

働く外国人のみなさんへ

にほん  
日本で  
あんしん  
安心して  
はたら  
働くために

# 知ってる？ 日本の働くルール！

にほん はたら るーる



にほん はたら ひと まも ほりつ ろうどうきじゅんほう  
日本には働く人を守るためにいろいろな法律(労働基準法など)があります。

ほうりつ せいしゃいん はけんしゃいん ぱーとたいむ しゃいん はたら かた ちが かんけい  
これらの法律は正社員、派遣社員、パートタイム社員など働き方の違いに関係なく、

はたら ひと まも にほんじん おな がいこくじん まも  
すべての働く人を守るためにあります。日本人と同じように外国人も守ります。

ばんふれっと がいこくじん にほん はたら かなら し しょうかい  
このパンフレットでは、外国人のみなさんが日本で働くときに必ず知っておいてほしいことを紹介しています。

ばんふれっと よ わ そうだんまどぐち ペーじ そうだん  
このパンフレットを読んでも分からないことがあったら、相談窓口(7ページ)に相談してください。





# 1 はたら まえ ざいりゆう かーど み 働く前に在留カードを見えていますか？

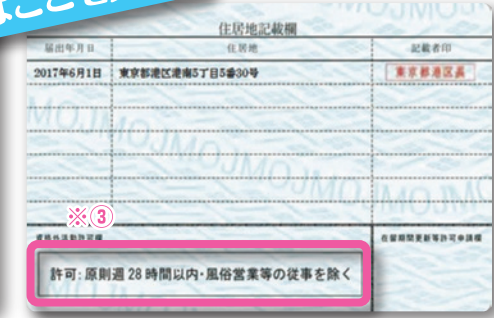
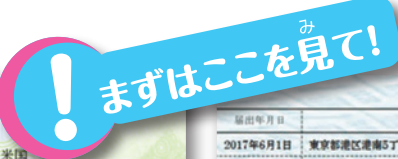
あなたの在留カードの「就労制限の有無」と書いてあるところ※①を見てください。  
ここに書いてある内容によってあなたができる仕事が決まります。

ざいりゆう かーど みほん  
【在留カード見本】

おもて  
(表)

み

うら  
(裏)



ざいりゆうしかく もと しゅうろうかつどう か  
「在留資格に基づく就労活動のみ可」



ざいりゆう かーど ざいりゆうしかく  
在留カードの「在留資格」のところ  
※②に書いてある仕事だけです。

していしょ してい  
「指定書により指定された  
就労活動のみ可」



していしょふつう ばすぽーと つ  
指定書(普通はパスポートに付いています)  
に書いてある仕事だけです。

しゅうろうせいげん  
「就労制限なし」



しごと  
どんな仕事でもできます。

しゅうろう ふ か  
「就労不可」



はたら 働くことができません。  
はたら 働きたいときは「資格外活動許可★」が  
必要です。在留カードの裏※③を見てください。

★「資格外活動許可」については出入国在留管理庁ホームページで手続きを見てください。  
<https://www.moj.go.jp/isa/index.html>

# 2

## あなたの働く時間、給料などを知っていますか？



会社は書類で6つのことをあなたに知らせなくてははいけません。もらった書類に下の6つのことが書いてあるか必ず見てください。書いてあることが、よく分からないときは、会社や日本語の分かる人に聞いてください。

### ！ここを見て！

- ① 契約はいつからいつまでか
- ② 続けて契約をすることができるかどうか(働く期間が決まっているとき)
- ③ どこでどのような仕事をするか
- ④ 働く時間、休み時間、休みの日など
- ⑤ 給料はいくらで、どう計算し、いつ、どのようにもらうか
- ⑥ 〔どんなときに仕事をやめたいと言われるか  
自分から仕事をやめたいときはいつまでに会社に言うのか〕



### ? 労働契約とは？

仕事について、あなたと会社との間で結ぶやくそく約束の事です。いろいろな働き方があります。

① 正社員	フルタイムですと働くことができる人
② 契約社員	働く期間が決まっている人
③ パートタイム社員	働く時間が正社員よりも短い人
④ 派遣社員	派遣会社と契約して別の会社で働く人。給料は派遣会社からもらいます。

※ そのほか、会社からの注文があったら仕事をして料金(給料とは違います)をもらう「業務委託」、「請負」という働き方もあります。このとき、働く人を守る法律はあてはまりません。

### ? 「就業規則」とは？

就業規則とは、その会社が決めた働くときのルールのことです。10人以上の人が働く会社には必ず就業規則があります。労働契約は就業規則より悪い内容となってははいけません。就業規則は誰でも見ることができますので会社に見せてもらってください。

## 3

きゅうりょう

## 給料をきちんともらっていますか？



きゅうりょう はら かいしゃ まも る一る

給料を払うときに会社が守るルールがあります。



ここを見て！

- ちよくせつ げんきん はら ぎんこう こうざ ふ こ でしたるばら
- ①あなたに直接、現金で払うこと(銀行の口座に振り込むことやデジタル払いもできます)
- ほうりつ き かね ぜいぎん ほけんりょう かいしゃ はたら ひと やくそく かね れい しよくひ さぎょうようひんだい
- ②法律で決められたお金(税金や保険料)や会社と働く人たちが約束したお金(例:食費、作業用品代
- など)のほかは引かないこと
- まいつき かいき ひ はら
- ③毎月1回決められた日に払うこと



さいていちんぎん

## 最低賃金とは？

じかんはたら 1時間働いたときにもらえる いちばんやす きゅうりょう きんがく とどうふけん き かいしゃ さいていちんぎん

金額より高い給料を払う必要があります。

あいちけん さいていちんぎん ねん がつ にち じかん えん

愛知県の最低賃金は2023年10月1日から1時間あたり「1,027円」です。

ただし、仕事の種類によっては最低賃金の金額がこの金額より高い場合があります。

まいとしきんがく き あいちろうどうきよく ほーむペーじ み

毎年金額が決まるので愛知労働局のホームページを見てください。

[https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/pamphlet\\_form/\\_121784.html](https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/pamphlet_form/_121784.html)



きゅうぎよつてあて

## 休業手当とは？

かいしゃ せきにん かいしゃ やす かいしゃ きゅうりょう いじょう かね はら

会社の責任であなたが会社を休んだときは、会社は給料の60%以上のお金を払わなくてははいけません。

これを「休業手当」といいます。



きゅうりょう

## あなたの給料はいくらですか？

かいしゃ はたら ひと はら きゅうりょう ないよう きんがく ひ

会社は働く人に払った給料の内容(いくらで、どんな金額を引いたか)を

書類で知らせなくてははいけません。

かいしゃ きゅうぎよつてあて

会社からもらっている給与明細書を見てください。





# 4 働く時間などのルールを知っていますか？

つぎ にはたら じかん ほろりつ き  
 次のように働く時間などが法律で決まっています。

にはたら じかん  
 ①働く時間  
 ・1日に8時間まで、1週間に40時間まで

やす じかん  
 ②休む時間  
 1日に働く時間が  
 ・6時間より長いときは45分以上  
 ・8時間より長いときは1時間以上

やす ひ  
 ③休みの日  
 ・1週間に1日以上か4週間に4日以上

ねんじゅうきゅうきゅうか ねんきゅう  
 ④「年次有給休暇」(年休)  
 一つの会社で働き始めてから6か月続けて働いていて、80%以上仕事に来た人(派遣社員やパートタイム社員の人と同じ)がもらえることができます。休んでも給料はもらえます。会社は年休が新しく10日以上もらえる人に、1年に5日は年休を取らせなくてははいけません。

## ? 「残業」と「36協定」とは？

かいしゃ き にはたら じかん なが はたら ざんぎょう かいしゃ ほろりつ き にはたら じかん こ  
 会社が決めた働く時間より長く働くことを「残業」といいます。会社が法律で決まっている働く時間を超えて  
 ざんぎょう めいれい かいしゃ はたら ひと やくそく むす やくそく さぶろくきょうてい  
 「残業」を命令するためには、会社と働く人たちが約束を結ばなくてははいけません。この約束を「36協定」と  
 いいます。

ざんぎょう る げんそく げつ じかん ねん じかんにない  
**【残業のルール】 原則：1か月に45時間、1年に360時間以内**  
 れいがい いそが した すべ まも ひつよう  
 例外：とても忙しいときでも、下のことを全て守る必要があります。

① 1年に720時間以内	② 1か月に100時間未満	③ 複数の月の平均が80時間以内
④ 1か月に45時間を超えることができるのは1年に6回まで		

## ? 残業したとき、休みの日や夜中に働いたときの給料の金額は？

きゅうりょう つぎ  
 ・給料が次のように  
 たか  
 高くなります。

① 1日に8時間か1週間に40時間を超えて残業した時間	1.25倍以上
② 1か月に60時間を超えて残業した時間	1.5倍以上
③ 休みの日に働いた時間	1.35倍以上
④ 夜中(午後10時から午前5時)に働いた時間	1.25倍以上



かいしゃ じゆう

会社は自由にあなたをやめさせることはできません。

こま

そうだんまどぐち ページ そうだん

困ったら、すぐに相談窓口(7ページ)へ相談してください!



## ①「解雇」

かいこ

会社があなたに会社をやめろと命令することを「解雇」といいます。

かいこ

ごうりてき

りゆう

がな

かなら

かいしゃ

かいこ

「解雇」は合理的※な理由がないとできません。必ず会社から「解雇」

りゆう

せつめい

かいこ

りゆう

か

しよるい

の理由を説明してもらい、解雇の理由を書いた書類をもらってください。

かいしゃ

かいこ

げんそく

ひ

にちいじようまえ

つた

会社があなたを「解雇」するときは原則としてやめる日の30日以上前までにあなたへ伝えるか、30

にちぶんいじよう

きゆうりよう

はら

だれ

み

おも

日分以上の給料を払わなければいけません。 ※誰から見ても、もっともだと思えること

## ②「雇止め」

やといど

はたら

きかん

き

きかん

お

あと

かいしゃ

あたら

けいやく

やといど

働く期間が決まれているとき、期間が終わった後に会社が新しく契約をしないことを「雇止め」とい

います。

いま

なんど

つつ

けいやく

かいしゃ

やといど

今まで何度も続けて契約をしているときは、会社は「雇止め」ができないときがあります。

いま

かいじじょうつつ

けいやく

ねん

こ

つつ

はたら

かいしゃ

けいやく

今までに3回以上続けて契約をしているときや、1年を超えて続けて働いているときは、会社は契約

お

にちまえ

あたら

けいやく

つた

が終わる30日前までに新しく契約をしないことをあなたへ伝えなくてはなりません。



たいしよくかんしよう

「退職勧奨」とは？

かいしゃ

かいしゃ

い

たいしよくかんしよう

会社があなたに「会社をやめてほしい」と言うことを「退職勧奨」といいます。やめるかやめないかはあなたの

じゆう

かいしゃ

つた

自由なので、やめたくないときは会社にはっきりと伝えてください。



かいしゃ

じぶん

ちゆうい

会社を自分からやめるときに注意すること

●

はたら

きかん

き

ひと

●働く期間が決まっている人

しゅうぎようき

き

ひ

き

しゅうかんまえ

かいしゃ

かいしゃ

→就業規則で決まっている日(決まっているときは2週間前)までに「会社をやめたい」と会社に

つた

伝えてください。

●

はたら

きかん

き

ひと

●働く期間が決まっている人

げんそく

きかん

とちゆう

とくべつ

りゆう

かいしゃ

そうだん

→原則として期間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てく

ださい。

## 6

しよくば ひと

## 職場の人はあなたをいじめていませんか？



しよくば せきにんしゃ かいしゃ そうだんまどぐち はな

まず、職場の責任者や会社の相談窓口へ話してください。

そくだんまどぐち ページ そくだん

それでもいじめがなくならないときは、相談窓口(7ページ)へ相談してください。

たと  
例えば

ぼうりよく ふ

●暴力を振るわれる。 ●ひどい言葉を言われる。

なかまはず

きも

●仲間外れにされる。など、あなたがいやな気持ちに

なることがあったときは、会社(かいしゃ)の責任(せきにん)になることがあります。



## いじめを受けたときに注意すること

だれ

なに

わ

めも めー

のこ

誰に、いつ、何をされたかなどが分かるようにメモ、メール、SNSなどを残してください。

## 7

しごと げんいん

びょうき

つか

## 仕事の原因でけがや病気になったときに使える

ろうさいほけん し

## 「労災保険」を知っていますか？



しごとちゅう

びょうき しごと い

とちゅう かえ とちゅう

おな

ちりょうひ はたら

仕事中のけがや病気(仕事に行く途中や帰る途中のけがなども同じです)の治療費や働けな

かった日

のきゅうりょう

ろうどうしゃさいがいほしほけん

ろうさいほけん

かね

かった日の給料は「労働者災害補償保険(労災保険)」からお金がもらえます。

てつづ

あいちろうどうきょくがいこくじんろうどうしゃそくだん

こーなー

ろうどうきじゆんかんたくしよ

き

くわしい手続きは愛知労働局外国人労働者相談コーナーや労働基準監督署に聞いてください。

びょういん

かね

びょういん

かね

はら

●病院のお金はかかりません。病院であなたがお金を払う

ことがあるかもしれませんが、あとでお金は返ってきます。

●仕事(しごと)が原因(げんいん)のけがや病気(びょうき)が理由(りゆう)で仕事(しごと)を休(やす)むときは、

最初の3日間は給料(さいしよ)の60%を会社(にちかん)からもらえます。

●休(やす)んだ4日目からは給料(さいしよ)の80%を労災保険(ろうさいほけん)からもらえます。



## 病院へ行ったときに注意すること

しごと

ろうさいほけん

つか

いしや

かんとし

つた

「仕事(しごと)でけがをした」、「労災保険(ろうさいほけん)を使(つか)いたい」と医者(いしや)や看護師(かんとし)にはっきり伝えてください。

# 8

はたら ひと そうだん まどくち

## 働く人のための相談窓口

わりよう そうだん  
※無料で相談できます

あいちけん ろうどうそうだん こーなー ろうどうちんだいぜんばん そうだん う つ にほんご はな  
愛知県 労働相談コーナー(労働問題全般の相談を受け付けています)【日本語のみ話せます】

TEL:052-589-1405 URL: <https://rodoshien-aichi.jp/soudan/index.html> 相談日: 月～金 9:30～18:00 土 10:00～17:00

◎ほかの相談窓口(7県民事務所等) URL: <https://www.pref.aichi.jp/soshiki/rodofukushi/000000053.html>

「お仕事」に関する相談窓口(就職に関する相談を受け付けています)【外国語が話せます】

TEL:050-5527-0895 URL: <https://www.pref.aichi.jp/soshiki/shugyo/gaikokujinkoyou-career.html>

相談日: 月～金 9:00～17:00(祝日除く) 話せる言葉: 日本語、英語 ※2024年3月31日まで

そのほかの言葉を話す人は、事前に電話をして申し込んでください。

あいち多文化共生センター(日常生活全般の相談を受け付けています)【外国語が話せます】

TEL:052-961-7902 URL: <https://www2.aia.pref.aichi.jp/sodan/j/sodancorner.html> 相談日: 月～土 10:00～18:00

はな ことばにほんご えいご ちゅうごくご ぼるとがろご すべいんご ふいりびんご たがろご ねばーご いんどねしあご たいご かんぽじあご みやんまーご ろしあご うくらいご ねんげつ すいもく 話せる言葉: 日本語、英語、中国語、ポルトガル語、ベトナム語、スペイン語、フィリピン語/タガログ語、ネパール語、インドネシア語、タイ語、韓国語、ミャンマー語、ロシア語、ウクライナ語(原則、月・水・木)

愛知労働局 外国人労働者相談コーナー(労働条件などの相談を受け付けています)

まどくち 窓口	はな ことば 相談日 話せる言葉(相談日)	そうだん じかん 相談の時間
かんとくか 監督課 TEL:052-972-0253	えいご か もく ぼるとがろご か きん 英語(火・木)、ポルトガル語(火～金)	9:30～12:00 13:00～16:00
なごやにしろうどうきじゆんかんたくしよ 名古屋西労働基準監督署 TEL:052-481-9533	べとなむご もく ベトナム語(木)	
かりやうどうきじゆんかんたくしよ 刈谷労働基準監督署 TEL:0566-21-4885	ぼるとがろご げつ すいもく ポルトガル語(月・水・木)	
とよはしろうどうきじゆんかんたくしよ 豊橋労働基準監督署 TEL:0532-54-1192	ぼるとがろご げつ すいもく ポルトガル語(月・水・金)	

URL: [https://site.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/roudoukyoku/gosoudan\\_naiyou\\_madoguchi/soudan03/gaikokujinnai\\_00001.html](https://site.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/roudoukyoku/gosoudan_naiyou_madoguchi/soudan03/gaikokujinnai_00001.html)  
日本語を話せる人は、そのほかの労働基準監督署でも相談できます。 相談日: 月～金 8:30～12:00 13:00～17:15

厚生労働省 外国人労働者向け相談ダイヤル(労働条件などの相談を受け付けています)

はな ことば 話せる言葉	そうだん 相談日	はな ことば 話せる言葉	そうだん 相談日
えいご 英語 TEL:0570-001-701	げつ きん 月～金	たがろご タガログ語 TEL:0570-001-705	げつ きん 月～金
ちゅうごくご 中国語 TEL:0570-001-702		べとなむご ベトナム語 TEL:0570-001-706	げつ きん 月～金
ぼるとがろご ポルトガル語 TEL:0570-001-703		みやんまーご ミャンマー語 TEL:0570-001-707	げつ 月
すべいんご スペイン語 TEL:0570-001-704		ねばーご ネパール語 TEL:0570-001-708	げつ もく 月～木

かんこくご たいご いんどねしあご かんぽじあご くめーご もんごるご そうだん 韓国語、タイ語、インドネシア語、カンボジア語(クメール語)、モンゴル語の相談日もあります。 相談の時間: 10:00～12:00 13:00～15:00

時間外は「労働条件相談はつとライン」へ URL: <https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

外国人技能実習機構 母国語相談(外国人技能実習生からの相談を受け付けています)

はな ことば 話せる言葉	そうだん 相談日	はな ことば 話せる言葉	そうだん 相談日
べとなむご ベトナム語 TEL:0120-250-168	げつ 月～土	いんどねしあご インドネシア語 TEL:0120-250-192	か もく 火・木
ちゅうごくご 中国語 TEL:0120-250-169	げつ すいきん 月・水・金・土	たいご タイ語 TEL:0120-250-198	もく 木・日
ふいりびんご フィリピン語 TEL:0120-250-197	か もく 火・木・土	かんぽじあご カンボジア語 TEL:0120-250-366	もく 木
えいご 英語 TEL:0120-250-147		みやんまーご ミャンマー語 TEL:0120-250-302	か 火

相談の時間: 月～金 11:00～19:00 土日 9:00～17:00 URL: <https://www.otit.go.jp>

出入国在留管理庁 インフォメーションセンター(入国や在留の手続きの相談を受け付けています)

TEL:0570-013904 相談日: 月～金 8:30～17:15 URL: <https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html>