

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. Và chắc rằng việc bắt đầu cuộc sống mới tại một nơi khác văn hóa thì sẽ có nhiều điều khó hiểu, và nhiều điều lo lắng.

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

Xin trân trọng gửi lời cảm ơn đến tất cả các tổ chức, cá nhân đã giúp đỡ chúng tôi hoàn thành cuốn sách này.

Ngoài ra, chúng tôi rất mong nhận được những ý kiến đóng góp từ các bạn để giúp quyển sách này ngày càng được hoàn thiện sát với thực tế và dễ sử dụng hơn.

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

THÀNH PHỐ SENDAI

Đây là thông tin tại thời điểm tháng 11/2025. Nội dung có thể thay đổi.

せんだいせいかつべんりちょう
仙台生活便利帳

にほんご
【日本語】

はじめに

ちり みやこ せんだい
「杜の都」仙台へようこそ。

これから仙台で新しい生活が始まります。いざ、違う文化の中で暮らしてみると、
いろいろわからないことや不安なことが出てくるとおもいます。

せんだいし せんだい く てつだ ほん つく
仙台市は、みなさんの仙台での暮らしをお手伝いするために、この本を作りました。

この本の作成においてご協力いただいたみなさん一人ひとりに感謝いたします。

また、この本をさらに使いやすく実用的なものにするために、ぜひあなたが感じた
ことを聞かせてください。

みなさんの仙台での暮らしが快適なものとなることを願っています。

せんだいし
仙台市

れいわ ねん がつげんざい じょうほう けいさいないよう へんこう ばあい
令和7年11月現在の情報です。掲載内容は変更となる場合があります。

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 bị 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
Khi xảy ra động đất	6
Khi ngừng rung lắc	6
■ BÃO - MƯA LỚN	7
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
Làm thủ tục đăng ký sau khi đã quyết định nơi ở	8
Chuyển nhà	8
Khi làm công việc ngoài tư cách lưu trú hiện tại	9
Muốn xuất cảnh ra khỏi Nhật và sẽ tái nhập cảnh lại	9
Khi làm mất, bị trộm mất Thẻ lưu trú	10
Chế độ Mã số cá nhân (Chế độ an sinh xã hội, mã số thuế)	10
II. SINH HOẠT	11
1. Nhà ở	11
Thuê nhà/ phòng apato	11
Những giấy tờ cần thiết khi ký hợp đồng với công ty bất động sản	11
Gia hạn hợp đồng	12
Chấm dứt hợp đồng	12
Nhà cho thuê công ích là gì?	12
2. Nước • Điện • Ga	13
3. Điện thoại	14
Mua điện thoại, thẻ sim	14

もくじ

■ この本の使い方 ^{ほん つか かた}	1
■ 市役所・区役所 ^{し やくしょ く やくしょ}	2
■ 緊急 ^{きんきゅう}	3
事故・事件 ^{じ こ じけん}	3
急病・火事 ^{きゅうびょう か じ}	3
夜間や休日に急病やけがをしたとき ^{やかん きゅうじつ きゅうびょう}	3
■ 地震 ^{じしん}	4
地震が起こる前にできること ^{じしん おこる まえ}	4
もしも地震が起こったら ^{もしも じしん おこ}	6
揺れがおさまったら ^ゆ	6
■ 台風・大雨 ^{たいふう おおあめ}	7
台風や大雨に備えてできること ^{たいふう おおあめ そな}	7
仙台市災害多言語支援センター ^{せんだいしさいがい た げん ご し え ん}	7
■ 生活基礎編 ^{せいかつ き そ へん}	8
I. 在留関係 ^{ざいりゅうかんけい}	8
住む場所が決まったら、届出をします ^{す ばしょ き とどけで}	8
引越しをする ^{ひっこ}	8
持っている在留資格以外で仕事をする ^{も ざいりゅうしかく いが い しごと}	9
日本国外に行き、その後再入国したい ^{にほんこくがい い ごと さいにゅうこく}	9
在留カードを無くした／盗まれた！ ^{ざいりゅう な ぬす}	10
マイナンバー制度（社会保障・税番号制度） ^{まいなんばーせいど しゃかいほしょう ぜいばんごうせいど}	10
II. 生活 ^{せいかつ}	11
1. 住宅 ^{じゅうたく}	11
家・アパートを借りる ^{いえ か}	11
不動産会社との契約で必要なもの ^{ふどうさんがいしゃ けいやく ひつよう}	11
契約を更新する ^{けいやく こうしん}	12
解約する ^{かいやく}	12
公営住宅とは？ ^{こうえいじゅうたく}	12
2. 水道・電気・ガス ^{すいどう でんき}	13
3. 電話 ^{でんわ}	14
携帯電話・SIMカードを買う ^{けいたいでんわ か}	14

Sử dụng điện thoại công cộng	14
Gọi điện thoại quốc tế	14
4. Internet	14
Muốn sử dụng internet bằng máy tính tại nhà.....	14
5. Bưu điện	15
Khi trong hòm thư có “Giấy báo phát khi người nhận vắng nhà”.....	15
6. Tiền	16
Mở/ tạo tài khoản ngân hàng	16
Hủy tài khoản ngân hàng	16
Thông tin về ATM.....	16
7. Con dấu	17
Mua con dấu.....	17
Đăng ký con dấu.....	17
8. Rác	17
Vứt rác sinh hoạt	17
Vứt rác kích cỡ lớn	18
9. Tivi / Radio	19
Tivi.....	19
Nghe chương trình radio tiếng nước ngoài	19
Xem, nghe các chương trình phát sóng quốc tế bằng internet.....	19
10. Đồn cảnh sát	19
11. Tổ dân phố	20
12. Thuế • Bảo hiểm hưu trí • Phúc lợi	20
Thuế	20
Về việc đóng thuế cư trú khi về nước	20
Bảo hiểm hưu trí.....	20
Các dịch vụ phúc lợi	21
III. QUẢN LÝ SỨC KHỎE	21
1. Kiểm tra sức khỏe	21
2. Bệnh viện	21
Đi phòng khám/ bệnh viện	21
Về thẻ bảo hiểm My Number hoặc giấy xác nhận tư cách/ Bảo hiểm y tế	22

こうしゅうでんわ でんわ 公衆電話から電話をかける	14
こくさいでんわ 国際電話をかける	14
4. インターネット	14
じたく つか 自宅のパソコンでインターネットを使いたい	14
5. 郵便	15
はうしん ポストに「不在等連絡票」が入っていたら	15
6. お金	16
ぎんこうこうざ かいせつ 銀行口座を開設する/つくる	16
ぎんこうこうざ かいやく 銀行口座を解約する	16
ATM について	16
7. 印鑑	17
いんかん か 印鑑（はんこ）を買う	17
いんかんとろうく 印鑑登録をする	17
8. ごみ	17
せいかつ だ 生活ごみを出す	17
そだい だ 粗大ごみを出す	18
9. テレビ・ラジオ	19
テレビ	19
がいこくご ばんぐみ き 外国語のラジオ番組を聞く	19
こくさいほうそう み き 国際放送をインターネットで見る・聞く	19
10. 交番	19
11. 町内会	20
12. 税金・年金・福祉	20
ぜいきん 税金について	20
きこく し しけんみんぜい のうぜい 帰国時における市県民税の納税	20
ねんきん 年金について	20
ふくし 福祉のサービス	21
Ⅲ. 健康管理	21
けんこうしんさ 1. 健康診査	21
びょういん 2. 病院	21
しんりょうじょ びょういん い 診療所/病院に行く	21
ほけんしょう しかくかくにんしょう けんこうほけん マイナ保険証または資格確認書/健康保険について	22

IV. TRẺ EM	23
1. Mang thai • Sinh con • Trẻ sơ sinh	23
Khi mang thai	23
Tiền trợ cấp hỗ trợ người mang thai (lần 1)	23
Tiền trợ cấp sinh con trả một lần	23
Chế độ hỗ trợ việc sinh con	23
Sau khi em bé chào đời	24
Tiền trợ cấp hỗ trợ người mang thai (lần 2)/ Tiền hỗ trợ sinh và nuôi con	24
Khi trẻ bị bệnh	24
Khám sức khỏe cho trẻ sơ sinh	24
Ngừa sâu răng cho trẻ	24
2. Trẻ nhỏ	25
Tiêm chủng trẻ em	25
Trợ cấp nhi đồng	25
Khi muốn gửi trẻ ở Nhà trẻ	25
Nhà trẻ có chứng nhận	25
Cơ sở giữ trẻ ngoài chứng nhận	26
Khi muốn cho trẻ đến Trường mẫu giáo	26
Khi muốn gửi/ cho trẻ đến Trường mầm non có chứng nhận	26
Khi muốn gửi trẻ tới Dịch vụ giữ trẻ ở địa phương	27
Chế độ mọi trẻ em đều được đi nhà trẻ	27
Nơi bố mẹ cùng chơi với trẻ (Nobisuku)	27
Khi muốn cho trẻ tới Nhà thiếu nhi/ Trung tâm thiếu nhi	27
3. Trường học	28
Trường tiểu học, trung học cơ sở công lập của thành phố Sendai	28
Trường trung học phổ thông, v.v.	28
Quầy tư vấn hỗ trợ trẻ em có yếu tố nước ngoài ở Sendai của SenTIA	29
Hỗ trợ dành cho trẻ em người nước ngoài/ người hồi hương v.v. và bố mẹ	30
Các trường dành cho người nước ngoài ở Sendai	30
V. GIAO THÔNG	31
1. Các phương tiện giao thông công cộng	31
Đi xe buýt	31

IV. こども	23
1. 妊娠・出産・赤ちゃん	23
妊娠したら	23
妊婦支援給付金（1回目）	23
出産育児一時金	23
助産制度	23
赤ちゃんが生まれたら	24
妊婦支援給付金（2回目）・出産育児支援金	24
こどもが病気になったら	24
赤ちゃんの健康診査	24
お子さんのむし歯予防	24
2. 幼児	25
こどもの予防接種	25
児童手当	25
こどもを保育所に預けたい	25
認可保育所	25
認可外保育施設	26
こどもを幼稚園に行かせたい	26
こどもを認定こども園に預けたい/行かせたい	26
こどもを地域型保育事業に預けたい	27
こども誰でも通園制度	27
親子で遊べる場所（のびすく）	27
児童館/児童センターに行きたい	27
3. 学校	28
仙台市立の小・中学校	28
高等学校等	28
SenTIA外国につながる子どもサポートせんだい相談デスク	29
帰国・外国人児童生徒等やその親のためのサポート	30
仙台市内の外国人学校	30
V. 交通	31
1. 公共交通機関	31
バスに乗る	31

Tàu điện ngầm	32
Mua vé lượt cho từng lượt đi tàu điện ngầm	32
Mua thẻ icsca	32
Mua vé tàu 1 ngày	32
Vé định kỳ	33
Đi tàu điện JR	33
Đi xe buýt đường dài	33
Đi taxi	33
2. Xe ô tô • Xe máy • Xe đạp	34
Khi lái xe ô tô, xe máy ở Nhật	34
Đổi bằng lái xe nước ngoài sang bằng Nhật	34
Đăng ký xe ô tô, xe máy	35
Đăng ký bảo hiểm	35
Đi xe đạp	35
Hãy tuân thủ luật lệ giao thông của Nhật Bản	36
VI. VIỆC LÀM	38
■ CÁC THÔNG TIN KHÁC	39
Học tiếng Nhật	39
Kỳ thi năng lực tiếng Nhật	39
Học bổng dành cho du học sinh tại Nhật	39
Thu thập thông tin	40
Địa chỉ liên lạc của Ủy ban Tỉnh, Thành phố, Quận	43
Các cơ sở công cộng ở thành phố Sendai	43
Phụ lục: Bảng hội thoại chỉ tay vào chữ, Bản đồ các tuyến tàu khu vực Sendai	

ちかてつ の	地下鉄に乗る.....	32
ちかてつ かい じょうしゃけん か	地下鉄の1回ごとの乗車券を買う.....	32
いくすか か	icscaを買う.....	32
いちじょうしゃけん か	1日乗車券を買う.....	32
ていきけん	定期券.....	33
せん でんしゃ の	JR線の電車に乗る.....	33
ちようきより の	長距離バスに乗る.....	33
の	タクシーに乗る.....	33
じどうしゃ じてんしゃ	2. 自動車・バイク・自転車.....	34
にほん くるま うんてん	日本で車やバイクを運転する.....	34
がいこくめんきょ き か	外国免許から切り替える.....	34
じどうしゃ どうろく	自動車やバイクを登録する.....	35
ほけん はい	保険に入る.....	35
じてんしゃ の	自転車に乗る.....	35
にほん こうつうきそく まも	日本の交通規則を守りましょう.....	36
しごと	VI. 仕事.....	38
ほか じょうほう	■ その他の情報.....	39
にほんご べんきよう	日本語を勉強する.....	39
にほんごのうりよくしけん	日本語能力試験.....	39
にほんりゅうがくしょうがくきん	日本留学奨学金.....	39
じょうほう え	情報を得る.....	40
けんちよう しゃくしょ くやくしょ れんらくさき	県庁・市役所・区役所の連絡先.....	43
せんだいし こうきょうしせつ	仙台市の公共施設.....	43
ふろく ゆび かいわ せんだいしゅうへんろ せんす	付録：指さし会話、仙台周辺路線図	

CÁCH SỬ DỤNG CUỐN SÁCH NÀY

Sách này được viết chủ yếu dành cho đối tượng là các bạn mới bắt đầu sống ở Sendai dưới 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 xem để 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) Cách viết tên ngôn ngữ: Tiếng Nhật→Nhật, Tiếng Anh→Anh, Tiếng Trung Quốc→Trung, Tiếng Hàn Quốc→Hàn. Ngoài các ngôn ngữ vừa liệt kê, các ngôn ngữ khác cũng được ghi tương tự. Ví dụ: Tiếng Việt→Việt.

Lưu ý 2) Các số liệu như phí dịch vụ công, v.v. ghi trên sách này có thể sẽ thay đổi.

Trung tâm đa văn hóa Sendai (SenCUL, đọc là Senkaru)

Giờ làm việc 9:00-17:00 / Ngày nghỉ: Chủ Nhật, ngày lễ, thứ Hai của tuần thứ 2 mỗi tháng và kì nghỉ tết Dương lịch (nếu thứ Hai của tuần thứ 2 là ngày lễ thì sẽ nghỉ vào ngày thứ Hai tiếp theo)

Chúng tôi sẵn sàng trao đổi, tư vấn về cuộc sống của cư dân người nước ngoài hay những trao đổi liên quan đến vấn đề phát triển cộng đồng cộng sinh đa văn hóa.

Chúng tôi thường xuyên 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.



Trang chủ: Điện thoại hỗ trợ thông dịch

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. Bạn sẽ được trao đổi, tư vấn với Hội chuyên viên hành chính tỉnh Miyagi, Hội luật sư Sendai, Cục quản lý Xuất nhập cảnh và Lưu trú Sendai, Cục lao động Miyagi, Hội chuyên viên thuế Tohoku, Trung tâm hỗ trợ Khởi nghiệp thành phố Sendai ASSISTA. Tư vấn miễn phí.



Trang chủ: Buổi tư vấn chuyên môn

Cần đăng ký để đặt lịch hẹn trước.

この本の使い方

この本は、仙台に住んで3か月未満の方を主な対象として作成しています。

公益財団法人 仙台観光国際協会（SenTIA）の国際化事業部ホームページ（HP）に、さらに詳しい情報やこの本に掲載していない情報を載せています。

ぜひ参考にしてください。

公益財団法人 仙台観光国際協会（SenTIA）の国際化事業部ホームページ（HP）



この本で使用している日本語は、外国人の方向けに、やさしい日本語で記載しています。

注1) 言語の表記：日本語→日、英語→英、中国語→中、韓国語→韓、

上記以外の言語はベトナム語→ベトナムのように表記しています。

注2) この本に記載している公共料金などの金額は、変更になる場合があります。

仙台文化共生センター

（SenCUL） OPEN 9:00-17:00

休館日：日曜、祝日、第2月曜日、年末年始。休館日となる月曜日が祝日の場合は翌月曜日。

外国人住民の生活相談や、多文化共生の地域づくりに関する相談に応じています。

仙台での生活に役立つ情報を多言語で提供しています。

また、日本語を勉強したい人のための、日本語講座の情報もあります。

英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語は、相談員が直接対応します。

TEL：022-265-2471 Email：tabunka@sentia-sendai.jp

通訳サポート電話と映像通訳では、下記の言語で相談対応を行っています。

英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語・ポルトガル語・スペイン語・タイ語・
ロシア語・インドネシア語・タガログ語・イタリア語・フランス語・ドイツ語・
マレー語・クメール語・ミャンマー語・モンゴル語・シンハラ語・ヒンディー語・
ベンガル語・ウルドゥー語・ウクライナ語など

通訳サポート電話（TEL：022-224-1919）



通訳サポート電話 HP

外国人のための専門相談会を定期的に行っています。

宮城県行政書士会、仙台弁護士会、仙台出入国在留管理局、

宮城労働局、東北税理士会、仙台市起業支援センターアシスタ

に相談できます。相談は無料です。予約が必要です。



専門相談会 HP

Liên hệ 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	8:00 - 20:00, quanh năm không nghỉ (riêng thứ Bảy, Chủ Nhật, ngày lễ và từ ngày 29/12 đến ngày 3/1 là 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 bên.

●Hãy liên hệ đến chúng tôi trong các trường hợp như dưới đây●

(1) Khi bạn muốn biết về các thủ tục tại Ủy ban Thành phố/ Ủy ban Quận v.v.

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

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 (Thẻ My number), v.v.



Đừng ngần ngại,
hãy gọi
cho chúng
tôi !

(2) Khi muốn biết về cách vứt rác

Chúng tôi giải đáp về các quy định khi vứt rác như ngày đổ rác, 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 đề nghị bạn liên hệ với những nơi như Trung tâm đa văn hóa Sendai, v.v.

※ Tại các Ủy ban Quận và Trung tâm hành chính 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 chủ của thành phố Sendai có chức năng dịch tự động.

Hãy chọn ngôn ngữ từ mục "Foreign Language" ở góc phải trên của trang chủ, sau đó bấm vào Automatic Translation (đường link dẫn đến trang chủ khác) (ngoại trừ tiếng Nepal)

市役所・区役所での手続きなどについての問い合わせ

市役所・区役所での手続きなどでわからないことがあるときは、仙台市総合コールセンター「杜の都 おしえてコール」を利用しましょう。日本語のほか、5つの言語に対応しています。

仙台市総合コールセンター「杜の都 おしえてコール」

TEL : 022-398-4894

受付時間	年中無休 8:00-20:00 (土日祝 休日 12月29日～1月3日は 8:00-17:00)
対応言語	日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語 ※日本語以外は、3者間通話での対応となります。

●こんな時に問い合わせてください●

(1) 市役所・区役所での手続きなどを知りたいとき

どこに行ってどんな手続きをすればよいのかや、手続きのときに必要な持ち物などについてお答えします。

例えば・住所が変わったとき

- ・子どもが生まれたとき
- ・国民健康保険の手続き
- ・マイナンバーカードの手続きなど



(2) ごみの出し方を知りたいとき

ごみを出す日やごみの分け方など、ごみを出すときのルールなどについてお答えします。

例えば・ごみを出す時間

- ・紙のごみ(雑誌、段ボールなど)の分け方
- ・缶・びん・ペットボトル、乾電池の出し方

(3) どこに問い合わせたらよいかわからないとき

市役所や区役所のどこに問い合わせたらよいかかわからないときも、コールセンターに聞いてください。

※ コールセンターで答えられないときは、仙台多文化共生センターなどへの連絡をお願いすることがあります。

※ 区役所、総合支所では映像通訳で多言語対応を行っています。

対応言語：英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語・ウクライナ語・ロシア語・他10言語

※ 仙台市HPには自動翻訳機能があります。

HP 右上の“Foreign Language”から言語を選んで、Automatic Translation(外部サイトヘルリンク)をクリックしてください(ネパール語を除く)。

KHẨN CẤP

※ Chỉ được gọi vào số dưới đây 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 20 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, tiếng Sinhala, tiếng Hindi, tiếng Bengal

- Số điện thoại tư vấn khi phân vân có nên gọi xe cấp cứu không – “Điện thoại tư vấn cấp cứu người lớn”
7119 hoặc TEL: 022-706-7119 (chỉ có tiếng Nhật), 24 giờ 365 ngày
- Số 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 Wakabayashi-ku, Funacho 64-12 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
	Khoa ngoại chỉnh hình, khoa mắt, phụ khoa, khoa tai mũi họng	Chủ nhật/ Ngày lễ	9:45-12:00 13:15-17:00
Phòng khám bệnh khẩn cấp khu vực phía Bắc, thành phố Sendai	Khoa nội, Khoa ngoại	Ngày thường	19:15-23:00
		Thứ 7	14:45-23:00



※ 緊急の時だけ電話してください。相談や問い合わせはしないでください。

警察：110 (事故・事件)

救急車・消防車：119 (急病・火事) (20言語での多言語対応 ※)

英語、中国語、韓国語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、タガログ語、ネパール語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、ドイツ語、イタリア語、ロシア語、マレー語、ミャンマー語、クメール語、シンハラ語、ヒンディー語、ベンガル語

● 救急車を呼ぶか迷ったときの相談電話「おとな救急電話相談」

#7119 または TEL：022-706-7119 (日本語のみ) 24時間365日

● こどもの夜間の急病やけがをしたときの相談電話「宮城県子ども夜間安心コール」

#8000 または TEL：022-212-9390 (日本語のみ) 毎日 19:00-翌日8:00

● 夜間や休日に急病やけがをしたとき、開いている病院 (医療機関) は下記のとおりです。

仙台市急患センター わかほやしくるなちよう 若林区舟丁64-12 TEL：022-266-6561	内科	平日	19:15-翌日7:00
		土曜日	14:45-翌日7:00
		日曜日・ 祝休日	9:45-12:00, 13:15-17:00, 18:00-翌日7:00
	外科	平日	19:15-23:00
		土曜日	14:45-23:00
		日曜日・ 祝休日	9:45-12:00, 13:15-17:00, 18:00-23:00
仙台市北部急患診療所	整形外科・眼科・ 婦人科・ 耳鼻咽喉科	日曜日・ 祝休日	9:45-12:00, 13:15-17:00
		内科・外科	平日 19:15-23:00 土曜日 14:45-23:00

Aoba-ku, Tsutsumimachi 1-1-2, Tầng 2 TEL: 022-301-6611		Chủ nhật/ Ngày lễ	9:45-12:00 13:15-17:00 18:00-23:00
Phòng khám bệnh khẩn cấp cho trẻ em vào ban đêm và ngày nghỉ, thành phố Sendai Taihaku-ku, Asuto Nagamachi 1- 1-1, Tầng 1 TEL: 022-247-7035	Khoa nhi (chỉ 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.

Xem chi tiết tại: trang chủ của thành phố Sendai

ĐỘNG ĐẤT

Động đất có thể xảy ra bất cứ lúc nào. Để chuẩn bị ứng phó cho tình huống khi động đất xảy ra, các bạn hãy ghi nhớ những điều sau.

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

(1) Thử tưởng tượng về tình huống đó

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

(2) Bảo đảm an toàn trong nhà

Các đồ nội thất hay tivi có dễ bị rơi, đổ xuống 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, xác nhận trước địa điểm an toàn

Hãy tìm trước các địa điểm an toàn ở gần nhà, nơi có diện tích rộng, không có nguy cơ có vật từ trên cao rơi xuống. Nếu bạn ở gần biển thì cần xác nhận trước địa điểm cao và an toàn để có thể chạy thoát khỏi sóng thần.

(4) Xác nhận các địa điểm lánh nạn

Các trường tiểu học, trung học cơ sở của Thành phố, v.v. được chỉ định là các địa điểm lánh nạn.

Xem “Danh sách các điểm lánh nạn” tại → trang chủ Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

あおばくつづみまち 青葉区堤町1-1-2-2F TEL：022-301-6611		にちようび 日曜日・ しゅくきゅうじつ 祝休日	9:45-12:00, 13:15-17:00, 18:00-23:00
せんだいしやかんきゅうじつ 仙台市夜間休日こども急病 診療所 しんりようじよ 診察時間 たいはく 太白区あすと長町1-1-1-1F TEL：022-247-7035	しょうにか 小児科 ないかけいしつかん (内科系疾患のみ)	へいじつ 平日 どようび 土曜日	19:15-翌日7:00 14:45-翌日7:00
せんだいしかいしがいざいたくほうもん 仙台歯科医師会 在宅訪問・ しょうがいしや きゅうじつやかん しんりようじよ 障害者・休日夜間歯科診療所 わかばやくあらい 若林区荒井6-12-4 TEL：022-261-7345	しか 歯科	にちようび 日曜日・ しゅくきゅうじつ 祝休日	9:45-12:00, 13:15-17:00, 18:00-翌日7:00
		どようび 土曜日	18:00-21:30
		にちようび 日曜日・ しゅくきゅうじつ 祝休日	10:00-11:30, 13:00-15:30, 18:00-21:30

※ 当番の病院（医療機関）が休日に急病患者を診療する制度（休日当番医）もあります。

診察時間：9:00-16:00 まで

詳しくは：仙台市HP

地震

地震はいつ起きるか分かりません。地震が起きた時に備えて、次のことを覚えておきましょう。

●地震が起こる前にできること●

(1) イメージしてみる

いま、地震が起きたらどうしますか？ いろいろな場面を想像しながら、家族や友人とよく話し合ってみましょう。

(2) 家の中の安全確保

家具やテレビなどは倒れてきませんか？ 天井のライトは、軽いほうが安全です。
ベッドの脇にスリッパやラジオ、懐中電灯を準備しましょう。

(3) 家のまわり、道路の安全を確認

上から物が落ちてこない広い場所など、家の近くの安全な場所を確認しましょう。
海の近くでは津波から逃げられる高い安全な場所を確認しましょう。

(4) 避難所の確認

仙台市立の小学校や中学校などが避難所に指定されています。

避難所リスト → SenTIA 国際化事業部 HP

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

Sau khi xảy ra động đất thì sẽ khó khăn trong việc liên lạc qua điện thoại di động trong một khoảng thời gian nhất định. Bạn 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 theo khi chạy khỏi nhà

Những 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/vớ
- 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, đài truyền hình NHK sẽ phát sóng trên hệ âm thanh phụ nhiều ngôn ngữ khác nhau bao gồm tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn Quốc/Triều Tiên, tiếng Việt, tiếng Bồ Đào Nha.

Kể từ tháng 4/2025, ứng dụng chính thức của kênh truyền hình quốc tế NHK WORLD-JAPAN đã bắt đầu sử dụng chức năng “đẩy” thông báo tự động để gửi thông tin khẩn cấp, chẳng hạn như cảnh báo động đất và sóng thần tại Nhật Bản, bằng 11 ngôn ngữ: tiếng Anh, tiếng Trung (giản thể và phồn thể), tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Việt, tiếng Pháp, tiếng Hindi, tiếng Indonesia, tiếng Hàn, tiếng Nga, tiếng Tây Ban Nha và tiếng Thái.

※ SenTIA kết hợp với Cục Radio của thành phố Sendai cung cấp thông tin bằng nhiều ngôn ngữ bao gồm tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn. Nếu bạn đăng ký nhận tạp chí qua email hoặc Facebook, X (Twitter cũ) của SenTIA thì sẽ nhận được thông tin.

Ngoài ra, bạn hãy nhớ thêm là còn có Trung tâm hỗ trợ thiên tai đa ngôn ngữ thành phố Sendai (trang 7).

Đăng ký Tạp chí qua mail,
Facebook, X (Twitter cũ)
của SenTIA



Tạp chí qua mail



Facebook



X (Twitter cũ)

(5) 家族や友人と連絡方法を決めておく

災害の後しばらくの間は、携帯電話はつながりにくいです。家族や友人と連絡方法や待ち合わせ場所を決めておきましょう。

(6) 逃げる時、持ち出すものをまとめておく

リュックサックに入れるもの（両手を使えるリュックサックが便利です）

- ・ 在留カードのコピー ・ 現金（コインを多めに） ・ 下着、靴下 ・ 手袋 ・ ラジオ
- ・ 雨具（傘など） ・ 懐中電灯 ・ 救急セット ・ 携帯電話（バッテリー） ・ ビニール袋
- ・ すぐ食べられるもの ・ あなたが必要なもの（いつも飲んでいる薬、コンタクトレンズ、生理用品など） ・ 衛生用品（マスク、体温計、せっけん、携帯型簡易トイレ、消毒液など）

(7) 地域の人たちとの交流

日頃から、近所の人にあいさつをするなど、交流を深めましょう。地域で行われる防災訓練に参加して、防災の知識を高めましょう。

(8) 情報の入手方法の確認

地震が起こると数分以内に地震の規模や各地の揺れの大きさ、津波が発生するかどうか、テレビやラジオで放送されます。大津波警報または津波警報が発表されると、NHKテレビは、副音声で英語、中国語、韓国・朝鮮語、ベトナム語、ポルトガル語で放送します。国際放送「NHKワールド JAPAN」の公式アプリでは、2025年4月からプッシュ通知機能を使って、日本国内における地震の発生や津波警報などの緊急情報を11言語（英語、中国語[簡体字・繁体字]、ポルトガル語、ベトナム語、フランス語、ヒンディー語、インドネシア語、ハングル、ロシア語、スペイン語、タイ語）で発信しています。

- ※ SentIAは仙台市内のラジオ局と協力し、英語、中国語、韓国語で情報を提供します。またSentIAのメールマガジンやFacebook、X（旧Twitter）に登録していると、情報を受け取ることができます。

仙台市災害多言語支援センター（P7）のことも覚えておきましょう。

SentIAのメールマガジン・

Facebook・X（旧Twitter）の登録



メールマガジン HP

Facebook

X（旧Twitter）

●Khi 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 nguy cơ từ các bảng quảng cáo hoặc kính cửa sổ rơi xuống

* Nếu bạn đang ở trường hay trong cửa hàng *

- (1) Bảo vệ đầu của bạn (2) Chú ý những gì treo trên trần nhà như thiết bị chiếu sáng
(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 đi
- ③ Mở cửa để bảo toàn lối thoát
- ④ Thu thập thông tin trên tivi và radio: các bản tin được phát bằng tiếng nước ngoài. Thông tin cụ thể xem tại trang 19.
- ⑤ Chú ý sóng thần: nếu ở gần biển thì cần nhanh chóng di chuyển đi càng cao, càng xa, càng sớm, càng tốt.
- ⑥ Hỏi chuyện những người xung quanh và giúp đỡ nhau.
- ⑦ Nếu nhà bạn đang sống nguy hiểm, hãy sơ tán đến địa điểm an toàn như các điểm 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.

Tài liệu giải thích để hiểu về việc chuẩn bị đối với động đất và cách ứng phó 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)

※Cuốn sách nhỏ này được phát miễn phí tại

Trung tâm đa văn hóa Sendai



●もしも地震が起こったら●

家の中にいるとき

- (1) 頭を守る (2) あわてて外に飛び出さない

外にいるとき

- (1) ブロック塀や自動販売機から離れる (2) 看板や窓ガラスなどの落下に注意

学校や店などにいるとき

- (1) 頭を守る (2) つり下がっている照明器具などに注意
(3) あわてて外に飛び出さない

●揺れがおさまったら●

- ① 周りを見わたす・・・安全確認
- ② 使っていたら火を消す
- ③ ドアを開けて出口を確保する
- ④ テレビやラジオで情報収集・・・外国語放送をしています。詳しくはP19へ
- ⑤ 津波に注意・・・海の近くでは、より早く・より高く・より遠くへ行く
- ⑥ 周りの人に声をかけ、助け合う
- ⑦ 家が危ないときは、避難所などの安全な場所へ行く

【緊急地震速報】

強い地震が起こる前に、地震を教えてくださいのシステムです。

携帯電話から特別な音が流れます。詳しくは、利用している携帯電話会社に確認してください。

地震に対する備えや、地震が発生した場合の対応について、分かりやすく説明しています。

●多言語防災ビデオ「地震！その時どうする？」

<https://www.youtube.com/watch?v=G7UZNu7IUP8>

(日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・他6言語)



●冊子「地震から身を守るためのアドバイス」

SenTIA 国際化事業部 HP

https://int.senia-sendai.jp/j/download/information/bousai_j.pdf

(日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・他5言語)



※ 仙台多文化共生センターで、冊子を無料で配布しています。

BÃO – MƯA LỚN

Sự chuẩn bị trước để ứng phó là hết sức quan trọng. Hãy thường xuyên theo dõi dự báo thời tiết. Ngoài ra, cũng 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 cùng khu vực cũng rất quan trọng.

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

(1) Xem Bản đồ cảnh báo nguy cơ thiên tai

Thành phố Sendai có Bản đồ cảnh báo nguy cơ thiên tai. Hãy xác định trước những nơi nguy hiểm ở gần nhà mình. Bản đồ cảnh báo nguy cơ thiên tai: chọn “Phòng chống thiên tai” từ “Bản đồ sinh sống tại Sendai” (<https://www2.wagmap.jp/sendacity/Portal>) (Nhật) Bản đồ cảnh báo nguy cơ thiên tai phiên bản nghe bằng tai: có thể xác nhận được các địa điểm nguy hiểm thông qua ứng dụng chuyên dụng (Uni-Voice). (Nhật - Anh - Trung - Hàn - Việt - Nepal)



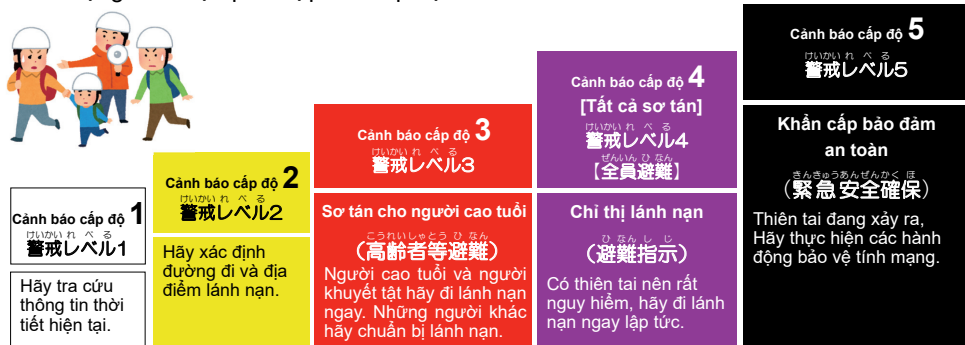
Blog của
SenTIA

(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 Cục Khí tượng công bố, Thành phố sẽ công bố cảnh báo cấp độ 3~5 cùng với thông tin sơ tán. Hãy xác nhận cấp độ cảnh báo và thực hiện hành động lánh nạn phù 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

Khi có thiên tai 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 ngôn ngữ. Hãy liên lạc khi gặp khó khăn hay cần tư vấn bằng tiếng nước ngoài. Hãy xem trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA để biết thêm chi tiết.

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

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



台風・大雨

事前の対策が大切です。天気予報をよく確認しておきましょう。また、地震と同様に、避難所の確認、家族や友人との連絡方法、持ち出し用品の準備、地域の人たちとの交流なども大切です。

●台風や大雨に備えてできること●

(1) ハザードマップを確認する

仙台市には、ハザードマップがあります。自分の家の近くの危険な場所を確認しておきましょう。ハザードマップ：せんだいぐらしのマップ (<https://www2.wagmap.jp/sendacity/Portal/>) から「防災」を選ぶ(目)。

耳で聴くハザードマップ：専用のアプリ(Uni-Voice)で危険な場所を確認できます。(日・英・中・韓・ベトナム・ネパール)



SentTIAブログ

(2) 大雨の時に出来る5段階の避難情報

警戒レベル4で、危険な場所から全員避難します。警戒レベルを常に確認して、適切に避難しましょう。

大雨の時に出来る5段階の避難情報

警戒レベル1・2は気象庁より発表され、市では警戒レベル3～5を避難情報等と一緒にお知らせします。警戒レベルを確認して、適切な避難行動をしましょう。



警戒レベル 1
いまの天気の情報
を調べてください。

警戒レベル 2
逃げるための道、
逃げる場所を確認して
ください。

警戒レベル 3
高齢者等避難
お年寄りや体が自由に動
かない人は逃げてください。
他の人は逃げる準備をして
ください。

警戒レベル 4
【全員避難】
避難指示
災害のため、とても危険
です。
すぐに逃げてください。

警戒レベル 5
緊急安全確保
災害が起きています。
いのちを守る行動をして
ください。

レベル1から5の順に緊急性が高まります。

仙台市災害多言語支援センター

自然災害が起こったときは、仙台多文化共生センターに「仙台市災害多言語支援センター」が設置されます。外国語で情報提供などを行います。困ったときや外国語で相談したいときに連絡してください。詳しくは、SentTIA 国際化事業部 HP を見てください。

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

(日・英・中・韓・ベトナム・ネパール)



SINH HOẠT CƠ BẢN / I. THỦ TỤC CƯ TRÚ

●Làm thủ tục đăng ký sau khi đã quyết định nơi ở●

Đối với những người có thời hạn lưu trú trung và dài hạn, sau khi có địa chỉ nhà (nơi cư trú) trong vòng 14 ngày kể từ ngày vào ở thì phải mang Thẻ lưu trú (hoặc hộ chiếu nếu chưa nhận được Thẻ lưu trú) đến Ủy ban Quận ở nơi đang sinh sống để làm thủ tục đăng ký. Sau khi nộp đơn đăng ký chuyển đến (転入届^{てんにゅうとどけ}), sẽ được tạo phiếu cư trú (住民票^{じゅうみんひょう}).

※PHẢI LUÔN LUÔN MANG THEO THẺ LƯU TRÚ (NGƯỜI TRÊN 16 TUỔI)

Người có thời hạn lưu trú trung, dài hạn là những ai?

Là người 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 “Lưu trú ngắn hạn”
- ③ Người có tư cách lưu trú là “Ngoại giao” hoặc “Công vụ”
- ④ Người nước ngoài có tư cách lưu trú tương đương với mục ①②③ theo quy định của Bộ Tư pháp
- ⑤ Người vĩnh trú đặc biệt
- ⑥ Người không có tư cách lưu trú
- ⑦ Người có tư cách lưu trú là “Hoạt động đặc biệt - số 53” (Digital Nomad)
- ⑧ Người có tư cách lưu trú là “Hoạt động đặc biệt - số 54” (Vợ/chồng hoặc con của Digital Nomad)

Phiếu cư trú là gì?

Là phiếu ghi tên và địa chỉ của cư 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^{じゅうみんひょう}の写^{うつ}) (1 bản 300 yên).

●Chuyển nhà●

Trường hợp chuyển nhà trong thành phố

Sau khi chuyển nhà, trong vòng 14 ngày phải đến Ủy ban Quận nơi chuyển đến để làm thủ tục.

Khi đi làm thủ tục hãy mang theo Thẻ lưu trú và Thẻ My number (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 được cấp “Giấy chứng nhận chuyển đi” (転出^{てんしゅつ}証明書^{しょうめいしょ}) (nếu có thẻ My number thì sẽ không cấp giấy này). Mang giấy đã được cấp đến làm thủ tục chuyển đến tại Ủy ban của nơi bạn chuyển đến trong vòng 14 ngày sau khi chuyển. Khi đi làm thủ tục hãy mang theo Thẻ lưu trú và thẻ My Number (nếu có).

※Nếu bạn chuyển nhà đi trong nước và có thẻ My number thì cũng có thể làm thủ tục

生活基礎編 / I. 在留関係

● 住む場所が決まったら、届出をします ●

中長期在留者は、住所（住居地）が決まったら、住みはじめてから14日以内に在留カード（まだ、在留カードを受け取っていない場合はパスポート）を持って、住んでいる地域の区役所に行き、届出をします。転入届を出すと住民票が作成されます。

※ 在留カードはいつも持っていなければいけません（16歳以上の方）

* 中長期在留者とは？ *

次の項目に当てはまらない人です。

- ① 在留期間「3月」以下の人
- ② 在留資格「短期滞在」の人
- ③ 在留資格「外交」又は「公用」の人
- ④ ①から③の外国人に準じるものとして法務省令で定める人
- ⑤ 特別永住者
- ⑥ 在留資格を持っていない人
- ⑦ 在留資格「特定活動（告示53号）」（デジタルノマド）の人
- ⑧ 在留資格「特定活動（告示54号）」（デジタルノマドが帯同する配偶者か子）の人

* 住民票とは？ *

住民の名前や住所を記録した帳票で、住民の居住関係を証明したものです。車の売買契約や住居の賃貸契約の手続きなどで、住民票の写しが必要になります。（1通300円）

● 引越しをする ●

* 市内で引越す場合 *

引越してから14日以内に引越し先の区役所で手続きしてください。

在留カードと、マイナンバーカード（持っている場合）をお持ちください。

* 仙台市以外に引越す場合 *

それまで住んでいたところの区役所で引越す前に転出届の手続きをします。引越し先の住所が日本国内の場合「転出証明書（マイナンバーカードを持っている場合は発行されません）」がもらえます。それを持って、引越してから14日以内に引越し先の役所で転入届の手続きをします。在留カードと、マイナンバーカード（持っている場合）もお持ちください。

※ マイナンバーカードをお持ちの方は、日本国内への転出届をマイナポータル（行政手続き

chuyển đi online qua cổng thông tin trực tuyến マイナポータル: <https://myna.go.jp/>).
※Cách hủy hợp đồng thuê nhà/ phòng apato được viết ở trang 12.

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

Bạn cần phải xin được giấy 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/chồng của người Nhật v.v.”, “vợ/ chồng của người có visa vĩnh trú v.v.”, “người định trú” thì không cần phải xin cấp phép.

●Muốn xuất cảnh ra khỏi Nhật và sẽ tái nhập cảnh lại●

Trường hợp muốn tạm thời xuất cảnh và sẽ tái nhập cảnh trở lại Nhật trong thời hạn lưu trú và tiếp tục ở Nhật bằng tư cách lưu trú đó thì phải xin cấp Giấy phép tái nhập cảnh trước khi xuất cảnh.

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

“Giấy phép tái nhập cảnh đặc biệt”

Người có tư cách lưu trú trung, dài hạn, khi xuất cảnh rời khỏi nước Nhật và tái nhập cảnh trong vòng 1 năm kể từ ngày xuất cảnh (đối với người vĩnh trú đặc biệt thì là 2 năm) thì về cơ bản không cần phải có Giấy phép tái nhập cảnh (đây là chế độ “**Giấy phép tái nhập cảnh đặc biệt**”). Cần có Thẻ lưu trú và hộ chiếu còn hiệu lực.

Thông tin chi tiết liên quan cư trú:

Trung tâm thông tin tổng hợp về lưu trú dành cho 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 Miyagino-ku Gorin 1-3-20 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 email)
Tổng cục quản lý Xuất nhập cảnh và Lưu trú (Các thủ tục liên quan đến chế độ quản lý lưu trú đối với người lưu 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 lưu 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

のオンライン窓口。<https://myna.go.jp>にて、オンラインで手続きすることもできます。
 ※ 家・アパートを解約する方法は、P12に書いてあります。

●持っている在留資格以外で仕事をする（収入をとまなう場合）●

資格外活動の許可が必要です。出入国在留管理局で手続きをします。

ただし、「永住者」「日本人の配偶者等」「永住者の配偶者等」「定住者」の在留資格の方は許可を受ける必要はありません。

●日本国外に行き、その後再入国したい●

在留期間内に一時出国し、再び入国して、それまでの在留資格で在留しようとする場合、出国前に再入国の許可を得ておきます。

再入国許可は1回のみ使えるものと、許可期間内は何回でも使える数次有効のものがあります。再入国許可の有効期間は、在留期間内に限られ、原則最長で5年（特別永住者の方は6年）です。

「みなし再入国許可」

中長期在留者が日本国外へ出るとき、出国から1年以内（特別永住者は2年以内）に再入国する場合は、原則として再入国許可は必要ありません（これを「みなし再入国許可」といいます）。有効なパスポート及び在留カードが必要です。

在留関係について詳しくは

外国人在留総合 インフォメーションセンター	平日 8:30-17:15 TEL：0570-013904 （IP電話・海外からの電話 TEL：03-5796-7112） （日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・他11言語）
仙台出入国在留管理局	〒983-0842 宮城野区五輪1-3-20 TEL：0570-022259（ナビダイヤル） Email： info-tokyo@i.moj.go.jp （日・英）（Eメールでの問い合わせには、東京出入国在留管理局が対応します）
出入国在留管理庁 （中長期在留者の在留 管理制度に関する手続き）	https://www.moj.go.jp/isa/index.html （日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・他）
外国人在留支援センター （FRESCO）	平日 9:00-17:00 TEL：0570-011000（日・英） （IP電話・海外からの電話 TEL：03-5363-3013） https://www.moj.go.jp/isa/support/fresco/fresco01.html

●Khi làm mất, bị trộm mất 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 Đơn cơ mật (盗難届受理証明書) v.v.). Khi đó sẽ được nhận mã số thụ lý vụ việc.

→ Phía cảnh sát sẽ liên lạc khi có người nhặt 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 và Lưu trú 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 an sinh xã hội, mã số thuế)●

Mỗi người có chứng nhận cư trú tại Nhật sẽ được cấp một Mã số cá nhân (My number) gồm 12 chữ số. Chế độ này áp dụng cho cả người nước ngoài có phiếu cư trú (những người cư trú trung và 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) được gửi đến địa chỉ đã đăng ký theo dạng bưu phẩm ký nhận đơn giản (簡易書留).

Mã số cá nhân này được sử dụng cho các thủ tục hành chính như lĩnh vực an sinh xã hội, thuế, các chính sách ứng 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 My number (※), không đưa mã số cá nhân của mình cho người khác khi không cần thiết.

※ “Thẻ Mã số cá nhân (thẻ My number)”

Sau khi được thông báo mã số cá nhân và làm thủ tục đăng ký với chính quyền địa phương thì sẽ được cấp “Thẻ mã số cá nhân (thẻ My number)” để sử dụng như chứng minh thư khi sử dụng nhiều dịch vụ. Thẻ My number này là thẻ IC (gắn chip) 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 Xuất nhập cảnh và Lưu trú.

Đăng ký thẻ Mã số cá nhân (thẻ My number) để sống cuộc sống tiện lợi hơn

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

(Xem được bằng tiếng Nhật và các ngôn ngữ khác)

- ※ Khi gia hạn/ thay đổi tư cách lưu trú thì cần làm thủ tục cập nhật thẻ My number. Nếu không làm thủ tục trong thời hạn hiệu lực của thẻ My number thì thẻ đó sẽ hết hiệu lực và sẽ phải tốn phí để phát hành lại. Vui lòng liên hệ với Ủy ban Quận hoặc Trung tâm hành chính tổng hợp nơi bạn sống để biết thêm chi tiết.

- ※ Từ khoảng tháng 6 năm 2026, Thẻ lưu trú sẽ có thể tích hợp vào Thẻ My number.

Xem chi tiết ở đây: trang chủ Tổng cục quản lý Xuất nhập cảnh và Lưu trú

Câu hỏi và trả lời về việc tích hợp Thẻ lưu trú và Thẻ My number

https://www.moj.go.jp/isa/11_00051.html (Xem được bằng tiếng Nhật và các ngôn ngữ khác)

●在留カードを無くした／盗まれた！●

- ① 近くの警察署に行きます。いつ・どこで無くした、盗まれたなどの証明書（盗難届受理証明書など）をもらいます。そこで、届出番号をもらいます。
→誰かが見つけて警察署に届けたら、連絡がきます。
- ② 証明書と届出番号を持って、出入国在留管理局に行きます。再交付申請をします。
- ③ 問題なければ、その日のうちに在留カードがもらえます。
注意）再交付申請は、無くした・盗まれたことに気づいた日から14日以内に手続きをしなければいけません。パスポート・写真（4cm×3cm）が1枚必要です。

●マイナンバー制度（社会保障・税番号制度）●

日本で住民票を持っている一人ひとりに、12桁の「マイナンバー（個人番号）」が振り当てられます。住民票のある外国人（中长期在留者と特別永住者など）にもマイナンバーは割り当てられます。マイナンバーは「個人番号通知書」に記載されて、住民票登録後に登録した住所に簡易書留で送付されます。

このマイナンバーは社会保障、税、災害対策分野などの行政手続などで利用され、アルバイトや仕事をする際に勤務先に提出したり、大学で奨学金を申請する際にも必要となります。マイナンバーは一生変わりません。マイナンバーカード（※）をなくしたり、必要がないときにマイナンバーを他人に提供したりせず、大切に扱きましょう。

※ 「マイナンバーカード」

マイナンバーの通知後に市町村に申請をすると、身分証明書として様々なサービスに利用できる「マイナンバーカード」が交付されます。マイナンバーカードは、氏名、住所、生年月日、性別、マイナンバーが記載された、顔写真付きのICカードです。

詳しくは： 出入国在留管理庁HP [マイナンバーカードを作って、便利に生活しましょう](#)

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

（日本語の他、多言語で見ることができます）

- ※ 在留資格の更新・変更をする場合は、マイナンバーカードの更新手続きも必要です。マイナンバーカードの有効期限内に手続きをしなければ、そのカードは失効し再発行には手数料がかかります。詳しくはお住まいの区の区役所・総合支所にお問い合わせください。
- ※ 2026年の6月頃から、在留カードとマイナンバーカードを一体化できるようになります。
詳しくは： 出入国在留管理庁HP [在留カードとマイナンバーカードの一体化Q&A](#)

https://www.moj.go.jp/isa/11_00051.html（日本語の他、多言語で見ることができます）

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

●Thuê nhà/ phòng apato●

Khi thuê nhà/ phòng apato thì 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 ga tàu 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 (xem chi tiết về “con dấu” tại trang 17) vào bản hợp đồng do công ty bất động sản đã chuẩn bị. Cũng có trường hợp chấp nhận 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 việc áp dụng “Chế độ bảo lãnh tiền thuê nhà” ngày càng phổ biến.
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/ phòng apato 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 Chukaite-suuryou (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/ phòng apato 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.

せいかつきそへん せいかつ じゅうたく
生活基礎編 / II. 生活 / 1. 住宅

●家・アパートを借りる●

家・アパートを借りるときは、普通はまず、不動産会社に行きます。賃貸物件(住居)の情報は、勤務先や大学などで教えてくれることがあります。駅構内やスーパーなどで配布している無料のパンフレットで賃貸物件を探すこともできます。

●不動産会社(宅地建物取引業者)との契約で必要なもの●

① 身分証明書の提示	在留カードまたはパスポートなどを持っています。
② 賃貸契約書の記入と捺印(印鑑)	不動産会社が作成する契約書に名前を記入して、捺印(印鑑: 詳しくはP17へ)します。サインで可能なこともあります。
③ 保証人	あなたが家賃などを払えなくなったときに、あなたの代わりにお金を支払う人のことです。日本人になってもらいます。最近では、「家賃債務保証制度」を利用することも多くなっています。
④ 敷金	家賃の未払い分に充てるため家主に預けておくお金。家賃の2か月～3か月分です。家・アパートを引越すときに家賃の未払いがなければ戻されます。部屋の中のものを壊したり汚したりしてしまった場合は、その費用が差し引かれることがあります。
⑤ 礼金	家主に支払うお金です。家賃1か月分程度ですが、礼金は戻りません。礼金が必要ない物件もあります。
⑥ 仲介手数料	不動産会社に支払う手数料です。宅建業法(宅地建物取引業法)では、家賃の1か月分が上限です。
⑦ 家賃	家・アパートを借りるための1か月分の賃貸料のことです。普通は毎月月末までに翌月分を払います。
⑧ 管理費(共益費)	エレベーターや廊下など、他の入居者と共用で使用する部分の維持管理費用です。普通は家賃に加えて毎月支払います。
⑨ 損害保険料	万一の火災や水漏れに備えて、入居している間は損害保険に加入する必要があります。補償内容をよく確認しておきましょう。

●Gia hạn hợp đồng●

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

●Chấm dứt hợp đồng●

Khi chấm dứt 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 (thường là trước 1 tháng). Nếu không báo mà tự ý chuyển hay báo sát ngày chuyển sẽ phải trả tiền vi phạm hợp đồng. Ngoài ra, khi chuyển nhà cần phải trả tiền ga, tiền điện, tiền nước. Không để lại các vật dụng, đồ nội thất của bạn trong nhà/ phòng apato và dọn dẹp nhà sạch sẽ giống với trạng thái ban đầu, trả lại chìa khóa cho chủ nhà. Tuy nhiên, ngay cả khi bạn đã vệ sinh phòng sạch sẽ, bạn vẫn có thể phải trả phí vệ sinh phòng vì phải thuê người vệ sinh phòng chuyên nghiệp.

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

●Nhà cho thuê công ích là gì?●

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

Công ty xây dựng thành phố Sendai Phòng tuyển chọn	TEL: 022-214-3604	Đăng ký thuê nhà cho thuê của Thành phố (1 năm 4 đợt: tháng 6, 9, 12, 3) Nhận đăng ký dành cho hộ gia đình bố hoặc mẹ đơn thân, hộ đang nuôi con, hộ gia đình nhiều con, có cả đăng kí thường xuyên. Tư vấn về nhà cho thuê của Thành phố.
Công ty cung cấp nhà ở tỉnh Miyagi Phòng quản lý thuê nhà – Nhóm quản lý thuê nhà	TEL: 022-224-0014	Đăng ký thuê nhà cho thuê của Tỉnh (1 năm 4 đợt: tháng 6, 9, 12, 3) Tư vấn về nhà ở cho thuê của Tỉnh

Hướng dẫn đa ngôn ngữ về việc tuyển chọn người thuê nhà của Thành phố

Xem tại trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

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

●契約を更新する●

家・アパートを借りる契約の期間は普通2年間です。更新するときに、不動産会社に事務手数料を支払うこともあります。

●解約する●

契約を解除したいときは、契約内容に従って事前（普通1か月前）に家主か不動産会社に知らせます。何も言わずに引越したり、引越しの直前に知らせたりすると、違約金というお金を払わなければなりません。また、引越しのときは光熱水費（水道代、ガス代、電気代）の支払いをしてください。あなたが買った家具や器具などを家・アパートに残していかないよう、元通りのきれいな状態に戻して、家主に鍵を返しましょう。あなたがきれいに掃除したとしても、専門の業者が部屋を掃除するため、クリーニング代の支払いが必要な場合があります。

※ 住所が決まったら、区役所に行って手続きします。詳しくは、P8

●公営住宅とは？●

公営住宅は、住宅に困っている方のための住宅です。

民間の住宅と比べて安い家賃で住むことができますが、申込みできる人の基準があります。

詳しくは、宮城県や仙台市のHPを見てください。

仙台市建設公社 募集課	TEL：022-214-3604	市営住宅入居の申込み (年4回：6月，9月，12月，3月) ひとり親・子育て・多子世帯向け募集、随時募集もあり。 市営住宅に関する相談
宮城県住宅供給公社 入居管理班	TEL：022-224-0014	県営住宅入居の申込み (年4回：6月，9月，12月，3月) 県営住宅に関する相談

市営住宅入居募集の多言語案内

SentIA 国際化事業部 HP

仙台多文化共生センター 通訳サポート電話（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	Tổng đài 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 đến nhà 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 16) ※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/ phòng apato để chuyển tới nơi khác (bao gồm trường hợp về nước luôn) thì cần phải liên lạc báo dừng sử dụng 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 loại bếp ga phù hợp với từng loại ga.

生活基礎編 / II. 生活 / 2. 水道・電気・ガス

水道、電気、ガスを使い始めるとき、使い終わるときには申込みが必要です。

	水道	電気	ガス
連絡窓口	仙台市水道局 コールセンター	民間会社	仙台市ガス局 民間会社 (プロパンガス)
使用申込	住むところが決まったら早めに		
申込方法	コールセンターに電話をしてください。	コールセンターに電話するか、インターネットから申し込んでください。	電話をして、ガス局／ガス会社のスタッフに来てもらい、ガスを使えるようにしてもらいます。そのとき、あなたは一緒にいなければいけません。
支払い	2 か月ごと	1 か月ごと	1 か月ごと
支払方法	水道、電気、ガスを使ったら、料金の支払いが必要です。次のどれかの方法で支払ってください。 ① 郵便で届いた請求書を、銀行の窓口やコンビニエンスストアなどに持って行って支払う。 ② 銀行・郵便局の口座から自動的に支払う。※事前の申込が必要です。 (銀行の口座を作るときは、P16へ) ③ クレジットカードで支払う。※事前の申込が必要です。		
退去に伴う停止	住んでいる家・アパートを出て別なところへ引っ越すとき(自分の国へ帰るときも含みます)は、水道、電気、ガスを止める連絡が必要です。 5日くらい前までにそれぞれの連絡先に電話をしてください。		
備考	水道の水は、そのまま飲むことができます。	仙台市で供給される電気の電圧と周波数は100V・50Hzです。	ガスには都市ガスとプロパンガスがあります。ガス器具はガスの種類に合ったものを使用してください。

【Nước】 Tổng đài 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】 Hãy liên lạc đến các công ty điện lực

【Ga】 Tùy theo địa chỉ nhà/ phòng apato nơi bạn sống thì nơi liên lạc sẽ khác

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

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 gì cần thiết khi mua điện thoại như sau (mỗi công ty có yêu cầu khác nhau)】

Giấy tờ chứng minh nhân thân, giấy tờ có thể xác nhận được địa chỉ ở Nhật, sổ tài khoản ngân hàng v.v. (về việc tạo tài khoản ngân hàng vui lòng xem tại trang 16)

●Sử dụng điện thoại công cộng●

Để gọi điện thoại công cộng có thể sử dụng đồng xu 10 yên, 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.) có khả năng còn cần phải tìm hiểu tình trạng kết nối internet ở apato hoặc căn hộ nơi bạn sinh sống.

【水道】^{すいどう} 仙台市水道局^{せんだいいすいどうきょく}コールセンター

TEL : 022-748-1111 (受付時間 : 平日 8:30-19:00、土曜 8:30-17:00)

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

【電気】^{でんき} 各電力会社^{かくでんりょくがいしゃ}に問い合わせ^とせてください。

【ガス】あなたが住^すんでいる家・アパート^{いえ}によって連絡先^{れんらくさき}が変わります。

都市ガス ^{とし} (仙台市ガス局) ^{せんだいにし}	引越 ^{ひっこ} し専用電話 ^{せんようでんわ} TEL : 0800-800-8978 または 022-256-2111 https://www.gas.city.sendai.jp/ (日・英・中・韓) ^{にち えい ちゅう かん}
プロパンガス	家主 ^{やぬし} や不動産会社 ^{ふどうさんがいしゃ} に連絡先 ^{れんらくさき} を聞いてください。

生活基礎編 / II. 生活 / 3. 電話

仙台市^{せんだいし}の市外局番^{しがいきよくばん}は022です。携帯電話^{けいたいでんわ}から電話^{でんわ}をかけるとき、市外局番^{しがいきよくばん}が必要です。

●携帯電話・SIMカードを買う●

携帯電話会社^{けいたいでんわがいしゃ}のお店^{みせ}か、電器店^{でんきてん}で買^かうことができます。

【購^{こう}入^{にゅう}するときに必要^{ひつよう}なもの(会社^{かいしゃ}によって違^{ちが}うこともあります)】

身分証^{みぶんしやう}、日本^{にほん}の住所^{じゅうしょ}がわかるもの、銀行口座^{ぎんこうこうざ}の口座番号^{こうざばんごう} (口座開設^{こうざかいせつ}はP16) など

●公衆電話から電話をかける●

日本^{にほん}の公衆電話^{こうしゅうでんわ}は10円、100円硬貨^{えん}およびテレホンカード^{えんこうか}で使^し用^{よう}することができます。

100円硬貨^{えんこうか}を使^し用^{よう}した場^{ばい}合^ご、お釣^つりはでません。

●国際電話をかける●

電話会社^{でんわがいしゃ}の識別番号^{しきべつばんごう} (0033 または 001) + 010 + 相手国番号^{あいてこくばんごう} + 相手先^{あいてさき}の市外局番^{しがいきよくばん} + 電話番号^{でんわばんごう}

生活基礎編 / II. 生活 / 4. インターネット

●自宅^{じたく}のパソコンでインターネット^{つが}を使^{つか}いたい●

電器店^{でんきてん}でプロバイダ^{もうしに}に申^{もうしに}込^{ほうほう}め方^{ほうほう}とオンライン^{もうしに}で申^{もうしに}込^{ほうほう}め方^{ほうほう}があります。

プロバイダはたくさんあるので、様々^{さまざま}な料^{りょう}金^{きん}コースやプランがあります。

※ 電器店^{でんきてん}でプロバイダ^{もうしに}の申^{もうしに}込^{ほうほう}めをするときは、身分証^{みぶんしやう} (在留カード^{ざいりゅう}など) が必要^{ひつよう}なほか、
住^すんでいるアパ^{せつぞく}ートやマンシ^{じょうきよう}ョンの接^{しら}続^{つづ}状^{じょう} 況^{きやう}を調^{しら}べ^{ひつよう}る必要^{ひつよう}があるかもしれま^{ひつよう}せん。

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

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

Ngoài ra, bạn còn có thể sử dụng dịch vụ “chuyển tiền quốc tế Yucho” trên máy vi tính hoặc điện thoại di động thông minh.

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

**Dịch vụ
hướng dẫn
về bưu điện
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: 0570-046-111 (có tính cước cuộc gọi)

8:00-21:00 mỗi ngày

● Khi trong hòm thư có “Giấy báo phát khi người nhận 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 “Giấy báo phát khi người nhận vắng nhà” để thông báo. Bạn cần đến bưu điện được ghi ở mặt sau của Giấy báo phát để nhận bưu phẩm, v.v. (cần mang theo Giấy báo phát này, giấy tờ 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 Giấy báo phát khi người nhận vắng nhà. Nếu không có liên lạc của người nhận thì bưu phẩm sẽ được gửi trả lại người gửi.

Giấy báo phát bưu phẩm/
bưu phẩm quốc tế
khi người nhận vắng nhà

Giấy báo phát bì thư
Yu-Pack (bưu kiện)
khi người nhận vắng nhà

Mặt sau của Giấy báo phát
bì thư Yu-Pack/ bưu phẩm
khi người nhận vắng nhà

[illegible][illegible][illegible]

くわ
詳しくは：^{にっぽんゆうびん}日本郵便HP <https://www.post.japanpost.jp/index.html>

[illegible]

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

●Mở/ tạo tài khoản ngân hàng●

Bạn cần phải có tài khoản ngân hàng để nhận lương, v.v. 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 trang chủ của từng ngân hàng nhé.

- ※ Các hướng dẫn tại quầy của ngân hàng được thực hiện 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.

[Cần mang theo]

- Giấy tờ chứng minh nhân thân (Thẻ lưu trú, v.v.)
- ※ Tại ngân hàng, bạn phải xuất trình Thẻ lưu trú trừ cán bộ ngoại giao, người có tư cách vĩnh trú đặc biệt và người chưa nhận được Thẻ lưu trú. Nếu thời hạn lưu trú còn hiệu lực dưới 3 tháng tính từ ngày đăng ký mở tài khoản ngân hàng thì sẽ không thể mở tài khoản ngân hàng. Thực hiện đăng ký sau khi hoàn thành thủ tục gia hạn thời hạn lưu trú. Những người có tư cách lưu trú là “Du học sinh”, “Thực tập kỹ năng” cần xuất trình Thẻ sinh viên, 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.

[Cần mang theo]

- 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 hạn lưu trú, thay đổi tư cách lưu trú v.v. vui lòng xuất trình Thẻ lưu trú sau khi thay đổi tại quầy của ngân hàng. Nếu không cập nhật Thẻ sau thay đổi tại quầy thì có thể sẽ không sử dụng dịch vụ được nữa.

●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.

生活基礎編 / II. 生活 / 6. お金

●銀行口座を開設する/つくる●

給与の受取をするときなど、口座の開設が必要です。銀行の窓口に行くか、銀行によっては、スマートフォンの専用アプリによる口座開設も可能です。

各銀行のWeb サイト等を確認してください。

※ 銀行の窓口では、日本語で案内をします。日本語のわかる人と一緒に行きましょう。

また、金融機関によっては、事前に予約が必要な場合や、手続きに時間がかかる場合もあります。

【必要なもの】

・本人確認書類（在留カードなど）

※ 銀行では、外交官や特別永住者の方、在留カードを交付されていない方を除き、必ず在留カードを提示します。在留期間満了日が口座開設の申込日から3か月以内の場合、口座開設できません。在留期間更新の手続き終了後に申し込みます。在留資格が「留学」「技能実習」の方は、在留カードとともに、学生証、社員証を提示します。

・印鑑（外国人の場合、サインを認める銀行もあります）

●銀行口座を解約する●

帰国する時など、日本国外に転出するときには口座の解約が必要です。

下記を持って銀行に行きます。

【必要なもの】

・キャッシュカード（通帳がある場合は通帳も）、印鑑（サインの場合は不要）、本人確認書類（在留カード）など

※ 口座を売買したり、他人に貸したり、譲り渡すことは犯罪です。犯罪に巻き込まれないよう帰国する時は、必ず口座の解約をしましょう。

※ 在留期間の延長、在留資格の変更等により、在留カードを更新した際は、更新後の在留カードを銀行窓口で提示してください。更新しないと、利用できなくなることがあります。

●ATMについて●

銀行に預けているお金を出し入れする機械です。取引銀行のATMであれば多くの場合、平日朝9時ごろから夜6時ごろまで手数料無料で利用できます。それ以外の時間帯や休日は、利用手数料がかかります。コンビニエンスストアなどにあるATMを利用することもできます。

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 ô tô 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 văn phòng Ủy ban.

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

●Vứt rác sinh hoạt●

Cần mang rác đến địa điểm thu gom rác từ sáng sớm đến trước 8h30 sáng của ngày thu gom loại rác đó (ごみを出す日 ngày thu 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 していいくろ túi rác chỉ định). Túi rác chỉ định có bán tại siêu thị và cửa hàng tiện lợi, v.v.

Rác sinh hoạt

Các loại rác phát sinh trong nhà như rác thải tươi sống ở nhà bếp thì bỏ vào túi rác chỉ định màu xanh lá cây, thắt chặt miệng túi lại rồi túi khi vứt để rác không rơi ra.



Tài nguyên nhựa

Rác có nguyên liệu 100% từ nhựa thì bỏ vào túi rác chỉ định màu đỏ, thắt chặt miệng túi khi vứt để rác không rơi ra.



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.



●印鑑（はんこ）をかう●

日本ではサインの代わりに印鑑（はんこ）を使います。自分の苗字や名前が彫ってあります。印鑑は、印鑑専門店で作ってもらうことができます。

●印鑑登録をする●

車を買うときや何かの契約をするとき、あなたの印鑑を区役所などで登録しなければいけないことがあります。印鑑登録ができるのは、住民登録をしている15歳以上の方です。印鑑登録は1人1つのみです。住民登録をしている名前ではないものが彫ってある印鑑では、登録することはできません。詳しくは、各区役所へ問い合わせてください。

●生活ごみを出す●

種類ごとの収集日（ごみを出す日）当日の早朝から朝8時30分までに決められた集積所（ごみを出す場所）に出してください。家庭ごみ、プラスチック製の製品と容器包装は、指定のごみ袋（指定袋）に入れて出します。指定袋は、スーパーやコンビニエンスストアなどで売っています。

家庭ごみ

台所の生ごみなど、家の中で出たごみは緑色の指定袋に入れて、中身が出ないように袋の口を結んで出します。



プラスチック資源

プラスチック素材100%のごみは、赤色の指定袋に入れて、中身が出ないように袋の口を結んで出します。



缶・びん・ペットボトルなど

缶・びん・ペットボトルなどは直接、筒型乾電池やモバイルバッテリー、水銀体温計は透明な袋に入れて、集積所の黄色い回収箱の中へ出します。



紙類

新聞・折込チラシ、段ボール、紙バック、雑誌・雑がみの4種類に分けて、ひもで結んで出します。雑誌・雑がみは、ビンール袋や紙箱で出すこともできます。



Xem chi tiết tại: trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

Cuốn sách hướng dẫn “Cách phân chia và vứt rác, rác tái chế” của thành phố Sendai được phát miễn phí tại các Ủy ban Quận, Thành phố và Trung tâm đa văn hóa Sendai. Ngoài ra, video hướng dẫn vứt rác cũng đã được đăng trên trang Youtube.

Sendai vứt rác video 

●Vứt rác kích cỡ lớn●

Đồ vật có chiều dài của cạnh lớn nhất dài hơn 30 cm như bàn, tủ v.v. đều được 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 đến 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 tiếp nhận)

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

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 Mang rác đến địa điểm được thông báo trước 8h30 sáng vào ngày chỉ định thu gom rác

※ 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 propan, dầu thải (dầu hỏa), hỏa dược, thuốc cực mạnh, chất độc, thuốc trừ sâu, sơn, kết sắt kích cỡ lớn, piano, ắc quy, 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@senti-sendai.jp)

くわ せんてい あ こくさいかじぎょうぶ
詳しくは：SenTIA 国際化事業部 HP

せんだいし しげん わ かた だ ほ しやくしよ くやくしよ
仙台市「資源とごみの分け方・出し方」のパンフレットが欲しいときは、市役所、区役所、
せんだいた ぶん かきようせい おりよう はいふ
仙台多文化共生センターで無料で配布しています。また、ごみの出し方が分かる映像が、
どうがとうこう
動画投稿サイトYouTube にアップされています。 **仙台 ごみ出し 動画 検索** 

●粗大ごみを出す●

テーブル、タンスなど、いちばんなが おぶん なが
一番長い部分の長さがだいたい 30cm より長いものは、粗大ごみと
して出します。有料です。

粗大ごみ受付センターに申し込みないと、捨てることができません。

【粗大ごみを出すための申し込み手順】

- ① 粗大ごみ受付センター（TEL：022-716-5301）に日本語で電話します。

受付時間：平日 9:00-17:00（祝日・休日でも受付します）

- ※ 粗大ごみを出す日は、決まっています。早めに申込みましょう。

どんなものを出すか、サイズはどのくらいかを話してください。受付番号や料金、ごみを出す日を教えてください。

- ② 手数料納付券を買います。

コンビニエンスストアへ行き、受付センターから教えてもらった金額分の手数料納付券を買います。納付券には受付番号を記入して、粗大ごみのよく見えるところに貼ってください。

- ③ 指定された収集日の朝8時30分までに、受付センターから言われた場所に出してください。

- ※ インターネットを利用して申し込める粗大ごみもあります。（日本語のみ）

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

- ※ 粗大ごみの捨て方ビデオ『Guide on How to Dispose of Bulky Waste In Sendai City』
（英語のみ）<https://www.youtube.com/watch?v=jWKQGhG5IRI>

*** 下記は、仙台市では回収しません。買った店などに相談してください。**

エアコン・テレビ・冷蔵庫・洗濯機・衣類乾燥機・パソコン・タイヤ・ガソリン・
消火器・プロパンガスボンベ・廃油（灯油）・火薬類・劇薬・毒物・農薬・ペンキ・大型金庫・
ピアノ・バッテリー・オートバイ（50cc 超）・自動車

粗大ごみ受付センターに電話するために日本語の手伝いが必要なときや、ごみの出し方について
分からないときは、**仙台多文化共生センター（TEL：022-224-1919**

Email：tabunka@senticia-sendai.jp）まで連絡してください。

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

●Tivi●

Nếu bạn đã lắp tivi, bạn phải ký hợp đồng thu sóng 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/>

(từ trang chủ này có thể lựa chọn ngôn ngữ Nhật - Anh)

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

Đài phát thanh đa ngôn ngữ (Thông tin cuộc sống)	Radio 3 (76.2), FM Izumi (79.7), FM taihaku (78.9), FM Natori (80.1) Xem chi tiết tại trang chủ bộ phận quốc tế hóa của SenTIA	FM
GLOBAL TALK (Thông tin thiên tai)	Date fm (FM Sendai) (77.1) https://datefm.jp/bousai/	FM

●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.

Trên trang chủ và ứng dụng có cung cấp dịch vụ bằng 19 ngôn ngữ.

Thông tin chi tiết xem tại trang chủ của NHK:

NHK WORLD <https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>

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

Đồn cảnh sát là nơi cảnh sát trực theo ca hoặc chỉ ca ngày 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.

生活基礎編 / II. 生活 / 9. テレビ・ラジオ

●テレビ●

テレビを設置した場合は、NHKと放送受信契約して、受信料を支払います。受信料は、契約内容によって異なります。詳しくは、NHKへ問い合わせてください。

NHKフリーダイヤル TEL：0120-151515

対応時間：土日祝日を含む 9:00-18:00（年末年始を除く）

NHK受信料の窓口 <https://www.nhk-cs.jp/>（このページから日本語と英語の言語選択ができます）

●外国語のラジオ番組を聞く● ※（ ）カッコ内は、周波数

多言語放送局（生活情報）	ラジオ3 (76.2)、fm いずみ(79.7)、 エフエムたいはく(78.9)、エフエムなとり(80.1) 詳しくは：SenTIA 国際化事業部 HP	FM
GLOBAL TALK（防災情報）	Date fm(エフエム仙台)(77.1) https://datefm.jp/bousai/	FM

●国際放送をインターネットで見る・聞く●

NHKの国際放送では、海外向けに日本のニュースや話題を24時間放送しています。日本国内でもインターネットで視聴できます。

NHKワールド JAPAN テレビ 24時間英語テレビ放送です。

NHKワールド JAPAN ラジオ 17言語で放送するラジオサービスです。

ウェブサイトやアプリでは、全19言語でサービスを提供しています。

詳しくは：NHKのHP [NHK WORLD https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/](https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/)

生活基礎編 / II. 生活 / 10. 交番

交番は、交替または日勤の警察官が勤務し、犯罪や様々なトラブルに対応したり、地域住民の安全を守るためにパトロールをしています。犯罪の被害に遭ったり、落とし物をしたときは、交番で相談をすることができます。家の近くにある交番を確認しておきましょう。

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

“Tổ dân phố” là 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. Tại đây bạn có thể đẩy mạnh giao lưu với những người cùng sống trong khu vực (Phí tham gia 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 tham gia Tổ dân phố, bạn sẽ có thể tiếp nhận được các thông tin sau:

- ① Các thông báo của tỉnh Miyagi, thành phố Sendai (“Bản tin chính quyền Thành phố” (市政だより), “Bản tin chính quyền Tỉnh” (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 • Bảo hiểm hưu trí • 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 trú (thuế cư trú tỉnh, thành phố), thuế tiêu dùng (bao gồm thuế tiêu dùng địa phương), thuế ô tô hạng nhẹ, thuế xe 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 (từ ngày 1 tháng 1 đến ngày 31 tháng 12) nên bạn phải đóng toàn bộ dù bạn có chuyển nhà hay về nước lúc giữa năm.

※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 trú giúp mình hoặc đóng trước thuế dự tính.

●Bảo hiểm hưu trí●

Trường hợp bạn sống ở Nhật và nằm trong độ tuổi từ 20 đến 59 tuổi, bạn phải tham gia chế độ Bảo hiểm hưu trí. Có hai loại Bảo hiểm hưu trí. Thông tin chi tiết vui lòng liên hệ tới Phòng Bảo hiểm – Hưu trí của từng Quận hoặc Văn phòng Bảo hiểm hưu trí khu vực.

• Bảo hiểm hưu trí người lao động

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

• Bảo hiểm hưu trí toàn dân

Nếu bạn không tham gia Bảo hiểm hưu trí người lao động thì phải tham gia Bảo hiểm hưu trí toàn dân

生活基礎編 / II. 生活 / 11. 町内会

同じ地域に住む人々が、地域社会での助け合いや、親睦を図る自主的な活動を行っている組織を町内会といいます。地域の人たちと交流を深めることができます。

(会費は町内会によって異なりますが、町内の清掃活動や防災訓練、レクリエーション行事などの活動のために使われます。)

入会すると、以下のような情報を得ることができます。

- ① 仙台市、宮城県で出している広報紙(「市政だより」・「県政だより」)
- ② 町内会主催の各種催し物の情報

生活基礎編 / II. 生活 / 12. 税金・年金・福祉

●税金について●

日本国内に住んでいる人は、国籍に関係なく税金を払わなければなりません。

税金の種類はたくさんあります。

(例) 所得税、住民税(市県民税)、消費税(地方消費税含む)、軽自動車税、自動車税など。

●帰国時における市県民税の納税●

市県民税は、1月1日現在の住所地の市町村から、前年(1月1日～12月31日)の所得に対して課税され、年度途中に引越し、帰国をしても納税しなければなりません。

※ 年間所得額が一定以下であれば、市県民税はかかりません。帰国の際には、本人に代わって市県民税を納める納税管理人を選定するか、もしくは予定納税の方法で納税をします。

●年金について●

あなたが20歳から60歳までで日本に住んでいる場合、公的年金に加入する必要があります。

公的年金には2種類あります。

詳しくは、各区の保険年金課か、地域の年金事務所へ問い合わせてください。

・厚生年金

あなたが会社に雇われて仕事につくと、会社では厚生年金に加入する手続きをします。

あなたの保険料は給料から引かれます。

・国民年金

あなたが厚生年金に加入していない場合、国民年金に加入する必要があります。

※ Nếu chậm nộp tiền Bảo hiểm hưu trí thì có thể bạn sẽ không đổi được tư cách lưu trú

※ Tiền trợ cấp lương hưu trả một lần

Trường hợp đã đóng tiền Bảo hiểm hưu trí từ 6 tháng trở lên nhưng không nhận lương hưu mà về nước, bạn có thể được chi trả một khoản tiền. Nhận hồ sơ yêu cầu chi trả tiền từ Văn phòng Bảo hiểm hưu trí tại khu vực hoặc tài từ trang chủ của Quỹ hưu trí 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 Quỹ hưu trí Nhật Bản.

“Tiền trợ cấp lương hưu trả một lần” 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-](https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html)

[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) 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 cư dân sống tại Sendai đều có thể tham gia kiểm tra sức khỏe do Thành phố tổ chức. Xem chi tiết tại: trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

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.

●Đi phòng khám/ bệnh viện●

① Trước tiên gọi điện đến phòng khám/ bệnh viện (nếu cần thiết thì phải đặt lịch trước)

② Mang theo Thẻ bảo hiểm y tế tới cơ sở y tế, bệnh viện (※). Xuất trình Thẻ bảo hiểm y tế tại quầy tiếp tân.

※ Dù có tham gia bảo hiểm nhưng nếu không mang theo Thẻ bảo hiểm y tế thì vẫn phải trả toàn bộ chi phí

※ Xuất trình Thẻ bảo hiểm y tế ở lần khám đầu tiên hoặc lần khám đầu tiên trong tháng

※ Kể từ ngày 2/12/2025, Thẻ bảo hiểm y tế đã được đổi sang Thẻ bảo hiểm y tế tích hợp trong thẻ My number hoặc Giấy xác nhận tư cách bảo hiểm. Chi tiết xin vui lòng xem ở trang tiếp theo.

※ 保険料を滞納すると、在留資格を更新できない場合があります。

※ 脱退一時金

保険料を6か月以上納め、年金を受け取らずに帰国する場合、受給することができます。

請求書は帰国前に地域の年金事務所で受け取るか、日本年金機構のHPから入手し、帰国後2年以内に郵送で請求します。添付書類や注意事項など、詳しくは、日本年金機構のHPを見てください。

短期在留外国人の脱退一時金（英・中・韓・ベトナム・ポルトガル・スペイン・他8言語）

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

[system/withdrawalpayment/payment.html](https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html)（このページから言語選択可）

●福祉のサービス●

身体障害者・知的障害者・精神障害者・難病患者のための障害者の保健福祉サービスや

高齢の方のための高齢者保健福祉サービスがあります。

詳しくは、各区の障害高齢課へ問い合わせてください。

* 仙台多文化共生センター 通訳サポート電話（TEL：022-224-1919）*

生活基礎編 / Ⅲ. 健康管理 / 1. 健康診査

仙台市に住んでいる人は、仙台市で行っている健康診査を受けることができます。

詳しくは：SenTIA 国際化事業部 HP

生活基礎編 / Ⅲ. 健康管理 / 2. 病院

日本には設備が整った大きい病院（総合病院）と、普段から身近なお付き合いをする診療所／病院があります。具合が悪くなったら、まずは近くの診療所／病院に行ってください。

※ 総合病院は、紹介状がないと受診できない場合があります。

●診療所／病院に行く●

① まずは診療所／病院に電話します。（必要があれば予約します。）

② 健康保険証（※）を持って診療所／病院に行きます。健康保険証を受付に渡します。

※ 保険に入っている、健康保険証を持っていかないと、全額払わなければいけません。

※ 初めての診療や月の最初に診療を受けるとき、受付へ健康保険証を提出します。

※ 令和7年12月2日より、健康保険証はマイナ保険証または資格確認書に切り替わりました。

マイナ保険証／資格確認書について、詳しくは次のページをご覧ください。

- 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” đa ngôn ngữ → <https://www.kifjp.org/medical/>

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

- ④ Bước vào phòng khám để khám khi được gọi tên
- ⑤ Trả tiền khám bệnh. Trường hợp cần thuốc sẽ nhận được đơn thuốc.
- ⑥ Khi nhận được đơn thuốc thì mang đến nhà thuốc để nhận thuốc và trả tiền thuốc.

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. Hiệp hội quốc tế hóa tỉnh Miyagi có dịch vụ 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/ Bảo hiểm y tế●

Khi sống ở Nhật, bạn cần phải tham gia một trong hai loại bảo hiểm dưới đây. Nếu đăng ký sử dụng thẻ bảo hiểm tích hợp trong 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 cho người lao động)**...Trường hợp đang đi làm, thì chủ thuê lao động sẽ làm thủ tục. Tiền bảo hiểm của bạn sẽ được trừ từ lương.
- ② **Bảo hiểm y tế quốc dân**...Phải tham gia nếu chưa tham gia mục ①. Mang Thẻ lưu trú cùng hộ chiếu và thẻ rút tiền ngân hàng đến đăng ký tại các Ủy ban Quận.

Xem chi tiết tại trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA.

③ 初めて受診する場合は、問診票を書きます。終わったら受付に渡します。

問診票…あなたの身体の状況を知らするための質問用紙

多言語版問診票ダウンロード → <https://www.kifjp.org/medical/>

(かながわ国際交流財団と国際交流ハーティ港南台が23言語で作成しています。)

④ 呼ばれたら、診察室に入って診察を受けます。

⑤ 診察料を支払います。薬が必要なときは、処方箋をもらいます。

⑥ 処方箋をもらったときは、薬局に行ったら処方箋と薬を交換します。

そのとき、薬代を払います。

外国語ができる医者やスタッフのいる病院や歯医者の情報を見つけるための手伝いや、病院

への予約の手伝いが必要な人は、**仙台多文化共生センター** (TEL:022-224-1919 Email:

talxunka@sentia-sendai.jp) まで連絡してください。

仙台多文化共生センターでは医療通訳を行っています。

宮城県国際化協会では、医療機関の要請に応じて「保健・医療通訳サポーター」を派遣してい

ます。詳しくはお問合せください。

公益財団法人宮城県国際化協会 (MIA)

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

●マイナ保険証または資格確認書/健康保険について●

日本に滞在する場合は、下記のどちらかの保険に加入します。加入してマイナンバーカードの

保険証利用登録をするとマイナ保険証が使えます。マイナンバーカードの保険証利用登録をし

ていない場合には資格確認書をもらえます。

加入しないと、病院に行ったとき、全額を自分で払わなければいけません。

(加入の場合は30%負担)

① **社会保険(被用者保険)**…仕事をしている場合、雇用主が手続きをします。あなたの保険料は給料から引かれます。

② **国民健康保険**…①に加入していない場合に加入します。各区役所の窓口で在留カードとパスポートと銀行のキャッシュカードを持って加入の手続きをします。

詳しくは: **SenTIA 国際化事業部 HP**

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

●Khi mang thai●

Nộp Giấy báo mang thai cho Trung tâm Y tế - Phúc lợi tại các Quận hoặc Phòng Y tế - Phúc lợi của các Trung tâm hành chính tổng hợp.

- ① **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 mang thai và sinh con) có kèm phiếu trợ giá khám sức khỏe người mang thai**
 - Sử dụng phiếu này để khám sức khỏe phụ nữ mang thai tại cơ quan y tế có đăng ký đến 16 lần
 - Được 1 lần khám sức khỏe răng miệng tại các cơ sở y tế nha khoa có đăng ký
 - 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.

●Tiền trợ cấp hỗ trợ người mang thai (lần 1)●

Khi trao Sổ sức khỏe mẹ và bé thì đồng thời cũng sẽ hướng dẫn về chế độ được nhận tiền trợ cấp hỗ trợ người mang thai 5 man (lần 1)

●Tiền trợ cấp sinh con trả một lần●

Nếu là Bảo hiểm y tế quốc dân, hãy nộp đơn tại Phòng Bảo hiểm – Hưu trí của Trung tâm Y tế - Phúc lợi của các Quận, Phòng Bảo hiểm – Hưu trí của Trung tâm hành chính tổng hợp Miyagi, Phòng Y tế - Phúc lợi của Trung tâm hành chính tổng hợp Akiu. Nếu là Bảo hiểm y tế cho người lao động (Bảo hiểm xã hội), hãy nộp đơn xin tại nơi làm việc.

●Chế độ hỗ trợ việc sinh con●

Trường hợp bạn không thể tự chuẩn bị chi phí sinh con do thu nhập thấp, thì 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 hỏi thông tin tại các Ủy ban Quận.

Xem chi tiết tại: trang chủ thành phố Sendai

●妊娠したら●

各区の保健福祉センターや各総合支所保健福祉課に妊娠届を提出します。

① 母子健康手帳が渡されます。(日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・他5言語)

- ・妊娠中の経過・赤ちゃんの発育の記録などを書く手帳です。

② 妊婦健康診査助成券などが付いている別冊(妊産婦編)が渡されます。

- ・この助成券を使って、登録医療機関で妊婦健康診査を最大16回受けられます。
- ・歯科健康診査は、登録歯科医療機関で1回受けられます。
- ・出産後は、登録医療機関で産婦健康診査を最大2回受けられます。

③ 保健指導があります。

- ・保健福祉センターでは、妊婦やその家族に母親/両親教室を行っています。

●妊婦支援給付金(1回目)●

母子健康手帳をお渡しするときに、5万円の妊婦支援給付金(1回目)がもらえる制度をご案内します。

●出産育児一時金●

国民健康保険であれば、各区の保健福祉センター保険年金課、宮城総合支所保険年金課、

秋保総合支所保健福祉課の窓口で申請しましょう。

被用者保険(社会保険)であれば、職場に申請します。

●助産制度●

収入が少ないため出産費用が準備できない場合、収入に合わせて少ない費用で安心して出産できる制度です。利用できる人は、世帯の課税状況に条件があります。各区役所などで相談できます。

詳しくは：仙台市HP

●Sau khi em bé chào đời●

Đăng ký khai sinh tại Ủy ban Quận trong vòng 14 ngày.

Ngoài ra, cần nhanh chóng nộp “Giấy thông báo sinh con” bằng cách quét mã vạch 2D có trong phần tờ rời của Sổ sức khỏe mẹ và bé (phần dành cho người mang thai và sinh con) (Ủy ban Quận sẽ liên hệ về việc đến thăm trẻ mới sinh). Ngoài ra, phần tờ rời (dành cho trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ) có đính kèm Phiếu khám sức khỏe trẻ sơ sinh, Phiếu tiêm chủng cũng sẽ được gửi đến nhà bạn.

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 làm thủ tục xin cấp tư cách lưu trú cho con.

Phải làm thủ tục xin cấp tại Cục quản lý Xuất nhập cảnh và Lưu trú địa phương trong vòng 30 ngày kể từ ngày sinh.

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

“Hướng dẫn sinh và nuôi con”

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

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa SentIA

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



●Tiền trợ cấp hỗ trợ người mang thai (lần 2)/ Tiền hỗ trợ sinh và nuôi con●

Khi đến thăm trẻ mới sinh đồng thời cũng sẽ hướng dẫn về chế độ được nhận tiền trợ cấp hỗ trợ người mang thai 5 man (lần 2) và tiền hỗ trợ sinh và nuôi con 9 man.

●Khi trẻ bị bệnh● * Trường hợp khẩn cấp hãy xem trang 3

Trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa SentIA

●Khám sức khỏe cho trẻ sơ sinh●

Có thể sử dụng phiếu khám có trong phần tờ rời của Sổ sức khỏe mẹ và bé (phần dành cho trẻ nhỏ) để khám tại cơ quan y tế chỉ định miễn phí tối đa 3 lần.

●Ngừa sâu răng cho trẻ●

Có thể sử dụng phiếu hỗ trợ có trong tờ rời Sổ sức khỏe mẹ và bé để được miễn phí 1 lần bôi fluoride lên bề mặt răng tại các cơ sở y tế nha khoa có đăng ký.

Xem chi tiết tại: trang chủ của Thành phố Sendai

●赤ちゃんが生まれたら●

14日以内に区役所に出生届を出します。

また、なるべく早く、母子健康手帳別冊（妊産婦編）にある二次元コードから、出生連絡票をご提出ください（区役所から赤ちゃん訪問のご連絡をいたします。また、乳児健康診査受診票、予防接種券の付いている別冊（乳幼児編）が送付されます）。

その他、外国人夫妻（父親が母親のどちらかが日本国籍の場合を除く）の間にも子どもが生まれた場合は、在留資格取得の申請を行う必要があります。

この申請は出生の日から30日以内に居住地を管轄する出入国在留管理官署において行ってください。

なお、出生の日から60日以内に日本から出国する場合は、在留資格取得の申請の必要はありません。

「出産・子育てガイド」

妊娠・出産・子育てについて、説明しています。

SenTIA 国際化事業部 HP



<https://int.sentia-sendai.jp/child/guide/i/>（日・英・中・韓）

●妊婦支援給付金（2回目）・出産育児支援金●

赤ちゃん訪問のときに、5万円の妊婦支援給付金（2回目）と9万円の出生育児支援金ももらえる制度をご案内します。

●子どもが病気になったら● ＊緊急の場合はP3へ

SenTIA 国際化事業部 HP

●赤ちゃんの健康診査●

母子健康手帳別冊（乳幼児編）に入っている受診票を使って登録医療機関で、無料の健康診査を3回受けることができます。

●お子さんのむし歯予防●

母子健康手帳別冊に入っている助成券を使って登録歯科医療機関で、無料のフッ化物歯面塗布を1回受けることができます。詳しくは：仙台市HP

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

●Tiêm chủng trẻ em●

Tiêm chủng là việc tiêm để phòng ngừa bệnh tật. Những loại tiêm chủng bắt buộc thực hiện để bảo vệ cơ thể khỏi bệnh tật được quy định bởi Luật pháp Nhật Bản thì không tốn tiền tiêm (miễn phí), nhưng có những hạn chế về độ tuổi và số lần tiêm chủng. Nếu bạn muốn tiêm chủng, vui lòng liên hệ với Ủy ban Quận càng sớm càng tốt.

Xem chi tiết tại: trang chủ của Thành phố Sendai

●Trợ cấp nhi đồng●

Đây là tiền mà những người đang nuôi con nhận được từ thành phố. Đối tượng được 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 tiếp theo của ngày sinh con hoặc ngày bạn chuyển đến sống ở Sendai. Nếu bạn làm thủ tục muộn có thể bạn sẽ không nhận được tiền cho tháng bị muộn đó. Hãy hoàn tất các thủ tục càng sớm càng tốt.

Xem chi tiết tại: trang chủ của Thành phố Sendai

●Khi muốn gửi trẻ ở Nhà trẻ●

Khi bố mẹ phải đi làm, đi học, bị bệnh hoặc sinh con mà không thể chăm sóc cho trẻ thì 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 có chứng nhận** của thành phố Sendai còn có các **nhà trẻ ngoài chứng nhận**. Để đăng ký vào nhà trẻ có chứng nhận, hãy đăng ký với Phòng Trợ cấp - Nuôi dạy trẻ tại các Ủy ban Quận hoặc Phòng Y tế - Phúc lợi của Trung tâm hành chính tổng hợp Miyagi nơi có nhà trẻ mà bạn chọn làm nguyện vọng một. Nếu bạn muốn đăng ký vào các nhà trẻ ngoài chứng nhận thì vui lòng liên hệ đăng ký trực tiếp với các cơ sở đó.

●Nhà trẻ có 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 tự đưa đón. Phí giữ trẻ sẽ được quyết định dựa vào mức Thuế cư trú của hộ gia đình đó.

●こどもの予防接種●

予防接種とは病気にならないためにうける注射です。病気から体を守るために日本の法律で決められた予防接種は、お金はいりません（無料です）が、うけられる年齢や回数は、決まっています。予防接種をうけたいときは、早めに近くの区役所などにご相談ください。

詳しくは：仙台市HP

●児童手当●

こどもを育てている人が市からもらうお金です。仙台に住んでいて、0歳から18歳になった年の年度末までのこどもを育てている人がもらえます。

こどもが生まれた日、仙台に引越してきた日の翌日から15日以内に各区役所などで手続きをします。手続きが遅れると、遅れた月分のお金がもらえない場合もあります。

早めに手続きをしましょう。

詳しくは：仙台市HP

●こどもを保育所に預けたい●

親が仕事や学校、病気、出産などで保育できないとき、こどもを保育所に預けることができます。だいたい生後4か月から小学校就学前までのこどもが対象です。保育所には、仙台市の認可を受けている認可保育所と、それ以外の保育施設である認可外保育施設があります。

認可保育所は第一希望の保育所がある区役所保育給付課または宮城総合支所保健福祉課に入所の申し込みをし、認可外保育施設を利用したい場合は、直接各施設に申し込みます。

●認可保育所●

【保育時間】※ 保育所によって異なります。

概ね7:00（～7:30）から18:00（～18:30）まで ※ 延長保育あり。

※ お昼には給食（3歳以上については主食持参のところもあります。）が出ます。

送り迎えが必要です。保育料は世帯の市民税額などに応じて決められます。

(Phí giữ trẻ miễn phí cho trẻ từ lớp 3 tuổi đến lớp 5 tuổi)

Hướng dẫn đăng ký Nhà trẻ: trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

Xem chi tiết tại: trang chủ của thành phố Sendai

Một số dịch vụ khác tại Nhà trẻ ※Cần đăng ký trực tiếp tại mỗi trường.

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

●Cơ sở giữ trẻ ngoài chứng nhận●

Về nội dung của các dịch vụ tại các cơ sở giữ 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 cơ sở giữ trẻ ngoài chứng nhận: xem tại trang chủ của thành phố Sendai

※Tại các cơ sở giữ trẻ ngoài chứng nhận, có nơi nhận giữ trẻ vào buổi tối hoặc ngày nghỉ. Xin hãy liên lạc trực tiếp đến cơ sở giữ trẻ để đăng ký.

●Khi muốn cho trẻ đến Trường mẫu giáo●

Đối tượng là trẻ từ đủ 3 tuổi đến tuổi 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 mầm non có chứng nhận●

Là cơ sở kiêm chức năng của Nhà trẻ và Trường mẫu giáo. Đối tượng là trẻ đến trước khi đi học tiểu học, phục vụ giữ trẻ đối với trẻ dưới 3 tuổi, giáo dục và giữ 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 khác nhau tùy theo trường. Bạn cần xác nhận trực tiếp với trường.

Xem chi tiết tại trang chủ của thành phố Sendai

(3歳児クラスから5歳児クラスまでの保育料は無料です)。

保育所入所案内：SenTIA 国際化事業部 HP

詳しくは：仙台市HP

保育所で行っているそのほかの事業 ※直接それぞれの保育所に申し込みます。

①一時預かり	保護者が仕事や病気などのとき、一時的に保育を行います。
②休日保育	保護者が日曜・祝日に仕事などのとき、保育を行います。

●認可外保育施設●

認可外保育施設のサービス内容は各園へ直接問い合わせてください。一定の要件を満たす

場合、上限額の範囲内で仙台市から保育料分の給付を受けることができます。

認可外保育施設一覧：仙台市HP

※ 認可外保育施設の中には、夜間・休日の保育などを行っているところもあります。

入所の申し込みは直接その保育施設に連絡してください。

●こどもを幼稚園に行かせたい●

満3歳から小学校に入るまでのこどもが対象です。

入園は希望する園に直接申し込みます。4月入園の申し込みは前の年の11月から受け付けるところが多いです。保育料は、上限額の範囲内で無料です。

●こどもを認定こども園に預けたい/行かせたい●

保育所と幼稚園の機能をあわせ持つ施設です。

小学校就学前までのこどもを対象に、3歳未満児には保育を、3歳以上児には教育・保育を提供します。また、地域の子育て家庭を対象に子育て支援も行います。

保育料は世帯の市民税額などに応じて決められます。(3歳児クラスから5歳児クラスの保育料は無料です。)

※ 園によって受け入れ年齢が異なります。直接園に確認してください。

詳しくは：仙台市HP

●Khi muốn gửi trẻ tới Dịch vụ giữ trẻ ở địa phương●

Là cơ sở giữ trẻ quy mô nhỏ dành cho trẻ dưới 3 tuổi.

Cách đăng ký giống với Nhà trẻ.

●Chế độ mọi trẻ em đều được đi nhà trẻ●

Đây là một chế độ hỗ trợ nuôi dạy trẻ em, cho phép trẻ em từ sáu tháng đến dưới ba tuổi được sử dụng các cơ sở như Nhà trẻ trong một số giờ nhất định mỗi tháng, bất kể lý do gì, chẳng hạn như bố mẹ không thể chăm sóc con cái do công việc. Xem chi tiết tại: trang chủ của Thành phố Sendai.

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

Trung tâm tương tác nuôi dạy trẻ (Nobisuku) là cơ sở hỗ trợ việc nuôi dạy con dành cho đối tượng là trẻ nhỏ và đình. Tại “sân chơi” miễn phí, bạn có thể cùng chơi với con và tư vấn các vấn đề liên quan đến nuôi con.

Dịch vụ “Giữ trẻ tạm thời” có 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 kí sử dụng trước.

Xem chi tiết tại: trang chủ của Thành phố Sendai

●Khi muốn cho trẻ tới Nhà thiếu nhi/ Trung tâm thiếu nhi●

Những cơ sở này hoạt động nhằm mục đích nâng cao sức khỏe và nuôi dưỡng sự phong phú về tinh thần cho trẻ em thông qua “vui chơi”, và thường được đặt tại mỗi khu vực có trường tiểu học. Bất kỳ ai từ 0 đến 18 tuổi đều có thể sử dụng.

Xem chi tiết tại: trang chủ của Thành phố Sendai

※ Khi muốn sử dụng Nhà trẻ hay các cơ sở khác nhưng không biết cách đăng ký:

- 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 40).

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

●こどもを地域型保育事業に預けたい●

3歳未満のこどもを対象にした、比較的小さな保育施設です。

申し込み方法は保育所入所と同じです。

●こども誰でも通園制度●

親が仕事で保育ができないなどの理由を問わず、生後6か月から満3歳未満のこどもを対象に、月に一定時間まで保育所などの施設を利用することができる、こどもの育ちを応援する制度です。詳しくは：仙台市HP

●親子で遊べる場所（のびすく）●

子育てふれあいプラザ（のびすく）は、乳幼児とその家族を対象とした子育て支援の施設です。無料の「ひろば」では、親子で遊んだり、子育てに関する相談をすることができます。

有料の「一時預かり」は、生後6か月から就学前まで、こどもを預けることができます。

利用できる日や時間は各施設で違います。利用には事前に会員登録と申し込みが必要です。

詳しくは：仙台市HP

●児童館／児童センターに行きたい●

「あそび」を通じてこどもたちの健康の増進と心の豊かさを育てることを目的とした施設で、

おおむね小学校区ごとに整備しています。0歳から18歳未満まで誰でも利用できます。

詳しくは：仙台市HP

※ 保育所やその他の施設を利用したいけれど、申し込みの仕方が分からない…

- ・仙台多文化共生センターに相談することができます。

- ・外国人支援の会OASISの「付き添いボランティア（詳しくはP40）」のサービスを無料で

利用することができます。

仙台多文化共生センター 通訳サポート電話（TEL：022-224-1919）

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

●Trường tiểu học, trung học cơ sở công lập của thành phố Sendai●

Cần làm thủ tục cho trẻ đi học tiểu học, trung học cơ sở 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 tiền ăn trưa, phí tài liệu giảng dạy, v.v.
- Giảng dạy bằng tiếng Nhật

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

Để biết thêm chi tiết vui lòng liên hệ đến Ban giáo vụ của Hội đồng giáo dục Thành phố Sendai (TEL: 022-214-8860)

Chúng tôi có những tài liệu giải thích dễ hiểu về trường tiểu học, trung học cơ sở của Nhật Bản cũng như về sinh hoạt học đường như sau:

●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 cơ sở 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 này được phát miễn phí tại

Trung tâm đa văn hóa Sendai.



●Trường trung học phổ thông, v.v. ●

Để vào học tại trường trung học phổ thông của Nhật Bản, học sinh phải thi đầu kỳ thi tuyển sinh.

Ở Nhật Bản, trường trung học phổ thông được chia ra là trường công lập và trường tư thục.

Kỳ thi tuyển sinh được tổ chức bằng tiếng Nhật. Có một số điều kiện để tham gia kỳ thi.

Để biết thêm thông tin, vui lòng liên hệ với Phòng giáo dục trung học phổ thông của Hội đồng giáo dục thành phố Sendai (TEL: 022-214-8422).

せいかつきそへん 生活基礎編 / IV. こども / 3. 学校

●仙台市の小・中学校●

こどもを小・中学校に通わせるためには、仙台市教育委員会学事課で手続きが必要です。

- ・住んでいるところで、通う学校が決まります。
- ・授業料はかかりません。昼食代（給食費）や、教材費などはかかります。
- ・授業は日本語です。

※ 滞在期間が短い場合（2か月以内）は、仮入学をすることができます。

詳しくは、仙台市教育委員会学事課（TEL：022-214-8860）へ問い合わせてください。

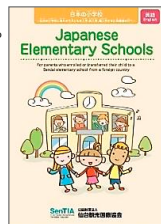
日本の小学校・中学校、学校生活について、分かりやすく説明しています。

●冊子「日本の小学校」

SenTIA 国際化事業部 HP

https://int.sentia-sendai.jp/child/school/e/pdf/English_JES.pdf

（日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・タガログ）

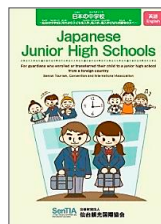


●冊子「日本の中学校」

SenTIA 国際化事業部 HP

https://int.sentia-sendai.jp/child/school/i/pdf/japanese_ihs_e.pdf

（日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・タガログ）



※ 仙台多文化共生センターで、冊子を無料で配布しています。

●高等学校等●

日本の高校は、入学試験を受けて、合格すると通うことができます。

日本では、大きく分けて「公立高校」と「私立高校」があります。

入学試験は日本語で行われます。入学試験を受けるにはいくつか条件があります。

詳しくは、仙台市教育委員会 高校教育課（TEL：022-214-8422）へ問い合わせてください。

Trường trung học phổ thông và kỳ thi tuyển sinh tại Nhật Bản được giải thích dễ hiểu trong các nguồn thông tin sau đây.

● **Trang web của SenTIA về tuyển sinh trung học phổ thông dành cho trẻ em có yếu tố nước ngoài**

Đăng tải những thông tin hướng dẫn về trường trung học phổ thông của Nhật Bản bao gồm học phí, v.v. dành cho học sinh trung học cơ sở hoặc người dự kiến tham gia kỳ thi tuyển sinh vào trung học phổ thông.

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

<https://int.senia-sendai.jp/child/advance/j/> (Nhật - Anh - Trung – Nepal)



● **Buổi hướng dẫn học chuyển cấp Miyagi dành cho bố mẹ và trẻ em mà tiếng Nhật không phải là tiếng mẹ đẻ**

Là buổi hướng dẫn dành cho phụ huynh và học sinh tiểu học, trung học cơ sở có mong muốn thi chuyển cấp vào trường trung học phổ thông của Nhật Bản

Có thể download sách “Sách hướng dẫn thi chuyển cấp”

từ trang web dưới đây.

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

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

※Sách cũng được phát miễn phí tại Trung tâm đa văn hóa Sendai.



● **Quầy tư vấn hỗ trợ trẻ em có yếu tố nước ngoài ở Sendai của SenTIA●**

Quầy tư vấn nhận tư vấn cho trẻ em có yếu tố nước ngoài và phụ huynh, trường học/ giáo viên, giáo viên hướng dẫn tiếng Nhật cho trẻ em, v.v. Có tư vấn bằng tiếng nước ngoài. Hỗ trợ nhiều vấn đề bao gồm thủ tục nhập học từ đầu/ nhập học giữa kỳ, trao đổi với nhà trường, tiếng Nhật của học sinh, tư vấn học chuyển cấp và thi chuyển cấp, v.v. Để biết thêm chi tiết, vui lòng liên hệ đến SenTIA (TEL: 022-268-6260) hoặc Trung tâm đa văn hóa Sendai (TEL: 022-224-1919).

Trang chủ của bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

<https://int.senia-sendai.jp/child/support/vi/>

(Nhật - Anh - Trung - Hàn - Việt - Nepal - Tagalog - Nga)



日本の高校や高校受験について、分かりやすく説明しています。

●SenTIA外国につながる子どものための高校進学サイト

日本の高校や学費などについて、中学生やこれから高校受験を

予定している人向けに説明しています。

SenTIA国際化事業部 HP

<https://int.sentia-sendai.jp/child/advance/j/> (日・英・中・ネパール)



●日本語を母語としない子どもと親のための進路ガイダンス宮城

日本で高校進学を希望している小・中学生や親のための

説明会です。冊子「進路ガイドブック」はサイトから

ダウンロードできます。

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

(日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・タガログ・スペイン)

※ 仙台多文化共生センターで、冊子を無料で配布しています。



●SenTIA外国につながる子どもサポートせんだい相談デスク●

相談デスクでは、外国につながる子どもとその保護者、学校や先生、こどもに日本語指導など

をしている先生からの相談を受けています。外国語で相談することもできます。

入学・編入手続き、学校での適応、こどもの日本語、進学相談や受験など、さまざまな面でサポートしています。

詳しくは、SenTIA (TEL : 022-268-6260) か、仙台多文化共生センター (TEL : 022-224-1919) に相談してください。

SenTIA国際化事業部 HP

<https://int.sentia-sendai.jp/child/support/j/>

(日・英・中・韓・ベトナム・ネパール・タガログ・ロシア)



●Hỗ trợ dành cho trẻ em người nước ngoài/ người hồi hương v.v. và bố mẹ●

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 hoặc người hồi hương Cho mượn máy phiên dịch tự động	Phái cử người hợp tác tới hỗ trợ tại các giờ học ở trường tiểu học, trung học cơ sở công lập của thành phố Sendai. Ngoài ra, còn thực hiện việc cho mượn máy phiên dịch tự động, công cụ phiên dịch.	Phòng chỉ đạo giáo dục quốc tế của Hội đồng giáo dục TEL: 022-214-8961
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 tiếng Nhật Satto	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.	Nhà văn hóa trung tâm quận Aoba TEL: 022-263-5010

●Các trường dành cho người nước ngoài ở Sendai●

Pháp nhân trường học Nanko Gakuen - Trường quốc tế Tohoku	TEL: 022-348-2468
Pháp nhân trường học Horizon Gakuen - Trường Sendai	TEL: 022-739-9622
Trường cấp 1, 2, 3 Triều Tiên ở Tohoku	TEL: 022-229-2131

●**帰国・外国人児童生徒等やその親のためのサポート**●

サービス／団体名	活動内容	問い合わせ先
帰国・外国人児童生徒 等指導協力者派遣 事業 自動翻訳機の貸出	仙台市内公立小・中学校の授業 を受ける際にサポートする 協力者を派遣します。また、 自動翻訳機、翻訳ツールの貸出も 行っています。	青葉区国際教育推進課 TEL：022-214-8961
外国人の子ども・ サポートの会	こどもの日本語学習・教科学習サ ポート、ボランティアの研修会な どの開催	事務局 TEL：090-2793-8899
さと日本語クラブ	毎週土曜日の10時から12時、 外国に由来のあるこどもの日本語 学習をサポートします。	青葉区中央市民センター TEL：022-263-5010

●**仙台市内の外国人学校**●

学校法人南光学園 東北インターナショナルスクール

TEL：022-348-2468

学校法人ホライゾン学園 仙台校

TEL：022-739-9622

東北朝鮮初中高級学校

TEL：022-229-2131

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

●Đi xe buýt●

Trong phạm vi thành phố có các loại xe buýt đang hoạt động như Xe buýt thành phố (市バス), Xe buýt giao thông Miyagi (宮城交通バス).

Cách đi xe buýt

a)



Xe buýt ở Sendai lên xe từ cửa ở giữa và xuống xe từ cửa phía trước.

Nếu thanh toán bằng tiền mặt, hãy lấy vé tính tiền (seiriken) tại vị trí số ①.

Nếu dùng vé đi xe bằng thẻ gắn chip IC như icsca, hãy chạm thẻ vào vị trí số ②.

b)

Khi nghe thấy tên của trạm xe buýt mà bạn muốn xuống, hãy nhấn vào các nút bấm xuống xe gắn trong xe buýt.



c)



Tiền vé xe buýt được thanh toán khi xuống xe.

Nếu thanh toán bằng tiền mặt, trước tiên, hãy cho vé tính tiền (seiriken) vào chỗ số ③, sau đó bỏ số tiền được hiển thị vào ô đó. Nếu bạn muốn đổi tiền lẻ, hãy cho tiền vào (không có tiền thối) chỗ số ④ trước khi xuống xe. Chỉ đổi được các mệnh giá như 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 số 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).

●バスに乗る●

せんだいしな い し みやぎこうつう はし
仙台市内には市バス、宮城交通バスなどが走っています。

バスの乗り方

a)



せんだい
仙台のバスは、真ん中のドアから乗り、前から降ります。現金で支払うときには①の
ところから整理券を取ってください。icscaなどのICカード乗車券を使うときには、
②の表示のところにタッチしてください。

b)

お 降りたいバス停の名前が聞こえたら、
バスの中についているボタンを押してください。



c)



うんちん お しはら
運賃は降りるときに支払います。

げんきん しはら
現金で支払うときは、③に整理券を最初に入れてから、表示さ
れている金額を入れてください。お金を両替したいときは、
降りる前に④のところに現金を入れてください（おつりはでま
せん）。両替ができるお金は、1,000円札、500円硬貨、
100円硬貨、50円硬貨だけです。



ICカード乗車券を使うときは、⑤の表示のところにタッチし
てください。

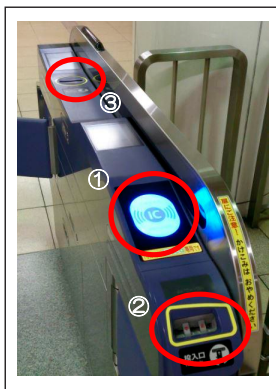
※ ICカード乗車券に入れたお金が少ないときは、バ
スの中でも現金を入れることができます。バスを運転して
いる人に言ってください（おつりは出ません）。

●Tàu điện ngầm●

Có 2 tuyến tàu điện ngầm ở thành phố Sendai:

Tuyến Nam - Bắc (南北線 なんぼくせん) và Tuyến Đông - Tây (東西線 とうざいせん).

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 số 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.

●Mua vé lượt cho từng lượt đi tàu điện ngầm●

Nơi có thể mua: bạn có thể mua vé tại máy

bán vé tự động ở các ga tàu điện ngầm.



●Mua thẻ 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.

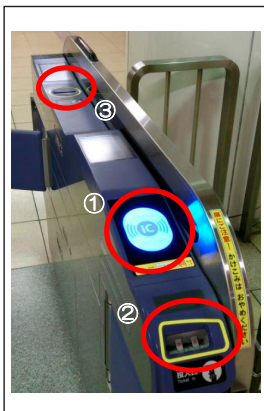
●Mua vé tàu 1 ngày (vé cho phép lên xuống không giới hạn trong một ngày)●

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

●ちかてつ の 地下鉄に乗る●

せんだいし ちかてつ せん ちかてつ ちかてつ
仙台市の地下鉄は2つの路線（南北線・東西線）があります。

ちかてつ の 地下鉄の乗り方



せんだい ちかてつ の お じどうかいさつき
仙台の地下鉄は、乗るときも、降りるときも自動改札機とお通ります。

いくすか じょうしゃけん つか の
icscaなどのICカード乗車券を使うときには、乗るときもお降りるときも、①の表示のところにタッチしてください。

かい じょうしゃけん にちじょうしゃけん つか の
1回ごとの乗車券や1日乗車券を使って乗るときは、②のところに乗車券を入れて、③のところから取ってください。降りるときも、②のところに乗車券を入れてください。1回ごとの乗車券は、降りるときには③から出てきませんが、1日乗車券は降りるときにも③から出てくるので取ってください。

●ちかてつ かい じょうしゃけん か 地下鉄の1回ごとの乗車券を買う●

か ちかてつき けんばいき か
買うことができるところ：地下鉄駅にある券売機で買うことができます。



●いくすか か icscaを買う●

か ちかてつき けんばいき
買うことができるところ：地下鉄駅にある券売機や
ていきけん
定期券うりばなどで買うことができます。

●にちじょうしゃけん か にちなんかい の お じょうしゃけん 1日乗車券を買う（1日何回も乗り降りすることができる乗車券）●

か にちじょうしゃけん ちかてつき ていきけん か
買うことができるところ：バスの1日乗車券は地下鉄駅にある定期券うりばなどで買うことができます。地下鉄の1日乗車券は地下鉄駅にある券売機で買うことができます。

●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.

Để biết thêm chi tiết, vui lòng liên hệ đến những cơ quan sau đây.

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 thất lạc của Cục giao thông:	
	TEL: 022-223-4812 (Tiếng Nhật)	
Xe buýt tỉnh Miyagi	Trang chủ của Cục giao thông: https://www.kotsu.city.sendai.jp/	
	(Tiếng Nhật - Anh - Trung - Hàn - Việt - Nepal)	
	Trụ sở chính công ty giao thông Miyagi	TEL: 022-771-5310
	Khu vực phía bắc: cơ sở Tomiya Khu vực phía nam: cơ sở Sendai	TEL: 022-358-9031 (đồ thất lạc) TEL: 022- 243-2131 (đồ thất lạc)
JR phía Đông Nhật Bản	Trung tâm đồ thất lạc ga Sendai	TEL: 022-227-0255
	JR East InfoLine (Anh - Trung - Hàn)	TEL: 050-2016-1603

●Đi tàu điện JR●

Vé tàu JR có thể mua tại nhà 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 5 tiếng 30 phút. Cần phải đặt vé trước. Thông tin chi tiết hãy liên hệ đến 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」 (xe trống) thì 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 lên xe 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 dù xe không di chuyển do đèn đỏ hay kẹt xe thì tiền xe 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 địa điểm muốn đến lên giấy và đưa cho tài xế.

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

●定期券（決まったところで何回も乗り降りすることができる乗車券）●

買うことができるところ：地下鉄駅にある定期券売り場などを買うことができます。

もっと知りたいときは、次のところに連絡してください。

仙台市バス・地下鉄	交通局案内センター	TEL：022-222-2256（日）
	交通局忘れ物センター	TEL：022-223-4812（日）
	交通局ホームページ	https://www.kotsu.city.sendai.jp/
	（日・英・中・韓・ベトナム・ネパール他）	
宮城交通バス	宮城交通 本社	TEL：022-771-5310
	北部方面：富谷営業所	TEL：022-358-9031（忘れ物）
	南部方面：仙台営業所	TEL：022-243-2131（忘れ物）
JR東日本	仙台駅忘れ物センター	TEL：022-227-0255
	JR East InfoLine（英・中・韓）	TEL：050-2016-1603

●JR線の電車に乗る●

JRの切符は、駅のほか旅行代理店でも買うことができます。

●長距離バスに乗る●

仙台と他の都市の間には、長距離バスが走っています。たとえば、仙台～東京は5時間30分くらいです。予約が必要です。詳しくは、各バス会社へ問い合わせてください。

●タクシーに乗る●

タクシーのほとんどは、運転手をふくめて5人乗りです。フロントガラス助手席側のランプが「空車」になっていれば、手をあげて止めることができます。左側後部のドアが自動で開きます。開くまで待ってください。初乗り基本料金は、乗車側の窓に掲示してあるので確認してください。運賃は時間距離併用制です。信号や渋滞などで車が動かなくても、運賃は上がります。夜10時から朝5時までは割増料金となります。

日本語ができない場合は、行き先が書いてあるメモを運転手に渡すとよいでしょう。

仙台多文化共生センター 通訳サポート電話（TEL：022-224-1919）

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

● Khi lái xe 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 lái xe 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 chủ của Trung tâm Bằng lái xe Miyagi hoặc qua điện thoại.

● 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 có đội mũ, có cảnh phía sau, có nhìn thấy răng đều không được) • Bản sao Phiếu cư trú (xin tại Ủy ban Quận) ※Phải có ghi đầy đủ tất cả các nội dung ngoại trừ mã số cá nhân (người có bằng lái xe của Nhật cũng phải giống như vậy). 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) • Bản dịch tiếng Nhật của bằng lái xe nước ngoài (*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 kỹ 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.

●日本で車やバイクを運転する●

日本の運転免許証か国際運転免許証などが必要です。日本の免許証を取るには、2つの方法があります。

- ・外国免許（日本以外の免許）からの切替えて取する方法
- ・学科試験、適性試験、技能試験を受けて取する方法。学科試験は20カ国語から選ぶことができます。宮城県運転免許センターのホームページ、または電話で予約してください。

●外国免許（日本以外の免許）から切り替える●

申請手続き（書類審査）の前に、事前調整（事前連絡）が必要です。

運転免許センター TEL：022-373-3601（内線275）／ 平日 15:00-17:00

がいこくめんきょ 外国免許 からの きりか 切替え	じょうけん 条件	・運転免許を取得した国に、取得後3か月以上住んでいたこと ※ パスポートで取得国の交付後の滞在期間を確認しますが、出入国がスタンプなどで確認できない場合は他の証明書などが必要です。（卒業証明書、雇用証明、納税証明など） ・運転免許の有効期限が切れていないこと ・住所が宮城県
	ひつよう 必要な もの	・運転免許申請書（運転免許センターにあります。） ・写真1枚（3×2.4cm、白黒・カラーどちらも可。帽子をかぶっているもの、背景があるもの、歯が見えているものは不可。） ・住民票の写し（区役所でもらいます） ※ 個人番号以外すべての項目が記載されているもの（日本の免許証を持っている人も同様に必要です）住民票について、詳しくはP8へ ・外国の自動車運転免許証など ・パスポート（古いパスポートがあれば全て） ・日本の運転免許証（持っている人のみ） ・外国の運転免許証を日本語に翻訳したもの（*1）
ほか その他		てつづ めんきょしょう はつきゅうこく てきせいしけん しりょくけんさ 手続きは、免許証の発給国によって、適性試験（視力検査など）のみの ばあい がつか かくにん すう こくご じゅけんかのう うんてんぎのう かくにん おこな ばあい 場合と、学科の確認（数カ国語で受験可能）と運転技能の確認を行う場合 があります。不合格でも受験手数料が必要です。また、日本語による会話 ができない方は、通訳者に同行してもらってください。

(*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 chủ của JAF. TEL 022-783-2826 (Chỉ trong các ngày làm việc từ 10:00 đến 17:00).

●Đăng ký xe ô tô, xe máy●

Nếu có xe 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 xe 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 Trung tâm hành chính 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 xe ô tô và xe máy phải tham gia bảo hiểm trách nhiệm bồi thường xe ô tô (còn gọi là bảo hiểm bồi thường xe ô tô bắt buộc). Hãy tham gia thêm bảo hiểm tự nguyện. Khi mua hoặc nhận xe ô tô, hãy chắc chắn rằng xe đã có bảo hiểm. Bạn có thể đăng ký bảo hiểm tại cửa hàng xe 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 xe 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)

(※1) 国によって、大使館や領事館で日本語に翻訳してもらえます。

また、JAFでも有料で翻訳文を作成します。JAFのHPから申請してください。

(TEL：022-783-2826 平日のみ 10:00-17:00)

●自動車やバイクを登録する●

自動車やバイクを所有する場合、登録が必要です。買った店か下記に連絡します。

ふつうじどうしゃ 普通自動車	とうほくうんゆきよみやぎょうんゆしきよく 東北運輸局宮城運輸支局	TEL：050-5540-2011
けいじどうしゃ 軽自動車	けいじどうしゃけんききょうかい 軽自動車検査協会 みやぎしゅかんじむしょ 宮城主管事務所	TEL：050-3816-1830
はいきりょう 排気量126cc以上のバイク	とうほくうんゆきよみやぎょうんゆしきよく 東北運輸局宮城運輸支局	TEL：050-5540-2011
はいきりょう 排気量125cc以下のバイク	しゅていちば 主たる定置場のある区役所税務会計課・総合支所税務担当課	

●保険に入る●

事故を起こして人にけがをさせると、お金をたくさん請求されることがあります。

自動車やバイクの所有者は、自動車賠償責任保険（通称自賠責保険）に加入しなければなら

りません。任意保険にも入りましょう。車を買ったり、もらったときは、必ず保険に入っ

ているかどうか確認してください。車を買った店や、保険会社で申し込むことができます。

また、自転車に乗るときも、自転車損害賠償保険に入らなければなりません。自転車の保険

には、自転車の店で点検や整備（有料）を受けると入ることができる「TSマーク」などが

あります。自転車損害賠償保険は、インターネットやコンビニエンスストアでも入ることが

できます。その他、自動車保険や火災保険などの「特約」でも入ることができます。

●自転車に乗る●

・自転車を持ったら、防犯登録と点検・整備をしましょう。

・自転車は道路にはとめないでください。駐輪場にとめましょう。駐輪禁止の場所にとめる

と撤去され、自転車保管所に移動されます。引き取るときに、お金を払わなければいけません。

※ 駐輪場マップ

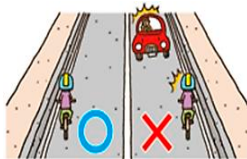
<https://www.city.sendai.jp/jitenshataisaku/kurashi/machi/kotsu/jitensha/churinjo/map.html>

(日・英)

●Hãy tuân thủ luật 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 : “Quy tắc và cách ứng xử khi đi xe đạp” - Bạn có biết?
Có đang tuân thủ?
(Thông tin công khai online của chính phủ)



Biển vẽ trên đường



Biển báo trên đường
(Đường dành riêng cho người đi xe đạp thông thường, v.v. và người đi bộ v.v.)

[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 lỗi vi phạm 2 lần trở lên sẽ bị bắt buộc tham gia lớp học đào tạo.



- ※ Nếu vi phạm luật giao thông dành cho xe đạp (không tuân thủ luật giao thông) thì sẽ phải nộp tiền phạt vi phạm.

Có tổng cộng 113 loại hành vi vi phạm.

<<Những hành vi vi phạm thường thấy và mức phạt>>

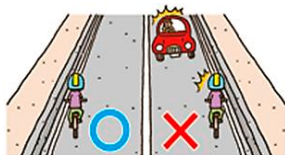
- Sử dụng (cầm) điện thoại di động 12.000 yên
- Không tuân thủ đèn giao thông 6.000 yên
- Vi phạm khu vực được lưu thông (đi ngược chiều, đi xe trên lối đi bộ v.v.) 6.000 yên
- Không tạm dừng 5.000 yên
- Sử dụng tai nghe headphone (vừa lái xe vừa nghe nhạc với âm lượng lớn) 5.000 yên
- Chạy hàng hai 3.000 yên
- Chở hai (2 người trên một xe) 3.000 yên



●日本の交通規則を守りましょう●

- ・自転車を含め車は道路の左側を走りましょう。
- ・下の写真の標識・標示がある歩道は、自転車で通行することができます。
- ・自転車も含めて、お酒を飲んだら車を運転してはいけません。
- ・「仙台市自転車の安全利用に関する条例」で、自転車利用者が守らなければいけないことを定めています。詳しくは、仙台市のホームページを見てください。

<https://www.city.sendai.jp/jitensha/foreign.html> (日・英・中・韓・ベトナム・ネパール)



お役立ち情報：
「知ってる？ 守ってる？」
自転車利用の交通ルールとマナー
(政府広報オンラインより)



道路標示



道路標識

(普通自転車等および歩行者等専用)

【自転車】

- ・歩道を走るときは歩行者(歩いている人)優先で、車道寄りを徐行(いつでも止まれる速さでゆっくり走る)しなければなりません。
 - ・ヘルメットをかぶって頭を守りましょう。
 - ・暗くなったら、ライトをつけて運転しましょう。
 - ・携帯電話・スマートフォンの通話や操作、傘や物を持ちたり、ハンドルに掛けるなどをして運転してはいけません。
 - ・ヘッドホンやイヤホンを使用して運転してはいけません。
 - ・2人乗りや横に並んで運転してはいけません。
- ※ 3年以内に2回以上警察に摘発された自転車運転者は、講習を受けなければなりません。
- ※ 自転車の交通違反(交通ルールを守らない)をすると反則金を払わないといけません。



違反となる行為は113種類あります。

《主な違反行為と反則金》

- ・携帯電話の使用(保持) 12,000円
- ・信号無視 6,000円
- ・通行区分違反(逆走・歩道通行等) 6,000円
- ・一時不停止 5,000円
- ・ヘッドホンの使用(大音量の音楽を聞きながらの運転) 5,000円
- ・並んでの走行 3,000円
- ・2人乗り 3,000円



【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 xe ô tô.
 - 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 - Trung - 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



Dừng lại tạm thời



Có trường học, trường mẫu giáo, nhà trẻ v.v.

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)



じどうしゃ
【自動車】

- 後部座席も含めすべての座席でシートベルトをつけましょう。
- 6歳未満のこどもは、チャイルドシートを使用しなければなりません。



【バイク】

- ヘルメットをかぶらなければなりません。

でんどう きくぽーど など とくていこがたでんどうきつきしてんしゃ
【電動キックボード等（特定小型電動機付自転車）】

- 運転できるのは16歳以上の方です。
- 車道の左端を、時速20km以下で走らなければなりません。
- 歩道は原則走行できません。



※ 例外的に、基準を満たす車体のみ時速6km以下であれば

走ることができます。

- 自賠責保険に必ず入らなければなりません。
- ヘルメットをかぶって頭を守りましょう。



でんどう きくぽーど など あんぜんりよう
「電動キックボード等の安全利用ガイド」

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

(英・中・ベトナム・韓)

ほこうしゃ じてんしゃ にほん こうつあんぜん
「歩行者と自転車のための日本における交通安全ガイド」

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

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

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

https://www.npa.go.jp/english/bureau/traffic/document/05_traffic_safety_pt.pdf (ポルトガル)

どうろひょうしき
道路標識



つうこうど
通行止め



しゃりようしんにゅうきんし
車両進入禁止



いちじていし
一時停止



がっこう 幼稚園、保育所
学校、幼稚園、保育所
などあり

たげん こうつあんぜん
多言語交通安全DVD

じてんしゃ あんぜん りようほうほう じてんしゃ し こ お
自転車の安全な利用方法や自転車事故を起こしてしまったらどうするか
などを、分かりやすく説明しています。

https://www.youtube.com/watch?v=A_8EITjItM

(日・英・中・ベトナム・ネパール)



SINH HOẠT CƠ BẢN / VI. VIỆC LÀM

Nếu bạn có tư cách lưu trú hợp lệ cho phép bạn làm việc, và nội dung công việc của bạn phù hợp với tư cách lưu trú, thì bạn có thể làm việc tại Nhật Bản.

Cơ quan giới thiệu việc làm như sau (để được giới thiệu cần phải đăng ký).

Halo Work Sendai	Tầng 4 tòa Sendai MT, Miyagino-ku, Tsutsujigaoka 4-2-3 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. Xem chi tiết tại trang 9.
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.
Phòng 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_i/job/guide.html

生活基礎編 / VI. 仕事

就労可能な在留資格をもって、仕事の内容が在留資格に合ったものであれば、日本で仕事をすることができます。

仕事を紹介している機関（紹介を受けるには、登録が必要です）

ハローワーク 仙台	宮城野区 榴岡 4-2-3 仙台MTビル 4F TEL: 022-299-8819 【外国人雇用サービスコーナー】 中国語通訳配置時間：火曜 10:00-15:30 12:00-13:00(除く) 英語通訳配置時間：木曜 10:00-15:30 12:00-13:00(除く) * 対応可能な曜日や時間は、変更になる場合があります。 インターネット検索もできます → https://www.hellowork.mhlw.go.jp/ (日)
-----------------------------	---

駅構内やスーパーなどで配付している、無料のパンフレットで仕事を探すこともできます。

【仕事を探すときに、よく使う言葉】

就労資格証明書	日本で仕事をする資格があることを証明する文書です。
資格外活動	持っている在留資格以外の仕事をするときに、この許可が必要です。 留学生がアルバイトをするときにも、この許可が必要です。 詳しくはP9へ
履歴書（写真付）	学歴や職歴など、自分の経歴を書く用紙です。働きたい企業やお店に、提出します。アルバイトをするときにも必要になります。 書き方は → https://www.tia.toyota.aichi.jp/jp-site/e-learning/ でみるすることができます。 (とよた日本語学習支援システム e-ラーニング・英・中・ポルトガル・スペイン) ※履歴書以外に、職務経歴書が必要になる場合があります。
書類選考	企業やお店が、履歴書を参考にしてあなたを採用するかどうか検討することをいいます。
面接	企業やお店の人とあなたが会って、色々な質問をしながら、あなたを採用するかどうか検討することをいいます。 そのとき、履歴書を参考にします。

外国人留学生のための就活ガイド

JASSO（独立行政法人 日本学生支援機構）作成 (日・英)

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

CÁC THÔNG TIN KHÁC

●Học tiếng Nhật●

Tại Sendai có rất nhiều lớp học tiếng Nhật. Bạn có thể tìm được lớp học phù hợp với bạn.

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 chủ để học trực tuyến. Cũng có những trang chủ hỗ trợ học bằng ngôn ngữ khác.

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

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



Trang chủ bộ phận quốc tế hóa SenTIA

●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)

ほか じょうほう その他の情報

●日本語を勉強する●

仙台には、さまざまな日本語教室があります。自分に合う教室を探すことができます。

きょうしつけいしき 教室形式	へ や あつ べんきょう きょうしつ 部屋に集まって勉強する教室があります。教科書を使います。 こどものための教室もあります。
しょうにんずうがくしゅう 少人数学習	すく にんずう おし 少ない人数で教えてもらったり、話したりできます。
たい 1対1	にほんご かた べんきょう 日本語ボランティアの方と勉強します。 す じかん ばしょ えら 好きな時間や場所を選ぶことができます。
オンライン	べんきょう オンラインで勉強できるサイトがあります。 がいこくご べんきょう 外国語で勉強できるサイトもあります。

詳しくは、「SenTIA 地域日本語教育ポータルサイト」をご覧ください。

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

せんていあ こくさいかじぎょうぶ
SenTIA 国際化事業部 HP



●日本語能力試験●

日本語能力試験は、日本語を母語としない人のための試験で、毎年、7月と12月に試験があります。試験の申し込みは、インターネットでできます。

詳しくは：JEES（公益財団法人 日本国際教育支援協会）

HP 日本語能力試験 <https://info.jees-ilpt.jp/>（日・英）

●日本留学奨学金●

日本には、留学生を対象とした様々な奨学金があります。下記の日本留学情報サイトから、主な奨学金をまとめたパンフレットをみることができます。

にほんりゅうがくしょうがくきん
日本留学奨学金パンフレット

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

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

●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://x.com/SENTIA_info/ Facebook: https://www.facebook.com/sendai.sira/
Trung tâm đa văn hóa Sendai (SenCUL, đọc là Senkaru)   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. Giờ làm việc 9:00-17:00/ Ngày nghỉ: Chủ Nhật, ngày lễ, thứ Hai của tuần thứ 2 mỗi tháng và kì nghỉ tết Dương lịch (nếu thứ Hai của tuần thứ 2 là ngày lễ thì sẽ nghỉ vào ngày thứ Hai tiếp theo) 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 Xuất nhập cảnh và Lưu trú 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)

せいかつ かん しつもん そうだん
生活に関する質問や相談

40

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 Miyagiken Sendai Goudochousha, Aoba-ku Tsutsumidori Amamiyamachi 4-17 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, tiếng Khmer. 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 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

こうえきざいだんほうじん 公益財団法人 みやぎけんこくさいかきょうかい 宮城県国際化協会 (MIA)	えいご ちゅうごくごたいおう か へいじつ 英語・中国語対応可。平日 8:30-17:15 あお ば くつつみどりあまみやまち みやぎけんせんだいごうどうちやうしや 青葉区 堤 通 雨宮町4-17 宮城県仙台合同庁舎 7F TEL : 022-275-3796 https://mia-miyagi.jp/
みやぎ外国人相談センター (MIA内)	にほんご えいご ちゅうごくご かんごくご べトナムご たがログご 日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語・タガログ語・ インドネシア語・ネパール語・ポルトガル語・タイ語・ヒンデ ィー語・スペイン語・ロシア語・クメール語、対応可。 へいじつ 9:00-17:00 ※祝日、年末年始を除く とりお さんしやかんてんわ りよう ほか せんもん相談窓口への フォン(三者間電話)を利用し、他の専門相談窓口への 相談も可。(公益財団法人 宮城県国際化協会(MIA)内) TEL : 022-275-9990
よりそいホットライン・ がいこくごせんもん 外国語専門ライン (一般社団法人 社会的 ほうせつ 包摂サポートセンター)	えいご ちゅうごくご かんごくご ちやうせんご 英語・中国語・韓国・朝鮮語・タガログ語・ベトナム語・タイ ご べトナムご べトナムご べトナムご 語・ポルトガル語・スペイン語・ネパール語・インドネシア語 たいおうか たいおうげんご じかん こと 対応可(対応言語は時間によって異なる) ① 電話相談(フリーダイヤル) 毎日 10:00-22:00 TEL : 0120-279-226 (いわて みやぎ ふくしまけんいがい 岩手・宮城・福島県以外から TEL : 0120-279-338) ※ガイダンス後「2」を押す。 https://www.since2011.net/yorisoi/n2/ ② インターネットによる SNS 相談 ・ Facebook の Messenger を使った通話相談 https://www.since2011.net/yorisoi/n2-sns/ ・ 困りごと情報提供(チャット相談) https://comarigoto.jp/
ほうむきよく がいこくごじんけんそうだん 法務局・外国人権相談 ダイヤル	えいご ちゅうごくご かんごくご フィリピンご べトナムご 英語・中国語・韓国語・フィリピン語・ポルトガル語・ベトナ ム語・ネパール語・スペイン語・インドネシア語・タイ語 たいおうか 対応可。 へいじつ 平日 9:00-17:00 TEL : 0570-090911
ほう たいげんごじやうほう 法テラス・多言語情報 ていきやう 提供サービス	えいご ちゅうごくご かんごくご べトナムご 英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語・ベトナム ご たがログご べトナムご べトナムご 語・タガログ語・ネパール語・タイ語・インドネシア語 たいおうか 対応可。 へいじつ 平日 9:00-17:00 TEL : 0570-078377 ※IP電話・プリペイド携帯電話 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.
---------------	--

Về các thông báo ở phạm vi thành phố Sendai

Bản tin chính quyền thành phố Sendai (Trang web, ứng dụng)	Được thành phố Sendai phát hành định kỳ mỗi tháng. Bao gồm các nội dung thông so về các chế độ, sự kiện, v.v. ●Bản tóm tắt đa ngôn ngữ https://www.city.sendai.jp/koryu/foreignlanguage/vn/newsletter/index.html (thành phố Sendai) ●Catalog Pocket (ứng dụng) (Dịch tự động sang tiếng Anh, tiếng Hàn, tiếng Trung phồn thể, tiếng Trung giản thể, tiếng Thái, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Indonesia và tiếng Việt) https://www.city.sendai.jp/shiminkoho/shise/koho/koho/catalogpocket/ve.html (thành phố Sendai)
--	--

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 mỗi ngày (riêng từ ngày 31 tháng 12 ~ ngày 3 tháng 1 là 9:00-17:00) Tầng 3 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 thông tin 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 Xuất nhập cảnh và Lưu trú của Bộ tư pháp)

エル・ソーラ ^{さんだい} 仙台	^{にほんご} 日本語のみ対応（ご自身で手配した通訳者の同席可） ①女性相談 ^{めんせつそうだん} ・面接相談（要予約） ^{ようやく} 月曜・ ^{すいよう} 水曜-土曜 9:00-17:00, ^{かよう} 火曜 9:00-21:00 TEL：022-268-8302 ^{でんわそうだん} ・電話相談 ^{げつよう} 月曜・ ^{すいよう} 水曜-土曜 9:00-15:30 TEL：022-224-8702 ^{べんごし} ・弁護士による法律相談 ^{ほうりつそうだん} 面接のみ（要予約、事前に面接相談が ^{ひつよう} 必要） ②性別による差別などに関する相談窓口 ^{げつよう} 月曜-土曜 9:00-17:00 TEL：022-268-8043 ※いずれも祝日、月2回の休館日、年末年始を除く
---------------------------	---

仙台市内^しについてのお知らせ

^{さんだいしせい} 仙台市政だより（HP、アプリ）	^{さんだいし} 仙台市が ^{まいつきはっこう} 毎月発行。制度やイベントのお知らせなど ●多言語版ダイジェスト https://www.city.sendai.jp/koryu/foreignlanguage/jp/kohoshi/ ^{さんだいし} （仙台市） ●カタログポケット（アプリ） ^{じどうほんやく} （自動翻訳により英語、 ^{えいご} 韓国語、 ^{かんこくご} 中国語繁体字、 ^{ちゅうごくごはんたいじ} 中国語簡体字、 ^{ちゅうごくごかんたいじ} タイ語、 ^{ポルトガル語} ポルトガル語、 ^{スペイン語} スペイン語、 ^{インドネシア語} インドネシア語、 ^{ベトナム} ベトナム ^ご 語に対応） https://www.city.sendai.jp/shiminkoho/shise/koho/koho/catalogpocket.html ^{さんだいし} （仙台市）
------------------------------------	--

仙台市の観光案内^{かんこうあんない}

^{さんだいし} 仙台市観光情報センター	^{えいごたいおう} 英語対応可。毎日 8:30-19:00 （12月31日～1月3日は 9:00-17:00） ^{さんだいえき} JR仙台駅 3F TEL：022-222-4069
------------------------------	--

外国人向けの情報^{じょうほう}

^{さんだいし} 仙台市・ ^{センティア} SenTIAが提供 ^{ていきょう} する ^{がいこくごじょうほう} 外国人情報（HP）	^{せいかつ} 生活、 ^{ぼうさい} 防災、 ^{けんこう} 健康・医療、 ^{いりょう} こども・ ^{かていなど} 家庭等に関する、 ^{かん} 多言語情報 https://int.sentia-sendai.jp/j/information/ ^{さんていあ} （SenTIA）
^{がいこくじんせい} 外国人生活支援 ポータルサイト（HP）	^{にほん} 日本に在留 ^{ざいりゅう} する外国人やその支援者 ^{がいこくじん} に対しての、 ^{しえんしゃ} 生活や仕事等 ^{たげんごじょうほう} の多言語情報 https://www.moi.go.jp/isa/support/portal/ ^{ほうむ} （法務省 出入国在留管理庁）

●Địa chỉ liên lạc của Ủy ban Tỉnh, Thành phố, Quận

Ủy ban Tỉnh Miyagi	Aoba-ku, Hon-cho 3-8-1	TEL: 022-211-2111
Ủy ban Thành phố Sendai	Aoba-ku, Kokubuncho 3-7-1	TEL: 022-261-1111
Ủy ban quận Aoba	Aobaku, Kamisugi 1-5-1	TEL: 022-225-7211
Ủy ban quận Izumi	Izumi-ku, Izumichuo 2-1-1	TEL: 022-372-3111
Ủy ban quận Taihaku	Taihaku-ku, Nagamachi-minami 3-1-15	TEL: 022-247-1111
Ủy ban quận Miyagino	Miyagino-ku, Gorin 2-12-35	TEL: 022-291-2111
Ủy ban quận Wakabayashi	Wakabayashi-ku, Hoshuninmaecho 3-1	TEL: 022-282-1111
Trung tâm hành chính tổng hợp Miyagi	Aoba-ku, Shimoayashi, Kannondo 5	TEL: 022-392-2111
Trung tâm hành chính tổng hợp Akiu	Taihaku-ku, Akiu-machi, Nagafukuro, Aza Ohara 45-1	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)



○Nhà văn hóa (Trung tâm cư dân thành phố)

Nhà văn hóa 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 nhà văn hóa

<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

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.
Cách sử dụng	Hãy đưa Thẻ học sinh và Thẻ lưu trú tại lễ tân của cơ sở

けんちょう しやくしよ くやくしよ けんらくきき
● 県庁・市役所・区役所の連絡先 ●

みやぎけんちょう 宮城県庁	あおば く ほんちょう 青葉区本町 3-8-1	TEL : 022-211-2111
せんだいしやくしよ 仙台市役所	あおば く こく せんちょう 青葉区国分町 3-7-1	TEL : 022-261-1111
あおば く くやくしよ 青葉区役所	あおば く かみさき 青葉区上杉 1-5-1	TEL : 022-225-7211
いすみくやくしよ 泉区役所	いすみ く いすみちゅうおう 泉区泉中央 2-1-1	TEL : 022-372-3111
たいはくくやくしよ 太白区役所	たいはく く ながまちなみ 太白区長町 南 3-1-15	TEL : 022-247-1111
みやぎのくやくしよ 宮城野区役所	みやぎ の く ごりん 宮城野区五輪 2-12-35	TEL : 022-291-2111
わかばやくしよ 若林区役所	わかばやく し ぼ しゅんいんまえちょう 若林区保春院前丁 3-1	TEL : 022-282-1111
みやぎそうごうしよ 宮城総合支所	あおば く しもあや し あざかんのんどう 青葉区下愛子観音堂 5	TEL : 022-392-2111
あきうそうごうしよ 秋保総合支所	たいはくく あきう まちながのくろあざおおはら 太白区秋保町長袋 字 太原 45-1	TEL : 022-399-2111

せんだいし こうきょうしせつ
● 仙台市の公共施設 ●

せんだいし い か
仙台市には、以下のような公共施設があります。

としょかん
○ 図書館

しな い か しよ しりつとしょかん りようしや つく としよかんしりよう か しりよう
市内には7箇所の市立図書館があり、利用者カードを作ると、図書館資料を借りたり、資料の
よやく
予約をすることができます。図書館の利用は無料です。

くわ せんだいしとしょかん
詳しくは：仙台市図書館 <https://lib-www.smt.city.sendai.jp/> (にち えい ちゅう かん)
しん



しん
○ 市民センター

ちい き じしゅかつどうおよ しやうがいぐくしゅう きやてんしせつ
市民センターは、地域における自主活動及び生涯学習の拠点施設です。

まな こうりゅう ちい き ば つか
学び・交流・地域づくりの場として使うことができます。

くわ しん りようあんない
詳しくは：市民センター利用案内 <https://www.hm-sendai.jp/siminc/> (にち)
しん



このほかにも、公園や文化施設、スポーツ施設など、さまざまな公共施設があります。

くわ せんだいし
詳しくは：仙台市HP

また、以下の施設は、外国人留学生とその家族を対象に、施設の入場料を無料または割引にする制度があります。

たいししょうしや 対象者	(1)「留学」の在留資格をもつ仙台市に住んでいる方 (2)「留学」の在留資格をもつ仙台市にある大学・短期大学・高等専門学校・専修学校に在籍する方 (3) (1) または (2) に同伴する家族 ※ 掲載内容は変更となる場合があります。 詳しい条件については、直接各施設へ問い合わせてください。
	りようほうほう 利用方法 しせつ うけつけ がくせいしやう さいりゅう ていじ 施設の受付で、学生証と在留カードを提示してください。

Tên cơ sở	Số điện thoại - Địa điểm - Trang chủ
Công viên sở thú Yagiyama thành phố Sendai	Taihaku-ku, Honcho, Yagiyama 1-43 TEL: 022-229-0631 https://www.city.sendai.jp/zoo/index.html 
Bảo tàng văn học Sendai	 Aobaku, Kitane 2-7-1 TEL: 022-271-3020 https://www.sendai-lit.jp/
Viện bảo tàng thành phố Sendai	Aoba-ku, Kawauchi 26 TEL: 022-225-3074 https://www.city.sendai.jp/museum/index.html 
Viện khoa học thành phố Sendai	 Aoba-ku, Shinrinkoen, Dainohara 4-1 TEL: 022-276-2201 http://www.kagakukan.sendai-c.ed.jp/
Đài thiên văn thành phố Sendai	Aoba-ku, Nishikigaoka 9-29-32 TEL: 022-391-1300 https://www.sendai-astro.jp/ 
Thư viện dữ liệu lịch sử phong tục tập quán thành phố Sendai	 Miyagino-ku, Gorin 1-3-7 (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	Aoba-ku, Ohmachi 2-12-1 TEL: 022-263-6931 https://www.hm-sendai.jp/sisetu/sensai/index.html 
Bảo tàng di tích rừng dưới lòng đất	 Taihaku-ku, Nagamachi-minami 4-3-1 TEL: 022-246-9153 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~chiteinomori/
Quảng trường dấu tích Joumon thành phố Sendai	Taihaku-ku, Yamada-Uenodaicho 10-1 TEL : 022-307-5665 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~jyoumon/ 
Vườn bách thảo Akiu Otaki	 Taihaku-ku, Baba Akiu-machi, Aza-otaki 5 TEL: 022-399-2761 http://sendai-green-association.jp/green/akiu/
Vườn hoa đại thành phố Sendai	Taihaku-ku, Mogasaki 2-1-1 TEL: 022-222-2324 http://sendai-green-association.jp/green/yasouen/ 

たいしょうせつ 対 象 施 設	しよざいち でんわばんごう 所在地 ・ 電話番号 ・ ホームページ
せんだいし 仙台市 やぎやまどうぶつこうえん 八木山動物公園	たいはくく やぎやまほんちよう 太白区八木山本町1-43 TEL : 022-229-0631 https://www.city.sendai.jp/zoo/index.html 
せんだいぶんがくかん 仙台文学館	 あおばくきたね 青葉区北根2-7-1 TEL : 022-271-3020 https://www.sendai-lit.jp/
せんだいしはくぶつかん 仙台市博物館	あおばくかわうち 青葉区川内26 TEL : 022-225-3074 https://www.city.sendai.jp/museum/index.html 
せんだいしかがくかん 仙台市科学館	 あおばくだいのはらしんりんこうえん 青葉区台原森林公園4-1 TEL : 022-276-2201 http://www.kagakukan.sendai-c.ed.jp/
せんだいしてんちんだい 仙台市天文台	あおばくにしがあか 青葉区錦ヶ丘9-29-32 TEL : 022-391-1300 https://www.sendai-astro.jp/ 
せんだいし 仙台市 れきしひんぞくしりょうかん 歴史民俗資料館	 みやぎのくごりん つつしがあかこうえんない 宮城野区五輪1-3-7 (榴 岡公園内) TEL : 022-295-3956 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~rekimin/index.html
せんだいしせんさいふっこう 仙台市戦災復興 きねんかんしりょうてんじしつ 記念館資料展示室	あおばくおまち 青葉区大町2-12-1 TEL : 022-263-6931 https://www.hm-sendai.jp/sisetu/sensai/index.html 
ちてい もり 地底の森 ミュージアム	 たいはくくながまらみなみ 太白区長町南4-3-1 TEL : 022-246-9153 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~chiteinomori/
せんだいしじょうもん もりひろば 仙台市縄文の森広場	たいはくくやまだうえのだいちよう 太白区山田上ノ台町 10-1 TEL : 022-307-5665 https://www.sendai-c.ed.jp/~bunkazai/~jyoumon/ 
せんだいし 仙台市 あきうおおたましよくふさえん 秋保大滝植 物園	 たいはくくあきう まちば ばあざおおたき 太白区秋保町馬場字大滝5 TEL : 022-399-2761 http://sendai-green-association.jp/green/akiu/
せんだいしやそうえん 仙台市野草園	たいはくくもがさき 太白区茂ヶ崎2-1-1 TEL : 022-222-2324 http://sendai-green-association.jp/green/yasouen/ 

(Yubi-sashi Kaiwa) ゆび かいわ 指さし会話 Bảng hội thoại chỉ tay vào chữ	(Wakarimasu) わ 分かります。 Tôi hiểu.	(Wakarimasen) わ 分かりません。 Tôi không hiểu.
---	--	--

あ こうもく ゆび
 当てはまる項目を指でさしてください。Xin hãy chỉ vào mục đúng ý bạn muốn nói.

●緊急 (Kinkyū) ●Khẩn cấp

(Tasukete kudasai) たす 助けてください！ Hãy cứu/ giúp tôi!	(Kyūkyūsha o yonde kudasai) 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.	(Keisatsu o yonde kudasai) けいさつ よ 警察を呼んでください。 Xin hãy gọi cảnh sát.
--	---	--

●病院 (Byōin) ●Bệnh viện

(Taichō wa dō desu ka) たいちょう 体調はどうですか？ Sức khỏe bạn thế nào?	(Byōin ni ikitai desu) びょういん い 病院に行きたいです。 Tôi muốn đi bệnh viện.	(Dōki ga shimasu) どうき 動悸がします。 Tim tôi bị đập nhanh.
(Atama ga itai desu) あたま いた 頭が痛いです。 Tôi bị đau đầu.	(Hakike ga shimasu) は け 吐き気がします。 Tôi bị buồn nôn.	(Onaka ga itai desu) なか いた お腹が痛いです。 Tôi bị đau bụng.
(Memai ga shimasu) めまいがします。 Tôi bị chóng mặt.	(Geri o shiteimasu) げり 下痢をしています。 Tôi bị tiêu chảy.	(Arerugī ga arimasu) アレルギーがあります。 Tôi bị dị ứng.

●災害 (Saigai) ●Thiên tai

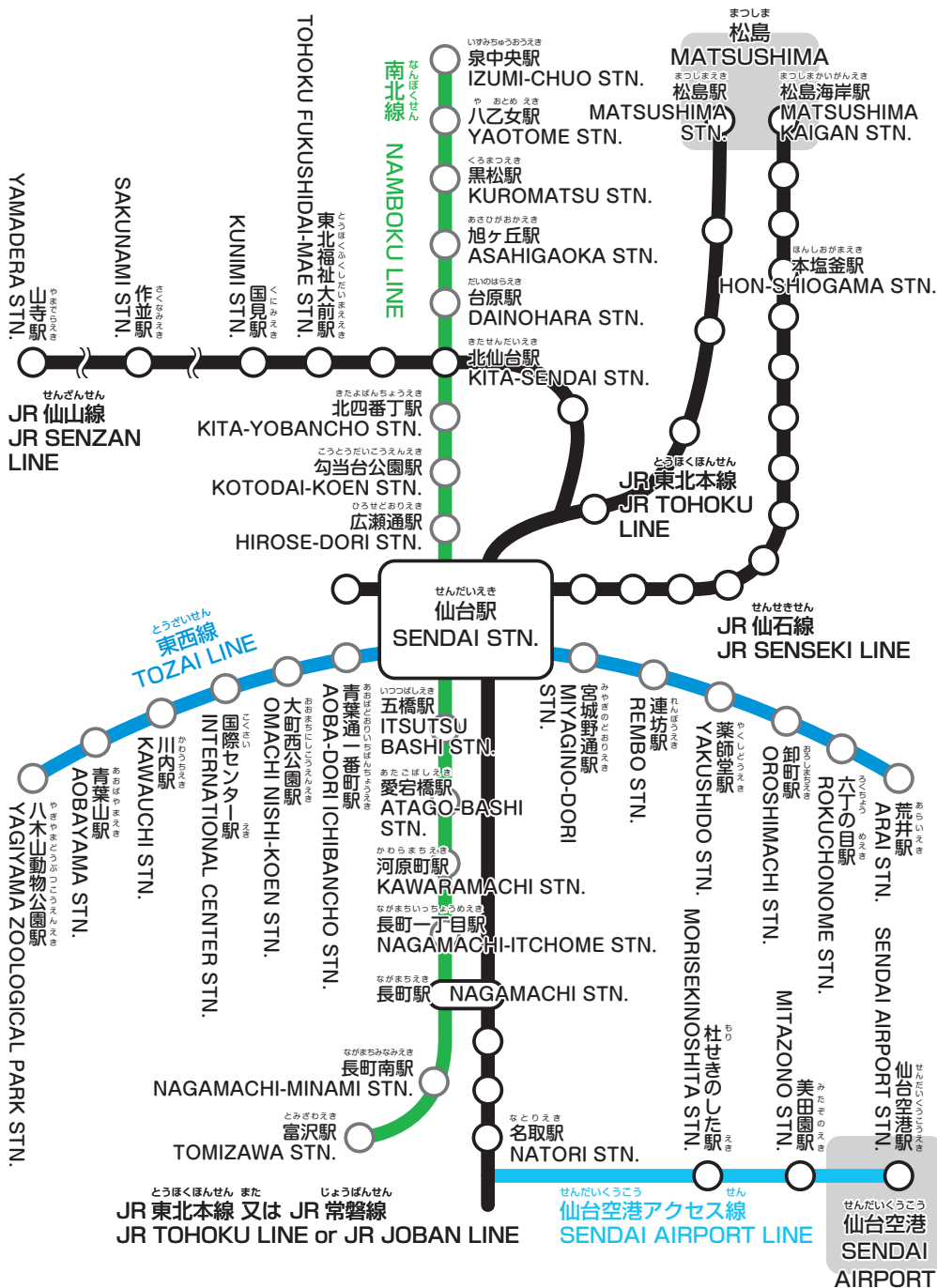
(Jishin) じしん 地震 Động đất	(Tsunami) つなみ 津波 Sóng thần	(Taifū) たいふう 台風 Bão
(Ji suberi) じ 地すべり Lở đất	(Ōame) おおあめ 大雨 Mưa to	(Bōfū) ぼうふう 暴風 Gió mạnh
(Kōzui) こうずい 洪水 Lũ lụt	(Dosha Saigai) どしゃさいがい 土砂災害 Thiên tai sạt lở đất	(Mōsho) もうしょ 猛暑 Nóng gay gắt

せんだい たぶん かきょうせい さんかく てんわ
 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)

仙台周辺路線図

Sendai area transportation



SenCUL

Sendai Multicultural Center

せん だい た ぶん か きょう せい

仙台多文化共生センター

「23言語で話せます。」

23言語で話せます。	にほんご 日本語	えいご 英語	ちゅうごくご 中国語	かんごくご 韓国語	べトナムご ベトナム語	ネパールご ネパール語	タガログご タガログ語	
	English	中文	한국어	Tiếng Việt	नेपाली भाषा	Tagalog		
	タイご タイ語	ポルトガルご ポルトガル語	スペインご スペイン語	ロシアご ロシア語	インドネシアご インドネシア語	イタリアご イタリア語	フランスご フランス語	ドイツご ドイツ語
	ภาษาไทย	Português	Español	Русский	Bahasa Indonesia	Italiano	Français	Deutsch
マレーご マレー語	クメールご クメール語	ミャンマーご ミャンマー語	モンゴルご モンゴル語	シンハラご シンハラ語	ヒンディーご ヒンディー語	ベンガルご ベンガル語	ウルドゥーご ウルドゥー語	
Bahasa Melayu	ខ្មែរ	မြန်မာဘာသာ	Монгол хэл	සිංහල	हिन्दी	বাংলা	اردو	

※他の言語でも話せることがあります。Other Languages may be available.

Multilingual support for foreign residents

外国人のための多言語サポート

面向外国人的多语言支援 為外國人提供多語言支援

외국인을 위한 다언어 서포트

Hỗ trợ nhiều ngôn ngữ cho người nước ngoài

विदेशी नागरिकहरूको लागि बहुभाषामा दोभाषे सहायता



※無料です(電話料金ががかかります)。秘密は守ります。
Free and Confidential (usual call rates apply).

困ったら、まず相談してください。Please consult with us if you have any problems.

Interpretation Hotline & Consultation

外国人のための通訳電話・相談窓口

面向外国人的口译热线 咨询窗口

提供给外国人的口译專線、諮詢窗口

외국인을 위한 통역전화・상담창구

Hotline hỗ trợ thông dịch và tư vấn cho người nước ngoài

विदेशी नागरिकहरूको लागि दोभाषे हटलाइन, परामर्श सेवा

022-224-1919

tabunka@sentia-sendai.jp

あいている じかん: 9:00~17:00*

Opening hours: 9 a.m.~5 p.m.*

* 休館日: 日曜、祝日、第2月曜日(祝日の場合は翌週)、年末年始。

* Closed: Sundays, public holidays, 2nd Monday monthly (3rd if the 2nd is a holiday), Year-End/New Year holidays.

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

सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र

SenCUL

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



日本語
にほんご



English
えいご



中文
ちゅうごくご



韓国語
かんごくご



ベトナム語
べトナムご



ネパール語
ネパールご



仙台市 City of Sendai

(公財) 仙台観光国際協会 (SenTIA)

がいこくじん

せんもんそうだんかい

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 नागरिका लागि विशेषज्ञ 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 विशेषज्ञहरूले आफ्नो सङ्गठन द्वारा, निःशुल्क रूपमा दिइने परामर्श हो। दैनिकजीवनयापनको क्रममा आईपर्ने कुनै पनि समस्याहरूको 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, विशेषज्ञ
संस्था, कार्यक्रम संचालन मिति र समय,
आवेदन दिने तरिका आदिको लागि



せ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ょう 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 Kokubuncho, Aoba-ku, Sendai
TEL: 022-224-1919
Email: tabunka@sentia-sendai.jp
https://int.sentia-sendai.jp/exchange/

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