

2025年12月吉日  
GTS協同組合

# 技能実習生の皆さんへ

師走（12月）に入り、寒さも厳しくなって参りました。

技能実習生の皆さん、お元気でお過ごしでしょうか？

今冬もインフルエンザが流行してきました。早目の対策と予防をして、元気に新年を迎える為に健康管理に注意してください。

また、長期連休中には宿舎での電力を大量に浪費するケースがあります。

節電に心がけ、暖房のスイッチを入れたままの外出等に気をつけましょう。

年末年始の休暇の注意事項を下記にまとめましたのでしっかり頭に入れておいて下さい。

記

## 1.病気について

季節性インフルエンザ、風邪の予防

- ・外から戻った時、又食事の前には必ず石鹼で手を洗い、うがいをしましょう。
- ・規則正しい生活をしましょう。（夜更かしをしない）
- ・栄養のバランスのとれた食事を心掛けましょう。

## 2.交通事故について

日本の交通ルールをしっかりと守り交通事故に会わないように気をつけましょう。

万一事故が起こったら・・・

いつも連絡カードを在留カードとともに携帯し、不測の事態のときでも落ち着いて組合に連絡がとれるようにしておいて下さい。

また、自転車の交通ルールを守りましょう。ルールを守る=自分の身を守ることです。

## 3.アルバイトについて

実習生はアルバイト・内職は禁止されています！

他の事業所や店舗で報酬を受け取ることは就労活動となり本人はもちろん、会社・組合も罰則の対象となります！また、実習外活動となり帰国の対象となります。

## 4.地震について

日本は地震の多い国だと言われています。もし地震が起きたら、どうすればいいのか、皆さんわかりますか？自分を守る行動ができますか？地震関連の資料（生活指導の教科書や、内閣府の防災情報（<https://www.bousai.go.jp/kyoiku/gensai/index.html> など）を見て、日頃から正しい知識を身に付けましょう！

## 5.その他

会社の規則、寮則、日本の法令は必ず守りましょう。

犯罪者は日本人、外国人を問わず罰せられます。犯罪者のレッテルは一度貼られると剥がすことはできません。

- ・無断外泊は禁止です。会社・組合のルールに沿って許可をとりましょう。

（許可が下りない場合もあります。指示に従いましょう）

皆さんのが安全に日本で生活するための規則です！一時の楽しみや興味のために人生を棒に振るような事態が起こらぬよう必ず規則を守りましょう！

### **万引き・キセル・自転車の拾い乗りは犯罪です！許されません！**

残念なことですが、外国人の犯罪組織が実習生の皆さんをターゲットに犯罪に巻き込むケースが増えています。同じ国人の人でも甘い誘いには乗ってはいけません！甘い話には必ず落とし穴があります！自分で自分の身を守ってください！

**パスポート、在留カードは組合・企業以外渡してはいけません！入管から直接提出を求められることはあります！あなたのパスポート、在留カードが狙われています！気をつけて下さい！**