

北海道外国人相談センター 相談事例集

令和5年3月

公益社団法人 北海道国際交流・協力総合センター (HIECC)

目次

健康保険・医療

- Q 1 退職後の社会保険について 3
- Q 2 健康保険料の支払いが困難な場合について 4
- Q 3 アルコール依存症に関する相談等について 5

住宅

- Q 4 賃貸契約について 6
- Q 5 北海道外国人居住サポーター制度について 7
- Q 6 住居喪失による一時滞在先の支援について 8

運転免許

- Q 7 普通車 AT（オートマチック）限定解除について 9
- Q 8 大型自動車第二種免許の取得方法について 10
- Q 9 「短期滞在」での日本の運転免許への切り替えについて 11

その他

- Q 1 0 住民税の納税義務について 12
- Q 1 1 帰国後の緊急小口資金と総合支援資金の返済について 13
- Q 1 2 帰国後のゆうちょ銀行に関する各種手続について 14

参考資料

- 在留資格一覧 15

近々退職する予定です。現在は、厚生年金と健康保険（全国健康保険協会）に加入していますが、会社を辞めた後の社会保険はどうなるのか知りたいです。

会社を退職後は、①「任意継続健康保険」、②「国民健康保険」、もしくは③「配偶者等の健康保険（被扶養者）」のいずれかに加入する必要があります。

① 任意継続健康保険

- 申請期限：退職から 20 日以内
- 申請先：全国健康保険協会北海道支部

② 国民健康保険

- 申請期限：退職から 14 日以内
- 申請先：居住地を管轄する役所

③ 配偶者等の健康保険（被扶養者）

- 申請期限：退職から 5 日以内

※まずは、配偶者等の勤務先にすぐにお問合せください。なお、加入の手続きは企業側が行います。

参考：

【全国健康保険協会・協会けんぽ】

- ・退職後の健康保険について

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g6/cat650/r313/>

- ・任意継続被保険者

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g3/cat320/sb3160/sbb3162/1961-213/>

- ・被扶養者とは？

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g7/cat710/sb3160/sbb3163/1959-230/>

健康保険料をしばらく納付できていません。最近、気になる症状があるので、札幌市内の病院を受診したいのですが、金銭的に難しい状況です。どうしたらいいでしょうか。

国民健康保険や病院の受診料の支払いが困難な方を対象に、「無料・低額診療制度」があります。健康保険証の有無、収入など、相談者の状況により、医療費が全額もしくは一部が免除されます。

利用するためには、まず、無料・低額診療制度を実施している医療機関に相談する必要がありますので、札幌市で無料低額診療事業を実施している医療機関のリストを共有します。お問い合わせする際に通訳のサポートが必要な場合、当センターで対応が可能です。

国民健康保険料の支払いが困難な方への支援など、生活を守る活動を行っている「生活と健康を守る会」にも相談することが可能です。希望される場合、区役所の国民健康保険窓口への同行も可能です。相談者に適した対策を一緒に考えるため、オンラインや電話での面談が必要です。

参考：

【北海道民医連】

- ・無料・低額診療制度

<https://dominiren.gr.jp/about-us/muryou-teigaku-shinryou/>

【北海道連合会・生活と健康を守る会】

http://www.zenseiren.net/kakuti_seikatu/kakuti.html

【札幌市】

- ・無料低額診療事業について

<https://www.city.sapporo.jp/hokenjo/f4imuyaku/f98muryoteigaku.html>

離婚をして子供にも会えず、子供との面会について、警察や弁護士に話しましたが、相談を受けられません。毎日が苦しくてどうしたらいいか分からず、精神的に限界に近づいています。

体調が悪く、夜も寝られないので、気持ちを落ち着かせるためにアルコールに頼るしかない状態ですが、朝からお酒を飲む自分を受け入れたくはありません。英語でアルコール依存症について相談できるところがあるか教えてください。

まずは、気分を落ち着けることが大切です。それから、札幌市内にアルコールクス・アノニマス（以下、AA）の北海道支部の連絡先を共有するので、そちらに連絡をしてください。なお、AA 東京が開催する英語のオンラインミーティングにも参加できます。

また、夜間にこころの相談ができる場所としては、よりそいホットライン（英語対応）や TELL Japan（在日外国人向けのいのちの電話）もあります。

体調が優れないとのことでしたので、札幌市内にある英語対応可能な精神科及び内科の一覧も共有しますので、受診の際のご参考にしてください。

参考：

【AA 日本ゼネラルサービス】

- ・アルコールクス・アノニマス東京（日本語、英語）

<https://www.aatokyo.org/>

- ・AA 北海道セントラルオフィス

<https://aahco.jimdo.com/>

【こころの相談】

- ・よりそいホットライン 外国語専門ライン

（英語・中国語・韓国語・ベトナム語・タガログ語を含む 10 カ国語）

<https://www.since2011.net/yorisoi/n2/>

- ・TELL JAPAN 日本在住外国人のいのちの電話

<https://telljp.com/>（英語のみ）

【北海道】

- ・北海道医療機能情報システム

（英語・中国語・韓国語・ロシア語）

<https://www.mi.pref.hokkaido.lg.jp/hokkaido/ap/qq/men/pwtpmenult01.aspx>

【北海道精神保健福祉センター】

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/sfc/104729.html>

【札幌こころのセンター 札幌市依存症相談窓口】

<https://www.city.sapporo.jp/eisei/gyomu/seisin/izonsyoutaisaku.html>

今まで社宅に住んでいましたが、一般の賃貸住宅に引っ越しすることになりました。

1年間の賃貸契約を結んだ場合、契約期間満了後でも契約更新ができるのかを知りたいです。

賃貸契約更新の可否は、賃貸借契約の種類によって異なります。

- 「普通借家契約」の場合は、契約の更新が可能。更新をしない旨の通知をしない限り、同一の条件で契約が自動的に更新されます。
- 「定期借家契約」の場合は、更新の概念がなく、期間満了とともに契約が終了します。同じ物件を借り続けたい場合は、新たな賃貸借契約（再契約）を結ぶ必要があります。

賃貸契約を結ぶ際は、契約の種類や契約書の内容を必ず細かく確認してください。

参考：

【国土交通省】

- ・外国人の民間賃貸住宅への円滑な入居について

（日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、ベトナム語を含む14カ国語）

https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html

【日本法令外国語訳データベースシステム】

- ・借地借家法

（日本語、英語）

<https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=403AC0000000090>

【日本司法支援センター 法テラス】

- ・法テラス 多言語情報提供サービス

（英語・中国語・韓国語・ベトナム語・タガログ語を含む10カ国語）

<https://www.houterasu.or.jp/multilingual/index.html>

現在住んでいる賃貸住宅で、度々騒音の苦情があったので、引っ越しを検討しています。現在、引っ越し先を探すため、民間の住居相談窓口を利用していますが、思っているようなサポートをしてもらえません。

住宅に関する支援を行っている機関等があれば、情報を共有して欲しいです。

外国人の民間賃貸住宅等への入居を積極的に仲介・支援する団体や不動産店が登録している「北海道外国人居住サポーター」があります。

北海道庁のホームページにて確認できる「北海道外国人居住サポーター登録企業・団体一覧」の英訳版（当センター作成）を共有するので、ご覧ください。

参考：

【北海道】

- ・北海道外国人居住サポーター制度について

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/tsk/promo/kyoju-support.html>

【国土交通省】

- ・外国人の民間賃貸住宅への円滑な入居について

（日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、ベトナム語を含む 14 カ国語）

https://www.mlit.go.jp/jutakukentiku/house/jutakukentiku_house_tk3_000017.html

「特定技能」の在留資格で仕事をしていたのですが、喘息が原因で仕事を続けられなくなり、現在は「特定活動」の在留資格で道内のある町に住んでいます。また、現在妊娠しています。

帰国したかったのですが、帰国できないまま妊娠30週目になり、フライトの利用が難しい状況です。その為、出産をしてから帰国することを希望しています。

仕事を辞めてからも以前の受入機関がサポートをしてくれ、住む場所を提供してもらっていましたが、間もなくその場所を出なければなりません。生活面では、居住している町の役場から支援を受けていますが、住む場所の提供はありません。

これからどこに住めばいいのかと途方に暮れています。どうしたらよいでしょうか。

まず、相談者のお住まいの町にシェルター等はありませんでした。

即受入れの対応が可能なのは、札幌市内にある「北海道立女性相談援助センター」のシェルターです。なお、同センターは、DV被害等の女性を支援する機関ですが、今回のような相談者のケースでも、対応できるとのことです。

手続き等に関して通訳の支援が必要な場合は、当センターにご相談ください。

注意点：

日本語が不得手な外国人がシェルター等の孤立した環境で生活することは、日本人に比べて相当の負荷がかかることが想定されます。シェルターを運営する側は、外国人側に理解してもらえるよう入居にかかるルール等を事前に細かく説明すると、手続きなどがスムーズに行えます。

参考：

【北海道】

- ・女性相談援助センター

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/ks/jsc/index.html>

- ・ホームレス対策（資料編目次、資料1～7 資料5 道内民間団体一覧）

<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/hf/feg/Homeless.html>

外国の運転免許証を日本の運転免許証に切替えましたが、AT（オートマチック）限定の免許でした。AT 限定解除をしたいので、手続きについて教えてください。

普通自動車の AT 限定の解除申請は、住民票の住所地を管轄する運転免許試験場、または警察署で行うことができます。（なお、住所地によっては警察署で申請できません）

AT 限定を解除するためには、自動車学校で技能講習を受け、場内審査に合格し、「技能審査合格証明書」を受け取る必要があります。外国の運転免許から日本の運転免許に切替えをした人も、手続きは同様です。ただし、道内の自動車学校で技能講習及び場内審査を受ける場合、日本語能力が必須です。

また、AT 限定解除申請の手続きに必要な書類は次のとおりです。

- ① 限定解除申請書（運転免許試験場又は警察署で入手できます。自動車学校で講習等を受けた場合、学校で入手できる場合もあります。）
- ② 技能審査合格証明書（自動車学校で審査に合格した日付から 3 か月以内のもの。）
- ③ 運転免許証

なお、運転免許試験場等での解除申請をすると、交付までの所要時間は約 30 分から 1 時間で、手数料は 1,400 円です。新たに交付される免許証の裏面に「限定解除」の表記が入ります。

申請に必要な技能講習及び試験を受けられる自動車学校の調査や学校への問い合わせが必要な場合は、当センターでサポートができます。

参考：

【北海道警察】

- ・ 運転免許の限定解除

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/guide/menkyo/menkyo11.html>

旅客運送ができるよう大型自動車（バスなど）を運転する予定です。

大型自動車第二種免許を取得するために必要な書類や手続きについて教えて欲しいです。

大型自動車第二種免許を取得するためには、満 21 歳以上で、大型免許、中型免許、準中型免許、普通免許、大型特殊免許のいずれかを取得していて、その運転経歴が通算して 3 年以上である必要があります。また、片眼で 0.5 以上、両眼で 0.8 以上（眼鏡・コンタクト可）の視力があることなどの条件があります。

自国で前述のいずれかの免許を取得している方は、運転免許試験場の担当係員から審査を受ける必要があります。審査の結果、外免切り替えを行うことができ、通算して 3 年以上の運転経歴があることが確認できれば、大型自動車第二種免許の取得に進むことができます。

大型自動車第二種免許を取得するには、次の 3 つの方法があります。

- ① 指定自動車学校に入校して、適正検査、技能・学科講習を受け、卒業後に運転免許試験場で試験を受ける。（北海道内の自動車学校に入校するには、日本語能力が必須です。）
- ② 合宿免許を利用し、適正検査、技能・学科講習を受け、卒業後に運転免許試験場で試験を受ける。
- ③ 運転免許試験場にて、一発試験を受ける（学科試験と技能試験はあります）

※自動車学校の学科試験は英語対応可能ですが、技能試験は日本語のみとなります。

参考：

【北海道警察】

- ・外国の運転免許を日本の運転免許に切り替えたい方

https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/guide/menkyo/gai_menkyo-kirikae.html

- ・大型二種・中型二種・普通二種・大特二種免許試験関係

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/guide/menkyo/menkyo-resp/oogata2syu.html>

「短期滞在」の在留資格で日本に滞在しています。この滞在期間中に、外国の運転免許証を日本の運転免許証に切り替えたいのですが、手続きをするには、日本の住民票、もしくは現在の住所地に滞在していることを証明する書類が必要です。

今回の滞在では、北海道内にある自身の持ち家に住んでいるのですが、「短期滞在」なので、役所での住民登録ができません。なお、その家の一室を知人に貸していて、その方は住民登録をしています。その方に書いてもらった「滞在証明書」を住民票の代わりにして、運転免許の切り替え手続きができるか知りたいです。

日本の住民票に代わる書類として、「滞在証明書」を使うことができます。

滞在先が個人宅の場合は、滞在先世帯主の住民票も必要となります。その為、入居者（知人）が住民票の「世帯主」として記されている場合、「滞在証明書」をその方に書いてもらえれば、免許切り替えの手続きを行うことができます。

参考：

【北海道警察】

- ・外国の運転免許を日本の運転免許に切り替えたい方

https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/guide/menkyo/gai_menkyo-kirikae.html

- ・海外に滞在している方の免許手続について

<https://www.police.pref.hokkaido.lg.jp/guide/menkyo/menkyo-kaigaitaizai.html>

毎年 50 人以上の外国人を雇用していますが、日本の滞在期間が 183 日以下であった為、住民税を支払う義務がないと思っていました。しかし、最近、従業員の元に住民税の納付書が届きました。

住民税を払う必要があるか教えてほしいです。

1 月 1 日時点で日本に住所があり、一定額以上の給料などをもらっている人であれば、外国人の方であっても住んでいる市区町村に住民税を支払う必要があります。詳細については、法務省のホームページに掲載されている「外国人の方の個人住民税について」をご確認ください。

なお、日米租税条約における短期滞在者免税が適用される 183 日以下の判定は、国税に該当しますが、住民税には該当しません。

国籍や在留資格により、免除が受けられる税金が異なります。住民税が免除される租税条約はありますが、免除を受けるには、転入時にお住まいの役所の税務課に書類を提出する必要があります。租税条約に関する情報は、国税庁のホームページにて確認することができます。

参考：

【総務省】

- ・外国人の方の個人住民税について

https://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_zeisei/czaisei/czaisei_seido/individual-inhabitant-tax.html

【国税庁】

- ・租税条約等に関する情報

<https://www.nta.go.jp/taxes/shiraberu/zeimokubetsu/sozei/sozei.htm>

- ・日米租税条約における短期滞在者免税を適用する場合の 183 日以下の判定

<https://www.nta.go.jp/law/shitsugi/gensen/06/52.htm>

緊急小口資金と総合支援資金の支給を受けていましたが、都合により帰国することになりました。
帰国後に返済する方法について教えてほしいです。

現在、海外から返済する方法はありませんが、償還（返済）期間が自動的に延長されているので、今すぐ返済する必要はありません。

償還（返済）時期に、事前に登録した日本の銀行口座から自動的に引き落とされるよう手続きすることは可能ですが、その際は、関係書類に本人の署名が必要になります。

また、緊急小口資金と総合支援金に関するお知らせ等は、登録した日本の住所に郵送されるので、転送手続き等をしたうえで信頼できる知人等が確認できるようにするとよいです。

今後、日本に戻ってくるのであれば、北海道社会福祉協議会で返済に関する手続きを済ませるようにしてください。

注意点：

・単純出国（再入国予定なし）の場合は、日本の銀行口座を解約する必要がありますので、前述の自動引き落としができません。

参考：

【北海道社会福祉協議会】

・生活福祉資金各種制度のご紹介

http://www.dosyakyu.or.jp/seifuku_shikin/

以前、道内の大学に在籍していましたが、一時帰国したところ、新型コロナウイルス感染症の影響で、日本に戻れなくなってしまいました。

しばらく日本に戻っていないので、日本にいた時に利用していたゆうちょ銀行の口座に制限が掛かってしまいました。友人が代理で残高を引き出しすることはできないか、ゆうちょ銀行に相談したところ、口座名義人でなければ手続きができないと言われました。ゆうちょ銀行の口座を解約し、残高を海外の口座へ送金したいので、必要な手続きについて調べて欲しいです。

ゆうちょ銀行では、外国人の口座保有者の在留カードの情報を定期的に確認しています。在留カード更新などの変更があった場合、ゆうちょ銀行に知らせなければなりません。窓口に出向をしていない場合、一時的に取引が制限される場合があります。今回のケースでは、すでに有効な在留カードを有していないため、制限を解除することができません。

なお、委任状があれば、代理人に口座の解約と残高の引き落としをお願いすることができます。必要な手続きは以下の通りです。

1. ゆうちょ銀行のホームページから委任状をダウンロードし、必要事項を記入し、銀行口座開設時に登録した印鑑を押印する。
2. 代理人となる方に委任状を国際郵便で送付し、ゆうちょ銀行に提出してもらう。
3. 委任状が受理され次第、代理の方が、解約と残高引き出しの手続きを行う。

なお、海外の口座への残高の送金に関しては、ゆうちょ銀行は関与しないので、代理人の方と話し合ってください。

注意点：

・委任状には、通帳に記載されている名前（漢字、ローマ字）を記載し、銀行口座開設時に使った印鑑を押印しなければなりません。また、代理人は、在留カード等身分証明書に記載されているとおり名前（漢字、ローマ字）を書くようにしてください。

参考：

【ゆうちょ銀行】

・口座を開設される外国人のお客さまへ

（日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、タガログ語を含む 18 カ国語）

https://www.jp-bank.japanpost.jp/kaisetu/kat_gaikokujin.html

・委任状について

https://www.jp-bank.japanpost.jp/tetuzuki/ininjo/tzk_inj_index.html

在留資格一覧

就労が認められる在留資格（活動制限あり）	
在留資格	該当例
外交	外国政府の大使、公使等及びその家族
公用	外国政府等の公務に従事する者及びその家族
教授	大学教授等
芸術	作曲家、画家、作家等
宗教	外国の宗教団体から派遣される宣教師等
報道	外国の報道機関の記者、カメラマン等
高度専門職	ポイント制による高度人材
経営・管理	企業等の経営者、管理者等
法律・会計業務	弁護士、公認会計士等
医療	医師、歯科医師、看護師等
研究	政府関係機関や企業等の研究者等
教育	高等学校、中学校等の語学教師等
技術・人文知識・国際業務	機械工学等の技術者等、通訳、デザイナー、語学講師等
企業内転勤	外国の事務所からの転勤者
介護	介護福祉士
興行	俳優、歌手、プロスポーツ選手等
技能	外国料理の調理師、スポーツ指導者等
特定技能	特定産業分野の各業務従事者
技能実習	技能実習生

身分・地位に基づく在留資格（活動制限なし）	
在留資格	該当例
永住者	永住許可を受ける者
日本人の配偶者等	日本人の配偶者・実子・特別養子
永住者の配偶者等	永住者・特別永住者の配偶者、我が国で出産した引き続き在留している実子
定住者	日系3世、外国人配偶者の連れ子等

就労の可否は指定される活動によるもの	
在留資格	該当例
特定活動	外交官等の家事使用人、ワーキングホリデー等

就労が認められない在留資格（※）	
在留資格	該当例
文化活動	日本文化の研究者等
短期滞在	観光客、会議参加者等
留学	大学、専門学校、日本語学校等の学生
研修	研修生
家族滞在	就労資格等で在留する外国人の配偶者、子

※資格外活動許可を受けた場合は、一定の範囲内で就労が可能