सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज बुलेटिन

काम शुरु गर्ने बेलाको लागि उपयोगी जानकारी

के तपाई जापानमा काम गर्दा कुनै समस्यामा पर्नुभएको थियो ? साथै, अबबाट काम गर्न खोज्नु भएका व्यक्तिहरुलाई भने कामको बारेमा केहि चिन्ता परेको छ कि ?
यस अंकमा भने, तपाईहरुलाई ढुक्कसँग काम गर्नकोलागि पहिनेदेखिनै जानीराखेमा उपयोगी हुने केहि जानकारीहरु प्रस्तुत गर्नेछौं ।

काम सुरु गर्ने समयमा

- जापानको कानून अन्तर्गत, श्रम सम्झौता गर्ने बेलामा, सैदान्तिक रुपमा, कम्पनी वा श्रमिकहरूको लागिको ｢श्रमका सर्तहरू｣ लिखित रुपमा जानकारी गराउनुपर्ने गरि निर्णय गरिएको छ । काम शुरु गर्ने बेलामा, कम्पनीसँग निश्चित रुपमा यसबारेमा बुझौं ।

- श्रमका सर्तहरू

कम्पनीले लिखित रुपमा अवश्य उल्लेख गर्नुपर्ने कुराहरु

① काम गर्ने अवधि (काम गर्ने अवधि तोकिएको छ कि छैन, यदि तोकिएको छ भने यसको अवधि)
② काम गर्ने ठाउँ र गर्नुपर्ने कामको विवरण
③ काम गर्ने समय (खुल्ने र बन्द हुने समय, ओभरटाइम छ कि छैन, बिश्रामको समय, बिदा, तलबि बिदा आदि)
④ तलब (कुल रकम, तलबको गणना　वा भुक्तानी गर्ने तरिका, तलब भुक्तानी पाउने अन्तिम म्याद वा भुक्तानी गर्ने मिति)
⑤ तलब वृद्धि सम्बन्धि कुरा
⑥ काम छोड्ने बेलाको लागिको प्रक्रियाहरू

कम्पनीको नियममा तोकिएको कुराहरु भएमा लेख्नुपर्ने आवश्यक भएका कुराहरु

① सेवानिवृत्ति भत्ता पाउन योग्य व्यक्ति, हिसाब वा भुक्तानी गर्ने तरिका, भुक्तानी को अवधि
② बोनस, अतिरिक्त कामको ज्याला आदि
③ कामदारहरूले व्यहोर्नुपर्ने खाना खर्च र काम गर्दा प्रयोग हुने लुगाफाटा वा काममा प्रयोग गरिने सामग्रीहरु आदि
④ कार्यस्थलको सुरक्षा र सरसफाई
⑤ यस बाहेक अन्य (कामको अभ्यास, प्रकोप क्षतिपूर्ति, प्रशंसा पत्र, काममा लगाउने प्रतिबन्ध, बिदाको बेलाको तलब भुक्तानी, आदि)

लेख्न नहुने कुराहरुको उदाहरण

कानूनमा निषेधित कुराहरु । कहिले काहीं पालन नगर्दा पनि हुने बेला हुन्छ ।
① काम छोड्दा जरिवाना तिर्नुपर्ने, क्षतिपूर्तिको रकमको लागि अग्रिम निर्णय गर्ने कार्य
② श्रम गर्ने सर्त अनुसार, कामदारलाई ऋण दिने, मासिक तलबबाट एकतर्फी रूपमा कटौती गर्ने कार्य
③ कम्पनीले कामदारहरुलाई जबरजस्ती पैसा जम्मा गर्न बाध्य पार्ने कार्य

बहुभाषाको सामग्री

सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रको होमपेजमा श्रम विभागको बारेमा बहुभाषी सामग्रीहरू छन (जापानीज, अंग्रेजी, चाइनिज, कोरियन, भियतनामी, नेपाली भाषाहरु) । तल अर्को पृष्ठमा यस सम्बन्धि व्याख्या सामग्रीहरु राखिएको छ । तपाईहरुले अवश्य हेर्नुहोला।
【नेपाली भाषा】
https://int.sentia-sendai.jp/j/download/exchange/LabourBureauInformation-N.pdf

बाकीं अर्को पेजमा क्रमस→

6 वटा भाषाको जनसम्पर्क पत्रिका

नेपाली भाषा बाहेक अन्य, जापानिज／にほんご, अंग्रेजी／English, चिनियाँ／中文, कोरियन／한국어, भियतनामी／Tiếng Việt हरु छन। तपाइले यसलाई होमपेजबाट हेर्न सक्नुहुन्छ । साथै सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रबाट पनि वितरित गरिदै आएको छ ।

「विदेशी श्रमिकहरुको लागि तयार पारिएको नमुना श्रम सर्त सूचना कार्ड (स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय)」
उपलब्ध भाषाहरु : अंग्रेजी, चाइनिज, कोरियन, पोर्चुगिज, स्पेनिश, तागालोग, इन्डोनेसियन, भियतनामी, खमेर, मंगोलियन, बर्मी, नेपाली, थाई भाषाहरु (प्रत्येक भाषा सँगै जापानीज भाषा पनि छ)
「श्रम सर्त हाते पुस्तिका (स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय)」
उपलब्ध भाषाहरु : जापानिज, अंग्रेजी, चाइनिज, कोरियन, पोर्चुगिज, स्पेनिश, तागालोग, थाई, भियतनामी, इन्डोनेसियन, म्यानमार, नेपाली, कम्बोडियन, मङ्गोलियन भाषाहरु

- रोजगारको नियमहरू

  「रोजगारको नियमहरु」 चाँही काम गर्ने घण्टा र बिदा, ज्याला, अवकाश आदि वा अन्य अरुकुनै काम गर्नेबेलामा पालना गर्नुपर्ने आवश्यक नियमहरुको बारेमा लेखिएको बस्तु हो । कम्पनीले रोजगार नियमहरुको बारेमा कम्पनीको साझेदारी डेटाबेसमा भण्डार गरिराख्ने, कामदारहरुलाई वितरण गर्ने, कुनै पनि समयमा सामग्रीहरू हेर्न सकिने गरि राख्न आवश्य पर्दछ ।

काम गर्दाको बेलामा

- 「श्रम सर्त」 मा भन्दा फरक काम वा तलब आदि फरक परेमा
  - → कानूनमा, कामदारले काम गर्न शुरु गर्नुभन्दा पहिले सहमत भएका 「श्रम सर्त」 अनुसार काम गर्न माग गर्न सकिनेछ । पहिले भनेको र अहिले गर्ने काम फरक भएमा, त्यसको कारणले तुरुन्तै काम छोड्न सक्नुहुन्छ ।
- काम गर्दा चोटपटक वा रोग लाग्ने, मृत्यु हुने भएमा
  - → काम-सम्बन्धित प्रमाणीकरण प्राप्त गरेमा , 「श्रम दुर्घटना बीमा」 बाट उपचार खर्चहरू आदि प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ । स्वास्थ्य बीमाको सुविधा भने काम गर्दा लाग्ने चोटपटक वा रोगहरूको लागि प्राप्त गर्न सकिँदैन ।
    कामगर्ने व्यक्ति एक जना भएपनि रोजगारी दिने कम्पनीले कामदारको 「श्रम दुर्घटना बीमा」 गर्नुपर्ने दायित्व हुन्छ । बिमा प्रिमियम कम्पनीले तिर्छ ।
    काममा जाँदा-आउँदा (काममा जाँदा र घर फर्कँदा) को समयमा दुर्घटना वा चोटपटक भएमापनि 「श्रम दुर्घटना बीमा」 ले कभर गर्छ ।
- वर्षभरिमा पाउने तलबीबिदा
  - → 「वर्षभरिमा पाउने तलबीबिदा」 भनेको, निर्णय गरिएको बिदाहरू बाहेक पनि तपाईले आफुले अतिरिक्त बिदा माग्न सक्नुहुन्छ र बिदामा बसेको बेलाको पनि तलब पाउन सक्नुहुन्छ । यो सुविधा भने निश्चित अवधिको लागि काम गर्नेहरूलाई दिइन्छ । तलबी बिदाको दिनको संख्या कानून द्वारा निर्धारण गरिन्छ।

काम छोड्ने बेलामा, छोड्न बाध्य परेको बेलामा

- हाल काम गरिरहेको कम्पनी छोड्दाको बेला
  - → कम्पनी छोड्नु कामदारको आफ्नो स्वतन्त्रता हो । यदि रोजगारी नियमावलीमा अवकाश प्रक्रियाको प्रावधान छ भने, यसमा लेखिए अनुसार अवकाश प्रक्रिया पालना गर्न आवश्यक पर्छ । सामान्यतया, यदि काम गर्ने व्यक्तिले कम्तिमा दुई हप्ता अघि राजीनामा पत्र पेश गरेर अवकाशको लागि आवेदन गर्नुभयो भने, कानुनी रूपमा कुनै पनि समयमा काम छोड्न सक्नुहुन्छ ।
- कम्पनीबाट अवकाश दिन आग्रह गरेमा
  - → कम्पनीले अफ्नोखुसीले कर्मचारीलाई बर्खास्त गर्न सक्दैन । सामाजिक मान्यताको तुलनामा बर्खास्त गर्नुको कारण उपयुक्त छ कि छैन भनि पुष्टी गर्न आवश्यक पर्छ । राजीनामा पत्रमा हस्ताक्षर गर्नु अघि श्रम मापदण्ड निरीक्षण कार्यालय वा श्रम सर्त परामर्श हट लाइनमा परामर्श गरौं ।
- आधारभूत भत्ता
  - → रोजगारी बिमा गरेको व्यक्तिहरुले सर्तहरु पुरागरेको भएमा, जागिर खोज्दै गरेपनि, आधारभूत भत्ता प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ ।
    हेल्लो वर्कमा आवेदन दिनुहोस । कम्पनीबाट राजीनामा पत्र प्राप्त भएपछि, जागिर छोड्नुको कारण पुष्टीगरि, यदि जागिर छाड्नुको कारण गल्ति छ भने, कम्पनीलाई भनि सच्याउन लागौ ।
- कामको खोजि गर्न

「हेल्लो वर्क सेन्दाई」
यो स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय द्वारा संचालित छ । विदेशीहरूको लागि रोजगार सेवा कर्नर : चाइनिज भाषा प्रत्येक मंगलबार, अंग्रेजी भाषा प्रत्येक बिहीबार सेवा उपलब्ध हुने समय : बिहान 10 बजे देखि बेलुका 4 बजे (12:00 देखि 1:00 बजे बाहेक)
「Work in MIYAGI (वर्क इन मियागी)」
मियागी प्रान्त द्वारा आयोजित, तोयो वर्क द्वारा संचालन गरिएको छ । मियागी प्रान्तमा काम गर्न चाहाने विदेशीनागरिक र विदेशी कामदारलाई काममा राख्न चाहाने कम्पनिहरुमा कामदार मिलाईदिने काम गर्दछ । https://workinmiyagi.pref.miyagi.jp/ तोयो वर्क कम्पनि लिमिटेड टेलिफोन : (022) 225-5052
「काम परिवर्तन साइट」
कम्पनीहरु द्वारा संचालत गरिएको छ ।

※ यहाँ प्रस्तुत गरिएको सामग्रीहरु तपाईंको कार्य शैली वा काम गर्ने वातावरणमा लागू नहुन सक्छ । यसलाई उदाहरणको रुपमा हेर्नुहोस ।

जानकारी : श्रमिक ब्यूरो द्वारा दिइने विशेषज्ञी परामर्श

सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रको विशेषज्ञी परामर्श बैठकमा,श्रमिक ब्यूरो द्वारा विशेषज्ञिय परामर्श कार्यक्रम संचालन गर्दै आएको छ । दुई महिनामा एक पटक आयोजना गरिन्छ । मियागी श्रम ब्यूरोको कर्मचारी आएर श्रम सँग सम्बन्धित तपाईलाई थाहा नभएका कुराहरु र समस्यामा परेको कुराहरुको बारेमा सवाल जवाफ गर्न सकिनेछ ।

परामर्श लिन सकिने कुराहरूको उदाहरण

- केहि कारण नहुदा पनि कामबाट निकालियो
- मेरो तलब वा ओभरटाइमको पैसा भुक्तानि पाउन सकेको छैन
- दुर्व्यवहार, यौन उत्पीडन, जागिरमा पावरमा बस्ने व्यक्ति द्वारा दिइने उत्पीडन आदिका कामसँग संबन्धित समस्या
- काम खोज्न चाहिरहेको छु

अर्को पटकको श्रमिक ब्यूरो द्वारा गरिने विशेषज्ञिय परामर्श बैठक भने, मार्च 16 तारिक (बिहीबार) को लागि तोकिएको छ । आवेदन गर्ने तरिका आदि, बिस्तृत विवरणको लागि वेबसाइटमा हेर्नुहोला ।
https://int.sentia-sendai.jp/n/exchange/consultation.html

यदि तुरुन्त परामर्श गर्न चाहनुहुने व्यक्तिले भने, परामर्शको लागि तलको सम्पर्क स्थानमा पनि सल्लाह लिन सक्नुहुन्छ ।

① मियागी श्रमिक ब्यूरो श्रम मापदण्ड शाखा निरीक्षण विभाग
टेलिफोन : (022) 299-8838
ठेगाना : मियागिनो कु तेप्पो माची 1 बान्ची सेन्दाई दाइ योन गोउदो च्योउस्या 8औं तला
उपलब्ध भाषा र समय :
【चाइनिज भाषा】सोमबार, मंगलबार, बिहीबार बिहान 9:30 बजेदेखि बेलुका 5:00 बजे
【भियतनामी】मंगलबार, बुधवार, शुक्रबार बिहान 8:45 बजे देखि बेलुका 4:15 बजे
※ दिउँसो 12:00 बजे देखि 1:00 बजे बाहेक
※ परामर्श गर्न मिल्ने दिनहरू परिवर्तन हुनपनि सक्छ ।

② विदेशी नागरिकहरूको लागि श्रम सर्त संग सम्बन्धी टेलिफोन परामर्श सेवाको लगीको काउन्टर (स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय)
उपलब्ध भाषाहरु : जापानिज, अंग्रेजी, चाइनिज, कोरियन, भियतनामी र नेपाली भाषाहरु समेत 14 भाषाहरू उपलब्ध सेवा समय र फोन नम्बरहरू प्रत्येक भाषा अनुसार फरक छन । वेबसाइटबाट पुष्टी गर्नुहोस।
https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html

परामर्श कर्मी कर्नर 「जापानमा काम गर्न」

यस कर्नरमा भने, हरेक अंकको बिषय अनुसार, परामर्शकर्मिको अनुभव वा विचारलाई प्रस्तुत गरिन्छ ।
※ यस अंकमा, भियतनामी भाषा संस्करणबाट परामर्श कर्मी कर्नरको अनुवाद गरेका छौं ।

मैले सुपरमार्केट, सामान ढुवानी गर्ने कम्पनी, आयात, निर्यात गर्ने कम्पनि, रेस्टुरेन्ट र सार्वजनिक संस्थाहरूमा पार्टटाईम काम गरेको थिए । सबै काम गर्ने ठाउँहरूमा जापानीज सहकर्मीहरू धेरै थिए र धेरै ले मसँग राम्रो ब्यबहार गर्दथे । म जापानमा भर्खर आएको बेलामा कम्यूनिकेशनको माध्यमको आवश्यक भै समस्यामा परेको थिए, त्यसबेला प्रत्येक पटक नबुझेको कुरा राम्रोसँग पुष्टी गरेर काम गरेकोले म सहज रूपमा अगाडि बढ्न सक्षम भएँ ।
मैले अहिलेसम्म बिर्सन नसकेको कुरा, आफुभन्दा सिनिएरहरुले सधैं मेरो जापानी भाषामा प्रगतिको ख्याल राख्नुहुन्थ्यो र मलाई जापानी भाषा अध्ययन गर्न सहयोग गर्नुहुन्थ्यो । मलाई लाग्छ, काम गर्ने ठाउँमा सबैजना सँग कुराकानी गर्ने बानि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण कुरा हो । उदहारणको लागि, एकअर्काको नजिक भएर जाँदा सधैं अबिबादन गर्ने , कुराकानी गर्न कहिल्यै छुटाऊथिन, बिश्रामको समयमा पनि कुराकानी गर्ने आदि मैले हरेक परिस्थितिमा कुराकानी गर्ने प्रयास गर्नेगर्थे ।
मैले सधैं सुनेको थिए कि, जापानीजहरू काममा कडा परिश्रमी हुन्छन । यो कुरा मलाई पनि साँचो लाग्यो, किनभने कामलाई उच्च परिणाम दिन चाहनुहुन्छ भने योपनि ठिक हो जस्तो लाग्छ । यदि, आफ्नो देशको काम गर्ने तरिका पनि राम्रो भएमा र प्रभावकारी जस्तो लाग्छभने, जापानिजहरुको कामगर्ने तरिकाको आधारभूत कुराहरू राम्रोसँग सिक्ने र प्रस्टसँग बुझेपछि प्रस्ताव वा सुझाव दिनु राम्रो हुन्छ जस्तोलाग्छ । यसोगरेमा दुई प्रकारका काम गर्ने तरिकामा तुलना गर्न सकिन्छ र, प्रत्येकको फाइदाहरू स्पष्ट पार्न सकिन्छ जस्तो मलाई लाग्छ । साथै आफ्ना जापानी सहकर्मीहरूसँग पनि राम्रो सम्बन्ध बनाउन सक्नुहुन्छ ।
यदि भविष्यमा जापानमा काम गर्ने योजना बनाउनुभएको व्यक्तिहरुले भने कम्पनीका नियमहरू र सामाजिक शिष्टाचारको पालना गर्दै,कुराकानीलाइ सुचारु बनाउदै, मानिसहरु बिचको सम्बन्धलाई महत्त्व दिनुभए हुन्थ्यो भन्ने चाहन्छु ।

(परामर्श कर्मी W)

सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र

せんだいたぶんかきょうせい
仙台多文化共生センター

खुल्ने समय प्रत्येक दिन बिहान ९ बजे देखि बेलुका ५ बजे (वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्षको बिदा, महिनाको १～२ दिनको बन्द दिन बाहेक)

ठेगाना 〒980-0856 सेन्दाई सिटि आओबा कु आओबा यामा सेन्दाई इन्टरनेशनल सेन्टर सम्मेलन भवन पहिलो तला

फोन (022) 265-2471

फ्याक्स (022) 265-2472

इमेल tabunka@sentia-sendai.jp

युआरएल https://int.sentia-sendai.jp/n/exchange/

■ विदेशी भाषामा दिइने परामर्श

दैनिक जिबनमा आइपर्ने समस्या या कठिनाइहरुको बारेमा विदेशी भाषामा परामर्श लिन सक्नुहुनेछ ।「दोभाषे सहयोग टेलीफोन」(022) 224-1919 मा फोन गर्नुहोला ।

उपलब्ध भाषाहरु： अंग्रेजी, चाइनिज, कोरियन, भियतनामी, नेपाली, तागालोग, थाई, पोर्चुगली, स्पेनिस, रसियन, इन्डोनेसियन, इटालियन, फ्रेन्च, जर्मनी, मलेसियन, खमेर, बर्मेली, मंगोलियन, सिंहला, हिन्दी, बंगाली, युक्रेनी भाषाहरु

■ त्यस बाहेका अन्य सेवाहरु

प्रशिक्षण कक्ष, बालबालिका कक्ष, जानकारी आदानप्रदान बोर्ड, पुस्तक फिर्ता गर्ने गरि लाने सुबिधा पनि दिइरहेका छौं । सामुदायिक गतिविधि या सम्बन्ध आदानप्रदान कार्यक्रमको लागिको जानिकारी तथा ठाँउ पनि उपलब्ध छ ।

विदेशी नागरिकहरुका लागिको विशेषज्ञिय परामर्श

वकिल या प्रशासनीक लेखनदास लगायतका विशेषज्ञ द्वारा हुने「 विशेषज्ञिय परामर्श बैठक 」नियमित रूपमा संचालित गर्दै आएकाछौं ।

सेन्दाईमा बसोबासको क्रममा कुनैपनि समस्या परेको खण्डमा, कृपया यहाँ सम्पर्क गर्नुहोला ।

गोपनीयताको पालना गर्नेछौ । एकजना लाई 30 मिनेटको समय हुनेछ ।

खुल्ने समय सबै, दिउँसो 1बजे बाट बेलुका 4बजे सम्म हुनेछ ।

परामर्श बैठकको दिनमा होमपेज बाट पुष्टि गर्न सकिनेछ ।

https://int.sentia-sendai.jp/n/exchange/consultation.html

प्रशासनिक लेखनदास　वकिल　श्रम मन्त्रालय　अध्यागमन बिभाग (इमिग्रेशन)　कर लेखनदास

सम्पादन•प्रकाशन ： सेन्दाई पर्यटन तथा अन्तर्राष्ट्रिय एसोसिएसन (SenTIA)अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध विभाग

सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र चाँही सेन्दाई सिटिबाट जिम्मेवारी पाएर, (सार्वजनिक हितको) सेन्दाई पर्यटन तथा अन्तर्राष्ट्रिय एसोसिएसनले यसलाइ संचालन गर्ने गर्दछ ।

2023 जनवरी मा प्रकाशन