

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.

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

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

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

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	

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.

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)

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

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

(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)

●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



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)



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

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

●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)

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.

●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)

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.

【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.

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]

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.

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. 

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, két 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)

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.

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

※ 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.

- 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.

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

●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

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.

(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

●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)

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).

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.sentia-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

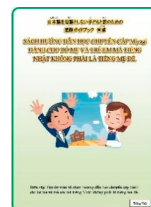
Có thể download sách “Sách hướng dẫn thi chuyển cấp”

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.sentia-sendai.jp/child/support/vi/>

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



●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

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.

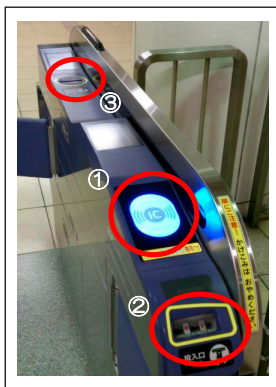
※Trường hợp tiền nạp trong thẻ IC còn ít có thể nạp thêm trong xe buýt. Hãy nói với tài xế xe buýt (không có tiền thối lại).

●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.

●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) ***

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.

(*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:**

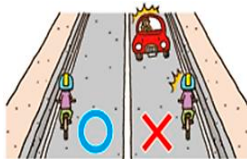
<https://www.city.sendai.jp/jitenshataisaku/kurashi/machi/kotsu/jitensha/churinjo/map.html>

(Nhật - Anh)

●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



【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)



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

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)

●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)

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

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)

●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

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/ 

(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

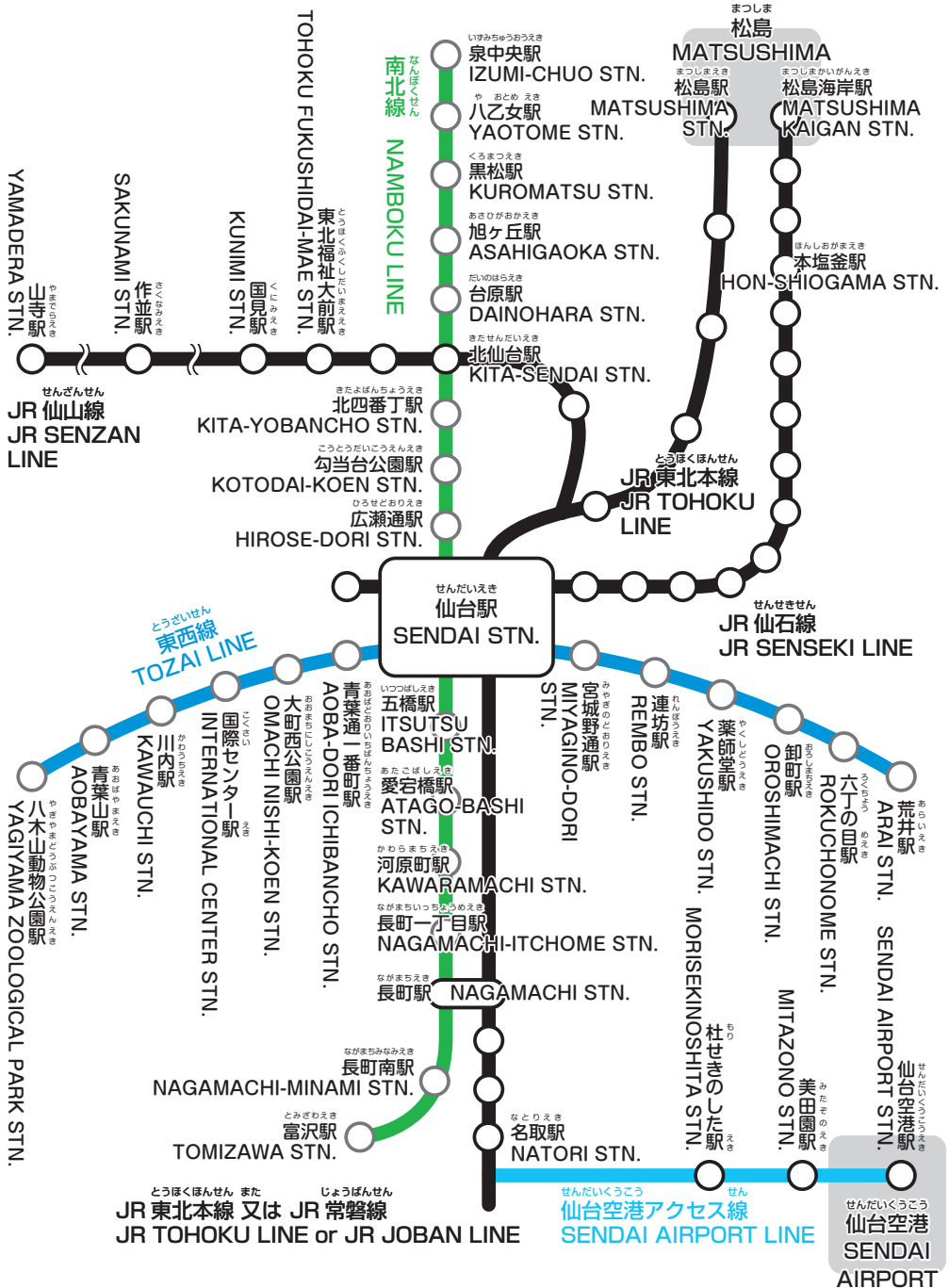
せんだい たぶん かきょうせい さんかく てんわ
 仙台多文化共生センター 通訳サポート電話 (TEL : 022-224-1919)

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

せんだいしゅうへんろせんす

仙台周辺路線図

Sendai area transportation





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

提供给外國人的口譯專線、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한국어
かんこくごTiếng Việt
ベトナム語नेपाली भाषा
ネパール語

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



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



せんだいしあおぼくこくぶんちょう 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.senia-sendai.jp/exchange/

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