



# 技能実習と特定技能 徹底比較

8つの違いと技能実習から特定技能への切り替え方法



2019年4月より開始した「特定技能」により、外国人材雇用への注目度が高まっています。

一方、「技能実習」との類似性や特定技能への資格変更の手続き等、その複雑さゆえ、特定技能外国人の受け入れを逡巡してしまう方も多いのではないのでしょうか。

そんな企業のご担当者様に向けて、本資料では、「特定技能と技能実習の違い」及び「技能実習から特定技能への在留資格変更」についてフォーカスし、ポイントを取りまとめました。

※なお、特定技能の制度概要については、別の資料にまとめていますので、合わせてご確認ください。

## 1. 技能実習と特定技能の違い

- a. 制度の前提
- b. 職種
- c. 在留期間
- d. 転職・家族滞在可否
- e. 給与水準
- f. 受け入れ人数
- g. 関連する団体・企業

## 2. 技能実習から特定技能への在留資格変更手続き

- a. 対象となる外国人
- b. 手続きの流れ
- c. 注意点

## 3. 弊社案内

# 1. 技能実習と特定技能の違い

---

ざっくりと8つのポイントに絞って、技能実習と特定技能の違いを解説していきます。



# 技能実習と特定技能の違い

	技能実習	特定技能
<b>a 制度の前提</b>	技能の移転による国際貢献	即戦力となる労働力の確保
<b>b 職種</b>	83職種151作業	14分野
<b>c 在留期間</b>	最長5年	5年 + 条件を満たすと無制限 (建設と造船のみ)
<b>d 転職可否</b>	不可能	可能
<b>d 家族滞在可否</b>	不可能	可能 (2号)
<b>e 給与水準</b>	最低賃金でも可能	日本人と同等
<b>f 受け入れ人数</b>	制限あり	建設と介護以外は無制限
<b>g 関連する団体・企業</b>	監理団体、技能実習機構、 送り出し機関	登録支援機関、業界団体

# 1 - a 制度の前提

	技能実習	特定技能
a 制度の前提	技能の移転による国際貢献	即戦力となる労働力の確保

設立目的：「技能移転のための実習」 ←異なる→ 「即戦力労働者の確保」

在留資格取得のための人材要件が違う

- 法定講習を受講していればOK
  - 入国前（160時間以上の日本語講習）
  - 入国後（1ヶ月の日本語・法定講習）

技能も日本語も初心者レベル

- 日本語と技能が一定水準を超えないとNG
  - 日本語能力試験N4相当取得
  - 技能評価試験合格

一定の水準をクリアしている人材

## 1 - b 職種

	技能実習	特定技能
b 職種	83職種151作業	14分野

「**繊維・衣類業**」であれば「技能実習」一択  
「**外食業**」であれば「特定技能」一択



# 1 - c 在留期間



	技能実習	特定技能
c 在留期間	最長5年	特定技能1号：5年 特定技能2号：無制限（建設と造船のみ）

**特定技能2号に移行することで、在留期間の制限がなくなる**  
 （現状建設と造船のみだが、今後介護以外の全職種で2号移行が可能になる見込み）

**技能実習2号/3号から特定技能1号へ移行することが可能**  
 （同業種の場合は、無試験で移行可能）



# 1 - d 転職・家族滞在可否

	技能実習	特定技能
d 転職可否	不可能	可能
d 家族滞在可否	不可能	可能（2号）

**特定技能は、転職が可能**  
**特定技能2号へ移行することで、家族の滞在もOK**

- 技能実習は目的が「実習」であるため、  
 転職・家族呼び寄せという概念がない
  - 技能実習で「所属企業の変更」が可能になるタイミングは2つのみ
    - ① 受け入れ企業の倒産
    - ② 2号から3号への移行時

- 特定技能は「労働者」なので  
 同業種内での転職が認められている
  - 他業種への転職時は、技能評価試験の合格が必須
- 特定技能2号は現状「建設・造船業」のみ  
 ※ 今後介護以外の全業種に拡大予定

# 1 - e 給与水準

	技能実習	特定技能
e 給与水準	最低賃金でも可能	日本人と同等

一定水準の技能と日本語能力を有する特定技能の方が  
給与が高くなる

- 最低賃金でも雇用可能

- 給与、賞与及び各種手当を日本人と同様に支給する必要がある

新規で募集する場合、以下の要素によって人気・不人気に分かれます

給与水準

住環境  
一人部屋  
or  
集団部屋

都市部  
or  
地方

# 1 - f 受け入れ人数

	技能実習	特定技能
f 受け入れ人数	人数制限あり	無制限（建設と介護以外）

**特定技能は、人手不足解消を目的としているため  
即戦力人材を人数制限なしに雇用可能**

- 適切に技能を移転できるよう、一度に受け入れられる人数が日本人の常勤職員数に応じて制限されている

- 建設業は、特定技能と特定活動で就労する外国人の合計が、日本人の常勤職員数を超えてはいけない
- 介護業は、日本人、在留資格「介護」・身分に基づく在留資格を有する外国人を含めた常勤職員数を超えてはいけない。（事業所単位）

# 1 - g 関連する団体・企業

	技能実習	特定技能
g 関連する団体・企業	監理団体、技能実習機構、送り出し機関	登録支援機関、業界団体

特定技能の方が関与する団体が少ないため、書類等の手続きが多少楽になる

- 企業と実習生の間に入る団体が多く、書類や各種手続きが煩雑になりやすい

- 分野（業界）ごとに管轄省庁が設置・指定する協議会or業界団体が存在する。特定技能を受け入れる際は、各分野指定の団体に加盟する必要がある。
- 建設の場合、「建設人材機構」や「国際建設技能振興機構」が関与するので、手続きや受け入れ後の立ち入り監査等の対応が発生する

## 2. 技能実習から特定技能への在留資格変更手続き

---

技能実習と特定技能の違いを理解していただけただけでしょうか。

次に、具体的な移行の手続きを国内在住者/国外在住者それぞれ解説していきます。



## 2 - a 対象となる外国人

技能実習から特定技能へ移行するには、ビザ申請予定の外国人が以下2点満たしている必要があります。

### ① 技能実習2号修了者（予定者）であること

- ▶ 技能実習2号修了者とは、「技能実習計画を2年10ヶ月以上修了している」者のこと。
- ▶ 2年10ヶ月を経過していれば、出入国管理庁へ特定技能のビザ申請することが可能になる。  
（実習満了後、特定技能ビザへ移行）
- ▶ 技能実習2号修了者は、特定技能に変更する際に必要な日本語の試験を免除される。

### ② 技能実習での職種と特定技能1号での職種が一致していること

- ▶ 技能検定試験3級・専門級に合格していると、技能評価試験が免除される。（同業種の場合）
- ▶ 技能検定試験3級・専門級に不合格でも、「評価調書」を提出すると、技能評価試験が免除される。
- ▶ 技能実習と特定技能1号での職種が一致していない場合、技能評価試験の合格が必須。

※ **技能実習期間中は特定技能1号へ移行することができません。**

※ **技能実習2号修了者は「日本語の試験」が免除されます。**

**技能実習と特定技能が同様の職種の場合は、技能試験も免除されます。**

## 2 - b 手続きの流れ（国内在住者）

	1month	2month	3month	4month
雇用契約の締結	✓			
業界団体の加盟	約1ヶ月～2ヶ月			
事前ガイダンス	母国語で実施 雇用条件や 就業内容などの説明		✓	
国籍毎の各国手続き		約2週間		
支援計画書作成		約2週間		
在留資格申請 （出入国管理庁）	母国語で実施 防災や医療機関の 利用方法など、日本で 生活を行う上で必要な 情報を提供します		約1ヶ月～1.5ヶ月	
生活オリエンテーション				✓
就労開始				✓

## 2 - b 手続きの流れ（国外在住者）

	1month	2month	3month	4month	5month
雇用契約の締結	✓				
業界団体の加盟	約1ヶ月～2ヶ月				
事前ガイダンス	✓				
国籍毎の各国手続き		約2週間			
支援計画書作成		約2週間			
在留資格申請 (出入国管理庁)			約1ヶ月～1.5ヶ月		
<b>ビザ申請</b> (現地国の日本国大使館)	入国するため、 現地の日本国大使館に ビザ申請を行います			約2週間	
<b>入国手配・入国</b>	渡航費は本人負担でも 問題ありません				約2週間
生活オリエンテーション					✓
就労開始					✓

## 2 - c 注意点

### ① 業界団体の加盟

業界団体に加盟できず、結果として特定技能外国人の移行ができない場合があります。  
例えば、製造3分野では、日本標準産業分類表で、経済産業省が指定した製造品目において直近一年以内に出荷額が発生していないと、加盟ができません。  
特定技能受け入れ時には、自社が業界団体に加盟できるかを事前に確認することが必須と言えます。

### ② 国土交通省への申請（建設業）

建設業のみ、出入国管理庁への支援計画申請前に、国土交通省から特定技能受け入れの許認可を得る必要があります。  
申請書類の作成や審査期間に約2ヶ月ほど時間がかかるため、他業種よりも早めに手続きの準備をする必要があります。

### ③ 各国毎の手続き

各国毎に特定技能受け入れのため、独自の手続きが定められています。  
例えば、ベトナムの場合、在留資格申請前に、推薦者表を国内在住者は在日ベトナム大使館・海外在住者は海外労働局（DOLAB）から取得する必要があります。  
フィリピンの場合、在留資格申請前に、POLO東京（フィリピン海外労働事務所）から許認可を受ける必要がある。  
同様に各国により手続き・手順が異なる点は注意が必要です。

### ④ 不就労期間が発生する可能性がある

技能実習から特定技能へ移行する際に、実習満了日（実習計画上の最終労働日）までに特定技能1号の在留カードが交付されなかった場合、就労できない期間が発生します。  
特定技能1号への申請手続きは、実習満了日から逆算し、余裕を持ったスケジュールを組むことが重要です。

# 会社案内



社名	株式会社ジンザイベース
設立	2021年6月
従業員	28名（パートナー含め）
代表	中村 大介
許認可	有料職業紹介事業許可 （許可番号：13-ユ-313484） 特定技能登録支援機関 （登録番号：21登-006355）

所在地 東京都千代田区神田錦町2丁目2-1  
KANDA SQUARE 11F



- 東京メトロ「小川町」駅 徒歩5分
- 東京メトロ「神保町」駅 徒歩7分

# お問い合わせ



特定技能外国人の  
採用支援コンサルティングを展開

お問い合わせはこちら

<https://jinzaibase.co.jp/contact>

オウンドメディアを通じ  
外国人雇用にまつわる  
お役立ち情報を発信中

その他のお役立ち資料はこちら

<https://www.jinzaiplus.jp/document>



[info@jinzaibase.co.jp](mailto:info@jinzaibase.co.jp)



03-6555-2166