अध्याय १ रेसिडेन्सी व्यवस्थापन प्रणाली・
आधारभूत निवासी दर्ता प्रणाली・माइनम्बर प्रणाली
अध्याय २ आपतकालीन अवस्था ・प्रकोप
・अपराध रोकथाम ・ ट्राफिक सुरक्षा
अध्याय ३ निवास
अध्याय ४ चिकित्सा・सामाजिक बीमा
अध्याय ५ गर्भावस्था・सुत्केरी・बाल हेरचाह・परिवार
अध्याय ६ पेन्सन
अध्याय ७ शिक्षा
अध्याय ८ कर
अध्याय ९ रोजगारी・काम गर्ने अवस्था
अध्याय १० गाडी चालक लाइसेन्स
अध्याय ११ दैनिक जीवन जानकारी
अध्याय १२ परामर्श विभाग
अध्याय १३ सहर कार्यालय・नगर तथा गाउँ कार्यालयहरूको सूची
अध्याय १४ साइतामा प्रिफेक्चरको परिचय

साइतामा प्रिफेक्चरको "विदेशीका लागि जीवनयापन गाइड" 11 भाषामा उपलब्ध छन्।。

जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली,
स्पेनिश, पोर्चुगिज, तागालोग,
भियतनामी, थाई , नेपाली (आंशिक)
इन्डोनेसियाली (आंशिक)
https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/seikatsu-guide.html
साइतामा प्रीफेक्चरल नागरिक मामिला विभाग अन्तर्राष्ट्रिय डिभिजन होमपेज

साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन साइतामाच्ची

समस्यामा परेको बेलामा, विदेशीका लागि परामर्श

फोन: 048-833-3296 Email：sodan@sia1.jp

सोमबार-शुक्रबार(राष्ट्रिय बिदाहरू र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक) 9:00 – 16:00

●12 भाषाहरू सहित "सजिलो जापानी" भाषामा सहयोग
अंग्रेजी (English), स्पेनिश (Español), चिनियाँ (中文), पोर्चुगिज (Português), दक्षिण कोरियाली / उत्तर कोरियाली (한국·조선어), तागालोग (Tagalog), थाई(ภาษาไทย), भियतनामी (Tiếng việt), इन्डोनेसियाली (Bahasa Indonesia), नेपाली (नेपाली), रुसी (Русский), युक्रेनी (український)(समय लिनु पर्नेछ)

●जीवन परामर्श (नि:शुल्क) ●अध्यागमन प्रणाली/श्रम/कानून/कल्याण परामर्श (नि:शुल्क)
*आमने-सामना परामर्श (नि:शुल्क) समय लिनु पर्नेछ

●सार्वजनिक संस्थाहरूको लागि मध्यवर्ती टेलिफोन व्याख्या (नि:शुल्क)
सार्वजनिक संस्थाहरु (सिटी कार्यालय, इत्यादि) मा जापानी भाषा बुझ्नुभएको छैन भने, सार्वजनिक संस्थाका कर्मचारीहरूलाई फोन गर्न अनुरोध गर्नुहोस्|

साइतामा प्रिफेक्चरको "विदेशीका लागि जीवनयापन गाइड"

२०२५ संस्करण

साइतामा प्रीफेक्चरल नागरिक मामिला विभाग अन्तर्राष्ट्रिय डिभिजन

3-15-1 ताकासागो, उरावा वार्ड, साइतामा 330-9301

फोन: 048-830-2717

https://www.pref.saitama.lg.jp/soshiki/a0306/index.html

साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन साइतामाच्ची

साइतामा प्रिफेक्चर विदेशीका लागि जीवनयापन गाइड सामग्रीको तालिका

अध्याय १

रेसिडेन्सी व्यवस्थापन प्रणाली・

आधारभूत निवासी दर्ता प्रणाली・माइनम्बर प्रणाली

१ रेसिडेन्सी व्यवस्थापन प्रणाली

२ आधारभूत निवासी दर्ता प्रणाली

३ माइनम्बर प्रणाली

४ अन्य प्रणालीहरू

अध्याय २

आपतकालीन अवस्था・प्रकोप・अपराध रोकथाम・ट्राफिक सुरक्षा

१ आपतकालीन अवस्थाका लागि सम्पर्क

२ जापानका ट्राफिक नियमहरु

३ यातायात दुर्घटना

४ अपराध रोकथाम उपाय

५ अपराध पीडित आदि सहायता

६ प्राकृतिक प्रकोप

अध्याय ३

निवास

१ निजी भाडाका आवास

२ सार्वजनिक भाडाका आवास

३ बसाइसराइ

४ घर जग्गा खरिद

अध्याय ४

चिकित्सा・सामाजिक बीमा

१ चिकित्सा बिमा प्रणाली

२ राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा (क्षेत्रीय बीमा)

३ स्वास्थ्य बीमा (कर्मचारी बीमा)

४ विशेष स्वास्थ्य परीक्षण

५ क्यान्सर परीक्षण

६ वृद्धहरूको लागि चिकित्सा प्रणाली

७ नर्सिङ हेरचाह बीमा

८ चिकित्सा संस्था जानकारी

९ अस्पतालमा चिकित्सा जाँच गर्ने तरिका

१० अस्पताल भर्ना

११ वयस्क अभिभावक प्रणाली

अध्याय ५

गर्भावस्था・सुत्केरी・बाल हेरचाह・परिवार

१ स्वास्थ्य केन्द्र

२ गर्भावस्था・सुत्केरी・बाल हेरचाह・बच्चाहरुको स्वास्थ्य हेरचाह

३ खोप

४ नर्सरी स्कूल

५ शिशु गृह, अनाथालय, आमा र बच्चाको जीवन सहायता सुविधा र बच्चा हेरालु सुविधाहरू

६ बाल चिकित्सा खर्चको लागि अनुदान

७ बालबालिका भत्ता

८ बच्चा र परिवारको सहयोग

९ बालबालिका परामर्श केन्द्र

१० स्थानीय बालबालिका हेरचाह सहायता आधार

११ पारिवारिक सहयोग केन्द्र

१२ बाल गृह, बाल केन्द्र

अध्याय ६

पेन्सन

१ राष्ट्रिय पेन्सन

२ कल्याणकारी पेन्सन बीमा

अध्याय ७

शिक्षा

१ किन्डरगार्डेन (नर्सरी स्कुल)

२ प्राथमिक विद्यालय निम्न माध्यामिक विद्यालय

३ उच्च माध्यमिक विद्यालय

४ विशेष विद्यालय

५ विश्वविद्यालय / व्यावसायिक विद्यालय

६ छात्रवृत्ति

७ जापानी भाषा अध्ययन

८ जापानी भाषा क्षमता परीक्षा

अध्याय ८

कर

१ व्यक्तिगत आयकर

२ आवासीय कर

३ अन्य प्रमुख करहरू

अध्याय ९

रोजगारी・काम गर्ने अवस्था

१ काम गर्नको लागि योग्यता

२ कामको खोजि

३ कामसँग सम्बन्धित समस्याहरू

अध्याय १०

गाडी चालक लाइसेन्स

१ विदेशी चालक लाइसेन्स रूपान्तरण

२ चालक लाइसेन्स नवीकरण

३ चालक लाइसेन्स परीक्षण

४ लाइसेन्सको म्याद सकिएपछि के गर्ने

५ ठेगाना परिवर्तन गर्ने प्रक्रियाहरू

६ गाडी खरिद र दर्ता

७ गाडी बीमा

अध्याय ११

दैनिक जीवन जानकारी

१ फोहर नष्ट गर्ने

२ टोल समिती, बासिन्दा समिती, बालबालिका समिती

३ जापानी जीवनशैली

४ यातायात

५ बैंक

६ अन्तर्राष्ट्रिय आदान प्रदान र अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग गतिविधिहरू

७ पर्यटन

८ पुस्तकालय

९ कला संग्रहालय

१० संग्रहालय

अध्याय १२

परामर्श बिभाग

१ सामान्य परामर्श

२ विशेषज्ञ परामर्श

अध्याय १३

सहर कार्यालय・नगर तथा गाउँ कार्यालयहरूको सूची

अध्याय १४

साइतामा प्रिफेक्चरको परिचय

१ नगरपालिका स्थान (नक्सा)

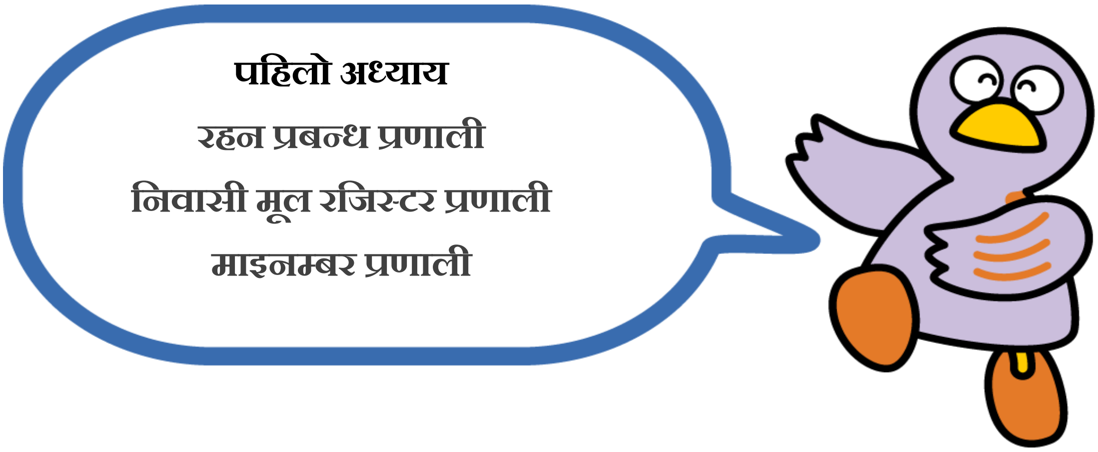
२ प्रतीक

३ भगिनी राज्य र प्रान्तहरू

*प्रकाशित : अप्रिल १, २०२५

त्यसपछि ठाउँको नाम, प्रणाली, शुल्क, आदि परिवर्तन भएको हुन सक्छ।

*सूचीबद्ध सम्पर्कको बिन्दुहरूमा गरिएका सोधपुछहरू जापानी भाषामा हुनुपर्छ, अन्यथा भनिएको बाहेक



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटन

१. आवासीय व्यवस्थापन प्रणाली
२. आधारभूत बासिन्दा रजिस्ट्रेसन प्रणाली
३. माई नम्बर प्रणाली
४. अन्य प्रणालीहरू

जापान प्रवेश गर्दा विदेशीहरूले आफ्नो देशको सरकारबाट जारी गरिएको पासपोर्ट र जापानी दूतावासबाट भिसा (केही मामिलामा छूट हुन सक्छ) प्राप्त गर्न आवश्यक छ।

विदेशी नागरिकले "छोटो अवधि बसाइ" बाहेकको बसोबास योग्यतासहित जापान प्रवेश गर्न चाहने भएमा, सम्बन्धित क्षेत्रीय आप्रवासन कार्यालय वा अन्य सम्बन्धित निकायहरूमा "बसोबास योग्यताको प्रमाणपत्र जारी गर्न निवेदन" गर्नुपर्छ। यस प्रक्रियामा, न्याय मन्त्रालयले पूर्व मै बसोबास योग्यतासँग सम्बन्धित प्रवेश आवश्यकताहरूको मूल्याङ्कन गर्छ र ती आवश्यकताहरू पूरा भएको प्रमाणपत्र जारी गरिन्छ। यो प्रमाणपत्र प्राप्त गरेपछि, सम्बन्धित विदेशी नागरिकले जापानी दूतावास वा कन्सुलेटमा भिसा आवेदन गर्दा सो प्रमाणपत्र पेस गर्नुपर्छ।

जापानमा बस्न सक्ने अवधि जनाउने "बसोबास अवधि" जापानमा प्रवेश गर्ने समयमा निर्धारण गरिन्छ। जापानमा बसोबास सम्बन्धी आवश्यक प्रक्रियाहरू बसोबास क्षेत्र अन्तर्गतको क्षेत्रीय आप्रवासन कार्यालयमा पूरा गर्नुपर्छ। साइतामा प्रिफेक्चरमा बस्ने व्यक्तिहरूले टोकियो आप्रवासन ब्युरो वा टोकियो आप्रवासन ब्युरो साइतामा शाखा कार्यालयमा आवश्यक प्रक्रियाहरू पूरा गर्नुपर्छ।

*माथि उल्लेखित कार्यालयहरूमा स्वयं उपस्थित भएर निवेदन दिनु बाहेक, अनलाइन मार्फत पनि आवेदन प्रक्रिया पूरा गर्न सकिन्छ।

अध्यागमन कार्यालयको वेबसाइट:

https://www.moj.go.jp/isa/index.html

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्था नाम	फोन नम्बर	यातायात	खुल्ने समय	भाषा
विदेशी आवासीय सम्पर्क केन्द्र	0570-013904 (आईपी, विदेशबाट: 03-5796-7112)	5-5-30 Konan, Minato-ku, Tokyo JR शिनागावा स्टेशनको कोनान निकासबाट, Toei बस लिनुहोस् र "टोक्यो इमिग्रेसन ब्यूरो-मा" मा ओर्लनुहोस्। URL ： https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html	8:30 AM - 5:15 PM सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक)	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, स्पेनिस, पोर्तुगाली, भियतनामी, तागालोग (फिलिपिनो), नेपाली,

				इन्डोनेसियाली, थाई, कम्बोडियाली, म्यानमारी, मंगोलियाली, फ्रान्सेली, सिंहाली, उर्दू
विदेशी आवासीय सहयोग केन्द्र (FRESC/फ्रेस्क) बुकिंग सिस्टम मार्फत व्यक्तिगत परामर्श (फेस-टु-फेस/अनलाइन)	03-5363-3025 * बुकिंगको लागि मात्र अनलाइन बुकिंग (जापानी)https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-jpn (अंग्रेजी)https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-eng	1-6-1 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo Yotsuya Tower 13th floor URL： https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_2.1.html	9:00 AM - 5:00 PM सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक)	सजिलो जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, भियतनामी, नेपाली, इन्डोनेसियाली, फिलिपिनो, थाई, पोर्तुगाली, स्पेनिस * अन्य भाषाहरू पनि उपलब्ध हुन सक्छन्। कृपया बुकिंगको समयमा सोधपुछ गर्नुहोस्।
टोकियो अध्यागमन कार्यालय	0570-034259 (आईपी, विदेशबाट: 03-5796-7234)	5-5-30 Konan, Minato-ku, Tokyo JR शिनागावा स्टेशनको कोनान निकासबाट, Toei बस लिनुहोस् र "टोक्यो इमिग्रेसन ब्यूरो-मा" मा ओर्लनुहोस्।	9:00 AM - 4:00 PM सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक)	जापानी
टोकियो अध्यागमन कार्यालय साइतामा शाखा	048-851-9671	5-12-1 Shimo Ochiai, Chuo-ku, Saitama City, Saitama Saitama 2nd Legal Affairs General Office Building 1F साइक्यो लाइनको योनोहोनमाची स्टेशनबाट 8 मिनेट पैदल	9:00 AM - 4:00 PM सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक	जापानी
विदेशी नागरिक सामान्य परामर्श केन्द्र साइतामा ※ यदि तपाई सार्वजनिक संस्थानहरू (जस्तै: नगरपालिका कार्यालय) मा जापानी भाषा बुझ्न नसकी समस्या परेमा, त्यहाँका	048-833-3296	5-6-5 Kita-Urawa, Urawa-ku, Saitama City, Saitama Saitama Prefecture Urawa Joint Government Building 3rd floor केहिन तोहोकु लाइनको किता उरावा स्टेशन (पश्चिम निकास) बाट 10 मिनेट पैदल	9:00 AM - 4:00 PM सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक) ※ आप्रवासन प्रणाली, श्रम, कानून, तथा सामाजिक कल्याण सम्बन्धी प्रत्यक्ष परामर्शका लागि अग्रिम बुकिंग	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिस, पोर्तुगाली, कोरियाली, तागालोग, थाई, भियतनामी, इन्डोनेसियाली, नेपाली, रुसी, युक्रेनी (बुकिंग आवश्यक)

कर्मचारीलाई अनुरोध गरेर विदेशी नागरिक सामान्य परामर्श केन्द्र साइतामामा फोन गरिदिन भन्न सक्नुहुन्छ। यो केन्द्रले फोन मार्फत अनुवाद सेवासहित मध्यस्थता गरी सहायता प्रदान गर्दछ।			आवश्यक छ।	
विदेशी नागरिक सामान्य परामर्श केन्द्र	03-3202-5535 साथै 03-5155-4039(फ्याक्स मात्र)	2-44-1 Kabukicho, Shinjuku-ku, Tokyo Tokyo Metropolitan Health Plaza "Hygeia" 11th floor शिन्जुकु बहुसांस्कृतिक प्लाजा भित्र	9:00 AM - 4:00 PM सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा साथै महिनाको दोस्रो र चौथो बुधबारबाहेक)	चिनियाँ, अंग्रेजी (सोम-शुक्र), पोर्तुगाली, स्पेनिस (सोम, मंगल, बुध), इन्डोनेसियाली (मंगल), भियतनामी (सोम, बुध), तागालोग (शुक्र)

१. आवासीय व्यवस्थापन प्रणाली

(१) आवासीय योग्यता र आवासीय अवधि

जापान प्रवेश गर्दा अनुमतिप्राप्त आवासीय योग्यता र आवासीय अवधि पासपोर्टमा उल्लेख गरिएको हुन्छ। बसोबास योग्यता आप्रवासन व्यवस्थापन तथा शरणार्थी मान्यता ऐनको परिशिष्टमा निर्दिष्ट गरिएको छ।

`स्थायी निवासी`, `जापानीको जीवनसाथी`, `स्थायी निवासीको जीवनसाथी`, र `निश्चित निवासी` बाहेक, अनुमति प्राप्त आवासीय योग्यताले स्वीकृत गरेका गतिविधि बाहेक रोजगारी गर्न सकिँदैन ।

अनुमतिप्राप्त आवासीय योग्यताले स्वीकृत गरेका गतिविधि बाहेक अन्य रोजगारी गर्न चाहनुहुन्छ भने, अग्रिम रूपमा अतिरिक्त कामको अनुमति लिनु आवश्यक छ। अनुमति नलिई काम गरेमा, कारबाही हुन सक्छ वा जापानबाट निष्कासन गरिन सक्छ।

थप रूपमा, बसोबास अवधि सामान्यतः प्रदान गरिएको समय सीमाभित्र मात्र जापानमा बस्न अनुमति दिइन्छ। यो अवधि समाप्त भएपछि जापानमा बस्न सकिँदैन। यदि बसोबास अवधि भन्दा बढी समय जापानमा बस्न आवश्यक छ भने, अग्रिम रूपमा अवधि नवीकरण अनुमति लिनुपर्छ।

(२) आवासीय कार्ड

आवासीय कार्ड मध्य-दीर्घकालीन बसोबास गर्ने विदेशीहरूलाई प्रदान गरिन्छ, जसले प्रवेश अनुमति, आवासीय योग्यता परिवर्तन अनुमति, वा आवासीय अवधि नवीकरण अनुमति जस्ता आवासीय सम्बन्धी अनुमतिसँग सम्बन्धित हुन्छ।

मध्य-दीर्घकालीन बसोबास गर्ने विदेशी भन्नाले, आप्रवासन ऐन अन्तर्गत आवासीय योग्यता प्राप्त गरी जापानमा मध्यम वा लामो समय बसोबास गर्ने विदेशी नागरिकलाई जनाउँछ, जो निम्न ① देखि ⑦ मध्ये कुनै पनि श्रेणीमा नपर्ने व्यक्ति हुन्।

① "3 महिना" भन्दा कम आवासीय अवधि निर्धारण गरिएको व्यक्ति

② "अल्पकालीन बसाइ" को आवासीय अवधि निर्धारण गरिएको व्यक्ति

③ "कूटनीतिक" वा "सरकारी" आवासीय अनुमति प्राप्त व्यक्तिहरू

④ "विशेष गतिविधि" आवासीय अनुमति प्राप्त गरेका, ताइवान जापान सम्बन्ध संघको जापानमा रहेको कार्यालय (ताइपेई जापानमा स्थित आर्थिक र सांस्कृतिक प्रतिनिधि कार्यालय आदि) वा जापानमा स्थित प्यालेस्टाइनको स्थायी प्रतिनिधि कार्यालयका कर्मचारी वा तिनीहरूको परिवारका सदस्यहरू

⑤ "विशेष गतिविधि" (डिजिटल नोमाड (अन्तर्राष्ट्रिय रिमोट वर्क आदि उद्देश्यले जापानमा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू) र उनका जीवनसाथी/बच्चा) को आवासीय अनुमति प्राप्त गरेका व्यक्ति

⑥ विशेष स्थायी निवासी (नोट)

⑦ आवासीय अनुमति नभएको व्यक्ति

(नोट) विशेष स्थायी निवासीहरूलाई "विशेष स्थायी निवासी प्रमाणपत्र" जारी गरिन्छ।

● प्रवेश / प्रस्थान पोर्टमा प्रक्रिया

नयाँ चितोसे विमानस्थल, नरिता विमानस्थल, हनेडा विमानस्थल, चुबु विमानस्थल, कन्साई विमानस्थल, हिरोशिमा विमानस्थल र फुकुओका विमानस्थलमा, पासपोर्टमा प्रवेश अनुमति को प्रमाणित छाप लगाइन्छ, साथै प्रवेश अनुमति द्वारा मध्यकालीन वा दीर्घकालीन बसोबास गर्ने व्यक्तिहरूलाई आवासीय कार्ड प्रदान गरिन्छ।

अन्य प्रवेश / प्रस्थान पोर्टबाट प्रवेश गरेका दीर्घकालीन बसोबास गर्ने हरूले नगरपालिका कार्यालयमा बसोबासको ठेगानाको सूचना दिएपछि, आवासीय कार्ड हुलाकबाट पठाइन्छ।

● नगरपालिका कार्यालयमा प्रक्रिया

नयाँ जापान आएका वा बसाइसराइ गरेका व्यक्तिहरूले नगरपालिका कार्यालयमा निम्नलिखित प्रक्रिया गर्नुपर्छ:
यो सूचना क्रम, नागरिक आधार तालिका प्रणालीको स्थानान्तरण सूचना र बसाइसराइ सूचना सँगै एकै पटक गर्न सकिन्छ।

नयाँ आएका व्यक्ति:

प्रवेश / प्रस्थान पोर्टबाट आवासीय कार्ड प्राप्त गरेका व्यक्तिहरूले बसोबासको ठेगाना निर्धारण गरेपछि 14 दिनभित्र आवासीय कार्ड लिएर बस्ने नगरपालिका कार्यालयमा सूचना दिनुपर्छ।

बसाइसराइ गरेका व्यक्ति:

मध्य-दीर्घकालीन बसोबास गर्नेले बसोबासको ठेगाना परिवर्तन गरेमा, परिवर्तन गरेको दिनदेखि 14 दिनभित्र आवासीय कार्ड लिएर नयाँ ठेगानाको नगरपालिका कार्यालयमा सूचना दिनुपर्छ।

●स्थानीय अध्यागमन कार्यालयमा प्रक्रिया

`बसोबासको ठेगाना बाहेकका (परिवर्तन) सूचना:`

तलका सूचना/आवेदन गर्दा, पासपोर्ट, फोटो, आवासीय कार्ड लिएर जानुपर्छ। सामान्यतया, सूचना/आवेदन गरेको दिन नयाँ आवासीय कार्ड जारी गरिन्छ।

① नाम, जन्म मिति, लिङ्ग, राष्ट्रियता/क्षेत्र परिवर्तन सूचना:

थर वा राष्ट्रियता/क्षेत्र परिवर्तन भएका जस्ता, नाम, जन्म मिति, लिङ्ग, राष्ट्रियता/क्षेत्रमा परिवर्तन भएको 14 दिनभित्र सूचना दिनुपर्छ।

② आवासीय कार्डको म्याद नवीकरण आवेदन:

स्थायी निवासी वा 16 वर्षभन्दा कम उमेरमा अनुहार फोटो नभएको आवासीय कार्ड भएका व्यक्तिहरूले म्याद सकिनु अघि आवासीय कार्डको म्याद नवीकरण आवेदन गर्नुपर्छ।

③ आवासीय कार्डको पुनः जारी आवेदन:

आवासीय कार्ड हराएको, चोरी भएको, नष्ट भएको, धेरै खराब भएको वा फोहोर भएको अवस्थामा, पुनः जारी आवेदन गर्नुपर्छ।

`सम्बन्धित संस्था/जीवनसाथी सम्बन्धी सूचना:`

तलका सूचना काउन्टरमा पेस गर्दा, आवासीय कार्ड लिएर जानुपर्छ। टोकियो अध्यागमन कार्यालयमा डाकबाट वा अध्यागमन कार्यालयको इलेक्ट्रोनिक सूचना प्रणालीबाट अनलाइन सूचना दिन सकिन्छ। यो सूचना दिए पनि नयाँ आवासीय कार्ड जारी गरिँदैन।

① सम्बन्धित संस्था सम्बन्धी सूचना:

मध्यकालीन वा दीर्घकालीन बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू मध्ये, जसको आवास अनुमति 'प्रविधि, मानविकी ज्ञान, र अन्तर्राष्ट्रिय कार्य' जस्ता रोजगारका योग्यताहरू (जस्तै 'कला', 'धर्म', 'प्रेस' बाहेक) वा ' विदेशमा अध्ययन' जस्ता अध्ययनका योग्यताहरू छन्, यदि तिनीहरूको सम्बन्धित संस्था (कम्पनी वा विद्यालय आदि) को नाम, स्थान, समाप्ति, छुट्टी (अनुबन्धको समाप्ति), स्थानान्तरण (नयाँ सम्झौता सम्पन्न) भएमा, 14 दिन भित्र यो सूचना दिनुहोस्।

② जीवनसाथी सम्बन्धी सूचना:

मध्यकालीन वा दीर्घकालीन बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू मध्ये, जसको आवास अनुमति 'परिवारको बसाइ, 'जापानी नागरिकको जीवनसाथी', वा 'स्थायी आवासकर्ता जीवनसाथी ' भएका व्यक्तिहरूले जीवनसाथीसँग छुट्टिएको वा मृत्यु भएको अवस्थामा, १४ दिनभित्र सूचना दिनुपर्छ।

`आवासीय अनुमोदन प्रक्रिया:`

तलका अवस्थामा, आवेदन गरेर अनुमति प्राप्त गर्नुपर्छ। अनुमति प्राप्त गर्न केही दिन लाग्छ। तलका ①, ③, ④, ⑦ आवेदनहरूमा अनुमति प्राप्त गरेमा, मध्यकालीन वा दीर्घकालीन बसोबास गर्ने व्यक्तिहरूलाई नयाँ आवासीय कार्ड जारी गरिन्छ, र पासपोर्टमा छाप लगाइँदैन (मध्यकालीन वा दीर्घकालीन बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू बाहेकका व्यक्तिहरूलाई पासपोर्टमा छाप लगाइन्छ)।

① आवासीय अनुमति परिवर्तन:

वर्तमानको आवासीय उद्देश्यसँग भिन्न नयाँ उद्देश्य बनेको कारण, जब आवासीय अनुमति परिवर्तन गर्न चाहँदा
(उदाहरण: अध्ययनरत विद्यार्थीले, स्नातक पछि जापानमा काम गर्न चाहँदा जस्ता अवस्थामा)

② अतिरिक्त कामको अनुमति:

हालको आवासीय अनुमति अनुसार स्वीकृत गतिविधि बाहेक अन्य आम्दानी प्राप्त गर्ने व्यवसाय सञ्चालन गर्ने वा पारिश्रमिक प्राप्त गर्ने क्रियाकलाप गर्न चाहँदा (अग्रिम अनुमति प्राप्त गर्नुपर्छ)

③ आवासीय अनुमति प्राप्ति:

जापानमा जन्मेका विदेशी वा जापानी नागरिक भएका तर जापानमा विदेशी बनेका व्यक्तिहरूले 60 दिन भन्दा बढी बसोबास गर्ने बेला (जन्मेको दिन वा विदेशी बनेको दिनबाट 30 दिन भित्र आवेदन दिनुपर्छ)

④आवासीय अवधि नवीकरण:

हाल दिइएको आवासीय अवधि भन्दा बढी समान गतिविधि गर्न यो अवधि बढाउन चाहनुहुन्छ भने (आवेदन स्वीकार गर्ने म्याद रहन अवधि समाप्त हुने दिनको 3 महिना अघिदेखि)

⑤ रोजगार योग्यताको प्रमाणपत्र:

यो प्रमाणपत्र विदेशी व्यक्तिहरूले कुन प्रकारको रोजगार क्रियाकलाप गर्न सक्छन् भन्ने कुरा प्रमाणित गर्ने एक कागजात हो। तर, विदेशी व्यक्तिले जापानमा रोजगार क्रियाकलाप गर्न सक्ने या नसक्ने कुरा, आवासीय योग्यताको प्रकार र योग्यताको बाहिरी क्रियाकलाप अनुमति छ कि छैन भन्ने कुरा आधारमा निर्णय गरिन्छ, त्यसैले रोजगार योग्यताको प्रमाणपत्र आफैमा रोजगार क्रियाकलाप गर्न अनुमति दिने कागजात होइन। साथै, रोजगार योग्यताको प्रमाणपत्र बिना पनि विदेशी व्यक्तिहरूले रोजगार क्रियाकलाप गर्न नसक्ने भन्ने कुरा होइन।

⑥ पुनः प्रवेश अनुमति:

यदि बसोबासको अनुमति प्राप्त गरिएको अवधिभित्र अस्थायी रूपमा जापानबाट बाहिर जानु परेमा, अग्रिम रूपमा 'पुनः प्रवेश अनुमति' प्राप्त गर्नुपर्छ। पुनः प्रवेश अनुमति प्राप्त गरेमा, जापान फर्कने बेलामा सामान्यतया आवश्यक पर्ने भिसा छूट गरिनेछ र पहिल्यैको आवासीय अनुमति र आवासीय अवधि निरन्तर रहनेछ। पुनः प्रवेश अनुमति को प्रभाव अवधि अधिकतम 5 वर्षसम्म (विशेष स्थायी आवासकर्ताहरूको लागि ६ वर्षसम्म) हुन्छ।।

वैध पासपोर्ट र आवासीय कार्ड (वा विशेष स्थायी निवासी प्रमाणपत्र) भएमा, "मानिने पुनः प्रवेश अनुमति" को प्रणाली अनुसार, जापानबाट बाहिर जानु पछिको 1 वर्षभित्र (आवासीय अवधि बाहिर जानेको 1 वर्षभन्दा कममा आउने अवस्थामा, त्यो म्यादसम्म। विशेष स्थायी निवासीको लागि, बाहिर जानेको 2 वर्षभित्र) फर्किएमा, पुनः प्रवेश अनुमति प्राप्त गरेको मानिन्छ।

⑦ स्थायी निवास अनुमति:

जापानमा स्थायी निवास चाहनुहुन्छ भने

२. नागरिक आधार तालिका प्रणाली

हेइसेई 24 (2012) जुलाई 9 मा, विदेशी निवासीहरूको लागि नागरिक आधार तालिका प्रणाली सुरु भयो।

नागरिक आधार तालिका भनेको नाम, जन्म मिति, लिङ्ग, ठेगाना जस्ता विवरणहरू समावेश गरिएको नागरिक प्रमाणपत्रलाई परिवारका आधारमा समावेश गरेर तयार गरिएको एक प्रणाली हो, जुन विभिन्न प्रशासनिक सेवाहरू प्रदान गर्नको लागि कार्य व्यवस्थापनको आधारका रूपमा प्रयोग गरिन्छ।

नागरिक आधार तालिका प्रणालीसँग सम्बन्धित प्रक्रिया नगरपालिका, सहर वा गाउँको कार्यालयमा हुन्छ। विस्तृत जानकारीको लागि कृपया तपाईको बसोबास गर्ने नगरपालिका कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(1) आवासिय प्रमाणपत्र

तलका 4 वटा वर्गमा पर्ने व्यक्तिहरूको लागि बसोबास गर्ने नगरपालिकाले निवासी अभिलेख बनाउँछ (पर्यटन जस्ता छोटो अवधिको बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू बाहेक)।

आवासिय प्रमाणपत्रको प्रति नगरपालिका कार्यालयबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ, र विदेशी दर्ता मूल प्रमाणपत्रको सट्टामा विभिन्न प्रक्रियाहरूमा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

① जापानी नागरिक समान विवरण:

नाम, घर प्रमुखको नाम र परिवारका सदस्यसँगको सम्बन्ध, जन्म मिति, लिङ्ग, ठेगाना, राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा र राष्ट्रिय पेन्सन सम्बन्धी विवरणहरू

② विदेशी नागरिक मात्रका विवरण:

राष्ट्रियता/क्षेत्र, विदेशी आवासीय बनेको मिति, तलका वर्ग अनुसार विवरण

* विदेशी नागरिक रजिस्ट्रेसन कानुन अनुसार दर्ता गरिएको देशको ठेगाना, जन्म स्थान, पेसा, यात्रा पासपोर्ट नम्बर जस्ता जानकारी निवासी अभिलेखमा समावेश गरिएको हुँदैन।

वर्ग	लक्षित व्यक्तिको विवरण	दर्ता गरिने विवरणहरू
मध्यकालीन वा दीर्घकालीन बसोबास गर्ने व्यक्ति (आवासीय कार्ड प्राप्त गर्ने व्यक्ति)	3 महिना भन्दा कम आवासीय अवधि निर्धारण गरिएको विदेशी नागरिकहरू वा अल्पकालीन बसाइ, कूटनीतिक वा सरकारी बसोबास अनुमति निर्धारण गरिएको व्यक्ति बाहेकका विदेशी नागरिकहरू	• आवासीय कार्डमा उल्लेख गरिएको आवासीय अनुमति, आवासीय अवधि र आवासीय अवधि समाप्त हुने मिति, आवासीय कार्ड नम्बर • मध्यकालीन वा दीर्घकालीन बसोबासकर्ता हुनु
विशेष स्थायी निवासी (विशेष स्थायी आवासिय प्रमाणपत्र प्राप्त गर्ने व्यक्ति)	अध्यागमन विशेष ऐनअनुसार निर्धारण गरिएको विशेष स्थायी निवासी	(2) विशेष स्थायी आवासिय प्रमाणपत्रमा उल्लेख गरिएको प्रमाणपत्र नम्बर विशेष स्थायी निवासकर्ता हुनु
अस्थायी शरण अनुमति प्राप्त कर्ता वा अस्थायी बसोबास अनुमति प्राप्तकर्ता	अध्यागमन ऐनअनुसार अस्थायी शरणको लागि प्रवेश अनुमति प्राप्त गरेको विदेशी वा शरणार्थी मान्यता आवेदन गरेर अस्थायी रूपमा जापानमा बस्न अनुमति प्राप्त गरेको व्यक्ति	अस्थायी शरण अनुमति पत्रमा उल्लेख गरिएको प्रवेश अवधि वा अस्थायी बसाइ अनुमति पत्रमा उल्लेख गरिएको अस्थायी बसाइ अवधि, अस्थायी शरण अनुमति प्राप्त व्यक्ति वा अस्थायी बसाइ अनुमति प्राप्तकर्ता हुनु
जन्म द्वारा अस्थायी बसोबास गर्ने व्यक्ति वा नागरिकता गुमाएपछि अस्थायी बसोबास गर्ने व्यक्ति	जन्म वा जापानी राष्ट्रियता गुमाएको कारणले विदेशी बनेको व्यक्ति (त्यो कारण देखि 60 दिन सम्म आवासीय अनुमति बिना बसोबास गर्न सकिन्छ)	जन्म वा राष्ट्रियता गुमाएको कारणले अस्थायी बसोबास गर्ने व्यक्ति हुनु

(२) नागरिक आधार तालिका प्रणाली सम्बन्धी प्रक्रिया

①जापान प्रवेश गरेको बेला:

जापान प्रवेश गरेर लामो समय बसोबास गर्ने अवस्थामा, बसोबास सुरु गरेको दिनदेखि 14 दिनभित्र बसोबास गर्ने नगरपालिकामा स्थानान्तरण सूचना दिनुपर्छ।

②बसाइसराइ गर्ने बेला:

बसाइसराइ अघि, बसोबास गर्ने नगरपालिकामा बसाइसराइको सूचना दिएर बसाइसराइको प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नुपर्छ।

बसाइसराइको गरेको दिनदेखि 14 दिनभित्र, नयाँ ठेगानाको नगरपालिकामा बसाइसराइको प्रमाणपत्र पेस गरेर बसाइसराइको सूचना दिनुपर्छ।

③जापानबाट बाहिर जाने बेला:

जापानबाट बाहिर जाँदा, पुनः प्रवेश अनुमति प्राप्त गरेको अवस्थामा पनि, सामान्यतया बसाइसराइको सूचना दिनुपर्छ।

(३) नागरिक आधार तालिका कार्ड

हेइसेई 28 (2016) जनवरीमा माइनम्बर प्रणाली सुरु भएपछि, नयाँ माइनम्बर कार्ड जारी गर्न सुरु भयो।
यस कारण, नागरिक आधार तालिका कार्ड जारी गर्ने काम हेइसेई 27 (2015) डिसेम्बरमा समाप्त भयो।

तर, पहिले नै नागरिक आधार तालिका कार्ड भएका व्यक्तिहरूले नागरिक आधार तालिका कार्डको म्याद समाप्त नभएसम्म प्रयोग गर्न सक्छन्।

साथै, माइनम्बर कार्ड प्राप्त गर्दा, नागरिक आधार तालिका कार्डको म्याद समाप्त नभएको अवस्थामा पनि, बसोबास गर्ने नगरपालिकामा नागरिक आधार तालिका कार्ड फिर्ता गर्नुपर्छ।

* माइनम्बर कार्ड सम्बन्धी जानकारीको लागि, "३माइनम्बर प्रणाली" हेर्नुहोस्।

३. माइनम्बर प्रणाली

हेइसेई 27 (2015) अक्टोबर 5 मा, सामाजिक सुरक्षा र कर नम्बर (माइनम्बर) प्रणाली सुरु भयो। माई नम्बर भनेको प्रत्येक व्यक्तिका लागि एक मात्र 12 अंकको विशेष नम्बर हो। सामाजिक सुरक्षा र कर सम्बन्धी प्रक्रियाहरू गर्ने क्रममा, सरकारी कार्यालय वा काम गर्ने ठाउँमा आवश्यक पर्छ।

माई नम्बर, जापानी नागरिकहरूको जस्तै, निवासी अभिलेख भएको विदेशी नागरिकहरूलाई पनि प्रदान गरिन्छ।

(१) माइनम्बर प्रणाली सम्बन्धी प्रक्रिया

① माइनम्बरको सूचना:

रेइवा 2 (2020) मे 25 पछि निवासी दर्ता गरेका व्यक्तिहरूलाई निवासी मूल रजिस्टर प्रणालीमा दर्ता गरिएको ठेगानामा "व्यक्तिगत नम्बर सूचना पत्र" नामक माइनम्बर समावेश गरिएको कागजात हुलाकबाट पठाइन्छ।
यस कारण, वास्तवमा बस्ने ठाउँ र निवासी रजिस्टरमा उल्लेख गरिएको ठेगाना फरक भएमा, व्यक्तिगत नम्बर सूचना पत्र प्राप्त गर्न सकिँदैन। यस्तो अवस्थामा, निवासी रजिस्टर भएको नगरपालिका कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

व्यक्तिगत नम्बर सूचना पत्र तपाईंको माइनम्बर जानकारी दिने कागजात हो।

"माइनम्बर प्रमाणित गर्ने कागजात" को रूपमा प्रयोग गर्न सकिँदैन, त्यसैले सावधान रहनुहोस्।
*"सूचना कार्ड" रेइवा 2 (2020) मे 25 देखि "व्यक्तिगत नम्बर सूचना पत्र" मा परिवर्तन भयो।

② माइनम्बरको प्रयोग:

कर सम्बन्धी प्रक्रियाहरू जस्तै स्रोत कर कटौती पत्र बनाउने क्रममा र सामाजिक बिमा सम्बन्धी प्रक्रियाहरू गर्न आवश्यक भएकोले, माइनम्बर कार्यस्थलमा पेश गर्नुपर्छ। साथै, कल्याण सम्बन्धी लाभ प्रक्रियाहरू गर्न आवश्यक भएकोले, माइनम्बर नगरपालिका जस्ता प्रशासनिक निकायहरूलाई पेस गर्नुपर्छ।

यस बाहेक, कर सम्बन्धी प्रक्रियाहरू जस्तै कानुनी कागजात बनाउने क्रममा, सेयर बजार वा बिमा कम्पनीहरूलाई माइनम्बर पेस गर्नुपर्ने हुन सक्छ।

(२) माइनम्बर सम्बन्धी सावधानी

सामाजिक सुरक्षा र कर सम्बन्धी प्रक्रियाहरू बाहेक, अरूको माइनम्बर प्रयोग गर्न वा सङ्कलन गर्न निषेध छ। आफ्नो माइनम्बर आवश्यक भएको बाहेक, अनावश्यक रूपमा पेस नगर्नुहोस्।
साथै, अरूको माइनम्बर अनुचित तरिकाबाट प्राप्त गर्ने कार्य कानुनी रूपमा दण्डनीय छ।

(३) माइनम्बर (व्यक्तिगत नम्बर) कार्ड

①माइनम्बर कार्डको प्रयोग:

माई नम्बर प्रदान गरिएको विदेशी नागरिकहरूले माई नम्बर कार्डका लागि आवेदन गर्न सक्छन्। माई नम्बर कार्डमा, निवासी अभिलेखमा उल्लेख गरिएको नाम, ठेगाना, जन्म मिति, लिङ्ग र अन्य, अनुहारको फोटो र माई नम्बर समावेश गरिन्छ, र यसलाई सार्वजनिक पहिचान प्रमाणको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ

साथै, माइनम्बर कार्ड सुरक्षित IC कार्ड हो, र कर निर्धारण प्रक्रिया जस्ता प्रशासनिक प्रक्रियाहरू अनलाइन मार्फत गर्ने क्रममा प्रयोग गर्न सकिन्छ।

साथै, IC चिपमा रेकर्ड गरिएका विवरणहरू माइनम्बर कार्डको सतहमा उल्लेख गरिएका विवरणहरू बाहेक, अनलाइन प्रक्रियाहरूमा प्रयोग गरिने इलेक्ट्रोनिक प्रमाणपत्र जस्ता विवरणहरू मात्र हुन्छन्, र आय जस्ता गोप्य व्यक्तिगत जानकारीहरू रेकर्ड गरिँदैन।

②माइनम्बर कार्ड जारी गर्ने विधि:

माइनम्बर कार्ड प्राप्त गर्न, माइनम्बर जानकारी दिने "व्यक्तिगत नम्बर सूचना पत्र" को हुलाकमा समावेश गरिएको आवेदन पत्रमा अनुहार फोटो टाँसेर हुलाकबाट आवेदन गर्ने विधि वा स्मार्टफोन वा कम्प्युटरबाट अनलाइन आवेदन गर्ने विधि उपलब्ध छ।
विस्तृत जानकारीको लागि तलका सम्पर्क जानकारीमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

नाम	फोन नम्बर	खुल्ने समय	भाषा
माइनम्बर सम्पर्क फ्री डायल	0120-95-0178 (निःशुल्क)	सोम-शुक्र 9:30 AM - 8:00 PM, शनि-आइत र बिदा दिनहरू 9:30 AM - 5:30 PM *हराएको वा चोरी भएको अवस्थामा अस्थायी प्रयोग रोक्ने सेवा 24 घण्टा, 365 दिन उपलब्ध छ।	जापानी
माइनम्बर कार्ड विदेशी भाषा समर्थन (माइनम्बर प्रणाली, माइनापोर्टल, आदि)	0120-0178-26 (निःशुल्क)	सोम-शुक्र 9:30 AM - 8:00 PM, शनि-आइत र बिदा दिनहरू 9:30 AM - 5:30 PM (वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्षको सुरुवात, डिसेम्बर २९ देखि जनवरी ३ सम्म बाहेक)	अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, स्पेनिस, पोर्तुगाली, भियतनामी, थाई, इन्डोनेसियाली, तागालोग, नेपाली
माइनम्बर कार्ड, इलेक्ट्रोनिक प्रमाणपत्र, व्यक्तिगत नम्बर सूचना पत्र, सूचना कार्ड वा हराएको/चोरी भएको माइनम्बर कार्डको अस्थायी प्रयोग रोक्ने	0120-0178-27 (निःशुल्क)	24 घण्टा *बेलुका ८:०० देखि अर्को दिनको बिहान ८:३० सम्म माइनम्बर कार्ड र इलेक्ट्रोनिक प्रमाणपत्र समावेश गरिएको स्मार्टफोन हराएको वा चोरी भएको अवस्थामा अस्थायी प्रयोग रोक्ने सेवा मात्र उपलब्ध हुन्छ।	अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, स्पेनिस, पोर्तुगाली
		बिहान ९:०० देखि बेलुका ६:०० सम्म	थाई, नेपाली, इन्डोनेसियाली, भियतनामी, तागालोग

माइनम्बर प्रणाली सम्बन्धी जानकारीको लागि वेबसाइट:
(स्थानीय सरकारी सूचना प्रणाली संस्था, माइनम्बर कार्ड सम्पर्क वेबसाइट)
https://www.kojinbango-card.go.jp/
(जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, स्पेनिस, पोर्तुगाली)
*वेबसाइटको दायाँ माथिको कोणमा भाषा छनौट गर्न सकिन्छ।

४. अन्य प्रणालीहरू

(१) विदेशीहरूद्वारा जापानी राष्ट्रियता प्राप्ति

①नागरिकता प्राप्ति :

विदेशी नागरिकले, कानुनी मामिला मन्त्रालयमा नागरिकता प्राप्तिका लागि आवेदन दिन सक्छन्, र यदि कानुनी मामिला मन्त्रालयले अनुमति दिन्छ भने, जापानी नागरिकता प्राप्त गर्न सकिन्छ।

② राष्ट्रियता प्राप्ति:

जन्म पछि जापानीबाट मान्यता प्राप्त गरेको १८ वर्षभन्दा कम उमेरका विदेशी वा जापानी राष्ट्रियता राख्न नसकेको कारणले जापानी राष्ट्रियता गुमाएका जापानमा बसोबास गर्ने १८ वर्षभन्दा कम उमेरका विदेशीहरूले कानुनी मामिला मन्त्रालयलाई "राष्ट्रियता प्राप्ति सूचना" दिएर जापानी राष्ट्रियता प्राप्त गर्न सक्छन्।

(२) राष्ट्रियता छनौट:

विदेशी राष्ट्रियता र जापानी राष्ट्रियता दुवै भएका व्यक्तिहरूले २० वर्ष पुग्नुभन्दा अघि (१८ वर्ष पुगेपछि दुवै राष्ट्रियता भएको अवस्थामा, दुवै राष्ट्रियता भएको दिनदेखि २ वर्षभित्र) कुनै एक राष्ट्रियता छनौट गर्नुपर्छ। छनौट नगरेमा, जापानी राष्ट्रियता गुमाउन सक्छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

साइतामा प्रिफेक्चरमा बस्ने विदेशीहरूको नागरिकता आवेदन र राष्ट्रियता प्राप्ति साइतामा जिल्ला कानुनी कार्यालय नागरिकता विभागले गर्छ।

सल्लाह अनुरोध गर्नु अघि फोनबाट बुकिंग गर्नुपर्छ।

साइतामा जिल्ला कानुनी कार्यालय नागरिकता विभाग

फोन नम्बर: 048-851-1000 (प्रतिनिधि) नेभिगेशन नम्बर "5" → "2"

ठेगाना: साइतामा शि चुओ-कु, शिमोओची 5-12-1, साइतामा दोस्रो न्याय कार्यालय

खुल्ने समय: सोम-शुक्र (बिदा बाहेक) 9:00 AM - 5:00 PM

राष्ट्रियता सम्बन्धी प्रक्रिया सम्बन्धी जानकारीको लागि वेबसाइट (न्याय कार्यालय वेबसाइट, जापानी)

https://houmukyoku.moj.go.jp/homu/static/goannai_index_kosekikokuseki.html

https://houmukyoku.moj.go.jp/saitama/category_00005.html (साइतामा जिल्ला कानूनी कार्यालय वेबसाइट, जापानी)

(३) दर्ता प्रणाली

जापानमा व्यक्तिहरूको जन्म, मृत्यु, विवाह जस्ता पहिचान सम्बन्धी विवरणहरू दर्ता गरेर सार्वजनिक रूपमा प्रमाणित गर्ने दर्ता प्रणाली छ। विदेशीहरूले जापानीसँग विवाह गरेको अवस्थामा पनि, सूचना दिनुपर्ने हुन सक्छ। सूचना दिएका विवरणहरू रेकर्ड गरिन्छ, र त्यो व्यक्तिको पहिचान सम्बन्धी प्रमाणको रूपमा प्रयोग गरिन्छ।

दर्ताको प्रकार	प्रक्रिया गर्ने ठाउँ	
जन्मदर्ता	नगरपालिका कार्यालय दर्ता विभाग	सूचना दिने म्याद र पेस गर्नुपर्ने कागजातहरू बसोबास गर्ने नगरपालिका कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।
मृत्युदर्ता		
विवाहदर्ता		
सम्बन्धविच्छेदको दर्ता		

यस्ता सूचना दिएको बेला, अध्यागमन कार्यालय वा मूल देशको दूतावास (कन्सुलेट) मा पनि प्रक्रिया गर्नुपर्छ। विस्तृत जानकारीको लागि अध्यागमन कार्यालय वा मूल देशको दूतावास (कन्सुलेट) मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(४) सील (हान्को) दर्ता

जापानमा हस्ताक्षर (साइन) को सट्टामा सील (हान्को) प्रयोग गर्ने चलन छ। नगरपालिका कार्यालयमा दर्ता गरिएको सील (हान्को) लाई "वास्तविक सील (हान्को) " भनिन्छ। साथै, त्यो सील (हान्को) वास्तविक सील (हान्को) हो भन्ने प्रमाणित गर्ने कागजातलाई " सील (हान्को) दर्ता प्रमाणपत्र" भनिन्छ। जापानमा अधिकार सम्बन्धी सम्झौता गर्दा, यो वास्तविक सील (हान्को) वा सील (हान्को) दर्ता प्रमाणपत्र आवश्यक हुन्छ।

1 सील (हान्को) दर्ता आवेदन:

निवासी अभिलेखमा दर्ता भएको 15 वर्षभन्दा माथिका व्यक्तिहरूले (सोच्ने क्षमता नभएका बाहेक) आवेदन गर्न सक्छन्।

मोहर 8 mm भन्दा ठुलो र 25 mm भन्दा सानो वर्गमा समाउने आकारको हुनुपर्छ, तर आकार नगरपालिका अनुसार फरक हुन सक्छ, त्यसैले बसोबास गर्ने नगरपालिका कार्यालयमा पुष्टि गर्नुपर्छ।

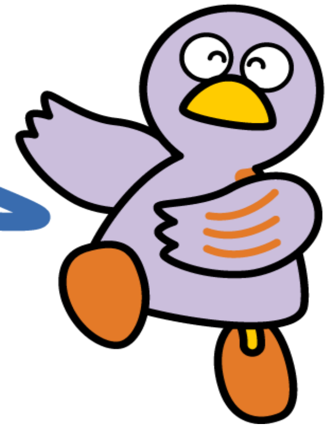
दर्ता गर्ने व्यक्तिको नाम निवासी अभिलेखमा उल्लेख गरिएको नाम (निवासी अभिलेखमा उपनाम दर्ता भएको अवस्थामा, नाम र उपनाम) हुनुपर्छ। एक व्यक्तिले एक मात्र सील (हान्को) दर्ता गर्न सक्छ। सील (हान्को) दर्ता आवेदन गर्दा आवश्यक कागजातहरू आवासीय कार्ड जस्ता कागजातहरू र दर्ता गर्ने सील (हान्को) हुनुपर्छ। नाम वा उपनामको पूर्ण वा आंशिक रूपमा उल्लेख नगरिएको सील (हान्को) वा रबर जस्ता परिवर्तन हुने सामग्रीबाट बनेको सील (हान्को) दर्ता गर्न सकिँदैन।

सील (हान्को) दर्ता बसोबास गर्ने नगरपालिकामा गरिन्छ, त्यसैले अर्को नगरपालिकामा बसाइसराइ गरेमा, फेरि दर्ता गर्नुपर्छ।

2 सील (हान्को) दर्ता प्रमाणपत्र:

सील (हान्को) दर्ता आवेदन गरेपछि, सील (हान्को) दर्ता प्रमाणपत्र जारी गरिन्छ। " सील (हान्को) दर्ता प्रमाणपत्र" जारी गर्न आवेदन गर्दा, यो सील (हान्को) दर्ता प्रमाणपत्र आवश्यक हुन्छ।

अध्याय २
आपतकालीन अवस्था, प्रकोपको समयमा, अपराध रोकथाम, यातायात सुरक्षा



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

1. **आपत्कालीन समयमा सम्पर्क गर्ने स्थान**
2. **जापानको यातायात नियम**
3. **यातायात दुर्घटना**
4. **अपराध रोकथाम उपाय**
5. **अपराध पीडितहरूको सहयोग**
6. **प्राकृतिक प्रकोप**

1. आपत्कालीन समयमा सम्पर्क गर्ने स्थान

(१) आगलागी, आकस्मिक बिरामीपन, वा चोटपटक आदि — 119 नम्बर

दमकल वा एम्बुलेन्सलाई फोन गरेर बोलाउने बेलामा, 119 नम्बरमा फोन गरेर दमकललाई जानकारी दिनुहोस्। फोन सम्पर्क भएपछि, आगो लागेको हो कि आपतकालीन अवस्था हो कि, दुर्घटना जस्ता घटनाहरूको बारेमा बताउनुहोस्, र घटनास्थलको ठेगाना, नजिकको ठूलो ल्यान्डमार्कको नाम, र सूचना दिने व्यक्तिको नाम र फोन नम्बर बताउनुहोस्। एम्बुलेन्सको सेवा प्रयोग गर्दा, अस्पतालसम्मको यात्रा निःशुल्क हुन्छ, तर अस्पतालमा उपचारको खर्च आफैले वहन गर्नुपर्नेछ। स्वास्थ्य बीमा कार्ड र आवश्यक नगद साथ लैजानुहोस्।
एम्बुलेन्स चोटपटक वा अचानक बिरामी भएका व्यक्तिहरूलाई आपत्कालीन अवस्थामा अस्पतालमा लैजानको लागि हो। आपत्कालीन अवस्था बाहेक ट्याक्सी जस्ता सेवाहरू प्रयोग गर्नुहोस्। कुन अस्पताल जानु पर्छ भन्ने थाहा नभएमा, साइतामा प्रिफेक्चर आकस्मिक उपचार फोन परामर्श (#7119 वा 048-824-4199) मा 24 सैं घण्टा अस्पतालको जानकारी (दाँत, मुख र मनोरोग बाहेक) प्राप्त गर्न सकिन्छ। (यो सेवा जापानी भाषामा मात्र उपलब्ध छ।)

त्यसैगरी, दमकल कार्यालयले अस्पताल आवतजावत गर्दा प्रयोग गर्न सकिने निजी बिरामी ओसारपसार सेवा प्रदायक(**शुल्क लाग्ने**) सेवाहरूको परिचय गराउँछ।

119 नम्बरमा सम्पर्क गर्ने उदाहरण

आगलागीको अवस्थामा:	"आगलागी भएको छ।" "〇〇 जलिरहेको छ।"
आपत्कालीन अवस्थामा:	"एम्बुलेन्स अनुरोध गर्दछु।"
	"यातायात दुर्घटनामा घाइते छन् (जस्तै फसेको, विस्तृत जानकारी दिनुहोस्) "
	"एम्बुलेन्स अनुरोध गर्दछु।"
	"अचानक बिरामी भएका व्यक्ति छ (चेतना छैन, विस्तृत जानकारी दिनुहोस्)।"
त्यसपछि	
ठेगाना:	"ठेगाना 〇-चो, 〇-बान हो। फोन नम्बर 〇〇〇-〇〇〇〇 हो। नजिकै 〇〇 छ।"
सम्पर्ककर्ताको जानकारी:	"मेरो नाम 〇〇 हो।"

(२) प्रहरी — 110 नम्बर

अपराध वा यातायात दुर्घटनाको शिकार भएमा, प्रहरीलाई आपतकालीन रूपमा जानकारी दिनको लागि **110 नम्बर** मा फोन गर्नुहोस्। फोन सम्पर्क भएपछि, घटना हो कि यातायात दुर्घटना हो, घाइते छन् कि छैनन्, घटना कहिले भयो (अहिलेबाट कति मिनेट अघि), घटनास्थल कहाँ छ (ठेगाना वा लैंडमार्क), अपराधी (विपक्षी) के गयो भन्ने कुरा बताउनुहोस्। त्यसपछि, प्रहरीले सम्पर्ककर्ताको नाम, फोन नम्बर आदि सोध्नेछन्, शान्त भएर जवाफ दिनुहोस्।

110 नम्बरमा सम्पर्क गर्ने उदाहरण

घटना हो कि दुर्घटना:	"चोरी (झपटमारी) को शिकार भएको छु। घाइते छैनन्।"
घटना कहिले भयो:	"अहिलेबाट ३ मिनेट अघि।"
घटनास्थल कहाँ छ:	"〇-चो, 〇-बान हो। नजिकै 〇〇 डाकघर छ।"
अपराधी के गयो:	"〇〇 रंगको बाइकमा दुई जना थिए, 〇〇 स्टेशनतिर भागे।"
सम्पर्ककर्ताको जानकारी:	"मेरो नाम 〇〇 हो। फोन नम्बर 〇〇〇-〇〇〇〇 हो।"」

(३) सार्वजनिक फोनबाट सम्पर्क दिनु (आपत्कालीन अवस्थामा निःशुल्क हुन्छ)

① हरियो सार्वजनिक फोन

रातो आपत्कालीन सम्पर्क बटन भएको फोनको अवस्थामा:

: फोन उठाएर रातो आपत्कालीन सम्पर्क बटन थिच्नुहोस्। त्यसपछि, **110** वा **119** नम्बरमा फोन गर्नुहोस्।

रातो आपत्कालीन सम्पर्क बटन नभएको फोनको अवस्थामा:

: फोन उठाएर **110** वा **119** नम्बरमा फोन गर्नुहोस्।

② **खैरो सार्वजनिक फोन (डिजिटल सार्वजनिक फोन):** फोन उठाएर **110** वा **119** नम्बरमा फोन गर्नुहोस्।

(४) 110 नम्बर एप, इमेल/ फ्याक्स 110 नम्बर

श्रवण अक्षमता भएका व्यक्तिहरूले आवाजको माध्यमबाट 110 नम्बरमा सम्पर्क गर्न नसक्ने अवस्थामा, स्मार्टफोन आदि प्रयोग गरेर पाठ वा चित्र मार्फत प्रहरीलाई सम्पर्क गर्न सकिन्छ।

① 110 नम्बर एप प्रणाली: "110 नम्बर एप" खोजेर डाउनलोड गर्नुहोस्।

② इमेल 110 नम्बर: http://saitama110.jp/

③ फ्याक्स 110 नम्बर: 0120-264-110 (निःशुल्क)

2. जापानको यातायात नियम

(१) आधारभूत यातायात नियम

- पैदल यात्रु दायाँ तर्फ हिंड्नु पर्छ, जबकि कार वा साइकल जस्ता सवारी साधन बायाँ तर्फ चलाउनु पर्छ।
- पैदल यात्रु र सवारी साधनमा, पैदल यात्रुलाई प्राथमिकता दिनु पर्छ।
- ट्राफिक सिग्नल र सडक संकेतहरूको पालना गर्नु पर्छ।
- प्रहरीले दिने निर्देशनको पालना गर्नु पर्छ।

(२) पैदल यात्रुका आधारभूत नियम

- पैदल मार्ग र सडक अलग भएको ठाउँमा, पैदल मार्गमा हिंड्नु पर्छ।
- पैदल मार्ग वा किनारा नभएको ठाउँमा, सडकको दायाँ किनारामा हिंड्नु पर्छ।
- ट्राफिक सिग्नल भएको चोकमा, सिग्नलको पालना गर्नु पर्छ।
- ट्राफिक सिग्नल नभएको जेब्रा क्रसिंगमा, हात उठाएर पार गर्ने इच्छा देखाउनु पर्छ।
- दुवै तर्फ ध्यान दिएर, सुरक्षित छ भनेर निश्चित गरेपछि मात्र सडक पार गर्नु पर्छ।
- रातीमा, प्रतिबिम्बित सामग्री लगाउनु र उज्यालो लुगा लगाउनु पर्छ।

(३) साइकलका आधारभूत नियम

- कानूनी रूपमा, साइकल हल्का सवारी साधन हो, त्यसैले सडकको बायाँ तर्फ चलाउनु पर्छ।
- अपवाद स्वरूप, पैदल मार्गमा चलाउँदा, पैदल यात्रुलाई प्राथमिकता दिनु पर्छ र सडकको किनारामा बिस्तारै चलाउनु पर्छ।
- पैदल मार्गमा चलाउन पाइने अवस्थामा पनि, पैदल यात्रुलाई प्राथमिकता दिनु पर्छ र सडकको किनारामा बिस्तारै चलाउनु पर्छ।
- चोकमा, ट्राफिक सिग्नल र ठहराई संकेतको पालना गर्नु पर्छ, र वरपरको सुरक्षा जाँच गरेपछि मात्र पार गर्नु पर्छ।
- रातीमा, बत्ती बाल्नु पर्छ।

- मदिरा पिएर साइकल चलाउन मनाही छ।
- हेल्मेट लगाउनु पर्छ।
- साइकल क्षति बीमा वा अन्य बीमामा सहभागी हुनुहोस्।

*** साइतामा प्रिफेक्चरमा, कानूनी व्यवस्था अनुसार, साइकल बीमा जस्ता बीमा गर्नु अनिवार्य गरिएको छ।**
https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/jitensya/jitensyajyourei.html

(४) गाडीका आधारभूत नियम

- ड्राइभिङ लाइसेन्स नभएको व्यक्तिले गाडी चलाउन पाउँदैन।
- मदिरा पिएर गाडी चलाउन मनाही छ।
- ड्राइभर सिट मात्र नभएर, फ्रन्ट सिट र पछाडिको सिटमा पनि सीटबेल्ट लगाउनु पर्छ।
- 6 वर्ष भन्दा कम उमेरका बच्चालाई गाडीमा राख्दा, बाल सीट प्रयोग गर्नु पर्छ।
- बाइक चलाउँदा हेल्मेट लगाउनु पर्छ।
- साँझपख, चाँडै बत्ती बाल्नु पर्छ।
- मोबाइल फोन प्रयोग गरेर गाडी चलाउन मनाही छ।
- पैदल यात्रुको नजिकबाट गुज्रँदा, सुरक्षित दूरी राख्नु पर्छ वा बिस्तारै चलाउनु पर्छ।

(५) विशेष सानो मोटर जडित साइकलका नियम

- मानक पूरा गरेको इलेक्ट्रिक मोबिलिटी मात्र विशेष सानो मोटर साइकल मानिन्छ, अन्यथा सामान्य मोटर साइकल हुन्छ।
- नम्बर प्लेट लगाउनु पर्छ।
- अनिवार्य दुर्घटना बीमा (सहकारी बीमा) मा सहभागी हुनु पर्छ।
- 16 वर्ष भन्दा कम उमेरका व्यक्तिले चलाउन पाउँदैन।
- मदिरा पिएर चलाउन मनाही छ।

3. यातायात दुर्घटना

(१) यातायात दुर्घटना भएको अवस्थामा

① घाइते भएमा, प्राथमिक उपचार गर्नुहोस् र 119 नम्बरमा फोन गरेर एम्बुलेन्स बोलाउनुहोस्। एम्बुलेन्स आउन्जेल प्राथमिक उपचार गर्नुहोस्।

② सुरक्षित ठाउँमा सर्नुहोस् र 110 नम्बरमा फोन गरेर प्रहरीलाई बोलाउनुहोस्, र प्रहरीको निर्देशनको पालना गर्नुहोस्।

③ विपक्षीको नाम, ठेगाना, फोन नम्बर, ड्राइभिङ लाइसेन्स नम्बर, गाडीको नम्बर, बीमा कम्पनी र बीमाको प्रकार आदि जानकारी प्राप्त गर्नुहोस्।

④ साक्षी भएमा, उनीहरूको सम्पर्क जानकारी प्राप्त गर्नुहोस्।

⑤ आफ्नो गाडी बीमा कम्पनीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

⑥ चाँडै डाक्टरको परामर्श लिनुहोस्।

(२) यातायात दुर्घटना सम्बन्धी परामर्श

साइतामा प्रिफेक्चर यातायात दुर्घटना परामर्श केन्द्रमा, यातायात दुर्घटना सम्बन्धी सम्झौता, बीमा दावी, क्षतिपूर्ति रकम आदि सम्बन्धी जापानी भाषामा परामर्श दिइन्छ, सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म, बिहान 9:00 देखि 12:00, 13:00 देखि 17:00 सम्म (अन्तिम प्रवेश 16:30 सम्म) परामर्श सेवा उपलब्ध छ। थप जानकारीको लागि यातायात दुर्घटना परामर्श केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्था	फोन नम्बर	ठेगाना	समय
साइतामा प्रिफेक्चर यातायात दुर्घटना परामर्श केन्द्र	048-830-2963	साइतामा प्रिफेक्चर कार्यालय द्वितीय भवन, १ औं तलामा प्रान्तीय नागरिक परामर्श समग्र केन्द्र 3-15-1 Takasago, Urawa Ward, Saitama City	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक) 9:00～12:00 13:00～17:00 * परामर्श अन्तिम प्रवेश 16:30 सम्म

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/soudankyuhu/koutuujikosoudan.html

4. अपराध रोकथाम उपाय

(१) साइकल चोरी

① घरमा साइकल राख्दा पनि ताल्चा लगाउनुहोस्।
② थोरै समय लागि भएपनि अनिवार्य ताल्चा लगाउनुहोस्।
③ वायर ताल्चा जस्ता अतिरिक्त सुरक्षा उपायहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
④ साइकल किनेपछि, अपराध रोकथाम दर्ता गर्नुहोस्।

(२) घर भित्र चोरी

① घरमा हुँदा वा थोरै समयको लागि बाहिर जाँदा पनि ताल्चा लगाउनुहोस्।
② ढोका र झ्यालमा अतिरिक्त ताल्चा लगाउनुहोस्।

(३) लुटपाट

① साइकलको टोकरीमा लुटपाट रोकथाम कभर लगाउनुहोस्।
② हिँड्दा झोला वा पर्स सडकको विपरीत दिशामा बोक्नुहोस्।
③ मोबाइल फोन प्रयोग गर्दै वा इयरफोन लगाएर संगीत सुन्दै हिँड्नु हुँदैन।
④ पछाडिबाट आउने बाइक वा साइकलमा ध्यान दिनुहोस्।

(४) बच्चाहरूको सुरक्षा

अभिभावकहरूले बच्चाहरूलाई निम्न कुराहरू बारम्बार सम्झाउनुहोस्:
① एक्लै नहिँड्नु।
② अपरिचित व्यक्तिसँग नजानु।
③ ठूलो स्वरमा मद्दत माग्नु।
④ कसको साथ कहाँ र कति बजेसम्म खेल्ने भन्ने कुरा घरका व्यक्तिलाई बताउनु।

(५) महिलाहरूको सुरक्षा

① रातीमा व्यस्त र उज्यालो बाटो हिँड्नुहोस्, र पछाडि फर्केर हेर्नुहोस्।
② सुरक्षा सायरनलाई झोला बाहिर जडान गर्नुहोस् र छिटो प्रयोग गर्न सकिने अवस्थामा राख्नुहोस्।
③ घरमा हुँदा पनि ढोका र झ्यालहरु राम्रोसँग बन्द गर्नुहोस्।
④ मोबाइल फोन प्रयोग गर्दै वा इयरफोन लगाएर संगीत सुन्दै हिँड्नु हुँदैन।

"सुरक्षा सम्बन्धी शहर निर्माण पुस्तिका"

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/bouhanjyohou/index.html

5. अपराध पीडितहरूको सहयोग

(१) घटना वा दुर्घटनाको शिकार भएमा

अपराध वा दुर्घटनाको शिकार भएका व्यक्ति वा उनीहरूका परिवार, मृतकका आफन्तहरूले केवल जीवन गुमाउने (परिवार गुमाउने) चोट लाग्नु, सामान चोरी हुने जस्ता प्रत्यक्ष क्षतिहरू मात्र नभई, मानसिक र शारीरिक अस्वस्थता, चिकित्सा खर्च, रोजगारी गुमाउनु, रोजगारी परिवर्तन गर्दा हुने आर्थिक संकट, आर्थिक समस्या, वरपरका व्यक्तिहरूको निर्दयी व्यवहार, अनुसन्धान र अदालती प्रक्रियाको मानसिक र समयगत बोझ जस्ता घटनापछि उत्पन्न हुने विभिन्न समस्याहरूको कारण पनि पीडित हुन्छन ।

(२) एकीकृत सम्पर्क केन्द्र

साई नो कुनी अपराध पीडित वन-स्टप सहयोग केन्द्रमा साइतामा प्रिफेक्चर, साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरी, र सार्वजनिक संस्था साइतामा अपराध पीडित सहयोग केन्द्र तीन संस्थाहरूले रम्जा टावरको तेस्रो तल्लामा रहेको मुसाशिनो उरावा संयुक्त सरकारी भवनमा एकीकृत सेवा प्रदान गर्दछ। अपराध पीडितहरू वा उनीहरूका परिवारजनहरूलाई एकै ठाउँमा धेरै सहयोग सेवाहरू उपलब्ध गराउँदछ। निःशुल्क परामर्श र गोपनीयता कायम राखिनेछ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्था	फोन नम्बर	ठेगाना	समय
साइतामा प्रिफेक्चर अपराध रोकथाम र यातायात सुरक्षा विभाग	0120-735-001 वा 048-862-0001	1-10-1 Numakage, Minami-ku, Saitama City रम्जा टावर, तेस्रो तला (मुसाशी उरावा संयुक्त सरकारी भवन)	8:30〜17:15 सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदा बाहेक)
साइतामा प्रिफेक्चर अपराध रोकथाम र यातायात सुरक्षा विभाग	048-710-5036		8:30〜17:15 सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदा बाहेक)
साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरी अपराध पीडित सहयोग कक्ष	0120-381-858		8:30〜17:15 सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदा बाहेक)
सार्वजनिक संस्था साइतामा अपराध पीडित सहयोग केन्द्र	048-865-7830		**8:30〜17:00** सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदा

				बाहेक)

URL:

https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/hanzaihigaisya/soudanmadoguchigaishoni.html

(३) यौन अपराधको शिकार भएमा

~ यौन हिंसा अपराध पीडितहरूको लागि विशेष परामर्श आइरिस हटलाइन ~

यौन अपराध वा यौन हिंसाको शिकार भएका व्यक्तिहरू वा उनीहरूका परिवारहरूलाई परामर्श सेवा दिइने छ। कानूनी रूपमा गोपनीयता पालना गर्ने परामर्शदाताहरूले सेवा प्रदान गर्ने गर्दछन्। फोन परामर्श, वेब परामर्श, अनलाइन (ZOOM (बुकिङ्ग गर्नुपर्ने)), अन्तर्वार्ता परामर्श, चिकित्सा संस्थामा जाँदा सहयोग, कानूनी परामर्श जस्ता सेवाहरू लिन सकिन्छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्था	फोन नम्बर	ठेगाना	समय
यौन हिंसा अपराध पीडितहरूको लागि विशेष परामर्श आइरिस हटलाइन	#8891 0120-31-8341 वा 048-839-8341	1-10-1 Numakage, Minami-ku, Saitama City रम्जा टावर, तेस्रो तला (मुसाशी उरावा संयुक्त सरकारी भवन)	२४ घण्टा ३६५ दिन

URL: https://www.svsc8080.jp/iris/

6. प्राकृतिक प्रकोप

(१) भूकम्प

जापान धेरै भूकम्प जाने देश हो। ठूलो भूकम्प आएमा, फर्नीचर ढलेर चोट लाग्ने, पानी र ग्याँस आपूर्ति बन्द हुने, खानेकुरा र दैनिक आवश्यकताको सामान खरिद गर्न गाह्रो हुन सक्छ। आपत्कालीन अवस्थाको लागि परिवारले अग्रिम विपद् रोकथामका उपायहरूको तयारी गर्नु आवश्यक छ।

ठूलो भूकम्पको समयमा सुरक्षाका 10 उपायहरू:

1. अग्रिम तयारी (फर्नीचर ढल्न रोक्ने उपाय, परिवारसँग सम्पर्क र सङ्कटकालीन बसोबास ठेगाना तोक्ने, आपत्कालीन सामग्री तयार गर्ने आदि)।
2. पहिले आफ्नो सुरक्षा सुनिश्चित गर्नुहोस् (बलियो टेबल वा डेस्कमुनि लुक्नुहोस्, र तकिया वा अन्य सामग्रीले टाउको बचाउनुहोस्)।
3. द्रुत रूपमा, आगो नियन्त्रण गर्नुहोस्, ग्याँसको मुख्य भल्भ बन्द गर्नुहोस् (ठूलो कम्पनको समयमा, आगोको स्रोतबाट टाढा जानुहोस् र कम्पन थामिएपछि आगो नियन्त्रण गर्नुहोस्)।
4. ढोका खोलेर बाहिर निस्कने बाटो सुनिश्चित गर्नुहोस्।
5. आत्तिएर बाहिर ननिस्कनुहोस्।
6. आगलागी भएमा, शान्त रही निभाउने प्रयास गर्नुहोस् (ठूलो स्वरले छिमेकीहरूलाई बोलाई सबै मिली आगो निभाउने प्रयास गर्नुहोस्)।
7. पर्खाल र भेन्डीङ्ग मेसिनहरूबाट टाढा रहनुहोस्।
8. घरभित्र काँचका टुक्राहरूबाट सावधान रहनुहोस्।
9. अन्य व्यक्तिहरूलाई बचाउन र प्राथमिक उपचार गर्न सहयोग गर्नुहोस्।
10. सही जानकारी प्राप्त गर्नुहोस्।

आपत्कालीन सामग्रीहरू: नियमित औषधि, प्राथमिक उपचार सेट, पिउने पानी, आपत्कालीन खाना, मोबाइल फोन चार्जर, पोर्टेबल रेडियो, अतिरिक्त ब्याट्री, हेडलाइट (टर्च), एल्युमिनियम सिट, हेल्मेट, बहुउद्देश्यीय चक्कु, तौलिया, पन्जा, डोरी, टिशु पेपर, पोर्टेबल शौचालय, वेट टिशु, मास्क, प्लास्टिक ब्याग, पत्रिका, बर्षाती लुगा, स्पोर्ट्स जुत्ता (मोजा)

*अन्य, तपाई र तपाईको परिवारका आवश्यकता अनुसार तयारी गर्नुपर्ने सामानहरू

1. "भूकम्पमा आत्मविश्वास" (एक निगम) दमकल र आपतकालीन प्रकोप विज्ञान केन्द्रको वेबसाइट

   भूकम्पको तयारीका लागि के गर्ने र भूकम्प आएमा के गर्ने बिषयमा पर्चा प्रकाशित गरिएको छ।

   (जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, भियतनामी, पोर्तुगाली)

   URL: https://www.bousai-kensyu.com/knowhow/pamphlet01/

2. घरमा तयारी (साइतामा प्रान्तीय प्रहरीको वेबसाइट)

   "आफ्नो घरको सुरक्षा चेकशीट" या "भूकम्पको क्षतिलाई घटाउने सुझाव", "भूकम्पको तयारी" प्रकाशित गरिएको छ। (जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, स्पेनिस, पोर्तुगाली, तागालोग, भियतनामी, अरबी, उर्दू, थाई, टर्किस, मलाय)
   URL: http://www.police.pref.saitama.lg.jp/g0050/kurashi/earthquake-foreigner.html

(२) आँधी

गर्मीदेखि शरद ऋतुसम्म आउने आँधीले बलियो हावा र ठूलो वर्षाको कारण ठूलो क्षति पुर्याउन सक्छ। घर वरपर उड्न सक्ने वस्तुहरूलाई हटाउनुहोस् वा मजबुत बनाउनुहोस्। बिजुली बन्द हुन सक्ने भएकाले, टर्च, मोमबत्ती, पोर्टेबल रेडियो, अतिरिक्त ब्याट्री, मोबाइल फोन चार्जर आदि तयार राख्नुहोस्।
सामान्य समयमा नै नगरपालिकाद्वारा जारी गरिएको हजार्ड म्याप हेरी, घरको प्रकोप जोखिम र नजिकको आश्रयस्थलको स्थान निश्चित गर्नुहोस्।

आँधी नजिकिँदै गएमा, नगरपालिकाबाट सतर्कता स्तर (अलर्ट लेभल) अनुसार उद्धार तथा सुरक्षित स्थान सम्बन्धी जानकारी दिईन्छ। सतर्कता स्तर 3 मा वृद्ध व्यक्तिहरू वा सहायता आवश्यक पर्ने व्यक्तिहरू, सतर्कता स्तर ४ मा अन्य सबै तत्काल सुरक्षित स्थान आश्रय लिनु पर्दछ।

---

(३) प्रकोपको समयमा आश्रयस्थल

प्रकोपका कारणले घर छोडी सुरक्षित स्थानमा जानुपर्ने अवस्थाका लागि, प्रत्येक नगरपालिकाले विद्यालय जस्ता ठूला भवनहरूलाई आपतकालीन आश्रयस्थल रूपमा निर्धारण गरेको हुन्छ। नजिकको आश्रयस्थल कहाँ छ भन्ने बारेमा आफ्नो नगरपालिका कार्यालयको प्रकोप व्यवस्थापन विभाग मा सम्पर्क गर्नुहोस्। केही नगरपालिकाहरूले आश्रयस्थलहरूको स्थान उल्लेख गरिएको नक्शा (हजार्ड म्याप) पनि वितरण गर्ने गर्छन्।

---

(४) प्रकोपको समयमा विदेशी भाषामा प्रसारण

प्रकोप आउदा, आपतकालीन सूचना र उद्दार जानकारी अंग्रेजी लगायतका भाषामा प्रसारण गरिन्छ।
रेडियो: InterFM897 – 89.7MHz, NHK दोस्रो प्रसारण (693 kHz)
टेलिभिजन: NHK सामान्य टेलिभिजन च्यानल 1 को सहायक अडियो,
उपग्रह प्रसारण (BS1 र BS2) को सहायक अडियो

---

(५) NTT प्रकोपकालीन सन्देश डायल "171"

प्रकोप आएमा, प्रभावित क्षेत्रमा सञ्चार प्रणालीमा अत्यधिक चाप पर्ने भएकाले फोन सम्पर्क गर्न कठिन हुन सक्छ। यस्तो अवस्थामा, परिवारका सदस्यहरूबीच सुरक्षित र सम्पर्क सजिलो बनाउन प्रकोपकालीन सन्देश डायल प्रयोग गर्न सकिन्छ। एरिया कोड बिना नै 171 मा डायल गरेर, सन्देश रेकर्ड वा प्ले गर्न सक्नुहुनेछ। प्रयोग विधि बारे NTT पूर्वी जापान (NTT East Japan)को वेबसाइट हेर्नुहोस्।
URL:
https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html (जापानी)
https://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/ (अंग्रेजी)
मोबाइल फोन कम्पनीहरूले पनि सन्देश बोर्ड सेवा प्रदान गर्दछन्, र अंग्रेजी पृष्ठहरू पनि उपलब्ध छन्।
DOCOMO :
http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi (जापानी)
http://dengon.docomo.ne.jp/Etop.cgi (अंग्रेजी)

AU:
http://dengon.ezweb.ne.jp/ (जापानी)
http://dengon.ezweb.ne.jp/E/service.do (अंग्रेजी)

SOFTBANK / YMOBILE:
http://dengon.softbank.ne.jp/pc-1 (जापानी)
http://dengon.softbank.ne.jp/pc-e1.jsp (अंग्रेजी)

---

(६) जानकारी संकलन

① साइतामा प्रिफेक्चर आपतकालिन व्यवस्थापन पोर्टल साइट (साइतामा प्रिफेक्चरको वेबसाइट)
प्रिफेक्चरभित्र आपतकालीन स्थिति वा अन्य प्रकोपहरू उत्पन्न भएमा, आश्रय सम्बन्धी जानकारी, क्षति अवस्था, र प्रिफेक्चरको प्रतिक्रिया जस्ता जानकारीहरू "साइतामा प्रिफेक्चर आपतकालिन व्यवस्थापन पोर्टल साइट" मा प्रकाशित गरिन्छ।
कम्प्युटरबाट मात्र नभई मोबाइल फोनबाट पनि हेर्न सकिन्छ।
प्रकोपहरू सम्बन्धी जानकारी प्राप्त गर्ने साधनको रूपमा यसलाई प्रयोग गर्नुहोस्।

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/theme/anzen/index.html

② विदेशी नागरिकहरूको आपतकालिन सहयोग जानकारी (एक निगम) स्थानिय सरकार अन्तर्राष्ट्रियकरण संघको वेबसाइट
विदेशी नागरिकहरूको आपतकालिन सहयोग जानकारी र आपतकालिन सहयोगसँग सम्बन्धित जानकारीहरूको संकलन र प्रसारणमा सहायक हुने साइटहरू प्रकाशित गरिएको छ। साथै, विभिन्न क्षेत्रहरूमा विदेशी नागरिकहरूको लागि आपतकालिन सहयोग गतिविधिहरू र आपतकालिन व्यवस्थापनका उदाहरणहरू, साथै स्थानीय विदेशी नागरिकहरूद्वारा गरिएका सहयोग गतिविधिहरूको लिङ्कहरू पनि प्रकाशित गरिएको छ।

URL: https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tagengo/saigai.html

③ विकिरण पदार्थ आदि सम्बन्धी प्रतिक्रिया (साइतामा प्रिफेक्चरको वातावरण नीति विभागको वेबसाइट)
प्रिफेक्चरले हावा, पानी र खाद्य पदार्थहरूमा विकिरण स्तर र विकिरणको प्रभाव नियमित रूपमा मापन र परीक्षण गर्दछ। परीक्षणका परिणामहरू प्रिफेक्चरको वेबसाइटमा प्रकाशित गरिन्छन् (स्वास्थ्य परामर्श सेवाको लिङ्क गरिएको छ)।

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0501/housyasen-sokuteikekka.html

---

(७) आपतकालिन स्थितिको तयारी

① प्रिफेक्चरभित्रका नगरपालिकाहरूले भूकम्पजस्ता आपतकालिन स्थितिको तयारीको लागि विभिन्न आपतकालिन व्यवस्थापन तालिमहरू आयोजना गर्दछन्|**विदेशी नागरिकहरू पनि सहभागी हुन सक्ने आपतकालिन व्यवस्थापन तालिम**हरूको जानकारी प्रिफेक्चरको वेबसाइटमा प्रकाशित गरिएको छ।

URL:https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/gaikokujinbosaikunren.html

② आश्रयस्थलमा कर्मचारी र विदेशी पीडितहरूबीच सजिलै सम्पर्क गर्न सकिने "आश्रयस्थल वार्ता सेट (आश्रयस्थलको इशारा वार्ता पत्र र विदेशी पीडितहरूको लागि प्रश्नावली)" प्रिफेक्चरको वेबसाइटमा प्रकाशित गरिएको छ।

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/hinanjokaiwa.html

③ घरपरिवारमा सजिलै अपनाउन सकिने तयारीहरू समेटिएको पम्पलेट प्रिफेक्चरको वेबसाइटमा प्रकाशित गरिएको छ। आपतकालिन स्थितिको तयारीमा यसलाई उपयोग गर्नुहोस्। (अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, भियतनामी)

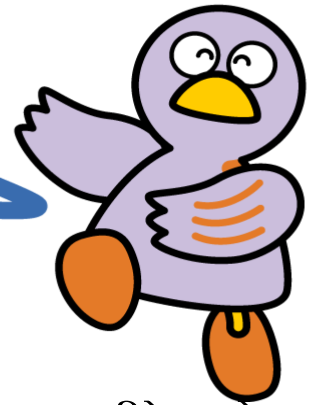
URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0401/library-info/20190801itsumo.html

(८) गर्मी लाग्ने रोग (हिट स्ट्रोक) बिरूद्ध उपाय

गर्मी लाग्ने रोग (हिट स्ट्रोक) गर्मीको वातावरणमा लामो समयसम्म रहँदा हुन सक्छ। चक्कर आउने, टाउको दुख्ने, जिउ दुख्नु, उल्टी, र झट्काहरू लाग्ने जस्ता लक्षण देखिएमा, गर्मी लाग्ने रोगको सम्भावना हुन सक्छ। यस्तो अवस्थामा, चिसो ठाउँमा जानुहोस् र चिकित्सकसँग परामर्श गर्नुहोस्।
घरभित्र एयर कन्डिसनर प्रयोग गर्नुहोस् र नियमित रूपमा पानी पिउनुहोस्, गर्मी लाग्ने रोगबाट बच्नुहोस्।

गर्मी लाग्ने रोग बिरूद्ध ५ उपायहरू:
URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/netsuchusyo/5point-e.html
(सरल जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, पोर्तुगाली, स्पेनिस, कोरियाली, उत्तर कोरियाली)

अध्याय ३
बसोबास



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट

कोबाटोन

1. **निजी भाडामा दिने आवास**
2. **सार्वजनिक भाडामा दिने आवास**
3. **बसाइसराइ**
4. **घरजग्गा खरिद**

---

1. निजी भाडामा दिने आवास

निजी भाडामा दिने आवास (अपार्टमेन्ट, घर) खोज्दा, बस्न चाहने क्षेत्रको रियल एस्टेट एजेन्टलाई सम्पर्क गर्नुपर्छ। बस्न चाहने घर छनोट गरेपछि, भाडा दिने व्यक्तिसँग भाडा सम्झौतागर्नुपर्छ। बसोबास पछि समस्या नआउनको लागि जापानी जीवनशैली बुझ्नु महत्त्वपूर्ण छ।

भाडामा घर लिने तरिका र बस्ने समयका नियमहरू

(साइतामा प्रिफेक्चर अन्तर्राष्ट्रिय विभागको वेबसाइट: जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिस, पोर्तुगाली)

https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/sumaisupport.html

(1) भाडामा दिने घरको सामान्य जानकारी

भाडा र व्यवस्थापन शुल्क	1. भाडा महिनाको अगाडि तिर्नुपर्छ। 2. भाडा बाहेक, व्यवस्थापन शुल्क र साझा शुल्क तिर्नुपर्छ।
कोठाको आकार र लेआउट	1. घरको आकार "विशेष क्षेत्रफल 00 ㎡" भनेर देखाइन्छ। यसमा कोठा, शौचालय, बाथरूम, र भान्सा पनि समावेश हुन्छ। 2. कोठाको आकारलाई फ्लोरमा राखिने तातामी को संख्याले देखाइन्छ। एक तातामी लगभग 1.6 ㎡ हुन्छ। 3. कोठा जापानी शैली (वाशित्सु) वा पश्चिमी शैली (योशित्सु) को रूपमा व्यक्त गरिन्छ। साथै, DK (डाइनिङ स्पेस + किचन) वा LDK (लिभिङ रुम + डाइनिङ स्पेस + किचन) जस्ता शब्दहरू प्रयोग गरिन्छ। 4. घर र जमिनको क्षे आकार लाई 'त्सुबो' भन्ने एकाइमा व्यक्त गर्न सकिन्छ। एक त्सुबो लगभग 3.3 ㎡ बराबर हुन्छ।
सुविधा	1. बिजुली, पानी, र ग्यासको सुविधा उपलब्ध छ, तर प्रयोग सुरु गर्न आवासकर्ताले यसको लागि आवश्यक प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्छ।

	2. सामान्यतया, कोठामा बत्ती, ग्यास स्टोभ, ओभन, वा फर्निचर हुँदैन। आवश्यक सामान आफैंले ल्याउनुपर्छ।
यातायात सुविधा	"नजिकको स्टेशनबाट ○○ मिनेट" भनेर देखाइन्छ। (उदाहरण: उरावा स्टेशनबाट हिँडेर 15 मिनेट)

(२) भाडा सम्झौता गर्नु अघि

घर वा अपार्टमेन्ट भाडामा लिँदा सम्झौता गर्नुपर्छ। यसलाई भाडा सम्झौता भनिन्छ।
यो सम्झौता मालिक र भाडाकर्ता बीचको अधिकार र कर्तव्य स्पष्ट पार्ने सम्झौता हो।
सम्झौतामा हस्ताक्षर गर्दा, यसमा लेखिएका कुराहरू मान्ने र पालना गर्ने सहमति दिनु हो। सामग्री ध्यानपूर्वक पढ्नुहोस् र व्याख्या गराउनुहोस्। त्यसमा लेखिएको कुरा बुझेर मात्र हस्ताक्षर गर्नु महत्त्वपूर्ण छ।
सम्झौता गर्दा निवास प्रमाणपत्र, आवास कार्ड, आय प्रमाणपत्र, ग्यारेन्टर वा प्रतिज्ञापत्र, शिल (हान्को) दर्ता प्रमाणपत्र जस्ता कागजातहरू आवश्यक हुन्छ।

(३)भाडा सम्झौताका प्रकार

साधारण भाडा सम्झौता	सम्झौताको अवधि सकिएपछि, सामान्यत: सोही सम्झौता नवीकरण (सम्झौता जारी राख्नु) गरिन्छ। सम्झौता गर्दा, सम्झौता नवीकरण शुल्क वा नवीकरण प्रक्रिया शुल्क तिर्नु पर्न सक्छ।
निश्चित अवधि भाडा सम्झौता	सम्झौताको अवधि सकिएपछि, सोही सम्झौता नवीकरण हुँदैन। सोही कोठा भाडामा लिन पुनः सम्झौता (नयाँ सम्झौता) गर्न सक्नुहुन्छ। पुनः सम्झौता गर्दा, मध्यस्थ शुल्क जस्ता रकम तिर्नु पर्छ।

(4) सम्झौता गर्दा आवश्यक खर्च

भाडा	भाडा महिनाको अगाडि तिर्नुपर्छ। पहिलो पटक, बस्ने महिनाको भाडा र अर्को महिनाको भाडा गरेर दुई महिनाको भाडा तिर्नुपर्छ। भाडा सामान्यतया बैंक मार्फत तिरिन्छ।
सिकुरिटी डिपोजिट (शिकिकिन)	सम्झौता गर्दा, मालिकलाई भाडाको १ देखि ३ महिना बराबर रकम जमानतको रूपमा तिर्नुपर्छ। यो रकम भाडाकर्ताले घर छोड्दा भाडा नतिरेको वा घरमा क्षति पुर्याएको अवस्थामा मर्मत खर्चको लागि प्रयोग गरिन्छ। बाँकी रकम फिर्ता गरिन्छ।
आभार शुल्क (रेकिन)	सम्झौता गर्दा घरधनीलाई आभारको रूपमा भाडाको १ देखि २ महिना बराबर रकम तिर्नुपर्छ। यो रकम फिर्ता गरिँदैन।
मध्यस्थ शुल्क	रियल एस्टेट एजेन्टलाई तिर्नुपर्ने शुल्क हो। सामान्यतया, भाडाको एक महिनाको बराबर रकम घरधनी र भाडाकर्ता बीच बाँडिन्छ।

(5) सावधानीका बुँदाहरू

ग्यारेन्टर	धेरै अवस्थामा, आवासका लागि आवेदन गर्दा ग्यारेन्टर आवश्यक पर्छ। यदि ग्यारेन्टर नभएमा, ग्यारेन्टी कम्पनीको उपयोग गर्न सकिन्छ, रियल एस्टेट एजेन्ट सँग परामर्श

	गर्नुहोस्।
भाडा भुक्तानी	सम्झौतामा तोकिएको मितिसम्म, अर्को महिनेको भाडा तिर्नु पर्छ।
भाडामा लिने व्यक्तिबाहेकको बसोबास	घरधनीको अनुमति बिना, परिवारका सदस्य बाहेक अरुलाई सँगै बस्न दिनु हुन्न।
उप-भाडामा दिन निषेध	घरको एक भाग वा सम्पूर्ण भाग अरुलाई भाडामा दिन पाइदैन।
सजावट वा पुनः निर्माण	पुनर्निर्माण वा कोठाको सजावट गर्दा, घरधनीको अनुमति लिएर मात्र गर्नु पर्छ।
सम्झौता रद्द गर्नु	सम्झौता बीचमै रद्द गर्न चाहनु भएमा, घरधनीलाई अगाडि नै जानकारी दिनुपर्छ। घरधनीलाई जानकारी नगरी बसाइँ सर्ने या अन्तिम समयमा जानकारी दिने हो भने, सिकुरिटी डिपोजिट (शिक्किन) फिर्ता नपाउन सक्नुहुन्छ।
सम्झौता समाप्त गर्दाका शर्तहरू	सम्झौता समाप्त गर्दा सिकुरिटी डिपोजिट (शिक्किन) फिर्ता नपाउन सकिन्छ वा उच्च मूल्यको हाउस क्लिनिङ शुल्क मागिन सक्छ। सम्झौता गर्दा, रद्द गर्दा तिर्ने खर्चहरू निर्धारण गरेर मात्र सम्झौता गर्नुहोस्।
पाल्तु जनावर	धेरै घरधनीहरूले पाल्तु जनावर पाल्न मनाही गर्छन्। पाल्तु जनावर पाल्न चाहनु भएमा, सम्झौता गर्नु अघि रियल एस्टेट एजेन्टसँग सोधपुछ गर्नुहोस्। 'पाल्तु जनावर राख्न सकिन्छ' भन्ने कुरा सम्झौतापत्रमा लेखिएको छ कि छैन भनेर पक्का गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

आवास खोज्न सहयोग गर्ने रियल एस्टेट एजेन्ट खोज्ने

वेबसाइट	URL
साइतामा प्रिफेक्चर आवास सुरक्षा सहयोग नेटवर्क (सुरक्षित भाडामा आवास सहयोग सूची)	https://www.sasn.jp/search/

भाडा सम्झौता सम्बन्धी परामर्श

परामर्श विषय	सम्पर्क स्थान	फोन नम्बर	समय (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक)
• भाडा सम्झौता • आवास प्रवेश • बाहिरिने बेला समस्या	साइतामा प्रिफेक्चर आवास आपूर्ति निगम आवास परामर्श प्लाजा	048-658-3017	सोमबार देखि आइतबार (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक हरेक दिन) 10:00~18:00
	(सार्वजनिक संस्था) साइतामा प्रिफेक्चरमा रियल एस्टेट लेनदेन संघ	048-811-1818	सोमबार / बुधबार / शुक्रबार 10:00~12:00 13:00~15:00
	(सार्वजनिक संस्था) जापान रियल एस्टेट संघ, साइतामा प्रिफेक्चर शाखा	048-866-5225	सोमबार देखि शुक्रबार 9:00~16:00
• भाडा सम्झौता • रियल एस्टेट एजेन्ट	साइतामा प्रिफेक्चर निर्माण सुरक्षा विभाग	048-830-5488	सोमबार देखि शुक्रबार 9:00~11:45 13:00~16:30

2. सार्वजनिक भाडामा दिने आवास

साइतामा प्रिफेक्चरले निम्न आय भएका व्यक्तिहरूलाई सार्वजनिक आवास प्रदान गर्दछ। धेरै आवेदक भएमा, लटरी मार्फत बसाई निर्धारण गरिन्छ। आवासको लागि आवेदन जनवरी, अप्रिल, जुलाई, र अक्टोबरमा गरिन्छ।

सार्वजनिक आवासको लागि आवेदन गर्ने शर्तहरू:

- विदेशी निवासीको लागि, आवासीय योग्यता (मध्य र दिर्घकालीन बसाइ स्थिति) हुनुपर्छ।
- आवास समस्या हुनुपर्छ।
- साथ बस्ने परिवारका सदस्य (पतिसँग या एकै पीढीका सदस्य) हुनु पर्छ (एकलको लागि आवास बाहेक)
- साइतामा प्रिफेक्चरमा निवास वा कार्यस्थल हुनुपर्छ।
- परिवारको कुल आय निश्चित सीमा भन्दा कम हुनुपर्छ।
- कर नबुझाएको हुनु हुँदैन।
- सार्वजनिक भाडामा दिने आवास (स्थानीय सार्वजनिक निकाय, स्वतन्त्र प्रशासनिक निकाय शहरी पुनर्निर्माण संस्था, वा स्थानीय आवास आपूर्ति निगम द्वारा तयार पारिएको भाडामा दिने आवास) को भाडा या क्षतिपूर्ति रकमको बक्यौता हुनु हुँदैन।
- आवासका लागि आवेदन गर्ने व्यक्ति वा सँगै बस्ने परिवारका सदस्यहरु हिंसात्मक समूहका सदस्य हुनु हुँदैन।

विस्तृत जानकारीको लागि, साइतामा प्रिफेक्चर आवास आपूर्ति निगम (फोन 048-829-2875) सँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

परामर्श गर्ने स्थान	फोन नम्बर	समय (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक)
साइतामा प्रिफेक्चर आवास आपूर्ति निगम मुख्यालय प्रान्तीय आवास विभाग	048-829-2875	सोमबार देखि शुक्रबार 8:30~17:15
साइतामा प्रिफेक्चर आवास आपूर्ति निगम आवास परामर्श प्लाजा (JR ओमिया स्टेशन पश्चिम गेट कन्कोर्स भित्र)	048-658-3017	सोमबार देखि आइतबार (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक हरेक दिन) 10:00~18:00

* केही नगरपालिकाले पनि सार्वजनिक आवास प्रदान गर्दैछन्। नजिकको नगरपालिका (वडा) कार्यालय वा गाउँपालिकामा सम्पर्क गर्नुहोस्।

३. बसाइसराइ

बसाइसराइ गर्दा तलका जस्ता विभिन्न कुराहरू विचार गर्न सकिन्छ। बसाइसराइ लाई छिटो र सहज रुपमा गर्नको लागि, निम्न आवश्यक बुँदाहरू जाँच गरेर, प्रक्रिया गर्नुहोस्।

प्रक्रिया	बसाइसराइ गर्नुअघि	बसाइसराइ गरेपछि
निवास दर्ता	बसाइसराइ गर्नु अघि, बसोबास गर्दै आएको नगर (वडा) कार्यालय वा गाउँपालिकामा बसाइसराइ को पत्र पेश गरेर बसाइसराइ प्रमाणपत्र प्राप्त	बसाइसराइ गरेको मितिले १४ दिन भित्र, नयाँ स्थानको नगर (वडा) कार्यालय वा गाउँपालिकामा बसाइसराइ को पत्र पेश गर्नुहोस्।

	गर्नुहोस्।	
बिजुली	सम्झौतामा रहेका विद्युत् आपूर्तिकर्ता कम्पनी र नयाँ स्थानमा विद्युत् आपूर्तिकर्ता कम्पनीसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।	विद्युत् ब्रेकर, लिकेज रोक्ने स्विच, र वायरिङ रोक्ने स्विचलाई अन गर्नुहोस्।
पानी	बसोबास गर्दै गरेको नगर (वडा) कार्यालय वा गाउँपालिका र नयाँ स्थानको नगर (वडा) कार्यालय वा गाउँपालिकामा पानी आपूर्ति विभागसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।	
ग्यास	सम्झौतामा रहेका ग्याँस आपूर्तिकर्ता कम्पनीसँग सम्पर्क गरेर ग्याँस बन्द गराउनुहोस्। नयाँ स्थानमा सम्झौतामा गर्ने ग्याँस आपूर्तिकर्ता कम्पनीसँग पनि सम्पर्क गर्नुहोस्।	ग्याँस आपूर्तिकर्ता कम्पनीसँग सम्पर्क गरेर मुख्य ग्याँस भल्भ खोल्न र सुरक्षा परीक्षण जस्ता कार्यहरू गराउनुहोस्।
टेलिफोन	सम्झौतामा रहेको फोन सेवा कम्पनीसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।	
हुलाक	हुलाक कार्यालयमा बसाइसराइ दर्ता गर्दा, एक वर्षसम्म तपाईको नयाँ स्थानमा चिठीपत्र पठाइनेछ।	
ड्रभिङ लाइसेन्स		चालक अनुमति केन्द्र वा प्रहरी चौकी (कोनोस प्रहरी चौकी बाहेक) मा ठेगाना परिवर्तनको प्रक्रिया गर्नुहोस्। 10-4 पृष्ठमा हेर्नुहोस्। साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरी चालक अनुमति केन्द्र 048-543-2001
शिल (हान्को) दर्ता		अर्को शहर वा गाउँमा सरेको अवस्थामा, तपाईले नयाँ बसोबास गर्ने शहर (वडा) कार्यालय वा गाउँ कार्यलयमा पुनः दर्ता गर्नु पर्छ।
प्राथमिक र मध्य विद्यालय	□ बसाइसराइको निवेदन गर्दा, बसोबास गर्ने शहर (वडा) कार्यालय वा गाउँ कार्यलयमा तपाईको बच्चाले प्राथमिक र मध्य विद्यालयमा पढाइरहेको कुरा जानकारी दिनुहोस्। □बच्चाले हाल अध्ययन गरिरहेको विद्यालयबाट शैक्षिक प्रमाणपत्र र पाठ्यपुस्तक वितरण प्रमाणपत्र प्राप्त गर्नुहोस्।	□बसाइसराइको निवेदन गर्दा, सर्ने स्थानको शहर (वडा) कार्यालय वा गाउँ कार्यलयमा तपाईको बच्चाले प्राथमिक र मध्य विद्यालयमा पढाइरहेको कुरा जानकारी दिनुहोस्। □नयाँ विद्यालयमा शैक्षिक प्रमाणपत्र र पाठ्यपुस्तक वितरण प्रमाणपत्र पेश गर्नुहोस्।
NHK प्रसारण शुल्क	टेलिभिजन जडान गर्नेहरूका लागि, NHK प्रसारण सम्झौता गर्नु भएको छ? URL: http://www.nhk-cs.jp/jushinryo/ ☎0120-151515	

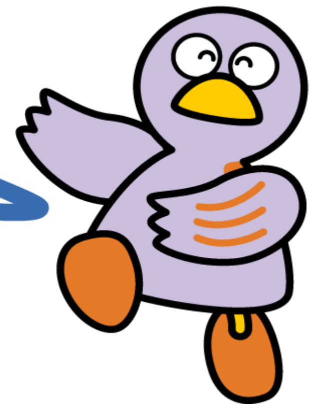
४. घरजग्गा खरिद

रियल एस्टेट खरिदसँग सम्बन्धित विस्तृत प्रक्रिया र आवासीय ऋणको प्रयोग बारेमा, नजिकको रियल एस्टेट एजेन्ट वा बैंकसँग परामर्श गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

परामर्श विषय	परामर्श गर्ने स्थान	फोन नम्बर	समय (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक)
• किनबेच सम्झौता • आवासीय निर्माण	साइतामा प्रिफेक्चर आवास आपूर्ति निगम आवास परामर्श प्लाजा	048-658-3017	सोमबार देखि आइतबार (बिदा र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा बाहेक **हरेक दिन**) 10:00~18:00
• किनबेच सम्झौता	(एक संस्था) रियल एस्टेट एजेन्ट प्रवाह प्रबन्धन संघ	03-5733-2271	सोमबार देखि शुक्रबार 9:00~17:00 *11:30~12:30 भ्वाइसमेल(रुसुदेन ताइओ)
	(सार्वजनिक संस्था) साइतामा प्रिफेक्चर मा रियल एस्टेट लेनदेन संघ	048-811-1818	सोमबार / बुधबार / शुक्रबार 10:00~12:00 13:00~15:00
	(सार्वजनिक संस्था) जापान रियल एस्टेट संघ, साइतामा प्रिफेक्चर शाखा	048-866-5225	सोमबार देखि शुक्रबार 10:00~16:00
• किनबेच सम्झौता • रियल एस्टेट एजेन्ट	साइतामा प्रिफेक्चर निर्माण सुरक्षा विभाग	048-830-5488	सोमबार देखि शुक्रबार 9:00~11:45 13:00~16:30

अध्याय ४
चिकित्सा र सामाजिक बिमा



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

1. **चिकित्सा बिमा प्रणाली**
2. **राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा (स्थानीय बिमा)**
3. **स्वास्थ्य बिमा (कर्मचारी बिमा)**
4. **विशेष स्वास्थ्य परीक्षण**
5. **क्यान्सर परीक्षण**
6. **ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा प्रणाली**
7. **नर्सिङ हेरविचार बिमा**
8. **चिकित्सा संस्था जानकारी**
9. **अस्पतालमा परीक्षण लिने तरिका**
10. **अस्पतालमा भर्ना**
11. **वयस्क संरक्षण प्रणाली**

---

१ चिकित्सा बिमा प्रणाली

जापानको चिकित्सा बिमा प्रणालीले रोग वा चोटपटकको लागि पहिले नै "बिमा शुल्क" तिरेर, बिमा प्रयोग गरी आवश्यक चिकित्सा (लाभ) प्राप्त गर्ने प्रणाली हो। जुनसुकै देशका नागरिक भए पनि जापानमा बसोबास गर्ने सबै व्यक्तिहरूले सामान्यतया सार्वजनिक चिकित्सा बिमामा सदस्यता लिनु पर्छ। यस चिकित्सा बिमामा कम्पनी वा कार्यालयमा काम गर्ने व्यक्ति र उनका परिवारलाई लक्षित गरेको स्वास्थ्य बिमा, स्वरोजगार गर्ने व्यक्तिहरूलाई लक्षित गरेको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा, र ७५ वर्ष भन्दा माथिका व्यक्तिहरूलाई लक्षित गरेको ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा प्रणाली समावेश छ।

---

२ राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा (स्थानीय बिमा)

तीन महिना भन्दा बढी बसाइ अवधि निर्धारण भई निवासी अभिलेख (住民票)भएका व्यक्तिहरू वा तीन महिना भन्दा बढी जापानमा बस्ने व्यक्तिहरूले राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमामा सदस्यता लिनु पर्छ। तर, कम्पनी वा कार्यस्थलको स्वास्थ्य बिमामा सदस्यता लिएका व्यक्तिहरू, चिकित्सा सेवा प्राप्त गर्नको लागि वा पर्यटनको उद्देश्यले जापान प्रवेश गर्ने व्यक्तिहरू बाहेक।

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा दुई प्रकारका छन्। एक स्थानीय सरकार (प्रिफेक्चर र नगरपालिका) द्वारा संयुक्त रूपमा सञ्चालन हुने बिमा हो, र अर्को विशेष पेसामा कार्यरत व्यक्तिहरूको लागि राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घ द्वारा सञ्चालन हुने बिमा हो।

(१) सदस्यता दर्ता

प्रदेश र सहर/गाउँले संयुक्त रूपमा सञ्चालन गर्ने राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमामा सदस्यता लिन, बसोबास गरेको सहर कार्यालय (साइतामा नगरमा वार्ड कार्यालय) वा गाउँ कार्यालयमा राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा विभागमा सदस्यता दर्ता गर्नु पर्छ। राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घमा सदस्यता लिन, प्रत्येक सङ्घको सम्बन्धित काउन्टरमा दर्ता गर्नु पर्छ। दर्ता गर्न आवश्यक कागजातहरूको लागि दर्ता गर्ने स्थानमासम्पर्क गर्नुहोस्।

(२) बिमा शुल्क (कर)

बिमा शुल्क (कर) परिवारको सदस्य संख्या र अघिल्लो वर्षको आय आधारमा गणना गरिन्छ, त्यसैले प्रत्येक वर्ष लागू हुने रकम फरक हुन सक्छ। साथै, ४० देखि ६५ वर्ष भन्दा कम उमेरका व्यक्तिहरू भएको परिवारमा हेरचाह बिमा शुल्क (कर) थपिन्छ। शुल्क दर (कर दर) प्रत्येक सहर/गाउँ र राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घमा फरक हुन सक्छ। बिमा शुल्क (कर) वार्षिक रूपमा किस्तामा विभाजन गरेर नगर (वार्ड) कार्यालय, बैङ्क, पोस्ट अफिस आदि मार्फत भुक्तानी गर्न सकिन्छ।

(३) माइना बिमा कार्ड, योग्यता प्रमाण पत्र

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सदस्यता परिवारको आधारमा हुन्छ, र दर्ता र बिमा शुल्क (कर) तिर्ने काम परिवारको मुखियाले गर्छ, तर परिवारको प्रत्येक व्यक्ति बिमा धारक हुन्छ। माइनम्बर कार्ड भएको र स्वास्थ्य बिमा कार्ड प्रयोग दर्ता गरेको व्यक्तिले अस्पताल आदिमा "माइना बिमा कार्ड" को रूपमा प्रयोग गर्न सक्छ। माइना बिमा कार्ड भएको अवस्थामा, नयाँ सदस्यता लिँदा "योग्यता जानकारी सूचना" प्रदान गरिन्छ।

माइनम्बर कार्ड नभएको वा माइनम्बर कार्ड भएर पनि स्वास्थ्य बिमा कार्ड प्रयोग दर्ता नभएको अवस्थामा, बिमा धारक कार्ड (कागज कार्ड प्रकारको बिमा कार्ड) मा लेखिएको म्याद सम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ। यी व्यक्तिहरूमा, बिमा धारक कार्डको म्याद सकिएको अवस्थामा, बिमा धारक कार्ड जस्तै प्रयोग गर्न सकिने "योग्यता प्रमाण पत्र" आवेदन बिना नै प्रदान गरिन्छ। अस्पताल आदिमा परीक्षण वा उपचार लिँदा, माइना बिमा कार्ड भएको अवस्थामा, अस्पतालको रिसेप्सनमा रहेको कार्ड रिडर प्रयोग गर्नुहोस्। बिमा धारक कार्ड वा योग्यता प्रमाण पत्र भएको अवस्थामा, अस्पतालको रिसेप्सनमा कार्यरत व्यक्तिलाई देखाउनुहोस्।

नोट: रेइवा 6(2024) को डिसेम्बर 2 मिति पछि, नयाँ बिमा धारक कार्ड जारी गरिने छैन, तर पहिले नै भएको अवस्थामा, म्याद सम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ।

तलका अवस्थाहरूमा, नगर (वार्ड) कार्यालयको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा विभाग वा सदस्यता लिएको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घमा जानकारी दिनुहोस्:

१. अन्य सार्वजनिक स्वास्थ्य बिमामा सदस्यता लिएको वा छोडेको अवस्थामा
२. बसाइसराइ गर्दा
३. बिमा धारकले बच्चा जन्माएको अवस्थामा
४. बिमा धारकको मृत्यु भएको अवस्थामा
५. ठेगाना वा परिवारको मुखिया, नाम परिवर्तन भएको अवस्थामा
६. ७५ वर्ष पुगेको अवस्थामा

७. म्याद भित्रको बिमा धारक कार्ड वा योग्यता प्रमाण पत्र हराएको अवस्थामा
※ माइना बिमा कार्ड हराएको अवस्थामा, बसोबास गरेको नगर (वार्ड) कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(४) लाभ विवरण

१. चिकित्सा खर्च: अस्पताल आदिमा माइना बिमा कार्ड वा म्याद भित्रको बिमा धारक कार्ड, योग्यता प्रमाण पत्र आदि देखाएर परीक्षण वा उपचार लिँदा, चिकित्सा खर्चको ३०% (प्राथमिक शिक्षा पूर्व २०%, ७० वर्ष भन्दा माथि २०% वा ३०%) आफैले तिर्नु पर्छ। बाँकी रकम बिमाबाट अस्पताललाई तिरिन्छ।
२. प्रसूति बाल्यकालीन एकमुष्ट रकम: बच्चा जन्मिएको अवस्थामा प्रदान गरिन्छ।
३. अन्त्येष्टि खर्च: बिमा धारकको मृत्यु भएको अवस्थामा अन्त्येष्टि गर्दा, खर्चको एक निश्चित रकम प्रदान गरिन्छ।
४. उच्च चिकित्सा खर्च: अस्पतालमा तिरिएको एक महिनाको खर्च निश्चित रकम भन्दा बढी भएमा, बढी रकम प्रदान गरिन्छ।
५. उपचार खर्च: तलका अवस्थाहरूमा, आवश्यक कागजातहरू सहित बसोबास गरेको नगर (वार्ड) कार्यालयको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा विभागमा आवेदन गरेर, खर्चको एक भाग बाहेक रकम फिर्ता प्राप्त गर्न सकिन्छ:

- अपरिहार्य कारणले माइना बिमा कार्ड बिना चिकित्सा संस्थामा उपचार गर्न जानु परेमा
- रगतको ट्रान्सफ्युजन गरेको अवस्थामा (रगतको मूल्य)
- डाक्टरले आवश्यक ठानेको उपचार सामग्री (कोर्सेट आदि) को खर्च तिरेको अवस्थामा
- डाक्टरले आवश्यक ठानेको मालिश, एक्यूपन्चर, एक्यूप्रेशर, वा मसाज उपचार प्राप्त गरेको अवस्थामा
- फ्र्याक्चर, मोच आदिको लागि थेरापिस्टबाट उपचार प्राप्त गरेको अवस्थामा
- विदेश यात्रा गर्दा अपरिहार्य कारणले चिकित्सा संस्थामा उपचार लिनु परेमा (जापान भित्र चिकित्सा संस्थामा जाने अवस्थामा लागू हुने रकम)।

(५) बिमाभित्र नपर्ने भुक्तानीका केही अवस्थाहरू

स्वास्थ्य परीक्षण, खोप, सौन्दर्य शल्यक्रिया, दाँत संरचना (दाँतको लाइन सुधार), सामान्य प्रसूति खर्च, कामको सम्बन्धमा भएको चोट वा रोगहरू बिमा भुक्तानीको दायरा भित्र पर्दैन (माइना बिमा कार्ड आदि प्रयोग गर्न सकिँदैन)।
राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमाको बारेमा थप जानकारीको लागि नगर (वार्ड) कार्यालयको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा विभाग वा सदस्यता लिएको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

३ स्वास्थ्य बिमा (कर्मचारी बिमा)

स्वास्थ्य बिमा लागू हुने कम्पनीहरूमा काम गर्ने कर्मचारी र उनका परिवारले सदस्यता लिने बिमा प्रणाली हो।

(१) बिमा शुल्क

बिमा शुल्क तलब (भत्ता सहित), बोनसको रकम आधारमा निर्धारित मानक आय, मानक बोनस रकममा बिमा शुल्क दर लगाएर गणना गरिन्छ। यो रकम व्यवसायी र बिमाधारी (स्वयं कर्मचारी)ले आधा आधा तिर्छन्। बिमा धारकको हिस्सा कार्यालयले बिमा धारकको तलब, बोनसबाट कटौती गरी बिमा धारकको तर्फबाट भुक्तानी गर्छ साथै, ४० वर्ष भन्दा माथि ६५ वर्ष भन्दा कम उमेरका बिमा धारकहरूले हेरचाह बिमा शुल्क थप तिर्नु पर्छ।

(२) लाभ विवरण

१. चिकित्सा खर्च: अस्पताल आदिमा माइना बिमा कार्ड वा म्याद भित्रको बिमा धारक कार्ड, योग्यता प्रमाण पत्र आदि देखाएर परीक्षण वा उपचार लिँदा, चिकित्सा खर्चको ३०% (प्राथमिक शिक्षा पूर्व २०%, ७० वर्ष भन्दा माथि २०% वा ३०%) आफैले तिर्नु पर्छ। बाँकी रकम बिमाबाट अस्पताललाई तिरिन्छ।
२. प्रसूति बाल्यकालीन एकमुष्ट रकम: बच्चा जन्मिएको अवस्थामा प्रदान गरिन्छ।

३. अन्त्येष्टि खर्च: बिमा धारक वा उनका परिवारको मृत्यु भएको अवस्थामा अन्त्येष्टि गर्दा, निश्चित रकम प्रदान गरिन्छ।
४. उच्च चिकित्सा खर्च: अस्पतालमा तिरिएको एक महिनाको खर्च निश्चित रकम भन्दा बढी भएमा, बढी रकम प्रदान गरिन्छ।
५ उपचार खर्च: अपरिहार्य कारणले तपाईले उपचारको खर्च अग्रिम तिरेको भए, वा उपचार उपकरण बनाउँदा, बिमाकर्ताले मान्यता दिएको रकम प्रदान गरिन्छ।
६ चोटपटक र रोग भत्ता: रोग वा चोटका कारणले काम गर्न नसकेर तलब प्राप्त गर्न नसकेको अवस्थामा, सामान्यतया तलबको दुई तिहाई रकम प्रदान गरिन्छ।
७ प्रसूति भत्ता: गर्भावस्थाको ४ महिना (८५ दिन) भन्दा बढी भएको अवस्थामा प्रसूतिका लागि काम गर्न नसकेर तलब प्राप्त गर्न नसकेको अवस्थामा, प्रसूति अघि र पछिको निश्चित अवधिमा सामान्यतया तलबको दुई तिहाई रकम प्रदान गरिन्छ।

(३) बिमाभित्र नपर्ने भुक्तानीका केही अवस्थाहरू
स्वास्थ्य परीक्षण, खोप, सौन्दर्य शल्यक्रिया, दाँत संरचना (दाँतको लाइन सुधार), सामान्य प्रसूति खर्च, कामको सम्बन्धमा भएको चोट वा रोगहरू बिमा भुक्तानीको दायरा भित्र पर्दैन (माइना बिमा कार्ड आदि प्रयोग गर्न सकिँदैन)।
यातायात दुर्घटनाबाट भएको उपचारको लागि, पहिले बिमाकर्ता (राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घ वा स्वास्थ्य बिमा सङ्घ) मा जानकारी दिनु पर्छ, आफ्नो सम्बन्धित बिमाकर्तासँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	खुल्ने समय
राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घ साइतामा शाखा (सङ्घ बिमामा सदस्यता लिएका व्यक्तिहरूको लागि)	(प्रतिनिधि) ०४८-६५८-५९१९ (आवाज मार्गदर्शन मार्फत जानकारी दिइनेछ)	682-2 Nishikicho, Omiya Ward, Saitama City ओमिया जानकारी र संस्कृति केन्द्र (JACK ओमिया) १६औं तल	सोमबार देखि शुक्रबार, ८:३०-१७:१५ (बिदा र १२/२९-१/३ बाहेक)
अन्य (स्वास्थ्य बिमा सङ्घ, सहकारी सङ्घ आदि)	फोन नम्बर र ठेगानाको लागि सदस्यता लिएको बिमाकर्तासँग सम्पर्क गर्नुहोस्।		

---

४ विशेष स्वास्थ्य परीक्षण
चिकित्सा बिमामा 40 देखि 74 वर्षका सदस्यहरू (सोही आर्थिक वर्षमा 40 वर्ष पुग्ने व्यक्तिहरू समेत) लाई लक्षित गरेको विशेष स्वास्थ्य परीक्षण गरिन्छ। थप जानकारीको लागि सदस्यता लिएको बिमाकर्तासँग सम्पर्क गर्नुहोस्।
उदाहरणका लागि, राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा सङ्घले ३५ देखि ७४ वर्षका बिमा धारकहरू (सोही आर्थिक वर्षमा 35 वर्ष पुग्ने व्यक्तिहरू समेत) लाई लक्षित गरेको जीवनशैली सम्बन्धी रोग निवारण जाँच र ४० देखि ७४ वर्षका आश्रित (बिमा धारकको आश्रितमा रहेका परिवारजन) (सोही आर्थिक वर्षमा 40 वर्ष पुग्ने व्यक्तिहरू समेत) लाई विशेष स्वास्थ्य परीक्षण प्रदान

गरिन्छ।
थप जानकारीको लागि सदस्यता लिएको बिमाकर्तासँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

५ क्यान्सर परीक्षण
क्यान्सर परीक्षण नियमित स्वास्थ्य परीक्षण भन्दा अलग गराउनु पर्छ। कार्यस्थलमा क्यान्सर परीक्षण गर्ने अवसर छैन भने, बसोबास गरेको सहर/गाउँ कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।
लक्षित व्यक्तिहरू निम्न अनुसार छन्:

- पेटको क्यान्सर: ५० वर्ष भन्दा माथिका पुरुष र महिला (२ वर्षमा एक पटक)
- फोक्सोको क्यान्सर: ४० वर्ष भन्दा माथिका पुरुष र महिला (१ वर्षमा एक पटक)
- आन्द्राको क्यान्सर: ४० वर्ष भन्दा माथिका पुरुष र महिला (१ वर्षमा एक पटक)
- पाठेघरको क्यान्सर: २० वर्ष भन्दा माथिका महिला (२ वर्षमा एक पटक)
- स्तन क्यान्सर: ४० वर्ष भन्दा माथिका महिला (२ वर्षमा एक पटक)

क्यान्सर परीक्षणको आवेदन विधि र थप जानकारीको लागि बसोबास गरेको सहर/गाउँ कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।
URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0705/gantaisaku/gankenshin-city-madoguchi.html

---

६ ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा प्रणाली
75 वर्ष भन्दा माथिका व्यक्तिहरू (निश्चित अशक्तता भएका र साइतामा प्रिफेक्चर ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा विस्तृत सङ्घद्वारा मान्यता प्राप्त 65 वर्ष भन्दा माथिका व्यक्तिहरू समावेश) ले ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा प्रणालीमा सदस्यता लिनु पर्छ।
तर, जापानी नागरिकता नभएका व्यक्तिहरू जसले:
१. आप्रवासन र शरणार्थी मान्यता ऐनअनुसार बसाइ अनुमति नभएको,
२. ३ महिना भन्दा कम बसाइ अवधि निर्धारण गरिएको,
३. आवासीय रजिस्टर ऐनको लागि योग्य नभएको,
४. प्रवेशको समयदेखि चिकित्सा सेवा प्राप्त गर्ने उद्देश्यले बसोबास गर्ने व्यक्तिहरू,
मध्ये कुनै एक अवस्था भएमा सदस्यता बहिष्करण हुनेछ।

(१) सदस्यता दर्ता
माइना बिमा कार्ड भएका व्यक्तिहरूले 75 वर्ष पुगेपछि पनि त्यसलाई यथावत् प्रयोग गर्न सक्छन्। माइना बिमा कार्ड नभएका व्यक्तिहरूलाई 75 वर्ष पुगेको वा प्रिफेक्चर भित्र स्थानान्तरण भएको अवस्थामा, सामान्यतया बसोबास गरेको सहर (वार्ड) कार्यालयबाट योग्यता पुष्टि पत्र प्राप्त हुन्छ, अतिरिक्त निवेदन दिन आवश्यक पर्दैन।

(२) बिमा शुल्क
बिमा शुल्क सबै सदस्यहरूले समान रूपमा तिर्ने समान शुल्क र आय अनुसार तिर्ने आय शुल्कको जोड हुन्छ (छूटको व्यवस्था छ)। शुल्क दर सामान्यतया साइतामा प्रिफेक्चर भर समान हुन्छ।

(३) माइना बिमा कार्ड, योग्यता पुष्टि पत्र
माइनम्बर कार्ड नभएको वा माइनम्बर कार्ड भएको तर स्वास्थ्य बिमा कार्डको रूपमा दर्ता नगरेको अवस्थामा, बिमा धारक कार्ड (कागज कार्ड प्रकारको बिमा कार्ड) मा लेखिएको म्याद सम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ। यी व्यक्तिहरूमा, बिमा धारक

कार्डको म्याद सकिएको अवस्थामा, बिमा धारक कार्ड जस्तै प्रयोग गर्न सकिने "योग्यता पुष्टि पत्र" आवेदन बिना नै प्रदान गरिन्छ। अस्पताल आदिमा परीक्षण वा उपचार लिँदा, माइना बिमा कार्ड भएको अवस्थामा, अस्पतालको रिसेप्सनमा रहेको कार्ड रिडर प्रयोग गर्नुहोस्। बिमा धारक कार्ड वा योग्यता पुष्टि पत्र भएको अवस्थामा, अस्पतालको रिसेप्सनमा कार्यरत व्यक्तिलाई देखाउनुहोस्।
नोट: रेइवा 6(2024) को डिसेम्बर 2 मिति पछि, नयाँ बिमा धारक कार्ड जारी गरिने छैन, तर पहिले नै भएको अवस्थामा, म्याद सम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ।

(४) लाभ विवरण
१. चिकित्सा खर्च: अस्पताल आदिमा माइना बिमा कार्ड वा म्याद भित्रको बिमा धारक कार्ड, योग्यता प्रमाण पत्र आदि देखाएर परीक्षण वा उपचार लिँदा, चिकित्सा खर्चको 10% (निश्चित भन्दा बढी आय भएका व्यक्तिहरूले आय अनुसार २०% वा ३०%) आफैले तिर्नु पर्छ। बाँकी रकम बिमाबाट अस्पताललाई तिरिन्छ।
२. उच्च चिकित्सा खर्च: अस्पतालमा तिरिएको एक महिनाको खर्च निश्चित रकम भन्दा बढी भएमा, बढी रकम प्रदान गरिन्छ।
३. उपचार खर्च: तलका अवस्थाहरूमा, आवश्यक कागजातहरू सहित बसोबास गरेको नगर (वार्ड) कार्यालयको ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा विभागमा आवेदन गरेर, खर्चको एक भाग बाहेक रकम फिर्ता प्राप्त गर्न सकिन्छ:

- अपरिहार्य कारणले माइना बिमा कार्ड बिना चिकित्सा संस्थामा उपचार गर्न जानु परेमा
- रगतको ट्रान्सफ्युजन गरेको अवस्थामा (रगतको मूल्य)
- डाक्टरले आवश्यक ठानेको उपचार सामग्री (कोर्सेट आदि) को खर्च तिरेको अवस्थामा
- डाक्टरले आवश्यक ठानेको मालिश, एक्यूपन्चर, एक्यूप्रेशर, वा मसाज उपचार प्राप्त गरेको अवस्थामा
- फ्र्याक्चर, मोच आदिको लागि थेरापिस्टबाट उपचार प्राप्त गरेको अवस्थामा
- विदेश यात्रा गर्दा अपरिहार्य कारणले चिकित्सा संस्थामा उपचार लिनु परेमा (जापान भित्र चिकित्सा संस्थामा जाने अवस्थामा लागू हुने रकम)।

४. अन्त्येष्टि खर्च: बिमा धारकको मृत्यु भएको अवस्थामा अन्त्येष्टि गर्दा, निश्चित रकम प्रदान गरिन्छ।

(५) बिमाभित्र नपर्ने भुक्तानीका केही अवस्थाहरू
राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा जस्तै।
ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा प्रणालीको बारेमा थप जानकारीको लागि बसोबास गरेको नगर (वार्ड) कार्यालयको ज्येष्ठ नागरिक चिकित्सा विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

७ नर्सिङ हेरचाह बिमा
नर्सिङ हेरचाह बिमा भनेको वृद्धावस्थामा हेरचाह आवश्यक भएको अवस्थामा पनि आत्मनिर्भर जीवन यापन गर्न सक्ने गरी समाजले सहयोग गर्ने प्रणाली हो। यो प्रणाली नगरपालिकाले सञ्चालन गर्दछ। 65 वर्ष भन्दा माथिका सबै व्यक्तिहरू र चिकित्सा बिमामा सदस्यता लिएका 40 देखि 64 वर्षका व्यक्तिहरू अनिवार्य रूपमा समावेश गरिन्छन्। जापानी नागरिकता नभएका व्यक्तिहरूले पनि ३ महिना भन्दा बढी बसाइ अवधि भएको वा ३ महिना भन्दा बढी जापानमा बस्ने निश्चित भएको अवस्थामा, सामान्यतया नर्सिङ हेरचाह बिमामा सामेल गरिन्छ।
थप जानकारीको लागि नगरपालिका कार्यालयको नर्सिङ हेरचाह बिमा विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(१) बिमा शुल्क
१. 65 वर्ष भन्दा माथिका व्यक्तिहरूको बिमा शुल्क बसोबास गरेको नगरपालिका र आयको अवस्था अनुसार फरक हुन सक्छ।

२. चिकित्सा बिमामा सदस्यता लिएका 40 देखि 64 वर्षका व्यक्तिहरूको बिमा शुल्क सदस्यता लिएको चिकित्सा बिमाको गणना विधि अनुसार हुन्छ।

(२) नर्सिङ हेरचाह आवश्यकता प्रमाणीकरणको लागि आवेदन
नर्सिङ हेरचाह बिमाबाट सेवा प्राप्त गर्न, सेवा प्राप्त गर्न योग्य अवस्था छ कि छैन भन्ने प्रमाणीकरण (नर्सिङ हेरचाह आवश्यकता प्रमाणीकरण) प्राप्त गर्नु आवश्यक छ।
नर्सिङ हेरचाह आवश्यकता प्रमाणीकरणको आवेदन नगरपालिका कार्यालयको हेरचाह बिमा विभाग कार्यालयमा गर्नुहोस्।

(३) लाभ विवरण
नर्सिङ हेरचाह आवश्यकता प्रमाणीकरण प्राप्त गरेका व्यक्तिहरूलाई अवस्था अनुसार सेवा प्रदान गरिन्छ।
नर्सिङ हेरचाह आवश्यकता अनुसार प्रयोग सीमा निर्धारण गरिन्छ र नर्सिङ हेरचाह समर्थन विशेषज्ञ (केयर म्यानेजर) सँग परामर्श गरी आवश्यक सेवा छनौट गर्न सकिन्छ।
१. गृह सेवाहरू (घरमा सहयोगीहरूबाट प्राप्त गर्ने सेवाहरू, घरबाट कुनै सुविधा केन्द्रमा जाने सेवाहरू, सुविधा केन्द्रमा बसेर सेवाहरू, घरको जीविकोपार्जन सुधारका लागि उपकरण सेवाहरू, घरको संरचना सुधार गर्न खर्चको सहयोग आदि)।

२. सुविधा केन्द्र सेवा: नर्सिङ हेरचाह ज्येष्ठ नागरिक कल्याण केन्द्र, नर्सिङ हेरचाह ज्येष्ठ नागरिक स्वास्थ्य केन्द्र, नर्सिङ हेरचाह चिकित्सा केन्द्र आदिमा बस्ने नर्सिङ हेरचाह सेवा। सामान्यतया, नर्सिङ हेरचाह आवश्यकता प्रमाणीकरण प्राप्त गरेका व्यक्तिहरूले यो सेवा प्रयोग गर्न सक्दैनन्।
३. समुदायमा आधारित सेवाहरू: परिचित क्षेत्रमा जीवन यापन गर्न सक्ने गरी सहयोग गर्ने सेवा।

(४) प्रयोगकर्ताको जिम्मेवारी
नर्सिङ हेरचाह बिमाबाट सेवा प्राप्त गर्दा, सामान्यतया, खर्चको 10% (निश्चित भन्दा बढी आय भएका व्यक्तिहरूले 20% वा 30%) प्रयोगकर्ताले वहन गर्नुपर्ने हुन्छ।

---

८ चिकित्सा संस्था जानकारी
(१) चिकित्सा जानकारी नेटवर्क
इन्टरनेटमार्फत राष्ट्रव्यापी अस्पताल, क्लिनिक, दन्त चिकित्सा क्लिनिक, प्रसूति केन्द्र, फार्मेसीहरूलाई विभिन्न सर्तहरूको आधारमा खोज्न सकिने प्रणाली हो। विदेशी भाषा समर्थन गर्ने अस्पतालहरूको बारेमा पनि भाषा अनुसार खोज्न सकिन्छ (बहुभाषिक स्वचालित अनुवाद प्रणाली उपलब्ध छ। समर्थित भाषाहरू: अङ्ग्रेजी, चिनियाँ (सरलीकृत र पारम्परिक), कोरियाली)।
चिकित्सा जानकारी नेटवर्क (नेविगेसन)
URL: https://www.iryou.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize
※माथिको URL मा रहेको लिंकबाट पहुँच हेर्नुहोस।

(२) साइतामा प्रिफेक्चर आपतकालीन टेलिफोन परामर्श
१. बालबालिका आपतकालीन टेलिफोन परामर्श
२. वयस्क आपतकालीन टेलिफोन परामर्श
३. चिकित्सा संस्था जानकारी
अचानक रोग वा चोटपटकको अवस्थामा तलका परामर्श सेवाहरू उपलब्ध छन् (जापानी भाषामा सेवा उपलब्ध छ)।
फोन नम्बर: #7119 वा

048-824-4199 (प्रादेशिक सीमामा डायल लाइन, आईपी फोन, फाइबर फोन, मोबाइल फोन प्रयोग गर्दा)

※पहिले जस्तै, #8000 वा 048-833-7911 (बालबालिकाको परामर्श) बाट पनि फोन गर्न सकिन्छ।

परामर्श समय:

24 घण्टा, 365 दिन

प्रयोग विधि:

आवाज निर्देशन अनुसार परामर्श गर्न चाहनुभएको काउन्टर चयन गर्नुहोस्।

१. बालबालिकाको परामर्श (बालबालिका आपतकालीन टेलिफोन परामर्श)

२. वयस्कको परामर्श (वयस्क आपतकालीन टेलिफोन परामर्श)

३. चिकित्सा संस्था जानकारी (बालबालिका र वयस्क दुवैको लागि उपलब्ध)।

※चिकित्सा संस्था जानकारी सेवा प्रयोग गर्दा अनुरोधहरू:

- दन्त चिकित्सा, मुखको शल्यचिकित्सा, मनोचिकित्सा बाहेक।
- चिकित्सा परामर्शको जवाफ प्रदान गर्न सकिँदैन।
- जानकारी प्राप्त गरेको चिकित्सा संस्थामा जानु अघि, चिकित्सा संस्थामा फोन गरेर पक्का गर्नुहोस्।
- सोधपुछ अनुसार जानकारी प्रदान गर्न नसकिने अवस्था पनि हुन सक्छ, कृपया यसलाई ध्यानमा राख्नुहोस्।

  ※सुन्ने वा बोल्ने समस्या भएका व्यक्तिहरूले चिकित्सा संस्था जानकारी अनुरोध फाराम भरेर विशेष फ्याक्स 048-831-0099 (जापानी भाषामा सेवा उपलब्ध) मा पठाउनुहोस्। चिकित्सा संस्था जानकारी अनुरोध फाराम साइतामा प्रिफेक्चरको वेबसाइटमा "साइतामा प्रिफेक्चर आपतकालीन टेलिफोन परामर्श" मा उपलब्ध छ।

(३) साइतामा प्रिफेक्चर AI आपतकालीन परामर्श

अचानक रोग वा चोटपटकको अवस्थामा चिकित्सककोमा जानु पर्छ कि पर्दैन भन्ने दुबिधा भएमा, "साइतामा प्रिफेक्चर AI आपतकालीन परामर्श" प्रयोग गर्नुहोस् (जापानी भाषामा सेवा उपलब्ध छ)।

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0703/aikyukyu.html

---

९ अस्पतालमा परीक्षण लिने तरिका

रोग वा चोटपटक भएको अवस्थामा चिकित्सकको परीक्षण लिन, नजिकैको क्लिनिक वा अस्पताल जानुहोस्। विशेषज्ञता र उच्च स्तरीय उपचार आवश्यक भएमा, सम्बन्धित डाक्टरबाट परिचय पत्र लिएर उपकरणहरूले सुसज्जित अस्पताल जानुहोस्।

यसका लागि, निश्चित आकार भन्दा ठुलोअस्पतालमा चिकित्सकको परिचय पत्र बिना जाँदा, सामान्य चिकित्सा खर्च बाहेक अतिरिक्त खर्च लाग्न सक्छ।

(१) रिसेप्सनमा प्रक्रिया

रिसेप्सनमा प्रक्रिया चिकित्सा संस्था अनुसार फरक हुन सक्छ। तल उदाहरण दिइएको छ:

१. स्वास्थ्य बिमा कार्ड नयाँ बिरामी रजिस्ट्रेशन काउन्टरमा बुझाउनुहोस् र कुन चिकित्सा शाखामा परीक्षण लिन चाहनुहुन्छ भनेर जानकारी दिनुहोस्।

२. मार्गदर्शन अनुसार चिकित्सा शाखामा जानुहोस्।

३. परीक्षण शाखाको रिसेप्सनमा आवश्यक जानकारी भरेर नर्सलाई बुझाउनुहोस् र परीक्षणको क्रम प्रतीक्षा गर्नुहोस्।

४. परीक्षण सकिएपछि, लेखा कार्यालयमा उपचार खर्च तिर्नुहोस्।

५. चिकित्सकले औषधि सिफारिस गरेको अवस्थामा, अस्पतालको फार्मेसीबाट वा अस्पताल बाहिरको फार्मेसीबाट चिकित्सकको प्रिस्क्रिप्सन देखाएर औषधि खरिदगर्न सकिन्छ।

---

१० अस्पतालमा भर्ना
वार्डमा एकल कोठा, ४ जना कोठा, ६ जना कोठा आदि प्रकारहरू हुन्छन।
भर्ना खर्चमा सामान्यतया स्वास्थ्य बिमा लागू हुन्छ, तर रोगीको इच्छा अनुसार एकल कोठा जस्ता विशेष कोठा प्रयोग गर्दा अतिरिक्त शुल्क लाग्छ, र त्यो रकम सामान्यतया रोगीले आफैले तिर्नु पर्छ।

---

११ वयस्क संरक्षण प्रणाली
वयस्क संरक्षण प्रणाली भनेको मनोभ्रंश, बौद्धिक अक्षमता, मानसिक अक्षमता आदि कारणले निर्णय गर्ने क्षमता अपर्याप्त भएका व्यक्तिहरू (तल "व्यक्ति" जनाइएको) को कानुनी अधिकारको सुरक्षा र समर्थन गर्ने प्रणाली हो। यसलाई मुख्यतया कानुनी संरक्षण प्रणाली र स्वैच्छिक संरक्षण प्रणालीमा विभाजन गरिएको छ।

(1) **कानुनी संरक्षण प्रणाली**
१. नर्सिङ हेरचाह बिमा र सामाजिक सेवाहरू प्रयोग गर्ने सम्झौता, बचत र सम्पत्ति व्यवस्थापन, खर्चको भुक्तानी आदि कार्यहरू व्यक्ति आफैले गर्न गाह्रो भएमा, परिवार न्यायालयमा "आवेदन" गरेर सहयोग गर्ने व्यक्ति नियुक्त गर्न सकिन्छ।
व्यक्तिको निर्णय क्षमता अनुसार, "सहायता", "संरक्षण", र "संरक्षक" गरी तीन प्रकारका प्रणालीहरू छन्।

	सहयोगी	कानुनी सहायक	संरक्षक
व्यक्तिगत निर्णय क्षमता	निर्णय गर्ने क्षमता अपर्याप्त भएका व्यक्ति	निर्णय क्षमता अत्यन्तै अपर्याप्त भएका व्यक्ति	निर्णय क्षमता नभएका व्यक्ति
व्यक्तिलाई सहयोग गर्ने व्यक्ति	सहायता गर्ने व्यक्ति	कानुनी प्रतिनिधि	वयस्क कानुनी अभिभावक

② परिवार न्यायालयमा आवेदन (मोशिताते) को बारेमा
आवेदन गर्न सक्ने व्यक्तिहरू: व्यक्ति आफैं, पति/पत्नी, चार पुस्तासम्मका नातेदार, प्रहरी अधिकृत, नगरपालिका प्रमुख, इत्यादि।
आवेदन सामान्यतया व्यक्तिको वासस्थानको क्षेत्राधिकार भएको परिवार न्यायालय (शाखा, उपशाखा सहित) मा गर्नुपर्छ (※)।
(यदि कुन परिवार न्यायालयमा आवेदन गर्ने भन्ने थाहा छैन भने, नजिकैको परिवार न्यायालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।)
URL: https://www.courts.go.jp/saitama/saiban/madoguti/index.html

③परामर्श केन्द्र
- नगरपालिकाको सम्बन्धित विभाग वा "वयस्क अभिभावकता केन्द्र" जस्ता परामर्श केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्। (नगरपालिकाको सम्पर्क जानकारीको लागि साइतामा प्रिफेक्चरको क्षेत्रीय हेरचाह विभागको वेबपृष्ठ हेर्नुहोस्।)
  URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0609/3-seinen-kouken/3-seinen-kouken-senmonsyoku-soudan.html

④ प्रक्रिया सम्बन्धी जानकारी

- साइतामा परिवार न्यायालयको अभिभावकता सम्बन्धी वेबसाइट
  URL: https://www.courts.go.jp/saitama/saiban/tetuzuki/kouken/index.html
  (यदि न्यायालयमा व्यक्तिगत रूपमा वा फोनबाट सम्पर्क गर्न चाहनुहुन्छ भने, ② मा उल्लेख गरिएको नजिकैको परिवार न्यायालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।)

※ अभिभावकता सम्बन्धी प्रक्रिया सुरु गर्नको लागि आवेदन गर्दा, विदेशी नागरिक भए पनि यदि जापानमा वासस्थान वा ठेगाना छ भने, जापानको न्यायालयमा आवेदन गर्नुपर्ने हुन्छ (कानुनी आवेदन सम्बन्धी सामान्य नियम (२००६ को कानुन संख्या ७८) को ५ औं धारा)।

---

(२) स्वैच्छिक संरक्षक प्रणाली

व्यक्तिको निर्णय क्षमता पर्याप्त रहेको अवस्थामा, उक्त व्यक्तिले अग्रिम रूपमा आफूलाई चाहिएको कामको लागि चयन गरेको व्यक्तिसँग सम्झौता (स्वैच्छिक संरक्षक सम्झौता) गर्नको लागि व्यवस्था गरिएको छ। भविष्यमा, यदि व्यक्तिको निर्णय क्षमता घट्छ भने, परिवार न्यायालयमा ' स्वैच्छिक संरक्षक पर्यवेक्षक नियुक्ति ' को लागि आवेदन दायर गरेर, ' स्वैच्छिक संरक्षक पर्यवेक्षक ' को चयन गरेपछि सम्झौता लागू हुन्छ （※）。

① " स्वैच्छिक संरक्षक सम्झौता" मा हस्ताक्षर गर्ने बारे"

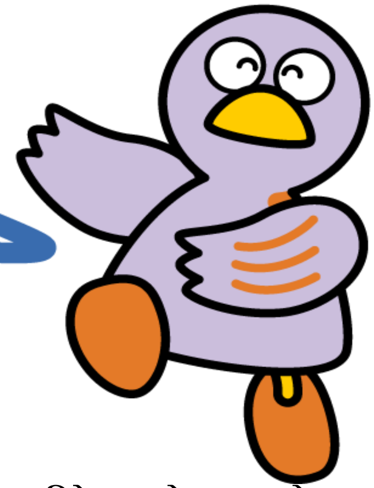
- यो सम्झौता व्यक्तिको वासस्थान नजिकैको "नोटरी कार्यालय" मा नोटरी द्वारा तयार गरिएको "आधिकारिक दस्ताबेज" मार्फत सम्झौतामा हस्ताक्षर गरिन्छ।

② परिवार न्यायालयमा "आवेदन" (मोशिताते) दायर गर्नु

- आवेदन गर्न सक्ने व्यक्तिहरू: व्यक्ति आफैं, पति/पत्नी, चार पुस्तासम्मका नातेदार, इच्छानुसार अभिभावकता स्वीकार गर्ने व्यक्ति।
- आवेदन सामान्यतया व्यक्तिको वासस्थानको क्षेत्राधिकार भएको परिवार न्यायालय (शाखा, उपशाखा सहित) मा गर्नुपर्छ।
  (यदि कुन परिवार न्यायालयमा आवेदन गर्ने भन्ने थाहा छैन भने, नजिकैको परिवार न्यायालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।)
  URL: https://www.courts.go.jp/saitama/saiban/madoguti/index.html

※ विदेशी नागरिकलाई स्वैच्छिक संरक्षक पर्यवेक्षक नियुक्त गर्नको लागि जापानको न्यायालयमा आवेदन गर्न सकिने सम्भावना छ। विस्तृत जानकारीको लागि ② मा उल्लेख गरिएको नजिकैको परिवार न्यायालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

अध्याय ५
गर्भावस्था, प्रसूति बालपालन, परिवार



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटन

१ स्वास्थ्य केन्द्र (होकेन्जो)
२ गर्भावस्था, जन्म, पालनपोषण, र बच्चासँग सम्बन्धित स्वास्थ्य व्यवस्थापन
३ खोप (योबो सेशु)
४ नर्सरी स्कुल, मान्यता प्राप्त बाल हेरचाह केन्द्र (होइकुशो, निन्तेइ कोदोमोएन)
५ शिशु गृह, बाल संरक्षण केन्द्र, मातृ तथा बाल जीवन सहायता केन्द्र, प्रसूति सेवा केन्द्र
६ बाल चिकित्सा खर्चको लागि अनुदान
७ बालबालिका भत्ता (जिदो तेअते)
८ बच्चा र परिवारको सहयोग
९ बाल परामर्श केन्द्र (जिदो सोदान्जो)
१० स्थानीय बाल हेरचाह सहयोग केन्द्र
११ फ्यामिली सपोर्ट सेन्टर
१२ बाल हल, बाल सेन्टर (जिदोकान,जिदो सेन्टर)

---

१ स्वास्थ्य केन्द्र (होकेन्जो)

प्रिफेक्चरभरिका स्वास्थ्य केन्द्रहरूमा मुख्य रूपमा निम्न कुराहरूको परामर्श र परीक्षण गरिन्छ:

- गम्भीर रोग, क्षयरोग, सङ्क्रामक रोगहरू, मानसिक स्वास्थ्य आदि सम्बन्धी परामर्श
- एड्स जस्ता यौन सङ्क्रमण र हेपाटाइटिस भाइरस सम्बन्धी परीक्षण
- चिकित्सा सुरक्षासँग सम्बन्धित परामर्श
- कुकुर लगायतका जनावरहरू सम्बन्धी परामर्श
- नशालु पदार्थ र लागू औषध सम्बन्धी परामर्श
- खाद्य पदार्थ र पिउने पानी सम्बन्धी परामर्श तथा परीक्षण

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

[प्रिफेक्चरद्वारा स्थापित स्वास्थ्य केन्द्रहरू]

स्वास्थ्य केन्द्रको नाम	फोन नम्बर	क्षेत्राधिकार अन्तर्गतका नगरहरू	रिसेप्शन समय
दक्षिणी स्वास्थ्य केन्द्र	048-262-6111	वाराबी, टोडा	सोमबारदेखि शुक्रबार सम्म ८:३० देखि १७:१५ सम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
आसाका स्वास्थ्य केन्द्र	048-461-0468	आसाका, शिकी, वाको, निजा, फुजिमि, फुजिमिनो, मियोशी	
खासुकाबे स्वास्थ्य केन्द्र	048-737-2133	खासुकाबे, मात्सुबुशी	
सोका स्वास्थ्य केन्द्र	048-925-1551	सोका, याशियो, मिसाटो, योशिकावा	
कोनोसु स्वास्थ्य केन्द्र	048-541-0249	कोनोसु, आगेओ, ओकेगावा, कितामोतो, इना	
हिगाशि मात्सुयामा स्वास्थ्य केन्द्र	0493-22-0280	हिगाशि मात्सुयामा, नामेरिकावा, रान्जान, ओगावा, कावाजिमा, योशिमी, टोकिगावा, हिगाशि चिचिबु	
साकाडो स्वास्थ्य केन्द्र	049-283-7815	साकाडो, चुरुगाशिमा, मोरोयामा, ओगोसे, हातोयामा	
सायामा स्वास्थ्य केन्द्र	04-2954-6212	टोकोरोजावा, हान्नो, सायामा, इरुमा, हिदाका	
काजो स्वास्थ्य केन्द्र	0480-61-1216	ग्योदा, काजो, हान्यु	
सात्ते स्वास्थ्य केन्द्र	0480-42-1101	कुकी, हासुदा, सात्ते, शिराओका, मियाशिरो, सुगितो	
कुमागाया स्वास्थ्य केन्द्र	048-523-2811	कुमागाया, फुकाया, योरीइ	
होन्जो स्वास्थ्य केन्द्र	0495-22-6481	होन्जो, मिसाटो, कामिकावा, कामिसाटो	
चिचिबु स्वास्थ्य केन्द्र	0494-22-3824	चिचिबु, योकोजे, मिनानो, नागातोरो, ओगानो	

[नगरपालिकाद्वारा स्थापित स्वास्थ्य केन्द्रहरू]

साइतामा नगर स्वास्थ्य केन्द्र	048-840-2205	साइतामा नगर	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म ८:३० देखि १७:१५ सम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
कावागोए नगर स्वास्थ्य केन्द्र	049-227-5101	कावागोए नगर	
कोशिगाया नगर स्वास्थ्य केन्द्र	048-973-7530	कोशिगाया नगर	
कावागुची नगर स्वास्थ्य केन्द्र	048-266-5557	कावागुची नगर	

---

२. गर्भावस्था, जन्म, पालनपोषण, र बच्चासँग सम्बन्धित स्वास्थ्य व्यवस्थापन

(१) गर्भधारणको रिपोर्ट र मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका

गर्भधारणको पुष्टि भएपछि सकभर छिटो नगर कार्यालयमा गर्भधारणको दर्ता गराउनुहोस। `मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका` (जापानी संस्करण) सँगै गर्भवती महिलाका लागि स्वास्थ्य परीक्षण अनुदान सहायता प्राप्त गर्न सकिने कुपन प्रदान गरिन्छ। `मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका`मा आमाको स्वास्थ्य अवस्था, भ्रूणको विकास, जन्मपश्चात शिशुको स्वास्थ्य अवस्था र खोप सम्बन्धी जानकारीहरू राखिने भएकोले, विभिन्न स्वास्थ्य परीक्षणहरू र प्रसूति प्रक्रियाका लागि आवश्यक हुन्छ।आवासीय दर्ता भएकाहरुका लागि, आवासीय योग्यताको प्रकारलाई ध्यान नदिई जो कोहीलाई पनि जारी गरिनेछ।

(२) विदेशी भाषामा मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका

अङ्ग्रेजी, चिनियाँ, पोर्तुगाली, स्पेनिस, हङ्गुल, थाई, इन्डोनेसियाली, टागालोग, भियतनामी, र नेपाली (सबैमा जापानी पनि समावेश छ) भाषामा मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका उपलब्ध छ। यसलाई इन्टरनेट (होन नो राकुइकु मान्टेन्दो) मार्फत खरिद गर्न सकिन्छ।
थप जानकारीको लागि, होन नो राकुइकु मान्टेन्दोसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

नाम	सम्पर्क	समय (फोन)
होन नो राकुइकु मान्टेन्दो	https://www.ecur.co.jp 電話：03-4334-1163	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) 9:30–12:00 13:00–17:00

(३) गर्भवती महिलाहरूको लागि सहयोग

१. गर्भवती महिलाको स्वास्थ्य परीक्षण: आमा र भ्रूणको स्वास्थ्य व्यवस्थापनका लागि गरिने गर्भवती महिला स्वास्थ्य परीक्षणमा सरकारी अनुदान उपलब्ध छ।
२. आमा कक्षा (अभिभावक कक्षा): पहिलो पटक आमा बन्न लागेका गर्भवती महिला (अथवा अभिभावक) का लागि आयोजना गरिन्छ, गर्भावस्थाको स्वास्थ्य व्यवस्थापन, प्रसूति तयारी र नवजात शिशुको हेरचाहबारे सिक्न सकिन्छ।
३. नवजात शिशुको घर भ्रमण: आवश्यक ठानिएका नवजात शिशु (जन्मपछि 28 दिनभित्र) का लागि स्वास्थ्यकर्मी वा प्रसूति विशेषज्ञ घरमै आएर अभिभावकलाई शिशु हेरचाहबारे सल्लाह र सुझाव प्रदान गर्छन्।
४. शिशु भएका परिवारको घर भ्रमण कार्यक्रम: जन्मपछि ४ महिनासम्मका शिशु भएका सबै परिवारमा स्वास्थ्यकर्मीहरू घरमै आएर अभिभावकका चिन्ता वा समस्याहरू सुन्छन् र बालपालनसम्बन्धी आवश्यक जानकारी प्रदान गर्छन्।
५. गर्भवती महिलाका लागि सहायता भत्ता: सहायता भत्ताका लागि आवेदन दिएपछि अनुमोदन प्राप्त गरेका गर्भवती महिलाहरूलाई आर्थिक सहायता प्रदान गरिन्छ।
६. प्रसूति र बालपालन एकमुष्ठ भुक्तानी: राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमामा सदस्यता लिने व्यक्तिहरूलाई आवेदन गरेमा, प्रसूति र बालपालन एकमुष्ठ भुक्तानी प्रदान गरिन्छ। थप जानकारीको लागि, नगर राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमा विभाग वा सदस्यता लिएको बिमा संस्थासँग सम्पर्क गर्नुहोस्।
काम गर्ने ठाउँमा स्वास्थ्य बिमा सदस्यता लिने व्यक्तिहरू र उनीहरूका परिवारलाई पनि प्रसूति खर्च, प्रसूति भत्ता जस्ता सहायता उपलब्ध हुन्छ। थप जानकारीको लागि, काम गर्ने ठाउँमा सोध्नुहोस्।
※ १–५ सम्मका विषयमा थप जानकारीको लागि नगरपालिकाको मातृ तथा बाल स्वास्थ्य विभाग वा स्वास्थ्य केन्द्रसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

(४) बाल हेरचाह कक्षा

स्वास्थ्य कर्मीहरूले शिशुको हेरचाह र पालनपोषणबारे प्रशिक्षण दिन्छन्। थप जानकारीको लागि नगर मातृ तथा बाल स्वास्थ्य विभाग वा स्वास्थ्य केन्द्रसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

(५) बाल स्वास्थ्य परीक्षण र दन्त स्वास्थ्य परीक्षण

नगर अनुसार फरक हुन सक्छ, तर सामान्यतया ३–४ महिना, १ वर्ष ६ महिना, र ३ वर्षका बच्चाहरूलाई नि:शुल्क स्वास्थ्य परीक्षण उपलब्ध गराउँछ । स्वास्थ्य परीक्षणका क्रममा मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका' साथमा ल्याउनुहोस्। थप जानकारीका लागि नगरको मातृ तथा बाल स्वास्थ्य सम्बन्धित विभाग वा स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(६) जन्मजात मेटाबोलिक विकार आदिको परीक्षण

साइतामा प्रिफेक्चरमा नवजात शिशुहरूलाई लक्षित गरी जन्मजात रोगहरू प्रारम्भिक चरणमै पत्ता लगाई उपचार गर्न सक्ने परीक्षणहरू गरिन्छ।यस परीक्षणमार्फत २० प्रकारका रोगहरूको पहिचान गर्न सकिन्छ। यी सबै बिरलै देखा पर्ने रोगहरू भए पनि, यदि समयमा पत्ता नलागी उपचार नगरिएमा, शारीरिक तथा मानसिक विकासमा ढिलाइ हुन सक्छ। तर, यदि रोगलाई प्रारम्भिक चरणमै पत्ता लगाई उचित उपचार गरिएमा, तिनका धेरैजसो लक्षणहरू रोक्न सकिन्छ। हाल लगभग सबै नवजात शिशुहरूले यो परीक्षण गरिरहेका छन्। थप जानकारीका लागि साइतामा प्रिफेक्चरको स्वास्थ्य विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(७) बाँझोपन परीक्षणको लागि अनुदान

नगर अनुसार फरक हुन सक्छ, प्रिफेक्चरभित्र आवासीय दर्ता भएका कानुनी रूपमा विवाहित दम्पतीहरूलाई बाँझोपन परीक्षण खर्च अनुदान प्रदान गरिन्छ। थप जानकारीका लागि नगरको मातृ तथा बाल स्वास्थ्य सम्बन्धित विभाग वा स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(८) गर्भधारण स्थायित्व परीक्षण खर्च अनुदान

नगर अनुसार फरक हुन सक्छ, प्रिफेक्चरभित्र आवासीय दर्ता भएका कानुनी रूपमा विवाहित दम्पतीहरूलाई गर्भधारण स्थायित्व (बन्ध्यता) परीक्षण खर्च अनुदान प्रदान गरिन्छ। थप जानकारीका लागि नगरको मातृ तथा बाल स्वास्थ्य सम्बन्धित विभाग वा स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

३ खोप (योबो सेशु)

खोप लगाउनुको उद्देश्य शरीरमा रोग प्रतिरोधी क्षमता विकास गरी सङ्क्रामक रोगहरूबाट जोगिनु तथा ती रोगहरूको फैलावट रोक्नु हो। निम्न अवस्थाहरूमा (१–३), लक्षित व्यक्तिहरूलाई निशुल्क खोप लगाउन सकिन्छ (लक्षित नभएको खण्डमा शुल्क लाग्छ):

१. बच्चाको आवासीय दर्ता प्रमाणपत्र वा अध्यागमन विभागबाट प्राप्त सूचना आदिका आधारमा सम्बन्धित नगर क्षेत्रभित्र बसोबास गरिरहेको स्पष्ट हुनुपर्छ।

२. नगरले तोकेको समयसीमा भित्र तोकिएका स्वास्थ्य संस्था वा स्वास्थ्य केन्द्रमा खोप लगाइएको अवस्थामा

३. बच्चाको स्वास्थ्य अवस्था खोप लगाउन योग्य हुनुपर्छ।

आफुले तिर्नुपर्ने रकम वा खोप लगाउन सकिने अवधि नगर अनुसार फरक हुनसक्छ, नगर कार्यालय वा नगर स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।मातृ तथा बाल स्वास्थ्य पुस्तिका भएका व्यक्तिहरूले खोप लगाउँदा सो पुस्तिका अनिवार्य रूपमा साथमा ल्याउनुहोस्।

(सार्वजनिक फाउन्डेशन) खोप अनुसन्धान केन्द्रको वेबसाइटबाट बहुभाषी संस्करण 'खोप र बाल स्वास्थ्य' (अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियन, भियतनामी, स्पेनिस, पोर्चुगिज, थाई, इन्डोनेसियन, टागालोग, नेपाली) डाउनलोड गर्न सकिन्छ। यसमा खोपसम्बन्धी जानकारी तथा खोपका लागि लक्षित रोगहरूको विवरण समावेश गरिएको छ।

URL: https://www.yoboseshu-rc.com/pages/8/

---

४ नर्सरी स्कुल, मान्यता प्राप्त बाल हेरचाह केन्द्र (होइकुशो, निन्तेइ कोदोमोएन)

नर्सरी स्कुल(होइकुशो) भनेको अभिभावकहरू कार्यरत हुने वा बिरामी आदि भएका कारण दिनभरि घरमा बालबालिकाको उचित हेरचाह गर्न नसक्ने अवस्थामा, ती बालबालिकालाई स्याहार तथा संरक्षण प्रदान गर्ने बाल कल्याण संस्था हो। यो ० वर्ष देखि प्राथमिक विद्यालय भर्ना हुनुअघि सम्मका बालबालिकाहरूलाई लक्षित गरिएको हुन्छ।
नर्सरी स्कुल(होइकुशो)को सेवा लिनको लागि, नगर कार्यालयमा आवेदन दिनुपर्छ। प्रवेश स्वीकृति तथा शुल्क निर्धारण सम्बन्धित नगरले गर्छ।बाल स्याहार समय भने अभिभावकको कार्य समय, यात्रा दूरी आदि विचार गरी नगरपालिका अनुसार तय गरिन्छ। ३ देखि ५ वर्षका बालबालिकाहरूको स्याहार शुल्क निःशुल्क हुन्छ। ० देखि २ वर्षका बालबालिकाहरूको शुल्क भने परिवारको आम्दानीको आधारमा नगरपालिकाले निर्धारण गर्छ।
नर्सरी स्कुल(होइकुशो) आवेदन सम्बन्धी थप जानकारीको लागि नगर कार्यालय नर्सरी स्कुल(होइकुशो) विभागसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

मान्यता प्राप्त बाल हेरचाह केन्द्र भनेको ० वर्ष देखि प्राथमिक विद्यालय भर्ना हुनुअघि सम्मका बालबालिकाहरूलाई लक्षित गरी किन्डरगार्डेन र नर्सरी स्कुल(होइकुशो) दुबैको विशेषता समेट्ने संस्था हो। अभिभावक कार्यरत छन् वा छैनन् भन्ने कुराको प्रवाह नगरी, ३ देखि ५ वर्षसम्मका बालबालिकाहरूले शिक्षा र स्याहार सेवाहरू एकसाथ प्राप्त गर्न सक्छन्।

मान्यता प्राप्त बाल हेरचाह केन्द्रको स्याहार शुल्क नर्सरी स्कुल(होइकुशो)को सरह नै हुन्छ।
मान्यता प्राप्त बाल हेरचाह केन्द्रमा आवेदन दिनका लागि, सम्बन्धित संस्था वा नगर कार्यालय नर्सरी स्कुल(होइकुशो) विभागसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

प्रिफेक्चरले बालबालिकाहरूले प्राथमिक विद्यालय भर्ना हुनु अघि सिक्नुपर्ने महत्त्वपूर्ण कुराहरूलाई "जीवनशैली" "अरूसँगको सम्बन्ध" र "रुचि र सरोकार" तीन दृष्टिकोणबाट `बाल पालनपोषणका` `तीन मुख्य आधार` को रूपमा संक्षेप गरेको छ।यस परिवार लक्षित पुस्तिकामा जापानी संस्करणका साथै सरल जापानी संस्करण र बहुभाषी संस्करण (अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिस, पोर्चुगिज, टागालोग, कोरियन/उत्तर कोरियाली, भियतनामी, इन्डोनेसियन) उपलब्ध छन्। यी सबै वेबसाइटमा प्रकाशित छन्, आवश्यकता अनुसार प्रयोग गर्न सकिन्छ।
URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/f2214/mebae02/mebae-panfuri-fu.html

---

५ शिशु गृह, बाल संरक्षण केन्द्र, मातृ तथा बाल जीवन सहायता केन्द्र, प्रसूति सेवा केन्द्र

शिशु गृह र बाल संरक्षण केन्द्र भनेका अभिभावकको रोग, आर्थिक अवस्था वा अन्य कारणले गर्दा परिवारमा बस्न कठिन भएका बालबालिकाहरूलाई आश्रय प्रदान गर्ने संस्था हो। लक्षित बालबालिकाको उमेर ० देखि १८ वर्षसम्मका हुन्छन्। थप जानकारीका लागि, नजिकको बाल परामर्श केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।
त्यसै गरी, मातृ तथा बाल जीवन सहायता केन्द्र भनेको आमा-शिशु परिवारहरूलाई विभिन्न जीवनसम्बन्धी समस्याहरूको परामर्श दिँदै आश्रय प्रदान गर्ने संस्था हो।
प्रसूति सेवा केन्द्र भनेको आर्थिक कारणले सुरक्षित रूपमा सन्तान जन्माउन कठिन भएका महिलाहरूलाई आश्रय र सहयोग प्रदान गर्ने संस्था हो। मातृ तथा बाल जीवन सहायता केन्द्र र मातृ तथा बाल जीवन सहायता केन्द्र सम्बन्धी थप जानकारीका लागि, नजिकको प्रिफेक्चर वा नगरको सामाजिक कल्याण कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

६ बाल चिकित्सा खर्चको लागि अनुदान

यो अनुदान प्राप्त गर्न, आवासीय दर्ता (आवासीय कार्ड प्राप्त) र स्वास्थ्य बिमा सदस्यता आवश्यक छ।

(१) अपरिपक्व शिशु हेरचाह चिकित्सा अनुदान

2,000 ग्रामभन्दा कम तौलमा जन्म भएका वा शारीरिक विकास अपूरो अवस्थामा जन्मिएका शिशुहरू विशेष स्वास्थ्य संस्थामा भर्ना भएमा, परिवारको आय स्थिति अनुसार, बीमित उपचारको व्यक्तिगत खर्चको केही वा सम्पूर्ण भाग नगरले व्यहोर्नेछ।आवश्यक परेमा, शिशु १ वर्षको उमेरसम्म यो सहायता प्राप्त गर्न सक्नेछ।
थप जानकारीको लागि, नगर अपरिपक्व शिशु पालन पोषण चिकित्सा विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(२) चिकित्सा खर्च अनुदान प्रणाली

बालबालिका चिकित्सकसँग जाँदा लाग्ने बीमित उपचारको व्यक्तिगत खर्च नगरमा आवेदन दीइ अनुदानका रूपमा सहयोग लिन सकिन्छ। लक्षित बालबालिका: १८ वर्ष पूरा भएको पहिलो मार्च ३१ सम्मका बालबालिका।
थप जानकारीका लागि, नगर बाल कल्याण विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(३) स्वावलम्बन सहायता चिकित्सा (विकास उपचार)

निश्चित स्वास्थ्य संस्थामा उपचार लिने १८ वर्षभन्दा कम उमेरका शारीरिक रूपमा अशक्त बालबालिकाहरूलाई, यदि उपचारबाट अपाङ्गताको सुधारको सम्भावना छ भने, परिवारको आम्दानी अनुसार बीमित उपचारको व्यक्तिगत खर्चको केही वा सम्पूर्ण भाग नगरले व्यहोर्नेछ।
थप जानकारीको लागि, नगरको विकास उपचार विभागसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

(४) बाल दीर्घकालीन विशिष्ट रोग चिकित्सा खर्च अनुदान

१८ वर्ष भन्दा कम उमेरका बालबालिकाहरूलाई विशेष रोगहरू (क्यान्सर, मुटु रोग, जन्मजात मेटाबोलिक विकार जस्ता) लागेमा, निर्दिष्ट अस्पतालमा उपचार प्राप्त गरेमा, बिमा उपचारको आफ्नै खर्चको केही वा सबै प्रिफेक्चरले व्यहोर्नेछ।
थप जानकारीको लागि, नजिकैको स्वास्थ्य केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

७ बालबालिका भत्ता (जिदो तेअते)

० देखि १८ वर्षसम्मका(१८ वर्ष पूरा भएको पहिलो मार्च ३१ सम्म) बच्चाहरूलाई पालन गर्ने व्यक्तिहरूलाई बाल भत्ता प्रदान गरिन्छ तर, बच्चा र अभिभावक दुवै जापान भित्र बसोबास हुनु आवश्यक छ (बालकको अध्ययनका लागि विदेश बसोबास गर्ने अवस्था बाहेक) थप जानकारीको लागि, नगर बाल कल्याण विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

८ बच्चा र परिवारको सहयोग

(१) बाल पालनपोषण भत्ता

आमा वा बाबु नभएको परिवार, वा आमा वा बाबु निश्चित विकलाङ्गता भएको परिवारमा १८ वर्ष पुगेको दिनदेखि पहिलो मार्च ३१ सम्मका बच्चाहरूलाई पालनपोषण गर्ने व्यक्तिहरूलाई बाल पालनपोषण भत्ता प्रदान गरिन्छ। यसमा आय सीमा लागू हुन्छ। थप जानकारीको लागि, नगर बाल कल्याण विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(२) विशेष बाल सहयोग भत्ता

मानसिक वा शारीरिक विकलाङ्गता भएका २० वर्ष भन्दा कम उमेरका बच्चाहरूलाई पालनपोषण गर्ने व्यक्तिहरूलाई विशेष बाल सहयोग भत्ता प्रदान गरिन्छ। यसमा आय सीमा लागू हुन्छ। थप जानकारीको लागि, नगर बाल कल्याण विभाग वा विकलाङ्ग कल्याण विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

(३) एकल आमा, एकल बुबा र विधवाहरूका लागि कल्याणकारी ऋण

२० वर्ष भन्दा कम उमेरका बच्चाहरूलाई पालनपोषण गर्ने एकल परिवारलाई शिक्षा, उपचार, स्थानान्तरण खर्च जस्ता आवश्यक खर्चहरूका लागि ऋण प्रदान गरिन्छ। थप जानकारीको लागि, नगर बाल कल्याण विभाग वा प्रिफेक्चर कल्याण कार्यालयसँग सम्पर्क गर्नुहोस्‌।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

कल्याण कार्यालयको नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	सेवा समय
पूर्व केन्द्रीय कल्याण कार्यालय	048-737-2359	Saitama-ken, Kasukabe-shi, Ōnuma 1-76	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) 8:30-17:15
पश्चिम कल्याण कार्यालय	049-283-6780	Saitama-ken, Sakado-shi, Ishii 2327-1	
उत्तर कल्याण कार्यालय	0495-22-0140	Saitama-ken, Honjo-shi, Maehara 1-8-12	
चिचिबु कल्याण कार्यालय	0494-22-6228	Saitama-ken, Chichibu-shi, Sakuragi-cho 8-18	

(४) एकल अभिभावक परिवार आदि चिकित्सा खर्च सहायता प्रणाली

१८ वर्ष पुगेको दिनदेखि पहिलो मार्च ३१ सम्मका बच्चाहरू (निश्चित अपाङ्गता भएमा, २० वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिका समेत)लाई पालनपोषण गर्ने एकल अभिभावकलाई डाक्टरकोमा जाँदा लाग्ने बीमित उपचारको व्यक्तिगत खर्चको केही नगरले अनुदान दिनेछन्‌ यसमा आय सीमा लागू हुन्छ। थप जानकारीको लागि, नगर बाल कल्याण विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्‌।

---

९. बाल परामर्श केन्द्र

बाल परामर्श केन्द्रले ० देखि १८ वर्षसम्मका बच्चाहरू सम्बन्धी परामर्श दिन्छ।

☎ सम्पर्क नम्बर:

बाल परामर्श केन्द्रको नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	सेवा समय
केन्द्रीय बाल परामर्श केन्द्र	048-775-4152	Saitama-ken, Ageo-shi, Ageo-mura 1242-1	सोमबारदेखि
दक्षिण बाल परामर्श केन्द्र	048-262-4152	Saitama-ken, Kawaguchi-shi, Shibashimo 1-1-56	
आसाका बाल परामर्श केन्द्र	048-465-4152	Saitama-ken, Asaka-shi, Aobadai 1-10-63	
कावागोए बाल परामर्श	049-223-4152	Saitama-ken, Kawagoe-shi,	

केन्द्र		Miyamotocho 33-1	शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) 8:30-18:15
टोकोरोजावा बाल परामर्श केन्द्र	04-2992-4152	Saitama-ken, Tokorozawa-shi, Namiki 1-9-2	
कुमागाया बाल परामर्श केन्द्र	048-521-4152	Saitama-ken, Kumagaya-shi, Hakoda 5-13-1	
कोशिगाया बाल परामर्श केन्द्र	048-975-4152	Saitama-ken, Koshigaya-shi, Onma 402-1	
सोका बाल परामर्श केन्द्र	048-920-4152	Saitama-ken, Soka-shi, Nishimachi 425-2	
साइतामा शहर उत्तर बाल परामर्श केन्द्र	048-711-3917	Saitama-ken, Saitama-shi, Urawa-ku, Kamikizaki 4-4-10, Saitama Saitama-shi Kodomo Katei Sogo Center "Ai Palette" 4F	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) 8:30-18:00
साइतामा शहर दक्षिण बाल परामर्श केन्द्र	048-711-2489		

---

१० स्थानीय बाल हेरचाह सहयोग केन्द्र

० देखि २ वर्षसम्मका बच्चाहरूलाई लिएर गई खेलौनासँग खेल्न, अन्य अभिभावकहरू र बच्चाहरूसँग परिचित हुन सकिने स्थानहरूलाई "चुदोई नो हिरोबा" वा "चिईकि कोसोदाते सिएन सेन्टर" भनेर भनिन्छ।बाल पालनपोषण सम्बन्धी प्रश्नहरू सोध्न वा परामर्श लिन पनि सकिन्छ।
धेरैजसो केन्द्रहरू नि:शुल्क छन्, तर केहीमा शुल्क लाग्न सक्छ।
प्रिफेक्चर भित्रका सबै नगरहरूमा उपलब्ध भएकोले, थप जानकारीको लागि, नगरको बाल पालनपोषण सहयोग विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

११ फ्यामिली सपोर्ट सेन्टर

नर्सरी स्कुल या अन्य सिकाईका कक्षाहरुमा ल्याउन लैजान, अभिभावक बाहिर गएका बेला बच्चाहरूको हेरचाह गर्ने जस्ता सहयोग गर्ने व्यक्तिहरूको परिचय गराउने स्थान हो।
पहिले नै दर्ता गर्नु आवश्यक छ, वास्तविक रूपमा बच्चालाई पठाउने वा हेरचाहको सेवा लिदा सेवा शुल्क लाग्छ। शुल्क नगरअनुसार फरक हुन सक्छ, तर सामान्यतया प्रति घण्टा करिब ७०० येन जति लाग्छ।
थप जानकारीको लागि, नगरको बाल पालनपोषण सहयोग विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

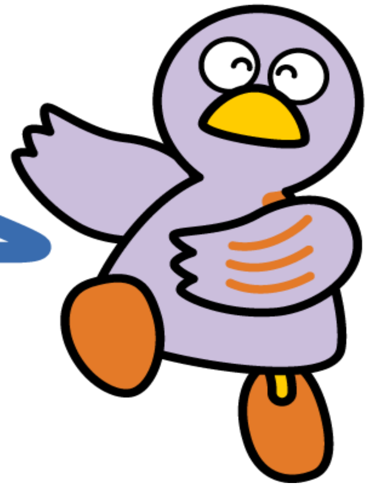
---

१२ बाल हल, बाल सेन्टर (जिदोकान,जिदो सेन्टर)

प्राथमिक र माध्यमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूलाई केन्द्रित गरी विभिन्न उमेर समूहका बच्चाहरू र शिशु लिएर आएका अभिभावकहरूलाई स्वतन्त्र रूपमा खेल्न सक्ने ठाउँ हो। प्रवेश शुल्क नि:शुल्क छ।
व्यायाम, हस्तकला, कथा वाचन जस्ता विभिन्न कार्यशालाहरू पनि सञ्चालन गरिन्छ (केही गतिविधिहरूमा सामग्री शुल्क लाग्न सक्छ)।
थप जानकारीको लागि, नगरको बाल पालनपोषण सहयोग विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

अध्याय ६

पेन्सन



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटन

१. राष्ट्रिय पेन्सन (कोकुमिन नेन्किन)
२. कर्मचारी पेन्सन बिमा (कोसेई नेन्किन होकेन)

जापानको सार्वजनिक पेन्सन प्रणालीमा राष्ट्रिय पेन्सन (कोकुमिन नेन्किन) र कर्मचारी पेन्सन बिमा (कोसेई नेन्किन होकेन) गरी दुई प्रकार छन्। वृद्धावस्था, अपाङ्गता वा मृत्यु जस्ता अवस्थाहरूमा जीवनयापनको स्थायित्व सुनिश्चित गर्न, जापानमा बसोबास गर्ने सबै व्यक्तिहरूले पेन्सन योजनामा अनिवार्य रूपमा सहभागी हुनुपर्छ।व्यक्तिको काम गर्ने तरिका अनुसार उनीहरू कुन पेन्सन प्रणालीमा सहभागी हुने भन्ने निर्धारण गरिन्छ।

राष्ट्रिय पेन्सन भनेको सदस्यहरूले समान रूपमा आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने प्रणाली हो।६७ वर्ष भन्दा माथि पुग्दा जीवनभरि प्राप्त गर्न सकिने वृद्धावस्था पेन्सन बाहेक, यदि कुनै रोग वा चोटका कारण अपाङ्गता बाँकी रह्यो भने अपाङ्गता पेन्सन प्राप्त गर्न सकिन्छ। साथै, यदि परिवारको मुख्य कमाउने व्यक्तिको मृत्यु भयो भने, बाँचिरहेका परिवारका सदस्यहरूले पारिवारिक पेन्सन प्राप्त गर्न सक्छन्।

कर्मचारी पेन्सन बिमा भनेको निश्चित व्यवसायिक संस्थामा कार्यरत व्यक्तिहरूका लागि अनिवार्य रुपमा समावेश गरीने प्रणाली हो। यसमा पनि राष्ट्रिय पेन्सन जस्तै वृद्धावस्था पेन्सन, अपाङ्गता पेन्सन तथा पारिवारिक पेन्सन हुन्छन्।

१. राष्ट्रिय पेन्सन (कोकुमिन नेन्किन)

राष्ट्रियता सम्बन्धी कुनै पनि सर्त नराखी, जापानमा बसोबास गर्ने २० वर्षदेखि ६० वर्ष उमेर समूहका सबै व्यक्ति राष्ट्रिय पेन्सन प्रणालीमा समावेश हुनुपर्नेछ। समावेश प्रक्रिया नगरपालिकाको राष्ट्रिय पेन्सन सम्बन्धी कार्यालयमा गर्न सकिन्छ। यदि कसैले कर्मचारी पेन्सन बिमा जस्ता योजनामा सहभागिता जनाइसकेको छ भने, उसलाई राष्ट्रिय पेन्सनमा पुन: समावेश हुन आवश्यक छैन। सामान्यतया, निश्चित समयसम्म बिमा शुल्क तिरेका व्यक्तिहरूलाई पेन्सन प्रदान गरिन्छ, जसलाई बीमित व्यक्ति वा उनको परिवारका सदस्यहरूले प्राप्त गर्न सक्छन्। (थप जानकारीको लागि, (२) भुक्तानी अनुभाग हेर्नुहोस्।)

(१) **बिमा शुल्क (होकेनर्यो)**

बिमा शुल्क सबै सदस्यहरूको लागि समान हुन्छ। जापान पेन्सन सङ्गठनबाट बिमा शुल्क तिर्ने पत्र पठाइनेछ, तोकिएको समय सीमा भित्र सो रकम भुक्तान गर्नुपर्छ।

{आय कम भएको वा बिमा शुल्क तिर्न गाहो भएमा, बिमा शुल्क छुट दिने प्रणाली पनि उपलब्ध छ।}

(२) लाभ (क्युफु)

① निम्न आधारभूत पेन्सनहरू निश्चित सर्तहरू पूरा भएमा प्रदान गरिन्छ।

- वृद्ध आधारभूत पेन्सन : बिमा शुल्क तिर्ने अवधि कम्तीमा १० वर्ष भएमा, ६५ वर्ष पुगेपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ।
- अपाङ्गता आधारभूत पेन्सन: राष्ट्रिय पेन्सनमा सहभागी भएको अवधिमा रोग वा चोटले गर्दा अपाङ्गता भएमा, बिमा शुल्क तिरेको वा छुटको अवधि कम्तीमा दुई तिहाई भएमा, अपाङ्गताप्रमाणीकरणको मितिमा (२० वर्षको उमेर पुगेपछि वा प्रारम्भिक चिकित्सा परीक्षण मितिबाट १ वर्ष ६ महिना पुगेपछि) निर्धारित अपाङ्गताको स्तर पूरा भएमा प्राप्त गर्न सकिन्छ।
- पारिवारिक आधारभूत पेन्सन: राष्ट्रिय पेन्सनमा सहभागी वा वृद्धावस्था पेन्सनको योग्यता अवधि पूरा गरेको व्यक्ति (तर बिमा शुल्क तिरेको वा छुट गरिएको अवधि २५ वर्ष भन्दा कम भएका बाहेक) को मृत्यु हुन्छ भने, ती व्यक्तिको आम्दानीमा निर्भर जीवन बिताउने बालबच्चा भएका जीवनसाथी (अप्रिल १, २०१४ संशोधन) वा बालबच्चालाई प्रदान गरिन्छ। (यस अवस्थामा बालबच्चा १८ वर्ष पूरा हुने आर्थिक वर्षको अन्त्यसम्म वा अपाङ्गता भएमा २० वर्षसम्म हुन सक्छ, तर विवाहित बाहेक।)

②अन्य लाभहरू:

- विधवा पेन्सन: राष्ट्रियपेन्सनको बिमा शुल्क भुक्तानी गरेको या छूट अवधि समावेश गरी १० वर्षभन्दा बढी भएको पति, वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सन वा अपाङ्गता आधारभूत पेन्सन नलिई निधन भएमा, १० वर्षभन्दा बढी निरन्तर वैवाहिक सम्बन्धमा रहेको पत्नी लाई ६० देखि ६५ वर्ष सम्म पेन्सन प्रदान गरिन्छ।
  * विधवा पेन्सन र मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी दुवै पाउने अवस्थामा, कुनै एक छनौट गर्नु पर्ने हुन्छ।
- मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी: राष्ट्रियपेन्सनको बिमा शुल्क भुक्तानी गरेको अवधि 36 महिना भन्दा धेरै भएको व्यक्ति वृद्धावस्था पेन्सन वा अपाङ्गता पेन्सन नलिई मृत्यु भएको अवस्थामा, सँगै बस्ने उत्तराधिकारीलाई मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी प्रदान गरिन्छ। (मृत्यु भएको मितिको भोलिपल्टदेखि 2 वर्ष बितेपछि दाबी गर्न सकिँदैन।)
  *मृत्यु एकमुष्ट भुक्तानी प्राप्त गर्न योग्य उत्तराधिकारीहरू(मृत्यु भएको व्यक्तिको पति वा पत्नी, सन्तान, बुबा-आमा, नातिनातिना, हजुरबुबा-हजुरआमा, दाजुभाइ-दीदीबहिनी को क्रममा रहेको हुन्छ।)

(३) एकमुष्ट निकासी भुक्तानी (दात्ताई इचिजिकिन)

निम्न सबै सर्तहरू पूरा गरेका व्यक्तिले, जापान छोडी जापानमा ठेगाना हटेको मितिबाट दुई वर्ष भित्र आवेदन दिएमा भुक्तानी अवधि अनुसार एकमुष्ट निकासी भुक्तानी प्रदान गरिन्छ।

- जापानी नागरिकता नभएका व्यक्ति
- राष्ट्रिय पेन्सनको प्रथम श्रेणी बीमित व्यक्तिको रूपमा बिमा शुल्क तिरेको अवधि ६ महिनाभन्दा बढी भएका व्यक्ति
- जापानमा ठेगाना नभएको व्यक्ति
- वृद्धावस्था आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने योग्यता नभएको व्यक्ति
- पेन्सन (अपाङ्गता भत्ता समेत) प्राप्त गर्ने अधिकार कहिल्यै नभएको व्यक्ति

※जापानसँग पेन्सन समायोजन सम्झौता गरेको देशको पेन्सन योगदान अवधि भएको व्यक्तिले, निश्चित सर्तहरू अन्तर्गत, योगदान अवधि समायोजन गरेर जापान र सम्झौतामा संलग्न देश दुबैबाट पेन्सन प्राप्त गर्न सक्ने सम्भावना हुन्छ।

एकमुष्ट निकासी भुक्तानी (दात्ताई इचिजिकिन) प्राप्त गर्नका लागि निम्न प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्छ:

- जापान छोड्नु अघि, पेन्सन कार्यालय (नेनकिन जिमुस्यो) वा नगर कार्यालयबाट एकमुष्ट भुक्तानी दाबी फारम(दात्ताई इचिजिकिन साइतेई सेइक्यूस्यो) प्राप्त गर्नुपर्छ।

- साधरणतया, जापान छोडेपछि एकमुष्ट भुक्तानी दाबी फारम भरि आवश्यक कागजातहरूसँगै तल दिइएको जापान पेन्सन संस्था (निहोन नेनकिन किकोउ) को मुख्यालय मा पठाउनु पर्छ।

पठाउने ठेगाना:
जापान पेन्सन संस्था मुख्यालय (निहोन नेनकिन किकोउ होनबू) (Japan Pension Service) 3-5-24 Takaido-Nishi, Suginami-ku, Tokyo 168-8505

२. कर्मचारी पेन्सन बिमा (कोसेई नेन्किन होकेन)

सामाजिक बिमा लागू हुने संस्थाहरूमा निश्चित समय र दिनभन्दा बढी काम गर्ने ७० वर्षभन्दा कम उमेरका व्यक्तिहरूले यसमा सहभागी हुनुपर्छ।
साथै, पेन्सन लिदै पेन्सन नियम लागू हुने संस्थाहरूमा काम गर्ने ६० वर्षभन्दा माथिका व्यक्तिहरूले, आम्दानी अनुसार पेन्सनको रकम घट्न सक्छ।

(१) बिमा शुल्क (होकेनर्यो)

बिमा शुल्क तलब (भत्ता सहितको कुल तलब)को आधारमा निर्धारण गरिएको मानक मासिक पारिश्रमिक र बोनसको आधारमा निर्धारण गरिएको मानक बोनस रकममा बिमा शुल्क दर लगाएर गणना गरिन्छ। यसको आधा रकम रोजगारदाता र आधा बीमित व्यक्तिले भुक्तानी गर्नुपर्छ। रोजगारदाताले बीमित व्यक्तिको तलब र बोनसबाट बिमा शुल्क कटौती गर्छ।

(२) बिमा लाभ (होकेन क्युफु)

- वृद्ध कर्मचारी पेन्सन (रोरेई कोसेई नेन्किन)
  वृद्ध आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने योग्यता भएका व्यक्तिहरूले कर्मचारी पेन्सन मा सहभागी भएको अवधि भएमा, ६५ वर्षपछि वृद्ध आधारभूत पेन्सनमा थप रकम प्राप्त गर्न सक्छन्। (कर्मचारी पेन्सनमा १ वर्षभन्दा बढी सहभागी भएमा, जन्म मिति अनुसार ६५ वर्ष भन्दा अगाडि पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ।)
- अपाङ्गता कर्मचारी पेन्सन (शोगाई कोसेई नेन्किन)
  कर्मचारी पेन्सनमा सहभागी भएको अवधिमा रोग वा चोटपटकले गर्दा अपाङ्ग भएमा, अपाङ्गता स्तर अनुसार भुक्तानी गरिनेछ। (अपाङ्गता स्तर गम्भीर भएमा, अपाङ्गता आधारभूत को अतिरिक्त भुक्तानी गरिनेछ।)
- पारिवारिक कर्मचारी पेन्सन (इजोकु कोसेई नेन्किन)
  कर्मचारी पेन्सनमा सहभागी भएको व्यक्ति वा वृद्ध आधारभूत पेन्सन प्राप्त गर्ने योग्यता पूरा गरेको व्यक्ति (तर बिमा शुल्क भुक्तानी गरेको या छूट अवधि २५ वर्षभन्दा कम भएका बाहेक) को मृत्यु भएमा, ती व्यक्तिको आम्दानीमा निर्भर जीवन बिताउने निम्नलिखित परिवारलाई प्रदान गरिन्छ। (तल उल्लेखित १ को अवस्थामा पारिवारिक आधारभूत पेन्सन पनि प्रदान गरिन्छ।)
  १. बालबच्चा* भएको जीवनसाथी (पतिको हकमा मृत्युको समयमा ५५ वर्षभन्दा माथि, ६० वर्षपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ) वा बालबच्चा *
  २. बालबच्चा नभएको जीवनसाथी (पतिको हकमा मृत्युको समयमा ५५ वर्षभन्दा माथि, ६० वर्षपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ)
  ३. नाति–नातिना*
  ४. आमाबुवा, हजुरआमाबुवा (मृत्युको समयमा ५५ वर्षभन्दा माथि, ६० वर्षपछि प्राप्त गर्न सकिन्छ)
  *बालबच्चा र नातिहरू १८ वर्ष पूरा हुने आर्थिक वर्षको अन्त्यसम्म वा अपाङ्गता भएमा २० वर्षसम्म हुन सक्छ, तर विवाहित बाहेक।)

(३) एकमुष्ट निकासी भुक्तानी (दात्ताई इचिजिकिन)

सर्तहरू र प्रक्रियाहरू राष्ट्रिय पेन्सनको लागि जस्तै छन्, तर कर्मचारी पेन्सनको एकमुष्ट निकासी भुक्तानीमा २०.४२% आयकर कट्टी गरिनेछ।
आफ्नो देश फर्कनु अघि, कर कार्यालयमा आयकर र उपभोग करको लागि प्रबन्धक नियुक्त गर्न सकिन्छ र कर प्रबन्धकले तपाईंको तर्फबाट कर फिर्ता दाबी गर्ने प्रक्रिया पूरा गरेमा, कट्टा गरिएको आयकर फिर्ता प्राप्त गर्न सकिन्छ।

जापान पेन्सन संस्थाको वेबसाइटमा, विस्तृत पेन्सन जानकारी र सूचनाहरू जापानी भाषा बाहेक १४ अन्य भाषाहरूमा पढ्न सक्नुहुन्छ।
URL:https://www.nenkin.go.jp/international/index.html

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

＜परामर्श काउन्टर रिसेप्शन समय＞

सोमबार 8:30～19:00 ※सोमबार सार्वजनिक बिदा पर्यो भने, हप्ताको पहिलो खुल्ने दिन

मंगलबार देखि शुक्रबार 8:30～17:15

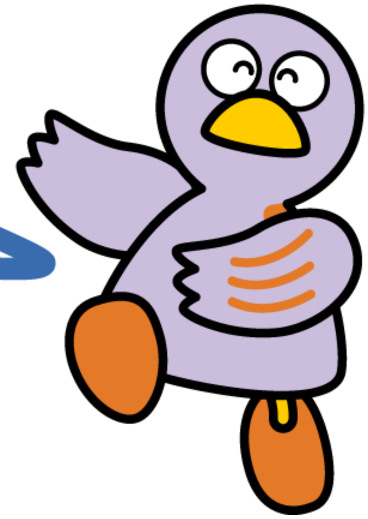
दोस्रो शनिबार 9:30～16:00

नाम	फोन नम्बर	ठेगाना
उरावा पेन्सन कार्यालय	048-831-1638	5-5-1 Kitaurawa, Urawa-ku, Saitama-shi
उरावा पेन्सन कार्यालय कावागुची शाखा कार्यालय	048-227-2362	Kawaguchi Center Building, 13th Floor 4-1-8 Honcho, Kawaguchi-shi
ओमिया पेन्सन कार्यालय	048-652-3399	4-19-9 Miyaharacho, Kita-ku, Saitama-shi
कुमागाया पेन्सन कार्यालय	048-522-5012	1-93 Sakuragicho, Kumagaya-shi
कुमागाया पेन्सन कार्यालय काजो शाखा कार्यालय	0480-62-8061	Kazo City Office 2nd Floor, 2-1-1 Mimata, Kazo-shi
कावागोए पेन्सन कार्यालय	049-242-2657	U-PLACE, 5th Floor 8-1 Wakitahoncho, Kawagoe-shi
तोकोरोजावा पेन्सन कार्यालय	04-2998-0170	1152-1 Kamiyasumatsu, Tokorozawa-shi
कासुकाबे पेन्सन कार्यालय	048-737-7112	Kasukabe Central Building, 4th & 6th Floor 1-52-1 Chuo, Kasukabe-shi
कोशिगाया पेन्सन कार्यालय	048-960-1190	Koshigaya Twin City, B City, 3rd Floor 16-1 Yayoicho, Koshigaya-shi
चिचिबु पेन्सन कार्यालय	0494-27-6560	13-28 Uenomachi, Chichibu-shi

*शाखा कार्यालयहरूमा हप्ताको सुरुवाती दिनमा लामो समय सम्मको परामर्श र दोस्रो शनिबार खुल्ला रहने परामर्श सेवा उपलब्ध छैन।
पेन्सन सम्बन्धी परामर्श वा प्रक्रिया पूरा गर्नुपरेमा, कृपया अग्रिम रूपमा बुकिङ गर्नुपर्नेछ।
☎ बुकिङको लागि सम्पर्क नम्बर: 0570-05-4890 सोमबार-शुक्रबार (कार्यालय दिन) 8:30-17:15

अध्याय ७

शिक्षा



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

१ किंडरगार्टन
२ प्राथमिक विद्यालय र माध्यमिक विद्यालय
३ उच्च माध्यमिक विद्यालय
४ विशेष सहायता विद्यालय
५ विश्वविद्यालय र प्राविधिक विद्यालय
६ छात्रवृत्ति
७ जापानी भाषा अध्ययन
८ जापानी भाषा योग्यता परीक्षा

जापानको शिक्षा प्रणाली अनुसार, ६ वर्षको उमेरदेखि प्राथमिक विद्यालयमा ६ वर्ष, १२ वर्षको उमेरदेखि माध्यमिक विद्यालयमा ३ वर्ष, १५ वर्षको उमेरदेखि उच्च माध्यमिक विद्यालयमा ३ वर्ष, र १८ वर्षको उमेरमा विश्वविद्यालयमा ४ वर्ष वा अल्पकालीन विश्वविद्यालयमा २ वर्ष अध्ययन गर्न सकिन्छ। यस बाहेक, विभिन्न प्राविधिक विद्यालयहरू पनि छन्।
प्राथमिक र माध्यमिक विद्यालय अनिवार्य शिक्षा हो। विदेशी बालबालिकाको लागि, देशभित्र प्राथमिक र माध्यमिक विद्यालयमा पढ्न अनिवार्य छैन, तर इच्छुक भएमा प्रवेश गर्न सकिन्छ।
विद्यालयको शैक्षिक वर्ष प्रत्येक वर्ष अप्रिलमा सुरु हुन्छ र अर्को वर्ष मार्चको अन्त्यमा समाप्त हुन्छ। धेरै विद्यालयहरूमा १ सेमेस्टर (अप्रिल-अगस्ट), २ सेमेस्टर (सेप्टेम्बर-डिसेम्बर), र ३ सेमेस्टर (जनवरी-मार्च) गरी विभाजन गरिएको छ। पूर्वार्ध (अप्रिल-सेप्टेम्बर) र उत्तरार्ध (अक्टोबर-मार्च) गरी विभाजन गरिएको विद्यालयहरू पनि छन्। कक्षाहरू जापानी भाषामा सञ्चालन गरिन्छ।
धेरैजसो बच्चाहरू प्राथमिक विद्यालयमा प्रवेश गर्नु अघि किंडरगार्टन वा नर्सरी स्कुल जान्छन्।

१ किंडरगार्टन

३ वर्षको उमेरदेखि प्राथमिक विद्यालय प्रवेश अघिको बच्चाहरूको लागि हो। जापानमा धेरै बच्चाहरू किंडरगार्टन जान्छन्, तर यो अनिवार्य शिक्षा होइन। डेकेयर समय प्रतिदिन सामान्यतया ४ घण्टा हुन्छ। किंडरगार्टन प्रत्येक वर्ष अप्रिलमा सुरु हुन्छ, तर प्रवेश आवेदन अघिल्लो वर्षको निर्धारित महिनामा गर्नुपर्छ।
डेकेयर शुल्क र प्रवेश विधि किंडरगार्टन अनुसार फरक हुन्छ, सार्वजनिक किंडरगार्टनको लागि नगर शिक्षा विभागलाई र निजी किंडरगार्टनको लागि सम्बन्धित किंडरगार्टनलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
प्रिफेक्चरभित्रका निजी किंडरगार्टनहरू तलको वेबसाइटमा खोज्न सकिन्छ:
URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0204/shiritsuitiran/youchienichiran.html
(साइतामा प्रिफेक्चर शिक्षा विभागको वेबसाइट)

मान्यता प्राप्त बाल हेरचाह केन्द्रको बारेमा, अध्याय ५, खण्ड ४ "नर्सरी स्कुल" मा उल्लेख गरिएको छ।

प्रिफेक्चरले बालबालिकाहरूले प्राथमिक विद्यालय भर्ना हुनु अघि सिक्नुपर्ने महत्त्वपूर्ण कुराहरूलाई "जीवनशैली" "अरूसँगको सम्बन्ध" र "रुचि र सरोकार" तीन दृष्टिकोणबाट `बाल पालनपोषणका` `तीन मुख्य आधार` को रूपमा संक्षेप गरेको छ। यस परिवार लक्षित पुस्तिकामा जापानी संस्करणका साथै सरल जापानी संस्करण र बहुभाषी संस्करण (अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिस, पोर्चुगिज, टागालोग, कोरियन/उत्तर कोरियाली, भियतनामी, इन्डोनेसियन) उपलब्ध छन्। यी सबै वेबसाइटमा प्रकाशित छन्, आवश्यकता अनुसार प्रयोग गर्न सकिन्छ।
URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/f2214/mebae02/mebae-panfuri-fu.html

२ प्राथमिक विद्यालय र माध्यमिक विद्यालय

सार्वजनिक प्राथमिक विद्यालय र माध्यमिक विद्यालयमा प्रवेश गर्न चाहनु भएमा, व्यक्तिको निवासी प्रमाणपत्र नगर शिक्षा विभाग (साइतामा शहरमा वार्ड कार्यालय) मा लगेर शिक्षा सम्बन्धी आवश्यक प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्छ। शिक्षा विभागले बालबालिका कुन विद्यालयमा जानुपर्छ भन्ने निर्णय गर्छ र अभिभावकलाई जानकारी गराउँछ।

(१) प्राथमिक विद्यालय

यस वर्षको अप्रिल १ मा ६ वर्ष पुगेका बच्चाहरू प्राथमिक विद्यालय प्रवेशका लागि योग्य छन्। अप्रिलमा प्रवेश गर्ने कक्षा १ को प्रवेश आवेदन अघिल्लो वर्ष सेप्टेम्बरमा गरिन्छ। प्रवेश स्वीकार गरिएपछि, जनवरीमा "प्रवेश सूचना पत्र" पठाइन्छ। अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि "विशेष सहायता कक्षा" र "विशेष समर्थन शिक्षण" को व्यवस्था पनि छ।

(२) माध्यमिक विद्यालय

यस वर्षको अप्रिल १ मा १२ वर्ष पुगेका बच्चाहरू माध्यमिक विद्यालय प्रवेशका लागि योग्य छन्। प्रत्येक वर्ष जनवरीमा त्यस वर्ष प्राथमिक विद्यालय पुरा हुने बच्चाहरूलाई "प्रवेश सूचना पत्र" पठाइन्छ।
धेरैजसो माध्यमिक विद्यालयहरूमा युनिफर्म हुन्छ। युनिफर्म कहाँबाट किन्ने भन्ने सम्बन्धित विद्यालयलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। अपाङ्गता भएका बालबालिकाहरूका लागि "विशेष सहायता कक्षा" र "विशेष समर्थन शिक्षण" को व्यवस्था पनि छ।

(३) बीचमा प्रवेश (स्थानान्तरण)

विदेशी प्राथमिक विद्यालय वा माध्यमिक विद्यालयमा पढिरहेका विदेशी बालबालिकाहरूले प्रिफेक्चरभित्र प्राथमिक विद्यालय वा माध्यमिक विद्यालयमा स्थानान्तरण गर्न चाहनु भएमा, बसोबास गर्ने स्थानीय नगर कार्यालयमा निवासी दर्ता गरी शिक्षा विभागलाई शिक्षा सम्बन्धी आवश्यक प्रक्रिया पूरा गर्नुपर्छ।

(४) स्थानान्तरण

बसाइँ सरेपछि विद्यालय क्षेत्र परिवर्तन हुँदा, विद्यार्थीको विद्यालय परिवर्तन हुन्छ।
बसाइँ सर्नु अघि हाल पढिरहेको विद्यालयबाट अध्ययन प्रमाणपत्र र पाठ्यपुस्तक वितरण प्रमाणपत्र लिनुपर्छ र स्थानीय नगर कार्यालयमा स्थानान्तरण आवेदन गर्दा बच्चा प्राथमिक वा माध्यमिक विद्यालयमा अध्ययन गरिरहेको जानकारी दिनुहोस्।
बसाइँ सरेपछि, स्थानान्तरण आवेदन गर्दा बच्चा प्राथमिक वा माध्यमिक विद्यालयमा अध्ययन गरिरहेको जानकारी दिनुहोस् र नयाँ विद्यालयमा अध्ययन प्रमाणपत्र र पाठ्यपुस्तक वितरण प्रमाणपत्र पेस गर्नुहोस्।
देश फर्किने बेलामा पनि विद्यालयलाई जानकारी दिनुहोस्।

(५) शिक्षा शुल्क

सार्वजनिक प्राथमिक विद्यालय र माध्यमिक विद्यालयको लागि, प्रवेश शुल्क, ट्यूशन फी, र पाठ्यपुस्तक शुल्क आवश्यक पर्दैन। तर, विद्यालयको खाजा शुल्क र शिक्षण सामग्री शुल्क अभिभावकले तिर्नुपर्छ। तिर्ने विधि प्रायः विद्यालयले निर्धारित गरेको बैङ्कमा खाता खोलेर स्वतः कटौती गरेर तिर्ने गरिन्छ।

(६) PTA (अभिभावक-शिक्षक संघ)

अभिभावक र शिक्षकहरूले सहकार्य गरी गतिविधिहरू गर्छन्। विद्यालय र परिवारमा शिक्षाको बारेमा बुझाइ बढाउन र बच्चाहरूको स्वस्थ विकासका लागि सहयोग गर्छन्। सदस्यता अनिवार्य छैन। PTA को गतिविधिहरू बुझेपछि अभिभावकहरूले PTAमा सामेल हुन्छन्। PTAको शुल्क विद्यालय अनुसार फरक हुन्छ, त्यसैले सम्बन्धित विद्यालयलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

(७) स्कुल पछिको बालबालिका क्लब (डेकेयर)

अभिभावकहरू काम आदि कारणले दिनभरि घरमा नहुँदा प्राथमिक विद्यालयका बालबालिकाहरूलाई स्कुल पछि हेरचाह गर्ने व्यवस्था हो। शुल्क र प्रयोग विधि स्थानीय नगरपालिका अनुसार फरक हुन्छ, त्यसैले सम्बन्धित नगरपालिका बालबालिका कल्याण विभागलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

(८) जापानी भाषा बोल्न नसक्ने बालबालिकाको शिक्षा

जापानी भाषा नबोल्ने बालबालिका धेरै भएका विद्यालयहरूमा बालबालिकाहरूलाई जापानी भाषा सिकाउने शिक्षकहरू छन्। साथै, प्रिफेक्चरले विद्यालय जीवन र दैनिक जीवनमा उपयोगी जानकारीहरू वेबसाइटमा प्रकाशित गरेको छ।

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/f2214/kikokugaikokujinsapoutojigyou240120.html

(९) विदेशी अभिभावकहरूका लागि शिक्षा गाइड बुक

विदेशी अभिभावकहरूका लागि बहुभाषिक जापानी विद्यालय प्रवेश प्रक्रिया बारे व्याख्या गरिएको "विदेशी बालबालिकाहरूका लागि शिक्षा गाइड बुक" शिक्षा, संस्कृति, खेलकुद, विज्ञान र प्रविधि मन्त्रालयले तयार पारेको छ। यो मन्त्रालयको वेबसाइटमा हेर्न सकिन्छ।
URL: https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/003/1320860.htm

(१०) जापानको विद्यालय जीवन सम्बन्धी भिडियो

विदेशी बालबालिका तथा अभिभावकहरूलाई बहु भाषामा जापानी प्राथमिक विद्यालयको जीवनशैलीको बारेमा एनिमेसनमा परिचय गराउने "हजिमेमाशिते! क्योकोरा तोमोदाची" र "ओशिएते! निहोन नो शोगाक्को" भिडियोहरू शिक्षा, संस्कृति, खेलकुद, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालयले तयार पारेको छ। यी भिडियोहरू मन्त्रालयको YouTube आधिकारिक च्यानलमा हेर्न सकिन्छ।

"हजिमेमाशिते! क्योकोरा तोमोदाची"

"ओशिएते! निहोन नो शोगाक्को"

३　उच्च माध्यमिक विद्यालय

जापानमा उच्च माध्यमिक विद्यालय अनिवार्य शिक्षा होइन। यहाँ राष्ट्रिय, प्रदेशीय, नगरीय, निजी उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू छन्। उच्च माध्यमिक विद्यालयमा अङ्ग्रेजी, गणित, जापानी भाषा, विज्ञान, सामाजिक अध्ययन जस्ता विषयहरू पढाइने सामान्य विभाग, व्यापार, उद्योग, कृषि जस्ता पेसागत विषयहरू पढाइने विशेष विभाग, र आफ्नो भविष्यको बारेमा धेरै समय लिने समग्र विभाग जस्ता विभागहरू छन्। यसका साथै, बिहानबाट स्कुल जाने पूर्णकालीन, निश्चित समयमा (अंशकालीन), र पत्राचार पाठ्यक्रमहरू छन्, जसले विभिन्न शिक्षण विधिहरू छनौट गर्न सकिन्छ।

* अंशकालीन र पत्राचार पाठ्यक्रममा काम गर्दै पढ्ने व्यक्तिहरू पनि हुन्छन्। अंशकालीनमा धेरैजसो राति कक्षा सञ्चालन गरिन्छ भने पत्राचारमा महिनामा ३ पटक स्कुल जानु पर्छ र निर्धारित दिनहरू बाहेक घरबाट अध्ययन गरी असाइनमेन्टहरू बुझाउने विधि हो यसका साथै, दिन र रात दुवै समयमा कक्षा सञ्चालन गर्ने अंशकालीन उच्च माध्यमिक विद्यालयहरू पनि छन्। अंशकालीन र पत्राचार उच्च माध्यमिक विद्यालय सम्बन्धी जानकारी (साइतामा प्रदेश शिक्षा समिति वेबसाइट):
（https://www.pref.saitama.lg.jp/f2208/tei-tuu-sienninn.html）

---

(१) प्रवेश परीक्षा

जापानी माध्यमिक विद्यालय वा त्यस्तै विद्यालयबाट माध्यमिक तह पूरा (वा पूरा हुने सम्भावना) भएको खण्डमा जापानी उच्च माध्यमिक विद्यालयको प्रवेश परीक्षा दिन सकिन्छ। साथै, विदेशमा ९ वर्षको शिक्षा पूरा गरेको खण्डमा, आवेदन योग्यताको प्रमाणीकरण प्रक्रिया पूरा गरी प्रवेश परीक्षा दिन सकिन्छ।
प्रवेश परीक्षा र अन्तर्वार्ता जापानी भाषामा लिइन्छ।
सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयको प्रवेश परीक्षा निर्धारित मितिमा एकैसाथ सञ्चालन हुन्छ। राष्ट्रिय र निजी उच्च माध्यमिक विद्यालयको प्रवेश परीक्षा मिति र आवेदन सम्बन्धी जानकारीका लागि सम्बन्धित विद्यालयलाई सिधै सम्पर्क गर्नुहोस्। सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयमा प्रवेश सम्बन्धी जानकारीका लागि हालको माध्यमिक विद्यालयसँग सोधपुछ गर्नुहोस्।
प्रान्तीय सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालय प्रवेश सम्बन्धी प्रश्नोत्तर (साइतामा प्रिफेक्चर शिक्षा समिति वेबसाइट):

- जापानी: https://www.pref.saitama.lg.jp/f2208/r7nyuushiqa.html
- अङ्ग्रेजी: https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/241544/r7nyuushieigoqa.pdf
- चिनियाँ: https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/241544/r7tyuugokugo1.pdf

- पोर्तुगाली: https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/241544/r7porutogaru1.pdf
- स्पेनिस: https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/241544/r7nyuushisupeinngoqa01.pdf

---

(२) शिक्षा शुल्क

कक्षा शुल्क र प्रवेश शुल्क आवश्यक छ। साथै, पाठ्यपुस्तक र शिक्षण सामग्री खर्च पनि आवश्यक छ।
सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयमा, आय अनुसार उच्च माध्यमिक शिक्षा समर्थन अनुदान र छात्रवृत्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ। साथै, आय अनुसार प्रवेश शुल्क छुट हुन सक्छ।
निजी उच्च माध्यमिक विद्यालयको शिक्षा शुल्क विद्यालय अनुसार फरक हुन्छ, तर आय अनुसार उच्च माध्यमिक शिक्षा समर्थन अनुदान र छात्रवृत्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ। यसका साथै, प्रदेश भित्रका निजी उच्च माध्यमिक विद्यालयमा पढ्ने विद्यार्थीहरूले आय अनुसार कक्षा शुल्क र प्रवेश शुल्कमा छूट प्राप्त गर्न सक्छन्।
यसको अतिरिक्त, शैक्षिक यात्रा, भ्रमण जस्ता कार्यक्रमका लागि बचत, PTA शुल्क जस्ता खर्चहरू पनि लागू हुन सक्छन्। यस्तो खर्च विद्यालय अनुसार फरक हुन्छ, त्यसैले विस्तृत जानकारीका लागि सम्बन्धित विद्यालयलाई सिधै सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

(३) विद्यालय परिवर्तन

प्रान्तीय सार्वजनिक उच्च माध्यमिक विद्यालयमा प्रवेश पछि, ठेगाना परिवर्तन भए पनि, विद्यार्थीले चाहेमा त्यही विद्यालयमा पढ्न जारी राख्न सक्छ, विद्यालय परिवर्तन गर्न आवश्यक छैन।
तर, स्थानान्तरण पछि नजिकको विद्यालयमा सरेर पढ्न चाहने खण्डमा, स्थानान्तरण प्रवेश परीक्षा दिनुपर्छ। यस्तो अवस्थामा, हालको विद्यालयसँग सल्लाह गर्नुहोस्।

---

(४) विदेशी विद्यार्थी विशेष चयन

जापान आएको समय छोटो भएका विदेशी विद्यार्थीहरूका लागि विशेष चयन प्रक्रिया गरिन्छ। सामान्य प्रवेश परीक्षा भन्दा यो प्रक्रिया फरक छ, त्यसैले विदेशी विद्यार्थी विशेष चयन गर्ने विद्यालय सँग सल्लाह गर्नुहोस्।
२०२५ शैक्षिक वर्ष (२०२५ अप्रिल प्रवेश) का लागि विदेशी विद्यार्थी विशेष चयन गर्ने विद्यालयहरू १२ वटा छन्। (इवात्सुकी कोउकोउ, सोका मिनामी कोउकोउ, मिनामी-योँ कोउकोउ, फुकाया दाइची कोउकोउ, वाको कोकुसाई कोउकोउ, वाराबी कोउकोउ, कावागुची हिगासी कोउकोउ, कावागोए निसि कोउकोउ, कुरीहाशी किटासाइ कोउकोउ, मेनुमा कोउकोउ, निजा यानासे कोउकोउ, मिसातो किता कोउकोउ)
२०२६ शैक्षिक वर्ष (२०२६ अप्रिल प्रवेश) का लागि विदेशी विद्यार्थी विशेष चयन गर्ने विद्यालयहरू २०२५ जुलाईमा सार्वजनिक गर्ने योजना छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

नाम	फोन नम्बर	रिसेप्शन समय
(प्रान्तीय उच्च विद्यालय विदेशी विद्यार्थी विशेष चयन सम्बन्धी) साइतामा प्रिफेक्चर	048-830-6766	

शिक्षा विभाग प्रान्तीय विद्यालय विभाग उच्च विद्यालय शिक्षा निर्देशन विभाग		सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ८:३० देखि १७:१५ सम्म
(प्रान्तीय उच्च विद्यालयको स्थानान्तरण र आवेदन योग्यताको प्रमाणीकरण बारे) साइतामा प्रिफेक्चर शिक्षा विभाग प्रान्तीय विद्यालय विभाग प्रान्तीय विद्यालय कर्मचारी विभाग	048-830-6735	
(प्रान्तीय उच्च विद्यालयको पढाइ शुल्क र प्रवेश शुल्क बारे) साइतामा प्रिफेक्चर शिक्षा विभाग शिक्षा प्रशासन विभाग वित्त विभाग	048-711-7012 https://www.pref.saitama.lg.jp/f2204/j-s/index.html	
(निजी उच्च विद्यालयको पढाइ शुल्क घटाउने सहायता बारे) साइतामा प्रिफेक्चर प्रशासन विभाग शैक्षिक कार्य विभाग	048-830-2725 https://www.pref.saitama.lg.jp/a0204/fubofutan2.html	

४ विशेष सहायता विद्यालय

दृष्टि अपाङ्गता, श्रवण अपाङ्गता, बौद्धिक अपाङ्गता, शारीरिक अपाङ्गता वा स्वास्थ्य समस्या भएका बालबालिकाहरूलाई किंडरगार्टन, प्राथमिक, माध्यमिक वा उच्च माध्यमिक शिक्षा प्रदान गर्दछ। यसमा प्राथमिक विभाग, माध्यमिक विभाग, उच्च माध्यमिक विभाग र केही विद्यालयमा किंडरगार्टन र विशेष विभाग पनि छन्। प्राथमिक वा माध्यमिक विभागमा प्रवेशका लागि निवास स्थानको स्थानीय शिक्षा समितिलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। किंडरगार्टन वा उच्च माध्यमिक विभागमा प्रवेशका लागि साइतामा प्रान्तीय शिक्षा कार्यालय, प्रान्तीय विद्यालय विभाग, विशेष शिक्षा शाखालाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

---

(१) किंडरगार्टन

किंडरगार्टन विभाग स्थापना गरेको प्रान्तीय विशेष समर्थन विद्यालयहरू ३ वटा छन्। दृष्टि अपाङ्गता शिक्षा दिने हानावा होकिची गाकुएन, श्रवण अपाङ्गता शिक्षा दिने ओमिया रो गाकुएन र साकाडो रो गाकुएन छन्। प्राथमिक विद्यालय वा प्राथमिक विभागमा भर्ना हुनु अघि ३ वर्षदेखि ५ वर्षका बालबालिकाहरूलाई लक्षित गरिएको छ। प्रवेशका लागि प्रवेश परामर्श आवश्यक छ। साथै, तीनै विद्यालयले प्रारम्भिक शिक्षा कार्यक्रमको रूपमा ० वर्षदेखि बालबालिकाका लागि शिक्षा परामर्श सेवा पनि प्रदान गर्दछन्। दृष्टि अपाङ्गता र श्रवण अपाङ्गताका लागि,

प्रारम्भिक चरणदेखि विशेषज्ञ शिक्षाको प्राप्तिले अपाङ्गताको सुधारमा सहयोग पुर्याउँछ, त्यसैले प्रारम्भिक चरणदेखि सल्लाह लिनु सिफारिस गरिन्छ।

(२) **प्राथमिक विभाग**

चालू वर्षको अप्रिल १ मा ६ वर्ष पूरा गरेका बालबालिकाहरू जसलाई दृष्टि, श्रवण, बौद्धिक, शारीरिक अपाङ्गता वा स्वास्थ्य समस्याका कारण विशेष शैक्षिक समर्थनको आवश्यकता छ, उनीहरू प्राथमिक विभागमा प्रवेशका लागि योग्य हुन्छन्।

साथै, प्राथमिक विभागमा स्थानान्तरण गर्न चाहने अवस्थामा, निवास स्थानको नगरको शिक्षा समितिसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

(३) **माध्यमिक विभाग**

चालू वर्षको अप्रिल १ मा १२ वर्ष पूरा गरेका बालबालिकाहरू जसलाई दृष्टि, श्रवण, बौद्धिक, शारीरिक अपाङ्गता वा स्वास्थ्य समस्याका कारण विशेष शैक्षिक समर्थनको आवश्यकता छ, उनीहरू माध्यमिक विद्यालयमा प्रवेशका लागि योग्य छन्।
साथै, माध्यमिक विभागमा स्थानान्तरण गर्न चाहने अवस्थामा, निवास स्थानको नगरको शिक्षा समितिसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

(४) **उच्च माध्यमिक विभाग**

उच्च माध्यमिक विभागमा विद्यालय अनुसार सामान्य विभाग र विशेष विभागहरू हुन्छन्, साइतामा प्रान्तीय शिक्षा कार्यालय, प्रान्तीय विद्यालय विभाग, विशेष शिक्षा शाखालाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
प्रवेशको लागि प्रवेश परीक्षा दिनु पर्छ। जापानको माध्यमिक विद्यालय वा विशेष शिक्षा माध्यमिक विद्यालय वा ती विद्यालयहरूसँग समान विद्यालयबाट माध्यमिक तह पूरा (वा पूरा हुने सम्भावना) गरेका विद्यार्थीहरूले प्रवेश परीक्षा दिन सक्छन्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी :

नाम	फोन नम्बर	रिसेप्शन समय
साइतामा प्रान्तीय शिक्षा कार्यालय, प्रान्तीय विद्यालय विभाग, विशेष शिक्षा शाखा	048-830-6880	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ८:३० देखि १७:१५ सम्म

५ विश्वविद्यालय र प्राविधिक विद्यालय

साइतामा प्रिफेक्चरमा राष्ट्रिय र सार्वजनिक विश्वविद्यालयहरू साथै धेरै निजी विश्वविद्यालयहरू छन्। साथै छोटो अवधिको विश्वविद्यालय र प्राविधिक विद्यालयहरू छन्।
प्रवेश योग्यता र प्रक्रिया विश्वविद्यालय र प्राविधिक विद्यालय अनुसार फरक हुन सक्छ। विश्वविद्यालय वा प्राविधिक विद्यालयसँग सिधै सम्पर्क गर्नुहोस्।
विश्वविद्यालय, प्राविधिक विद्यालय, र छात्रवृत्ति सम्बन्धी जानकारी जापान विद्यार्थी सहयोग संस्था (JASSO) ले इन्टरनेटमार्फत उपलब्ध गराउँछ।

जापान विद्यार्थी सहयोग संस्था (JASSO) वेबसाइट:

https://www.jasso.go.jp/index.html

जापानमा अध्ययन सम्बन्धी जानकारी:

- https://www.studyinjapan.go.jp/ja/planning/search-school/ (जापानी)
- https://www.studyinjapan.go.jp/en/planning/search-school/ (अंग्रेजी)

६ छात्रवृत्ति

उच्च माध्यमिक विद्यालय, प्राविधिक विद्यालय, विश्वविद्यालय, छोटो अवधिको विश्वविद्यालय र स्नातकोत्तर विद्यालयमा अध्ययन गर्ने विद्यार्थीहरूको लागि छात्रवृत्ति प्रणाली उपलब्ध छ। साइतामा प्रिफेक्चरमा निम्न छात्रवृत्ति प्रणालीहरू उपलब्ध छन्

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

छात्रवृत्तिको नाम	सम्पर्क जानकारी	रिसेप्शन समय
साइतामा प्रिफेक्चर उच्च माध्यमिक विद्यालय छात्रवृत्ति	साइतामा प्रिफेक्चर शिक्षा विभाग शिक्षा प्रशासन विभाग वित्त विभाग 048-711-7012 https://www.pref.saitama.lg.jp/f2204/j-s/index2.html	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ८:३० देखि १७:१५ सम्म
अंशकालीन पाठ्यक्रम र पत्राचार पाठ्यक्रमका विद्यार्थीहरूको अध्ययन प्रोत्साहन छात्रवृत्ति	साइतामा प्रान्तीय शिक्षा कार्यालय, प्रान्तीय विद्यालय विभाग, उच्च विद्यालय शिक्षा निर्देशन विभाग 048-830-6765	
आमा-बच्चा र बुवा-बच्चा साथै विधवा सामाजिक सुरक्षा कोषको अध्ययनको लागि कोष	साइतामा प्रिफेक्चर सामाजिक सुरक्षा विभाग बाल नीति विभाग 048-830-3204 https://www.pref.saitama.lg.jp/a0607/hitorioya/20230629.html	
साइतामा प्रिफेक्चर नर्स र अन्य स्वास्थ्यकर्मीहरूको लागि छात्रवृत्ति कर्जा प्रणाली	साइतामा प्रिफेक्चर स्वास्थ्य चिकित्सा विभाग चिकित्सा जनशक्ति विभाग 048-830-3546 https://www.pref.saitama.lg.jp/a0709/ikueishougakukinn/index.html	
साइतामा प्रिफेक्चर चिकित्सक प्रशिक्षण छात्रवृत्ति	साइतामा प्रिफेक्चर स्वास्थ्य र चिकित्सा विभाग चिकित्सा जनशक्ति विभाग 048-601-4600 https://www.pref.saitama.lg.jp/a0709/ishiikusei-shougakukin/	
होन्डा सेइरोकु डक्टरेट छात्रवृत्ति	साइतामा प्रिफेक्चर कृषि तथा वन विभाग वन विभाग 048-830-4300 https://www.pref.saitama.lg.jp/a0905/hondashogakukinboshu2.html	

यस बाहेक, स्थानीय नगरपालिका र निजी संस्थाहरूद्वारा पनि छात्रवृत्ति योजनाहरू उपलब्ध छन्।
विस्तृत जानकारीको लागि स्थानीय नगरपालिका, विद्यालय, वा सम्बन्धित संस्थासँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

(७) जापानी भाषा अध्ययन

साइतामा प्रिफेक्चरभर स्वयंसेवक शिक्षकहरूद्वारा निःशुल्क जापानी भाषा कक्षाहरू र जापानी भाषा विद्यालयहरू (शुल्क सहित) मा अध्ययन गर्न सकिन्छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

नाम	फोन नम्बर	रिसेप्शन समय
<स्वयंसेवीद्वारा संचालित जापानी भाषा	048-833-3296	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म

कक्षाहरू बारे> (सार्वजनिक संस्था) साइतामा प्रिफेक्चर अन्तर्राष्ट्रिय सञ्जाल संघ	https://www.sia1.jp/foreign/japanese/	(विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ९:०० देखि १६:०० सम्म
<जापानी भाषा विद्यालयहरू बारे> (फाउन्डेसन) जापानी भाषा शिक्षा प्रवर्द्धन संघ	03-6380-6557 https://www.nisshinkyo.org/ विद्यालय खोज्नुहोस् (जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली)	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ९: ३० देखि १७: ३० सम्म

८　जापानी भाषा योग्यता परीक्षा

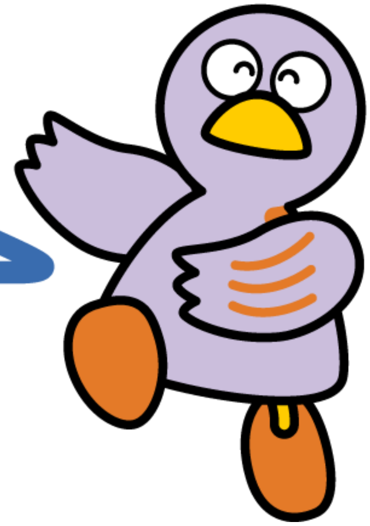
जापानी भाषा योग्यता मापन गर्ने परीक्षाहरू उपलब्ध छन्।
परिणाम विद्यालय प्रवेश वा रोजगारी प्राप्त गर्दा उपयोगी हुन सक्छ।
विस्तृत जानकारीको लागि सम्बन्धित सम्पर्क नम्बरमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

नाम	सम्पर्क जानकारी	रिसेप्शन समय
जापानी भाषा योग्यता परीक्षा (JLPT) https://www.jlpt.jp/	(सार्वजनिक संस्था) जापान अन्तर्राष्ट्रिय शिक्षा सहयोग संघ 03-6686-2974	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म ९:३० देखि १७:३० सम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
J.TEST व्यावहारिक जापानी भाषा परीक्षा https://j-test.jp/	जापानी भाषा परीक्षा संघ, J.TEST कार्यालय 03-5875-1231 j-test@gobun-ken.jp	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म १०:०० देखि १७:३० सम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
BJT व्यावसायिक जापानी भाषा योग्यता परीक्षा https://www.kanken.or.jp/bjt/	(सार्वजनिक संस्था) जापानी खान्जी योग्यता परीक्षा संघ 0120-509-315	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म ९:०० देखि १७:०० सम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)

अध्याय ८

कर



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

१ आयकर
२ निवासी कर
३ अन्य प्रमुख करहरू

जापानमा बसोबास गर्ने व्यक्तिहरूले, राष्ट्रियता (नागरिकता) जहाँको भए पनि, सबैले कर तिर्ने दायित्व वहन गर्नुपर्छ। तपाईले तिर्ने करहरू, तपाईको जीवनको स्थिरता र खुशीलाई प्रवर्द्धन गर्न र शिक्षा, सार्वजनिक निर्माण, कल्याण, चिकित्सा हेरचाह, संस्कृति, वातावरण र उद्योग लगायतका विभिन्न क्षेत्रहरूमा परियोजनाहरू सञ्चालन गर्ने कोषको प्रमुख आर्थिक स्रोत हुन्।

प्रमुख करहरूमा आयकर (राष्ट्रिय कर) र निवासी कर (प्रिफेक्चर कर र नगर कर) पर्छन्।
आयकर र निवासी करमा, दोहोरो करबाट बच्न द्विपक्षीय कर सम्झौताको आधारमा केही अपवादहरू व्यवस्था गरिएका छन्। यस अन्तर्गत पर्ने ब्येक्तिले, जापानमा रहेको आफ्नो दूतावासलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

कर तोकिएको समयसीमाभित्र तिर्न अनिवार्य छ। तोकिएको समयसीमा पार भयो भने, समयसीमा सकिएको भोलिपल्टदेखि तिर्ने दिनसम्मको दिनहरूको आधारमा जरिवाना शुल्क (अन्तर ब्याज) लागू गरिन्छ। साथै, कर नतिरी ढिलाइ गरियो भने, सम्पत्ति जफत लगायतका कारबाही हुन सक्छन्।
कृपया निर्धारित समयमा कर तिर्नुहोस्।

कर तिर्ने विधि, प्रिफेक्चर करको व्याख्या (साइतामा प्रिफेक्चर कर कार्यालयको वेबसाइट)
https://www.pref.saitama.lg.jp/a0209/z-kurashiindex/z-kankoubutsu.html

१ आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकर

जनवरी १ देखि डिसेम्बर ३१ सम्म प्राप्त सबै आयमा कर लाग्छ। आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकरको समायोजनका दुई विधिहरू छन्:

- वर्षको अन्तिम समायोजन
- कर विवरण दाखिला

(१) वर्षको अन्तिम समायोजन

तलब आम्दानीको हकमा, तलब भुक्तानी गर्ने व्यक्ति वा कम्पनीले, तलब भुक्तानीको बेला कर सङ्कलन गर्छन्। त्यसपछि, वर्षको अन्तिम तलब भुक्तानी गर्दा, १ वर्षको कुल तलबमा लाग्ने आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकरको कुल रकम गणना गरी, सो अवधिमा कर सङ्कलन गरिसकेको करको थप वा कम रकमको समायोजन गरिन्छ। यस प्रक्रियालाई वर्षको अन्तिम समायोजन भनिन्छ।

वर्षको अन्तिम समायोजन गरिसकेको तलब आम्दानी मात्र भएका व्यक्तिको हकमा, आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकरको हिसाब मिलिसकेको हुन्छ, त्यसैले (२) मा उल्लेखित कर विवरण दाखिला गर्न आवश्यक पर्दैन। तर, यदि धेरै रकमको उपचार खर्च भुक्तान गरिएको छ वा निश्चित ऋण लिई घर खरिद गरिएको छ भने, विवरण पेस गरेमा आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकर फिर्ता पाउने सम्भावना हुन्छ। यस्तो अवस्थामा, तलब भुक्तानी गर्ने व्यक्ति वा कम्पनीले प्रदान गर्ने 'तलब आम्दानीको कर समायोजन पर्ची' आवश्यक हुन्छ।

(२) कर विवरण दाखिला

निम्नलिखित अवस्थामा पर्ने व्यक्तिहरूले (कर विवरण दाखिला गर्नुपर्ने व्यक्तिहरूले) जनवरी १ देखि डिसेम्बर ३१ सम्म प्राप्त गरेको सबै आम्दानीको रकम र त्यसमा लाग्ने आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकरको गणना गरी निर्धारित समयभित्र कर कार्यालयमा कर विवरण दाखिला गर्नु पर्छ। यदि वर्षको अन्तिम समायोजन भइसकेको छ भने, यसको हिसाब गरी थप वा फिर्ता मिलान गरिन्छ। कर विवरण दाखिला भनिन्छ।

- व्यावसायिक आम्दानी, घरजग्गा आम्दानी, आदि निर्धारित रकमभन्दा बढी भएका व्यक्तिहरू
- वर्षभरि प्राप्त गरेको तलब आदिको रकम २ करोड येनभन्दा बढी भएका व्यक्तिहरू
- एक ठाउँबाट तलब प्राप्त गर्ने व्यक्तिहरू जसले तलब आम्दानी र सेवा निवृत्ति आम्दानी बाहेक अन्य आम्दानीको कुल रकम २ लाख येनभन्दा बढी भएका व्यक्तिहरू
- दुई वा बढी ठाउँबाट तलब प्राप्त गर्ने व्यक्तिहरू जसले वर्षको अन्तिम समायोजन नगरेको आम्दानी र तलब आम्दानी सेवा निवृत्ति आम्दानी बाहेक अन्य आम्दानीको कुल रकम २ लाख येनभन्दा बढी भएका व्यक्तिहरू
- जापानमा रहेको विदेशी दूतावासमा काम गर्ने वा घरेलु कामदार जस्ता व्यक्तिहरू जसको आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकर तलब प्राप्त गर्दा कर सङ्कलन कट्टा नगरिएका व्यक्तिहरू
- आम्दानीमा कर कटौती नगरिने सार्वजनिक पेन्सन (विदेशमा प्राप्त गरिएको सार्वजनिक पेन्सन) प्राप्त गर्ने व्यक्तिहरू

(३) जापान छोड्ने अवस्थामा

1. तलब आम्दानी मात्र भएको अवस्थामा
   कार्यस्थलमा वर्षको अन्तिम समायोजनको जस्तै विधिबाट कर कटौती गरिएका आयकर र पुनर्निर्माण विशेष आयकरको रकमको मिलान गरिनेछ।
2. तलब आम्दानी बाहेक अन्य आय भएको अवस्थामा (कर विवरण दाखिला गर्नुपर्ने अवस्थामा):
   - कर प्रबन्धक नियुक्त गर्ने विधि:
     कर कार्यालयमा "आयकर कर प्रबन्धकको सूचना पत्र" पेस गर्नु पर्छ।
     कर प्रबन्धकले निर्धारित समयभित्र कर विवरण दाखिला गर्नु पर्छ।

- कर प्रबन्धक नियुक्त नगर्ने विधि:
  आफैले जापान छोड्नु अघि भएको सबै आयको बारेमा कर विवरण पेस गर्नु पर्छ। (प्रारम्भिक कर विवरण) ।

२ निवासी कर

जापान भित्र बसोबास गर्ने व्यक्तिहरूलाई, स्थानीय कर वा निवासी कर (प्रिफेक्चर कर र नगर कर) लागू गरिन्छ।

निवासी कर जनवरी १ मा जापानमा ठेगाना भएका व्यक्तिहरूमा लागु गरिन्छ, र करको रकम उक्त व्यक्तिको अघिल्लो वर्षको आयको आधारमा गणना गरिन्छ।

(१) तलब आम्दानी गर्ने व्यक्तिहरूको अवस्थामा

तलब भुक्तानी गर्ने व्यक्ति वा कम्पनीले, पेस गरेको तलब भुक्तानी विवरण पत्रको आधारमा,१ जनवरीमा ठेगाना भएको नगर प्रमुखले स्थानीय करको रकम गणना गर्छ। यो कर रकम सामान्यतया मे ३१ सम्ममा तलब भुक्तानी गर्ने व्यक्तिलाई सूचित गरिन्छ।तलब भुक्तानी गर्ने व्यक्ति वा कम्पनीले, सो वर्षको जुन देखि अर्को वर्षको मे सम्मको १२ महिनामा भुक्तानी गरिने प्रत्येक महिनाको तलबबाट यो कर रकम कटाएर, नगरमा भुक्तानी गरिन्छ।

(२) तलब आम्दानी बाहेक (व्यावसायिक आम्दानी, घरजग्गा आम्दानी भएका व्यक्तिहरूको अवस्थामा)

व्यक्तिगत कर विवरण दाखिलाको आधारमा, १ जनवरीमा ठेगाना भएको नगरप्रमुखले निवासी करको रकम गणना गर्छ। निवासी करको कर विवरण दाखिला मार्च १५ सम्म आफ्नो ठेगाना रहेको नगरमा गर्नुपर्छ।

आयकरको विवरण दाखिला गरेका व्यक्तिहरूले यो निवासी करको विवरण दाखिला गर्न आवश्यक छैन। गणना गरिएको निवासी करको रकम नगरपालिकाबाट पठाइएको कर सूचना पत्र मार्फत जानकारी गराइन्छ। यही कर सूचना पत्रको आधारमा, जुन ,अगस्त, अक्टोबर, र अर्को वर्षको जनवरी गरी ४ पटकमा निवासी कर तिर्नुपर्छ। करको समय सीमा नगर अनुसार भिन्न हुन सक्छ।

(३) जापान छोड्ने (आफ्नो देश फर्कने, १ वर्ष भन्दा धेरै समय जापान छोड्ने)अबस्थामा

जापान छोडेपछि कर तिर्ने प्रक्रिया सम्बन्धी, सो व्यक्तिको तर्फबाट कर व्यवस्थापन गर्ने कर प्रबन्धक नियुक्त गर्नुपर्छ र नगरप्रमुखलाई सूचित गर्नुपर्छ। यदि कर प्रबन्धक नियुक्त नगर्ने हो भने, जापान छोड्नु अगाडी नै आफैले निवासी करको सम्पूर्ण रकम भुक्तानी गर्नु पर्नेछ।

विस्तृत जानकारीको लागि नगरको निवासी कर विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

३ अन्य प्रमुख करहरू

(१) उपभोक्ता कर र स्थानीय उपभोक्ता कर (राष्ट्रिय कर/स्थानीय कर)

किनमेल वा भाडामा दिने र सेवाहरूको प्रदानमा १०% को कर दर (साधारण कर दर) लागू गरिन्छ। त्यस्तै, खाद्य पदार्थहरूको किनमेलमा (रक्सी, बाहिरी भोजन बाहेक) ८% को कर दर (सस्तो कर दर) लागू गरिएको छ।

(२) सवारी साधन कर (प्रकार अनुसार) (प्रान्तीय कर)

अप्रिल १ मा सवारी साधन भएका मालिकलाई सवारी साधन कर लाग्नेछ, मे महिनामा प्रान्तीय यातायात कर कार्यालयबाट पठाइएको कर सूचना पत्र मार्फत कर तिर्नुपर्दछ।

(३) हल्का सवारी साधन कर (प्रकार अनुसार) (नगर कर)

६६० CC भन्दा कम इन्जिन क्षमता भएका गाडी र मोटरसाइकल जस्ता साधनको अप्रिल १ मा सवारी साधन भएका मालिकलाई सवारी साधन कर लाग्नेछ, र ५ महिनामा नगर द्वारा पठाइएको कर सूचना पत्र मार्फत कर तिर्नुपर्दछ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

राष्ट्रिय कर (आयकर) सम्बन्धी

कर कार्यालय नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय
कावागोए कर कार्यालय	049-235-9411	452-2, Oaza Namiki, Kawagoe City	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ८:३० देखि १७:०० सम्म
कुमागाया कर कार्यालय	048-521-2905	41, Nakacho, Kumagaya City	
कावागुची कर कार्यालय	048-252-5141	2-2-17, Aoki, Kawaguchi City	
निशिकावागुची कर कार्यालय	048-253-4061	4-6-18, Nishikawaguchi, Kawaguchi City	
उरावा कर कार्यालय	048-600-5400	1-1, Shintoshin, Chūō-ku, Saitama City, Saitama Shintoshin Government Building 1st Building	
ओमिया कर कार्यालय	048-641-4945	3-184, Dotecho, Omiya Ward, Saitama City	
ग्योडा कर कार्यालय	048-556-2121	17-15, Sakaemachi, Gyoda City	
चिचिबु कर कार्यालय	0494-22-4433	1-2-41, Hinodamachi, Chichibu City	
टोकोरोजावा कर कार्यालय	04-2993-9111	1-7, Namiki, Tokorozawa City	
होन्जो कर कार्यालय	0495-22-2111	2-25-16, Ekinan, Honjo City	
हिगाशि मात्सुयामा कर कार्यालय	0493-22-0990	1-8-14, Yatakecho, Higashimatsuyama City	
खासुकाबे कर कार्यालय	048-733-2111	2-12-1, Onuma, Kasukabe City	
आगेओ कर कार्यालय	048-770-1800	577, Nishi-monmae, Ageo City	
कोशिगाया कर कार्यालय	048-965-8111	5-7-47, Akayama-cho, Koshigaya City	
आसाका कर कार्यालय	048-467-2211	1-1-46, Honcho, Asaka City	

प्रान्तीय कर सम्बन्धी

प्रान्तीय कर कार्यालयको नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय
साइतामा प्रान्तीय कर कार्यालय	048-822-5131	5-6-5, Kitaurawa, Urawa Ward, Saitama City	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ८:३० देखि १७:१५ सम्म
कावागुची प्रान्तीय कर कार्यालय	048-252-3571	2-13-1, Nishi-Aoki, Kawaguchi City	
आगेओ प्रान्तीय कर कार्यालय	048-772-7111	239-1, Minami, Ageo City	
आसाका प्रान्तीय कर कार्यालय	048-463-1671	1-3-1, Mihara, Asaka City	
कावागोए प्रान्तीय कर कार्यालय	049-242-1801	1-17-17, Araijukucho, Kawagoe City	
टोकोरोजावा प्रान्तीय कर कार्यालय	04-2995-2112	1-8-1, Namiki, Tokorozawa City	
हान्नो प्रान्तीय कर कार्यालय	042-973-5612	353, Futanoya, Hanno City	
हिगाशि मात्सुयामा प्रान्तीय कर कार्यालय	0493-23-8945	5-1, Rokkencho, Higashimatsuyama City	

चिचिबु प्रान्तीय कर कार्यालय	0494-23-2110	29-20, Higashimachi, Chichibu City	
होन्जो प्रान्तीय कर कार्यालय	0495-22-5675	1-4-6, Asahimachi, Honjo City	
कुमागाया प्रान्तीय कर कार्यालय	048-523-2809	3-9-1, Suehiro, Kumagaya City	
ग्योडा प्रान्तीय कर कार्यालय	048-556-5067	2-20, Honmaru, Gyoda City	
खासुकाबे प्रान्तीय कर कार्यालय	048-737-2110	1-76, Onuma, Kasukabe City	
कोशिगाया प्रान्तीय कर कार्यालय	048-962-2191	4-2-82, Koshigaya, Koshigaya City	

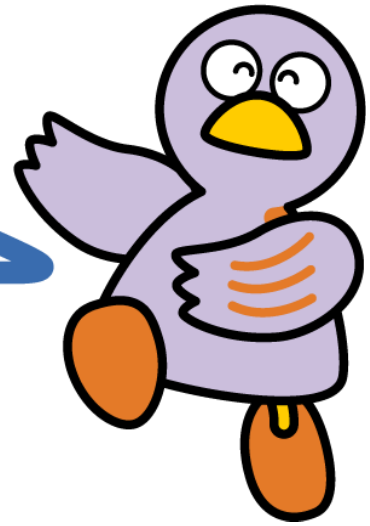
सवारी साधन कर सम्बन्धी

यातायात कर कार्यालयको नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय
साइतामा प्रान्तीय यातायात कर कार्यालय	कर निर्धारण: 048-658-0226 कर भुक्तानी: 048-641-2222	3-8-3 Shimomachi, Ōmiya-ku, Saitama City	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) ८:३० देखि १७:१५ सम्म
यातायात कर कल सेन्टर	0570-012-229		
साइतामा प्रान्तीय यातायात कर कार्यालय ओमिया शाखा	048-623-0600	2152 Nakakugi, Nishi-ku, Saitama City	
साइतामा प्रान्तीय यातायात कर कार्यालय कुमागाया शाखा	048-532-8011	701-5 Miyabigahara, Kumagaya City	
साइतामा प्रान्तीय यातायात कर कार्यालय टोकोरोजावा शाखा	04-2998-1321	690-1 Ushinuma, Tokorozawa City	
साइतामा प्रान्तीय यातायात कर कार्यालय खासुकाबे शाखा	048-763-4111	752-5 Masuko, Kasukabe City	

निवासी कर र हल्का सवारी साधन कर (नगर कर) सम्बन्धी

नगर कार्यालय (अध्याय १३ को सूची हेर्नुहोस्) लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

अध्याय ९
रोजगारी र काम गर्ने अवस्था



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

१. रोजगार योग्यता

२. रोजगारी

३. कार्यस्थलमा समस्या आएमा

१. रोजगार योग्यता

जापानमा रोजगारका लागि योग्य विदेशीहरू, रोजगार योग्य अनुमति प्राप्त गरीएको आवासीय योग्यता भएकाहरु मात्र हुन्। आवासीय योग्यता (स्थायी निवासी, जापानी नागरीकको परिवार, स्थायी निवासीको परिवार, दीर्घकालीन आवासीय भिसाहरू बाहेक) का आधारमा, काम गर्ने दायरा सीमित गरीएको छ। सांस्कृतिक गतिविधि, अल्पकालीन भ्रमण, विद्यार्थी, प्रशिक्षण,पारिवारिक भिसा, विशेष गतिविधि (यद्यपि, निर्दिष्ट अनुमतिको आधारमा निर्भर गर्दछ)जस्ता आवासीय योग्यता भएकाले रोजगारी गर्न सकिदैन।

`विद्यार्थी` `पारिवारिक भिसा` जस्ता आवासीय योग्यता लिई जापानमा बसोबास गरीरहेका विदेशी व्यक्तिले पार्ट टाइम जस्ता काम गर्न चाहेमा, पहिले स्थानीय अध्यागमन कार्यालयबाट योग्यताको दायरा बाहिरका गतिविधि(वर्क परमिट)को अनुमति लिन आवश्यक छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्थाको नाम	फोन नम्बर	यातायात	रिसेप्शन समय	गाइड भाषा
टोकियो अध्यागमन कार्यालय	0570―034259 (IP, विदेशबाट: 03―5796-7234)	5-5-30 Konan, Minato-ku, Tokyo JR शिनागावा स्टेशन कोनानगुचीबाट टोकियो बस शिनागावा पोर्ट सर्कुलेशन लिने र "टोकियो अध्यागमन	९:०० देखि १६:०० सम्म सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा	जापानी

		कार्यालय अगाडि" उत्रनुहोस्।	बाहेक)	
टोकियो अध्यागमन कार्यालय साइतामा शाखा कार्यालय	048-851-9671	5-12-1 Shimo-Ochiai, Chuo Ward, Saitama City, Saitama Prefecture Saitama 2nd General Legal Affairs Building 1F साइक्यो लाइन योनोहोम्माची स्टेशनबाट ८ मिनेट पैदल	९:०० देखि १६:०० सम्म सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)	जापानी

२. रोजगारी

(१) सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय (हलो-वर्क)
सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय (हलो-वर्क) भनेको, रोजगारीका लागि योग्य आवासीय अनुमति पत्र भएका रोजगारी खोजिरहेका विदेशीहरूलाई, रोजगारको सल्लाह, रोजगार सिफारिस, रोजगार बिमा भुक्तानी, सार्वजनिक व्यावसायिक प्रशिक्षणको व्यवस्था गर्दछ। रोजगारको आवेदन, नजिकको सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालयमा गर्न सकिन्छ।

(२) रोजगार बिमा प्रणाली
रोजगार बिमा प्रणाली भनेको, कर्मचारीहरूलाई बेरोजगारीको अवस्थामा आवश्यक भत्ताहरू प्रदान गर्दछ, कर्मचारीको जीवन र रोजगारको स्थिरता सुनिश्चित गर्ने उद्देश्य राखी पुनः रोजगार प्राप्त गर्नमा मदत गर्ने रोजगार प्रणाली हो।
(अनुदानहरू प्राप्त गर्नका लागि निश्चित सर्तहरू पूरा गर्नुपर्दछ।)

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय (हलो-वर्क)

सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालयको नाम	फोन नम्बर	विदेशी रोजगार सेवा कर्नर रिसेप्शन (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)	ठेगाना
उरावा सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-832-2461	शुक्रबार: अंग्रेजी, स्पेनिश, पोर्तुगाली	5-8-40 Tokiwa, Urawa Ward, Saitama City
ओमिया सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-667-8609	बुधबार: चिनियाँ शुक्रबार: अंग्रेजी र पोर्तुगाली	1-525 Taiseicho, Omiya Ward, Saitama City
कावागुची सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-251-2901	सोमबार: अंग्रेजी, स्पेनिश मंगलबार: अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिश बुधबार: स्पेनिश, पोर्तुगाली, चिनियाँ बिहिबार: भियतनामी शुक्रबार: अंग्रेजी, स्पेनिश,	3-2-7 Aoki, Kawaguchi City

		पोर्तुगाली	
कुमागाया सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-522-5656	मंगलबार र बिहिबार: अंग्रेजी, स्पेनिश, पोर्तुगाली	5-6-2 Hakoda, Kumagaya City
कुमागाया सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय होन्जो शाखा	0495-22-2448	सोमबार, बुधबार र शुक्रबार: स्पेनिश, पोर्तुगाली	2-5-1 Chuo, Honjo City
कावागोए सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	049-242-0197	सोमबार: स्पेनिश, पोर्तुगाली बिहिबार: अंग्रेजी, स्पेनिश, पोर्तुगाली	1-19-8 Toyodahon, Kawagoe City Kawagoe Joint Government Building 1F
कावागोए सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय हिगाशिमात्सुयामा शाखा	0493-22-0240		1088-4 Uenomoto, Higashimatsuyama City
टोकोरोजावा सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	04-2992-8609		6-1-3 Namiki, Tokorozawa City Tokorozawa Joint Government Building 1st and 2nd floors
टोकोरोजावा सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय हान्नो शाखा	042-974-2345		94-15 Futayagi, Hanno City 1F Hanno Joint Government Building
चिचिबु सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	0494-22-3215		1002-1 Shimogagemori, Chichibu City
खासुकाबे सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-736-7611	सोमबार: अंग्रेजी, पोर्तुगाली बिहिबार: स्पेनिश	61-3 Shimoomasushinden, Kasukabe City
ग्योडा सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-556-3151		943Nagano, Gyoda City
सोका सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-931-6111	बुधबार: अंग्रेजी, पोर्तुगाली बिहिबार: चिनियाँ शुक्रबार: अंग्रेजी, पोर्तुगाली	4-10-7 Benten, Soka City
आसाका सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-463-2233	शुक्रबार: अंग्रेजी	1-1-37 Honmachi, Asaka City
कोशिगाया सार्वजनिक रोजगार सुरक्षा कार्यालय	048-969-8609	मंगलबार: अंग्रेजी, पोर्तुगाली	1-5-6 Higashikoshigaya, Koshigaya City

*विदेशी रोजगार सेवा कर्नर रिसेप्शन समय

- उरावा, ओमिया, कुमागाया, सोका, कोशिगाया: 10:00-12:00, 13:00-15:30
- कावागुची: 10:00-12:00, 13:00-16:00
- होन्जो, कासुकाबे, आसाका: 10:00-12:00, 13:00-15:15
- कावागोए: 10:00-12:00, 13:00-15:45

अन्य सम्पर्क केन्द्रहरू

नाम	लक्षित व्यक्ति	फोन नम्बर	ठेगाना	गाइड भाषा	रिसेप्शन समय (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
साइतामा रोजगार केन्द्र https://hwus.jp/	उमेर/लिंग सीमितता छैन	048-826-5601	1-10-1 Numakage, Minami-ku, Saitama City 3rd floor, Ramza Tower	जापानी	सोमबार〜शुक्रबार: 10:00〜19:00, शनिबार: 10:00〜17:00 (सेवा अनुसार समय फरक हुन सक्छ, तपाईंले वेबसाइट हेर्न सक्नुहुन्छ)
युवा स्वावलम्बन केन्द्र साइतामा https://www.yisc-saitama.com/	१५ देखि ४९ वर्षसम्मका बेरोजगार व्यक्ति र उनीहरूका आमाबुवा तथा परिवारजनहरू	048-255-8680	3-2-2Kawaguchi, Kawaguchi City Kawaguchi Youth Dream Work 3rd floor	जापानी	सोमबार〜शनिबार: 9:00〜17:00
साइतामा महिला क्यारियर केन्द्र https://www.pref.saitama.lg.jp/swcc/	महिलाहरू	048-601-5810	2-2 Shintoshin, Chuo Ward, Saitama City Hotel Brillante Musashino 4th floor	जापानी	सोमबार〜शनिबार: 9:30〜17:30 (हरेक महिनाको तेस्रो बिहिबार बन्द)
		(टेलिफोन परामर्श मात्र) 048-601-1023			सोमबार〜शुक्रबार 9:00 ~ 16:30 (11:30-12:30 ब्रेक टाइम)

					(हरेक महिनाको तेस्रो बिहिबार बन्द)
टोकियो विदेशी रोजगार सेवा केन्द्र https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/	व्यावसायिक वा प्राविधिक क्षेत्रहरूमा काम गर्ने अनुमति(इन्जिनियर/मानविकी/अन्तर्राष्ट्रिय सेवाहरूमा विशेषज्ञ" वा "दक्ष कामदार") रोजगार योग्य आवासीय योग्यता भएकाहरू र जापानमा रोजगारी खोज्न चाहने अन्तर्राष्ट्रिय विद्यार्थीहरू	03-5361-8722	Yotsuya Tower 13F, 1-6-1 Komore Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ (दोभाषे सेवाको लागि अग्रिम जानकारी आवश्यक छ)	सोमबार〜शुक्रबार: 9:00〜17:00
शिन्जुकु विदेशी रोजगार सहयोग केन्द्र https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku/madoguchi_goannai/gaisen.html	आवासीय योग्यता जापानी नागरीकको परिवार, स्थायी निवासी जस्ता रोजगारमा कुनै प्रतिबन्ध नभएका व्यक्तिहरू र, पार्ट-टाइम काम चाहने विदेशी विद्यार्थीहरू	03-3204-8609	Hello Work Shinjuku (Kabukicho office building) 1st floor, 2-42-10 Kabukicho, Shinjuku-ku, Tokyo	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ (दोभाषे सेवा पूर्ण रूपमा बुकिङ आधारित)	सोमबार〜शुक्रबार: 8:30〜17:15
ग्लोबल मानव संसाधन विकास केन्द्र साइतामा (GGS) https://www.ggsaitama.jp/	जापानका स्नातकोत्तर/विश्व विद्यालय, छोटो अवधिका विश्वविद्यालयहरूमा अध्ययन गरीरहेका विदेशी विद्यार्थीहरू, जसले जापानमा रोजगार खोज्न चाहनेहरू	048-833-2995	5-6-5 Kita-Urawa, Urawa-ku, Saitama City (Urawa Joint Government Building, 3rd floor Saitama International Culture Exchange Association (Public Foundation)	जापानी	सोमबार〜शुक्रबार: 8:30〜17:15

(३) पार्टटाइम कामको बहानामा अपराधमा संलग्न हुनबाट सावधान

सामाजिक सञ्जाल जस्ता इन्टरनेट या कुनै परिचित व्यक्तिबाट परिचय, आदि ले "पैसा मात्र निकाल्नुहोस्" वा "सामान लिने मात्र" जस्ता भनेर पार्ट-टाइम काम गर्न आमन्त्रित गर्दा सावधान रहनुहोस्।

यस्ता पार्टटाइम कामहरूमा:

- अरू कसैको इन्टरनेट बैङ्किङमा अवैध पहुँच प्राप्त गरी, पूर्व तयारी गरीएको खातामा पैसा सार्ने अवैध ट्रान्सफर अपराधको नगद निकासी गर्ने व्यक्ति
- अरूको ID र पासवर्ड प्रयोग गरी इन्टरनेटबाट सामान ठग्ने अपराधमा संलग्न हुन सकिन्छ।

तसर्थ, अपराधमा भाग लिन बाध्य हुन सक्ने   जोखिम भएकोले सावधान रहनुहोस्।

साथै,

- आफ्नो नाममा रहेको बैङ्क खाता (पासबुक वा क्यास कार्ड) अरूलाई हस्तान्तरण गर्नु
- आफ्नो नाममा रहेको मोबाइल फोन अरूलाई हस्तान्तरण गर्नु

अपराध हुने भएकोले कुनै पनि हालतमा नगर्नुहोस्।

(४) रोजगार सम्बन्धी जानकारी प्रदान गर्ने

"WORK IN SAITAMA-विदेशीहरूलाई कम्पनीहरूसँग जोड्ने पोर्टल साइट-" मा, विदेशीहरूलाई काममा राख्न चाहने कम्पनीहरूको बारेमा जानकारी छ। वेबसाइटले प्रिफेक्चरमा काम गर्ने विदेशीहरूको लागि परामर्श डेस्क र अन्य जानकारीहरू पनि सूचीबद्ध गर्दछ।

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/workinsaitama/index.html

३. कार्यस्थलमा समस्या आएमा

विदेशी कामदारहरूको लागि परामर्श हटलाइन

काम गर्ने अवस्था आदिका बारेमा, विदेशी भाषामा सोधपुछको लागि टेलिफोन परामर्श सेवा यहाँ उपलब्ध छ (विदेशी कामदार परामर्श कर्नरमा जोडिने छ)। "विदेशी कामदार परामर्श हटलाइन" मार्फत परामर्शको शुल्क ल्याण्डलाइनबाट प्रति १८० सेकेन्डमा ८.७ येन (कर सहित) र मोबाइल फोनबाट प्रति २० सेकेन्डमा १० येन (कर सहित) लाग्छ। शुल्क कल गर्ने व्यक्तिले नै वहन गर्नुपर्नेछ।

यसको अतिरिक्त, अस्थायी रूपमा खुल्ने दिन र खुल्ने समय परिवर्तन हुन सक्छ।

भाषा	फोन नम्बर	खुल्ने दिन	खुल्ने समय
अंग्रेजी	0570-001-701	सोमबार～शुक्रबार	10:00～15:00 (दिउँसो 12:00～13:00 बाहेक)
चिनियाँ	0570-001-702		
पोर्तुगाली	0570-001-703		
स्पेनिश	0570-001-704		
टागालोग	0570-001-705		
भियतनामी	0570-001-706		
म्यानमारी	0570-001-707	सोमबार	
नेपाली	0570-001-708	सोमबार～बिहिबार	
कोरियाली	0570-001-709	बिहिबार, शुक्रबार	
थाई	0570-001-712	बुधबार	
इन्डोनेसियाली	0570-001-715		
कम्बोडियन (खमेर)	0570-001-716		
मंगोलियन	0570-001-718	शुक्रबार	

*वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्ष (डिसेम्बर २९ देखि जनवरी ३ सम्म) बाहेक

(१) श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय

श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय सरकारी निकाय हो, जसले तलब, काम गर्ने समय जस्ता श्रम सर्तहरू तोकिएको श्रम मापदण्ड ऐन र कार्यस्थलमा श्रमिकहरूको सुरक्षा र स्वास्थ्य सुनिश्चित गर्नका लागि बनाइएको श्रम सुरक्षा तथा स्वास्थ्य ऐन पालना भएको सुनिश्चित गर्न अनुगमन र निर्देशन दिन्छ।
साथै, काम गर्ने क्रममा कुनै श्रमिक घाइते भएमा श्रम दुर्घटना बिमा मार्फत क्षतिपूर्ति प्रदान गर्दछ।

- **श्रम दुर्घटना बिमा राहत**

  काममा वा यात्रा गर्ने क्रममा घाइते भएमा, बिरामी परेमा वा अपाङ्गता भएमा वा मृत्यु भएमा, श्रम दुर्घटना क्षतिपूर्ति बिमा ऐन अन्तर्गत उपचार (क्षतिपूर्ति) भत्ता, बिदा (क्षतिपूर्ति) भत्ता, अपाङ्गता (क्षतिपूर्ति) भत्ता, तथा पारिवारिक (क्षतिपूर्ति) भत्ताजस्ता विभिन्न राहत रकम प्रदान गरिन्छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

श्रम कार्यालय

श्रम कार्यालय	फोन नम्बर	विदेशी भाषा परामर्श काउण्टर	ठेगाना
साइतामा श्रम कार्यालय श्रम मापदण्ड निरीक्षण शाखा विदेशी श्रमिक परामर्श कर्नर	048-600-6204 (जापानी) 048-816-3596 (अंग्रेजी) 048-816-3597 (चिनियाँ) 048-816-3598 (भियतनामी)	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) 9:00 ~ 12:00 र 13:00 ~ 16:30	11-2 Shintoshin, Chuo-ku, Saitama City Land Axis Tower, 15th floor

श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय

श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय
साइतामा श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय	048-600-4801	11-2 Shintoshin, Chuo-ku, Saitama City Land Axis Tower, 14th floor	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) 8:30 ~ 17:15
कावागुची श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय	048-252-3773	2-10-2 Kawaguchi, Kawaguchi City	
कुमागाया श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय	048-533-3611	5-95 Beppu, Kumagaya City	
कावागोए श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय	049-242-0891	Kawagoe Joint Government Building 2nd floor, 1-19-8 Toyodahon, Kawagoe City	
खासुकाबे श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय	048-735-5226	3-10-13 Minami, Kasukabe City	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक) 8:30 ~ 17:15
टोकोरोजावा श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय	04-2995-2555	Tokorozawa Joint Government Building 3rd floor, 6-1-3 Namiki, Tokorozawa City	
ग्योडा श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय	048-556-4195	2-6-14 Sakuracho, Gyoda City	
चिचिबु श्रम मापदण्ड	0494-22-3725	23-24 Kamimiyajicho, Chichibu City	

निरीक्षण कार्यालय			

(२) सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र

साइतामा श्रम विभागले रोजगार वातावरण र समानता विभाग सहित प्रिफेक्चर भरि ९ स्थानहरूमा "सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र" स्थापना गरी, श्रम समस्याहरूको बारेमा परामर्श प्रदान गर्दै आइरहेको छ। जागिरबाट हटाइएको, तलब कटौती, कार्यस्थलमा दुर्व्यवहार (हिंसा) आदि समस्या भएका व्यक्तिहरूले यी परामर्श केन्द्रहरूमा परामर्श लिन सक्नुहुन्छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
साइतामा श्रम कार्यालय सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	048-600-6262	11-2 Shintoshin, Chuo-ku, Saitama City Land Axis Tower, 16th floor	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म 9:00 ~ 17:00
साइतामा सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	048-614-9977	11-2 Shintoshin, Chuo-ku, Saitama City Land Axis Tower, 14th floor साइतामा श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म 9:00 ~ 16:30
कावागुची सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	048-498-6648	2-10-2 Kawaguchi, Kawaguchi City कावागुची श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	
कुमागाया सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	048-511-7010	5-95 Beppu, Kumagaya City श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	
कावागोए सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	049-210-9334	Kawagoe Joint Government Building 2nd floor, 1-19-8 Toyodahon, Kawagoe City कावागोए श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	
खासुकाबे सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	048-614-9968	3-10-13 Minami, Kasukabe City खासुकाबे श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	
टोकोरोजावा सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	04-2003-6967	Tokorozawa Joint Government Building 3rd floor, 6-1-3 Namiki, Tokorozawa City टोकोरोजावा श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	
ग्योडा सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	048-556-4195	2-6-14 Sakuracho, Gyoda City ग्योडा श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	
चिचिबु सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र	0494-22-3725	23-24 Kamimiyajicho, Chichibu City चिचिबु श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय भित्र	

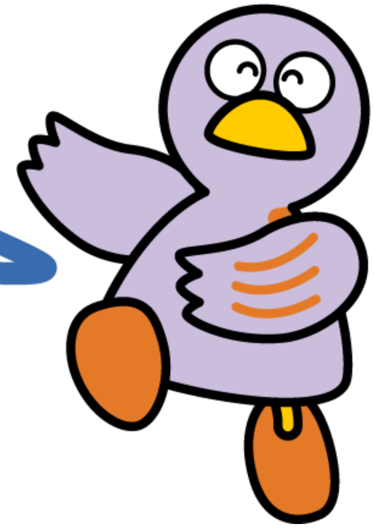
(३) अन्य परामर्श केन्द्रहरू

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	भाषा	परामर्श समय (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
साइतामा प्रिफेक्चर श्रम परामर्श केन्द्र https://www.pref.saitama.lg.jp/a0809/rodo/rodosodan/index.html	048-830-4522	3-15-1 Takasago, Urawa-ku, Saitama City Prefectural Office 2nd Building 1st floor	जापानी	टेलिफोन श्रम परामर्श (सोमबारदेखि शुक्रबार) रिसेप्शन 9:00 ~ 16:30 कार्यालयमा श्रम परामर्श (सोमबारदेखि शुक्रबार) रिसेप्शन 9:00 ~ 16:00
साइतामा प्रिफेक्चर श्रम आयोग https://www.pref.saitama.lg.jp/shigoto/rodo/rodo/index.html	048-830-6452 048-830-6465 * मध्यस्थता (विज्ञहरूले तपाई र कम्पनीको विवाद समाधान गर्न मद्दत गर्नेछन्।)	3-15-1 Takasago, Urawa-ku, Saitama City Prefectural Office 3rd Building 4th floor	जापानी	सोमबारदेखि शुक्रबार 8:30 ~ 17:15
साइतामा प्रिफेक्चर सामाजिक बिमा र श्रम परामर्शदाता संघ सामान्य श्रम परामर्श केन्द्र https://www.saitamakai.or.jp/	048-826-4860	1-1-1Takasago, Urawa Ward, Saitama City Asahi Life Urawa Building 7th floor	जापानी	बुधबार (बुकिङ आवश्यक): 10:00 ~ 16:00 (फेस टु फेस परामर्श)
विदेशीहरूको लागि सामान्य परामर्श केन्द्र साइतामा	048-833-3296 *सार्वजनिक संस्थाहरू (जस्तै नगर कार्यालय) मा जापानी भाषा नबुझी समस्या भयो भने, कर्मचारीलाई आग्रह गरी	5-6-5 Kita-Urawa, Urawa-ku, Saitama City (Urawa Joint Government Building, 3rd floor Saitama	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिश, पोर्तुगाली, उत्तर/ दक्षिण कोरियाली, टागालोग, थाई, भियतनामी,	सोमबारदेखि शुक्रबार 9:00 ~ 16:00 अध्यागमन प्रणाली, श्रम समस्या, कानूनी समस्या, र सामाजिक समस्या सम्बन्धी व्यक्तिगत परामर्शको लागि

	फोन गर्न लगाउनुहोस। फोनमार्फत अनुवाद सेवा उपलब्ध हुनेछ।	International Culture Exchange Association (Public Foundation) भित्र	इन्डोनेसियाली, नेपाली, रुसी, युक्रेनी (बुकिङ आवश्यक)	अग्रिम बुकिङ रुसी भाषा: 10:00 ~ 16:00

अध्याय १०
सवारी चालक अनुमति पत्र



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

१　विदेशी अनुमति पत्र परिवर्तन परीक्षण
२　चालक अनुमति पत्र नवीकरण
३　चालक अनुमति पत्र परीक्षा
४　चालक अनुमति पत्रको म्याद सकिएपछि गर्नुपर्ने प्रक्रियाहरू
५　ठेगाना आदि परिवर्तन प्रक्रिया
६　सवारी साधन खरिद र दर्ता
७　सवारी साधन बिमा

जापानमा सवारी साधन चलाउनका लागि जापानी चालक अनुमति पत्र आवश्यक छ। यसका लागि, जापानी चालक अनुमति परीक्षा दिनु पर्नेछ वा विदेशी चालक अनुमति पत्र जापानी चालक अनुमति पत्रमा परिवर्तन गर्नको लागि परीक्षण प्रक्रिया पास गर्नुपर्नेछ। यसका अतिरिक्त, जेनेभा महासन्धिको सदस्य राष्ट्रद्वारा जारी गरिएको अन्तर्राष्ट्रिय चालक अनुमति वा जापानको सरकारी अध्यादेशले तोकेको देश वा क्षेत्र (स्विट्जरल्याण्ड, जर्मनी, फ्रान्स, बेल्जियम, मोनाको, ताइवान) को चालक अनुमति पत्र (जापानी भाषामा अनुवादित कागजात संलग्न गरिएको अवस्थामा मात्र) भएकाहरूले जापानमा प्रवेश गरेको मितिले एक वर्षको अवधिमा उक्त चालक अनुमतिले चलाउने भएको सवारी साधन चलाउन सकिन्छ।
तर, १ वर्ष भने पनि आफ्नो देशको अनुमति पत्रको म्याद भित्र मात्र लागू हुनेछ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्थाको नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक)
साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरी	048-543-2001	405-4 Konosu, Konosu	विदेशी अनुमति पत्र

चालक अनुमति पत्र केन्द्र	टेलिफोन / फ्याक्स गाइड 048-541-1234	City यातायात: ताकासाकी लाइन कोनोसु स्टेशन पूर्व गेट 3नं. बस स्टपबाट "अनुमति केन्द्र जाने" बसको अन्तिम स्टपमा झर्नुहोस्।	परिवर्तनको पूर्व परामर्शको लागि आवेदन रिसेप्शन: 9:30 ~ 10:00 अनुमति पत्र परिवर्तन परीक्षण आवेदन (पूर्व परामर्श सम्पन्न गरिसकेकाहरूको लागि मात्र): 13:00 ~ 13:45

१ विदेशी अनुमति पत्र परिवर्तन परीक्षण

विदेशी अनुमति पत्र परिवर्तन गर्न सकिने विदेशी देशबाट जारी गरिएको वैध चालक अनुमति पत्र, त्यो देशमा अनुमति पत्र प्राप्त गरेको 3 महिना भन्दा बढी समय बस्नु भएको छ भने, जापानी चालक अनुमति पत्र परिवर्तनको लागि आवेदन गर्न सक्नुहुन्छ। आवेदन दिने स्थान साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरी चालक अनुमति पत्र केन्द्र हो। आवेदनको लागि निम्नलिखित कागजातहरू आवश्यक पर्दछन।

- राहदानी (पासपोर्ट)
- आवासीय कार्ड, विशेष स्थायी निवासी प्रमाणपत्र आदि
- आवासीय प्रमाणपत्र (सबै विवरण (व्यक्तिगत नम्बर बाहेक))
- विदेशी चालक अनुमति पत्र
- विदेशी चालक अनुमति पत्रको जापानी अनुवाद (सम्बन्धित देशको दूतावास वा जापान सरकारले मान्यता दिएको संस्था (JAPAN AUTOMOBILE FEDERATION(JAF), ZIPLUS Co., Ltd.) बाट बनाइएको मात्र)
- फोटो (उचाइ 3.0 सेमी × चौडाइ 2.4 सेमी) 2 वटा
- आवेदन शुल्क

अन्य प्रमाणपत्रहरूको आवश्यकता पर्न सक्नेछ, त्यसैले कृपया साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरीको वेबसाइट (विदेशी चालक अनुमति पत्रलाई जापानी चालक अनुमति पत्रमा परिवर्तन गर्ने आवेदन दिनेहरूका लागि) मा आवश्यक कागजातहरू चेक गर्नुहोस्।
आवेदन दिनु अघि, चालक अनुमति केन्द्रको विदेशी अनुमति पत्र परिवर्तन परामर्श कक्षमा पूर्व परामर्श लिनुहोस्। (पूर्व परामर्शमा कागजातहरूको प्रमाणित नभएका व्यक्तिहरूको अनुमति पत्र परिवर्तन आवेदन स्वीकार गरिने छैन।)

< साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरी साइतामा प्रिफेक्चर प्रहरी >

२ चालक अनुमति पत्र नवीकरण

चालक अनुमति पत्रको म्याद उमेर, चालक अनुभव, र उल्लङ्घनको आधारमा 3 देखि 5 वर्षसम्म हुन्छ, र म्याद अनुमति

पत्रमा उल्लेख गरिएको छ।
अनुमति पत्रको नवीकरण, नवीकरण अवधि (म्याद सकिने समयको जन्मदिनको एक महिना अगाडिदेखि म्याद सकिने मितिसम्म) भित्र गर्न आवश्यक छ। नवीकरण प्रक्रियाको स्थान, आवेदन समय, र आवेदन शुल्कको विवरण नवीकरण अवधि सुरु हुनु अघि पठाइने सूचना पत्रमा उल्लेख गरिएको हुन्छ।
यदि नवीकरण अवधि भए पनि सूचना पत्र प्राप्त भएन भने, चालक अनुमति केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्। आवेदनका लागि निम्न कागजातहरू आवश्यक छन्:

- चालक अनुमति पत्र
- आवासीय योग्यता प्रमाणित गर्न सक्ने कागजात (आवासीय कार्ड, विशेष स्थायी निवासी प्रमाणपत्र, व्यक्तिगत नम्बर नभएको आवासीय प्रमाणपत्र, राहदानी)
- आवेदन शुल्क

३ चालक अनुमति पत्र परीक्षा

(१) आवेदन स्थान: चालक अनुमति पत्र केन्द्र
(२) सेवा समय: सोमबार देखि शुक्रबार (बिदा, डिसेम्बर 29 देखि जनवरी 3 बाहेक)
बिहान 8:30 देखि 9:15 सम्म
※अस्थायी अनुमति पत्रको लागि अग्रिम बुकिङ आवश्यक छ (साइतामा प्रहरीको वेबसाइटबाट अनलाइन बुकिङ गर्न सकिन्छ)
(३) आवश्यक कागजात: अनुमति पत्रको प्रकार अनुसार फरक हुन्छ।

- आवासीय कार्ड, विशेष स्थायी निवासी प्रमाणपत्र आदि
- आवासीय प्रमाणपत्र (सबै विवरण (व्यक्तिगत नम्बर बाहेक))
- फोटो (उचाइ 3.0 सेमी × चौडाइ 2.4 सेमी) 2 देखि 3 वटा
- आवेदन शुल्क

  ※लेखित परीक्षा (दोस्रो श्रेणी अनुमति पत्र र सानो विशेष अनुमति पत्र बाहेक) निम्न विदेशी भाषाहरूमा दिन सकिन्छ:

  - पहिलो श्रेणी अनुमति पत्र, दोस्रो श्रेणी अनुमति पत्र र अस्थायी अनुमति पत्र (20 भाषाहरू):
    अङ्ग्रेजी, पोर्तुगाली, चिनियाँ, भियतनामी, अरबी, इन्डोनेसियाली, युक्रेनियन, उर्दू, कोरियाली, खमेर, सिन्हाला, स्पेनिस, थाई, तागालोग, नेपाली, हिन्दी, फारसी, म्यानमारी, मंगोलियन, रसियन
  - मोपेड (125CC भन्दा सानो बाइक)अनुमति पत्र (4 भाषाहरू):
    अङ्ग्रेजी, पोर्तुगाली, चिनियाँ, भियतनामी

४ चालक अनुमति पत्रको म्याद सकिएपछि गर्नुपर्ने प्रक्रियाहरू

चालक अनुमति पत्र नवीकरण नगरी म्याद नाघेको खण्डमा, फेरि चालक अनुमति पत्र लिनु पर्छ। तर, म्याद नाघेको पनि निश्चित अवधि भित्र भएमा, चालक अनुमति पत्र परीक्षाको केही भाग (लिखित र प्रयोगात्मक परीक्षा) बाट छुट दिई अनुमति पत्र प्राप्त गर्न सकिन्छ। (नयाँ अनुमति पत्र जारी नभएसम्म अनुमति पत्र नभएको हुनेछ र नयाँ अनुमति पत्र नलिए सम्म सवारीसाधन चलाउन पाइने छैन।
प्रक्रिया चालक अनुमति पत्र केन्द्रमा गरिन्छ।

(१) अपरिहार्य कारण नभएका व्यक्तिहरू (भूलवश नवीकरण प्रक्रिया नगरेका व्यक्तिहरू):

क) अनुमति पत्रको म्याद नाघेको 6 महिना भित्र भएमा:
निश्चित प्रक्रिया पूरा गरी लिखित र प्रयोगात्मक परीक्षा बिना चालक अनुमति पत्र प्राप्त गर्न सकिन्छ, तर अघिल्लो चालक अनुमति पत्रको अनुभव जोडिँदैन।

ख) अनुमति पत्रको म्याद नाघेको 6 महिना भन्दा बढी तर 1 वर्ष भित्र भएमा:

ठूलो, मध्यम, अर्ध-मध्यम, वा सामान्य सवारी चलाउन सक्ने अनुमति लिएका व्यक्तिहरूले लिखित र प्रयोगात्मक परीक्षा बिना अस्थायी अनुमति प्राप्त गर्न सक्छन्। ती बाहेकका अनुमति पत्र (जस्तै ठूलो विशेष सवारी वा मोटरसाइकल आदि, जसमा अस्थायी अनुमति हुँदैन) लिएका व्यक्तिहरूका लागि कुनै राहत सुविधा हुँदैन।

(२) अपरिहार्य कारण भएका व्यक्तिहरू (अस्पतालमा भर्ना, विदेश बसाइँ जस्ता कारणले नवीकरण प्रक्रिया गर्न नसकेका व्यक्तिहरू):

क) अनुमति पत्रको म्याद नाघेको 6 महिना भित्र भएमा:

निश्चित प्रक्रिया अनुसार लिखित र प्रयोगात्मक परीक्षा बिना अनुमति पत्र प्राप्त गर्न सकिन्छ। यस अवस्थामा, अघिल्लो ड्राइभिङ अनुमति पत्रको अनुभव जोडिन्छ।

ख) अनुमति पत्रको म्याद नाघेको 6 महिना भन्दा बढी तर 3 वर्ष भित्र भएमा:

अपरिहार्य कारण समाप्त भएको 1 महिना भित्र प्रक्रिया गरेमा लिखित र प्रयोगात्मक परीक्षा बिना अनुमति पत्र प्राप्त गर्न सकिन्छ। यस अवस्थामा, अघिल्लो ड्राइभिङ अनुमति पत्रको अनुभव जोडिन्छ।

(३) आवश्यक कागजात:

क) सेवा समय:

सोमबार देखि शुक्रबार (बिदा, डिसेम्बर 29 देखि जनवरी 3 बाहेक)
दिउँसो 1:00 देखि 1:45 सम्म

ख) आवश्यक कागजात:

१) म्याद नाघेको अनुमति पत्र
२) आवासीय कार्ड, विशेष स्थायी निवासी प्रमाणपत्र आदि
३) आवासीय प्रमाणपत्र (सबै विवरण (व्यक्तिगत नम्बर बाहेक))
४) फोटो (उचाइ 3.0 सेमी × चौडाइ 2.4 सेमी) 1 वटा (अस्थायी अनुमति पत्रको लागि 3 वटा)
५) "नवीकरण सूचना" पोस्टकार्ड (नभए पनि प्रक्रिया गर्न सकिन्छ)
६) अनिवार्य कारण भएका व्यक्तिहरूले त्यो कारण र अवधि प्रमाणित गर्न सक्ने कागजात (डाक्टरको प्रमाणपत्र, राहदानी आदि)
७) आवेदन शुल्क

५ ठेगाना आदि परिवर्तन प्रक्रिया

ठेगाना वा नाम परिवर्तन गरेको खण्डमा, चालक अनुमति प्रमाणपत्रमा सो विवरण परिवर्तन गर्नु आवश्यक छ। यथाशक्य छिटो नजिकको प्रहरी कार्यालय (कोनोसु प्रहरी कार्यालय बाहेक) वा चालक अनुमति केन्द्रमा प्रक्रिया गर्नुहोस्। आवेदनका लागि निम्न कागजातहरू आवश्यक छन्।

- चालक अनुमति पत्र
- नयाँ ठेगाना प्रमाणित गर्न सक्ने कागजात (आवासीय प्रमाणपत्र, कर सूचना, पानी वा टेलिफोन बिल आदि)
- आवासीय योग्यता प्रमाणित गर्न सक्ने कागजात (आवासीय कार्ड, विशेष स्थायी निवासी प्रमाणपत्र, व्यक्तिगत नम्बर नभएको आवासीय प्रमाणपत्र, राहदानी)
  * जन्मस्थान, नाम, जन्म मिति परिवर्तन गर्दा, राष्ट्रियता, आवासीय योग्यता, आवासीय अवधि प्रमाणित गर्न सक्ने कागजात (व्यक्तिगत नम्बर नभएको आवासीय प्रमाणपत्र) प्रतिलिपि 1 प्रति पेस गर्नुहोस्

६ सवारी साधन खरिद र दर्ता

सवारी साधन खरिद, निष्क्रिय करण, ठेगाना परिवर्तन, स्वामित्व परिवर्तन गर्दा, सवारीको प्रकार अनुसार निम्न स्थानमा दर्ता आवेदन गर्नु आवश्यक छ।

सवारी साधनको प्रकार	दर्ता स्थान
सामान्य सवारी साधन र 125cc भन्दा ठुलो मोटरसाइकल	कान्तो यातायात कार्यालय साइतामा शाखा वा सवारी साधन निरीक्षण दर्ता कार्यालय
हल्का सवारी साधन (660cc वा कम)	हल्का सवारी साधन निरीक्षण संघ साइतामा कार्यालय वा शाखा
मोपेड (125CC भन्दा सानो बाइक)	नगर कर कार्यालय

सामान्य सवारी साधनको खरिद र दर्ता गर्दा निम्न कागजातहरू आवश्यक छन् (स्वामित्व परिवर्तनको खण्डमा):

- स्वामित्व हस्तान्तरण प्रमाणपत्र (पुरानो मालिकको मोहोर (हान्को) लागेको)
- पुरानो र नयाँ मालिकको मोहोर (वा प्रतिनिधि आवेदन गर्दा मोहोर लागेको प्रतिनिधि अनुमति पत्र)
- पुरानो र नयाँ मालिकको मोहोर प्रमाणपत्र (जारी भएको 3 महिना भित्रको)
- सवारी साधन राख्ने ठाउँको प्रमाणपत्र (जारी भएको 40 दिन भित्रको) *पुरानो र नयाँ मालिकको ठेगाना एउटै भए छोड्न सकिन्छ
- सवारी साधन निरीक्षण प्रमाणपत्र (मान्य अवधि भएको)
  *नम्बर परिवर्तन गर्दा, माथिका कागजातहरूसँगै सवारी साधन पनि आवश्यक छ।
  *सवारी साधन निरीक्षण प्रमाणपत्रमा उल्लेख गरिएको मालिकको ठेगाना, नाम आदि मोहोर प्रमाणपत्रसँग मेल नखाएमा, त्यो परिवर्तन प्रमाणित गर्ने कागजात (आवासीय प्रमाणपत्र आदि) आवश्यक छ।

बसाइसराइ (ठेगाना परिवर्तन) गर्दा निम्न कागजातहरू आवश्यक छन्:

- आवासीय प्रमाणपत्र (जारी भएको 3 महिना भित्रको)
  *सवारी साधन निरीक्षण प्रमाणपत्रमा उल्लेखित ठेगानाबाट हालसम्मको सम्बन्ध स्पष्ट गर्ने कागजात आवश्यक छ।
- सवारी साधन राख्ने ठाउँको प्रमाणपत्र (जारी भएको 40 दिन भित्रको)
- प्रतिनिधि अनुमति पत्र (प्रतिनिधि द्वारा आवेदन गर्दा)
  *मालिक र प्रयोगकर्ता फरक भएमा, दुवैको आवश्यकता हुन्छ।
- सवारी साधन निरीक्षण प्रमाणपत्र
  *नम्बर परिवर्तन गर्दा, माथिका कागजातहरूसँगै सवारी साधन पनि आवश्यक छ।
  *विस्तृत जानकारीको लागि तलको सम्पर्क कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्थाको नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय
कान्तो यातायात कार्यालय साइतामा शाखा	050-5540-2026 सेवा कोड: 037	2154-2 Nakakugi, Nishi Ward, Saitama City	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक 8:45 ~ 11:45 13:00 ~ 16:00
कुमागाया सवारी साधन निरीक्षण तथा दर्ता कार्यालय	कार्यालय 050-5540-2027 सेवा कोड: 037	701-4 Shimobayashi, Goryoigahara, Kumagaya City	
टोकोरोजावा सवारी साधन	कार्यालय 050-5540-2029	688-1 Shimoharagori,	

निरीक्षण तथा दर्ता कार्यालय	सेवा कोड: 037	Ushinuma, Tokorozawa City	
खासुकाबे सवारी साधन निरीक्षण तथा दर्ता कार्यालय	कार्यालय 050-5540-2028 सेवा कोड: 037	723-1 Masuko, Kasukabe City	

साइतामा यातायात शाखाको वेबसाइट URL:
https://wwwtb.mlit.go.jp/kanto/s_saitama/index.html

हल्का सवारी साधन दर्ता गर्दा निम्न कागजातहरू आवश्यक छन् (स्वामित्व परिवर्तनको खण्डमा):

- नयाँ प्रयोगकर्ताको आवासीय प्रमाणपत्र (जारी भएको 3 महिना भित्रको)
- सवारी साधन निरीक्षण प्रमाणपत्र
- आवेदन अनुमति पत्र (प्रतिनिधि द्वारा आवेदन गर्दा)

* नम्बर परिवर्तन गर्दा, माथिका कागजातहरूसँगै सवारी साधन पनि आवश्यक छ।
* सवारी साधन निरीक्षण प्रमाणपत्रमा उल्लेखित प्रयोगकर्ता र मालिक फरक भएमा, पहिले मालिक (मोटर वाहन बिक्रेता वा लोन कम्पनी) लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
*विस्तृत जानकारीको लागि तलको सम्पर्क कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्थाको नाम	फोन नम्बर	ठेगाना	रिसेप्शन समय
हल्का सवारी साधन निरीक्षण संघ साइतामा कार्यालय	050-3816-3110	505-1 Hirakata Ryoryoya, Ageo City	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (विदा तथा वर्ष अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा बाहेक 8:45 ~ 11:45 13:00 ~ 16:00
हल्का सवारी साधन निरीक्षण संघ साइतामा कार्यालय टोकोरोजावा शाखा	050-3816-3111	360-3 Kitanagai, Miyoshi-machi, Iruma-gun	
हल्का सवारी साधन निरीक्षण संघ साइतामा कार्यालय कुमागाया शाखा	050-3816-3112	960-2 Shinbori Kitahara, Kumagaya City	
हल्का सवारी साधन निरीक्षण संघ साइतामा कार्यालय खासुकाबे शाखा	050-3816-3113	115-1 Shimoomasu Shinden Higashikoji, Kasukabe City	

मोपेड (125CC भन्दा सानो बाइक) खरिद र दर्ताको लागि, नगर कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

७ सवारी साधनको बिमा

सवारी साधन दुर्घटनाको लागि तयारी गर्न, सवारी साधन बिमा हुन्छ। सवारी साधन बिमामा, अनिवार्य (जिबाईसेकी होकेन) बिमा र वैकल्पिक (नीइ होकेन) बिमा हुन्छ, तर केवल अनिवार्य बिमामा मात्र निर्भर नगरी, कुनै अप्रत्याशित क्षतिपूर्ति को लागि वैकल्पिक बिमामा पनि सामेल हुन सिफारिस गरिन्छ।

(१) जिबाईसेकी होकेन (अनिवार्य बिमा)
सवारी साधन किन्ने बेलामा या सवारी साधनको निरीक्षण गर्दा, अनिवार्य रूपमा लिनु पर्ने बिमा हो। यो बिमा अन्य व्यक्तिलाई सवारी साधनले मृत्यु र चोटपटक पुर्‍याएको अवस्थामा सुरक्षा प्रदान गर्दछ। साथै, यो बिमाको क्षतिपूर्ति सीमित छ, त्यसैले सीमा भन्दा बढी क्षति भएमा बिमाले त्यो क्षतिपूर्ति गर्दैन। आवेदन प्रक्रिया सामान्यतया सवारी साधन विक्रेता वा सवारी साधन मर्मत सेवा प्रदायक कम्पनीहरूको आपतकालीन बिमा कम्पनीका एजेन्टहरू मार्फत गरिन्छ।

(२) नीइ होकेन (ऐच्छिक बिमा)
अनिवार्य बिमाले पूर्ति नगर्ने, अनिवार्य बिमाको सीमित रकमभन्दा बढीको क्षतिपूर्ति, अरुको सम्पत्ति को क्षति, र आफ्नै सवारी साधन वा चोटपटक, आदिको क्षतिपूर्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ। आवेदन प्रक्रिया सामान्यतया आपतकालीन बिमा कम्पनीका एजेन्टहरू मार्फत गरिन्छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

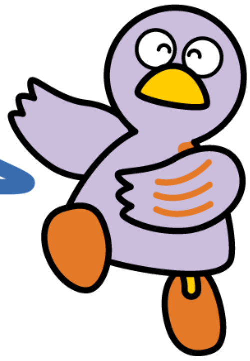
संस्थाको नाम	फोन नम्बर	रिसेप्शन समय
(एकल कम्पनी) जापान सामान्य बिमा संघ सोम्पो ADR केन्द्र (The General Insurance Association of Japan)	नाभी डायल (राष्ट्रव्यापी / कल शुल्क लाग्छ) 0570-022808 प्रत्यक्ष नम्बर (सोन्पो ADR केन्द्र टोकियो) 03-4332-5241	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (बिदा, डिसेम्बर 30 देखि जनवरी 4 बाहेक) 9:15 ~ 17:00 * जापानी भाषामा सेवा * सवारी साधन बिमामा सदस्यता लिनको लागि आवेदन गर्न सकिँदैन। आवेदनको लागि आपतकालीन बिमा कम्पनीसँग सल्लाह लिनुहोस्। (आपतकालीन बिमा कम्पनीको परामर्शको लागि लिंक) https://www.sonpo.or.jp/soudan/reference.html

*विदेशी आगन्तुक र जापानमा बसोबास गर्नेहरूको लागि जानकारी प्रदान गर्ने वेबसाइट
"Information on Staying Safe in Japan"
https://living-and-ins.jp/ja/

<WebサイトQRコード>

अध्याय ११

दैनिक जीवन जानकारी



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

१ फोहर नष्ट गर्ने
२ टोल समिती, बासिन्दा समिती, बालबालिका समिती
३ जापानी जीवनशैली
४ यातायात
५ बैंक
६ अन्तर्राष्ट्रिय आदान प्रदान र अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग गतिविधिहरू
७ पर्यटन
८ पुस्तकालय
९ कला संग्रहालय
१० संग्रहालय

साइतामा टेलिभिजन (डिजिटल स्थलीय टेलिभिजन प्रसारणको ३ च्यानल)डाटा प्रसारणमा, विदेशी बासिन्दाहरूको लागि परामर्श केन्द्र साइतामाको जानकारीहरु ६ भाषाहरूमा (जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, दक्षिण कोरियाली,उत्तर कोरियाली, पोर्चुगिज, स्पेनिश) मा हेर्न सकिन्छ।

१ फोहर नष्ट गर्ने

घरबाट निक्लने फोहोर संकलन, नगरपालिकाले गर्ने गर्दछ। फोहोर जलाउन सकिने फोहोर, जलाउन नसकिने फोहोर, क्यान र बोतलहरू, र पुन: प्रयोग गर्न मिल्ने फोहोर जस्ता फोहोरको प्रकारका आधारमा विभिन्न दिनहरूमा फोहोरहरू क्रमबद्ध र सङ्कलन गरिन्छ। साथै, **ठूला आकारका फोहोरहरू र नष्ट गर्न गाहो हुने फोहोर***हरुमा शुल्क लिएर फाल्न सकिने वा सङ्कलन नगरिने पनि हुनसक्छ । प्रत्येक नगरपालिका अनुसार सङ्कलन गर्ने दिन, फोहोरको वर्गीकरण विधि, फोहोर फाल्ने झोला, डिस्पोजल विधि र सङ्कलन गर्ने स्थानहरू सम्बन्धी आफ्नै नियमहरू हुन्छन, प्रत्येक नगरपालिकाको नियम अनुरुप फाल्ने गर्नुहोस्। बिस्तृत जानकारीको लागि, प्रत्येक नगरपालिका (वार्ड) को सरसफाई विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।
फ्रिज, एयर कन्डिशनर, टेलिभिजन, वाशिंग मशीन जस्ता ४ वस्तुहरूलाई, ठूलो फोहोरको रूपमा फाल्न मिल्दैन। स:शुल्क, बिक्रि गर्ने पसलले फिर्ता लैजाने गरिएकोले, प्रत्येक निर्माण

कम्पनीका विक्रेतालाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

* **ठूला आकारका फोहोरहरू या नष्ट गर्न गाहो हुने फोहोर** भन्नाले, फर्निचर, ओछ्यान, बिजुलीका उपकरण, भान्साका भाँडाकुँडा, घरायसी सामानहरूआदि एक निश्चित साइजभन्दा माथिका बस्तुहरु पर्दछन। उदाहरणका लागि, दराज, टेबुल, कुर्सी, ओछ्यान, गलैंचा, साइकल, भिडियो, चुलो, ग्यास चुल्हो, र गल्फ उपकरणहरू आदि। बिस्तृत जानकारीको लागि, प्रत्येक नगरपालिका (वार्ड) को सरसफाई विभागमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

२ टोल समिती, बासिन्दा समिती, बालबालिका समिती

स्थानीय समुदायमा एकअर्कालाई सहयोग गर्ने र मित्रतालाई गहिरो बनाउने ठाउँको रूपमा,स्वायत्त कार्यक्रम र गतिविधिहरू समन्वय गर्न प्रत्येक क्षेत्रको आफ्नै छिमेकी संघ हुन्छ। सदस्यता स्वैच्छिक हो,स्थानीयहरु संग सम्बन्ध बढाउन सकारात्मक रूपमा सहभागी बनौं। स्थानीय चाडपर्व र मनोरन्जन गतिविधिहरू जस्ता विभिन्न कार्यक्रमहरूको जानकारी सर्कुलर बोर्ड बाट जानकारी गराईन्छ। यसलाई पढिसकेपछि तुरुन्तै अर्को घरमा पठाउनुहोस्।

धेरै छिमेकी संघहरूले प्राथमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरूको लागि बाल क्लबहरू चलाउँछन्। यी क्लबहरूले चाडपर्वहरू, खेलकुदहरू, रेडियो क्यालिस्टेनिक्स र भ्रमणहरू जस्ता कार्यक्रमहरू आयोजना गर्छन्।

मासिक सदस्यता शुल्क संघ अनुसार फरक हुन्छ।

मासिक सदस्यता शुल्क संघ अनुसार फरक हुन्छ।

थप जानकारीको लागि, आफ्नो छिमेकीहरू, नगर(वार्ड) कार्यालय, शहर वा गाउँ कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

३ जापानी जीवनशैली

(१) पारिवारिक जीवनशैली

मुल ढोका : जापानी घरको प्रवेशद्वारलाइ मुल ढोका(गेनकान), सामान्यतया अन्य कोठाहरु भन्दा एक स्टेप होचो हुन्छ। जुत्तामा लागेको फोहोर या माटोहरु घर भित्र नआउने गरी डिजाइन गरिएको छ। घर भित्र प्रवेश गर्दा, गेनकानमा आफ्नो जुत्ता फुकाली छिर्नुहोस। घर भित्र लगाउने चप्पलहरू राखिएको छ भने, लगाउनुहोस।

थातामी : जापानको कोठाको भुइमा वनस्पतिजन्यबाट बनाइएको गुन्द्री जस्तो म्याटलाइ थातामी भनिन्छ। थातामी भएको कोठामा प्रवेश गर्दा, घर भित्र लगाउने चप्पल पनि खोल्नु पर्दछ।

फुतोन : फुतोन भनिने जापानको ओछ्यानलाइ, थातामीको माथि बिछ्याइन्छ, हरेक बिहान उठाइन्छ र हरेक रात पुन: बिछ्याइन्छ। जापान उच्च तापमान र आर्द्रता छ, फुतोनलाइ

कोठरीमा राख्दा, सकेसम्म चिसो नपस्ने गरि माथिल्लो शेल्फमा राख्नुहोस्। फुतोनलाइ स्वच्छ राख्न र लामो समय प्रयोग गर्नको लागि घाम लागेको दिनमा घाममा सुकौनुहोस।

फुरो(बाथटब) : बाथटबमा प्रवेश गर्ने तरिका, बाथटबमा प्रवेश गर्नुअघि आफ्नो शरीरलाई राम्ररी धुनुहोस्। त्यसपछि, बाथटब भित्र शरीर डुबाइ, आराम गर्नु साधारणतया जापानीहरूको बाथटबमा प्रवेश गर्ने तरिका हो। बाथटबको तातोपानी १/१ जनाको लागि परिबर्तन गरिदैन। बाथटबबाट निक्लने बेलामा, त्येसपछि प्रयोग गर्ने ब्येक्तिको लागि, प्लग बन्द गर्ने या तातोपानी बगाउने नगर्नुहोस।

शौचालय : शौचालयमा, शौचालयका लागि छुट्टै चप्पल राखिएको हुन्छ। शौचालयमा कोठामा प्रयोग गर्ने भाडा फरक चप्पल राखिएको छ भने, त्यो चप्पल प्रयोग गर्नुहोस। शौचालयहरू पश्चिमी शैलीको कमोड र जापानी शैलीको दुई प्रकारका हुन्छन।

(२) ओमिआगे (उपहार)

जापानी चलनमा, उपहारहरू तयार गर्ने केही उदाहरणहरू छन्।

- नयाँ घरमा सर्ने बेलामा, छिमेकीको घरहरुमा परिचय गर्ने गरिन्छ, त्येतिबेला उपहार (उदाहरणका लागि, रुमाल)लिएर जानु सामान्य हो।
- चिनजानका साथिहरुको घरमा जानेबेलामा, फलफूल र मिठाई जस्ता साना उपहार लिएर जाने गरिन्छ।
- भ्रमण या व्यापार यात्रामा गएको बेलामा, त्यस स्थानमा सहकर्मीहरूका लागि मिठाई किनेर ल्याउने गरिन्छ।

(३) उत्सव र औपचारिक अवसरहरू

उत्सव : जापानमा, विवाह, सुत्केरी, विद्यालय प्रवेश आदि पर्व मनाउन नजिकका व्यक्तिहरूलाई उपहार र नगद दिने चलन छ। नगद दिँदा, पसलमा बेच्नका लागि राखेको उपहार खाम प्रयोग गरिन्छ। उपहार खाममा नयाँ नोटहरू (जसलाई बैंकमा साट्न सकिन्छ) राख्ने गरिन्छ।

विवाह : जापानको विवाह समारोह, चर्च, होटल र मन्दिरहरूमा आयोजना गरिन्छ। पछिल्लो समय, जापानी र पश्चिमी शैलीको मिश्रित शैलीमा विवाह गर्ने चलन बढेको छ। पुरुषहरूले सामान्यतया कालो सूट, सेतो शर्ट र सेतो टाई लगाउँछन्, महिलाहरूले सामान्यतया किमोनो वा औपचारिक पोशाक लगाउँछन्।

अन्त्येष्टि : जब प्रियजनको मृत्यु हुन्छ, जागरण वा अन्त्येष्टि समारोहमा भाग लिने गरिन्छ। जागरण सामान्यतया अन्त्येष्टि समारोहको अघिल्लो रात आयोजना गरिन्छ। जागरण वा अन्त्येष्टि समारोहमा भाग लिँदा, कोडेन(उपहार खाम) (उपहार

खाममा नगद, नयाँ नोटको प्रयोग गरिदैंन) दीइ, सोक पुस्तिकामा नाम लेख्ने गरिन्छ। पुरुषहरूले कालो सूट, सेतो शर्ट र कालो टाई लगाउँछन् र महिलाहरूले सामान्यतया कालो लुगा लगाउँछन्। गहना लगाउँदैनन्, तर मोतीको माला लगाउन सकिन्छ।

(४) टिप

जापानमा सामान्यतया टिप दिने चलन छैन। महँगो रेस्टुरेन्ट, होटल, बैंक्वेट हल आदिमा सेवा शुल्कहरू समावेश गरिएको हुन्छ।

४ यातायात

(१) रेल

रेल भाडा तिर्न धेरै तरिकाहरू छन्।
जुनसुकै विधिहरूमा पनि, "वयस्क" र "बालबालिका" को लागि मूल्य फरक हुन्छ। सामान्यतया, १२ वर्ष माथिका "वयस्क" र ६ देखि ११ वर्षकाहरु लाई "बालबालिका" को रुपमा लिइन्छ। प्राथमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरू १२ वर्षका भए तापनि "बालबालिका"को रुपमा लिइन्छ। ५ वर्षसम्मका शिशु , साथै भएका "वयस्क" या "बालबालिका" १जनाको लागि, २ जना सम्म नि:शुल्क हुन्छ, तर तेस्रो शिशु देखि "बालबालिका" भाडा लाग्दछ। ० वर्ष को नि: शुल्क हुन्छ।

सामान्य टिकट： सामान्य टिकट हो। तपाईले यसलाई स्टेशनमा भेन्डिङ मेसिनबाट किन्न सक्नुहुन्छ।

कम्युटर पास： एउटै खण्ड भित्र जति पटक पनि चढ्न सकिने टिकट हो।१ महिना, ३ महिना आदि प्रकारका हुन्छन्। प्रयोगकर्ता नाम लेखिएको हुन्छ। अरू मानिसहरूले प्रयोग गर्न मिल्दैन। विद्यालय पास खरिद गर्दा विद्यालयको प्रमाणपत्र चाहिन्छ। खरिद गर्ने तरिकाको बारेमा स्टेशन स्टाफलाई सोध्नुहोस्।

कुपन： एउटै खण्डका लागि ११ देखि १४ वटा टिकटहरू सँगै बिक्री गरिन्छ। मूल्य नियमित टिकटको १० वटा बराबर हुन्छ। किनेको व्यक्ति बाहेक अन्य ब्यक्तिहरुले पनि प्रयोग गर्न सक्छन। प्रयोग अवधि र समयहरु तोकिएको हुन्छ। स्टेशनको भेन्डिङ मेसिनबाट या काउन्टरमा किन्न सकिन्छ।
*रेलवे अनुसार उपलब्ध हुने नहुने हुनसक्छ। बिस्तृत जानकारीको लागि स्टेशन स्टाफलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

Suica (सुइका) र PASMO (पासुमो) :

Suica र PASMO दुबै रेल र बसहरूमा साझा IC कार्डहरू हुन् जसले तपाईलाई स्वचालित टिकट गेटहरू छोएर मात्र पार गर्न अनुमति दिन्छ। Suica JR East द्वारा बेचिन्छ, र PASMO निजी रेलवे, सबवे र बसहरू द्वारा बेचिन्छ। Suica ले निजी रेलवे, सबवे र बसहरू र PASMO ले JR ट्रेनहरूको प्रयोग गर्न पनि सकिन्छ। कार्डमा ब्यालेन्स कम छ भने, चार्ज गरेर फेरि प्रयोग गर्न सकिन्छ। पहिलो पटक कार्ड खरिद गर्दा, चार्ज बाहेक अलग ५०० येन जम्मा गर्नुपर्नेछ, तर कार्ड फिर्ता गर्दा जम्मा रकम फिर्ता पाइने छ।

Suica र PASMO तीन प्रकारका हुन्छन्।

- कम्युटर पास ： कम्युटर पास र प्रिपेड कार्ड दुवैको कार्यहरू गर्न सकिन्छ। प्रयोगकर्ता नाम लेखिएको हुन्छ। व्यक्तिगत जानकारी दर्ता गरि, हराएको अबस्थामा पुन: जारी गर्न सकिन्छ (शुल्क लाग्नेछ)। बालबालिकाहरुको लागी पनि छ।
- नाम लेखिएको प्रिपेड कार्ड: व्यक्तिगत जानकारी दर्ता गरि, हराएको अबस्थामा पुन: जारी गर्न सकिन्छ (शुल्क लाग्नेछ)। बालबालिकाहरुको लागी पनि छ।
- नाम नलेखिएको प्रिपेड कार्ड: व्यक्तिगत जानकारी दर्ता गरिएको हुदैन, हराएको अबस्थामा पुन: जारी गर्न सकिदैन।

* नियमित टिकट दर भन्दा फरक हुन सक्नेछ। बिस्तृत जानकारीका लागि स्टेशन स्टाफलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

* **मोबाइल Suica** वा **मोबाइल PASMO** प्रयोग गरेमा, स्मार्टफोनमै Suica वा PASMO प्रयोग गर्न सकिन्छ। थप जानकारीका लागि सम्बन्धित वेबसाइटहरू हेर्नुहोस्।

मोबाइल Suica URL：https://www.jreast.co.jp/mobilesuica/

मोबाइल PASMO URL：https://www.pasmo.co.jp/mp/and/

(२) बस

बस भाडाका बारेमा, सामान्यतया "वयस्क" र "बालबालिका" को लागि मूल्य फरक हुन्छ। धेरै अवस्थामा,१२ वर्ष माथिका "वयस्क" र ६ देखि ११ वर्षकाहरु लाई "बालबालिका" को रुपमा लिइन्छ। प्राथमिक विद्यालयका विद्यार्थीहरू १२ वर्षका भए तापनि "बालबालिका"को रुपमा लिइन्छ।५ वर्षसम्मका शिशुहरूको लागि बसको भाडा बस हेरिकन फरक हुन सक्छ। धेरैजसो अवस्थामा, "वयस्क" या "बालबालिका" १जनाको लागि, २ जना सम्म नि:शुल्क हुन्छ, तर तेस्रो शिशु देखि "बालबालिका" भाडा लाग्दछ। ० वर्ष को नि: शुल्क हुन्छ।

बस भाडाको भुक्तानी विधि बसको प्रकार अनुसार फरक हुन्छ। सामान्यतया, बसको अगाडिको प्रवेशद्वारबाट बस चढ्दा, भाडा त्येहिबेला तिर्नु पर्नेहुन्छ। बसको बिच वा पछाडिको प्रवेशद्वारबाट चढ्दा, भाडा त्येहिबेला नतिरी प्रवेशद्वारमा रहेको नम्बरयुक्त टिकट भेन्डिङ मेसिनबाट नम्बरयुक्त टिकट लिनु पर्दछ। बसबाट ओर्लने बेलामा, ड्राइभरको सिट माथि देखाइएको नम्बर र तपाईसँग रहेको नम्बर गरिएको टिकट नम्बर जस्तै नम्बरमा देखाइएको भाडा,ड्राइभरको सिटको छेउमा रहेको भाडा बक्समा नम्बर टिकट संगै राख्नु पर्दछ। पहिलो स्टेसनबाट चढ्दा नम्बर टिकट नहुन सक्छ,त्यस समयमा, सबै भन्दा महँगो शुल्क तिर्नुपर्नेछ।धेरै अवस्थामा, Suica र PASMO पनि प्रयोग गर्न सकिन्छ।

Suica वा PASMO प्रयोग गर्दा, चढ्ने बेलामा प्रवेशद्वार नजिकै रहेको कार्ड रिडरमा IC कार्ड तच गरि, चढेको स्थान रेकर्ड गरिन्छ। ओर्लने बेलामा भाडा बक्समा रहेको कार्ड रिडरमा आईसी कार्ड तच गरि भुक्तान गर्न सकिन्छ।

बस, यात्रुको सिग्नलमा बस स्टपमा रोकिनेछ। गन्तव्यको बस स्टपको जानकारी दीइन्छ, झ्यालहरुमा राखिएको बटन थिची संकेत दिनुपर्दछ।

(२) ट्याक्सी

खाली ट्याक्सी, अगाडिको सिसामा रातो अक्षरमा "खाली कार"「空車」को संकेत राखेको हुन्छ। हात उठाई संकेत गरेमा रोकिनेछ। भाडा ड्राइभरको सिटको छेउमा रहेको मिटरमा हेर्न मिल्दछ। राती १०:०० बजे (स्थान अनुसार ११:०० बजे) देखि बिहान ५:०० बजे सम्म, अतिरिक्त शुल्क लाग्दछ। चड्ने या झर्ने बेलामा, बायाँ पछाडिको ढोका खोल्ने र बन्द गर्ने ड्राइभरले स्वचालित उपकरणको प्रयोग गरि गर्ने गर्दछ।

५ बैंक

अपार्टमेन्ट वा मान्स्योनको भाडा तिर्न या काम गरेको स्थानबाट तलब प्राप्त गर्दा आदिमा, बैंक खाताको आवश्यक पर्दछ। बैंकमा खाता खोल्नको लागि, पहिचान पुष्टि गर्ने कागजातहरू (निवास कार्ड, राहदानी, आदि) र हस्ताक्षर छाप (हान्को) को आबस्यकता पर्दछ। बैंक अनुसार प्रक्रिया र आवश्यक कागजातहरू फरक पर्न सक्दछ। बिस्तृत जानकारीको लागि,खाता खोल्ने बैंकमा सम्पर्क गर्नुहोस्। साथै,　खाता खोल्दा ATM कार्ड बनाउनु भयो भने, ATM प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ, जुन सुविधाजनक छ।

६ अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध आदान प्रदान र अन्तर्राष्ट्रिय सहयोग गतिविधिहरू

सार्वजनिक सस्था) साइतामा प्रीफेक्चरल अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध आदान प्रदान केन्द्र (SIA), प्रिफेक्चरका नागरिकहरूको अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध र सहकार्य गतिविधिलाई सहयोग गरि, क्षेत्रीय स्तरमा अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध आदानप्रदान र सहयोगलाई प्रवर्द्धन गर्दछ। साथै विदेशीहरूलाई परामर्श पनि दिदै आएको छ। यसबाहेक, संघमा साइतामा प्रीफेक्चरमा आधारित अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध आदानप्रदान र सहकार्य गर्ने समूहहरूको गतिविधिलाई सहयोग गर्दै,ती समूहहरूको जानकारी प्राप्त गर्ने ठाउँको रूपमा "अन्तर्राष्ट्रिय एक्सचेन्ज प्लाजा" जोडिएको छ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्थाको नाम	फोन नम्बर/URL	ठेगाना	रिसेप्शन समय
(सार्वजनिक संस्था) साइतामा प्रीफेक्चरल अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध आदान प्रदान केन्द्र https://sia1.jp/	048-833-2992	5-6-5 Kita-Urawa, Urawa Ward, Saitama City साइतामा प्रिफेक्चर उरावा संयुक्त सरकारी भवन 3F	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदाहरू, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरु बाहेक) 8:30-17:15

७ पर्यटन

साइतामा प्रिफेक्चरमा विभिन्न पक्षहरूका धेरै आकर्षणहरू छन्। सुन्दर प्रकृति या इतिहास / संस्कृति अनुभव गर्न सकिने विभिन्न पर्यटकीय स्थलहरू,व्यायामको आनन्द लिन सकिने विभिन्न सुबिधाहरु पनि छन्।

[साइतामा पर्यटन सहायता "बहुभाषिक संस्करण"]

(अंग्रेजी) URL ： https://saitama-supportdesk.com/

(सरलीकृत चिनियाँ) URL ：https://saitama-supportdesk.com/zh-hans/

(परम्परागत चिनियाँ) URL ：https://saitama-supportdesk.com/zh-hant/

(थाई) URL ： https://saitama-supportdesk.com/th/

(दक्षिण कोरियाली URL ： https://saitama-supportdesk.com/ko/

रंगको देशमा स्वागत छ पर्यटकीय स्थल/आकर्षण

URL ：https://www.pref.saitama.lg.jp/theme/kankou/

साइतामा सांस्कृतिक कार्यक्रम जानकारी

प्रिफेक्चर भित्र गरिने संगीत,थिएटर, कला र अन्य सांस्कृतिक कार्यक्रम जानकारी पोस्ट गरिएको छ।

URL ：https://event-saitama.jp/ （आधिकारिक साइट）

८ पुस्तकालय

जापानको सार्वजनिक पुस्तकालयहरू, जो कोहीले नि:शुल्क प्रयोग गर्न सक्छन्। साइतामा प्रिफेक्चरमा बस्ने वा काम गर्ने, अध्ययन गर्नेहरूले साइतामा प्रिफेक्चरल लाइब्रेरीमा किताबहरू, पत्रिकाहरू, सीडीहरू, भिडियोहरू र डीभिडीहरू सापट लिन सक्छन्।आफू बसेको नगरपालिकाको पुस्तकालयमा अनुरोध गर्यो भने, अन्य पुस्तकालयहरूबाट अर्डर गर्ने सर्विस पनि लिन सकिन्छ, नजिकको पुस्तकालयसँग परामर्श गर्नुहोस्।

साथै, साइतामा प्रिफेक्चरल कुमागाया पुस्तकालयमा, "विदेशी भाषा सामग्री कर्नर" छ।

सर्वेक्षण र परामर्शहरू पनि स्वीकार गर्छौं, सम्पर्क गर्न नहिचकिचाउनुहोस्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्थाको नाम	फोन नम्बर • URL	ठेगाना	रिसेप्शन समय
साइतामा प्रिफेक्चरल कुमागाया पुस्तकालय	048-523-6291 फ्याक्स: 048-523-6468	5-6-1 Hakoda, Kumagaya City	• सामान्य सामग्री, साइतामा सामग्री, पत्रपत्रिका/विविध पत्रिकाहरू, सीडीहरू, भिडियोहरू, डीभिडीहरू मङ्गल-शुक्र 9:00-20:00(जून-सेप्टेम्बर) 9:00-19:00(अक्टोबर-मे) शनिबार, आइतबार र बिदाहरू 9:00-17:00 • बालबालिकाको सामग्री, आदि। मङ्गलबार-रवि/बिदाहरू 9:00-17:00
साइतामा प्रिफेक्चरल कुकी पुस्तकालय	0480-21-2659 फ्याक्स: 0480-21-2791	85-5 Shimohayami, Kuki City	
साइतामा प्रिफेक्चरल कुमागाया पुस्तकालय उरावा शाखा कार्यालय*	048-844-6165 फ्याक्स: 048-844-6166	4-3-18 Takasago, Urawa Ward, Saitama City प्रिफेक्चरल अभिलेखागार पहिलो तला	मङ्गलबार -रवि 9:00-17:00 * बुकिङ्ग गरेको सामग्रीहरू लिन, फिर्तागर्न र प्रतिलिपि गर्न सर्विस काउन्टर (पुस्तकालय छैन)

- साइतामा प्रिफेक्चरल पुस्तकालय वेबसाइट

https://www.lib.pref.saitama.jp/ （जापानी）

https://www.lib.pref.saitama.jp/foreign/index.html （中文、한국・조선어판、Tiếng Việt 、English、português、español、français、やさしい日本語）

- साइतामा प्रिफेक्चरल पुस्तकालय प्रयोगकर्ता गाइड

https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/chinese.pdf （中文）
https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/korean.pdf （한국・조선어판）
https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/vietnamese.pdf （Tiếng Việt）
https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/english.pdf （English）
https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/portuguese.pdf （português）
https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/french.pdf （français）
https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/spanish.pdf （español）
https://www.lib.pref.saitama.jp/collection/docs/japanese.pdf （やさしい日本語）

- साइतामा प्रिफेक्चरमा सार्वजनिक पुस्तकालयहरूको सूची

https://www.lib.pref.saitama.jp/about/post-1.html （जापानी）

9 कला संग्रहालय

साइतामा प्रीफेक्चरल आधुनिक कला संग्रहालय, JR किता उरावा स्टेशन देखि पैदल नजिकैको किता उरावा पार्कको भित्र छ। मोनेट, चागल र पिकासो जस्ता विदेशी मास्टरहरूदेखि लिएर समकालीन जापानी कलाकारहरूसम्म, उत्कृष्ट कलाकृतिहरूको प्रदर्शनीको आनन्द लिन सकिन्छ। धेरै राम्रा डिजाइनका कुर्सीहरू पनि प्रदर्शनमा छन्।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

संस्थाको नाम	फोन नम्बर/URL	ठेगाना	रिसेप्शन समय
साइतामा प्रीफेक्चरल आधुनिक कला संग्रहालय	048-824-0111 https://pref.spec.ed.jp/momas/	9-30-1 Tokiwa, Urawa Ward, Saitama City	10:00-17:30 *प्रदर्शनी कोठामा प्रवेश 17:00 सम्म * सोमबार बन्द हुनेछ (सार्वजनिक बिदा, प्रिफेक्चरल सिटिजन डे मा खुला रहनेछ) वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू, अस्थायी खुला रहन सक्नेछ प्रवेश शुल्क: MOMAS सङ्कलन, वयस्कहरूका लागि २०० येन, हाईस्कूलका विद्यार्थी/विद्यार्थीहरूका लागि १०० येन, जुनियर हाई स्कूल भन्दा साना विद्यार्थीहरू नि:शुल्क । *विशेष प्रदर्शनीको लागि प्रवेश शुल्क विशेष प्रदर्शनीमा निर्भर गर्दछ।

10 संग्रहालय

① साइतामा प्रीफेक्चरल इतिहास र लोकगीतको संग्रहालय, ओमिया पार्क भित्र छ। इतिहास, लोककथा, कला र शिल्पसँग सम्बन्धित सामान्य मानविकी संग्रहालय,राष्ट्रिय खजाना तरवार/ ट्यान्टो र ताइहेकी/इमाकी जस्ता देशले तोकेका, प्रिफेक्चरले तोकेका सांस्कृतिक गुणहरू समावेश छन्।

② साइतामा प्रीफेक्चरल साकितामा ऐतिहासिक संग्रहालय, राष्ट्रिय विशेष ऐतिहासिक स्थल साइतामा(साकितामा) कोफुनगुन भित्र छ।

संग्रहालयको प्रदर्शनी कोठामा राष्ट्रिय खजाना, मुसाशी इनारियामा समाधिस्थलबाट उत्खनन गरिएका धेरै मूल्यवान सामग्रीहरू प्रदर्शन गरिएका छन्, जसमा राष्ट्रिय खजाना सुनले लगाएको फलामको तरवार पनि समावेश छ।
(राष्ट्रिय सम्पत्ति **"सुनले कुँदिएको लेख भएको फलामे तरबार"** प्रदर्शन केस मर्मत कार्यको कारण, हाललाई प्रतिकृति प्रदर्शन गरिएको छ।)

③ साइतामा प्रीफेक्चरल रन्जन ऐतिहासिक संग्रहालय सुगाया याकाता (किल्ला मैदान) मा अवस्थित छ, जुन राष्ट्रिय रूपमा तोकिएको ऐतिहासिक स्थल हो। यो ऐतिहासिक स्थल कामाकुरा अवधि (११८५-१३३३) मा धेरै सामुराई निवासहरूको घर थियो, त्यसपछि सेन्गोकु (युद्धकारी राज्य) अवधि (१४६७-१५६८) मा महलहरू थिए। संग्रहालयले आगन्तुकहरूलाई मध्य युग (लगभग १२ औं शताब्दीदेखि १६ औं शताब्दी) मा साइतामा प्रिफेक्चरको बारेमा अध्ययन गर्न सकिने संग्रहालय हो।

④ साइतामा प्रीफेक्चरल प्रकृति संग्रहालय、 साइतामाको प्रकृति र यसको पालनपोषण, प्रकृति र मानिसको जीवन बिचको सम्बन्धलाई परिचय गराउने प्राकृतिक संग्रहालय हो। "Paleoparadoxia" का वास्तविक जीवाश्म (राष्ट्रिय रूपमा तोकिएको प्राकृतिक स्मारक) वा विशाल शार्क "Carcharodon Megalodon" को पुनर्स्थापित मोडेल हेर्न सकिन्छ

⑤ साइतामा प्रिफेक्चरको मातृ नदी अराकावा नदीको विषयवस्तुमा, अराकावा नदीको प्रकृति, बाढी र बाढी नियन्त्रणको इतिहास,मुख्यतया डुङ्गा यातायातको लागि नदीहरूको प्रयोगको इतिहास परिचय गराउँछ। सँगै यसले नदी/पानी र जनताको जीवनबीचको सम्बन्धलाई पनि परिचय गराउँछ।

☎परामर्श काउन्टर र सम्पर्क जानकारी:

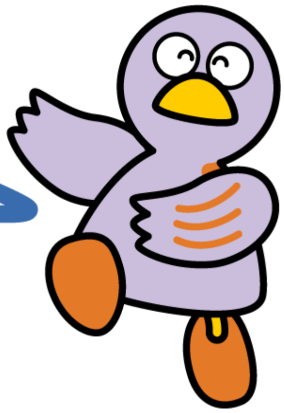
संस्थाको नाम	फोन नम्बर / URL	ठेगाना	रिसेप्शन समय

संस्थाको नाम	फोन नम्बर / URL	ठेगाना	रिसेप्शन समय
1. साइतामा प्रीफेक्चरल इतिहास र लोकगीतको संग्रहालय	048-641-0890 https://saitama-rekimin.spec.ed.jp/	4-219 Takahanacho, Omiya Ward, Saitama City	9:00-16:30 (जुलाई र अगस्ट 9:00-17:00) *रिसेप्शन समय बन्द हुनु भन्दा 30 मिनेट अघि सम्म *सोमबार बन्द हुनेछ (सार्वजनिक बिदा, वैकल्पिक बिदा, गोल्डेन वीक, प्रिफेक्चरल सिटिजन डे बाहेक) 12/29-1/1, अन्य अस्थायी बन्द र अस्थायी खुला रहन सक्नेछ प्रवेश शुल्क: (स्थायी प्रदर्शनी) वयस्कहरूको लागि 300 येन, हाई स्कूलका विद्यार्थी/विद्यार्थी 150 येन (विशेष प्रदर्शनी) (विशेष प्रदर्शनीहरूको लागि प्रदर्शनी अनुसार मूल्य निर्धारण हुनेछ) *जुनियर हाई स्कूल भन्दा साना विद्यार्थीहरूका लागि नि:शुल्क
2. साइतामा प्रीफेक्चरल साकितामा ऐतिहासिक संग्रहालय	048-559-1111 https://sakitama-muse.spec.ed.jp/	4834 Gyoda City Saitama	9:00 – 16:30 (जुलाई र अगस्टमा १७:०० सम्म) * प्रदर्शनी कोठामा प्रवेश रिसेप्शन समय बन्द हुनु भन्दा ३० मिनेट अघि सम्म * सोमबार बन्द हुनेछ (सार्वजनिक बिदा, वैकल्पिक बिदा, गोल्डेन वीक, प्रिफेक्चरल सिटिजन डे, मा खुला रहनेछ), वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू, अन्य अस्थायी बन्द र अस्थायी खुला रहन सक्नेछ * प्रवेश शुल्क: वयस्कहरूको लागि 200 येन, हाई स्कूलका विद्यार्थीहरू र अन्य विद्यार्थीहरूको लागि 100 येन, जुनियर हाई स्कूल भन्दा साना विद्यार्थीहरूका लागि नि:शुल्क * साइतामा समाधिस्थल, राष्ट्रिय खजाना प्रदर्शनी कोठामा सामग्री (मुसाशी इनारियामा समाधिस्थलबाट उत्खनन गरिएका आदि) धेरै भाषाहरूमा प्रस्तुत गरिएको छ *राष्ट्रिय खजाना प्रदर्शनी कोठामा सामग्री (मुसाशी इनारियामा समाधिस्थलबाट उत्खनन गरिएका आदि) बहुभाषिक पर्चाहरुमा प्रस्तुत गरिएको छ। (भाषाहरू: जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ (सरलीकृत/परम्परागत), दक्षिण कोरियाली)

संस्थाको नाम	फोन नम्बर / URL	ठेगाना	रिसेप्शन समय
3. साइतामा प्रीफेक्चरल रन्जन ऐतिहासिक संग्रहालय	0493-62-5896 https://ranzan-shiseki.spec.ed.jp/	757 Sugaya, Ranzan cho	9:00 – 16:30 (जुलाई र अगस्टमा 17:00 सम्म) * बन्द हुनु भन्दा 30 मिनेट अघि सम्म प्रवेश गर्न सकिनेछ। * सोमबार बन्द हुनेछ (सार्वजनिक बिदा, वैकल्पिक बिदा, गोल्डेन वीक, प्रिफेक्चरल सिटिजन डे, मा खुला रहनेछ)、वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू, अन्य अस्थायी बन्द र अस्थायी खुला रहन सक्नेछ * प्रवेश शुल्क: वयस्कहरूको लागि 100 येन, हाई स्कूलका विद्यार्थीहरू र अन्य विद्यार्थीहरूको लागि 50 येन, जुनियर हाई स्कूल भन्दा साना विद्यार्थीहरूका लागि नि:शुल्क
4. साइतामा प्रीफेक्चरल प्रकृति संग्रहालय	0494-66-0404 https://shizen.spec.ed.jp/	1417-1 Nagatoro, Nagatoro-cho	9:00 – 16:30(जुलाई र अगस्टमा 17:00 सम्म) * बन्द हुनु भन्दा 30 मिनेट अघि सम्म प्रवेश गर्न सकिनेछ। * बन्द: सोमबार (सार्वजनिक बिदा, वैकल्पिक बिदा, गोल्डेन वीक, प्रिफेक्चरल सिटिजन डे, र जुलाई 1 देखि अगस्ट 31 सम्म बाहेक) वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा, अस्थायी रूपमा बन्द हुन सक्छ * प्रवेश शुल्क: वयस्कहरूको लागि 200 येन, हाई स्कूलका विद्यार्थीहरू लागि 100 येन, जुनियर हाई स्कूल भन्दा साना विद्यार्थीहरूका लागि नि:शुल्क

संस्थाको नाम	फोन नम्बर / URL	ठेगाना	रिसेप्शन समय
5. साइतामा प्रीफेक्चरल नदी संग्रहालय	048-581-7333 https://www.river-museum.jp/	39, Kozono, Yorii Town	9:00 – 17:00 （गर्मी बिदाको समयमा समय बढ्न सक्ने） * बन्द हुनु भन्दा 30 मिनेट अघि सम्म प्रवेश गर्न सकिनेछ। * सोमबार बन्द हुनेछ (सार्वजनिक बिदा, वैकल्पिक बिदा, गोल्डेन वीक, प्रिफेक्चरल सिटिजन डे, र गर्मी बिदा बाहेक),वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदा, अस्थायी रूपमा बन्द हुन सक्छ * प्रवेश शुल्क: वयस्कहरूको लागि 410 येन, हाई स्कूलका विद्यार्थीहरू लागि 200 येन, जुनियर हाई स्कूल भन्दा साना विद्यार्थीहरूका लागि नि:शुल्क पार्किङ स्थल: सामान्य कार 300 येन

अध्याय १२
परामर्श बिभाग



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

१　सामान्य परामर्श

२　विशेषज्ञ परामर्श

१　सामान्य परामर्श

स्थान	फोन नम्बर・URL	भाषा	परामर्श दिन	समय
विदेशी बासिन्दाहरूको लागि परामर्श केन्द्र साइतामा （साइतामा प्रिफेक्चर उरावा संयुक्त सरकारी भवन ३F (साइतामा अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध संघ भित्र) * यदि तपाईलाई कुनै सार्वजनिक संस्था (सिटी अफिस, आदि) को काउन्टरमा जापानी भाषा बुझ्न समस्या भएको छ भने, काउन्टरमा रहेका कर्मचारीहरूलाई फोन गर्न लगाउनुहोस। परामर्श केन्द्रले फोनबाट दोभाषेको रूपमा काम गर्नेछ।	048-833-3296 https://sia1.jp/foreign/advice/	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिश,पोर्चुगिज,दक्षिण कोरियाली,उत्तर कोरियाली,तागालोग, थाई, भियतनामी, इन्डोनेसियाली, नेपाली, रुसी, क्रोएसियाली (समय लिनु पर्नेछ)	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म *सार्वजनिक बिदाहरू र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक * अध्यागमन प्रणाली, श्रम मुद्दाहरू, कानुनी मुद्दाहरू, र सामाजिक कल्याणका मुद्दाहरू सम्बन्धी आमने-सामने परामर्शका लागि समय लिनु पर्नेछ।	9:00-16:00

साइतामा लैङ्गिक समानता प्रवर्द्धन केन्द्र (WITH YOU साइतामा) * मानव सम्बन्ध, परिवार, दम्पती सम्बन्ध, जीवनको कठिनाइ आदि, जस्ता विभिन्न सरोकारहरूको लागि परामर्श।	048-600-3800 https://www.pref.saitama.lg.jp/withyou/counsel/guide.html	जापानी	सोमबारदेखि बुधबार, शुक्रबार, शनिबार आइतबार, राष्ट्रिय तथा सार्वजनिक बिदा * बिहीबार बाहेक, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक	9:30 – 20:30 9:30 – 17:00
स्थान	फोन नम्बर · URL	भाषा	परामर्श दिन	समय
आगेओ सिटी हल "हेलो कर्नर" सोमबार: तेस्रो एनेक्स पहिलो तला	048-775-5111 (एक्सटेंशन 810) https://www.city.ageo.lg.jp/page/4-hc.html (भियतनामीमा इमेल परामर्श समर्थन) https://www.city.ageo.lg.jp/ques/questionnaire.php?openid=295&check	(फेस-टु-फेस) स्पेनिश	सोमबार (सार्वजनिक बिदा, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक)	9:00 – 12:00 13:00 -16:00
		(फेस-टु-फेस) अंग्रेजी		9:00 – 12:00
		(फेस-टु-फेस) चिनियाँ 、 (फेस-टु-फेस) पोर्चुगिज		13:00 – 16:00
		(इमेल) भियतनामी	—	—
		(आगन्तुकहरूको लागि फोनमा अनुवाद गरिन्छ।) अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिश,पोर्चुगिज,दक्षिण कोरियाली, भियतनामी, नेपाली, इन्डोनेसियाली, रुसी, क्रोएसियाली, तागालोग, थाई, हिन्दी, मंगोलियन, म्यानमार भाषा	सोमबार देखि शुक्रबार सम्म दोस्रो र चौथो शनिबार	8:30 – 17:00
इरुमा सिटी अफिस A भवन दोस्रो तला क्षेत्रीय पदोन्नति खण्ड विदेशीहरूको लागि परामर्श डेस्क	042-964-1111 (एक्सटेंशन 2147) https://www.city.iruma.saitama.jp/kurashi/gaikoku/kakushusodan/sodan_gaikoku/6050.html	अंग्रेजी	हरेक मंगलबार पहिलो बिहीबार दोस्रो र चौथो शुक्रबार समय लिनु पर्नेछ।	9:00 – 12:00
		स्पेनिश	बिहीबार	
		चिनियाँ	पहिलो बिहीबार	

कावागुची शहर सहयोग प्रवर्द्धन खण्ड बहुसांस्कृतिक बिभाग (क्युपो रा मुख्य भवन M चौथो तल्ला) * सरल जीवनशैली परामर्श	048-227-7607 https://www.city.kawaguchi.lg.jp/soshiki/01060/020/4/3584.html	जापानी, अङ्ग्रेजी, चिनियाँ, दक्षिण कोरियाली, भियतनामी, नेपाली, इन्डोनेसियाली, तागालोग, थाई, पोर्चुगिज, स्पेनिश, हिन्दी, फ्रान्सेली, रुसी, म्यान्मारी, खमेर, जर्मनी, इटालियन, मलय, मंगोलियन, सिंहला (भाषा अनुसार समय फरक हुनेछ)	मंगलबार देखि शनिबार सम्म * राष्ट्रिय बिदाहरू र वर्ष-अन्त र नयाँ वर्ष बिदाहरूमा बिदा। *तलका दिनहरूमा, अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्धका कर्मचारी र विदेशीहरूका लागि एक सल्लाहकार उपलब्ध हुनेछन्। मंगलबार देखि शनिबार सम्म : अंग्रेजी/चिनियाँ हरेक मंगलबार: तागालोग हरेक बुधबार: दक्षिण कोरियाली दोस्रो र चौथो शनिबार: भियतनामी	9:00 – 12:00 13:00 – 17:15
कावागुची सिटी अफिस मुख्य भवन (नागरिक डिभिजन काउन्टर)	048-258-1110	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, टर्की *टर्की परामर्श डेस्कहरू परिवर्तन हुन सक्नेछन्।	हरेक बिहीबार	10:00 – 12:00 13:00 – 16:00
कावागुची सिटी अफिस विदेशीहरूको प्रक्रियाहरूका लागि परामर्श * प्रशासनिक लेखक(वकिल) द्वारा परामर्श	048 – 259 – 9037 048 – 259 – 9038 (नागरिक सल्लाहकक्ष)	जापानी * अग्रिम समय लिनु पर्नेछ	तेस्रो बुधबार	13:30 – 16:00
कावागोए सिटी अफिस अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध केन्द्र (कुरास्से कावागोए ५ औं तला)	049-228-7723 https://www.city.kawagoe.saitama.jp/kurashi/bunka/1003482/1003508/1003509.html	जापानी, भियतनामी	पहिलो र तेस्रो शनिबार	13:00 – 18:00
		जापानी, चिनियाँ	दोस्रो र चौथो सोमबार	
		भिसा सम्बन्धि (जापानी)	चौथो शनिबार	
		कानूनी सल्लाह (जापानी) ※अग्रिम समय लिन सकिने छ	चौथो शुक्रबार	15:00 – 17:15
ग्योदा सिटी अफिस स्थानिय गतिविधि प्रवर्द्धन विभाग	048-556-1111 (आन्तरिक लाइन २५१)	जापानी, अंग्रेजी, स्पेनी, पोर्तुगीज अनुवाद उपकरण मार्फत बहुभाषिक समर्थन	"सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म ※ राष्ट्रिय बिदा र वर्षको अन्त्य/नयाँ वर्षको विदा बाहेक"	8:30 देखि 17:15 सम्म

कुकी सिटी अफिस मुख्य भवन तेस्रो तला, नागरिक जीवन विभाग	**0480-22-1111** https://www.city.kuki.lg.jp/shisei/kyodo/kokusaikoryu/gaikokujinsoudan.html	जापानी, अंग्रेजी ※ अनुवाद उपकरण / भिडियो अनुवादको सुविधा (जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, पोर्चुगिज, स्पेनी, हिन्दी, थाई, नेपाली, फिलिपिनो, भियतनामी, फ्रेन्च, रसियन, इन्डोनेशियाली, खमेर, मंगोल, युक्रेनी, म्यानमार, मलेसियाली)"	"सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म ※ राष्ट्रिय बिदा र वर्षको अन्त्य/नयाँ वर्षको विदा बाहेक"	9:00 – 12:00 13:00 – 17:00
कोशिगया सिटी अफिस मुख्य भवन तेस्रो तला, नागरिक क्रियाकलाप समर्थन विभाग	048-963-9114 https://www.city.koshigaya.saitama.jp/kurashi_shisei/kurashi/kokusaika/forforeign/gaikokujinsodanmadoguchi_shikatsu.html#auto_anc0	जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, भियतनामी, फिलिपिनो अनुवाद उपकरण मार्फत बहुभाषिक समर्थन	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म	9:00 – 16:30
कोशिगया सिटी नागरिक क्रियाकलाप समर्थन केन्द्र (कोशिगया ट्विन सिटी B सिटी 5 औं तला)	048-969-2750 https://koshigaya-activity-support.info	अंग्रेजी, चिनियाँ ※ टेलिफोन अनुवाद र भिडियो अनुवाद १७ भाषामा उपलब्ध छ।	मंगलबार देखि शनिबार सम्म	9:00 – 17:00
साइतामा सिटी ओमिया वडा कार्यालय दोस्रो तला	048-646-3097 (नागरिक सल्लाहकक्ष) * राष्ट्रिय बिदाहरू, वर्ष-अन्त र नयाँ वर्षहरूमा बिदा	अंग्रेजी, तागालोग	सोमबार	9:00 - 12:00
		दक्षिण कोरियाली, उत्तर कोरियाली	मंगलबार	
		भियतनामी	बुधबार	
		चिनियाँ	बिहीबार	
(सार्वजनिक निगम) साइतामा पर्यटन तथा अन्तर्राष्ट्रिय संघ अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध केन्द्र (उरवा स्टेशन पूर्वी गेट कोमुनारे 9F) भिडियोफोन अनुवाद आदि प्रयोग गरि सेवाहरू पनि प्रदान गर्दछौं। * देशी अनुवादकहरू द्वारा अनुबाद गरिने विशेष	048-887-1506 https://stib.jp/international/consult/ * राष्ट्रिय बिदाहरू, वर्ष-अन्त र नयाँ वर्षहरूमा बिदा	जापानी	सोमबार देखि बिहीबार सम्म	10:00 – 17:00 (रिसेप्शन 16:30 सम्म प्रति)
		चिनियाँ	मंगलबार	9:00 – 12:00 13:00 – 15:00 (रिसेप्शन 14:00 सम्म)
		अंग्रेजी	बुधबार,	9:00 – 12:30 13:00 – 14:30 (रिसेप्शन 14:00 सम्म)

भिडियोफोन (16 भाषाहरूमा उपलब्ध छन्) *बाह्य कलहरूको लागि तेस्रो पक्ष मार्फत गरिने अनुबाद (14 भाषाहरूमा उपलब्ध छन्)		दक्षिण कोरियाली, उत्तर कोरियाली	बिहीबार	9:00 – 12:00 13:00 – 15:00 (रिसेप्शन 14:00 सम्म) 9:00 – 16:00

स्थान	फोन नम्बर · URL	भाषा	परामर्श दिन	समय
सायमा सिटी अफिस दोस्रो तला स्व-शासन संस्कृति बिभाग सायमा सिटी अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध केन्द्र विदेशीहरूको लागि परामर्श सहयोग	042-952-4584 https://www.sifa.saitama.jp/	अंग्रेजी र Pocketalk मा बहुभाषीक सामग्री (जीवन परामर्श, कानूनी परामर्श, आदि) इन्चार्ज अफिसमा जानुहोस् (सँगै) र परामर्शको सामग्रीको अनुवाद गरिन्छ।	सोमबार, बुधबार, शुक्रवार	9:00 – 16:00
शिकी सिटी अफिस नागरिक गतिविधि प्रवर्द्धन विभाग विदेशीहरूको लागि आवेदन र परामर्श सहयोग	048 – 473 – 1468 परामर्श दिनहरू बाहेक अन्य दिनहरूको लागि अग्रिम समय लिनु पर्नेछ https://www.city.shiki.lg.jp/soshiki/12/2332.html	अंग्रेजी	पहिलो बिहीबार、तेस्रो मंगलबार	10:00 – 12:00
		चिनियाँ	पहिलो बिहीबार तेस्रो सोमबार	14:00 – 16:00 10:00 – 12:00
		भियतनामी, स्पेनी, पोर्तुगीज, नेपाली र हिन्दी ※अग्रिम समय लिन सकिनेछ		
सोका सिटी अफिस अन्तर्राष्ट्रिय परामर्श कर्नर	048-922-2970 https://www.city.soka.saitama.jp/cont/s1402/010/020/030/01.html	अंग्रेजी, चिनियाँ, स्पेनिश, दक्षिण कोरियाली, थाई,	सोमबार, बुधबार, शुक्रवार	9:00 – 17:00
			मंगलबार, बिहीबार	अग्रिम समय लिन पर्नेछ
तोकोरोजावा सिटी अफिस नागरिक परामर्श विभाग	042-998-9092 https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/kurashi/soudan/shiminsoudan/soudan20200311091647560.html	चिनियाँ	पहिलो र तेस्रो बिहीबार	10:00 – 12:00 (रिसेप्शन 11:30 सम्म)
		अंग्रेजी、 तागालोग	दोस्रो र चौथो बिहीबार	
टोडा सिटी अफिस ३औं तला सहयोग प्रवर्द्धन विभाग टोडा सिटी विदेशी नागरिकहरूको लागि परामर्श कर्नर	048-441-1800 (एक्सटेन्सन ४८३) https://www.city.toda.saitama.jp/soshiki/192/community-gaikokujin-soudan.html	अंग्रेजी	सोमबार · बुधबार	9:00 – 12:00 13:00 – 17:00
		चिनियाँ *परिवर्तन हुन सक्नेछन् *अनुवाद मेसिन तयार गरिएको छ।	मंगलबार · बिहीबार · शुक्रबार	
(सार्वजनिक संस्था) टोडा सिटी अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध केन्द्र (टोडा सिटी कार्यालय सिन्जो	048-434-5690 https://toda-tif	①जापानी、 अंग्रेजी、 चिनियाँ ②जापानी、 अंग्रेजी、	① मंगलबार देखि आइतबार सम्म	① 8:45 – 17:30

मिनामी सरकारी भवन दोस्रो तला)) ①विदेशीहरुका समस्या र जीबनयापनका लागि परामर्श सेवा ②विदेशीहरूको लागि कानूनी परामर्श	a.com/for-foreign-residents/	चिनियाँ ※अन्य भाषाहरुको लागि सल्लाह गर्नुहोस् (अघिल्लो दिनको 12:00 बजे सम्ममा फोन या रिसेप्शनमा बुकिंग गर्नुहोस्)	② प्रत्येक महिनाको दोस्रो बुधबार	② 14:00 ～/ 15:00 ～/ 16:00 ～/ *दिनमा तीन पटक
हन्नो सिटी अफिस स्वायत्तता प्रवर्द्धन विभाग	https://www.city.hanno.lg.jp/kurashi_seikatsukankyo/shiminnosodammadoguchi/6543.html	स्पेनिश (अग्रिम समय लिन पर्नेछ)	पहिलो र तेस्रो बिहीबार चौथो सोमबार	9:00 – 12:00
		पोकेटकको माध्यमबाट बहुभाषी समर्थन	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म *राष्ट्रिय बिदा बाहेक	8:30 – 17:15
फुजिमी सिटी अफिस	049-251-2711 (रिसेप्शन 272) विदेशी नागरिकहरूको लागि परामर्श) https://www.city.fujimi.saitama.jp/kurashi_tetsuzuki/01soudan/2010-0517-1125-137.html	अंग्रेजी、 चिनियाँ、 दक्षिण कोरियाली, तागालोग, स्पेनिस भियतनामी, नेपाली *अन्य समर्थित भाषाहरूको जानकारी लिनुहोस्	बिहीबार (अग्रिम समय लिन सकिनेछ)	13:00 – 16:00
	049-269-6450 (फुजिमिनो अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध केन्द्र)		शुक्रवार	10:00 – 13:00
फुजिमिनो सिटी अफिस			सोमबार देखि शुक्रवार सम्म	13:00 – 16:00
			मंगलबार देखि बिहीबार सम्म	10:00 -16:00
मियोशी टाउन हल			सोमबार	10:00 -13:00
			बिहीबार	13:00 -16:00
फुजिमिनो अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध	049-269-6450		सोमबार देखि शुक्रवार सम्म	10:00 -16:00

केन्द्र (FICEC) 〒३५६-०००४ ५-४-२५ कामिफुकुओका, फुजिमिनो सिटी	049-256-4290 http://www.ficec.jp/		सनिबार र आइतबार	13:00 – 16:00
योकोसे नगर कार्यालय जीवनको उपयोगी जानकारी एप्लिकेशन 'वाकारु' को च्याट मार्फत परामर्श • Android • iOS	0494-25-0112 https://yokoze.wakaru.world/ja/home	अंग्रेजी、 चिनियाँ、 दक्षिण कोरियाली, भियतनामी, नेपाली थाई, तागालोग, म्यानमार स्पेनिस	सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म ※राष्ट्रिय बिदा बाहेक	24 घण्टा सेवा उपलब्ध *नगर कार्यालयको जवाफ समय 9:00 देखि 17:00 सम्म
वाराबी सिटी हल पहिलो तला नागरिक परामर्श विभाग भित्र विदेशीहरूको लागि सामान्य परामर्श काउन्टर	048-433-7745 https://www.city.warabi.saitama.jp/shogaigakushu/kouryu/1006312/1007155.html	अंग्रेजी, चिनियाँ ध्वनि आधारित बहुभाषी अनुवाद मेसिन द्वारा सहयोग	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (बिदा बाहेक)	9:00-17:00

२ विशेषज्ञ परामर्श

स्थान	फोन नम्बर・URL	भाषा	परामर्श दिन	समय
साइतामा बार एसोसिएसन कानुनी परामर्श केन्द्र विदेशी मुद्दाहरू २पटक सम्म नि: शुल्क (विदेशीहरूका लागि कानुनी परामर्श)	048-710-5666 https://www.saiben.or.jp/foreiner.html	जापानी भाषा * रिजर्भेसन गर्नु पर्नेछ	रिजर्भेसन रिसेप्शन ：सोमबार देखि शुक्रवार सम्म	9:00 – 17:00
			सनिबार	9:30 – 11:30
			परामर्श दिन : बुधबार/शुक्रबार	13:00 – 16:00

कानून टेरेस साइतामा (जापान कानूनी सहायता केन्द्र साइतामा क्षेत्रीय कार्यालय) सोधपुछको सामग्रीमा अनुरुप, सहयोग पुग्ने जापानी कानुनी प्रणाली र बार एसोसिएसनहरू जस्ता सान्दर्भिक संस्थाहरूको जानकारी नि:शुल्क प्रदान गरिने छ (कल शुल्क लाग्ने छ)। आय अनुरुप आवश्यकता अनुसार नि: शुल्क कानुनी सल्लाह उपलब्ध छ।	0570-078312 (IP फोनबाट 0503383-5375 मा कल गर्नुहोस्) https://www.houterasu.or.jp/site/chihoujimusho-saitama/	(फोन) जापानी भाषा मात्र (भ्रमण: रिजर्भेसन गर्नु पर्नेछ) आवश्यकता अनुसार नि:शुल्क कानुनी परामर्श आबस्यकता अनुसार भाषा अनुवादक खोज्नेछौं (व्यवस्था गर्न नसक्ने अवस्था हुन सक्छ)	रिजर्भेसन रिसेप्शन : सोमबार देखि शुक्रवार सम्म ※बिदाका दिनहरु बाहेक	9:00 – 17:00
			परामर्श दिन प्रत्येक महिनाको दोस्रो र चौथो बुधबार ※बिदाका दिनहरु बाहेक ※सार्वजनिक बिदाहरू र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक	13:00 – 16:20
कानून टेरेस ・ बहुभाषी सूचना सेवा ※विदेशी भाषा सपोर्ट चाहिने व्यक्तिलाइ पनि, दोभाषे मार्फत कानून टेरेसमा जानकारी लिन, परामर्शको लागि रिजर्भेसन गर्न सकिन्छ (कल शुल्क लाग्ने छ))	0570-078377	(फोन) चिनियाँ, अंग्रेजी, स्पेनिश, पोर्चुगिज, दक्षिण कोरियाली भियतनामी तागालोग, नेपाली, थाई	टेलिफोन रिसेप्शन: सोमबार देखि शुक्रवार सम्म ※बिदाका दिनहरु बाहेक	9:00 – 17:00
(सार्वजनिक संस्था) प्रवासी निक्केईजिन संघ निक्केईजिन परामर्श केन्द्र	045-211-1788 https://jadesas.or.jp/jp/kokunai1/	जापानी, पोर्चुगिज, स्पेनिश	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म * राष्ट्रिय र सार्वजनिक बिदा बाहेक	14:00 – 17:30

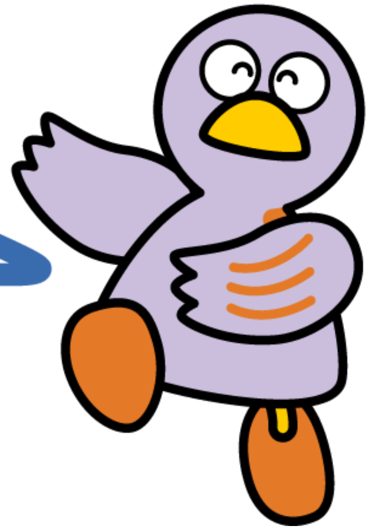
स्थान	फोन नम्बर・URL	भाषा	परामर्श दिन	समय
साइतामा प्रीफेक्चरल प्रहरी मुख्यालय सामान्य परामर्श केन्द्र विभिन्न परामर्श, प्रहरी गतिविधिहरू बारे राय र अनुरोधहरू लिन सक्छौं।	#91110 (डायल लाइनहरू साथै के ही आईपी फोनहरूबाट प्रयो ग हुदैन) वा 048-822-91110 साइतामा प्रीफेक्चरल प्रहरी वेबसाइट https://www.police.pref.saitama.lg.jp	जापानी	आबस्यकता अनुसार सधैं	24 घण्टा *अफिस डे मा 17:15 पछि शनिबार, आइतबार, सार्वजनिक बिदाहरू, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदाहरूमा, साइतामा प्रीफेक्चरल प्रहरी मुख्यालयको सामान्य प्रसासनमा कल ट्रान्सफर गरि सेवा दिइने छ।
साइतामा प्रीफेक्चरल पुलिस अपराध पीडित सपोर्ट सेन्टर (नुमाकागे, मिनामी वार्ड, साइतामा सिटी) १-१०-१ रामुजा टावर तेस्रो तला	① 0120-381-858 घटना वा दुर्घटनामा संलग्न व्यक्तिहरू र तिनीहरूका परिवारहरूलाइ परामर्श सेवा दिइने छ साइतामा प्रीफेक्चरल प्रहरी वेबसाइट https://www.police.pref.saitama.lg.jp	जापानी	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदाहरू, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक)	8:30 – 17: 15
	② 8103 (लैंगिक अपराध पीडित परामर्श फोन (हातो सान)) वा 0120-83-8103 यौन अपराधका पीडितहरू र तिनीहरूका परिवारहरूलाइ परामर्श सेवा दिइने छ		आबस्यकता अनुसार सधैं	24 घण्टा *अफिस डे मा 17:15 पछि शनिबार, आइतबार, सार्वजनिक बिदाहरू, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदाहरूमा, साइतामा प्रीफेक्चरल प्रहरी मुख्यालयको सामान्य प्रसासनमा कल ट्रान्सफर गरि सेवा दिइने छ।
साइतामा प्रीफेक्चरल पुलिस किशोर (रामुजा टावरको तेस्रो तल्ला, १-१०-१ नुमाकागे, मिनामी-कु, साइतामा सिटी) किशोरहरू आफैं र उनीहरूका अभिभावकहरूबाट, अपराध या धम्की र अपराध पीडितहरू जस्ता किशोरका समस्याहरूमा मनोवैज्ञानिक परामर्शहरू दिइन्छ।	048-865-4152 (अभिभावकहरूका लागि, आदि) 048-861-1152 (किशोरहरूका लागि (युवा टेलिफोन कर्नर)) साइतामा प्रीफेक्चरल प्रहरी वेबसाइट https://www.police.pref.saitama.lg.jp	जापानी	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदाहरू, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक)	8:30 – 16:15

साइतामा प्रीफेक्चरल प्रहरी मुख्यालय रेलवे प्रहरी गण रेल भित्र जस्ता, रेलवे संरचना भित्र यौन दुर्व्यवहारका शिकार भएकाहरुलाई परामर्शहरू दिइन्छ।	048-641-0599	जापानी	आवश्यकता अनुसार सधैं	24 घण्टा *महिला प्रहरी अधिकारी बाहेक अन्य प्रहरी अधिकारीले हेर्ने अवस्था पनि हुन सक्छ।

स्थान	फोन नम्बर・URL	भाषा	परामर्श दिन	समय
साइतामा क्षेत्र कानुनी मामिला ब्यूरो ① विदेशी भाषा मानव अधिकार परामर्श डायल ③ विदेशी भाषा इन्टरनेट मानव अधिकार परामर्श डेस्क	① 0570-090911 ② https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html#01	①② चिनियाँ, दक्षिण कोरियाली, अंग्रेजी, फिलिपिनो, पोर्चुगिज भियतनामी, नेपाली, स्पेनिस, इन्डोनेसियाली, थाई	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म (सार्वजनिक बिदाहरू, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक)	① 9:00 – 17:00
साइतामा प्रीफेक्चरल पति पत्नी हिंसा परामर्श तथा सहयोग केन्द्र (लैङ्गिक समानता प्रवर्द्धन केन्द्र) *घरेलु हिंसा (DV) र डेटिंग हिंसा (डेट DV) सम्बन्धी परामर्श	048-600-3700	जापानी,	सोमबार देखि बुधबार, शुक्रवार, शनिबार आइतबार सार्वजनिक बिदाहरू ※बिहीबार, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू बाहेक	9:30 – 20:30 9:30 – 17:00
(सार्वजनिक सस्था) एशियन वेलफेयर एजुकेशन फाउन्डेसन शरणार्थी मामिला मुख्यालय (RHQ)	• इन्डोचिनियाँ शरणार्थी/कन्भेन्सन शरणार्थीहरू • पुनर्वास शरणार्थीहरु 0120-090-091 • पूरक संरक्षित व्यक्ति 0120-400-250 • शरणार्थी मान्यता आवेदक 0120-925-357	जापानी、 अंग्रेजी, फ्रान्सेली, भियतनामी, म्यानमार, युक्रेनी ※ अन्य भाषाहरूको लागि अग्रिम सोधपुछ गर्नुहोस्	सोमबार देखि शुक्रवार सम्म	10:00 – 12:00 14:00 – 16:00

अध्याय १३

नगर र गाउँ कार्यालयहरूको सूची



साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट कोबाटोन

साइतामा प्रिफेक्चरभित्रका नगर र गाउँहरूको वेबसाइट लिंक संग्रह (साइतामा प्रिफेक्चरको वेबसाइट)

URL: https://www.pref.saitama.lg.jp/a0301/wwwlink.html

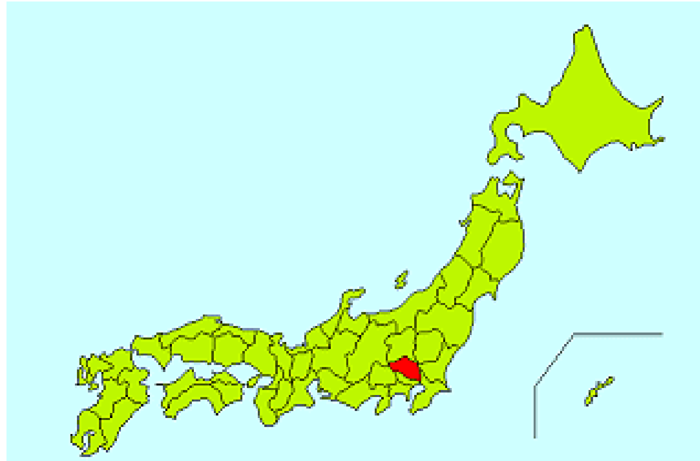
	नगरको नाम (वर्णमाला क्रम)	फोन नम्बर	ठेगाना	विदेशी नागरिकहरूको संख्या
1	Ageo City	048-775-5111	3-1-1 Hon-cho	5,064
2	Asaka City	048-463-1111	1-1-1 Hon-cho	4,697
3	Chichibu City	0494-22-2211	8-15 Kumagimachi	734
4	Fujimi City	049-251-2711	1800-1 Ooaza-Tsuruma	3,278
5	Fujimino City	049-261-2611	1-1-1 Fukuoka	3,352
6	Fukaya City	048-571-1211	11-1 Naka-cho	3,860
7	Gyoda City	048-556-1111	2-5 Honmaru	2,111
8	Hanno City	042-973-2111	1-1 Ooaza-Namiyanagi	1,458
9	Hanyu City	048-561-1121	6-15 Higashi	2,341
10	Hasuda City	048-768-3111	2799-1 Ooaza-Kurohama	933
11	Hatoyama Town	049-296-1211	184-16 Ooaza-Mamedo	143
12	Hidaka City	042-989-2111	1020 Ooaza-Minami-Hirasawa	1,167
13	Higashi-Chichibu Village	0493-82-1221	634 Ooaza-Mido	11
14	Higashimatsuyama City	0493-23-2221	1-1-58 Matsuba-cho	3,703
15	Honjo City	0495-25-1111	3-5-3 Honjo	3,150
16	Ina Town	048-721-2111	4-355 Chuo	707
17	Iruma City	04-2964-1111	1-16-1 Toyooka	3,006
18	Kamikawa Town	0495-77-2111	909 Ooaza-Uedake	633
19	Kamisato Town	0495-35-1221	5518 Ooaza-Shichihongi	1,372

20	Kasukabe City	048-736-1111	7-2-1 Chuo	5,862
21	Kawagoe City	049-224-8811	1-3-1 Motomachi	10,226
22	Kawaguchi City	048-258-1110	2-1-1 Aoki	43,706
23	Kawajima Town	049-297-1811	870-1 Ooaza-Shimoyatsubayashi	424
24	Kazo City	0480-62-1111	2-1-1 Mitsumata	3,445
25	Kitamoto City	048-591-1111	1-111 Hon-cho	925
26	Koshigaya City	048-964-2111	4-2-1 Koshigaya	8,335
27	Konosu City	048-541-1321	1-1 Chuo	2,439
28	Kuki City	0480-22-1111	85-3 Shimohayami	4,021
29	Kumagaya City	048-524-1111	2-47-1 Miya-cho	4,841
30	Matsubushi Town	048-991-2711	2424 Ooaza-Matsubushi	536
31	Minano Town	0494-62-1230	1420-1 Ooaza-Minano	106
32	Misato City	048-953-1111	648-1 Hanawada	6,357
33	Misato Town	0495-76-1111	323-1 Ooaza-Kibe	224
34	Miyashiro Town	0480-34-1111	1-4-1 Kasahara	549
35	Miyoshi Town	049-258-0019	1100-1 Ooaza-Fujikubo	1,022
36	Moroyama Town	049-295-2112	2-1 Chuo	785
37	Nagatoro Town	0494-66-3111	1035-1 Ooaza-Hon-Nogami	43
38	Namegawa Town	0493-56-2211	750-1 Ooaza-Fukuda	672
39	Niiza City	048-477-1111	1-1-1 Nobitome	4,536
40	Ogano Town	0494-75-1221	89 Ogano	159
41	Ogawa Town	0493-72-1221	55 Ooaza-Otsuka	437
42	Ogose Town	049-292-3121	900-2 Ooaza-Ogose	181
43	Okegawa City	048-786-3211	1-3-28 Izumi	1,207
44	Ranzan Town	0493-62-2150	1030-1 Ooaza-Sugiyama	695
45	Saitama City	048-829-1111	6-4-4 Tokiwa,Urawa-ku	32,112
46	Sakado City	049-283-1331	1-1-1 Chiyoda	3,464
47	Satte City	0480-43-1111	4-6-8 Higashi	1,465
48	Sayama City	04-2953-1111	1-23-5 Irumagawa	3,373
49	Shiki City	048-473-1111	1-1-1 Nakamuneoka	2,247
50	Shiraoka City	0480-92-1111	432 Sendano	922
51	Soka City	048-922-0151	1-1-1 Takasago	10,133
52	Sugito Town	0480-33-1111	2-9-29 Seiji	767
53	Toda City	048-441-1800	1-18-1 Kamitoda	8,244
54	Tokigawa Town	0493-65-1521	2490 Ooaza-Tamagawa	231
55	Tokorozawa City	04-2998-1111	1-1-1 Namiki	7,147
56	Tsurugashima City	049-271-1111	16-1 Ooaza-Mitsugi	1,868
57	Wako City	048-464-1111	1-5 Hirosawa	2,811
58	Warabi City	048-432-3200	5-14-15 Chuo	8,620
59	Yashio City	048-996-2111	1-2-1 Chuo	4,517
60	Yokoze Town	0494-25-0111	4545 Ooaza-Yokoze	92
61	Yorii Town	048-581-2121	1180-1 Ooaza-Yorii	852
62	Yoshikawa City	048-982-5111	1-1 Kiyomino	2,143
63	Yoshimi Town	0493-54-1511	411 Ooaza-Shimohosoya	237
			जम्मा	**234,698**

नोट: नगर अनुसार विदेशी नागरिकहरूको संख्या न्याय मन्त्रालयको विदेशी नागरिकहरूको तथ्याङ्कमा आधारित छ (डिसेम्बर २०२३ को अन्त्यसम्म)

१४औं अध्याय

साइतामा प्रिफेक्चरको



१ नगरको स्थान (नक्शा)
२ प्रतीक
३ भगिनी तथा मैत्री प्रिफेक्चरहरू

१ नगरको स्थान (नक्शा)

本県の面積と人口

面　積（令和4.1.1現在）	3, 797. 75 ㎢	人　口（令和4.4.1現在）	7, 331, 256 人

資料：国土地理院「全国都道府県市区町村別面積調」、県統計課「埼玉県推計人口」

※薄桃色のラインは、地域振興センター所管区域による区分
※市町村数（令和4.4.1現在）　市40　町22　村1　計63

क्षेत्रफल:　　　३,७९७.७५ वर्ग किलोमिटर (राष्ट्रिय भौगोलिक संस्थान "राष्ट्रिय प्रिफेक्चर, नगर क्षेत्रफल तथ्याङ्क" [२०२४] मा जुलाई १ सम्म)
नगर संख्या:　　सहर: ४०, नगर: २२, गाउँ: १
जनसंख्या:　　७३,३०,६९७ जना (२०२४ नोभेम्बर १ सम्मको अनुमानित जनसंख्या)
विदेशी नागरिकहरूको संख्या:　२,३४,६९८जना (२०२३ डिसेम्बर सम्म, अध्यागमन कार्यालयको तथ्याङ्क)
वार्षिक औसत तापमान: १७.२°C (२०२३, मौसम विज्ञान विभागको वेबसाइट)
* अन्य तथ्याङ्कहरू "साइ नो कुनी तथ्याङ्क केन्द्र" (साइतामा प्रिफेक्चरको तथ्याङ्क पोर्टल)
https://www.pref.saitama.lg.jp/theme/tokei/
* साइतामा प्रिफेक्चरको परिचय (साइतामा प्रिफेक्चर **नागरिक सुनुवाइ विभागको** वेबसाइट)
https://www.pref.saitama.lg.jp/a0314/saitama-profile/index.html

२ प्रतीक

(१) उपनाम

चारै ऋतुमा परिवर्तन हुने समृद्ध प्रकृतिका साथ, उद्योग, संस्कृति, शैक्षिक लगायतका विभिन्न क्षेत्रहरूमा प्रगति गर्दै आएको साइतामा प्रिफेक्चरको विविध रूप र सुन्दरतालाई व्यक्त गर्दै, साइतामा प्रिफेक्चरप्रति मित्रता र प्रेमको भावना बढाउने शब्दको रूपमा चयन गरिएको हो।

(२) प्रिफेक्चरको चिन्ह

साइतामा प्रिफेक्चरको चिह्न १६ वटा मगातामाहरूलाई वृत्ताकार रूपमा राखेर बनाइएको छ। मगातामाहरूलाई प्राचीन मानिसहरूले गहना र अन्य वस्तुहरूका रूपमा महत्त्वका साथ प्रयोग गर्थे।मगातामाहरूलाई वृत्ताकार रूपमा राखेको डिजाईनले "सूर्य", "प्रगति", "उत्साह", "शक्ति" लाई प्रतिनिधित्व गर्दछ।

(३) प्रतीक

प्राकृतिक संसाधनले धनी साइतामा प्रिफेक्चरले परिचित र प्रिय चरा, रुख, फूल, पुतली, माछालाई प्रिफेक्चरको प्रतीकको रूपमा चयन गरेको छ।

प्रिफेक्चरको चरा "शिराकोबाटो" (रंगीन परेवा)	प्रिफेक्चरको रूख "केयाकी" (जेल्कोभा)	प्रिफेक्चरको फूल "सकुरासो" (प्रिमरोज)	प्रिफेक्चरको पुतली "मिडोरी शिजिमी"	प्रिफेक्चरको माछा "मुसाशी टोमियो"

(४) साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट "कोबाटोन" र "साइतामाची"

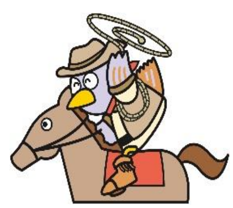
कोबाटन प्रिफेक्चरको राष्ट्रिय चरा "शिराकोबातो" को आधारमा बनेको हो। २००५ मा "प्रिफेक्चरको मस्कट" को रूपमा नियुक्त गरिएको थियो। मनमोहक अभिव्यक्तिले ध्यान आकर्षित गर्दै, चलचित्रमा अभिनय, स्पेस शटलमा यात्रा, र साना ग्रहमा नामकरणजस्ता गतिविधिहरूमा संलग्न हुँदै यसको सक्रियता फैलिँदै गएको छ। प्रिफेक्चरको मस्कटको रूपमा र "युरुतामा समर्थन टोली" को नेता को रूपमा, विभिन्न स्थानमा उड्दै साइतामा प्रिफेक्चरको प्रचारमा लागिरहेको छ।

साइतामाची २०१४ नोभेम्बर १४ (प्रिफेक्चर दिवस) मा जन्मिएको मस्कट हो। यसको "गोलाकार आँखा" र "पेटको बोर्डर" यसको ट्रेडमार्क हो। कोबाटोनसँग मिलेर साइतामा प्रिफेक्चरको प्रचार गर्दछ।

कोबाटोन र साइतामाची
साइतामा प्रिफेक्चरको मस्कट "कोबाटोन" र "साइतामाची" (साइतामा प्रिफेक्चर **नागरिक सुनुवाइ विभागको** वेबसाइट)
https://www.pref.saitama.lg.jp/kense/saitamaken/kobaton/index.html

३ भगिनी तथा मैत्री प्रिफेक्चरहरू

साइतामा प्रिफेक्चरले हाल ५ वटा प्रिफेक्चर र प्रदेशहरूसँग भगिनी तथा मैत्री सम्झौता गरेको छ, र विभिन्न आदानप्रदान गर्दै छ।
"साइतामा प्रिफेक्चरको भगिनी तथा मैत्री प्रिफेक्चरहरू" (साइतामा प्रिफेक्चर अन्तर्राष्ट्रिय **विभाग**को वेबसाइट)
https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/kouryukyoryoku/shimaiyuko.html

मेक्सिको राज्य (मेक्सिको)	शान्शी प्रिफेक्चर (चीन)	क्विन्सल्यान्ड प्रिफेक्चर (अस्ट्रेलिया)	ओहायो राज्य (अमेरिका)	ब्रान्डेनबर्ग प्रिफेक्चर (जर्मनी)
				

चित्र: भगिनी तथा मैत्री प्रिफेक्चरहरूसँग सम्बन्धित "कोबाटोन"