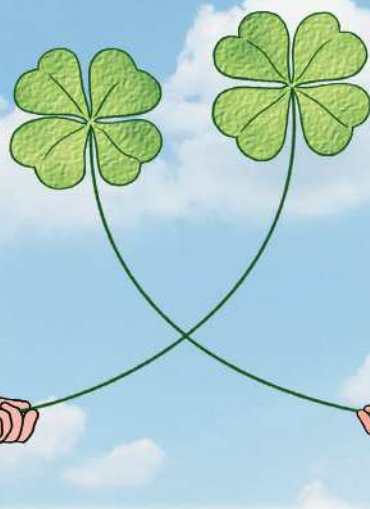


日本語

がいこくじん  
**外国人**  
ざいりゅう  
**在留マニュアル**

にほん はんざい ま こ  
日本で犯罪に巻き込まれず、  
あんぜん あんしん せいかつ おく  
安全安心な生活を送るために。



 **東京都**

協力



警視庁



東京出入国在留管理局

# もく じ 目 次

はじめに

P1

にほん  
日本のルール・マナー

P2 ~ P5

ちゅうい にほん ほうりつ  
注意してほしい日本の法律

P6 ~ P10

じてんしゃ の ちゅうい てん  
自転車に乗るときの注意点

P11 ~ P13

ちゅうい てん  
アルバイトをするときの注意点

P14 ~ P17

ざいりゅう  
在留カードについて

P18 ~ P20

ちゅうちようき ざいりゅうしゃ とどけて ぎむ  
中長期在留者の届出義務

P21 ~ P24

こま れんらくさき  
困ったときの連絡先

P25

# はじめに

## とうきょうと せいかつ がいこくじん かた 東京都で生活する外国人の方へ

とうきょうと おお がいこくじん かた せいかつ  
東京都には、多くの外国人の方が生活しています。

がいこくじん かた なか ことば ぶんか せいかつしゅうかん  
しかし、外国人の方の中には、言葉、文化、生活習慣などの  
ちが にほんじん ひと  
違いにより、日本人とトラブルになる人がいます。

にほん ほうりつ し おぼ  
また、日本の法律を知らなかったり、まちがって覚えたり  
き ほうりつ いはん ひと  
することで、気がつかずに法律に違反してしまう人がいます。

とうきょうと がいこくじん かた にほん ほうりつ  
東京都では、外国人の方に日本のルールやマナー、法律を  
ただ りかい あんぜん あんしん せいかつ おく  
正しく理解してもらい、安全で安心な生活を送っていただく  
ため、このマニュアルをつくりました。



# にほん 日本のルール・マナー

◆ごみは、ごみ箱に捨ててください。



ごみを道路などに捨ててはいけません。

◆ごみを出すときのルールを守ってください



ごみを出すときは、日時・場所・ごみの分別を守ってください。



粗大ごみを不法投棄しないでください。

ごみを出すルールは区市町村ごとに決まっています。  
確認しましょう。

ちんたいけいやくしょ ないよう まも  
◆ 賃貸契約書の内容を守ってください。



おおや きよか う  
大家の許可を受けずに、同居人を増やす、ほかの人に部屋を貸す、  
へや かいそう いぬ ねこ か  
部屋を改装する、犬や猫などのペットを飼うことはできません。

けいやくしょ ないよう まも たいきよ  
契約書の内容を守らないと、退去させられることがあります。

ろうか かいだん もの お  
◆ 廊下や階段に物を置かないでください。



へや そと  
部屋の外にある廊下や階段は、ほかの人も使います。

もの お  
物が置かれていると、火事や地震のときに逃げることができません。

ろうか しつない おおごえ さわ  
**◆ 廊下や室内で、大声で騒いだり、**  
 おお おと おんがく き  
**大きな音で音楽を聴かないでください。**



おお こえ おお おと ひと めいわく  
 大きな声や大きな音は、まわりの人の迷惑になります。

さわ けいさつ つうほう けいさつかん ちゅうい  
 騒がしくしていると、警察に通報され、警察官から注意を  
 う  
 受けることがあります。

でんしゃ なか けいたいでん わ はな  
**◆ 電車やバスの中では、携帯電話で話したり、**  
 おおごえ はなし ひか  
**大声で話をするとは控えましょう。**



でんわ 電話をする声や大きな声は、電車やバスに乗っている人の  
 めいわく  
 迷惑になります。

さわ  
 騒がしくしていると、トラブルになることがあります。

ひと せいかつ ばしょ おお ひと ばしょ  
**人が生活している場所や、多くの人がいる場所では、**  
 まも  
**ルールやマナーを守りましょう。**

◆ <sup>さけ</sup> <sup>の</sup> <sup>ひと</sup> <sup>す</sup> <sup>さいいじょう</sup> <sup>ひと</sup>  
お酒を飲んだり、たばこを吸ったり  
できる人は、20歳以上の人です。



日本では、20歳未満の人（20歳にならない人）は、  
お酒を飲んだり、たばこを吸ったりすることはできません。

◆ <sup>きつえん</sup> <sup>ばしょ</sup> <sup>す</sup>  
たばこは、喫煙場所で吸ってください。



歩きながらたばこを吸ったり、喫煙場所以外でたばこを  
吸ったりしないでください。

また、たばこを道路などに捨ててはいけません。  
東京都の条例により、屋内施設は原則禁煙です。

# ちゅうい にほん ほうりつ 注意してほしい日本の法律

ていきけん ほけんしょう か か  
◆ 定期券、保険証を貸したり借りたりしないで  
ください。

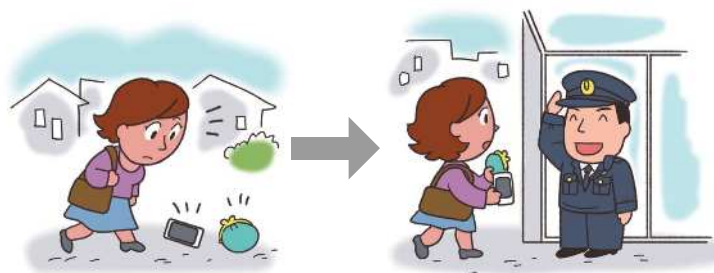


ほかひと ていきけん ほけんしょう  
他の人の定期券、保険証、マイナンバーカードを使っ  
てはいけません。

じぶん ていきけん ほけんしょう か  
また、自分の定期券、保険証、マイナンバーカードを貸  
してはいけません。

ほうりつ いはん しよぼう  
これは法律違反であり、処罰されます。

ひろ もの こうばん とど  
◆ 拾った物は交番に届けてください。



ひろ さいふ かね じぶんもの  
拾った財布、お金、カードなどを自分の物にしてはいけません。

ほうりつ いはん しよぼう  
これは法律違反であり、処罰されます。

もの  
物をなくしたときは、警察に遺失届を提出しましょう。  
失くした物が見つかったときに戻ってきます。

◆ 「万引き」は犯罪です。



「万引き」とは、代金を支払わずにお店から商品を持って帰る行為です。

盗む、運ぶ、見張る、逃げるのを助ける行為のすべてが犯罪になります。

日本のお店には、防犯カメラが設置されていますし、警備員が巡回しています。

万引きは絶対にやってはいけません。

◆ 置いてある他人の自転車に乗っていかないでください。



駅や道路に置いてある自転車に乗って持ち去ってはいけません。

これは法律違反であり、処罰されます。

◆ 他人の畑の野菜や果物、家畜を盗んではいけません。

◆ 許可なく川や海で魚や貝を捕ってはいけません。

◆ **危険物を持ち歩かないでください。**



理由なくナイフなどの危険物を持ち歩いてはいけません。

これは法律違反であり、処罰されます。

次のことは、危険物を持ち歩く理由になりません。

- 身を守るために持つこと
- 便利だからと思い持つこと
- ファッションと考えること
- 仕事やキャンプで使った後、片づけるのが面倒だからと鞆などに入れたままにしておくこと

◆ **違法な薬物の所持・使用は犯罪です。**



日本では、次のような薬物を所持・使用することはできません。

- 覚醒剤
- 大麻 (マリファナ)
- コカイン
- ヘロイン
- MDMA
- 危険ドラッグ など

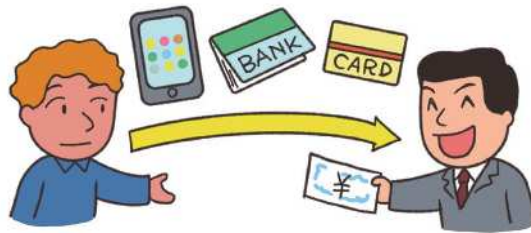
例えば1回だけの使用でも犯罪になります。

絶対に所持したり、使用したりしてはいけません。

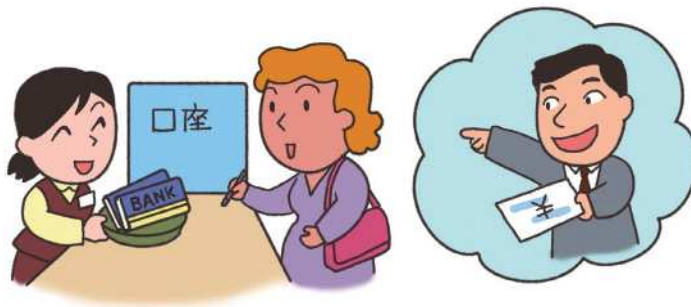
また、日本国内に持ち込むことも犯罪です。

つぎ こう い はんざい  
◆ 次の行為は犯罪です！  
かんたん もう さそ  
簡単に儲かるといった誘いには  
ぜったい  
絶対にのらないでください！

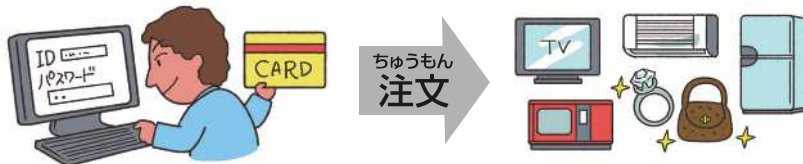
- けいたいでんわ つうちょう たにん う ゆず  
● 携帯電話、キャッシュカード、通帳を他人に売る、譲る。



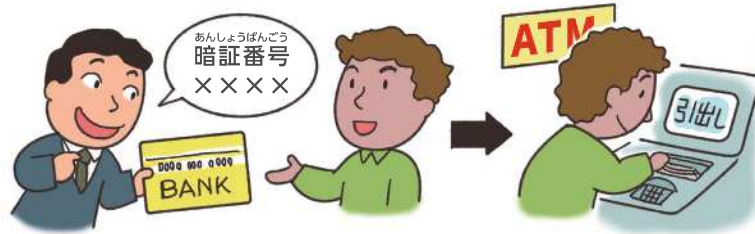
- けいたいでんわ ぎんこうこうざ たにん けいやく  
● 携帯電話、銀行口座を他人のために契約する。



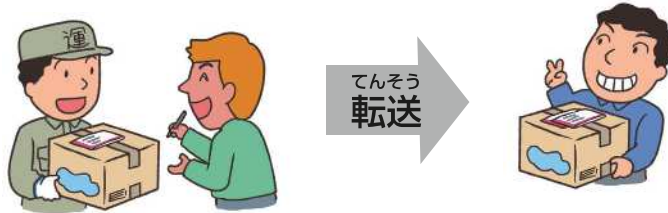
- とう たにん しよう  
● インターネット等で他人のクレジットカードを使用して、  
しょうひんとう ちゅうもん  
商品等を注文する。



- 他人のキャッシュカードを使って、お金をおろす。



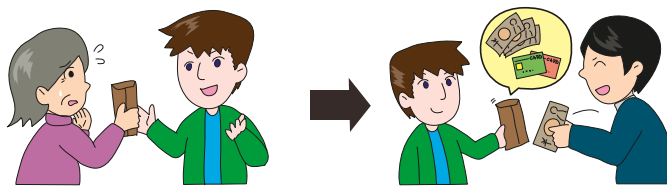
- 宅配便を他人の名前で受け取る。また、受け取った荷物を依頼人に渡したり、指定された場所に転送する。



他人の名前を書いて荷物を受け取る

指定された場所に転送

- 入っている物が分からない封筒や荷物を他人から受け取り、依頼人に渡す。



**ちゅうい 注意してください！**

このような行為の背後には犯罪組織などが潜んでいます。

あなたに犯罪をする意識がなくても、

犯罪組織に協力したことになります。

簡単で儲かるからと誘われても、

関わることは絶対にやめましょう！



# じてんしゃのちゅういでん 自転車に乗るときの注意点

じてんしゃか  
◆ 自転車を買ったときやもらったときは、  
ぼうはんとよろくてつづき  
防犯登録の手続をしてください。



警視庁  
原宿  
A -11111

じてんしゃか  
自転車を買ったとき ▶ ぼうはんとよろく しんきとよろく ひつよう  
防犯登録の**新規登録**が必要です

じてんしゃ  
自転車もらったとき ▶ ぼうはんとよろく めいぎへんこう ひつよう  
防犯登録の**名義変更**が必要です

ぼうはんとよろくてつづき  
防犯登録の手続は、「自転車防犯登録所」の看板が掲げてある自転車販売店などでできます。  
ぼうはんとよろく めいぎへんこう てすうりょう ざいりゅう じてんしゃ  
防犯登録の名義変更には、手数料、在留カード、自転車  
ぼうはんとよろく も かた ひつよう  
防犯登録カード（お持ちの方）が必要になります。

じてんしゃ ちゅうりんじょうと  
◆ 自転車は駐輪場に停めてください。



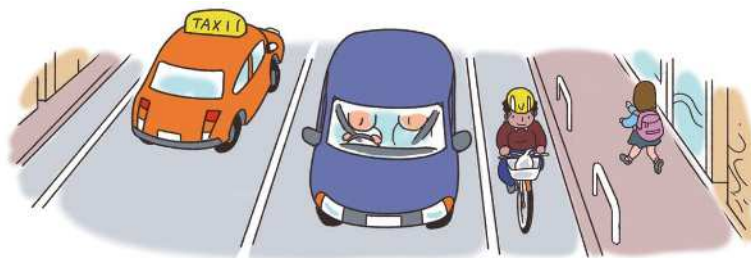
じてんしゃ ちゅうりんじょうと えき かって ちゅうりん  
自転車を駐輪場に停めず、駅などに勝手に駐輪すると、  
てつきよ  
撤去されます。

てつきよ じてんしゃ かえ てつきよりょうきん  
撤去された自転車を返してもらうには、撤去料金を  
しはら ひつよう  
支払う必要があります。

◆ **日本では、車と同じ法律が  
自転車にも適用されます！**

**自転車を安全に利用するための5つのルール**

① **自転車は、車道が原則、歩道は例外**

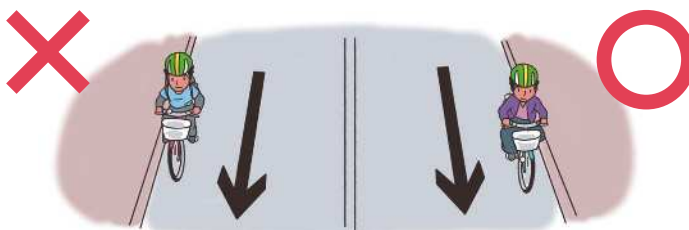


ただし、次の場合は歩道を通行することができます。



- 歩道に「普通自転車歩道通行可」の標識がある場合
- 13歳未満の子供や70歳以上の高齢者、身体の不自由な人が自転車を運転している場合
- 道路工事等で車道の左側通行が困難な場合

② **車道は左側を通行**



自転車で車道を通行するときは、自動車と同じ左側通行です。  
右側通行は禁止です。

3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行



自転車じてんしゃで歩道ほどうを通行つうこうする場合は、車道寄りの部分ばあいをすぐに止まることができる速度そくどで走はしってください。  
歩行者ほこうしゃの通行つうこうを妨さまたげるような場合は、必ずかならず一時停止いちじていししてください。

4 安全ルールを守る



飲酒運転いんしゅうんてんの禁止きんし



二人乗りふたりのの禁止きんし



並進へいしん（横よこに並ならんで走はしること）の禁止きんし



傘差し運転かささしうんてんの禁止きんし



夜間やかんはライトらイトいトとを点つける



交差点こうさてんでは信号しんごうを守まり、一時停止いちじていしする

5 ヘルメットを着用

東京都とうきょうとでは、自転車じてんしゃを利用りようするときは、ヘルメットちやくようの着用すいしやうを推奨ちやくようしています。



東京都内とうきょうとで自転車じてんしゃを利用りようする場合は、対人賠償事故たいじんばいしょうじこに備そなえる保険等ほけんとうに加入かにゅうしている必要ひつようがあります。

# アルバイトをするときの注意点

◆アルバイトをするときは、  
 事前に資格外活動許可を受けてください。



外国人の方は、出入国管理及び難民認定法で定められている在留資格の範囲内で、日本での就労が認められています。

次のような場合は、事前に資格外活動許可を受けてください。

●在留資格「留学」、「家族滞在」など、日本での就労が認められていない方がアルバイトをする場合

●在留資格「技術・人文知識・国際業務」など、日本での就労が認められている方が、在留資格に定められた活動のほかにアルバイトをする場合



ちゅうい  
**注意してください！**

資格外活動許可には、時間などの制限があります。

資格外活動許可を受けずにアルバイトをしたり、制限を守らずにアルバイトをしてはいけません。

これは法律違反であり、処罰されたり、強制送還されることがあります！



NO!

◆アルバイトをする際は、  
週28時間を超えて働かないでください。

28時間 + 20時間 = 48時間



28時間以内に！

2か所以上でアルバイトをする場合も、合計で28時間を超えてはいけません。

ただし、在留資格「留学」の方は、学則で定める長期休暇中（夏休み、冬休み等）は1日8時間（ただし週40時間以内）まで働くことができます。

◆アルバイトをする際は、  
風俗店で働かないでください。



次のような場所ではアルバイトできません。

- お客の接待をして飲食させるスナック、キャバレー、パブ、  
キャバクラ、ホストクラブなど ●ゲームセンター
- 麻雀店 ●パチンコ店 ●ラブホテル ●テレホンクラブ
- 出会い喫茶 ●アダルトグッズ販売店
- アダルトビデオ販売店 ●個室型ビデオ店 ●デリバリーヘルス

このような場所では、清掃員、血洗い、ウェーター、ホールスタッフなどとして働くこともできません。

◆アルバイトをする際は、  
風俗店と類似する店に注意してください。



性的サービスの<sup>せいせき</sup>ある<sup>ある</sup>マッサージ店<sup>てん</sup>や、お客の隣に<sup>きやく とわり すわ</sup>座り、会話をしたり  
お酒をついだり<sup>さけ</sup>する接待行為<sup>せつたいこう い</sup>がある飲食店<sup>いんしょくてん</sup>で働いてはいけません。  
お店の人が大丈夫<sup>おせ ひと だいじょうぶ</sup>と言っても、信じてはいけません。  
風俗店<sup>ふうぞくてん</sup>と知らないで働いていたとしても、  
処罰<sup>しょばつ</sup>されたり、強制送還<sup>きょうせいそうかん</sup>されることがあります。

◆学校を辞めた後、アルバイトはできません。



留学生<sup>りゅうがくせい</sup>の方が退学<sup>かた</sup>、除籍<sup>たいがく</sup>などで学校<sup>じよせき</sup>を辞めた後は、アルバイトは  
できません。  
在留資格<sup>ざいりゅうしかく</sup>や資格外活動許可<sup>しかくがいかつどうきよか</sup>の期間<sup>きかん</sup>が残<sup>のこ</sup>っていても、アルバイトは  
できません。  
学校<sup>がっこう</sup>を辞めた後<sup>や</sup>にアルバイト<sup>あと</sup>をしていると、処罰<sup>しょばつ</sup>されたり、強制送還<sup>きょうせいそう</sup>  
還<sup>かん</sup>されることがあります。

◆<sup>とうろくりょう</sup>登録料<sup>もと</sup>を求めるアルバイト<sup>ちゅうい</sup>に注意してください。



<sup>がいこくじん</sup>外国人<sup>かた</sup>の方にアルバイト<sup>しょうかい</sup>を紹介すると嘘<sup>うそ</sup>を言い、登録料<sup>い</sup>としてお金<sup>とうろくりょう</sup>をだまし取る<sup>かね</sup>犯罪<sup>と</sup>があります。

<sup>とうろくりょう</sup>登録料<sup>しょうかいりょう</sup>や紹介料<sup>い</sup>などと言って<sup>かね</sup>お金を<sup>もと</sup>求める<sup>ひと</sup>人には<sup>ちゅうい</sup>注意<sup>い</sup>してください。

◆<sup>きよか</sup>許可<sup>とう</sup>等<sup>う</sup>を受けず<sup>じぶん</sup>に自分の家<sup>いえ</sup>を宿泊施設<sup>しゆくはくしせつ</sup>として<sup>ゆうりょう</sup>有料<sup>ていきよう</sup>で提供<sup>い</sup>しないでください。



<sup>かね</sup>お金を<sup>う</sup>受け取<sup>と</sup>って<sup>りょこうしゃ</sup>旅行者<sup>じたく</sup>などを自宅<sup>と</sup>に泊<sup>と</sup>めるときは、<sup>ほけんじょ</sup>保健所<sup>とう</sup>等の<sup>きよか</sup>許可<sup>う</sup>を受けたり、<sup>とどうふけん</sup>都道府県<sup>く</sup>や<sup>しちようそん</sup>区市町村<sup>とどけ</sup>に届出<sup>ひつよう</sup>をする<sup>い</sup>必要があります。

<sup>きよか</sup>許可<sup>とう</sup>等<sup>う</sup>を受けず<sup>しゆくはくしせつ</sup>に宿泊施設<sup>えいぎよう</sup>を営業<sup>い</sup>すると、<sup>しよばつ</sup>処罰<sup>い</sup>されます。

# ざいりゅう 在留カードについて

がいしゅつ  
◆外出するときは、  
かなら ざいりゅう けいたい  
必ず在留カードを携帯してください。



ざいりゅう にほん ちゅうちゅうきかんたいざい がいこくじん かた こうふ  
在留カードは、日本に中長期間滞在する外国人の方に交付される  
ものです。

ざいりゅう かなら も  
在留カードは、必ず持っていなければなりません。  
ざいりゅう も ほうりつ いはん  
在留カードを持っていないことは法律違反であり、  
ばっせん しはら  
罰金を支払うことがあります。

ぱすぽーと や ぼけんしやう など べつ みぶんしやうめいしよ も  
パスポートや保険証など別の身分証明書を持っていたとしても、  
ざいりゅう も  
在留カードを持っていないければなりません。

ざいりゅう こうふ たいしやう かた ちゅうちゅうぎざいりゅうしや  
在留カード交付の対象となる方（「中長期在留者」といいます）  
は、次の①～⑥のいずれにも当てはまらない方です。

- ① 「3月」以下の在留期間が決定された方
- ② 「短期滞在」の在留資格が決定された方
- ③ 「外交」又は「公用」の在留資格が決定された方
- ④ 「特定活動」の在留資格が決定された台湾日本関係協会  
の本邦の事務所（台北駐日経済文化代表処等）若しくは  
ちゅうにち そうだいひょうぶ しょくいんまた かぞく かた  
駐日パレスチナ総代表部の職員又はその家族の方
- ⑤ 特別永住者の方
- ⑥ 在留資格を有しない方

◆ **警察官、出入国在留管理庁の職員等から  
在留カードの提示を求められたときは、  
在留カードを提示してください。**



外国人の方は、警察官などから在留カードの提示を求められたときは、在留カードを提示する義務があります。  
警察官などの求めを拒んで在留カードを提示しなければ、処罰されます。

◆ **在留カードには有効期間があります。**



- **在留資格「永住者」**
  - 16歳以上の方
  - 16歳未満の方
- **在留資格「永住者」**
  - 16歳以上の方
  - 16歳未満の方
- **「高度専門職2号」の方**
  - 交付の日から7年間
  - 16歳の誕生日まで
- **「高度専門職2号」以外の方**
  - 在留期間の満了日まで
  - 在留期間の満了日又は16歳の誕生日のいずれか早い日まで

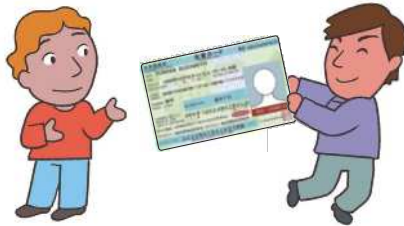
ざいりゅう な  
◆在留カードを失くしたら、すぐに  
しゅつにゅうこくざいりゅうかんにちよう さいこう ふ しんせい  
出入国在留管理庁で再交付を申請してください。



ざいこう ふ しんせい ばあい ふんしつ しょうめい いしつ とどけでしようめいしょ  
再交付を申請する場合、紛失を証明するもの（遺失届出証明書、  
とうなん とどけでしようめいしょ さいしやうめいしょ じつよう  
盗難届出証明書、り災証明書など）やパスポート、写真が必要です。  
ちか しゅつにゅうこくざいりゅうかんにきよく じぜん き  
お近くの出入国在留管理局に事前に聞きましょう。

14日以内に申請しなければ、処罰されることがあります。

ざいりゅう か わた  
◆在留カードを貸さない、渡さないでください。



か  
貸さない！  
わた  
渡さない！

あくよう し じぶん ざいりゅう か わた  
悪用されると知って、自分の在留カードを貸したり、渡したりして  
はいけません。

たと しつこう ざいりゅう か  
例えば失効した在留カードであっても、貸したりしてはいけません。  
これは法律違反であり、処罰されたり、強制送還されることがあり  
ます。

ぎ ぞう へんぞうざいりゅう き つ  
偽造・変造在留カードに気を付けてください！

こう し もくてき ぎ ぞう へんぞう ざいりゅう も  
行使の目的で偽造・変造された在留カードを持っている  
がいこくじん かた ざいりゅう し かく かた  
外国人の方は、在留資格がある方であっても、  
しよばつ きやうせいそうかん  
処罰されたり、強制送還されることがあります！



NO!

# ちゅうちようきざいりゅうしゃ とどけで ぎ む 中長期在留者の届出義務

ちゅうちようきざいりゅうしゃ かた にほん じゅうしょ しょぞく  
◆中長期在留者の方は、日本の住所や所属している  
き かん かいしゃ みせ がっこうとう く しちょうそん  
機関（会社、お店、学校等）などを区市町村や  
しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちよう とど で ぎ む  
出入国在留管理庁に届け出る義務があります。



ちゅうちようき ざいりゅうしゃ かた しゅつにゅうこくかん り およ なん みにんてい ほう さだ  
中長期在留者の方は、出入国管理及び難民認定法で定められている  
とどけで  
届出をしなければなりません。

- 住所地 ● 氏名、生年月日、国籍・地域、性別
- 所属機関（活動機関、契約機関） ※
- 配偶者との離婚、死別 ※

※所属機関や配偶者に関する届出は対象者が決まっています。

とどけで ぎ む り こう  
届出の義務を履行しなかったり、嘘の届出をしたりすると、  
しよばつ ざいりゅうし かく と け  
処罰されたり、在留資格が取り消されたりすることがあります。

とどけで ぎ む り こう  
届出の義務を履行していないと、

- 在留資格変更許可申請
- 在留期間更新許可申請
- 永住許可申請

さい しようきよくてき ひょうか ふ りえき しょぶん う  
の際、消極的に評価され、不利益な処分を受けることがあります。

にほん にゆうこくご す ばしょ き  
**◆日本に入国後、住む場所が決まったり、**  
 す ばしょ へんこう かなら く しちょうそん  
**住む場所を変更したら、必ず 区市町村に**  
 あたら じゅうしょ とど で  
**新しい住所を届け出てください。**



じゅうしょ き  
住所が決まる



じゅうしょ か  
住所が変わる

く しちょうそん あた じゅうしょ とど で ざいりゅう ひつよう  
 区市町村に新しい住所を届け出るときは、在留カードが必要です。

けっこんとう し めい せいねんがっぴ こくせき ち いき  
**◆結婚等して、氏名、生年月日、国籍・地域、**  
 せいべつ へんこう  
**性別を変更したときは、すぐに**  
 しゅつにゆうこくざいりゅうかんりちよう とど で  
**出入国在留管理庁に届け出てください。**



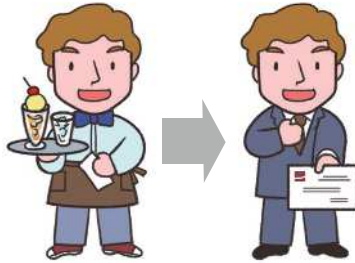
し めい  
氏名や  
こくせきとう か  
国籍等が変わる

しゅつにゆうこくざいりゅうかんりちよう とど で りよけん しゃしん ざいりゅう  
 出入国在留管理庁に届け出るときは、旅券、写真、在留カードの  
 ほか、し めい か しようめい しりよう ひつよう  
 氏名などが変わったことを証明する資料が必要です。

がっこう や かいしゃ へんこう  
**◆ 学校を辞めたり、会社を変更したときは、**  
 しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちょう とど で  
**すぐに出入国在留管理庁に届け出てください。**



そつぎょう しんがく  
**卒業、進学、**  
 へんにゅう たいがくとう  
**編入、退学等**



てんしよく たいしよくとう  
**転職、退職等**

とどけで ぎ む つぎ ざいりゅうし かく かた  
**届出の義務があるのは、次の在留資格の方たちです。**  
 きょうじゆ こうど せんもんしよく けいえい かんり ほうりつ かいけいぎやうむ いりやう きやういく  
 教授、高度専門職、経営・管理、法律・会計業務、医療、教育、  
 きぎやうないてんきん ぎのうじっしゅう りゅうがく けんしゅう けんきゅう  
 企業内転勤、技能実習、留学、研修、研究、  
 ぎじゆつ じんぶん ちしき こくさいぎやうむ かいご こうぎやう ぎのう とくていぎのう  
 技術・人文知識・国際業務、介護、興行、技能、特定技能

とどけで ぎ む つぎ じ ゆう  
**届出の義務があるのは、次の事由です。**  
 ● がっこう や かいしゃ など、 かつどう する 機関の名称変更、所在地変更、消滅  
 ● がっこう や かいしゃ など、 かつどう する 機関からの離脱、移籍  
 ● かいしゃ など、 けいやく した 機関との けいやく 終了、新たな けいやく の 締結

とどけで ぎ む り こう うそ とどけで  
**届出の義務を履行しなかったり、嘘の届出をしたりすると、**  
 しょぼつ  
**処罰されます。**

ざいりゅうしかく かぞくたいざい にほんじん はいぐうしゃとう  
**◆在留資格「家族滞在」、「日本人の配偶者等」、**  
 えいじゅうしゃ はいぐうしゃとう ざいりゅうちゅうかた  
**「永住者の配偶者等」で在留中の方は、**  
 はいぐうしゃ りこん しべつ しゅつにゅうこく  
**配偶者と離婚、死別したときは、すぐに出入国**  
 ざいりゅうかんりちょう とど で  
**在留管理庁に届け出てください。**



りこん  
離婚、  
しべつ  
死別

とどけで きむ はいぐうしゃ かつどう ざいりゅうしかく  
 届出の義務があるのは、配偶者としての活動が在留資格の  
 きそ 基礎となっている方です。それ以外の方は対象ではありません。  
 はいぐうしゃ かた りこん しべつ く しちやうそん とどけで  
 配偶者の方と離婚したり、死別したときは、区市町村への届出  
 りこんとどけ しぼうとどけ かなら しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちょう とどけで  
 (離婚届、死亡届)だけでなく、必ず出入国在留管理庁への届出も  
 ひつよう 必要です。  
 とどけで きむ りこう うそ とどけで  
 届出の義務を履行しなかったり、嘘の届出をしたりすると、  
 じよばつ 処罰されます。

しよぞく きかん へんこう とどけで はいぐうしゃ  
**◆所属している機関の変更などの届出、配偶者と**  
 りこん しべつ とどけで  
**離婚・死別したときの届出は、インターネット**  
**からもできます。**

けんさく  
 こちらを検索してください。

しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちょうでんとどけで  
 出入国在留管理庁電子届出システム

けんさく  
 検索



[https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/i-ens\\_index.html](https://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/i-ens_index.html)

# こま 困ったときの連絡先

## ◆ 緊急時

じけん じご さい  
事件・事故の際は

でんわ  
電話 110



かじ びょうき さい  
火事・病気・けがの際は

でんわ  
電話 119



## ◆ 在留資格等の相談は…

がいこくじんざいりゅうそうごう  
外国人在留総合インフォメーションセンターへ

でんわ  
電話 0570-013904 (平日 8時30分～17時15分)

えいご ちゅうごくご かんこくご  
英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、  
フィリピン語、ネパール語、インドネシア語、タイ語、  
クメール (カンボジア) 語、ミャンマー語、モンゴル語、  
フランス語、シンハラ語、ウルドゥ語に対応!



## ◆ 外国人の在留に関する相談は…

がいこくじんざいりゅうしえん とうきょうにゅうかん  
外国人在留支援センター (東京入管) へ

でんわ  
電話 03-5363-3025 (予約専用)

平日 9時00分～17時00分

予約フォーム [https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc\\_2.1.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_2.1.html)

住所: 東京都新宿区四谷一丁目6番1号四谷タワー13F



## ◆ 生活の相談は…

とうきょうとがいこくじんそうだん  
東京都外国人相談へ

相談言語	相談日	電話
英語	月曜日～金曜日	03-5320-7744
中国語	火曜日・金曜日	03-5320-7766
韓国語	水曜日	03-5320-7700

【相談時間】 9時30分～12時00分、13時00分～17時00分



# がいこくじんざいりゅう 外国人在留マニュアル



このマニュアルは、いろいろな<sup>げんご</sup>言語に  
ほんやく  
翻訳しています。  
とうきょうと  
東京都のホームページから、  
むりよう  
無料でダウンロードできます。

がいこくじんざいりゅう  
外国人在留マニュアル

ばんさく  
検索



発行：東京都生活文化スポーツ局 都民安全推進部 治安対策課  
〒163-8001 東京都新宿区西新宿 2-8-1  
☎ 03-5388-2279

2023年3月発行

印刷物登録番号



日本語版

( 4 ) 83

日本で暮らす外国人のみなさん

# 闇バイトは犯罪です

## 闇バイトとは

X (旧Twitter) やFacebookなどのSNSやインターネット掲示板などで、**甘い言葉**で募集しています。

**甘い言葉  
って？**

「高収入」「簡単」「みんなやってる」  
「買い物するだけ」「荷物を受け取るだけ」  
「携帯電話を契約するだけ」

## これらも、もちろん犯罪です！

- 偽造の在留カードを作ること
- 通帳やキャッシュカードを売買すること
- 携帯電話を転売目的で契約すること

## 闇バイトを 始めと・・・

詐欺の受け子や出し子、強盗の実行犯人となってしまう。  
やめたいと思っても脅されてやめられません。

そして必ず逮捕されます。  
逮捕された後は、懲役や強制送還、被害者への損害賠償が待っています。



簡単に、大金を稼げるアルバイトはありません！  
甘い誘惑に負けずに、安全・安心に日本で生活しよう！



### ※罰則

詐欺 懲役10年以下  
強盗 懲役5年以上

闇バイトから抜け出せない・・・

そんな時は、今すぐ友人や家族、  
警察に相談してください！

警察相談ダイヤル

# 9110

または最寄りの警察署へ

警視庁南大沢警察署 ☎ 042-653-011