

— Penggunaan Efisien Fasilitas Publik —

Tiap-tiap daerah di Jepang membangun fasilitas-fasilitas balai masyarakat (ada yang disebut ; Balai Umum Penduduk, Pusat Kebudayaan, Pusat Pembelajaran Segala Usia, tergantung masing-masing daerahnya), untuk memajukan tata lingkungan masyarakat, mempererat persatuan penduduk, dan meningkatkan budaya kehidupan, dan meningkatkan kesejahteraan. Para Trainee dan Trainee Praktek Kerja (TPK), terdaftar sebagai penduduk asing di daerah tempat tinggalnya, oleh karena itu Anda juga dapat menggunakan fasilitas-fasilitas tsb, sebagaimana halnya orang Jepang yang juga terdaftar sebagai penduduk.

Jenis fasilitas ini berbeda tergantung dari daerahnya, misalnya ada daerah yang menyediakan ; perpustakaan, gedung olahraga, lapangan olahraga, kolam renang, dsb.

Di perpustakaan, selain buku, kita juga dapat mendengar, menonton, atau meminjam musik CD atau film DVD dengan gratis. Di gedung olahraga atau lapangan olahraga, kita dapat menggunakan aneka peralatan olahraga dengan biaya yang murah, juga ada kelas-kelas untuk latihan olahraga. Lalu ada lagi fasilitas seperti ruangan untuk rapat pertemuan, atau ruang belajar di mana kita membuka kelas kursus bahasa, musik, dan kelas lainnya, tentunya juga dengan biaya yang ekonomis.

Berkeringat setelah berolahraga, sekaligus juga menjaga kesehatan, atau belajar budaya khas Jepang, ini merupakan kesempatan yang sangat baik, oleh karena itu dianjurkan agar Anda menggunakan fasilitas ini pada waktu luang, misalnya di hari libur atau di hari Minggu, ketika Anda tidak bekerja.

Informasi tentang fasilitas ini dapat diketahui dari buletin informasi yang diterbitkan secara berkala oleh masing-masing pemda, dan dibagikan ke tiap-tiap rumah tangga. Selain itu, ada juga pemda yang menyediakan buletin informasi dalam bahasa asing yang ditujukan bagi penduduk asingnya, jadi tanyakanlah hal ini kepada pemda di tempat tinggal Anda. Bahkan bila pergi langsung ke kantor pemda, Anda akan mendapat informasi yang lebih terperinci.

Untuk menggunakan fasilitas ini, ada kalanya kita harus mengikuti prosedur sebelumnya, apabila Anda tidak mengerti, tanyakanlah kepada teman sekantor, atau staf Lembaga Pengawas, atau Pembimbing Kehidupan di perusahaan.

Selain itu, di dalam majalah informasi yang diterbitkan pemda setempat, juga terdapat pengumuman atau informasi bermacam peristiwa (misalnya ; festival, pasar loak dsb). Ini malah lebih mudah bagi Anda untuk datang ke sana.

Dengan ikut serta dalam berbagai kegiatan dan menggunakan berbagai fasilitas umum yang ada, para Trainee dan TPK akan dapat lebih berinteraksi dengan penduduk di lingkungan sekitar, lalu bisa ikut berperan dalam budaya Jepang, sehingga kehidupan menjadi menyenangkan dan kehidupan training & praktek kerja pun semakin bersemangat.

— 公共施設の有効利用 —

日本の市区町村には、地域社会づくりの推進、住民の連帯意識を高めることや生活文化の向上と福祉の増進を図ることなどを目的に建設された市民センター（公民館、文化センター、生涯学習センターなど地域により様々な名称で呼ばれています）があります。技能実習生・研修生の皆さんは、居住する各市区町村で外国人登録をされていますので、住民登録をした日本人と同様に、住民としてこれらの施設を利用することができます。

施設の内容は市区町村ごとに異なりますが、例えば、図書館、体育館、運動場、プール等を備えている施設もあります。

図書館では本のほか音楽CDや映画DVD等の視聴や貸出しを無料で行っており、体育館や運動場では、各種スポーツ施設を安い料金で利用することができ、スポーツ教室なども開かれています。また、会議室や学習室では、語学や音楽など様々な講座が開かれており、これらも安価な受講料で参加できます。

スポーツで汗を流して健康を維持する、日本の伝統文化を学ぶことができるなど大変よい機会になると思いますので、実習・研修が休みの祝日や日曜日等の余暇時間にこれらの施設を活用することをお勧めします。

これらの施設の情報は、市区町村が定期的に発行し、各戸に配布している広報誌などで知ることができます。また、外国人住民向けに外国語版の案内冊子を用意している市区町村もありますので、市区町村役場に問い合わせるのもよいでしょう。さらに、直接施設に行かれると、より詳しい情報が入手できます。

公共施設の利用の際は、事前に手続きが必要となる場合がありますので、分からない時は、会社の同僚や、監理団体や会社の生活指導員の方に教えてもらいましょう。

また、市区町村の発行する広報誌などには、各種の行事（お祭り、フリーマーケットなど）の案内なども一緒に掲載されています。皆さんにとっては、こちらの方が参加しやすいかもしれません。

能実習生・研修生の皆さんが、公共施設の利用や各種行事への参加を通じて、地域住民との交流を深め、様々な形で日本文化に触れられ、日本での技能実習・研修生活がより充実し、楽しいものとなることを願っています。