

Đi Hàn – Đi Nhật: Checklist hồ sơ & phòng tránh lừa đảo 2026

Hai con đường lao động hợp pháp — EPS (Hàn Quốc) và thực tập kỹ thuật TITP (Nhật Bản): hồ sơ từng bước, chi phí hợp pháp và 5 quy tắc tránh mất tiền oan.

Khác biệt cốt lõi giữa hai đường: Hàn Quốc (EPS) do **Nhà nước trực tiếp tổ chức**, không qua doanh nghiệp dịch vụ xuất khẩu lao động — bạn nộp hồ sơ tại Sở LĐTBXH, kết quả chỉ do kỳ thi tiếng Hàn và doanh nghiệp Hàn Quốc quyết định. Nhật Bản (TITP) đi qua **doanh nghiệp phải cử có giấy phép** + nghiệp đoàn phía Nhật — luật nghiêm cấm doanh nghiệp ủy quyền cho bên thứ ba tuyển chọn. Cả hai đường: ai hứa “bao trúng tuyển” hoặc thu tiền “chạy suất” đều không thuộc chương trình.

① So sánh nhanh — chọn đúng đường đi cho mình

	Hàn Quốc — EPS · visa E-9	Nhật Bản — thực tập kỹ thuật (TITP)
Tổ chức	Nhà nước trực tiếp tổ chức, không qua doanh nghiệp dịch vụ xuất khẩu lao động	Doanh nghiệp phải cử được cấp phép + nghiệp đoàn quản lý (98,3% người đi — JITCO 2023)
Nộp hồ sơ	Sở LĐTBXH nơi có hộ khẩu, theo thông báo từng kỳ; kết quả tra tại colab.moha.gov.vn	Trực tiếp với doanh nghiệp có giấy phép trong danh sách DOLAB
Điều kiện cốt lõi	18 – dưới 39 tuổi; đạt kỳ thi tiếng Hàn; không tiền án, tiền sự; sức khỏe theo TT 14/2013/TT-BYT	Được tuyển chọn trực tiếp; hợp đồng ghi rõ mọi khoản thu; học tiếng Nhật + giáo dục định hướng
Ngành & thời hạn	Sản xuất chế tạo · xây dựng · nông nghiệp · ngư nghiệp; 3 năm + gia hạn tối đa 1 năm 10 tháng	Tối đa 5 năm (3 + 2 năm “loại ưu”); từ 01/4/2027 chuyển thành chế độ Ikusei Rōdō
Chi phí tham khảo	Lệ phí thi ~28 USD (kỳ đặc biệt 2026) + hộ chiếu, khám sức khỏe, khóa bồi dưỡng, visa, vé máy bay, bảo hiểm	Ví dụ IM Japan qua COLAB: ~28–38 triệu đồng; theo COLAB, ngoài các khoản đó không phải nộp thêm

② Checklist hồ sơ — Hàn Quốc (EPS · visa E-9) (theo quy trình COLAB)

- ☐ **Đăng ký dự thi tại Sở LĐTBXH** nơi có hộ khẩu thường trú, theo thông báo từng kỳ — không nộp qua trung gian không được cơ quan chức năng chỉ định.
- ☐ **Kiểm tra độ tuổi:** đủ 18 đến dưới 39 — ví dụ kỳ kiểm tra đặc biệt 2026 áp dụng cho người sinh từ 19/03/1986 đến 18/03/2008.
- ☐ **Sức khỏe** theo Thông tư 14/2013/TT-BYT; một số kỳ yêu cầu không mù màu hoặc rối loạn sắc giác.
- ☐ **Lý lịch sạch:** không tiền án, tiền sự; không bị cấm xuất cảnh Việt Nam, không bị cấm nhập cảnh Hàn Quốc.
- ☐ **Hộ chiếu còn hiệu lực** — khoản bạn tự chuẩn bị trong nhóm chi phí hợp pháp.
- ☐ **Dự kỳ thi tiếng Hàn (bắt buộc)** do Bộ Việc làm và Lao động Hàn Quốc phối hợp Bộ LĐTBXH tổ chức; lệ phí kỳ 2026 ~28 USD, miễn phí nếu có chứng chỉ đào tạo tay nghề hoặc TOPIK cấp 3 còn hiệu lực.
- ☐ **Trúng tuyển:** doanh nghiệp Hàn Quốc duyệt hồ sơ, bạn ký “Hợp đồng đưa người lao động đi làm việc tại Hàn Quốc” với COLAB; theo đổi kết quả qua Sở LĐTBXH và colab.moha.gov.vn.
- ☐ **Khám sức khỏe** (xét nghiệm máu, chụp X-quang phổi) + hoàn thành khóa bồi dưỡng kiến thức cần thiết.
- ☐ **Visa E-9** do COLAB xin tại Đại sứ quán Hàn Quốc; xuất cảnh theo lịch thông báo qua Sở LĐTBXH, được đón tại sân bay Incheon.

→ Từng đi EPS về nước đúng hạn từ 01/01/2010: có kỳ kiểm tra tiếng Hàn đặc biệt (ví dụ 2026: đăng ký 18–20/03, thi trên máy 18–20/05, kết quả 05/06; điểm giá trị 2 năm).

③ Checklist hồ sơ — Nhật Bản (TITP) (2 tầng pháp lý: Việt Nam + Nhật Bản)

- ☐ **Chọn doanh nghiệp phái cử có giấy phép** — tra danh sách do Cục Quản lý lao động ngoài nước (DOLAB, Bộ Nội vụ) công bố.
- ☐ **Tham gia tuyển chọn trực tiếp** với doanh nghiệp — luật sửa đổi 2026 nghiêm cấm doanh nghiệp ủy quyền cho bên thứ ba tuyển chọn lao động.
- ☐ **Ký hợp đồng đưa người lao động đi làm việc ở nước ngoài** — ghi rõ tiền dịch vụ, các khoản thu khác (nếu có), tiền ký quỹ (nếu có).
- ☐ **Học tiếng Nhật + giáo dục định hướng trước xuất cảnh** — từ 01/3/2027, doanh nghiệp chỉ được thu phí đào tạo sau khi bạn được tuyển chọn và ký hợp đồng.
- ☐ **Phía Nhật:** nghiệp đoàn xin OTIT chấp thuận kế hoạch; công ty tiếp nhận xin Giấy chứng nhận tư cách lưu trú (COE) — có COE mới xin được visa tại Đại sứ quán / Lãnh sự quán Nhật Bản.
- ☐ **Hoàn thiện hồ sơ sức khỏe, lý lịch** theo yêu cầu; hợp đồng nhận lao động phía Nhật đăng ký tại cơ quan lao động Việt Nam.

→ Quyền lợi: lương ≥ lương tối thiểu vùng; làm thêm 1,25–1,35 lần theo quy định; bảo hiểm tai nạn lao động, thất nghiệp, y tế.

④ Chi phí hợp pháp — và “vùng đỏ” không bao giờ nộp

Hàn Quốc — EPS: lệ phí thi tiếng Hàn, hộ chiếu, khám sức khỏe, khóa bồi dưỡng, visa, vé máy bay, bảo hiểm — mọi khoản phải có biên lai hợp lệ và theo niêm yết của cơ quan tổ chức.

Nhật Bản — TITP: mọi khoản thu phải ghi rõ trong hợp đồng trước khi nộp tiền — ví dụ IM Japan qua COLAB ~28–38 triệu đồng; theo COLAB, ngoài các khoản đó không phải nộp thêm (hộ chiếu, visa, khám sức khỏe, ăn ở trả trực tiếp đơn vị cung cấp).

Những khoản tuyệt đối không nộp

- ✗ Khoản không có trong hợp đồng hoặc không có biên lai.
- ✗ “Nộp trước giữ suất” qua người trung gian.
- ✗ Tiền “chạy suất” / “bao đỗ” (có nơi thu hàng trăm triệu đồng) — không thuộc quy định nào của chương trình EPS.
- ✗ Lớp ôn tập “tạo nguồn” thu phí, hợp đồng tư vấn thu phí — COLAB cảnh báo không tham gia.

⑤ Phòng tránh lừa đảo — 5 quy tắc bám theo quy định

- Không tin “bao trúng tuyển”** — kết quả EPS chỉ do kỳ thi chính thức và doanh nghiệp Hàn Quốc quyết định.
- Không đưa hộ chiếu cho bất kỳ ai** — Luật Thực tập kỹ thuật Nhật Bản cấm giữ hộ chiếu / thẻ cư trú (Điều 48).
- Không ký cam kết phạt / bồi thường ấn định trước:** Điều 47 cấm thỏa thuận tiền phạt, bồi thường ấn định trước (kể cả vợ / chồng, cha mẹ), cấm ép gửi hay giao tài khoản tiết kiệm — “bỏ về phải đền bù” là trái luật.
- Không qua “cò” / bên thứ ba:** luật cấm doanh nghiệp ủy quyền tuyển chọn; COLAB cảnh báo không nộp qua trung gian, môi giới.
- Gặp dấu hiệu bất thường — dừng lại xác minh:** ép đóng tiền lớn trước giấy tờ chính thức, hứa “chắc chắn đỗ”, không biên lai, vũ lực / đe dọa / giam giữ (Điều 46 cấm) → liên hệ COLAB hoặc Sở LĐTBXH.

⑥ Kênh hỗ trợ chính thức — lưu vào điện thoại

Hàn Quốc: Sở LĐTBXH nơi cư trú · COLAB — 01 Trịnh Hoài Đức, Hà Nội, ĐT 024 7303 0199 · colab.moha.gov.vn · Cổng EPS (eps.go.kr, giao diện tiếng Việt) · HRD Korea (hrdkorea.or.kr — đơn vị tổ chức thi).

Nhật Bản: OTIT — tư vấn tiếng Việt miễn phí, bảo mật, có đường dây SOS (otit.go.jp/trainee/vi) · tra danh sách doanh nghiệp phái cử được cấp phép trước khi nộp tiền (DOLAB).

Mẹo: giữ hợp đồng, tin nhắn, biên lai mọi khoản đã nộp — căn cứ khiếu nại nếu bị thu quá quy định.

Chương trình thay đổi theo từng kỳ tuyển chọn.

Ra Thế Giới tổng hợp tin chính sách từ nguồn chính thức mỗi sáng — miễn phí qua email. Đăng ký: brief.openyuri.com · Cẩm nang: brief.openyuri.com/guides/xuat-khau-lao-dong-han-quoc-eps/ · brief.openyuri.com/guides/thuc-tap-sinh-nhat-ban/