# सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज बुलेटिन

## आफ्नो तलब भुक्तानी पर्ची कसरी हेर्ने भन्ने बारेमा जानौं

एमी जी सेन्दाईको एक कम्पनिमा काम गर्ने विदेशी कर्मचारी हो।
उहाँले, प्रत्येक महिना पाउने तलब भुक्तानी पर्चीको बारेमा बुझ्नको लागी,
सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रमा आउनुभएको थियो।

मेरो तलबबाट कटौती गरिने पैसाको बारेमा जान्न चाहन्छु। मेरो तलबबाट कति पैसा काटिन्छ भन्ने कुरा मलाई साँच्चै थाहा छैन। यसको बारेमा मलाई बताईदिनुहोस।

परामर्श लिने व्यक्ति एमी

यो तलब गणनाको बारे भने, धेरैजसो जापानीज व्यक्तिहरुलाई पनि बिस्तृत रुपमा थाहा हुदैन। विदेशीहरुलाई त झनै धेरै गाह्रो हुन्छ नी। त्यसैले, सुरुमा चाँही आधारभूत कुराहरूको बारेमा मात्रै व्याख्या गर्नेछु।

बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रको कर्मचारी Y

株式会社OOOO

### 給与明細書

支給日：2024年8月25日

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 勤怠 | 出勤日数 | 労働時間 | 欠勤日数 | 有給消化日数 | 有給残日数 | | |
| | 19 | 112 | 0 | 3 | 15 | | |
| 支給 | ①基本給 | ②住宅手当 | ③扶養手当 | ④通勤手当 | ⑤残業手当 | | ⑥総支給額 |
| | ¥180,000 | ¥26,100 | ¥16,500 | ¥8,220 | ¥14,375 | | ¥245,195 |
| 控除 | ⑦健康保険 | ⑧厚生年金保険 | ⑨介護保険 | ⑩雇用保険 | ⑪所得税 | ⑫住民税 | ⑬総控除額 |
| | ¥12,012 | ¥21,960 | ¥1,920 | ¥1,471 | ¥3,430 | ¥11,150 | ¥51,943 |
| 合計 | ⑥総支給額 | ⑬総控除額 | | | | | ⑭差引支給額 |
| | ¥245,195 | ¥51,943 | | | | | ¥193,252 |

यो चाँही एउटा उदाहरण हो।
कम्पनी वा रोजगार सम्झौता पत्र अनुसार भत्ता वा कटौती हुने रकम फरक पर्नसक्छ।

### भुक्तानी: कम्पनीले तपाइँलाई भुक्तान गर्ने पैसा

① आधारभूत तलब : प्रत्येक महिना प्राप्त गर्ने आधारभूत तलब

② आवास भत्ता：घरभाडा आदि बस्ने ठाउँको लागि लाग्ने खर्च कम्पनिले दिने रकम

③ परिवार निर्भरता भत्ता : परिवार भएको व्यक्तिलाई कम्पनिले जीवनयापन चलाउन मद्दतको लागि दिने रकम
परिवार निर्भरता भत्ता भनेको?：जीवनयापनमा मद्दतको लागि दिइने सहायता रकम

④ यातायात भत्ता : घरदेखि कम्पनि सम्म जान आउनको लागि बस, ट्रेन, कारको प्रयोग गर्दा लाग्ने खर्च कम्पनिले दिने रकम। आवागमन खर्च, यातायात खर्च, नियमित यातायात पास आदि भन्ने गरिन्छ।

⑤ ओभरटाइम भत्ता : तोकिएको समय सकिएपछि पनि काम गरेमा दिइने रकम

⑥ कुल भुक्तान गरिने रकम : ①+②+③+④+⑤

### कटौती: तलबबाट काटिने रकम

⑦ स्वास्थ्य बीमा : चोटपटक वा बिरामी हुँदाको लागि, कम्पनिमा कर्मचारीहरुले दर्ता गर्नुपर्ने चिकित्सा बिमा

⑧ कल्याणकारी पेन्सन बीमा : सेवानिवृत्ति पछि काम गर्न नसक्ने अवस्थाको लागि, कम्पनीमा काम गर्ने व्यक्तिहरूले पाउने पेन्सन

⑨ नर्सिङ हेरचाह बीमा：४० बर्ष काटेपछि ६४ बर्ष सम्मको व्यक्तिहरुबाट रकम काटिएको हुन्छ, नर्सिङ हेरचाह*1 सम्बन्धित बिमा

*1 नर्सिङ हेरचाह भनेको?：उमेर पुग्दै गएपछि बिरामी हुँदा, आफैले खानाखान नसक्ने, शौचालय जान नसक्ने, नुहाउन जान नसक्ने आदि अवस्थामा सहयोग गर्ने काम

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 भाषाहरु छन्। तपाइले यसलाई होमपेजबाट हेर्न सक्नुहुन्छ । साथै सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रबाट पनि वितरित गरिदै आएको छ ।

## अघिल्लो पृष्ठबाट क्रमसः

⑩ रोजगार बीमा : जागिर छोडेको व्यक्तिलाई, जतिसक्दो चाडो अर्को जागिर खोजिदिने सहयोग गर्नको लागिको बिमा

⑪ आयकर : काम गरि कमाएको छभने सरकारलाई तिर्नुपर्ने आयकर

⑫ निवासी कर*2 : जनवरी १ तारिक पछि जापानमा बसि काम गरेका व्यक्तिहरुले,आफु बसोबास गरेको गाउँ वा वडापालिकालाई तिर्नुपर्ने कर।

⑬ कुल कटौती रकम : तलबबाट काटिने कुल रकम

⑭ कटौती भुक्तानी रकम : ⑥ नम्बर बाट ⑬ नम्बर सम्म काटेर प्राप्त गर्ने रकम

※ जस्तैः सामग्री

- सार्वजनिक पेन्सन प्रणाली भनेको?(सरल जापानी / अंग्रेजी)
https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/overview/index.html

- जानिराख्नु पर्ने पेन्सन सम्बन्धित कुराहरु (६ वटा भाषामा)
https://www.nenkin.go.jp/service/learn/shitteokitai_gaikoku.html

- कल्याणकारी पेन्सन बीमा र स्वास्थ्य बीमा प्रणाली बारेको जानकारी (15 भाषाहरू)
https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kaigai/konen-kenpo.html

बिदेशीनागरिक भएपनि २० बर्ष नाघेपछि ६० बर्ष सम्म जापानमा बसोबास गरेको अवस्थामा, जापानको पेन्सन प्रणालीमा सामेल हुन आवश्यक पर्छ। उदाहरणमा देखाइएको तलब भुक्तानी पर्चीमा कल्याणकारी पेन्सन कटौती गरेको छ, तर कम्पनीमा काम नगरेका व्यक्तिहरूको भने राष्ट्रिय पेन्सनमा दर्ता गरि, बीमा प्रिमियम भुक्तान गर्न आवश्यक पर्छ।

साथै, विदेशीले पनि ६ महिनाभन्दा बढी समय पेन्सन प्रिमियम भुक्तान गरेको भएमा, पेन्सन प्राप्त नगरी जापान छोडी गएको खण्ड आदिमा, उसले एकमुष्ट पेन्सन फिर्ता प्राप्त गर्न सक्छ।

एकमुष्ट पेन्सन फिर्ता रकम (सरल जापानी / अंग्रेजी भाषामा)
https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/index.html

*2आवास कर अघिल्लो वर्षको आम्दानी द्वारा निर्धारण गरिन्छ। प्रायः जुन महिनाको वरिपरि तिर्नुपर्ने रकम निर्धारण गरिन्छ। आफु बसोबास गरेको गाउँ, वडापालिका अनुसार निर्धारण गरेको आधारमा रकम फरक–फरक हुन्छ। साथै, यदि तपाईंको वार्षिक आय निश्चित रकम भन्दा कम छ भने, आवास कर अधीनमा तिर्नु पर्दैन।

※त्यसबर्षको आयकर चाँही, डिसेम्बर महिनाको अन्तिममा निर्धारण गरिन्छ। तपाईंको मासिक तलबबाट कटौती गरिएको आयकर पुर्णरुपमा गणना गरिएको आयकर रकम हो। डिसेम्बरको अन्त्यमा सही आयकर थाहा भएपछि, यदि तपाईंको बढी कर कटौती गर्नुभएको छ भने, यो फिर्ता गरिनेछ (= फिर्ता), र कम भयोभने, एक अतिरिक्त रकम कटौती गरिनेछ (=थप संकलन)। यसलाई वर्षको अन्त्य कर समायोजन गर्ने भनिन्छ। साथै, प्रत्येक महिनाको तलबबाट आयकर कटौती गर्ने प्रक्रियालाई कर रोक लगाउने भनिन्छ।

कम्पनीका कर्मचारी र निजामती कर्मचारीहरूको तलबबाट स्वतः आयकर काटिन्छ,र आफ्नै व्यवसाय चलाउनेहरूका लागि जनवरी १ तारिक देखि डिसेम्बर ३१ तारिक सम्म आफ्नो आयको गणना गरि, तिर्नु पर्ने कर कर कार्यालयलाई सूचित गर्नुपर्ने हुन्छ (यसलाई अन्तिम कर फिर्ता भनिन्छ)।र कर कार्यालयमा तिर्नु पर्ने करहरू तिर्छन् अन्तिम कर रिटर्न भनिन्छ)।

करको बारेमा (सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रको दायोरीमा २०२१ को संस्करण ४) (६ वटा भाषाहरूमा)
https://int.sentia-sendai.jp/upload/publication/156/nepali2021vol.4.pdf

※२०२४ सालको आयकर साथै, २०२४ आर्थिक बर्ष को आवास करमा 「निश्चित कर कटौती」लागू गरिनेछ।
तलबबाट कटौती गरिएको रकम सधै भन्दा कम हुन सक्छ, र परिणाम स्वरुप हातमा पाइने भुक्तानी बढी हुन्छ।

बिस्तृत जानकारीको राष्ट्रिय कर कार्यालय लागि (जापानी भाषा, अंग्रेजी)
https://www.nta.go.jp/users/gensen/teigakugenzei/pamphlet.htm

मेरो बीमा प्रिमियम र करहरु, मेरो जस्तै तलब हुने मेरा साथीहरूको भन्दा बढी छ। किन होला?

बिमा प्रिमियम र करको रकम, आफुमा आश्रित परिवार संख्या भएमा र अघिल्लो वर्षको आम्दानी आदिलाई ध्यानमा राखेर गणना गरिन्छ। तसर्थ, व्यक्ति अनुसार कटौती गरिएको रकम फरक फरक हुन्छ।

त्यसैपनि, पार्टटाइम काम गर्ने अन्तर्राष्ट्रिय विद्यार्थी (दिउँसोको समयमा बिधालय जाने बिधार्थी) हरुले बिमामा सामेलको सर्तहरु पुरा नगरेकोको कारणले, ⑦ (स्वास्थ्य बीमा), ⑧ (कर्मचारी पेन्सन), वा ⑩ (रोजगार बीमा) मा सामेल हुन मिल्दैन। आफैले राष्ट्रिय पेन्सन र राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा सामेल हुन आवश्यक पर्छ। ⑪ (आयकर) गणना विधि जापानमा बसेको धैरै वर्ष वा तपाईंको राष्ट्रियताको आधारमा पनि फरक हुन्छ।

तपाइँले तलब भुक्तानी पर्ची प्राप्त गर्नु भएपछि, अवश्य विवरणहरू जाँच गर्ने गर्नुहोस!

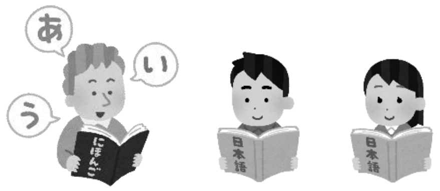
## जानकारी : SenTIA स्थानीय छेत्रको जापानी भाषा अध्ययन कक्षा पोर्टल साइट र गिभ अवे

### 【SENTIA स्थानीय छेत्रको जापानी भाषा अध्ययन कक्षा पोर्टल साइटको परिचय】

तपाईं सेन्दाईमा जापानी भाषा अध्ययन गर्न चाहनुहुन्छ भने, कृपया यो पोर्टल साइट अवश्य हेर्नुहोला!

स्थानीय छेत्र भित्रको जापानी भाषाकक्षा, SenTIA को जापानी भाषा अध्ययन गराउने स्वयंसेव, अनलाइनबाट गरिने अध्ययन, विदेशसँग सम्बन्ध भएका बालबालिकाकाको लागि जापानी भाषा अध्ययन कक्षा आदि को जानकारीहरु, जापानीज, अंग्रेजी, चाइनिज र कोरियन भाषाहरुमा पनि हेर्न सक्नुहुन्छ (भियतनामी र नेपाली भाषा तयारी हुँदै) ।
तपाईंलाई उपयुक्त हुने जापानी भाषा अध्ययन गर्ने तरिका रोज्नुहोस!

https://www.int.sentia-sendai.jp/nihongo/




### 【गिभ अवेको सूचना】

पुराना किताब, म्यागजिन र पत्रपत्रिका तपाईंहरु कसैलाई चाहिन्छ कि ? बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रको पुस्तकालय कर्नरमा भण्डारण अवधि सकिसकेको पुस्तकहरू, विदेशी म्यागजिन र पत्रपत्रिका, आदि नि:शुल्क रुपमा वितरण गर्छौं। बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र खुल्ला भएको समयमा उपलब्ध गराउन सकिन्छ। कृपया यसको उपयोग गर्नुहोस।

स्थान : सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रको लबी
समय : हेरेक दिन बिहान ९:०० बजे देखि बेलुका ५:०० बजे सम्म (वर्षको अन्त्य २८ तारिक र नयाँ वर्षको ३ तारिक र केन्द्रको बिदा महिनामा एक वा दुई दिन बाहेक)

※ झोला उपलब्ध हुने छैन। आफुलाई झोला आवश्यक पर्नेहरूले साथमै ल्याउनुहोस।
※ यसलाई व्यावसायिक उद्देश्यका लागि उपयोग गर्न सक्नुहुनेछैन। बिक्री वितरण गर्न निषेधित छ।

## परामर्श कर्मी कर्नर「जापानमा तलब बुझी आफ्नो मनमा लागेको कुरा」

**यस कर्नरमा, हामीले त्यो अंकको विषयवस्तु अनुसार, परामर्शकर्मीहरूको अनुभव र विचार प्रस्तुत गर्नेछौं।**

जापानमा बिभिन्न किसिमका बिमा र कर प्रणालीहरु भएको कारण, प्रसाशनिक प्रणालीहरू फरक भएको देशहरूबाट आएका विदेशीहरूलाई यहाँको प्रणाली बुझ्न धेरै गाह्रो हुन्छ। त्यसमध्ये,पनि आफ्नो तलब पर्ची हेर्न वा पढ्ने नजानेर, आफ्नो तलबबाट कुन उद्देश्यका लागि कति पैसा कटौती भइरहेको छ भन्ने कुरापनि थाहा नपाईकन त्यतिकै होसभनेर बस्नुभएको पनि हुनुहुन्छ होला। मेरो देशमा, तलब पर्चीमा, तलब, रोजगार बीमा प्रिमियम र पेन्सन प्रिमियमहरू मात्र सूचीबद्ध गरिएको हुन्छ, त्यसैले यो सरल र पढ्न सजिलो हुन्छ। राम्रोसँग भन्नुपर्दा, जापानको तलबपर्ची हेर्ने र पढ्ने तरिकाको बारेमा मैले अझै बुझ्न सकेको छैन। यसपटकको यो तलाबपर्चीमा लेखिएको केही शीर्षकहरू मैले पहिले कहिल्यै देखेको थिइनँ। काम गर्ने घण्टाको आधारमा तलबको अनुमानित रकम अनुमान गर्न सकिन्छ, बीमा प्रिमियम गणना र कार्यस्थलको यो हिसाबकिताब राख्ने कर्मचारीहरूलाई विश्वास गरेको हुँदा, मैले आफैले पुन: गणना गरेको चाँही छैन। यद्यपि, जिम्मेवार व्यक्ति पनि मानव हो र उसबाट पनि कहिलेकहिँ गल्ती हुन सक्छ। आफुले कामगरे बापत उपयुक्त तलब प्राप्त गरिरहनु भएको छ कि छैन भनेर हेर्ने तरिका सिक्नु महत्त्वपूर्ण हुन्छ। यो बारेमा अहिलेसम्म मलाई त्यति चासो थिएन तर अब चाहिँ मलाईपनि मेरो श्रीमानको तलाबपर्चीको बारेमा जान्न मन लाग्यो।
यदि तपाई जापानको कुनै कम्पनीमा वा पार्ट टाइम काम गर्ने बिदेशीनागरिक हुनुहुन्छ भने, तपाईलाई आफ्नो तलब पर्ची कसरी पढ्ने भन्ने थाहा छैन वा यसलाई कसरी पढ्ने भन्ने जान्न चाहनुहुन्छ भने, तपाईले आफुवरपर परिचित व्यक्तिहरु कसैलाई सोध्न सक्नुहुन्छ वा बहुसांस्कृतिक समाज केन्दमा ल्याउन पनि सक्नुहुन्छ। यहाँका कर्मचारीले यसलाई कसरी पढ्ने भनेर तपाईंलाई बताउनुहुनेछ। निर्धक्कसँग यहाँ आई सोध्न सक्नुहुन्छ।

(परामशि कमी B)

हरेक अंकमा प्रत्येक भाषा संस्करण सहित परामर्शकर्मी द्वारा「परामर्शकर्मी कर्नर」मा लेख्नेछन ।
बलगमा प्रत्येक भाषको जापानीज संस्करण पनि प्रकाशित गरेकोछौ । कृपया अवश्य हेर्नुहोला ।

# सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र

## 仙台多文化共生センター
(せんだいたぶんかきょうせい)

| | |
|---|---|
| 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 सहायता टेलीफोन」(022) 224-1919 मा फोन गर्नुहोला।

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

■ त्यस बाहेका 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 नागरिकका लागिको विशेषज्ञिय परामर्श

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

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

गोपनीयताको पालना गर्नेछौ। एकजना लाई 30 मिनेटको समय हुनेछ।

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

परामर्श बैठकको दिनमा होमपेज बाट पुष्टि गर्न सकिनेछ।

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

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


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

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

अगष्ट २०२४ मा प्रकाशित