नेपाली भाषा

विदेशी नागरिक निमित्तको जीवनयापन मार्गनिर्देशिका

~ सुरक्षित एवम् ढुक्कसित जीवन गुजारा गर्नका निमित्त ~

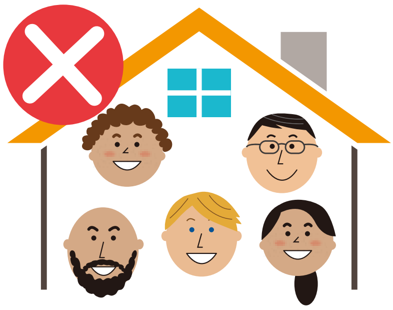
बसोबास गर्ने राष्ट्र या क्षेत्र अनुसार नियम तथा आचरण फरक पर्छ।
उक्त नियम या आचरण थाहा नपाएपनि दण्डित हुनुपर्ने हुनसक्छ।
नियम तथा आचरणहरू सिकेर, झैझगडा तथा अपराधबाट आफूलाई बचाउँदै, ढुक्क भएर जीवन गुजारा गरौँ।

आजुमिनो नगर

मार्गनिर्देशिका 01

बसोबास गर्ने ठाउँ

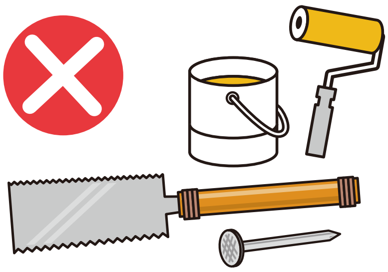
भाडाको घरमा बस्न आउँदाको नियम



- करारनामामा नाम भएको व्यक्तिले मात्र बसोबास गर्न पाउँछ।
- विवाह वा बच्चाको जन्म भएर परिवार बढेमा, सूचना दिनुपर्छ।

- ठुलो साउण्डको गीतसङ्गीत बजाउने, ठुलो स्वरले होहल्ला गर्ने गरेमा, अन्य बासिन्दासँग झैझगडा पर्ने हुन्छ। विशेषतः बिहान सबेरै या अबेर रातको समयमा चाहिँ शान्त बसौँ।

- प्यासेज या भर्याङ्हरूमा कुनै सामान या फोहर नराख्नुहोला। बसोबास गरिरहेको अपार्टमेन्टको नियम पालना गर्ने गरौँ।



- कोठामा क्षति पुर्याउने, फोहर पार्ने गरेमा मर्मत खर्च तिर्नुपर्ने हुनसक्छ।

- घरपालुवा जनावर पाल्न मन लागेमा रियल स्टेट कम्पनी या घरधनीसँग निश्चय गरौँ।

थाहा नभएको केही भएमा, रियल स्टेट कम्पनी या घरधनीलाई सोधौँ।

मार्गनिर्देशिका 02

दैनिक जीवनयापन गर्दाको नियम

धुम्रपान गर्दाको समयमा

- धुम्रपान गर्दा तोकिएको ठाउँ (धूम्रपान स्थल)मा गएर तान्ने गरौँ।
- हिँड्दै धुम्रपान गर्ने काम नगरौँ।
- धुम्रपान गरी सक्किएको चुरोटको ठुटोलाई सडकमा फ्याल्न पाइँदैन।
- पालन गर्नुभएन भने अरूलाई चोटपटक लाग्ने हुनसक्छ।

अपराध बन्ने जापानको कानुन

- जाइन्यू कार्ड वा नागरिक स्वास्थ्य बिमा कार्डहरू अरूलाई सापट दिने गर्नु हुँदैन।
- बैङ्क खाता किनबेच गर्ने वा अरूलाई चलाउन दिने/अरूबाट लिने गर्नु हुँदैन।
- व्यक्तिगत जानकारी लेखेको वस्तुलाई सामाजिक सञ्जाल (SNS)हरूमा पोष्ट गर्ने काम नगरौँ।
- पालना गरेन भने अपराधमा फसिने हुनसक्छ।

खतरनाक वस्तु बोकेर नहिँड्ने

- आफ्नो जीउको सुरक्षाको निमित्तनै भएपनि, चक्कु लगायतका खतरनाक वस्तु बोकेर हिँड्नु हुँदैन।
- जापानको कानुनले निषेध गरेको छ र दण्डित हुनुपर्ने हुन्छ।

त्यस बाहेक पनि...

- बाटो या खाली ठाउँमा फोहर फ्याल्नु हुँदैन।
- अरूको खेतबारीमा भएको सागसब्जी या घरबारमा भएको फूल आफूखुसी टिप्नु हुँदैन।
- पालना गर्नु भएन भने त्यसको मालिकसँग झैझगडामा फस्ने हुन्छ।

नियम थाहा नभएपनि दण्डित हुनुपर्ने भएकोले ध्यान दिऔँ।

मार्गनिर्देशिका 03

कर रकम/ स्वास्थ्य बिमा/ पेन्सन/ स्याहार-सुसार बिमा

कर रकम र बिमा शुल्कको भुक्तानी

- विदेशी नागरिकले समेत कर रकम या बिमा शुल्क तिर्नुपर्ने हुन्छ। म्यादसम्ममा अनिवार्य रूपमा नगरपालिका, बैङ्क, कन्भिनियन्स स्टोर आदिबाट भुक्तानी गर्नुहोस्।
- भुक्तानी नगरेमा कर रकममा थपेर विलम्ब जरिमाना जोड्दै लगिने हुन्छ। साथै, तलब, बचत रकम, मोटरगाडी, अन्य सम्पत्तिमा समेत प्रभाव पर्न जाने हुन सक्छ।

नागरिक स्वास्थ्य बिमा

- जापानमा बसोबास गर्ने सबै व्यक्तिले ढुक्क भएर चिकित्सा उपचार बिमा लिन सकुन् भनेर, नागरिक सबैको बिमा प्रणालीमा आधारित चिकित्सा उपचार बिमामा सामेल हुनुपर्ने कर्तव्य तोकिएको छ।
- जुनसुकै राष्ट्रियता भएपनि जापानमा 3 महिना वा सो भन्दा बढी बसोबास गर्ने विदेशी नागरिकले, नागरिक स्वास्थ्य बिमामा सामेल भएको हुनु पर्दछ।

नागरिक पेन्सन

- राष्ट्रले सञ्चालन गरिरहेको नागरिक पेन्सन प्रणाली भनेको बुढेसकाल हुँदा, दुर्घटनामा पर्दा या बिरामी भएर अपाङ्गता बाँकी रहँदा अथवा मृत्यु हुँदाको समयमा सहायता पाइँने प्रणाली हो।
- विदेशी नागरिक लगायत जापानमा बसोबास गर्ने 20 वर्षदेखि 59 वर्ष उमेरसम्मका सबै व्यक्तिले नागरिक पेन्सन प्रणालीमा सामेल हुनुपर्छ।

स्याहार-सुसार बिमा

- स्याहार-सुसार बिमामा सिद्धान्ततः 40 वर्ष उमेर माथिका सबै सामेल हुन्छन्।
- 65 वर्ष वा माथिका व्यक्ति र 40 ～ 64 वर्ष उमेरका व्यक्ति मध्ये बिमा शुल्क निर्धारण विधि · चुक्ता विधि, सेवा प्रयोग गर्दाको सर्तहरू फरक पर्छन्।

कसरी प्रक्रिया अपनाउने वा भुक्तानी विधि कस्तो हो भन्ने थाहा नभएको समयमा नगरपालिका अफिसमा सोध्नुहोला।

मार्गनिर्देशिका **04**

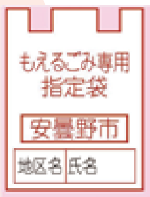
फोहर फ्याँक्दाको नियम

- फोहरलाई अनिवार्य रूपमा छुट्याएर (बल्ने फोहर, नबल्ने फोहर, प्लास्टिकहरूमा) तोकिएको सशुल्क फोहर-फाल्ने-झोलामा हाल्नुहोस्।
- वेबसाइटमा भएको फोहर फाल्ने दिनको क्यालेन्डर चेक गरेर, तोकिएको दिन, समय, ठाउँमा फोहर निकाल्नुहोस्।
- फोहर-फाल्ने-झोलामा कालो कलमले इलाकाको नाम र आफ्नो नाम लेखौँ।
- पालना गरेन भने स्थानीय क्षेत्रका मानिसले सिकायत गर्ने झमेलामा परिने हुन जान्छ।

※बसोबास गर्ने ठाउँ अनुसार फोहर निकाल्ने तरिका फरक पर्छ।
अग्रिम रूपमा रियल स्टेट कम्पनी वा घरपेटीसँग निश्चय गरौँ।

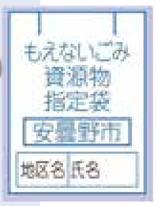
फोहर छुट्याउने गरौँ

▸रातो अक्षर भएको झोला (बल्ने फोहर) लाई गल्ने फोहर, कागजको टुक्राटाक्री, रूख बुट्यानको हाँगाबिँगाहरू निमित्त प्रयोग गरिन्छ।



▸पहेँलो अक्षर भएको झोला (प्लास्टिक)लाई प्लास्टिक फोहर निमित्त प्रयोग गरिन्छ।

▸निलो अक्षर भएको झोला (नबल्ने फोहर) लाई धातुका सामान, सिसा, सेरामिक्स भाँडाहरू निमित्त प्रयोग गरिन्छ।



▸प्लास्टिकको पेट-बोतल, सिसाको बोतल, आल्मुनियम क्यान, स्टिलको क्यान, कागजहरूलाई फोहर सङ्कलन स्थलमा भएको कन्टेनर भित्र हाल्नुहोस्।

- बृहदाकार फोहर चाहिँ, स्वीकृती प्राप्त सङ्कलक व्यापारी कहाँ लिएर गई, फ्याँक्ने शुल्क तिर्नुपर्ने हुन्छ। लेनदेन सेवा प्रदान गरिरहेका व्यापारी पनि हुन्छन्।

▸बृहदाकार फोहरका उदाहरण

मार्गनिर्देशिका 05

साइकल प्रयोग गर्दाको नियम

अपराध निवारणको निमित्त दर्ता गर्ने

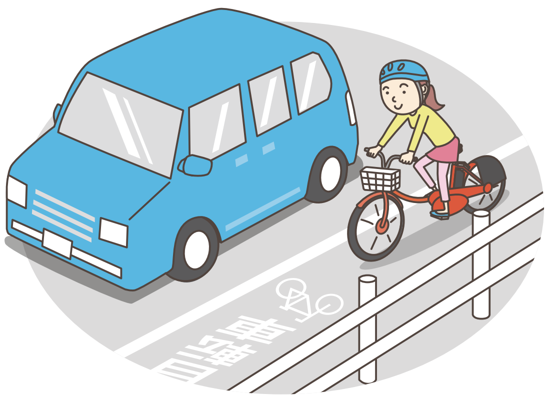
- साइकल खरिद गरेका व्यक्तिले अनिवार्य रूपमा अपराध निवारणको निमित्त दर्ता गर्नुहोस्।
- साइकल दर्ता गरिराख्यो भने चोरी हुँदा या हराउँदा उपयोगी हुन्छ।

बिमा आवश्यक पर्छ।

- साइकल चढ्दा अनिवार्य रूपमा साइकल बिमामा छिर्ने गरौँ।
- साइकल बिमाले साइकलमा चढिरहँदा दुर्घटनामा परेमा त्यसको बिगो हर्जाना या चोटपटकमा क्षतिपूर्ति दिन्छ।

सडकमा कुदाउँदाको नियम

- अनिवार्य रूपमा ट्राफिक सङ्केतको पालना गर्नुहोस्।
- सडक बायाँपट्टिबाट कुदाउनुहोस्।
- साइकलमा चढ्दा हेल्मेट लगाउनुहोस्।
- राती वा अँध्यारो हुँदा लाइट बाल्नुहोस्।
- अन्य साइकलसँग समानान्तर हुने गरी नकुदाउनुहोस्।
- मादक पदार्थ सेवन गरेर चलाउन निषेधित छ।
- चलाइरहँदा मोबाइल फोनको प्रयोग नगर्नुहोस्।
- इयरफोन कानमा लगाएरै नकुदाउनुहोस्।
- साइकलमा दुईजना वा सो भन्दा बढी मानिस नचढ्नुहोस्। (चाइल्ड सिट प्रयोग गर्ने बेलामा बाहेक)



मार्गनिर्देशिका 06

जापानी भाषा पढ्न चाहेको बेलामा

आजुमिनो नगरका 4 ठाउँमा भोलन्टियर स्टाफले निःशुल्क जापानी भाषा कक्षा सञ्चालन गरिराख्नु भएको छ।
बुकिङ नगरिकन जसलेपनि सहभागी हुन पाउँछन्।

आजुमिनो नगरमा भएको जापानी भाषा कक्षा

होताका

स्थान Hotaka Koumin-kan; Kougi-sitsu (होताका कम्युनिटि हल; लेक्चर कक्ष)
दिन तथा समय हरेक हप्ता शनिवार 14:00 ～ 16:00
ठेगाना 〒399-8303 आजुमिनो नगर होताका 5047

तोयोसिना

स्थान Toyoshina Sasae-ai Senta Niji (तोयोसिना सासाय आइ सेन्टर निजि)
दिन तथा समय हरेक हप्ता आइतवार 10:00 ～ 12:00
ठेगाना 〒399-8205 आजुमिनो नगर तोयोसिना 4030-4

मिसातो

स्थान Misato Koumin-kan 2 Kai Kougi-sitsu (मिसातो कम्युनिटि हल 2F; लेक्चर कक्ष)
दिन तथा समय हरेक हप्ता शनिवार 19:00 ～ 21:00
ठेगाना 〒399-8101 आजुमिनो नगर मिसातो मेइसेइ 4810-1

आकासिना

स्थान Akashina Koumin-kan 2 Kai Kaigi-sitsu 2 (आकासिना कम्युनिटि हल 2F; मिटिङ रूम 2)
दिन तथा समय हरेक हप्ता बुधवार 19:00 ～ 21:00
ठेगाना 〒399-7102 आजुमिनो नगर आकासिना नाकागावा-ते 6824-1

लेक्चर बिदा हुने दिन रहेकोले ध्यान पुर्याउनुहोला।

जापानी भाषा कक्षाको विस्तृत विवरणका लागि, आजुमिनो नगरपालिका आजीवन शिक्षा फाँट (Syougai Gakusyu-ka)मा सोधपुछ गर्नुहोस्।
0263-71-2466

मार्गनिर्देशिका 07 आकस्मिक समयमा

दुर्घटना अथवा घटना

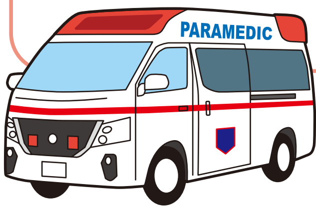
110

दुर्घटना वा अपराध घटेको समयमा प्रहरीलाई फोन गर्नुहोस्।

आगलागी, आकस्मिक बिरामी, चोटपटक

119

सुरुमा आगलागी (Kaji) हो वा एम्बुलेन्स सेवा (Kyu-kyu) आवश्यक परेको हो भन्नुहोला।



मार्गनिर्देशिका 08 सल्लाह लिन चाहेको बेलामा

कहाँ सल्लाह लिन जाने हो थाहा नभए, आजुमिनो नगरले पठाएको चिठीपत्र पढ्न नसक्ने जस्ता चिन्ताहरू भए, आजुमिनो नगरपालिकाको विदेशी नागरिक सल्लाह काउण्टर (Gaikoku-seki Shimin Soudan Mado-guchi)मा सल्लाह लिन सकिन्छ।

आजुमिनो नगरपालिका 1F विदेशी नागरिक सल्लाह काउण्टर (Gaikoku-seki Shimin Soudan Mado-guchi)

ठेगाना 〒399-8281
आजुमिनो नगर तोयोसिना 6000

समय सोम बाट शुक्रबार सम्म 9:00 ～ 12:00
13:00 ～ 17:00

फोन नं. 0263-71-2088
090-4884-2000

2025.03