

「わかる日本語」作成のための手引き

日本語が母語でない人に わかりやすい日本語（やさしい日本語）で情報を伝える

東京日本語ボランティア・ネットワーク

「わかる日本語」研究会

2016 年 1 月

目 次

I 「わかる日本語」について	2
1 情報提供を 簡易な日本語で	2
2 TNVN の「わかる日本語」研究会	2
3 「わかる日本語」研究会の再チャレンジ	3
『わかる日本語』作成のための手引き	
4 本冊子の特徴と「わかる日本語」の今後の展望	3

II リライトのポイント	4
--------------	---

III リライトのポイント具体例	6
1 対象	
2 情報	
3 文・構造	
4 言葉・漢字	
5 分かち書き・ルビ振り	
6 写真・イラスト	

IV リライトへのアドバイス	15
1 電気・ガス・水道	16
2 医療機関	19
3 住宅・家賃・引っ越し	27
4 小学校・中学校	33

V リライトの文例	35
1 テレビ・ラジオ	36
2 バイク・自転車	37
3 妊娠・出産	39
4 育児	44
5 仕事と在留資格	51
6 日本の学校制度	53
7 税金	55
8 戸籍	60
9 雇用契約	63
10 年金	64
11 医療保険	67

VI 参考資料	70
---------	----

コラム	
(1) 数字に関する表記	18
(2) リライトに用いた記号など	23

I 「わかる日本語」について（はじめに）

1 情報提供を 簡易な日本語で

ここ数年で私たちの周りに多文化共生の波が押し寄せてきているのがはっきり社会現象として現れてきました。東京都の在住外国人登録者数が平成27年10月1日現在約440千人（東京都統計資料）で、人口の約3%を占めていることでも確認できます。

東京では外国籍住民の活動も多様化し、社会を支える人的資源として重要な役目を担うようになっていきます。こうした中、日本人と外国人が共に住みやすく、お互いの活動が十分に活かされ、お互いが支え合っていく社会、グローバルな多文化共生社会の実現が求められています。

多文化社会への推進では、情報提供やコミュニケーションを円滑にするための「言葉の壁の問題解決」が最も大切であると考えられます。

東京都をはじめ各自治体での多文化共生社会の推進に向けた取り組みでも、外国籍住民への情報提供を多言語（主に英語・中国語・ハングルの3言語等）で行っています。しかし、現実的には多くの問題があり、限界があります。ここで考えられたのが、翻訳された「多言語」以外の言語を母語とする住民への情報提供のために情報を精査し、できるだけ簡易な日本語で表現することによって情報を普く行き渡らせる方法です。

災害時の緊急情報を含めて、必要な情報が十分得られないまま、生活をしなければならない住民への対応を解決することこそこれからの東京各地域での真の多文化共生社会の実現に繋がるものと考えています。

2 TNVN の「わかる日本語」研究会

東京日本語ボランティア・ネットワーク（以下 TNVN）はボランティア日本語学習支援活動を行っている団体のネットワークです。TNVN の会員はそれぞれの地域での日本語学習支援を通し、言葉のため日常生活に不自由を感じている外国人などを、隣人として支援しています。

この活動の一環として2010年9月に日本語の学習者と支援ボランティアの双方にアンケートを実施しましたところ、85%が「情報はわかりやすい日本語で書いてほしい」と回答してきました。これを受け、TNVN では簡易化された情報の提供こそ、支援の場で求められている大きな課題と捉え、同年11月には早速「わかる日本語研究会」を発足させました。

全国では一般的に「やさしい日本語」と名付けられています。しかし、TNVN では情報が「支援が必要な多くの住民にとって分かりやすい日本語」でなけ

ればならないとの視点から敢えて「わかる日本語」という言葉を用いて、それを指針に活動してきました。

こうして最初に手掛けたのが、2012年7月に冊子にまとめた『「わかる日本語」研究会 報告 ～日本語を母語としない人たちにとって わかりやすい日本語文にリライトする～』でした。そこでは行政文書の一例として東京都国際交流委員会のご厚意でホームページ「外国人のための生活ガイド」の日本語、転ばぬ先の知恵」「緊急災害時の対応」を原材に使わせて頂きました。“行政や公共施設から出される日本語のお知らせ・情報は少なくとも初級レベルの日本語能力の人が理解し、必要なサービスを受け、行動できることが地域社会で共に暮らす上で、必要不可欠”と考えたからです。

3 「わかる日本語」研究会の再チャレンジ 『「わかる日本語」作成のための手引き』

研究活動の成果物を一応の区切りで発表した後、いろいろな問合せを頂き、勇気を持って発表したことで、新たな取り組みを生んだ例などがあるにつけ喜びを覚えました。同時期から多くの自治体、国際交流団体、日本語支援グループも取り組みをはじめ、今や私たちが期待していた進展が大きくなっているのを感じます。

私たちの研究会では、その後も、特に、同様の発想でグループや個人が同様な活動する際に、どのような解説・情報があると助かるかを視点に研究活動を続け、まとめてみました。

これが、第2弾の本冊子『「わかる日本語」作成のための手引き』です。支援の実践の場である東京の各所の日本語ボランティア教室や各支援機関、

団体などに送り、わかる日本語による情報発信をするための取り組みの一助として頂ければと、前回とは構成を変え、リライトする際のポイント、アドバイス等の具体例を中心に据えた構成となっています。

原材は前回の報告に続き東京都国際交流委員会の「外国人のための生活ガイド」で、今回は扱わなかったテーマの中から、特にホームページにアクセス数の多い分野が実際の生活者にとって需要が高いものと判断して取り上げました。こうして、「住宅・家賃・引越し」「医療機関」「妊娠・出産」「育児」「教育」等生活に直結した内容とすることができました。

東京都国際交流委員会のホームページ (<http://www.tokyo-icc.jp/>) の「生活ガイド・やさしい日本語」にリライト文が掲載されています。

4 本冊子の特徴と「わかる日本語」の今後の展望

TNVN の研究会では、常に、来日半年程度の日本語学習者でも理解できるレベルを想定し、限りなく日本語能力試験の N5 に近づける努力目標を掲げています。これは同様な目的のリライト文の中では一番基礎的な日本語で対処するチャレンジ精神に溢れる設定です。

本冊子は「わかる日本語」の指針や意義をこうでなければならぬと定義づけたものではなく、研究会のメンバーの総意の下、試行錯誤の末まとめた私たちの活動の一里塚です。翻訳・要約・リライトにおいて唯一の正解は存在しませんし、扱う情報はその文の目的・内容・対象によってわかる日本語の基準は一樣ではありません。歴史も浅く、基準も確立していないこの分野はこれからも変遷を重ねながら、進化するものと思われます。私たちが、模索し歩んだ道を公開することで、私たちが究極の目標とする多文化共生社会の

実現に向けた取り組みが進展していくことを心から願っています。

一連の活動を続けて行く中で、私たちはいろいろな立場・分野の人々との出会いを得ました。ある出会いで「わかる日本語」と手話の発想には共通点があることを学び、また、知的障害者支援団体の方から発想と実践での共通性・類似性を学び、大きな啓示を受けました。さらに、超高齢化社会に突入していく日本社会では、母国語だと言え、従来の伝統を色濃く受け継いでいる各種、各分野の文書も発想を変えて行かねばならなくなっているのではないのでしょうか。日本語支援の立場と出発点は異なっても、きっとこれからも更に多くの各種の分野の人々との連携の可能性が見えてくることでしょう。社会を構成する全ての多様な人を意識し、住みやすい環境を整えて行くことが、真の多文化共生社会の実現に繋がる道でしょう。

Ⅱ リライトのポイント

情報発信する日本語文（原文）を選びます。

日本語の文を わかりやすい日本語にリライトします。

対象

- ① 日本に住む、日本語を母語としない人
- ② 日常会話ができ、ひらがな・カタカナが読める人
(限りなく日本語能力試験の N5 に近い)

POINT-1 情報

- ① 情報を受け取る人にとって何が必要かを精査し、必要に応じ変え、また情報を追加します。
- ② 必要に応じ、情報をそぎ落とし、できるだけ冗漫さを排します。
- ③ 必要に応じ、情報の順序を変え、対象者が読んで思考が流れるような文構造にします。
- ④ 1つ1つの文・言葉にかかわらず、総体として情報を伝えます。
- ⑤ 1文中で1情報を提供するようにします。
- ⑥ 文化の違いに配慮し、必要に応じて、理解を深めるための補足情報を加えます。

POINT-3 言葉

- ① 日常生活で使う言葉にします。
(日本語能力試験 N5 にできるだけ近づけます)
- ② カタカナの外来語はできるだけ避けます。
- ③ 覚えてほしい言葉・書き換えが難しい言葉はそのままにして、必要に応じて、説明文を書き加えます。
- ④ 副詞や形容詞は必要最小限のものにします。
- ⑤ 擬音語、擬態語は使用しません。

POINT-2 文・構造

- ① 文を短くします。
- ② 1つの文に、主語と述語を1つずつとします。
- ③ 複雑で長い文は幾つかの短い文に分けて書き換えます。
- ④ 「です」「ます」の形にします。
- ⑤ 必要に応じ、箇条書きにします。
- ⑥ 尊敬語、謙譲語は使用しません。
- ⑦ 連体修飾語はできるだけ少なくして、簡単な文にします。
- ⑧ 二重否定の文は使用しません。
- ⑨ 曖昧な表現は避けます。
- ⑩ 文末表現は単純化し、できるだけ統一します。
- ⑪ 条件表現は単純にします。
- ⑫ できるだけ動詞で終わります。

POINT-4 漢字

- ① 日常生活で使う漢字にします。
(日本語能力試験 N5 にできるだけ近づけます)
- ② どうしても簡単にならない漢字、ひらがな表記では意味が分からなくなる漢字はそのままにします。
- ③ 日常生活でよく使用する漢字はできるだけ使います。

POINT-5 分かち書き・ルビ振り

- ① 文節ごとにスペースを入れます。
 - ・ 1 文節は自立語が 1 つ、自立語に付属語が 1 つ、または 1 つ以上付いたものです。
注： 自立語：動詞、形容詞、形容動詞、名詞、副詞
連体詞、接続詞、感動詞
付属語：助動詞、助詞
 - ・ 文節の最初には必ず自立語が来ます。
- ② カタカナと漢字には全てひらがなでルビを振ります。
(ルビは読み易くします)

POINT-6 写真・イラスト

- ① 必要に応じて、言葉・状況を説明し、理解を促すように写真・イラストを加えます。
- ② 主として「もの」が分かるようにする場合は写真にします。
- ③ 主として「状況や動作、写真では分かり難いもの」が分かるようにする場合はイラストを用います。

新しい「日本語能力試験」認定の基準

新レベル	認定の基準	旧レベル
N1	幅広い場面で使われる日本語を理解することができる	1 級
N2	日常的な場面で使われる日本語の理解に加え、より幅広い場面で使われる日本語を、ある程度理解することができる。	2 級
N3	日常的な場面で使われる日本語をある程度理解することができる。	2 級と 3 級の間
N4	基本的な日本語を理解することができる。 [読む]・基本的な語彙や漢字で書かれた日常生活の中でも身近な話題の文章を、読んで理解することができる。 [聞く]・日常的な場面で、ややゆっくりと話される会話であれば、内容がほぼ理解できる。	3 級
N5	基本的な日本語をある程度理解することができる [読む]・ひらがなやカタカナ、日常生活で用いられる基本的な漢字で書かれた定型的な語句や文、文章を読んで理解することができる。 [聞く]・教室や、身の回りなど、日常生活の中でもよく出会う場面で、ゆっくり話される短い会話であれば、必要な情報を聞き取ることができる。	4 級

Ⅲ リライトのポイント 具体例

「Ⅱリライトのポイント」で日本語能力が初級程度の人にとって
分かり易い文にリライトするポイント・目安をあげました。
ここではリライトのポイントに従った具体例を本冊子からあげました。
リライトの手がかりとしてください。

分かち書き・ルビ振り

- ① 文節ごとにスペースを入れます。
 - ・ 1文節は自立語が1つ、自立語に付属語が1つ、
または1つ以上付いたものです。
 - 注： 自立語：動詞、形容詞、形容動詞、名詞、副詞
連体詞、接続詞、感動詞
付属語：助動詞、助詞
 - ・ 文節の最初には必ず自立語がきます。
- ② カタカナと漢字には全てひらがなでルビを振ります。
(ルビは読み易くします)

写真・イラスト

- ① 必要に応じて、言葉・状況を説明し、理解を促すように写真・
イラストを加えます。
- ② 主として「もの」が分かるようにする場合は写真にします。
- ③ 主として「状況や動作、写真では分かり難いもの」が分かるよ
うにする場合はイラストを用います。

文・構造
言葉

① 文を短くします。 ④ 「です」「ます」の形にします。

① 日常生活で使う言葉にします。(日本語能力試験 N5 にできるだけ近づけます)

原文とリライト文で対比する語句を赤字または赤字下線付きで表示しました。

1)請求書と書類を郵送する。

⇒ 請求書と書類を郵便で送ります。

2)納税者が自分で税金の金額を計算し、それを申告して納税する制度です。

⇒ 自分で税金を計算して払います。

3)納付書を使って金融機関などで、税金を納付します。⇒ 納付書を使って、銀行・郵便局・コンビニで払います。

4)税金は、福祉、医療、公共事業、教育、警察、消防などに使われています。

⇒ 住んでいる人が安心して暮らすことができるように税金を使います。

5)期限を過ぎて納付すると、過ぎた期間に応じて延滞金などの支払いが発生することがあります。

⇒ 税金を払う日までに払わない時、延滞金を払うことがあります。

6)日本国内で結婚する場合は、結婚する二人のどちらかの住所がある地域の役所に届出をしてください。

⇒ 日本で結婚する時、二人のどちらかが住んでいるところの役所にいきます。

7)「障害基礎年金」は病気やケガで障害者となったときに特定の条件を満たしていれば支給されます。

⇒ 「障害基礎年金」は病気やけがのあとで障がい者になった人はもらうことができます。相談してください。

8)税金の計算方法などについては

⇒ いくら払うかわからない時は、

9)在留資格によってできる仕事とできない仕事があります。⇒ 在留資格でできるかできないか決まります。

文・構造

② 1つの文に、主語と述語を1つずつとします。 ⑤ 必要に応じ、箇条書きにします。

1) 医療機関を探すには電話やインターネットで、地域や診療科目、対応言語などの条件から、医療機関を探すことができます。

また地域の医療機関を探す場合は、近所の人に聞くのもよいでしょう。

- ⇒ 病院を 探す 時
- ・電話や インターネットで 探します。
 - ・場所・病気で 探します。
 - ・外国語は 大丈夫か 調べます。
 - ・近い 病院は 近くの 人に 聞きます。

2) 15 歳になった最初の 3 月 31 日までの子どもを養育している方に支給される手当です。子ども 1 人につき、3 歳未満は月額 15,000 円、3 歳以上は月額 10,000 円が支給されます。所得制限はありません。

- ⇒ 子どもを 育てて いる 人は みんな 役所から 児童手当を もらいます。
- 2 歳までは 毎月 15,000 円
- 3 歳から 15 歳までは 毎月 10,000 円

3) 日本では、国内で働く人には外国人であっても、基本的に日本の労働基準法、最低賃金法、労働安全衛生法、労働者災害補償保険法などが適用されま
す。

- ⇒ 働く 時 外国人にも 日本の 法律が あります。
- ①労働基準法 ②最低賃金法 ③労働安全衛生法 ④労働者災害補償保険法

文・構造 ⑩ 文末表現は単純化し、できるだけ統一します。 ⑪ 条件表現は単純にします。 ⑫ できるだけ動詞で終わります。

⑩ 文末表現は単純化し、できるだけ統一します。

- 受身、使役、使役受身（～させられる）、命令形、意向形（～よう、～う）等は避けます。

入居申し込み時期は**決められています**。 ⇒ ^{もう}申し込む ^ひ日が ^き**決まって** います。

- 「～て います」「～て あります」「～て みます」「～て おきます」「～ても いいです」「～ては いけません」等、て形は避けます。

母と子の健康バッグに**入っています**。 ⇒ ^{はは}「母と子の健康バッグ」に ^{きんこうばぐ}**あります**。

- 指示を示す「～て ください」「～ないで ください」はそれぞれ「～ます」「～ません」に統一します。ただし、純粋に依頼の気持ちを表す場合は、「～て ください」で表現します。

1) 住んでいる地域の役所などに**問い合わせてください**。 ⇒ ^{やくしょ}役所で ^き**聞きます**。

2) 歩いている人の邪魔になる時は、一時停止、または自転車から**降りてください**。

⇒ ^{ある}歩いて ^{ひと}いる ^{おお}人が ^{とき}多い ^{じてんしゃ}時は ^お自転車から **降ります**。

- 勧誘・指示を表す「～ましょう」は「～ます」で表現します。

区市町村の役所に届け出を**しましょう**。 ⇒ ^{やくしょ}役所に ^{とど}届けを ^だ**出します**。

- 可能の形は「～ことができます」で表現します。

育児相談などの子育て支援が**受けられます**。 ⇒ ^{いくじそうだん}育児相談を **する** **こと**が **できます**。

- 「なくてはなりません」は「ます」に言い替えます

1) 税金を**納めなくてはなりません**。 ⇒ ^{ぜいきん}税金を ^{はら}**払います**。

2) 地域の役所に**届出をしなくてはなりません**。 ⇒ ^{やくしょ}役所に ^{とど}**届けます**。

⑪ 条件表現は単純にします。

●条件の表現等（と、ば、たら、なら、～場合 等）はできる限り「～時（とき）」で表現します。

1)妊娠がわかったら ⇒ 妊娠した ^{にんしん} ^{とき} 時

2)さまざまな事情で子どもを十分に養育できない場合 ⇒ 家庭で ^{かてい} ^{こま} ^{とき} 困った 時

⑫ できるだけ動詞で終わります。

1)始業、終業の時刻 ⇒ 仕事は ^{しごと} ^{なんじ} ^{なんじ} ^{はたら} 何時から 何時まで 働 きます。

2)決められた労働時間を超える仕事があるかどうか ⇒ 決めた ^き ^{じかん} ^{なが} ^{はたら} 決めた 時間より 長く 働 く ことが ありますか

文・構造

⑥ 尊敬語、謙譲語を使用しません。

言葉

⑤ 擬音語、擬態語は使用しません。

⑥ 尊敬語、謙譲語を使用しません。

1)養育している方 ⇒ 育てて いる ^{そだ} ^{ひと} 人

2)お住まいの区市町村の役所へお問い合わせください。 ⇒ 役所に ^{やくしょ} ^{そうだん} 相談します。

⑤ 擬音語、擬態語は使用しません。

「擬音語」は実際の音をまねて言葉とした語“コツコツ”“ザーザー”等、「擬態語」は動きの様子や感覚・気持ちを表現した語“ふらふら”“ゆったり”等です。これらの言葉は伝わりにくいので使いません。

文・構造

③ 複雑で長い文は幾つかの短い文に分けて書き換えます。

⑦ 連体修飾語はできるだけ少なくして、簡単な文にします。

③ 複雑で長い文は幾つかの短い文に分けて書き換えます。

1)一部の公立小・中・高等学校には、外国人や帰国子女を受け入れる体制が整っているところもありますので、必要であれば住んでいる地域の役所などに問い合わせてください。

⇒ 外国の ^{がいこく} 子ども、^こ 外国から ^{がいく} 帰った ^{かえ} 子どもが ^こ 勉強 ^{べんきょう} できる 公立の ^{こうりつ} 特別な ^{とくべつ} 小・中・高等学校 ^{しょう ちゅう こうとうがっこう} も あります。
役所で ^{やくしょ} 聞 ^き きます。

2)課税とは決められた金額などの税金を納める義務を課すこと、また、納税とは、その金額を国や東京都、区市町村などに支払うことをいいます。なお、税金の計算方法などについては税務署や都税事務所、区市町村に問い合わせてください。

⇒ 税金は ^{ぜいきん} 決まった ^き お金を ^{かね} 払います。いくら ^{はら} 払うか ^{はら} わからない ^{とき} 時は、税務署や ^{ぜいむしょ} 都税事務所、^{とぜいじむしょ} 区市町村に ^{く しちょうそん} 聞 ^き きます。

3)納税者に代わって、年金や給与、賞与などを支払う人が、支払い金額から税金分を先に差し引き、納税する制度です。

⇒ 年金・給料から ^{ねんきん きゅうりょう} 先に ^{さき} 税金を ^{ぜいきん} 引きます。会社などが ^{かいしゃ} 税金を ^{ぜいきん} 払う ^{はら} 人に ^{ひと} 代わって ^か 払 ^{はら} います。

4)厚生年金の場合も、加入していた外国人が帰国することになったときは加入期間に応じて脱退一時金を請求することができます。受け取れる金額は最高 36 ヶ月分です。

⇒ 厚生年金に ^{こうせいねんきん} 入って ^{はい} いた ^{がいこくじん} 外国人が ^{くに} 国に ^{かえ} 帰る ^{とき} 時、脱退一時金を ^{だつたいいちじきん} もらう ^{こと} が でき ^{ます}。
一番 ^{いちばん} 多い ^{おお} 人は ^{ひと} 36 か月分 ^{げつぶん} もらう ^{こと} が でき ^{ます}。

⑦ 連体修飾語は出来るだけ少なくして、簡単な文にします。

「連体修飾語」は名詞を説明する部分をさします。修飾する語を言い換える、または文章を分ける方法などで簡単な文にします。

1)日本語と外国語、2ヶ国語で書かれている母子健康手帳もあります。⇒外国語の ^{がいこくご} 母子手帳 ^{ぼ しでちょう} も あり ^{ます}。

2)父親または母親が仕事につけないほどの重度の障害を持つ ⇒お父さんか ^{とう} お母さんが ^{かあ} 障がい ^{しょう} 者です。 ^{はたら} 働く ^{こと} が でき ^{ません}。

3)一般の学校に通うのが難しいと思われるような病気や、体の障害がある場合には、専門の学校があります。

⇒ 体や ^{からだ} 心が ^{こころ} 病気 ^{びょうき} で ^{ふつう} 普通の ^{がっこう} 学校で ^{べんきょう} 勉強 ^{こと} する ^{むずか} 難 ^こ しい ^{とくべつ} 子どもの ^{がっこう} 特別な ^{がっこう} 学校が あり ^{ます}。

文・構造 ⑧ 二重否定の文は使用しません。 ⑨ 曖昧な表現は避けます。

⑧ 二重否定の文は使用しません。否定の表現はわかりにくいので、できるだけ肯定文にします。

1) 税金を納めなくてはなりません。 ⇒ 税金^{ぜいきん}を 払^{はら}います。

2) 国民年金に 25 年以上加入(保険料を納めること)していなければ年金を受け取るのに必要な「受給資格」が得られません。

⇒ 国民年金^{こくみんねんきん}の 保険料^{ほけんりょう}を 25 年以上^{ねんいじょう} 払^{はら}う ことが^{ひつよう} 必要^{ひつよう}です。

⑨ 曖昧な表現は避けます。「～かも 知れません」「たぶん、～でしょう」等は避けます。

1) 原則として 65 歳から受け取ることができます。 ⇒ 65 歳^{さい}から もらう ことが できます。

2) 外国人については義務ではありませんが、希望すれば地域の公立小・中学校に通うことができます。

⇒ 外国人^{がいこくじん}も 日本の^{にほん} 公立^{こうりつ}の 小学校・中学校^{しょうがっこう ちゅうがっこう}へ 行く ことができます。^い

日本の^{にほん} 学校^{がっこう}へ 行きたい^い 時^{とき} 役所^{やくしょ}へ 行きます。

3) 一部の公立小・中・高等学校には、外国人や帰国子女を受け入れる体制が整っているところもありますので、必要であれば住んでいる地域の役所などに問い合わせてください。

⇒ 外国^{がいこく}の 子^こども、外国^{がいこく}から 帰^{かえ}った 子^こどもが 勉^{べんきょう}強^{きやう}できる 公立^{こうりつ}の 特別^{とくべつ}な 小^{しょう}・中^{ちゅう}・高等^{こうとう}学校^{がっこう}も あります。
役所^{やくしょ}で 聞^ききます。

- 情報**
- ① 情報を受け取る人にとって何が必要かを精査し、必要に応じ変え、また情報を追加します。
 - ② 必要に応じ、情報をそぎ落とし、できるだけ冗漫さを排します。
 - ③ 必要に応じ、情報の順序を変え、対象者が読んで思考が流れるような文構造にします。
 - ④ 1つ1つの文・言葉にかかわらず、総体として情報を伝えます。
 - ⑤ 1文中で1情報を提供するようにします。
 - ⑥ 文化の違いに配慮し、必要に応じて、理解を深めるための補足情報を加えます。

1)税金は、福祉、医療、公共事業、教育、警察、消防などに使われています。 外国人でも、日本に住んでいる人はもちろん、日本に住んでいなくて一時的に来日した人も、日本国内で働いて収入を得た場合などには、税金を納めなくてはなりません。

⇒ ^{にほん}日本で ^{はたら}働いて ^{かね}お金を ^{もら}もらった ^{とき}時、^{ぜいきん}税金を ^{はら}払います。

^す住んで ^{ひと}いる ^{あんしん}人が ^く安心して ^暮暮らす ^{こと}ことが ^{できる}できるように ^{ぜいきん}税金を ^{つか}使います。

2)都税事務所などが、法律や条例で決められた方法で税金の金額を計算し、金額、納付の期限や場所などを書いた納税通知書を納税者に送る制度です。納税者はこの通知書に添付された納付書を使って金融機関などで、税金を納付します。

⇒ ^{とぜいじむしょ}都税事務所などが、^{ぜいきん}税金を ^{けいさん}計算して、^{のうぜいつうちしょ}納税通知書（^{いくら}いくら、^{どこ}どこで、^{いつまで}いつまでに ^{はら}払うか ^か書いた ^{しよるい}書類）を ^{おく}送ります。

^{のうふしょ}納付書を ^{つか}使って、^{ぎんこう}銀行・^{ゆうびんきょく}郵便局・^{コンビニ}コンビニで ^{はら}払います。

3)外国人であっても日本に住んでいて出生、死亡などの事実があった場合は住んでいる地域の役所に届出をしなければなりません。また、結婚、離婚などの届出をすることができます。

⇒ ^{にほん}日本に ^す住む ^{がいこくじん}外国人も、^う生まれた、^し死んだ ^{とき}時、^{やくしょ}役所に ^{とど}届けます。

そして ^{けっこん}結婚・^{りこん}離婚も ^{とど}届ける ^{こと}ことができます。

4)加入したら保険料を納めなければなりません。 支払いは、納付書を持って行けば銀行や郵便局の窓口でできます。

また、銀行や郵便局などの口座振替のほか、コンビニエンスストア、インターネットバンキングでも可能です。

⇒ ^{こくみんねんきん}国民年金の ^{ほけんりょう}保険料は ^{かなら}必ず ^{はら}払います。^{のうふしょ}納付書を ^{つか}使う ^{とき}時は ^{ぎんこう}銀行・^{ゆうびんきょく}郵便局・^{コンビニ}コンビニで ^{はら}払います。
^{こうざふりかえ}口座振替も ^{でき}できます。

言葉 ③ 覚えてほしい言葉・書き換えが難しい言葉はそのままにして、必要に応じて、説明文を書き加えます。

●語彙を抜き出して説明文を書き加えます。

1) * 妊娠：赤ちゃんが おなかに できる こと

2) * 納税：税金を 払う こと

3) * 公立の 学校：都・区・市・町・村の 学校

●簡単な説明は語彙の後カッコ内に書く方法もあります。

1) 予定 (いつ、どこで)

2) 役所から 児童手当 (子どもを 育てる ための お金) を もらいます。

4) * 出産：赤ちゃんが 生まれる こと

5) * 延滞金：税金を 払う 日が 遅れた 時 払う お金

3) 国と 地方 (都道府県や 区市町村) の 税金が あります。

言葉 ② カタカナの外来語はできるだけ避けます。

1) 子どもの教育、就職などへのアドバイスやサポートをおこないます。

⇒ 子どもの 教育、仕事の ことなどを 助けます。

2) 健康状態をチェックする。

⇒ 元気か どうか、お医者さんが 診ます。

言葉 ④ 副詞や形容詞は必要最小限のものにします。

「副詞」は動詞や形容詞等を修飾する語 (「ずっと」「とても」「きっと」等) です。

1) 必ず国民年金に加入しなければなりません。

⇒ みんな 国民年金に 入ります。

2) おもに民間の会社で働いている人向けのものが厚生年金です。

⇒ 会社で 働いて いる 人は 厚生年金に 入ります。

Ⅳ リライトへのアドバイス

4つのテーマの原文とリライト文を並列表記し、リライトのポイントをアドバイスとして説明しました。

原文とリライト文の語彙レベル表示は日本語読解学習支援システム「リーディング チュウ太」の語彙レベル判定のシステムを活用させてもらいました。

語彙のレベル判定 (P5 参照)

日本語読解学習支援システム 「リーディング チュウ太」

<http://language.tiu.ac.jp/>

文章中にある語彙のレベルを**級外**(太赤文字)・**1級**(赤文字)・**2級**(青文字)・**3級**(グレー文字)・**4級**(黒文字)で級別を表示します。

本冊子では**3級**は緑文字で表示しています。

1 : 電気・ガス・水道

原文 1-1

1 電気・ガス・水道

引越しなどで電気、ガス、水道を新たに使う場合や使用を止めるときは連絡が必要です。電話やインターネットで東京電力、東京ガス、水道局営業所に問い合わせてください。

電気代とガス代は毎月、上下水道代は 2 ヶ月ごとに請求書が届きます。代金は銀行や郵便局、コンビニエンスストアで支払えるので、決められた日までに払ってください。便利な口座振替も利用すれば、払い忘れの心配がありません。また、クレジットカードでも支払うことができます。

リライト文 1-1

でんき がす すいどう
電気・ガス・水道

- ・はじめて つか とき でんわ いんたーねっと い
使う 時、電話・インターネットで 言います。
- ・もう つか とき でんわ いんたーねっと い
使わない 時、電話・インターネットで 言います。

でんき とうきょうでんりょく
電気：東京電力

がす とうきょうがす
ガス：東京ガス

すいどう すいどうきょくえいぎょうしょ
水道：水道局 営業所

- ・でんき がす まいつき すいどう げつ かい せいきゅうしょ
電気と ガスは 毎月、水道は 2 か月に 1 回 請求書が きます。

* せいきゅうしょ はら かね
請求書：払う お金は いくらですか、いつまでですか わかる紙

- ・かね ぎんこう ゆうびんきょく こんびに はら くれじっとかーど こうざふりかえ だいじょうぶ
お金を 銀行・郵便局・コンビニで 払います。クレジットカードも「口座振替」も 大丈夫です。

* こうざふりかえ ぎんこう ゆうびんきょく かね はら
口座振替：あなたの 銀行・郵便局の お金から 払います。

アドバイス 1-1

- 1 内容を「電気・ガス・水道の使用開始と使用中止」「請求書」「支払い」の 3 つに整理して箇条書きにします。
- 2 1 文中には 1 情報のみを伝えるようにします。
- 3 「請求書」「口座振替」は難しい言葉ですが、そのまま使わないと意味がかえって通じにくくなります。そのまま使って、次の行で言葉の意味を簡単な言葉で説明します。

原文 1-2

◆電気

東日本では 100 ボルト・50 ヘルツの電気が使われています。周波数が違う電気器具は使えなかったり、無理して使うと事故の原因になるので気をつけましょう。

電気の使い方

契約アンペアは 10～60 アンペアです。契約アンペアを変更したいときは、東京電力に連絡します。

電気器具をいくつも同時に使うと、アンペアブレーカーが切れることがあります。そのときは、使っている電気器具を減らし、ブレーカーのつまみを上げ、スイッチを入れてください。

□ 東京電力 お問い合わせ先一覧

◆ガス

家庭で使うガスは、「都市ガス」と「プロパンガス」の 2 種類があります。地域によって種類が違います。

ガスの異常に気づいたら

ガスの異常に気づいたら、ガスを止めて窓を開けます。家の中で絶対に火を使わないでください。休日、夜間を問わず、近くのガス会社に連絡してください。

□ 東京ガス お問い合わせ先一覧

◆水道

* 排水口に油を流さない

下水道管の中で油が固まり、「つまり」や「悪臭」の原因になります。

* 水洗トイレにはトイレットペーパー以外流さない。

紙おむつや水に溶けにくいティッシュ、衛生用品などを水洗トイレに流すと、トイレや排水管をつまらせる大きな原因となります。

□ 東京都水道局 お問い合わせ先一覧

リライト文 1-2

1 電気

・電気をたくさん使った時は、電気が消えます。
その時は、電気を少しにします。そして、ブレーカー（写真添付）を上げて、スイッチ（写真添付）を入れます。

2 ガス

・「都市ガス」・「プロパンガス」を使います。
・ガスのにおいが変な時はガスを止めます。そして、窓を開けます。家の中で火を使いません。それから、東京ガスに電話をします。休みの日でも夜でもいいです。

□ 東京ガス お問い合わせ先一覧

3 水道

・油を流しません。
流した時は、下水（もう使った水）が流れません。
そして、臭いです。
・トイレでトイレットペーパーを使います。他の紙は使いません。
紙おむつ・ティッシュペーパーなどをトイレに入れた時は、水が流れません。

□ 東京都水道局 お問い合わせ先一覧

アドバイス 1-2

- 1 詳しい説明は親切なようですが、情報量が多いとかえって大切なことが伝わりません。内容を取捨選択します。
ここでは、50Hz／60Hz の説明と契約アンペアの変更については省略します。
- 2 「ガスを止めて、窓をあけます」 ⇒ 「ガスを 止めます。そして、窓を 開けます」《2 つの文に分けます》
- 3 「電気器具をいくつも同時に使うと」 ⇒ 「電気を たくさん 使った 時」
「ガスの異常に気づいたら」 ⇒ 「ガスの においが 変な 時は」
《「～すると」「～したら、」という条件節は使わないようにします。「～時（は）」に書き換えます》
- 4 「スイッチを入れてください」 ⇒ 「スイッチを 入れます」
「火を 使わないでください」 ⇒ 「火を 使いません」
《「～してください」「～しないでください」は、動詞の「て形＋補助動詞」の使用を避けて「～します、～しません」に書き換えます》

コラム(1) ☆数字に関する表記☆

- ◇ 「わかる日本語」はふつう横書表記ですので、数字は基本的に算用数字を使います。
ただし、数字が語句の構成要素となっている（ほかの数字に置き換えられない）などの場合は漢数字を使います。
（例）一日 8 時間、結婚する時（中略）二人とも外国人の時…
- ◇ 年号は西暦を用います。（例）平成 27 年 ⇒ 2015 年
- ◇ 日付は“／”を用いると誤解しやすいので、月、日を使います。
（例）10／11 ⇒ 10 月 11 日

- ◇ 時間は 24 時間制で表記し、“午前”・“午後”を使いません。
また時間の幅を表すときは “～”を使います。
（例）9:00～20:00
- ◇ 月数を表すときの表記は“か月”に統一します。
（例）6 ヶ月 ⇒ 6 か月
- ◇ 長さ・重さなどの単位や％は、漢字の単位以外はルビを振らずにそのまま用います。
（例）100m、20 kg
- ◇ 金額は“¥”ではなく“円”を使い、1000 単位でコンマを入れます。
（例）15,000 円

2：医療機関

原文 2-1

医療機関

病気やけがをしたときには、病院などの医療機関に行きます。いざという時のために、近くにどんな医療機関があるのか調べておきましょう。

◆ 医療機関の種類

日本の医療機関には、規模の小さな「医院・診療所・クリニック」と、複数の診療科目を持つ大きな「総合病院」があります。通常、両方を総称して「病院」と呼びます。

* 医院・診療所・クリニック

個人で経営している場合が多く、診療科目が限られています。かぜやちょっとしたけがなど、症状が軽いときに行きます。

健康上の不安などの相談にも関わります。

リライト文 2-1

びょういん
病院

・病気や ^{けが} を ^{した} ^{とき} ^{びょういん} 病院へ ^い 行きます。

・ ^{まえ} 前から ^{ちか} 近くの ^{びょういん} 病院を ^{しら} 調べます。

1) ^{にほん} 日本 ^{びょういん} の 病院 ^{ちい} には、小さい ^{びょういん} 病院 (^{いいん} 「医院」 ^{しんりょうじょ} 「診療所」 ^{くりにつく} 「クリニック」) と ^{おお} 大きい ^{びょういん} 病院 (^{そうごうびょういん} 「総合病院」) が あります。

(1) ^{いいん} 医院・^{しんりょうじょ} 診療所・^{くりにつく} クリニック

・ ^{いしゃ} 医者が ^{すく} 少ないです。

・ かぜや ^{ちい} 小さい ^{けが} の ^{とき} ^い 時 行きます。

・ ^{からだ} 体が ^{しんばい} 心配な ^{こと} を ^{そうだん} 相談 できます。

アドバイス 2-1

- 1 「医療機関」 ⇒ 「病院」《日常語にします。分かり易い言葉に置き換えることで漢字も制限できます》
- 2 「医院」「診療所」「クリニック」「総合病院」は、別の言葉に置き換えるよりもそのまま使った方が現場で通じます。
- 3 「相談にも関わります」 ⇒ 「相談できます」

原文 2-2

* 総合病院

複数の診療科目を持ち、検査のための機材や入院の設備が整っています。

症状が重いときや、手術や入院が必要な場合に行きます。

総合病院で診察を受けるためには、医院などからの紹介状が必要なことがあります。まずは地域の医院・診療所・クリニックで診察してもらい、必要なら大きな病院で専門的な治療を受けることをお勧めします。日頃から何でも相談できるかかりつけの医者をもつことが大切です。

リライト文 2-2

(2) 総合病院

- ・いろいろな病気を調べます。
- ・病気やけがを治す機械がたくさんあります。
- ・病気やけががとても悪い時にいきます。
- ・手術をする時いきます。

* 手術：悪いところを切って治すこと

- ・入院する時いきます。

(3) 病気やけがをした時

- ・はじめに近くの小さい病院へいきます。
- ・病気やけががまだよくない時、大きい病院へいきます。
- ・その時、小さい病院から紹介状をもらいます。そして大きい病院に持っていきます。

* 紹介状：医者にどういう病気の人が知らせる手紙

- ・いつも近くの同じ病院の医者といろいろ話すことが大切です。

アドバイス 2-2

- 1 「総合病院」の二つの説明文を、1文に1つの情報のみ入れた文にしていくと、5つの文になります。そして箇条書きにします。
- 2 「総合病院で診察を受けるためには、」以降の文を、「病気やけがをした時」という項目を付けて、情報の受け手目線で順序立てます。
- 3 「紹介状が必要なことがあります」⇒「必要です」、「～治療を受けることをお勧めします」⇒「病院へ いきます」《1語で言い切る方が分かり易いです》

原文 2-3

◆医療機関を探すには

電話やインターネットで、地域や診療科目、対応言語などの条件から、医療機関を探ることができます。

また地域の医療機関を探す場合は、近所の人に聞くのもよいでしょう。

□ 東京都医療機関案内サービス“ひまわり” 都内の医療機関を検索できます。

TEL : 03-5272-0303

・24時間医療機関案内：毎日 24時間 コンピュータによる自動応答サービスです。

・保健医療福祉相談：平日 9:00～20:00 保健医療に関する問い合わせに相談員が応じます。

※救急、夜間、休日のとき

急病や大けがをしたときのことや、通常の医療機関が診療を行っていない休日や夜間に対応する医療機関については、下記のページを見てください。

□ 東京都国際交流委員会

「緊急災害時の対応 急病、けが」

リライト文 2-3

2) 病院を 探す 時

・電話やインターネットで 探します。

・場所・病気で 探します。

・外国語は 大丈夫か 調べます。

・近くの 病院は 近くの 人に 聞きます。

□ 東京都医療機関案内サービス“ひまわり”

TEL : 03-5272-0303

・東京都の 病院を 24時間 コンピュータで 教えます。

・保健医療福祉相談：月曜日から 金曜日 9:00～20:00

体・病気の 問題や 心配に 答えます。

救急・夜・休みの 時

* 救急：急に 大きい 病気に なったり、大きい けがを すること

・夜や 休みの 日に 行く ことが できる 病院

□ 東京都国際交流委員会

緊急災害時の対応 急病、けが

アドバイス 2-3

- 1 「救急」は命にかかわる大切な言葉ですので、そのまま使い覚えてもらいます。難しい言葉に* マークをつけて、やさしい言葉で説明します。
- 2 「聞くのもいいでしょう」⇒「聞きます」、 「保健医療に関する問い合わせに相談員が応じます」⇒「体・病気の 問題や 心配に 答えます」
 ≪1 語の動詞にしてズバリ言い切る方が分かり易くなります≫
- 3 「平日」⇒「月曜日から 金曜日」≪具体的な曜日を使います≫

原文 2-4

◆医療機関を利用するには

日本の医療機関は、当日の受付順での診察がほとんどですが、あらかじめ日時を決める予約制のところもあります。総合病院では、診察時間が午前中だけの場合もありますので、前もって確認しましょう。

* 医療機関に持って行くもの

- ・健康保険証：忘れると全額自己負担となるので気をつけましょう。
- ・身分を証明するもの：外国人登録証明書やパスポートなどの提示を求められることがあります。
- ・服用している薬：薬の説明書などでも大丈夫です。
- ・お金：診療費の支払いは、現金のところが多いです。

リライト文 2-4

3) 病院へ 行く 時

- ・病院へ 電話したり、ホームページで 時間を 見ます。
- ・予約を する 病院が あります。
- * 予約：前に 時間を 決める こと

(1) 病院へ 持って 行く もの

① 健康保険証 (写真添付)

(ない 時は お金を たくさん 払います)

② 身分証明書 (在留カード・パスポートなど)

③ 今、飲んで いる 薬・薬の ことを 書いた 紙 (写真添付)

④ お金 (クレジットカードは あまり 使う ことが できません)

アドバイス 2-4

- 1 「病院へ 持って いく もの」の内容は、見やすく番号を振って箇条書きにします。
- 2 「前もって確認しましょう」 ⇒ 「病院へ 電話したり、ホームページで 時間を 見ます」《具体的な行動で表します》
- 3 「忘れると全額自己負担となるので気を付けましょう」 ⇒ （ない時は、お金を たくさん 払います）
《読み手目線で必要な情報です。（ ）を付けて分かり易く説明します》
- 4 「外国人登録証明書」⇒ 「在留カード」《リライトするときには、制度の変更や状況の変化がないか確認し修正します》
- 5 「診療費の支払いは、現金のところがほとんどです」⇒ 「クレジットカードは あまり 使う ことが できません」
《現金払いが 多いので、内容を読み手目線で言い換えます》

コラム(2) ☆リライトに用いた記号など☆

リライトで用いる記号や住所・電話番号などの記載の仕方は、
文書内で統一するようにします。
本冊子のリライトで用いた記号の意味は右記のとおりです。

- ◇ * ○○○： 語彙の意味を簡単な言葉で説明したもの。
(例) * 納税：税金を 払う こと
- ◇ (写真添付) 実際のサイト上では写真が表示されます。
- ◇ □ ウェブサイトを示します。実際のサイト上では
リンクがはられます。
- ◇ “・” (ナカゴロ) “または”、“と”の意味を表します。
(例) 電話・インターネット
- ◇ → 順序や時間の経過を表します。

原文 2-5

* 診察を受けるには

[初診のとき]

- ①受付に健康保険証を出します。初めての診察であると伝えましょう
- ②問診票に、どんな症状があるのかや、これまでかかった病気などを書き込みます。
- ③待合室で待ちます。

- ④名前を呼ばれたら、診察室に入って診察を受けます。必要に応じて、検査や処置が行われます。
- ⑤診察が終わったら、待合室に戻って待ちます。
- ⑥名前を呼ばれたら、受付で健康保険証、診察券、薬の処方せんを受け取り、お金を払います。このとき渡される領収書は保管しておきましょう。

リライト文 2-5

(2) 医者が 体を 診めます

[初めてのとき]

①受付に健康保険証を出します。

②「初めてです」と言います。

③問診票 (写真添付) を書きます。

例：頭が 痛い です。

〇〇月〇〇日から 痛い です。

40 歳の とき 〇〇の 病気に なりました。

④待合室で 待ちます。

* 待合室：病気・けがの 人が 待つ 部屋

⑤病院の 人が あなたの 名前を 呼んだ とき、診察室に 入ります。

* 診察室：医者が 病気・けがを 診る 部屋

⑥医者が 体を 診めます。そして、いろいろ 必要な ことを します。

⑦診察が 終わった 後、待合室で 待ちます。

⑧病院の 人が 名前を 呼びます。受付で健康保険証・診察券 (写真添付) ・

薬の 処方せん (写真添付) を もらいます。

⑨お金を 払います。

⑩領収書を もらいます。領収書は とても 大切ですから、捨てません。

[再診のとき]

受付に診察券と健康保険証（その月、初めて受診する場合）を出します。

*薬を手に入れるには

- ①調剤薬局に行って、処方せんを出します。
- ②名前を呼ばれたら、薬を受け取り、お金を払います。
薬は、医療機関内の薬局で受け取る場所もあります。

りょうしゅうしょ なに かね はら
* 領収書：何に お金を 払ったか わかる 紙

さいしん とき
[再診の 時]

さいしん おな びょうき また しんさつ う
* 再診：同じ 病気で また 診察を 受ける こと

うけつけ しんさつけん ほけんしょう だ
受付に 診察券・保険証を 出します。

くすり
(3) 薬

くすりや い
①薬屋（写真添付）へ 行きます。

しょうほう だ くすり
②処方せんを 出して、薬を もらいます。

かね はら りょうしゅうしょ
③お金を 払って、領収書を もらいます。

りょうしゅうしょ す
(領収書を 捨てません。)

びょういん くすり
・ 病院で 薬を もらう ことが あります。

アドバイス 2-5

- 1 「初めての診察ですと伝えましょう」 ⇒ 「『初めてです』と 言います」《実際に使う言葉で説明します》
- 2 「問診票を書きます。例：頭が 痛いです。〇〇月〇〇日から 痛いです。40歳の とき 〇〇の 病気に なりました」
《原文にはありませんが、実際にどんなことを書けばいいか、具体的な例を挿入します》
- 3 「その月、はじめて受診する場合」を削除します。《健康保険証はいつも携行した方がいいからです》
- 4 「このとき渡される領収書は保管しておきましょう」 ⇒ 「領収書を もらいます。領収書は とても 大切ですから、捨てません」
《理由を付け加えると分かり易くなる例です》
「保管しておく」 ⇒ 「捨てません」《反対の意味の言葉に置きかえて分かり易くします》

原文 2-6

◆医療機関で注意すること

- ・診察や治療のやり方は国や文化によって異なります。わからないこと、不安なことがあったら、遠慮せずに確認しましょう。
- ・食べ物や薬に対するアレルギーがあったり、宗教上の理由などにより日常生活や治療について制限がある場合には、前もって受付や看護師などに伝えてください。
- ・正確な診断を受けるためには、医師との十分なコミュニケーションが大切です。日本語に不安がある場合は、日本語のわかる人と一緒に病院へ行きましょう。

また、下記のサイトには、多言語の問診票が掲載されていますので、病気やけがの症状などを医師に伝えるときにご利用ください。

- 多言語医療問診表（財団法人かながわ国際交流財団）
- 多言語問診票（横浜市港南国際交流ラウンジ）

リライト文 2-6

4) 気を つけて ください

- ・診察・検査は、国で 違います。
- ・わからない ことや、心配な ことは 病院の 人に 聞きます。
- ・食べ物や 薬に アレルギーが ある 時、宗教で できない ことが ある 時、病院の 人に 言います。
- ・日本語が よく わからない 人は、わかる 人と 一緒に 病院へ 行って ください。
- ・外国語の 問診票 の サイトです。
- 財団法人かながわ国際交流財団 多言語医療問診表
- 横浜市港南国際交流ラウンジ 多言語問診票

アドバイス 2-6

- 「～が あつたら」、「～が ある場合には」 ⇒ 「～が ある 時」
- 「遠慮せずに確認しましょう」 ⇒ 「病院の 人に 聞きます」
 ≪「確認する」 ⇒ 「聞きます」、「～ましょう」という文末表現は曖昧なので避けます≫
- 「宗教上の理由などにより日常生活や治療について制限がある場合には」 ⇒ 「宗教で できない ことが ある 時」
- 「受付や看護師などに伝えてください」 ⇒ 「病院の 人に 言います」≪日本語文では「など」という言葉はよく使われますが、削除します≫

3：住宅・家賃・引っ越し

原文 3-1

◆家の種類・探し方

*民間の賃貸住宅

- ・民間の借家やアパートを探すときは、不動産屋を利用すると便利です。家賃、広さ、交通手段などの希望を言うと、それに合った借家やアパートを紹介してくれます。
- ・家を借りる時には、家賃のほかに敷金、礼金、不動産屋へ払う仲介料など、家賃の5～6ヵ月分がかかることがあります。
- ・敷金とは入居する物件の家主に対して預けておく保証金のようなもので原則として退去する時に戻ってきます。普通に使用して生じる程度の汚れや傷については、貸主が負担するのが原則です。国民生活センター・消費生活センターに、敷金のトラブルを相談することもできます。また、国土交通省は原状回復をめぐるトラブルとガイドラインを策定し業界への指導、紛争の防止にあたっています。東京都都市整備局では、賃貸住宅紛争防止条例を制定しています。

アドバイス 3-1

- 1 「不動産屋を利用すると便利です」 ⇒ 「不動産屋へ 行きます」《文末を一語に》
- 2 「家賃」「敷金」「礼金」「仲介料」は専門用語ですが、そのまま使わないとかえって混乱します。 * をつけて、意味を説明します。

リライト文 3-1

1) 家の種類・探し方

・家や アパートを 借りる 時は 不動産屋へ 行きます。

そして、不動産屋に お金・広さ・場所を 言います。

* 不動産屋：借りる 家・アパートを 教えます。

・家を 借りる 時は 家賃と 敷金・礼金・仲介料を 払います。

始めは 全部で 家賃の 5 か月分 から 6 か月分 ぐらいです。

* 大家：家を 貸す 人

* 家賃：家・アパートを 借りる お金

* 敷金：家を 貸す 人に 預ける お金、ふつうは 出る 時に 返って きます。

* 礼金：住む 時 始めに 家を 貸す 人に あげる お金

* 仲介料：不動産屋に 払う お金

- 3 敷金のトラブルについての説明は、詳しくてかえって理解されないので、省略します。
「敷金の問題は 国民生活センターに 聞きます」《この 1 文だけを取り上げて、後で追加します》
- 4 「トラブル」「ガイドライン」 ⇒ カタカナ語はできるだけ避けます。カタカナの言葉は英語圏、非英語圏の双方に分かり難いのです。
- 5 「～など」「～することがあります」「～することもできます」「原則として」「普通は」といった含みを持った曖昧な表現は避けます。

原文 3-2

- ・敷金に関するトラブルが多いので、日本語が読めない人も日本人に読んでもらうなどして、契約書はかならずしっかり読んでおきましょう。
- ・礼金とは家主に対して支払う入居金のようなもので、家賃の1～2ヵ月分が一般的です。敷金のように戻ってくることはありません。最近では礼金が“いらない”物件も出てきています。
- ・契約する時は、原則として保証人が必要です。
 - 国民生活センター
全国の消費生活センター

リライト文 3-2

- ・敷金で問題がよくあります。
- ・日本語がわからない時はよくわかる人に聞きます。そして契約書をよく読みます。
 - * 契約：貸す人と借りる人の約束
 - * 契約書：契約の紙
- ・敷金の問題は国民生活センターに聞きます。
- ・礼金は1か月分から2か月分です。家から出る時そのお金は返ってきません。
- ・契約する時保証人がいます。
 - * 保証人：問題があった時助ける人
 - 国民生活センター 全国の消費生活センター

アドバイス 3-2

- 1 敷金についての 1 文を、3 つの文に分けます。
- 2 「日本人に読んでもらうなどして」 ⇒ 「よく わかる 人に 聞きます」《分かり易く書き換えます》
- 3 「敷金のように戻ってくることはありません」 ⇒ 「家から 出る とき、その お金は 返って きません」

原文 3-3

*公営住宅

- ・公営住宅の入居申し込み時期は決められています。
- ・公営住宅は抽選にあたらないと入居できません。
- ・申し込むには収入などの制限があります。

*学生寮、留学生寮、日本企業の社員寮、ホームステイ

- ・留学生が利用できます。部屋の数が限られていて、入寮資格が定められていることが多いので、在学先の担当窓口で相談してください。

リライト文 3-3

(1) 公営住宅

* 公営住宅：国・都・区・市などが 貸す 家・アパート

・申し込む 日が 決まっています。

・申し込む 人が 多い 時は 抽選が あります。

* 抽選：多くの 人から 決めます。

・お金が たくさん ある 人は 入る ことが できません。

(2) 学生寮・留学生寮

・留学生は 大学に 聞きます。

アドバイス 3-3

- 1 「決められています」 ⇒ 「決まっています」《受身形は使いません》
- 2 「抽選に当たらないと入居できません」 ⇒ 「申し込む 人が 多い 時は 抽選が あります」
《二重の否定表現は分かり難いので、肯定表現に書き換えます》
- 3 学生寮、留学生寮については、前段の説明文は省略し「留学生は 大学に 聞きます」とします。

原文 3-4

◆引っ越すときの手続き

*今住んでいる家の賃貸契約を解約する

- ・賃貸住宅に住んでいる人は、解約希望日の1～2カ月前に、家主に引っ越すことを知らせる必要があります。

*引っ越し業者への依頼

- ・日本には多くの引っ越し業者があります。業者に頼む場合は、複数の業者から見積もりをしてもらうといいでしょう。
- ・自分たちで引っ越しする場合は、レンタカー会社で車を借りることができます。

*引っ越しの連絡

- ・住所が変わることを、次のところに連絡してください。
 - ・電気、ガス、水道
 - ・電話（ほかの電話会社と契約している場合は、その会社にも連絡する）
 - ・郵便局
 - ・銀行などの金融機関
 - ・子どもの転校（転出）手続き（小・中学校）
 - ・区市町村で転出届を出し、転出証明書を発行してもらいます。そのとき、印鑑登録証、国民健康保険証、介護保険の被保険者証なども役所に返します。

リライト文 3-4

2) ひっこし

- ・引っ越す時は1か月から2か月前に不動産屋に言います。

(1) ひっこしを頼む時

- ・引っ越しの仕事をすることはたくさんあります。いくら払うか調べます。そしていい会社を探します。
- ・レンタカー会社で車を借りて自分で引っ越すこともできます。

* レンタカー会社：車を貸す会社

(2) ひっこしの時

- ・住所が変わる時、知らせます。

① 役所

- ・転出届を出します。
- ・転出証明書をもらいます。
- ・保険証・印鑑登録証などを返します。

② 電気・ガス・水道の会社に言います。

③ 郵便局・銀行に新しい住所を言います。

④ 子どもの学校に言います。

◆引っ越した後の手続きなど

*引っ越した後は、次の手続きを行います。

- ・電気、ガス、水道、電話等

ガスはあらかじめ開栓工事の時間を予約し、必ず新居で立ち会えるようにしておきます。

電気・水道はすぐ使用できることが多いので、新居に置いてある「入居連絡用はがき」に必要事項を記入してポストに投函しましょう。

- ・転校（転入）手続き（小・中学校）
- ・引っ越すときに受け取った転出証明書と名前の確認できるものを持って、新しい住所の区市町村役場に転入届を出します。
（転居後 14 日以内）国民健康保険や国民年金に加入している人は、移転先の区市町村の役所に加入届を提出してください。
- ・外国人登録（転居後 14 日以内）
- ・印鑑登録
- ・自動車運転免許証（住所変更の手続き）

(3)引っ越ししたあとで

- ・手続きをします。

①役所

- ・新しい住所の役所に 14 日以内に転入届を出します。

- ・転出証明書・在留カードを出します。

- ・印鑑登録をします。

- ②国民健康保険・国民年金に入っている人は、14 日以内に役所に加入届を出します。

- ③子どもが入る新しい学校を聞きます。

- ④ガスの会社に電話します。

- ⑤電気・水道はすぐに使うことができます。新しい家にある「入居連絡用はがき」を書いて出します。

- ⑥運転免許証の住所を変えます。在留カードを持って近くの警察へ行きます。

アドバイス 3-4

- 1 引っ越すときには、することがたくさんあります。ここでは、(1)引っ越しを頼む時 (2)引っ越しの時 (3)引っ越した後 と内容を整理し箇条書きにし、必要な手続きの見落としを防ぐよう書き換えます。
- 2 「家主に引っ越すことを知らせる必要があります」 ⇒ 「不動産屋に 言います」 ≪「家主」を一般的に対応する「不動産屋」に換えます≫

- 3 「複数の業者から見積もりをもらおうといいでしょう」 ⇒ 「いくらか 払うか 調べます。そして いい 会社を 探します」
 ≪元の文の意味するものを分かり易くします≫
- 4 「名前の確認できるもの」 ⇒ 「在留カード」≪具体的なもので示します≫
- 5 運転免許証（住所の変更手続き） ⇒ 「運転免許証の 住所を 変えます。在留カードを 持って 近くの 警察へ 行きます」
 ≪運転免許証の変更手続きの場所と持ち物の説明を付け加えました。必要な情報は原文になくても付け加えます≫

原文 3-5

◆トラブルを防ぐために

入居中は、次のことに注意しましょう。

- ・ 大家に無断で家族や友人を同居させたり、他人に貸したりしてはいけません。
- ・ 壁に釘を打ったり、部屋を改造してはいけません。
- ・ 大声を上げたり足音を響かせたりしないようにしましょう。
- ・ ゴミは地域のルールを守って出してください。
- ・ 誰もが気持ちよく暮らすためには、マナーを守ることがもっとも大切です。
 近所に住む人達と積極的にコミュニケーションをとって、楽しく安全に暮らせるよう心がけましょう。

リライト文 3-5

- (3) 問題が 起きますから 注意 します。
- ・ 家族・友だちと 一緒に 住む 時は 必ず 不動産屋に 言います。
 - ・ ほかの 人に 貸す ことは だめです。
 - ・ 壁に 釘を 打つ ことは だめです。
 - ・ 家の 中を 変える ことは だめです。
 - ・ 大きい 声や 大きい 音を 出しません。
 - ・ ごみを 出す 時は ルールを 守ります。

アドバイス 3-5

- 1 「大家に無断で家族や友人を同居させたり、他人に貸したりしてはいけません」 ⇒ 「家族・友だちと 一緒に 住む 時は 必ず 不動産屋に 言います。ほかの 人に 貸す ことは だめです」≪禁止文を「必ず 言います」「だめです」と肯定文に書き換えます≫
- 2 「誰もが・・・心がけましょう」は、情報伝達文としては、そぎ落とします。

4 小学校・中学校

原文 4-1

小学校・中学校

小学校と中学校は**義務教育**なので、入学する年齢になる日本国籍の子どものいる家庭には、1月末までに**住民票**のある**地域**の**役所**から**入学に関する案内**が届き、この案内にしたがって、**健康診断**など**入学**のための**準備**を**すすめ**ます。

ただし、外国人にはこの**義務**はありませんから、**日本人**と同じようにこの**通知**が来るとは**限り**ません。**入学**を希望する場合は、外国人**就学申請**をする**必要**があります。学校に行く年齢になる前に**あらかじめ申請**をして**おけば就学通知**が届きますので、**指定された日**までに**区市町村**の**役所**へ、**就学通知**や子どもの**外国人登録証明書**を持参して**手続き**を**行い**ます。

アドバイス 4-1

- 1 「外国人の場合、日本人と同じように入学に関する通知が来るとは限りません」と書いてあるので、＜日本人の 子ども＞と＜外国人の 子ども＞とはっきり分けて見出しを付けます。
- 2 入学の手続きがそれぞれできるよう、手順を矢印で示し、分かり易くします。
- 3 1文がとても長いので、いくつかの文に分けて、分かり易く流れをつかみます。

リライト文 4-1

＜**日本人**の 子ども＞

義務教育の **小学校**と **中学校**に **入学**します。

子どもの **家庭**に **役所**から **入学**の **お知らせ**が きます。

10月の **終わりごろ**までに **入学**の **こと**や、**健康診断**の **こと**を **知らせ**ます。

* **健康診断**： **体**や **病気**の **こと**を **医者が** **調べ**ます。

＜**外国人**の 子ども＞

役所から **入学**の **お知らせ**が **こない** **こと**が **あり**ます。

日本の **学校**へ **行きたい** **時**、**役所**へ **行**きます。

入学したいと **言**います。

↓

「**入学**の **お知らせ**」が **き**ます。

↓

お知らせの **日**までに **役所**へ **行**きます。

その **時** 「**入学**の **お知らせ**」と、子どもの **在留カード**・**外国人登録証明書**を **持**って **行**きます。

原文 4-2

公立の場合、**学費**は基本的にかかりませんが、**給食費**などの**経費**は必要になります。

・ほとんどの**公立の小・中学校**は入学試験を受けることなく入学できます。

・国籍を問わず16歳以上の**都内在住または在勤**の方が入学できる**公立中学校の夜間学級**もあります。**本国**で小学校や中学校を卒業することができなかった方が入学できます。**学力**や**費用**などの心配はほとんどありません。

このほか、詳しい情報については、住んでいる**地域の教育委員会**や**役所**に問い合わせましょう。

□ **東京都教育委員会 区市町村教育委員会所在地一覧**

□ **東京私立初等学校協会 東京の私立初等学校情報**

□ **東京私立中学高等学校協会 東京の私立中学校・高等学校情報**

□ **東京都教育委員会 公立中学校の夜間学級**

※新しい**在留管理制度**および**外国人住民の住民基本台帳制度**の施行にともない、関連する項目に変更が見込まれます。

リライト文 4-2

＜公立こうりつしょうがっこう小学校・中学校ちゅうがっこうの お金かね＞

・**学費**がくひは **払**はらいませんが **給食**きゅうしょくの お金かねなどを **払**はらいます。

* **学費**がくひ：学校で 勉強する **ため**ための お金かね

* **給食**きゅうしょく：学校で みんなで いっしょに 食べる **食事**しょくじ

・ふつう **公立**こうりつの **小学校**しょうがっこう・**中学校**ちゅうがっこうは 入る **時**とき **試験**しけんを しません。

＜公立こうりつちゅうがっこう中学校の 夜間学級やかんがっきゅう＞

・自分の **国**くにで **小学校**しょうがっこうや **中学校**ちゅうがっこうを **卒業**そつぎょうしなかった **人**ひとが、夜 **勉強**べんきょうする **学校**がっこうです。

・16歳 **以上**さい いじょうの **人**ひと・**都内**とないに 住んで いる **人**ひと・**都内**とないで **働**はたらいて いる **人**ひとが 行きます。

・**学費**がくひは とても **安**やすいです。

・入る **時**とき、**日本語**にほんご・**勉強**べんきょうの **こと**ことは **心配**しんぱいないです。

もっと **知りたい**し **時**ときは 住んで いる **ところ**ところの **教育委員会**きょういくいいんかい・**役所**やくしょで **聞き**きます。

□ **東京都教育委員会 区市町村教育委員会所在地一覧**

□ **東京都教育委員会 公立中学校の夜間学級**

アドバイス 4-2

- それぞれの文のかたまりに何が書いてあるかが一目でわかるよう、＜公立小学校・中学校の お金＞＜公立中学校の 夜間学級＞と見出しを付けて、箇条書きにします。
- 「入学試験を受けることなく入学できます」 ⇒ 「入る 時、試験を しません」《従属節と主節の述語を入れ換えます》

V リライトの文例

リライトの参考例として 11 のテーマを取り上げました。
その原文とリライト文を並列表記しました。

1 テレビ・ラジオ

原 文	リライト文
テレビ ・日本には、視聴者から受信料を集める NHK、企業から CM 料金を集める民間放送、加入者から視聴料を集める有料放送という 3 種類の放送局があります。 ・テレビを持っている人は、NHK の受信料を払うことが法律で決められています。 □：NHK 受信料 ・テレビの放送にはアナログ放送とデジタル放送があります。2011 年 7 月にアナログ放送はすべて終了し、地上デジタル放送「地デジ」のみとなりました。 □：総務省 地上デジタル放送のご案内 ・ワンセグはおもに携帯電話向けの地上デジタル放送です。テレビと同じ放送が主流ですが、2008 年よりワンセグ向けの専用番組もスタートしています。ワンセグ受信機には、携帯電話型のほか、車載型、ポータブル型、ノートパソコン型など、さまざまなタイプが登場しています。 ラジオ ラジオ放送には AM 放送と FM 放送などがあります。ラジオは乾電池が使える受信機も多いため、災害時の情報収集にも役立ちます。	てれび テレビ てれび も ひと みな えぬえいちけい かね はら ・テレビを 持って いる 人は 皆 NHK に お金を 払います。 ゆうりょうほうそう とくべつ ほうそう み ひと かね はら 有料放送（特別な 放送）を 見る 人は お金を 払います。 けいたいでんわ くるま てれび ぼーたぶるてれび のーとばそこん てれび ・携帯電話・車の テレビ・ポータブルテレビ・ノートパソコンで テレビ を 見る ことが できます。「ワンセグ」と 言います。「ワンセグ」 だけの ばんぐみ ぶろぐらむ も あります。 らじお ラジオ えいえむ えふえむ ・AM や FM が あります。 でんち らじお じしん にゅーす き ・電池の ラジオは、地震などの ときも ニュースを 聞く ことが できます。

2 バイク・自転車

原 文	リライト文
◆バイク・自転車 *中型バイク、原付バイク、自転車の登録 ・中型バイクは陸運局で、原付バイク（スクーター）は区市役所・町村役場で、自転車は自転車販売店で登録します。 *自転車の防犯登録 ・自転車には防犯登録が義務づけられています。自転車を買う店で防犯登録をしてください。 *運転のルール ・自転車とバイクの運転ルールは車と同じです。交通規則を守って運転してください。 *自転車と道路 ・自転車は自動車と同じく左側通行です。 ・自転車は車道の左端を一人で走ります。ただし、自転車が通行できる標識のある歩道や自転車専用の道路は通行できます。 ・車道を走ることが危険な場合も歩道を通行することができますが、歩道では歩行者が優先です。歩いている人の邪魔になる時は、一時停止、または自転車から降りてください。	ば い く じてんしゃ バイク・自転車 (1) 中 型 バイク、原付バイク（スクーター）、自転車を 買った 人は、 登録します。 ちゅうがた ば い く りくうんきょく とうろく 中 型 バイクは、陸運局で 登録します。 げんつきば い く す く ー た ー くやくしよ しゃくしよ とうろく 原付バイク（スクーター）は、区役所・市役所で 登録します。 (2) 自転車の 防犯登録 じてんしゃ か みせ かなら ぼうはんとうろく 自転車を 買った 店で 必ず 「防犯登録」を します。 (3) 自転車・バイク る ー る くるま おな ルールは 車と 同じです。 る ー る まも うんてん ルールを 守って 運転します。 (4) 自転車と 道 じてんしゃ みち ひだりがわ はし 自転車は 道の 左 側を 走ります。 ひょうしき ほどろ はし 標 識（写真添付）が ある 歩道は 走る ことが できます。 しかし、人が 一番 大切ですから、人に 気を つけます。 ある ひと おお と き じてんしゃ お 歩いて いる 人が 多い 時は 自転車から 降ります。

*放置禁止区域

- ・駅前など、放置禁止区域内（標識で表示）に自転車やバイクを置いておくと、保管場所に移されます。
- ・引取りの際には、身分証明書と撤去保管費用が必要となります。

(5) 「ほうちきんしくいき放置禁止区域」

* ほうちきんしくいき放置禁止区域：ばいくバイク・じてんしゃ自転車を とめるとめる ことがことが できないできない
ところところ

えき駅の ちか近く・「ほうちきんしくいき放置禁止区域」に ばいくバイク・じてんしゃ自転車を とめませんとめません。

ばいくバイク・じてんしゃ自転車は ほかんばしょ「保管場所」に い行きます。

ほかんばしょ「保管場所」に ばいくバイク・じてんしゃ自転車を と取りに い行きます。あなたは

ざいりゅうかーど在留カードと かねお金を も持って い行きます。

3 妊娠・出産

原 文	リライト文
妊娠、出産に関するいろいろな手続きや届け出、相談窓口や手当で・助成金などはさまざまなものがそろっていますので、しっかりチェックしておきましょう。詳しくは、区市町村の役所に問い合わせてください。 ●手続き、届け出 妊娠がわかったら、住んでいる区市町村の役所に届けることで、さまざまなサポートが受けられます。ここでは、妊娠、出産にかかわる届け出や手続きをとりあげました。 妊娠届 妊娠がわかったら、早めに住んでいる区市町村の役所に届け出をしましょう。これにより、母子健康手帳、母と子の健康バッグが交付されます。母と子の健康バッグには、妊娠中の健康診査の受診票、出生通知票、母親学級の案内などが入っています。	にんしん しゅっさん とき 妊娠・出産の 時 にんしん しゅっさん とき とき 妊娠や 出産で わからない 時、こまった 時、いろいろな ことを やくしょ き 役所で 聞きます。 かね そうだん お金の ことも 相談する ことが できます。 にんしん あか * 妊娠：赤ちゃんが おなかに できる こと しゅっさん あか う * 出産：赤ちゃんが 生まれる こと ふ じ ん か さ ー ち け あ ・ わ ー る ど □ 婦人科サーチ、ケア・ワールド にんしんとどけ 1 妊娠届 にんしん とき やくしょ とど だ 妊娠した 時、役所に 届けを 出します。 やくしょ ぼ し けんこうてちょう はは こ けんこうば っ ぐ そして、役所で 「母子健康手帳」と 「母と子の健康バッグ」を もらいます。 とど やくしょ い やくしょ かみ か だ * 届け：役所に 行って、役所の 紙に 書いて 出します。

母子健康手帳

妊娠中の母親の健康状態、妊娠の経過、出産の状況のほか、生まれた子どもが小学校に入るまでの健康状態や発育、予防接種の履歴などを記録する手帳です。妊娠届を提出すれば、区市町村の役所で交付されます。なお、有料になりますが、財団法人母子衛生研究会が企画、編集している、日本語と外国語、2ヶ国語で書かれている母子健康手帳もあります。対応言語は英語、韓国・朝鮮語、中国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、インドネシア語、スペイン語の8ヶ国語です。

□ 株式会社母子保健事業団 多言語手帳

2 母子健康手帳（母子手帳）

お母さんと 子どもの 体のこと、出産、予防接種などを 書く ノートです。

外国語の 母子手帳も あります。お金を 払いますが、英語、韓国・朝鮮語、中国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、インドネシア語、スペイン語の手帳も あります。

* 予防接種：病気に ならないように 注射を したり、薬を 飲んだり します。

□ 株式会社母子保健事業団 多言語の母子手帳

3 母と子の健康バッグ

バッグの 中に「健康診査の受診票」「出生通知票」「母親学級のご案内」が あります。

* 受診票：健診の 時、病院に 出す 紙

4 健康診査（健診）

ときどき 病院で お母さんと おなかの 中の 赤ちゃんの 体を 調べます。

病院に 「受診票」を 持って 行きます。

役所が 健診の お金を 払う ことが あります。

妊娠の 時の 病気は、役所が お金を 払う ことが あります。

病気の 時 役所に 相談します。

出生届

出生届は、出生日を含めて14日以内に区市町村の役所に提出します。両親の国籍にかかわらず、日本で出産した場合は、届け出が必要です。出生地、本籍地、住所地のいずれかの役所に提出してください。ただし、役所へ提出する人は代理人でもかまいません。出生届には子どもの名前を記入するため、この日までに名前を決めなくてはなりません。名前に使える字は、ひらがな、カタカナのほか法務省の定めた「子の名に使える漢字」にある漢字となります。

❑ 法務省ウェブサイト 子の名に使える漢字

出生通知票

出生届とは別に、住民票をおいてある地域の保健所・保健センターに提出します。出生通知票は母と子の健康バッグに入っています。出生通知票が届くと、保健所・保健センターから新生児訪問、乳幼児健康診査や予防接種のお知らせなどの案内があります。

5 母親学級

妊娠、出産、子どもを育てる話を聞きます。

妊娠した人や家族が行きます。

母親学級の予定（いつ、どこで）は、「母と子の健康バッグ」にあります。

しゅっさん 出産のあと

1 出生届

赤ちゃんが生まれてから14日以内に「出生届」を役所にだします。

お父さん、お母さんが外国人でも出します。

届けの赤ちゃんの名前の漢字は決まっています。

届けを出す時、出生証明書、母子健康手帳、健康保険証、親の印鑑（はんこ）を持って行きます。

* 出生証明書：お医者さんが書きます。

❑ 法務省ウェブサイト 子の名に使える漢字

2 出生通知票

「母と子の健康バッグ」にあります。

保健所か保健センターに郵便で出します。

出したあとでいろいろなお知らせをもらいます。

●定期健診など 妊婦健康診査 妊娠中は定期的に健康診査を受けると良いでしょう。区市町村では、検査費用の一部を助成する制度を実施しています。公費負担の回数は各区市町村によって異なるため、お住まいの区市町村の役所へお問い合わせください。受診票が母と子の健康バッグに入っています。 医療費給付 妊婦健診で、妊娠により引き起こされた異常などが見つかった場合、委託医療機関 で公費負担により更に詳しい診察を受けることができます。また、妊娠高血圧症候群、糖尿病、貧血、産科出血、心疾患などにかかっている、入院して治療を受ける必要がある人で認定基準を満たす場合は医療費を援助する制度があります。 詳しくは区市町村の役所や保健所に問い合わせてください。 ●相談、手当て・助成金 妊娠、出産について、わからないこと、困ったことなどがあるときに相談できる機関や情報を得るのに役立つウェブサイトを取りあげました。また、支給される手当てや助成金などについての情報もあります。 * 相談* 妊娠中や出産時の生活についての不安や疑問を解消するために、妊婦をサポートする制度があります。以下にあげたものも、それぞれの内容は区市町村によって少しずつ違いがありますし、このほかにも地域で独自の制度を設けているところもあります。詳しい内容については住んでいる区市町村の役所に問い合わせてください。 妊婦訪問事業 区市町村から委託を受けた保健師、助産師が妊婦の家庭を訪問。妊娠中の生活へのアドバイスをしたり、相談を受けたりします。 妊婦保健指導 経済的な理由により、保健指導を受けにくい状況にある妊婦に対し、病院で必要な保健指導を受ける機会も提供しています。生活保護による被保護世帯と、区市町村民税非課税の世帯が対象です。	「3 妊娠・出産」の項目全体を時系列に並べ換えました。原文では、届け出、手続き、手当・助成金などと種目別に記載されていますが、母親の立場に立って、妊娠してから出産するまでに、いつ、何をしなければならぬかを順序立ててリライトしました。 以下の文はこれまでの文中に含めました。
---	--

母親学級

区市町村が主催する母親のための教室です。妊娠、出産、育児についての情報提供のほか、育児仲間を作る場としての役割もあります。地域によっては父親学級、両親学級などを開催している場合もあります。母と子の健康バッグに地域の開催予定表が入っている場合もあります。詳しくは、お住まいの区市町村の役所に問い合わせてください。

以下は妊娠、出産についての情報が載せられているウェブサイトです。

❑ 産婦人科サーチ

日本全国の産婦人科の病院が検索できるサイトです。

❑ Care the World ケア・ワールド

主に日本以外の海外での出産についての情報サイトですが、妊娠、出産について細かく説明してあります。英語ページもあり、日本での出産についても書かれています。

* 手当・助成金など*

出費の多い妊娠、出産を経済的にサポートする手当や助成金があります。

助産費用

経済的に出産費用の支払いが難しい場合、費用の一部または全額について援助が受けられます。また、費用負担なく出産できる指定助産施設を指定している区市町村もあります。いずれも所得制限などがありますので、詳しくは住んでいる区市町村の福祉事務所に問い合わせてください。

区市町村によりサポート内容、申請方法その他が異なる場合もありますので、詳しくは役所に問い合わせてください。

❑ 東京都福祉保健局 入院助産

4 育児

原 文	リライト文
子育てを支援するため、さまざまなサービスやサポートがあります。ここでは主に公共のものを中心に、相談やサポートのための施設やシステム、経済的援助についてとりあげました。また、保育園や幼稚園などについての情報を集めてあります。 ●定期健診など 定期健康診査 3～4 か月、6～7 か月、9～10 か月、1 歳 6 か月、3 歳のときにそれぞれ発達の様子や健康状態をチェックする健診が無料で受けられます。身長や体重などの測定、医師による診察のほか、相談にも応じます。 ●相談、手当て・助成金 子育てに慣れないお母さんのために、相談を受け付けたり、育児のサポートをしてくれる施設やシステムもあります。また、何かと出費の多い育児を補助する手当てなどの制度もあります。 * 相談* 子育てについての疑問や不安を解消するために、また、母子の健康を守るためにさまざまなサポートの制度がありますので、以下にまとめました。 新生児訪問 原則として生後 28 日までに、区市町村から委託を受けた助産師、保健師が家庭を訪問し、赤ちゃんの世話や病気の予防、日常生活についての相談を受けたりアドバイスをします。詳しくは区市町村の役所に問い合わせてください。	ていきけんこうしんさ ていきけんしん 1 定期健康診査（定期健診） あか げつ げつ げつ さい げつ さい 赤ちゃんが 3～4 か月、6～7 か月、9～10 か月、1歳6 か月、3歳の とき げんき いしゃ み そうだん かね 時 元気か どうか、お医者さんが 診ます。相談も できます。お金は はら 払いません。

先天性代謝異常検査

生後 5～7 日に生まれた病院で赤ちゃんのかかとかから血液を採って検査します。特定の疾患がある場合、早期に発見・治療することにより、心身の発達の妨げとなる病気などを防ぐことができることから行われるものです。結果は出産した医療機関の主治医等からお知らせします。

児童相談所

子どもの問題について全般的に相談に応じる機関です。保護者や関係者からの電話、または窓口での相談に応じるほか、相談員が家庭を訪問する場合もあります。子どもに病気や障害などがある場合、また、虐待などで 保護が必要な場合などにも対応します。

- 東京都児童相談センター・児童相談所
子育てについての情報が掲載されているウェブサイトです。
- 東京都保健福祉局 出産・子育て便利帳 困った時の相談窓口

* 手当・助成金など*

子育て中の家庭向けに行われている、費用的な援助がいくつかあります。申請は基本的に住んでいる地域の役所へ届け出ます。区市町村により申請方法その他が異なる場合もありますので、詳しくは役所に問い合わせてください。

児童手当

15 歳になった最初の 3 月 31 日までの子どもを養育している方に支給される手当です。子ども 1 人につき、3 歳未満は月額 15,000 円、3 歳以上は月額 10,000 円が支給されます。所得制限はありません。

2 児童相談所

いろいろな ^こ子どもの ^{もんだい}問題を ^{そうだん}相談する ところです。^{でんわ}電話でも ^{そうだん}相談 ^{じどうそうだんじょ}できます。児童相談所の ^{ひと}人が ^{いえ}あなたの ^い家に ^い行くこともあります。

- ^{とうきょうとじどうそうだん}東京都児童相談センター・^{せ ん た い}児童相談所
^{こそだ}子育ての ^{さいと}サイト
- ^{とうきょうとほけんふくしきょく}東京都保健福祉局 ^{しゅつさん}出産・^{こそだ}子育て便利帳 ^{べんりちよう}
^{こま}困った ^{とき}ときの ^{そうだんまどぐち}相談窓口

3 子育ての 手当

^こ子どもを ^{そだ}育てる ^{かね}お金を ^{やくしょ}役所が ^だ出します。

(1) 児童手当

^こ子どもを ^{そだ}育てて ^{ひと}いる ^{みな}人は ^{やくしょ}みんな ^{じどうてあて}役所から ^こ児童手当（^{そだ}子どもを ^{そだ}育てる ^{かね}ための ^{えん}お金）を ^{もら}もらいます。

^{さい}2歳までは ^{まいつき}毎月 ^{えん}15,000円

^{さい}3歳から ^{さい}15歳までは ^{まいつき}毎月 ^{えん}10,000円

児童育成手当

主にひとり親家庭向けの手当てで、所得制限限度額以内の家庭に対して支給されます。条件により「育成手当」と「障害手当」に分かれます。

[育成手当]

死亡や離婚などで父親または母親がいない、父親または母親が

- ・ 仕事につけないほどの重度の障害をもっている
- ・ 法令により1 年以上拘禁されている
- ・ 父親または母親に 1 年以上遺棄されている
- ・ 母親が婚姻によらないで出産した

などの状況にあり、施設に入居していない子どもを扶養する保護者に対し、18 歳になった最初の 3 月まで手当金が支給されます。

[障害手当]

「愛の手帳」1・2・3 度程度、「身体障害者手帳」1・2 級程度、脳性麻痺または進行性筋萎縮症に該当する 20 歳未満の子どもに対し、手当金が支給されます。

児童扶養手当

児童扶養手当は、離婚等で父子家庭・母子家庭になった方や、父親または母親が重度の障害を持っている方に支給される手当です。以下の条件に当てはまる場合で、所得制限限度内の家庭に対して、18 歳になった最初の 3 月まで手当金が支給されます。手当の額は、子どもの数や所得によって決められます。死亡、離婚などで父親または母親がいない。

- ・ 父親または母親が仕事につけないほどの重度の障害を持つ。
- ・ 父親または母親が法令により 1 年以上拘禁されている。
- ・ 父親または母親に 1 年以上遺棄されている。
- ・ 母親が結婚しないで出産した。

ただし、子どもが施設に入っている場合や、受給者が公的年金を受給している場合は支給されません。

その他、20 歳未満の心身障害児を養育する父母または養育者に対して支給される手当として、特別児童扶養手当があります。

(2) その他の 手当

①から ⑤の 時、役所が 子育ての お金を 出す ことが あります。 役所に 聞きます。

①お父さんか お母さんが 1 人で 子どもを 育てて います。

②お父さんか お母さんが 障がい者です。 働く ことが できません。

* 障がい者：「愛の手帳」、「身体障害者手帳」を 持って いる、体 が とても 悪い 人です。

③子どもが 障がい者です。

④お母さんが 結婚しないで 子どもを 産みました。

⑤お父さんか お母さんが、どこに 行ったか わかりません。 子どもを 育てません。

特別児童扶養手当

「愛の手帳」1・2・3 度程度、「身体障害者手帳」1・2 級程度および 3・4 級程度の一部、 内部障害・精神障害で上記と同程度の 20 歳未満の子どもに対し、手当金が支給されます。

区市町村によりサポート内容、申請方法その他が異なる場合がありますので、詳しくは役所に問い合わせてください。

●保育所、幼稚園など

学校に行く前の年齢の子どもたちのための施設として、保育所（保育園ともいう）と幼稚園があります。幼稚園と保育所の両方の機能をあわせ持つ「認定こども園」という制度の施設もできました。対象となる子どもの年齢や保育時間などが施設によって異なりますので、保護者がニーズにあった施設を選ぶことが大切です。また、このほかに保育所や幼稚園ではカバーしきれない場合のサポートなどの情報を集めました。

* 保育所*

保育所は、両親がどちらも働いている、病気であるなどの理由で、日中子どもの世話ができない家庭の子どもを預かる施設です。対象となるのは、0 歳から小学校就学前までの乳幼児です。原則として 1 日 8 時間（7 時から 18 時まで）の保育をします。「延長保育」といって、20 時頃まで預かってくれるところもあります。保育所は児童福祉法によって作られた福祉施設で厚生労働省の管轄です。公立の保育所と民間の私立保育所があり、民間の保育所には市区町村の認可を受けた認可保育所と、認定を受けていない認可外保育所があります。公立保育所と認可保育所は、保護者の収入に応じて保育料が決まります。認定外保育所は、所得にかかわらず、その保育所の規定の料金を払わなければなりません。

4 保育所・幼稚園・認定子ども園

しょうがっこう いく まえ こ どもが いく ところが 3 つ あります。

とう かあ かんが えら お父さん・お母さんが よく 考 えて 選 びます。

(1) 保育所（保育園）

とう かあ はたら いる とき また びょうき とき こ ども の せ わ 世話を します。

さい しょうがっこう い こ どもが い 0歳から 小学校に 行くまでの 子どもが 行きます。

こ ほうくじょ いちにち じかん 子どもは 保育所に 一日 8時間 います。

かね とう かあ しごと いくら かね もらうか かわる ことが あります。

* 幼稚園*

幼稚園は、学校に行く前の子どもたちが学ぶための施設です。対象となるのは、満3歳から小学校就学前までの幼児です。幼稚園では遊びを通して、小学校以降の生活や学習の基盤を育成します。一般的には4時間程度の保育が行われますが、保育所と変わらない長時間保育を実施している幼稚園もあります。幼稚園は学校教育法によってつくられた教育施設で、文部科学省の管轄です。

□ 東京都私立幼稚園連合会 私立幼稚園一覧

* 認定こども園*

認定子ども園は、幼稚園の機能と保育所（園）の機能をあわせ持ち、保護者が働いている、いないにかかわらず、幼稚園で受ける教育と保育所（園）での保育を一体的に受けられる施設です。子どもが通園していない家庭でも、育児相談などの子育て支援が受けられます。

□ 文部科学省・厚生労働省 幼保連携推進室 認定子ども園

(2) 幼稚園

あそ 遊びながら せいかつ 生活や べんきょう 勉強を する ところです。

いちにち じかん 一日 4時間 ぐらい います。

さい 3歳から しょうがっこう 小学校に いくまでの こ 子どもが い 行きます。

□ とうきょうとしりつ 東京都私立幼稚園連合会 しろつようちえんいちらん 私立幼稚園一覧

(3) 認定こども園

とう お父さん・おかあ さんが はたら 働いて いる こ 子どもも、 はたら 働いて いない こ どもも い 行きます。 べんきょう 勉強します。

こ 子どもが こどもえん 園に かよ 通って いない ひと 人も いくじそうだん 育児相談を する ことができます。

□ もんぶかがくしょう こうせいろうどうしょう 文部科学省・厚生労働省 ようほ れんけいすいしんしつ 幼保連携推進室 にんてい えん 認定こども園

* その他の施設・サービス*

幼稚園や保育所でカバーしきれないサポートについて紹介します。ただし、以下の施設やサービス、また、その利用については各区市町村で異なりますので、詳しくは住んでいる地域の役所に問い合わせてください。

家庭福祉員(保育ママ)

両親が働いているなどの理由で保育が必要な3歳未満の乳幼児を、区市町村が認定した家庭福祉員が自宅で預かる制度です。申し込み方法や費用などは地域によって異なります。

- ☐ 東京都福祉保健局 家庭福祉員(保育ママ)

病児・病後児保育

病中又は病気の回復期にあることから集団保育が困難であって、保護者が勤務等の理由により家庭で保育できない児童に対し、保育所・医療機関等に付設された専用スペース等や児童の居宅において保育及び看護ケアを行います。

- ☐ 東京都福祉保険局 病児・病後児保育

子どもショートステイ

おもに小学生までの子どもについて、病気や出産、家族の入院や看護などで一時的に世話をできなくなった場合などに児童養護施設等で短期間預かる制度です。

一時・特定保育

一時保育は、保護者の育児に伴う心理的・肉体的負担を解消するために、保育所で子どもを日中に預かる制度です。また、特定保育は、一定の日時において、子どもを保育することができない場合に、保育所で子どもを預かる制度です。

(4) その他^{ほか}

- ①家庭福祉員^{かていふくしいん}（保育ママ^{ほいくま}）：保育ママの^{ほいくま}家で、子どもを^{いえ}預^こかります。^{あず}

- ☐ 東京都福祉保健局^{とうきょうとふくしほけんきょく} 家庭福祉員(保育ママ)^{かていふくしいん ほいくま}

- ②病児^{びょうじ}・病後児保育^{びょうごじほいく}：子どもが^こ病気の^{びょうき}時^{とき}、預^{あず}かります。

- ☐ 東京都福祉保険局^{とうきょうとふくしほけんきょく} 病児・病後児保育^{びょうじ びょうごじほいく}

- ③子どもショートステイ^{こ しょーとすてい}：子どもを^こ預^{あず}かります。泊^とまる ことが できます。

- ④一時^{いちじ}・特定保育^{とくていほいく}：親^{おや}が 忙しい^{いそが}時^{とき}や 疲れた^{つか}時^{とき}、保育園に^{ほいくえん}通^{かよ}つ
ていない^こ子どもを^{すこ}少しの^ひ日^{じかん}・時間^{だけ} 預^{あず}かります

母子生活支援施設

配偶者のない母親とその子ども(18 歳未満)の世帯で、さまざまな事情で子どもを十分に養育できない場合、その母子を保護し、自立を支援するための施設です。母子で入所でき、家庭生活、子どもの教育、就職などへのアドバイスやサポートをおこないます。母子が暮らすための部屋のほか、集会室や学習室があり、母子指導員、少年指導員などの職員がいます。入所を希望する場合は、お住まいの福祉事務所に申し込みます。

- 東京都福祉保健局 子育て支援情報一覧

その他の福祉サービス

福祉とは、それぞれの人が住んでいる地域で、安心して快適な生活がおくれるように地域の住民や社会福祉の関係者が知恵と力を出し合って取り組んでいくことです。特に、高齢者や子ども、重い病気や障害を持つ人や子ども向けのさまざまな制度やサービスがあります。

●福祉全般

福祉全般については以下を参照してください。

- とうきょう福祉ナビゲーション 東京の福祉オールガイド
- とうきょう福祉ナビゲーション あなたの街の福祉サービス
- とうきょう福祉ナビゲーション 東京の福祉施設・事業所情報

⑤母子生活支援施設：お母さんと 17歳までの 子どもだけの 家庭で
こま とき いっしょ す 困った 時、一緒に 住む ことが できる ところです。子どもの
きょういく しごと 教育、仕事の ことなどを たす 助けます。

- とうきょうとふくしほけんきょく こそだ しえんじょうほういちらん 東京都福祉保健局 子育て支援情報一覧

【役所の その他の サービス】

みんなが あんしん せいかつ 安心して 生活 できる ように、役所は いろいろな しごと 仕事を
します。特に とく としよ こ おも 病気・障 がいをもつ ひと
いろいろな サービスを します。

* 障 がい：見る、聞く、歩く などが できない

- とうきょうふくしナビゲーション とうきょう ふくしおーるが이드 東京の 福祉オールガイド
- とうきょうふくしナビゲーション あなたの まち ふくしサービス あなたの 街の 福祉サービス
- とうきょうふくしナビゲーション とうきょう ふくししせつ じぎょうしよじょうほう 東京の 福祉施設・事業所情報

5 仕事と在留資格

原文	リライト文
日本に住む外国人の活動は、在留資格によって決められた範囲内に限られます。働いて収入を得る場合、在留資格によってできる仕事とできない仕事があります。自分の在留資格ではできない仕事を希望するときには、あらたに入国管理局で資格外活動の許可を受けなければいけません。 就職先に自分の在留資格で仕事ができることを証明したい場合には、「就労資格証明書」の申請を入国管理局にすることができます。 在留手続きに関するお問い合わせは、入国管理局のインフォメーションセンターで受け付けています。 □ 入国管理局 インフォメーションセンター お問い合わせ受付用メールアドレス info-tokyo@immi-moj.go.jp ・外国人在留総合インフォメーションセンター（東京） 〒108-8255 東京都港区港南 5-5-30 TEL：0570-013904（IP,PHS,海外:03-5796-7112） 月～金 8:30～17:15（年末年始、祝日を除く） 対応言語：英語、中国語、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポルトガル語、タイ語 入国管理局と地方公共団体の相談窓口が連携して、日本で暮らす外国人への総合相談を行うワンストップ型相談センターでも、在留資格に関するお問い合わせを受け付けています。	外国人が 仕事で お金を もらう 時、在留資格で できるか できないか 決まります。 あなたの 在留資格で できない 仕事 が したい 時、入国管理局へ 行きます。 どんな 仕事 が できるか 知らせる 時、「就労資格証明書」を 入国 管理局で もらいます。 わからない ことは、入国管理局の インフォメーションセンターで 聞きます。 □ 入国管理局インフォメーションセンター info-tokyo@immi-moj.go.jp ①外国人在留総合インフォメーションセンター 〒108-8255 東京都港区 港南 5-5-30 TEL：0570-013904（IP,PHS,外国：03-5796-7112） 月曜日から金曜日 8:30～17:15（年末年始、祝日は 休み） 英語、中国語、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポルトガル語、タイ語

・外国人総合相談支援センター

〒160-0021 東京都新宿区歌舞伎町 2-44-1

東京都健康センター「ハイジア」11 階 しんじゅく多文化共生プラザ内

TEL : 03-3202-5535 TEL/FAX : 03-5155-4039

月～金 9:00～16:00 (年末年始、祝日、第 2・第 4 水曜日を除く)

対応言語：英語、中国語、ポルトガル語 (常時対応)

ベンガル語 (火・木・金)、ベトナム語 (木)、インドネシア語 (火)、ルーマニア語 (金：10 時から 13 時まで)

また東京外国人雇用サービスセンターでは、外国人に係る職業相談・紹介を行っています。

□ 東京外国人雇用サービスセンター

がいくじんそうごうそうだんしえんせんたー
②外国人総合相談支援センター

しんじゅくかぶきちょう
〒160-0021 新宿区歌舞伎町2-44-1

とうきょうとけんこうせんたー はいじあ かい しんじゅくたぶんかきょうせい
東京都健康センター「ハイジア」11階 しんじゅく多文化共生
ぶらざ
プラザ

TEL : 03-3202-5535 TEL/FAX : 03-5155-4039

げつようび きんようび
月曜日から金曜日：9:00～16:00

ねんまつねんし しゅくじつ だい だい すいようび やす
(年末年始、祝日、第2・第4水曜日は 休み)

えいご ちゅうごくご ぼるとがるご げつようび きんようび
英語、中国語、ポルトガル語 (月曜日から金曜日)

べんがるご かようび もくようび きんようび
ベンガル語 (火曜日・木曜日・金曜日)

べとなむご もくようび いんどねしあご かようび
ベトナム語 (木曜日)、インドネシア語 (火曜日)

るーまにあご きんようび
ルーマニア語 (金曜日：10:00～13:00)

しごと そうだん・しょうかい とうきょうがいくじんこようさーびすせんたー き
仕事の 相談・紹介は 東京外国人雇用サービスセンターで 聞
きます。

とうきょうがいくじんこようさーびすせんたー
□ 東京外国人雇用サービスセンター

6 日本の学校制度

原文

まずは、日本の学校制度について簡単に説明しておきます

年齢		7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
学年	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
義務教育													
初等教育						中等教育							
小学校						中学校				高等学校			

- 日本ではその年の 4 月 1 日時点で満 6 歳に達している児童が小学校に入学します。
- 学年は 4 月に始まり 3 月に終わります。
- 小学校は 6 年制、中学校は 3 年制で、日本国民についてはこの 9 年間で義務教育です。
- 外国人については義務ではありませんが、希望すれば地域の公立小・中学校に通う ことができます。

リライト文

にほん がっこう
日本の 学校

ねんれい 年齢		7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
がくねん 学年	1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	
ぎ む きょういく 義務教育													
しょうがっこう 小学校							ちゅうがっこう 中学校			こうとうがっこう 高等学校			

にほん がつ ついたち さい こ しょうがっこう にゅうがく
・日本では 4月 1 日に 6歳の 子どもが、小学校に 入学します。

が つ はじ つぎ とし が つ お
・4月に 始まります。そして 次の 年の 3月に 終わります。

にほんじん しょうがっこう ねん ちゅうがっこう ねん い
・日本人は みんな 小学校へ 6年と 中学校へ 3年 行きます。

ぎ む きょういく い
・義務教育と 言います。

がいこくじん にほん こうりつ しょうがっこう ちゅうがっこう い
・外国人も 日本の 公立の 小学校・中学校へ 行く ことが
できます。

・一部の公立小・中・高等学校には、外国人や帰国子女を受け入れる体制が整っているところもありますので、必要であれば住んでいる地域の役所などに問い合わせてください。

・中学校卒業後は希望により高等学校や大学に進学でき、就職することもできます。

・小学校・中学校・高等学校・高等専門学校・短期大学・大学・大学院、ともに国立、公立（都立）、私立の学校があります。

・一般の学校に通うのが難しいと思われるような病気や、体の障害がある場合には、専門の学校があります。

このほか、詳しい情報については東京都教育委員会、あるいは住んでいる地域の教育委員会や役所に問い合わせましょう。

にほん がっこう い とき やくしょ い
日本の 学校へ 行きたい 時 役所へ 行きます。

こうりつ がっこう と く し まち むら がっこう
* 公立の 学校：都・区・市・町・村の 学校です。

がいく こ がいく かえ こ べんきょう こうりつ
・外国の 子ども、外国から 帰った 子どもが 勉強できる 公立の

とくべつ しょう ちゅう こうとうがっこう
特別な 小・中・高等学校も あります。

やくしょ き
役所で 聞きます。

ちゅうがっこう あと がっこう べんきょう しごと はじ
・中学校の 後、もっと 学校で 勉強できます。仕事を 始める
ことも できます。

こくりつ こうりつ とりつ しりつ しょうがっこう ちゅうがっこう こうとうがっこう こうとうせんもんがっこう
・国立・公立（都立）・私立の小学校・中学校・高等学校・高等専門学校・

たんきだいがく だいがく だいがくいん
短期大学・大学・大学院が あります。

ちゅうこういっかんこう
・中高一貫校も あります。

こくりつ くに がっこう
* 国立：国の 学校

しりつ こくりつ こうりつ かね たか
* 私立：国立や 公立では ありません。お金が 高いです。

ちゅうこういっかんこう ちゅうがく こうこう とき おな がっこう い
* 中高一貫校：中学と 高校の 時、同じ 学校へ 行きます。

とくべつし えんがっこう
・特別支援学校

からだ こころ びょうき ふつう がっこう べんきょう
体や 心が 病気で 普通の 学校で 勉強する ことが

むずか こ とくべつ がっこう
難しい 子どもの 特別な 学校が あります。

きょういくいいんかい やくしょ き
教育委員会や 役所で 聞きます。

7 税金

原 文	リライト文
日本の税金には大きく分けて、国税と地方税があります。 国税は国に納めるもの、地方税は住んでいる都道府県や区市町村に納めるものです。 税金は、福祉、医療、公共事業、教育、警察、消防などに使われています。 外国人でも、日本に住んでいる人はもちろん、日本に住んでいなくて一時的に来日した人も、日本国内で働いて収入を得た場合などには、税金を納めなくてはなりません。 ここでは、日本で生活するときに知っておくべき基本的な税金について、主に個人にかかわるものの種類や納め方などをまとめました。例をあげたもの以外にもさまざまな税金があります。詳しくは国税庁、東京都主税局、最寄りの税務署や都税事務所に問い合わせてください。 税金にはいろいろな種類があります。大きく分けて、国税と地方税があり、それぞれ、さらに細かく分類されています。 * 国税* 国税は、国に納める税金です。大きく分けて、直接税と間接税があります。 ※ここにあげた税金は一部の例です。	日本^{にほん}で 働^{はたら}いて お金^{かね}を もらった 時^{とき}、税金^{ぜいきん}を 払^{はら}います。 住^すんで いる 人^{ひと}が 安心^{あんしん}して 暮^くらす ことが できるように 税金^{ぜいきん}を 使^{つか}います。 国^{くに}と 地方^{ちほう}（都道府県^{とどうふけん}や 区市町村^{くしちょうそん}）の 税金^{ぜいきん}が あります。 1 税金^{ぜいきん}の 種類^{しゅるい} 1) 国税^{こくぜい} 国^{くに}に 払^{はら}う 税金^{ぜいきん}です。直接税^{ちよくせつぜい}と 間接税^{かんせつぜい}が あります。

- ・ 所得税：個人の一年間の所得にかかる税金です。
- ・ 相続税：財産を相続したときにかかる税金です。
- ・ 贈与税：財産を個人からもらったときにかかる税金です。
- ・ 消費税：商品の販売、貸付、サービスの提供などにかかる税金です。
会社や店は、消費者から税金に相当する金額をいったん預かって国に納める形になっています。一般の商品やサービスにかかります。
- ・ 酒税： 清酒やビール、ウイスキーなどの酒類にかかる税金です。
- ・ 印紙税：契約書、受取書などの文書を作成したときにかかる税金です。
文書に切手のような形の収入印紙を買って貼ることで税金を払います。
- ・ 自動車重量税：自動車検査証の交付、車両番号の指定を受けるときにかかる税金です。
- ・ 関税：外国から輸入した貨物にかかる税金です。免税範囲を超えた量のおみやげを日本に持ち込むときにもかかります。

□ 国税庁

□ 都内税務署所在地・案内

TEL：東京国税局の英語による相談専用電話

TEL：03-3821-9070

相談日（祝日を除く）月～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00

(1) 直接税

① 所得税：1年間 働いて お金を もらった 時に 払います。

② 相続税：死んだ 家族などから お金・物を もらった 時に 払います。

③ 贈与税：他の 人から お金・物を もらった 時に 払います。

(2) 間接税

① 消費税：物を 買ったり、借りたり、サービスを 受けたり した 時などに 払います。

② 酒税：お酒・ビール・ウイスキーなどを 買った 時に 払います。

③ 印紙税：契約書などを 作った 時に 払います。

切手のような 形の 収入印紙を 買います。
それを 契約書に 貼ります。

* 契約書：約束した 時、内容を 書きます。

④ 自動車重量税：自動車の 検査を 受けた 時に 払います。

⑤ 関税：外国から 荷物を 日本に 入れた 時に、払います。

たくさんの お土産を 買って きた 時も 払います。

□ 国税庁

□ 都内税務署所在地・案内

東京国税局の英語の相談電話

TEL：03-3821-9070

＊ 地方税＊

地方税は、住んでいる地域の都道府県や区市町村に納める税金です。東京都の場合は、都税と区市町村税があり、それぞれに、普通税と目的税があります。

※ここにあげた税金は一部の例です。

23 区内では、固定資産税、都市計画税は、特例で都が課税しています。

- ・ 都民税（個人）：東京都に住む個人に、均等割と所得割などがかかります。
- ・ 事業税（個人）：事業を営む個人の所得金額に対してかかる税金です。
- ・ 地方消費税： 消費税（国税）と同様の取引にかかる税金です。（消費税と合わせて納めます。）
- ・ 不動産取得税：土地や建物を取得したときにかかる税金です。買った場合だけでなく、もらった場合でも、また、登記をしてもしなくてもかかります。
- ・ 自動車税： 自動車を所有している人にかかる税金です。
- ・ 自動車取得税：自動車を取得したときにかかる税金です。
- ・ 区市町村民税（個人）：個人が住んでいる区市町村に納める税金です。均等割と所得割がかかります。
- ・ 固定資産税： 土地や建物、事業用の資産（償却資産）にかかる税金です。
- ・ 軽自動車税： 軽自動車やバイクを所有している人にかかる税金です。
- ・ 都市計画税： 市街化区域内にある土地や建物にかかる税金です。

ちほうぜい
2)地方税

とうきょう と く しちょうそん はら ぜいきん
東京都・区市町村に 払う 税金です

と みんぜい とうきょうと す ひと はら
①都民税：東京都に 住む 人が 払います。

じぎょうぜい かいしゃ みせ しゃちょう はら
②事業税：会社や 店の 社長が 払います。

ち ほうしょうひぜい もの か か さーびす う
③地方消費税：物を 買ったり、借りたり、サービスを 受けてたり し
た とき などに 払います。消費税の 一部です。

ふどうさんしゅとくぜい と ち たてもの か とき はら
④不動産取得税：土地・建物を 買った 時に 払います。

じどうしゃぜい じどうしゃ も ひと はら
⑤自動車税：自動車を 持って いる 人が 払います。

じどうしゃしゅとくぜい じどうしゃ か とき はら
⑥自動車取得税：自動車を 買った 時に 払います。

く し ちょうそんみんぜい す く し ちょうそん はら
⑦区市町村民税：住んで いる 区市町村に 払います。

こていしさんぜい と ち たてもの しごと つか と ち たてもの も
⑧固定資産税：土地・建物、仕事で 使う 土地・建物を 持って
いる 人が 払います。

けいじ とうしゃぜい けいじ とうしゃ ばい く も ひと はら
⑨軽自動車税：軽自動車・バイクを 持って いる 人が 払います。

と し けいかくぜい まち はら
⑩都市計画税：町を よくするために 払います。

・国民健康保険税：国民健康保険の被保険者である世帯主にかかる税金です。

※なお国民健康保険料として徴収している場合があります。

都税については・・・

☐ 東京都主税局

☐ 東京都主税局 都税事務所一覧

区市町村税については・・・

☐ 東京都国際交流委員会 「区役所・市役所・町村役場」

●課税と納税

課税とは決められた金額などの税金を納める義務を課すこと、また、納税とは、その金額を国や東京都、区市町村などに支払うことをいいます。その仕組みは以下のとおりです。なお、税金の計算方法などについては税務署や都税事務所、区市町村に問い合わせてください。

1 申告納付

納税者が自分で税金の金額を計算し、それを申告して納税する制度です。この方法は国税の所得税・相続税・贈与税・消費税や地方税の自動車取得税などに使われます。

2 普通徴収

都税事務所などが、法律や条例で決められた方法で税金の金額を計算し、金額、納付の期限や場所などを書いた納税通知書を納税者に送る制度です。納税者はこの通知書に添付された納付書を使って金融機関などで、税金を納付します。この方法は主に地方税の個人住民税・個人事業税・固定資産税・不動産取得税・自動車税などに使われます。

こくみんけんこうほけんぜい こくみんけんこうほけん はい ひと はら
⑫国民健康保険税：国民健康保険に 入って いる 人が 払います。

とぜい
都税の こと

とうきょうとしゆぜいきよく
☐ 東京都主税局

とうきょうとしゆぜいきよく とぜいじむしよいちらん
☐ 東京都主税局 都税事務所一覧

く し ちょうそんぜい
区市町村税の こと

く やくしよ し やくしよ ちょうそんやくば き
区役所・市役所・町村役場に 聞きます。

2 税金の 払い方

ぜいきん き かね はら はら とき
税金は 決まった お金を 払います。いくら 払うか わからない 時
は、ぜいむしよ とぜいじむしよ く し ちょうそん き
は、税務署や 都税事務所、区市町村に 聞きます。

1) 申告納付

じぶん ぜいきん けいさん はら しょとくぜい そうぞくぜい ぞうよぜい
自分で 税金を 計算して 払います。（所得税・相続税・贈与税など）

2) 普通徴収

とぜいじむしよ ぜいきん けいさん のうぜいつうちしよ
都税事務所などが、税金を 計算して、納税通知書（いくら、どこで
いつまでに 払うか 書いた 書類）を 送ります。

のうふしよ つか ぎんこう ゆうびんきよく こん び に はら じゅうみんぜい
納付書を 使って、銀行・郵便局・コンビニで 払います。（住民税など）

3 特別徴収

納税者に代わって、年金や給与、賞与などを支払う人が、支払い金額から税金分を先に差し引き、納税する制度です。この場合、納税者は自分で計算や申告、納税などを行う必要はありません。この方法は、主に国税の所得税、地方税の住民税などに使われます。

4 証紙徴収・印紙納付

納税者が、証紙や印紙を買って、それを貼り付けて納税する制度です。この方法は主に印紙税、自動車税の一部などに使われます。

●税金の納付（支払い）

それぞれの税金には納付(支払い)の期限があります。期限を過ぎて納付すると、過ぎた期間に応じて延滞金などの支払いが発生することがあります。税金の納付には、金融機関の窓口やコンビニエンスストアなどが利用できます。また、あらかじめ申込みをすれば、口座からの自動引き落としができる税金もあります。詳しいことは、最寄りの税務署や都税事務所、区市町村などに問い合わせてください。

3) 特別徴収

年金・給料から先に税金を引きます。会社などが税金を払う人に代わって払います。（所得税、住民税など）

4) 印紙納付

契約書などに貼る印紙も税金です。

3 税金を払う

税金を払う日までに払わない時、延滞金を払うことがあります。

税金は銀行・郵便局・コンビニなどで払います。

銀行・郵便局の口座から払うことができる税金もあります。

わからないことは、税務署・都税事務所・区市町村に聞きます。

* 納税：税金を払うこと

* 延滞金：税金を払う日が遅れた時払うお金

8 戸籍

原 文	リライト文
日本には、日本人について、出生、死亡、結婚、離婚などを登録する戸籍制度があります。外国人であっても日本に住んでいて出生、死亡などの事実があった場合は住んでいる地域の役所に届出をしないでなりません。また、結婚、離婚などの届出をすることができます。これらの届出をするときは、同時に本国の政府にも届出をしてください。内容や方法は国によって違いますので、本国の大使館や領事館に問い合わせてください。 なお、外国語で書かれている書類は、翻訳文、翻訳者の氏名と署名が必要です。また、以下に記載した必要書類は代表的なもので、それ以外にも書類が必要な場合もあります。詳しくは住んでいる地域の役所に問い合わせてください	日本では、日本人が 生まれた 時、死んだ 時、結婚した 時、離婚した 時、役所に 届けます。これを 書いた ものを 戸籍と いい ます。 日本に 住む 外国人も、生まれた 時、死んだ 時、役所に 届け ます。 そして 結婚・離婚した 時も 届ける ことが できます。 その時、自分の 国にも 届けます。わからない 時、大使館や 領事館に 聞きます。 外国語の 書類は 日本語に します。日本語に した 人の 名前と サインも 必要です。必要な 書類が わからない 時、役所に 聞きます。 結婚 日本で 結婚する 時、二人の どちらかが 住んで いる ところの 役所に 行きます。二人とも 外国人の 時、自分の 大使館で 結婚 できる ことが あります。

●婚姻届

日本国内で結婚する場合は、結婚する二人のどちらかの住所がある地域の役所に届出をしてください。婚姻届は、届出が受理されたときから有効です。必要なものは以下のとおりです。なお、夫婦ともに外国籍の方の場合、本国の大使館などで結婚できる場合があります。

・婚姻届 ・証人2名の署名（サイン）、なつ印が必要です。 ※証人が外国籍の方の場合、署名（サイン）で足ります。 ・旅券（パスポート） ・婚姻要件具備証明書（在日大使館、領事館、または本国で発行されたもの） ・印鑑 ※外国籍の方については、署名（サイン）で足ります。 ・その他（外国人登録原票記載事項証明書 等） 日本に住む外国籍の方同士が結婚する場合には、外国人登録をしている区市町村の役所に届けます。婚姻届が受理された後は、外国人登録および（必要があれば）在留資格を変更してください。 ●離婚届 日本国内で協議離婚する場合は、夫か妻どちらかの住所がある地域の役所に届出をしてください。離婚届は、届出が受理されたときに有効となります。必要なものは以下のとおりです。なお、本国の法律により、届出だけでは離婚できない場合があります。また、夫婦ともに外国籍の方の場合、本国の大使館などで離婚できる場合があります。 ・離婚届 ・証人2名の署名(サイン)、なつ印が必要です。 ※証人が外国籍の方の場合、署名（サイン）で足ります。 ・旅券(パスポート) ・外国人登録原票記載事項証明書 ・婚姻証明書 ・印鑑 ※外国籍の方については、署名(サイン)で足ります。	けっこん とき ひつよう 結婚する 時 必要なもの こんいんとどけ けっこん とき だ しよるい ・婚姻届（結婚する 時 出す 書類） さい いじょう しょうにん ふたり しよめい さ い ん いん 20歳 以上の 証人 2人の 署名（サイン）と 印 こせきとうほん にほんじん ・戸籍謄本（日本人） りょけん ば す ぽ ー と ・旅券（パスポート） こんいんようけん ぐ び しょうめいしよ ざいにちたいしかん りょうじかん じぶん くに ・婚姻要件具備証明書（在日大使館、領事館、または 自分の 国のもの） しょうにん ふたり けっこん ほんとう しよめい ひと * 証人：「二人の 結婚は 本当です」と 署名する 人 り こん 離婚 にほん けっこん とき す やくしよ い 日本で 結婚を やめる 時、住んで いる ところの 役所に 行き ふたり がいこくじん とき じぶん くに たいしかん り こん ます。二人とも 外国人の 時、自分の 国の 大使館で 離婚できる こと があります。 り こん とき ひつよう 離婚する 時 必要な もの りこんとどけ り こん とき だ しよるい ・離婚届（離婚する 時 出す 書類） さい いじょう しょうにん ふたり しよめい さ い ん いん 20歳 以上の 証人 2人の 署名（サイン）と 印 こせきとうほん にほんじん ・戸籍謄本（日本人） りょけん ば す ぽ ー と ・旅券（パスポート） ざいりゅう か ー ど とくべつえいじゅうしゃしよめいしよ ・在留カード、特別永住者証明書など
---	---

●出生届

日本国内で子どもが生まれたら、生まれた場所、住んでいる地域、または日本人親の本籍のある（両親ともに外国人の場合は親が外国人登録した区市町村）役所に届出をしてください。届出は生まれた日から 14 日以内に父親か母親が行います。必要なものは以下のとおりです。

- ・出生届
- ・印鑑（外国籍の方については、署名(サイン)で足ります。）
- ・出生証明書（出生届についているので、医師か助産師に記入してもらいます）
- ・その他（健康保険証、母子健康手帳）

日本の法律では、外国籍の両親のお子さんは日本で生まれても日本国籍は取れません。そのため、出生届を提出した後、生まれたお子さんの外国人登録も必要となります。

●死亡届

日本国内で死亡した場合は、死亡した場所か住んでいる地域の役所に届出をしてください。届出は死亡の事実を知った日から 7 日以内に親族、同居者などがおこないます。必要なものは以下のとおりです。

- ・死亡届
- ・死亡診断書（死亡届の書類についているので、医師に記入してもらいます）
- ・外国人登録証（役所へ返納しなくてはなりません）（死亡届としては不要）
- ・印鑑（外国籍の方については、署名(サイン)で足ります。）

□ 法務省民事局 国際結婚、海外での出生等に関する戸籍 Q&A

しゅっしょう 出生

にほん こ う とき こ う ところ す
日本で 子どもが 生まれた 時、子どもが 生まれた 所、または 住
んでいる ところ やくしよ い う ひ か い ない
所 の 役所に 行きます。生まれた 日から 14日 以内に
とう かあ とど とき こ ざいりゅう か ー ど
お父さんか お母さんが 届けます。その時、子どもの 在留カードを
つく
作ります。

- ・ しゅっしょうとどけ こ う とき だ しよるい
出生届 （子どもが 生まれた 時 出す 書類）
- ・ しゅっしょうしよめいしよ しゅっしょうとどけ いしや か
出生証明書 （出生届に 医者などが 書きます）
- ・ ほか けんこうほけんしよう ぼ し けんこうてちょう
その他 （健康保険証、母子健康手帳）

しばう 死亡

にほん し とき し ところ す ところ
日本で 死んだ 時、死んだ 所、または 住んで いる 所の
やくしよ い し ひ か かぞく とど
役所に 行きます。死んだ 日から 7 日までに、家族が 届けます。

- ・ しぼうとどけ し とき だ しよるい
死亡届 （死んだ 時 出す 書類）
- ・ しぼうしんだんしよ しぼうとどけ いしや か
死亡診断書 （死亡届に 医者が 書きます）
- ・ ざいりゅう か ー ど やくしよ かえ
在留カードを 役所に 返します。

ほうむしようみんじぎよく こくさいけっこん かいがい しゅっしょうとう かん こせききゅう
□ 法務省民事局 国際結婚、海外での出生等に関する戸籍 Q

あんどえい
& A

9 雇用契約

原 文	リライト文
日本では、国内で働く人には外国人であっても、基本的に日本の労働基準法、最低賃金法、労働安全衛生法、労働者災害補償保険法などが適用されます。 労働基準法では、雇う側の人は働く人に対して、労働条件についての主なことがらを書面にして渡さなければいけない決まりになっています。特に外国人の場合は、後で言葉の行き違いでトラブルがおこらないように、雇用・労働の契約は必ず書面にしましょう。 ただし、口約束であっても、契約は成立しますから、問題がおきたときもあきらめずに外国人向けの法律相談の窓口などに問い合わせてみましょう。また、きちんと雇用契約を結んで働き、税金を納めていれば、社会的な保護やさまざまな行政サービスが受けられます。 労働基準法では、次のことがらを書面にしなければなりません。 ・労働契約の期間に関すること ・仕事をする場所 ・仕事の内容 ・始業、終業の時刻 ・決められた労働時間を超える仕事があるかどうか ・休憩時間、休日、休暇、就業時転換に関すること ・賃金の決定、計算と支払の方法と締切り、支払の時期 ・退職に関すること（解雇の事由を含む）	1) ^{はたら}働く ^{とき}時 ^{がいこくじん}外国人にも ^{にほん}日本の ^{ほうりつ}法律が あります。 ^{ろうどうきじゅんほう}①労働基準法 ^{さいていちんぎんほう}②最低賃金法 ^{ろうどうあんぜんえいせいほう}③労働安全衛生法 ^{ろうどうしゃさいがいほしょうほけんほう}④労働者災害補償保険法 2) ^{かいしゃ}会社は ^{やくそく}約束を ^{かみ}紙に ^か書いて ^{しごと}仕事を ^{ひと}する 人に ^{わたし}わたします。 ^{ろうどうけいやく}・労働契約の ^{きかん}期間 ^{しごと}・仕事を ^{ばしょ}する 場所 ^{しごと}・仕事の ^{ないよう}内容 ^{しごと}・仕事は ^{なんじ}何時から ^{なんじ}何時まで ^{はたら}働 きます。 ^き・決めた ^{じかん}時間より ^{なが}長く ^{はたら}働く ことが ありますか。 ^{やす}・休み時間、休みの ^{やす}日、仕事の ^ひ時間を ^{じかん}変える。 ^{かね}・お金を ^{いくら}いくら ^{はら}払うか ^{かね}お金を ^{いつ}いつ ^{もら}もらうか。 ^{しごと}・仕事を ^{やめる}やめる （どうして ^{やめなさい}やめなさいと ^{いう}いう） 3) ^{やくそく}約束を ^か書いて、働 ^{はたら}いて、税金を ^{ぜいきん}払う 人には、いろいろな ^{サービス}サービスが あります。 ^{かみ}紙に ^か書かない ^{かいしゃ}会社も あります。問題が ^{もんだい}あった ときは ^{がいこくじん}外国人の ^{ため}ための ^{ほうりつそうだん}法律相談が ありますから ^{そうだん}相談します。

10 年金

原 文	リライト文
●年金保険 年金には国民年金と厚生年金があります。外国人を含む、日本に住む 20～60 歳のすべての人は、必ず国民年金に加入しなければなりません。詳しくは日本年金機構のウェブサイトや電話で確認することができます。 TEL：ねんきんダイヤル 一般の年金相談 TEL：0570-05-1165 □ 日本年金機構 * 国民年金* 国民年金のしくみ 日本国内に住むすべての人に共通する「基礎年金」を支給する制度です。基礎年金には「障害基礎年金」「遺族基礎年金」「老齢基礎年金」の 3 種類があります。 「障害基礎年金」は病気やケガで障害者となったときに特定の条件を満たしていれば支給されます。 「遺族基礎年金」は加入者が死亡したときに特定の条件を満たしていればのこされた妻子に支給されます。 「老齢基礎年金」は原則として 65 歳から受け取ることができます。この「老齢基礎年金」については、もう少し詳しく説明しておきます。 ・国民年金に 25 年以上加入(保険料を納めること)していなければ年金を受け取るのに必要な「受給資格」が得られません。 ・25 年以上保険料を納めていれば、65 歳になったときに日本に住んでいなくても年金を送金してもらい受け取ることができます。 ・年金を受け取るには、65 歳になったら年金支給の請求手続きが必要です。年金事務所に「国民年金・厚生年金保険老齢給付裁定請求書」を出して「受給資格」を確認しましょう。	ねんきん 年金 ねんきん こくみんねんきん こうせいねんきん 年金には 国民年金と 厚生年金が あります。 だ い や る いっぱん ねんきんそうだん ねんきんダイヤル 一般の年金相談 TEL：0570-05-1165 にほんねんきんきこう □ 日本年金機構 1) こくみんねんきん 国民年金 にほんこくない す ひと がいくじん はい 日本国内に 住む 人は 外国人も 入ります。20歳から 60歳まで みんな こくみんねんきん はい き そねんきん 国民年金に 入ります。 「基礎年金」を もらいます。 き そねんきん しょうがい き そねんきん いぞくき そねんきん ろうれいき そねんきん 基礎年金は 「障 害 基礎年金」 「遺 族 基礎年金」 「老 齢 基礎年金」 が あり ます。 しょうがい き そねんきん びょうき け が しょう しゃ ひと 「障 害 基礎年金」は 病気や ケガの あとで 障 がい者に なった 人は もらう ことが できます。 やくしょ そうだん 役所に 相談します。 いぞくき そねんきん はい ひと し とき つま こ 「遺族基礎年金」は 入って いる 人が 死んだ 時、妻と 子どもが もらう ことが できます。 やくしょ そうだん 役所に 相談します。 ろうれいき そねんきん さい 「老齢基礎年金」は 65歳から もらう ことが できます。 こくみんねんきん ほけんりょう ねんいじょう はら ひつよう ・国民年金の 保険料を 25年以上 払う ことが 必要です。 さい とき にほん す ひと ・65歳の 時に 日本に 住んで いない 人も、もらう ことが できます。 さい とき ねんきんじ むしょ い き ・65歳に なった 時、年 金事務所へ 行きます。そして もらえるか どうか 聞 きます。

・国民年金に加入していた外国人で、以下の条件を満たしている人が帰国する場合は「脱退一時金」を受け取ることができます。

- 1 日本国籍を持っていないこと
 - 2 日本に住所がないこと
 - 3 国民年金又は厚生年金保険に6ヶ月以上加入していた
(保険料を6ヶ月以上納めていた)
 - 4 障害手当金を含む、年金を受ける権利を得たことがない
 - 5 帰国後2年以内に日本年金機構本部に請求書と書類を郵送する
- 必要な用紙は年金事務所、年金相談センターなどにあります。
受け取る金額は加入していた期間によって変わります。

□ 日本年金機構 短期在留外国人の脱退一時金

加入および保険料の支払い

国民年金に加入するためには、住んでいる地域の役所に届出をします。勤務先の厚生年金、共済組合などに加入した場合、国民年金にも同時に加入していることになるので届出は不要です。

加入したら保険料を納めなければなりません。支払いは、納付書を持って行けば銀行や郵便局の窓口でできます。また、銀行や郵便局などの口座振替のほか、コンビニエンスストア、インターネットバンキングでも可能です。

保険料の支払いが困難な場合、申請すると保険料の支払いが免除される場合があります。これを「保険料免除制度」といい、「全額免除」「一部免除」のほか、30歳未満の人が対象の「若年者納付猶予制度」があります。申請書は年金事務所、区市町村役場の国民年金担当窓口にあります。

また、日本年金機構のウェブサイトからプリントアウトもできます。住民登録をしている区市町村の役所へ、基礎年金番号通知書などと一緒に郵送してください。

・国民年金に 入った 外国人が、国に 帰る 時、国民年金を やめて、
「脱退一時金」を もらう ことができます。

- 1 日本国籍を 持って いない 人
- 2 日本に 住所が ない 人
- 3 国民年金 または 厚生年金保険に 入って 保険料を 6 か月以上
払って いた 人
- 4 まだ、年金を もらった ことが ない 人

国へ 帰ってから 2年以内に 日本年金機構本部に 請求書と 書類を
郵便で 送ります。

書類は 年金事務所、年金相談センターに あります。

どのくらい 入って いましたか。それで 一時金は 違います。

□ 日本年金機構 短期在留外国人の脱退一時金

国民年金に 入る

入る 時は、住んで いる 区・市の 役所に 行きます。

会社の 厚生年金、共済組合などに 入った 人は 役所に 行きません。

国民年金の 保険料は 必ず 払います。納付書を使う 時は 銀行・
郵便局・コンビニで 払います。

口座振込も できます。

保険料を 払う ことが できない 時、役所に 聞きます。「保険料免除制度」
が あります。

＊ 厚生年金＊

厚生年金のしくみ

おもに民間の会社で働いている人向けのものが厚生年金です。加入者は年金を受け取れるほか、さまざまな福祉施設も利用できます。

職場の厚生年金に加入した場合、国民年金にも同時に加入していることになり、さらにこれに上乘せしている形になっています。そのため、厚生年金に加入していた人は国民年金だけに加入していた人よりも将来多くの年金を受け取れることとなります。

厚生年金の場合も、加入していた外国人が帰国することになったときは加入期間に応じて脱退一時金を請求することができます。受け取れる金額は最高 36 ヶ月分です。

加入および保険料の支払い

会社に就職したら、自動的に厚生年金に加入となります。支払いは基本的に給料から天引き(給料から保険料分を先に差し引く)です。

なお、会社を辞めた場合はすぐに住んでいる区市町村の役所に届け出なければなりません。

2) 厚生年金

会社で働いて いる 人は 厚生年金に 入ります。

年金を もらう ことも できます。そして 福祉施設も 利用する ことができます。

厚生年金に 入った 人は、国民年金の お金も もらう ことができます。

厚生年金に 入って いた 外国人が 国に 帰る 時、「脱退一時金」を もらう ことができます。

一番 多い 人は 36 か月分 もらう ことができます。

厚生年金に 入る

会社に 入った 人は、必ず 厚生年金に 入ります。

保険料は 給料から 先に 払います。

会社を やめた 時は すぐに 住んで いる 区市町村の 役所に 知らせます。

11 医療保険

原 文	リライト文
日本の医療保険制度には、職域・地域、年齢（高齢・老齢）に応じて次の種類があります 医療保険は地方自治体、その他の公的団体が運営しています。一定の保険料をおさめることにより、病気やケガのときに必要な保険の給付が受けられる制度で、加入すると健康保険証がもらえます。これがないと、病院にかかったとき、治療費の全額を負担しなければなりません。就労形態の違いによって、職域保険と、国民健康保険の2つに大きく分けられます。また、75歳以上の方は、それまで加入していた医療保険から、後期高齢者医療制度に移ります。 国民健康保険 健康保険・船員保険・共済組合等に参加している勤労者以外の一般住民（外国人登録を行っていて、在留資格を有し、滞在期間が1年以上見込まれる外国人を含む。）が加入します。	1 医療保険 医療保険に 入ります。病気や けがの 時 払う お金が 安いです。 保険証が ない 人は お金が 高いです。 日本には いろいろな 医療保険が あります。 ①健康保険 会社で 働く 人が 入ります。 ②船員保険 船で 働く 人が 入ります。 ③共済組合 公務員と 学校で 働く 人が 入ります。 ④国民健康保険 ①②③以外の 人が 入ります。 外国人で 入る 人 ・ 在留カードが あります。 ・ 1年以上 日本に 住みます。 ⑤後期高齢者医療保険 75歳以上の 人と 65歳から 74歳までの 障がいの ある 人が 入ります。

●介護保険

介護保険のしくみ

介護保険は、加齢に伴う病気などで介護が必要な状態になっても、できるだけ自立した日常生活が送れるように、必要なサービスを利用する制度です。保険の対象となるのは 65 歳以上の「第1 号被保険者」と 40 歳から 64 歳で医療保険に加入している「第 2 号被保険者」です。

これらの人が、入浴、排せつ、食事などの日常生活について介護が必要な状態の時にサービスが受けられます。なお、第 2 号被保険者については、脳卒中や初老期認知症など、老化によって介護が必要になった場合に限られます。申請の手順は以下のとおりです。

1) 医療保険に 入ります。

2) ①②③は 給 料 から お金を 払います。

④⑤は 区 市 町 村 に お金を 払います。

3) 保険証を もらいます。

2 介護保険

年を とった 人、病気の 人の 食べる こと、トイレへ 行く こと、風呂に 入る ことなど 毎日の 生活を 助けます。

第1号被保険者

65歳以上の 人

・年金が 月に 15,000円以上の 時 年金から お金を 払います。

・14,999円以下の 人は 区 市 町 村 や 銀行などで お金を 払います。

・払う お金は 区 市 町 村 で 違います。

第2号被保険者

40歳から 64歳で 医療保険に 入って いる 人

医療保険と 介護保険の お金を 払います。

脳 卒 中 や 初 老 期 認 知 症 など で 介護が 必要に なった 時だけ

* 脳 卒 中 : 脳 の 病気

* 初 老 期 : 40歳から 64歳まで

* 認 知 症 : だ ん だ ん わ か ら な く な る 病 気

- ・住んでいる地域の役所に申請します。
- ・要介護度の認定が行われます。
- ・サービス提供者と話し合っ^てケアプラン(介護の計画)をたてます。
- ・受けるサービスを決定します。
- ・サービスを受け^ます。
- ・負担金(通常は正規料金の 10%)を支払います。

給付内容

受けられるサービスの例を以下にあげます。

<施設サービス>

- ・特別養護老人ホームなど

<在宅サービス その他>

- ・訪問介護(ホームヘルプサービス)
- ・訪問入浴介護
- ・訪問リハビリテーション
- ・通所介護(デイサービス)
- ・短期入所(ショートステイ) など

加入および保険料の支払い

原則として、65 歳以上の人と 40 歳～64 歳^の人は、介護保険に加入します。保険料の支払いに関しては、40 歳～64 歳^の人は、加入している各医療保険の保険料に上乗せする形でいっしょに支払うようになっています。

65 歳以上の人は、受け取っている年金が月に 15000 円^{以上}の場合は年金から天引き(給付される段階であらかじめその金額を差し引く)、15000 円未満の場合は区市町村や銀行などの金融機関で支払いをします。支払う保険料の金額は区市町村によって違います。

- 1) 住んで いる ところの 役所に 聞きます。
- 2) 要介護度を 決めます。(どのくらい 助けが 必要ですか)
- 3) ケアプランを 作ります。
サービスを する 人と 話します。
必要な サービスを 決めます。
* ケアプラン: いつ どの サービスを するか 書いた 表
- 4) サービスを 受け^ます。
- 5) サービスの お金の 10%を 払います。
- 6) サービス
 - ・お年寄りが 特別の 家に 入ります。
(特別養護老人ホームなど)
* 特別養護老人ホーム: 一人で 何も できない 老人たちの 家
 - ・ヘルパーが 家へ 来て 手伝います。
 - ・家で 風呂に 入る 手伝いを します。
 - ・家で リハビリを します。
 - ・デイサービスセンターへ 行きます。
デイサービスセンターで 食事を したり リハビリを したり 趣味の ことを したり します。
 - ・ほかにも いろいろな サービスが あります。

VI 参考資料

1 「わかる日本語」研究会報告と関連資料

- 1) 東京日本語ボランティア・ネットワーク
「わかる日本語」研究会報告 ～日本語を母語としない人たちにとって
わかりやすい日本語文にリライトする～
http://www.tnvn.jp/information/pdf/wakaru_nihongo
東京都国際交流委員会ホームページ 「外国人のための生活ガイド」
の日本語文を分かり易い日本語にリライト
- 2) 東京都国際交流委員会
 - (1) 「外国人のための生活ガイド」・・・やさしい日本語
http://www.tokyo-icc.jp/guide_easy/index.html2
日本語文を「わかる日本語」研究会で分かり易い日本語にリライトした結
果が掲載されている。
 - (2) 「日本語を母語としない人への情報発信等に関する実態調査」
(2012 年)
<http://www.tokyo-icc.jp/topics/nihongo/nihongo.pdf>
東京都国際交流委員会が平成 23 年に全国の自治体等に調査した報告
書で「やさしい日本語」の取り組みについてもアンケートを取っている。
- 3) 東京都大田区 外国人のための情報誌 “Ota City Navigation”
[http://www.city.ota.tokyo.jp/kokusaitoshi/kouryu/warbler/ota_city_](http://www.city.ota.tokyo.jp/kokusaitoshi/kouryu/warbler/ota_city_navigation/)
[navigation/](http://www.city.ota.tokyo.jp/kokusaitoshi/kouryu/warbler/ota_city_navigation/)
「わかる日本語」版が毎月 1 回発行されている。

2 研究会で参考とした資料

- 1) 弘前大学人文学部社会言語学研究室
減災のための「やさしい日本語」
<http://human.cc.hirosaki-u.ac.jp/kokugo/EJ1a.htm>
阪神淡路大震災をきっかけに「やさしい日本語」を開発。
『やさしい日本語』作成のためのガイドライン、「新版・災害が起
こったときに外国人を助けるためのマニュアル」等、
・最新版：「やさしい日本語」にするための1 2 の規則
[http://human.](http://human.cc.hirosaki-u.ac.jp/kokugo/EJ9tsukurikata.ujie.htm)
[cc.hirosaki-u.ac.jp/kokugo/EJ9tsukurikata.ujie.htm](http://human.cc.hirosaki-u.ac.jp/kokugo/EJ9tsukurikata.ujie.htm)
- 2) 埼玉県総合政策部国際課
外国人にやさしい日本語表現の手引 2006
<http://www.pref.saitama.lg.jp/site/tabunkakyousei/yasasiinihong>
[o.html](http://www.pref.saitama.lg.jp/site/tabunkakyousei/yasasiinihong)
「日本語を母語としない県民のための広報を目的とする行政情報
の作成に関する配慮指針」を具体化するために作成したもの。
・第 2 版：
[http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/docum](http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/379176.pdf)
[ents/379176.pdf](http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/379176.pdf)
- 3) 「やさしい日本語」科研グループ
<http://www13.plala.or.jp/yasashii-nihongo/>
一橋大学の庵功雄（いおり・いさお）准教授ら：「やさしい日本語」
に関する研究論文や報告書等

2 研究会で参考とした資料

- 4) 愛知県地域振興部国際課多文化共生推進室
「やさしい日本語」の手引き ～外国人に伝える日本語～
<http://www.pref.aichi.jp/kokusai/easyjapanese/tebiki.pdf>
- 5) 社会福祉法人 大阪ボランティア協会
多文化子育て支援ガイドブック「日本語でつたえるコツ」
<http://www.osakavol.org/08/multicultural/guidebook.html>
- 6) 横浜市市民局広報課
 - ・「やさしい日本語」で伝える～分かりやすく 伝えやすい日本語を目指して
 - ・「やさしい日本語」例文集
<http://www.city.yokohama.lg.jp/lang/ej/kijun.html>
外国人向けにやさしい日本語で広報したいときに役に立つ、やさしい日本語の作成基準（第2版）を作成
- 7) 山形県 / 公益財団法人山形県国際交流協会
 - ・外国人に伝わりやすい「やさしい日本語」作成手引き
 - ・やさしい日本語会話集
<http://www.airyamagata.org/>
- 8) 荒川区
「やさしい日本語」による「外国人のための生活便利帳」
2012年4月

3 手引きとして参考となる資料（一部）

- 1) 栃木県 / 公益法人栃木県国際交流協会
 - ・まずは「やさしい日本語」で話してみよう!
<http://tia21.or.jp/publications.html>
- 2) 「やさしい日本語の手引き」 岡山県（国際課）
<http://www.pref.okayama.jp/page/422142.html>
- 3) 「やさしい日本語」の手引き 公益財団法人 しまね国際センター
www.sic-info.org/support/prepare-disaster/easy_japanese/
- 4) NHK「NEWS WEB EASY」
<http://www3.nhk.or.jp/news/easy/index.html>
小中学生や在住外国人にとってわかりやすい言葉でニュースを伝える。
動画や音声、辞書機能がついている。
- 5) 気象庁
<http://www.jma.go.jp/jma/press/1510/29a/tagengo20151029.html>
「緊急地震速報・津波警報の多言語辞書」 H27.10.29
外国人が災害時において適切な行動がとれるよう、簡易な日本語で外国人向けに「やさしい日本語」への翻訳表現も掲載されている。
- 6) 多言語生活情報
<http://www.clair.or.jp/tagengo/>
外国人が日本で生活するために必要な生活情報が 12 言語と「やさしい日本語」で記載されている。

「わかる日本語」研究会 参加者

岡田 美奈子	やさしい日本語
小川 伶子	初歩日本語
小田 良子	所沢インターナショナルファミリー
梶村 勝利	早稲田奉仕園日本語ボランティアの会
嶋田 信子	本所賀川記念館日本語教室
武貞 明子	東久留米にほんごクラス
田口 寛	新宿区地域文化部多文化共生推進課
中山 眞理子	NPO 多文化子ども自立支援センター、亜細亜大学
林川 玲子	ビバ日本語教室
山川 泰子	元東京都国際交流委員会
山本 英子	小平日本語ボランティアの会

東京日本語ボランティア・ネットワーク

事務局 東京都新宿区神楽河岸 1-1
東京ボランティア・市民活動センター 気付
メールボックス No.4

E-mail webadmin@tnvn.jp

URL <http://www.tnvn.jp>

助成 東京ボランティア・市民活動センター
2015 年度 ボランティア・市民活動支援総合基金
ゆめ応援ファンド助成

ご使用の場合、TNVN 事務局にご一報頂ければ幸いです。