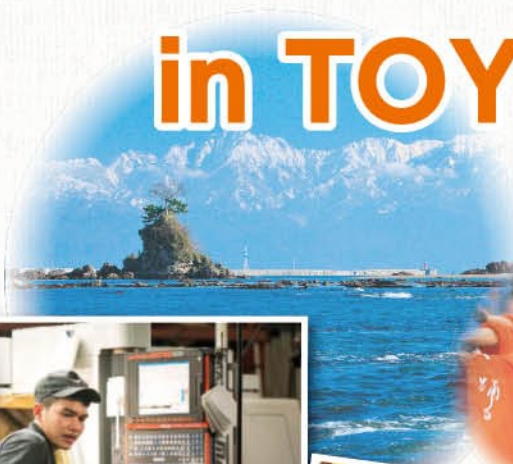


# 技能実習

Technical Intern Training in TOYAMA  
在富山进行技术实习

in TOYAMA



## 富山県内での技能実習制度活用例を入国から帰国までの流れに沿って紹介します

This pamphlet will introduce you to examples of life as a technical training intern in Toyama from the entry in Japan to the return to the home country.

下面介绍一下从入境到回国期间通过富山县境内技术实习制度的实习案例。

### ○技能実習制度とは

技能実習制度は、日本の企業が開発途上国等から実習生を受け入れ、働きながら日本の優れた技能、技術を身につけてもらうことで、帰国後母国の経済発展を支える人材となってもらう制度です。労働力不足を補う目的のものではありません。国際協力・国際貢献の重要な一翼を担っています。富山県内にも各国から多数の実習生が来県し、技能、技術の習得に日々励んでいます。

### ○What is the technical intern training program?

The technical intern training program lets interns from developing countries come to Japan and work while familiarizing themselves with Japan's outstanding techniques and technologies, in order to support their home country's economic development after their return. This program is an important part of our international cooperation efforts.

Many interns have come to Toyama Prefecture from various countries to work hard and train every day here.

### ○何为技术实习制度

技术实习制度，是日本企业接收来自发展中国家等地区的实习生，使其在工作中掌握日本的精湛技术、技能，回国后能成为支撑本国经济发展人才的制度。是国际合作·国际贡献的重要一环。富山县境内也有来自各国的很多实习生，每天努力的在学习技能、技术。

# 1 入国

Entry into Japan  
入境

現地での面接等をクリアして、いよいよ日本（富山県）に入国です。期待と不安でいっぱいです。

Once you pass the interview back home, you will finally be able to come to Japan (and Toyama Prefecture), full of hope and apprehension.

通过当地的面试等环节，终于来到日本（富山县），充满了期待与不安。



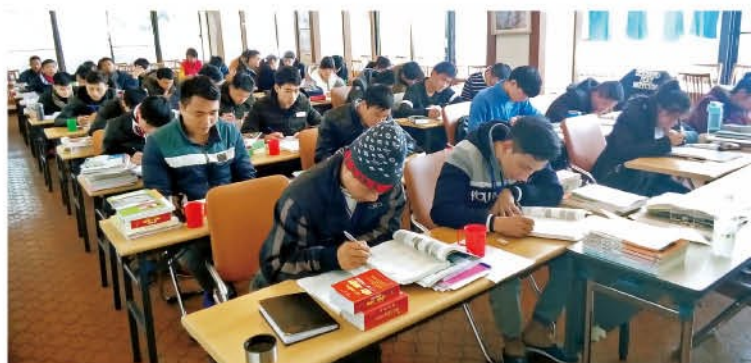
# 2 入国時講習

Arrival Lectures  
入境后的学习

入国後すぐに実習には移らず、一定期間は、受入機関ごとに実習生の皆と日本語をはじめ法律・規則、社会生活上のルールやマナーを学びます。日本ならではの生活習慣にとまどうことも多いですが、この講習で少しずつ慣れていきます。実習生の皆さんが、日本での生活を安心して暮らせるようにしっかりとサポートします。

You will not start your technical training immediately after your arrival in Japan. Instead, each implementing organization will give you classes on the Japanese language, laws, and social rules and manners. You may be confused by many of the Japanese social customs, but these courses will help you slowly get used to them. We will give you strong support so that you can live in Japan with peace of mind.

入境后并不是马上进行实习，各实习生接收单位要对实习生进行一段时间的日语、法律法规、社会生活中的注意事项、礼节等相关培训。对日本独有的生活习惯可能不太适应，通过讲座能够一点点熟悉适应，为各位实习生能够放心在日本生活提供强有力的保障。



日本語学習  
Japanese Language Education  
日语学习



公共交通機関の利用方法  
How to use Public Transport  
交通工具的乘坐方法



警察による交通規則の講習会  
Class on Traffic Laws given by the Police  
由警察进行的交通规则解说讲座



技能実習生の法的保護等の講習会  
Class on Legal Protections for Technical Interns  
技术实习生的法律保护等讲座



防火に関する講習会  
Class on Fire Prevention  
关于防火的讲座



**入国時の講習が終了し技能実習へ！  
いよいよ本番です。**

Once the arrival lectures are over, you go on to your technical intern training! This is it!

入境后的讲座结束后终于进入正式的技术实习。

# 3 実習スタート

Training Starts  
开始实习

実習先で実習開始。実習は受入れ先と雇用関係を結んで実施されるので安心です。

Training starts at your implementing organization. You will have an employment contract with them, so you can have peace of mind.

在接收单位进行实习。实习是已经与接收单位签下雇佣合同，敬请放心。

## ● 朝礼

Morning Assembly  
早会

日本での実習は朝礼で始まります。朝礼は情報の共有や確認、仕事の作業効率を上げるための役割を担っています。

In Japan, training starts with the morning assembly. The morning assembly is there to share or confirm information, and helps improve work productivity.

在日本的实习从早会开始。早会有信息共享、进行确认、提高工作效率的作用。



日本語の練習を兼ねて実習生が日本語で行ったり、日本人従業員の方が実習生の国の言葉を勉強したりするところもあります。

Some workplaces have the interns do the morning assembly in Japanese for language practice, and others have the Japanese employees study the interns' languages.

在早会上，实习生可以实际使用日语、日本工作人员也可以学习实习生本国语言。

## ● 実習開始

Beginning of Training  
开始实习

職種に合わせた業務に従事しながら、技能を身につけていきます。色々な職種があります。

Acquire skills while working in a field that suits you. There are many different types of occupation.

根据职别处理相关业务，同时可以掌握技能。有各种职别。





まずは、現場見学！技能実習指導員から実習の説明を聞き、実習に取り組んでいきます。

First, you will observe your workplace. Your technical intern training coordinator will give you explanations, and you will start hands-on training.

首先，现场参观！听实习指导的实习说明进行实习。

各事業所には先輩の技能実習生や日本人の技能実習指導員・生活指導員がいて、新入実習生のサポートをします。

Each workplace will have more experienced interns, Japanese technical intern training coordinators, and advisors who will support the new interns.

各个工作地方都有有经验的技术实习生、日本的技术实习指导・生活指导，来辅助新来的实习生。



最初は簡単な作業から初め、実習を進め技能を身につけることで、段々と難しいことができるようになっていきます。

You will start with easy work in the beginning, and as your training goes along and you gain skills, you will be able to perform more and more difficult tasks.

最初从简单的作业开始，在熟练之后逐步进行有难度的工作。

技能実習には、富山県を代表する産業の製造業を中心として、帰国後活かせる技能習得ができる色々な職種があります。

Technical training focuses on Toyama Prefecture's core industry, manufacturing, and there are many fields that you can train in, with technical skills that you will be able to use back home.

技术实习以富山县代表性的制造业为主，回国后能够运用所掌握的技能胜任各种岗位。



業務で困った事があれば先輩実習生とも協力して解決していきます。お互いに切磋琢磨して技能を高めていきます。

If you have any work related issues, you can resolve them with the more experienced interns. Work together diligently to improve your skills.

在业务上遇到困难可以请有经验的实习生来帮忙，互相协助，提高技能。





実習中には休憩時間があり、昼食時の休憩が一番長いです。

長時間に渡る実習は、心身の疲労により実習の能率が低下したりするおそれもあるので、疲労回復のために休憩と食事をしっかり取ることは大切です。

You will have breaks during your training, and the lunch break is the longest. Training for long periods of time during the day without rest is tiring and will decrease its efficiency. You must recuperate, so it is very important to make the most of your breaks and lunch time.

实习过程中有休息时间，午餐时间的休息最长。长时间实习带来的身心疲劳会造成实习效率低，因此为了恢复体力，休息和好好吃饭是很重要的。



単に作業だけでなく、安全に実習をすすめるために必要な特別教育や日本の優れた品質管理の手法も合わせて勉強します。

You will not only work, but you will also have special training for operational safety as well as Japan's outstanding quality control.

不只是作业，为了安全实习，也会接受必须的特别教育，学习日本优秀的品质管理方法等。

## ● 終業

### End of the Work Day

#### 工作结束

時間がくれば1日の実習は終了です。退社後は思い思いの時間を過ごします。つつがなく日本での生活を送り、円滑に技能習得を進めるために、技能実習中の生活環境は大変重要です。

In time, your day of work will end. Once you leave the workplace, you can spend your time as you wish. Your living environment during your internship is extremely important for your smooth training and well-being in Japan.

准时结束一天的实习。下班后可以自行安排时间。  
为了顺利地在日本生活、掌握技能，技术实习中的生活环境很重要。



実習生を受け入れるために専用の社員寮を準備しているところも多くあります。

Some companies also make dorms available specifically to technical interns.

很多接收单位为了接收实习生准备了专用的员工宿舍。



地域の観光施設を見学することもあります。

Some technical interns also visit touristic facilities in Toyama.

有时 would 去参观当地的旅游景点。



実習生と交流して情報交換します。仲間がいると心強いです。

Exchange information with other interns. You will feel more comfortable if you have friends.

与实习生进行交流、信息交换，结交伙伴会让自己更有信心。





自炊に必要な野菜を皆で育てられるよう畑を保有しているところもあります。

Some workplaces also have vegetable gardens tended by everyone for people's personal consumption.

有的地方还提供菜地，大家一起种菜，用于日常生活。



買い物も楽しみの一つです。皆で出かけて節約のためお得な店を探します。自転車が機動力を増してくれます。

Shopping is also fun. Look for a store with good deals when going out with everyone. A bicycle will increase your mobility.

购物也是乐趣之一。大家一起出门寻找便宜又好的商店，有了自行车一切都很方便。



受入企業の皆とバーベキュー大会！周りの皆と交流を深めることも実習を円滑に運ぶ大事な要素の一つです。

A barbecue with everyone from the workplace! Interacting with everyone around you is a great way to make your training go more smoothly.

与接收单位的职员一起室外烧烤！加深与周围人的交流也是实习顺利进行的重要一环。

実習先の会社の皆と旅行に出かけます。仕事以外でも会社の仲間と交流を深めていきます。

Go on a trip with your coworkers. Improve interactions with other employees outside the workplace.

与实习公司的职员一起旅行。工作时间以外，也可以加深与公司职员间的交流。



## 4 資格試験

### National Trade Skills Test 资格考试

技能実習の習得度を評価するため、実習期間の区切ごとに資格試験の受検が必須です。実習期間を延長するためには、習得度を確かめるための評価試験の合格が必要です。

Periodical examinations are necessary to evaluate your acquisition of the training. You must pass these training assessments in order to extend your training period.

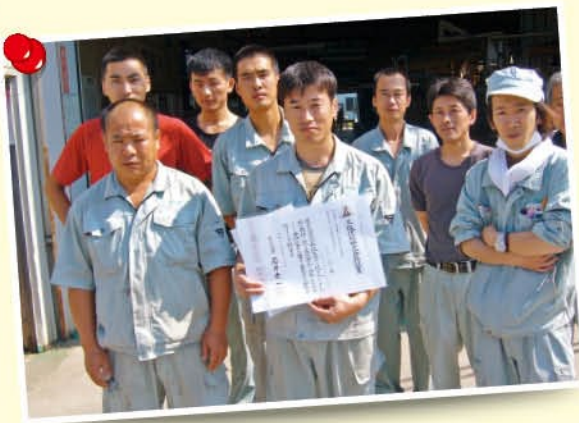
为了评价技术实习的掌握情况，实习期间的各个阶段必须参加资格考试。要延长实习期间必须通过评价考试。



富山県では、熟練技能者による講習会を実施し実習生の合格をサポートしています。評価試験の前に、受講していただくことで、試験のポイントをおさえることができ、試験本番当日安心して試験に臨むことができます。これは、富山県ならではの取り組みです。

In Toyama Prefecture, experienced technicians will support the technical interns through classes to help them pass. These classes will teach you the important points of the exam in advance, so that you can pass the assessments with peace of mind. These initiatives are unique to Toyama Prefecture.

在富山县会举办技能能受的讲座，来保证各个实习生顺利通过考试。在评价考试之前，参加讲座，能够把握考试重点，考试当天才能够放心应考。这一项是富山县独有的。



実習で身に付けた成果を存分に発揮してみごと合格！自分の技能を証明することができました。おめでとうございます！

Exhibit the skills you've learned during your training to pass with flying colors! You were able to prove your skills! Congratulations!

充分发挥实习中掌握的技能顺利通过！证明了自己的能力！恭喜！

実習が3年経つと一旦（1カ月以上）帰国します。検定に合格していれば再度来県することができます。更に、2年間高度な技能の習得に挑みます。

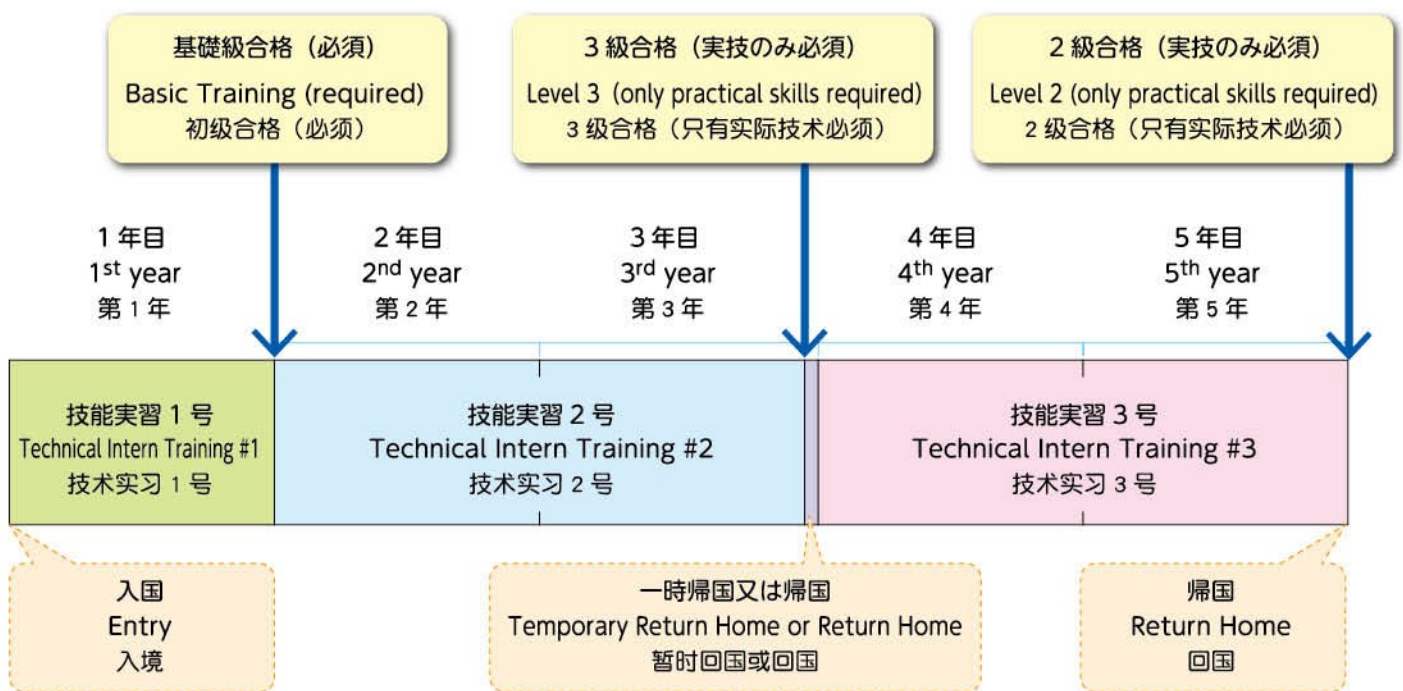
After three years of training, you will have to return home temporarily (for more than one month). If you pass the certification, you will be able to return to Toyama Prefecture, and train for two more years on more sophisticated techniques.

实习三年之后回国（一个月以上）。如果通过测试则可以再来日本实习。下次要挑战两年更高难度的技能实习。



## 技能実習の流れ

### Technical Training Timeline 技术实习流程



労働関係法令適用  
Application of Labor Laws  
适用于劳动关系法令



# 5 帰国後

## After your Return Home 回国后

最大5年の長期にわたる実習を終え、帰国することになります。母国に帰って、日本で習得した能力やノウハウを発揮し、品質管理、労働慣行、コスト意識等、事業活動の改善や生産向上に貢献します。

You will return home after a maximum of 5 years. After your return, you will exhibit the skills and know-how you learned in Japan, contributing to increasing the production and improving quality control, business practices, cost awareness, and the workplace environments in your home country.

结束最长时间为5年的长期实习回国。回国后发挥在日本掌握的技能、高科技，在品质管理、劳动惯例、成本意识等方面进行改善、提高生产力做出自己的贡献。

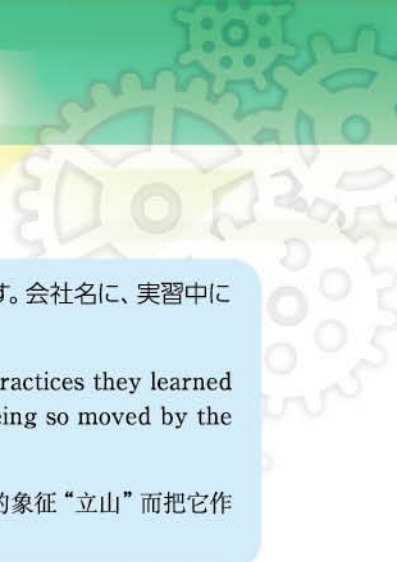


帰国後、現地法人に就職して日本で学んだ技能を活かし現場の中心となって活躍される方もいます。

Some interns return home and become the core of the companies they work at using techniques learned in Japan.

回国后，在当地企业就职，充分发挥在日本所学技能，不少人员成为现场骨干员工。





実習で身につけた技能と仕事に対する取り組み方を活かし、帰国後に自国で会社を設立する方もいます。会社名に、実習中にみた富山のシンボル「タテヤマ」に感動し、会社名に取り入れる方も…。

Some interns return home and create their own company, using the techniques and business practices they learned in Japan. Some even add the symbol of Toyama, “Tateyama”, to their company name, after being so moved by the Tateyama mountain range during their training.

也有人充分发挥在实习中掌握的技能和工作处理方法，回国后开了公司。也有人应为在实习中看到富山的象征“立山”而把它作为公司名字。



立山連峰  
The Tateyama mountain range  
立山山脉



## 6 課外活動いろいろ

The Many Activities Outside of Work  
丰富多彩的課外活動

技能實習だけでなく、日本・富山の良さを知っていただくため富山県内の各実習先ではいろいろなイベントを実施しています。地域住民との交流、日本の文化とのふれあいなど、富山での生活は魅力がいっぱいです！

It won't be just training! Many events will be organized for interns to learn about the great things in Toyama and Japan. From interacting with the local population to learning about Japanese culture, living in Toyama will be full of good times!

不只是技术实习，为了让大家都了解到日本富山的魅力各个实习单位会举办各种活动。与当地居民的交流、与日本文化的接触等，在富山的生活充满魅力。



会社主催の運動会！団結することで仲間意識が生まれ、実習中も困った事があれば、相談しやすくなります。

Workplace Sports Day! Creating a team fosters a sense of belonging, making it easier to ask for help if ever problems arise during your training.

公司主办的运动会！通过团结合作产生伙伴意识，在实习中如果遇到了困难的事情，会变得容易商量。



成人式は、二十歳になる人々を招き、激励・祝福する日本特有の行事です。きれいに着飾って参加します。素敵な思い出の一つになることでしょう。

The Coming-of-Age ceremony is a special Japanese event that celebrates, encourages, and blesses people who are turning 20 years old. Dress fancily and participate! It will surely become one of your precious memories here.

成人式是招待、鼓励、祝福年满二十岁的男孩女孩的日本特有的活动。大家都会盛装出席。这会成为人生当中最美好的回忆吧。



日本の夏の風物詩であるお祭りに参加することもあります。伝統衣装の浴衣を着用し、伝統文化を体験できます。

You can also participate in festivals, a summer staple in Japan. Wear traditional yukatas (summer kimonos) and experience traditional Japanese culture.

也会有机会参加日本夏季独有的节日。可以身穿传统浴衣，体验传统文化。



日本語を身につけることは重要です。監理団体では個別に日本語講習会を開いたり、技能実習への取り組み方等を題材にした発表会を開催するなど入国時の講習とは別に日本語習得を応援しています。

Learning Japanese is important. The supervising organization will make Japanese language classes available to you, as well as presentations on how to make efforts in your training, giving you Japanese language education support even after your arrival training.

掌握日语是很重要的。在监理团体会各别举办日语讲习会，召开以技能实习时的注意事项等内容的发表会等，与入境时的讲习不同，来促进掌握日语。





富山県は、3,000m級の山々が連なる立山連峰から水深1,000mを越える富山湾に至るまで、高低差4,000mのダイナミックで変化に富んだ地形を有しています。植生自然比率本州一が示すように、美しく豊かな自然環境に恵まれ、四季の移り変わりが鮮明で、多種多様な動植物が見られます。

Toyama Prefecture sports a dynamic landscape with a height difference of 4,000m, from the 3,000m high peaks of the Tateyama mountain range to the 1,000m deep Toyama Bay. Toyama boasts the highest vegetation percentage on the island of Honshu and is blessed with beautiful and abundant nature. With clearly defined seasons, you can see a multitude of plants and animals.

富山县从海拔3000米的立山山脉至水深超过1000米的富山湾，高低差达4000米富于变化的地形。天然植被比率本州第一，美丽丰富的自然环境，四季鲜明，可以看到多种多样的动植物。

### ◎作成協力企業・団体

### ◎Created in collaboration with

### ◎文件制定协助企业・団体

<b>実習実施企業</b> <b>Implementing Organizations</b> <b>实施实习企业</b>	<b>監理団体</b> <b>Supervising Organizations</b> <b>监理团体</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>・三精工業(株)</li> <li>・Sansei Industry CO.,LTD.</li> <li>・三精工業株式会社</li> <li>・第一交易(株)</li> <li>・Daiichikoeki CO.,LTD.</li> <li>・第一交易株式会社</li> <li>・ファインネクス(株)</li> <li>・FINECS CO.,LTD.</li> <li>・FINECS 株式会社</li> <li>・丸新志鷹建設(株)</li> <li>・Marushin Shitaka Construction</li> <li>・丸新志鷹建設株式会社</li> <li>・(株)ミズノマシナリー</li> <li>・Mizuno Machinery CO.,LTD.</li> <li>・株式会社 MIZUNOMASHINARI</li> <li>・(株)村山製作所</li> <li>・Murayama Seisakusho CO.,LTD.</li> <li>・株式会社村山製作所</li> <li>・(株)森田木工所</li> <li>・Morita Mokokousho CO.,LTD.</li> <li>・株式会社森田木工所</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・協同組合 CEO</li> <li>・Cooperative Chief Exeautive Officer</li> <li>・協同組合 CEO</li> <li>・新アジア友好協同組合</li> <li>・New Asia Friendship Cooperative</li> <li>・新亚洲友好协同组合</li> <li>・富湾国際事業協同組合</li> <li>・Tomishin International Business Cooperative</li> <li>・富沈国际事业协同组合</li> <li>・富山国際経済技術協同組合</li> <li>・Toyama International Technical and Economic Cooperation</li> <li>・富山国际经济技术协同组合</li> <li>・富山国際交流促進事業協同組合</li> <li>・Association for the Promotion of Toyama International Business Relations</li> <li>・富山国际交流促进事业协同组合</li> <li>・北陸エステアール協同組合</li> <li>・Hokuriku S.T.R Cooperative</li> <li>・北陆 ESUTEARU 协同组合</li> </ul>

### ◎技能実習制度関連団体

- ・外国人技能実習機構 名古屋事務所 富山支所
- ・(公財) 国際研修協力機構富山駐在事務所

### ◎Organizations Related to the Technical Intern Training Program

- ・Organization for Technical Intern Training Nagoya Office Toyama Branch
- ・Japan International Training Cooperation Organization Toyama Office

### ◎技术实习制度相关团体

- ・外国人技术实习机构 名古屋事務所 富山支所
- ・公益財団法人 国際研修协助机构 驻富山事務所