

NAPIA

中文版

VOL. 71 2025 年 6 月发行

NAPIA 是长崎县国际交流协会专门为外国人发行的报纸 编辑：公益财团法人长崎县国际交流协会

目前长崎县外国人常住人口已超 14000 人。
以下为长崎县及各市、町排名前三的常住外国人国籍。

(单位：人)

长崎县 14,277
越南 3,004
中国 2,072
菲律宾 1,650

长崎市 4,682
中国 1,111
菲律宾 707
尼泊尔 692

佐世保市 2,425
中国 398
越南 331
尼泊尔 312

岛原市 678
越南 218
尼泊尔 128
印度尼西亚 77

谏早市 1,328
越南 435
印度尼西亚 174
缅甸 172

大村市 670
越南 114
韩国 95
中国 88

平户市 243
印度尼西亚 60
越南 59
柬埔寨 32

松浦市 335
越南 126
印度尼西亚 83
菲律宾 61

对马市 350
韩国 152
印度尼西亚 85
菲律宾 34

壱岐市 110
中国 23
越南 21
菲律宾 21

五岛市 356
越南 126
印度尼西亚 55
柬埔寨 49

西海市 723
越南 371
菲律宾 151
印度尼西亚 108

云仙市 858
越南 256
印度尼西亚 183
柬埔寨 177

南岛原市 434
越南 181
印度尼西亚 62
柬埔寨 51

长与町 197
越南 63
中国 36
菲律宾, 缅甸 18

时津町 398
中国 111
越南 47
韩国 45

东彼杵町 83
缅甸 24
菲律宾 14
印度尼西亚 10

川棚町 118
缅甸 58
越南 19
菲律宾, 缅甸 8

波佐见町 79
印度尼西亚 17
菲律宾 13
中国, 美国 9

小值贺町 15
越南 3
印度尼西亚 3
美国 2

佐佐町 94
印度尼西亚 18
菲律宾 17
柬埔寨 13

新上五岛町 101
印度尼西亚 63
韩国 7
缅甸 6

在留资格与咨询案例

在留资格是什么？

在留资格是将外国人可在日从事的活动进行分类，由法务省（出入国在留管理厅）针对外国人进行入境审查・许可时赋予的资格。

例如留学、技能实习、家族滞在等。（部分引用自外务省官网）

外国居民常见问题

（参考：自治体国际化协会“外国人在日生活 常见咨询案例集”）

兼职

我是作为留学生的配偶来日的，在留资格的类型是“家族滞在”。
我想在日本做些兼职，可以吗？



Q&A



持“家族滞在”在留资格的人想要在日做兼职，需要事先申请“资格外活动许可”。
获得“资格外活动许可”后即可在日兼职，但每周工作时间不得超过 28 小时。
“资格外活动许可”可在线申请。

离婚

我丈夫是日本人，我们有一个 1 岁的孩子，孩子是日本国籍。
但我丈夫提出想要离婚，我也想离婚。
离婚之后就必须离开日本了吗？



如果您持有的在留资格是“日本人配偶”，离婚后就无法继续更新此类型的在留资格了，因此必须离开日本。

但是，如果您的孩子拥有日本国籍，离婚后如果能取得孩子的亲权，就有可能以孩子母亲的身份更新为其他种类的在留资格。如果能够更新为其他种类的在留资格，就可以继续留在日本。

获得亲权更新在留资格，需要确保拥有能够抚养孩子的工作及必要居所。

此外，为了避免您的丈夫擅自提交离婚申请，您可以事先向所在市町窗口提交“拒绝受理离婚申请”的相关申请文件。※离婚前，向下述专业机构进行咨询非常重要。

【可咨询在留资格等问题的机构】

外国人在留支援中心（FRESC）

汇集了为在日生活、活动的外国人提供帮助的政府窗口，可应对来自外国人的咨询。

TEL : 0570-011000

工作时间 : 上午 9 点至下午 5 点 ※周六日及节假日休息

【面向长崎县内外国人的咨询机构】

长崎县外国人咨询窗口

TEL : 095-820-3377

工作时间 : 上午 9 点至下午 4 点 ※周六日及节假日休息

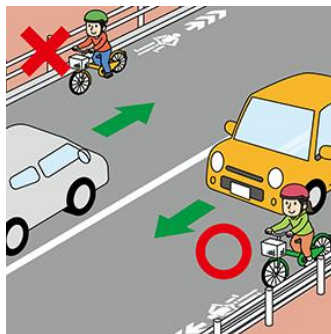
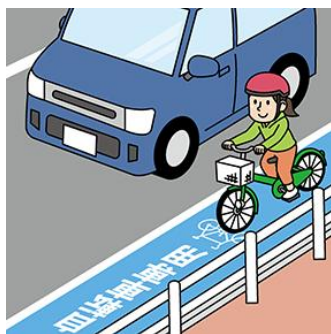
生活常识 “日本的自行车骑行交规”

交规牢记心间、安全常伴骑行

戴好头盔再
上路



骑行常靠左边走



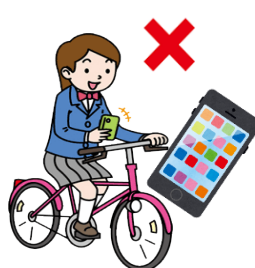
有这种标识的道路可以骑自行车通行。

但是要牢记礼让行人，低速通行，保证可以随时停车。



不遵守交通规则将面临处罚（徒刑、罚款等）！

例如，边骑自行车边玩手机，可能会面临6个月以内的有期徒刑或10万日元以下的罚款，如果造成事故，则将面临1年以下的有期徒刑或30万日元以下的罚款。※刑罚根据不同的行为有所不同。



夜间骑行不开灯
也将面临处罚。

为了保证能够支付赔偿金，务必要购买自行车保险。

因自行车事故对他人生命或身体造成伤害时，责任人可能被判赔偿高达数千万日元的赔偿金。

（部分引用自外务省官网）

如果造成自行车事故了，应该怎么办？

- 如果有人受伤，先叫救护车（TEL：119）
- 打电话给警察（TEL：110）
- 与对方交换姓名和联系方式。
- 如有购买自行车保险，打电话给保险公司。

实用信息

如果您在长崎遇到生活上或在留资格等方面的烦恼或问题，
请联系长崎县外国人咨询窗口！

长崎县外国人咨询窗口是面向长崎县的外国居民的咨询窗口，
当您遇到烦恼或问题时，可以通过电话或当面咨询。
通过电话翻译，该窗口可以应对 22 国语言。

咨询时间

星期一至星期五
上午 9 时至下午 4 时

¥0

地点

长崎市出岛町 2-11

TEL

095-820-3377

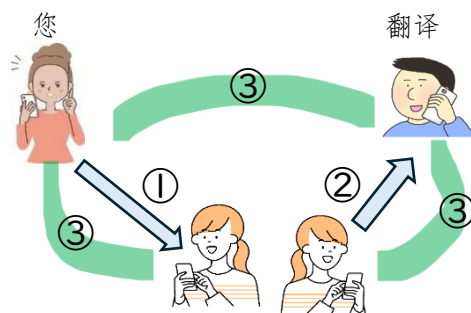
可应对语言

英语、汉语（普通话）、韩语、泰语、越南语、印尼语、塔加洛语、尼泊尔语、葡萄牙语、西班牙语、法语、德语、意大利语、俄语、马来语、缅甸语、高棉语、蒙古语、僧伽罗语、印地语、孟加拉语、乌尔都语

通过电话咨询时

- ① 您拨打外国人咨询窗口电话。
- ② 咨询员拨打翻译电话。
- ③ 您可以与翻译、咨询员三方通话交流。

咨询员与翻译接通电话可能需要一定时间，
请不要挂断电话，耐心等待。



长崎县外国人咨询窗口的咨询员

关于变更在留资格及行政手续等问题的专业咨询会

每个月的第四个星期六，您可以与在留资格和行政手续等方面的专家交流。
预约优先制。
请通过电话预约。

时间：下午 1 时至下午 4 时
TEL：095-820-3377
地点：长崎市出岛町 2-11

《具体日期可在此确认》



WEB



Facebook

¥0



竭诚为地区的多文化共生及国际交流服务

长崎县国际交流协会

TEL：095-823-3931

电子邮件：nia@nia.or.jp

工作时间：星期一至星期五 上午 9 时至下午 5 时 30 分



WEB



Facebook

长崎县外国人咨询窗口

TEL：095-820-3377

电子邮件：soudan@nia.or.jp

工作时间：星期一至星期五 上午 9 时至下午 4 时

我们提供关于在留资格、
生育、社会福利等生活相
关的咨询

地址：长崎县出岛町 2-11 休息日：周六日及节假日、12 月 29 日至 1 月 3 日