電、瓦斯需聯絡相關部門。請在大約 5 天前，打電話通知各相關部門。		
備註	自來水可以直接飲用	仙台市供電的家庭電壓為 100V，電頻為 50Hz。	瓦斯分為都市瓦斯和液化 石油氣兩種。請使用和瓦 斯種類相對應的瓦斯爐。

【自來水】仙台市水道局服務中心

TEL：022-748-1111（受理時間：平日 8:30-19:00、週六 8:30-17:00）

https://www.suidou.city.sendai.jp/nx_html/06-madoguchi/06-301.html

【電】請諮詢您所使用的電力公司。

【瓦斯】您所居住的一戶建・公寓大樓不同，聯絡的單位也不同。

都市瓦斯 (仙台市瓦斯局)	搬家專用電話 TEL：0800-800-8978,或 022-256-2111 https://www.gas.city.sendai.jp/ （日、英、中、韓）
液化石油氣	請向房東或房地產公司諮詢各瓦斯公司的電話。

生活基礎篇/ II.生活/ 3.電話

仙台市的電話區號為 022。用手機撥打固定電話時需加上區號。

●購買手機・SIM 卡●

可在手機公司的銷售店或電器店購買。

【購買時所需的資料（因通訊公司而異）】

身分證明，記載有您在日本住址的資料及銀行存摺帳號（關於開設銀行帳戶請參照第 16 頁）等

●使用公共電話●

在日本使用公用電話時，可投 10 日圓、100 日圓的硬幣或使用電話卡。如果使用 100 日圓硬幣時，不退零錢。

●撥打國際電話●

電話公司的識別代號(0033 或 001)+010+對方國家國際區號+對方的地方區號+電話號碼

生活基礎篇/ II.生活/ 4.網絡

●想在家用電腦上網時●

可在電器行向網路服務公司申請，也可線上申請。

因為網路服務公司數量眾多，費用各不相同，提供的各種配套服務也不盡相同。

※ 在電器行申請時，需要身分證明（在留卡等），也可能需要確認您所居住的住宅的網路連線狀況。

詳情請參考：日本郵政網頁 <https://www.post.japanpost.jp/index.html>

每日 8:00-21:00

生活基礎篇/Ⅱ.生活/6.錢款

●開設銀行帳戶●

領取薪水時，需要銀行的帳戶。直接去銀行辦理，有的銀行也可以在智慧型手機上用專用軟體開帳戶。請於各銀行的網頁確認。

※ 銀行的窗口只能用日文。請和會日文的人一起去辦理。另外，依銀行不同，有的需要事前預約，有的銀行辦理手續需要時間。

【需要的東西】

・本人身分證明（在留卡等）

※ 在銀行開帳戶時，除了外交官和特別永住者以及沒有在留卡的人之外，都要求出示在留卡。若申請日距在留期滿日不到三個月，則無法開戶，請在更新完居留期間之後再申請開戶。

若居留資格為“留學”“技能實習”，除在留卡外開戶時請同時攜帶學生證或工作證。

・印章（如果是外國人，有的銀行只要求簽名）

●解約銀行帳戶●

當您回國時、或搬到國外時，需要到銀行註銷銀行帳戶。

【需要的東西】

・銀行卡（有存摺時也帶上）、印章（可簽名代替的銀行則無需攜帶）、本人身份證明（在留卡）等

※ 把銀行帳戶出售、出借或轉讓給他人是違法犯罪行為。為避免被捲入犯罪事件，請務必在回國前註銷您的帳戶。

※ 如果因居留期間的延長或居留資格的變更等換成新的在留卡時，請向銀行窗口提示更新後的在留卡。若未進行更新，可能會無法使用帳戶。

●關於 ATM●

ATM 是用來提取存入銀行現金的提款機。若使用所持帳戶銀行的 ATM 的話，通常從早上 9 點至晚上 6 點的時間段內無需支付手續費。除此之外的時段或假日則需要支付手續費。便利商店等處也設置有 ATM。

生活基礎篇/Ⅱ.生活/ 7.印章

●購買印章●

在日本常用印章代替簽名。印章上刻有自己的姓和名。您可以去印章專門店刻製印章。

●印章登記●

購買汽車或簽約一些合約時，您必須事先在區公所辦理印章登記。只有進行過居民登記並滿 15 歲的居民，可以辦理印章登記。一個人僅限登記一個印章。只可登記刻有居民登記時登記的本人姓名的印章。詳情請洽詢各區公所。

生活基礎篇/Ⅱ.生活/ 8.垃圾

●丟生活垃圾●

依垃圾種類不同，收集日（丟垃圾日）也不同。請在各收集日的早上 8 點半之前，將垃圾放到指定的垃圾收集處（丟垃圾的地方）。家庭垃圾及塑膠製品及容器包裝垃圾請裝入指定的垃圾袋（指定袋）後丟出。指定袋在超市或便利商店等店均有販售。

生活垃圾

請將廚餘及居家生活中所產生的各種垃圾，裝入綠色的指定垃圾袋。

丟垃圾時請繫好袋口，以免袋中的垃圾掉出。



塑膠資源

請將 100% 塑膠材料垃圾

裝入紅色的垃圾袋裡。

丟垃圾時請繫好袋口

以免袋中的垃圾掉出。



金屬罐、玻璃瓶、塑膠瓶等

請直接放入垃圾收集處的黃色塑膠回收箱。乾電池、行動電源和水銀體溫計需裝入透明塑膠袋後，再放入黃色塑膠箱內。



紙類

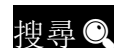
請按報紙・傳單、紙箱、紙盒、雜誌・雜紙 4 種分類後，再用繩子捆好(雜誌和雜紙也可以放入塑膠袋或紙箱內)，然後放到指定的地方。



詳情請參考：SenTIA 國際化事業部網頁

若需要仙台市發行的「資源與垃圾的分類與丟棄方法」手冊，可到市政府、區公所或仙台多文化共生中心領取。此外，在影片網站 YouTube 也可觀看有關丟垃圾方法的影片。

仙台 處理垃圾的方法 影片



●處理大型垃圾●

桌子、衣櫃等最長部分的長度超過 30 公分的廢棄物，被視為大件垃圾。丟大件垃圾要付費。如果不向大型垃圾處理中心進行申請，則不能隨便丟棄大件垃圾。

【申請處理大型垃圾的手續】

① 可用日文撥打大型垃圾處理中心的電話（TEL：022-716-5301）。

受理時間：平日 9:00-17:00（國定假日、假日也受理）

※ 大件垃圾的回收有規定的日子。請提前申請。

告知工作人員丟何種物品及尺寸大小，工作人員會告訴你受理號碼、需繳交的金額、丟垃圾的指定日期。

② 購買手續費繳票。

去便利商店，根據大件垃圾處理中心的工作人員告訴你的金額，購買相應的手續費繳票。在繳納票上寫上你的受理號碼，貼在大型垃圾比較容易看見的位置。

③ 在指定收集日的當天早上 8 點半之前，放在工作人員告知您的指定地點。

※ 也有些大型垃圾可在網路上申請進行廢棄處理。（僅使用日文）

<https://www.sendai-sodai.jp/eco/view/sendai/top.html>

※ 大型垃圾排放方法錄影『Guide on How to Dispose of Bulky Waste In Sendai City』

（僅英文版）<https://www.youtube.com/watch?v=jWKQGHq5IRI>

*** 下列物品，仙台市不進行回收。請您與購買的商店商量如何處理。**

冷氣・電視・冰箱・冷凍櫃・洗衣機・衣物烘乾機・電腦・輪胎・汽油・滅火器・液化氣罐・
廢油(燈油)・火藥類・烈性藥品・毒物・農藥・塗料・大型保險箱・鋼琴・大型電池・
摩托車(排氣量超過 50cc 以上)・汽車

打電話給大件垃圾受理中心需要用日語提供協助時，或是不知怎麼丟垃圾時，可以諮詢仙台多文化共生中心(TEL：022-224-1919 E-mail：tabunka@senta-sendai.jp)。

生活基礎篇/Ⅱ.生活/9.電視・廣播

●電視●

如果您安裝了電視，要和 NHK 放送簽約收視合約，還須支付收視費。收視費依合約內容各不相同。詳情請洽 NHK。

NHK 免費電話 TEL：0120-151515

營業時間：包括週末及假日在內，每天 9:00-18:00（年末年初除外）

NHK 收費窗口 <https://www.nhk-cs.jp/>（此頁面可選擇日語或英語）

●收聽外語廣播節目● ※（ ）裡面的數位表示調頻

多種語言廣播(生活資訊)	ラジオ3 (76.2)、fm 泉 (79.7)、 エフエムたいはく (78.9)、エフエムなとり (80.1) 詳情請見： SenTIA 國際化事業部網頁	FM
Global Talk（防災資訊）	Date fm(エフエム仙台)(77.1) https://datefm.jp/bousai/	FM

●上網收看/收聽國際節目●

NHK 國際放送是向海外播放日本新聞和相關話題的 24 小時節目。在日本國內也可收聽。

NHK WORLD JAPAN 電視 24 小時播放英語節目。

NHK WORLD JAPAN 廣播用 17 種語言進行廣播的電台。

網站及 APP 上，以共 19 種的語言提供廣播內容。

詳情請參考 NHK 的網頁 NHK WORLD <https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>

生活基礎篇/Ⅱ.生活/10. 派出所

派出所由輪班或日間值勤的警察負責勤務，處理各種犯罪和糾紛，並為保護居民安全進行巡邏。遭遇犯罪或是遺失東西時，可以找警察商量。請事先確認自家最近的派出所的位置。

生活基礎篇/Ⅱ.生活/ 11. 町內會

住在同一地區的居民，為了互相幫助、增進感情及開展各種自發性活動的組織被稱為「町內會」。
入會可加深鄰裡間的交流（會費因町內會不同有所差異，此費用是用於美化您所居住的區域內的環境、舉行防災訓練以及舉辦以增進鄰里和睦為目的等各種活動）。

入會之後，可以取得下列資訊。

- ① 可收到由仙台市，或宮城縣刊發的宣傳冊（「市政資訊」・「縣政資訊」）
- ② 可以收到町內會主辦的各種活動訊息

生活基礎篇/Ⅱ.生活/ 12.稅金・年金（退休金）・福祉

●關於稅金●

在日本居住的所有人，不分國籍，都必須繳稅。稅金有多種類型。

（例）所得稅、居民稅（市縣民稅）、消費稅（含地方消費稅）、小型汽車稅、汽車稅等。

●關於回國時的市縣民稅的繳納●

市縣民稅是當年 1 月 1 日時居民所居住的市町村向居民徵收的稅種，根據前一年（1 月 1 日～12 月 31 日）的收入所得實施徵收，即使中途搬家或是回國也必須繳納。

※ 一年的收入在一定金額以下時不需繳納市縣民稅。回國時，請委託稅務管理人代理繳納，或者在回國前提前定好繳納方法按時繳稅。

●關於年金（退休金）●

如果您的年齡在 20 歲至 60 歲之間居住在日本的話，有必要加入公共年金。公共年金有兩種。詳情請洽詢各區的保險年金課或地區的年金事務所。

・厚生年金

若您就職受僱，本公司將代辦加入厚生年金的手續。您的保險費將從薪水中扣除。

・國民年金

如果您沒有加入厚生年金，則需要加入國民年金。

※ 拖欠保險費的話，有可能不能更新在留資格。

※ 一次退還金

如果您繳了 6 個月以上的保險費，但是在還沒領到年金就回國時，可以領取這份退還金。請付款單可於回國前在地方的年金事務所領取，也可以從日本年金機關的主頁下載，回國 2 年內都可以透過郵寄申請。詳情請參閱日本年金機關的主頁。

短期在留外國人一次退還金（英、中、韓、越、葡萄牙、西班牙及其他 8 種語言）

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html>

（此頁面可選擇多種語言）

●福祉服務●

為身障人士・智力障礙者・精神障礙者・重病患者提供的身障者保健福祉服務以及為高齡老人提供高齡者保健福祉服務。詳情請洽全區的身障高齡課。

*** 仙台多文化共生中心 口譯支援電話（TEL：022-224-1919） ***

生活基礎篇/ Ⅲ.健康管理/ 1.健康檢查

居住在仙台的市民，都可以接受仙台市進行的健康檢查。

詳情請參考：SenTIA 國際化事業部網頁

生活基礎篇/ Ⅲ.健康管理/ 2.醫院

日本的醫院分為設施完備的大醫院（綜合醫院）和平常就診的診所或小醫院。身體不適時，請先去離您最近的診所或小醫院。

※ 有些綜合醫院，沒有介紹信不能就診。

●去診所或醫院●

① 先打電話給診所或醫院（必要時預約）。

② 攜帶健康保險證（※）去診所或醫院。把健康保險證交給掛號櫃台。

※ 即使加入了保險，如果沒有攜帶健康保險證，須支付全額醫療費。

※ 初次在該醫療機構就診或是每月第一次就診時，需出示健康保險證。

※ 自令和 7 年(2025 年)12 月 2 日起，健康保險證已更換為個人編號保險證或是資格確認書。有關個人編號保險證/資格確認書的詳細資訊，請見以下的說明。