

বিশেষী লোকের জন্য জীবিকা গাইড বুক

Gaikokujin no tameno
Seikatu Gaido Bukku



বিদেশী লোকের জন্য জীবিকা গাইড বুক

সূচিপত্র

1 জীবিকা

1. অধিবাসী নিবন্ধন 3
2. ঠিকানা 4
3. বিজলি, গ্যাস, জল (পানি) -সংভরণ 4
4. প্রত্যাহিক জীবনের নিয়ম 5
5. চাকরি নিয়ে 5
6. অধিবাসীর সমিতি নিয়ে 6
7. কন্টাক্ট ইনফরমেশন 6

2 ব্যজ অপসারণের সঠিক উপায়

1. টাইপ A 7
2. টাইপ B 9
3. কন্টাক্ট ইনফরমেশন 10

3 শিক্ষা অ্যান্ড শিশুদের যত্ন

1. শিক্ষা অ্যান্ড শিশুদের যত্ন সিস্টেম 11
2. স্কুল প্রবেশনের প্রক্রিয়া 12
3. শিক্ষাদান 13
4. হাই স্কুলের প্রবেশিকা পরীক্ষা নিয়ে 13
5. বার বার করা হওয়ার প্রশ্ন 14
6. কন্টাক্ট ইনফরমেশন 14

4 মেডিকেল বিমা ও পেনশন

1. জাপানে থাকার লোকজন আন্তর্জাতিক পেনশন এবং স্বাস্থ্য বিমা সিস্টেমে সম্বন্ধ করা 15
2. আন্তর্জাতিক বিমায় সম্বন্ধ করা, না করা আপনার জীবন অনেক পরিবর্তিত হয় 15
3. আন্তর্জাতিক মেডিকেল বিমা সিস্টেম 16
4. আন্তর্জাতিক পেনশন সিস্টেম 17

5. আন্তর্জাতিক মেডিকেল বিমা নিয়ের প্রশ্ন 18
6. পেনশন নিয়ের প্রশ্ন 18
7. কন্টাক্ট ইনফরমেশন 18

5 কল্যাণ সেবা

1. মাতৃক-বাচ্চা মেডিকেল বিমা 19
2. প্রসবাবস্থা সহায়তা 19
3. শিশুদের যত্ন সহায়তা নিয়ের প্রদান 20
4. মেডিকেল সিস্টেম 21
5. অক্ষমতা নিয়ের কল্যাণ ব্যবস্থা 21
6. বৃদ্ধদের জন্মের কল্যাণ 22
7. প্রতি জীবনের সহযোগিতা 22
8. অন্য বিষয় নিয়ে 22

6 ট্যাক্স

1. জাপানের কর(ট্যাক্স) সিস্টেম 23
2. ট্যাক্স দেওয়ার উপায় 23
3. মূল্য কর সিস্টেম 24
4. ট্যাক্স তালিকা 25
5. ট্যাক্সের গুরুত্বপূর্ণ দফা 26
6. কন্টাক্ট ইনফরমেশন 26

7 দুর্যোগ প্রতিরোধ

1. ভূমিকম্পের প্রতিব্যবস্থা 27
2. ঘূর্ণিঝড় ও বন্যায়ের প্রতিব্যবস্থা 29
3. বিপর্যয়ের জন্মের ব্যবস্থা 29
4. আগুন ছড়িয়ে পড়ার সময়ে কি করতে হয় 30
5. পারমাণবিক দুর্যোগের সময়ে কি করতে হয় 30
6. কন্টাক্ট ইনফরমেশন 30

জীবন

1. অধিবাসী নিবন্ধন

(1) জাপানে আসার পর...

এখন থেকে থাকার ঠিকানা পৌর অফিসে নিবন্ধিত করতে হবে। (জাপানি ভাষায় : Juumin Toroku)

【আপনার কাছে নিতে হবে】 1. পাসপোর্ট 2. বাসস্থান কার্ড (জাপানি ভাষায় : Zairyu kado)

※ এমন একটি জায়গায় ঠিকানা নিবন্ধন করার সময়, যেখানে আপনার পরিবার বা বন্ধুরা ইতোমধ্যে বাস করছেন, তাঁদের কাছ থেকে স্বীকার নেওয়া প্রয়োজন। এবং ভাড়াটেদের সাথে আপনার সম্পর্ক প্রমাণ করার জন্য, আপনাকে একটি এপার্টমেন্ট চুক্তি এবং অন্যান্য নথি জমা দিতে হবে। আরও বিস্তারিত জানার জন্য, আপনার ঠিকানার পৌর অফিসে যোগাযোগ করবেন।

(2) যখন জাপান থেকে অন্য দেশে যাওয়ার সময়...

যদি জাপানের বাসগৃহ পরিত্যাগ করে অন্য দেশে থাকা ঠিক করবেন, তাহলে আজ পর্যন্ত থাকার ঠিকানার পৌর অফিসে গিয়ে অন্য দেশে যাওয়ার ইনফরমেশন দেবেন।

【আপনার কাছে নিতে হবে】 1. বাসস্থান কার্ড (Zairyu kado)

※ জাপানে থাকার স্থিতিকালের ট্যাক্স, বিমা এবং অন্যান্য নিয়ে আপনি পরিশোধ করতে হতে পারেন। বিস্তারিত জানার জন্য আপনার ঠিকানার পৌর অফিসে যোগাযোগ করবেন।

(3) জাপানের মধ্যে অন্য জায়গায় আপনার বাস(বাড়ি)পরিবর্তন করার সময়

① অন্য সিটি থেকে এই সিটিতে ঠিকানা পরিবর্তন করার সময়
যা আপনার ঠিকানা পরিবর্তন করা হয় তা সিটি হলে জানাবেন।

【আপনার কাছে নিতে হবে】 1. বাসস্থান কার্ড (Zairyu kado) 2. জ্ঞাপন কার্ড বা ব্যক্তিগত কার্ড নম্বর (Kojin bango kado, My Number Card)

② একি সিটির ভিতরে ঠিকানা পরিবর্তন করার সময়
যা আপনার ঠিকানা পরিবর্তন করা হয় তা সিটি হলে জানাবেন।

【আপনার কাছে নিতে হবে】

1. বাসস্থান কার্ড (Zairyu kado)

2. জ্ঞাপন কার্ড বা ব্যক্তিগত কার্ড নম্বর (Kojin bango kado, My Number Card)

3. পুরনো স্বশাসন থেকে নিতে পারেন, ঠিকানা পরিবর্তন করার প্রশংসাপত্র (Tenshutsu Todoke)

※ ①, ② নিয়ে একটি জায়গায় ঠিকানা নিবন্ধন করার সময়, যেখানে আপনার পরিবার বা বন্ধুরা ইতোমধ্যে বাস করছেন, তাঁদের কাছ থেকে স্বীকার নেওয়া প্রয়োজন। এবং ভাড়াটেদের সাথে আপনার সম্পর্ক প্রমাণ করার জন্য, আপনাকে একটি এপার্টমেন্ট চুক্তি এবং অন্যান্য নথি জমা দিতে হবে। আরও বিস্তারিত জানার জন্য, আপনার ঠিকানার পৌর অফিসে যোগাযোগ করবেন।

③ এই সিটি থেকে অন্য সিটিতে ঠিকানা পরিবর্তন করার সময়
যা আপনার ঠিকানা পরিবর্তন করা হয় তা সিটি হলে জানাবেন।

【আপনার কাছে নিতে হবে】 1. বাসস্থান কার্ড (Zairyu kado)

এখানে আপনাকে দেওয়ার ইনফরমেশন ছাড়াও, আপনাকে সমর্থন করার জন্য অন্য ইনফরমেশন উপস্থাপন করতে হয়। যদি আপনার প্রশ্ন থাকে, সিটি হলে জিজ্ঞাসা করবেন। (Simin ka)



2. বাস, বাড়ি

আপনি যে জেলায় থাকতে চান সেখানে রিয়েল এস্টেট এজেন্টের মাধ্যমে একটি বাড়ি খুঁজে পাওয়া সাধারণ। একটি অ্যাপার্টমেন্ট বা বাড়ি ভাড়া নেওয়ার সময়ে, আপনাকে মাসিক ভাড়া ছাড়াও নিরাপত্তা আমানত, মূল অর্থ এবং রিয়েল এস্টেট এজেন্ট ব্রোকারেজ টাকা দিতে হবে।

ইজালা বাতিল করার সময়ে, সিকিউরিটি ডিপোজিট ফিরে আসে, কিন্তু কখনও কখনও এপার্টমেন্টের মেরামতের খরচ মেটাতে টাকা কেটে নেওয়া হয়, যেমন তাতামি ম্যাটগুলি পুনরায় কভার করা। ভাড়া সবসময় অগ্রিম প্রদান করা হয় এবং প্রতি মাসের শেষে বকেয়া হয়।

যেহেতু একটি চুক্তি স্বাক্ষর করার সময় বিভিন্ন পদ্ধতির প্রয়োজন হয়, তাই এটি সুপারিশ করা হয় যে আপনি জাপানি বোঝান এমন কারো সাথে যাবেন। আপনি যখন ইজারা বাতিল করতে চান, আপনাকে অবশ্যই বাড়িওয়ালার বা রিয়েল এস্টেট এজেন্টকে অন্তত এক মাস আগে অবহিত করতে হবে।

※পৌরসভা এবং প্রিফেকচারাল হাউজিং সম্পর্কে

মিউনিসিপ্যাল এবং প্রিফেকচারাল হাউজিং শহর বা প্রিফেকচার সরকার দ্বারা নির্মিত হয় এবং নিম্ন আয়ের উপার্জনকারী এবং অন্যদের জন্য প্রদান করা হয় যাদের থাকার জন্য একটি জায়গা প্রয়োজন।

পাবলিক হাউজিং নিম্ন আয়ের উপার্জনকারী এবং অন্যান্য যারা আবাসনের প্রয়োজন তাদের জন্য প্রদান করা হয়। পাবলিক হাউজিংয়ের জন্য আবেদনগুলি নিয়মিতভাবে গ্রহণ করা হয়, তবে আবেদনের সময়কাল এবং আবেদনের পদ্ধতিগুলি পৌরসভা এবং প্রিফেকচারাল হাউজিংয়ের মধ্যে আলাদা। আলও বিস্তারিত ইনফরমেশন চান, JOSO সিটি হলের নগর পরিকল্পনা বিভাগে যোগাযোগ করবেন।

3. বিজলি, গ্যাস, জল (পানি) -সংভরণ

(1) বিজলি

বাড়িতে বিজলি ব্যবহার করতে, পদ্ধতিগুলি প্রয়োজনীয়। আপনি যখন বিজলি ব্যবহার শুরু করবেন, অনুগ্রহ করে প্রদত্ত পোস্টকার্ডে নাম এবং প্রবেশের তারিখ পূরণ করুন এবং পোস্ট করুন।



(2) গ্যাস

বাড়িতে গ্যাস ব্যবহার করতে, পদ্ধতিগুলি প্রয়োজনীয়। যদি এই সিটিতে থাকা ঠিক করবেন, তাহলে সেই জায়গার গ্যাস কোম্পানিয় ফোন করে যোগাযোগ করবেন। গ্যাস কোম্পানিয়ার স্টাফ আপনার বাড়িতে এসে প্রধান প্লাগ খুলে যন্ত্রপাতি পরীক্ষা করবেন। যদি এই সিটি থেকে অন্য সিটিতে গিয়ে সেখানে থাকা ঠিক করবেন, তাহলে অন্য সিটিতে যাওয়ার আগে গ্যাস কোম্পানিতে ফোন করে, মিটার রিডিং বা বিলিং স্টেটমেন্টে গ্রাহকের নম্বর জানিয়ে দেবেন এবং আপনি যে দিন এবং সময়ে গ্যাস কোম্পানিকে আপনার বাড়িতে আসতে চান সে বিষয়ে সিদ্ধান্ত নেবেন।

(3) জল (পানি) -সংভরণ

বাড়িতে জল ব্যবহার করতে, পদ্ধতিগুলি প্রয়োজন।

[পদ্ধতি] : জল পরিষেবা শুরু করার সময়, জল পরিষেবা শেষ করা বা কয়ক মাস বাড়িতে না থাকার সময়, জল সংভরণ বিভাগে যোগাযোগ করে পদ্ধতি করবেন।

[পুরস্কার] : প্রতি মাস প্রজ্ঞাপন আপনার বাড়িতে আসবে, সেখানে লেখার ফি ব্যাংক বা কনভেনিয়েন্স স্টোরে থেকে প্রদান করবেন। আপনি যদি একটি ব্যাঙ্ক অ্যাকাউন্ট স্থানান্তর ব্যবহার করেন, আপনি একটি ছাড় পেতে পারেন এবং অর্থ সঞ্চয় করতে পারেন।



আপনি বকেয়া থাকলে আপনার জল সরবরাহ বন্ধ করা হবে দয়া করে নোট করুন!

4. প্রত্যাহিক জীবনের নিয়ম

1) আপনার প্রতিবেশী উত্তেজিত না করবেন।

2) মনে থাকে যে শব্দ না করবেন যেমন বড় পরিমাণে গান এবং সংগীত বাজান বা জোলে বলা।

3) আবর্জনা ঠিক দিন আর সময়ে সঠিকভাবে শ্রেণীবদ্ধ করে সঠিক জায়গায় রাখবেন।



4) সাইকেল এবং গাড়ি সঠিক জায়গায় থাকতে হয়।



5) প্রতিবেশীর সঙ্গে সহযোগিতা করবেন যেমন এপার্টমেন্টের সাধারণ এলাকা সাফ করা।

5. চাকরি নিয়ে

যদি চাকরি চান, আপনার বসবাসের আবস্থায় ভিত্তিতে চাকরির ধরন এবং শর্তাবলি বিভিন্ন। চাকরি ঠিক করার জন্য আপনি “Hello Work” ব্যবহার করতে পারবেন।



6. অধিবাসীর সমিতি নিয়ে

বাসিন্দা সমিতি হল একটি এলাকায় বসবাসকারী লোকদের একটি গ্রুপ যারা বিভিন্ন স্থানীয় সমস্যা যেমন পরিষ্কার, অপরাধ প্রতিরোধ, দুর্ঘটনা প্রতিরোধ এবং কল্যাণ ইত্যাদির সমাধান করতে একসঙ্গে কাজ করে, উত্সব এবং অন্যান্য বিনোদনমূলক কার্যকলাপের মাধ্যমে তাদের বন্ধুত্বকে গভীর করে এবং তাদের জীবনযাত্রার উন্নতি করে। পরিবেশ এগুলি হল স্বেচ্ছাসেবী সংস্থা যারা বন্ধুত্বকে গভীর করতে এবং উত্সবগুলির মতো বিনোদনমূলক কার্যকলাপের মাধ্যমে জীবনযাত্রার পরিবেশ উন্নত করার চেষ্টা করে।

তারা কি রকমের কাজ করেন?

- ◇ জীবনযাত্রার মান উন্নয়নের উদ্যোগ
- সম্প্রদায় পরিষ্কার, সম্পদ সংগ্রহ
- ◇ নিরাপদ এবং নিরাপদ সম্প্রদায় তৈরি করার প্রচেষ্টা
- অপরাধ নিবারণ, দুর্ঘটনা নিবারণ, আগুন নিবারণ, নিরাপত্তা ট্রাফিক
- ◇ সম্প্রদায়ের মধ্যে বন্ধুত্ব প্রচারের উদ্যোগ
- উত্সব (মাতসুরি) এবং স্পোর্টসফেস্ট (উন্ডুকাই) এর মতো অনুষ্ঠানের আয়োজন করা
- প্রজন্মগত মিথস্ক্রিয়া
- গোষ্ঠী কার্যক্রম যেমন শিশু সমিতি এবং সিলভার ক্লাব



【সংযোগ করার সময়...】

- ◇ বাসিন্দা সমিতি দিয়ে সিটির খবর পেতে পারেন।
- ◇ সিটির লোকজনের সাথে পরস্পরের উপর ক্রিয়া করতে পারেন, এবং যদি আপনার সাহায্য দরকার, সেই সম্প্রদায়ের লোকজন আপনাকে সাহায্য করবেন।
- ◇ সমিতিতে যোগ দেওয়ার জন্য কিছু টাকা দিতে হবে। যোগ দেওয়ার আগে সেই ফি নিয়ে চেক করবেন।
- ◇ জাপানি ভাষায় “Kou Min Kan” বলার জায়গা ব্যবহার করতে পারেন।

【যদি আপনি যোগ না দেওয়া...】

- ◇ যদি আপনি সমিতিতে সংযোগ না করে, তাহলে কিছু এলাকায় আপনার ময়লার বুঝিটা বাইরে নিয়ে যেতে পারে না।

7. যোগাযোগ(কন্টাক্ট) ※ ফোন করার সময়, প্রথমে আপনি কি নিয়ে জানতে চান সেটা নিয়ে জানাবেন।

পরামর্শ বিষয়	আলোচনা করার বিভাগ	ফোন নম্বর
অধিবাসী নিবন্ধন	SHIMIN-KA (নাগরিক বিভাগ)	
পৌর আবাসন নিয়ে	TOSHI-KEIKAKU-KA (সিটি হল নগরীয় পরিকল্পনা বিভাগ)	
বিজলি নিয়ে	টোকিয়ো ইলেকট্রিক পাওয়ার (ইবারাকি ক্রেতা কেন্দ্রস্থল)	
জোল সংভরণ নিয়ে	SUIDO-KA(সিটি হল জলাশয় বিভাগ)	
নরদমা নিয়ে	GESIDO-KA সিটি হল নরদমা বিভাগ	
চাকরি নিয়ে	“Hello Work” (চাকরি নিয়ে পরামর্শ করার বিভাগ)	
বাসিন্দা সমিতি নিয়ে	SOMU-KA(সিটি হল-প্রধান কাজ বিভাগ)	
ময়লা নিয়ে	SEIKATSU-KANKYO-KA (সিটি হল বাস প্রতিবেশ বিভাগ)	

আপনার ময়লা বুриটা বাইরে নিয়ে

প্রতি এলাকা ভিত্তিতে ময়লা বুриটা বাইরে নিয়ে যাওয়ার উপায় বিভিন্ন। ময়লার রকমে ভিত্তিতে ময়লার ব্যাগের রঙ্গ বিভিন্ন সেটা বাইরে নিয়ে যাওয়ার দিনও বিভিন্ন।

※আলও অনেক ইনফরমেশনের জন্য সিটির হোমপেজ দেখেন।

1. টাইপ A

(1) ময়লার টাইপ

※ ভাঙা কাঁচ বা ধারালো জিনিসগুলো কাগজের ভিতরে রাখেন। এবং সেই ময়লার উপরে “বিপদ” (জাপানি ভাষায় “KIKEN”) লিখে রাখুন।

① দহনযোগ্য ময়লা : দহনযোগ্য ময়লা হল কাঁচা ময়লা, কাগজ ময়লা ইত্যাদি।



②পোড়ানো যায় না এমন ময়লা : ভাঙা বিষয়, চামড়াজাত পণ্য, রাবার পণ্য



③ রিসাইকেল সামগ্রী

○প্লাস্টিক বোতল

প্লাস্টিক বোতল হিসাবে ফেলতে পারেন বোতলের উপরে “প্লাস্টিক বোতল লক্ষ্য” রাখার বোতল। যেমন পানীয় বোতল, মিরিন বা সয়াসস, তেল ছাড়া সস ইত্যাদি।



প্লাস্টিক বোতল লক্ষ্য



※ লেবেল ও টুপি আলাদা করবেন। এগুলো প্লাস্টিক পত্র হিসাবে ফেলবেন।

○ ব্যবহৃত কাগজ

সংবাদপত্র, ম্যাগাজিন, কার্ডবোর্ড, কাগজের প্যাক

○ ব্যবহৃত কাপড়

অন্তর্বাসসহ পাতলা সূতি কাপড়

○প্লাস্টিক পাত্রে এবং প্লাস্টিক প্যাকেজ (প্লাস্টিক কোষ)

প্লাস্টিক পাত্র এবং প্লাস্টিক প্যাকেজ হল খাবারসহ পণ্যে ব্যবহৃত করার জিনিস।



○খালি ক্যান

পানীয় ক্যান (ইস্পাত, অ্যালুমিনিয়াম), ক্যানিং ক্যান, স্প্রে ক্যান, রন্ধন প্যান, কেতলি ইত্যাদি।



○খালি গ্লাস বোতল

পানীয় বোতল হতে পারে রিসাইকেল সামগ্রী



(২) বর্জ্য অপসারণের উপায়

【আবর্জনা ব্যাগ ময়লার রকমে ভিত্তিতে আলাদা】 ময়লাগুলো সঠিক আবর্জনা ব্যাগে ফিরেন।

- ① দহনযোগ্য ময়লা (লাল) ② পোড়ানো যায় না এমন ময়লা (নীল) ③ রিসাইকেল উপকরণ (সবুজ)

※সতর্কতা জারি

1 খালি গ্লাস বোতল হল পুনর্ব্যবহারযোগ্য, কিন্তু এটা সবুজের আবর্জনা ব্যাগে না ফিরেন।

অন্য জায়গায় তিনটা নানা রঙের বাক্স আছে, সেই একি রঙের বাক্সের ভিতরে খালি গ্লাস বোতল রাখেন।



- আপনি শুধু খাওয়ার জন্যের খালি বোতল ময়লা করে রাখতে পারেন।
- নিচে লেখার বোতলগুলো হল পোড়ানো যায় না এমন ময়লা।

তাপ প্রতিরোধী গ্লাস, মৃতিশিল্প, কসমেটিক বোতল, দুধের ন্যায় সাদা বোতল, লাইট বাল্ব, কাচপাত্র ডিশ, ফ্লাট গ্লাস ইত্যাদি।

2 অনুগ্রহ করে পুরানো কাগজগুলো স্ট্রিং দিয়ে বেঁধে ফেলবেন। এবং দয়া করে নোংরা কাগজগুলি পোড়াতে যোগ্য আবর্জনার মধ্যে রাখুন এবং নিষ্পত্তি করবেন।

- ① পত্রিকা ② ম্যাগাজিন ③ শক্ত কাগজ ④ কাগজের প্যাক



3 স্ট্রিং সঙ্গে পুরানো কাপড় গাঁট বাঁধবেন। বৃষ্টির দিনে, অনুগ্রহ করে পরের বার এগুলি বাইরে রাখুন বা পরিষ্কার প্লাস্টিকের ব্যাগে রাখুন।

※ নানা রকম ময়লাগুলো ফেলার দিন আপনার মাথায় রাখবেন।

※ 【দহনযোগ্য ময়লা】 : ○বার

【পোড়ানো যায় না এমন ময়লা】 : ○বার

【পুনর্ব্যবহারযোগ্য প্লাস্টিকের পাত্র】 : ○বার

【পুনর্ব্যবহারযোগ্য পিইটি বোতল】 : ○বার

【পুনর্ব্যবহারযোগ্য খালি বোতল, খালি ক্যান, পুরানো কাগজপত্র এবং পুরানো কাপড়】

: ○বার



2. টাইপ B

ময়লাগুলো সঠিকভাবে আলাদা করে

(1) ময়লা-আবর্জনার টাইপ এবং কি করে ফেলতে হবে

① পোড়ানোর আবর্জনা :

কাঁচা ময়লা, কাগজ, চামড়ার জিনিস, রবারের জিনিস, এবং প্লাস্টিকসহ



【কি করে ফেলতে হবে】

ময়লাগুলো সঠিক আবর্জনা ব্যাগে ফেলে সেই ব্যাগ ময়লা সংগ্রহ জায়গায় রাখেন।

② পোড়ানো যায় না এমন আবর্জনা :

ভঙ্গুর জিনিস, ক্যান(খাওয়া জন্য়ের জিনিস ছাড়া) এবং বালক ক্যানসহ



【কি করে ফেলতে হবে】

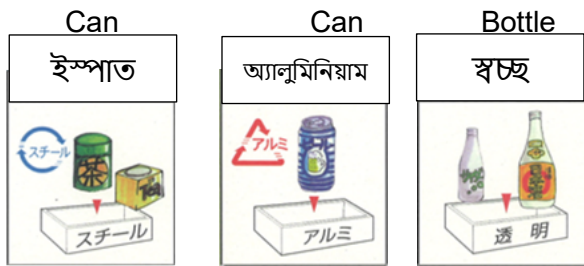
ময়লাগুলো সঠিক আবর্জনা ব্যাগে ফেলে সেই ব্যাগ ময়লা সংগ্রহ জায়গায় রাখেন।

③ রিসাইকেল সামগ্রী

○খালি ক্যান, খালি বোতল (পানীয় বোতল) বিয়ার বোতলসহ পানীয় বোতল হতে পারে রিসাইকেল সামগ্রী। ক্যানিং ক্যান, বিস্কুট ক্যান, দুধ ক্যান হল “পোড়ানো যায় না এমন আবর্জনা”।

【কিভাবে ফেলতে হবে】

পানীয় বোতল নির্দিষ্ট বক্সের ভিতরে রাখুন।
ক্যান ক্যান বোতল



বোতল

বোতল

বোতল



নীল, সবু

ব্রাউন

কাল

○প্লাস্টিক বোতল

প্লাস্টিক বোতল হিসাবে ফিলতে পারেন বোতলের উপরে “প্লাস্টিক বোতল লক্ষ্য” রাখার বোতল। তেল, সস। সাবান, শ্যাম্পুর পাত্র দহনযোগ্য আবর্জনা হিসাবে ফেলবেন।

【কিভাবে ফেলতে হবে】

প্লাস্টিক বোতল নির্দিষ্ট বক্সের ভিতরে রাখুন। লেবেল, টুপি আলাদা করে দহনযোগ্য আবর্জনা হিসাবে ফেলবেন।

প্লাস্টিক বোতল লক্ষ্য



○ব্যবহৃত কাগজ, ম্যাগাজিন এবং কার্ডবোর্ড

【কি ভাবে ফিলতে হবে】 একটি ধরনের জন্য একটি প্লাস্টিক স্ট্রিং ব্যবহার করে বাধে রাখুন।



★আবর্জনা সঠিক উপায়ে ফেলা আমাদের সমাজের অধিবাসী হওয়ার জন্য গুরুত্বপূর্ণ।

সিটি হলের আবর্জনা ট্রাক পরিকল্পনা করে আবর্জনা সংগ্রহ করে। কিন্তু, তারা আবর্জনা সংগ্রহ না করে যাওয়ার সময়ও আছে। যখন আবর্জনা না সংগ্রহ করা হয়, তখন সেই সমাজ নোংরা হবে, এবং সেই সমাজের লোকজন ঘৃণা হবে। যদি এমন পরিবেশ চলে, তাহলে উপকণ্ঠ সম্পর্কও খারাপ হবে। সেই রকম পরিবেশ বিরত করার জন্যেও আপনার আবর্জনা সঠিকভাবে ফেলবেন।



(1) আবর্জনা সংগ্রহ না করা হওয়ার কারণ

- আবর্জনা ফেলার দিন ভুলে বোঝা।→ আবর্জনার রকমে সংগ্রহ করার দিন নিশ্চিত। সেই দিনটা আবার চেক করুন।
- নামক করার ব্যাগ ব্যবহার করেন না। →আবর্জনা সঠিক ব্যাগে ফেলবেন বা স্ট্রিং ব্যবহার করে বেঁধে রাখবেন।
- আবর্জনা ফেলার নিয়ম প্রতি এলাকায় আলাদা।→ আপনার এলাকার নিয়ম আবার চেক করবেন।

(2) কেন প্রতি সমাজে আবর্জনা সংগ্রহ করার উপায় আলাদা?

○টাইপ A/B এর পার্থক্য হল প্লাস্টিক বা ক্যান নামক ব্যাগে ফেলা কি না। প্রতি অঞ্চলে পুড়ন, রিসাইকেল উপায় আলাদা। টাইপ A হল পরিষ্কার প্লাস্টিক রিসাইকেল করা হয় বলে, প্লাস্টিক জিনিসগুলো “প্লাস্টিক” ভাবে রাখতে হয়। কিন্তু টাইপ B হল প্লাস্টিক পুড়ন করা হয়, তাই প্লাস্টিক জিনিসগুলো “পোড়ানোর আবর্জনা” হিসাবে ফেলতে হয়।

※ টাইপ A/B ছাড়াও অন্য উপায়ে আবর্জনা বিরহিত করার সমাজও আছে। আপনার শহরের সিটি হলে গিয়ে সেখানে আবর্জনার বিভক্ত নিয়ে লেখার বর্ণনা পেয়ে চেক করবেন।

○যদি রিসাইকেল ব্যাগে নোংরা জিনিস থাকে, তাহলে সেই ব্যাগ সংগ্রহ করা হয় না। রিসাইকেল করার জিনিসগুলো (প্লাস্টিক, ক্যান, বোতল) পরিষ্কার করতে হবে।

○বোতল, ব্যাটারি, প্রতিপ্রভ লাইট ইত্যাদি পার্ক বা জনসাধারণ হলে থাকার সংগ্রহ বক্সে রাখবেন।

○পানীয় টিন ব্যাগে রাখা বা সংগ্রহ বক্সে রাখা প্রতি সমাজে আলাদা।

○লাইটার সব ব্যবহার করবেন, এবং ঝলকে গর্ত খুলে ফেলবেন। আপনি প্লাস্টিক পরিষ্কার করে লেবেল আলাদা করে টুপি ছেড়ে রিসাইকেল করতে পারবেন। সুপার মার্কেটেও রিসাইকেল বক্স আছে। ক্যান, দুধের প্যাঁক, খাবারের ট্রেও পরিষ্কার করে রিসাইকেল করতে পারবেন।

○যদি আপনি ওয়াশিং মেশিন, তিভি, ফ্রিজ, এয়ার কন্ডিশনার ইত্যাদি ফেলতে চাইবেন, তাহলে আপনার রিসাইকেল টাকা দিতে দরকার।বাড়ি প্রয়োগের দোকান, রিসাইকেল দোকান বা সিটি হলে গিয়ে টাকা দিয়ে ফেলবেন।

○যদি বড় জিনিসগুলো (দেবাজওয়লা আলমারি, সফা ইত্যাদি)ফেলতে চাইবেন, তাহলে ফেলার আগে সেই জিনিসের উপরে বিশেষ স্টিকার লাগাতে দরকার। তার পর সিটি-হলে ফোন করুন। সেই জিনিসগুলো সংগ্রহ করা হবে।

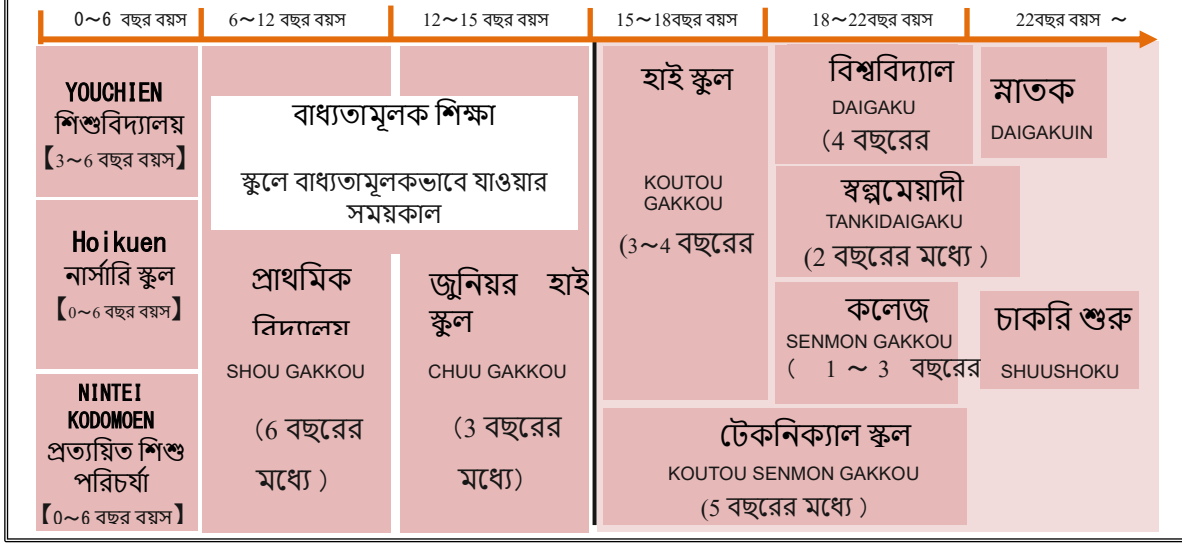
যদি আপনার নিষ্কাশন নিয়ে কিছু জিজ্ঞাসা থাকে, তাহলে ফেলার আগে সিটি হলে ফোন করবেন।

3. কন্টাক্ট ※ফোনে প্রতমে আপনার জিজ্ঞাসা নিয়ে জানাবেন।

প্রশ্ন	কোথায় জিজ্ঞাসা করতে হবে	ফোন নম্বর
আবর্জনা নিয়ে	সিটি হল-জীবন্ত পরিবেশ বিভাগ (Seikatsu Kankyo ka)	

শিক্ষা এবং শিশুর যত্ন

1. শিক্ষা এবং শিশুশালা সিস্টেম



(1) প্রাথমিক বিদ্যালয় প্রবেশকরানোর আগে নিতে হয় নিচে লেখার শিক্ষা/শিশুশালা

স্কুলের নাম	চেহারা	বাচার বচর বয়স	প্রয়গকরার জায়গা
শিশুবিদ্যালয়	পিতামাতার কর্মসংস্থান, শিশুর শিক্ষার সুবিধা নির্বিশেষে ব্যবহার করা যেতে পারে।	3 থেকে 5 বছর বয়স পর্যন্ত (৬ বছর বয়সে হওয়ার সাল পর্যন্ত)	আপনার পরিচয়ের শিশুবিদ্যালয়
নার্সারি স্কুল	বাড়িতে শিশুর যত্ন করতে পারেন না এমন পরিবেশে পিতামাতার বদলে বাচাকে যত্ন করার স্কুল।	0 থেকে 5 (৬ বছর বয়সে হওয়ার সাল পর্যন্ত)	সিটি হল – চাইল্ড বিভাগ
প্রত্যয়িত শিশু পরিচর্যা	শিশুবিদ্যালয় এবং নার্সারি স্কুলের অনুষ্ঠান আছে।	0 থেকে 5 (৬ বছর বয়সে হওয়ার সাল পর্যন্ত)	যদি শিশুবিদ্যালয় আপনার পছন্দ, সেই শিশুবিদ্যালয়ে কন্টাক্ট করবেন। যদি নার্সারি স্কুল আপনার পছন্দ, তাহলে সিটি-হল চাইল্ড বিভাগে কন্টাক্ট করবেন।

- ※ শিশুবিদ্যালয়, নার্সারি স্কুল, প্রত্যয়িত শিশু পরিচর্যা প্রতি স্কুলে গ্রহণকরার বাচার বছর বয়স আলাদা।
- ※ যারা এপ্রিল থেকে একটি নার্সারি স্কুলে ভর্তি হতে চান তাহলে সেই আগের বছর অক্টোবরের শেষ থেকে
নভেম্বর শুরু পর্যন্ত সিটি-হল চাইল্ড বিভাগে প্রয়োগ করবেন।
- ※ যারা এপ্রিল মাসে পাবলিক কিন্ডারগার্টেনে প্রবেশ করতে চান, অনুগ্রহ করে আবেদন
করুন।
- গত বছরের সেপ্টেম্বরের মাঝামাঝি থেকে আপনার পছন্দের কিন্ডারগার্টেনে।



(2) স্কুল শিক্ষা

স্কুল	ভরতি করার বছর বয়স	প্রয়োগকারার জায়গা	স্কুল নির্বাচন (পাবলিক)	ভর্তি পরীক্ষা (পাবলিক)
প্রাথমিক বিদ্যালয়	6~12 বছর বয়স (7 বছর বয়সে হওয়ার সাল থেকে~)	সিটি শিক্ষা বোর্ড	সিটি স্থির করবে	নেই
জুনিয়র হাই স্কুল	12 ~ 15 বছর বয়স (13 বছর বয়সে হওয়ার সাল থেকে~)	সিটি শিক্ষা বোর্ড	সিটি স্থির করবে (জুনিয়র হাই স্কুল অনুরোধ করা যেতে পারেন)	নেই
হাই স্কুল	15 ~ 18 বছর বয়স (16 বছর বয়সে হওয়ার সাল থেকে~)	প্রিফেকচারাল শিক্ষা বোর্ড	আপনার পছন্দের স্কুল	আছে
বিশেষ সাহায্য স্কুল ※	প্রাথমিক বিদ্যালয় এবং জুনিয়র হাই স্কুল 6 ~ 15 বছর বয়স	সিটি শিক্ষা বোর্ড	সিটির সঙ্গে আলোচনা করতে হবে	নেই
	হাই স্কুল 15 ~ 18 বছর বয়স	ফেকচারাল শিক্ষা বোর্ড	আপনার পছন্দের স্কুলের সাথে আলোচনা করতে হবে	আছে

※বিশেষ সাহায্য স্কুল হল স্কুল যেখানে প্রতিবন্ধী শিশুরা পড়তে পারে। প্রাথমিক (প্রাথমিক বিদ্যালয় পর্যায়), মধ্য বিদ্যালয় (মধ্য বিদ্যালয় পর্যায়), উচ্চ বিদ্যালয় (কোটোবু) একটি উচ্চ বিদ্যালয় পর্যায় রয়েছে।

2. স্কুলে ভর্তির পদ্ধতি (প্রাথমিক প্রথম গ্রেডের ক্ষেত্রে)

① নতুন সেমিস্টার থেকে স্কুলে প্রবেশ করার সময় (এপ্রিল থেকে)

শিক্ষা বোর্ডে প্রয়োগ করে জ্ঞাপন গ্রহণ করবেন। (স্কুল শিক্ষা বিভাগ)

অগাস্ট একটি সিটিতে নাগরিক কার্ড থাকার বিদেশী শিশুর পিতা-মাতায় সেই সিটি থেকে স্কুলে প্রবেশ করার জন্য আবেদনপত্র আসছে। সেই আবেদনপত্রে লেখার নির্দিষ্ট সময়সীমা পর্যন্ত, শিক্ষা বোর্ডে স্কুলের জন্য আবেদন করবেন। একি সময়ে স্কুল স্বাস্থ্য পরীক্ষার কাগজে প্রয়োজনীয় ইনফরমেশন লিখবেন।

※ আপনার আবাসিক কার্ড, মা-শিশুর হ্যান্ডবুক এবং স্ট্যাম্প দরকার।

অক্টোবর ঠিক সময় আপনার শিশুর সঙ্গে প্রাথমিক বিদ্যালয় গিয়ে স্বাস্থ্য পরীক্ষা নেবেন।

ফেব্রুয়ারি স্কুল তালিকা জ্ঞাপন আপনার সাথে আসবে।

একটি প্রবেশদ্বার ব্রিফিং সেশন আছে।

এপ্রিল প্রবেশ অনুষ্ঠান অনুষ্ঠিত হবে।

② স্থানান্তরের সময়

সিটি হল, শিক্ষা বোর্ডে যাবেন। (স্কুল শিক্ষা বিভাগ)

○সেখানে আপনার শিশুকে স্কুলে ভরতি করতে চাওয়ার কোথা জানাবেন।

○স্কুলের আবেদনপত্র পূরণ করবেন।

【ভর্তির জন্য প্রয়োজনীয় কাগজপত্র】

আপনার আর আপনার শিশুর আবাসিক কার্ড, উপস্থিতি শংসাপত্র, রিপোর্ট কার্ড



3. টাকা

	প্রাথমিক বিদ্যালয়	জুনিয়র হাই স্কুল	হাই স্কুল
শিক্ষাদান ফি	বিনামূল্যে		বিনামূল্যে না ※ পরিবারের আয় অনুযায়ী সরকার থেকে ভর্তুকি দেওয়া যেতে পারে।
বইগুলো	বিনামূল্যে		বিনামূল্যে না
স্কুল সরবরাহ	বিনামূল্যে না ※ স্কুল লাঞ্চ এবং স্কুল ভুলের ফি আপনার দিতে দরকার।		

◎ সাহায্য / বৃত্তি ব্যবস্থা

পাবলিক প্রাথমিক / জুনিয়র হাই স্কুল : বিদ্যালয়ে উপস্থিতি সাহায্যতার সিস্টেম

আর্থিক কারণে (যেমন অর্থের অভাব) স্কুলে যেতে (স্কুলে যাওয়া) অসুবিধা এবং যখন এটি শিক্ষা বোর্ড কর্তৃক অনুমোদিত হয়, তখন স্কুল সরবরাহের জন্য অর্থ, স্কুলের উপবৃত্তি, খাবারের খরচ ইত্যাদি প্রয়োজন। আপনি প্রয়োজনীয় পেতে পারেন সাহায্য যোগ্য পরিবার হল আয়-সীমাবদ্ধ পরিবার, যেমন জীবিকা সুরক্ষা বা আধা-প্রয়োজনীয় সুরক্ষা সহ পরিবার। স্কুলের মাধ্যমে শিক্ষা কমিটিতে আবেদন জমা দিতে হবে।

① হাই স্কুল : ছাত্রবৃত্তি সিস্টেম

উচ্চ বিদ্যালয়ে যোগদান করা ইত্যাদি, টিউশন ফি কভার করার জন্য, এটি একটি সরকারী বা বেসরকারী স্কুল যাই হোক না কেন) সাহায্যতার অর্থ পেতে পারে।

প্রতিটি প্রিফেকচারে, নিম্ন আয়ের পরিবারের শিক্ষা খরচের জন্য টিউশন ফি (পাঠ্যপুস্তকের খরচ, স্কুল সরবরাহের খরচ ইত্যাদি) উচ্চ বিদ্যালয়ের শিক্ষার্থীদের সমর্থন ইত্যাদির জন্য বৃত্তি রয়েছে।

4. হাই স্কুলের জন্য প্রবেশ পরীক্ষা নিয়ে

জাপানে ছাত্র/ছাত্রীরা আপনার পছন্দের হাই স্কুলে যেতে পারে। কিন্তু স্কুলে প্রবেশ করার জন্য প্রবেশ পরীক্ষা নিগর প্রয়োজন আছে। প্রবেশ পরীক্ষায় “জেনেরাল পরীক্ষা” (জাপানী, ইংরেজি, গণিত, সামাজিক শিক্ষা এবং নীতি) আর “বিদেশীদের জন্য বিশেষ নির্বাচন” আছে।

বিদেশীদের জন্য বিশেষ নির্বাচন...

ইবারাকি এলাকার সব পাবলিক হাই স্কুলে বিদেশীদের জন্য বিশেষ নির্বাচন করা হয়।

কিন্তু এই পরীক্ষা নিতে পারে জাপানে আসার পর তিন বছরের মধ্যে।

নিয়োগ নম্বর : প্রতি স্কুলে দুইজন লোক আর বেশি

পরীক্ষার পরিমাণ : জাপানীভাষা, ইংরেজি, গণিত এবং সাক্ষাতকার





5. প্রশ্ন

(1) বিভিন্ন গ্রেডে ভর্তি করা কি সম্ভব?

যদি ১৫ বছর বয়স থেকে ছোট, নীতিগতভাবে একি বছরের গ্রেডে ভর্তি করতে হবে। কিন্তু ১৫ বছর বয়স থেকে বড়, নিচে লেখার কোথাগুলো দেখাবেন।

- ① যদি আপনি জুনিয়র হাই স্কুলে যেতে চাইবেন : নীতিগতভাবে পাবলিক জুনিয়র হাই স্কুলে যেতে পারবেন না। কিন্তু “রাতের জুনিয়র হাই স্কুল” সেখানে পড়াশোনা করতে পারবেন।
- ② যদি আপনি হাই স্কুলে যেতে চাইবেন : ভর্তির পরীক্ষায় পাস করে, তাহলে সবাই ভর্তি করতে পারবেন।

গুরুত্বপূর্ণ পয়েন্ট

- ছাত্র ভিসা, কাজের ভিসায় পরীক্ষা নিতে পারবেন না। স্থায়ী, নিষ্পত্তি, পরিবার থাকার অবস্থায় পরীক্ষা পেতে পারবেন।
- যদি আপনার শিশু ১৮ বছর বয়স থেকে ছোট, পিতা-মাতার (পরিবারের) সঙ্গে না থাকলে, পরীক্ষা নিতে পারবেন না।
- পরীক্ষা নেওয়ার জন্য, বাধ্যতামূলক শিক্ষা শংসাপত্র (নয় বছর) বা জুনিয়র হাই স্কুল স্নাতক করার সার্টিফিকেট(জুনিয়র হাই স্কুল স্নাতক না করলে, জুনিয়র হাই স্কুল স্নাতক করার অধিকার সার্টিফিকেট করার পরীক্ষা নেবেন) দরকার।

(2) আন্তর্জাতিক ক্লাসে কি?

যদি আপনার শিশু জাপানী ভাষা নিয়ে অসুবিধা থাকে, তাহলে আন্তর্জাতিক ক্লাসে জাপানী ভাষা শেখার সহায়তা আছে। প্রতি স্কুলে সেই ক্লাস থাকে না। কিছু স্কুলে আন্তর্জাতিক ক্লাস নেই।

(3) বিদেশী জন্যের স্কুল এবং পাবলিক স্কুলের মধ্যে তফাৎ কি?

পাবলিক স্কুলে ভর্তি করা ছাড়াও বিদেশী জন্যের স্কুলে ভর্তি করার অপশনও আছে। অনেক বিদেশী জন্যের স্কুলে আপনার পাঠক্রম থাকে, প্রতি স্কুলে নিশ্চিত করার ভাষায় শিক্ষা দেওয়া হয়।(ব্রাজিলীয় স্কুলে পর্তুগিজ ব্যবহার করে শিক্ষা দেওয়া হয়)কিছু বিদেশী জন্যের স্কুলে শিশু বিদ্যালয় থেকে হাই স্কুল পর্যন্ত থাকতে পারেন।

(4) আরও গুরুত্বপূর্ণ কোথা আছে কি?

- ✓ স্কুলে প্রবেশ করার পরে, যদি স্কুলে যাওয়া দেরি করা, অনুপস্থিত বা স্কুল শেষ করার আগে বাড়িতে ফেরা ইত্যাদির সময়ে স্কুলে কন্টাক্ট করবেন।
- ✓ PTA (পিতা-মাতা এবং শিক্ষকের সংস্থা) আর ক্লাস পর্যবেক্ষণ দিনে যোগ দেবেন। আপনি থাকার এলাকার বাচ্চার সংস্থায়ও যোগ দেবেন।
- ✓ স্কুলে স্কুল লাঞ্চ সিস্টেম থাকে। প্রতিদিন স্কুল সাফ করার সময়ও আছে।
- ✓ দুর্ঘটনা বিরত করতে স্কুলে কানবালা আর অন্য উপাঙ্গ না ধরবেন।
- ✓ স্কুলের ভিতরে স্বতন্ত্র জুতা পরতে হবে।
- ✓ প্রতি একালায় গন সৃষ্টি করে একত্রে প্রাথমিক স্কুলে যাওয়া এবং স্কুল থেকে বাড়িতে ফিরে আসার চর্চা আছে।



6. কন্টাক্ট

※ ফোন করার সময় আপনার জিজ্ঞাসা প্রথমে জানাবেন।

আপনার জিজ্ঞাসা নিয়ে	জিজ্ঞাসা করার বিভাগ	ফোন নম্বর
পাবলিক শিশু, প্রাথমিক বিদ্যালয় এবং জুনিয়র হাই স্কুল নিয়ে	সিটি হল –স্কুল বিভাগ (Gakko Kyoiku ka)	
নার্সারি স্কুল এবং প্রত্যয়িত শিশু পরিচর্যা নিয়ে	সিটি হল – শিশু বিভাগ (Kodomo ka)	

মেডিকেল বিমা ও পেনশন

1. জাপানে বসবাসকারী ব্যক্তিদের পাবলিক মেডিকেল ইনস্যুরেন্স এবং পেনশন সিস্টেমে যোগদান করতে হবে।

জাপানে আঘাত বা রোগের সময়ে শুরু ছোট টাকা দিয়ে মেডিক্যাল কেয়ার পাওয়ার সিস্টেম আছে, সেই সিস্টেম হল “মেডিক্যাল বিমা”। আর বার্ধক্য, অক্ষমতা এবং মৃত্যুর সময়ে টাকা পেতে পাওয়ার “পেনশন” (জাতীয় পেনশন / কর্মীর পেনশন) সিস্টেম আছে। বিদেশী লোকজনও এই সিস্টেমে যোগ দিতে হবে। (জাপানে এক সাল চেয়ে শর্ট পিরিঅড থাকার বিদেশীদের যোগ দেওয়ার দরকার নেই)

ট্রাফিক দুর্ঘটনা বা অসুস্থ হওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। যদি মেডিক্যাল বিমায় যোগ না দেন, তাহলে মেডিক্যাল কেয়ার আর সল্যুচিকিতসায়ের দাম অনেক বেশি হয়। আর যদি পেনশন সিস্টেমে যোগ না দেন, তাহলে বার্ধক্যে বা অক্ষমতায় চাকরি করতে অসুবিধা থাকার সময়ে, আপনার আয় পেতে পারে না।



সেই জন্য এই সিস্টেম অনেক গুরুত্বপূর্ণ। তাই নিশ্চয়ই যোগ দেবেন।

2. বিমায় যোগ দেওয়া / না দেওয়া আপনার জীবন অনেক পরিবর্তন হতে পারে।

	জীবনে কি কি ঘটনা ঘটে	বিমায় যোগ দেওয়া	বিমায় যোগ না দেওয়া
মেডিক্যাল বিমা	অসুস্থতা	30% নিজে ফি দিয়ে মেডিক্যাল কেয়ার পেতে পারেন	100% টাকা দিতে হবে
	শল্যচিকিতসা বা হাসপাতালে ভর্তি করা	শুধু নির্ধারিত দাম দেওয়ার দরকার।	100% টাকা দিতে হবে
	দুর্ঘটনার জন্য কাজ করতে পারে না	দুর্ঘটনা এবং অসুস্থতাকালীন সুবিধা নিতে পারেন। (কেবল কোম্পানি ইত্যাদির মেডিক্যাল ইন্সুরান্স)	অসুস্থতাকালীন সুবিধা নিতে পারবেন না
	প্রসবাবস্থা	প্রসবাবস্থা সুবিধা কিছু নিতে পারবেন।	100% টাকা দিতে হবে
পেনশন বিমা	দুর্ঘটনার জন্য কিছু করতে অসুবিধা থাকে	অক্ষমতা পেনশন নেওয়ার সুযোগ আছে	অক্ষমতা পেনশন নেওয়ার সুযোগ পেতে পারবেন না
	মারা যাওয়া	আপনার পরিবার রক্ষাপ্রাপ্ত টাকা নিতে পারবেন	রক্ষাপ্রাপ্ত টাকা নেই
	দশ সাল চেয়ে দীর্ঘ সময়কাল পেনশন দিয়ে 65 বছর বয়স করা হয়	বার্ধক্য পেনশন নিতে পারবেন	বার্ধক্য পেনশন নেই

3. পাবলিক স্বাস্থ্য বিমা সিস্টেম

পাবলিক স্বাস্থ্য বিমা হল আমাদের মেডিক্যাল টাকা কম করার জন্য গুরুত্বপূর্ণ সিস্টেম। এই বিমা দুটো টাইপ আছে, জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা আর কোম্পানির স্বাস্থ্য বিমা। উভয় বিমার মধ্যে একটা বিমায় যোগ দেওয়ার পর, জাপানের সব এলাকায় সাধারণত উপযুক্ত মেডিক্যাল কেয়ার পেতে পারবেন।



(1) জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা

কোম্পানির স্বাস্থ্য বিমায় যোগ দেওয়ার লোকজন আর পাবলিক সহযোগিতা নেওয়ার লোকজন ছাড়া, অন্যরার জাতীয় স্বাস্থ্য বিমায় যোগ দিতে দরকার।

(2) কোম্পানির স্বাস্থ্য বিমা

কোম্পানির স্বাস্থ্য বিমা হল জেনেরাল কর্মীর মেডিক্যাল ফি নিয়ে ঢাকনা করার বিমা। পরিবারও এই বিমা নেওয়ার সিস্টেম আছে, বিমা নেওয়ার জন্য বার্ষিক আয় 1,300,000 ইয়েন (জাপানের টাকা) চেয়ে কম ইত্যাদি প্রয়োজনীয় অবস্থা পূরণ করতে হবে।

(3) জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা এবং কোম্পানির স্বাস্থ্য বিমার পার্থক্য

	জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা	কোম্পানির স্বাস্থ্য বিমা
যোগ দেওয়ার জন্য আপনাকে প্রয়োজনীয় জিনিসগুলো পূরণ করতে হবে	সোলো মালিকানা আর বেকার লোকজন ইত্যাদি	কোম্পানির নিয়মিত কর্মী বা কাজ করার দিন নিয়মিত কর্মীর 3/4 চেয়ে বেশির লোকজন
কন্টাক্ট বিভাগ	সিটির জাতীয় স্বাস্থ্য বিমাবিভাগ	“কইয়োকাই কেনপো” (জাপানী ভাষা) বা প্রতি সমাজিক বিমা বিবাহ
বিমার টাকা	প্রতি পরিবারে বিমায় যোগ দেওয়ার লোকের সংখ্যা, বয়স বছর, আয়সহর উপরে ভিত্তি থেকে ঠিক করা হয়	প্রতি ব্যক্তির বয়স বছর, আয়ের উপর ভিত্তি থেকে ঠিক করা হয়
পরিজন	পরিবারের মধ্যে বিমায় যোগ দেওয়ার লোকজনের সংখ্যায় বিমার টাকা দামী বা সস্তা হতে পারবে। এই বিমায় “পরিজন” ধারণা নেই।	সঠিক পরিসরের মধ্যে স্বাস্থ্য বিমানিতে পারবেন।
কিভাবে বিমা টাকা দিতে হবে	সিটির কন্টাক্ট বিভাগে টাকা দিতে হবে। *আপনি সুবিধা দোকান বা ব্যাংকেও টাকা দিতে পারবেন।	বেতন থেকে কাটা করা হয়

4. পাবলিক পেনশন সিস্টেম

পাবলিক পেনশনে দুটো টাইপ আছে, জাপানে থাকার লোকজন(যাদের মধ্যে জাপানের ঠিকানা থাকার লোক)সবাই যোগ দিতে হবে।

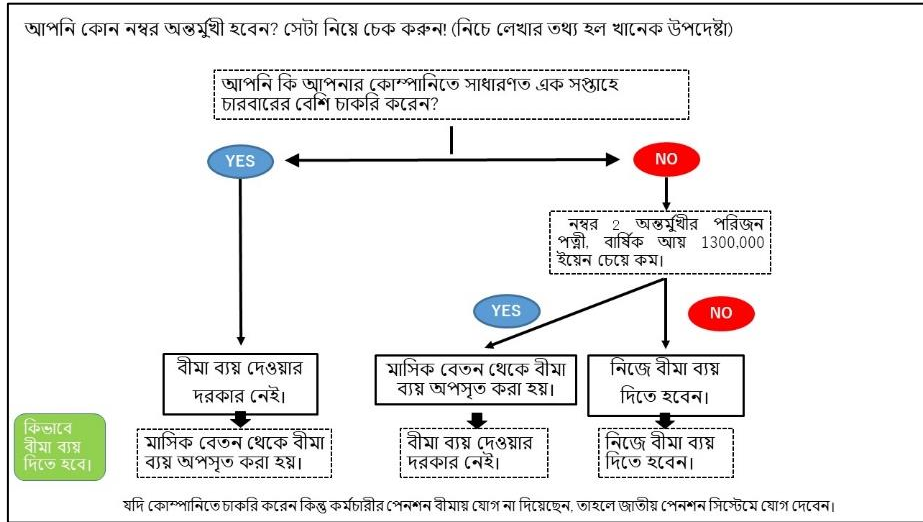
সিস্টেম	বর্ণনা
জাতীয় পেনশন (Kokumin Nenkin)	জাপানে থাকার ২০ বছর বয়স থেকে বড় এবং ৬০ বছর বয়স থেকে ছোট লোকজন সবাই
কল্যাণ পেনশন (Kosei Nenkin)	যারা কল্যাণ পেনশন সিস্টেম থাকার কোম্পানিতে কাজ করার লোকজন সবাই

(1) জাতীয় পেনশন (Kokumin Nenkin)

জাতীয় পেনশন হল জাপানে থাকার সবাই (২০ বছর বয়স থেকে ৬০ বছর বয়স) যোগ দিতে হবে। বড় হওয়ার পর, অক্ষমতা, মারা যাওয়ার পর বেসিক পেনশন গ্রহণ করতে পারবেন।

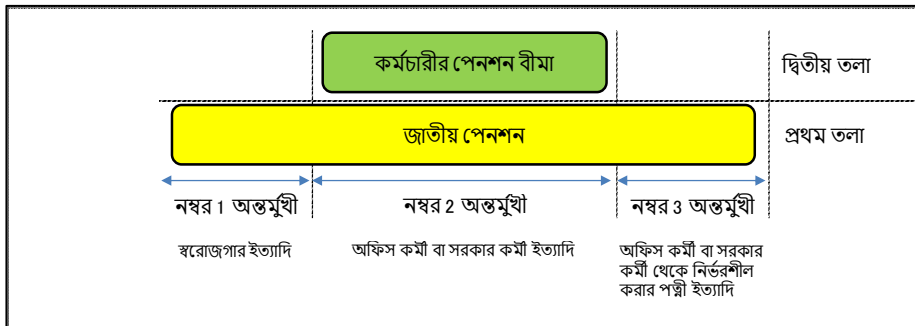
জাতীয় পেনশনে তিনটা রকম থাকে। এগুলোর মধ্যে কোন সিস্টেমে যোগ দেওয়া ভিত্তিকে বিমা দেওয়ার উপায় আলাদা।

- ১) বিমা-কৃত 1 ব্যবসায়ী, যারা কৃষিজাত বনপালনবিদ্যা উদ্যোগ এবং মৎস কাজ করার লোক, ছাত্র/ছাত্রীরা আর বেকার।
- ২) বিমা-কৃত 2 যারা কল্যাণ পেনশন বিমা আর পরস্পর সহযোগিতা সমিতিতে যোগ দেওয়ার লোকজন।
- ৩) বিমা-কৃত 3 যারা কালন পেনশন বিমা আর পরস্পর সহযোগিতা সমিতিতে যোগ দেওয়ার সহায়কের পল্লী।



(2) কল্যাণ পেনশন (Kosei Nenkin)

যারা কল্যাণ পেনশনে যোগ দেওয়ার লোকজন কল্যাণ পেনশন দিয়ে জাতীয় পেনশনের মধ্যে টাইপ ২য় শ্রেণিবদ্ধ করা হয়। সেই জন্য জাতীয় পেনশনের অনুগ্রহ “বেসিক পেনশন” এবং কল্যাণ পেনশন উভয় গ্রহণ করতে পারবেন।





5. পাবলিক স্বাস্থ্য বিমা নিয়ের প্রশ্ন

Q চাকরির দুর্ঘটনায় আঘাত হওয়ার পর কি করা হয়?

A চাকরির আঘাত বা অসুখের কেয়ার ফি শিল্পজাত আঘাত বিমা থেকে নিতে পারবেন। (মেডিক্যাল বিমা থেকে নিতে পারবেন না।)

Q যোশো সিটি থেকে অন্য জায়গায় ঠিকানা পরিবর্তন করার সময় কি করতে হবে?

A যোশো সিটি থেকে বাসগৃহ পরিত্যাগ করা বা আপনার স্বদেশে ফিরার আগে নিশ্চয়ই সিটি হলে আপনার জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা কার্ড দিয়ে, বিমা ট্যাক্স দেবেন। অধিবাসী ট্যাক্স বা জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা ট্যাক্স না দিয়ে বাসগৃহ পরিত্যাগ করা বা আপনার স্বদেশে ফিরে যাওয়ার মানে হল আরও অনেক ট্যাক্স দেওয়া বা ভিসা আধুনিক করা, আবার জাপানে আসার সময়ে শাস্তিআরোপ করা হবে।

6. পেনশন নিয়ের প্রশ্ন

Q পেনশন সিস্টেমে যোগ দেওয়ার পর কতক্ষণ পরে নিতে পারবেন?

A 65 বছর বয়স হওয়ার পর পেনশন গ্রহণ করার জন্য 10 বছর চেয়ে বেশি পেনশন সিস্টেমে যোগ দিতে হবে। পেনশনের টাকা প্রদান বিমা-কৃত যুগ ভিত্তিকে ঠিক করা হয়। প্রতিবন্ধী ভাতা এবং রক্ষাপ্রাপ্ত টাকা গ্রহণ করার জন্য অত্যন্ত এক বছর চেয়ে বেশি পেনশন সিস্টেমে যোগ দিতে হবে। যদি বিমা টাকা অপরিশোধ করে, তাহলে পেনশন না গ্রহণ করতে পাওয়ার সম্ভাবনা আছে। ব্রাজিল আর ফিলিপাইন দেশগুলো জাপানের মধ্যে আন্তর্জাতিক সামাজিক নিরাপত্তা স্বীকার আছে। সেই জন্য এই দেশগুলোতে পেনশন দেওয়ার কাল পরিমাণ করা হবে।*যদি আপনার জাতীয়তা অন্য দেশ, তাহলে আপনার দেশ এবং জাপানের মধ্যে একি স্বীকার আছে কি না চেক করবেন।

Q অধিকাংশে কোম্পানিতে এক সপ্তাহে 4 দিন চেয়ে বেশি কাজ করি। কিন্তু কেন বেতন থেকে আমার বিমার টাকা বাদ দেওয়া হয় না?

A আপনি কোম্পানির কল্যাণ ভাতাতে যোগ দিতে না এমন সম্ভাবনা আছে। আপনার কোম্পানিতে সেটা নিয়ে জিজ্ঞাসা করবেন।

Q জাপানে পেনশন বিমা যোগ দেওয়ার পর আপনার দেশে ফিরার পরে পেনশন গ্রহণ করতে পারবেন কি না?

A জাপানে পেনশন (কল্যাণ পেনশন/জাতীয় পেনশন)যোগ দেওয়ার লোকজন আপনার দেশে ফিরার পর পেনশনের এককালীনকিস্তি প্রত্যাহার প্রদান গ্রহণ করতে পারবেন। (যদি এককালীনকিস্তি প্রত্যাহার প্রদান গ্রহণ করতে চাইছেন, তাহলে দেশে ফিরার পর দুই বছরের মধ্যে দাবি করবেন। প্রদান হল আপনার পেনশন সিস্টেমে যোগ দেওয়ার কাল ভিত্তিকে ঠিক করা হবে) এককালীনকিস্তি প্রত্যাহার প্রদান গ্রহণ করার পর, পেনশন সিস্টেমে যোগ দেওয়ার সময়কাল পুনরায় বসান করা হবে। সেইজন্য সাবধানে চিন্তা করবেন।

Q কখন আমার পেনশন শ্রেণীবিভাগ পরিবর্তন করতে হবে?

A নিচে লেখার পরিবেশে আপনার পেনশন সিস্টেম পরিবর্তন করতে হবে।

① কোম্পানি অপসৃত করে স্বনিযুক্ত হওয়ার পর . . . বিমা-কৃত সংখ্যা 2 → বিমা-কৃত সংখ্যা 1 হবে (সিটি হলে জাতীয় পেনশন সিস্টেম যোগ দেবেন)

② 18 বছর বয়সে বিবাহ করে পরিজন হওয়ার পর 20 বছর বয়স হওয়ার পর . . . বিমা-কৃত সংখ্যা 3 (কোম্পানির কল্যাণ পেনশনে যোগ দেবেন)

③ আপনি পরিজন পত্নী এবং আয় 1,300,000 ইয়েন (জাপানের টাকা) চেয়ে বেশি হওয়ার পর . . . বিমা-কৃত সংখ্যা 3 → বিমা-কৃত সংখ্যা 1 বা 2

④ আপনি পরিজন পত্নী ছিল কিন্তু পরিত্যাগ করে চাকরি করেন না . . . বিমা-কৃত সংখ্যা 3 → বিমা-কৃত সংখ্যা 1

7. কন্টাক্ট ※ ফোন করার পর প্রথমে আপনার প্রশ্ন জানাবেন।

প্রশ্নের পরিমাণ	কন্টাক্ট	ফোন নম্বর
জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা এবং জাতীয় পেনশন বিমা নিয়ে	সিটি হল – স্বাস্থ্য বিভাগ (Kenko Hoken ka)	
স্বাস্থ্য বিমা এবং কল্যাণ পেনশন নিয়ে	পেনশন অফিস	

কল্যাণ সেবা

1. মা-শিশু স্বাস্থ্য বিমা

- ① মা-শিশু গাইডবই : গর্ভবতীর মেডিক্যাল চেক-আপ শিশুর মেডিক্যাল চেক-আপ এবং টীকা নিয়ে রেকর্ড করার বই। আপনার গর্ভবতী নিশ্চিত করার পর সিটি হলে গ্রহণ করতে পারবেন
- ② মেডিক্যাল চেক-আপ : স্বাস্থ্যকেন্দ্রে ডাক্তার মেডিক্যাল পরীক্ষা, শারীরিক পরীক্ষা শিশুপালন নিয়ে কথা বলার জায়গা।

2. প্রসবাবস্থা নিয়ের সাহায্য

- ① **প্রসবাবস্থার পালন (Shussan Iwai Kin)**
নবজাতক মা আর মার পত্নীকে দেওয়া হবে।

যোগ্যতা	বিদেশী : সিটিতে 6 মাস চেয়ে বেশি থাকার শায়ী বাসিন্দা বা বিশেষ শায়ী বাসিন্দা
প্রদান ফি	প্রথম শিশু : 5 হাজার ইয়েন। দ্বিতীয় শিশু 10 হাজার ইয়েন। তৃতীয় শিশু 20 হাজার ইয়েন। (ইয়েন মানে জাপানের টাকা “Yen”)
প্রয়োজনীয় জিনিসগুলো	• প্রসবাবস্থার পর 90 দিনের মধ্যে প্রয়োগ করতে হবে। • শিশুর মা এবং মার পত্নী সিটি ট্যাক্স ইত্যাদি নিশ্চয়েই দিতে হবে।
কন্টাক্ট	সিটি-হল শিশু বিভাগ (Kodomo ka)

- ② **প্রসবাবস্থার এককালঈনকিস্তি প্রদান নিয়ে (Syussan Ikuji Itiji Kin)**
প্রসবাবস্থায় প্রয়োজনীয় কিছু খচর আপনাকে দেওয়ার সিস্টেম।

যোগ্যতা	কোম্পানি ইত্যাদির স্বাস্থ্য বিমা বা জাতীয় স্বাস্থ্য বিমায় যোগ দেওয়ার লোকজন
প্রদান ফি	420,000 ইয়েন বা 404,000 ইয়েন (বিদেশে প্রসবাবস্থা করার সময়) (ইয়েন : জাপানের টাকা)
কন্টাক্ট	প্রসবাবস্থা করার হাসপাতাল (সরাসরি পেমেন্ট সিস্টেম ব্যবহার করার সময়) সিটি হল স্বাস্থ্য বিমা বিভাগ (সরাসরি পেমেন্ট সিস্টেম ব্যবহার না করার সময়)

- ③ **মাতৃত্বকালীন সুবিধা (Syussan Teate Kin)**

চাইল্ড কেয়ার ছুটির মধ্যে প্রদান গ্রহণ করতে পাওয়ার সিস্টেম।

যোগ্যতা	কোম্পানি ইত্যাদির স্বাস্থ্য বিমায় যোগ দেওয়ার লোকজন (পরিজন ছাড়া)
প্রদান ফি	আপনার বেতন ভিত্তিকে পেমেন্ট পরিমাণ করা হয়। আর টাকা গ্রহণ করতে পাওয়ার কাল সাধারণত 98 দিনের মধ্যে।
কন্টাক্ট	আপনার কোম্পানি (যদি আপনি জাতীয় স্বাস্থ্য বিমায় যোগ করছেন, তাহলে এই সিস্টেম ব্যবহার করতে পারবেন না)

3. শিশুর যত্নের জন্য সাহায্য

① শিশু ভাতা (Jido Teate)

শিশু ভাতা হল জুনিয়া হাই স্কুল শেষ করার আগের বাচ্চাদেরকে দেওয়া হবে।

যোগ্যতা	15 বছর বয়স পর্যন্ত (15 বছর বয়সের জন্ম তারিখের পরে 31শে মার্চ পর্যন্ত) বাচ্চার সাথে জাপানে থাকার অভিভাবক
প্রদান ফি (মাসিক)	3 বছর বয়স থেকে ছোট : 15,000 ইয়েন (ইয়েন হল জাপানের মুদ্রাবিশেষ) 3 বছর বয়স থেকে প্রাথমিক স্কুল স্নাতক পর্যন্ত : 10,000 ইয়েন (তৃতীয় সন্তানের পর 15,000 ইয়েন) জুনিয়া হাই স্কুল ভর্তি থেকে 15 বছর বয়স পর্যন্ত : 10,000 ইয়েন * যদি কোনো অভিভাবকের আয় নির্ধারিত পরিমাণের বেশি হয়, তাহলে তা আয়-সীমাবদ্ধ পরিবারে পরিণত হবে এবং প্রতিটি ব্যক্তির জন্য শিশুদের 5,000 ইয়েন প্রদান করা হবে।
প্রদান সময়	এক বছরে তিন বার (জুন, অক্টোবর, ফেব্রুয়ারি)
প্রয়োগ করার জন্য প্রয়োজনীয় জিনিসগুলো	পুরো পরিবারের পাসপোর্ট, আবাসিক কার্ড এবং অভিজ্ঞান (My Number Card) বর্তমান অবস্থা জানাতে প্রতি বছর জুনে এই জিনিসগুলো নিবেদন করতে হবে।
কন্টাক্ট	সিটি-হল শিশু বিভাগ (Kodomo ka)

② শিশুর যত্ন প্রদান (Jido Fuyo Teate)

এই প্রদানটা একক অভিভাবকে দেওয়া হবে।

যোগ্যতা	একক অভিভাবক (বাবা, মা বা প্রতিপালক), তাঁদের সাথে 18 বছর বয়স পর্যন্ত (18 বছর বয়সে হওয়ার সালের 31শে মার্চ পর্যন্ত) শিশু থাকে		
প্রদান ফি	এক সন্তান	দুই বাচ্চা	তিন বাচ্চা এবং তিনজন চেয়ে বেশি
	সব প্রদান 42,500 ইয়েন গ্রহণ করতে পারবেন	10,040 ইয়েন যোগ	6,020 ইয়েন যোগ
	আংশিক পরিশোধ 42,490 ~ 10,030 ইয়েন	10,030 ~ 5,020 ইয়েন	6,010 ~ 3,010 ইয়েন
	* অর্থপ্রদানের সময় এপ্রিল, আগস্ট এবং ডিসেম্বর। তবে এটি ভবিষ্যতে পরিবর্তন হতে পারে। আপনি যদি বিবাহবিচ্ছেদের কারণে একক পিতা-মাতা হয়ে থাকেন, তাহলে ত্যাগ প্রমাণপত্র বা ত্যাগের রেকর্ড লেখার আপনার দেশের জাতকপত্র, শিশুর জাতকপত্র প্রয়োজনীয়। (এগুলো জাপানী অনুবাদ প্রয়োজন)		
কন্টাক্ট	সিটি-হল শিশু বিভাগ (Kodomo ka)		





4. মেডিক্যাল সিস্টেম

① মেডিক্যাল কল্যাণ সহায়ক সিস্টেম (Marufuku)

নিচে লেখার লোকজনকে মেডিক্যাল ফি নিয়ে কিছু সহায়ক করার সিস্টেম। স্বাক্ষর স্তর বিমান আচরণ নিয়ে এই সিস্টেম ব্যবহার করতে পারবেন। আয়ের সীমাবদ্ধতা থাকায় সহায়তার অর্থ না পাওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে।

গর্ভবতী মহিলা	মাতৃক গাইডবই গ্রহণ করে প্রসবাবস্থার আগামী মাস পর্যন্ত ধাত্রী এবং স্ত্রীরোগবিশারদের চিকিৎসা ব্যয়
বাচ্চা	শিশুর জন্ম থেকে হাই স্কুল বয়স পর্যন্ত (18 বছর বয়সে হওয়ার পর 31 মার্চ পর্যন্ত) শিশুদের জন্য চিকিৎসা ব্যয় (জুনিয়া হাই স্কুল এবং হাই স্কুলের ছাত্র ছাত্রীরা শুধু হাসপাতাল ব্যয়)
একক অভিভাবক পরিবার	যাদের কোন পত্নী নেই 18 বছর চেয়ে কম বয়সী শিশুকে সামলা করার লোক, এবং সেই শিশুর চিকিৎসা ব্যয়
গুরুতর মোটর এবং মেধাবি	শারীরিক অক্ষমতা প্রমাণপত্র 1 এবং 2 মানের লোকজন, গোয়েন্দা সূত্র 35 চেয়ে কম লোকজন ইত্যাদির চিকিৎসা ব্যয়
কন্টাক্ট	সিটি-হল স্বাস্থ্য বিমা বিভাগ (Kenko hoken ka)

② চিকিৎসা ব্যয় টাকা-দেওয়া সিস্টেম (Sukusuku Iryohi Seido)

এই সিস্টেম হল জুনিয়া হাই স্কুল থেকে হাই স্কুল পর্যন্ত (18 বছর বয়সে হওয়ার পর 31 মার্চ পর্যন্ত) ছাত্র/ছাত্রীরা (কেবল বহির্বিভাগের ক্লিনিক), এবং যারা আয়ের সীমাবদ্ধতা থাকায় মেডিক্যাল কল্যাণ সহায়ক সিস্টেম (Marufuku) গ্রহণ করতে অসুবিধা থাকার 0 বছর বয়স থেকে 12 বছর বয়স পর্যন্ত শিশুকে চিকিৎসা ব্যয় নিয়ে কিছু সহায়তা করার সিস্টেম।



5. অক্ষমতা কল্যাণ জন্য সিস্টেম

① বিশেষ শিশু পরিজন প্রদান (Tokubetsu Jido Fuyo Teate)

যারা 20 বছর চেয়ে কম বাচ্চা (তাঁদের মধ্যে মানসিকভাবে বা শারীরিকভাবে অক্ষমতা থাকে) রক্ষণ এবং প্রতিপালন করার লোকজনকে দেওয়া হবে।

যোগ্যতা এবং প্রদান ফি (মাসিক পরিমাণ)	মাত্রা 1 যোগ্যতা শিশুরা (নিচে লেখার যে কোনো একটি প্রযোজ্য) [একজনে প্রদান ফি হল 51,700 ইয়েন] 1. শরীরের অক্ষমতা রেকর্ডবুক সাধারণত 1 বা 2 মাত্রার লোক (অভ্যন্তরীণ রোগের মধ্যে বাদ আছে) 2. যারা বিশেষ শিক্ষা রেকর্ডবুক (ryoiku techo) ④ বা A 3. মানসিকভাবে অসুস্থের জন্য স্বাস্থ্য সুবিধা রেকর্ডবুক (seishin syogaisya hoken hukushi techo) সাধারণত 1 মাত্রার লোক
	মাত্রা 2 যোগ্যতা শিশুরা (নিচে লেখার যে কোনো একটি প্রযোজ্য) [একজনে প্রদান ফি হল 34,340 ইয়েন] 1. শরীরের অক্ষমতা রেকর্ডবুক সাধারণত 3 মাত্রার লোক (অভ্যন্তরীণ রোগের মধ্যে বাদ আছে) 2. যারা বিশেষ শিক্ষা রেকর্ডবুক (ryoiku techo) সাধারণত B 3. মানসিকভাবে অসুস্থের জন্য স্বাস্থ্য সুবিধা রেকর্ডবুক (seishin syogaisya hoken hukushi techo) সাধারণত 2 মাত্রার লোক
কন্টাক্ট	সিটি-হল সমাজকল্যাণ বিভাগ (Shakai fukushi ka) ☎ 0297-23-2111

② যাদের মধ্যে শারীরিক, বুদ্ধিমান বা মানসিক অক্ষমতা থাকে কিছু সেবা নিতে চাইছেন...

① সিটি-হল সমাজকল্যাণ বিভাগে (shakai fukushi ka) পরামর্শ করবেন।

② হাসপাতাল সহ জায়গায় অক্ষমতা আছে কি না রোগনির্ণয় নেওয়ার পর অক্ষমতার মাত্রায় ভিত্তিতে কল্যাণ সেবার গ্রহীত প্রমাণপত্র পাওয়া যাবেন।

③ এই হীত প্রমাণপত্র পাওয়ার পর, শিশুরা দিবা যত্ন সেবা নিতে পারেন এবং সাবালকরা চাকরি নেওয়ার জন্য সহযোগিতা, জীবন সহায়তা, যত্ন সুবিধার জন্য সহায়তা পেতে পারেন।

6. বৃদ্ধের জন্য কল্যাণ

○ দীর্ঘকালীন যত্ন বিমা (Kaigo Hoken)

দীর্ঘকালীন যত্ন বিমা হল 65 বছর বয়স চেয়ে বেশি (যদি আপনার নির্দিষ্ট রোগ আছে, তাহলে 40 চেয়ে বেশি 65 চেয়ে কম বছর বয়সও সম্ভাবনা) লোকজন তাঁদের কাছে পরিষেবা প্রয়োজন, আপনার আর্থিক বোঝা কম করে নার্সিং সার্ভিস নেওয়ার সিস্টেম।

যারা 65 বছর বয়স চেয়ে বেশি (40 চেয়ে বেশি 65 চেয়ে কম বছর বয়সের লোকজন মেডিকেল বিমার সঙ্গে) তারা নিজস্বভাবে দীর্ঘকালীন যত্ন বিমা ফি দিতে হবে। যদি সেবা গ্রহণ করতে চাইছেন, তাহলে আপনি প্রয়োগ করবেন। আপনার প্রয়োগের পর পরিষেবার মাত্রা ঠিক করা হবে এবং প্রতি লোকের জন্য যত্ন পরিকল্পনা তৈরি করা হবে। তার পর দিনের যত্ন, বাড়িতে সহায়তা, স্তরের ঋণদান, আবাসন সংশোধন নার্সিং হোম ভরতি ইত্যাদির সেবা ব্যবহারের চার্জের মধ্যে 10~30% দিয়ে নিতে পারেন।



যারা দীর্ঘকালীন যত্ন বিমা সেবা ফি দিয়েছেন (40 চেয়ে বেশি 65 চেয়ে কম লোকজন মেডিকেল বিমা গ্রহণ করেছেন) তারা এই দীর্ঘকালীন যত্ন বিমার সেবা নিতে পারবেন। যদি দীর্ঘকালীন বিমা না দেওয়ার লোকজন এই সেবা নিতে চাইছেন, তাহলে আপনার পেমেন্ট বেশি হবে। কন্টাক্ট হল বৃদ্ধের কল্যাণ বিভাগ।

7. আপনার জীবনে কিছু অসুবিধা থাকে...

মেডিকেল ফি বা ভাড়া দেওয়ার জন্য অসুবিধা থাকে, খণ পরিশোধ করার জন্য অসুবিধা থাকে ইত্যাদি আপনার জীবনে সমস্যা থাকে, তাহলে সমাজকল্যাণ বিভাগে (Shakai Fukushi Ka) কন্টাক্ট করবেন।



8. অন্য জিনিস নিয়ে

1. DV (ঘরোয়া নির্যাতন) ক্ষতি হওয়ার সময়

কেবল আপনি একা চিন্তা করবেন না। সিটি-হল (মানবাধিকার অগ্রগতি বিভাগ) বা পুলিশে কন্টাক্ট করবেন। DV বৈশিষ্ট্য ফোন নম্বর হল 0570-0-55210।

2. শিশু নির্যাতনে নজর করার সময়

শিশু নির্যাতন হল শারীরিক নির্যাতন যেমন মারধর, মানসিক নির্যাতন যেমন ধমক দেওয়া এবং শিশুদেরকে চিৎকার করা, খাবার না দেওয়া ইত্যাদি শিশুর বাদ এবং যৌন নির্যাতন। যারা শিশু নির্যাতনে নজর করেন তারা শিশু পরামর্শ কেন্দ্র বা সিটি হলে কন্টাক্ট করতে হবে। কন্টাক্ট নম্বর হল 189।

সিটি ট্যাক্স ইত্যাদি না দেওয়া হল আপনি কল্যাণ সেবা নিতে পারবেন না এম সম্ভাবনা রয়েছে।

ট্যাক্স

1. জাপান ট্যাক্স সিস্টেম

জাপানের ট্যাক্স সিস্টেম হল দেশে দেওয়ার জাতীয় ট্যাক্স এবং এলাকা বা শহরে দেওয়ার ঘটনাস্থল ট্যাক্স দুটো টাইপ আছে। দুটো টাইপ ট্যাক্স দেওয়ার জায়গা আলাদা। এবং আপনি দেওয়ার প্রত্যক্ষ কর আর জিনিস কিনে দেওয়ার ফির টাকার মধ্যে ট্যাক্স ভরতি করার পরোক্ষ কর আছে। নিচে আরও সহজভাবে লেখা আছে।

		নিজে দেওয়ার ট্যাক্স (প্রত্যক্ষ কর : chokusetsu zei)	জিনিসে অন্তর্ভুক্ত ট্যাক্স (পরোক্ষ কর: kansetsu zei)
প্রাপক	জাতীয় ট্যাক্স (ট্যাক্স অফিস)	<ul style="list-style-type: none"> • আয়কর (যখন আপনি বেতন গ্রহণ করার সময়) সাধারণত আপনার বেতন থেকে কর বিয়োগ করা হয়। • কর্পোরেট কর (সম্পাদক দেবেন) • উত্তরাধিকার কর (যখন আপনি উত্তরাধিকার গ্রহণ করেন) • উপহার কর (যখন আপনি টাকা গ্রহণ করেন) 	<ul style="list-style-type: none"> • খরচ কর (যখন আপনি জিনিস কিনেছেন) • তামাকের কর (যখন আপনি সিগারেট কিনেছেন) • নেশা কর
	ঘটনাস্থল ট্যাক্স (প্রিফেকচার ট্যাক্স অফিস)	<ul style="list-style-type: none"> • মোটার গাড়ির কর (660 cc চেয়ে বেশি মোটার গাড়ি) • রিয়েল এস্টেট অধিগ্রহণ কর (যখন আপনি বাড়ি বা জমি কিনেছেন) • প্রিফেকচার কর (অধিবাসী কর) 	<ul style="list-style-type: none"> • ঘটনাস্থল খরচ কর • প্রিফেকচার এবং সিটি তামাকের কর
	ঘটনাস্থল ট্যাক্স (সিটি-হল)	<ul style="list-style-type: none"> • পৌরকর (অধিবাসী কর) বেতন থেকে কর বিয়োগ করা হয় বা নিজে দেওয়া হবে • জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা কর • লাইট মোটর বিমা কর (মোটরসাইকেল, হালকা গাড়ি) • সম্পত্তি কর (বাড়ি এবং জমি কর) 	

2. কি ভাবে কর দিতে হবে।

পৌরকর দেওয়ার জন্য সিটি-হল বা আর্থিক প্রতিষ্ঠানে নামক পেমেন্ট স্লিপ দিয়ে সরাসরি দেওয়া একটা উপায় হল। অন্য উপায় হল নিচে লেখা আছে।

(1) নিত্যপণ্যের দোকান পরিশোধ

কর দেওয়ার কাগজ (পেমেন্ট স্লিপ) নিয়ে গিয়ে দেওয়ার উপায়। এখানে জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা কর, পৌরকর/প্রিফেকচার কর (পুরোহিত সংগ্রহ), লাইট মোটর বিমা কর, সম্পত্তি কর ইত্যাদি দিতে পারেন। নির্দিষ্ট সময়সীমা চেয়ে পরে দিতে পারেন না। এবং দেওয়ার কর 300,000 ইয়েন চেয়ে বেশি সময়ও নিত্যপণ্যের দোকান থেকে কর দিতে পারেন না।

(2) ক্রেডিট ট্রান্সফার

ব্যাঙ্ক বা পোস্ট অফিসের অ্যাকাউন্ট থেকে প্রতি পরিশোধ (নির্দিষ্ট সময়সীমায় ভিত্তিক) অপসৃত করা হয়। আপনার অ্যাকাউন্ট থাকার পোস্ট অফিস বা ব্যাঙ্কে প্রক্রিয়া প্রয়োগ করবেন।

(3) ক্রেডিট কার্ড পরিশোধ

“Yahoo! সরকারি তহবিল” ব্যবহার করে ক্রেডিট কার্ডে কর দিতে পারবেন।

3. মূল্য কর সিস্টেম

(1) আয়কর

কোম্পানির বেতন ইত্যাদি আপনার আয়ে (আয় থেকে অর্থব্যয় অপসৃত করার পর) খরচ হওয়ার কর।

আয়করের (Syotoku zei) সিস্টেম

	কর্মসংস্থান আয় সিদ্ধান্তসহ (B)								
আয়ের পরিমা ণ (A)	আয় (C)	➔	করব্যবকলন (D)	×	শুল্ক	=	আয়কর	➔	করছাড় পরিমাণ (F) দেওয়ার আয়কর

※শুল্ক করযোগ্যআয়ের উপর ভিত্তি থাকে পরিবর্তন করবে

(নিদর্শন যদি মাসিক আয় হল 160,000 ইয়েন) কর্মসংস্থান আয় সিদ্ধান্ত সামাজিক নিরাপত্তা দান সিদ্ধান্ত মৌলিক মুক্তি করযোগ্যআয় শুল্ক দেওয়ার আয়কর

বার্ষিক আয় 1,920,000ইয়েন – (756,000ইয়েন + 286,000ইয়েন + 380,000ইয়েন) = 498,000ইয়েন × 5% = 24,900ই

<p>কর্মসংস্থান আয় সিদ্ধান্ত B বার্ষিক আয়ের উপর ভিত্তি থাকে পরিবর্তন হতে পারে</p> <p>করব্যবকলন(D) হয় যদি এই পরিমাণ বেশি হয় তাহলে কর হতে পারে কম)</p> <p>মৌলিক মুক্তি (জাপানী ভাষায় কিসো কোউজো) বৈবাহিক সিদ্ধান্ত (জাপানী ভাষায় হাইগুউসা কোউজো) নির্ভরতা সিদ্ধান্ত (জাপানী ভাষায় ফুয়োউ কোউজো) সামাজিক নিরাপত্তা দান সিদ্ধান্ত (জাপানী ভাষায় সাকাই হোকেন রিয়উ কোউজো) জীবন বীমা দান সিদ্ধান্ত (জাপানী ভাষায় সেইমেই হোকেন রিয়উ কোউজো)</p>	<p>সিদ্ধান্ত মানে বিযুক্ত করে।</p> <p>বেতন থেকে অপসৃত হওয়ার সামাজিক নিরাপত্তাদানও (জাপানী ভাষায় সাকাই হোকেন রিয়উ কোউজো) আয় থেকে বাটা দেওয়া হয়।</p> <p>মৌলিক মুক্তি (জাপানী ভাষায় কিসো কোউজো) হল ন্যূনকল্প পরিমাণের (জাপানী ভাষায় সাইতেইগেন) জীবিকা খরচ 380,000 ইয়েন বাটা দেওয়ার সিদ্ধান্ত।</p> <p>পত্নী এবং নির্ভরশীল আত্মীয়ের পরিমাণ ও বাটা দেয়। পরিপালন করার লোকজন বেশি হয় তো আয়কর কম হয়।</p>
<p>করছাড় (F) হয় যদি এই পরিমাণ বেশি হয় তাহলে কর হতে পারে কম) আবাসন খণ সিদ্ধান্ত (জাপানী</p>	<p>আয় প্রমাণপত্রে (জাপানী ভাষায় সোতোকু সোউমেইসো) আয় (C) প্রদর্শক করা হয়।</p>

2013 সাল থেকে 2037 সাল পর্যন্ত আপনি দেওয়ার আয়করের (জাপানী ভাষায় সোতোকুযেই) মধ্যে 2.1% পুনর্গঠন বিশেষ আয়কর (জাপানী ভাষায় ফুকগুউ তোকুবেতু সোতোকুযেই) হিসাবে প্লাস করা হয়।

সাল কোটি কর সমন্বয়সাধন (Nenmatsu Chosei)

যখন কোম্পানি থেকে বেতন গ্রহণ করেন তখন আয়ের উপর ভিত্তি করে প্রতিসংহার আয় কর বেতন থেকে অপসৃত করা হয়। কোম্পানি সেই আয়কর দেশে দেয়। কিন্তু স্বভাবত আয়কর হল অর্থব্যয় অপসৃত করার আয়ে শুল্ক পূরণ করে গণনা করতে হয়। জাপানে সাধারণত কোম্পানি কর্মীর পক্ষ এই গণনা করে এই সিস্টেম সাল কোটি কর সমন্বয়সাধন বলে। সেইজন্য কোম্পানি কর্মী থেকে জীবন বিমার প্রমাণপত্র এবং নির্ভরশীল আপেক্ষিক সংবাদ এক সালের শেষে গ্রহণ করে।

সাল কোটি কর সমন্বয়সাধন উপরে লেখার মতো, প্রতি সিদ্ধান্ত ইত্যাদি অর্থব্যয় গণনা করে প্রথমত দিতে হওয়ার আয়কর গণনা করে। “বেতন থেকে প্রতিসংহার কর অপসৃত করার টাকা” প্রথমত দিতে হওয়ার আয়কর থেকে বেশি হল, সেই সময় বেশি অপসৃত করার টাকা আপনার সাথে পরিশোধ করা হয়।

যদি প্রতিসংহার কর অপসৃত না করা হয়, সেই সময় পরে দিতে হওয়ার আয়কর দেবেন।

সর্বশেষ কর ফল (Kakutei shinkokou)

যদি কোম্পানিতে সাল কোটি কর সমন্বয়সাধন না করার সময়, যদি আপনি স্বরোজগার, দুটো চেয়ে বেশি কোম্পানি থেকে বেতন গ্রহণ করার সময়, আপনার বাড়ি কেনার সময় ইত্যাদি, নিজে আয়করের সর্বশেষ কর ফল করতে হবে। সেই উপায় না জেনে, সেই সময় কর অফিস বা সিটি-হল কর বিষয় বিভাগে কন্টাক্ট করবেন। (সর্বশেষ কর ফল করতে হবে 16 ফেব্রুয়ারি থেকে 15 মার্চ পর্যন্ত)



(2) জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা কর (Kokumin Kenkou Hoken Zei)

সিটিতে নাগরিক কার্ড থাকার লোক সেই সিটির জাতীয় স্বাস্থ্য বিমায় যোগ দিতে হবে। (যারা কোম্পানির স্বাস্থ্য বিমায় যোগ দিয়েছেন তাদের এই সিটির বিমায় যোগ দেওয়ার দরকার নেই) জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা কর গত বছরের আয়ে ভিত্তিতে প্রতি পরিবারে করাধান করা হয়।

টাকা দেওয়ার মাস হল জুলাই, অগাস্ট, সেপ্টেম্বর, অক্টোবর, নভেম্বর, ডিসেম্বর, জানুয়ারি, ফেব্রুয়ারি, মার্চ।

(3) সিটি এবং প্রিফেকচার কর (পৌরকর) (Jumin Zei)

পহেলা জানুয়ারিতে আপনার অধিবাসী নিবন্ধন থাকার সিটিতে দেওয়ার কর। গত বছরের আয়ে ভিত্তিতে করাধান করা হয়। কোম্পানি আপনার বেতন থেকে অপসৃত করে সিটিতে দেওয়ার উপায়ও আছে (এই সিস্টেম বেতনব্যবকলন বলা হয়),

কিন্তু এই সিস্টেম ছাড়া আপনার বাড়িতে আসার পেমেন্ট স্লিপ ব্যবহার করে পোস্ট অফিস, ব্যাঙ্ক, নিত্যপণ্যের দোকান বা সিটিতে টাকা দিতে হবে।

টাকা দেওয়ার মাস হল জুন, অগাস্ট, অক্টোবর, জানুয়ারি।

(4) লাইট মোটর গাড়ির কর (Kei Jidosha Zei)

প্রতি বছর পহেলা এপ্রিলে তাদের মোটরসাইকেল বা লাইট মোটর গাড়ি আছে যাদের কর দিতে দরকার। তাদের 600cc চেয়ে বেশি মোটর গাড়ি আছে যাদের মোটর গাড়ি কর দিতে দরকার। মোটর গাড়ি বা মোটরসাইকেল অন্য লোকে দেওয়া বা আপনি অন্য লোক থেকে নেওয়ার সময় প্রভুর বদল প্রক্রিয়া করতে হবে। যদি এই প্রক্রিয়া না করবে তাহলে পূরক প্রভুকে করাধান করা হয়। পরিত্যক্ত মোটরগাড়ি নিয়েও প্রক্রিয়া দরকার। টাকা দেওয়ার মাস হল মে।

(5) সম্পত্তি কর (Kotei shisan Zei)

প্রতি বছর পহেলা জানুয়ারিতে যাদের সিটির ভিতরে জমি বা বাড়ি আছে তাদের কর দিতে দরকার।

টাকা দেওয়ার মাস হল এপ্রিল, জুলাই, ডিসেম্বর এবং ফেব্রুয়ারি।



4. কর তালিকা

মাস	কি রকমের কর আছে (সিটিতে দেওয়ার কর)			
	সিটি প্রিফেকচার কর	সম্পত্তি কর	লাইট মোটর গাড়ি কর	জাতীয় স্বাস্থ্য বিমার কর
এপ্রিল		প্রথম পরিশোধ		
মে			একটিবারের পরিশোধ (পূর্ণ)	
জুন	প্রথম পরিশোধ			
জুলাই		দ্বিতীয় পরিশোধ		প্রথম পরিশোধ
অগাস্ট	দ্বিতীয় পরিশোধ			দ্বিতীয় পরিশোধ
সেপ্টেম্বর				তৃতীয় পরিশোধ
অক্টোবর	তৃতীয় পরিশোধ			চতুর্থ পরিশোধ
নভেম্বর				পঞ্চম পরিশোধ
ডিসেম্বর		তৃতীয় পরিশোধ		ষষ্ঠ পরিশোধ
জানুয়ারি	চতুর্থ পরিশোধ			সপ্তম পরিশোধ
ফেব্রুয়ারি		চতুর্থ পরিশোধ		অষ্টম পরিশোধ
মার্চ				নবম পরিশোধ

5. কর নিয়ে গুরুত্বপূর্ণ বিষয়

(1) যখন কোম্পানি পরিত্যাগ করেন

যদি গত বছরের আবাসিক কর থাকে তাহলে সেগুলো সব শেষের বেতন থেকে অপসৃত করতে কোম্পানি থেকে দেওয়ার উপায় আছে। নিজে সিটিতে কর দেওয়ার উপায়ও আছে।

(2) যখন আপনার দেশে ফিরেন

যদি সিটি/প্রিফেকচার কর(আবাসিক কর) বা জাতীয় স্বাস্থ্য বিমা কর না দিয়ে থাকে, তাহলে সেগুলো দিতে দরকার।

(3) যদি কর না দেয়ে তাহলে কি হবে?

কর নির্দিষ্ট সময়সীমা পর্যন্ত না দেওয়া নিয়ে “বিলম্ব” বলে। যদি বিলম্ব করেন তাহলে আপনার সাথে তাগিদ (পত্র) প্রেরণ করা হয়। যদি কর দেওয়ার সময়সীমা পালন না করে তাহলে দিনে ভিত্তিতে বিলম্বও দিতে দরকার। যদি বিলম্বও না দেয়ে আপনার বেতন বা পুঁজি থেকে কর অপসৃত করা হয় বা মোটরগাড়িসহ সম্পত্তি নিষ্ক্রিয়-সমাপ্তি করা হয়। এগুলো সংঘটিত হওয়ার আগে সিটি-হলে কন্টাক্ট করুন।

(4) যখন বিদেশের পরিবারসহকের প্রেরণ পরিজন সিদ্ধান্ত ভাবে করত চান

প্রতিসংহার করার কর কম করতে প্রতি বছর কোম্পানি থেকে বিলি করার পত্রে (বেতনভোগী কর্মচারীর পরিজন সিদ্ধান্তসহ (হস্তান্তর) প্রতিবেদন) নির্ভরশীল আত্মীয় ইত্যাদি লিখে উপস্থাপন করতে হবে। নির্ভরশীল আত্মীয় হল নিচে লেখার প্রয়োজনীয় জিনিসগুলো পূরণ করতে হবে।

- 1) বেতন নেওয়ার লোকের পরিবার(※1)
- 2) বেতন নেওয়ার লোকের সঙ্গে একি জীবন অংশ দেয়ে (※2)
- 3) সেই পরিবারের (বিদেশে থাকার পরিবার) বার্ষিক আয় 380,000 ইয়েন চেয়ে কম (※3) (বার্ষিকী বেতন-ভাতা 1030,000 ইয়েন)

※1 পরিবার হল পত্নী, শিশু, নাতি, মাতাপিতা, পিতামহ মাতামহী, ভাই বোন, পত্নীর মাতাপিতা, পিতামহ মাতামহী, ভাই বোনসহ। আয়কর নিয়ে 16 বছর বয়স থেকে ছোট নির্ভরশীল আত্মীয় পরিজন সিদ্ধান্তের প্রয়োজক করা হয় না। কিন্তু সিটি কর বা প্রিফেকচার কর নিয়ে করের পরিমাণে বর্ণন করবে।

※2 যদি সঙ্গে না থাকেনও বিদেশে থাকার (পড়াশোনার উদ্দেশ্যে) পরিবারে বাস খরচা দেওয়ার তথ্য নিয়ে প্রমাণ করার পত্র থাকে তাহলে প্রয়োজনীয় জিনিসগুলো পূরণ করতে পারেন।

বিদেশে থাকার পরিবারে আপনি জীবনযাত্রার খরচ অর্থ স্থানান্তর করেন এবং সেই পরিবার নির্ভরশীল সিদ্ধান্ত নিতে পাওয়ার মত করতে নিচে লেখার পত্র তৈরি করতে হবে।

“পরিবার সম্পর্ক পত্র” . . . পরিবার নিয়ে প্রমাণ করার আপনার দেশ প্রকাশনা করার মূল নথি।

“অর্থ স্থানান্তর পত্র” . . . আর্থিক প্রতিষ্ঠান প্রকাশনা করার প্রেরণ দফা ইত্যাদি।

বিদেশে থাকার কয়েকজন পরিবারে অর্থ স্থানান্তর করার সময়, আলাদাভাবে করতে হবে।

※3 বিদেশে থাকার পরিবার জাপান চেয়ে অন্য দেশে পাওয়ার আয় 380,000 ইয়েনের মধ্যে ধারণ করা হয় না।

6. কন্টাক্ট ※ফোন করে প্রথমে আপনার জিজ্ঞাসা বলবেন।

পরিমাণ	জিজ্ঞাসা করার জায়গা	ফোন নম্বর
সিটি কর নিয়ে	সিটি-হল কর বিভাগ (Syuzei ka)	
সিটি করের পরিশোধ নিয়ে	সিটি-হল কর বিভাগ (Zeimu ka)	
প্রিফেকচার কর নিয়ে	প্রিফেকচার কর অফিস	
জাতীয় কর নিয়ে	জাতীয় কর অফিস	



দুর্যোগ প্রতিরোধ

দুর্যোগের জন্য ব্যবস্থা করার মানে হল দুর্যোগ প্রতিরোধ। জাপান এমন একটি দেশ যেখানে অনেক ভূমিকম্প হয়। এটা বলা হচ্ছে যে টোকিওর চারপাশে প্রবল ভূমিকম্প হবে। এবং একটি টাইফুন জাপানী দ্বীপে আসে। সেই টাইফুন শক্তিশালী বাতাস এবং ভারী বৃষ্টি নিয়ে আসে। যখন একটি টাইফুন সরাসরি আঘাত হানে, ভারী বৃষ্টির কারণে নদীগুলির বন্যা হতে পারে। 2015 সালে কিনুনদীর বাঁধ অবসন্ন হয়ে বড় বন্যা হয়েছে। এগুলো ছাড়াও আগুন এবং পারমাণবিক বিপদ হতে পারে। এমন সময়ে কী করা উচিত তা ভাবা জরুরি।

1. ভূমিকম্প প্রতিরোধ ব্যবস্থা

ভূমিকম্পের তীব্রতা হল শক্তির পরিমাণ যা ভূমি কাঁপে।

ভূমিকম্পের তীব্রতা 5 বিয়োগ তাক থেকে থালা ও বই পড়ে যায়।

ভূমিকম্পের তীব্রতা 5 প্লাস আসবাবপত্র ও ব্লক দেয়াল অবসন্ন হয়ে যায়।

ভূমিকম্পের তীব্রতা 6 বিয়োগ ভূমিকম্পের জন্য কেঠো বাড়ি ঢাল করে যায়।

ভূমিকম্পের তীব্রতা 6 প্লাস ভূমিকম্পের জন্য কেঠো বাড়ি অবসন্ন হয়ে যায়।

ভূমিকম্পের তীব্রতা 7 ভূমিকম্পের জন্য নির্মাণ ঢাল করে যায়।



- 5 বা তার বেশি মাত্রার ভূমিকম্প হলে ঘরবাড়ি ধ্বংস হয়ে যাবে এবং বিজলি ও পানি সরবরাহ বন্ধ হয়ে যায়।
- যখন মাটি তরল হয়ে যায় তখন ঘরবাড়ি এবং অন্যান্য কাঠামো কত হতে পারে।
- দুর্যোগের সময়, ট্রেন এবং হাইওয়ে ব্যবহার করা যাবে না। ট্রাফিক জ্যাম ঘটে পারে।
- বেশিরভাগ দোকান বন্ধ থাকবে, এবং গ্যাস ও জ্বালানি কেনা কঠিন হবে।
- একটি বড় ভূমিকম্প ঘটে, অনেক আফটারশক ঘটেবে এবং কয়েকদিন পরে, একটি বড় ভূমিকম্প ঘটবে।

(১) ভূমিকম্পের সময়ে কি করতে হবে।

① যদি আপনি ভূমিকম্পের সময়ে বাড়িতে থাকেন...

- আপনি যদি কাঁপুনি অনুভব করেন তবে নিজেকে একটি শক্ত টেবিলের নিচে লুকিয়ে রাখুন এবং আপনার মাথা রক্ষা করুন।
- প্রবেশদ্বারের মতো দরজা খুলে জরুরি প্রস্থান নিরাপদ করুন।
- জানালার কাচ পড়ে যেতে পারে, তাই তাড়াতাড়ি বাইরে যাওয়া বিপজ্জনক।
- বাড়ির ভিতরেও কাঁচের টুকরো পড়ে আছে। তাই জুতা এবং চপ্পল পরুন।
- তাড়াতাড়ি গ্যাসের যন্ত্রপাতি এবং চুলার মতো আগুন নিভিয়ে ফেলুন। আপনি যদি এটি বন্ধ করতে না পারেন তাড়াতাড়ি 119 এ ফোন করুন।
- খালি করার সময়ে প্রধান গ্যাস ভালভ বন্ধ করুন। খালি করার অ্যাগে বৈদ্যুতিক ব্রেকার বন্ধ করুন।
- আপনি যখন খালি করবেন তখন দরজায় একটি সংবাদপত্র রাখুন। যেতে লেখা থাকে “আমার পরিবার নিরাপদ। আমি ○○তে চলে যাই”।



②আপনি যখন বাইরে থাকেন...

- ছাদের টালি এবং কাচ পড়ার সম্ভাবনা আছে। আপনার মাথা সেগুলো থেকে রক্ষা করুন।
- ব্লক দেয়াল এবং ভেন্ডিং মেশিনের কাছে যাবেন না। এগুলো ভেঙে যেতে পারে।
- একটি বড় এলাকা যেমন পার্ক বা স্কুলে খালি করুন।

③যদি আপনি উত্তোলনের ভিতরে থাকেন...

লক না করা হওয়ার জন্য সব তলার বোতাম চাপেন এবং তাড়াতাড়ি অবতরণ করুন।

④সুনামি (Tsunami) থেকে সাবধান।

সমুদ্র বা নদীর কাছাকাছি একটি শক্তিশালী ভূমিকম্প হল সুনামির ঝুঁকি থাকে। তাই দয়া করে সমুদ্র এবং নদী থেকে দূরে সারে যান এবং উচ্চ ভূমিতে চলে যান।

⑤ভূমিস্থলনে সাবধান।

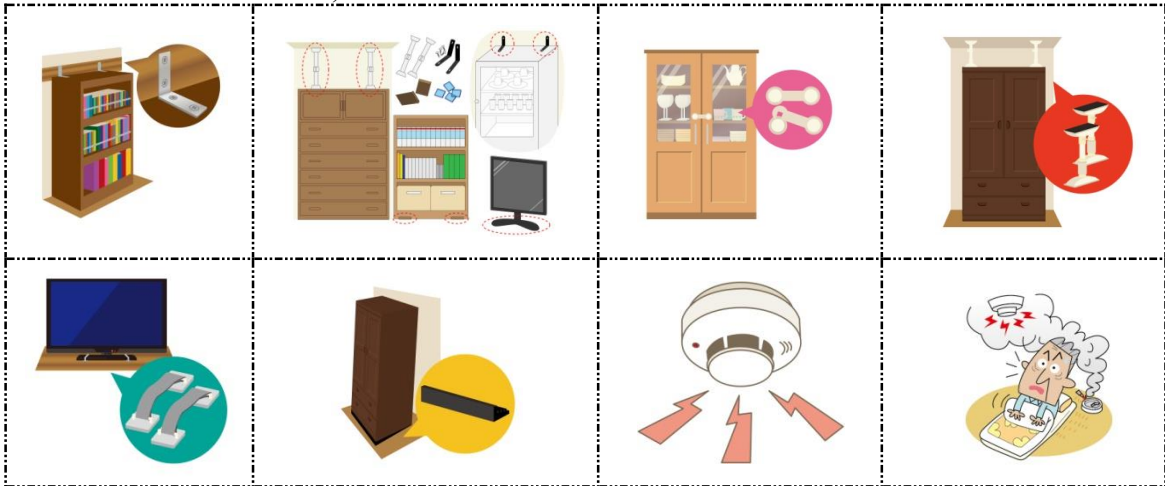
একটি শক্তিশালী ভূমিকম্পের জন্য পাহাড়সহ নতি অবসন্ন হয়ে যায়। সেইজন্য রাস্তা ব্যবহার করতে পারে না এমন সম্ভাবনা রয়েছে।

⑥ গাড়ি চালানোর সময়।

বিপত্তি বাতি চালু করুন এবং রাস্তার বাম পাশে ধীরে ধীরে থামুন। রেডিও ও স্মার্টফোন ইত্যাদিতে পরিস্থিতি চেক করুন। আপনি গাড়ি থেকে পণ্য জায়গায় যাওয়ার সময়ে জরুরি যানবাহনের পথে গাড়িটি সরিয়ে নেওয়ার বিষয়ে নিশ্চিত করুন। গাড়ির চাবিটি গাড়ির জায়গায় রাখুন এবং মোটরগাড়ি পরিদর্শন প্রমাণপত্র আপনার কাছে নিয়ে যাবেন। আপনার ফোন নম্বর নোট করে গাড়ির দরজা লক করবেন না।

(2) ভূমিকম্পের জন্য প্রস্তুতি

- আসবাবপত্র ঠিক করা যাক।
- ভূমিকম্পের জন্য মারা যাওয়ার সব চেয়ে বড় কারণ হল আসবাবপত্রে আপনি দমন করা হয়। (সুনামির কারণ ছাড়া)
- বাসকে যতটা সম্ভব বড় আসবাব না রাখার চেষ্টা করুন।
- বাসক, সিঁড়ি, রান্নাঘরের ছাদে ফায়ার অ্যালার্ম রাখুন। (একটি আগুন সনাক্ত করা হয় এবং একটি শব্দ শোনা যায়।)



2. টাইফুন/বন্যার ক্ষতির মোকাবিলা

একটি টাইফুন যখন কাছাকাছি আসছে, তখন বৃষ্টি এবং বাতাস শক্তিশালী হয়ে উঠবে। সেইজন্য আগে বাড়ির বাইরের জিনিসগুলো বাতাসের জন্য অন্য জায়গায় না যাওয়ার মতো চেষ্টা করুন। এবং ঝিলমিল বন্ধ করুন। অপ্রদীপ ও পানি ঘাটতির প্রস্তুতির জন্য স্নানের ঘরে পানি সংরক্ষণ করতে পারেন, এই পানি টয়লেট বিকাশ করতে ব্যবহার করতে পারেন।

ভারি বর্ষণ অব্যাহত থাকলে নদীতে পানির পরিমাণ বাড়বে এবং নদী উপচে পড়ার সম্ভাবনা রয়েছে। আপনার বাড়িতে বন্যার জন্য প্রস্তুত থাকুন, এবং গুরুত্বপূর্ণ জিনিসপত্র যেমন প্রথম তলায় থাকা ডকুমেন্ট এবং কম্পিউটারগুলিকে দ্বিতীয় তলায় বা তার উপরে স্থানান্তর করুন বা আপনার সাথে রাখুন। গাড়ি এবং মোটরসাইকেল যতটা সম্ভব উঁচু জায়গায় নিয়ে যান।

2015 সালে জোসো (Jhoso) সিটিতে বন্যা দুর্যোগ ঘটেছে। কিন্তু বন্যা দুর্যোগের জন্য অনেক লোকজন খালি করতে হেলিকপ্টার বা নৌকা ব্যবহার করা হয়েছে।

যদি বড় বন্যা দুর্যোগ ঘটে তাহলে জলমগ্ন হয়ে মারা যাওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। আপনার প্রাণ রক্ষা করার জন্য “কবে কোথায় খালি করবেন” এটা নিয়ে ভাবা, খালি করার সময়ে কি নিয়ে যাওয়া সেটা নিতে তৈরি করা, তাড়াতাড়ি খালি করা খুব গুরুত্বপূর্ণ।

3. দুর্যোগের জন্য প্রস্তুতি

(1) দুর্যোগের সময় তথ্য পাওয়ার জন্য প্রস্তুত থাকুন।

যদি আপনি সিটির নিরাপত্তা সংক্রান্ত তথ্য প্রয়োগ ইনস্টল করেন তাহলে দুর্যোগ সময়ের রেডিওর কোথা বিভিন্ন ভাষায় শুনতে পারেন।

মলত্যাগ সম্পর্ক চমক তথ্য 3 মাত্রা আছে।

○ স্থানত্যাগের ব্যবস্থা • প্রবীণ নাগরিক ইত্যাদি মলত্যাগ শুরু করেন • • •

তাড়াতাড়ি মলত্যাগ করার জন্য তৈরি শুরু করেন। প্রবীণ নাগরিক ইত্যাদি মলত্যাগে সময় লাগার লোকজন মলত্যাগ শুরু করেন।

○ মলত্যাগ উপদেষ্টা • • • তাড়াতাড়ি মলত্যাগ শুরু করেন।

○ মলত্যাগ উল্লেখ (রিজার্ভ) • • • জরুরি মলত্যাগ শুরু করেন।

সোশ্যাল মিডিয়ায় প্রচিন তথ্য বা অপরাধ তথ্য পাওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে। সেইজন্য সিটি-হল বা দূতাবাস থেকে আসার নবীনতম তথ্য পেয়ে ব্যবস্থা করুন।

(2) বাড়িতে করার ব্যবস্থা

তিন দিনের জন্য পানি, খাবার এবং নিচে লেখার জিনিসগুলো তৈরি করবেন।

• টর্চলাইট, স্মার্টফোনের আক্রমণকারী, রেডিও, বহনযোগ্য চুলা, টিনের কৌটা খোলার ছুরি, লাইটার, বর্ষাতি, কাজ গ্লাভস, মাস্ক, আহ্বান, তোয়ালে, পরিবর্তনের জন্য কাপড়, প্লাস্টিক ব্যাগ, ঔষধ ইত্যাদি।

পরিবারের সঙ্গে দুর্যোগের সময়ে কি করে যোগাযোগ করা বা কোথায় মলত্যাগ করা নিয়ে আলোচনা করুন।

(3) দুর্যোগের সময়ে একে অপরকে সাহায্য করার জন্য সম্পর্ক গড়ে তুলুন।

প্রতিদিন আপনার প্রতিবেশীদের সাথে পরিচিত হন। এবং যদি আপনার কোন প্রশ্ন বা সমস্যা থাকে, আপনার প্রতিবেশীদের সাহায্যের জন্য জিজ্ঞাসা করুন। স্থানীয় দুর্যোগ প্রতিরোধ ড্রিল এবং শিশুদের স্কুলে অনুষ্ঠিত "হস্তান্তর" ড্রিলগুলিতে (কুনরেন) অংশগ্রহণ করাও গুরুত্বপূর্ণ।



(4) আশ্রয়ের সমর্থন

ভূমিকম্প বা বন্যার মতো একটি বৃহদায়তন দুর্ভোগের জন্য যখন আপনার বাড়ি অবসন্ন হয় বা বিজলি এবং পানি বাদ দেয়ে তখন বিরতি করার অন্য জায়গা নিয়ে আশ্রয় বলে। যারা দুর্ভোগের জন্য আপনার বাড়িতে থাকতে না পারেন তাঁরা এই আশ্রয় ব্যবহার করতে পারেন। এখানে তথ্য নিতে পারেন এবং খাবার ইত্যাদি সহায়তাও নিতে পারেন। সাধারণত স্কুল ইত্যাদি আশ্রয়ে হতে পারে। সেইজন্য আপনার ঠিকানার এলাকার আশ্রয় নিয়ে আগে চেক করবেন।



(5) বিমা গ্রহণ করা

যাদের বাড়ি বা মোটরগাড়ি আছে তাদের বিমা গ্রহণ করা প্রয়োজন। এই কারণ হল ভূমিকম্প, বন্যা, আগুন ইত্যাদির কারণে আপনার বাড়ি বা মোটরগাড়ি ক্ষতি করার সম্ভাবনা রয়েছে। সেইজন্য যখন ক্ষতি করে তখন সেগুলো ঠিক করতে প্রয়োজনীয় টাকা পাওয়ার বিমা নিয়ে চেক করে যোগ দেবেন। (2015 সালের বন্যায় অনেক গাড়ি ডুবে গেছে এবং স্ক্র্যাপ গাড়ি হয়েছে। কিন্তু যারা মোটর গাড়ির বিমা গ্রহণ করেছেন তাঁরা সেই বিমা কোম্পানি থেকে টাকা পেতে পেরেছেন।)

4. আগুন দুর্ভোগের সময়ে কি করতে হবে।

জোরে জোরে “আগুন!” চিতকার করে প্রতিবেশীকে জানান। এবং ফায়ার স্টেশনে ফোন (ফোন নম্বর : 119) করুন। “আগুন কোথা থেকে আসে” নিয়ে চেক করুন। যদি আবেগ ছোট, তাহলে আগ্নি নির্বাপক ব্যবহার করে আগুন নির্বাপন করুন।



যদি আপনার চেয়ে আবেগ বেশি হয়, তাহলে আগুন না নির্বাপন করুন। আপনি অন্য জায়গায় খালি করবেন। ধূমপান আপনার ভিতরে না গ্রহণ করার জন্য ভিজা গামছায় আপনার মুখপাত্র গোপান করুন। এবং ভিজি নিম্ন করে খালি করবেন।

ফায়ার স্টেশনে ফোন করে জানানোর বিষয়গুলো

[ফায়ার স্টেশন]

[আপনি]

“ফায়ার স্টেশন বলছি। আগুন বা প্রাথমিক চিকিতসা ?” → আপনি বলুন “আগুন হচ্ছে! এখানে আসবেন”
“ঠিকানা কোথায় ?” → আগুনের জায়গার ঠিকানা এবং কাছে থাকার নির্মাণ নিয়ে জানাবেন।
“কি জ্বলছে ? “ → জ্বলার জায়গা এবং জ্বলার বিষয় নিয়ে জানাবেন।
“কেউ আহত হয়েছে ?” → যদি আহত হওয়ার লোক থাকেন, তাহলে সেই পরিবেশ নিয়ে জানাবেন।

5. পরমাণু বিপর্যয়ের সময় কি করতে হবে

ইবারাকি এলাকায় পারমাণবিক শক্তি কেন্দ্র ও সম্পর্কিত সুবিধা থাকে। যখন পারমাণবিক বিপদ ঘটে তখন তেজস্ক্রিয় পদার্থের সংস্পর্শে আসা রোধ করা গুরুত্বপূর্ণ। দুর্ভোগের তথ্য চেক করে যখন কিছু নির্মাণের ভিতরে থাকার মতো নির্দেশ পেয়েছেন তখন নির্মাণের ভিতরে গিয়ে জানালা বন্ধ করে এয়ার কন্ডিশনার ও ফ্যান বন্ধ রাখেন। যারা বাহির থেকে বাড়িতে ফিরে আসেন তাঁরা কাপড় পরিবর্তন করে আপনার মুখ এবং হাত পরিষ্কার করেন। (পরিবর্তন করার কাপড় প্লাস্টিক ব্যাগের ভিতরে রাখুন।)

যখন মলত্যাগ নোটিশ আসে তখন মলত্যাগ করার এলাকা, খালি শুরু করার সময়, আশ্রয় নিয়ে চেক করে শান্তভাবে কাজ করুন।

6. কন্টাক্ট ※ফোন করে প্রথমে আপনার প্রশ্ন জানাবেন।

প্রশ্ন নিয়ে	প্রশ্ন করার জায়গা	ফোন নম্বর
দুর্ভোগ নিবারণ নিয়ে	সিটি-হল - দুর্ভোগ সঙ্কট ব্যবস্থাপনা বিভাগ (Bousai Kiki Kanri ka)	

“বিদেশী লোকের জন্য জীবিকা গাইড বুক”

Gaikokujin no tameno Seikatu Gaido Bukku

প্রকাশ : জোসো সিটি

জনিত : অনুমোদিত উল্লেখিত অলাভজনক কর্পোরেশন ইবারাকি এনপিও
কেন্দ্রস্থল COMMONS

ইস্যু তারিখ : মার্চ 2021

তহবিল সংস্থা : মিৎসুবিসি প্রতিষ্ঠান × কেন্দ্রীয় সমাজ কোষ জাপান
~নতুন করোনভাইরাস সংক্রমণের অধীনে অভাবী লোকদের সহায়তা করা~
外国にルーツがある人々への支援活動応援助成 により印刷しました。