

तोयोहाशीमा स्वागत छ

豊橋へようこそ — この冊子は「サンプル物流株式会社 豊橋営業所」用に作った見本です（会社は架空、地域情報は豊橋市の公開情報・2026年9月時点）。

कम्पनी / 会社 : Sample Logistics Co., Ltd. – Toyohashi（サンプル物流株式会社 豊橋営業所）

कार्यस्थल / 事業所 : Akemi-cho, Toyohashi-shi, Aichi（愛知県豊橋市明海町 ※架空）

छात्रावास / 寮 : Ushikawa-cho, Toyohashi-shi（豊橋市牛川町 ※架空）

भाषा / 言語 : नेपाली + 日本語

संस्करण / 版 : 2026-09 · 特定技能基準省令 第3条

यो पुस्तिका कसरी प्रयोग गर्ने

この冊子の使い方

यो पुस्तिकामा ७ भाग छन्। जापानी कानुनले कम्पनीलाई तपाईंले बुझ्ने भाषामा (जम्मा ८ घण्टा वा बढी) बुझाउनुपर्ने ६ समूहका जानकारीअनुसार यो बनाइएको छ। खैरो रङको जापानी पाठ कम्पनीका सहयोग कर्मचारीले तपाईंसँगै पढ्नका लागि हो।

法律（特定技能基準省令第3条）が定める6つの情報提供事項に沿って7章で構成しています。母国語の下に日本語を併記しているので、支援担当者が一緒に確認しながら進められます。

८ घण्टाको तालिका (२ दिन) / 8時間の進め方 (2日間)

दिन / 日	समय / 時間	विषय / 内容	सामग्री / 教材
दिन १	13:00-13:50	भाग १: कम्पनी, सहयोग व्यक्ति, सोध्ने ठाउँ 相談窓口・担当者	पुस्तिका + 自社編
	14:00-14:50	भाग २: आवागमन र यातायात नियम 交通ルール・通勤	ISA भिडियो (2) + 自社編
	15:00-15:50	भाग ३: तोयोहाशीमा फोहोर र बसाइका नियम 生活ルール・ごみ	भिडियो (3)(4) + 自社編
	16:00-17:00	भाग ४: अस्पताल र स्वास्थ्य बिमा 医療機関・健康保険	भिडियो (5)(8) + 自社編
दिन २	13:00-13:50	भाग ५: प्रकोप, आगलागी, आपतकाल 防災・防犯・緊急時	भिडियो (6) + 自社編

14:00-14:50	भाग ६: प्रक्रिया, कर, पेन्सन 届出・税・年金	भिडियो (7)(9)(10) + 自社編
15:00-15:50	भाग ७: तपाईंलाई जोगाउने कानून 法的保護・労働	भिडियो (11)(12) + 自社編
16:00-17:00	पुनरावलोकन, प्रश्नोत्तर, पुष्टि फारममा हस्ताक्षर 確認テスト・確認書に署名	अन्तिम पृष्ठहरू

一般編 = अध्यागमन सेवा एजेन्सीका निःशुल्क भिडियो (१७ भाषा)। **自社編** = तपाईंको कम्पनी र क्षेत्रका लागि मात्र बनाइएको भाग (यो पुस्तिका)।

1 तपाईंको कम्पनी र सहयोग व्यक्ति

相談・苦情の窓口（運用要領 (3)）

सहयोग व्यक्ति (支援担当者): TANAKA Hanako (田中 はなこ ※架空)

फोन: 090-XXXX-XXXX (8:30-17:30, सोम-शुक्र) ・ **Email:** shien@sample-logi.example

तपाईं LINE/WhatsApp मार्फत नेपालीमा सोध्न सक्नुहुन्छ। कार्यसमयबाहिर सन्देश पठाउनुहोस्, भोलिपल्ट बिहान जवाफ आउँछ। आपतकालमा पहिले 110 / 119 मा फोन गर्नुहोस्।

支援担当者の氏名・電話・メールは法律で必ず伝える項目です。自社版ではここに実際の担当者を入れます。

सहयोग व्यक्तिसँग कुरा गर्न सकिने विषय / 相談できること

- तलब, काम गर्ने समय, बिदा, सम्झौताभन्दा फरक काम
賃金・労働時間・休日・契約と違う仕事
- छात्रावास, बिरामी, चोटपटक, नेपालमा परिवारको आकस्मिक काम
寮・病気・けが・家族の緊急事態
- नराम्रो व्यवहार, हेपाड, कसैले पासपोर्ट राखिदिनु (अनुमति छैन)
ハラスメント・パスポートの預かり（違法）

तोयोहाशीमा निःशुल्क सरकारी परामर्श / 公的な相談窓口

विषय / 内容	कहाँ / 窓口	ठेगाना / फोन / 住所・電話
दैनिक जीवनका सबै कुरा, नेपाली भाषामा 生活全般（ネパール語対応）	INFOPIA - विदेशी बासिन्दाका लागि सामान्य परामर्श डेस्क (तोयोहाशी अन्तर्राष्ट्रिय संघ) 外国人総合相談窓口	emCAMPUS East 2F, Ekimae-odori 2-81, Toyohashi・090-1860-0783・दैनिक 9:00-17:00 (बिदा र 12/29-1/3 बन्द)
भिसा, रेसिडेन्स कार्ड 在留手続	नागोया क्षेत्रीय अध्यागमन ब्यूरो - तोयोहाशी बन्दरगाह शाखा 名古屋出入国在留管理局 豊橋港出張所	〒441-8075 Jinno-futo-cho 3-11, 2F・0532- 32-6567・9:00-16:00 (सोम-शुक्र)

तलब नपाएको, धेरै ओभरटाइम, काममा चोट 賃金未払・長時間労働・労災	तोयोहाशी श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय 豊橋労働基準監督署	〒440-8506 Daikoku-cho 111, 6F・0532-54-1192・श्रम परामर्श 0532-81-0390
काम खोज्ने, बेरोजगार बिमा 職業相談・失業給付	हेलो वर्क तोयोहाशी / विदेशीका लागि रोजगार परामर्श केन्द्र ハローワーク豊橋・豊橋外国人職業相談センター	Daikoku-cho 111・0532-52-7191 / Daikoku-cho 73, Daikoku Bldg 2F・0532-57-1356
भेदभाव, मानवअधिकार समस्या 人権相談	विदेशी भाषा मानवअधिकार हटलाइन (न्याय मन्त्रालय) 外国語人権相談ダイヤル	0570-090911 (सोम-शुक्र 9:00-17:00)
अपराध, सडक दुर्घटना 犯罪被害・交通事故	तोयोहाशी प्रहरी कार्यालय 豊橋警察署	〒440-8503 Hatcho-dori 3-8・0532-54-0110・ आपतकाल: 110
बासिन्दा कर, राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा, नगर सेवा 住民税・国保・行政サービス	तोयोहाशी नगरपालिका (बहुसांस्कृतिक तथा अन्तर्राष्ट्रिय शाखा) 豊橋市役所 多文化共生・国際課	〒440-8501 Imahashi-cho 1・0532-51-2111 / 0532-51-2023
कानुनी समस्या 法的トラブル	होउतेरासु (जापान कानुनी सहायता केन्द्र), दोभाषे सेवा 法テラス 多言語情報提供サービス	0570-078377
पासपोर्ट हराउनु, दूतावासका काम パスポート紛失など	नेपाली दूतावास, टोकियो 在日ネパール大使館	Meguro-ku, Tokyo・03-3713-6241 (要確認)

स्रोत: [INFOPIA \(豊橋市\)](#)・[名古屋出入国在留管理局](#)・[厚生労働省 愛知県所在地一覧](#)・[愛知県警 豊橋警察署](#)

2

आवागमन र यातायात नियम

交通ルール・通勤 (運用要領 (1)③④)

छात्रावास (Ushikawa-cho) बाट कार्यस्थल (Akemi-cho) सम्म: कम्पनीको बस छात्रावासको गेटबाट बिहान 7:20 मा छुट्छ, करिब 35 मिनेट। छुटेमा: तोयोहाशी स्टेसनबाट Toyotetsu बस; सहयोग व्यक्तिले बाटो देखाउनुहुन्छ।
自社版では実際の通勤手段・経路・所要時間・定期券やICカードの買い方を入れます。

- गाडी बायाँतिर चल्छ, पैदलयात्री दायाँतिर हिँड्छन्। पैदलयात्रीलाई प्राथमिकता।
車両は左側通行、歩行者は右側通行、歩行者優先
- साइकल: आइची प्रान्तमा साइकल दायित्व बिमा अनिवार्य छ (अक्टोबर 2021 देखि)। हेल्मेट लगाउन सिफारिस (अप्रिल 2023 देखि)। फोन चलाउने, छाता ओड्ने, दुई जना चढ्ने, रक्सी खाएर चलाउने मनाही।

愛知県は自転車損害賠償責任保険が義務。ヘルメット努力義務。スマホ・傘さし・二人乗り・飲酒運転は禁止

- **साइकल किन्दा वा पाउँदा पसलमा दर्ता (防犯登録) गर्नुहोस्।**
गुनहोस्।
गुनहोस्।
गुनहोस्।
- **कार र मोटरसाइकल:** जापानी लाइसेन्स (वा रूपान्तरण) चाहिन्छ। अनुमतिबिना कम्पनीको गाडी नचलाउनुहोस्।
自動車・バイクは日本の運転免許が必要。任意保険への加入も推奨
- **IC कार्ड (manaca / TOICA):** स्टेसनमा किन्ने, मेसिनमा रिचार्ज गर्ने। दैनिक चढ्ने भए मासिक पास (定期券) सस्तो हुन्छ।
ICカード・定期券の購入方法

3 तोयोहाशीमा फोहोर र बसाइका नियम

生活ルール・ごみの出し方 (運用要領 (1)⑤⑥)

तोयोहाशीले फोहोरलाई ११ प्रकारमा छुट्याउँछ। जल्ने फोहोर र भान्साको फोहोर नगरपालिकाको तोकिएको भोलामा राख्नुपर्छ (सुपरमार्केट, कन्भिनिमा पाइन्छ)। गलत दिन वा गलत भोलामा राखेको फोहोर उठाइँदैन र छिमेकीलाई दुःख हुन्छ।

豊橋市は11分別。もやすごみ・生ごみは指定ごみ袋。収集日は地区ごとのクリーンカレンダーで確認（自社版では寮の地区の実際の曜日を記載）。

प्रकार / 区分	उदाहरण / 例	उठाउने दिन (छात्रावास क्षेत्र, नमुना) / 収集日	भोला / 袋
जल्ने फोहोर मोयसुगोमि	कागजका टुक्रा, डाइपर, जुत्ता, साना काठ	हप्तामा २ पटक (जस्तै सोम/बिहि)	तोकिएको भोला
भान्साको फोहोर सुगोमि	खानाका अवशेष, पानी निथारेर	हप्तामा २ पटक (जस्तै सोम/बिहि)	तोकिएको भोला
सिसाका बोतल र क्यान बिन・कान	पखाल्ने, बिको हटाउने, क्यान नचेप्ताउने	बिहिबार वा शुक्रबार	पारदर्शी भोला
प्ला चिन्ह भएको प्लास्टिक प्लामार्कगोमि	च्यापर, मासुको ट्रे, बेन्तो बक्स, स्याम्पुको बोतल	बुधबार	पारदर्शी भोला
PET बोतल पेट्टबोतल	बिको र लेबल हटाउने, पखाल्ने; बिको/लेबल → प्ला	बुधबार (छुट्टै भोला)	पारदर्शी भोला
खतरनाक फोहोर वैरुगोमि	ट्युब बत्ती, स्प्रे क्यान, धार, ब्याट्री, पावर बैक	बुधबार, ४ हप्तामा १ पटक	पारदर्शी भोला, समूह छुट्याएर
फुट्ने फोहोर कोवासुगोमि	60 cm मुनिका साना विद्युतीय सामान, भाँडा, छाता, ऐना, स्टाइरोफोम	सोम वा मंगल, ४ हप्तामा १ पटक	तोकिएको भोला
कपडा बुरी	सफा लुगा, तन्ना	सोम वा मंगल, ८ हप्तामा १ पटक	पारदर्शी भोला

गाइने फोहोर / पुरानो
कागज / ठूला सामान

सेरामिक; पत्रिका, गत्ता; 120 cm भन्दा
ठूला सामान (बुकिङ, शुल्क लाग्छ)

क्षेत्रको पात्रो / बुकिङ

—

うめるごみ・古紙・大
きなごみ

छिमेकीसँग बस्ने नियम / 近隣とのルール: राति 22:00 पछि हल्ला नगर्ने (ठूलो स्वर, सङ्गीत, बार्दलीमा जमघट)। अरूको खेत वा खाली जग्गामा नपस्ने। तोकिएको ठाउँमा मात्र धुम्रपान; ठुटो फाल्दा जरिवाना। साभा बाटोमा सामान नराख्ने। छात्रावास: सहयोग व्यक्तिलाई नभनी पाहुना नराख्ने।

夜間の騒音・無断で畑や空き地に入らない・喫煙場所のルール・寮の来客ルール（自社版で寮規則を記載）

छात्रावास नजिकको किनमेल / 生活必需品の購入

नजिकको सुपरमार्केट, कन्भिनि, इरगस्टोर र इलेक्ट्रोनिक्स पसल: सहयोग व्यक्तिले यहाँ नाम र नक्सा लेख्नुहुन्छ (नमुनामा खाली)।

自社版では最寄りのスーパー・コンビニ・ドラッグストア・家電量販店の名称と地図を記載

स्रोत: [गोमिの分け方11分別（豊橋市）](#)・[クリーンカレンダー](#)

4 बिरामी हुँदा: अस्पताल र बिमा

医療機関・健康保険（運用要領 (1)②・(4)）

- **स्वास्थ्य बिमा कार्ड सधैं बोक्नुहोस्** (वा दर्ता गरिएको My Number कार्ड)। तपाईंले खर्चको 30% मात्र तिर्नुपर्छ।
保険証（マイナ保険証）を持参。自己負担3割
- एलर्जी वा धार्मिक कारणले उपचारमा सीमा भए डाक्टरलाई भन्नुहोस्।
アレルギー・宗教上の制限は医療機関に伝える
- अस्पतालमा जापानी नबुझे अस्पतालले **आइची चिकित्सा दोभाषे प्रणाली** (स्थलमा / फोनमा दोभाषे) बोलाउन सक्छ।
नेपाली सहयोगका लागि INFOPIA (090-1860-0783) मा पनि फोन गर्न सकिन्छ।
あいち医療通訳システム、INFOPIAでネパール語相談

अवस्था / 症状	कहाँ / 医療機関	ठेगाना / फोन
आपतकाल, गम्भीर रोग, दुर्घटना 救急	तोयोहाशी नगर अस्पताल 豊橋市民病院	〒441-8570 Aotake-cho, Toyohashi・0532-33-6111・गम्भीर भए 119
रुघाखोकी, ज्वरो, हल्का पेट दुखाइ 内科	छात्रावास नजिकको क्लिनिक (कम्पनी संस्करणमा नाम) 寮近くのクリニック	—
राति, बिदाका दिन 夜間・休日	"आइची आपतकालीन चिकित्सा गाइड" हेर्नुहोस् वा सहयोग व्यक्तिलाई सोध्नुहोस् あいち救急医療ガイド	city.toyohashi.lg.jp/41012.htm

निजी बिमा / 民間医療保険 : चिकित्सा दोभाषे शुल्क र ठूलो उपचार धेरै महँगो हुन सक्छ। कम्पनीले विदेशीका लागि ऐच्छिक बिमा योजना सुभाउँछ। सहयोग व्यक्तिलाई सोध्नुहोस्।

医療通訳費用等をカバーする民間医療保険の案内（運用要領で求められる項目）

5 प्रकोप, आगलागी, आपतकाल

防災・防犯・緊急時（運用要領 (5)）

110 प्रहरी / 警察

119 दमकल / एम्बुलेन्स / 消防・救急

118 तटरक्षक / 海上保安庁

"Nepali" भन्नुहोस्; अपरेटरले दोभाषे जोड्न सक्छ।
छात्रावासको ठेगाना भन्नुहोस् (ढोकामा टाँसिएको)।

通報時は住所を伝える。寮の玄関に住所カード
を貼る

**छात्रावासको आश्रय स्थल / 寮の第一指定避難
所 :**

उशिकावा जिल्ला सामुदायिक केन्द्र (牛川校区市民
館)

Ushikawa-cho Nakago 13-28・0532-53-
9533

हिँडेर करिब 10 मिनेट (अर्को पृष्ठमा नक्सा - नमुना)।

自社版では寮の住所から該当校区の第一指定避
難所・津波避難ビルを記載

- **भूकम्प:** तोयोहाशी नान्काई ट्रफ भूकम्प क्षेत्रमा पर्छ। हल्लिँदा: टेबलमुनि बस्ने, ढोका खोल्ने, हल्लाइ रोकिएपछि चुलो बन्द गर्ने। समुद्र/बन्दरगाह नजिक: सुनामी चेतावनी आउनेबित्तिकै अग्लो ठाउँमा जाने (津波避難ビル)।

南海トラフ地震・津波：高い場所へ

- **टाइफुन (अगस्ट-अक्टोबर):** चेतावनी हेर्ने, बाहिर ननिस्कने, ३ दिनको पानी र खाना राख्ने।

台風

- **आगलागी:** बाहिर जाँदा चुलो/हिटर नछोड्ने; चुरोट पूरै निभाउने; छात्रावासको अग्निनियन्त्रक कहाँ छ थाहा राख्ने।

コンロ・ストーブ・たばこの不始末、消火器の場所

- **फोनमा चेतावनी:** "緊急速報メール" (निःशुल्क, स्वचालित) खोल्ने र नगरपालिकाको "Toyohashi Hot Mail" मा दर्ता गर्ने। विदेशी भाषाको प्रकोप नक्सा: नगर पृष्ठ 30498।

緊急速報メールの設定、豊橋ほっとメール、外国語版防災マップ

- **अपराध रोकथाम:** ढोका लक गर्ने, बैंक कार्ड/SIM कसैलाई नदिने, पैसा माग्ने फोनदेखि सतर्क रहने।

防犯

स्रोत: [第一指定避難所一覧（豊橋市）](#)・[外国語版防災マップ](#)

6 प्रक्रिया, कर र पेन्सन

届出・社会保険・税（運用要領 (2)）

काम / 手続き	कहिले / ीत	कसले / ुीक
नगरपालिकामा ठेगाना दर्ता (住居地届出) 新規上陸後の住居地届出	बसोबास सुरु / सरेको 14 दिनभित्र	तपाईं + सहयोग व्यक्ति सँगै
कम्पनी फेर्दा वा कम्पनीको नाम/ ठेगाना फेरिँदा अध्यागमनमा सूचना 所属機関に関する届出	14 दिनभित्र	तपाईं (अनलाइन वा हुलाक), कम्पनीले सघाउँछ
स्वास्थ्य बिमा र कर्मचारी पेन्सन (健康保険・厚生年金) 給与から天引き	मासिक तलबबाट स्वतः कट्टा	कम्पनी
आयकर (所得税) 年末調整	हरेक महिना कट्टा; डिसेम्बरमा वर्षान्त समायोजन	कम्पनी (आश्रित भए कागजात तपाईंले दिने)
बासिन्दा कर (住民税) 前年所得に課税・2年目から	दोस्रो वर्षदेखि सुरु; स्वदेश फर्किएपछि पनि अधिल्लो वर्षको कर तिर्नुपर्छ → एकमुष्ट तिर्ने वा कर प्रतिनिधि तोक्ने	कम्पनीले तलबबाट कट्टा गर्छ
My Number (マイナンバー) 通知カード・マイナンバーカード	ठेगाना दर्तापछि सूचना घरमा आउँछ; बिमा कार्डका रूपमा प्रयोग गर्न कार्ड बनाउनुहोस्	तपाईं

महत्त्वपूर्ण: बिमा वा कर बाँकी रहे भिसा नवीकरण अस्वीकार हुन सक्छ। कम्पनीले दर्ता नगरेको अवस्थामा (राष्ट्रिय बिमा) तपाईं आफैँले नगरपालिकामा तिर्नुपर्छ।

未納がある则在留期間更新等が不許可になる場合がある

पेन्सन: कति तिर्नुहुन्छ र कसरी फिर्ता लिने / 年金と脱退一時金

हरेक महिना मानक तलबको करिब 9.15% कर्मचारी पेन्सन (厚生年金) का लागि कट्टा हुन्छ। जापानमा 10 वर्ष तिरे पछि वृद्ध पेन्सन पाइन्छ। 10 वर्षअघि फर्किए, जापान छोडेको 2 वर्षभित्र **एकमुष्ट फिर्ता (脱退一時金)** (अधिकतम 60 महिना) र त्यसपछि कर प्रतिनिधिमार्फत **20.42% करको फिर्ता** माग्न सकिन्छ। ध्यान: फिर्ता लिएपछि ती महिना पेन्सन अभिलेखबाट मेटिन्छन्।

रकम अनुमान गर्नुहोस्: [Nenkin calculator 2026 \(cuocsongnhat.com\)](https://www.cuocsongnhat.com/en/kinen-calculator) · 日本年金機構 ねんきんダイヤル 0570-05-1165

老齢年金の受給資格期間10年、脱退一時金（上限60か月・出国後2年以内）、受給すると期間が消えること、相談先は日本年金機構——いずれも運用要領(6)で必須の説明事項です。

7 तपाईंलाई जोगाउने कानुन

法的保護・労働法令（運用要領 (6) ・ (1) ⑧）

जापानमा अपराध मानिने काम / 日本で違法になる行為

- रेसिडेन्स कार्ड नबोक्नु (सधैं बोक्नुपर्छ)।
在留カードの不携帯
- रेसिडेन्स कार्ड, बिमा कार्ड, **बैंक खाता, ATM कार्ड, SIM कार्ड** साथीलाई पनि सापट दिनु/बेच्नु। यो फौजदारी अपराध हो।
口座・キャッシュカード・携帯の譲渡は犯罪
- गाँजा र लागुऔषध: राख्नु मात्रै अपराध, देश निकाला हुन्छ।
大麻・覚醒剤
- अरूको नाममा नक्कली हस्ताक्षर गरेर पार्सल लिनु; छाडिएको अरूको साइकल चलाउनु।
宅配便の代理受領・放置自転車の使用
- भिसाले नदिएको काम गर्नु (अनुमतिबिना अन्यत्र साइड जब)।
資格外活動

कामदारका रूपमा तपाईंका अधिकार / 労働者としての権利

- उही काम गर्ने जापानीभन्दा कम तलब हुनु हुँदैन; आइचीको न्यूनतम ज्याला तपाईंलाई पनि लागू हुन्छ।
同等以上の報酬・最低賃金
- ओभरटाइमको थप भुक्तानी (25%+) हुनुपर्छ। ओभरटाइम घण्टा 36 सम्मौताले सीमित गर्छ।
割増賃金・36協定の上限
- काममा चोट लागे → श्रम दुर्घटना बिमा (労災) ले उपचार र तलबको केही अंश तिर्छ। कहिल्यै नलुकाउनुहोस्।
労災保険・休業補償
- काम सुरु गर्नुअघि कम्पनीले तपाईंले बुझ्ने भाषामा सुरक्षा तालिम दिनुपर्छ।
安全衛生教育
- कम्पनी टाट पल्टे र तलब नपाए → सरकारी अग्रिम भुक्तानी योजना छ।
未払賃金立替払制度
- कसैले पनि तपाईंको पासपोर्ट वा रेसिडेन्स कार्ड राख्न पाउँदैन।
パスポート・在留カードの預かりは不可

कम्पनीले नियम तोडे: पहिले सहयोग व्यक्तिलाई भन्नुहोस्। समाधान नभए → तोयोहाशी श्रम मापदण्ड कार्यालय 0532-54-1192 वा तोयोहाशी अध्यागमन 0532-32-6567। उजुरी गरेकै कारण देश निकाला हुँदैन।

相談先: 労働基準監督署・地方出入国在留管理局

१० प्रश्नको प्रश्नोत्तर

確認テスト (理解の記録用)

1. कम्पनीको सहयोग व्यक्तिको फोन नम्बर के हो? कति बजे फोन गर्न मिल्छ?
2. तोयोहाशीमा プラ चिन्हको प्लास्टिक कुन बार उठाइन्छ? कुन भोला?
3. आइचीमा साइकल बिमा अनिवार्य हो कि ऐच्छिक?
4. छात्रावासमा ठूलो भूकम्प आए कहाँ जाने?
5. एम्बुलेन्सका लागि कुन नम्बर? प्रहरीका लागि कुन?
6. घर सरे कति दिनभित्र नयाँ ठेगाना दर्ता गर्नुपर्छ?
7. बासिन्दा कर बाँकी रहे भिसा नवीकरणमा के हुन सक्छ?
8. मिल्ने साथीलाई ATM कार्ड सापट दिन मिल्छ? किन?

9. काममा चोट लागे अस्पतालको खर्च कसले तिर्छ?

10. ३ वर्षपछि फर्किँदा कुन पैसा फिर्ता माग्न सकिन्छ? कहिलेसम्म?

सहयोग व्यक्तिका लागि उत्तर: 1) पृष्ठ 1 हेर्नुहोस् · 2) बुधबार, पारदर्शी भोला · 3) अनिवार्य · 4) उशिकावा जिल्ला सामुदायिक केन्द्र · 5) 119 / 110 · 6) 14 दिन · 7) नवीकरण अस्वीकार हुन सक्छ · 8) मिल्दैन, अपराध हो · 9) श्रम दुर्घटना बिमा (労災) · 10) 2 वर्षभित्र 脱退一時金 र करको फिर्ता।

運用要領は「十分に理解できるまで」実施することを求めています。テストの結果を確認書とともに保管すると、理解の記録になります。

पुष्टि फारम (सन्दर्भ फारम 5-8 अनुसार)

生活オリエンテーションの確認書（参考様式第5-8号に対応・自社名入り）

मलाई निम्न विषय बुझाइएको छ र मैले राम्ररी बुझेको छु:

私は、次の事項について説明を受け、内容を十分に理解しました。

1. जापानमा दैनिक जीवनका सामान्य कुरा

本邦での生活一般に関する事項

2. केन्द्र र स्थानीय सरकारमा गर्नुपर्ने सूचना र प्रक्रिया

届出その他の手続に関する事項

3. कम्पनी र सरकारी निकायमा परामर्श/गुनासोका सम्पर्क

相談又は苦情の申出先の連絡先

4. मैले बुझ्ने भाषामा उपचार पाइने चिकित्सा संस्था

医療機関に関する事項

5. प्रकोप रोकथाम, अपराध रोकथाम र आपतकालीन प्रतिक्रिया

防災・防犯・緊急時の対応

6. कानुन उल्लङ्घन थाहा पाउँदा गर्ने काम र मेरो कानुनी संरक्षणका लागि चाहिने कुरा

法的保護に必要な事項

मिति र समय / 実施日時

2026年 月 日 時 分～ 時 分 (दिन 1) / 2026
年 月 日 時 分～ 時 分 (दिन 2)

कम्पनी (वा दर्ता भएको सहयोग संस्था) / 特定技能
所属機関 (又は登録支援機関)

サンプル物流株式会社 (※架空)

बुझाउने व्यक्ति / 説明者の氏名

田中 はなこ (※架空)

कामदारको हस्ताक्षर / 特定技能外国人の署名

हस्ताक्षर मिति / 署名日

यो फारम बुझाउनु पर्दैन; सहयोग दिएको कार्यालयमा कम्पनीले राख्छ। सामग्री अध्यागमन सेवा एजेन्सीको सन्दर्भ फारम 5-8 अनुसार छ।

確認書は提出不要。署名を得て支援を実施した事務所で保管（参考様式第5-8号）。

आपतकालीन सम्पर्क कार्ड

緊急連絡カード (名刺サイズで印刷)

आपतकाल・緊急連絡先・SAMPLE LOGISTICS TOYOHASHI

प्रहरी / 警察	110
दमकल / एम्बुलेन्स / 消防・救急	119
सहयोग व्यक्ति / 支援担当 (田中)	090-XXXX-XXXX
कम्पनी / 会社	0532-XX-XXXX
INFOPIA (नेपाली परामर्श)	090-1860-0783
अस्पताल / 豊橋市民病院	0532-33-6111
छात्रावासको आश्रय स्थल / 避難所	牛川校区市民館
छात्रावासको ठेगाना / 寮の住所	豊橋市牛川町〇〇 (架空)

यो नमुना पुस्तिका 〇〇 (व्यवसायको नाम) ले 「1号特定技能外国人支援に関する運用要領」(2025 अप्रिल 1 संशोधन) र सेप्टेम्बर 2026 सम्मको तोयोहाशी नगरको सार्वजनिक जानकारीका आधारमा तयार पारेको हो। कम्पनी काल्पनिक हो। यो बुझाउने सामग्री मात्र हो; सहयोग कार्यान्वयनको जिम्मेवारी स्वीकार गर्ने संस्था वा दर्ता भएको सहयोग संस्थामा रहन्छ।

本冊子は説明に用いる教材であり、支援の実施責任は特定技能所属機関・登録支援機関にあります。会社情報は架空、地域情報は豊橋市等の公開情報（2026年9月時点）。