



きんきゆう
緊急のとき

さいがい じしん たいふう おおあめ じょうほう
● 災害(地震、つなみ、台風、大雨)のあたらしい情報



がいこくじんきんきゆう
かなざわ外国人緊急ネット



NHK WORLD JAPAN



さいがい に ひなんじよ
● 災害のとき、逃げるところ(避難所)



かなざわしていひなんじよたげんご
金沢市指定避難所多言語マップ



きんきゆう
● 緊急のでんわ



きゆうきゆうしゃ
救急車 ▶
119



かじ
火事 ▶
119



けいさつ
警察 ▶
110

かな ざわ せい かつ
金沢生活ガイド

にほんごばん
やさしい日本語版 2026

金沢生活ガイド
やさしい日本語版



金沢市

かなざわせいかつ 金沢生活ガイド

にほんごばん ～やさしい日本語版～ができました!

かなざわし 金沢市へようこそ!

「金沢生活ガイド～やさしい日本語版～」は、これから金沢市に住む外国人のための本です。

金沢の生活に役に立つ情報を、ふりがながついた簡単な日本語で書きました。
出入国在留管理庁「生活・仕事ガイドブック（やさしい日本語版）」も参考にしました。

https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html



ガイドブックを読むときの注意

- ・2026年3月現在の情報です。
- ・ガイドブックの内容は変わるかもしれません。
- ・専門的な言葉やむずかしい言葉は、< = >の中に簡単に書きました。

多言語版（英語、中国語、ベトナム語、インドネシア語）もあります。

<https://www.kief.jp/livein/life#item4>



分からないことがあったら、金沢国際交流財団に連絡してください。



かなざわこくさいこうりゅうざいだん
金沢国際交流財団 住所：金沢市本町1-5-3 リファール2階
お問い合わせ 電話：076-220-2522 E-mail：kief@kief.jp URL：https://www.kief.jp/



はじめに 「金沢ってこんなところ」

金沢市には、山や海があります。2つの川（犀川と浅野川）もあります。

2025年9月の金沢市の人口< = 金沢市に住んでいる人の人数>は約45万人です。面積は468.81km²です。

夏はあつい日が多いですが、冬はさむくて雨や雪がたくさん降ります。金沢には、「弁当忘れても傘忘れるな」< = お弁当は忘れてもいいです。しかし、傘は絶対に忘れないでください。>ということがあります。

城下町< = お城を中心に作られたまち>・金沢のまちや文化は、1603年から1868年の江戸時代につくられました。そのとき、金沢がある石川県は「加賀藩」と呼ばれていました。そして「前田家」の町でした。

金沢には、伝統的なものがたくさんあります。

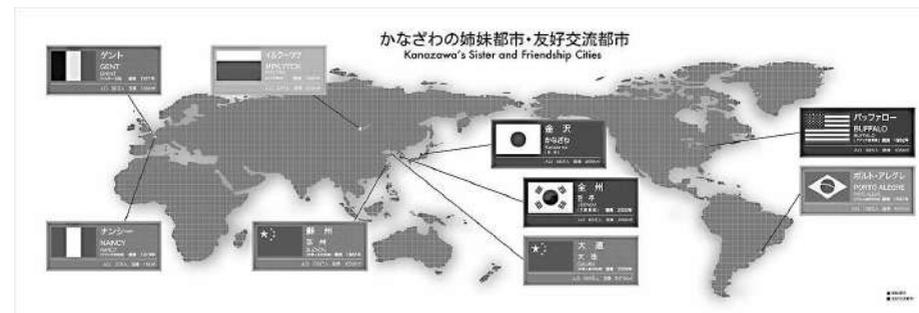
- ・加賀友禅、金箔箔、丸谷焼、能楽 など



金沢は戦争や災害< = 地震や台風など>が少なかったため、歴史のある建物がたくさんあります。

また、金沢市には、7つの姉妹都市と1つの友好交流都市があります。金沢市国際交流課では、いろいろな活動で姉妹都市と交流しています。

- ・姉妹都市：アメリカ・バッファロー、ロシア・イルクーツク、ブラジル・ポルトアレグレ、ベルギー・гент、フランス・ナンシー、中国・蘇州、韓国・全州
- ・友好交流都市：中国・大連



こくさいこうりゅうか
国際交流課 かなざわし やくしよだいいほんちやうしゃ
金沢市役所第一本庁舎4階
TEL：076-220-2075 Email：kokusai@city.kanazawa.lg.jp

かなざわせいかつ 金沢生活ガイド ～やさしい日本語版～

もくじ 目次

かなざわせいかつ 金沢生活ガイド ～やさしい日本語版～ができました！ p. 1

- かなざわ 金沢ってこんなところ p. 2
- いくつ知っていますか？「金沢市の有名な場所・もの」 p. 7
- かなざわ 金沢の1年間の大きなイベント、行事 p. 8
- やく た 役に立つ情報「観光するときに便利な場所・WEB サイト」 p.11
- かなざわし 金沢市の文化施設 p.12
- かなざわし 金沢市の公共サービス p.13

だい しょう かなざわし 第1章 金沢市に住むために必要なこと p.15

- かなざわし 金沢市役所について p.15
- ざいりゅう 在留カードと在留資格 p.16
 - ざいりゅう 在留カードとは p.16
 - ざいりゅう 在留資格の手続き p.16
 - さいにゅう 再入国 p.16
- マイナンバーについて p.17
 - マイナンバーとは p.17
 - マイナンバーカード p.17
- じゅうみん 住民異動届（住所が変わったとき） p.18
- こうてき 公的医療保険 p.19
 - こうてき 2つの公的医療保険 p.19
 - こくみんけんこう 国民健康保険に入るとき p.19
 - こくみんけんこう 国民健康保険をやめるとき p.20
 - こうきこうれいしゃ 後期高齢者医療制度 p.20
 - びょういん 病院で払うお金 p.20
- かいご 介護保険 p.20
- ねんきん 年金 p.21
 - こくみんねんきん 国民年金と厚生年金保険 p.21
 - こくみんねんきん 国民年金に入るとき p.21
 - だつたいいち 脱退一時金（帰国するときにもらうことができるお金） p.22
 - しゃかい 社会保障協定 p.23
- ぜいきん 税金（国や市などに払うお金） p.23
 - よくみ よく見る税金 p.23
 - しよとくぜい 所得税の払い方 p.24

だい しょう 第2章 暮らし p.25

- す いえ 住む家を探すとき p.25
 - みんかんじゆうたく 民間住宅（大家から借りる家） p.26
 - しえいじゆうたく 市営住宅 p.26
- ちやうかい 町会 p.26
- だ ごみの出し方 p.27
 - ごみを捨てるときのルール p.27
 - ごみの分け方、出し方を調べるとき p.27
 - そだい 粗大ごみ（大きなごみ）の出し方 p.28
- でんき 電気・ガス・水道 p.28
- でんわ 電話・テレビ p.29
 - でんわ 電話・携帯電話（スマートフォン） p.29
 - テレビ p.29
- ひこ 引っ越すとき p.29
- かなざわし 金沢市にある国際交流団体 p.30
 - かなざわこくさいこうりゅうざいだん 金沢国際交流財団 p.30
 - いしかわけんこくさいこうりゅうきやうかい 石川県国際交流協会 p.30
 - いしかわこくさいこうりゅう 石川国際交流ラウンジ p.31
 - いしかわこくさいこうりゅう 石川国際交流サロン p.31
 - にほんご 日本語を勉強したいとき（おとなのための日本語教室） p.31

だい しょう 第3章 仕事 p.34

- にほん 日本で働きたいとき p.34
 - ざいりゅう あなたの在留資格で働くことができる場所や仕事 p.34
 - し 資格外活動許可 p.34
 - しごと 仕事を探すとき、やめたとき p.35
 - はたら 働くことについて質問やこまったことがあるとき p.35

大切な手続き

暮らし

仕事

医療

子ども

銀行・郵便局

交通

緊急・災害

第4章 医療 p.36

4-1. 病院やクリニックに行くとき p.36

4-1-1. 病院の種類 p.37

4-2. 多言語医療問診票 p.37

4-3. 薬 p.37

4-4. 夜や休みの日に病院に行きたいとき (急な病気やけがのとき) p.38

4-5. 成人検診 p.38

4-6. 妊娠・出産 p.39

4-6-1. 妊娠したとき p.39

4-6-2. 出産したとき p.40

4-6-3. 妊娠、出産で受けることができるサービス p.40

第5章 子どもを育てる・子どもの教育 p.42

5-1. 小学校に入る前の子どもをあずける p.42

5-2. 日本の学校、教育 p.43

5-2-1. 小学校と中学校 p.44

5-2-2. 金沢市の日本語教室 p.44

5-2-3. 夜間中学校 (石川県立あすなろ中学校) p.44

5-2-4. 高校 p.45

5-3. 外国につながる子どものための地域の日本語教室 p.45

5-3-1. 外国にルーツをもつ子どものための「KIEF 子ども日本語ひろば」 p.45

5-3-2. 子どもスタディサポート (一般社団法人日本語まなびサポート北陸) p.46

5-3-3. 日本語・学習支援教室「わかたけ」 p.46

5-4. 児童館、放課後児童クラブ p.46

5-4-1. 児童館 p.46

5-4-2. 放課後児童クラブ p.47

5-5. 子育てにかかるお金の支援 p.47

5-6. 子育てについての情報を調べる p.49

5-6-1. かなざわ外国人子育て応援ハンドブック p.49

5-6-2. のびのびビ〜ノ p.49

第6章 銀行・郵便局 p.50

6-1. 銀行口座 (銀行にお金を入れたり出したりできるようにする) p.50

6-1-1. 口座を開きたいとき p.50

6-1-2. こんなときは p.50

6-2. 郵便局 p.51

6-2-1. 郵便や荷物を受け取ることができなかったとき (郵便物等お預かりのお知らせ) p.51

6-2-2. 海外へ送るとき p.51

6-2-3. 金沢市内の大きい郵便局 p.51

第7章 交通 p.52

7-1. バス p.52

7-1-1. バスに乗るとき p.52

7-1-2. 路線バスの乗り方 p.52

7-1-3. 「ふらっとバス」の乗り方 p.52

7-1-4. バスのお金を払う方法 p.53

7-2. 自転車 p.54

7-2-1. 自転車に乗るときのルール p.54

7-2-2. 自転車を止めることができるところ・できないところ p.55

7-2-3. 自転車を運転するときに必要なこと p.55

7-2-4. 自転車をすてるとき p.56

7-2-5. 公共シェアサイクル p.56

7-3. 車 p.57

7-3-1. 車やバイクを運転するときのルール p.57

7-3-2. 運転免許 p.58

7-3-3. 運転免許証を更新するとき p.60

7-3-4. 車を持っている人がしなければならないこと p.60

7-4. 電車 p.61

第8章 緊急 (急な病気や事故)・災害 (地震や台風) p.62

8-1. 病気やけがのとき、火事のとき p.62

8-2. 事故や事件のとき p.62

8-3. 災害のとき p.63

8-3-1. 安全のために準備する p.63

8-3-2. 地震が起こったとき p.65

8-3-3. 災害の情報を調べる p.66

かなざわこくさいこうりゅうざいだん きーふ しょうかい
金沢国際交流財団 (KIEF) の紹介 p.67

かなざわ ひ こ さいしょ
金沢に引っ越して最初のこと チェックリスト p.70



いくつか知っていますか？

「金沢市の有名な場所・もの」

1 金沢城公園
 加賀藩前田家が住んでいたお城です。
 毎週土曜日と決まった日の夜にライトアップ
 されます。

2 金沢百万石まつり
 毎年6月の最初の土曜日にあります。
 金沢で一番大きなお祭りです。

3 兼六園
 日本で一番きれいな庭の一つです。
 「ことじ灯籠」が人気です。土曜日と日曜日に、
 在留カードを見せると石川県民は無料です。

4 長町武家屋敷
 加賀藩の中級武士<=さむらい>が住んでい
 ました。その時の建物や景色が今もあります。
 毎年12月の初めから3月の中ごろまでは「こも
 掛け」を見ることができます。

5 金沢21世紀美術館
 全国でも有名な、現代アートの美術館です。
 レアンドロ・エルリッヒの「スイミング・プー
 ル」はとても人気です。

6 ひがし茶屋街
 伝統的な建物があります。金箔や和菓子など
 を買うことができるお店や、おしゃれなカフェ
 があります。

7 金沢駅・鼓門
 鼓門は、楽器（鼓）の形です。世界で一番美
 しい駅の一つに選ばれました。

8 金箔
 日本で作られる金箔<=金をたたいてとても薄
 くのぼしたもの>は、ほとんどが金沢で作られ
 ています。おみやげにもおすすめです。金箔を
 貼る体験は、とても人気です。



金沢の1年間の大きなイベント・行事

金沢でたくさんのイベントが開かれます。大きなイベントを紹介します。

1月
金沢市消防出初式
 金沢のお正月に毎年開かれる行事です。
 金沢の消防団<=それぞれの町で火事のとき火を消す活動をする市民の
 グループ>のパフォーマンスを見ることができます。



2月
金沢城・兼六園四季物語
 ~冬の段~ (金沢城・兼六園ライトアップ)
 春、夏、秋、冬に、金沢城と兼六園がライトアップされるときがあります。
 このときは、誰でも無料です。



3月
桜が咲き始めます。
 金沢城公園や兼六園、犀川、浅野川、奥卯辰山健民公園などできれい
 な桜を見ることができます。金沢市にはたくさんの公園があります。
 ホームページを見てください。



4月
金沢城・兼六園観桜期無料開園&ライトアップ
 金沢城と兼六園がライトアップされます。きれいな桜を見ることがで
 きます。このときも無料です。



5月

・ガルガンチュア音楽祭

ゴールデンウィーク<=5月の初めての長い休み>のあいだに、世界のアーティストが金沢に集まります。そして、たくさんの方のコンサートを行います。金沢のまちが音楽でいっぱいになります。

・浅野川・鯉流し

浅野川とその近くで鯉のぼり<=男の子が元気に育つことを祈る日に飾るもの>を見ることができます。



6月

・金沢百万石まつり (⇒ p. 7②)

・金沢城・兼六園四季物語

～初夏の段～ (金沢城・兼六園ライトアップ)

・白鳥路ホテル観賞の夕べ

金沢城の近くの「白鳥路」で、ホテルを見ることができます。

誰でも参加することができます。



7月

・北國花火 金沢大会

犀川の近くや高い所、ビルの上などいろいろなところで、約 12,000 の花火を見ることができます。



8月

・金沢ゆめ街道

YOSAKOI ソーラン踊り、太鼓、ストリートダンスなど、色々なパフォーマンスを見ることができます。

9月

・金沢 JAZZ STREET

ジャズ音楽を金沢のまちや観光地で聞くことができます。

・金沢城・兼六園四季物語

～秋の段～ (金沢城・兼六園ライトアップ)

10月

・かなざわ国際交流まつり

北陸地方で一番大きい国際交流のお祭りです。(⇒ p.67)

・KOGEI フェスタ!

金沢の素晴らしい工芸品を、見たり、さわったりすることができます。

工芸だけでなく、食文化も体験することができます。

・金沢マラソン

金沢のまちを走るフルマラソン<= 42.195km のマラソン>です。

たくさんの方がランナーを応援します。

11月

・兼六園雪吊り作業

金沢の雪は湿っていて重いです。雪で枝が折れないようにするため、「雪吊り」が金沢市のたくさんの場所で行われます。



12月

・土塀薦掛け作業

雪で土塀<=家などの周りがある土の壁>が傷つかないように、土塀を寒さや雪から守る「薦掛け」を行います。



金沢市観光協会ホームページ 金沢市観光ガイドブック

URL : <https://www.kanazawa-kankoukyoukai.or.jp/pamphlet/index.html>



観光するときに便利な場所・WEB サイト

金沢グッドウィルガイドネットワーク (KGGN)

金沢駅で金沢や石川の観光地や交通などの情報を英語で聞くことができます。

また、ボランティアと一緒に観光地に行きます。

くわしいことは、ホームページを見てください。



金沢グッドウィルガイドネットワーク (KGGN)

住所：金沢市木ノ新保町1番1号 金沢百番街 金沢駅観光案内所内

TEL : 076-232-3933 E-Mail : kggcn@po4.nsk.ne.jp

URL : <https://kggn.jp> (英語・中国語)



住所：金沢市木ノ新保町1番1号 金沢駅構内

TEL : 076-232-6200

住所：南町4番1号 金沢ニューブランドビル1F

TEL : 076-254-5020

金沢市観光協会ホームページ

8つのことばで、金沢の観光について調べることができます。

『VISIT KANAZAWA』(英語・フランス語・スペイン語・イタリア語・中国語(繁体字・簡体字)・韓国語・タイ語・日本語)

URL : <https://visitkanazawa.jp/>



住所：木ノ新保町1番1号 金沢駅構内

TEL : 076-232-5555

URL : <https://www.kanazawa-kankoukyoukai.or.jp/>



★KANAZAWA FREE Wi-Fi

金沢市内で、無料で使うことができるWi-Fiがあります。

メールアドレスを登録すると、誰でも使うことができます。

Wi-Fiが使える場所や時間は、ホームページを見てください。



金沢市ホームページ「KANAZAWA FREE Wi-Fi (ワイファイ)」

URL : https://www4.city.kanazawa.lg.jp/sangyo_business/toshikeikaku_machizukuri/4/14051.html



金沢市の文化施設

金沢市には、たくさん文化施設(美術館や博物館など)があります。

そのほとんどの文化施設で、高校生以下は入場料(入るときにかかるお金)が無料です。

入場料の他にお金がいるかもしれません。

★10月の第3日曜日は、「いしかわ文化の日」です。

「いしかわ文化の日」は、石川県内の多くの文化施設は無料です。

石川県に住んでいることがわかるもの(在留カードなど)がいます。

金沢市の「文化施設ガイドマップ」を7つの言葉で見ることができます。



金沢文化振興財団ホームページ

URL : <https://www.kanazawa-museum.jp/foreign/index.html>



安江金箔工芸館



鈴木大拙館

かなざわし こうきょう 金沢市の公共サービス

と しょ かん ・ 図書館

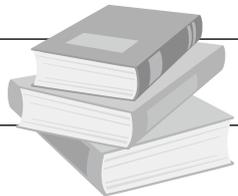
かなざわし や その 近く の 市 や 町 に 住 ん で い る か、 そ こ で 働 い て い る 人 や 学 校 に 行 っ て い る 人 は、 図 書 館 で 本 を 借 り る こ と が で き ま す。 本 を 借 り る た め に、 図 書 館 カ ー ド が 必 要 で す。 図 書 館 カ ー ド は、 金 沢 市 内 の ど の 図 書 館 で も 使 う こ と が で き ま す。

< 図 書 館 カ ー ド を 作 り た い と き は … >

な ま え 名 前 と 現 住 所 < = い ま 住 ん で い る と こ ろ > が わ か る も の (在 留 カ ー ド な ど) を 持 っ て、 図 書 館 に 行 っ て く だ さ い。

かなざわし ない と しょ かん < 金沢市内の図書館 >

たまがわ と しょ かん 玉川図書館	じゅうしよ かなざわし たまがわちよう 住所：金沢市玉川町 2-20 でんわ 電話：076-221-1960
たまがわ と しょ かん 玉川こども図書館	じゅうしよ かなざわし たまがわちよう 住所：金沢市玉川町 2-2 でんわ 電話：076-262-0415
じょうほくぶんかん 城北分館	じゅうしよ かなざわし こさかまちにし じょうほくしうかいかんない 住所：金沢市小坂町西 8-11(城北児童会館内) でんわ 電話：076-251-8284
いづみ の 野 と しょ かん 泉野図書館	じゅうしよ かなざわし いづみのまち 住所：金沢市泉野町 4-22-22 でんわ 電話：076-280-2345
かなざわうみ と しょ かん 金沢海みらい図書館	じゅうしよ かなざわし じちゅうまち 住所：金沢市寺中町イ 1-1 でんわ 電話：076-266-2011



※ほかに、いしかわけんりつと しょ かん じゅうしよ かなざわし こさかの
石川県立図書館 (住所：金沢市小立野2-43-1) もあります。しかし、ここでは、かなざわし
図 書 館 カ ー ド は 使 う こ と が で き ま せ ン。 石 川 県 立 図 書 館 の 図 書 館 カ ー ド を 作 ら な け れ ば な り ま せ ン。

さん 考 参考
いしかわけんりつ と しょ かん
石川県立図書館ホームページ

URL : <https://www.library.pref.ishikawa.lg.jp/>

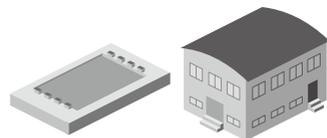


たいいくかん ・ 体育館やプール

かなざわし たいいくかん
金沢市の体育館やプールがあります。

かなざわし
金沢市のホームページをご覧ください。

URL : <https://www4.city.kanazawa.lg.jp/soshikikarasagasu/sportsshinkoka/gyomuannai/1/22792.html>



がいこくじん かなざわしやうかい 外国人による金沢紹介コラム

かなざわ
金沢のここが好き！

かなざわひやくまんごく 金沢百万石まつり



アレハンドロ・ファジャ・ディアスさん (グアテマラ出身)

わたしは、かなざわ せいかつ を は じ め て か ら 6 年 間、 た く さ ん の 祭 り に 参 加 し ま し た。 と く に 金 沢 百 万 石
まつりが好きです。 まるで かなざわ 市 全 体 が 元 気 に な る よ う な 気 が し ま す。 2, 3 回、「踊り流し」という



イベントにも さんか 参 加 し ま し た。 た く さ ん の 人 と 楽 し く お ど る の は、 す ば ら し い 経 験 で し た。 金 沢 の 人 た ち の あ た た か さ を 感 じ る こ と も で き ま し た。 外 国 人 で あ る に も か か わ ら ず、 金 沢 に は、 い つ も 迎 え て も ら え て い る と 思 う こ と が で き ま す。 金 沢 百 万 石 ま つ り は、 3 日 間 あ っ て、 お い し い 食 べ 物 も た く さ ん あ り ま す。 最 近 金 沢 に 引 越 して 来 た 人 は、 金 沢 の 魂 を 感 じ る た め に も ぜ ひ ま つ り に 参 加 し て み て く だ さ い！

かなざわ
金沢のここが好き！

のむらけ 野村家



フィビー リアウさん (アメリカ出身)



かなざわ げんたいき かなざわ 歴 史 的 な 金 沢 市 まで、 楽 し い と こ ろ が た く さ ん あ り ま す。 に ぎ や か な 香 林 坊 の す ぐ 後 る に は、 居 心 地 が い い 長 町 と い う 場 所 が あ り ま す。 伝 統 的 な 武 家 屋 敷 < = 武 士 が 住 ん で い た 家 > が 並 ん で い る 道 を 歩 い て 行 く と、 野 村 家 と い う 家 が あ り ま す。 野 村 家 と は、 江 戸 時 代 に 有 名 だ っ た 武 士 の 家 族 の 家 で す。 広 く て 美 し い 和 室 で は、 江 戸 時 代 の お 金 や 刀、 手 紙 を 見 る こ と が で き ま す。 昔 の 人 が ど ん な こ と を し て い た か わ か っ て、 お も ろ り っ す。 庭 も きれ い で す。 池 に は、 大 き く て わ い い 鯉 が 泳 い で い ま す。 静 か な 景 色 が と っ て も 素 晴 ら し い で す。 皆 さ ん も ぜ ひ 行 っ て み て く だ さ い。

第1章

金沢市に住むために必要なこと

金沢市に住んで、住民サービスを受けるために、「市役所」や「市民センター」で、いろいろな手続きをしなければなりません。

1-1. 金沢市役所について

市役所には、2つの建物と、14の市民センターがあります。

- ①第一本庁舎 住所：金沢市広坂1-1-1 (午前9時～午後5時45分)
- ②第二本庁舎 住所：金沢市柿木島1-1 (午前9時～午後5時45分)
- ③市民センター (午前8時30分～午後5時15分)



※場所はホームページを見てください。

<https://www4.city.kanazawa.lg.jp/soshikikarasagasu/shiminka/yokuarushitsumon/2598.html>



金沢市のホームページ <https://www4.city.kanazawa.lg.jp/>
[select language] を押し、外国語で見ることができます。



外国人住民向けページ (金沢市公式ホームページ)



<https://www4.city.kanazawa.lg.jp/soshikikarasagasu/kokusaikoryuka/gyomuannai/2/index.html>

市役所で手続きをするときに必要な書類や、手続きの方法がわかる動画を英語で見ることができます。



金沢市役所で使える通訳サービス

外国人住民が市役所の職員と話すとき、電話やビデオ電話で通訳をしてもらうことができます。



※通訳をたのむことができることばと場所は、ホームページを見てください。



国際交流課 金沢市役所第一本庁舎4階

TEL : 076-220-2075 Email : kokusai@city.kanazawa.lg.jp

1-2. 在留カードと在留資格



1-2-1. 在留カードとは

- 在留カードは、「3か月より長く日本に住む外国人が入管(地方出入国在留管理局)からもらう身分証明書(IDカード)」です。とても大事なカードです。
- 16歳以上の人はいつももっててください。
- 市役所での手続きや、契約<=法律にかかわる約束>をするときに必要です。

1-2-2. 在留資格の手続き

- 在留資格の更新、変更
 - 更新は、在留期限<=日本に滞在することができる最後の日>を長くすることです。
 - 変更は、在留資格<=日本で滞在することができる活動>を変えることです。
- 在留カードの内容が変わる人は、入管で手続きをしなければなりません。

1-2-3. 再入国

再入国とは、「日本を出て、今の在留資格を使ってまた日本に帰ってくること」です。

- ① 1年以内に日本に帰る人
 - 日本を出る前に入管で「再入国許可」<=一度日本を出た後、また日本に帰ってきてもいいこと。出入国在留管理局が日本に帰ってくることを認めます>をもらわなくてもいいです。
 - ただし、在留期限が1年以内の人は、在留期限の日までに日本に帰らなければなりません。この日までに帰らない人は、日本に入ることができません。

② 1年すぎたから日本に帰る人

- 日本を出る前に入管に書類を出して、「再入国許可」をもらいます。



名古屋出入国在留管理局金沢出張所
住所：金沢市西念 3-4-1 金沢駅西合同庁舎 1階 TEL : 076-222-2450



URL : https://www.moj.go.jp/isa/about/region/nagoya/plain_japanese.html

1-3. マイナンバーについて

1-3-1. マイナンバーとは

日本にほんで生活せいかつをする人ひとには「マイナンバーこじんばんごう（個人番号）」があります。

●マイナンバーは、次のときつぎのときに必要ひつようです。

- ・市役所しやくしょで社会保険しゃかいほけん＜＝国くにが、働はたらいている人と会社かいしゃからお金かねを集めて、こまった人ひとを助ける制度せど＞や税金ぜいぜんの書類しるふを出すとき
- ・銀行ぎんこうで手続てつづきをするとき
- ・会社かいしゃやお店みせなどで、働はたらくとき など。



1-3-2. マイナンバーカード

●マイナンバーカードとは

- ・マイナンバーかが書いてあるICチップがあるカードです。
- ・名前なまえや住所じゅうしょが変わったときや、在留期限ざいりゅうきげんが変わったときは、市役所しやくしょに行きいて知らせます。
- ・マイナンバーは、大切な番号ばんごうです。カードをなくさないでください。

●マイナンバーカードを使う

- ・マイナンバーカードは、次のときつぎのときに使つかいます。
- ・健康保険証けんこうほけんしょうとして登録どうろくすれば、病院びょういんや薬局やっきやくで健康保険証けんこうほけんしょうとして使うことができます。（＝マイナ保険証）

- ・マイナンバーしを知らせるとき
- ・国くにや金沢市かなざわしのサービスつかを使つかいたいとき
(例えば、コンビニで「住民票じゅうみんひょうの写しうつ＜＝コピー＞」をもらうなど)

●マイナンバーカードをもらう

- ・①か②、どちらかほうほうの方法ちゆうしで申し込こみます。初めはじて申し込こむときは無料むりようです。
- ① 転入届てんにゅうとどけ（⇒p.18 1-4）を出すだすときに申し込こむ人ひと
市役所しやくしょに「マイナンバーカードの交付申請書こうふしんせいしよ」＜＝マイナンバーカードをもらいたいときに出す紙かみ＞を出だします。
- ② ①以外いがいの人ひと
転入届てんにゅうとどけを出したあと、家いえに「マイナンバーカードの交付申請書こうふしんせいしよ」が届とどきます。
QRコードから申し込こむか、申請書しんせいしよを書かいて郵便ゆうびんで送おくって申し込こみます。

1-4. 住民異動届（住所が変わったとき）

住所じゅうしょが変わったとき、市役所しやくしょの市民課しみんかか、市民センターしみんせんたーに次の紙つぎのかみを出だします。

紙の名前 <small>かみのなまえ</small>	いつ出 <small>だ</small> しますか？	必要 <small>ひつよう</small> なもの
転入届 <small>てんにゅうとどけ</small>	ほかのまちや海外 <small>かいがい</small> から金沢市 <small>かなざわし</small> に引 <small>ひ</small> つ越 <small>こ</small> したときに出 <small>だ</small> す紙 <small>かみ</small> 。金沢市 <small>かなざわし</small> に引 <small>ひ</small> つ越 <small>こ</small> しが終わ <small>お</small> ってから14日 <small>か</small> 以内に <small>だ</small> 出 <small>だ</small> します。	(家族 <small>かぞく</small> 全員の) ・在留カード、パスポート ・マイナンバーカード（持 <small>も</small> っている人 <small>ひと</small> だけでいいです）
転出届 <small>てんしゅつとどけ</small> ※1	金沢市 <small>かなざわし</small> からほかのまちへ引 <small>ひ</small> つ越 <small>こ</small> すときに出 <small>だ</small> す紙 <small>かみ</small> （※2）。金沢市 <small>かなざわし</small> から引 <small>ひ</small> つ越 <small>こ</small> す日 <small>ひ</small> の、1か月前 <small>げつまえ</small> から出 <small>だ</small> すことがで <small>き</small> ます。	
転居届 <small>てんきょとどけ</small>	金沢市 <small>かなざわし</small> 内で引 <small>ひ</small> つ越 <small>こ</small> す人 <small>ひと</small> が出 <small>だ</small> す紙 <small>かみ</small> 。引 <small>ひ</small> つ越 <small>こ</small> した日 <small>ひ</small> から14日 <small>か</small> 以内に <small>だ</small> 出 <small>だ</small> します。	

※1 海外かいがいへ転出てんしゅつする＜＝日本にほんを出でて海外かいがいに住すむ＞ときは「海外転出届かいがいてんしゅつとどけ」を出ださなければなりませなん。わからなかつたら市民課しみんかに聞きいてください。

※2 「転出届てんしゅつとどけ」をしたとき、「転出証明書てんしゅつしやうめいしよ」をもらいます。引ひつ越こしたまちで「転入届てんにゅうとどけ」といいっしよに出だしてくだされい。

マイナンバーカードを使つかって「転出届てんしゅつとどけ」をしたときは「転出証明書てんしゅつしやうめいしよ」がもらえませなん。

引ひつ越こしたまちで「転入届てんにゅうとどけ」をするしときに、かならずマイナンバーカードも出だしてくだされい。

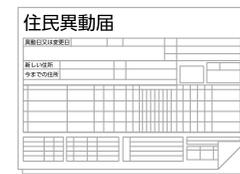
海外かいがいへ転出てんしゅつするときは「転出届てんしゅつとどけ」を出だすだけでいいです。

●新しい外国人あたらがいこくじんの家族かぞくが増ふえるとき

・外国人がいこくじんが世帯主せたいぬし＜＝家族かぞくの中心ちゆうしんの人ひと＞の家いえに新しい外国人あたらがいこくじんの家族かぞくがふえるとき、世帯主せたいぬしと家族かぞくの続つづ柄がら＜＝家族かぞくの關係かんけい＞がわかる紙かみを出だします。

・例えば、出生証明書しゅつしょうしやうめいしよ＜＝赤ちゃんあかが生まれたことうがわかる紙かみ＞や、婚姻証明書こんいんしやうめいしよ＜＝結婚けつこんしていることがわかる紙かみ＞などで。

・外国語がいこくごで書かかれている紙かみは、日本語にほんごで書かいた紙かみも必要ひつようです。



市民課 金沢市役所第一本庁舎1階

TEL : 076-220-2241

Email : shimin@city.kanazawa.lg.jp

大切な手続き

暮らし

仕事

医療

子ども

銀行・郵便局

交通

緊急・災害

1-5. 公的医療保険

公的医療保険とは「みなからお金を集めて、けがや病気で病院に行く人を助ける制度」です。日本に住む人は、公的医療保険に入らなければなりません。病院に行ったとき、自分で払うお金が少なくなります。(⇒p.36 4-1)

1-5-1. 2つの公的医療保険

公的医療保険は、2つあります。どちらかの保険に入らなければなりません。

国民健康保険	健康保険
「会社で働いていない人が、自分で入る医療保険」 会社をやめた人も入らなければなりません。 ⇒1-5-2	「会社で働いている人が入る医療保険」 健康保険に入っている人の家族で、日本に住んでいる人も入ることができます。 ⇒くわしいことは、会社に聞いてください。

1-5-2. 国民健康保険に入るとき

- 国民健康保険に入ることができる人
 - ・会社などの健康保険に入っていない人
 - ・75歳より下の人
 - ・3か月より長く日本に住んでいる外国人
- 国民健康保険に入ることができるかどうかは、保険年金課に聞いてください。

●いつまでに手続きをしますか？

- ・金沢市で住む家が定まってから14日以内
- ・会社をやめたときは、会社をやめてから14日以内

●どこで手続きをしますか？ 保険年金課、または、市民センター

●何を持っていくますか？

- ・在留カード
- ・会社をやめたとき、働いていた会社の健康保険の「資格喪失証明書」＜＝会社の健康保険をやめたことがわかる書類＞など

●国民健康保険料はいくらですか？

毎月払う保険料は、家族全員の所得＜＝給料などのお金＞と家族の人数などで決まります。※災害などで、保険料を払うことが難しいときは、保険料が安くなったり、保険料を払わなくてもよかったですりするかもしれません。わからなかったら、保険年金課に聞いてください。

1-5-3. 国民健康保険をやめるとき

こんなときは、国民健康保険をやめる手続きをします。
・仕事を始めて会社の「健康保険」に入ったとき
・帰国するとき

1-5-4. 後期高齢者医療制度

後期高齢者医療制度に入ることができる人
・75歳より上の人
・3か月より長く日本に住んでいる外国人
市役所で申し込みます。わからなかったら、保険年金課に聞いてください。

1-5-5. 病院で払うお金

＜健康保険、国民健康保険に入っている人＞
病院に行ったとき、お金が安くなります。

何才ですか？	小学校に入る前の6才より下の子ども	小学生から69才までの人	70才から74才までの人
どれくらい払いますか？	20%	30%	20%~30% ※所得によって変わります

※高額療養費＜＝1か月に病院に払ったお金がとて多くなったときに戻ってくるお金＞もあります。1か月に払うお金が何円を超えたら、お金が戻ってくるかは、所得＜＝給料などのお金＞で決まります。

＜後期高齢者医療制度に入っている人＞

10%~30% ※所得によって変わります



保険年金課 金沢市役所第一本庁舎2階
TEL: 076-220-2255 Email: kokuho@city.kanazawa.lg.jp

1-6. 介護保険

「介護保険」は、40才より上の人からお金を集めます。そして、一人で生活することができない人を手伝う保険です。

●保険料はいくらですか？

- ・払うお金は、前の年の所得＜＝給料などのお金＞で決まります。
 - ・40才から64才の人は、医療保険のお金といっしょに払います。
- わからなかったら、介護保険課に聞いてください。



介護保険課 金沢市役所第一本庁舎1階
TEL: 076-220-2264
Email: kaigo@city.kanazawa.lg.jp



1-7. 年金

年金とは、みんなからお金を集めて、①②③の人を助ける制度です。

- ①10年以上年金を払った65歳より上の人
- ②病気やけがで体などに障がいがある人
- ③年金に入っていた人が亡くなったときの家族

①②③の人が生活をするためにお金をもらうことができます。

1-7-1. 国民年金と厚生年金保険

日本には、2つの公的年金＜みんなのための年金＞があります。

国民年金	厚生年金保険
「20才～59才の人がみんな入る年金」 ⇒1-7-2	「会社などで、決まった時間以上働いている、69才までの人が入る年金」 ⇒手続きは、会社の人がします。 くわしいことは、会社に聞いてください。

日本年金機構「外国人向けサイト」
年金についての説明を分かりやすい日本語やいろいろな国のことばで読むことができます。

URL : <https://www.nenkin.go.jp/international/index.html>



1-7-2. 国民年金に入るとき

- 国民年金に入る人：日本に住んでいる20才～59才の人

※日本に住んでいる外国人も「国民年金」に入らなければなりません。

- どこで手続きをしますか？：保険年金課
- 何を持っていますか？：在留カード、パスポートなど

- 保険料はいくらですか？：1ヵ月17,920円（2026年4月～2027年3月）

※所得が少ない人は、保険料を払わなくてよかったり、後で払ったりすることができます。

〈国民年金に入る手続きが終わったら、「基礎年金番号通知書」が届きます。〉



- 国民年金でもらうことができるお金

3つあります。

年金の名前	内容
①老齢基礎年金	保険料を払った期間と払わなくてもよかった期間が、10年以上の人は、65才からもらうことができます。
②障害基礎年金	病気やけがで体などに障がいがある人がもらうことができます。
③遺族基礎年金	国民年金に入っている人か、老齢基礎年金をもらうことができる人が亡くなったときに、その人の夫が妻が子どもがもらいます。

※②と③の年金をもらうために、条件があります。

お問い合わせ 保険年金課 金沢市役所第一本庁舎2階
TEL : 076-220-2295

1-7-3. 脱退一時金（帰国するときにもらうことができるお金）

短い間日本に住んで、年金をもらわないで帰国する外国人は、脱退一時金（お金）をもらうことができます。

- いつ、どこに申し込みますか？

日本の住所がなくなってから2年以内に、日本年金機構（〒168-8505 東京都杉並区高井戸西3-5-24）に必要な書類を送って申し込みます。

※必要な書類ともらうための条件は、ホームページを見てください。

いろいろな国のことばで説明を読むことができます。

お問い合わせ 日本年金機構ホームページ「脱退一時金」
URL : https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/withdrawalpayment_jp.html



1-7-4. 社会保障協定

- 日本は、約20の国と「社会保障協定」という約束をしています。
- その国の年金に入っていた人は、外国で年金に入っていた期間と、日本で年金に入った期間の2つの期間を合わせて、日本やその国の年金をもらうことができるかもしれません。
- くわしいことは、ホームページを見てください。



日本年金機構ホームページ「社会保障協定」
URL : <https://www.nenkin.go.jp/international/index.html#cms03>



1-8. 税金 (国や市などに払うお金)

1-8-1. よく見る税金



種類	税金を払う人
① 市民税・県民税 (住民税) 森林環境税 (国税)	1月1日に金沢市に住んでいる人にかかります。 前の年の、1月1日から12月31日までにもらった所得で、税金が決まります。 森林環境税は、市民税・県民税といっしょにはらいます。
② 軽自動車税	毎年4月1日に軽自動車 (排気量が660cc以下の車) や、バイクを持っている人
③ 自動車税	毎年4月1日に自動車 (排気量が660ccより多い車) を持っている人
④ 固定資産税	毎年1月1日に、金沢市内に固定資産 (土地や建物<=家やアパート、マンション、ビル、店など>、償却資産<=機械や道具など仕事に使う物>など) を持っている人
⑤ 所得税	1月1日から12月31日までの1年に、所得があった人
⑥ 消費税	ものを買ったときやサービスを受けたとき、そのお金と一緒に8%か10%の税金がかかります。



- 市民税課 金沢市役所第一本庁舎 2階
TEL : 076-220-2161 Email : shiminzai@city.kanazawa.lg.jp
- 資産税課 金沢市役所第一本庁舎 2階
TEL : 076-220-2147 Email : shisanzei@city.kanazawa.lg.jp
- 金沢県税事務所 住所: 金沢市幸町 12-1 石川県幸町庁舎
TEL : 076-263-8836
- 資産税課 金沢市役所第一本庁舎 2階
TEL : 076-220-2151 Email : shisanzei@city.kanazawa.lg.jp
- 金沢税務署 住所: 金沢市西念 3-4-1 金沢駅西合同庁舎
TEL : 076-261-3221

1-8-2. 所得税の払い方

● 自分のお店や、会社を持っている人
自分で「確定申告」をします。確定申告とは、所得や経費<=仕事をするために必要なお金>、税金を計算して、直接「税務署」に言うことです。

● 給与所得者<=サラリーマンなど会社から給料やボーナスをもらっている人>
確定申告をする必要がありません。会社が毎月、源泉徴収<=給料から所得税を引くこと>をして税務署に税金をはらっています。年末には、1年間に払う税金をもう1回計算して、正しい金額にします。税金を払いすぎたとき、お金はあなたに戻ります。足りないとき、あなたが追加で払います。これを「年末調整」といいます。
※ 2つ以上の会社やお店で働いている人も「確定申告」をしなければならないことがあります。注意してください。



金沢税務署 住所: 金沢市西念 3-4-1 金沢駅西合同庁舎
TEL : 076-261-3221
URL : <https://www.nta.go.jp/about/organization/kanazawa/location/ishikawa/kanazawa/index.htm>



第2章 暮らし



2-1. 住む家を探るとき

* 家を探るときよく見たり聞いたりすることは *

保証人	家を借りた人が家賃を払うことができなくなると、家賃を払う人。
家賃	毎月払うお金。
敷金	家を借りるときに払うお金。1か月から2か月の家賃と同じくらいのお金を払います。引越すときに使わなかったお金はもらうことができます。 敷金はこんなときに使います。 ・家を借りた人が家賃を払うことができないとき ・家を借りた人が出て行ったあとに、壊れたところや汚いところを直すとき
礼金	家を借りる人が払うお礼のお金。1か月から2か月の家賃と同じくらいのお金を払います。お金は戻ってきません。
不動産屋 / 不動産業者	家を借りたい人や家を買いたい人にいろいろな家を紹介する店。家を探るときに行き、相談します。
大家	家を貸す人。こまったことがあったら相談します。「おおやさん」と呼びます。
仲介手数料	家を借りるとき、あなたに家を紹介した不動産屋に払うお金。
管理費 (共益費)	アパートやマンションで階段や廊下などみんなが使う場所の電気代やそうじのためのお金。住んでいる人からお金を集めます。
更新料	賃貸契約 <= 家を貸す人と借りる人の約束 > が終わっても、引越さないで同じ家に住むときに、家賃の他に払うお金。賃貸契約は2年で終わることが多いです。

出典 出入国在留管理庁「生活・仕事ガイドブック (やさしい日本語版)」p.141
もとに金沢国際交流財団作成

URL : https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html



2-1-1. 民間住宅 (大家から借りる家)

日本で住む家を探すとき、自分が住みたい場所の「不動産業者」に行き、探します。金沢には外国語で話せるお店もあります。

参考 外国語で話せる不動産業者 URL : <https://www.jpm.jp/multilingual/>
(英語、中国語、韓国語、ベトナム語)



日本で家を借りるときは、「保証人」が必要です。また、「家賃」と、「敷金」や「礼金」などを払う必要があります。つくえやソファなどの家具はないことが多いです。契約書<=家を貸す人と借りる人の約束<=書いてある紙>をよく読んでください。

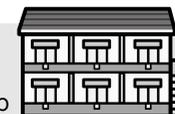
参考 ●部屋探しのガイドブック
日本で住む家を探るときにべんりな情報を14の国のことばでよむことができます。
URL : https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html



2-1-2. 市営住宅

市営住宅は、金沢市が貸す家のことです。家にこまっている、お金があまりない人が、安く借りることができます。借りるためには条件があります。わからなかったら、住宅政策課に聞いてください。

お問い合わせ 住宅政策課 金沢市役所第一本庁舎 4階
TEL : 076-220-2331 Email : juutaku@city.kanazawa.lg.jp



2-2. 町会

金沢市には、同じ地域に住む人たちがあつまる会があります。町会といいます。町会はみんなが仲良く助け合って生活するためにあります。町会は、その町に住んでいる人たちから集める会費 (お金) でいろいろな活動をします。例えば、まちをきれいに掃除したり、災害が起こったときの練習 (防災訓練) をしたりします。町会のことを聞きたいときは、お問い合わせ先に連絡してください。



お問い合わせ 地域コミュニティサポートデスク (市民協働推進課 金沢市役所第一本庁舎 2階)
TEL : 076-220-2552



金沢市町会連合会 金沢市役所第二本庁舎 2階

TEL : 076-220-2466

URL : <https://kanazawashichouren.jp/>



大切な手続き
暮らし
仕事
医療
子ども
銀行・郵便局
交通
緊急・災害

2-3. ごみの出し方

金沢市では、町会のみならず、ごみステーション<=まちごと>に決まっているごみをすてる場所の管理をしています。ごみを出すときは、ルールを守ってください。



2-3-1. ごみを捨てる時のルール

- 住んでいるまちのルールのとおりにごみを分けまします。
- ごみを出すときは、朝の8時30分までにだしてだください。
- 決められた場所（ごみステーション）に出してください。
- 「燃やすごみ」と「埋立ごみ」は決められたごみ袋に入れて、だしてください。
- 他の人が捨てたゴミは、持ち帰ってはいけません。

2-3-2. ごみの分け方、出し方を調べるとき

いろいろなことば（日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語・インドネシア語・タイ語）で見ることが出来るパンフレットやアプリがあります。

ごみを出すとき、必ず読んでください。

あなたが住む町のごみを出す曜日や時間を調べることができます。

- パンフレット「家庭ごみ分け方・出し方」



- アプリ「いいね金沢5374App」



いいね金沢
ゴミナシアップ
5374App



お問い合わせ
ごみ減量推進課 金沢市役所第二本庁舎 1階
TEL : 076-220-2302 Email : gomigen@city.kanazawa.lg.jp

2-3-3. 粗大ごみ（大きなごみ）の出し方

- 粗大ごみを捨てる時、お金がいります。
- パンフレットやアプリを見てください（⇒p.27 2-3-2）。
- 粗大ごみを捨てる時、かならず「戸別収集受付センター」に電話かLINEで申し込んでください。申し込みのあと、ごみ処理券<=ステッカー>を買いまします。ごみを出す日の朝8時30分までに、指定した場所に、ごみ処理券をはってだしてください。申し込みをしないと、捨てることだできません。



お問い合わせ
戸別収集受付センター
TEL : 076-220-7153

電話で申し込む

LINEで申し込む

2-4. 電気・ガス・水道

- 電気…引っ越しをする前に、「北陸電力」に電話をまします。住所・名前・電気を使い始める日・あたらしい家の住所と電話番号などが必要です。インターネットでも手続きが出来ます。
- ガス…家で使うガスには「都市ガス」と「プロパンガス」の2つがあります。自分の家のガスがどちらなのか、大家さんや不動産会社に聞いてください。
- 水道…水道を使い始めるときや、やめるときは「金沢市企業局」に電話をまします。住所・名前・水道を使い始める日（やめる日）・電話番号などを言いまします。インターネットでも申し込むことが出来ます。水道の水は、飲むことが出来ます。



お問い合わせ
電気 北陸電力お客様サービスセンター
TEL : 0120-77-6453
URL : <https://www.rikuden.co.jp/info/inquiry.html> (英語)

お問い合わせ
水道 金沢市企業局コールセンター
TEL : 076-220-2555
URL : <https://www2.city.kanazawa.ishikawa.jp/inquiry/> (英語・中国語・韓国語・ベトナム語・インドネシア語・タガログ語)

- お金を払うときの手続き
公共料金<=電気、ガス、水道などのお金>を払うときは、「引き落とし」が便利です。引き落としにすると、毎月決まった日にお金を払うことが出来ます。銀行口座（ゆうちょ銀行）で申し込むことが出来ます。銀行口座（⇒p.50 6-1）が必要でです。

2-5. 電話・テレビ

2-5-1. 電話・携帯電話 (スマートフォン)

家電量販店<=冷蔵庫や電子レンジなどの家電を売っている大きな店>や携帯ショップで契約します。在留カード、日本の銀行口座、クレジットカードが必要です。わからなかったらお店に聞いてください。

2-5-2. テレビ

NHK受信料
日本には、公共放送 (=NHK) と民間放送 <=一般のテレビ会社>の2つのテレビ局があります。テレビなど、放送を見ることができるものを持っている人は、公共放送のNHKにお金を払わなければなりません。NHKにお金を払わなかったら、NHKの人が家に来ます。そして、お金を払ってくださいます。注意してください。



2-6. 引っ越しするとき

引っ越しなどで家を出るときは、1か月前から2か月前までに不動産業者や大家さんに言います。しなければならないことや、わからないことは、不動産業者や大家さんに早く聞いてください。

電気・ガス・水道
引っ越しの1週間前までに、電気、ガス、水道の会社に連絡します。

電話やインターネットの手続き
引っ越し前に、契約している会社に引っ越しことを連絡します。
あたらしい住所で、今と同じインターネットを使わないときは、やめることを言ってください。

郵便物の手続き
郵便局で手続きをすると、前の住所の郵便物<=郵便局で出す手紙や荷物>をあたらしい家で受け取ることができます。
引っ越したあと、1年間だけ、受け取ることができます。
※外国で日本の郵便物を受け取ることはできません。

2-7. 金沢市にある国際交流団体

金沢市には、日本語教室や、日本文化を体験できる場所、生活の相談ができる場所、日本人と交流できるイベントをしているところがあります。外国人のみなさんのために活動している団体がしています。

2-7-1. 金沢国際交流財団 (KIEF : Kanazawa International Exchange Foundation)

- 金沢国際交流財団は、つぎのような活動をしています。
 - 外国人と日本人が交流できるイベント
 - 外国人の生活や子育てのサポート
 - 大人のための日本語教室、子どものための日本語教室
 - 外国の文化を楽しく学ぶイベント など
- くわしいことは、p.67~p.68を見てください。



金沢国際交流財団 住所：金沢市本町1-5-3 リファール2階
電話：076-220-2522 E-mail：kief@kief.jp
URL：https://www.kief.jp



2-7-2. 石川県国際交流協会 (IFIE)

生活相談
日本の生活でまっまっている石川県に住んでいる外国人に、必要な情報を教えます。相談することもできます。法律のことを聞きたいときは、法律にくわしい人 (=行政書士や弁護士) に話を聞くことができます。

国際情報ライブラリー
外国語の絵本や日本語を勉強するための教科書、英字新聞・日本や海外の本・雑誌などがあります。誰でも自由に読むことができます。

日本語教室 (⇒p.31 2-7-5)

(公財) 石川県国際交流協会 住所：金沢市本町1-5-3 リファール3階
TEL：076-262-5931 Email：center@ifie.or.jp
URL：https://www.ifie.or.jp/



2-7-3. 石川国際交流ラウンジ

石川県に在る外国人のためにいろいろな活動をしています。

●日本文化体験

いろいろな日本の文化を体験することができます。無料です。しかし、材料＜＝体験に使うもの＞のお金がいります。

体験できること：着付け、日本の楽器（箏、篠笛など）、書道、生け花など

●日本語教室（⇒p.32 2-7-5）



石川国際交流ラウンジ 住所：金沢市広坂1-8-10
TEL：076-221-9901 Email：iilounge@road.ocn.ne.jp
URL：<https://www.ifie.or.jp/facility/lounge/>



2-7-4. 石川国際交流サロン

国際交流の活動に使うことができます。日本の伝統的な家です。無料です。



石川国際交流サロン 住所：金沢市広坂1-8-14
TEL：076-223-8696 Email：iisalon@titan.ocn.ne.jp
URL：<https://www.ifie.or.jp/facility/salon/>
※ホームページのURLは変わるかもしれません。



2-7-5. 日本語を勉強したいとき（おとなのための日本語教室）

●石川県国際交流協会（IFIE）（⇒p.30 2-7-2）

「IFIEにほんごクラス」には、他の学生といっしょに勉強する「レベル別クラス」と、1～3人で勉強する「プライベートクラス」があります。

ほかに、「オンラインにほんごクラス」やボランティアといっしょに日本語を勉強するクラス（日本語学習応援ボランティア）もあります。



IFIEにほんごクラス 住所：金沢市本町1-5-3 リファール3F
TEL：076-222-5931 Email：ijsclass4@ifie.or.jp
URL：https://www.ifie.or.jp/foreigners_study/class/



●石川国際交流ラウンジ（⇒p.31 2-7-3）

月曜日から土曜日まで、レベルに合わせて勉強することができます。1時間のクラスです。一カ月より長く勉強できる人が参加できます。無料です。



●KIEFにほんごカフェ

金沢市に住む日本人や外国人と、日常生活や自分のことについて日本語で話します。お茶を飲みながら、たのしく日本語を勉強しましょう。カフェに来たい人は、URLから申し込んでください。

URL (Googleform)：<https://forms.gle/BF4Ra53TmjriswwX6>



金沢国際交流財団 住所：金沢市本町1-5-3 リファール2階
電話：076-220-2522 E-mail：kief@kief.jp
URL：<https://www.kief.jp/plain-ja/study/otona>



無料で使うことができるオンライン教材
 生活でよく使う日本語を勉強することができます。
 いろいろなことばで勉強できるので、初めて日本語を勉強する人も使うことができます。

参 考
 ・いろいろ 生活の日本語 (国際交流基金)
 日本語オンラインコースもあって、1人でも勉強することができます。
 URL : <https://www.irodori.jp/index.html>




・「生活者としての外国人」のための日本語学習サイト
 つながるひろがる にほんごでのくらし
 動画を見ながら勉強することができます。
 URL : <https://tsunagarujp.mext.go.jp/>



※子どものための日本語教室は、p.45 5-3を見てください。



金沢のここが好き！

21世紀美術館の前の芝生



ロキンジさん (中国出身)

金沢には、色々なきれいなところがありますが、私が1番好きなのは21世紀美術館の前の芝生です。

初めてここに来たのは、桜が満開=>すべての花が咲くこと>のときでした。街には着物を着ている人もいっぱいでした。私は芝生のいすに座って、本を読んだり、満開の桜ときれいな着物を着た人を見たりして、のんびりした午後を過ごしました。そして、ここ



は私の「いつものところ」になりました。この1年間、友達と一緒に芝生に座って話したり、ストレスを減らすために1人で本を読んだりするなど、ここで色々な思い出ができました。
 金沢に住む外国人のみなさん、悩みのある時、気分を変えたいときは、ぜひ21世紀美術館の前の芝生に行ってみてください！

第3章 仕事

3-1. 日本で働きたいとき

あなたが日本で働くとき、自分の在留資格で働くことができる場所や仕事が決まっています。

3-1-1. あなたの在留資格で働くことができる場所や仕事

- ① 「文化活動」、「短期滞在」、「留学」、「研修」、「家族滞在」
 ・働いてはいけません。働きたいときは「資格外活動許可(3-1-2)」をもらわなければなりません。
- ② 「永住者」、「日本人の配偶者等」、「永住者の配偶者等」、「定住者」
 ・どんな仕事でもできます。
- ③ ①と②以外
 ・在留資格に書いてある仕事だけです。
 ・他の仕事をしたいときは「資格外活動許可」をもらわなければなりません。



3-1-2. 資格外活動許可

仕事をしたいけど在留資格の人が働きたいときに必要です。たとえば、在留資格が「留学」や「家族滞在」などの人が、アルバイトしたいときにもらわなければなりません。
 入管に「資格外活動許可申請書」を出します。パスポート、在留カード、どんな仕事をするかわかる書類も必要です。許可をもらうまで2週間から2か月かかる場合があります。
 わからなかったら、「名古屋出入国在留管理局金沢出張所」に聞いてください。



名古屋出入国在留管理局金沢出張所
 住所：金沢市西念3-4-1 金沢駅西合同庁舎1階
 TEL : 076-222-2450
 URL : https://www.moj.go.jp/isa/about/region/nagoya/plain_japanese.html



3-1-3. 仕事を探るとき、やめたとき

ハローワークでは、仕事を探したり、仕事で困ったことを相談したりすることができます。仕事の紹介もしています。

ハローワーク金沢では、英語と中国語で相談できます。相談できる曜日は決まっています。外国語を話せる人が、いないときがあります。電話で聞いてから、行ってください。

また、「雇用保険」に入っている人が、仕事をやめたあとにお金をもらうための手続きもすることができます。「雇用保険」は、会社をやめたあと仕事が見つからない人などを助ける制度です。

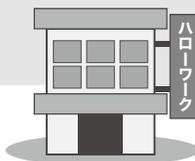


ハローワーク金沢 住所：金沢市鳴和1丁目18-42
TEL：076-253-3033



URL：https://jsite.mhlw.go.jp/ishikawa-roudoukyoku/hw/hw_kanazawa.html

- ・英語 毎月第2・4月曜日（午後1時～午後3時）
- ・中国語 毎月第2月曜日（午前9時～午後12時）



3-1-4. 働くことについて質問やこまったことがあるとき

働いているときに、契約と違うことがあったときや、こまったこと、心配なことがあったとき、相談することができます。

●労働条件相談ホットライン

13のことばで相談することができます。話すことばで曜日が決まっています。曜日を調べてから電話をしてください。無料です。

URL：<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/lp/hotline/>



●石川県労働局 外国人労働者相談コーナー

中国語とベトナム語で相談することができます。

会って話すこともできるし、電話で話すこともできます。

住所：石川県金沢市西念3-4-1 金沢駅西合同庁舎5階 石川労働局労働基準部監督課

TEL：076-200-9771

- ・ベトナム語 毎週水曜日（午前9時から午後4時30分）
- ・中国語 毎週金曜日（午前9時から午後4時30分）



URL：<https://jsite.mhlw.go.jp/ishikawa-roudoukyoku/kantoku/gaikokujinnsoudann.html>



第4章 医療

日本の医療機関には、病院やクリニックがあります。病気をやめたとき病院に行きます。かぜや軽いけがのとき、クリニックに行きます。

外国語で話せる病院リスト

金沢に外国語で受診＜＝医師にみってもらうこと＞できる医療機関があります。どの病院が、どのことばで受診できるかは、URL・QRコードから見てください。



URL：https://www.kief.jp/livein/life/hospital_list

日本では、すぐに大きな病院に行くと、特別なお金がかかることがあります。そのため、まずは家の近くのクリニックに行くことが多いです。

体の調子について気になることをなんでも相談できる医者（＝かかりつけ医）がいます。かかりつけ医は、大きな病気をやめたとき、「紹介状」を作って専門の病院を紹介してくれます。

公益社団法人金沢市医師会

TEL：076-263-6721 Email：ishikai@kma.jp

地域保健課 住所：金沢市西念3-4-25

TEL：076-234-5102 Email：tikiho@city.kanazawa.lg.jp

病院やクリニックは、予約をしなければならないところもあります。予約をしても長い時間待たなければならないときがあります。



4-1. 病院やクリニックに行くとき

公的医療保険に入っていると、病院やクリニックに行ったときに自分で払うお金が少なくなります。

病院やクリニックに行くとき、必ず「マイナ保険証」（⇒p.17 1-3-2）か「資格確認書」を持って行ってください。病院やクリニックで「マイナ保険証」が使えないときは、受付で「マイナ保険証」といっしょに「資格情報のお知らせ」を出すと、受診することができます。

保険年金課 金沢市役所第一本庁舎2階

TEL：076-220-2256 Email：kokuho@city.kanazawa.lg.jp

4-1-1. 病院の種類

内科	からだの中(なか)の病気(びょうき) (かぜなど) を治(なお)します。
外科	けがを治(なお)したり、手術(しゅじゆつ)を治(なお)します。
小児科	赤ちゃん(あかちゃん)や子ども(こども)の病気(びょうき)を治(なお)します。
整形外科	骨(ほね)、関節(かんせつ)、筋肉(きんにく)などを治(なお)します。
眼科	目(め)の病気(びょうき)を治(なお)します。
歯科	歯(は)を治(なお)します。
産婦人科	女(おんな)の人がかか(か)かる病気(びょうき)を治(なお)したり、赤(あか)ちゃんを産(う)んだりするところ(ところ)です。

出典 出入国在留管理庁「生活・仕事ガイドブック (やさしい日本語版)」 p.77
 URL : https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html



4-2. 多言語医療問診票

病院(びょういん)やクリニック(クリニック)に行(い)ったら、病(びょう)気(き)やけが(げ)のこ(こと)をくわ(く)しく医(い)者(しゃ)に言(い)わなければな(な)りませ(ませ)ん。
 いろ(いろ)いろなこ(こと)ば(ば)の問(もん)診(しん)票(ひょう) < = あな(あなた)の体(てい)のこ(こと)や病(びょう)気(き)な(な)どを(を)書(か)く紙(し) > が便(べん)利(り)です。
 問(もん)診(しん)票(ひょう)は家(いえ)で書(か)いて、病(びょう)院(いん)やク(ク)リニ(ニ)ック(ク)で見(み)せ(せ)てく(く)だ(だ)さい。

「多言語医療問診票」 NPO法人国際交流ハーティ港南台、公益財団法人かながわ国際交流財団
 URL : <https://kifjp.org/medical/>




4-3. 薬

薬(くすり)は薬(やく)局(きょく)やド(ド)ラ(ラ)グ(グ)ス(ス)ト(ト)ア(ア)で買(か)うこ(こと)が(が)でき(でき)ます。そ(そ)こ(こ)に(に)は、薬(やく)剤(ざい)師(し) < = 薬(やく)に(に)つ(つ)いて(いて)よく(よく)知(し)って(いて)い(い)る(る)人(ひと) > が(が)い(い)るので、薬(やく)に(に)つ(つ)いて(いて)わ(わ)か(か)ら(ら)ない(ない)こ(こと)が(が)あ(あ)れば(ば)、質(しつ)問(もん)す(す)こ(こと)が(が)でき(でき)ます。
 病(びょう)院(いん)に(に)行(い)った(た)と(と)き(き)、薬(やく)が(が)処(しょ)方(ぽう)せ(せ)ん < = 薬(やく)の(の)こ(こと)が(が)書(か)いて(いて)あ(あ)る(る)紙(し)。医(い)者(しゃ)が(が)書(か)き(き)ます。 > を(を)も(も)ら(ら)い(い)ます。そ(そ)の(の)処(しょ)方(ぽう)せ(せ)んを(を)も(も)ら(ら)った(た)と(と)き(き)、薬(やく)局(きょく)やド(ド)ラ(ラ)グ(グ)ス(ス)ト(ト)ア(ア)に(に)行(い)くと(と)薬(やく)を(を)買(か)うこ(こと)が(が)でき(でき)ます。
 SNS(えん)な(な)ど(ど)で(で)薬(やく)を(を)買(か)う(う)の(の)は(は)危(けい)険(けん)です。や(や)め(め)て(て)く(く)だ(だ)さい。他(た)の(の)人(ひと)に(に)薬(やく)を(を)売(う)って(いて)は(は)い(い)け(け)ませ(ませ)ん。

4-4. 夜や休みの日に病院に行きたいとき (急な病気やけがのとき)

●金沢広域急病センター
 夜(よる)お(お)そ(そ)い(い)時(じ)間(かん)に(に)急(きゅう)な(な)病(びょう)気(き)や(や)け(げ)が(が)の(の)と(と)き(き)に(に)行(い)くこ(こと)が(が)でき(でき)ます。

お問い合わせ 金沢広域急病センター 住所: 西念3-4-25 (駅西福祉健康センター内)
 TEL : 076-222-0099
 ・診療科目: 内科・小児科
 ・診療時間: 19:30~23:00 (19:00から受付ができます)
 ※くわ(く)しい(い)こ(こと)は(は)ホ(ホ)ーム(ーム)ペ(ペ)ージ(ージ)を(を)見(み)て(て)く(く)だ(だ)さい。
 URL : <https://kanazawa-kouiki.jp>



●当番医
 医(い)療(りょう)機(き)関(かん) < = 病(びょう)院(いん)やク(ク)リニ(ニ)ック(ク) > は、日(に)曜(よう)日(じつ)や(や)祝(しゅ)日(びつ)、夜(よる)な(な)ど(ど)は(は)お(お)休(やす)み(み)です。「当(とう)番(ばん)医(い)」は(は)休(やす)み(み)の(の)日(じつ)に(に)行(い)くこ(こと)が(が)でき(でき)る(る)医(い)療(りょう)機(き)関(かん)です。

ホ(ホ)ーム(ーム)ペ(ペ)ージ(ージ)で(で)、ど(ど)の(の)病(びょう)院(いん)が(が)当(とう)番(ばん)医(い)か(か)見(み)る(る)こ(こと)が(が)でき(でき)ます。
 当(とう)番(ばん)医(い)に(に)行(い)くと(と)、お(お)金(かね)が(が)高(たか)く(く)な(な)ります(ます)。

お問い合わせ 公益社団法人金沢市医師会
 TEL : 076-263-6721 Email : ishikai@kma.jp
 URL : http://www.kma.jp/toubani/toubani_main.html



4-5. 成人検診

金(かね)沢(ざわ)市(し)には(は)大(おとな)人(ひと)の(の)た(た)め(め)の(の)健(けん)康(こう)診(しん)断(だん) < = 体(てい)が(が)元(げん)気(き)か(か)調(てい)べ(べ)る(る) > が(が)2(に)つ(つ)あ(あ)り(り)ま(ま)す。
●「すこやか検診」 (5月~10月) …病(びょう)院(いん)やク(ク)リニ(ニ)ック(ク)で(で)受(う)け(け)ま(ま)す
●「集団検診」 (5月~12月) …福(ふ)祉(し)健(けん)康(こう)セ(セ)ン(ン)ター(ター)な(な)ど(ど)で(で)受(う)け(け)ま(ま)す
 金(かね)沢(ざわ)市(し)国(こく)民(みん)健(けん)康(こう)保(ほ)険(けん) (p.19 1-5-1) に(に)入(い)っ(っ)て(て)い(い)る(る)人(ひと)に(に)は、金(かね)沢(ざわ)市(し)か(か)ら(ら)4(よ)月(げつ)末(まつ)ご(ご)ろ(ろ)に(に)受(う)診(しん)券(けん) < = 健(けん)康(こう)診(しん)断(だん)を(を)受(う)け(け)る(る)た(た)めに(に)必(ひつ)要(よう)な(な)紙(し) > が(が)届(とど)き(き)ま(ま)す。
 健(けん)康(こう)診(しん)断(だん)を(を)受(う)け(け)る(る)前(まへ)に、予(よ)約(やく)が(が)必(ひつ)要(よう)です。受(う)け(け)る(る)こ(こと)が(が)でき(でき)る(る)健(けん)康(こう)診(しん)断(だん)の(の)内(ない)容(よう)は(は)年(ねん)齢(れい)な(な)ど(ど)で(で)ち(ち)が(が)い(い)ま(ま)す。健(けん)康(こう)政(せい)策(さく)課(か)に(に)聞(き)いて(いて)く(く)だ(だ)さい。



お問い合わせ 健康政策課 金沢市役所第一本庁舎2階
 TEL : 076-220-2233 Email : kenkou@city.kanazawa.lg.jp

大切な手続き
 暮らし
 仕事
 医療
 子ども
 銀行・郵便局
 交通
 緊急・災害

4-6. 妊娠・出産

金沢国際交流財団で「かなざわ外国人子育て応援ハンドブック」を作りました。妊娠したときや、出産したとき必要な情報が書いてあります。日本語・英語・中国語の3つのことばで読むことができます。



「かなざわ外国人子育て応援ハンドブック」



URL : <https://www.kief.jp/livein/life/item3>

【相談したいとき（ほっとライン）】

女の人が困ったとき、相談できるところがあります。秘密は守られます。名前を言わなくてもいいです。時間は、月曜日から金曜日の午前8時30分～午後5時です（祝日、年末年始 休み）

●女性の健康ほっとライン TEL : 076-220-7918

女の人の病気や健康について相談できます。

●妊娠・出産ほっとライン TEL : 076-208-4303

考えていなかった妊娠や、不妊＜赤ちゃんがなかなかできないこと＞、妊娠や出産で不安なことについて相談できます。

4-6-1. 妊娠したとき

すること
① 病院で「妊娠しています」と言われたら「妊娠届出書」をもらいます。
② 近くの福祉健康センターか健康政策課に「妊娠届出書」を出します。マイナンバーカードと在留カードを持って行ってください。
③ 妊娠届出書を出したあと、「母子健康手帳」と「金沢市母子保健のしおり」をもらいます。

●母子健康手帳

妊娠してから6歳（小学校に入る）までの、お母さんと子どもの健康について書きます。予防接種＜＝病気にならないための注射＞や定期健康診査に行くときに必要です。外国語の母子健康手帳もあります。

●金沢市母子保健のしおり

「妊産婦健康診査」に必要な受診票＜＝検査するときに必要な紙＞が入っています。妊産婦健康診査では、妊娠中や、赤ちゃんが生まれてからのお母さんの健康について調べます。赤ちゃんが健康診査を受けるための受診票も入っています。受診票を病院に持っていくと、無料です。



4-6-2. 出産したとき

●出生届

赤ちゃんが生まれたとき、「出生届」＜＝赤ちゃんが生まれたときに出す紙＞を市民課に出します。生まれてから14日以内に出してください。

お父さんとお母さんがどちらも外国人のときは、大使館が領事館に赤ちゃんが生まれたことを言うてください。

●生まれた赤ちゃんの在留カードをもらう

日本で赤ちゃんが生まれて、

- ・赤ちゃんの国籍が日本ではない
 - ・生まれてから60日より長く日本にいる
- ときは生まれてから30日以内に、入管に行きます。

必要な書類やくわしい手続きは、「出入国在留管理庁」のホームページを見てください。

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/>



●出産育児一時金＜＝出産した時もらえるお金＞

国民健康保険に入っている人がもらえるお金です。赤ちゃんが1人生まれたら、50万円もらうことができます。健康保険に入っている人は、自分の健康保険を確認してください。

●そのほか、妊娠や出産でもらうことができるお金があります。「かなざわ外国人子育て応援ハンドブック」(⇒p.39 4-6)を読んでください。

4-6-3. 妊娠、出産で受けることができるサービス

●元気に育て！赤ちゃん訪問

赤ちゃんがいる家に、保健師＜＝健康についておしえる人＞や助産師＜＝こどもを産むときに手伝う人＞が行きます。赤ちゃんのことやお母さんの健康について聞くことができます。

●乳幼児健康診査

赤ちゃんが、3か月、1歳6か月、3歳6か月ごろに無料で「健康診査」があります。健康診査では、子どもの成長を調べます。子育て＜＝子どもを育てること＞について話を聞くこともできます。いつ健康診査があるかは、福祉健康センターから連絡があります。

乳幼児健康診査は、英語と中国語で話したり、聞いたりすることができます。英語が中国語で話した人は、予約がいります。健診に行く前に福祉健康センターに連絡してください。



●育児教室＜子どものことを勉強したり、話したりする教室＞
 日本の子育てについて知るために、福祉健康センターや住んでいる町の育児教室に参加しましょう。
 たとえば、こんな教室があります。

教室の名前	どんなことができるか
①妊婦相談	妊娠しているときの生活や、栄養について聞くことができます。福祉健康センターで予約をします。
②ベビースペース「hug」	妊娠や出産、子育てについて助産師＜子どもを産むとき手伝う人＞に話を聞いたり、ほかのお母さんたちと話したりすることができます。
③すくすく育児教室	6～8か月の赤ちゃんのお母さんとお父さんが、子育てについて勉強します。育児教室に行きたいときは、福祉健康センターに聞いてください。

●かなざわ子育てすまいるクーポン
 子どもが小学校に入るまで、使うことができます。スマートフォンに「いしかわ中央子育てアプリ」を入れてください。



Android



iPhone



名前	どんなことをしてもらえるか
おでかけクーポン	ふらっとバス (p.52 7-1-3) や動物園、水族館、金沢市運営プールなどが、無料です。
おためしクーポン	「産後ヘルパー」や一時預かり＜少しの時間子どもの世話をしよう＞を使うときに、お金が少し安くなります (1日1枚だけ使うことができます)。
絵本交換クーポン	リストの中から好きな絵本1冊を選ぶことができます。
木のおもちゃ交換クーポン	金沢の木のおもちゃと交換ができます。 ※1歳の誕生日の前の日までもらうことができます。



子育て支援課 金沢市役所第一本庁舎 2階
 TEL : 076-220-2285 Email : kosodate@city.kanazawa.lg.jp

第5章

子どもを育てる・子どもの教育

5-1. 小学校に入る前の子どもを預ける

小学校に入る前の6歳までの子どもは、保育園や幼稚園、認定こども園などに行くことができます。

●保育園、幼稚園、認定こども園について

保育園	<ul style="list-style-type: none"> 保護者＜お父さんやお母さんなど＞が仕事や大学、病気などで、家で子どもの世話ができないとき、0歳から小学校に入る前の子どもを預けることができます。 保育園は、午前7時から午後6時まで開いています。夜や休みの日に開いている保育園もあります。 子どもを保育園に入れたいときは、入りたい保育園に書類を持っていきます。どこの園が良いか「保育利用支援員 (p.43※1)」に相談ができます。
幼稚園	<ul style="list-style-type: none"> 幼稚園は、3歳から小学校に入る前の子どもが通う学校です。 保護者が家で世話ができる子どもも通うことができます。 幼稚園は、朝から午後2時ごろまで子どもが遊んだり勉強したりします。 子どもを幼稚園に入れたいときは入りたい幼稚園に申し込みます。
認定こども園	<ul style="list-style-type: none"> 認定こども園は、幼稚園と保育園の両方の特徴があります。保護者が家で世話ができる子どもも行くことができます。 子どもを認定こども園に入れたいときは、入りたい認定こども園に書類を持っていきます。どこの園が良いか保育利用支援員 (p.43※1) に相談もできます。



● **保育園・認定こども園の保育料**

保育料は、保育園やこども園を使うときのお金です。



こどもの年齢	保育料
3歳～5歳	無料
0歳～2歳	1) 市民税 (p.23 1-8-1) を払わなくていい家の子ども⇒無料
	2) その他の家の子ども⇒市民税で決まります。 2人目からの子ども⇒無料です。

● **保育園・認定こども園についての問い合わせ**

保育幼稚園課 金沢市役所第一本庁舎 2階

TEL : 076-220-2299 Email : hoiku@city.kanazawa.lg.jp

(※1) 保育幼稚園課には、「保育利用支援員」がいます。「保育利用支援員」は、子どもが保育園や認定こども園に行きはじめるまで手伝います。分からないことがあったら、相談してください。それぞれの保育園や認定こども園に電話してもいいです。

● **幼稚園の保育料について**

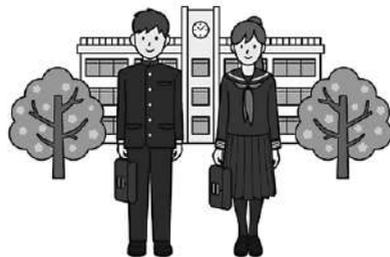
・3歳から5歳の子どもの保育料は、無料です。

※1カ月に25,700円までが無料です。それより高い時はお金がかかります。

幼稚園についての問い合わせ：入りたい幼稚園に聞いてください。

5-2. **日本の学校、教育**

・日本の教育は、小学校6年間（6歳～12歳）、中学校3年間（12歳～15歳）、高校3年間（15歳～18歳）、大学4年間です。（※専門学校や短期大学は2年間が多いです）
・日本の学校は、4月に始まって3月に終わります。



5-2-1. **小学校と中学校**

・小学校と中学校の9年間は、義務教育です。日本人の6才から15才の子どもを持つ保護者は、子どもを学校に行かせなければなりません。

※6歳から15歳までの外国人の子どもも、日本の小学校・中学校に行くことができます。

子どもを学校に行かせたいときは、「教育総務課」に申し込んでください。

・公立の学校＜＝市や県がつくった学校＞は、授業を受けるためのお金は無料です。教科書も無料です。
・しかし、勉強に必要な物や給食、修学旅行＜＝先生や同じ学年の人と一緒に行く学校の旅行＞などにはお金がいります。

※「就学援助制度」＜＝家族の所得が少ない人を助ける制度＞もあります。

教育総務課 金沢市役所第二本庁舎 1階

TEL : 076-220-2477 Email : kyouiku_s@city.kanazawa.lg.jp

5-2-2. **金沢市の日本語教室**

・泉小学校、杜の里小学校、泉中学校には、日本語教室があります。学校の先生が日本語を教えます。

・子どもを日本語教室に行かせたいときは、子どもの学校の校長先生に言ってください。泉小学校、杜の里小学校、泉中学校に行っていない子どもも日本語教室で勉強することができます。

学校指導課 金沢市役所第二本庁舎 1階

TEL : 076-220-2449 Email : gakkou_k@city.kanazawa.lg.jp

おとなのコスモス（ボランティアの日本語教室）

・泉小学校の日本語教室に行く子どもの保護者が行くことができます。

・子どもが日本語教室で勉強しているあいだに、保護者も勉強できます。学校のわからないことも聞くことができます。

・無料です。

おとなのコスモス（金沢国際交流財団）

TEL : 076-220-2522 Email : kief@kief.jp

5-2-3. **夜間中学校（石川県立あすなろ中学校）**

・次の①～③にすべてあてはまる人が入学できます。①石川県に住んでいるまたは石川県で働いている人 ②日本の義務教育の年齢を超えている人 ③日本の義務教育を受けたい外国人 など

大切な手続き
暮らし
仕事
子ども
銀行・郵便局
交通
緊急・災害

- ・月曜日～金曜日までの18時頃～21時頃に授業をします
- ・日本語だけを勉強することはできません。
- ・授業料や教科書代は0円です。



お問い合わせ

あすなろ中学校

TEL : 076-218-7655 Email : asunaj@ishikawa-c.ed.jp



5-2-4. 高校

・中学校を卒業した人が入学試験<＝高校に入るためのテスト。入試。>を受けて、合格したら通うことができます。

●「日本語を母語としない子どもと保護者のための高校進学ガイドンス」
 金沢国際交流財団は、毎年1回、高校進学についての説明会を行っています。ここでは、次のことができます。

- ①入試のことや、どんな高校があるか、高校にかかるお金、無料の日本語教室について知ることができます。
- ②外国人の高校生から入試や学校の話を知ることができます。
- ③勉強や高校について心配なことやわからないことを相談することができます。

5-3. 外国につながる子どものための地域の日本語教室

5-3-1. 外国にルーツをもつ子どものための「KIEFこども日本語ひろば」

金沢国際交流財団のボランティアが、金沢市役所第一本庁舎4階で、日本語を教えます。お金はかかりません。

だれのために？	小学生、中学生、高校生、今は学校に行っていない18歳より下の人
どこで？	・リファーレ2階（金沢市本町1-5-3）金沢国際交流財団 ・オンライン（ZOOM） ・自分の家 } 相談してください
いつ？	・日曜日の午前10時～12時 ・平日の午前10時～午後5時45分
なに何を？	日本語（漢字や生活で使うことば、文法、会話など）を勉強します。時々、みんなで遊んだり、パーティーをしたりします。



お問い合わせ

金沢国際交流財団 住所：金沢市本町1-5-3 リファーレ2F

TEL : 076-220-2522 Email : kief@kief.jp URL : <https://www.kief.jp/>



5-3-2. 子どもスタディサポート（一般社団法人日本語まなびサポート北陸）

金沢大学の学生と大人サポーターが、一対一で日本語や学校の勉強を教えます。

いくら？	無料
いつ？	毎週土曜日午後1時半～3時半ごろまで。
どこで？	・NPO活動支援センター「あいむ」（香林坊ラモーダ7階：金沢市香林坊2丁目4番30号） ・オンライン（ZOOM）
勉強したいとき	スタディサポートで勉強したいときは、下のwebサイトの「お問い合わせ」から、スタディサポートに連絡してください。



お問い合わせ

子どもスタディサポート（一般社団法人日本語まなびサポート北陸）

URL : <https://kanazawa-kodomo.jimdosite.com/>



5-3-3. 日本語・学習支援教室「わかたけ」

大学生やボランティア、大学の先生などが、日本語や宿題を教えます。カルタなどで遊ぶこともできます。

- どこで？：杜の里小学校体育館の会議室、大桑市宮住宅集会所
- いつ？：土曜日（杜の里地区で月に1回、大桑地区で月に1回）午前10:00～11:30



お問い合わせ

国際交流課 金沢市役所第一本庁舎4階

TEL : 076-220-2075 Email : kokusai@city.kanazawa.lg.jp

URL : <https://youijapan.wixsite.com/wakatake>



5-4. 児童館、放課後児童クラブ

学校がないとき、子どもたちが楽しく遊んだり、子どもを預かったりする場所があります。

5-4-1. 児童館

- 子どもたちがいききたいときに行って、楽しく遊ぶことができる場所です。
- 金沢市には、大きな児童館が1つ（城北児童館）とそれぞれの町に32の児童館があります。
- 児童館では、子どもが元気に育つため、色々な活動をしています。URLから見てください。



お問い合わせ

金沢市 児童館ポータルサイト <https://kanazawa-city-jidokan.jp/>

問い合わせ：子育て支援課 金沢市役所第一本庁舎2階

TEL : 076-220-2285 Email : kosodate@city.kanazawa.lg.jp



5-4-2. 放課後児童クラブ

親が働いていて子どもの世話ができないとき、放課後＝学校が終わってから午後6時くらいまで、クラブによってちがいます>や夏休みなどの長い休みに小学生の子どもを預けることができます。

いつ?	放課後 ※夏休みなどは午前から預けることができます。
いくら?	1ヵ月約10,000円(預けるお金+おやつのお金) ※クラブによってちがいます。 親が1人の家は、お金が安くなることがあります。(=利用軽減制度)
もう申し込み	入りたいクラブに申し込んでください。



参考 金沢子育てお役立ちウェブのびのび〜ノ (⇒p.49 5-6-2) 放課後児童クラブ
 URL : <https://www.kanazawa-kosodate.net/elem/index.html>
 問い合わせ : 子育て支援課 金沢市役所第一本庁舎2階
 TEL : 076-220-2285 Email : kosodate@city.kanazawa.lg.jp



5-5. 子育てにかかるお金の支援

子どもが元気に育つために、教育や病院のお金などが安くなったり、お金をもらったりすることができます。

① 「子育て支援医療費助成制度」

中学3年生までの子どもが病院に行ったり、入院したりしたとき、お金が安くなります。
 18歳までの子どもの入院のお金も安くなります。
 健康政策課、市民センター、福祉健康センターに申し込んで、「子ども医療証」をもらってください。
 また、金沢市民は、金沢市以外(石川県じゃなくてもいいです)でも、「子育て支援医療費助成制度」を使うことができます。

●自分で払うお金

・通院<＝病院に行って医者に見てもらおう>	ひとつの病院 1日500円
・入院<＝病院に泊まって医者に見てもらおう>	無料
・調剤<＝病院に行った後に薬をもらう>	無料

通院にかかるお金は、1ヵ月1,000円までです。1,000円より高いとき、あとで自分の口座に払ったお金が戻ります。

② 「ひとり親家庭等医療費助成制度」

子どもを1人で育てている家の保護者とその子どもが、病院に行くとき、使うことができます。保護者のお金が安くなったり、子どものお金が無料になったりします。子どもが18歳になって最初の3月末まで使うことができます(障がいのある子どもは、19歳まで使うことができます)。※所得が多い人は使うことができないかもしれません。

問い合わせ 健康政策課 金沢市役所第一本庁舎2階
 TEL 076-220-2233 Email : kenkou@city.kanazawa.lg.jp

③ 児童手当

日本で子どもを育てている人が、子どもが高校を卒業するまでもらうことができます。
 ●1ヵ月 1人10,000円～30,000円(子どもの年齢、生まれた順番でちがいます)

④ 児童扶養手当

離婚<＝妻と夫がわかれること>したとき、18歳までの子どもを1人で育てている保護者がもらうことができます。子どもが18歳になって最初の3月末までです。障がいがある19歳までの子どもを1人で育てている人ももらうことができます。
 ※所得が多い人はもらうことができないかもしれません。

問い合わせ 子育て支援課 金沢市役所第一本庁舎2階
 TEL : 076-220-2285 Email : kosodate@city.kanazawa.lg.jp

⑤ その他

特別な病気をもつ子どもや、低出生体重児<＝小さく生まれた赤ちゃん>、障がいのある子どもが治療<＝病気やけがをなおす>を受けるときもお金をもらうことができるかもしれません。金沢市保健所に聞いてください。

問い合わせ 金沢市保健所(地域保健課) 住所: 金沢市西念3-4-25
 TEL : 076-234-5102 Email : tikiho@city.kanazawa.lg.jp



大切な手続き
暮らし
仕事
医療
子ども
銀行・郵便局
交通
緊急・災害

5-6. 子育てについての情報を調べる

5-6-1. かなざわ外国人子育て応援ハンドブック (⇒p.39 4-6)

子どもを預けるときなど、子育ての情報が日本語・英語・中国語で書いてあります。

5-6-2. のびのびビ〜ノ

子どもを連れて行くことができる場所、子どもを預けることができる場所など、子育てについての情報がたくさん書いてあります。



お問い合わせ かなざわ子育てお役立ちウェブ のびのびビ〜ノ
<https://www.kanazawa-kosodate.net/index.html>



かなざわのここが好き!

けんみん 健民スポレクプラザ

ズエバ タチアナさん (ロシア出身)



私はタチアナと申します。
 去年の1月から10歳の娘リンマと暮っています。
 かなざわは美しい街で散歩も楽しいですが、彼女は活発な子でアイススケートが大好きなので、毎週のように、二人で西泉にある健民スポレクプラザのアイススケートリンクに行きます。
 そこには外国人の親子もたくさん来ます。
 娘はそこで友達もできたみたいです。



第6章 銀行・郵便局

6-1. 銀行口座 (銀行にお金を入れたり出したりできるようにする)

6-1-1. 口座を開きたいとき



必要なもの>

① 銀行で開くとき	<ul style="list-style-type: none"> 在留カード はんこ (「シャチハタ」スタンプタイプは使うことができません)
② 郵便局 (ゆうちょ銀行) で開くとき	<ul style="list-style-type: none"> 在留カード はんこ 在留資格が「留学」や「技能実習」のとき、学生証、社員証など

口座を開くと、キャッシュカードを作ることができます。カードがあると、ATMを使うことができます。スマートフォンを持っている人は、「ゆうちょ手続きアプリ」を使ってください。

※②の必要なものは、ゆうちょ銀行のホームページを見てください。

URL: <https://www.jp-bank.japanpost.jp/>



6-1-2. こんなときは…

- 住所や在留期限が変わったとき
住所、在留期限や在留資格、仕事などが変わったときは、口座を開いた銀行や近くの郵便局 (ゆうちょ銀行) にすぐに連絡してください。連絡をしないと、口座が使えなくなります。
- 国へ帰るとき、口座を使わなくなったとき
使わない口座を、銀行で解約<=契約をやめること>をします。
自分の口座、キャッシュカード、通帳、ログインID、パスワードを他の人にあげたり、売ったり、もったりしてはいけません。犯罪です。
- 海外へお金を送るとき
銀行や、郵便局 (ゆうちょ銀行) では、海外にお金を送ることができます。
送る方法や手数料<=お金を送るときにかかるお金>は銀行によってちがいます。お金を送るとき、マイナンバーの登録が必要です。わからなかったら、銀行に聞いてください。

参考 ゆうちょの国際送金

https://www.jp-bank.japanpost.jp/kojin/sokin/kokusou/kj_sk_ks_websvik.html



大切な手続き
暮らし
仕事
医療
子ども
銀行・郵便局
交通
緊急・災害

6-2. 郵便局

6-2-1. 郵便や荷物を受け取ることができなかつたとき（郵便物等お預かりのお知らせ）

家にいないときに郵便や荷物が届いたら、「郵便物等お預かりのお知らせ」が家のポストに入ります。郵便や荷物をうけとるために、郵便局に行くか、再配達＜＝もう一度届けてもらうこと＞の申し込みをしてください。

※くわしいことは、郵便局のWEBサイトを見てください。（英語・中国語・韓国語）

URL : https://www.post.japanpost.jp/int/ems/ryugaku/intl_student/



6-2-2. 海外へ送るとき

船や飛行機で送る方法やEMS（国際スピード郵便）で送る方法があります。海外に荷物を送るときは、郵便局のホームページ（＝国際マイページ）で「送り状」を作らなければなりません。送り状を作って、送る相手の国に、どんなものを送るか知らせなければなりません。荷物を送る場所や、重さ、送る方法で料金が変わります。

※外国に荷物を送るときは、郵便局のWEBサイトを見てください。

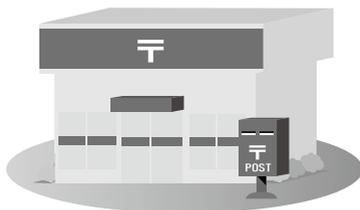
URL : <https://www.post.japanpost.jp/int/index.html>



6-2-3. 金沢市内の大きい郵便局

大きい郵便局は、土曜日・日曜日・祝日もあいています。あいている時間を調べてください。

	住所	電話
金沢中央郵便局	三社町 1-1	0570-036-846
新金沢郵便局	新保本 4-65-2	0570-021-895
金沢南郵便局	泉野町 6-17-1	0570-084-595
粟崎郵便局	粟崎町 2-383-2	0570-943-358



第7章 交通

7-1. バス

7-1-1. バスに乗るとき

金沢市には、いろいろなバスが走っています。
 ・路線バス＜＝決まった道走るバス＞…北陸鉄道、JRバスなど
 ・コミュニティバス＜＝路線バスが通れない町をまわるバス＞…ふらっとバス



7-1-2. 路線バスの乗り方

- ①バスはまなかか、うしろのドアから乗ります。乗るときに、整理券＜＝番号が書いてある小さい紙。どこから乗ったかわかります。＞を取ります。整理券は入口にあります。
- ②降りるバス停の放送を聞いたら、「降車ボタン」＜＝運転手に降りることを知らせるボタン＞を押します。
- ③バスの一番前に料金が書いてあります。整理券の番号のお金を払います。降りるすぐ前にお金を用意します。降りるときに、整理券とお金を運転手の横の箱に入れます。
- ④前のドアから降ります。
 ※ICカード（⇒p.53 7-1-4）を使うときは、バスに乗ったときと降りるときに、ドアの近くにあるカードリーダー＜＝カードを読み取る機械＞の上に置いてください。

7-1-3. 「ふらっとバス」の乗り方

ふらっとバスは、此花、菊川、材木、長町という4つの町をまわります。ドアは1つだけです。乗るときも降りるときも同じドアを使います。
 お金は、大人が100円、子ども（小学生まで）は50円です。どこまで乗っても同じ料金です。乗るときにお金を払います。ICカードを使うことができるバスもあります。
 バスは20分に1回来ます。



交通政策課 金沢市役所第一本庁舎3階
 TEL : 076-220-2038 Email : koutsuu@city.kanazawa.lg.jp

7-1-4. バスのお金を払う方法

バスによって、お金を払う方法がちがいます。

どのバスで、どのように払えるか、ウェブサイトを見てください。

金沢市観光公式サイト

URL : https://www.kanazawa-kankoukyoukai.or.jp/lsc/upfile/articleDetail/0000/0757/757_1_file.pdf



●現金

すべてのバスで、現金が使えます。

※バスの中でおつりは出ません。ちょうどのお金がないとき、両替＜＝紙のお金をコインにかえる＞をしてください。5,000円と10,000円は両替できません。わからなかったら、運転手に聞いてください。

●クレジットカード

・北陸鉄道のバスだけで使えます。

●ICカード

- ・ICカードがあると便利です。現金を準備しなくてもいいです。
- ・窓口やバスの中で、カードに入金（チャージ）＜＝お金を入れること＞ができます。バスの中でチャージするときは、バスが止まったときに、運転手に言ってください。カードは1,000円ずつ入金できます。20,000円まで入金できます。



[Ica]

- ・北陸鉄道のバスだけで使えます。
- ・ICaは、窓口（北陸鉄道チケットセンター）で買えます。
- ・2000円です（デポジット500円+1,500円）1,500円は買った日から使えます。
- ※デポジット（預り金）は、カードを買うときに払うお金です。使わなくなったICaを窓口で返すと、500円を返してもらえます。



・北陸鉄道チケットセンター（金沢駅西口バスターミナル4番のりば近く）

TEL : 076-263-0489

URL : <http://www.hokutetsu.co.jp/> (英語・中国語)



【交通系ICカード】

- ・PASMO、Suica、ICOCAなどです。JRバスなどで使えます。
- ・駅や券売機＜＝切符を買う機械＞などで買うことができます。



・JRバス

TEL : 076-225-8004

URL : <https://www.nishinihonjrbus.co.jp/> (英語・中国語・韓国語)



7-2. 自転車

自転車は法律では車と同じです。

7-2-1. 自転車に乗るときのルール

- ・自転車は、車が走る道の一番左を走ります。
- ・1台の自転車に2人で乗ってはいけません。
- ※小学生になるまでの子どもは、自転車のチャイルドシートに乗ることができます。
- ・他の自転車とならんで走ってはいけません。
- ・自転車に乗るときは、ヘルメットをかぶってください。
- ・お酒を飲んだとき、自転車に乗ってはいけません。
- ・傘をさして運転してはいけません。
- ・携帯電話（スマートフォン）を使いながら運転してはいけません。
- ・ヘッドホンやイヤホンで音楽をききながら運転してはいけません。
- ・夜や暗いときは、ライトをつけて運転します。

●自転車ルール・マナーチラシ

日本語



英語



ベトナム語



インドネシア語



「金沢市自転車条例サイト」 URL : <https://kanazawa-bicycle.jp/>



交通政策課 金沢市役所第一本庁舎3階

TEL : 076-220-2038 Email : koutsuu@city.kanazawa.lg.jp

石川県警察ホームページにも、外国人のための、自転車ルールについてのチラシなどがあります。

URL : <https://www2.police.pref.ishikawa.lg.jp/trafficsafety/trafficsafety01/trafficsafety040.html>



7-2-2. 自転車を停めることができるところ・できないところ

金沢市内には、自転車を停めることができるところ（自転車等駐車場）があります。無料です。自転車は必ず、ここに停めてください。そして、自転車を停めてはいけないところ（自転車等放置禁止区域）が7つあります。ここに停めてはいけません。

つぎの自転車は、係の人が別の場所を持っていきます。

- ・7日より長く停めている自転車
- ・自転車等放置禁止区域に停めている自転車

自転車を返してもらうには、お金がかかります。

必ず近くの自転車等駐車場に停めてください。



こうつうせいさくか かなざわし やくしょだいいちほんちようしゃ かい
交通政策課 金沢市役所第一本庁舎3階

TEL : 076-220-2038 Email : koutsuu@city.kanazawa.lg.jp

7-2-3. 自転車を運転するときに必要なこと

① 自転車防犯登録

- ・自転車を買ったときは、必ず防犯登録をします。防犯登録をすると、自転車を盗まれたとき、戻りかもしれません。自転車を買ったお店で登録ができます。登録にはお金がかかります。
- ・引越しをするときは、「変更」＜登録内容を変えること＞手続きをしてください。
- ・あなたの自転車を他の人にあげるときは、もらう人（これからその自転車に乗る人）が「再登録＜もう一度登録する＞」の手続きをしてください。

② 自転車の保険（自転車損害賠償保険）

- ・自転車に乗るときは、保険に入らなければなりません（＝自転車損害賠償保険）。
- ・自転車を買ったお店などで聞いてください。
- ・あなたがけがをしたときや、他の人があなたの自転車だけがをしたときなどに、保険の会社からお金が出ます。自転車で事故を起こしたときのために、保険に入ってください。
- ・他の人から自転車をもらうときは、保険に入っているか、必ずしらべてください。



こうつうせいさくか かなざわし やくしょだいいちほんちようしゃ かい
交通政策課 金沢市役所第一本庁舎3階

TEL : 076-220-2038 Email : koutsuu@city.kanazawa.lg.jp

7-2-4. 自転車を捨てる時

自転車を捨てる時は、月1回の「金属・小型家電類」の日に捨ててください。「家庭ごみ・分け出し方パンフレット」（⇒p.27 2-3-2）を見てください。

7-2-5. 公共シェアサイクル

金沢市には、シェアサイクル＜みんなですべて使う自転車＞があります（＝まちのり）。まちのりのポート＜まちのりが置いてあるところ＞ならどこでも自転車を借りたり、返したりできます。会員登録をして使います。1回165円から使うことができます。30分より長く使うとき、もっとお金を払います。一カ月1,650円のプランもあります。



じおきよく じやうしよ かなざわし このはなまち かい
・まちのり事務局 住所：金沢市此花町3-2 ライブ1ビル1階

TEL : 076-255-1747

URL : <https://www.machi-nori.jp/> (英語あり)

こうつうせいさくか かなざわし やくしょだいいちほんちようしゃ かい
・交通政策課 金沢市役所第一本庁舎3階

TEL : 076-220-2038 Email : koutsuu@city.kanazawa.lg.jp



7-3. 車くるま

7-3-1. 車くるまやバイクバイクを運転うんでんするときのルール

してはいけないこと

- 「運転免許うんでんめんきょ」(⇒p.58 7-3-2)が必須ひつようです。「運転免許うんでんめんきょ」がない人は、運転してはいけません。
- 「運転免許証うんでんめんきょしょう」または「マイナ免許証めいなきょしょう」を持っていないとき(家に忘れたときなど)は、運転してはいけません。
- 運転しているとき、携帯電話けいたいでんわやスマートフォンスマホを使ってはいけません。
- お酒さけを飲んだときは、ぜったいに運転してはいけません。
- お酒さけを飲んだ人に車を貸したり、運転をお願いしたりしてはいけません。

しなければならないこと

- 道の左側ひだりがわを走ります。道路の標識ひょうしき<=交通ルールこうつうルールのサイン>の交通ルールこうつうルールを守ります。
- 運転する人も、一緒に乗る人も、みんなシートベルトシートベルトをしなければならないです。
※5歳さいまでの子どもを車くるまに乗せるときは、「チャイルドシートチャイルドシート」を使わなければならないです。
- バイクバイクを運転するときは、ヘルメットヘルメットをかぶらなければならないです。
- 「横断歩道おうだんほどう」<=歩かある人が道路どうろを安全あんぜんに渡るための道みち>に人がいたら、必ず止とまらなければならないです。

●外国語がいこくごで読める交通ルールブック

日本自動車連盟にほんじどうしゃれんめい(JAF)は、日本の交通ルールをまとめた本を外国語がいこくご(英語えいご、中国語ちゅうごくご、スペイン語スペイン語)で作つくっています(=『交通の教則こうつうきょうそく』)。
本ほんは、次の URL から買かうことができます。

日本自動車連盟にほんじどうしゃれんめい(JAF)「外国語版がいこくごばん『交通の教則こうつうきょうそく』」のご案内あんない

URL : <https://jaf.or.jp/common/visitor-procedures/rules-of-the-road>



7-3-2. 運転免許うんでんめんきょ

日本で車くるまを運転うんでんするためには、①「国際運転免許証こくさいうんでんめんきょしょう」か、②「日本の運転免許証にほんうんでんめんきょしょうまたはマイナ免許証めいなきょしょう」を持っていなければならないです。

①国際運転免許こくさいうんでんめんきょを取る

- 「国際運転免許証こくさいうんでんめんきょしょう」は、運転免許うんでんめんきょを取った国くにで、取らなければならないです。
- 「ジュネーブ条約じゅねーぶじょうやく」(条約<=国と国くにの間の約束>)で決めた国際運転免許証こくさいうんでんめんきょしょうだけ、使うことができます。
- 国際運転免許証こくさいうんでんめんきょしょうで運転できる期間は、1年ねんです。

●日本にほんを出て、外国がいこくで国際運転免許証こくさいうんでんめんきょしょうを取ったとき

- 日本にほんを出てから3ヵ月以内に、日本にほんに帰ってきたときは、国際運転免許証こくさいうんでんめんきょしょうを使うことができません。

②日本にほんの運転免許うんでんめんきょを取る

【自分の国の運転免許じぶんこくのうんでんめんきょから日本の運転免許にほんうんでんめんきょにかえたいとき】

●かえるための条件

- 自分の国の運転免許証じぶんこくのうんでんめんきょしょうが有効なこと<=まだ使うことができること>
- 自分の国じぶんこで運転免許うんでんめんきょを取った日から3ヵ月以上、自分の国じぶんこにいたこと

●いつ、どこで申し込みもうこできますか？

- どこで？：石川県運転免許センターいしかわけんうんでんめんきょセンター(金沢市東蚊爪町2-1)
- いつ？：月曜日げつようびから金曜日きんようびまでの平日へいじつにすることができます。

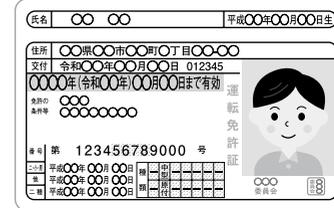
※必ず予約よやくをしてから行ってください。

予約した日の午後1時から午後1時20分までに受付うけつけをします。

※日本語を話すことができない人は、通訳つうやくの人(日本語を話すことができる人)と一緒に行ってください。

●試験の内容しけんの内容

- 適性試験てきせいしけん<=目や耳などの試験>
- 運転の技術うんでんぎじゆつの確認かくにん
- 交通ルールこうつうルールの確認かくにん ※正しいかまちがっているかを答えるテストです。外国語でテストを受けることができるかどうか、石川県運転免許センターいしかわけんうんでんめんきょセンターに聞いてください。



運転免許センターうんでんめんきょセンター 住所じゅうしょ 石川県金沢市東蚊爪町2丁目1番地いしかわけんうんでんめんきょセンター 住所 かなざわしひがしかがづめまち ちやうめ ばんち

TEL : 076-238-5901

URL : <https://www2.police.pref.ishikawa.lg.jp/application/application02/>



大切な手続き

暮らし

仕事

医療

子ども

銀行・郵便局

交通

緊急・災害

●申し込みに必要なもの

- A. 外国の運転免許証
- B. 外国の運転免許証を日本語にした書類
 - ※①～③だけで作ることができます。
 - ①運転免許証を取った国の役所の人や領事館
 - ②日本自動車連盟 (JAF) JAF石川県支部 住所：金沢市新保本4-8
TEL：076-249-1252
 - ③ジップラス株式会社 <https://ziplus.jp/translation> 申し込みの方法や、ジップラス株式会社のサービスを使うことができる国は、ウェブサイトを見てください。
- C. 住民票 (国籍・在留資格・在留期間などがすべて書いてあって、マイナンバーが書いていないもの)
- D. パスポート (2枚以上持っている人は全部のパスポート)
- E. 期限が切れた日本の免許証 (日本の免許を取ったことがある人だけでいいです)
- F. 写真1枚 (申し込みの日から6ヶ月以内に撮った写真。縦3cm、横2.4cm。帽子をかぶっていない、胸から頭まで写っている、後ろに何も写っていない写真。写真の裏には、名前と写真を撮った日を書いてください。)
- G. その他
人によって必要なものがちがいます。わからなかったら、石川県運転免許センターに聞いてください。



●どのような手続きをしますか？

1. 申し込みに必要なもの (A～G) を用意します。
 - 2. 運転経歴<=事故があったか、ルールを守ったかなど>を調べます。
 - 3. 適性試験をうけます。→ 4. 交通ルールの確認をします。
 - 5. 運転の技術の確認をします。
 - 6. 免許証をもらいます。
- ※次の人は、「4. 交通ルールの確認」と「5. 運転の技術の確認」は受けなくていいです。
- ・日本の運転免許を取ったことがあって、もう1度日本の免許を取りたい人
 - ・日本と同じような免許の制度がある国の免許を持っている人
- 【日本で勉強して、免許の試験を受けたいとき】
1. 車の運転や交通ルールを学ぶ学校 (=指定自動車教習所) に通って、卒業します。
 2. 石川県運転免許センターで、運転免許学科試験、適性試験を受けます。
- ※運転免許学科試験は、申し込みをすれば、一種免許・二種免許・仮免許は20言語で受けることができます。原付免許は、英語・中国語・ポルトガル語・ベトナム語で受けることができます。試験の説明は、日本語でします。

7-3-3. 運転免許証またはマイナ免許証を更新するとき

- ・更新は、「運転免許証」または「マイナ免許証」を新しくすることです。
 - ・運転免許証に、いつまで運転できるか書いてあります。(マイナ免許証を持っている人は、マイナポータルで確認してください。)
 - ・この日になる前に、運転免許証の住所にはがきが届きます。はがきが届いたら、石川県運転免許センターに行って、「運転免許証」または「マイナ免許証」を更新してください。
 - ・持っていくものは、はがきを見てください。
 - ・更新をしないと、運転することができなくなります。
- ※その他 住んでいるところが変わったとき
引っ越したときは (住んでいるところが変わったときは)、警察署や石川県運転免許センターに行って、運転免許証の住所を変える手続きが必要です。



お問い合わせ
 運転免許センター 住所：金沢市東蚊爪町2丁目1番地
 TEL：076-238-5901
 URL：<https://www2.police.pref.ishikawa.lg.jp/application/application02/>



7-3-4. 車を持っている人がしなければならないこと

- 自分の車を登録します
車を買ったときや、もらったときなどは、「北陸信越運輸局石川運輸支局」に知らせてください。車の「所有者登録」<=だれの車かわかるようにする>をしなければなりません。登録は、車を買ったお店にしてもらうことができます。引っ越したときは、住所を変える手続きをしなければなりません。車を使わなくなったときや、車を持つ人が変わったときも、手続きをしなければなりません。



お問い合わせ
 北陸信越運輸局石川運輸支局 住所：金沢市直江東1-1
 TEL：050-5540-2045 (声の案内が聞こえたら「037」をおしてください)



- 車が安全かどうか調べます
・車には使用期限<=車を使うことができる期間>があります。そのあとも車を使うときは、車検<=車が安全に使うことができるかなどを調べる>をしなければなりません。
- ・「車検」は1年か2年に1回、しなければなりません。
- ・車検が終わったら、「車検証」をもらいます。「車検証」がない車は運転することができません。「車検証」は、いつも車に入れておかなければなりません。
- ・また、車検が終わったら、ステッカーをもらいます。ステッカーは車のフロントガラスに貼らなければなりません。

大切な手続き
 暮らし
 仕事
 医療
 子ども
 銀行・郵便局
 交通
 緊急・災害

●車の保険に入ります

- ・事故にあったときのために「自賠責保険」<=車やバイクを運転する人からお金を集めて、事故にあった人を助ける>に入らなければなりません。すべての車やバイクは「自賠責保険」に入らなければなりません。
- ・自賠責保険に入っていない車は運転してはいけません。違法<=法律をやぶること>です。
- ・車のお店や、コンビニなどで自賠責保険に入ることができます。
- ・あなたの車で人がけがをしたときや、亡くなったとき、保険の会社からお金が出ます。しかし、お金が足りないときもあります。「任意保険」に入ったほうがいいです。「任意保険」は、事故で車が壊れたときもお金が出ます。

●雪が降ったとき

- ・金沢は、雪がとてとたくさん降ります。雪が降る前に、タイヤをスタッドレスタイヤ<=雪が積もっている道や凍っている道を守るために作られたタイヤ>にかえます。車やタイヤのお店で買ったり、かえたりすることができます。
- ※雪道の運転に慣れていない人は、4WD車<=エンジンで回転するタイヤが4つある車>を運転するといいかもかもしれません。

7-4. 電車



行きたい場所までの料金をみて、きっぷを買います。
 新幹線や特急列車に乗るとき、「特急券」も買わなければなりません。
 わからないときは駅員に聞いてください。
 電車に乗るときも、交通系ICカードを使うことができます。ICaは使うことができません。

●いろいろなきっぷ

定期券	学校や会社など、毎日同じところに行く人に便利です。毎日きっぷを買うより安くなります。1か月、3か月、6か月など期間をえらぶことができます。ICカードの定期券もあります。
特急券	特急列車や新幹線に乗るときに必要です。
指定席券	指定席<=座る席が決まっている>を使うとき、必要です。

● JR西日本ホームページ : <https://www.westjr.co.jp/>
 (英語・中国語・韓国語・タイ語)



● JR東日本ホームページ : <https://www.jreast.co.jp/>
 (英語・中国語・韓国語・タイ語・インドネシア語など)



第8章

緊急 (急な病気や事故)・災害 (地震や台風)

8-1. 病気やけがのとき、火事のとき

「119」(消防)に電話をかけて、救急車<=急な病気の人やけがをした人を病院に運ぶ車>・消防車<=火事が起きたときに火を消す車>を呼んでください。

※日本では、無料で救急車を呼ぶことができます。しかし、救急車はとても大変な病気やけがのときに使う車です。軽い病気やけがのときは、救急車を呼ばないでください。タクシーや自分の車で病院に行ってください。

- 急な病気やけがのとき→「救急です」と言います。
- 火事のとき→「火事です」と言います。
 (電話をする前に、まわりの人にも「火事です」と大きな声で言ってください)

※消火器<=火事が起きたとき、火をすぐに消すための道具>の使い方調べてください。
 また、消火器を持っている人は、こわれていないかときどき調べてください。



8-2. 事故や事件のとき

●「110」(警察)に電話をかけます。→「事故です」または「事件です」と言います。

※自分で電話をかけることができないときは、近くにいる人に言ってください。
 ※携帯電話からも110番、119番に電話をすることができます。

●POLICE HELP LINE (石川県警察) 電話番号 : 076-225-0555
 犯罪があったとき、警察に助けをほしいときに電話してください。



石川県警察ホームページ [police help line]

URL : <https://www2.police.pref.ishikawa.lg.jp/inquiry/inquiry22/inquiry01.html>



8-3. 災害のとき

日本は、地震がともも多い国です。石川県の能登地方でも、2024年1月に最大震度7<=一番強い地震のレベル>の地震がありました。災害のとき、できるだけけがをしったりこまったりしないために準備をしましょう。

8-3-1. 安全のために準備する

- ① 「外国人市民のための防災ハンドブック」を読んでもみます。
 「どんな災害があるか（地震、津波、大雨、台風、大雪）」、「災害があったときどうしたらいいか」などが書いてあります。
 かんたんな日本語と外国語（英語、中国語など）で読むことができます。



金沢国際交流財団「金沢市 外国人市民のための防災ハンドブック」



URL : <https://www.kief.jp/outline/publication#item4>

- ② 非常持ち出し品<=逃げる時に持っていくもの>を準備しておきます。
 ・災害のとき、水・電気・ガスが止まったり、食べ物や水を買うことができなくなったりします。
 ・3日くらい生活できる食べ物や水、電池、懐中電灯（ライト）、充電器などを、非常持ち出し袋<=非常持ち出し品を入れる袋>に入れます。災害が起きたとき、すぐ役に立ちます。
 ・非常持ち出し品は、ホームセンターで買うことができます。

金沢国際交流財団 HP「地震がおこる前に準備しよう」



URL : <https://www.kief.jp/livein/disaster/prepare>



非常持ち出し品

- ③ 防災訓練に参加します。
 ・災害があったときのために、安全に避難する<=逃げる>練習や、火を消す練習をします。
 ・災害があったとき、近所の人<=家の近くに住んでいる人>と助け合うことが大切です。
 近所の人といつもあいさつをしたり、話をしたりしておくとう安心です。
 町会の活動（⇒p.26 2-2）に参加するといいかもかもしれません。



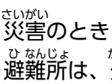
- ④ 避難所、水害ハザードマップを調べておきます。

- 金沢市指定避難所マップ
 （英語、中国語、インドネシア語、ベトナム語）
 避難所は、災害が起きたときに逃げる場所です。
 この生活ガイドに避難所マップを挟んであります。家の近くの避難所を調べてください。
 URL : https://www4.city.kanazawa.lg.jp/kurashi_tetsuzuki/anzen_anshin/bosai/6/15680.html



国際交流課 金沢市役所第一本庁舎 4階

TEL : 076-220-2075 Email : kokusai@city.kanazawa.lg.jp



危機管理課 金沢市役所第二本庁舎 2階

TEL : 076-220-2060 Email : kiki@city.kanazawa.lg.jp

かなざわし すいがい
●金沢市水害ハザードマップ
 おおあめ ふ あび ばしよ ひなん ぼしよ
 大雨が降ったときに危ない場所や避難場所がわかるマップです。



か せんすいぼう か かなざわ し やくしょだいいちほんちようしゃ
 河川水防課 金沢市役所第一本庁舎
 TEL : 076-220-2341 Email : kasen@city.kanazawa.lg.jp

8-3-2. 地震が起こったとき

- ・テーブルや机の下に入ります。机がないとき、クッションなどで頭を守ります。
 - ・地震が止まったら、火を消します。ガスの元栓も閉めます。
 - ・「非常持ち出し品」を準備します。
 - ・窓ガラスが落ちてくるかもしれません。周りをよく見て、あわてないで避難します。
- ※近所の人達と一緒に避難してください。
 ※もし火事になったら、近くの人たちに知らせ、助けを呼んでください。



かなざわこくさいこうりゅうざいだん じしん つなみ
 金沢国際交流財団 HP 「地震と津波について」
 URL : https://www.kief.jp/livein/disaster/earthquake_tsunami



8-3-3. 災害の情報を調べる

さいがい
●災害のときは、ニュースで「警戒レベル」を確認してください！

警戒レベル	とる行動
5	いま さいがい があります。いのち まも 命を守ってください！
4	みんな、危険な場所から安全な場所に避難します。
3	お年寄りや子ども、避難するのに時間がかかる人は危険な場所から避難します。
2	避難のタイミングや避難する場所をもう一度調べます。
1	あめ、かわ 雨や川の情報をテレビやインターネットで調べます。

テレビやアプリなどで、
**レベル4の警戒が出たら、
 必ず避難してください！！**



さいがい お まえ とうろく
●災害が起こる前に登録しておくLINE、アプリ

- ・かなざわ外国人母国語緊急ネット
 金沢市からの緊急情報（災害・お金など）を外国語で受け取ることができるLINE公式アカウントです。登録すると、同じ外国語を話す人たちのグループメンバーになることができます。
 URL : <https://kanazawa-life.info/index-jp.html>
- ・「Safety tips」（アプリ）
 15のことばで、地震や大雨などの災害の情報がわかります。
 URL : <https://www.rcsc.co.jp/safety-tips-jp>
- ・NHK WORLD-JAPAN（アプリ）
 19のことばでNHKのニュースを読むことができます。
 地震や津波などの緊急情報もあります。
- ・「Voice Tra」（アプリ）
 話しかけると、外国語に翻訳してくれます。



大切な手続き
 暮らし
 仕事
 医療
 子ども
 銀行・郵便局
 交通
 緊急・災害

かなざわこくさいこうりゅうざいだん きーふ しょうかい 金沢国際交流財団 (KIEF) の紹介

金沢市には、2026年1月現在、9,094人の外国人が生活しています。

金沢国際交流財団は、国籍や文化がちがう人たちが、ちがいをわかって、いっしょに生活することができるまちをつくりたいです。そのため、日本人と外国人が交流できるイベントを開いたり、外国人の生活を手伝ったりする活動をしています。



金沢国際交流財団は英語で、Kanazawa International Exchange Foundation (KIEF) です。私達の活動を紹介します。

① かなざわ国際交流まつり

毎年10月ごろにある、とても大きなイベントです。日本人と外国人が交流して、世界の食べ物や、歌やダンスを楽しみます。日本の文化を体験することもできます。



② 国際理解講座

金沢に住んでいる外国人が先生です。金沢の日本人に、自分の国の文化や料理、言葉を紹介します。みなさんも先生になることができるかもしれません。



③ 通訳や多言語で情報を伝える活動

外国人子育て応援通訳ボランティア (⇒p.40 4-6-3) 子どもが元気が調べる「乳幼児健診」や「赤ちゃん訪問」のときに、ボランティアが英語か中国語で通訳をします。



④ 外国人子育て応援支援サロン

小さな子どもがいる外国人のお母さん、お父さんが集まって、子育ての情報を交換したり、話したりすることができます。

⑤ 外国人子育て応援ハンドブック (⇒p.39 4-6)

出産や子育てなど、赤ちゃんやお母さんのための本をつくっています。日本語・英語・中国語で読むことができます。

⑥ あなたも金沢市民 金沢生活ガイド

金沢の生活の情報や、便利な情報の本をつくっています。英語、中国語、インドネシア語、ベトナム語、やさしい日本語版があります。

⑦ 金沢市防災ハンドブック (⇒p.63 8-3-1)

災害<=地震や台風など>や防災<=災害がおきる前の準備>の本をつくっています。かんたんに日本語と、英語や中国語などで読むことができます。

⑧ 高校進学ガイド (⇒p.45 5-2-4)

外国から来た中学生に、日本の高校に入るために必要な情報を教えます。いろいろなことばでガイドをします。

⑨ 金沢の文化を体験したり、日本人と交流したりするイベント

文化体験は留学生や、技能実習生などの働いている外国人が参加できます。

留学生は、日本の高校生や大学生と話したり、ホストファミリーの家に行ったりするイベントにも参加できます。

だれでも参加できるスポーツイベントもあります。



⑩ 日本語教室

生活でよく使う日本語を勉強したり、日本語で会話をしたりします。子ども向けの日本語教室 KIEF子ども日本語ひろば (⇒p.45 5-3) 大人向けの日本語教室 KIEF日本語カフェ (⇒p.32 2-7-5)



⑪ SNS

ホームページ(https://www.kief.jp/)のほかに、LINEやInstagram、Facebookがあります。イベントの情報などをお知らせします。ぜひフォローしてください！



LINE



Instagram



Facebook



Facebook
(やさしい日本語&英語)

KIEFの活動や、「金沢生活ガイド」について分からないことや、聞きたいことがあったら、いつでも電話やメールをしてください！



金沢国際交流財団 住所：金沢市本町1-5-3 リファール2階
電話：076-220-2522 E-mail：kief@kief.jp

URL：<https://www.kief.jp>



こまったときに相談するところ

まどぐち 窓口の名まえ	どんなことが できますか？	つか げんご 使える言語	どうやって / いつ
がいこくじん 外国人のための無料 相談【生活相談】 石川県国際交流協会 (IFIE) ⇒ p.30 2-7-2	にほん せいかつ 日本の生活でこま っていること、大人 の日本語教室のこ とを相談できます。	えいご ちゅうごくご かんこくご 英語、中国語、韓国語、ポ ルトガル語、ロシア語 ベトナム語：火・木曜日 インドネシア語：木曜日	まいげつげつようび きんようび 毎週月曜日から金曜日 (9:15 ~ 17:00) あ ほん だんわ ほん 会って話すことも、電話で話すこともできま す。 TEL : 076-262-5932 MAIL : kikaku3@ifie.or.jp https://www.ifie.or.jp/foreigners_life/soudan/
がいこくじん 外国人のための無料 相談【法律相談】 石川県国際交流協会 (IFIE) ⇒ p.30 2-7-2	いえ こと や しごと 家のことや仕事で こまっていること、 ビザ、在留手続き について相談でき ます。	えいご ちゅうごくご かんこくご 英語、中国語、韓国語、ポ ルトガル語、ロシア語、イ ンドネシア語、ベトナム語	★予約があります。 行政書士： まいげつだい もくようび 毎月第1・4木曜日 (13:00 ~ 14:00) べんごし まいげつだい もくようび 弁護士：毎月第3木曜日 (13:00 ~ 14:00) TEL : 076-262-5932 https://www.ifie.or.jp/foreigners_life/soudan/
いしかわ外国人生活 相談センター	せいかつ 生活でこまってい ること、仕事でこま っていることを相 談できます。	にほんご えいご ちゅうごくご かん 日本語、英語、中国語、韓 国語、ベトナム語、インド ネシア語、ミャンマー語、 タイ語、ポルトガル語、フ ランス語	https://support.ishikawa.jp/ (オンラインで話すことができます)
いしかわろうどうきょうがいこくじん 石川労働局外国人 労働者相談コーナー ⇒ p.35 3-1-4	しごと 仕事をするときの はいやう じょうけん 契約や条件につい て相談できます。	ちゅうごくご べトナムご 中国語、ベトナム語	べトナムご まいげつげつようび ベトナム語：毎週水曜日 (9:00 ~ 16:30) ちゅうごくご まいげつげつようび 中国語：毎週金曜日 (9:00 ~ 16:30) TEL : 076-200-9771
ほう 法テラス 多言語情報提供 サービス	せいかつ しごと 生活や仕事でこま ったことを、法律に くわしい人に相談 できます。	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、タガログ語、 ネパール語、タイ語、イン ドネシア語	TEL : 0570-78377 げつようび きんようび (月曜日から金曜日の 9:00 ~ 17:00) https://www.houterasu.or.jp/site/foreign-nationals/
しゅうにんかん 出入国管理庁 「生活・就労ガイド ブック」	にほん せいかつ し 日本での生活や仕 事などをするとき に必要な情報が書 いてあります。	にほんご やさしいにほんご 日本語、やさしい日本語、 英語、中国語、韓国語、ス ペイン語、ポルトガル語、 ベトナム語、ネパール語、 タイ語、インドネシア語、 ミャンマー語、クメール 語、フィリピン語、モンゴ ル語、トルコ語、ウクライ ナ語	https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_index.html#midashi01
かなざわこくさいこうりゅうざいだん 金沢国際交流財団 (KIEF)	どこに相談したら いいかわからなか ったら相談してく ださい。	にほんご えいご 日本語、英語	TEL : 076-220-2522 MAIL : kief@kief.jp

かなざわ ひ こ さいしょ
金沢に引っ越して最初にすること チェックリスト

ぜんいん
●全員すること

すること	ページ
でんにゅうとどけ <input type="checkbox"/> 転入届をします	P18, 1-4
こくみんけんこうほけん はい <input type="checkbox"/> 国民健康保険に入ります	P19, 1-5-2
こくみんねんきん はい <input type="checkbox"/> 国民年金に入ります	P21, 1-7-2
ちやうかい はい <input type="checkbox"/> 町会に入ります	P26, 2-2
<input type="checkbox"/> ごみの出し方・分け方を調べます	P27, 2-3-2
でんき ガス 水道の申し込みをします <input type="checkbox"/> 電気・ガス・水道の申し込みをします	P28, 2-4
ゆうびんきょく じゅうしよ か い にほん ほか まち ひ こ き <input type="checkbox"/> 郵便局に住所が変わったことを言います (日本の他の町から引っ越して来たとき)	P29, 2-6
<input type="checkbox"/> 外国語で話せる病院や、夜や休みの日に開いている病院を調べます	P36 P38, 4-4
きんきゆうとき でんわばんごう しら きゆうびんきょく おお かいじ ばん じこはんざい ばん <input type="checkbox"/> 緊急の時の電話番号を調べます 急な病気・大きなけが・火事⇒119番 事故・犯罪⇒110番	P62, 8-1 8-2
<input type="checkbox"/> 「金沢市 外国人市民のための防災ハンドブック」を読みましよう。	P63, 8-3-1

こ どもが いる 人が する こと

すること	ページ
<input type="checkbox"/> 「かなざわ外国人子育てハンドブック」を読みましよう	P39, 4-6
よぼうせつしゆ じゅうしよ じけんしん き さい <input type="checkbox"/> 予防接種や乳幼児健診について聞いてみましよう (3歳までの子ども)	P39-40 4-6-1, 4-6-3
ほいくじよ にんてい えん ようちえん もう こ <input type="checkbox"/> 保育所・認定こども園や幼稚園に申し込みます	P42, 5-1
しょうがっこう ちゅうがっこう もう こ <input type="checkbox"/> 小学校・中学校に申し込みます	P44, 5-2-1
かなざわし にほんごきょうしつ もう こ <input type="checkbox"/> 金沢市の日本語教室に申し込みます	P44, 5-2-2
こそだ しえんいりやうひじよせい もう こ <input type="checkbox"/> 「子育て支援医療費助成」を申し込みます (「こども医療証」をもらいます)	P47, 5-5
じどうてあて もう こ <input type="checkbox"/> 「児童手当」に申し込みます	P48, ③

2026年3月 金沢生活ガイドやさしい日本語版

編集 公益財団法人 金沢国際交流財団

〒920-0853 金沢市本町1-5-3 リファール2階

TEL 076-220-2522 URL <https://www.kief.jp> E-mail kief@kief.jp

発行 金沢市国際交流課

〒920-8577 金沢市広坂1-1-1

TEL 076-220-2075

URL <https://www4.city.kanazawa.lg.jp/soshikikarasagasu/kokusaikoryuka/gyomugaiyo/7827.html>

E-mail kokusai@city.kanazawa.lg.jp