大阪府

外国人のみなさん！

働く前に知ってほしい7ポイント

日本で安心して働くために
知ってほしいことを
書いています！

大阪府労働相談センター（大阪府商工労働部雇用推進室労働環境課）

書(か)いていること

はじめに

■ポイント１　会社(かいしゃ)と 働(はたら)く人(ひと)との 約束(やくそく)や 決(き)まり

■ポイント２　働(はたら)いて 会社(かいしゃ)から もらうお金(かね) について

■ポイント３　働(はたら)く 時間(じかん)について

■ポイント４　残業(ざんぎょう)＜きまった時間(じかん)より長(なが)く働(はたら)くこと＞について

■ポイント５　有給休暇(ゆうきゅう きゅうか)＜会社(かいしゃ)から お金(かね)をもらいながら

とることができる休(やす)み＞について

■ポイント６　解雇(かいこ)＜会社(かいしゃ)が やめさせる＞

退職(たいしょく)＜あなたが やめる＞について

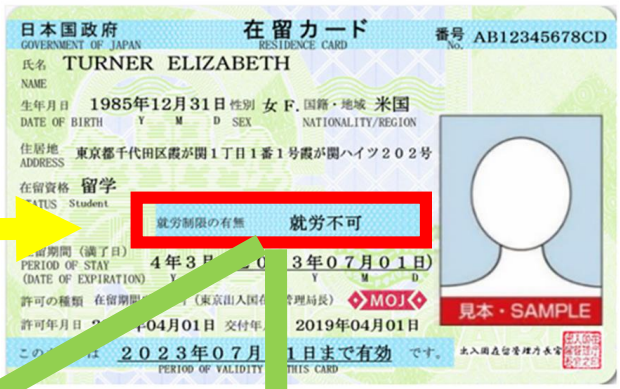
■ポイント７　会社(かいしゃ)の ハラスメント＜働(はたら)く人(ひと)が

つらい気持(きも)ちになること＞について

はじめに

在留カード<3か月より 長く 日本に 住む 外国人が
入管から もらう カード>を 確認します

あなたが、日本で 働くことが
できるかどうか、よく見てください。



※出入国管理及び難民認定法

①就労制限なし
②在留資格に基づく就労活動のみ可
③指定書により指定された就労活動のみ可

働くことが できます。

日本では 働くときの 決まりが ありま す。

④就労不可

働くことが できません。

働きたいときは 出入国在留管理局で
「在留資格変更許可」か、
「資格外活動許可」をもらいます。

はじめに

働くときや やめるときに すること

※出入国管理及び難民認定法第１９条の１６

仕事を はじめるとき、やめるとき、違う会社で 働くときは、出入国在留管理庁に 知らせます。
（所属機関等に関する届出）

※ 在留カードを 持っている人は、
かならず 出入国在留管理庁に 知らせてください。

出入国在留管理庁に 知らせることを しなかったとき 、罰として、２０万円以下の お金を 払わなければ なりません。

※ うそをついたとき、刑務所＜悪いことをした人が 行く場所＞に１年以下 行くか、２０万円以下の お金を払う罰を 受けます。

「所属機関等に関する届出」について

区分	在留資格	届出が必要な場合	届出事項	根拠条文	罰則
所属機関に関する届出	教授，高度専門職１号（ハ）・２号（ハ），経営・管理，法律・会計業務，医療，教育，企業内転勤，技能実習，留学，研修	活動を行う機関の名称・所在地変更，消滅，離脱，移籍	届出に係る中長期在留者の ①氏名 ②生年月日 ③性別 ④国籍・地域 ⑤住居地 ⑥在留カード番号 ⑦事由に応じた届出事項	入管法第19条の16 入管法施行規則第19条の15，別表第3の3	入管法第71条の2第1号（虚偽の届出） 入管法第71条の5第3号（届出義務違反）
	高度専門職１号（イ・ロ）・２号（イ・ロ），研究，技術・人文知識・国際業務，介護，興行，技能，特定技能	契約機関の名称変更，所在地変更，消滅，契約終了，新たな契約締結			

仕事を はじめることが 決まったとき、やめることが 決まったとき、違う会社で 働くことが 決まったとき から、１４日以内に、出入国在留管理庁に 知らせてください。

知らせる 方法↓

・出入国在留管理庁の ホームページで インターネットを使って 知らせる
（使うために「電子届出システム」利用者情報登録 が必要です）

・大阪出入国在留管理局に 行く

・東京出入国在留管理局 在留管理情報部門へ 紙で 送る

送る 紙は、ホームページに あります。

（ http://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/index.html ）

「所属（活動）機関に関する届出」 または 「所属（契約）機関に関する届出」 を見てください。

働く人が 増えたり 減ったりするときに 会社がすること

会社は ハローワークに 知らせます

※労働施策総合推進法第28条

外国人が **働き はじめる**ときや **やめる**とき、
会社は、ハローワーク＜仕事を 紹介する 国の役所＞に 知らせます。
ハローワークに「外国人雇用状況の届出」を 出してください。
出さないとき、罰として、３０万円以下の お金を 払わなければなりません。

外国人が 働く 前に、その人が 日本で 働くことが できるか どうか（在留資格や在留期限など）、在留カードを よく見てください！

■ケースその１

会社と 働く人との 約束や 決まり

会社の 決まりを
書いた 紙が
ほしいです。

約束や 決まりは
言いました。
書いた 紙は
ありません。

こんなとき、どうしたら よいのでしょうか？

■ポイントその１

1 働くための 約束 「労働契約」

あなたが 会社で 働くとき、会社と「労働契約」

という 約束をします。

「労働契約」は とても 大事です。

会社から **紙に 書いたもの**を もらってください。

※労働契約法第6条

2 働くときの 決まりを 変えるとき

決まりを 変えるとき、会社と あなたが

どちらも 守れる 決まりに しなければ なりません。

※労働契約法第8条

働くときの 決まりを すべて **守ることができる**と

あなたが 思ったとき、会社と 働くための 約束

（労働契約）を することができます。

■ポイントその１

3 働くときの 決まりを 書いて 知らせる

会社は、働くときの 決まりを **書いて**、あなたに 知らせなければなりません。次の ６つのことが **書いています**。

☆メール、SNSで 知らせることも できます。

※労働基準法第15条、同法施行規則第5条第1項

① 働くことを はじめる日、さいごの日

② さいごの日のあと、働く 約束が できるか

（さいごの日が 決まっているか）

③ どこで、どのような 仕事をするか

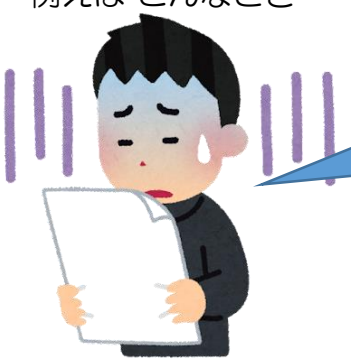
④ 働く時間、休む時間、休みの日

⑤ 働いて 会社から もらうお金は いくらか、

お金を もらう方法

⑥ 仕事を やめるとき（やめる方法や 決まり）

例えば こんなとき…



働くときの 決まりが変わりました。

わたしは 知らなかった。

大阪府労働相談センターへ 電話してください！

☎06-6946-2600

■ケースその２

働いて 会社から もらうお金 について

１時間 働いたら、
1,100円 渡します。

はい。
わかりました。

会社の人

働いたら お金が
もらえる日

お金がないです。
１時間 働いたら、
800円 渡します。

もらえるお金が
少ないです。

こんなとき、どうしたら よいのでしょうか？

■ポイントその２

1 賃金＜働いて 会社から もらうお金＞

働いて 会社から もらうお金のことを いいます。

① お金で ② 会社から あなたに ③ ぜんぶを
④ 毎月1回 以上 ⑤ 会社が 決めた日に もらいます。

※労働基準法第１１条、第24条

2 法律で 決まっている いちばん 安い 賃金

大阪府で 働く人が もらえる いちばん 安い 賃金は
１時間 働いて ９９２円です。（2021年10月1日から）
このお金は 法律で 決まっています。

もらった お金が ９９２円より 少ないとき、会社から 足りない分を もらうことができます。

※最低賃金法第4条第1項

例えば こんなとき…

時給＜１時間働いて＞800円しかも らってない…

大阪府労働相談センターへ 電話してください！
☎06-6946-2600

■ケースその３

働く(はたら) 時間(じかん)について

こんなとき、どうしたら よいのでしょうか？

■ポイントその３

1 働く時間「労働時間」について

会社と 約束（契約）した 働く時間は、
いっしょうけんめいに 働かなければ なりません。
働く時間の 長さは 法律で 決まっています。

2 法律で 決まっている 働く時間「法定労働時間」

1日の 労働時間 ＝ 8時間以内
（休み時間は 入っていません）

1週間の 労働時間 ＝ 40時間以内
※労働基準法第32条

3 休み時間

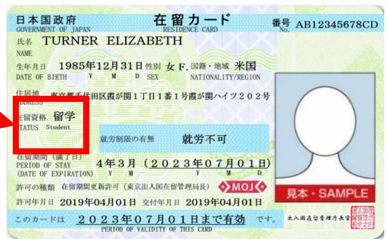
1日の 働く時間が 6時間より 長いときは、
休み時間は 45分以上でなければ なりません。
1日の 働く時間が 8時間より 長いときは、
休み時間は 1時間以上で なければ なりません。
※労働基準法第34条

資格外活動許可

＜仕事ができない 在留資格の人が、仕事をしたいときに もらうもの＞ が もらえたとき

※出入国管理及び難民認定法第１９条第２項

在留資格　留学



あなたの 在留資格が 「留学」で、
資格外活動許可を もらって アルバイトをするとき、
働くことができる 時間は、１週間で 28時間以内
夏休みなど 学校の 休みが 長いときは、 1日で 8時間以内 です。

アルバイトをしたい 留学生は、出入国在留管理局で
資格外活動許可を もらってください。

【資格外活動許可を もらうために 必要なもの】　※お金は いりません。

- 申請書＜資格外活動許可を もらうために 出す紙＞
- アルバイトの内容、働く時間、もらうお金 など 書いているもの
（雇用契約書のコピー）
- 在留カード＜3か月より 長く 日本に 住む 外国人が 入管から もらう カード＞
- パスポート または 出入国在留管理局からもらった 在留資格証明書

例えば こんなとき…

毎日 12時間働いています…

大阪府労働相談センターへ 電話してください！
☎06-6946-2600

■ケースその４

残業くきまった時間より 長く 働くこと>について

あなたが 働くときの 決まりや、
働く契約（約束）を 知っていますか？

■ポイントその４

1 残業（時間外労働）

残業は、会社と 約束した 時間より 長い時間
働くことです。
残業するときは、会社は あなたに いつもより 多く
お金を 払わなければなりません。
（多くお金を 払わない 約束もあります）

2 割増賃金＜いつもより 多くもらえる お金＞

1日で 8時間、1週間で 40時間より 長く 働いたときは、
会社は あなたに 1.25倍 以上の お金を 払います。残業の
時間の お金です。午後10時から 午前5時まで
働いたときも 同じです。休みの日に働いたときは、
会社は あなたに 1.35倍 以上の お金を 払います。

※労働基準法第37条

例えば こんなとき…

会社から 「残業してください」と 言われました。
やりたくありません。どうしたらいいですか？

大阪府労働相談センターへ 電話してください！
☎06-6946-2600

■ケースその５

有給休暇＜会社から お金を もらいながら とることができる 休み＞について

会社が 言うことは 正しいですか？

■ポイントその５

1 有給休暇とは

※労働基準法第39条

あなたが 休みたい日に 休むことができます。
お金を もらいながら 休むことができます。

有給休暇が もらえる人は、
働き はじめた日 から 6か月 働いている人で
働く日の 80%以上 働いた人　です。
働く すべての人（パート、アルバイトの人も 入ります）
が もらえます。
休む 理由を 会社に 言わなくても もらえます。

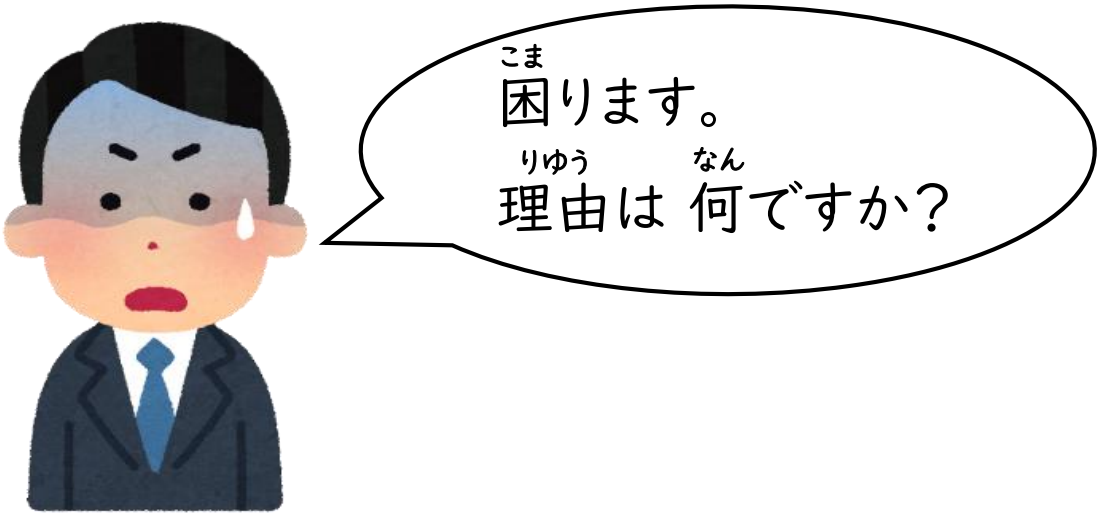
※会社が 忙しいときは、会社が あなたに「休む日を 変えてほしい」と 言うことも あります。

例えば こんなとき…

大阪府労働相談センターへ 電話してください！
☎06-6946-2600

■ケースその６

解雇<会社が やめさせる>
退職<あなたが やめる>について



会社は あなたを クビ<働くことが できないようにする>に できますか？

■ポイントその６

1 解雇とは

※労働契約法第16条ほか

会社が あなたを やめさせることです。正しい理由が なければ、あなたを やめさせることは できません。

会社から「解雇」と 言われても すぐに「わかりました」と 言わないでください。理由を 聞いてください。

2 退職とは

※民法第627条ほか

あなたが 会社を やめたいと 思って やめることです。いつまで 働くか 会社と約束していない人は、「退職したい」と 言って、２週間すぎたら、会社をやめることができます。いつまで 働くか 会社と 約束している人はさいごの日まで やめることが できません。ただし、しかたない理由があればやめることができます。

例えば こんなとき…

会社から「来ないでください」と 言われました。

会社を やめるか やめないか は、あなたが 決めることができます。

やめたくないときは 会社に「やめたくない」と 言ってください。

大阪府労働相談センターへ 電話してください！

☎06-6946-2600

■ケースその7

会社の ハラスメント<働く人が つらい気持ちになること>について

会社の人が わたしを
大きな声で 怒ります。
みんなが 見ています。
わたしは つらい気持ちです。

こんなとき、どうすれば よいのでしょうか？

■ポイントその7

1 働く 場所で ハラスメントが あったとき

※労働施策総合推進法ほか

会社は あなたの 話を聞いて、ハラスメントがなくなるように しなければなりません。

1．まず、あなたに ハラスメントを した人に「やめてください」と 言ってください。
あなたが つらい気持ち ということを わかるように してください。

2．それでも ハラスメントが あるときは、メモをしてください。
（いつ、どこで、なにをされて、どう思ったか を 紙に 書く）
会社に 相談してください。

●働く 場所の ハラスメントは、次のようなものが あります。

- パワハラ（つらい気持ちに なることを 言う、仕事がもらえないなど）
- セクハラ（あなたの 体を さわる人がいる　など）
- マタハラ・ケアハラ（子ども 産むこと、子どもを 育てること、家族の世話のことで あなたが つらい気持ち になることを 言われるなど）
- 外国人への 差別（宗教、文化などが 日本と 違うことや、外国人と いうことが 理由で つらい気持ち になることを 言われる　など）

例えばこんなとき…

大阪府労働相談センターへ 電話してください！
☎06-6946-2600

困ったとき、わからない ときは…

おおさかふ　ろうどう そうだん
大阪府労働相談センターへ

でんわ
電話してください！

TEL：06-6946-2600

※相談の 予約は 日本語で できます。

その他の相談窓口

内容	名称	電話番号	
労働条件（労働基準法関係）に関する相談をしたい	外国人労働者相談コーナー	06-6949-6490	大阪市中央区大手前4-1-67　大阪合同庁舎第2号館9階 （大阪労働局労働基準部監督課内） 9:30～17:00（12:00～13:00を除く） ※英語：月･水・金、ポルトガル語：水･木、中国語：火、水、木、金、ベトナム語：金
職業相談･職業紹介･求人情報の提供を受けたい	大阪外国人雇用サービスセンター	06-7709-9465	大阪市北区角田町8-47　阪急グランドビル16階 月～金曜日10:00～18:00 （土・日・祝日・年末年始を除く） ※英語：月～金、中国語：月～金、ポルトガル語：月～金、スペイン語：火、木、ベトナム語：第1,3,5水、木 ネパール語：水（通訳の配置時間は13:00～18:00） ※通訳を希望される場合は事前に電話にてご連絡ください。
	ハローワーク堺 外国人雇用サービスコーナー	072-222-5049	堺市堺区南瓦町2-29堺地方合同庁舎1～3階（ハローワーク堺内） 13:00～17:00 ※中国語：月、火、ポルトガル語･：木、スペイン語：第2・第4水、金 ※通訳を希望される場合は事前に電話にてご連絡ください。
在留資格、労働・仕事、医療、福祉、教育など暮らし一般の相談をしたい	(公財)大阪府国際交流財団（OFIX） 大阪府外国人情報コーナー	06-6941-2297	中央区本町橋2-5マイドームおおさか5階 月・金9:00～20:00 （祝日除く。17：30以降に訪問の場合は要事前予約） 火・水・木9:00～17:30（祝日除く）、第2・4日曜　13:00～17:00 ※英語、中国語、スペイン語、フィリピノ語、ベトナム語、韓国・朝鮮語、ポルトガル語、タイ語、インドネシア語、ネパール語に対応
外国人の人権についての相談をしたい	法務省　外国語人権相談ダイヤル	0570-090911	平日（年末年始除く）9:00～17:00 ※英語、中国語、韓国語、フィリピノ語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、スペイン語、インドネシア語、タイ語
	大阪弁護士会 外国人の人権電話相談	06-6364-6251	第2･4金12:00～17:00 ※英語、韓国(朝鮮)語、中国語
出入国管理に関する手続きの案内、相談がしたい	外国人在留総合インフォメーションセンター	0570-013904 IP電話、PHS 03-5796-7112	平日8：30～17：15 ※英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、フィリピノ語

大阪府労働相談センター（労働環境課）

OFIX （公財）大阪府国際交流財団【OFIX】大阪府外国人情報コーナー

予約してください

お金は要りません

オンラインで

相談できます

外国人のための労働相談

日時：毎月第1、第3月曜日（原則）開催

13時30分から17時15分

賃金

労働時間

セクハラ

解雇・退職

労働契約

パワハラ

相談方法：オンライン、来所、電話（すべて予約制）

※原則、相談実施日の2営業日前まで予約受付

通訳言語：英語、中国語、韓国朝鮮語、ポルトガル語、スペイン語、タイ語、フィリピン語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語

問い合わせ・申し込み：

おおさかふがいこくじんじょうほうこーなー

大阪府外国人情報コーナー

☎ 06-6941-2297

✉ jouhou-c@ofix.or.jp

おおさかしちゅうおうくほんまちばし

大阪市中央区本町橋2-5　マイドームおおさか5階

大阪府労働相談センター

検索

©2014　大阪府もずやん