令和7年8月

外国人技能実習機構（OTIT）
東京事務所からのお知らせ

外国人技能実習機構（OTIT）は、技能実習法に基づき設立された認可法人です。**技能実習の適正な実施や技能実習生の保護を図る**ため、OTIT東京事務所では、技能実習計画の認定、監理団体および実習実施者に対する検査、技能実習生からの相談等、さまざまな業務を行っています。

技能実習生の相談に乗る皆さんへ
技能実習生に困っている様子があれば、ご案内ください！

悩んでいませんか？
困っていませんか？

「仕事中に大声で怒鳴られる、殴られる」
「働く条件が違う」「強制的に帰国させられる」
「給与がもらえない」など

あなたの国の言葉でサポートします。すぐに相談をしてください！

電話で相談する **人に会って相談する** **オンラインで相談する**

通訳がいないかもしれません。まずは電話で相談をしてください。

相談窓口（OTIT東京事務所の援助課につながります）

技能実習生専用の電話番号 0120-163-420
通話料は無料（電話をするお金はかかりません）

通話料有料の電話番号 03-5577-5143
お金がかかります

電話ができる時間 午前9時から午後5時（土日祝日と年末年始はお休み）

以下の時間に通訳できる人がいます。
＊ベトナム語：第2・4水曜日の午前10時から午後12時
＊インドネシア語・中国語：月2回 不定期（電話で確認してください）

～おねがい～
技能実習生以外の方は、無料の電話番号を使わないでください。

OTITには、以下の母国語相談窓口もあります。

母国語相談ホットライン
https://www.otit.go.jp/files/user/210331-1.pdf

各言語の連絡先など
くわしくはこちら

- 技能実習生からの相談に、**8つの言語**（ベトナム語、中国語、インドネシア語、フィリピン語、英語、タイ語、カンボジア語、ミャンマー語）で対応しています。
- 相談は、**電話**（通話料は無料）のほか、**電子メール**や**手紙**でも受け付けています。
- 暴行、脅迫、人権を侵害する行為の場合は、「**母国語相談ホットライン**」に電話をかけ、アナウンスの後に「**1**」**番を押してください。**【技能実習SOS・緊急相談専用窓口】

技能実習制度の適正な運用に ご理解とご協力をお願いします！

監理団体・実習実施者の皆さまへ

技能実習生が必要な技能を修得等するためには、適正かつ良好な就労環境の維持・改善が欠かせません。監理団体や実習実施者の皆さまには守らなければならないルールに配慮していただき、適正な技能実習制度の活用をお願いします。

◇ 基本的労働条件等の確保・改善

賃金・労働時間・休日・休暇等の基本的な労働条件について、労働基準法、最低賃金法等の労働基準関係法令の遵守徹底を図るほか、報酬の額が同種の作業を行う日本人労働者の報酬の額と同等以上であることや適切な宿泊施設を確保する等の技能実習関係法令の遵守徹底を図ることが必要です。

◇ 人権侵害行為の禁止

監理団体や実習実施者による人権侵害行為は、技能実習制度の許可等の取消事由となります。

具体例 パワーハラスメント、セクシャルハラスメント等の各種ハラスメントやこれらと同等の行為
いじめ・いやがらせ、妊娠出産を理由とした解雇・雇止めや帰国を促す行為　等

◇ 技能実習体制の整備

技能の修得等が適切に行われるよう、実習実施者における指導体制の整備や監理団体における適切な監査指導の実施が必要です。

安全衛生対策マニュアル
https://www.otit.go.jp/anzen

実習実施者の行う安全衛生管理や監理団体が行う監査の参考としてご活用ください。

詳細はこちら

妊娠を理由に技能実習を一方的に終了することはできません
（監理団体・実習実施者の皆様へ）
https://www.otit.go.jp/files/user/230406-101.pdf

詳細はこちら

OTITでは、以下のコンテンツも提供しています。ぜひご活用ください。

日本語教育教材／日本語教育アプリ「げんばのにほんご」

OTITでは、技能実習生が入国前講習、入国後講習、実習期間中等に行う日本語学習で必要な日本語教育教材をOTIT HP上で提供しています。また、技能実習生の適切な技能の修得等を目的として、日本語教育アプリ「げんばのにほんご」を配信しています。

詳細はこちら

- アプリ無料（インターネット接続によるデータ通信が必要、その際の通信料は利用者負担）
- 8か国語対応（英語、中国語、ベトナム語、インドネシア語、カンボジア語、タイ語、フィリピン語およびミャンマー語）

活用イメージ

アプリのダウンロードはこちら

App Store からダウンロード　Google Play で手に入れよう

技能実習生手帳アプリ

OTITでは、技能実習生手帳（日本での日常生活に役立つ情報等を解説）をアプリ化し、アプリ限定の機能として、プッシュ通知により、母国語相談窓口、災害情報、大使館検索およびアプリ共有を設けています。

詳細はこちら

- アプリ無料
- 9か国語対応（ベトナム語、中国語、フィリピン語、インドネシア語、タイ語、ミャンマー語、モンゴル語、カンボジア語および英語）

「技能実習生手帳」にはお役立ち情報が満載

- 日本の各種法令
- 日本生活のルール（交通、乗り物、宿舎）
- 労働関係法令（労働契約、解雇、労働時間と休憩・休暇、賃金など）
- 社会保険、労働保険
- 税金（所得税・住民税）
- 労働災害
- 技能実習が困難になったとき
- 結婚・妊娠・出産をしたとき
- 各種相談窓口
- 申告制度
- 外国人技能実習制度の概要

アプリのダウンロードはこちら

App Store からダウンロード　Google Play で手に入れよう

OTIT Organization for Technical Intern Training

東京事務所　担当区域：栃木県・群馬県・埼玉県・千葉県・東京都・神奈川県・山梨県

〒101-0041　東京都千代田区神田須田町2-7-2 アーバンセンター神田須田町ビル（受付は7階）
＊指導課：03-6433-9971　（監理団体及び実習実施者に対する検査等に関すること）
＊認定課：03-6433-9975　（技能実習計画の認定申請等に関すること）
＊援助課：03-5577-5143　（実習生からの相談、実習先変更支援に関すること）