

Como escrever o histórico profissional

-Conceito Básico-

- ☆ Escrever o dados básicos como título, nome, carimbo, idade, etc. Corretamente. Caso tenha requerimentos para preencher a vaga escreva os concretamente.
- ☆ Evite abreviar as palavras como utilizar palavras específicas de uma profissão.
- ☆ Separe claramente fatos reais (suas experiências anteriores) e objetivos.
- ☆ Escreva resumidamente suas experiências, seus objetivos e os motivos de querer trabalhar na empresa.
- ☆ Verifique se não há erros ortográficos e gramaticais.

Pense que este documento será arquivado, portanto deixe um espaço o lado esquerdo.

Organize em ordem cronológica o seu histórico profissional (local e conteúdo do trabalho)

職務経歴書

平成〇年〇月〇日
労働 花子 印
(28歳)

1.希望職種
(1)販売(接客を始め、仕入れから売上管理までを希望)
(2)調査・企画・宣伝
(調査の仕事をしたことはありませんが、若者の流行や嗜好について常に情報収集してきました。この経験を活かせると思います。)

2.職務経歴
(株)〇〇〇書店にて、8年間勤務
[会社概要]
事業内容 書籍・文具の販売、CD・ビデオのレンタル
年 商 5億6千万円 従業員数60人
事業所数 本店を含め5店舗 創業昭和3年4月
[経 歴]
平成3年4月 (株)〇〇〇入社 3ヶ月間本店売場で実習
レジ打ち、品だし、返品作業、伝票発行、接客を学ぶ
7月駅ビル店配属 雑誌部門を担当する
5年3月 同店でコミック・児童書を担当
・仕入れから陳列、在庫、売上管理まで任される。
・アルバイト、パートの指導役となる 6年5月 商工会主催のPOPセミナーを受講。以後店内POPを任される。
12月 全店部門別売上ベストになり表彰される。(コミック・児童書)
・新学期やクリスマス、バレンタイン等の催事企画を任される。7年10月 郊外型店舗 〇〇店オープンに伴い異動
・開店準備のメンバーとして活動
・コミック児童書を引き続き担当 8年3月 同店でCD・ビデオのレンタルを担当 現在に至る

3.仕事を通して身につけてきた職業能力
(1)接客(販売員としてのマナーと言葉遣い)
(2)商品知識(コミック・雑誌・児童書・CD・ビデオ)
(3)若者の嗜好・流行についての情報
(4)催事企画
(5)POPデザイン(手書きのちらし・広告・ポスター作成)

4.仕事への姿勢
(1)主に少年や若者を相手に接客してきましたが、相手の目線に立って親しみやすく節度をもった対応を心がけてきました。親御さんからも感謝されています。
(2)骨惜しみせず、自分から仕事をみつけ動くようにしています。

以上

※ http://www.hellowork.go.jp/html/into_1_s.html Exemplos de histórico profissional separado por áreas.

3 As leis relacionadas com normas trabalhistas japonesas que você precisa conhecer.

As normas estabelecidas pela Lei de Normas Trabalhistas e outras correlacionadas serão aplicadas para os estrangeiros que trabalham no Japão. Essas normas exigem que o empregador cumpra as seguintes questões.

- (1) Proibição do tratamento discriminatório por motivo de nacionalidade.

Os empregadores não podem discriminar o trabalhador nas condições iguais de trabalho tais como o salário, horas de trabalho e etc., por causa da sua nacionalidade, crença ou classe social. (Artigo 3 da Lei de Normas Trabalhistas).

- (2) Informar claramente as condições de trabalho.

O empregador deve informar claramente as condições de trabalho ao trabalhador no ato do contrato. Esclarecer principalmente os itens básicos como o salário, horas de trabalho e outros dados exigidos circunstancialmente por escrito (Notificação das condições de trabalho entre outros (consultar documento anexo)), e de tal maneira que o trabalhador estrangeiro possa compreender claramente. (Artigo 15 da Lei de Normas Trabalhistas).

- (3) Proibição da obrigação de trabalho e exploração do trabalhador.

O empregador não poderá obrigar o empregado a executar um trabalho contra a sua vontade, por agressão ou ameaça. Também é proibido obter lucros, sem devida permissão legal, sobre o estado de emprego do trabalhador. (Artigo 5 e 6 da Lei de Normas Trabalhistas).

- (4) Proibição de fazer contratos de trabalho visando o recebimento de indenização e penalidades pelo não cumprimento do mesmo.

É proibido fazer contratos em que se vise o pagamento pelo trabalhador, de uma indenização ou penalidade por falta de cumprimento do contrato, como por exemplo multa por rescisão do contrato. (Artigo 16 da Lei de Normas Trabalhistas).

- (5) Restrições quanto à demissão de trabalhadores em tratamento médico após acidentes de trabalho.

É proibido em princípio, despedir o trabalhador que sofreu acidente de trabalho enquanto o mesmo estiver em tratamento médico ou no período de 30 dias de recuperação. (Artigo 19 da Lei de Normas Trabalhistas).

- (6) Aviso prévio de demissão.

Ao demitir um trabalhador, é necessário em princípio, que se dê o aviso com antecedência de pelo menos 30 dias. Quando não há aviso prévio de 30 dias antes da sua demissão, é obrigatório o pagamento do salário médio (Pagamento para Aviso de Demissão) pelo menos dos dias que faltam para completar os 30 dias. No entanto, esse caso não será aplicado em caso da empresa não poder continuar a funcionar por razões de calamidades ou outros acidentes, ou quando o trabalhador despedido for o responsável pela sua demissão. Todavia nesses casos é necessário que a empresa obtenha a Isenção do Aviso Prévio de Demissão pelo Chefe da Inspetoria das Normas Trabalhistas. (Artigo 20 e 21 da Lei de Normas Trabalhistas)

- (7) Pagamento do salário.

O salário deve ser pago em moeda, no seu inteiro valor, diretamente ao trabalhador, uma vez ou mais por mês nos dias determinados. Podendo ser efetuados descontos legais como imposto de renda, Seguro-Desemprego e seguro de saúde, ou inclusive taxas sindicais caso existam. (Artigo 24 da Lei de Normas Trabalhistas).

(8) Salário mínimo.

O empregador deve fixar o valor do salário a partir do salário mínimo para o trabalhador. (Artigo 5 da Lei de Salário Mínimo) O salário mínimo está estipulado para cada região e ao mesmo tempo para cada tipo de profissão.

(9) Jornada de trabalho e folgas.

O empregador não pode fazer com que o empregado trabalhe mais do que 8 horas por dia, 40 horas por semana (Para alguns tipos de trabalho ou porte de empresa, são 44 horas). (Artigo 32 e 40 da Lei de Normas Trabalhistas).

O empregador deve oferecer aos empregados folgas semanais de no mínimo um dia, ou 4 dias ou mais para cada 4 semanas. (Artigo 35 da Lei de Normas Trabalhistas).

(10) O pagamento de adicional para horas extras noturnos e dias de folga (sendo que as horas normais são 8 horas por dia e 40 horas semanais).

O empregador deve obedecer às normas legais caso o trabalhador ultrapasse as horas de trabalho determinadas por lei, ou trabalhe nos dias de folga. (Artigo 36 da Lei de Normas Trabalhistas).

Para o trabalho além das horas determinadas pela lei, deve ser pago uma remuneração extra calculado com acréscimo de 25% ou mais, e para o trabalho feito nos dias de folga determinado pela lei, deve ser pago um valor extra com 35% ou mais de acréscimo em relação à hora normal.

Para o trabalho noturno (a partir das 22 horas até as 5 horas), também deve ser feito um pagamento extra com 25% ou mais de acréscimo em relação ao valor da hora normal. (Artigo 37 da Lei de Normas Trabalhistas).

(11) Férias anuais remuneradas.

Os trabalhadores que continuam trabalhando por mais de 6 meses consecutivamente e que cumprem mais de 80% dos dias determinados para o trabalho, o empregador deve conceder o direito de férias anuais remuneradas (os dias de férias variam por tempo de serviço, porém para o primeiro ano são de 10 dias). (Artigo 39 da Lei de Normas Trabalhistas).

(12) Devolução do dinheiro e outros pertences do trabalhador.

Caso, ao sair do emprego ou falecimento, a pessoa que obtiver direito de solicitação, o empregador é obrigação pagar o salário ao qual tem direito dentro de 7 dias, assim como devolver os seus pertences. (Além disso, o empregador não tem o direito de reter o passaporte ou o registro de estrangeiro do trabalhador.) (Artigo 23 da Lei de Imigração, etc.)

(13) Segurança e higiene.

Para garantir a segurança e higiene do trabalhador, o empregador deve tomar medidas para evitar acidentes ou doenças do trabalhador, como atividades de educação sobre segurança e higiene (na hora do início de emprego) ou do exame médico. (Artigo 59 e 66 da Lei de Segurança e Higiene do Trabalho)

Nos casos abaixo, consulte a Seção de Consultas para Trabalhadores Estrangeiros (estabelecidos nas principais província o Departamento de Normas Trabalhistas, Setor de Normas trabalhista do Ministério do trabalho) ou Postos de Fiscalização das Normas Trabalhista.

Por exemplo:

- Não pagamento de salário
- Não pagamento do horas-extras
- Demissão por não estar trabalhando devido a um acidente no trabalho
- Foi repentinamente demitido, como e não recebeu o pagamento de aviso prévio de demissão
- Acidentou-se no trabalho e não recebeu o pagamento médico e os dias parados
- No fechamento do contrato não estava claro as condições trabalhistas como: o valor do salário, o horário de trabalho, etc.
- No local de trabalho não havia boas condições higiênicas e sanitárias, tendo a possibilidade de ocorrer um acidente no trabalho, etc.

Na Seção de Consultas para Trabalhadores Estrangeiros recebemos consultas sobre condições trabalhista em línguas estrangeiras.

(veja na página 46)

4 Quando se desligar da empresa.

Quando se desligar da empresa, por favor, tenha cuidados com os seguintes pontos.

(1) Desligar-se da empresa por iniciativa do trabalhador.

Normalmente, as regras de desligamento estão prescritas no Regulamento Interno de Trabalho da Empresa.

Portanto, consulte com antecedência estas regras. Além disso, de acordo com o Código Civil (Artigo 627), caso o contrato de trabalho não determine o período de sua duração, o empregado deve fazer a notificação do pedido de demissão, em princípio, com antecedência de 2 semanas. Mesmo no caso em que a remuneração é periódica, o trabalhador deve fazer a notificação do pedido de demissão, em princípio o próximo período da primeira metade do período anterior que se deseja desligar da empresa.

Deve-se levar em conta que quando você pede para ser liberado imediatamente, o empregador poderá ter dificuldades em passar o seu trabalho para outros empregados ou procurar novos empregados. É recomendável falar cuidadosamente com seu empregador sobre o modo de deixar a empresa.

(2) Demissão pelo empregador.

“Demissão” significa que o contrato de trabalho é rompido unilateralmente por parte do empregador. Em caso de demissão mencionada no tópico 3» item (6) (Aviso prévio de demissão), o empregador, em princípio, deve dar o aviso prévio ao trabalhador com no mínimo de 30 dias de antecedência. Caso o aviso prévio não tenha sido dado a 30 dias da demissão, o empregador deverá pagar o salário médio, no mínimo para os dias que faltam para completar os 30 dias de aviso prévio. (Artigo 20 e 21 da Lei de Normas Trabalhistas, etc).

Os trabalhadores contratados por empresa estabelecida no Japão, em princípio, devem se ingressar no Seguro-Desemprego, com exceção de uma parte de trabalhadores de curto período, tais como part-timers. Ao sair do emprego, os inscritos no Seguro-Desemprego devem tomar os seguintes procedimentos.

(1) O Sistema de Seguro-Desemprego.

No Japão, existe o Sistema de Seguro-Desemprego. Esse sistema visa dar suporte aos trabalhadores em necessidade (amparo ao desemprego), suporte nos meios de vida e promover um novo emprego. Em princípio, mesmo o estrangeiro (exceto para os funcionários públicos estrangeiros e aqueles que comprovadamente estão sendo beneficiados pelo Seguro-Desemprego estrangeiro) deve ingressar no Seguro-Desemprego, mesmo os trabalhadores de curto período como, por exemplo, “part-timers” com menos de 20 horas de trabalho por semana, etc. Caso você acabou de entrar na empresa, sendo japonês ou não (incluindo aqueles que não têm nacionalidade alguma), será emitido um cartão de segurado que será entregue ao trabalhador através do empregador, mas caso não esteja inscrito no Seguro-Desemprego, contate a “Hello Work”.

(2) Quando deixar a empresa.

Quando um trabalhador deixar a empresa, receberá, em princípio, os benefícios para os desempregados, etc. (pagamento do subsídio básico) referentes ao período de dias determinados, dentro de 1 ano, a contar do dia seguinte ao dia em que deixou a empresa, caso esteja dentro das condições prescritas abaixo.

- ① Se receber declaração de que se tornou um não segurado por ter ficado desempregado.
- ② Se apesar do desejo e capacidade para estar trabalhando, a pessoa não ter oportunidade de trabalhar.
- ③ Se estiver sido inscrito no seguro num total de 12 meses durante 2 ano, contados até o dia anterior à data em que ficou desempregado (entretanto, é possível no caso de afastamento da empresa por motivos de falência, demissão, etc. contados até o dia anterior à data do afastamento num total de acima de 6 meses durante 1 ano). Preenchidos os critérios acima, o trabalhador desempregado poderá receber o pagamento do subsídio básico, cujo valor do pagamento é determinado pelo período inscrito no seguro, com a duração de um ano a contar do primeiro dia posterior à data do desligamento.

Após a confirmação do desligamento do emprego, deve levar à Agência:

- ① Atestado de demissão (RISHOKUHYOO) (receber ou solicitar do empregador depois da demissão)
- ② Carteira do segurado (HI-HOKENSHASHOO)
- ③ Carimbo (se tiver).
- ④ Documento que possa comprovar o endereço e a idade (Certificado de registro de estrangeiro, etc.).
- ⑤ Duas (2) fotos recentes (3 × 2.5 cm)
- ⑥ Cardeneta bancária com o nome do soliatante

Estes documentos devem ser apresentados numa “Hello Work” de jurisdição do seu endereço. Tendo condições de exercer um emprego e caso tenha direito de receber o subsídio básico do Seguro-Desemprego, será marcada a data para que a pessoa compareça novamente à “Hello Work” para receber o “certificado de beneficiário”. Compareça na data marcada e receba também o reconhecimento de desempregado. Com o reconhecimento, você receberá o subsídio básico.

Para receber o reconhecimento de desempregado, a pessoa deve declarar se:

- ① Até a data de reconhecimento, foi novamente empregado, executou algum trabalho, prestou serviços na residência ou ajudou em alguma tarefa.
 - ② Declarar a data e o valor recebido, caso tenha prestado algum serviço na residência ou ter ajudado em alguma tarefa.
 - ③ Procurou empregos antes de receber o reconhecimento.
 - ④ Está em condições de aceitar o trabalho oferecido pela “Hello Work”.
 - ⑤ Arrumou novo emprego ou iniciou um negócio próprio, ou pretende tê-lo.
- Preencha os itens acima no formulário para o reconhecimento do desempregado e entregue ao encarregado.

Após a data de solicitação do emprego, nos primeiros 7 dias de desemprego (chama-se período de espera) não poderá receber o pagamento. Além disso, se você foi despedido por razões sérias e imputáveis ou deixou a empresa por sua iniciativa sem motivo suficiente, você não poderá receber o benefício por 3 meses depois de completado o período de espera. (chama-se restrição sobre benefícios de desemprego)

<Por favor, pedir à “Hello Work” informações mais detalhadas sobre o sistema de Seguro- Desemprego (Veja a P. 38)>

Com referência aos Treinamentos profissionais públicos

(1) Treinamentos Profissionais Públicos.

No Japão em cada província existem órgãos de treinamentos profissionais públicos que ensinam técnicas para pessoas que estão sem trabalho reiniciarem alguma atividade, bem como outros tipos de conhecimentos para treinamento profissional. As aulas são gratuitas (livros e materiais a serem utilizados são por conta própria). Com relação as informações sobre as aulas entre em contato com o “Hello Works” mais perto de sua residência.

Tanto as pessoas em estado de desemprego como os que têm emprego podem participar dos programas com direito aos subsídios do seguro-desemprego, etc. (subsídios básicos, de inscrição de aulas e transportes). A participação pode ainda promover a prorrogação do período do recebimento do seguro-desemprego, etc.

(2) Regime de Subsídios para Aprendizagem e Treinamento.

O regime de Subsídios para Aprendizagem e Treinamento faz parte dos benefícios do seguro-desemprego, etc. Este regime oferece subsídios para o pagamento de cursos de aprendizagem e treinamento aprovados pelo Ministro do Trabalho e Saúde. Tem direito ao subsídio aqueles que contam 3 três anos (somente a primeira vez, 1 ano) ou mais que fazem o pagamento do seguro-desemprego e podendo estar ou não participando do mesmo no momento. O subsídio é fornecido pela “Hello Work” e irá cobrir parte do pagamento efetuado pelo aluno.

<Mais detalhes sobre treinamentos profissionais públicos devem ser obtidos na “Hello Work” (Veja a P. 38)>

5 Outros sistemas de seguro para trabalhadores.

(1) Sistema de Seguro contra Acidentes de Trabalho.

Segundo a Lei de Seguro contra Acidentes de Trabalho, para toda empresa que emprega trabalhadores é aplicado, a rigor, o Sistema de Seguro contra Acidentes de Trabalho. Em casos de acidentes, doenças, ferimentos ou falecimentos por motivo de trabalho ou de deslocamento para trabalho, será pago o valor necessário pelo seguro.

Os subsídios do Sistema de Seguro contra Acidentes de Trabalho são os seguintes:

- ① Subsídio (indenização) para o tratamento médico; será pago quando necessitar de cuidados médicos para tratamento de ferimento, doença por motivo de trabalho (ou deslocamento para trabalho) ou repouso para tratamento.
- ② Subsídio (indenização) por ausência no trabalho; será pago quando o trabalhador estiver impossibilitado de trabalhar por estar em tratamento médico mencionado no item ① a partir do quarto dia em que não se recebe salário por estar faltando ao trabalho.
- ③ Pensão (indenização) pelo ferimento e doença; será pago quando não se recuperar depois de passar 1 ano e 6 meses após o início do tratamento de ferimento ou doença por motivo de trabalho (ou deslocamento para trabalho), e continuar a ter alguma deficiência física.
- ④ Subsídio (indenização) pela deficiência; será pago quando ficar com alguma deficiência física em definitivo depois de se recuperar do ferimento ou doença por motivo de trabalho (ou deslocamento para trabalho).
- ⑤ Subsídio (indenização) para a família do falecido, despesa (Subsídio) com funeral; quando falecer por motivo de trabalho (ou deslocamento para trabalho), serão pagos o subsídio (indenização) para a família do falecido, e a despesa (subsídio) de funeral para a pessoa que o realizou.
- ⑥ Subsídio (indenização) de assistência especial de cuidados pessoais; é pago para os beneficiários de pensão (indenização) de deficiência física ou de pensão (indenização) de ferimento e doença, que estejam recebendo constante ou freqüentemente a assistência especial de cuidados pessoais.
- ⑦ Subsídio para o exame médico complementar e outros: Conforme o resultado do exame médico periódico estipulado pela Lei de Seguro e Higiene do Trabalho, o segurado poderá fazer o exame médico complementar ou receber os orientação sobre seguros específicos, caso se constate anormalidades nos 4 itens sobre obesidade, pressão sanguínea, açúcar no sangue e lípidios no sangue (com exceção daqueles que já sofrem de doença cerebral ou cardíaca).

<Informações mais detalhadas sobre o sistema de seguro para acidentes de trabalho, devem ser obtidas num Posto da Inspetoria das Normas Trabalhistas (ROODOO KIJUN KANTOKUSHO)>

(2) Sistema de Seguro de Saúde

O Sistema de Seguro de Saúde é aplicado também para os estrangeiros que são empregados efetivos(*) em uma empresa em que o sistema é aplicável, sendo obrigatória a sua inscrição.

(*) Para todas as empresas individuais de pequeno porte, exceto as empresas jurídicas de médio e grande porte ou empresas de determinadas áreas, que possuem empregados efetivos com 5 ou mais empregados que trabalham horas e dias que atinjam aproximadamente três quartos ou mais do que aqueles trabalhadores regulares que executam o mesmo tipo de trabalho.

Com o seguro de saúde, o segurado e sua família podem receber auxílios ou benefícios quando fizerem consulta médica por ferimentos ou doenças. Existem também subsídios para partos e mortes. Os que são empregados efetivos em uma empresa em que o sistema é aplicável e não estão inscritos no seguro de saúde, como esqueceu o cardeneta do seguro terão que cobrir o valor integral das despesas médicas por conta própria.

(3) Sistema de Seguro Nacional de Saúde.

Os estrangeiros, mesmo os que não se enquadram em outros seguro de saúde públicos, se tiverem feito o registro de estrangeiro e foram autorizados a permanecerem no Japão por mais de um ano pela Lei de Imigração (inclusive aqueles de permanência mais longa), poderão ser segurados pelo Seguro Nacional de Saúde.

Estando inscrito no Seguro Nacional de Saúde, o titular e seus dependentes poderão receber benefícios necessários quando fizerem consulta médica por ferimentos ou doenças. Há, também, pagamento de benefícios em caso de parto ou falecimento. Caso não se inscrever no seguro, o estrangeiro deverá arcar com o pagamento de todas as despesas de tratamento médico.

(4) Plano de Pensão dos Assalariados, Plano de Pensão Nacional.

O Plano de Pensão dos Assalariados é aplicado também para os estrangeiros. Se um estrangeiro é empregado efetivo(*) de uma empresa abrangida pelo plano, torna-se obrigatória a sua inscrição. Por outro lado, os estrangeiros que não são empregados efetivos, e que tem residência no Japão, precisará se inscrever no Plano de Pensão Nacional.

(*) Para todas as empresas individuais de pequeno porte, exceto as empresas jurídicas de médio e grande porte ou empresas de determinadas áreas, que possuem empregados efetivos com 5 ou mais empregados que trabalham horas e dias que atinjam aproximadamente três quartos ou mais do que aqueles trabalhadores regulares que executam o mesmo tipo de trabalho.

Estando inscritos nestes planos de Pensão Pública em caso de velhice, deficiência física ou falecimento a pessoa poderá receber os benefícios de velhice, de deficiência física (ou subsídios para deficiência física) ou de falecimento.

Os estrangeiros cadastrados no Plano de Pensão Pública, poderão receber a devolução da aposentadoria por requerimento mesmo depois de sair do país. O requerimento deverá ser feito dentro de 2 anos, após ter saído do país. A devolução será feita para as pessoas qualificadas nas seguintes situações. Situações de devolução referente ao desligamento:

- ① Não possuir nacionalidade japonesa
- ② Ter feito o pagamento do Plano de Seguro de Pensão dos Assalariados ou Plano de Pensão Nacional por mais de 6 meses
- ③ Não têm sua residência no Japão
- ④ Não tiveram direito de receber pensão (inclusive o auxílio por deficiência física).

[Notas]

As pessoas provenientes de países que permitem adicionar o período já contribuído nesses países, conforme acordo bilateral de previdência social assinado com o Japão, mediante a algumas condições poderá receber a aposentadoria conforme os anos de contribuição de cada país. Entretanto, ao receber a devolução do dinheiro por desligamento, você não poderá utilizar estes anos de contribuição à previdência no Japão como "período adicionável para a aposentadoria".

O Países que fizeram um acordo bilateral de previdência social com o Japão:

Alemanhã, Estados Unidos da América, Bélgica, França

<Informações mais detalhadas sobre o Sistema de Seguro de Saúde, Seguro de Pensão dos Assalariados e de Pensão Nacional, poderão ser obtidas no Escritório de Seguro Social. Quanto ao Sistema de Seguro Nacional de Saúde consulte o balcão de atendimento da prefeitura.>