

住在爱知县的外国人朋友们

有备无患！

在日生活金钱规划指南



 愛知県

ちゅうごくご
中国語 / Chinese

了解将来和现在所需的金额

今后要经历的事情和所需的金额

目录



P3

分娩

费用：约 51 万日元

来源：公益财团法人国民健康保险中央会《分娩費用平成 28 年度》



P4

教育

费用：约 1048 万日元

幼儿园 ~ 高中为公立 / 大学为私立时

来源：文部科学省

《子女学习费用调查》(平成 30 年度)

《有关国立大学等的学费和其他费用的
部委级法令》

《平成 29 年度有关私立大学入学者第一年学年
缴纳平均费用(人均)的调查结果》



P5

买房

费用：独立住宅 约 3442 万日元

来源：住宅金融支援机构

《2018 年度 flat35 使用者调查》



P6

老年生活费

费用：约 26 万日元 / 月

来源：总务省《家庭收支报告书》

平成 30 年的家庭收支概要，第 9 表



P7

吃饭洗澡等生活看护费

费用：约 17 万日元 / 月

来源：厚生劳动省

《平成 29 年度看护支付费现状调查表 5》

※ 保险支付额，公费负担额以及使用者负担额总计
(平成 30 年度审查份)



P8

去世后

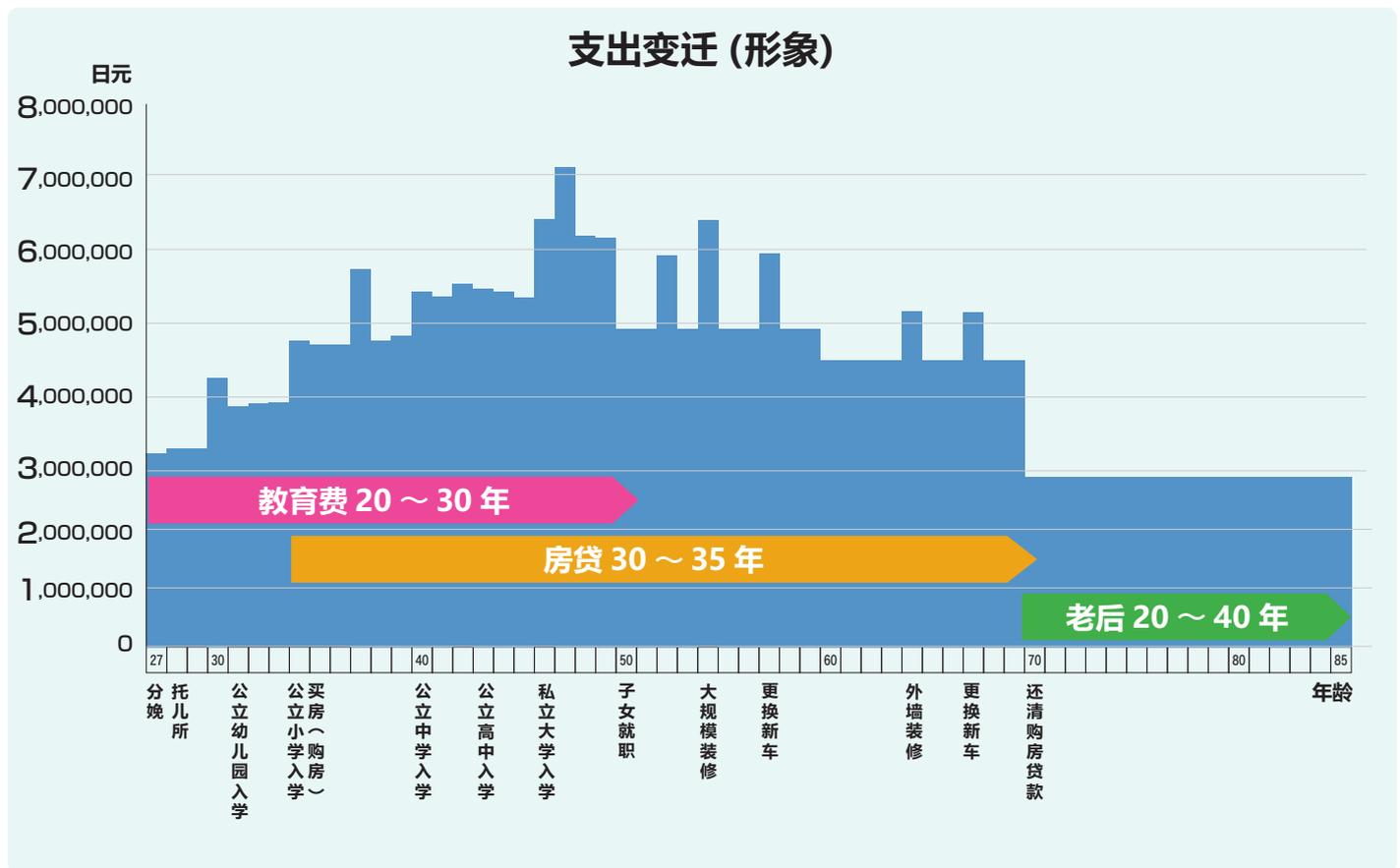
- 葬礼
- 财产继承

P9-10

咨询处

漫长人生，悲喜交加。

每当发生变化时，可能会需要大笔费用。



使用方法

请查看您最关心的主题。

如有疑问或想具体了解的内容，请查看咨询处介绍 (P9-10) 并直接咨询。

在日本生活除了存钱以外，
加入健康保险 (p3)、年金 (p6)、看护 (护理)
保险 (p7) 等社会保险尤为重要。



为什么需要生活规划？

生活规划是指为实现各种理想与愿望，对人生进行规划的意思。

将来，您想过怎样的人生？

您的理想是什么？

为理想和目标，需要准备多少金额？

这本册子介绍为安心生活日本，所需的金额与相关的信息。

做好生活规划，周密考虑自己和家人的将来吧。

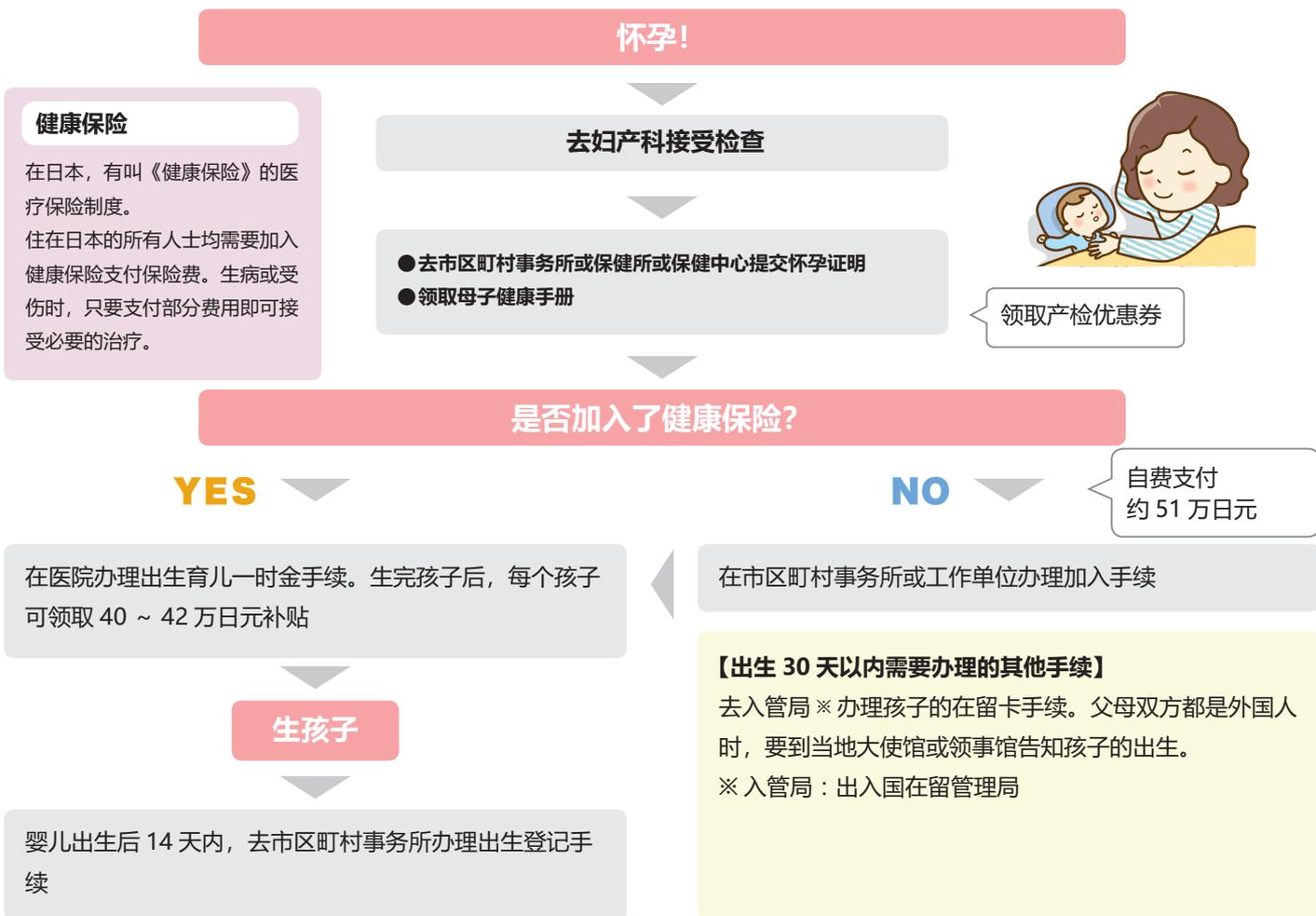
爱知县多文化共生推进室

1 分娩大约需要 51 万日元

从医院生一个孩子到出院

来源：公益财团法人国民健康保险中央会《分娩费用平成 28 年度》

● 了解分娩所需的费用和相关援助制度吧



■ 有关育儿的补贴

补贴、制度	内容								
儿童补贴	有中学毕业之前的孩子的家庭能拿到的补贴。(2019 年现在)								
	<table border="1"><thead><tr><th>孩子的年龄</th><th>补贴 (1 人 / 月)</th></tr></thead><tbody><tr><td>未满 3 岁</td><td>15,000 日元</td></tr><tr><td>3 到 12 岁 (小学毕业之前)</td><td>10,000 日元 ※</td></tr><tr><td>12 到 15 岁 (中学毕业之前)</td><td>10,000 日元</td></tr></tbody></table>	孩子的年龄	补贴 (1 人 / 月)	未满 3 岁	15,000 日元	3 到 12 岁 (小学毕业之前)	10,000 日元 ※	12 到 15 岁 (中学毕业之前)	10,000 日元
	孩子的年龄	补贴 (1 人 / 月)							
	未满 3 岁	15,000 日元							
3 到 12 岁 (小学毕业之前)	10,000 日元 ※								
12 到 15 岁 (中学毕业之前)	10,000 日元								
※ 有 3 人以上 18 岁以下孩子的家庭，从第三个孩子开始能拿到 15000 日元。如果家庭收入超出一定金额，1 个月的补贴为 5000 日元。									
儿童抚养补贴	发给单亲家庭的补贴。								
儿童医疗费补助制度	是市町村支付孩子医疗费率的制度。								

详情请咨询市区町村事务所。

- 就业人员休产假时，可以领取《生育补贴金》。
如果休育儿假、最长可以拿到两年的《育儿休业补贴金》。请在公司办理手续。

【也请参考下面的内容】

《各位在爱知县生儿育女的外国朋友们 爱知县多元文化育儿书》(2018 年 3 月发行)

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/tabunka/kosodate-book.html>



幼儿园到高中为公立、大学为私立时

- 根据子女的升学情况准备教育费。
- 子女的升学费最好在孩子小的时候开始存起来。
- 如果资金不足，可以利用奖学金等制度。
- 奖学金和教育贷款，毕业后必须要偿还。
贷款前，请慎重考虑。



从幼儿园到大学的学费

	公立	私立
幼儿园	约 65 万日元	约 158 万日元
小学	约 193 万日元	约 959 万日元
中学	约 146 万日元	约 422 万日元
高中	约 137 万日元	约 290 万日元
大学	约 243 万日元	约 507 万日元

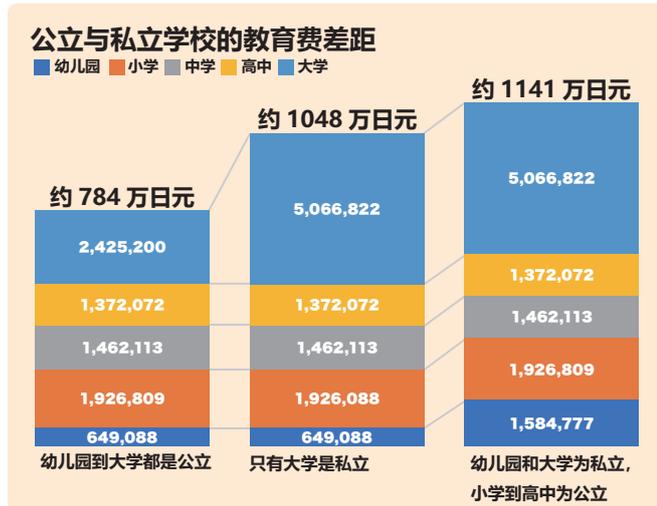
* 包含交通费，伙食费，课外补习班等费用。

来源：文部科学省

《子女学习费用调查》（平成 30 年度）

《有关国立大学等的学费和其他费用的部委级法令》

《平成 29 年度有关私立大学入学者第一年学纳平均金额（人均）的调查结果》



- 上小学前的托儿机构，除了幼儿园还有保育园，认定儿童园。
- 上大学所需费用，根据是不是通勤，选公立或私立相差很大。
- 高中毕业后的升学，除了 4 年制大学外还有短期大学和专门学校。
- 私立大学的数量比公立大学多。

升学费用的补助

要升的学校	补助等
高中	<p>入学金，学费的补助（无偿还义务） 根据父母的收入，补助的金额也不同</p> <p>奖学金（需要偿还，无利息） 根据升学的高中性质（公立或私立），能借的金额也不同。 《申请处》 请在入学的高中办理手续。奖学金在初三时可以预约。 详情请咨询就读的学校或爱知县政府</p>
大学·专门学校等	<p>奖学金 日本学生支援机构（JASSO） 有给予型（没有偿还义务）和贷款型（需要偿还） 还有其他团体的奖学金。详情请咨询提供奖学金的各个团体。</p>
中学毕业以上	<p>教育贷款 日本政策金融公库的教育贷款（需要偿还，有利息） 除此之外，还有各种金融机构的教育贷款。</p>

爱知县咨询处 (P10)
公立高中：爱知县教育委员会
私立高中：爱知县私学振兴室

※ 补助金等政策随时会有变化，请确认最新信息。

★推荐资料 具有外国背景的小朋友开拓未来进路手册（2012 年 3 月発行）

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/tabunka/shinro-gidebook.html>



3 买房大约需要 3442 万日元

购买独立住宅的平均价

来源：住宅金融支援机构《2018 年度 flat35 使用者调查》

● 买房需要大笔费用。

购房价格要结合自己和家人的将来，再慎重决定。



借房贷（银行等金融机构）时的注意事项

- 结合自身的偿还能力贷款。
 - 利息不同，返还的金额也会大不相同
 - 能拿首付，会减少贷款金额。
- 因此，买房前尽可能多存钱。



如何存钱？

- 从收入中提取存钱金额，余额作为生活费。
- 设置一个存钱专用的银行账户。

$$\text{收入} - \text{储蓄} = \text{生活费}$$

为减轻贷款人的经济负担，购房时会有减轻房贷利息等制度。
详情请咨询房产公司和贷款买房的金融机构的负责人。

无业高龄夫妇生活所需的费用

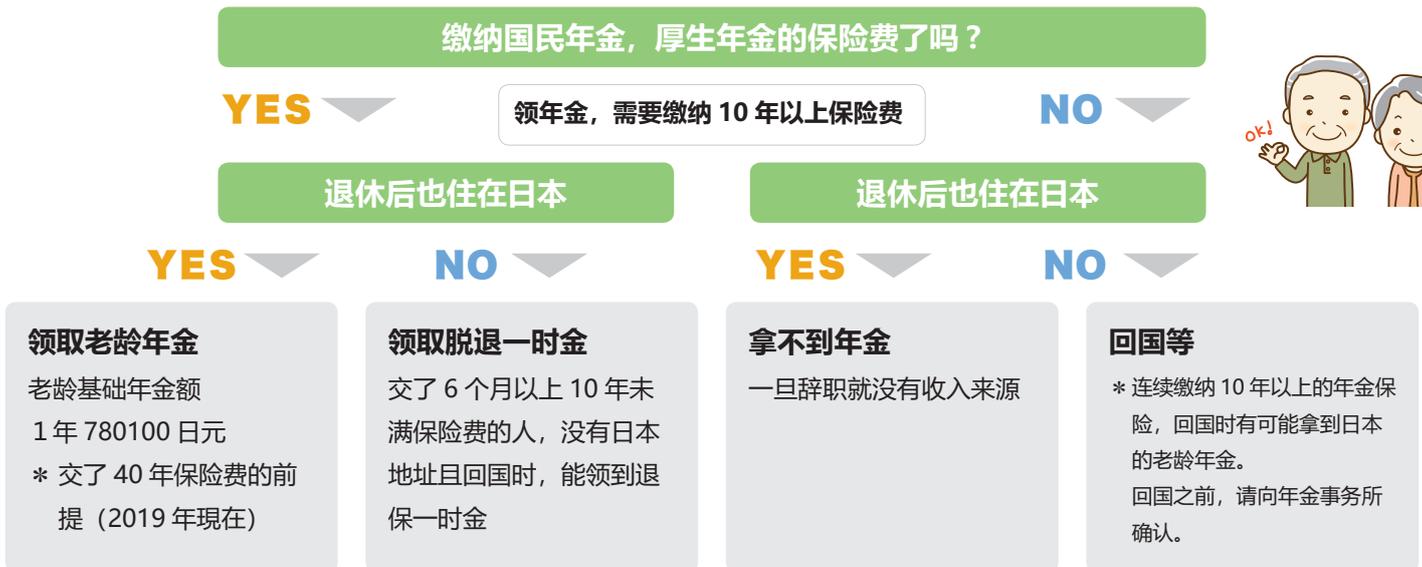
来源：总务省《家庭费用调查年报（家庭费用收支篇）平成 30 年家庭费用概要 9 表》

- 随着寿命的延长、退休后的人生也越来越长。
- 晚年的生活费仅靠养老金是不够的。
- 因此，能在工作时多存点积蓄显得尤为

■ 所谓年金

加入年金且一直缴纳保险费的人，到了晚年或生病或受伤导致残疾的时候，都可以得到生活所需的补贴。

日本的年金包括国民年金和厚生年金保险。



老龄年金的形象



年金的种类	特征
国民年金	20 岁 ~ 60 岁之间交保险费
厚生年金保险	到 70 岁为止，工作期间一直缴纳保险费 * 根据公司和工作方式会有区别

※ 如果保险缴纳期限未满 10 年，国民年金 60 岁 ~ 70 岁间可以继续交；厚生年金是过了 70 岁以上还在工作，可以继续缴纳保险，直到领取年金。

■ 障害年金

支付年金保险费期间因疾病或受伤无法工作时，有可能领取年金。

请在年金事务所办理相关手续。所需证明：年金手册和身份证

年金热线：0570-05-1165

年金网页：https://www.nenkin.go.jp/n_net/index.html



- 当您或您的家人到了晚年，可能因生病或受伤需要日常看护。
- 使用看护服务，需要大笔费用。
- 根据看护内容价格不一。

看护服务内容的例子



看护帮手或护士上门提供吃饭洗澡等日常护理。



有接送服务，去设施做理疗，参加娱乐活动。



住在养老设施。

■ 看护保险

是一项通过采用日本全社会共同扶持护理事业的保险形式。

过了 40 岁就需要交看护保险。

	看护保险的支付方法	何时能使用看护服务
65 岁以上	从年金里扣除保险费	被认可需要看护时
40 岁 ~ 64 岁	和健康保险、年金一样一起交 就业人员从工资里扣除	特殊疾病（如晚期癌症或风湿性关节炎）被认可需要看护时

看护服务的费用

是否交了看护保险？

YES

支付看护服务费的 10% ~ 30% 就能使用
看护护理服务

NO

全额自费，经济压力会很大。

如何使用看护服务

如果您需要服务，请先咨询您居住的市区町村事务所。

专业工作人员将调查您需要的护理程度，并决定使用哪些服务。

想咨询或想使用看护服务时，请您到如下咨询处

- 市区町村事务所负责部门（《高龄福祉课》、《看护保险课》等叫法不一）
- 地域包括支援中心（各市区町村至少有一个）

6 您和您的家人去世时也需要一笔花销

■ 葬礼

- 在日本处理遗体时，原则上需要火葬。
- 自己或家人去世时，要提前考虑如何安排葬礼和墓地，了解需要办理的手续和相关费用。

葬礼，埋葬的种类	必要的文件等	建议
火葬、埋葬	<ul style="list-style-type: none">• 死亡诊断书（尸检报告） ※ 由医生开证明• 火葬、埋葬许可证 ※ 死亡诊断书交到市区町村事务所后即可领取	手续可以委托殡仪公司代办。 葬礼的费用，建议生前多做估价进行比较。
土葬	<ul style="list-style-type: none">• 土葬许可证 ※ 在市町村事务所领取	向办理土葬的教会等咨询
回国办葬礼、埋葬	<ul style="list-style-type: none">• 具体手续向国内咨询• 需要把遗体送到国内。 根据输送地点，费用高时会超过 150 万日元。	

- 如果家人或一起住的人去世时，请在得知去世之日起 7 天内向市区町村事务所提交《死亡报告》。
- 当家人或朋友去世，进行埋葬（火葬）或葬礼时，可以从健康保险（p3）中拿到作为《埋葬费（或葬礼费）》的补贴。关于的补贴手续和金额，可以向单位或市区町村事务所咨询。
- 请在去世 14 天内向入管局返还在留卡。

■ 财产继承

有关财产继承，请与家人事先商量好

① 如果家人在日本去世，请申报并停止支付

- 金融机构（死者曾使用过的账户所在银行）
- 年金事务所（办理年金支付停止手续）
- 电、煤气、自来水、电话、租房解约手续（只在必要的情况下办理）

② 办理财产继承手续

- 以死者的名义领取财产（金融机构的存款等）时，需要办理手续。
办理手续者为死者的继承人（家人等）。有关具体手续，请到金融机构的窗口咨询。
- 继承的财产（土地、存款等）多时，必须缴纳继承税。
如果担心，生前可以和税理士商量。

国内的父母去世，要继承其财产时

先了解国内的继承手续（继承税法等）

建议和国内的专家商量。

咨询处

■ 市区町村事务所联络处

市区町村事务所面向居民提供各种行政服务。

拨打热线后，请告知咨询内容，工作人员会帮您转接相关部署。

市区村名	电话号码	市区村名	电话号码	
名古屋市 (Nagoya-shi)	千种区 (Chikusa-ku)	052-762-3111	新城市 (Shinshiro-shi)	0536-23-1111
	东区 (Higashi-ku)	052-935-2271	东海市 (Tokai-shi)	052-603-2211
	北区 (Kita-ku)	052-911-3131	大府市 (Obu-shi)	0562-47-2111
	西区 (Nishi-ku)	052-521-5311	知多市 (Chita-shi)	0562-33-3151
	中村区 (Nakamura-ku)	052-451-1241	知立市 (Chiryu-shi)	0566-83-1111
	中区 (Naka-ku)	052-241-3601	尾张旭市 (Owariasahi-shi)	0561-53-2111
	昭和区 (Showa-ku)	052-731-1511	高滨市 (Tatahama-shi)	0566-52-1111
	瑞穗区 (Mizuho-ku)	052-841-1521	岩仓市 (Iwakura-shi)	0587-66-1111
	热田区 (Atsuta-ku)	052-681-1431	丰明市 (Toyoake-shi)	0562-92-1111
	绿区 (Nakagawa-ku)	052-362-1111	日进市 (Nisshin-shi)	0561-73-7111
	港区 (Minato-ku)	052-651-3251	田原市 (Tahara-shi)	0531-22-1111
	南区 (Minami-ku)	052-811-5161	爱西市 (Aisai-shi)	0567-26-8111
	守山区 (Moriyama-ku)	052-793-3434	清须市 (Kiyosu-shi)	052-400-2911
	绿区 (Midori-ku)	052-621-2111	北名古屋市 (Kitanagoya-shi)	0568-22-1111
	名东区 (Meitou-ku)	052-773-1111	弥富市 (Yatomi-shi)	0567-65-1111
天白区 (Tenpaku-ku)	052-803-1111	みよし市 (Miyoshi-shi)	0561-32-2111	
丰桥市 (Toyohashi-shi)	0532-51-2111	あま市 (Ama-shi)	052-444-1001	
冈崎市 (Okazaki-shi)	0564-23-6000	长久手市 (Nagakute-shi)	0561-63-1111	
一宫市 (Ichinomiya-shi)	0586-28-8100	东乡町 (Togo-cho)	0561-38-3111	
濑户市 (Seto-shi)	0561-82-7111	丰山町 (Toyoyama-cho)	0568-28-0001	
半田市 (Handa-shi)	0569-21-3111	大口町 (Oguchi-cho)	0587-95-1111	
春日井市 (Kasugai-shi)	0568-81-5111	扶桑町 (Huso-cho)	0587-93-1111	
丰川市 (Toyokawa-shi)	0533-89-2111	大治町 (Oharu-cho)	052-444-2711	
津岛市 (Tsushima-shi)	0567-24-1111	蟹江町 (Kanie-cho)	0567-95-1111	
碧南市 (Hekinan-shi)	0566-41-3311	飞岛村 (Tobishima-mura)	0567-52-1231	
刈谷市 (Kariya-shi)	0566-23-1111	阿久比町 (Agui-cho)	0569-48-1111	
丰田市 (Toyota-shi)	0565-31-1212	东浦町 (Higashiura-cho)	0562-83-3111	
安城市 (Anjo-shi)	0566-71-2299	南知多町 (Minamichita-cho)	0569-65-0711	
西尾市 (Nishio-shi)	0563-56-2111	美浜町 (Mihama-cho)	0569-82-1111	
蒲郡市 (Gamagori-shi)	0533-66-1111	武丰町 (Taketoyo-cho)	0569-72-1111	
犬山市 (Inuyama-shi)	0568-61-1800	幸田町 (Kota-cho)	0564-62-1111	
常滑市 (Tokoname-shi)	0569-35-5111	设乐町 (Shitara-cho)	0536-62-0511	
江南市 (Konan-shi)	0587-54-1111	东荣町 (Toei-cho)	0536-76-0501	
小牧市 (Komaki-shi)	0568-72-2101	丰根村 (Toyone-mura)	0536-85-1311	
稻沢市 (Inazawa-shi)	0587-32-1111			

■ 有关在留手续

名古屋出入国在留管理局

电话	052-559-2150 (主机)
URL	http://www.immi-moj.go.jp/soshiki/kikou/nagoya.html
咨询处	外国人在留综合信息中心 ●窗口咨询 周一~周五 (名古屋出入国在留管理局内) ●电话咨询 0570 - 013904 (全国) 周一~周五 8:30 ~ 17:15 03 - 5796 - 7112 (I P、PHS、国外)



■【教育】有关爱知县高中的补助政策

爱知县教育委员会	(有关学费) 财务设施科 管理部	电话 052-954-6763
	(有关奖学金) 高等学校教育科 奖学金部	电话 052-954-6785
爱知县私学振兴室 助成部	电话 052-954-6187	

■【有关护理·年金等问题】护理保险·老人福祉指导书 (日语)

广泛介绍了关于老年人的信息，是爱知县年刊，还有相关机构的一览表。

<https://www.pref.aichi.jp/korei/guide/>



■ 咨询处

爱知多文化共生中心 (公益法财团法人爱知县国际交流协会 Aichi International Association:AIA)

电话	052-961-7902
受理时间	周一~周六 10:00 ~ 18:00
详情	日常咨询 (社工解答) 服务语言: ※ ① ※ 根据语种能咨询的日期与时间会有变化 ○视频咨询服务 周一~周六 10:00 ~ 18:00 服务语言: ※ ② 专家咨询 (需要提前电话预约) ○是专门为住在爱知县的外国人提供的律师咨询服务 服务语言: ※ ③ ○有关劳务、在留关系、消费生活等方面的专家咨询服务 详情请查看 AIA 网页 http://www2.aia.pref.aichi.jp/sodan/j/sodancorner.html



- ① 日语、葡萄牙语、西班牙语、英语、中国语、菲律宾 / 他加禄语、越南语、尼泊尔语、印度尼西亚语、泰语
- ② 葡萄牙语、西班牙语、英语、中国语、菲律宾 / 他加禄语、越南语、尼泊尔语、印度尼西亚语、泰语、缅甸语、韩国语
- ③ 葡萄牙语、西班牙语、英语、中国语、菲律宾 / 他加禄语

公益法财团法人名古屋国际中心 信息服务台 (Nagoya International Center : N I C)

电话	052-581-0100
受理时间	周二~周日 9:00 ~ 19:00
详情	服务语言: 日语、英语、中国语、韩国语、葡萄牙语、西班牙语、菲律宾语、越南语、尼泊尔语 ※ 根据语种和内容能咨询的日期与时间会有变化 ★受理需要专家建议的咨询 ○外国人行政咨询 ○外国人律师咨询服务 (预约制) ○海外儿童学生教育咨询服务 (预约制) 详情请查看 NIC 网页 https://www.nic-nagoya.or.jp/



※2020年2月的服务内容

■ 参看资料

爱知生活手册 (公益法财团法人爱知县国际交流协会 发行)

专门为住在爱知县的外国人准备的生活信息。

介绍有关在留手续或保险、医疗、教育、工作, 税金等各种咨询

手册语言: 日语、葡萄牙语、西班牙语、英语、中国语

<http://www2.aia.pref.aichi.jp/sodan/j/benricho/index.html>



有备无患！ 有关在日生活金钱规划指南

2020年2月

【发行】

爱知县县民文化局县民生活部社会活动推进课多文化共生推进室
〒460-8501

名古屋市中区三之丸三丁目1番2号

电话 052-954-6138 (直拨)

E-mail tabunka@pref.aichi.lg.jp

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/tabunka/>

<https://www.facebook.com/Aichitabunkakyouseinet>

【编辑】

特定非营利活动法人 Frontier 丰桥

※ 这本册子由一般财团法人自治体国际化协会的赞助制作



爱知多文化多文化共生网页



facebook