

Sổ tiện ích

Cuộc sống ở Sendai

【Tiếng Việt】

LỜI MỞ ĐẦU

Chào mừng các bạn đến với “thành phố xanh” SENDAI .

Từ nay các bạn sẽ bắt đầu cuộc sống mới ở Sendai. Chắc hẳn việc bắt đầu cuộc sống mới trong một nền văn hóa khác sẽ có nhiều điều không hiểu, hay những điều khiến các bạn bất an, lo lắng.

Thành phố Sendai tạo ra cuốn sách này với mong muốn giúp đỡ cho cuộc sống của các bạn ở Sendai.

Xin được gửi lời cảm ơn đến từng thành viên đã giúp đỡ chúng tôi hoàn thành cuốn sách này.

Ngoài ra, để cho sách ngày càng được hoàn thiện và mang tính thực tiễn, chúng tôi rất mong muốn nhận được những ý kiến đóng góp từ phía các bạn.

Chúc các bạn có một cuộc sống mới thật thoải mái tại thành phố Sendai.

THÀNH PHỐ SENDAI

MỤC LỤC

■ CÁCH SỬ DỤNG CUỐN SÁCH NÀY	1
■ ỦY BAN THÀNH PHỐ, ỦY BAN QUẬN	2
■ KHẨN CẤP	3
Tai nạn, vụ án	3
Bệnh nguy cấp, hỏa hoạn	3
Khi có bệnh nguy cấp hoặc bị thương vào buổi đêm hoặc ngày nghỉ.	3
■ ĐỘNG ĐẤT	4
Những việc có thể chuẩn bị trước khi có động đất	4
Trường hợp xảy ra động đất	5
Khi ngừng rung lắc	6
■ BÃO-MƯA LỚN	6
Những việc có thể chuẩn bị trước khi có bão, mưa lớn	7
Trung tâm hỗ trợ thiên tai đa ngôn ngữ thành phố Sendai	7
■ SINH HOẠT CƠ BẢN	8
I. THỦ TỤC CƯ TRÚ	8
Đăng ký cư trú sau khi đã quyết định địa chỉ	8
Chuyển nhà	8
Khi làm công việc ngoài tư cách lưu trú hiện tại	8
Rời khỏi Nhật sau đó muốn tái nhập cảnh	9
Khi làm mất, bị lấy trộm thẻ lưu trú	10
Chế độ mã số cá nhân (Chế độ bảo hiểm xã hội, mã số thuế)	11
II. SINH HOẠT	12
1. Nhà ở	12
Thuê nhà, apartment	12
Những giấy tờ cần thiết khi ký hợp đồng với công ty bất động sản	12
Gia hạn hợp đồng	12
Hủy hợp đồng	12
Nhà ở công doanh là gì?	13
2. Nước • Điện • Ga	14
3. Điện thoại	15
Mua điện thoại, thẻ sim	15
Sử dụng điện thoại công cộng	15

Gọi điện thoại quốc tế.....	15
4. Internet	15
Muốn sử dụng internet bằng máy tính tại nhà.....	15
5. Bưu điện	16
Khi trong hòm thư có “Phiếu liên lạc khi vắng nhà” (不在等連絡票) ^{ふざいとうれんらくひょう}	16
6. Tiền	17
Tạo tài khoản ngân hàng.....	17
Hủy tài khoản ngân hàng.....	17
Thông tin về ATM.....	17
7. Con dấu	18
Mua con dấu.....	18
Đăng ký con dấu.....	18
8. Rác	18
Vứt rác sinh hoạt.....	18
Vứt rác kích cỡ lớn.....	19
9. Tivi • Radio	20
Tivi.....	20
Nghe radio tiếng nước ngoài.....	20
Xem, nghe các chương trình phát sóng quốc tế bằng internet.....	20
10. Đồn cảnh sát	20
11. Tổ dân phố	21
12. Thuế • Lương hưu • Phúc lợi	21
Thuế.....	21
Về việc đóng thuế cư trú khi về nước.....	21
Lương hưu.....	21
Các dịch vụ phúc lợi.....	22
III. QUẢN LÝ SỨC KHỎE	23
1. Kiểm tra sức khỏe	23
2. Bệnh viện	23
Khi đi đến phòng khám/bệnh viện.....	23
Về thẻ bảo hiểm My Number hoặc giấy xác nhận tư cách/ thẻ bảo hiểm y tế	24
IV. TRẺ EM	24
1. Mang thai • Sinh con • Trẻ sơ sinh	24

Khi mang thai	24
Khoản trợ cấp một lần cho việc sinh con và nuôi con	24
Chế độ hộ sinh	24
Sau khi em bé chào đời	25
Khi trẻ bị bệnh	25
Khám sức khỏe cho trẻ sơ sinh	25
2. Trẻ nhỏ	25
Tiêm phòng của trẻ em	25
Trợ cấp nhi đồng	26
Khi muốn gửi trẻ ở nhà giữ trẻ	26
Nhà trẻ được chứng nhận	26
Cơ sở nuôi dạy trẻ ngoài chứng nhận	27
Khi muốn cho trẻ đến trường mẫu giáo	27
Khi muốn gửi/cho trẻ đến trường mẫu giáo được chứng nhận	27
Khi muốn gửi trẻ tới nhà trẻ địa phương	27
Nơi bố mẹ cùng chơi với trẻ (nobisuku)	27
Khi muốn cho trẻ tới trung tâm nhi đồng/tòa nhi đồng	28
3. Trường học	28
Cho trẻ đi học tại các trường tiểu, trung học của thành phố Sendai	28
Các hoạt động hỗ trợ trẻ em và cha mẹ người nước ngoài mà tiếng Nhật không phải tiếng mẹ đẻ	29
Các trường dành cho người nước ngoài ở Sendai	29
V. GIAO THÔNG	30
1. Các phương tiện giao thông công cộng	30
Xe buýt	30
Tàu điện ngầm	31
Mua vé lượt cho từng chuyến tàu điện ngầm	31
Mua thẻ icasca	32
Mua vé tàu 1 ngày	32
Vé tháng	32
Đi tàu điện JR	32
Đi xe buýt đường dài	32
Đi Taxi	32

2. Ô tô • Xe máy • Xe đạp	33
Khi lái ô tô, xe máy ở Nhật	33
Đổi bằng lái xe nước ngoài sang bằng Nhật	33
Đăng ký ô tô, xe máy	34
Đăng ký bảo hiểm	34
Đi xe đạp	34
Hãy tuân thủ luật lệ giao thông của Nhật Bản	34

VI. VIỆC LÀM	37
---------------------	----

■ CÁC THÔNG TIN KHÁC	38
Học tiếng Nhật	38
Kỳ thi năng lực tiếng Nhật	38
Học bổng dành cho du học sinh tại Nhật	38
Thu thập thông tin	39
Địa chỉ liên lạc của ủy ban tỉnh, thành phố, quận	42
Các cơ sở công cộng ở thành phố Sendai	42

Phụ lục: Bảng hội thoại chỉ tay, Bản đồ chỉ đường quanh khu vực Sendai.

CÁCH SỬ DỤNG SÁCH

Sách này được viết dành cho đối tượng chủ yếu là các bạn bắt đầu sống ở Sendai chưa đủ 3 tháng.

Những thông tin chi tiết hơn hay các thông tin không có ghi trong sách được đăng tại trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của tổ chức pháp nhân công ích hiệp hội du lịch quốc tế Sendai (SenTIA: Sendai Tourism, Convention and International Association). Bạn hãy tham khảo nhé.

Trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của tổ chức pháp nhân công ích hiệp hội du lịch quốc tế Sendai (SenTIA)



Tiếng Nhật sử dụng trong sách này được viết bằng tiếng Nhật đơn giản dành cho người nước ngoài

Lưu ý 1) Ký hiệu của từng ngôn ngữ: Tiếng Nhật→Nhật, Tiếng Anh→Anh, Tiếng Trung Quốc→Trung, Tiếng Hàn Quốc→Hàn, Ngoài các ngôn ngữ ghi phía trên, các ngôn ngữ khác được ghi tương tự, ví dụ: Tiếng Việt→Việt.

Lưu ý 2) Các số liệu như các phí dịch vụ công cộng ghi trên sách này có trường hợp sẽ có thay đổi.

Trung tâm đa văn hóa Sendai (Mở cửa 9:00-17:00 mỗi ngày, trừ những ngày nghỉ tết và 1 đến 2 ngày đóng cửa trong tháng)

Chúng tôi sẵn sàng trao đổi, tư vấn về cuộc sống của người cư trú người ngoại quốc hay những trao đổi liên quan đến vấn đề phát triển cộng đồng cộng sinh đa văn hóa. Chúng tôi tổ chức cung cấp các thông tin giúp ích cho cuộc sống ở Sendai bằng nhiều ngôn ngữ. Ngoài ra, chúng tôi cũng cung cấp các thông tin về lớp học tiếng Nhật cho các bạn có mong muốn học tiếng Nhật.

Nhân viên tư vấn hỗ trợ trực tiếp bằng tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Việt, tiếng Nepal **TEL: 022-265-2471 E-mail: tabunka@sentia-sendai.jp**

Dịch vụ hỗ trợ phiên dịch qua gọi điện thoại và video call bằng các ngôn ngữ sau.

Nếu các bạn muốn nói chuyện bằng tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Việt, tiếng Nepal, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Thái, Tiếng Nga, tiếng Indonesia, tiếng Tagalog, tiếng Italia, tiếng Pháp, tiếng Đức, tiếng Mã Lai, tiếng Khmer, tiếng Myanmar, tiếng Mông Cổ,

tiếng Sinhala, tiếng Hindi, tiếng Bengali, tiếng Urdu, tiếng Ukraina .v.v.

Hãy gọi đến **điện thoại hỗ trợ thông dịch (TEL: 022-224-1919)**.

Buổi tư vấn chuyên môn dành cho người nước ngoài được tổ chức định kỳ. Có thể trao đổi, nhận tư vấn từ Hội chuyên viên hành chính tỉnh

Miyagi, Hội luật sư Sendai, Cục quản lý lưu trú xuất nhập cảnh Sendai, Cục lao động Miyagi, Hội chuyên viên thuế Tohoku, Trung tâm hỗ trợ Khởi nghiệp thành phố Sendai ASSISTA. Tư vấn miễn phí. Cần đặt lịch hẹn trước.



Điện thoại hỗ trợ thông dịch (trang chủ)



Buổi tư vấn chuyên môn (trang chủ)

Thắc mắc về các thủ tục tại ủy ban thành phố-ủy ban quận

Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào về các thủ tục tại ủy ban thành phố hoặc ủy ban quận, hãy sử dụng "Đường dây trợ giúp Mori-no-miyako" của Trung tâm Tổng đài tổng hợp Thành phố Sendai. Ngoài tiếng Nhật, có hỗ trợ với 5 ngôn ngữ khác.

"Đường dây trợ giúp Mori-no-miyako" của Trung tâm Tổng đài tổng hợp Thành phố Sendai TEL: 022-398-4894	
Thời gian tiếp nhận	Quanh năm không nghỉ bắt đầu từ 8:00-20:00 (Thứ bảy, chủ nhật, ngày nghỉ lễ và từ ngày 29 tháng 12~ngày 3 tháng 1: 8:00-17:00)
Ngôn ngữ hỗ trợ	Tiếng Nhật, Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Hàn, Tiếng Việt, Tiếng Nepal. ※ Ngoài Tiếng Nhật, các ngôn ngữ khác sẽ sử dụng cuộc gọi 3 chiều.

●Hãy liên lạc với chúng tôi trong các trường hợp như dưới đây●

(1) Khi muốn biết về các thủ tục tại ủy ban thành phố-ủy ban quận.v.v.

Chúng tôi sẽ giải đáp về việc cần đi đâu, làm những thủ tục gì, và những vật dụng cần mang theo khi làm thủ tục.v.v.

Ví dụ • Khi thay đổi địa chỉ

- Khi em bé chào đời
- Thủ tục về bảo hiểm y tế quốc dân
- Thủ tục về thẻ mã số cá nhân (マイナンバーカード).v.v.



Xin vui lòng
gọi cho chúng
tôi !

(2) Khi muốn biết về cách vứt rác

Chúng tôi sẽ giải đáp về các quy định khi vứt rác như ngày đổ rác và cách phân loại Rác.v.v.

Ví dụ • Thời gian vứt rác

- Cách phân loại rác giấy (Tạp chí, bìa cứng.v.v.)
- Cách vứt lon, lọ, chai nhựa, pin khô

(3) Khi bạn không biết nên hỏi ở đâu

Nếu bạn không biết nên hỏi bộ phận nào của ủy ban thành phố và ủy ban quận, hãy hỏi Trung tâm Tổng đài.

- ※ Trong trường hợp Trung tâm Tổng đài không thể trả lời bạn, có thể sẽ yêu cầu bạn liên hệ với những nơi như Trung tâm Đa văn hóa Sendai.v.v.
- ※ Tại các văn phòng quận và chi nhánh tổng hợp có hỗ trợ phiên dịch đa ngôn ngữ bằng video. Ngôn ngữ hỗ trợ: tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Việt, tiếng Nepal, tiếng Ukraina, tiếng Nga, và 10 ngôn ngữ khác.
- ※ Trang web của thành phố Sendai có chức năng dịch tự động.
Hãy chọn ngôn ngữ bằng cách nhấp vào mục "Foreign Language" ở góc phải trên của trang.

KHẨN CẤP ※ Chỉ dùng số dưới đây để liên lạc trong trường hợp khẩn cấp, không tiếp nhận hỏi đáp hay tư vấn

Cảnh sát: 110 (Tai nạn, Vụ án)

Cấp cứu, cứu hỏa: 119 (Bệnh nguy cấp Hòa loạn) (Hỗ trợ bằng 17 ngôn ngữ ※)

※ Tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Thái, tiếng Việt, tiếng Indonesia, tiếng Tagalog, tiếng Nepal, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Pháp, tiếng Đức, tiếng Italia, Tiếng Nga, tiếng Mã Lai, tiếng Myanmar, tiếng Khmer.

● Gọi xe cấp cứu hoặc điện thoại tư vấn khi phân vân 「điện thoại tư vấn cấp cứu người lớn」
#7119 hoặc TEL: 022-706-7119 (chỉ có tiếng Nhật)

24 giờ 365 ngày.

● Điện thoại tư vấn khi trẻ em bị bệnh nguy cấp hay bị thương vào ban đêm 「Cuộc gọi yên tâm cho trẻ em tỉnh Miyagi vào ban đêm」

#8000 hoặc TEL: 022-212-9390 (chỉ có tiếng Nhật) hàng ngày 19:00-8:00 hôm sau

● Khi bị bệnh nguy cấp hoặc bị thương vào ban đêm hay ngày nghỉ, các bệnh viện (cơ sở y tế) dưới đây có hoạt động.

Trung tâm khám bệnh khẩn cấp thành phố Sendai 64-12 Funacho, Wakabayashi-ku TEL: 022-266-6561	Khoa nội	Ngày thường	19:15-7:00 hôm sau
		Thứ 7	14:45-7:00 hôm sau
		Chủ nhật- Ngày lễ	9:45-12:00 13:15-17:00 18:00-7:00 hôm sau
	Khoa ngoại	Ngày thường	19:15-23:00
		Thứ 7	14:45-23:00
		Chủ nhật- Ngày lễ	9:45-12:00 13:15-17:00 18:00-23:00
Phòng khám bệnh khẩn cấp khu vực phía Bắc, thành phố Sendai Tầng 2, 1-1-2 Tsutsumimachi, Aoba-ku TEL: 022-301-6611	Khoa nội, Khoa ngoại	Chủ nhật- Ngày lễ	9:45-12:00 13:15-17:00
		Ngày thường	19:15-23:00
		Thứ 7	14:45-23:00
		Chủ nhật- Ngày lễ	9:45-12:00 13:15-17:00 18:00-23:00
		Ngày thường	19:15-23:00
		Thứ 7	14:45-23:00

Phòng khám bệnh khẩn cấp cho trẻ em vào ban đêm và ngày nghỉ, thành phố Sendai Tầng 1, 1-1-1 Asuto Nagamachi, Taihaku-ku TEL: 022-247-7035	Khoa nhi (các bệnh nội khoa)	Ngày thường	19:15-7:00 hôm sau
		Thứ 7	14:45-7:00 hôm sau
		Chủ nhật- Ngày lễ	9:45-12:00 13:15-17:00 18:00-7:00 hôm sau
Dịch vụ khám tại nhà • khám cho người khuyết tật • khám vào ngày nghỉ và ban đêm của hội nha sĩ Sendai Wakabayashi-ku, Arai 6-12-4 TEL: 022-261-7345	Nha khoa	Thứ 7	18:00-21:30
		Chủ nhật- Ngày lễ	10:00-11:30 13:00-15:30 18:00-21:30

※ Tại các bệnh viện (cơ sở y tế) cũng có chế độ trực vào ngày nghỉ để khám bệnh khẩn cấp cho bệnh nhân (khám bệnh ngày nghỉ). Thời gian khám bệnh: 9:00-16:00.
Thông tin chi tiết tại: Trang chủ thành phố Sendai

[Nhà](#)>[Thông tin cuộc sống](#)>[An toàn và an ninh trong cuộc sống hằng ngày](#)>[Bác sĩ cấp cứu và kì nghỉ làm nhiệm vụ](#)

ĐỘNG ĐẤT

Động đất có thể xảy ra bất cứ lúc nào. Để chuẩn bị cho khi động đất xảy ra xin hãy nhớ những điều sau.

●Những việc có thể chuẩn bị trước khi có động đất●

(1) Tưởng tượng thử

Nếu như bây giờ động đất xảy ra bạn sẽ làm gì? Hãy vừa tưởng tượng các tình huống lúc đó và thử thảo luận cùng với gia đình và bạn bè.

(2) Bảo đảm an toàn trong nhà

Các đồ nội thất hay tivi dễ bị đổ hay không? Đèn trần nên sử dụng loại nhẹ sẽ an toàn hơn. Hãy chuẩn bị sẵn dép, radio và đèn pin ở bên cạnh giường ngủ.

(3) Kiểm tra trước xung quanh nhà, tìm trước địa điểm an toàn

Hãy tìm trước các địa điểm an toàn ở gần nhà có diện tích rộng, không có vật tử trên cao rơi xuống. Nếu ở gần biển thì cần kiểm tra trước địa điểm cao và an toàn có thể chạy khỏi sóng thần.

(4) Xác nhận các địa điểm lánh nạn

Các trường tiểu học, trung học của thành phố được chỉ định là các địa điểm lánh nạn.

Danh sách các điểm lánh nạn → Trang chủ Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA [Trang chủ](#)>[Thông tin tiếng nước ngoài](#)>[Phòng chống thiên tai](#)>[Danh sách nơi lánh nạn](#)
(Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal)

(5) Thống nhất trước với bạn bè và gia đình về phương thức liên lạc

Sau khi xảy ra động đất có 1 khoảng thời gian sẽ khó khăn trong việc liên lạc qua điện thoại di động. Nên thống nhất trước với gia đình và người thân về cách liên lạc với nhau và địa điểm hẹn gặp trong trường hợp này.

(6) Tập hợp sẵn những thứ cần mang đi khi chạy khỏi nhà

Các thứ cần để vào trong balo (Sử dụng balo là tiện nhất vì có thể rảnh hai tay)

• Bản sao của thẻ lưu trú • Tiền mặt (Nên mang nhiều tiền xu) • Quần áo lót, tất
• Găng tay • Radio • Dụng cụ tránh mưa (dù.v.v.) • Đèn pin • Bộ đồ dùng cứu thương
• Điện thoại di động (sạc dự phòng) • Túi nilon • Đồ ăn liền • Các vật cần thiết đối
với bạn (Các loại thuốc thường uống, kính áp tròng, các vật phẩm sinh lý.v.v.)
• Đồ dùng vệ sinh (Khẩu trang, nhiệt kế, xà phòng, bộ đi vệ sinh di động để sử dụng,
nước sát khuẩn.v.v.)

(7) Giao lưu với mọi người trong khu vực sinh sống

Thường ngày, hãy chào hỏi, giao lưu cùng với mọi người gần nơi sinh sống. Tham gia vào các đợt tập huấn chống thiên tai của khu vực để nâng cao kiến thức về phòng chống thiên tai.

(8) Xác nhận phương thức thu thập thông tin

Một khi động đất xảy ra, trong vòng vài phút sau tivi và radio sẽ thông báo về quy mô, độ mạnh tại các nơi, có phát sinh sóng thần hay không. Trường hợp có cảnh báo sóng thần lớn hoặc cảnh báo sóng thần, tivi NHK sẽ phát sóng bằng các thứ tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn Quốc/Triều Tiên, tiếng Việt, tiếng Bồ Đào Nha trên hệ âm thanh phụ. Và radio NHK số 2 (Sendai 1089kHz, Gesennuma 1539kHz) sẽ phát sóng tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn/Triều Tiên, tiếng Việt, tiếng Bồ Đào Nha lặp đi lặp lại nhiều lần. Một khi điện và điện thoại di động không thể sử dụng được, radio sẽ trở nên hết sức hữu ích.

※ SenTIA kết hợp với cục Radio của thành phố Sendai cung cấp thông tin bằng các thứ tiếng Anh, Trung, Hàn. Nếu bạn đăng ký tạp chí qua mail hoặc Facebook, X(Twitter cũ) của SenTIA thì sẽ nhận được thông tin. **Các bạn hãy nhớ là có cả Trung tâm hỗ trợ thiên tai đa ngôn ngữ thành phố Sendai (Trang 7).**

Đăng ký tạp chí mail hoặc
Facebook, X(Twitter cũ)
của SenTIA



Tạp chí qua mail



Facebook



X(Twitter cũ)

● Trường hợp xảy ra động đất ●

* Nếu bạn đang ở trong nhà *

(1) Hãy bảo vệ đầu của bạn

(2) Không vội vã chạy ra ngoài

* Nếu bạn đang ở bên ngoài *

- (1) Tránh xa các bờ tường và máy bán hàng tự động
- (2) Chú ý khả năng rơi xuống của bảng quảng cáo hoặc kính cửa sổ

* Nếu bạn đang ở trường hay trong cửa hàng *

- (1) Bảo vệ đầu của bạn
- (2) Chú ý các thiết bị chiếu sáng trên trần nhà
- (3) Không vội vã chạy ra ngoài

● Khi ngừng rung lắc ●

- ① Nhìn xung quanh • • • Kiểm tra an toàn
- ② Nếu có dùng lửa thì hãy tắt
- ③ Mở cửa để bảo toàn lối thoát
- ④ Thu thập thông tin trên tivi và radio • • • Phát thanh bằng tiếng nước ngoài. Thông tin cụ thể xem tại trang 20.
- ⑤ Chú ý sóng thần • • • Nếu ở gần biển cần nhanh chóng di chuyển đến địa điểm cao và xa.
- ⑥ Hỏi chuyện, giúp đỡ mọi người xung quanh.
- ⑦ Nếu nhà đang sống nguy hiểm hãy di chuyển đến địa điểm an toàn như các trạm lánh nạn.v.v.

[THÔNG BÁO ĐỘNG ĐẤT KHẨN CẤP]

Đây là hệ thống thông báo động đất trước khi có động đất lớn xảy ra. Từ điện thoại di động sẽ reo lên âm thanh báo động đặc biệt. Cụ thể hơn hãy xác nhận với công ty nhà mạng điện thoại mà bạn đang đăng ký sử dụng.

Giải thích dễ hiểu về chuẩn bị cho những trận động đất hay đối ứng khi động đất xảy ra.

● Video phòng thiên tai đa ngôn ngữ “Động đất! lúc đó phải làm gì?”

<https://www.youtube.com/watch?v=BFmiVrYI7ME>

(Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal • 6 ngôn ngữ khác)



● Cuốn sách nhỏ “Lời khuyên để bảo vệ bản thân khỏi động đất”

Trang chủ bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

https://int.sentia-sendai.jp/v/download/information/bousai_vietnam.pdf

(Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal • 5 ngôn ngữ khác)

※ Có phát miễn phí cuốn sách nhỏ tại Trung tâm đa văn hóa Sendai.



BÃO – MƯA LỚN

Các đối sách sớm là hết sức quan trọng. Hãy thường xuyên theo dõi dự báo thời tiết. Ngoài ra, giống với động đất, việc xác định nơi lánh nạn, cách thức liên lạc với gia đình, bạn bè, chuẩn bị các vật dụng để mang đi, hay những việc như giao lưu với những người trong khu vực cũng rất quan trọng.

●Những việc có thể chuẩn bị trước khi có bão, mưa lớn●

(1) Theo dõi Bản đồ cảnh báo độ nguy hiểm

Tại thành phố Sendai, có bản đồ cảnh báo độ nguy hiểm. Hãy xác định trước những nơi nguy hiểm ở gần nhà mình.

Bản đồ cảnh báo độ nguy hiểm: Chọn “phòng ngừa thiên tai” từ bản đồ sinh sống tại Sendai (<https://www2.wagmap.jp/sendacity/Portal>) (Nhật)

(2) Thông tin lánh nạn 5 cấp độ được đưa ra khi có mưa lớn

Khi có cảnh báo cấp độ 4, tất cả mọi người ở nơi nguy hiểm cần đi lánh nạn. Hãy thường xuyên theo dõi cấp độ cảnh báo và đi lánh nạn kịp thời.

Thông tin lánh nạn 5 cấp độ được đưa ra khi có mưa lớn

Cảnh báo cấp độ 1 và 2 sẽ được Cơ quan Khí tượng công bố, tại thành phố cảnh báo cấp độ 3~5 sẽ được thông báo cùng với thông tin sơ tán. Hãy cùng thực hiện hành động lánh nạn thích hợp với cấp độ cảnh báo!



Tình khẩn cấp tăng dần từ Cấp độ 1 đến 5

Trung tâm hỗ trợ thiên tai đa ngôn ngữ thành phố Sendai

Một khi động đất lớn xảy ra, Trung tâm hỗ trợ thiên tai đa ngôn ngữ thành phố Sendai sẽ được thiết lập tại Trung tâm đa văn hóa Sendai, cung cấp thông tin bằng nhiều thứ tiếng. Hãy liên lạc khi gặp khó khăn hay cần tư vấn bằng tiếng nước ngoài. Xem trang chủ của Bộ phận quốc tế của SenTIA để biết thêm chi tiết.

TEL: 022-224-1919 <https://int.sentia-sendai.jp/saigai/>

(Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal)



SINH HOẠT CƠ BẢN / I. THỦ TỤC CƯ TRÚ

●Đăng ký dân trú sau khi quyết định được địa chỉ●

Đối với các đối tượng có thời hạn thì thực là trung và dài hạn, sau khi có địa chỉ nhà trong vòng 14 ngày phải mang thẻ lưu trú (hoặc hộ chiếu nếu chưa nhận được thẻ lưu trú) đến ủy ban của khu vực đang sinh sống để đăng ký cư trú. Sau khi trình nộp đơn đăng ký nhập cư (転入届), sẽ được tạo phiếu cư trú (住民票).

※BẤT CỨ KHI NÀO CŨNG PHẢI MANG THEO THẺ LƯU TRÚ (NGƯỜI TRÊN 16 TUỔI)

* Người có tư cách lưu trú trung, dài hạn là những ai ? *

Là đối tượng không nằm trong những mục dưới đây:

- ① Người có thời hạn lưu trú trong vòng 3 tháng
- ② Người có tư cách lưu trú là “Cư trú ngắn hạn”
- ③ Người có tư cách lưu trú là “Ngoại giao” hoặc “Công vụ”
- ④ Người nước ngoài được bộ pháp vụ quy định có tư cách lưu trú tương đương①②③
- ⑤ Người vĩnh trú đặc biệt
- ⑥ Người không có tư cách lưu trú

* Phiếu cư trú là gì ? *

Là phiếu ghi tên và địa chỉ của người dân, chứng minh tình trạng cư trú của người đó. Trong các trường hợp mua bán xe ô tô hoặc ký hợp đồng thuê nhà thì sẽ cần bản sao phiếu cư trú (住民票の写し) (1 bản 300 yên).

●Chuyển nhà●

* Trường hợp chuyển nhà trong thành phố *

Sau khi chuyển nhà trong vòng 14 ngày cần đến ủy ban quận để làm thủ tục chuyển nhà. Khi đi làm thủ tục hãy mang theo thẻ lưu trú và thẻ mã số cá nhân (マイナンバーカード) nếu có.

* Trường hợp chuyển nhà ra khỏi thành phố Sendai *

Trước khi chuyển đi cần đến ủy ban quận để làm thủ tục chuyển đi. Nếu địa điểm chuyển đến là ở trong nước Nhật, bạn sẽ nhận được “Giấy chứng minh chuyển đi” (転出証明書). Mang giấy đã được cấp tới để làm thủ tục đăng chuyển đến tại ủy ban của nơi mà bạn chuyển đến trong vòng 14 ngày sau khi chuyển. Khi đi làm thủ tục hãy mang theo thẻ lưu trú và thẻ Mã số cá nhân nếu có.

※ Người có thẻ My Number có thể thực hiện thủ tục chuyển đi qua My Portal (cổng thông tin trực tuyến của thủ tục hành chính. <https://myna.go.jp/>) cũng như có thể thực hiện thủ tục trực tuyến

※ Cách hủy hợp đồng nhà, apartment được viết ở trang 12.

●Khi làm công việc ngoài tư cách lưu trú hiện tại (trường hợp có nhận lương)●

Bạn cần phải được cho phép hoạt động ngoài tư cách. Làm thủ tục tại Cục quản lý xuất

nhập cảnh và lưu trú. Tuy nhiên, những người có Visa thuộc diện: “vĩnh trú”, “vợ hoặc chồng là người Nhật.v.v.”, “vợ hoặc chồng của người có Visa vĩnh trú.v.v.”, “người định cư” sẽ không bị bắt buộc xin cấp phép.

【Giấy tờ cần thiết】

- Giấy đăng ký cấp phép hoạt động ngoài tư cách
- Hộ chiếu
- Thẻ lưu trú

※ Tùy vào nội dung đăng ký, có thể được yêu cầu phải nộp những giấy tờ sau:

- Các tài liệu có thể biết được nội dung cụ thể của hoạt động ngoài tư cách lưu trú (Bản sao hợp đồng lao động, giới thiệu các hoạt động của nơi thuê làm việc.v.v.)
- Tài liệu có thể biết được nội dung hoạt động với tư cách lưu trú hiện giờ (Ví dụ như giấy chứng nhận công việc hiện tại có ghi nội dung công việc đầy đủ.v.v.)

● **Rời khỏi Nhật sau đó muốn tái nhập cảnh** ●

Trường hợp xuất cảnh một thời gian sau đó trở lại Nhật trong kỳ hạn lưu trú và muốn tiếp tục ở Nhật bằng tư cách lưu trú đó, phải xin cấp phép tái nhập cảnh trước khi xuất cảnh.

Cấp phép tái nhập cảnh có 2 loại là loại chỉ có thể sử dụng 1 lần và loại có thể sử dụng nhiều lần. Kỳ hạn tái nhập cảnh không được quá kỳ hạn lưu trú và tối đa là 5 năm (Đối với người vĩnh trú đặc biệt là 6 năm).

【Giấy tờ cần thiết】

- Giấy xin cấp phép tái nhập cảnh
- Hộ chiếu
- Thẻ lưu trú
- Tem thu tiền (Loại chỉ 1 lần 3000 yên, sử dụng nhiều lần 6000 yên)

“**Cấp phép tái nhập cảnh mặc định**”

Người có tư cách lưu trú trung, dài hạn, khi ra khỏi nước Nhật trong vòng 1 năm từ ngày xuất cảnh có thể tái nhập cảnh (Đối với người vĩnh trú thì là 2 năm) mà không cần phải xin cấp phép tái nhập cảnh (Đây là chế độ “**Cấp phép tái nhập cảnh mặc định**”). Cần có thẻ lưu trú và hộ chiếu còn hiệu lực.

※ Không thể xin trì hoãn thời hạn của tái nhập cảnh mặc định.

※ Trường hợp kỳ hạn cư trú sớm hơn kỳ hạn tái nhập cảnh mặc định, cần phải tái nhập cảnh trước khi hết kỳ hạn cư trú.

※ Những trường hợp sau đây không phải là đối tượng của Tái nhập cảnh mặc định nên cần phải xin cấp phép tái nhập cảnh thông thường:

- ① Người đang trong quá trình làm thủ tục hủy bỏ tư cách lưu trú.
- ② Người là đối tượng đang bị bảo lưu xác nhận xuất cảnh.
- ③ Người nhận được lệnh bắt tạm giam.
- ④ Người lưu trú với tư cách lưu trú là “Hoạt động đặc định” được chỉ định do đang đăng ký hoặc đang đợi xét duyệt yêu cầu xác nhận tình trạng người tị nạn.
- ⑤ Những người có khả năng thực hiện hành vi gây hại đến an ninh và lợi ích của Nhật Bản
- ⑥ Ngoài ra những người được Cục trưởng Cục quản lý lưu trú và xuất nhập cảnh nhận định rằng có đủ lý do cần cấp phép tái nhập cảnh nhằm quản lý xuất nhập cảnh một cách công bằng.

Thông tin chi tiết liên quan cư trú:

Trung tâm thông tin tổng hợp cho người lưu trú người nước ngoài	Ngày thường 8:30-17:15 TEL: 0570-013904 (Điện thoại IP, cuộc gọi từ nước ngoài TEL: 03-5796-7112) (Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal • 11 ngôn ngữ khác)
Cục quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú Sendai	〒983-0842 1-3-20 Gorin Miyagino-ku TEL: 0570-022259 (quay số định vị) E-mail: info-tokyo@i.moj.go.jp (Nhật • Anh) (Cục quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú Tokyo sẽ trả lời các câu hỏi qua mail)
Cơ quan quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú (Các thủ tục liên quan đến chế độ quản lý cư trú đối với người cư trú trung, dài hạn)	https://www.moj.go.jp/isa/index.html (Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal • ngôn ngữ khác)
Trung tâm hỗ trợ cư trú người nước ngoài (FRESC)	Ngày thường 9:00-17:00 TEL: 0570-011000 (Nhật • Anh) (Điện thoại IP • Gọi từ nước ngoài TEL : 03-5363-3013) https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html

●Khi làm mất, bị lấy trộm thẻ lưu trú●

- ① Đi đến sở cảnh sát gần nhất, nhận giấy chứng minh về việc làm mất hay bị trộm ở đâu, khi nào (Giấy chứng nhận thụ lý trộm cắp (盗難届受理証明書).v.v.). Sau đó sẽ được nhận mã số thụ lý vụ việc.
→ Phía cảnh sát sẽ liên lạc khi có người Nhật được và trình báo.
- ② Mang giấy chứng nhận thụ lý và mã số thụ lý vụ việc đến cục quản lý xuất nhập cảnh để đăng ký xin cấp lại thẻ lưu trú.
- ③ Nếu không có vấn đề gì sẽ được nhận lại thẻ lưu trú ngay trong ngày.
Chú ý : Phải đăng ký cấp lại trong vòng 14 ngày kể từ ngày nhận ra bị mất hoặc bị đánh cắp. Cần phải có hộ chiếu và 1 ảnh 3x4.

●Chế độ mã số cá nhân (Chế độ bảo hiểm xã hội, mã số thuế)●

Mỗi người có chứng nhận cư trú tại Nhật sẽ được cấp một Mã số cá nhân (マイナンバー) gồm 12 chữ số. Chế độ này áp dụng cho cả người nước ngoài có phiếu cư trú (những người cư trú trung dài hạn, vĩnh trú đặc biệt.v.v.). Mã số cá nhân được ghi trên “Giấy thông báo mã số cá nhân”(個人番号通知書^{こじんばんごうつうちしょ}) được gửi đến địa chỉ đã đăng ký theo dạng bưu phẩm ký nhận đơn giản (簡易書留^{かんいしかきどめ}).

Mã số cá nhân này được sử dụng cho các thủ tục hành chính như lĩnh vực bảo hiểm xã hội, thuế, các chính sách đối phó thiên tai, và cần phải nộp cho nơi làm việc khi đi làm thêm hoặc làm việc, hay khi đăng kí học bổng ở trường đại học. Mã số cá nhân không bao giờ thay đổi. Cần bảo quản kỹ, không làm mất Thẻ mã số cá nhân (※), không đưa mã số cá nhân của mình cho người khác khi không cần thiết.

※ “Thẻ mã số cá nhân”

Sau khi được thông báo mã số cá nhân, nếu đăng ký lên xã quận huyện sẽ được cấp “Thẻ mã số cá nhân” có thể sử dụng như chứng minh thư để sử dụng nhiều dịch vụ. Thẻ mã số cá nhân này là thẻ IC có ảnh, trên đó ghi các thông tin họ tên, địa chỉ, ngày tháng năm sinh, giới tính, mã số cá nhân.

Chi tiết , xin hãy xem tại trang chủ của cục quản lý lưu trú và xuất nhập cảnh

Đăng ký thẻ mã số cá nhân (マイナンバーカード) để sống cuộc sống tiện lợi.

<https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/mynumbercard.html>

(Ngoài tiếng Nhật có thể xem bằng các ngôn ngữ khác)

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT/ 1. Nhà ở

●Thuê nhà, apartment●

Khi **thuê nhà, apartment** thông thường đầu tiên phải đi đến công ty bất động sản. Thông tin về nhà cho thuê cũng có thể có ở trường học hoặc nơi làm việc. Cũng có thể tìm nhà thông qua các tờ rơi quảng cáo phát miễn phí ở trong ga hoặc siêu thị.

●Những giấy tờ cần thiết khi ký hợp đồng với công ty bất động sản (công ty thực hiện giao dịch đất và nhà)●

① Trình Giấy tờ chứng minh nhân thân	Mang theo thẻ lưu trú hoặc hộ chiếu.v.v.
② Viết hợp đồng thuê nhà và đóng dấu(con dấu)	Cần điền tên và đóng dấu (Chi tiết về con dấu xem thông tin chi tiết tại trang 18) vào bản hợp đồng do công ty bất động sản đã chuẩn bị. Có trường hợp cho dùng chữ ký.
③ Người bảo lãnh	Là người sẽ chịu trách nhiệm trả tiền thay bạn khi bạn không thể trả tiền nhà. Là người Nhật. Gần đây ngày càng áp dụng nhiều các “chế độ bảo lãnh tiền thuê nhà”.
④ Shikikin (Tiền đặt cọc)	Là số tiền đặt cọc bạn phải đưa cho chủ nhà giữ để bổ sung vào khi bạn có nợ tiền nhà. Khoảng 2-3 tháng tiền nhà. Khi chuyển nhà, apartment nếu không còn nợ tiền nhà thì sẽ được trả lại. Nếu làm hư hại hay làm bẩn đồ đạc trong nhà thì có trường hợp bị trừ chi phí bồi thường từ số tiền này.
⑤ Reikin (Tiền lễ)	Là tiền phải trả cho chủ nhà. Thường là 1 tháng tiền nhà và sẽ không được trả lại. Cũng có nhà không phải đóng tiền lễ.
⑥ Chukaiteasuuryou (Tiền hoa hồng môi giới)	Là tiền hoa hồng trả cho công ty bất động sản. Theo luật bất động sản quy định tối đa là một tháng tiền nhà.
⑦ Yachin (tiền nhà)	Là tiền thuê nhà, apartment mỗi tháng. Thông thường phải trả tiền nhà tháng tiếp theo vào cuối tháng trước đó.
⑧ Phí quản lý (Phí công ích)	Là phí dùng để quản lý, duy trì phần sử dụng chung với những người khác như thang máy, sảnh của tòa nhà. Thông thường trả hàng tháng cùng với tiền nhà.
⑨ Phí bảo hiểm thiệt hại	Cần đóng thêm phí bảo hiểm thiệt hại trong thời gian sống trong tòa nhà để phòng trường hợp không may bị rò rỉ nước hoặc xảy ra hỏa hoạn. Hãy đọc kỹ lại điều khoản bồi thường thiệt hại.

●Gia hạn hợp đồng●

Thông thường thời hạn hợp đồng thuê nhà, apartment là 2 năm. Khi gia hạn sẽ có trường hợp phải trả tiền phí gia hạn hợp đồng cho công ty bất động sản.

●Hủy hợp đồng●

Khi hủy hợp đồng thuê nhà cần phải thông báo trước với chủ nhà hoặc công ty bất động sản trước thời hạn quy định ghi trên hợp đồng (thông thường là trước 1 tháng). Nếu

không báo mà tự ý chuyển hay báo giá ngày chuyển sẽ phải trả tiền vi phạm hợp đồng. Ngoài ra, khi chuyển nhà cần phải trả tiền gas, tiền điện, tiền nước. Không để lại các vật dụng, đồ nội thất của bạn trong nhà, apartment dọn dẹp nhà sạch sẽ giống với trạng thái ban đầu và trả lại chìa khóa cho chủ nhà.

【Các từ vựng hay dùng khi thuê nhà】

- ◎ちんたいぶつけん賃貸物件 (Chintaibukken) • • • • • Là nhà có thể cho thuê (nhà lẻ, apartment, chung cư) còn hay gọi là bukken.
- ◎やぬし家主 (Yanushi) • • • • • Là chủ của nhà đó. Còn gọi là Ooyasan.
- ◎かんりひきょうえきひ管理費、共益費 (Kanrihi, kyoeikihi) • • Tiền dọn dẹp vệ sinh chung, tiền quản lý chung. Tính riêng với tiền nhà.
- ◎そんがいほけんりょう損害保険料 (Songaihokenryou) • • • Khi ký hợp đồng có trường hợp phải đăng ký vào bảo hiểm tổn hại tài sản .
- ◎だいらいクリーニング代 (Kuriiningudai) • • • Là số tiền mà khi bạn chuyển nhà, apartment sẽ nhờ công ty chuyên nghiệp đến dọn vệ sinh phòng. Dù bạn có dọn sạch phòng trước khi chuyển đi thì vẫn có trường hợp tổn số tiền này.

※ Sau khi có địa chỉ mới hãy đi đăng ký tại ủy ban quận. Chi tiết tại trang 8.

●Nhà ở công doanh là gì?●

Nhà ở công doanh là nhà ở dành cho những người gặp khó khăn về chỗ ở. Tiền nhà sẽ rẻ hơn so với nhà của dân cư tư nhân khác, tuy nhiên người có thể đăng ký cần phải thỏa mãn một số điều kiện nhất định. Thông tin chi tiết tại trang chủ của tỉnh Miyagi hoặc thành phố Sendai.

Phòng tuyển chọn của Công ty xây dựng thành phố Sendai	TEL: 022-214-3604	Đăng ký nhà ở của thành phố (1 năm 4 lần: Tháng 6, 9, 12, 3) Có đăng kí vào ở dành cho hộ gia đình bố mẹ đơn thân, hộ đang nuôi con, hộ gia đình nhiều con, có cả đăng kí thường xuyên. Hỏi đáp về nhà công doanh của thành phố.
Nhóm quản lý nhập cư, ban quản lý nhập cư , công ty cung cấp nhà ở tỉnh Miyagi	TEL: 022-224-0014	Đăng ký nhập cư vào nhà của tỉnh (1 năm 4 lần: Tháng 6, 9, 12, 3) Tư vấn về nhà ở công doanh của tỉnh

*** Hướng dẫn đa ngôn ngữ về tuyển người thuê nhà của thành phố ***

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA [\[Trang chủ\]](#) > Thông tin tiếng nước ngoài > Cuộc sống > Thông báo tuyển người thuê nhà thị doanh (Nhật • Anh • Trung • Hàn)

*** Trung tâm đa văn hóa Sendai “Điện thoại hỗ trợ thông dịch” (TEL: 022-224-1919) ***

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 2. Nước • Điện • Ga

Cần phải đăng ký khi bắt đầu sử dụng, kết thúc sử dụng nước, điện, ga.

	Nước	Điện	Ga
Địa chỉ liên lạc	Trung tâm cuộc gọi của Cục nước Sendai	Công ty tư nhân	- Cục ga thành phố Sendai - Công ty tư nhân (Ga propan)
Đăng ký sử dụng	Liên lạc sớm khi đã quyết định nơi ở.		
Phương pháp đăng ký	Gọi điện đến Trung tâm khách hàng.	Gọi điện đến Trung tâm khách hàng hoặc có thể đăng ký thông qua internet.	Điện thoại đến cục ga hoặc công ty ga để nhờ nhân viên đến mở ga cho bạn, lúc đó bạn phải cùng có mặt tại nhà.
Thanh toán	2 tháng một lần	Mỗi tháng	Mỗi tháng
Phương pháp thanh toán	Khi sử dụng nước, điện, ga thì phải thanh toán tiền sử dụng. Hãy thanh toán bằng một trong các hình thức sau. ① Mang hóa đơn được gửi về ra các địa điểm như quầy làm việc của ngân hàng hay các cửa hàng tiện lợi để thanh toán. ② Thanh toán tự động từ tài khoản ngân hàng, bưu điện. (Khi mở tài khoản ngân hàng xem trang 17) ※cần phải đăng ký trước ③ Thanh toán bằng thẻ tín dụng. ※cần phải đăng ký trước.		
Thông báo dừng dịch vụ khi chuyển đi	Khi ra khỏi nhà, cần hộ để chuyển tới nơi khác (cả trường hợp quay về đất nước của mình) cần phải liên lạc để dừng nước, điện, ga. Gọi điện đến các số liên lạc trước khoảng 5 ngày.		
Chú thích	Nước máy có thể uống trực tiếp.	Điện áp và tần số điện ở Sendai là 100V và 50Hz.	Có hai loại ga là ga thành phố và ga propan nên phải sử dụng bếp ga phù hợp với từng loại ga.

【Nước】 Trung tâm liên lạc Cục nước Sendai

TEL: 022-748-1111 (Thời gian làm việc: Ngày thường 8:30-19:00, Thứ bảy 8:30-17:00)

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

【Điện】 Xin hãy liên lạc các công ty điện lực

【Ga】 Tùy theo địa chỉ nhà, apartment mà bạn đang sống mà địa chỉ liên lạc sẽ khác

Ga thành phố (Cục ga thành phố)	Số điện thoại khi chuyển nhà TEL: 0800-800-8978 hoặc 022-256-2111 https://www.gas.city.sendai.jp/ (Nhật • Anh • Trung • Hàn)
Ga propan	Hãy liên lạc hỏi chủ nhà hoặc công ty bất động sản.

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 3. Điện thoại

Mã vùng của Sendai là 022, khi gọi điện từ di động cần phải có mã số vùng.

●Mua điện thoại, thẻ sim●

Có thể mua tại chi nhánh của các nhà mạng hoặc các cửa hàng điện tử.

【Những giấy tờ cần thiết khi mua điện thoại (Tùy theo các công ty mà yêu cầu khác nhau)】

Giấy chứng minh nhân thân, giấy tờ có thể biết được địa chỉ ở Nhật, số tài khoản ngân hàng.v.v. (Việc tạo tài khoản ngân hàng vui lòng xem tại trang 17)

●Sử dụng điện thoại công cộng●

Để gọi điện thoại công cộng có thể sử dụng xu 10, 100 yên hoặc thẻ điện thoại công cộng. Lưu ý là khi dùng xu 100 yên sẽ không có tiền thối lại.

●Gọi điện thoại quốc tế●

Mã gọi quốc tế của nhà mạng (0033 hoặc 001) + 010 + Mã nước + Mã vùng + Số điện thoại

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 4. Internet

● Muốn sử dụng internet bằng máy tính tại nhà ●

Đăng ký nhà cung cấp mạng tại các cửa hàng điện tử hoặc đăng ký qua internet.

Có nhiều nhà cung cấp mạng nên có nhiều gói cước cũng như các gói mạng khác nhau.

※ Khi đăng ký nhà cung cấp mạng tại cửa hàng điện tử, ngoài việc cần có giấy tờ chứng minh nhân thân (thẻ lưu trú.v.v.) còn cần phải tìm hiểu trạng thái kết nối internet ở nơi bạn sinh sống.

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 5. Bưu điện

Bưu điện và hòm thư đều có thể tìm thấy bằng ký hiệu “〒”.

Bên cạnh đó một số bưu điện có thể tiến hành gửi tiền quốc tế.

Chi tiết xem trang chủ của bưu điện Nhật Bản: <https://www.post.japanpost.jp/index.html>

Dịch vụ hướng dẫn về bưu phẩm bằng tiếng Anh

Trang chủ của bưu điện Nhật Bản (Anh):
https://www.post.japanpost.jp/index_en.html
■ Đăng ký chuyển phát lại bưu phẩm
Đăng ký qua web: https://www.post.japanpost.jp/receive/redelivery_form/
Đăng ký qua điện thoại: TEL: 0570-046111 (Có tính cước cuộc gọi)
Ngày thường: 8:00-21:00 Thứ bảy, chủ nhật, ngày nghỉ: 9:00-21:00

●Khi trong hòm thư có “Phiếu liên lạc khi vắng nhà” (不在等連絡票)●

Khi bưu phẩm (bưu kiện), bưu phẩm quốc tế được chuyển đến mà bạn vắng nhà, sẽ có tờ “Phiếu liên lạc khi vắng nhà” để thông báo. Bạn cần đến bưu điện được ghi ở mặt sau của Phiếu liên lạc để nhận bưu phẩm.v.v.(cần mang theo Phiếu liên lạc này, giấy chứng minh nhân thân và phải ký tên hoặc đóng dấu) hoặc liên lạc bằng điện thoại hay internet để hẹn lại ngày nhận bưu phẩm tại nhà.

※ Về nguyên tắc, thời gian bảo quản bưu phẩm (bưu kiện) Yu-pack sẽ được ghi trên phiếu thông báo không có người nhận. Nếu không có liên lạc của người nhận thì bưu phẩm sẽ được gửi trả lại người gửi.

【Phiếu thông báo khi không có ai nhận bưu phẩm quốc tế hoặc bưu phẩm thông thường】

【Phiếu thông báo khi không có ai nhận bưu kiện Yu-Pack】

【Mặt sau của phiếu thông báo khi không có ai nhận bưu kiện Yu-Pack hoặc bưu phẩm】

SINH HOẠT CƠ BẢN / II . SINH HOẠT / 6. Tiền

●Tạo tài khoản ngân hàng●

Khi nhận lương bạn cần phải có tài khoản ngân hàng. Bạn có thể đi đến ngân hàng hoặc tùy theo ngân hàng bạn có thể sử dụng ứng dụng trên điện thoại để tạo tài khoản ngân hàng. Bạn hãy xác nhận trên các trang web của từng ngân hàng nhé.

※ Tại quầy của ngân hàng chúng tôi sẽ hướng dẫn bằng tiếng Nhật. Vì vậy hãy đi cùng với người hiểu tiếng Nhật. Ngoài ra, tùy theo ngân hàng có trường hợp cần đặt lịch trước và có trường hợp sẽ mất nhiều thời gian làm thủ tục.

【Những thứ cần thiết】

- Giấy tờ chứng minh nhân thân (Thẻ lưu trú.v.v.)
- ※ Tại ngân hàng trừ những người có tư cách vĩnh trú đặc biệt, quan chức ngoại giao, những người chưa nhận được thẻ lưu trú, thì tất cả đều phải xuất trình thẻ lưu trú. Nếu thời gian ngày hết hạn trên thẻ lưu trú từ ngày đăng ký mở tài khoản ngân hàng ít hơn 3 tháng thì sẽ không thể mở tài khoản ngân hàng. Đăng ký sau khi hoàn thành thủ tục gia hạn lưu trú. Những người có tư cách lưu trú là “Du học sinh”, “Thực tập kỹ năng” xuất trình thẻ học sinh, thẻ nhân viên công ty cùng với thẻ lưu trú.
- Con dấu (Cũng có một số ngân hàng chấp nhận chữ ký đối với người nước ngoài)

●Hủy tài khoản ngân hàng●

Bạn cần hủy bỏ tài khoản ngân hàng trước khi chuyển ra khỏi nước Nhật sinh sống như là về nước.v.v. Xin vui lòng mang theo những giấy tờ sau đến ngân hàng để làm thủ tục.

【Những giấy tờ cần thiết】

- Thẻ rút tiền (trường hợp có sổ ngân hàng sẽ bao gồm cả sổ), con dấu (không cần thiết trong trường hợp sử dụng chữ ký), giấy tờ chứng minh nhân thân (thẻ lưu trú) .v.v.
- ※ Việc bán, cho mượn hoặc chuyển tài khoản ngân hàng do mình đứng tên cho người khác là phạm pháp. Vì vậy trước khi về nước bạn nên hủy bỏ tài khoản ngân hàng của mình để tránh bị kéo vào việc phạm pháp.
- ※ Khi bạn đã thay mới thẻ lưu trú do gia hạn thời gian lưu trú, thay đổi tư cách cư trú.v.v. vui lòng xuất trình thẻ lưu trú sau khi thay đổi tại quầy của ngân hàng.

●Thông tin về ATM●

Là máy để rút hoặc gửi tiền vào ngân hàng. Thông thường nếu là các máy ATM của đúng ngân hàng đó thì sẽ không tốn phí trong khoảng thời gian từ 9h – 18h vào ngày thường. Ngoài thời gian này hoặc trong ngày nghỉ thì sẽ tốn phí. Cũng có thể sử dụng các máy ATM ở các cửa hàng tiện lợi.

- ※ Có những cây ATM có thể sử dụng ngôn ngữ khác ngoài tiếng Nhật.

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 7. Con dấu

●Mua con dấu●

Ở Nhật con dấu được sử dụng để thay thế cho chữ ký. Trên con dấu có khắc họ hoặc tên của bản thân. Có thể làm con dấu tại các cửa hàng chuyên môn về con dấu.

●Đăng ký con dấu●

Khi mua xe hơi hoặc ký hợp đồng gì đó có trường hợp cần phải đăng ký con dấu tại ủy ban quận. Người trên 15 tuổi có đăng ký cư trú thì có thể đăng ký con dấu. Mỗi người chỉ được đăng ký 1 con dấu. Con dấu khắc tên không đúng với tên trong đăng kí cư trú thì sẽ không thể đăng kí được. Thông tin chi tiết vui lòng liên hệ các ủy ban quận hoặc thành phố.

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 8. Rác

●Vứt rác sinh hoạt●

Cần mang rác đến địa điểm thu rác từ sáng sớm đến trước 8h30 sáng của ngày thu gom loại rác đó (ごみを出す日 ngày gom rác). Cần phân chia rác sinh hoạt và sản phẩm từ nhựa và đồ đựng, đóng gói bằng nhựa, cho vào túi rác chỉ định đối với loại rác đó (指定袋 túi chỉ định). Túi chỉ định có bán tại siêu thị và cửa hàng tiện lợi, v.v...

Rác sinh hoạt

Rác sống phát sinh từ bếp, rác phát sinh trong nhà thì bỏ vào túi rác chỉ định màu xanh lá cây, thắt chặt miệng túi lại rồi vứt.



Tài nguyên nhựa

Rác nguyên liệu 100% từ nhựa thì bỏ vào túi rác chỉ định màu đỏ, thắt chặt miệng túi lại rồi vứt.



Lon, chai thủy tinh, chai nhựa...

Bỏ trực tiếp vào giỏ màu vàng, nếu là pin hay pin sạc điện thoại, nhiệt kế thủy ngân thì cho vào bao trong suốt rồi bỏ vào giỏ màu vàng tại các điểm thu rác.



Rác giấy

Chia thành 4 loại là báo-tờ rơi, bìa các tông, hộp giấy, tạp chí, giấy hỗn tạp, cột lại bằng dây rồi đem vứt. Tạp chí, giấy vụn có thể đem vứt bằng cách cho vào túi hoặc hộp giấy.



Thông tin chi tiết tại trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

[Trang chủ](#) > [Thông tin tiếng nước ngoài](#) > [Sinh hoạt](#) > [Cách phân loại và vứt rác, tài nguyên](#) (Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal)

Cuốn hướng dẫn “Cách phân chia và vứt rác, rác tái chế” của thành phố Sendai được phát miễn phí tại trung tâm hành chính quận, thành phố và Trung tâm đa văn hóa Sendai. Ngoài ra, video hướng dẫn đồ rác cũng đã được đăng trên trang Youtube.

[Sendai](#) [vứt rác](#) [video](#)

[tìm kiếm](#) 

●Vứt rác kích cỡ lớn●

Các vật có chiều dài lớn nhất lớn hơn 30 cm như bàn, tủ.v.v. đều xem là rác kích thước lớn và khi vứt phải tốn phí. Sẽ không thể vứt nếu không đăng ký với trung tâm tiếp nhận rác cỡ lớn.

[Các bước đăng ký vứt rác kích cỡ lớn]

① Điện thoại trung tâm tiếp nhận rác kích cỡ lớn bằng Tiếng Nhật (TEL: 022-716-5301)

Thời gian tiếp nhận: ngày thường 9:00-17:00 (ngày lễ, ngày nghỉ cũng sẽ tiếp nhận)

※ Chúng tôi có quy định ngày vứt rác kích cỡ lớn hãy đăng kí sớm nhé.

Thông báo là bạn muốn vứt thứ gì, kích cỡ bao nhiêu. Bạn sẽ nhận được hướng dẫn về mã số tiếp nhận, giá tiền vứt rác và ngày vứt rác.

② Mua phiếu vứt rác

Đến các cửa hàng tiện lợi (combin) để mua phiếu vứt rác bằng giá với số tiền mà bạn đã được trung tâm tiếp nhận hướng dẫn. Ghi số tiếp nhận vào phiếu sau đó dán lên vật cần vứt ở vị trí dễ nhìn thấy.

③ Chuyển rác đến địa điểm được thông báo vào ngày chỉ định thu hồi rác trước 8h30 sáng

※ Cũng có những loại rác kích cỡ lớn có thể đăng ký vứt thông qua internet (chỉ có Tiếng Nhật) <https://www.sendai-sodai.jp/eco/view/sendai/top.html>

※ Video về cách vứt rác kích cỡ lớn "Guide on How to Dispose of Bulky Waste In Sendai City" (Chỉ có tiếng Anh): <https://www.youtube.com/watch?v=jWKQGHq5IRI>

***Thành phố Sendai không thu hồi những loại rác sau đây, hãy thử trao đổi với cửa hàng mà bạn đã mua.**

Máy điều hòa, tivi, tủ lạnh, tủ đông lạnh, máy giặt, máy sấy quần áo, máy tính, laptop, xe, xăng, bình cứu hỏa, bình ga mini, phễu dầu, hỏa dục, thuốc cực mạnh, chất độc, thuốc trừ sâu, sơn, kết sắt kích cỡ lớn, piano, pin, xe máy hơn 50 phân khối, xe ô tô

Khi cần sự trợ giúp về tiếng Nhật để gọi điện cho trung tâm tiếp nhận rác kích cỡ lớn hay không biết cách vứt rác, hãy liên lạc tới **Trung tâm đa văn hóa Sendai**

(TEL: 022-224-1919 E-mail: tabunka@santia-sendai.jp)

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 9. Tivi • Radio

●Tivi●

Nếu bạn đã lắp tivi, bạn phải ký hợp đồng tiếp nhận phát thanh với NHK và trả phí thu sóng. Tiền phí khác nhau dựa vào hợp đồng mà bạn đăng ký. Thông tin cụ thể xin hãy liên lạc trung tâm tư vấn của NHK.

Số điện thoại tư vấn miễn phí NHK: TEL: 0120-151515

Thời gian làm việc: các ngày trong tuần bao gồm thứ 7, chủ nhật và ngày nghỉ lễ từ 9:00-18:00 (Ngoại trừ dịp nghỉ lễ năm mới)

Quầy hướng dẫn về tiền thu sóng NHK: <https://www.nhk-cs.jp/jushinryo/>

(Có thể lựa chọn các ngôn ngữ Nhật • Anh • Trung • Hàn • Triều Tiên • Việt và 7 ngôn ngữ khác từ trang này)

●Nghe radio tiếng nước ngoài● ※ Trong dấu () là tần số

Cục phát sóng đa ngôn ngữ (Thông tin cuộc sống)	Radio 3 (76.2), Fm izumi (79.7), Fm taihaku (78.9), Fm Natori (80.1) Thông tin chi tiết tại trang chủ bộ phận quốc tế hóa của SenTIA Trang chủ >Đài phát thanh đa ngôn ngữ (Nhật • Anh • Trung • Hàn)	FM
GLOBAL TALK (Thông tin thiên tai)	Date fm (Fm Sendai) (77.1)	FM
Tin tức tiếng nước ngoài	NHK Radio 2 (Sendai 1089, Kesennuma 1539)	AM

●Xem, nghe các chương trình phát sóng quốc tế bằng internet●

Chương trình phát sóng quốc tế của NHK phát sóng 24/24 dành cho nước ngoài về các tin tức, sự kiện của Nhật Bản. Trong nước Nhật cũng có thể theo dõi các chương trình này thông qua internet.

NHK World TV: Chương trình tivi tiếng anh phát sóng 24/24.

NHK World Japan Radio: Dịch vụ phát sóng radio bằng 17 ngôn ngữ.

Cũng có phần mềm miễn phí dành cho smartphone hay máy tính bảng .

Thông tin chi tiết xem tại trang chủ của NHK:

[NHK WORLD](#) <https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>

(Có thể lựa chọn các ngôn ngữ Nhật • Anh • Trung • Hàn • Triều Tiên • Việt và 15 ngôn ngữ khác từ trang này)

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 10. Đồn cảnh sát

Đồn cảnh sát là nơi cảnh sát trực thay ca để ứng phó với các vấn đề, hành vi vi phạm pháp luật, tiến hành đi tuần tra để đảm bảo an ninh cho người dân trong khu vực. Khi là người bị thiệt hại do hành vi phạm pháp hay làm rơi đồ có thể đến đồn cảnh sát để trao đổi. Nên xác nhận trước vị trí của đồn cảnh sát gần nhà.

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 11. Tổ dân phố

Tổ chức hoạt động tự chủ mà mọi người cùng sinh sống trong một khu vực có thể giúp đỡ lẫn nhau, thắt chặt quan hệ được gọi là Tổ dân phố. Tại đây bạn có thể đẩy mạnh giao lưu với những người cùng sống trong khu vực (Tiền hội phí sẽ khác nhau tùy theo từng khu vực, sẽ được dùng vào hoạt động dọn dẹp vệ sinh khu phố, tập huấn phòng tránh thiên tai hay hoạt động giải trí).

Khi nhập hội sẽ có thể tiếp nhận được các thông tin sau:

- ① Các thông báo của tỉnh Miyagi, thành phố Sendai (“Từ tờ tin thị chính”^{しせい} (市政だより), “Tin từ tờ tin hành chính tỉnh”^{けんせい} (県政だより))
- ② Các thông tin về các hoạt động sự kiện do tổ dân phố tổ chức

SINH HOẠT CƠ BẢN / II. SINH HOẠT / 12. Thuế • Lương hưu • Phúc lợi

●Thuế●

Tất cả mọi người sống ở Nhật đều phải đóng thuế bất kể là quốc tịch nào. Có nhiều loại thuế khác nhau.

Ví dụ: Thuế thu nhập, thuế cư dân (thuế cư dân tỉnh, thành phố), thuế tiêu dùng (bao gồm thuế tiêu dùng địa phương), thuế ô tô hạng nhẹ, thuế ô tô.v.v.

●Về việc đóng thuế cư trú khi về nước●

Thuế được tính bởi chính quyền tại nơi bạn sống tại thời điểm ngày 1 tháng 1 dựa trên tổng thu nhập của bạn vào năm trước (Ngày 1 tháng 1 đến ngày 31 tháng 12) nên bạn phải đóng toàn bộ dù bạn có chuyển nhà trong năm hay về nước.

※ Nếu thu nhập của bạn thấp hơn mức quy định, bạn sẽ không phải đóng thuế cư trú. Khi về nước bạn có thể chọn người đại diện làm các thủ tục nộp thuế cư dân giúp mình hoặc đóng trước thuế dự tính.

●Lương hưu●

Trường hợp bạn sống ở Nhật và nằm trong độ tuổi 20 đến 60 tuổi, cần phải đăng ký chế độ lương hưu. Có hai loại chế độ lương hưu. Thông tin chi tiết vui lòng liên hệ tới Ban bảo hiểm và lương hưu của từng quận hoặc Văn phòng lương hưu khu vực.

• Lương hưu lao động

Khi bạn làm việc cho công ty, sẽ làm thủ tục gia nhập chế độ Lương hưu lao động tại công ty. Số tiền bảo hiểm sẽ được trừ từ tiền lương của bạn.

• Lương hưu quốc dân

Nếu bạn không gia nhập chế độ Lương hưu lao động thì phải gia nhập Lương hưu quốc dân.

※ Nếu bạn nộp chậm lương hưu có trường hợp bạn không thể đổi tư cách lưu trú

※ Khoản tiền nhất thời khi ly khai

Trường hợp đóng tiền bảo hiểm lương hưu từ 6 tháng trở lên nhưng không nhận lương hưu mà về nước, có thể được chi cấp một khoản tiền. Nhận hồ sơ yêu cầu thanh toán tiền từ Văn phòng lương hưu tại khu vực hoặc tải từ trang chủ của cơ quan lương hưu Nhật Bản và nộp hồ sơ trong vòng 2 năm sau khi về nước. Chi tiết về tài liệu đính kèm và những điều cần lưu ý.v.v. vui lòng xem thêm tại trang chủ của cơ quan lương hưu Nhật Bản.

Khoản tiền nhất thời khi ly khai cho người nước ngoài cư trú ngắn hạn (Anh • Trung • Hàn • Việt • Bồ Đào Nha • Tây Ban Nha và 8 ngôn ngữ khác):

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanese->

[system/withdrawalpayment/payment.html](https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html) (Có thể chọn ngôn ngữ từ trang này)

●Các dịch vụ phúc lợi●

Có các dịch vụ phúc lợi sức khỏe dành cho người khuyết tật như người khuyết tật thân thể, người khuyết tật trí tuệ, người khuyết tật tinh thần hay người bị bệnh hiểm nghèo hay dịch vụ phúc lợi sức khỏe người già dành cho người cao tuổi. Thông tin chi tiết vui lòng liên hệ Ban hỗ trợ người khuyết tật, người cao tuổi (障害高齢課 しょうがいこうれいか) tại các quận.

*** Trung tâm đa văn hóa Sendai “Điện thoại hỗ trợ thông dịch” (TEL: 022-224-1919) ***

SINH HOẠT CƠ BẢN / III. QUẢN LÝ SỨC KHỎE / 1. Kiểm tra sức khỏe

Tất cả mọi người sống tại Sendai đều có thể tham gia kiểm tra sức khỏe do thành phố tổ chức.

Thông tin chi tiết tại : Trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA Trang chủ > Thông tin tiếng nước ngoài > Sức khỏe, y tế > Khám sức khỏe (kiểm tra sức khỏe thị dân) (Nhật • Anh • Trung • Hàn)

SINH HOẠT CƠ BẢN / III. QUẢN LÝ SỨC KHỎE / 2. Bệnh viện

Tại Nhật có các bệnh viện trung ương lớn với đầy đủ các trang thiết bị và các bệnh viện nhỏ hoặc phòng khám bệnh thân thuộc thường ngày ở gần nơi sinh sống. Khi không khỏe trước tiên hãy đi đến các bệnh viện nhỏ hoặc phòng khám gần nhà.

※ Tại bệnh viện tổng hợp nếu không có thư giới thiệu bạn có thể không được khám.

● Khi đi đến phòng khám/bệnh viện ●

- ① Trước tiên gọi điện trước đến phòng khám/bệnh viện (Nếu cần thiết thì phải hẹn trước)
- ② Mang theo thẻ bảo hiểm sức khỏe tới cơ sở y tế, bệnh viện (※). Xuất trình bảo hiểm sức khỏe tại quầy tiếp tân.

※ Dù đang đóng bảo hiểm nhưng nếu không mang theo thẻ bảo hiểm sức khỏe thì vẫn phải trả toàn bộ chi phí

※ Xuất trình thẻ bảo hiểm sức khỏe ở lần khám đầu tiên hoặc lần khám đầu tiên trong tháng

- ③ Trường hợp lần đầu khám bệnh sẽ phải điền thông tin vào phiếu khám bệnh sau đó nộp cho tiếp tân.

Phiếu khám bệnh...Phiếu gồm các câu hỏi để biết về tình trạng cơ thể và sức khỏe của bạn

Download phiếu khám bệnh phiên bản đa ngôn ngữ

→ <https://www.kifjp.org/medical/>

(Hội giao lưu quốc tế Kanagawa và Hati Konandai đã dịch sang 23 ngôn ngữ)

- ④ Khi được gọi, vào phòng khám để khám
- ⑤ Trả tiền khám bệnh. Trường hợp cần thuốc sẽ nhận được đơn thuốc.
- ⑥ Sau khi nhận đơn thuốc, mang đơn thuốc đến cửa hàng thuốc để nhận thuốc và trả tiền thuốc khi đó. Những người cần sự giúp đỡ để tìm kiếm thông tin về các bệnh viện hoặc nha sĩ có bác sĩ hay nhân viên có thể nói ngoại ngữ, **vui lòng liên hệ Trung tâm**

Đa văn hóa Sendai (TEL: 022-224-1919, E-mail: tabunka@sentia-sendai.jp).

Tại Trung tâm đa văn hóa Sendai, không có dịch vụ thông dịch y tế. Tại Hiệp hội quốc tế hóa tỉnh Miyagi, họ sẽ cử người hỗ trợ thông dịch y tế và bảo vệ sức khỏe theo yêu cầu của các cơ sở y tế. Vui lòng liên hệ để biết thêm chi tiết.

Hiệp hội quốc tế hóa tỉnh Miyagi (MIA)

TEL : 022-275-3796 Email : mail@mia-miyagi.jp

●Về thẻ bảo hiểm My Number hoặc giấy xác nhận tư cách/ thẻ bảo hiểm y tế●

Khi sống ở Nhật, bạn cần phải tham gia một trong các loại bảo hiểm dưới đây. Nếu đăng ký sử dụng thẻ bảo hiểm trên thẻ My Number, bạn có thể sử dụng thẻ bảo hiểm My Number. Nếu không đăng ký, bạn sẽ nhận được giấy xác nhận đủ điều kiện. Nếu không tham gia bảo hiểm, bạn sẽ phải tự trả toàn bộ chi phí khi đi bệnh viện. (Trong trường hợp có bảo hiểm chỉ phải trả 30% chi phí)

- ① **Bảo hiểm xã hội (Bảo hiểm lao động)**...Trường hợp đi làm, người thuê sẽ làm thủ tục. Tiền bảo hiểm của bạn sẽ được trừ từ lương.
- ② **Bảo hiểm sức khỏe quốc dân**...Phải gia nhập nếu chưa gia nhập ①. Mang thẻ lưu trú cùng hộ chiếu và thẻ rút tiền ngân hàng đến đăng ký tại các ủy ban quận.

Thông tin chi tiết tại trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA :

[Trang chủ](#) > [Thông tin tiếng nước ngoài](#) > [Sinh hoạt](#) > [Thuế, Nenkin \(lương hưu\), các khoản chi trả](#) > [Sách hướng dẫn về bảo hiểm y tế quốc dân](#) (Nhật • Anh • Trung • Hàn)

SINH HOẠT CƠ BẢN / IV. TRẺ EM / 1. Mang thai • Sinh con •

Trẻ sơ sinh

●Khi mang thai●

Xuất trình giấy báo mang thai cho Ban bảo hiểm phúc lợi của các chi nhánh tổng hợp hoặc Trung tâm bảo hiểm phúc lợi tại các quận.v.v.

- ① **Sẽ được phát sổ sức khỏe mẹ và bé.** (Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal và 5 ngôn ngữ khác)
 - Là sổ ghi lại quá trình mang thai và lớn lên của trẻ
- ② **Được phát sách (tập san về phụ nữ có thai, phụ nữ ngay trước và sau sinh) có kèm phiếu trợ giá khám sức khỏe sản phụ**
 - Sử dụng phiếu này có thể khám sức khỏe phụ nữ mang thai tại cơ quan y tế có đăng ký đến 16 lần
 - Sau khi sinh, có thể khám sức khỏe sản phụ tại cơ quan y tế có đăng ký đến 2 lần
- ③ **Có các tư vấn về chăm sóc sức khỏe.**
 - Tại trung tâm chăm sóc sức khỏe và phúc lợi có các lớp học về làm mẹ/làm cha mẹ dành cho bà bầu và gia đình đó.

●Trợ cấp một lần khi sinh và nuôi con●

Nếu là bảo hiểm y tế quốc dân, hãy nộp đơn xin tại các quầy của Trung tâm bảo hiểm và phúc lợi quận, Cục bảo hiểm và an sinh xã hội tổng hợp Miyagi, và Cục bảo hiểm và phúc lợi của Cơ quan tổng hợp Akiu. Nếu là bảo hiểm y tế cho người lao động, hãy nộp đơn xin tại nơi làm việc.

●Chế độ hộ sinh●

Trường hợp bạn không thể chuẩn bị chi phí sinh sản do thu nhập thấp sẽ có chế độ hỗ trợ giúp bạn có thể an tâm sinh con bằng việc trả phí thấp tùy theo thu nhập của mình. Người có thể sử dụng là người thỏa mãn về điều kiện tình trạng thuế hộ gia đình. Bạn có thể trao đổi tại các ủy ban quận.

Thông tin chi tiết tại: Trang chủ thành phố Sendai [Nhà](#) > [Thông tin cuộc sống](#) > [Sức khỏe](#)

& phúc lợi>Sức khỏe và chăm sóc y tế>Thông tin về bệnh truyền nhiễm và tiêm chủng
>Tiêm chủng>Tiêm chủng định kỳ (sau thời thơ ấu)>Độ tuổi mục tiêu và khoảng thời
gian tiêm chủng cho trẻ em (Nhật)

●Sau khi em bé chào đời●

Nộp giấy khai báo sinh cho ủy ban quận trong vòng 14 ngày. Sẽ nhận được tiền trợ cấp sinh và nuôi con tạm thời.

Nếu đang tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc dân thì cùng với việc nộp giấy khai báo sinh, hãy đăng kí tại quầy giao dịch của Ban bảo hiểm và hưu trí Trung tâm bảo hiểm phúc lợi của các quận, Ban bảo hiểm và hưu trí chi nhánh tổng hợp Miyagi hoặc Ban bảo hiểm và phúc lợi chi nhánh tổng hợp Akiu. Nếu là người tham gia bảo hiểm tại chỗ làm (bảo hiểm xã hội) thì hãy yêu cầu với công ty.

Ngoài ra, cần nhanh chóng điền Giấy báo sinh có trong sổ sức khỏe mẹ và bé (tập san về phụ nữ có thai, phụ nữ ngay trước và sau sinh) và gửi đến Trung tâm bảo hiểm và phúc lợi. (Sổ riêng (tập san về trẻ nhỏ) có chứa phiếu khám kiểm tra sức khỏe trẻ nhỏ, phiếu tiêm phòng sẽ được gửi đến nhà).

Ngoài ra, trong trường hợp vợ chồng người nước ngoài (trừ trường hợp vợ hoặc chồng có quốc tịch Nhật Bản) sinh con, cần phải xin giấy chứng nhận tư cách lưu trú.

Phải xin giấy chứng nhận này tại Cục quản lý lưu trú và xuất nhập cảnh địa phương trong vòng 30 ngày kể từ ngày sinh.

Nếu xuất cảnh từ Nhật Bản trong vòng 60 ngày kể từ ngày sinh, thì không cần phải xin giấy tư cách lưu trú.

“Hướng dẫn sinh và nuôi con”

Giải thích về mang thai, sinh sản, nuôi con.

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa SentIA

<https://int.sentia-sendai.jp/child/j/> (Nhật • Anh • Trung • Hàn)



●Khi trẻ bị bệnh● * Trường hợp khẩn cấp, hãy đi đến bệnh viện ghi tại Trang 3

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa SentIA >Trang chủ>Thông tin tiếng nước ngoài>

Trẻ em, gia đình>Khi trẻ em bị ốm (Nhật • Anh • Trung • Hàn)

●Khám sức khỏe cho trẻ sơ sinh●

Sử dụng phiếu khám có trong sổ riêng sức khỏe mẹ và bé (tập san về trẻ nhỏ) có thể khám tại cơ quan y tế chỉ định miễn phí tối đa 3 lần.

Cụ thể xem tại : Trang chủ thành phố Sendai >Nhà>Thông tin cuộc sống>Sức khỏe & phúc lợi>Nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu>Danh sách các biện pháp nuôi dạy trẻ em

và thanh thiếu niên>Sức khỏe>Sức khỏe của con bạn>Khám sức khỏe trẻ sơ sinh (2 tháng tuổi, 4~5 tháng tuổi, 8~9 tháng tuổi) (Nhật)

SINH HOẠT CƠ BẢN / IV. TRẺ EM / 2. Trẻ nhỏ

●Tiêm phòng của trẻ em●

Để bảo vệ sức khỏe cho trẻ em thì cần phải tiêm phòng. Độ tuổi có thể nhận miễn phí tiêm chủng được quyết định dựa trên thời điểm để hình thành miễn dịch. Nếu bạn muốn tiêm phòng cho trẻ, hãy tham khảo ý kiến tại các cơ quan quận hoặc văn phòng liên quan càng sớm càng tốt.

Thông tin chi tiết tại : Trang chủ thành phố Sendai

>Nhà>Thông tin cuộc sống>

Sức khỏe & phúc lợi>Sức khỏe & Chăm sóc y tế>Thông tin bệnh truyền nhiễm, tiêm >Tiêm phòng>Tiêm chủng định kỳ (sau thời thơ ấu)>Độ tuổi mục tiêu và khoảng thời gian tiêm chủng cho trẻ (Nhật)

●Trợ cấp nhi đồng●

Đây là tiền mà những người đang nuôi con nhận được từ thành phố. Những người có thể nhận là những người đang sống ở Sendai và đang nuôi con nhỏ từ 0 tuổi đến cuối năm tài chính của năm trẻ tròn 18 tuổi.

Bạn hãy làm thủ tục tại các ủy ban quận trong vòng 15 ngày kể từ ngày con bạn chào đời hoặc ngày sau khi bạn chuyển đến Sendai. Nếu bạn làm thủ tục muộn có thể bạn sẽ không nhận được tiền cho tháng muộn đó. Hãy hoàn tất các thủ tục càng sớm càng tốt. Thông tin chi tiết tại: Trang chủ thành phố Sendai [Nhà>Thông tin cuộc sống>Sức khỏe & phúc lợi>Nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu>Danh sách các biện pháp nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Hỗ trợ, trợ cấp và phúc lợi>Hỗ trợ cho những người đang nuôi dạy con cái>Trợ cấp trẻ em] (Nhật • Anh • Trung • Hàn)

●Khi muốn gửi trẻ ở nhà giữ trẻ●

Khi bố mẹ phải đi làm, đi học, bị bệnh hoặc sinh con không thể chăm sóc cho trẻ được có thể gửi trẻ đến nhà giữ trẻ. Đối tượng là trẻ từ khoảng 4 tháng tuổi đến trước khi vào tiểu học. Ngoài các **nhà trẻ được chứng nhận** của thành phố Sendai còn có các **nhà trẻ ngoài chứng nhận**. Để đăng ký vào các nhà trẻ được chứng nhận, hãy đăng ký với Ban trợ cấp nuôi dạy trẻ tại các Ủy ban quận hoặc Ban bảo hiểm và phúc lợi chi nhánh tổng hợp Miyagi nơi có nhà trẻ mà bạn chọn làm nguyện vọng một. Nếu muốn đăng ký vào các nhà trẻ ngoài chứng nhận vui lòng đăng ký trực tiếp với các cơ sở.

●Nhà trẻ được chứng nhận●

[Thời gian giữ trẻ] ※ Tùy vào từng trường có thể khác nhau

Khoảng từ 7:00 (~7:30) đến 18:00 (~18:30) ※ Có giữ trẻ ngoài giờ

※ Có cơm trưa (Có một số nơi thì trẻ trên 3 tuổi tự mang cơm đến). Cần phải đưa đón.

Phí giữ trẻ sẽ được quyết định dựa vào thuê cư trú của hộ gia đình đó (Phí giữ trẻ miễn phí cho trẻ từ lớp 3 tuổi đến lớp 5 tuổi).

Hướng dẫn đăng ký nhà giữ trẻ : Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

Trang chủ>Thông tin tiếng nước ngoài>trẻ em, gia đình>Sử dụng các cơ sở nuôi dạy trẻ (Nhật • Anh • Trung • Hàn)

Thông tin chi tiết tại: trang chủ của thành phố Sendai [Nhà>Thông tin cuộc sống >Sức khỏe & phúc lợi>Nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Danh sách các biện pháp nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Lắng>Dịch vụ giáo dục và chăm sóc trẻ em thường xuyên, v.v.>Đơn đăng ký sử dụng nhà trẻ, cơ sở chăm sóc trẻ em,...>Đối với những người muốn sử dụng các cơ sở chăm sóc trẻ em,...](Nhật)

Một số chế độ tại trường giữ trẻ ※Cần đăng ký trực tiếp tại mỗi trường.

① Giữ trẻ tạm thời	Giữ trẻ tạm thời khi người bảo hộ bị bệnh hoặc đi làm
② Giữ trẻ ngày nghỉ	Nhận giữ trẻ vào ngày chủ nhật, ngày nghỉ lễ khi người bảo hộ phải đi làm

●Cơ sở nuôi dạy trẻ ngoài chứng nhận●

Về nội dung của các dịch vụ tại các cơ sở nuôi dạy trẻ ngoài chứng nhận, xin hãy liên lạc trực tiếp với mỗi nhà trẻ. Trường hợp đạt một số điều kiện nhất định, bạn có thể nhận trợ cấp về phí trông trẻ từ thành phố Sendai nếu số tiền dưới hạn mức quy định.

Danh sách các nhà trẻ ngoài chứng nhận: Trang chủ của thành phố Sendai

[Nhà>Thông tin cuộc sống >Sức khỏe & phúc lợi>Nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên](#)
[>Danh sách các biện pháp nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Lắng>Dịch vụ giáo dục và chăm sóc trẻ em thường xuyên, v.v.>Cơ sở chăm sóc trẻ em không có giấy phép>Danh sách các cơ sở trẻ em không có giấy phép](#) (Nhật)

※ Tại các nhà trẻ ngoài chứng nhận, có nơi nhận giữ trẻ vào buổi tối hoặc ngày nghỉ.

Xin hãy liên lạc trực tiếp đến cơ sở nuôi dạy để đăng ký.

●Khi muốn cho trẻ đến trường mẫu giáo●

Đối tượng là trẻ đủ 3 tuổi đến khi nhập học tiểu học. Nếu có nguyện vọng cần đăng ký trực tiếp với các trường. Nhiều nơi nhận đăng ký từ tháng 11 năm trước cho kỳ nhập học tháng 4 năm sau. Học phí sẽ được miễn phí nếu dưới hạn mức quy định.

●Khi muốn gửi/cho trẻ đến trường mẫu giáo được chứng nhận●

Là cơ sở kiểm chức năng của nhà trẻ và trường mẫu giáo. Đối tượng là trẻ đến trước khi đi học tiểu học, phục vụ trông trẻ đối với trẻ dưới 3 tuổi, giáo dục và trông trẻ đối với trẻ 3 tuổi trở lên. Ngoài ra, còn tổ chức hỗ trợ nuôi con đối với các gia đình là đối tượng nuôi con của khu vực. Tiền học phí sẽ được quyết định dựa trên khoản thuế thị dân phải đóng của mỗi hộ gia đình (Phí giữ trẻ miễn phí cho trẻ từ lớp 3 tuổi đến lớp 5 tuổi).

※ Quy định về tuổi ở các trường này khác nhau tùy theo trường. Bạn cần trực tiếp xác nhận với trường.

Thông tin chi tiết tại trang chủ của thành phố Sendai: [Nhà>Thông tin cuộc sống >Sức khỏe & phúc lợi>Nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Danh sách các biện pháp nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Lắng>Dịch vụ giáo dục và chăm sóc trẻ em thường xuyên, v.v.>Đơn đăng ký sử dụng nhà trẻ, cơ sở chăm sóc trẻ em,...>Dành cho những người muốn sử dụng trường mẫu giáo và trường mẫu giáo trẻ em được chứng nhận](#)(Nhật)

●Khi muốn gửi trẻ tới nhà trẻ địa phương●

Là cơ sở giữ trẻ quy mô nhỏ dành cho trẻ dưới 3 tuổi. Cách đăng ký giống với các nhà giữ trẻ.

●Nơi bố mẹ cùng chơi với trẻ (Nobisuku)●

Những khu vực rộng có thể chơi với trẻ (nobisuku) là cơ sở hỗ trợ chăm sóc trẻ nhỏ. Tại “hiroba” miễn phí bạn có thể cùng chơi với con và trao đổi vấn đề liên quan đến nuôi con.

“Giữ trẻ tạm thời” có mất phí là dịch vụ trông giữ trẻ em từ 6 tháng tuổi đến khi bắt đầu đi học. Ngày và giờ có thể sử dụng các cơ sở là khác nhau. Để sử dụng bạn cần đăng kí làm thành viên và đăng nhập trước.

Thông tin chi tiết tại: Trang chủ thành phố Sendai: [Nhà>Thông tin cuộc sống >Sức khỏe & phúc lợi>Nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Tìm hiểu & Đi>Cơ sở vật chất và không gian có thể được sử dụng bởi cha mẹ và trẻ em>Nobisuku \(Nuôi dạy trẻ em Fureai Plaza, v.v.\)](#) (Nhật)

● Khi muốn cho trẻ tới trung tâm nhi đồng/tòa nhi đồng ●

Là cơ sở cung cấp nơi vui chơi và trò chơi dành cho trẻ em. Trẻ từ 0 đến dưới 18 tuổi có thể sử dụng.

Thông tin chi tiết tại: Trang chủ thành phố Sendai: [Nhà>Thông tin cuộc sống > Sức khỏe & phúc lợi>Nuôi dạy trẻ em và thanh thiếu niên>Tìm hiểu & Đi>Cơ sở vật chất và không gian có thể được sử dụng bởi cha mẹ và trẻ em>Hội trường trẻ em>Trung tâm Trẻ em và Trung tâm Trẻ em](Nhật)

※ Khi muốn sử dụng nhưng không biết cách đăng ký vào các nhà trẻ hay các cơ sở khác.v.v.

- Có thể trao đổi với Trung tâm đa văn hóa Sendai.
- Có thể sử dụng dịch vụ miễn phí “Tình nguyện đi theo giúp đỡ” của hội hỗ trợ người nước ngoài **OASIS** (Chi tiết vui lòng tham khảo trang 39).

*** Trung tâm đa văn hóa Sendai “Điện thoại hỗ trợ thông dịch” (TEL: 022-224-1919) ***

SINH HOẠT CƠ BẢN / IV. TRẺ EM / 3. Trường học

● Cho trẻ đi học tại các trường tiểu, trung học của thành phố ●

Cần làm thủ tục tại ban giáo vụ của hội đồng giáo dục của thành phố Sendai

- Tùy vào địa điểm sống mà sẽ được quyết định trường học
- Không tốn tiền học phí. Phải trả phí ăn trưa hay tài liệu giảng dạy.v.v.
- Giảng dạy bằng tiếng Nhật

※ Trường hợp Kỳ hạn lưu trú ngắn (dưới 2 tháng) có thể nhập học tạm thời.

Để biết thêm chi tiết vui lòng liên lạc: Ban giáo vụ của hội đồng giáo dục thành phố Sendai TEL: 022-214-8860

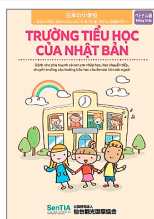
Giải thích để hiểu về sinh hoạt trường học, trường tiểu học, trung học của Nhật Bản.

● Cuốn sách nhỏ “Trường tiểu học của Nhật Bản”

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

https://int.sentia-sendai.jp/child/school/vi/pdf/Vietnamese_JES.pdf

(Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal • Tagalog)



● Cuốn sách nhỏ “Trường trung học của Nhật Bản”

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

https://int.sentia-sendai.jp/v/download/information/vietnam_jhs.pdf

(Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal • Tagalog)



※ Những cuốn sách nhỏ được phát miễn phí tại Trung tâm đa văn hóa Sendai.

●**Các hoạt động hỗ trợ trẻ em và cha mẹ người nước ngoài mà tiếng Nhật không phải tiếng mẹ đẻ**●

Dịch vụ/Tên đoàn thể	Nội dung hoạt động	Địa chỉ liên lạc
Chương trình phái cử người hỗ trợ hướng dẫn cho học sinh nhi đồng là người nước ngoài hay học sinh sống ở nước ngoài mới về nước	Phái cử người hợp tác tới hỗ trợ tại các giờ học ở trường trung học-tiểu học công lập tại thành phố Sendai.	Ban chỉ đạo giáo dục của hội đồng giáo dục TEL: 022-214-8875
Hội hỗ trợ trẻ em người nước ngoài	Hỗ trợ học tập các môn và việc học tiếng Nhật, tổ chức các buổi huấn luyện cho tình nguyện viên.	Văn phòng TEL: 090-2793-8899
Câu lạc bộ Satto Nihongo	Chúng tôi hỗ trợ học tiếng Nhật cho trẻ em người nước ngoài vào mỗi thứ Bảy hàng tuần từ 10 giờ đến 12 giờ.	Trung tâm thị dân trung tâm quận Aoba TEL: 022-263-5010
Bàn tư vấn Sendai hỗ trợ trẻ em có mối liên kết với nước ngoài	Phái cử tình nguyện viên thông dịch, điều phối viên tới các trường học, mở các lớp đào tạo với đối tượng là người dân hay người trợ giúp.v.v.	Văn phòng SenTIA TEL: 022-268-6260 Trung tâm đa văn hóa Sendai TEL: 022-265-2471
Lớp học kỳ nghỉ hè	Cùng học vui vẻ với các tình nguyện viên trong kỳ nghỉ hè.	SenTIA TEL: 022-268-6260
Tư vấn định hướng tương lai	Buổi hướng dẫn dành cho học sinh tiểu học-trung học cơ sở và phụ huynh muốn con học lên trường trung học phổ thông.	SenTIA TEL: 022-268-6260

●**Các trường dành cho người nước ngoài ở Sendai**●

Trường học pháp nhân Học viện Nanko Trường quốc tế Đông Bắc TEL: 022-348-2468

Trường học pháp nhân Học viện Horizon- Trường Sendai TEL: 022-739-9622

Trường cấp 1,2,3 Đông Bắc Triều Tiên TEL: 022-229-2131

Cuốn sách nhỏ “Sách hướng dẫn cho trẻ em và bố mẹ mà tiếng Nhật không phải tiếng mẹ đẻ”

Có giải thích chi tiết về chế độ của trường học ở Nhật, trường trung học phổ thông, kỳ thi vào trường trung học phổ thông.

<https://shinro-miyagi.jimdofree.com/>

(Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal • Tagalog • Tây Ban Nha)

※ Cuốn sách nhỏ được phát miễn phí tại Trung tâm đa văn hóa Sendai.



SINH HOẠT CƠ BẢN / V. GIAO THÔNG / 1. Các phương tiện giao thông công cộng

●Xe buýt●

Trong thành phố có xe buýt thành phố (市バス), xe buýt giao thông Miyagi (宮城交通バス) hoạt động.

Cách đi xe buýt

- a)  Xe buýt ở Sendai lên xe từ cửa giữa và xuống từ phía trước.
Nếu trả bằng tiền mặt, hãy lấy vé tính tiền (seiriken) tại vị trí ①.
Nếu dùng vé lên xe bằng thẻ IC như icsca, hãy chạm thẻ vào vị trí hiển thị như số ②.

- b) Khi nghe thấy tên của trạm xe buýt mà bạn muốn xuống, hãy nhấn các nút gần trong xe buýt.



- c)  Trả tiền khi xuống xe.
Nếu trả bằng tiền mặt, trước tiên, hãy cho vé tính tiền (seiriken) vào ③, sau đó cho số tiền được hiển thị vào. Nếu bạn muốn đổi tiền lẻ, hãy cho tiền vào (không có tiền thối) ④ trước khi xuống. Các mệnh giá tiền có thể đổi được là tờ 1000 yên, đồng 500 yên, đồng 100 yên, đồng 50 yên.
Nếu sử dụng vé lên xe bằng thẻ IC thì chạm thẻ vào vị trí có hiển thị như ⑤ .
※ Trường hợp tiền nạp trong thẻ IC còn ít có thể nạp thêm trong xe buýt. Hãy nói với tài xế xe buýt (không có tiền thối lại).

●Tàu điện ngầm●

Có 2 tuyến tàu điện ngầm (Tuyến Nam-Bắc; Tuyến Đông-Tây) ở thành phố Sendai.

Cách đi tàu điện ngầm



Tàu điện ngầm ở Sendai, khi lên và xuống, bạn đều phải đi qua cổng soát vé tự động. Khi sử dụng thẻ IC như icsca, bạn cần chạm thẻ vào vị trí có ký hiệu ① cả khi lên và xuống tàu.

Nếu sử dụng vé lượt hoặc vé ngày. Khi lên tàu: Đưa vé vào khe số ②, sau đó lấy vé từ khe số ③.

Khi xuống tàu: Đưa vé vào khe số ②.

Với vé lượt: Vé sẽ không trả lại từ khe số ③ khi bạn xuống tàu. Với vé ngày: Vé sẽ được trả lại từ khe số ③ khi bạn xuống tàu, hãy nhớ lấy lại vé.

●Cách mua vé lượt cho tàu điện ngầm●

Nơi có thể mua: Bạn có thể mua vé tại máy bán vé tự động nằm ở các ga tàu điện ngầm.



●Cách mua thẻ IC icsca●

Nơi có thể mua: Thẻ IC icsca có thể mua tại các máy bán vé tự động hoặc quầy bán vé định kỳ ở các ga tàu điện ngầm.

●Cách mua vé ngày (vé cho phép lên xuống không giới hạn trong một ngày)●

Nơi có thể mua: Vé ngày của xe buýt có thể mua tại quầy bán vé định kỳ ở các ga tàu điện ngầm.

Nơi có thể mua: Vé ngày của tàu điện ngầm có thể mua tại máy bán vé tự động ở các ga tàu điện ngầm.

●Vé định kỳ (loại vé cho phép lên xuống nhiều lần tại một số điểm cố định)●

Nơi có thể mua: Vé định kỳ có thể mua tại quầy bán vé định kỳ ở các ga tàu điện ngầm.

Nếu bạn muốn biết nhiều thông tin hơn vui lòng gọi điện đến Trung tâm hướng dẫn của Cục giao thông.

Xe buýt, tàu điện ngầm thành phố Sendai	Trung tâm hướng dẫn của Cục giao thông TEL: 022-222-2256 (Tiếng Nhật) Trung tâm đồ vật bị bỏ quên của Cục giao thông: TEL: 022-223-4812 (Tiếng Nhật) Trang chủ của Cục giao thông: https://www.kotsu.city.sendai.jp/ Tiếng Nhật • Anh, Trung, Hàn, Việt, Nepal)	
Xe buýt tỉnh Miyagi	Trụ sở công ty giao thông Miyagi	TEL: 022-771-5310
	Khu vực phía bắc : Trụ sở Tomiya Khu vực phía nam : Trụ sở Sendai	TEL: 022-358-9031 (Trung tâm đồ thất lạc) TEL: 022- 243-2131 (Trung tâm đồ thất lạc)
JR phía Đông Nhật Bản	Trung tâm đồ thất lạc ga Sendai	TEL: 022-227-0255
	JR East Info Line (Anh • Trung • Hàn)	TEL: 050-2016-1603

●Đi tàu điện JR●

Vé tàu JR có thể mua trong ga hoặc các đại lý du lịch.

●Đi xe buýt đường dài●

Có tuyến xe buýt chạy đường dài giữa Sendai và các thành phố khác. Ví dụ như xe buýt từ Sendai đi Tokyo mất khoảng 5h30 phút. Cần phải đặt vé trước. Thông tin chi tiết hãy liên lạc các công ty xe buýt.

●Đi Taxi●

Thông thường taxi có thể chở được 5 người bao gồm cả tài xế. Nếu đèn hiệu bên phía kính trước ghế phụ có ghi chữ 「空車」 có thể giơ tay ra hiệu để bắt xe. Cửa bên trái phía sau tự động mở ra. Hãy đợi đến khi cửa mở. Tiền phí ban đầu được ghi trên cửa sổ xe phía lên xe nên hãy xác nhận trước. Tiền taxi được tính theo thời gian và khoảng cách đi. Nên đèn đỏ hay kẹt xe thì dù không di chuyển tiền cũng sẽ tăng. Từ 10:00 tối đến 5:00 sáng tiền phí taxi sẽ tăng giá.

Nếu không biết tiếng Nhật bạn có thể ghi sẵn địa điểm muốn đến lên giấy và đưa cho tài xế xem.

*** Trung tâm đa văn hóa Sendai “Điện thoại hỗ trợ thông dịch” (TEL: 022-224-1919) ***

SINH HOẠT CƠ BẢN / V. GIAO THÔNG / 2. Ô tô • Xe máy • Xe đạp

● Khi lái ô tô, xe máy ở Nhật ●

Cần phải có bằng lái xe của Nhật hoặc bằng lái xe quốc tế.v.v. Có 2 cách để lấy bằng lái xe của Nhật:

- Đổi bằng nước ngoài (bằng do 1 nước khác Nhật cấp) sang bằng Nhật
- Cách lấy giấy phép lái xe qua các kỳ thi lý thuyết, thi năng lực và thi kỹ năng: Bạn có thể chọn thi lý thuyết bằng một trong 20 ngôn ngữ khác nhau. Hãy đặt lịch qua trang web của Trung tâm Giấy phép Lái xe Miyagi hoặc qua điện thoại.

TEL 0570-000-798 (Các ngày trong tuần từ 15:00 đến 15:30, Chủ nhật từ 12:30 đến 15:00).

● Đổi bằng lái xe nước ngoài (bằng do 1 nước khác Nhật cấp) sang bằng Nhật ●

Trước khi làm thủ tục đăng ký (xét duyệt hồ sơ), cần phải điều chỉnh trước (liên lạc trước).

Trung tâm bằng lái xe TEL: 022-373-3601 (nội tuyến 275) / Ngày thường 15:00-17:00

Đổi bằng lái xe sang bằng Nhật	Điều kiện	• Phải sống tại nước đã lấy bằng ít nhất 3 tháng sau khi lấy bằng. ※ Thông qua hộ chiếu, có thể xác nhận thời gian lưu trú sau khi được cấp bằng tại quốc gia đó, tuy nhiên, trong trường hợp không thể xác nhận bằng con dấu xuất nhập cảnh.v.v. thì cần giấy tờ chứng minh khác (Giấy chứng nhận tốt nghiệp, Giấy chứng nhận tuyển dụng, Giấy chứng nhận nộp thuế.v.v.) • Bằng chưa hết hạn sử dụng. • Địa chỉ đang sinh sống ở tỉnh Miyagi.
	Giấy tờ cần thiết	• Đơn xin cấp bằng (có ở trung tâm bằng lái xe) • 1 tấm ảnh (3×2.4cm, đen trắng hay có màu đều được. Ảnh đội mũ, có cảnh phía sau, nhìn thấy răng đều không được) • Bản sao phiếu cư trú (xin tại ủy ban quận) ※ Có ghi quốc tịch (Không yêu cầu với người đã có bằng lái xe của Nhật). Thông tin chi tiết về phiếu cư trú xem tại trang 8 • Bằng lái đã lấy ở nước ngoài • Hộ chiếu (Nếu có hộ chiếu cũ, thì cần tất cả). • Bằng lái của Nhật (nếu có) • Giấy dịch nội dung của bằng lái xe nước ngoài sang tiếng Nhật (*1)
	Khác	Về thủ tục, tùy vào quốc gia đã lấy bằng mà có trường hợp chỉ kiểm tra giác quan (kiểm tra thị lực.v.v.) hoặc có trường hợp thi thêm lý thuyết về luật (có thể thi bằng một vài ngôn ngữ nước ngoài) và kĩ năng. Trường hợp không đậu cũng phải trả phí dự thi. Nếu không thể giao tiếp bằng tiếng Nhật hãy nhờ người thông dịch đi cùng.

(*1) Tùy vào quốc gia mà có thể nhờ đại sứ quán hoặc lãnh sự quán dịch sang tiếng Nhật.

Ngoài ra, JAF cũng cung cấp dịch vụ dịch thuật có phí. Hãy đăng ký qua trang web của JAF. TEL 022-783-2826 (Chỉ trong các ngày làm việc từ 10:00 đến 17:00).

●**Đăng ký ô tô, xe máy**●

Nếu có ô tô hoặc xe máy cần phải đăng ký. Liên lạc với nơi đã mua hoặc liên lạc đến địa chỉ sau.

Xe ô tô thông thường	Cục giao thông vận tải Tohoku Chi cục vận tải Miyagi	TEL: 050-5540-2011
Xe ô tô động cơ nhẹ	Hiệp hội kiểm tra ô tô động cơ nhẹ Trụ sở chủ quản Miyagi	TEL: 050-3816-1830
Xe máy từ 126cc trở lên	Cục giao thông vận tải Tohoku Chi cục vận tải Miyagi	TEL: 050-5540-2011
Xe máy 125cc trở xuống	Các phòng ban chịu trách nhiệm về thuế tại các quận có nơi lưu trữ chính: Phòng Thuế và Kế toán tại các Văn phòng Quận. Phòng Thuế tại các Chi nhánh Tổng hợp.	

●**Đăng ký bảo hiểm**●

Nếu bạn gây tai nạn và làm người khác bị thương, bạn có thể phải trả một số tiền lớn. Chủ sở hữu ô tô và xe máy phải tham gia bảo hiểm trách nhiệm bồi thường ô tô (còn gọi là bảo hiểm bồi thường ô tô bắt buộc). Hãy tham gia bảo hiểm tự nguyện. Khi mua hoặc nhận ô tô, hãy chắc chắn rằng xe đã có bảo hiểm. Bạn có thể đăng ký bảo hiểm tại cửa hàng ô tô hoặc công ty bảo hiểm.

Ngoài ra, khi đi xe đạp, bạn cũng phải tham gia bảo hiểm bồi thường thiệt hại do xe đạp gây ra. Bảo hiểm xe đạp có thể tham gia khi bạn kiểm tra hoặc bảo dưỡng xe đạp tại cửa hàng (có phí), hoặc tham gia bảo hiểm qua "TS Mark". Bạn cũng có thể tham gia bảo hiểm xe đạp qua internet hoặc cửa hàng tiện lợi.

Ngoài ra, bạn có thể tham gia bảo hiểm ô tô, bảo hiểm cháy nổ và các loại bảo hiểm khác thông qua các "phụ lục" của hợp đồng bảo hiểm.

●**Đi xe đạp**●

- Nếu có xe đạp hãy đăng ký chống trộm và thực hiện kiểm tra, bảo dưỡng.
- Không để xe trên đường. Hãy để xe tại bãi đậu xe đạp. Nếu đậu xe ở nơi cấm đậu xe đạp, sẽ bị tịch thu về nơi bảo quản xe đạp. Khi đến lấy xe phải nộp tiền phạt .

※ **Bản đồ bãi đậu xe đạp:**

<https://www.city.sendai.jp/jitenshataisaku/kurashi/machi/kotsu/jitensha/churinjo/map.html>

(Nhật • Anh)

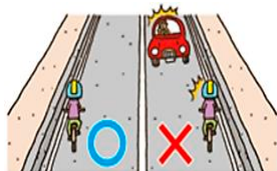
●**Hãy tuân thủ luật lệ giao thông của Nhật Bản**●

- Các loại xe bao gồm cả xe đạp phải chạy bên trái đường. Khi người đi bộ (người đang đi bộ) đi trên đường không có vỉa hè, họ phải đi bộ về phía bên phải của con đường.
- Những đoạn đường đi bộ có biển báo giao thông, biển chỉ dẫn như ảnh dưới đây được phép đi xe đạp.

- Không lái xe nếu uống bia rượu, kể cả xe đạp.
- Tại “Pháp lệnh liên quan đến sử dụng xe đạp an toàn tại thành phố Sendai”, có những quy định mà người sử dụng xe đạp cần phải tuân thủ. Thông tin chi tiết xem tại trang chủ của thành phố Sendai.

<https://www.city.sendai.jp/jitensha/foreign.html>

Nhật • Anh • Trung • Hàn • Việt • Nepal)



Thông tin hữu ích : “Bạn có biết? Có đang tuân thủ? Quy tắc và cách ứng xử khi sử dụng xe đạp”. (Thông tin công khai online của chính phủ)



Biểu thị trên đường



Biển báo giao thông trên đường (Đường dành riêng cho người đi xe đạp và người đi bộ)

[Xe đạp]

- Khi chạy trên vỉa hè, người đi bộ (người đang đi bộ) phải được ưu tiên, bạn phải chạy chậm về phía làn đường xe, giữ tốc độ đủ chậm để có thể dừng lại bất cứ lúc nào.
- Hãy đội mũ bảo hiểm để bảo vệ đầu.
- Khi trời tối, hãy bật đèn khi lái xe.
- Không được nghe hay sử dụng điện thoại, smart phone, cầm hay treo ô, đồ vật lên tay lái của xe khi đi xe đạp.
- Không sử dụng tai nghe (headphone và earphone) khi đang điều khiển xe đạp.
- Không chở 2 người, không đi dàn hàng.



- ※ Những người điều khiển xe đạp trong 3 năm bị cảnh sát bắt vi phạm lỗi 2 lần trở lên sẽ bị bắt buộc tham gia lớp học đào tạo.



[Xe ô tô]

- Tất cả các ghế đều phải thắt dây an toàn, kể cả ghế sau.
- Phải sử dụng ghế ngồi chuyên dụng cho trẻ em đối với trẻ dưới 6 tuổi.

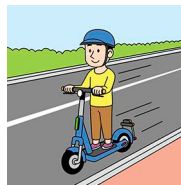


[Xe máy]

- Phải đội mũ bảo hiểm.

[Xe Kickboard điện và các loại xe tương tự (Xe đạp điện nhỏ có động cơ đặc biệt)]

- Người điều khiển phải từ 16 tuổi trở lên.
- Phải di chuyển ở lề trái của đường xe với tốc độ dưới 20 km/h.
- Không được phép chạy trên vỉa hè.



- ※Tuy nhiên, trong trường hợp ngoại lệ, nếu xe đáp ứng các tiêu chuẩn thì có thể chạy trên vỉa hè với tốc độ dưới 6 km/h
- Bắt buộc phải tham gia bảo hiểm trách nhiệm bồi thường tự động.

- Hãy đội mũ bảo hiểm để bảo vệ đầu.

「Hướng dẫn sử dụng an toàn cho xe Kickboard điện và các loại xe tương tự」

https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kotsu/jikoboshi/torikumi/kotsu_joho/kickboard.files/202310_reaflet.pdf

(Anh, Nhật, Việt, Hàn)

「Hướng dẫn về an toàn giao thông tại Nhật dành cho người đi bộ và người đi xe đạp」

https://www.npa.go.jp/koutsuu/kikaku/trafficsafety/traffic_safety_english.pdf (Anh)

https://www.npa.go.jp/english/bureau/traffic/document/06_traffic_safety_cn.pdf (Trung)

https://www.npa.go.jp/english/bureau/traffic/document/07_traffic_safety_kr.pdf (Hàn)

https://www.npa.go.jp/english/bureau/traffic/document/05_traffic_safety_pt.pdf (Bồ Đào Nha)

BIỂN BÁO GIAO THÔNG



Cấm lưu thông



Cấm xe đi vào



Cấm đi theo hướng không
được chỉ định



Cấm vượt phía bên
phải



Cấm dừng
xe



Cấm đậu xe



Giới hạn tốc
độ (50km/h)



Xe đạp nhỏ có
động cơ đặc biệt
“Đường chuyên
dành cho xe đạp”



Đường chuyên
dành cho các
loại xe đạp và
người đi bộ



Đường dành cho
người đi bộ



Cách rẽ phải của
xe gắn máy thông
thường người đi bộ



Dừng lại
tạm thời



Cấm người đi bộ
qua đường



Có trường học,
trường mẫu
giáo, nhà trẻ

DVD an toàn giao thông đa ngôn ngữ

Giải thích dễ hiểu về cách đi xe đạp an toàn hay những việc
nên làm khi xảy ra tai nạn xe đạp.

<https://www.youtube.com/watch?v=vP3FhSB6QWg>

(Nhật • Anh • Trung • Việt • Nepal)



SINH HOẠT CƠ BẢN / VI. VIỆC LÀM

Nếu có tư cách lưu trú có thể làm việc, thì chỉ cần nội dung công việc đúng với tư cách lưu trú, có thể làm việc được tại Nhật.

Các cơ quan giới thiệu việc làm (để được giới thiệu cần phải đăng ký)

Halo Work Sendai	Tầng 4 tòa Sendai MT, 4-2-3 Tsutsujigaoka, Miyagino-ku TEL: 022-299-8819 【Góc dịch vụ về tuyển dụng người nước ngoài】 Thời gian có sắp xếp phiên dịch tiếng Trung: Thứ 3 10:00-15:30 (Ngoại trừ 12:00-13:00) Thời gian có sắp xếp phiên dịch tiếng Anh: Thứ 5 10:00-15:30 (Ngoại trừ 12:00-13:00) * Có trường hợp có sự thay đổi về ngày và giờ giấc. Có thể tìm qua internet → https://www.hellowork.mhlw.go.jp/ (Nhật)
-------------------------	--

Cũng có thể tìm việc thông qua các tờ rơi quảng cáo tìm việc được phát hành miễn phí tại ga hay siêu thị .

【Một số từ tiếng Nhật hay dùng khi xin việc】

Giấy chứng minh tư cách lao động	Giấy chứng minh là bạn có tư cách làm việc tại Nhật Bản
Hoạt động ngoài tư cách	Nếu làm việc ngoài tư cách cư trú đang có thì cần phải có cấp phép này. Du học sinh muốn đi làm thêm phải có cấp phép này. Thông tin chi tiết tại Trang 8.
Sơ yếu lý lịch (Có dán ảnh)	Là giấy ghi lý lịch học tập và làm việc, kinh nghiệm của bản thân. Nộp cho doanh nghiệp, cửa hàng muốn xin việc. Khi xin việc làm thêm cũng cần phải có giấy này. Cách điền có thể xem tại → https://www.tia.toyota.aichi.jp/jp-site/e-learning/ (Hệ thống E-learning hỗ trợ học tiếng Nhật Toyota • Anh • Trung • Bồ Đào Nha • Tây Ban Nha) ※ Ngoài sơ yếu lý lịch có trường hợp sẽ cần thêm lý lịch làm việc
Xét hồ sơ	Các công ty, cửa hàng sẽ dựa vào lý lịch của bạn để xem xét có tuyển bạn hay không.
Phỏng vấn	Người của công ty, cửa hàng sẽ trực tiếp gặp, hỏi nhiều câu hỏi để xem xét quyết định có tuyển bạn hay không. Lúc này sẽ tham khảo lý lịch của bạn.

Sách hướng dẫn tìm việc cho du học sinh

Soạn bởi JASSO(cơ quan hỗ trợ học sinh Nhật Bản) (Nhật • Anh)

https://www.jasso.go.jp/ryugaku/after_study_j/job/guide.html

CÁC THÔNG TIN KHÁC

●Học tiếng Nhật●

Tại Sendai có nhiều lớp học tiếng Nhật khác nhau. Bạn có thể tìm lớp học phù hợp với mình.

Loại hình lớp học	Có những lớp học nơi mọi người tập trung lại trong phòng để học. Sử dụng sách giáo khoa. Cũng có lớp học dành cho trẻ em.
Học theo nhóm nhỏ	Học với ít người và có thể được giảng dạy hoặc trò chuyện với giáo viên
Học 1:1	Bạn sẽ học với các tình nguyện viên tiếng Nhật. Bạn có thể chọn thời gian và địa điểm mình thích
Học online	Có các trang web để học trực tuyến. Cũng có những trang web hỗ trợ học bằng ngôn ngữ khác.

Để biết thêm chi tiết, bạn có thể tham khảo trang web "SenTIA Cổng thông tin giáo dục tiếng Nhật khu vực" tại:

<https://www.int.sentia-sendai.jp/nihongo/>

Ban quốc tế hóa SenTIA Trang chủ > Học tiếng Nhật tại Sendai
(Nhật, Anh, Trung, Hàn, Việt, Nepal)



●Kỳ thi năng lực tiếng Nhật●

Kỳ thi năng lực tiếng Nhật là kỳ thi dành cho người có tiếng mẹ đẻ không phải là tiếng Nhật, được tổ chức hàng năm vào tháng 7 và tháng 12. Có thể đăng ký dự thi qua internet. Chi tiết có thể xem tại trang chủ của JEES (Tổ chức pháp nhân công ích Hiệp hội hỗ trợ giáo dục quốc tế Nhật Bản)

Kỳ thi năng lực tiếng Nhật <https://info.jees-jlpt.jp/> (Nhật • Anh)

●Học bổng dành cho du học sinh tại Nhật●

Tại Nhật có nhiều loại học bổng dành cho du học sinh. Có thể xem tài liệu quảng cáo về các loại học bổng chính dành cho du học sinh tại trang Thông tin du học Nhật Bản.

Tài liệu quảng bá về học bổng du học tại Nhật

<https://www.studyinjapan.go.jp/ja/planning/brochures/> (Nhật)

<https://www.studyinjapan.go.jp/en/planning/brochures/> (Anh)

●Thu thập thông tin●

Tư vấn và trả lời các câu hỏi về cuộc sống

Đoàn thể pháp nhân công ích Hiệp hội du lịch quốc tế Sendai (SenTIA) Bộ phận quốc tế hóa 	Có thể đối ứng bằng tiếng Anh. Ngày thường 9:00-17:30 Tầng 6 tòa Tòa nhà Keihan Sendai Ichibancho 3-3-20 Ichibancho, Aoba-ku TEL: 022-268-6260 FAX: 022-268-6252 HP: https://int.sentia-sendai.jp/v/ X(Twitter cũ): https://twitter.com/SENTIA_info/ Facebook: https://www.facebook.com/sendai.sira/
Trung tâm đa văn hóa Sendai   Trang chủ điện thoại hỗ trợ thông dịch	Chúng tôi có thể hỗ trợ bằng tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Việt, tiếng Nepal, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Thái, Tiếng Nga, tiếng Indonesia, tiếng Tagalog, tiếng Italia, tiếng Pháp, tiếng Đức, tiếng Mã Lai, tiếng Khmer, tiếng Myanmar, tiếng Mông Cổ, tiếng Sinhala, tiếng Hindi, tiếng Bengali, tiếng Urdu, tiếng Ukraina .v.v. Chúng tôi sẽ tư vấn, trao đổi về cuộc sống của người cư trú người ngoại quốc hay những trao đổi liên quan đến vấn đề phát triển cộng đồng cộng sinh đa văn hóa. Mở cửa 9:00-17:00 mỗi ngày ※ trừ những ngày nghỉ tết và 1 đến 2 ngày đóng cửa trong tháng) TEL: 022-265-2471 FAX: 022-265-2472 Điện thoại hỗ trợ thông dịch: TEL: 022-224-1919 E-mail: tabunka@sentia-sendai.jp
Buổi tư vấn chuyên môn dành cho người nước ngoài 	Tư vấn/thông dịch miễn phí. Tổ chức định kỳ. Cần hẹn trước. Có thể trao đổi, nhận tư vấn từ Hội chuyên viên hành chính tỉnh Miyagi, Hội luật sư Sendai, Cục quản lý lưu trú xuất nhập cảnh Sendai, Cục lao động Miyagi, Hội chuyên viên thuế Tohoku. Trung tâm hỗ trợ khởi nghiệp thành phố Sendai ASSISTA TEL: 022-265-2471(Trong trung tâm đa văn hóa Sendai)
Hội hỗ trợ người nước ngoài OASIS	Có dịch vụ cử tình nguyện viên hỗ trợ đi cùng người nước ngoài không thể giao tiếp bằng tiếng Nhật, chưa quen với cuộc sống ở Nhật để hỗ trợ tại các cơ quan hành chính, giáo dục, bệnh viện.v.v. TEL: 022-265-2471 (Bên trong Trung tâm đa văn hóa Sendai)
Đoàn thể pháp nhân công ích Hiệp hội quốc tế hóa tỉnh Miyagi (MIA)	Có thể đối ứng bằng tiếng Anh, Trung. Ngày thường 8:30-17:15 Tầng 7 MiyagikenSendaiGoudochousha, 4-17 Tsutsumidori Amamiyamachi, Aoba-ku TEL: 022-275-3796 https://mia-miyagi.jp/

Trung tâm tư vấn cho người nước ngoài Miyagi (Trong MIA)	Có thể đối ứng bằng tiếng Nhật, Anh, Trung, Hàn, Việt, Tagalog, Indonesia, Nepal, Bồ Đào Nha, Thái, Hindi, Tây Ban Nha, Nga. Ngày thường: 9:00-17:00 ※ Trừ ngày nghỉ lễ, ngày tết. Có thể sử dụng Triphone (hệ thống điện thoại 3 chiều) để trao đổi với những cơ quan chuyên môn khác. (Trong Đoàn thể pháp nhân công ích Hiệp hội giao lưu quốc tế tỉnh Miyagi (MIA)) TEL: 022-275-9990
Đường dây nóng Yoriso, đường dây chuyên dụng cho tiếng nước ngoài (Trung tâm hỗ trợ hòa nhập xã hội)	Có hỗ trợ bằng tiếng Anh, Trung, Hàn, Triều Tiên, Tagalog, Việt, Thái, Bồ Đào Nha, Tây Ban Nha, Nepal, Indonesia (ngôn ngữ đối ứng tùy theo thời gian sẽ khác nhau) ① Điện thoại hỏi đáp (miễn phí): Hằng ngày 10:00-22:00 TEL: 0120-279-226 (Nếu gọi từ các tỉnh ngoài Iwate, Miyagi, Fukushima TEL: 0120-279-338) ※ Nhấn phím 2 sau khi nghe hướng dẫn. https://www.since2011.net/yoriso/n2/ ② Trao đổi bằng SNS qua internet • Điện thoại trao đổi bằng Messenger của Facebook https://www.since2011.net/yoriso/n2-sns/ • Cung cấp thông tin về các khó khăn gặp phải (trao đổi qua tin nhắn). https://comarigoto.jp/
Số điện thoại tư vấn về nhân quyền của người nước ngoài của cục pháp vụ	Có hỗ trợ bằng tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Philippines, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Việt, tiếng Nepal, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Indonesia, tiếng Thái. Ngày thường 9:00-17:00 TEL: 0570-090911
Dịch vụ cung cấp thông tin đa ngôn ngữ, tư vấn pháp luật	Có hỗ trợ bằng tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Việt, tiếng Tagalog, tiếng Nepal, tiếng Thái, tiếng Indonesia. Ngày thường 9:00-17:00 TEL: 0570-078377 ※ Điện thoại IP, điện thoại di động trả trước TEL: 050-3754-5430

L-Sola Sendai	Chỉ hỗ trợ bằng tiếng Nhật (Người phiên dịch của bạn có thể cùng tham gia) ① Tư vấn cho phụ nữ • Tư vấn trực tiếp (Cần đặt hẹn trước) Thứ 2, thứ 4 đến thứ 7: 9:00-17:00, Thứ 3: 9:00-21:00 TEL: 022-268-8302 • Tư vấn qua điện thoại thứ 2, thứ 4 đến thứ 7: 9:00-15:30 TEL: 022-224-8702 • Tư vấn trực tiếp về pháp luật với luật sư (Cần đặt hẹn và phỏng vấn trước) ② Quầy tư vấn về các vấn đề phân biệt đối xử về giới tính Thứ 2 đến thứ 7: 9:00-17:00 TEL: 022-268-8043 ※Tất cả ngoại trừ ngày lễ, ngày nghỉ định kỳ hai lần mỗi tháng, và kỳ nghỉ cuối năm đầu năm.
---------------	--

Hướng dẫn về du lịch ở Sendai

Trung tâm thông tin du lịch thành phố Sendai	Có hỗ trợ bằng tiếng Anh. 8:30-19:00 Hằng ngày (Ngày 31 tháng 12~ ngày 3 tháng 1: 9:00-17:00) Tầng 2 ga JR Sendai TEL: 022-222-4069
--	---

Các thông tin dành cho người nước ngoài

Thành phố Sendai, SenTIA cung cấp thông tin bằng tiếng nước ngoài (trang chủ)	Thông tin bằng tiếng nước ngoài liên quan tới sinh hoạt, phòng chống thiên tai, sức khỏe/y tế, trẻ em/gia đình.v.v. https://int.sentia-sendai.jp/v/information/ (SenTIA)
Trang Cổng chính hỗ trợ cuộc sống người nước ngoài (trang chủ)	Các thông tin đa ngôn ngữ về cuộc sống và công việc.v.v. dành cho người nước ngoài đang sống tại Nhật Bản và những người trợ giúp họ. https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/ (Cục quản lý lưu trú xuất nhập cảnh của Bộ tư pháp)

●Địa chỉ liên lạc của ủy ban tỉnh, thành phố, quận●

Trung tâm hành chính tỉnh Miyagi	3-8-1 Honcho, Aoba-ku	TEL: 022-211-2111
Ủy ban thành phố Sendai	3-7-1 Kokubuncho, Aoba-ku	TEL: 022-261-1111
Ủy ban quận Aoba	1-5-1 Kamisugi, Aoba-ku	TEL: 022-225-7211
Ủy ban quận Izumi	2-1-1 Izumi-chuo, Izumi-ku	TEL: 022-372-3111
Ủy ban quận Taihaku	3-1-15 Nagamachi-minami, Taihaku-ku	TEL: 022-247-1111
Ủy ban quận Miyagino	2-12-35 Gorin, Miyagino-ku	TEL: 022-291-2111
Ủy ban quận Wakabayashi	3-1 Hoshuninmaecho, Wakabayashi-ku	TEL: 022-282-1111
Chi nhánh tổng hợp Miyagi	5 Kannondo, Shimoayashi, Aoba-ku	TEL: 022-392-2111
Chi nhánh tổng hợp Akiu	45-1 Ohara, Nagafukuro, Akiu-machi, Taihaku-ku	TEL: 022-399-2111

●Các cơ sở công cộng ở thành phố Sendai●

Tại thành phố Sendai có các tiện ích công cộng sau.

○Thư viện

Trong thành phố có bảy thư viện thành phố, nếu bạn làm thẻ người dùng thì có thể mượn tài liệu thư viện và đặt lịch mượn tài liệu. Việc sử dụng thư viện là miễn phí.

Thông tin chi tiết: Thư viện thành phố Sendai

<https://lib-www.smt.city.sendai.jp/> (Nhật • Anh • Trung • Hàn)



○Trung tâm thị dân

Trung tâm thị dân là cơ sở cứ điểm cho các hoạt động độc lập và học tập suốt đời ở khu vực. Có thể sử dụng là nơi học tập, giao lưu, phát triển cộng đồng.

Thông tin chi tiết: Hướng dẫn sử dụng trung tâm thị dân

<https://www.hm-sendai.jp/siminc> (Nhật)



Ngoài ra, còn có nhiều công trình công cộng khác như công viên, cơ sở văn hóa, thể thao. Thông tin chi tiết: Trang chủ thành phố Sendai: [\[Trang chủ > Thông tin cuộc sống](#)

[> Thông tin cơ sở > Thông tin cơ sở công cộng\]](#)

Ngoài ra, các cơ sở được liệt kê dưới đây đều có chế độ miễn phí hoặc giảm giá phí vào cửa đối với sinh viên nước ngoài và gia đình họ.

Đối tượng	(1) Những người sống ở thành phố Sendai có tư cách lưu trú là “du học” (2) Những người đang học đại học, đại học ngắn hạn, trường trung học phổ thông, trường dạy nghề tại thành phố Sendai có tư cách lưu trú là “du học” (3) Những người trong gia đình đi cùng đối tượng (1) hoặc (2) ※ Nội dung đăng tải thì sẽ có trường hợp thay đổi Hãy liên hệ trực tiếp với các cơ sở để biết thêm thông tin chi tiết về điều kiện.
	Phương pháp sử dụng
	Hãy đưa thẻ học sinh và thẻ lưu trú tại lễ tân của cơ sở

Cơ sở đối tượng	Số điện thoại-địa điểm-trang chủ
Công viên sở thú Yagiyama thành phố Sendai	1-43 Yagiyama Honcho, Taihaku-ku TEL: 022-229-0631 https://www.city.sendai.jp/zoo/index.html 
Bảo tàng văn học Sendai	 2-7-1 Kitane, Aoba-ku TEL: 022-271-3020 https://www.sendai-lit.jp/
Viện bảo tàng thành phố Sendai	26 Kawauchi, Aoba-ku TEL: 022-225-3074 https://www.city.sendai.jp/museum/index.html 
Viện khoa học thành phố Sendai	 4-1 Dainohara Shinrinkoen, Aoba-ku TEL: 022-276-2201 http://www.kagakukan.sendai-c.ed.jp/
Đài thiên văn thành phố Sendai	9-29-32 Nishikigaoka, Aoba-ku TEL: 022-391-1300 https://www.sendai-astro.jp/ 
Thư viện dữ liệu lịch sử phong tục tập quán thành phố Sendai	 1-3-7 Gorin, Miyagino-ku (bên trong công viên Tsutsujigaoka) TEL: 022-295-3956 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~rekimin/index.html
Phòng triển lãm bảo tàng tưởng niệm phục hồi sau chiến tranh thành phố	2-12-1 Ohmachi, Aoba-ku TEL: 022-263-6931 https://www.hm-sendai.jp/sisetu/sensai/index.html 
Bảo tàng dưới lòng đất của rừng	 4-3-1 Nagamachi-minami, Taihaku-ku TEL: 022-246-9153 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~chiteinomori/
Quảng trường dầu tích Joumon thành phố Sendai	10-1 Yamada-Uenodaicho, Taihaku-ku TEL : 022-307-5665 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~jyoumon/ 
Vườn bách thảo Akiu Otaki	 5 Aza-otaki, Baba Akiu-machi, Taihaku-ku TEL: 022-399-2761 http://sendai-green-association.jp/green/akiu/
Vườn hoa đại thành phố Sendai 仙台市野草園	2-1-1 Mogasaki, Taihaku-ku TEL: 022-222-2324 http://sendai-green-association.jp/green/yasouen/ 

^{ゆび} 指さし会話 Nói chuyện bằng cách chỉ vào chữ	^{はい} はい Có ○	^{いいえ} いいえ Không ×
---	------------------------------------	---

^あ 当てはまる項目を^{こうもく}指で^{ゆび}さしてください。

Xin hãy chỉ vào mục đúng ý bạn muốn nói.

^{にほんご} 日本語が ^{はな} 話せません / ^か 書けません。 Tôi không thể nói / viết tiếng Nhật.	わかります。 Tôi hiểu.	わかりません。 Tôi không hiểu.
--	-----------------------------------	--

●あいさつ ●CHÀO HỎI

^{わたし} 私 は〜と申します。 Tôi tên là ~ .	ありがとうございます。 Cảm ơn.	どういたしまして。 Không có chi.
ごめんなさい。 Tôi xin lỗi.	すみません。 Xin lỗi/ làm ơn cho tôi hỏi.	

●お願い ●NHỜ VẢ

^{ねが} お願いします。 / ~をください。 Xin hãy giúp tôi / Xin hãy cho tôi ~		^き お聞きしたいことがあります。 Tôi muốn hỏi .
^{いちどい} もう一度言ってください。 Xin hãy nói lại 1 lần nữa.	^い ゆっくり言ってください。 Xin hãy nói chậm hơn.	^み ~を見せてください。 Xin hãy cho tôi xem ~
^か それをここに書いてください。 Xin hãy viết lên đây.	^ま ちょっと待ってください。 Xin đợi một lát	^ほ ~が欲しいです。 Tôi muốn ~.
^{まよ} 迷いました。(家に / ここに) ^い 連れて行ってください。 Tôi bị lạc. Xin hãy dẫn tôi (về nhà / đến đây).		^い ~へ行きたいです。 Tôi muốn đi đến ~.

しつもん
●質問

●CÂU HỎI

ほけんしょう みぶんしょうめいしょ ざいりゅう 保険証/身分証明書 / 在留カードはありますか？ Bạn có thể bảo hiểm sức khỏe / giấy tờ tùy thân/ thẻ lưu trú hay không ?		
ご はな ひと ベトナム語を話す人はいますか？ Có ai nói được tiếng Việt hay không ?		なん これ /それ /あれは何ですか？ Cái này / đó / kia là gì vậy?
～はありますか？ Bạn có ~ hay không?	これはいくらですか？ Cái này giá bao nhiêu vậy ?	～はどこですか？ ～ ở đâu vậy?
か どこで～を買えますか？ ～ có thể mua ở đâu vậy ?		ち す げんざいち この地図で現在地はどこですか？ Đây là ở đâu trên bản đồ này vậy ?
い でんしゃ ちかてつ の ～に行くのにはどの (バス/電車/地下鉄) に乗ればいいですか？ Tôi nên lên xe buýt / tàu điện / tàu điện ngầm nào để có thể đi đến ~ vậy ?		
い お ～に行くにはどこで降りればいいですか？ Tôi nên xuống ở đâu để có thể đi đến ~ vậy ?	じかん どのくらい時間がかかりますか？ Tốn thời gian khoảng bao lâu vậy ?	
つぎ でんしゃ ちかてつ なんじ 次の(バス/電車/地下鉄)は何時ですか？ Chuyến xe buýt / tàu điện/tàu điện ngầm tiếp theo là mấy giờ vậy ?	い ～へはどう行けばよいですか？ Làm thế nào để tôi có thể đi đến ~ ?	

しつもん こた
●質問の答え

●TRẢ LỜI

ちか この近くにはありません。 Ở gần đây thì không có.	ち す (地図で)ここです。 Bạn ở đây (trên bản đồ).
こちら/あちらです。 Phía này / đằng kia.	うんてんしゅ えきいん てんいん ほか ひと き (運転手/駅員/店員/他の人)に聞いてください。 Xin hãy hỏi tài xế / nhân viên nhà ga / nhân viên cửa hàng/ người khác .
でんしゃ ちかてつ い (バス/電車/地下鉄/タクシー)で行かなければいけません。 Bạn phải đi bằng xe buýt / tàu điện / tàu điện ngầm/ taxi.	

たす 助けてください！ Cứu !	きゅうきゅうしゃ よ 救 急 車 を呼んでください！ Xin hãy gọi giúp xe cấp cứu!
-------------------------	---

びょういん
●病院 ●BỆNH VIỆN

たいちょう 体調はどうですか？ Cơ thể bạn cảm thấy thế nào?	びょういん い 病院に行きたいです。 Tôi muốn đi đến bệnh viện.	どう き 動悸がします。 Tôi bị tim đập mạnh.
あたま いた 頭が痛いです。 Tôi bị đau đầu.	は け 吐き気がします。 Tôi bị buồn nôn.	おなか いた おなかが痛いです。 Tôi bị đau bụng.
めまいがします。 Tôi bị hoa mắt.	げり 下痢をしています。 Tôi bị tiêu chảy.	アレルギーがあります。 Tôi bị dị ứng.

たんごちょう
●単語帳 ●TỪ VỰNG

し やくしょ 市役所 Ủy ban thành phố	く やくしょ 区役所 Ủy ban quận	にゅうこくかんにぎょく 入 国 管理局 Cục quản lý xuất nhập cảnh	びょういん 病 院 Bệnh viện
ゆうびんきょく 郵便局 Bưu điện	ぎんこう 銀行 Ngân hàng	ATM ATM	こうしゅう てあら 公 衆 トイレ (お手洗い) Nhà vệ sinh công cộng
も よ えき 最寄り駅 Ga gần nhất	えき 駅 Ga	ちかてつ 地下鉄 Tàu điện ngầm	てい バス停 Trạm xe buýt
スーパーマーケット Siêu thị	ドラッグストア Tiệm thuốc	コンビニエンスストア Cửa hàng tiện lợi 24/24	

せんだいた ぶん か きょうせい さん ふうやく でんわ
仙台多文化共生センター 通訳サポート電話 (TEL : 022-224-1919)

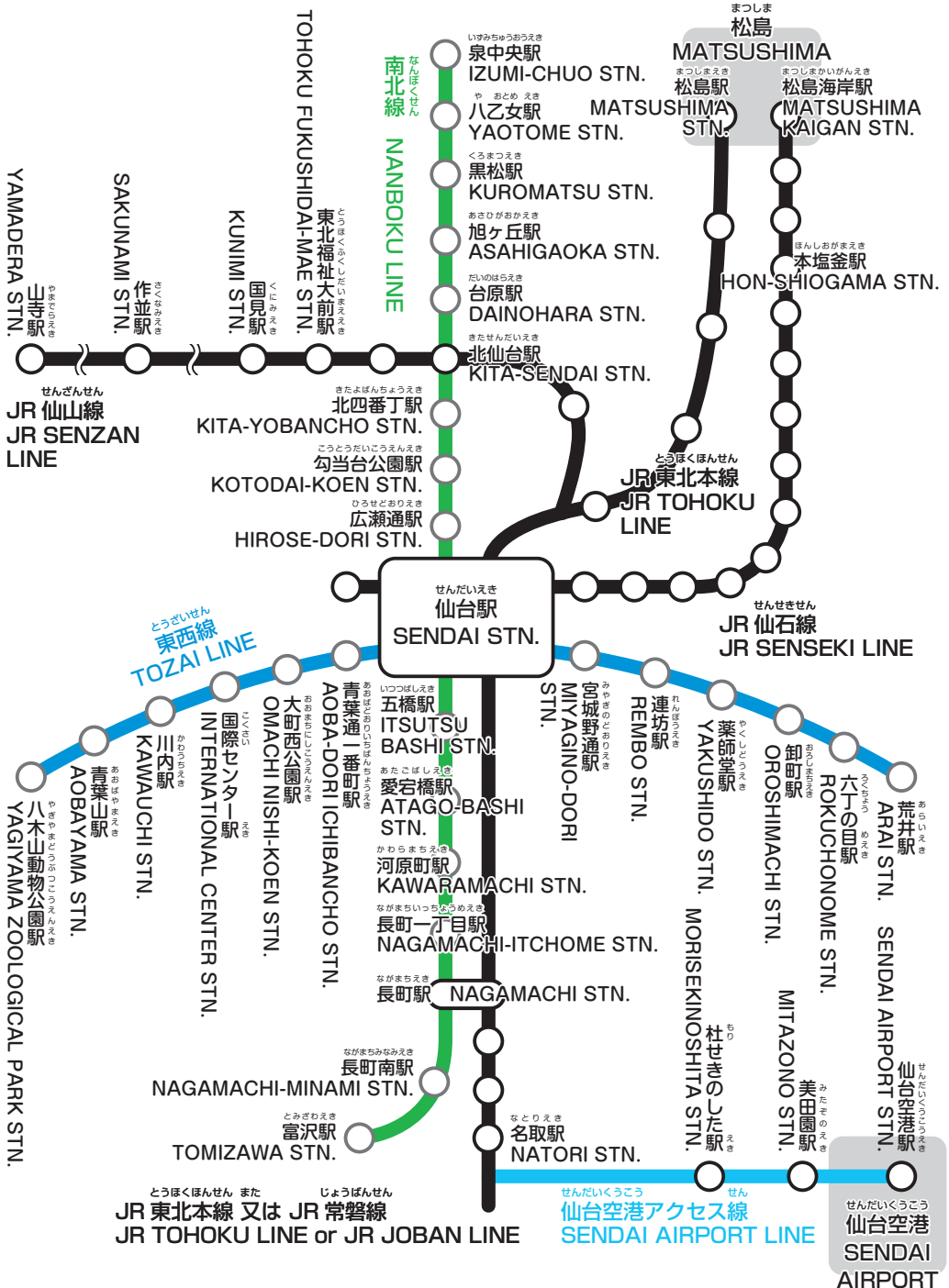
Trung tâm đa văn hóa Sendai “Điện thoại hỗ trợ thông dịch”

(TEL: 022-224-1919)

せんだいしゅうへんろせんず

仙台周辺路線図

Sendai area transportation





Consultations in foreign languages and interpretation support

通訳サポートと 外国語での相談



※電話料金ががかかります

Free service 免费 무료
Miễn phí निःशुल्क

口译辅助电话和用外语咨询 통역 서포트 전화와 외국어로의 상담
Trao đổi bằng điện thoại hỗ trợ phiên dịch và ngoại ngữ
दोभाषे सहायता टेलिफोन र विदेशी भाषाहरुमा परामर्श

言葉の手伝いをします。
生活で分からないことがあれば、
聞いてください!

通訳サポート電話 Interpretation Support Hotline

022-224-1919
tabunka@sentia-sendai.jp

22言語で話せます

日本語 日本語	英語 English	中国語 中国語	ベトナム語 Tiếng Việt
ネパール語 नेपाली भाषा	タガログ語 Tagalog	タイ語 ภาษาไทย	ポルトガル語 Português
インドネシア語 Bahasa Indonesia	イタリア語 Italiano	フランス語 Français	スペイン語 Español
ミャンマー語 မြန်မာစာ	モンゴル語 Монгол хэл	ドイツ語 Deutsch	ロシア語 Русский
		マレー語 Bahasa Melayu	クメール語 ខ្មែរ
		ベンガル語 বাংলা	ウクライナ語 Українська
		シンハラ語 සිංහල	
		ヒンディー語 हिन्दी	

※他の言語でも話せるかもしれませんが、※話したことは他の人に言いません

Sendai Multicultural Center 仙台多文化共生センター

仙台多文化共生中心 센다이 다문화공생센터
Trung tâm đa văn hóa Sendai 센다이 बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र



日本語 English 中文 韓国語 Tiếng Việt नेपाली भाषा
仙台市 City of Sendai (公財) 仙台観光国際協会 Sentia

外国人のための専門相談会

Specialist Consultations for Foreign Residents

面向外国人的专家咨询会 / 為外國人舉辦的專門諮詢會 / 외국인을 위한 전문상담회

Buổi tư vấn chuyên môn dành cho người nước ngoài

विदेशी नागरिकका लागि विशेषज्ञिय परामर्श कार्यक्रम

せんもんきかん

むりよう

そうだんかい

せいかつ

なか

こま

そうだん

＝ 専門機関による、無料の相談会です。生活の中で困っていることを、相談できます。 ＝

These are free consultations held by specialist organizations. You can consult about problems in your life.

由专门机关举办的免费咨询会。可以咨询生活中遇到的问题。/ 由専門機構提供的免費諮詢會。可以諮詢在生活中遇到的問題。

전문기관에 의한 무료 상담회입니다. 센다이에서 생활하다가 생긴 곤란한 일에 대해서 상담해 드립니다.

Đây là buổi tư vấn miễn phí do các cơ quan chuyên môn tổ chức. Bạn có thể trao đổi về những khó khăn trong cuộc sống.

यो कार्यक्रम विशेषज्ञियहरुले आफ्नो सङ्गठन द्वारा, निःशुल्क रुपमा दिइने परामर्श हो। दैनिकजीवनयापनको क्रममा आईपर्ने कुनै पनि समस्याहरुको बारेमा,

परामर्श लिन सकिने छ।



そうだん つうやく むりよう えん
相談・通訳は、無料(0円)です。
ひみつ まも
秘密は、守ります。

そうだん せんもんきかん
相談できること、専門機関、
かいさいにちじ もうしこみほうほう
開催日時、申込方法など



No fees required (0 yen) for consultation and interpretation. Consultation details are kept confidential.

Consultation Topics, Specialist Organizations, Dates & Times and How to Apply



咨询、翻译(口译)是免费的(0日元)。
保守秘密。

可以咨询的事例、专门机关、
举办日期、申请方法等



諮詢／口譯 免費。嚴守秘密。

可以諮詢的內容、專門機構、
舉辦日期與時間、如何申請等



상담・통역은 무료입니다.
비밀 엄수합니다.

상담 가능한 내용, 전문기관,
개최일시, 신청방법 등



Tư vấn và phiên dịch đều miễn phí (0 yên)
Chúng tôi đảm bảo giữ bí mật

Những vấn đề có thể tư vấn, cơ
quan chuyên môn, thời gian tổ
chức và phương thức đăng ký v.v



परामर्श, दोभाषे, निःशुल्क (० एन) हो।
गोपनियता कायम राखिनेछ।

परामर्श लिन मिल्ने कुराहरु, विशेषज्ञिय
संस्था, कार्यक्रम संचालन मिति र समय,
आवेदन दिने तरिका आदिको लागि



सेんだいたぶんかきょうせい
仙台多文化共生センター
Sendai Multicultural Center



せんだいしあおぼくこくぶんちよう せんだい かい
仙台市青葉区国分町3-6-1 仙台パークビル1階
Sendai Park Building 1F, 3-6-1 Kokubunchō, Aoba-ku, Sendai
TEL: 022-224-1919
Email: tabunka@sentia-sendai.jp
https://int.senia-sendai.jp/j/exchange/

 **SentIA**
Sendai Tourism, Convention and
International Association