

## だい しょう にほん はたら 第3章 日本で働く

にほん はたら ことについての ほうりつ があって、はたら ひと まち ために かいしゃ がしなければなら  
ないことなどが 決めてあります。こま 細かいルールは かいしゃ かいしゃ ひと き  
ま 仕事で 違 いますから、かいしゃ ひと き  
ま きましょう。

はたら ことについての しつもん  
働くことについての質問は？

しごと こま 仕事で 困 ったことやわからないことが あ ったら、した か やくしょ き  
ま 下に 書 いた役所に 聞 いてください。



がいこくじんろうどうしゃそうだん  
「外国人労働者相談コーナー」で 相談 できます。

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>



しごと さが 仕事を探 することについての しつもん  
仕事を探 することについての質問は？

にほん しごと しょうかい 日本には 仕事 を 紹 介 する「ハローワーク」という 役所 があります。

しごと さが 仕事を探 するときは、ハローワークで 相談 しましょう。

どこの ハローワークでも 相談 できます。

つうやく 通訳 がある ハローワーク もあります。↓ を 見 て ください。

<https://www.mhlw.go.jp/content/000563378.pdf>



かいしゃ ひと 会社の人 からの しつもん  
会社の人 からの質問は？

かいしゃ ひと がいこくじん はたら かた 会社の人 が 外国人 の 働 き方 について よく 知 らな かったら、↓ を 見 て も ら い ま しょう。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyou/jigyounushi/page11.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/jigyounushi/page11.html)



# 1 はたら まえ 働く前にチェックすること

## 1-1 ざいりゅうしかく 在留資格



あなたの在留カードの在留資格は何ですか。

- ① 「文化活動」「短期滞在」「留学」「研修」「家族滞在」
  - ・ 働いてはいけません。働きたいときは「資格外活動許可」(P9)をもらいます。
- ② 「永住者」「日本人の配偶者等」「永住者の配偶者等」「定住者」
  - ・ どんな仕事でもできます。
- ③ ①と②以外
  - ・ 在留資格に書いてある仕事だけできます。
  - ・ 別の仕事をしたいときは「資格外活動許可」(P9)をもらいます。

## 1-2 はたら かた 働き方

ずっと働くことができる「正社員」以外にもいろいろな働き方があります。

- ① 派遣社員
  - ・ 派遣会社と契約して、別の会社で働きます。
  - ・ 給料や社会保険は派遣会社が決めます。
  - ・ 働く時間や休みは働いている会社がチェックします。
- ② 契約社員
  - ・ 契約でいつまで働くか決まっています。3年以内に契約が終わります。
- ③ 短時間労働者
  - ・ 働く時間が正社員より短いパートタイマーやアルバイトなどです。
- ④ 「業務委託」「請負」という契約で働く人
  - ・ 会社から注文があったらその仕事をして料金をもらいます。
  - ・ 会社の人ではなくて、もらうお金は給料ではありません。
  - ・ 働く人を守るルールはあてはまりません(正社員や①～③の人とは違って、第3章の②、③、④は関係ありません。)

### 1-3 契約

契約の前に契約の書類をチェックします。

① 契約の書類には次のことがはっきり書いていなければなりません。

契約の書類に次のことが書いてあることをチェックしましょう。

- ・ 契約はいつからいつまでか
- ・ 契約が終わったあと、続けて新しい契約ができるかどうか
- ・ どこで、どんな仕事をするか
- ・ 仕事の時間や休みの日など
- ・ 給料はいくらで、いつ、どのようにもらうか
- ・ どんなき仕事をやめてほしいと言われるか

② 次のことについて、会社はあなたと契約できません。契約の書類に次のことが書いていないことをチェックしましょう。

- ・ あなたが契約と違うことをしたら、いくら払うか決める
- ・ 会社がお金を貸して、毎月の給料から引く
- ・ あなたに相談しないで、会社が旅行や寮などのお金を給料から引く

★ 契約をしたあと、働いているときに、契約と違うことがわかったら、すぐに契約をやめることができます。「外国人労働者相談コーナー」(P19)に相談できます。

### 1-4 給料

日本では法律で「最低賃金(いちばん安い給料)」が決まっています、給料はそれより高くしなければなりません。

- ・ 「最低賃金」は、都道府県や、仕事で違います。
- ・ 1時間いくら(または1日いくら)と決まっています。
- ・ 契約の給料が「最低賃金」より高いかどうか、チェックします。

<https://pc.saiteichingin.info/>



## 2 はたら 働くときのルール

ここでは法律で決めてある働くときのルールを説明します。

会社が決めた細かいルールは「就業規則」と言います。その会社で働く人は誰でも見ることが出来ます。会社のルールを知りたいときは、「就業規則」を見ましょう。

「就業規則」は変わることがあるので、ときどきチェックしましょう。

困ったことがあるときは、「外国人労働者相談コーナー」(P19)に相談できます。

### 2-1 きゅうりょう かた 給料のもらい方

- ① お金でもらいます。会社があなたの銀行の口座にお金を振り込むこともあります。
- ② 会社が税金や社会保険のお金を給料から引いて、あなたの代わりに国に払います。
- ③ 1か月に1回以上、決まった日にもらいます。

### 2-2 はたら じかん やす 働く時間と休み

働く時間：1日に8時間以内（働き方やシフトで違うこともあります）

1週間に40時間以内

休む時間：1日に6時間より長く働く人は45分以上

1日に8時間より長く働く人は60分以上

休みの日：1週間に1日か、4週間に4日以上

年次有給休暇：休んでも給料が出る休みです。6か月続けて働いていて、80%以上仕事に来た人がもらいます。

### 2-3 ざんぎょう やす ひ しごと 残業と休みの日の仕事

「残業」

- ・ 1日に8時間より長く働く、1週間に40時間より長く働くこと
- ・ 1週間に1日あるはずの休みの日に働くこと

このように長く働かなければならないときは給料が少し高くなります。

- ① 1日に8時間より長く働いた時間の給料は1.25倍以上になります。（働き方や

シフトで<sup>ちが</sup>違うこともあります)

おお かいしゃ  
大きな会社では、1 かげつ じかん なが はたら じかん きゅうりょう ばいじょう  
1 か月に 60時間より長く 働いた時間の 給料は 1.5倍以上にな  
ります。

② 1 しゅうかん にち あるはずの やす ひ はたら ひ きゅうりょう ばいじょう  
1 週間に 1日あるはずの 休みの日に 働いた日の 給料は 1.35倍以上になります。

③ ごご じ ごぜん じ あいだ はたら じかん きゅうりょう ばいじょう  
午後10時から 午前5時までの間に 働いた時間の 給料は 1.25倍以上になります。

よなか ざんぎょう じかん きゅうりょう ばいじょう  
夜中に 残業した時間 (①+③) の 給料は 1.5倍以上になります。

かいしゃ はたら ひと つく あいだ ざんぎょう なんじかん き  
会社と、働く人たちで作ったグループの間に「<sup>き</sup>残業は何時間までか」決めてあります。法律  
で<sup>ざんぎょう</sup>残業は、1 かげつ じかんいなし ねん じかんいなし き  
1 か月に 45時間以内、1 年に 360時間以内と決まっています。会社は、どんな  
に<sup>いそが</sup>忙しいときでも、<sup>やす ひ</sup>休みの日に 働いた時間と合わせて 1 かげつ じかんいじょうはたら  
1 か月に 100時間以上 働かせては  
いけないことになっています。健康のため、できるだけ<sup>ざんぎょう やす ひ</sup>残業や休みの日の仕事はしないよ  
うにしましょう。



## 2-4 特別な休み

つぎ やす  
次のような休みもあります。かいしゃ が やす と ひと かいしゃ  
「休みを取る人は会社をやめてほしい」ということは  
ありません。でも、かいしゃ のルールがありますから、やす  
休むことがわかったら、できるだけ早く  
かいしゃ そうだん  
会社と相談しましょう。

さんぜんさんごきゆうぎよう にんしん じよせい あか う よてい ひ しゅうかんまえ やす  
「産前産後休業」:妊娠している女性は赤ちゃんが生まれる予定の日の6週間前から休む  
ことができます。あか 赤ちゃんが生まれてから 8 しゅうかん やす  
週間は休まなければなりません。6 しゅうかん 過ぎ  
たときけんこう もんだい がなくて はたら 働きたいとおも いて、いしゃ が「はたら  
いてもいい」と言ったら、はたら  
くことができます。やす  
休んでいる間は、けんこうほけん から「しゅっさんてあてきん」(P31) がで  
ます。



いくじきゆうぎよう どう かあ こ そだ やす やす  
「育児休業」:お父さんとお母さんは子どもを育てるために休むことができます。休むこ  
とができるのは子どもが1さい になるまでです。やす  
休んでいる間は、こようほけん から「いくじきゆうぎよう  
きゅうふきん」(P32) がで  
ます。



かいごきゆうぎよう せわ ひつよう とし かぞく ひと せわ やす  
「介護休業」:世話がが必要な年をとった家族などがいる人は、世話をするために休むこ  
とができます。やす  
休むことができる日は93日にち まで、3かい わ と  
回まで分けて取ることができます。かいご  
のためにしごと やす  
仕事を休んだら、こようほけん から「かいごきゆうぎようきゅうふきん」(P32) がで  
ます。いつものきゅうりよう  
給料の67%のかね  
お金がもらえます。



## 2-5 会社をやめる、仕事が終わる

### 自分からやめる

- 契約でいつまで働くか決まっていない人

  - 「就業規則」で決まっている日（決まっていなかったら2週間前）までに「会社をやめたい」と会社や上の人に言います。
  - 「退職届」というやめる理由などを書いた書類を出します。

「就業規則」を見たり、会社の人に聞いたりして、あなたの会社の「退職届」の書き方や出し方を調べましょう。
  - 周りの人や次にあなたの仕事をする人に、仕事の説明をします。
- 契約でいつまで働くか決まっている人

契約の途中でやめることはできません。特別な理由があるときは会社と相談します。

### 会社があなたに「会社をやめろ」と命令する

「就業規則」にやめさせる理由が書いてあって、あなたをやめさせるはっきりした理由があるとき、会社はあなたに会社をやめるように命令することができます。

命令する会社は、やめる日の30日以上前にやめさせることをあなたに伝えます。30日以上前に伝えないときは、30日間以上の給料をあなたに払います。

### 会社があなたに「会社をやめませんか」と頼む

会社があなたに「命令ではないが、やめることを考えてほしい」と言っても、やめるかやめないかはあなたの自由です。やめたくないときは、会社に「やめません。働き続けます。」とはっきり言います。

けいやく お  
契約が終わる

けいやく お  
契約が終わったら、その会社の仕事は終わりです。

かいしゃ は、3回以上契約をしている人や、1年より長く続けて働いている人と、契約が終わったあとに新しい契約をしないときは、契約が終わる30日前までに「新しい契約はしない」と言わなければなりません。

けいやく お つづ おな ところ はたら ひと あたら けいやく  
契約が終わった後も続けて同じ所で働くことになった人は、新しい契約をします。

かいしゃ は、あたら けいやく なんかい かいしゃ しごと つづ ひと けいやく りゆう  
会社は、新しい契約を何回もしてその会社の仕事を続けている人の契約を、理由がないのにやめることはできません。

かいしゃ とうさん  
会社が倒産した

かいしゃ かね とうさん はたら きゅうりょう  
会社がお金がなくなって倒産したため、働いたのに給料がもらえなかったら、まず、  
やくしょ がいこくじんろうどうしゃそうたん そうたん くに かいしゃ か きゅうりょう  
役所の「外国人労働者相談コーナー」(P19)で相談しましょう。国が会社の代わりに給料  
いちぶ はら  
の一部を払うこともあります。



### 3 けんこう あんぜん 健康と安全

はたら ひと けんこう あんぜん しごと ほりつ き  
働く人が健康で安全に仕事ができるように、法律でいろいろなことが決まっています。

こま  
困ったことがあるときは、「**がいこくじんろうどうしやそうだん**」(P19)に相談**そうだん**できます。

からだ こころ くあい  
体と心の具合をチェックする

- かいしゃ はい まいとし かい からだ くあい けんこうしんだん  
会社に入ったときと毎年1回、体の具合を「健康診断」でチェックします。
- もっとたくさんチェックする仕事の人もあります。
- こころ くあい  
心の具合は「**ストレスチェック**」で年に1回チェックします。



けんこうしんだん  
健康診断や**ストレスチェック**で健康に問題があるとわかった人や、**ざんぎよう おお**残業が多くて疲れて  
いる人は、**ひと いしや**医者にみてもらいます。必要なら、**ひつよう ざんぎよう すく**残業を少なくしたり、**しごと か**仕事を変えたりして  
もらいます。

しごと げんいん びようき  
仕事が原因のけがや病気

しごと げんいん はたら ひと びようき な  
仕事が原因で、働いている人がけがをしたり病気になったり亡くなったりしたときは、  
かいしゃ はい ろうさいほけん  
会社が入っている「**労災保険**」からお金が出ます。会社に行く途中や、会社から帰る途中の  
しごと かね で  
事故などでもお金が出ます。

- びよういん かね はら  
病院のお金はかかりません。あなたが払うことがあるかもしれませんが、あとであ  
なたに**かえ**返します。
- しごと やす ひ やす かめ にち きゅうりよう  
仕事を休まなければならなくなった日は、休んだ4日目から、1日の給料の80%  
の**かね**お金をもらいます。(休んだ1日目から3日目までは会社から1日の**かいしや**給料の  
60%の**かね**お金をもらいます)。
- しごと げんいん びようき しごと やす にち かいしや  
仕事が原因のけがや病気で仕事を休んでいるときと、そのあと30日は、「**会社をや  
めろ**」と言われません。
- な  
亡くなったときは、**かそく かね**家族がお金をもらいます。



あか かあ まも  
赤ちゃんとお母さんを守る

にんしん じよせい あか う じよせい つぎ かいしゃ たの  
妊娠した女性や赤ちゃんを産んだ女性は、次のことを会社に頼むことができます。

- 妊娠している間は簡単な仕事に変えたい。
- 働く時間は1日に8時間以内、1週間に40時間以内をしたい。
- 残業や休みの日の仕事、夜中の仕事をしたくない。
- お母さんの体とおなかにいる赤ちゃんの健康をチェックしに医者へ行くから、仕事を休みたい。
- 医者に言われたので、仕事の時間を短くしたい。休みたい。



あんしん はたら  
安心して働く

あんしん はたら かいしゃ つぎ さべつ  
安心して働いてもらうため会社は次のような差別やハラスメントがないようにします。

- 男性か女性か、日本人か外国人かなどで給料や研修、仕事などを変える。
- 女性が結婚したり、妊娠したり、赤ちゃんを産んだりしたことを理由に会社をやめさせるルールをつくる。結婚を理由に女性をやめさせる。
- セクシュアルハラスメント
- 妊娠した人や子どもを産んだ人へのハラスメント、子どもを産んで育てるために休みを取る人へのハラスメント



もし差別やこのようなハラスメントがあったら、「やめてください」「嫌です」などと言って、会社に相談します。

★ 相談できる役所もあります。



<https://www.mhlw.go.jp/english/policy/employ-labour/equal-employment/index.html>

4 しゃかいほけん ろうどうほけん  
社会保険・労働保険

にほん しゃかいほけん ろうどうほけん というシステムがあります。くに はたら ひと かいしゃ からお金を集めて、こま かね あつ 困ったときにそのお金を使って助けます。

かいしゃ はたら ひと きゅうりょう しゃかいほけん ろうどうほけん けんこうほけん かいごほけん こうせいねんきん ほけん こようほけん かね ひ ろうさいほけん ぜんぶかいしゃ かね だ かいしゃ あつ めたお金に会社のお金を足して国に渡します。短い時間だけ働いている人は、社会保険に入っていないため、きゅうりょう かね ひ 給料からお金が引かれませんが、じぶん ごくみんけんこうほけん (P42) や ごくみんねんきん (P45) に入ってお金を払います。

けんこうほけん びょうき びょういん い ほけん 「健康保険」：けがや病気で病院に行くときのための保険です (P41)。

かいごほけん とし せわ ほけん 「介護保険」：年をとって世話をしてもらおうときのための保険です (P51)。

こうせいねんきんほけん とし びょうき けがをし じごと しごと ができなくなったときのための保険です。そして、かぞく ために はたら ひと な 働いていた人が亡くなったとき、かぞく せいかつ こま ないようにする保険です。70歳になっていない人が入ります (P48)。

こようほけん しごと かいしゃ 仕事をやめたあと 仕事が見つからなかったりしたときのための保険です。せいかつ しんぱい 生活の心配をしないで、あたらしい 仕事を探そうとすることができるよう、この保険からお金が出ます。いつからいくら出るかは、やめた理由などで違いますから、家の近くの「ハローワーク」でそうだん 相談しましょう。

<https://www.mhlw.go.jp/content/11600000/000583976.pdf>



ろうさいほけん しごと げんいん はたら ひと びょうき な 「労災保険」：仕事の原因で、働いている人がけがをしたり病気になるったり亡くなったりしたときの保険です (P27)。