

技能実習生の友

技能实习生之友

2023年4月
春季刊

话题

让我们通过漫画来了解 日本礼仪“让我们遵守自行车的交通规则”
◇技能实习生怀孕了怎么办？ ◇雨季“梅雨”～如何度过和注意事项～
Kokugo no Mori “小小的话语”

让我们通过漫画来了解

— 日本礼仪“让我们遵守自行车的交通规则” —



正确答案是……都是错误的骑行方式！

- 1 边骑自行车边打电话很危险。
- 2 骑自行车应遵守靠左行驶。
- 3 打着伞骑自行车，会看不到前方，非常危险。
- 4 骑自行车不要带人。
- 5 一边聊天一边并排骑行会妨碍其他通行。

我认为技能实习生使用自行车的人很多。为了诸位自身的安全和避免伤害行人和他人，请遵守自行车交通规则。

JITCO教材网上商店销售DVD「通过Q&A学习日本的交通安全-步行和骑自行车的规则」。此外，新推出的「JITCO电子教材发布网站」也正在发布收费动画视频。

《技能实习生之友》为技能实习生和研修生提供在日本生活的有用信息、日语教材以及四幅画面漫画等，使用注有假名的日语和9种语言（越南语、中文、菲律宾语、印度尼西亚语、泰语、柬埔寨语、缅甸语、蒙古语、英语）发行。务请诸位好好利用！



技能实习生怀孕了……怎么办？

根据外国人技能实习机构（OTIT）2022年12月公布的资料，在对技能实习生的采访中，约有60%的技能实习生回答说他们知道关于禁止以怀孕和分娩为由给予不利待遇的说明。另一方面，约有四分之一的技能实习生回答说，派遣机构告诉他们“如果怀孕，就不能继续技能实习了”。在日本，法律禁止以怀孕为由强制工人（包括技能实习生）辞职。

下面，我们概要地介绍一下技能实习生发现自己怀孕时应该采取的措施。

Q> 怀孕了怎么办？

- 接受妇产科医生的诊疗。
- 请咨询所在公司或监理团体相关人员。
- 请到市区町村服务窗口申报怀孕。



Q> 技能实习怎么办？

- 监理团体和实习实施者不能以技能实习生怀孕为由而解雇技能实习生。
- 如果本人愿意，您可以在预产期前6周开始请假。另外，在日本，为了保持产后身体健康，从产后次日起8周内不得工作。不工作时的工资按公司规定而定，但如果没有工资，医保会发生育津贴（工资的60%左右）。

- 如果本人愿意，您可以中止技能实习，暂时回国分娩，分娩后再开始技能实习。请与监理团体或会社人员商量。
- 如果符合条件，还可以利用育儿休假制度。此外，还有健康保险下的分娩和育儿一次性津贴制度。

Q> 咨询窗口在哪里？

如果您发现自己怀孕了，首先请先向您身边的人咨询，例如会社或监理团体等。继续进行技能实习、临时回国、妊娠和分娩的相关手续、医院就诊、分娩时的孩子在留资格等需要统筹协调。



外国人技能实习机构（OTIT）也设有咨询窗

口

电话：0120-250-169

周一·三·五（11点~19点）

周六（9点~17点）

在线填写申请表全天 24 小时受理

<https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/>



如果您发现自己怀孕了，不要一个人担心，尽快与您的伴侣、家人、会社、监管团体、OTIT 或公共服务窗口咨询。怀孕和分娩对您的未来有很大影响，因此您需要提高认识并采取负责的行动。

<参考信息>

技能实习生手册中也有怀孕·分娩的记述。此外，出入国在留管理厅的外国人生活支援门户网站上刊载的「生活·就业指导手册」中，不仅有分·娩育儿，还就日本人的生活的方方面面，使用「简明日语」和13种外语进行指导。

此外，各都道府县及市区町村也有面向外国人的咨询窗口。



雨季“梅雨”

～如何度过以及注意事项～



在日本，除北海道和东北的部分地区外，雨季从5月下旬开始到7月上旬或中旬结束。这个雨季被称之为“梅雨”，阴雨连绵。带来梅雨的梅雨前锋一天天地从日本列岛的南部向北部推移，日本气象厅公布入梅和出梅的日期。在下雨多的这个时期，似乎更多的人比平时更关注天气预报。每天的温度变化很大，有些日子感觉有点冷，而有些日子又湿又闷。如果不

能很好地调节体温，就可能会生病，所以不要觉得麻烦，要调整好衣着，好好睡觉，好好摄取营养，保持体力。此外，因为发霉和细菌会大量繁殖，这期间也是更容易发生食物中毒的时期。因此，要注意食材的管理，尽量做到比平时干净。

另一方面，雨季大量降下的雨水被储存在水坝中，在干旱持续的盛夏成为我们的饮用水。此外，储存的雨水作为水稻种植的农业用水也发挥着重要作用，也是日本人生活中不可或缺的“恩雨”。

持续下雨很容易让人心情低落，但也有雨季特有的享受方式。绣球花是雨季才会开花的花，在日本各地有很多著名的绣球花的有名景点。紫色和粉红色的花朵和绿叶在被雨淋湿后变得更加鲜艳，因此建议诸位可在雨天拍摄绣球花。对于不适应日本气候的技能实习生来说，这是一个难于度过的季节，但让我们不妨设法健健康康地度过“梅雨季节”吧。

Kokugo no Mori

这是学习日语单词和汉字以及如何使用它们的教材。让我们愉快地思考答案。
(答案在下一页。)

いい気持ち。
あふない。
雨がふってきた。
言いながら書いていこう。
あそびだした。
見つからないよ。
どこにおいたかな。
ぼうし。
こまったな。
に、「あ・あつ・ああ」のどれかを入れましょう。
小さな言葉は「あ」「あつ」「ああ」

技能实习生 本月的合影照



来自菲律宾的技能实习生首次前往富士山观光。山梨县「忍野八海」的清澈泉水让我印象深刻！我去日本美丽的地方的梦想之一实现了，脸上洋溢着灿烂的笑容。

※2022年7月投稿

(日本メカニック株式会社)

我们从接收机构投寄给 JITCO 网站的“技能实习日”中挑选了一张照片，予以刊载。关于“技能实习日”页面和应征事项，请参阅此处。

(<https://www.jitco.or.jp/ja/days/>)



第31届外国人技能实习生·研修生日语作文竞赛通知

JITCO将从4月3日(星期一)开始受理日语作文竞赛作品的提交。申请截止日期为5月12日(星期五)。详细的募集信息发布在JITCO网站(<https://www.jitco.or.jp/>)和JITCO日语教材广场(<https://hiroba.jitco.or.jp/>)的通知栏上。我们期待您的应征！



请告诉我们您希望我们在「技能实习生之友」中介绍哪些话题！

请使用右侧的表格向我们发送您对本宣传小册“技能实习生之友”的意见和感想、希望我们报道的话题以及您感兴趣的话题。



◆こくごこたえ

「あ」はかど気づいたり、思い出した時に、「ああ」の後は「よかった・そうですか」などが続き、安心したり、納得したりした時に言います。驚いたり、思いついたりした時に、思わず出るのが「あっ」です。

文字とちがって、声に出した音は、高低も調子も、みなそれぞれです。

「ああ、いい気持ち」という時と、「ああ、困った」という時では、声のトーンもちがうでしょう。

目で見る言葉と、耳で聞く言葉。何気ない「あ」にも、気持ちが表れますね。

“啊”用于突然注意到或想起某事，而当你感到宽慰或表示理解时，发声“啊啊”后，接着讲“太好了·是这样吗？”当你感到惊讶或想起什么时，你会忍不住“啊”一声。与文字不同，你发出的声音，在音的高低和音调上都各不相同。当你说“啊，我感觉很好”和“啊，太麻烦了”时，你的语气会有所不同。

眼睛看到的词汇，耳朵听到的话语。在随意说出的“啊”上，心情溢于言表。

技能实习生·研修生向母国語情報誌

技能实习生の友

2023年4月 春季号

2023年4月1日発行

発行

電話

JITCO ホームページ

公益財団法人 国際人材協力機構 (JITCO)

総務部広報室

〒108-0023

東京都港区芝浦2-11-5

五十嵐ビルディング

03-4306-1166 (ダイヤルイン)

<https://www.jitco.or.jp/>