

# 日本實習



# 實習計畫的特色

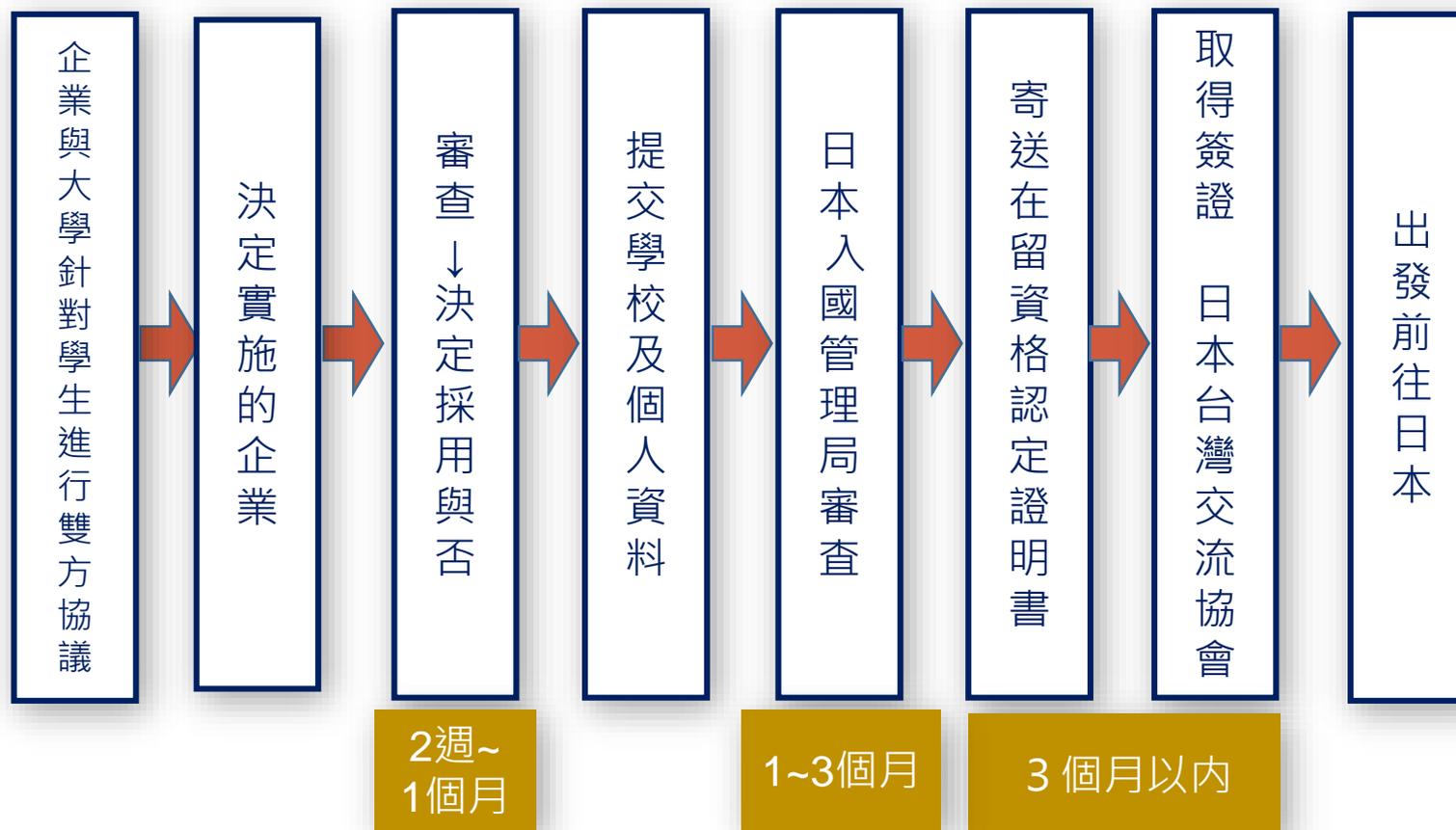
- ①有N4~N1日語能力的工作
- ②有2個月~6個月的工作期間
- ③取得實習專用的正式簽證，可安心實習(特定活動告知9號或12號)
- ④宿舍完備、提供餐點，待遇好 可存錢
- ⑤參加完全免費

國際行政書士的手續費、日本入國管理局申請費用、日本國內交通費、  
研修課程計畫、其他(根據企業不同可參加滑雪、大型活動等)

全額由日方負擔 ※台灣國內的交通費與機票費用需自行負擔

- ⑥畢業後，實習表現良好者可能被要求以打工度假簽證或工作簽證方式工作
- ⑦發行「終了證」(結業證明)

# 前往日本的流程



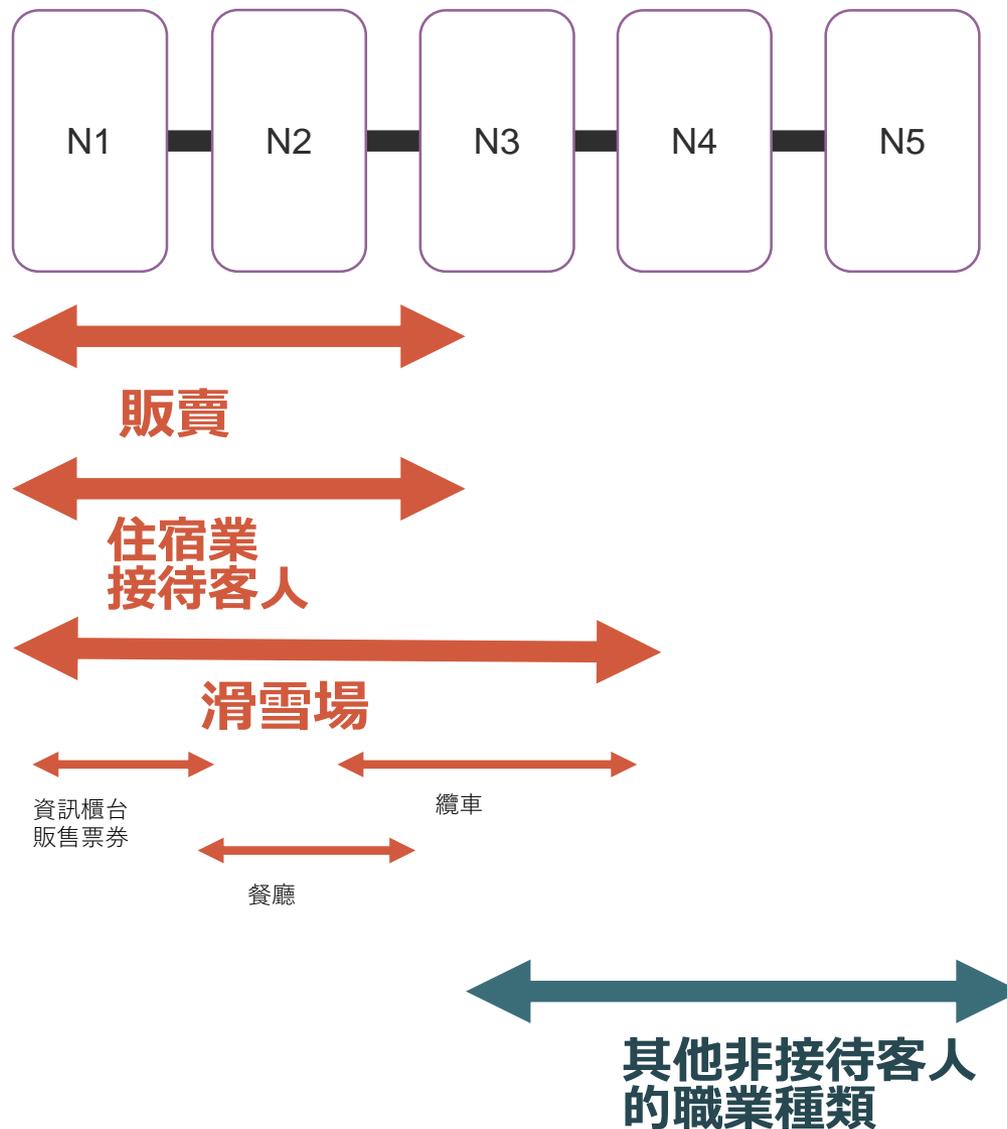
預計出發時間約半年前開始面試

# 準備資料

1	照片 ( 4 c m X 3 c m 無背景 3個月內)	學生
2	護照影印	學生
3	在學證明 (需有記載預定修業期間、預定畢業日)	大學
4	實習相關經驗陳述書	學生
5	COE info sheet	學生
6	海外實習推薦承認書 (若有學分認定，需記載學分數)	大學
7	產學合作協定書	企業・大學
8	日文能力測驗證明書(非日文相關科系才須提供)	學生
9	日文履歷表	學生
10	成績證明(非日文相關科系才須提供)	學生

※寄送資料至日本時，請使用EMS。寄送費用請學校或學生負擔。

# 需要的日文能力(會話能力)





鐵路&巴士公司



滑雪場



渡假村



飯店&溫泉飯店



遊樂園

# 日本的雇用規定・注意事項

## ◆薪資：

法令規定以下原則

### ①貨幣支付原則

禁止使用支票或現有物品支付、禁止以替代餐費或住宿費用支付

### ②直接支付原則

薪資是需直接支付、即使是監護人也不能透過個人或企業代替支付。

### ③全額支付原則

勞使協定既定事宜、所得稅、住民稅、雇用保險費、年金保險費、健康保險費等法律規定以外的費用無法從薪資中扣除。

### ④每個月支付1次以上的原則

禁止實習結束時總結支付薪資

### ⑤一定日期支付的原則

薪資須每個月同一日支付

## ◆加班薪資：

①時間外薪資 . . . 超過法定勞動時間的工作為25%加班費

②休假日工作 . . . . . 於法定休假日工作為35%加班費

③深夜工作 . . . . . 於晚上10點到上午5點的時間 工作為25%加班費

（例）若時間外工作及深夜工作重複則為 $25 + 25 = 50\%$ 加班費率

※原則上不會有深夜時間的實習工作

# 日本的雇用規定・注意事項

## ◆最低薪資：

最低薪資為各都道府縣所訂定。

(右表：2019年10月生效)

## ◆關於變形勞動時間

法定勞動時間為扣除休息時間，1日8小時。

法定勞動時間的例外①變形勞動時間制 ②依據36協定，有時間外勞動、休假日勞動。  
變形勞動時間制非以每日規定勞動時間計算，而是一定期間內(1週、1個月等)的總勞動時間在範圍內的勞動時間數規定。

變形勞動時間制中，若勞動時間超過事先訂定的各日、各週時間，總勞動時間超過總規定時間數，則超過的部分需支付加班薪資。

(例) 1年的變形勞動時間制

1年之中設定平均1週工作40小時以內

## ◆加班

加班分為「時間外工作」及「所定時間外工作」

時間外工作為超過法定勞動時間的加班，需支付加班費。

所定時間外工作為可執行法定勞動時間內的加班，無須支付加班費。

(例) 規定排班為13：00～19：00但實際工作到20：00

．．．無須支付加班費。

## ◆休假

每週至少需有休假1天(法定休假)

調休指的是原先預定的休假改為其他日休假，原先預定的休假為工作日。此種狀況無須支付加班費。

都道府県名	管申された改定額【円】 (※1)	
北海道	881	( 835 )
青 森	790	( 762 )
岩 手	790	( 762 )
宮 城	824	( 798 )
秋 田	790	( 762 )
山 形	790	( 763 )
福 島	798	( 772 )
茨 城	848	( 822 )
栃 木	853	( 826 )
群 馬	835	( 809 )
埼 玉	928	( 898 )
千 葉	923	( 895 )
東 京	1,013	( 985 )
神奈川	1,011	( 983 )
新 潟	830	( 803 )
富 山	848	( 821 )
石 川	832	( 806 )
福 井	829	( 803 )
山 梨	837	( 810 )
長 野	848	( 821 )
岐 阜	851	( 825 )
靜 岡	885	( 858 )
愛 知	928	( 898 )
三 重	873	( 846 )
滋 賀	888	( 839 )
京 都	908	( 882 )
大 阪	964	( 936 )
兵 庫	899	( 871 )
奈 良	837	( 811 )
和歌山	830	( 803 )
鳥 取	790	( 762 )
鳥 根	790	( 764 )
岡 山	833	( 807 )
広 島	871	( 844 )
山 口	829	( 802 )
徳 島	793	( 766 )
香 川	818	( 792 )
愛 媛	790	( 764 )
高 知	790	( 762 )
福 岡	841	( 814 )
佐 賀	790	( 762 )
長 崎	790	( 762 )
熊 本	790	( 762 )
大 分	790	( 762 )
宮 崎	790	( 762 )
鹿 児 島	790	( 761 )
沖 縄	790	( 762 )

# 日本的雇用規定・注意事項

## ◆休息：

工作時間超過6小時至少需休息45分鐘、超過8小時至少需休息1小時。

## ◆每年特休

實習者亦於僱用日起工作6個月以上，享有10天的特休。

(每週所規定的工作日數為5日以上)

## ◆離職

實習者亦可事先告知並提出「辭呈」於契約期間中途離職。

但大多數企業的交通費僅支付給工作期滿者，且離職會影響與該企業的信賴關係，另外，由於是提早歸國，需考量未來向入國管理局申請的相關影響。

## ◆所的稅

居住日本未滿1年者所得稅均為20.42%。居住半年以上者可能須支付住民稅(7~9月及12~3月的實習原則上不需支付)。根據租稅條約，亦有不須支付所得稅的國家。

## ◆騷擾

精神上的騷擾：透過言語或態度傷害他人人格或尊嚴，這種人在職場中會破壞職場氛圍。

職權騷擾：利用地位等優勢(權力)造成超越業務適性範圍的精神上或肉體上的痛苦，惡化職場環境。

性騷擾：性相關的言行造成他人不悅

飲酒騷擾：強迫喝酒、對於不喝酒的人欠缺考量

# 保險

## ◆勞災保險

勞災保險為勞動者在「工作中」或「通勤途中」受傷或生病時，給勞動者必要給付的制度。（認定為勞災需滿足幾個條件）所有事業單位皆適用勞災保險。另外，此保險費全額由企業負擔，因此學生無須負擔。

## ◆健康保險（短期間工作除外）

分為企業協助加入的健保及個人名義加入的國保，依據工作期間及企業規定而判定與工作無關的受傷或生病，受理必要給付。不論是看病過住院，將給付醫療費的7成，剩餘3成自行負擔。另外，同一個月支付醫療費的自行負擔費用超過一定額度，後續可以高額療養費的形式將超過的金額退回。企業協助加入的健保及國保保險費對標準月額報酬為1.5~6.5%(依報酬額而定)

## ◆厚生年金

給付給因年長或身心障害等無法工作取得收入者。海外來的實習學生，雖然大部分都不需要(少部分例外)，但因制度上規定，工作一定期間以上者皆適用。(透過申請有可能延期或免除)

上述社會保險(社會保險: 勞災保險、健保、厚生年金)保險費(健保、厚生年金)對標準月額報酬為10~14%左右  
主要是4個月以上的長期滯留需加入社會保險 ※依據企業不同對於社會保險的適用性將會不同  
若無加入社會保險，抵達後依據當地役所規定，可加入國民健康保險 ※3個月以下的短期實習可能無法加入國民健康保險

## ◆任意的保險

因短期(未滿3個月)實習等無加入健康保險的狀況，強烈建議前往日本前先加入台灣民間的疾病相關保險。  
日本的住院治療費用可能會較高。

# 實習企業範例

## 北海道 ルスツリゾート



實習期間:

- (1) 7月初旬～9月上中下旬、(2)4月下旬～10月中  
(3)12月下旬～3月下旬

實習内容:餐廳、販賣、大廳、纜車、清掃等

薪水:861日圓/時

食宿:宿舍免費、400日圓/餐

## 沖縄 ルネッサンスリゾート



實習期間:7月初旬～9月上中下旬

實習内容:餐廳、飯店大廳、客房等

薪水:790日圓/時

食宿:宿舍5000日圓/月、3餐免費

## 長野県 アルピコ交通



實習期間:

- (1) 4月中旬～8月(2)8月～10月

- (3) 4月中旬～10月

實習内容:巴士運行輔助(賣票、接待客人等)

薪水:1000日圓/時

食宿:宿舍免費、250～500日圓/餐

## 長野県 菅平サンホテル



實習期間:

7月初旬～8月底

實習内容:餐廳、飯店大廳、客房等

薪水:880日圓/時

食宿:宿舍免費 3餐共660日圓/日

# 實習企業範例

## 伊豆 つるや吉祥亭(飯店)



實習期間:7月初旬~9月初、(2) 半年  
實習內容:櫃台、客房、餐廳等  
薪水:885日圓/時  
食宿:宿舍1萬日圓/月、3餐免費

## 沖繩県 カヌチャリゾート(渡假村)



實習期間: 半年  
實習內容:餐廳、飯店大廳、休閒設施等  
薪水:790日圓/時  
食宿:宿舍5500日圓/月  
午晚餐各300日圓 早餐250日圓

## 新潟 ホテル摩周 (飯店)



實習期間: 半年  
實習內容:餐廳等  
薪水:6700日圓/日  
食宿:宿舍1萬日圓/月

## 長野県 渋温泉 (飯店)



實習期間: 半年  
實習內容:餐廳、飯店大廳、客房等  
薪水:900日圓/時  
食宿:宿舍15000日圓/月  
早晚餐免費

インターン  
勤務

選  
考

(卒業時)  
新卒正社員

さまざまな  
活躍  
ステージ

勤務地● 関東・関西

期間● 6ヵ月～1年間

日本語●N3相当以上の会話力

給与● 時給1000円以上 (地域による)

職種● ドレッサー (販売職)

住宅● シェアハウスを斡旋します

※会社の寮ではありません 家賃等実費自己負担

食事● 自炊

交通費● 日本国内交通費支給

実働● シフト制 1日実働7～8時間

休日● 月間8～9日

◆正社員雇用後の待遇

給与●月収20万5000円～ (東京の場合)

待遇●社会保険完備、社員割引制度、フィットネスクラブ

勤務時間●1か月平均週40時間

職種●販売スペシャリストのほか、店舗開発、空間創造、品質管理、マーチャンダイザー、バイヤー、販促、ブランドマネジャー、スーパーバイザー、海外展開担当など  
様々な活躍のステージをご用意しています

