

Para os trabalhadores estrangeiros

Você conhece as normas trabalhistas japonesas?!

Para
trabalhar com
tranquilidade
no Japão



No Japão, existem várias leis (Lei de Normas Trabalhistas, etc.) para proteger os trabalhadores.

Essas leis visam proteger todos os trabalhadores, independentemente da forma de trabalho, sendo funcionários permanentes, temporários terceirizados ou de horário parcial, etc. Elas protegem os estrangeiros da mesma forma como os japoneses.

Neste panfleto, é apresentado aquilo que os estrangeiros devem saber ao trabalhar no Japão.

Caso tenha alguma dúvida após ler este panfleto, entre em contato com o balcão de consultas (página 7).

Publicação:

Departamento de Bem-Estar do Trabalho,
Governo da Província de Aichi.

Janeiro de 2026



É possível fazer o download
deste panfleto com o código
bidimensional à direita.



1

Verificou seu cartão de permanência antes de começar a trabalhar?



Veja em ※①, onde está descrito a “就労制限の有無 (Existência ou não de restrições de trabalho)” no seu cartão de permanência. A descrição neste campo determinará o tipo de trabalho que você pode exercer.

[Exemplo do cartão de permanência]



“在留資格に基づく就労活動のみ可”
(São permitidas somente atividades de trabalho baseadas na qualificação de residência)

É permitido somente o tipo de trabalho descrito em ※② “qualificação de permanência” do seu cartão de permanência.

“指定書により指定された就労活動のみ可”
(São permitidas somente atividades de trabalho baseadas no comprovante de indicação)

É permitido somente o tipo de trabalho descrito no certificado de indicação (geralmente anexado ao passaporte).

“就労制限なし”
(Nenhuma restrição de trabalho)

Possível exercer qualquer tipo de trabalho.

“就労不可”
(Proibido trabalhar)

Não é possível trabalhar. Para trabalhar é necessário a “資格外活動許可★ (Autorização para exercer atividades não incluídas na atual qualificação de permanência)**”. Veja o verso do cartão de permanência ※③.

* Sobre a “Autorização para exercer atividades não incluídas na atual qualificação de permanência”, consulte o procedimento no site da Agência de Serviços de Imigração.

<https://www.moj.go.jp/isa/index.html>

2

Sabe quais são as suas condições de trabalho, como jornada de trabalho e salário, etc.?



A empresa deve notificá-lo por escrito sobre as 6 condições a seguir. Verifique se nos documentos recebidos constam esses 6 itens. Se não tiver certeza do que está escrito, pergunte à sua empresa ou a uma pessoa que entenda japonês.



Confira isso!

- ① Período do contrato de trabalho
- ② Possibilidade de renovação do período do contrato de trabalho (quando o período de trabalho esteja definido)
- ③ Local de trabalho e tipo de serviço.
- ④ Horários de início e término do trabalho, intervalo para descanso e dias de folga, etc.
- ⑤ Valor e método de cálculo do salário, forma e data de pagamento
- ⑥ Condições para demissão pela empresa
Até quando se deve avisar a empresa no caso de resignação (demissão voluntária)



O que é um contrato de trabalho?

Trata-se de um acordo sobre o trabalho, feito entre você e a empresa.

Existem várias formas de trabalhar.

| | |
|--|--|
| ① Funcionário efetivo | Aquele que pode trabalhar como um funcionário efetivo |
| ② Funcionário contratado por tempo determinado | Aquele cujo período de trabalho está definido |
| ③ Funcionário de horário parcial (<i>pātōtai/mu shain</i>) | Aquele com jornada de trabalho menor que o de um funcionário efetivo |
| ④ Funcionário temporário terceirizado | Aquele contratado por uma empreiteira, que trabalha em outra empresa. O salário é pago pela empreiteira. |

* Além desses, também existe o trabalho através de “terceirização” e “contratação”, em que se trabalha e recebe um pagamento (distinto do salário) através de um pedido da empresa. Nesses casos, a lei de proteção aos trabalhadores não se aplica.



O que é o “regulamento interno de trabalho (*shūgyō kisoku*)”?

O regulamento interno de trabalho trata-se das regras de trabalho decididas pela empresa. Toda empresa com mais de 10 funcionários possui um regulamento interno de trabalho. O contrato de trabalho não deve ter condições piores do que o regulamento interno de trabalho. A empresa deve deixar o regulamento interno de trabalho em um local visível, para que qualquer pessoa possa consultá-lo.

3

Você está recebendo o salário sem problemas?



Existem regras que a empresa deve seguir ao pagar o salário.



Confira isso!

- ① Pagar diretamente em dinheiro (também é possível receber através de um depósito em conta bancária, ou pagamento digital)
- ② Pode ser descontado somente o valor estipulado por lei (impostos e prêmios de seguro) ou um valor em que ambas as partes concordaram (por exemplo, despesas de alimentação e materiais de trabalho, etc.)
- ③ Pagar uma vez por mês na data definida



O que é o salário mínimo?

Trata-se do mínimo valor do salário pago ao trabalhar por uma hora. É definido conforme cada província. A empresa deve pagar um salário superior ao valor do salário mínimo.

O salário mínimo na província de Aichi é de “1,140 ienes” por hora, desde 18 de outubro de 2025

No entanto, dependendo do tipo de trabalho, o valor do salário mínimo pode ser mais alto.

Devido ao valor ser decidido anualmente, por favor, consulte o site da Secretaria do Trabalho de Aichi.

https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/pamphlet_form/_121784.html



O que é a compensação de licença?

Em caso de ausência no trabalho devido responsabilidade da empresa, esta deve pagar no mínimo o equivalente a 60% do salário. Isso é chamado de “compensação de licença”.



Quanto é o seu salário?

O conteúdo do salário pago ao trabalhador (o total e os valores deduzidos) deve ser notificado aos trabalhadores através de um documento.

Confira através do holerite o quanto foi pago pela empresa.



4

Conhece as regras quanto a jornada de trabalho, etc.?



A jornada de trabalho é definida por lei da seguinte forma.

① Jornada de trabalho

- até 8 horas por dia e 40 horas por semana

② Períodos de descanso

Quando a jornada de trabalho for

- maior que 6 horas, será de 45 minutos ou mais
- maior que 8 horas, será de 1 hora ou mais

③ Dias de folga

- 1 dia ou mais por semana ou 4 dias ou mais em 4 semanas

④ “Férias anuais remuneradas” (férias anuais)

São férias em que aquele que trabalhar por 80% ou mais durante 6 meses consecutivos na mesma empresa após o início do trabalho tem direito de receber (o mesmo se aplica para funcionários temporários terceirizados e de horário parcial). Mesmo que folgue, o salário será pago.

A empresa deve permitir que se folgue 5 dias por ano, para aquele que receberá 10 dias ou mais de férias anuais.



O que são “horas extras (zangyō)” e “Acordo 36 (saburoku kyōtei)”?

As horas trabalhadas além da jornada de trabalho estipulada pela empresa são chamadas de “horas extras”. Para que a empresa ordene a realização de “horas extras” além da jornada de trabalho legalmente estipulada, os trabalhadores e a empresa devem fechar um acordo. Esse acordo é chamado de “Acordo 36”.

[Regras para horas extras] Em princípio: até 45 horas por mês e 360 horas por ano

Exceção: mesmo se houver um grande aumento na demanda de trabalho, o seguinte deverá ser respeitado.

| | | |
|---|------------------------------|--|
| ① Até 720 horas por ano | ② Menos de 100 horas por mês | ③ A média de vários meses deverá ser de até 80 horas |
| ④ Poderá exceder 45 horas por mês no máximo 6 vezes por ano | | |



Qual é o valor pago por horas extras, trabalho nos dias de folga ou durante a noite?

• O salário receberá um acréscimo da seguinte forma.

| | |
|--|--------------------|
| ① Horas extras que excedam 8 horas por dia ou 40 horas por semana. | 1,25 vezes ou mais |
| ② Horas extras que excedam 60 horas por mês | 1,5 vezes ou mais |
| ③ Horas trabalhadas nos dias de folga. | 1,35 vezes ou mais |
| ④ Horas trabalhadas durante a noite (das 22h às 5h). | 1,25 vezes ou mais |

5

A empresa está se desligando de você facilmente?



A empresa não pode se desligar de você livremente.

Se estiver com problemas, entre em contato com o balcão de consultas (página 7) imediatamente!



① “Demissão (kaiko)”

Quando uma empresa ordena que você saia dela, isso é chamado de “demissão”.

A “demissão” não pode ser feita sem um motivo razoável*.

Sempre peça para que a empresa explique o motivo da “demissão” e obtenha um documento com o motivo por escrito.

Quando uma empresa efetuar a sua “demissão”, em princípio, deve avisá-lo pelo menos 30 dias antes da data de desligamento, ou deverá pagar o salário equivalente a 30 dias ou mais.

* Que esteja de acordo com o bom senso

② “Rescisão do contrato de trabalho (yatoidome)”

Após definir o período de trabalho, é chamado de “rescisão do contrato de trabalho” quando a empresa não renova o contrato ao término do respectivo período.

Em alguns casos a empresa não pode efetuar a “rescisão do contrato de trabalho” após algumas contratações consecutivas.

Se foram efetuadas mais de 3 contratações consecutivas ou se está trabalhado há mais de um ano, a empresa deve informar que não irá efetuar um novo contrato 30 dias antes do término do presente contrato.



O que é “recomendação de resignação (taishoku kanshō)”?

Quando uma empresa “quer que você saia dela”, isso é chamado de “recomendação de resignação”. Você tem a liberdade de escolher se deseja sair ou não, portanto, se não quiser se desligar, diga isso claramente à empresa.



Cuidados ao sair da empresa pela própria vontade

- Aquele cujo período de trabalho não está definido
 - Informe a empresa de que deseja se desligar na data especificada no regulamento interno de trabalho (2 semanas antes, caso não esteja definida).
- Aquele cujo período de trabalho está definido
 - Em princípio, não é permitido se desligar da empresa durante o período estipulado.
Consulte a empresa se houver um motivo válido.

6

As pessoas no trabalho estão lhe tratando mal?



Em primeiro lugar, consulte o responsável do local de trabalho ou entre em contato com o balcão de consultas da empresa.

Se mesmo assim continuarem lhe tratando mal, entre em contato com o balcão de consultas (página 7).



Por exemplo

- Sofrer violência física.
- Escutar linguagem áspera.
- Ser deixado fora do grupo.

Entre outras coisas, ao não se sentir bem com certas atitudes, isso pode ser responsabilidade da empresa.



Cuidados ao ser mal tratado

Deixe registrado em uma anotação, e-mail ou em mídias sociais quem foi, o que e quando aconteceu, entre outros.

7

Conhece o “seguro contra acidente de trabalho (*rōsai hoken*)” que pode ser usado ao se ferir ou ficar doente por causa do trabalho?



É possível receber dinheiro do "Seguro de Indenização de Acidentes de Trabalho" (seguro contra acidente de trabalho) para tratamento de lesões e doenças devido ao trabalho (mesmo aquelas que ocorrerem no trajeto de ida e volta entre o trabalho e a sua casa), ou equivalente às despesas médias e aos dias em que não pode trabalhar devido ao tratamento.

Para mais informações, consulte o Salão de Consultas dos Trabalhadores Estrangeiros, Secretaria do Trabalho de Aichi , ou a Delegacia de Inspetoria de Normas Trabalhistas.

- Não há despesas com o hospital. Talvez seja necessário pagar o hospital na hora, mas depois o dinheiro será restituído.
- Ao faltar no trabalho por lesão ou doença devido ao trabalho, você poderá receber 60% do salário pela empresa nos primeiros 3 dias.
- A partir do 4º dia de folga, você poderá receber 80% do seu salário pelo seguro contra acidente de trabalho.



Cuidados quando for ao hospital

Diga claramente ao médico ou à enfermeira que você se “machucou no trabalho” ou deseja usar o “seguro contra acidente de trabalho” (*rōsai hoken*).

8

Balcão de consultas para trabalhadores

* Consulta gratuita

Salão de Consultas Trabalhistas do Governo da Província de Aichi (consultas sobre questões trabalhistas em geral) [somente em japonês]

TEL: 052-589-1405

Dias: segunda a sexta 9:30 ~ 18:00 Sábados 10:00 ~ 17:00

© Outros balcões de consultas (Seis escritórios provinciais, exceto Owari.) URL: <https://www.pref.aichi.jp/soshiki/rodonfukushi/0000000053.html>

Balcão de consulta sobre o “trabalho” (consultas sobre empregos) [atendimento em idioma estrangeiro]

TEL: 052-990-6121 URL: <https://gaisapo.pref.aichi.jp/foreign-talent/>

Dias: segunda a sexta 9:00~17:00 (excluindo feriados) Idiomas: japonês, inglês * Até 31 de março de 2026

Pessoas que falam outros idiomas, ligar com antecedência e solicitar.

Centro multicultural de Aichi (consultas sobre a vida cotidiana em geral) [atendimento em idioma estrangeiro]

TEL: 052-961-7902 URL: <https://www2.aia.pref.aichi.jp/sodan/j/sodancorner.html> Dias: segunda a sábado 10:00 ~ 18:00

Idiomas: japonês, inglês, chinês, português, vietnamita, espanhol, filipino / tagalo, nepalês, indonésio, tailandês, coreano e birmanês, russo, ucraniano

Salão de Consultas dos Trabalhadores Estrangeiros, Secretaria do Trabalho de Aichi (consultas sobre condições de trabalho, etc.)

| Balcão de atendimento | | Idiomas (dias) | Horário de consulta |
|---|-------------------|---|---------------------|
| Departamento de supervisão | TEL: 052-972-0253 | Inglês (ter./qui.), português (ter. a sex.) | |
| Delegacia de Inspeção de Normas Trabalhistas de Nagoyanishi | TEL: 052-481-9533 | Vietnamita (qui.) | 9:30 ~ 12:00 |
| Delegacia de Inspeção de Normas Trabalhistas de Kariya | TEL: 0566-21-4885 | Português (seg./qua./qui.) | 13:00 ~ 16:00 |
| Delegacia de Inspeção de Normas Trabalhistas de Toyohashi | TEL: 0532-54-1192 | Português (seg./ter./sex.) | |

URL: https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/roudoukyoku/gosoudan_naiyou_madoguchi/soudan03/gaikokujinannai_00001.html

Aqueles que falam japonês também podem consultar as outras delegacias de inspeção de normas trabalhistas.

Dias: segunda a sexta 8:30 ~ 12:00 13:00 ~ 17:15

Ministério do Trabalho, Saúde e Bem-Estar, Linha de consulta para trabalhadores estrangeiros (consultas sobre condições de trabalho, etc.)

| Idiomas | Dias | Idiomas | Dias |
|-----------------------------|-------------|------------------------------|-------------|
| Inglês TEL: 0570-001-701 | seg. a sex. | Tagalo TEL: 0570-001-705 | seg. a sex. |
| Chinês TEL: 0570-001-702 | | Vietnamita TEL: 0570-001-706 | seg. a sex. |
| Português TEL: 0570-001-703 | | Birmanês TEL: 0570-001-707 | sexta |
| Espanhol TEL: 0570-001-704 | | Nepalês TEL: 0570-001-708 | seg. a qui |

Também tem dias para consulta nos idiomas: Coreano, Tailandês, Indonesiano, Cambojano, Mongol(Khmer). Horário de consulta: 10:00 ~ 12:00 13:00 ~ 15:00

Consultas fora do horário: “Linha Direta para Consultas sobre as Condições de Trabalho”

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

Organização para Treinamento e Estagiário Estrangeiro, Linha de Consulta em Língua Materna (consultas para estagiários estrangeiros)

| Idiomas | Dias | Idiomas | Dias |
|------------------------------|----------------|-----------------------------|----------------|
| Vietnamita TEL: 0120-250-168 | seg. a sáb. | Indonésio TEL: 0120-250-192 | ter./qui./sáb. |
| Chinês TEL: 0120-250-169 | seg./qua./sex. | Tailandês TEL: 0120-250-198 | qui./dom. |
| Filipino TEL: 0120-250-197 | ter./qui./sáb. | Cambojano TEL: 0120-250-366 | quinta |
| Inglês TEL: 0120-250-147 | | Birmanês TEL: 0120-250-302 | seg. |

Horário de consulta: seg. a sex. 11:00 ~ 19:00 sáb./dom. 9:00 ~ 17:00 URL: <https://www.ottit.go.jp>

Centro de Informações da Agência de Serviços de Imigração (consultas sobre procedimentos de imigração e permanência)

TEL: 0570-013904 (Para ligação do telefone IP ou para ligações internacionais, 03-5796-7112) Dias: segunda a sexta 8:30 ~ 17:15

URL: <https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html>