

株式会社キタカラ 提供

外国人材が定着する職場づくり

実務チェックリスト&活用ガイド

— 離職を防ぐ現場の知恵 —

このガイドは、外国人材の採用経験がある事業所の担当者・施設長向けに作成しました。「また辞めた」を繰り返さないための実務的なチェックリストと、現場ですぐ使える表現集をまとめています。

【目次】

1. 外国人材が辞める前に出るサイン 早期発見チェックリスト
2. よくある課題 TOP5 と原因・対策
3. やさしい日本語 指示例集
4. 宿舎必須設備チェックリスト（北海道仕様）
5. FAQ よくある質問

「突然辞めた」の多くは突然ではありません。必ずサインがあります。週1回、このリストで確認する習慣をつけてください。

【職場での様子】

- 以前より口数が減った、挨拶が少なくなった
- ミスが増えた、仕事への集中力が落ちた
- 休憩時間に一人でいることが増えた
- 「大丈夫です」しか言わなくなった
- 残業や追加業務を断るようになった
- 同僚・上司との会話が極端に減った

【生活面での様子】

- 食欲がない、体重が減った様子がある
- 睡眠不足そうな顔色をしている
- スマートフォンを見る時間が極端に増えた（母国との連絡増加）
- 休日に外出しなくなった
- 宿舎の整理整頓ができなくなった
- 「国に帰りたい」という発言が出た

【要注意サイン 即対応】

- 有給休暇の取得が急に増えた
- 「転職したい」「別の仕事がしたい」という発言
- 荷物を少しずつ職場から持ち帰っている
- 面談の日程調整を避けるようになった

サインを発見したら：まず「最近どうですか？」と声をかけるだけで構いません。解決しようとしなくていい。「聞いてもらえた」という安心感が離職を踏みとどまらせることがあります。困ったときはキタカラにご相談ください。TEL：090-7641-4582（畠山幹生）

2

よくある課題 TOP5 と原因・対策

順位	課題	主な原因	対策のポイント
1位	コミュニケーション不足	日本語力不足・指示の曖昧さ・職場での説明不足	やさしい日本語を使う。指示は短く繰り返す。（→3章参照）
2位	生活環境への不満	宿舎の設備不備・光熱費負担の不公平感	入居前に設備確認・ルールを母語で書面化。（→4章参照）
3位	人間関係の摩擦	上司・同僚との価値観の違い・文化的衝突	定期面談で早期発見。孤立させない環境づくり。
4位	孤立感・ホームシック	地域交流不足・相談相手不在・母国との疎遠化	Wi-Fi環境の確保。地域行事への参加促進。
5位	制度理解不足	在留資格・更新条件の誤解	雇用契約・在留条件を母語で説明。不明点はキタカラへ。

外国人材への指示は「短く・簡単な言葉で・繰り返す」が基本です。右列の表現をそのまま使ってください。

職場での指示

難しい日本語	やさしい日本語
午後から構内清掃をお願いしたいんだけど	ごごから、さぎょうばを そうじしてください
この資材をあっちの棚の方へ移動してもらえますか？	この しざいを、あっちの たなに おいてください
明日はいつもより 30 分早めに出勤してくれるかな	あしたは 30 ぶん はやく きてください
作業が完了したら私のところまで報告に来て	おわったら、わたしに ほうこく してください
この部品、破損しやすいから丁寧に運搬してね	この ぶひんを、ゆっくり はこんでください

生活での指示

難しい日本語	やさしい日本語
可燃ごみは月曜と木曜の収集日に出すようにしてね	もえるごみはげつようびと もくようびに だしてください
洗濯機は夜間使用を控えて、22 時までには終わらせて	せんたくきは よる 10 じまでにつかってください
外出時は必ず施錠してから出かけるように	かぎは、でかけるとき かならず しめてください
冷蔵庫の中、食品が傷む前に整理しておいて	れいぞうこの なかを、きれいに してください

安全に関する指示

難しい日本語	やさしい日本語
この道は凍結しやすいから、転倒しないよう注意して	この みちは すべりやすいです。きをつけてください
機械を扱う際は、必ず保護手袋を装着してね	きかいをつかうときは、てぶくろを してください
重量物は一人で持たず、必ず二人以上で運んで	おもいものは、ふたりでもって ください
火を使うときは、その場を離れないように	ひをつかうときは、そばに いてください

4

宿舎必須設備チェックリスト（北海道仕様）

入居前に必ず確認してください。設備の不備が生活不満・早期離職の原因になります。入居時にルールを母語で書面化して渡すことが重要です。

基本設備（全国共通）

項目	備考	確認
個室または仕切り（ベッド・収納付き）	プライバシー確保	<input type="checkbox"/>
寝具一式（マットレス、枕、掛布団、シーツ）		<input type="checkbox"/>
冷蔵庫	個別または共用	<input type="checkbox"/>
洗濯機	室内または敷地内設置	<input type="checkbox"/>
調理器具（コンロ、鍋、フライパン、食器）		<input type="checkbox"/>
電子レンジ		<input type="checkbox"/>
テーブル・椅子	食事・作業用	<input type="checkbox"/>
Wi-Fi	無制限または十分な通信量	<input type="checkbox"/>
カーテン（全窓）	遮光可が望ましい	<input type="checkbox"/>
トイレ	洋式推奨	<input type="checkbox"/>
風呂・シャワー	給湯器付き・清潔な状態	<input type="checkbox"/>
消火器	台所・廊下など	<input type="checkbox"/>
ゴミ置き場	分別方法の掲示あり	<input type="checkbox"/>

北海道・地方型 追加推奨設備

項目	内容	確認
暖房設備	灯油・ガス・電気暖房、冬季も十分な出力	<input type="checkbox"/>
断熱対策	窓・壁の断熱、隙間風防止処理	<input type="checkbox"/>
除雪用具	スコップ、ママさんダンブ、融雪剤	<input type="checkbox"/>
灯油タンク	屋外設置・補充方法の説明あり	<input type="checkbox"/>
傘立て・長靴置き場	冬・雨天対策	<input type="checkbox"/>

自転車	通勤・買い物用	<input type="checkbox"/>
非常食・防災セット	水、保存食、懐中電灯、毛布	<input type="checkbox"/>

入居時の確認ポイント：宿舎ルール（ゴミ出し・光熱費・共用部清掃）を母語＋やさしい日本語で書面化して渡す。緊急連絡先（支援担当・警察・消防・病院）を部屋に掲示する。冬季は暖房の使い方・灯油補充方法を実演で説明する。

Q1. 日本語力が不足していて、現場で意思疎通が難しい場合は？

A. やさしい日本語と繰り返しが基本です。・業務指示は短く、繰り返し伝える（→3章の指示例集を活用）・翻訳アプリを補助的に使用する・絵・写真付きの説明資料を作る・キタカラの日本語オンライン教室（月2回）を活用する・現場管理者向け「やさしい日本語」研修もご相談ください

Q2. 入国後すぐに離職した場合、初期費用は返ってきますか？

A. キタカラの定着支援プランでは、条件付きで初期費用全額返金保証があります。詳細な条件については、お電話またはご面談にてご説明します。まずはお気軽にご相談ください。TEL：090-7641-4582（畠山幹生）

Q3. 複数人を同時に受け入れる場合のポイントは？

A. 受け入れキャパの確認と指導體制の強化が重要です。・宿舍・職場の受入キャパを事前確認する・指導員体制を人数に応じて強化する・一度に多く受け入れると管理負担が急増するため、採用計画を綿密に立てる・同郷者同士のサポート関係を活かし、生活・勤務の安定化を促進する

Q4. トラブルや急な相談にはどう対応しますか？

A. キタカラは24時間LINE対応+即日対応体制をとっています。・緊急時は即日訪問、軽度案件はオンライン面談で即対応・相談内容は記録し、時系列で管理・必要に応じて企業担当者にもフィードバック いつでもご連絡ください。TEL：090-7641-4582 LINE：公式アカウントよりご連絡ください

外国人材のキタカラ
(株式会社キタカラ：登録支援機関)

代表 畠山幹生

本社：北海道釧路市 札幌事務所：札幌市豊平区

TEL：090-7641-4582 MAIL：info@kitacarat.com WEB：kitacarat.com

外国人材の定着でお困りのことがあれば、いつでもご相談ください。しつこい営業は一切しません。