

Versi Bahasa Indonesia

April 2025

Untuk Warga Negara Asing

Buku Panduan Kehidupan



Kota Saku

BUKU PANDUAN KEHIDUPAN DAFTAR ISI

Bagian Konsultasi	1
Kelas Bahasa Jepang	2
Keadaan Darurat	3
Bencana	5
Luka dan Sakit	8
Manajemen Kesehatan	10
Kehamilan, Persalinan	12
Pengasuhan Anak -Mengasuh Anak-	15
Kehidupan (Listrik, Gas, Air, Selokan Air)	19
Cara Pembuangan Sampah	21
Mengendarai Kendaraan	23
Kartu Residen (<i>Zairyu Card</i>)	24
Registrasi Stempel	27
Asuransi Medis -Asuransi saat Sakit atau Terluka-	28
Asuransi Perawatan -Asuransi saat dibutuhkannya Perawatan di Usia Lanjut-	29
Uang Pensiun	30
Pajak	31
Tempat Konsultasi untuk Pekerja Warga Negara Asing	33



BAGIAN KONSULTASI

●Bagian Konsultasi dalam Berbagai Bahasa

Di bagian konsultasi ini, Anda bisa berkonsultasi mengenai apapun. Silakan menelpon kami saat Anda mengalami kesulitan atau saat ada hal-hal yang tidak Anda pahami.



Bahasa Portugis	Hari Kamis	9:30 – 13:30
Bahasa Thai	Hari Rabu	13:00 - 17:00
Bahasa Mandarin	Hari Senin	13:00 – 17:00

(Kecuali tanggal merah)



TEL: Kantor Wali Kota Saku Bagian Promosi Pertukaran Imigran 0267-62-3283

●Pusat Konsultasi Pertukaran Multikultur Prefektur Nagano



Kami melayani beragam konsultasi untuk warga negara asing yang tinggal di Prefektur Nagano. Silakan berkonsultasi kapan saja tanpa ragu. **Tidak diperlukan biaya. Rahasia Anda terjamin!**

Hari yang bisa digunakan	Hari kerja (hari Senin-Jumat) kecuali hari Rabu minggu pertama dan hari Rabu minggu ketiga, Hari Sabtu minggu pertama dan hari Sabtu minggu ketiga 10:00 – 18:00
Melayani dalam multibahasa	Bahasa Mandarin, Bahasa Portugis., Bahasa Tagalog, Bahasa Korea, Bahasa Vietnam, Bahasa Thai, Bahasa Inggris. Bahasa Indonesia, Bahasa Spanyol, Bahasa Nepali, Bahasa Melayu, Bahasa Myanmar, Bahasa Prancis, Bahasa Khmer, Bahasa Jerman. Bahasa Ukraina juga tersedia (Reservasi diperlukan)

Kota Nagano Shindencho 1485-1 Monzen Plaza Lantai 3

(Jalan kaki 12 menit dari Stasiun JR Nagano)

TEL: 026-219-3068/080-4454-1899

< Mengenai Konsultan Bahasa Ibu >

Konsultan bahasa ibu masing-masing dapat berbicara dalam bahasa Tagalog, bahasa Portugis, bahasa Mandarin, bahasa Thai, bahasa Indonesia, bahasa Vietnam.



Kode QR
untuk



- * Jam konsultasi : Hari kerja (hari Senin-Jumat) kecuali hari Rabu minggu pertama dan hari Rabu minggu ketiga, Hari Sabtu minggu pertama dan hari Sabtu minggu ketiga
10:00 – 18:00

TEL: 026-219-3068/080-4454-1899

KELAS BAHASA JEPANG

● Kelas Bahasa Jepang *Suzuran no Kai*

Ini adalah perkumpulan sukarelawan yang membantu pelajaran bahasa Jepang bagi orang yang tinggal di daerah Saku dan tidak menggunakan bahasa Jepang sebagai bahasa ibu atau bahasa pertama. Selain belajar bahasa Jepang, Anda juga bisa belajar dan mencoba pengalaman budaya Jepang secara menyenangkan. Selain itu, kami juga mengusahakan agar saat jam belajar, Anda bisa menitipkan anak sehingga Anda bisa belajar dengan tenang.

*Saat ini ada orang dari Thailand, Cina, Indonesia, Vietnam dan negara lainnya yang belajar di sini.

Kegiatan utama: Sambil belajar bahasa dan budaya Jepang, Anda juga bisa belajar mengenai kebiasaan kehidupan di daerah Saku.

Tanggal kegiatan: Setiap hari Sabtu dalam bulan April – Desember
(30 kali dalam setahun)

Jam belajar: 10:00 – 11:30

Lokasi kegiatan: Nozawa Kaikan (183 Toridemachi, Saku)

Kontak: Kantor 090-2483-0277 i.kato-planet@ai.wakwak.com



119番

KEADAAN DARURAT



Saat darurat, silakan meminta bantuan melalui telepon. Mohon berbicara dengan pelan dan tetap tenang. **Tidak dipungut biaya. Melayani 24 jam.**

●Kebakaran, Nomor Telepon “119” (Kantor Pemadam Kebakaran)

- 1 **Pertama, berteriaklah “kebakaran” dengan suara kencang dan beritahu orang-orang di sekitar Anda.**
- 2 **Teleponlah ke nomor “119” dan panggillah pemadam kebakaran.**
(Apabila menggunakan HP, silahkan tekan nomor 119 saja)
- 3 **Apabila teleponnya telah terhubung, silakan menjawab pertanyaannya.**
(Karena tidak ada penerjemah, silakan meminta bantuan kepada orang Jepang yang ada di sekitar Anda untuk berbicara dalam bahasa Jepang.)



<Anda akan ditanyakan hal-hal berikut ini. Harap berbicara pelan dan tenang>

- | | |
|--|--|
| ① Apakah ada kebakaran? Atau darurat? | Ya, ada kebakaran! |
| ② Alamatnya (lokasi) di mana? | (Contoh) Di △△△. Di sekitarnya ada ○○. |
| ③ Apa yang kebakaran? | (Contoh) Ada rumah yang terbakar. |
| ④ Apakah ada orang yang terluka atau terlambat menyelamatkan diri? | (Contoh) Tidak ada yang terluka. |
| ⑤ Nama, nomor telepon Anda | |

●Saat Terluka atau Sakit, Nomor Telepon “119” (Kantor Pemadam Kebakaran)



Saat Anda terluka atau sakit, sehingga Anda tidak bisa pergi ke rumah sakit sendiri dan membutuhkan ambulans, **silakan menelepon ke nomor “119” dan panggil ambulans.** Apabila teleponnya telah tersambung, silakan jawab pertanyaannya.

<Anda akan ditanyakan hal-hal berikut ini. Harap berbicara pelan dan tetap tenang>

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ① Apakah ada kebakaran? Atau darurat? | Ya, Darurat! |
| ② Ada apa? | (Contoh) Ada ○○. |
| ③ Alamatnya (lokasi) di mana? | (Contoh) Di △△△. Di sekitarnya ada ○○. |
| ④ Nama, nomor telepon Anda | |

● Saat Mengalami Kecelakaan Lalu Lintas atau Tindak Kejahatan • • • Nomor Telepon “110” (Kantor Polisi)



Saat mengalami kecelakaan atau tindak kejahatan, silakan telepon ke nomor “110” dan silakan sampaikan hal berikut ini.

- | | |
|---|---|
| ① Apa yang terjadi? | (Contoh) Ada kecelakaan lalu lintas. Ada pencuri. |
| ② Kapan terjadinya kecelakaan atau kejahatan tersebut? | (Contoh) Pada sekitar jam○○ menit ○○. |
| ③ Di mana terjadi kecelakaan atau kejahatan itu? | (Contoh) Di perempatan △△△. |
| ④ Nama nomor telepon Anda | |

※ Saat terjadi kecelakaan lalu lintas dan Anda atau orang lain terluka, pertama silakan telepon ke nomor 119 dan panggillah ambulans

● Saat Anda Kehilangan atau Menemukan Barang Terjatuh • • •

Saat Anda kehilangan dompet atau tas, silakan menghubungi kantor polisi. Apabila telepon Anda dijawab oleh operator, silakan sampaikan “kapan, di mana dan apa yang hilang”, serta “nama dan nomor telepon Anda”.

Apabila Anda menemukan barang, silakan antar barang tersebut ke kantor polisi atau pos polisi terdekat.



Kantor Polisi Saku

TEL : 0267-68-0110

Kantor Polisi Pusat Prefektur Nagano

TEL : 026-233-0110

BENCANA

●Persiapan terhadap Bencana Alam seperti Gempa Bumi, Badai dll.

Marilah kita konfirmasi sebelumnya tentang jenis bahaya yang ada di daerah tempat tinggal kita dalam peta pencegahan bencana, maupun di sub-bagian pengendalian bahaya di kantor wali kota.

Marilah kita mempersiapkan barang-barang yang akan dipakai saat kita mengungsi, seperti makanan dan minuman, lampu senter, *smartphone* (sebagai alat untuk mendapatkan informasi) dan lain-lain, serta sehari-hari kita juga perlu memastikan tempat pengungsian.

<Barang yang sebaiknya dipersiapkan>

- Barang penting (paspor, kartu residen/*zairyu card*, buku rekening bank, *inkan/stempel*, uang dan lain-lain)
- Air minum • Makanan (biskuit, makanan kaleng, coklat, mie instant cup dll.)
- Perlengkapan saat darurat (obat luka, perban, plester luka, obat-obatan yang sedang Anda pakai)
- Sarung tangan yang tebal • Baterai
- Handuk • Kantong plastik
- Lampu senter • Radio
- Pakaian ganti, pakaian dalam • Plastik gulung pembungkus makanan
- Baterai untuk mengecras alat elektronik



●Badai

Sekitar bulan Juli hingga bulan Oktober Jepang biasanya mengalami badai. Saat badai terjadi, biasanya juga disertai hujan yang sangat lebat, angin yang bertiup sangat kencang, banjir akibat air sungai yang meluap, gunung dan tebing yang longsor secara tiba-tiba dan juga munculnya aliran lumpur dalam jumlah besar.

Pada saat kondisi tersebut, ada kemungkinan diperlukan untuk mengungsi, karena itu konfirmasilah informasi mengenai badai dan hujan lebat lewat televisi, radio maupun *smartphone*, dan apabila ada sesuatu yang dikhawatirkan, hubungilah sub-bagian pengendalian bahaya kantor wali kota.



●Gempa Bumi

Di Jepang, lebih sering terjadi gempa bumi dibandingkan dengan negara lainnya. Saat terjadi gempa bumi yang besar, ada kemungkinan barang-barang peralatan rumah tangga akan jatuh, rumah akan roboh, serta ada kemungkinan terjadi kebakaran. Selain itu, ada kemungkinan aliran air, gas dan listrik juga akan dihentikan. Kita tidak bisa memastikan kapan terjadinya gempa bumi. Oleh sebab itu, kita perlu mempersiapkan diri untuk menghadapi bencana.



Jika Terjadi Gempa Bumi • • •

- **Pastikan untuk berlindung di bawah meja atau benda-benda yang kuat** sampai gempa yang besar melemah dan **lindungi diri** dari barang-barang yang jatuh dari atas atau perabotan yang jatuh.
- Jangan terburu-buru **berlari keluar**.
- Saat Anda sedang menggunakan api, **segera matikan api** agar tidak terjadi kebakaran.
- Agar dapat keluar dari bangunan pada saat darurat, **buka pintu dan jendela**.



Saat Guncangan Gempa Melemah • • •

- Mulailah bergerak saat guncangan gempanya telah melemah.
- Pakailah sepatu agar kaki tidak terluka karena menginjak pecahan kaca.
- Pastikan api sudah mati.
- Ada kemungkinan terjadi gempa susulan (gempa yang terjadi setelah gempa besar), karena itu **jangan masuk ke tempat yang berbahaya** dengan tetap memperhatikan kondisi sekitar.
- Saat Anda pergi ke luar, berhati-hatilah dengan benda yang jatuh dan pakailah helm jika ada.
- Saat akan mengungsi, marilah berjalan kaki menuju ke tempat pengungsian.



<Aplikasi Bencana Alam>

- ① 「Safety Tips」 adalah aplikasi informasi panduan khusus untuk orang asing pada saat bencana alam terjadi (Tidak kena biaya).

Aplikasi ini dibuat oleh Dirjen/Dinas Pariwisata. Anda bisa dapatkan informasi tentang gempa bumi dan jalur evakuasi dalam multibahasa ketika bencana alam terjadi.

iPhone : <https://apps.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174>

Android : <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>



iPhone
QRコード



Android
QRコード

② NHK WORLD (TV)

Terdapat berita terkini dan berita gempa. Anda dapat menyaksikan beragam berita dengan multibahasa selama 24 jam.



Kode QR untuk
website
NHK WORLD

NHK World (radio)	https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/japanese/radio_japan/	
Departemen Perhubungan	https://www.mlit.go.jp/river/bousai/olympic/index.html	
Badan Meteorologi	https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html	
E-Collage Manajemen Pencegahan Bencana dan Situasi Darurat	https://www.fdma.go.jp/relocation/e-college/	

LUKA DAN SAKIT



● Rumah Sakit, Klinik

Di Jepang dapat Anda berobat di instansi medis saat mengalami sakit atau luka. Terdapat rumah sakit besar, rumah sakit kecil, klinik, dan pos pengobatan dll.

Rumah sakit: Kita bisa pergi ke rumah sakit besar saat terluka, membutuhkan operasi, opname dan lainnya. Di rumah sakit terdapat beragam poliklinik. Kita dapat memutuskan berobat di “poli” yang mana dengan mengetahui bagian tubuh mana yang sakit. Silakan bertanya di loket untuk lebih jelasnya.

Spesialis Penyakit Dalam	Pengobatan saat kita mengalami flu (masuk angin), sakit perut dll.
Spesialis Penyakit Luar	Pengobatan saat kita operasi, terluka dan sakit.
Spesialis Anak	Pengobatan untuk penyakit bayi dan anak-anak.
Spesialis Ortopedi	Pengobatan saat sakit tulang, persendian tulang maupun otot.
Spesialis Mata	Saat mata kita sakit. Saat kita ingin memakai kacamata ataupun lensa kontak.
Spesialis Gigi	Kita bisa pergi ke spesialis gigi ini saat merasa cemas dengan kondisi gigi, misalnya gigi berlubang.
Spesialis THT	Pengobatan penyakit telinga, hidung dan tenggorokan.
Spesialis Kulit	Pengobatan penyakit kulit.
Spesialis Kebidanan dan Kandungan	Pengobatan khusus wanita serta penanganan kehamilan dan persalinan.
Spesialis Kejiwaan	Pengobatan untuk masalah psikis atau mental.
Spesialis Urologi	Pengobatan masalah saluran kemih.

* Terdapat juga spesialis yang lainnya.

Rumah sakit, klinik, pos pelayanan medis :

Untuk pengobatan sakit flu atau masuk angin serta keluhan tidak enak badan, bisa diobati di rumah sakit, klinik serta pos pelayanan medis. Pada bagian spesialis dengan nama “klinik spesialis OO” terdapat panduan pelayanan pengobatan. Di dalamnya ada dokter spesialis.



- Untuk informasi lebih lanjut, silakan kunjungi website Perhimpunan Dokter Saku.

<http://www.saku-ishikai.or.jp>



QR Kode untuk website Perhimpunan Dokter Saku

- Dalam website Perhimpunan Dokter Saku juga terdapat informasi mengenai jam pelayanan malam pada hari kerja, pelayanan hari libur.
- Anda dapat melihat informasi secara gratis tentang perawatan saat anak Anda tiba-tiba mengalami sakit atau terluka, perawatan rumah (*home care*), vaksinasi serta informasi pengasuhan anak.

Aplikasi *Smartphone* “*Oshiete doctor!* Penyakit anak dan *home care*”

(Diciptakan oleh Perhimpunan Dokter Saku) <https://oshiete-dr.net/>



Kode QR untuk iPhone



Kode QR untuk Android

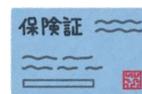


Cara Berobat di Rumah Sakit



Saat pergi berobat ke rumah sakit maupun klinik, ada tempat yang memerlukan reservasi sebelumnya dan ada juga tempat tanpa reservasi di mana Anda bisa langsung ditangani di hari tersebut dan mengambil antrean di loket. Sebelum pemeriksaan, sebaiknya menelpon terlebih dahulu. Jika diperlukan, pergilah ke rumah sakit atau klinik dengan orang yang bisa bahasa Jepang.

Saat tiba di instansi medis, serahkan **kartu asuransi kesehatan** (*Kenko hoken-sho*) di loket. (Jika tidak ada, Anda harus menanggung seluruh biaya pemeriksaan.)



Silakan masuk ke ruang pemeriksaan saat nama Anda dipanggil.



Setelah selesai pemeriksaan, kartu asuransi akan dikembalikan dan Anda bisa membayar biaya pemeriksaan di bagian kasir. Apabila Anda mendapat resep obat (kertas untuk pembelian obat), sebelum pulang, silakan tebus obat tersebut di apotek.



MANAJEMEN KESEHATAN

● Pemeriksaan Kesehatan

Marilah kita melakukan pemeriksaan kesehatan dan konsultasi kesehatan agar kita senantiasa hidup sehat dan bersemangat. Pengecekan kesehatan yang didapat berbeda-beda tergantung jenis pemeriksaan kesehatannya.



Silakan lihat kalender kesehatan Kota Saku untuk informasi lebih lanjut.

Tiket Medis	Kategori	Jenis Pemeriksaan yang Didapat
Tiket Medis A	Bagi yang berusia antara 40 – 74 tahun yang masuk asuransi kesehatan Kota Saku	<ul style="list-style-type: none">• Pemeriksaan khusus (Pemeriksaan darah, kemih, dll)• Pemeriksaan kanker (bagian perut, usus besar, rahim, payudara, prostat, paru-paru dan hepatitis)
Tiket Medis B	Bagi yang berusia di atas 75 tahun	<ul style="list-style-type: none">• Pemeriksaan khusus (Pemeriksaan darah, kemih, dll)• Pemeriksaan kanker (bagian perut, usus besar, rahim, payudara, prostat, paru-paru, dan hepatitis)
Tiket Medis C	Bagi yang berusia 35 – 39 tahun	<ul style="list-style-type: none">• Pemeriksaan khusus (Pemeriksaan darah, kemih, dll)• Pemeriksaan kanker (rahim)
Tiket Medis D	Bagi yang berusia 40 – 74 tahun dan tidak masuk asuransi kesehatan Kota Saku	Jenisnya tergantung dari asuransi kesehatan yang dimiliki. Untuk informasi lebih lanjut, silakan bertanya ke instansi medis yang mengeluarkan kartu asuransi Anda.
Tiket Medis E	Wanita berusia 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34 tahun	Pemeriksaan kanker serviks



● **Konsultasi Kesehatan** – Dapat berkonsultasi dengan ahli perawat kesehatan, ahli gizi, perawat dll. -

Anda dapat berkonsultasi mengenai keresahan tentang fisik dan psikis Anda kapan saja. Silakan berkonsultasi mengenai penyakit akibat kebiasaan hidup sehari-hari, ingin mengetahui tentang hasil pemeriksaan, serta konsultasi mengenai kesehatan anggota keluarga Anda.



Kontak

Seksi Promosi Kesehatan Kantor Wali Kota Saku	TEL : 0267-62-3189
Staf Promosi Kesehatan Kantor Cabang Uzuda	TEL : 0267-82-3115
Staf Promosi Kesehatan Kantor Cabang Asashina	TEL : 0267-58-2089
Staf Promosi Kesehatan Kantor Cabang Mochizuki	TEL : 0267-53-3111

KEHAMILAN, PERSALINAN

● Saat Anda Tahu Anda Hamil



1 Dapatkanlah Buku Kesehatan Ibu dan Anak

Saat berpikir bahwa Anda sedang hamil, periksalah ke spesialis kebidanan dan kandungan di rumah sakit atau klinik.

Anda akan diberikan “Laporan Kehamilan” setelah dikonfirmasi kehamilannya. Lalu Anda bisa mendapatkan buku kesehatan ibu dan anak di kantor wali kota (ruang konsultasi kesehatan ibu dan anak). Dalam buku tersebut Anda dapat menuliskan riwayat pemeriksaan kesehatan selama kehamilan, tumbuh kembang bayi, serta riwayat vaksinasi.

Jagalah baik-baik buku tersebut karena di dalamnya berisikan riwayat penting tentang pertumbuhan anak. Di kota Saku terdapat buku kesehatan ibu dan anak dalam bahasa asing.

2 Mari Mengikuti Pemeriksaan Kesehatan

Anda akan mendapatkan tiket subsidi untuk pemeriksaan kesehatan (tiket yang membantu biaya pemeriksaan Anda menjadi lebih murah) bersamaan dengan buku kesehatan ibu dan anak.

Agar Anda tetap sehat selama kehamilan dan persalinan Anda selamat, pastikan diri Anda melakukan pemeriksaan kesehatan.

Kontak

Ruang Konsultasi Kesehatan Ibu dan Anak Saku TEL : 0267-63-3080

(Pusat Kesehatan Masyarakat Kota Saku)

Ruang Konsultasi Kesehatan Ibu dan Anak Usuda TEL : 0267-82-3115

(Cabang Usuda)

Ruang Konsultasi Kesehatan Ibu dan Anak Asashina TEL : 0267-58-2089

(Cabang Asashina)

Ruang Konsultasi Kesehatan Ibu dan Anak Mochizuki TEL : 0267-53-3111

(Cabang Mochizuki)

*Hari Kerja: Senin – Jumat Usuda, Asahina, Mochizuki hanya pagi hari



• Saat Melahirkan



1 Menyerahkan Laporan Kelahiran

Saat bayi lahir, Anda harus menyerahkan **surat pernyataan kelahiran bayi (shussho todoke)** ke kantor wali kota. Akan tetapi, sebelum itu, harap menentukan nama bayi Anda.

	Kapan	Orang yang menyerahkan	Tempat penyerahan	Hal yang diperlukan
Laporan kelahiran (<i>Shussho todoke</i>)	Dalam 14 hari sejak kelahiran	Ayah atau Ibu dari bayi tersebut	Wali kota tempat ayah atau ibu tinggal atau tempat bayi dilahirkan	<ul style="list-style-type: none">• Formulir laporan kelahiran (surat keterangan dari dokter dan lainnya)• Stempel (<i>inkan</i>) atau tanda tangan• Buku kesehatan ibu dan anak

*Anda juga kemungkinan perlu melakukan laporan kelahiran di negara Anda, karena itu tanyakanlah kepada Kedutaan Besar ataupun Konsulat Jenderal negara Anda.

Kontak

Kantor Wali Kota Seksi Kependudukan	TEL : 0267-62-3087 (Langsung)
Cabang Usuda Petugas Kependudukan	TEL : 0267-82-3111 (Umum)
Cabang Asashina Petugas Kependudukan	TEL : 0267-58-2001 (Umum)
Cabang Mochizuki Petugas Kependudukan	TEL : 0267-53-3111 (Umum)

2 Mari Dapatkan Buku Agenda Bayi



Saat Anda menyerahkan laporan kelahiran, di ruang konsultasi kesehatan ibu dan anak akan mendapatkan buku agenda bayi. Anda akan mendapatkan panduan mengenai pelayanan pengasuhan anak, diberikan informasi dan lain-lainnya. Jadi, jangan lupa untuk datang ke ruang konsultasi kesehatan ibu dan anak. Silakan bawa buku kesehatan ibu dan anak dan juga stempel (*inkan*).

★Untuk kontak ada di ruang konsultasi ibu dan anak pada halaman ke 12.

3 Mendapatkan Izin Tinggal untuk Bayi Baru Lahir

Dalam 30 hari setelah kelahiran Anda perlu mendapatkan status izin tinggal untuk bayi dan serahkanlah dokumen-dokumen ke kantor imigrasi. Untuk informasi lengkapnya silakan lihat di halaman ke-25 mengenai “Kartu Residen/*Zairyu Card*”.



4 Uang Tunjangan (Uang untuk pengasuhan anak)

Saat anak lahir, anak tersebut akan mendapatkan tunjangan anak sampai tamat SMP. Untuk prosedur lebih lanjut, silakan lakukan di **Kantor Wali Kota Saku Seksi Pendukung Pengasuhan Anak (Tel: 0267-62-3149)**.

5 Biaya Kesejahteraan Medis (untuk Ibu Hamil dan Persalinan)

Pada saat hamil dan sehari setelah melahirkan sampai akhir bulan berikutnya, jika Anda menggunakan instansi medis (dengan menggunakan asuransi kesehatan), dan apabila Anda membayar sendiri, dari biaya medis tersebut, Anda akan mendapatkan pengembalian uang yang melebihi 500 yen.

<Barang yang dibawa ke kantor wali kota : Kartu asuransi kesehatan, buku kesehatan ibu dan anak, buku tabungan>

6 Biaya Kesejahteraan Medis (Anak)

Anak yang berusia sampai 18 tahun, saat mengunjungi pusat pelayanan kesehatan (dengan menggunakan asuransi kesehatan), hanya cukup membayar maksimal 500 yen di instansi medis.

<Barang yang dibawa ke kantor wali kota : Kartu asuransi kesehatan dan buku tabungan>

Kontak Mengenai Kesejahteraan Medis

Kantor Wali Kota Saku Seksi Asuransi Kesehatan Nasional TEL: 0267-62-2915

PENGASUHAN ANAK – MENGASUH ANAK

● Pemeriksaan Kesehatan Balita

Kota Saku mengadakan pemeriksaan kesehatan balita untuk menjaga kesehatan dan perkembangan anak-anak. Pemeriksaan balita usia 4 bulan, 10 bulan, 1 tahun 6 bulan dan sekitar usia 3 tahun dilakukan di empat pusat kesehatan masyarakat yang ada di dalam kota. Anda dapat berkonsultasi dengan ahli gizi, perawat ahli kesehatan dan lainnya mengenai kecemasan Anda saat mengasuh anak. Untuk informasi lebih lanjut mengenai waktu dan lokasinya, silakan lihat di kalendar informasi atau *website* kota Saku. Tidak dipungut biaya.

*Diadakan pemeriksaan kesehatan untuk bayi umur 7 bulan. (Pemeriksaan kesehatan dilakukan secara terpisah di pusat pelayanan kesehatan. Pemeriksaan kesehatan bisa dilakukan saat Anda mendapatkan buku agenda bayi setelah bayi lahir).



● Vaksinasi (Suntik Vaksin)



Agar anak tidak terkena penyakit, mari tambahkan kekebalan tubuh anak dengan vaksin.

Untuk vaksin ini tidak diperlukan biaya namun apabila vaksin diberikan saat usianya di luar ketentuan atau beberapa vaksin ada yang dipungut biaya. Untuk informasi lebih lanjut silakan bertanya ke ruang konsultasi kesehatan ibu dan anak.



Kontak

Ruang Konsultasi Kesehatan Ibu dan Anak Saku (Pusat Kesehatan Masyarakat Kota Saku)	TEL: 0267-63-3080
Ruang Konsultasi Ibu dan Anak Usuda (Cabang Usuda)	TEL: 0267-82-3115
Ruang Konsultasi Ibu dan Anak Asahina (Cabang Asashina)	TEL: 0267-58-2089
Ruang Konsultasi Ibu dan Anak Mochizuki (Cabang Mochizuki)	TEL: 0267-53-3111
* Hari Kerja: Senin-Jumat Usuda, Asahina, Mochizuki hanya buka pagi hari	

*Selain itu di kota Saku juga diadakan banyak kegiatan pendukung pengasuhan anak seperti kelas memasak makanan bayi, kelas untuk gigi dan lain-lain, silakan bergabung.

● Playgrup, TK Bersertifikasi, TK



1 Playgrup dan Taman TK Bersertifikasi

Playgrup adalah tempat penitipan anak untuk mengasuh anak (**usia 0 tahun sampai masuk SD**) jika ayah atau ibunya pergi bekerja pada siang hari atau anak sedang sakit sehingga orang tuanya tidak dapat mengasuh anak di rumah. Sebelum menitipkan anak, Anda perlu mendaftar terlebih dahulu. Di dalam Kota Saku, ada playgrup negeri 15 tempat, playgrup swasta ada 9 tempat, playgrup bersertifikasi ada 1 tempat dan penitipan anak berskala kecil ada 2 tempat. Untuk lebih lanjut, silakan hubungi kantor wali kota Saku.

Kontak

Kantor Wali Kota Saku, Seksi Pendukung Pengasuhan Anak	TEL: 0267-62-3149
Cabang Usuda, Petugas Kesejahteraan Anak dan Lansia	TEL: 0267-82-3111
Cabang Asashina, Petugas Kesejahteraan Anak dan Lansia	TEL: 0267-58-2001
Cabang Mochizuki Petugas Kesejahteraan Anak dan Lansia	TEL: 0267-53-3111



2 TK

TK adalah sekolah bagi anak-anak mulai usia 3 tahun **sampai sebelum masuk SD**. Di Kota Saku terdapat 5 TK swasta. Bagi yang ingin mendaftarkan anaknya, silakan hubungi langsung TK berikut.

Nama TK	Lokasi	Nomor Telepon
TK Katolik	185-1 Toridemachi, Saku	0267-62-0945
TK Asama	1383 Nagatoro, Saku	0267-67-3805
TK Saku	232 Sarukubo, Saku	0267-67-1508
TK Sakuminami	11-1 Yuhara, Saku	0267-82-1155
TK Shirahato	2322-1 Kyowa, Saku	0267-53-2611



Website Pendukung Pengasuhan Anak (*Papa Mama Fre*)

Di kota Saku, kami bekerja sama dengan perusahaan swasta untuk membuat *website* yang memperkenalkan pelayanan pemerintah untuk pengasuhan anak. Silakan jadikan ini sebagai referensi Anda

URL: <https://saku-city.mamafre.jp/>



●Sekolah

SD	SMP	SMA	Universitas
Masuk pada bulan April saat usia 6 tahun	Masuk pada bulan April saat usia 12 tahun	Masuk pada bulan April saat usia 15 tahun	Masuk pada bulan April saat usia 18 tahun
Selama 6 tahun	Selama 3 tahun	Selama 3 tahun	

Wajib belajar 9 tahun

Sekolah negeri (*Kokuritsu*): didirikan oleh negara

Sekolah publik (*Kouritsu*): didirikan oleh pemerintah prefektur, kota, desa

Sekolah swasta (*Shiritsu*): sekolah selain sekolah negeri dan publik



*Sekolah negeri dan publik tidak dikenakan uang masuk sekolah (saat masuk sekolah), biaya pelajaran (biaya untuk belajar) serta uang buku pelajaran. Biaya makan siang dan keperluan pelajaran lainnya sebagian ada yang dikenakan biaya. Untuk sekolah swasta biaya seluruhnya ditanggung orang tua siswa.

1 SD, SMP

Di Jepang, siswa SD belajar selama 6 tahun dan siswa SMP belajar selama 3 tahun di mana periode ini disebut sebagai periode wajib belajar dan pendidikan 9 tahun ini wajib ditempuh anak-anak. Untuk anak warga negara asing, tidak ada kewajiban secara hukum menyekolahkan anak, tetapi apabila dikehendaki, anak tersebut bisa mengikuti pelajaran di SD dan SMP di Jepang. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi Seksi Pendidikan Sekolah di Komite Pendidikan.



●Balai Anak

Setelah jam pelajaran di sekolah usai, saat ayah dan ibu tidak ada di rumah karena masih bekerja, anak-anak bisa menghabiskan waktu di balai anak. Lokasinya ada di dekat sekolah SD dan dapat ditempuh dengan berjalan kaki. Anak-anak bisa bermain bersama teman-temannya, belajar bersama dan menunggu sampai ayah atau ibu datang menjemput.



2 SMA

SMA adalah tempat belajar anak setelah tamat SMP. Saat masuk sekolah, hampir seluruh sekolah mengadakan ujian masuk. Mulai dari SMA, uang masuk sekolah, uang pelajaran sekolah dan uang buku pelajaran akan ditanggung sendiri.

3 Universitas dan Diploma

Universitas adalah tempat melanjutkan pendidikan setelah tamat SMA. Ada beragam universitas di Jepang. Terdapat ujian masuk untuk bisa masuk ke suatu universitas. Uang masuk, SPP dan lain-lain juga ditanggung sendiri.

-Bantuan Pendidikan dan Beasiswa-

Terdapat sistem untuk membantu mereka yang tidak memiliki biaya yang cukup karena alasan keuangan. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi Seksi Pendidikan Sekolah di Komite Pendidikan.

Kontak

Kantor Wali Kota Kota Seksi Pendidikan Sekolah
TEL: 0267-62-3478

Komite Pendidikan Sekolah Prefektur Nagano
TEL: 026-235-7428



KEHIDUPAN

● Listrik

- Saat mulai menggunakan listrik, Anda perlu melakukan registrasi.

Silakan bertanya ke kantor marketing Chubu Denryoku (Perusahaan Listrik Chubu) Kota Saku atau petugas pengurus tempat tinggal Anda.

- Listrik di rumah Jepang

Listrik di rumah Jepang menggunakan **daya tegangan listrik 100V dan frekuensi 60 Hertz**. (Untuk Tokyo 50 Hertz). Jika ingin menggunakan produk dari luar Jepang, tanyakanlah ke kantor marketing Chubu Denryoku (Perusahaan Listrik Chubu) Kota Saku dan lain-lain.

● Gas

-Apa saja jenis gas?-

Gas ada 2 jenis yaitu **gas kota** (gas yang keluar melalui pipa) dan **gas propan** (gas yang disimpan di tabung. Tabung gas tersebut diletakan di rumah).

- Alat apa yang digunakan untuk gas?

Kedua jenis gas tersebut masing-masing berbeda. Sebelumnya silakan cek kembali jenis gasnya dan alat yang cocok untuk menggunakannya. Apabila alatnya tidak cocok, hal itu bisa sangat membahayakan.

- Hal-hal yang diperhatikan saat menggunakan gas

- Perhatikan dengan baik sirkulasi udara saat menggunakan gas.
- Setelah menggunakan gas, pastikan saluran gasnya telah tertutup.
- Saat terjadi gempa, cepatlah matikan api dan tutup saluran gas.



●Air

- Saat mulai menggunakan saluran air serta saat berhenti menggunakannya, ada prosedur yang diperlukan

Untuk kontak mengenai air, silakan tanyakan ke pengelola tempat tinggal.

- Hal-hal yang diperhatikan saat menggunakan air

Setelah bulan November, terkadang pipa saluran air menjadi beku akibat suhu dingin. Gunakanlah ikat anti beku, lakukan pengeringan saluran dan lainnya untuk mencegahnya.

●Selokan Air

- Saat mulai menggunakan saluran pembuangan air atau berhenti menggunakannya, ada registrasi yang diperlukan.

Kontak untuk melakukan registrasi ini berbeda-beda tergantung tempat tinggal. Silakan hubungi pengelola tempat tinggal Anda.

- Hal-hal yang diperhatikan saat menggunakan saluran pembuangan air

- Jangan membuang sampah kertas, selain tisu toilet dan tidak boleh membuang minyak ke saluran pembuangan. Apabila tersumbat, air di toilet maupun wastafel dapur tidak bisa mengalir dengan lancar.
- Apabila menggunakan saluran pembuangan air, Anda akan dikenai biaya penggunaan. Pembayaran biaya tersebut akan ditagih dan berbeda dengan tagihan air. Jangan sampai lupa untuk membayarnya.



Kontak untuk Listrik, Gas, Air dan Selokan Air	
(Listrik) Kantor marketing Perusahaan listrik Chubu Kota Saku	TEL: 0267-74-2100
(Gas) Untuk gas propan: toko gas propan terdekat	
Untuk gas kota: Gas Kota Nagano Kota Saku Kantor Cabang Komoro	TEL: 0267-68-5252
(Air) Perhimpunan Perusahaan Air Saku	TEL: 0267-62-1290
(Saluran pembuangan air)	
Pusat pengelolaan saluran pembuangan air kota Saku	TEL: 0267-63-0101
Perhimpunan Sanitasi Lingkungan Minami Saku	TEL: 0267-86-7710

CARA PEMBUANGAN SAMPAH

Di Kota Saku terdapat aturan pembuangan sampah. Aturan tersebut berbeda-beda di tiap daerah tempat tinggal. Buanglah sampah tepat pada waktunya, serta perhatikan daftar pemilahan sampah.

●Aturan Dasar Pembuangan Sampah

1 Pakailah kantong sampah yang ditentukan dan taatilah jam pembuangan sampah

Jam pembuangan sampah: **Pagi 6:30 – 7:30**

Untuk membuang sampah, pastikan menggunakan “**Kantong sampah rumah tangga yang telah ditentukan oleh Kota Saku**” (kecuali sampah kertas [Shigen A]). Tulislah nama, buanglah sampah tersebut pada hari yang telah ditentukan pada pukul 6:30-7:30 pagi di stasiun sampah (lokasi pembuangan) yang telah ditentukan.



Kantong sampah tersebut dijual di toko-toko di dalam kota (supermarket, mini market/*konbini* dan lain-lain). 1 pak (isi 10) harganya sekitar 100 - 165 yen.

2 Mari taati aturan pemilahan sampah

Sampah yang tidak diangkat dan ditinggalkan di tempat pembuangan sampah adalah **sampah yang tidak mematuhi aturan pemilahan sampah**. Apabila sampah Anda dibiarkan di sana, bawalah sampah itu kembali pulang, lakukan pemilahan sampah yang tepat sesuai **dengan kartu pemberitahuan pengumpulan sampah (kartu kuning)**, dan buanglah sampah itu di jadwal pembuangan yang berikutnya dengan benar.

3 Jangan gunakan kantong sampah double (bertumpuk)

Jangan masukan sampah ke kantong kresek yang biasanya didapat di kasir atau membungkus sampah dengan kertas koran dan lainnya. Masukanlah sampah begitu saja ke kantong sampah.



4 Sampah yang dihasilkan dari kegiatan usaha (toko, kantor dan lainnya)

Sampah yang dihasilkan dari kegiatan bisnis tidak dapat dibuang di tempat pembuangan sampah. Untuk informasi lebih lanjut, silakan menghubungi Seksi Lingkungan Hidup di kantor wali kota Saku.

Daftar Pemilahan Sampah Rumah Tangga

Silakan baca Kode QR untuk daerah tempat tinggal Anda

Daerah Saku, Asahina, Mochizuki



Daerah Usuda



Kontak Mengenai Sampah

Kantor Wali Kota Saku Seksi Lingkungan Hidup	TEL: 0267-62-3094
Petugas Lingkungan Konstruksi Ekonomi Cabang Usuda	TEL: 0267-82-3111
Petugas Lingkungan Konstruksi Ekonomi Cabang Asashina	TEL: 0267-58-2001
Petugas Lingkungan Konstruksi Ekonomi Cabang Mochizuki	TEL: 0267-53-3111



MENGENDARAI KENDARAAN



Mari kita taati aturan berlalu lintas pada saat mengendarai sepeda, sepeda motor maupun mobil di Jepang.

• Untuk Mengendarai Mobil, Motor dan Lainnya, Anda Perlu Memiliki Surat Izin Mengemudi!

1 Surat Izin Mengemudi Jepang (Pilihlah salah satu dari ① dan ② berikut ini)

① Mengambil surat izin mengemudi di Jepang

Terdapat **sekolah mengemudi** dan di sana Anda akan belajar kemampuan mengemudi, peraturan lalu lintas dan lainnya. Setelah itu Anda bisa mengikuti ujian mengemudi oleh kantor polisi dan apabila Anda dinyatakan lulus, Anda bisa mendapatkan surat izin mengemudi.

② Mengganti surat izin mengemudi yang Anda dapatkan di negara Anda menjadi surat izin mengemudi Jepang

Hanya orang yang berada di negara asalnya yang mendapatkan surat izin mengemudi di negara asal lebih dari 3 bulan setelah pengambilan surat izin mengemudi tersebut yang dapat mendaftar untuk penggantian surat izin mengemudi ini. Untuk informasi lebih lanjut, silakan menghubungi Pusat Pengurusan Surat Izin Mengemudi Chunanshin.

2 Surat Izin Mengemudi Internasional (Surat izin mengemudi yang didapat di negara yang termasuk dalam perjanjian Jenewa)

3 Surat Izin Mengemudi Asing dan Dokumen yang Telah diterjemahkan di Kedutaan Besar atau lainnya (surat izin mengemudi negara Estonia, Jerman, Prancis, Swiss, Belgia, Monako, Taiwan)

•Peraturan Lalu Lintas Bersepeda

- Sepeda harus dikendarai di **jalur sepeda (jalur tempat sepeda)**.
- Taati bahwa sepeda harus dikendarai di sebelah kiri jalan.
- Saat mengendarai sepeda di trotoar, perhatikan kecepatan sepeda agar sewaktu-waktu bisa mudah berhenti. Apabila ada orang yang berjalan di jalur tersebut, berhentilah mengendarai sepeda Anda.
- Apabila Anda telah minum alkohol, jangan mengendarai sepeda!
- Satu buah sepeda tidak boleh dinaiki oleh dua orang!
- Di malam hari, ingatlah untuk menyalakan lampu sepeda.
- Saat mengendarai sepeda, sangat berbahaya apabila Anda juga mengoperasikan telepon genggam ataupun menggunakan payung. Ingatlah untuk menghentikan tindakan tersebut!



Kontak Mengenai Surat Izin Mengemudi

Pusat pengurusan surat izin mengemudi Hokushin	TEL: 026-292-2345
Pusat pengurusan surat izin mengemudi Toshin	TEL: 0267-53-1550
Pusat pengurusan surat izin mengemudi Chunanshin	TEL: 0263-53-6611

KARTU RESIDEN/ZAIRYU CARD

- Kartu yang sangat penting untuk tinggal di Jepang -

Apa Itu Kartu Residen (*zairyu card*)?

Kartu ini adalah kartu identitas diri di Jepang. Dalam kartu ini tertulis nama, negara asal, alamat dan lain-lain. Kartu ini diberikan untuk mereka **yang berusia di atas 16 tahun dan akan tinggal di Jepang lebih dari 3 bulan** dan **kartu ini harus selalu dibawa**. Kartu penduduk ini diperlukan saat Anda mengurus dokumen di kantor wali kota maupun di kantor imigrasi dan lainnya. Saat Anda akan membuka rekening bank, kartu ini juga akan diperlukan.



① Dapatkan kartu ini di bandara.



② Serahkan surat pernyataan pindah (*tennyu todoke*) di kantor wali Kota Saku (* Seksi Kependudukan) dalam 14 hari (registrasi kependudukan).



③ Apabila di bandara Anda tidak mendapatkannya, kami akan antar kartu tersebut ke rumah Anda.



* Kontak Mengenai Surat Pernyataan Pindah (*tennyu todoke*) (Registrasi Kependudukan)

Kantor Wali Kota Saku Seksi Kependudukan TEL: 0267-62-2111

Cabang Usuda Petugas Kependudukan TEL: 0267-82-3111

Cabang Asahina Petugas Kependudukan TEL: 0267-58-2001

Cabang Mochizuki Petugas Kependudukan TEL: 0267-53-3111

★ Saat Bayi Lahir • •



Untuk bayi yang kewarganegaraannya bukan Jepang, setelah lahir berada di Jepang lebih dari 60 hari, silakan dapatkan kartu residen bayi tersebut dengan menyerahkan dokumen ke kantor imigrasi terdekat.

Saat bayi lahir, serahkanlah **surat pernyataan kelahiran bayi** (halaman ke 13) di kantor wali kota (seksi kependudukan) paling lambat dalam kurun waktu **14 hari** sejak bayi lahir.



Dari kantor wali kota Anda akan mendapatkan surat keterangan penerimaan akta kelahiran dan lembar registrasi kependudukan atau akta yang berisi perihal kependudukan.



Anda bisa pergi ke kantor imigrasi dengan membawa dokumen dari wali kota **dalam 30 hari** sejak lahir bayi.



* Untuk informasi lebih lanjut, silahkan lihat website Kantor imigrasi

★ Saat Anda ingin Mengganti Data yang Tertera dalam Kartu Penduduk Anda

- Ingin mengganti **batas waktu untuk tinggal** (periode Anda tinggal di Jepang sampai hari terakhir!)
→ Anda dapat melakukan registrasi mulai dari 3 bulan sebelum kartu penduduk Anda habis masa berlakunya.
- Ingin mengganti **status kependudukan Anda** (tujuan Anda datang ke Jepang!)
→ Lakukan registrasi di kantor imigrasi sejak tujuan Anda tinggal di Jepang berubah sampai batas waktu berlakunya selesai.
- Ingin menggubah **nama, jenis kelamin, warga negara, daerah**
→ Lakukan registrasi di kantor imigrasi terdekat dalam kurun waktu 14 hari setelah terjadi perubahan.

<Barang yang perlu dibawa> • Paspor • Kartu Residen/Zairyu Card
• Pas foto wajah sendiri (3 x 4 cm) yang diambil dalam kurun 3 bulan terakhir

- Saat ada perubahan **tempat bekerja ataupun belajar** (*Bagi pemilik hak tinggal permanen tidak memerlukan perubahan ini)
→ Tanyakanlah pada kantor imigrasi terdekat mengenai hal ini dalam kurun waktu 14 hari sejak terjadi perubahan.
- Saat pasangan (suami atau istri) **meninggal atau bercerai** (*Bagi pemilik hak tinggal permanen tidak memerlukan perubahan ini)
→ Tanyakanlah pada kantor imigrasi terdekat dalam kurun waktu 14 hari setelah perceraian atau kematian.

<Barang yang perlu dibawa> • Kartu Residen/Zairyu Card

★Saat Kartu Residen/*Zairyu Card* Hilang • • •

Saat Anda mengetahui bahwa kartu Anda telah hilang, silakan laporkan dan bawa dokumen yang diperlukan ke kantor imigrasi terdekat dalam kurun waktu 14 hari dan dapatkanlah kartu penduduk yang baru.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan lihat website Kantor imigrasi

★Saat Anda Ingin Mengembalikan Kartu Residen/*Zairyu Card*

Kartu Residen/*Zairyu Card* untuk orang yang akan keluar Jepang dan tidak akan kembali ke Jepang ataupun orang yang telah meninggal dunia, apabila sudah tidak diperlukan, dapat dikembalikan dalam kurun waktu 14 hari.

- Saat keluar Jepang dan tidak akan kembali lagi : Dapat dikembalikan di bandara atau pelabuhan
- Saat anggota keluarga atau orang yang tinggal bersama meninggal dunia : Dapat dikembalikan di kantor imigrasi terdekat atau dikirim bersama dokumen melalui surat. Untuk informasi lebih lanjut, silakan lihat website berikut ini.

Untuk informasi lebih lanjut, silakan lihat website Kantor imigrasi



Penjelasan lebih lanjut mengenai Kartu Residen tertulis di dalam Buku Panduan Kehidupan dan Pekerjaan (supervisi oleh kantor imigrasi). Silakan lihat di buku tersebut.

	Kontak:	
	©Kantor Imigrasi	
	http://www.immi-moj.go.jp/index.html	
	©Kantor Imigrasi Tokyo Cabang Nagano	
	TEL: 026-232-3317 (Hari Kerja 09:00 – 12:00, 13:00 – 16:00)	
	©Pusat Informasi Umum Kependudukan Warga Negara Asing (WNA)	
	(Hari Kerja 8:30-17:15)	
	TEL: 0570-013904 TEL: 03-5796-7112 (IP, PHS, dari luar negeri)	

REGISTRASI STEMPEL

Di Jepang, saat Anda melakukan perjanjian penting seperti membeli mobil, rumah, tanah diperlukan stempel (*inkan/hanko*) yang disebut “*jitsuin*”, bukan tanda tangan Anda. Apabila Anda membutuhkan “*jitsuin*” tersebut, Anda perlu melakukan registrasi dengan membawa stempel Anda ke kantor wali kota.



Jitsuin : Dipakai saat membuat perjanjian penting, seperti saat membeli mobil, rumah ataupun tanah.

Mitomein : Dipakai saat mengurus dokumen di kantor wali kota, untuk menerima barang yang dikirim ataupun untuk buku tabungan.

Orang yang bisa registrasi	WNA yang berusia atas 15 tahun dan tinggal di Kota Saku	
Tempat registrasi	Kantor Wali Kota Saku Seksi Kependudukan	TEL: 0267-62-3087 (Langsung)
	Cabang Usuda Petugas Kependudukan	TEL: 0267-82-3111 (Umum)
	Cabang Asahina Petugas Kependudukan	TEL: 0267-58-2001 (Umum)
	Cabang Mochizuki Petugas Kependudukan	TEL: 0267-53-3111 (Umum)
Yang diperlukan untuk registrasi	Stempel yang akan diregistrasi, Kartu Residen/ <i>Zairyu Card</i> atau Surat Izin Mengemudi	

< Stempel yang Bisa Diregistrasi >

Stempel yang bisa diregistrasi di Kota Saku adalah yang namanya sesuai dengan kartu registrasi penduduk (nama panggilan juga boleh) dengan ukuran panjang satu sisinya lebih dari 8mm dan bentuk persegi yang ukurannya di atas 25mm.

Stempel yang terbuat dari bahan karet atau yang bentuknya mudah berubah



Setelah registrasi, Anda akan diberikan **Sertifikat Registrasi Stempel (Buku Warna Biru)** dan silakan simpan baik-baik.

Akta Registrasi Stempel • • • • Saat membuat perjanjian penting, ada kemungkinan dibutuhkan Surat Keterangan Registrasi Stempel. Jika perlu sertifikat ini, silakan datang ke kantor wali kota dengan membawa **registrasi stempel**.



ASURANSI MEDIS

-ASURANSI SAAT SAKIT ATAU TERLUKA-



Di Jepang ada asuransi medis (asuransi untuk saat sakit atau terluka) dan asuransi ini merupakan dana dari hasil kerja sama seluruh masyarakat dan dapat dipakai pada saat kita perlu pergi ke rumah sakit karena jatuh sakit maupun terluka. Saat pergi ke rumah sakit, biaya yang Anda bayarkan bisa menjadi lebih murah dengan asuransi medis ini. [Semua penduduk di Jepang harus masuk dalam asuransi medis ini.](#) Asuransi medis ada 3 jenis dan Anda dapat **mengikuti salah satunya.**

●Asuransi Sosial dan Lainnya

Orang yang bekerja di perusahaan atau kantor mengikuti asuransi ini. Proses pendaftarannya dilakukan oleh perusahaan tempat bekerja. Untuk informasi lebih lanjut, silakan menghubungi perusahaan Anda.

●Asuransi Kesehatan Nasional

- Warga negara asing yang tinggal di Jepang lebih dari 3 bulan
- Orang yang berusia di bawah 74 tahun dan tidak mengikuti asuransi lainnya.

Mengikuti asuransi ini di wali kota Saku.

●Asuransi Medis Lanjut Usia Tingkat Lanjut

- Warga negara asing yang tinggal di Jepang lebih dari 3 bulan
- Orang yang berusia di atas 65 tahun dan memiliki cacat tertentu dan ingin mengikuti asuransi ini
- Bagi yang berusia di atas 75 tahun

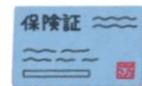
Mengikuti asuransi ini.

* Orang yang berusia 75 tahun lebih wajib mengikuti asuransi tersebut maka tidak perlu untuk melakukan pendaftaran.

-Kartu Asuransi- Apabila Anda masuk asuransi, Anda akan mendapatkan kartu asuransi ini.

Kartu asuransi ini sangat penting. Saat Anda pergi ke rumah sakit, Anda harus selalu membawa kartu tersebut.

-Biaya Asuransi- Setelah mengikuti asuransi, Anda wajib membayar biaya asuransi. Untuk orang yang masuk asuransi sosial, biaya asuransinya akan dipotong dari gaji perusahaan setiap bulan. Untuk orang yang masuk asuransi kesehatan nasional dan asuransi medis lanjut usia tingkat lanjut akan membayar biaya asuransi ke kantor wali kota. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi kantor wali kota.



Kontak mengenai Asuransi Kesehatan Nasional dan Asuransi Medis Lanjut Usia Tingkat Lanjut

Wali Kota Saku Seksi Kesehatan Nasional	TEL: 0267-62-3164
Cabang Usuda Petugas Kependudukan	TEL: 0267-82-3111
Cabang Asashina Petugas Kependudukan	TEL: 0267-58-2001
Cabang Mochizuki Petugas Kependudukan	TEL: 0267-53-3111

ASURANSI PERAWATAN

-ASURANSI SAAT PERAWATAN DIBUTUHKAN DI USIA LANJUT-

Asuransi perawatan adalah sistem asuransi dengan dana di mana masyarakat saling membantu saat perawatan dibutuhkan. Saat Anda tua, saat Anda menderita suatu penyakit khusus, saat kehidupan Anda membutuhkan bantuan, Anda bisa mendapatkan **pelayanan perawatan**.



Warga asing yang tinggal di Jepang lebih dari 3 bulan wajib masuk asuransi perawatan

① Bagi yang berusia **dari 40 tahun sampai 64 tahun** • • •

Warga negara asing yang mengikuti asuransi medis juga akan masuk asuransi perawatan. (Pendaftarannya dilakukan di perusahaan dan lain-lain.)

② Bagi yang berusia **di atas 65 tahun** • • •

Semua orang mengikuti asuransi perawatan ini.

(Anda akan diberikan surat pemberitahuan dari kantor wali kota. Tidak perlu mendaftar).

Selain itu, saat Anda ingin menggunakan layanan perawatan, Anda perlu melakukan pendaftaran untuk dapat menentukan tingkat kebutuhan perawatan sebagai “orang yang membutuhkan perawatan (*yokaigo*)” dan proses pendaftarannya silahkan lakukan di kantor wali kota dan lain-lain.

-Biaya Asuransi Perawatan-

Orang yang tinggal di Jepang lebih dari 3 bulan dan berusia di atas 40 tahun harus membayar asuransi perawatan.

Bagi yang kategori ① di atas • • • Biaya asuransi perawatan akan dipotong dari gaji perusahaan setiap bulannya.

Bagi yang kategori ② di atas • • • Pada umumnya biaya asuransi akan diambil dari uang pensiun (halaman ke 30). Ada juga yang disebut sebagai “pengambilan dana khusus (*Tokubetsu choshu*)” di mana Anda bisa membayar dengan transfer melalui bank yang sama atau menggunakan lembar pembayaran. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi kantor wali kota.

Kontak Mengenai Sistem Pelayanan Asuransi Perawatan

Wali Kota Saku Seksi Kesejahteraan Lansia	TEL:0267-62-3154
Cabang Usuda Petugas Kesejahteraan Anak dan Lansia	TEL: 0267-82-3111
Cabang Asashina Petugas Kesejahteraan Anak dan Lansia	TEL:0267-58-2001
Cabang Mochizuki Petugas Kesejahteraan Anak dan Lansia	TEL: 0267-53-3111

UANG PENSIUN

Sistem pensiun di Jepang adalah sistem yang dibuat dengan prinsip generasi yang bekerja membantu orang yang **tiba-tiba membutuhkan bantuan**, misalnya saat orang menjadi tua maupun saat terjadi cacat.

Orang akan mengikuti sistem pensiun ini pada saat berusia 20 tahun dan pembayaran premi juga akan terus berlanjut. Dengan demikian, Anda akan dapat menerima uang pensiun pada ①saat menjadi lansia, ②saat mengalami sakit ataupun terluka dan menjadi cacat, ③saat anggota keluarga meninggal.

- Orang yang berusia 20 sampai 60 tahun tanpa memandang kewarganegaraannya **membayar uang pensiun ini.**
- Orang yang telah membayar premi pensiun lebih dari 10 tahun, **saat berusia lebih dari 65 tahun akan menerima uang pensiun.**

● **Uang Pensiun Nasional** (Seluruh orang bisa masuk, kecuali orang yang mengikuti pensiunan kesejahteraan)

Melakukan prosedur di kantor wali kota Saku.

● **Uang Pensiun Kesejahteraan**
(Pensiunan bagi yang bekerja di suatu perusahaan)

Anda bisa masuk sistem pensiun ini di kantor atau perusahaan tempat Anda bekerja. Kantor atau perusahaan tersebut akan melakukan pengurusannya. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi ke **Kantor Dana Pensiun Komoro. (*Kantor Dana Pensiun Komoro : 0267-22-1080)**



● **Penarikan Dana**

Bagi warga negara asing yang akan meninggalkan negara Jepang dan telah membayar premi pensiun lebih dari 6 bulan, Anda dapat melakukan penarikan uang tersebut dalam 2 tahun setelah Anda keluar dari Jepang. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi **Kantor Dana Pensiun Komoro.**

Kontak Mengenai Pensiunan Nasional

Kantor Wali Kota Saku Seksi Asuransi Kesehatan Nasional	TEL: 0267-62-3093
Cabang Usuda Petugas Kependudukan	TEL: 0267-82-3111
Cabang Asashina Petugas Kependudukan	TEL: 0267-58-2001
Cabang Mochizuki Petugas Kependudukan	TEL: 0267-53-3111

PAJAK



Pajak adalah sumber dana yang sangat penting untuk menciptakan lingkungan masyarakat yang baik. Secara umum ada 2 jenis pajak, yaitu pajak negara (pajak yang dibayarkan ke negara) dan pajak daerah (pajak yang dibayarkan ke kota atau prefektur).

Bagi yang tinggal di Jepang, apapun kewarganegaraannya, Anda wajib membayar uang pajak.. Silakan bayar sebelum batas waktu atau tenggat pembayaran.

● Pajak Penduduk (Pajak Penduduk Kota dan Pajak Penduduk Prefektur) (Pajak Daerah)

Pajak ini merupakan pajak yang dibayar ke kota maupun prefektur tempat tinggal. Pajak ini digunakan untuk membantu pembayaran pekerjaan pemerintah kota dan prefektur yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari. Pajak penduduk prefektur bisa dibayar bersamaan dengan pajak penduduk kota melalui kota Saku.

-Subjek pajak penduduk kota dan pajak penduduk prefektur-

- Orang yang beralamat tinggal di kota Saku maupun yang tinggal di kota Saku.
- Orang yang memiliki kantor atau tempat usaha maupun lahan perumahan di kota Saku, tetapi tidak beralamat di Kota Saku.

● Pajak Harta tidak Bergerak (Pajak Daerah)

Pajak tersebut adalah pajak yang dibayarkan oleh pemilik tanah, rumah atau aset yang menyusut dan dihitung sejak tanggal 1 Januari setiap tahunnya.

Aset yang menyusut adalah barang yang digunakan dalam kegiatan usaha, seperti mesin maupun alat-alat yang dimiliki oleh pemilik pribadi atau perusahaan untuk usaha pabrik atau toko pribadi.

● Pajak Mobil Ringan (Pajak Daerah)

Pajak yang dibayarkan oleh pemilik sepeda motor, mobil ringan dan lain-lain dan dihitung sejak tanggal 1 April setiap tahunnya.

● Pajak Pendapatan (Pajak Negara)

Pajak yang dibayarkan oleh orang yang mendapatkan uang dari pendapatan, baik dari bekerja maupun menjual sesuatu dan dihitung dari tanggal 1 Januari sampai tanggal 31 Desember.

Pada tahun berikutnya, Anda harus melaporkan SPT tahunan dan jangka waktunya dari bulan Februari sampai Maret.

* Jika bekerja dan mendapatkan gaji dari satu perusahaan saja, Anda tidak perlu melakukan pelaporan SPT tersebut karena perusahaan yang akan melakukan proses perhitungan tahunan (perhitungan pajak). Silakan hubungi pihak perusahaan untuk memastikan apakah perusahaan telah melakukan proses perhitungan tahunan atau tidak.



● Pajak Konsumsi (Pajak Negara)

Pajak yang dibayar saat kita membeli barang maupun jasa.



Kontak mengenai Pajak Penduduk, Pajak Harta tidak Bergerak, Pajak Mobil Ringan

Kantor Wali Kota Saku Seksi Pajak	TEL: 0267-62-3040
Cabang Usuda Petugas Pajak Bagian Umum	TEL: 0267-82-3111
Cabang Asashina Petugas Pajak Bagian Umum	TEL: 0267-58-2001
Cabang Mochizuki Petugas Pajak Bagian Umum	TEL: 0267-53-3111

TEMPAT KONSULTASI UNTUK PEKERJA WARGA NEGARA ASING

● **Hotline** Konsultasi Syarat Pekerjaan (Penugasan dari Kementerian Kesehatan, Buruh dan Kesejahteraan)

Anda akan diperkenalkan mengenai persyaratan untuk bekerja, penjelasan mengenai hukum, pengenalan pihak terkait dalam multibahasa. Nomor telepon ini bebas biaya. Bisa juga dihubungi melalui *handphone*.



Bahasa	Hari Konsultasi	Jam Konsultasi	No. Telepon
Bahasa Jepang	Senin – Minggu (Setiap hari)	Hari Kerja (Senin-Jumat) 17:00 - 22:00	0120-811-610
Bahasa Inggris			0120-531-401
Bahasa Mandarin			0120-531-402
Bahasa Portugis			0120-531-403
Bahasa Spanyol	Selasa, Kamis, Jumat, Sabtu	Sabtu, Minggu dan tanggal merah	0120-531-404
Bahasa Tagalog	Selasa, Rabu, Sabtu		0120-531-405
Bahasa Vietnam	Rabu, Jumat, Sabtu, Tanggal merah	9:00 - 21:00	0120-531-406
Bahasa Myanmar	Rabu dan Minggu		Tidak termasuk
Bahasa Nepali		Mulai 29 Desember Sampai dengan 3 Januari	0120-531-408
Bahasa Korea	Kamis, Minggu, Tanggal merah		0120-613-801
Bahasa Thai	Kamis, Minggu, Tanggal Merah		0120-613-802
Bahasa Indonesia	Kamis, Minggu Tanggal Merah		0120-613-803
Bahasa Kanbojia/ Bahasa Khmer	Senin, Sabtu, Tanggal Merah		0120-613-804
Bahasa Mongolia	Senin, Sabtu, Tanggal Merah		0120-613-805

● Saat Mengalami Kesulitan

- Perusahaan tempat bekerja tidak memberi gaji
- Terjadi kekerasan seksual dan perundungan (*bullying*)
- Tidak mendapatkan libur
- Diminta bekerja di luar perjanjian kerja, dan lain-lain



Silahkan berkonsultasi saat mengalami keresahan ataupun kesulitan dalam bekerja.

Tempat Konsultasi	Hari Konsultasi	Jam Konsultasi	No. Telepon
Badan Pengawasan Standar Perburuhan	Senin-Jumat	8:30-17:15	0267-22-1760

*Libur : hari Sabtu, Minggu, tanggal merah, tanggal 29 Desember sampai 3 Januari.

● Saat Ingin Mencari Kerja... Tempat Memperkenalkan Pekerjaan

Tempat Konsultasi	Hari Konsultasi	Jam Konsultasi	No. Telepon
Hello Work Saku	Senin-Jumat	8:30 - 17:15	0267-62-8609

●Konsultasi bagi Pekerja Magang

◎Tempat Pelaksana Praktek (Tempat Kerja)

Mengenai konsultasi tentang kehidupan sehari-hari, keresahan dengan pekerjaan dan lainnya, silakan berkonsultasi terlebih dahulu dengan **pembimbing di tempat bekerja**.

◎Organisasi Pengawasan

Organisasi pengawasan memiliki peran sebagai pemberi bimbingan dan juga pengatur untuk pekerja magang untuk mengecek apakah pekerja magang sudah bekerja dengan tepat di tempat kerja. Anda bisa berkonsultasi saat Anda berkesempatan bertemu pembimbing ataupun pengawas.

◎OTIT (Organisasi Pekerja Magang Warga Negara Asing)

Pekerja magang warga negara asing, siapapun, dapat berkonsultasi mengenai hal-hal yang dirasa sulit maupun ketika memiliki suatu keresahan. Anda bisa berkonsultasi melalui telepon, email atau surat. Telepon ini bebas biaya.

Bahasa	Hari dan Jam Konsultasi	No. Telepon ※Di luar jam kerja, telepon akan dijawab oleh mesin	Website Konsultasi Bahasa Asing
Bahasa Vietnam	Senin-Jumat 11:00 - 19:00 Sabtu 9:00-17:00	0120-250-168	https://www.support.otit.go.jp/soudan/vi/
Bahasa Mandarin	Senin, Rabu, Jumat 11:00 - 19:00 Sabtu 9:00-17:00	0120-250-169	https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/
Bahasa Indonesia	Selasa, Kamis 11:00 - 19:00 Sabtu 9:00-17:00	0120-250-192	https://www.support.otit.go.jp/soudan/id/
Bahasa Philipina	Selasa, Kamis 11:00-19:00 Sabtu9:00 - 17:00	0120-250-197	https://www.support.otit.go.jp/soudan/phi/
Bahasa Inggris	Selasa, Kamis 11:00 - 19:00 Sabtu 9:00-17:00	0120-250-147	https://www.support.otit.go.jp/soudan/en/
Bahasa Thai	Kamis 11:00 - 19:00 Minggu 9:00-17:00	0120-250-198	https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/
Bahasa Kamboja	Kamis 11:00 - 19:00	0120-250-366	https://www.support.otit.go.jp/soudan/kh/
Bahasa Myanmar	Selasa 11:00 - 19:00	0120-250-302	https://www.support.otit.go.jp/soudan/mm/

○Apabila Anda ingin mengirim surat, silakan kirim ke alamat berikut.

Gaikokujin Gino Jisshu Kiko Gino Jisshu-bu Enjo-ka
LOOP-X 3F, 3-9-15, Kaigan, Minato-ku, Tokyo 108-0022

<Tempat konsultasi di kantor daerah, cabang>

Selain melalui telepon, Anda bisa langsung bertemu dengan konsultan di kantor daerah maupun di cabang. Saat Anda membutuhkan penerjemah, silakan sampaikan bahwa Anda membutuhkan penerjemah.

Nama Kantor	Daerah Penanggung Jawab	No. Telepon	Alamat
Cabang Nagano	Prefektur Nigata Prefektur Nagano	026-217-3556	Nakajima Kaikan Building 6F, 1361 Minami Nagano Suehirocho, Nagano, Nagano

◎Konsultasi Kantor Wali Kota Saku

Di kantor wali kota Saku bagian kesejahteraan lanjut usia,

Menerima konsultasi untuk staf perawat warga asing

Tidak dibutuhkan biaya! Rahasia Anda terjaga!

Warga asing yang bekerja sebagai perawat, siapapun bisa berkonsultasi.



Selama Anda tinggal di kota Saku, apabila Anda memiliki keresahan dalam pekerjaan, ingin berkonsultasi mengenai kondisi tubuh maupun kehidupan sehari-hari Anda serta mengenai hal apapun, kami akan layani Anda. **Apabila ada suatu kesulitan, silakan berkonsultasi.**



Kantor Wali Kota Saku Bagian Kesejahteraan Lanjut Usia

TEL: 0267-62-3154 (Langsung)

E-mail : koureisya@citu.saku.nagano.jp



Kota Saku

3056 Nakagomi, Saku 〒385-8501

☎0267-62-2111 (Umum) FAX 0267-63-1680

Departemen Kesejahteraan Bagian Kesejahteraan Lanjut Usia /

Departemen Perencanaan Bagian Promosi Pertukaran Imigran