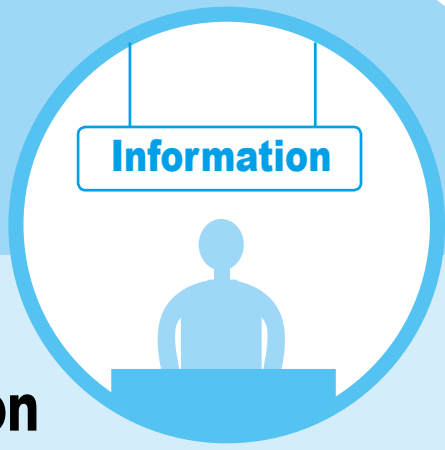


# 2



がいこくじんたいおうまどぐち

## 外国人対応窓口

## Foreign Residents Information

## 外国人对应窗口

## 외국인 대응 창구

|   |  |    |
|---|--|----|
| 1 | <small>がいこくじんそうだんまどぐち むりょう</small><br>外国人相談窓口(無料).....       | 24 |
|   | Foreign Residents Information Desk (free of charge).....     | 24 |
|   | 外国人咨询窗口(免费).....   | 25 |
|   | 외국인상담 창구(무료).....  | 25 |
| 2 | <small>めぐろくこくさいこうりゅうきょうかい</small><br>目黒区国際交流協会 (MIFA).....   | 26 |
|   | Meguro International Friendship Association (MIFA).....      | 26 |
|   | 目黒区国際交流協会 (MIFA).....  | 27 |
|   | <small>めぐろくこくさいこうりゅうきょうかい</small><br>目黒区 국제교류 협회 (MIFA)..... | 27 |
| 3 | <small>た そうだん じょうほうていきょうまどぐち</small><br>その他の相談・情報提供窓口.....   | 28 |
|   | Other Consultation Services/Information Centers.....         | 28 |
|   | 其他咨询・信息提供窗口.....   | 29 |
|   | 기타 상담·정보제공 창구.....   | 29 |

## 外国人相談窓口 (無料)

## Foreign Residents Information Desk (free of charge)

## 外国人咨询窗口 (免费)

## 외국인상담 창구 ( 무료 )

英語・中国語・ハングル・タガログ語に堪能な職員が、区施設や催し物などの案内や日常生活についてのアドバイス、専門の相談機関の紹介、日本語教室の案内等を行います。直接窓口に来ていただいても、電話でも結構です。お気軽にご相談ください。

- ① 英語 (月～金曜日) ☎ 03-5722-9187  
・受付時間: 午前9時～正午、午後1時～午後5時
  - ② 中国語 (月～水・金曜日)
  - ③ ハングル (毎月第1・3木曜日)
  - ④ タガログ語 (毎月第2・4木曜日)
- ☎ 03-5722-9194
- ・受付時間 (②・③・④): 午前10時～正午、午後1時～午後5時

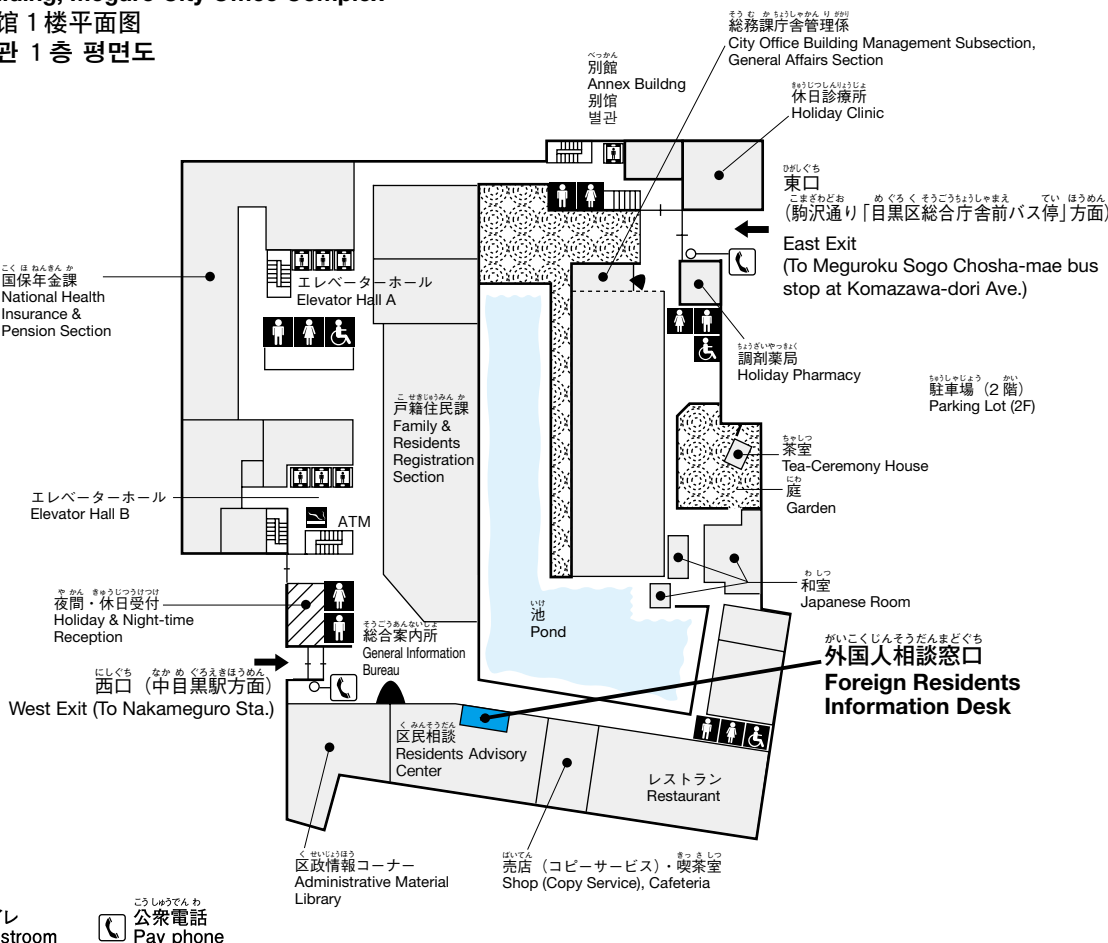
\* 祝日、年末年始は除きます。  
\* 目黒区総合庁舎の最寄駅からは、P36 周辺案内図を参照してください。

Municipal staff members fluent in English, Chinese, Korean or Tagalog provide information on city facilities and events, as well as advice on daily life in Japan. They can also introduce you to specialized counseling centers or Japanese language classes. Make full use of the consultation services offered free of charge by either visiting or calling the desk.

- ① English (Mon.-Fri.) ☎ 03-5722-9187  
・ Open hours: 9:00 a.m.–12:00 noon, 1:00 p.m.–5:00 p.m.
  - ② Chinese (Mon.-Wed., Fri.)
  - ③ Korean (1st and 3rd Thurs.)
  - ④ Tagalog (2nd and 4th Thurs.)
- ☎ 03-5722-9194
- ・ Open hours (②・③・④): 10:00 a.m.–12:00 noon, 1:00 p.m.–5:00 p.m.

\* Except for national holidays and year-end/New Year holidays  
\* For direction from nearby stations, refer to the map on page 36.

そうごうちょうしゃほんかん かいへいめんず  
総合庁舎本館1階平面図  
1F Main Building, Meguro City Office Complex  
综合庁舎本馆1楼平面图  
중합청사본관 1층 평면도



とあ  
\*お問い合わせは、まず<sup>がいこくじんそうだんまどぐち</sup>外国人相談窓口へ⇒<sup>うらびょうし きんじょう</sup>裏表紙参照  
\* Inquire with the Foreign Residents Information Desk for details⇒Refer to the back cover  
\* 咨询请先到外国人咨询窗口⇒参照封底  
\* 문의는 우선 외국인상담창구로⇒뒷표지 참조

外国人対応窓口  
Foreign Residents Information  
外国人対応窓口  
외국인 대응 창구



1

由精通英语、汉语、韩国语、他加禄语的职员，提供区内设施及各种集会活动的信息和日常生活的建议，专门咨询机关及日语教室的介绍等服务。可直接来窗口或打电话咨询。

영어·중국어·한글·타갈로그어에 능숙한 직원이, 구 시설이나 행사 등의 안내나 일상생활에 대한 간단한 어드바이스, 전문상담기관소개, 일본어교실의 안내 등을 실시합니다. 직접 창구를 찾아오시거나 전화로도 문의는 가능합니다. 부담없이 상담해 주십시오.

①英语 (星期一～五) ☎ 03-5722-9187  
· 咨询时间: 上午 9 时~正午, 下午 1 时~下午 5 时  
②汉语 (星期一~三·星期五)  
③韩国语 (每月第 1·3 星期四) } ☎ 03-5722-9194  
④他加禄语 (每月第 2·4 星期四)  
· 咨询时间 (②·③·④): 上午 10 时~正午, 下午 1 时~下午 5 时

①영어 (월~금요일) ☎ 03-5722-9187  
· 접수시간 : 오전 9 시~정오, 오후 1 시~오후 5 시  
②중국어 (월~수·금요일)  
③한글 (매월 제 1·3 목요일) } ☎ 03-5722-9194  
④타갈로그어 (매월 제 2·4 목요일)  
· 접수시간 (②·③·④): 오전 10 시~정오, 오후 1 시~오후 5 시

\* 节假日、年末年初除外。  
\* 从最近的车站到目黒区综合厅舍的地图，请参考 P36 周边向导图。

\* 공휴일, 연말연시는 제외합니다.  
\* <sup>메 구로구</sup>目黒区 중합청사의 제일 가까운 역으로부터는 P36 주변 안내도를 참조하십시오.

2

3

4

5

LIST•MAP

### メモ・Note・笔记・메모

Lined area for notes in Korean (메모), English (Note), and Japanese (笔记).



めぐるくこくさいこうりゅうきょうかい  
目黒区国際交流協会 (MIFA)



Meguro International Friendship Association (MIFA)

日本のことが知りたいですか？

イベントに参加したいですか？

困ったときに相談したいですか？

ボランティアをしてみたいですか？

外国人と日本人と一緒に参加できる地域に密着した活動です。

#### ◆日本のことが知りたい人は…

日本伝統文化（生け花・茶道）、日本語会話サロン、日本料理教室

#### ◆イベントに参加したい人は…

目黒区の散策、留学生のための交流事業、スポーツイベントなど

#### ◆困ったときに相談したい人は…

外国人相談窓口（英語・中国語・ハングル・タガログ語）、MIFA 情報コーナー

#### ◆ボランティアをしてみたい人は…

通訳翻訳ボランティア、プルーフリーディング、各国文化紹介、国際料理教室

#### ◆MIFA とは

公益財団法人目黒区国際交流協会のことで、ミファと呼びます。在住外国人が区で快適な日々が過ごせるように地域のボランティア活動を支援し、区民と外国人の交流のお手伝いをしています。

目黒区国際交流協会 (MIFA) 総合庁舎別館 5 階

☎ 03-3715-4671 FAX 03-3715-4672

E-mail : info@mifa.jp

・受付日時：月～金曜日（祝日を除く）  
午前 8 時 30 分～午後 5 時

URL : <http://www.mifa.jp/>

Do you want to learn about Japan?

Do you want to participate in events?

Do you have a problem?

Do you want to work as a volunteer?

MIFA offers community-based activities in which both foreigners and Japanese can participate.

#### ◆To learn about Japan...

Traditional cultures (flower arrangements/tea ceremony), Japanese conversation salon, Japanese cooking classes

#### ◆To participate in events...

Walk around Meguro, exchange programs for foreign students, sports events, etc.

#### ◆To consult when you have a problem...

Foreign Residents Information Desk (English, Chinese, Korean, and Tagalog), MIFA Reference Corner

#### ◆To work as a volunteer...

Interpretation/translation volunteer, proof-reading, foreign culture introduction, international cooking classes

#### ◆What is MIFA?

MIFA is short for the “Meguro International Friendship Association.” It supports volunteer activities in the community to create a comfortable environment for foreign residents of the City and facilitates interchanges between Japanese residents and foreigners.

Meguro International Friendship Association (MIFA)  
(5F Annex Building, Meguro City Office Complex)

☎ 03-3715-4671 FAX 03-3715-4672

E-mail : info@mifa.jp

・ Open hours: Mon.–Fri. (except for national holidays)  
8:30 a.m.–5:00 p.m.

URL : <http://www.mifa.jp/>



目黒区国際交流協会 (MIFA)

你想了解日本吗?  
你想参加各种活动吗?  
遇到困难时,想找人商量吗?  
你想参加志愿者活动吗?  
这是可以由外国人和日本人一起参加的密切于地区的活动。

◆想知道和了解日本的事情

日本传统文化(插花、茶道),日语会话沙龙,日本料理教室

◆想参加各种各样的活动

目黒区散步、以留学生为对象的交流事业、体育活动等

◆遇到困难时想咨询

外国人咨询窗口(英语·汉语·韩国语·他加禄语)

MIFA 服务台

◆想尝试做志愿者

口译笔译志愿者、校正、各国文化介绍、国际料理教室

◆ MIFA

是公益财团法人目黒区国际交流协会的英文缩写名称。为住在目黒区的外国人生活得愉快舒适, MIFA 支援地域的志愿者活动,协助区民与外国人的交流。

☎ 目黒区国际交流协会(MIFA) 综合厅舍别馆 5楼

☎ 03-3715-4671 FAX 03-3715-4672

E-mail: info@mifa.jp

·利用日期和时间: 星期一~五(节日除外)  
上午8时半~下午5时

URL: <http://www.mifa.jp/>



메구로구  
目黒区 국제교류 협회 (MIFA)

일본에 대해 알고 싶으십니까?  
이벤트에 참가하고 싶으십니까?  
난처한 일이 있을 때에 상담을 하고 싶으십니까?  
자원봉사를 하고 싶으십니까?  
외국인과 일본인이 함께 참가할 수 있는 지역에 밀착된 활동입니다.

◆일본에 대해 알고 싶으신 분은...

일본전통문화(꽃꽂이·다도), 일본어 회화살롱, 일본 요리교실

◆이벤트에 참가하고 싶으신 분은...

메구로구의 산책, 유학생을 위한 교류사업, 스포츠이벤트 등

◆난처한 일이 있을 때 상담을 하고 싶으신 분은...

외국인상담창구(영어·중국어·한국어·타갈로그어)  
MIFA 정보코너

◆자원봉사를 하고 싶으신 분은...

통역번역자원봉사, 교정, 각국 문화소개, 국제요리교실

◆MIFA 란

공익재단법인 메구로 目黒구 국제교류협회를 말하며 MIFA 라고 부릅니다. 이 단체는 구내에 사는 외국인이 우리 구에서 쾌적한 나날을 보낼 수 있도록 지역자원봉사활동을 지원하여, 구민과 외국인의 교류활동을 돕고 있습니다.

☎ 메구로구 目黒区 국제교류협회(MIFA) 종합청사 별관 5층

☎ 03-3715-4671 FAX 03-3715-4672

E-mail: info@mifa.jp

·접수일시: 월~금요일(공휴일은 제외)  
오전 8시 30분~오후 5시

URL: <http://www.mifa.jp/>

1

2

3

4

5

LIST·MAP

## ◆東京都外国人相談

日常生活にかかわる問題、日本の文化・習慣・社会制度に関する、家族や子どもに関する問題などについて相談を行っています。

## 〒新宿区西新宿 2-8-1

東京都庁第一本庁舎 3階南側 都民の声課

○英語（月～金曜日） ☎ 03-5320-7744

○中国語（火・金曜日） ☎ 03-5320-7766

○ハングル（水曜日） ☎ 03-5320-7700

・相談時間：午前9時30分～正午、  
午後1時～午後5時

\* 祝日・年末年始は除きます。

URL : <http://www.metro.tokyo.jp/tosei/iken-sodan/otoiwase/madoguchi/koe/tominnokoe/index.html>

## ◆外国人在留総合インフォメーションセンター

出国・入国、在留に関する相談を電話・訪問・メールで受け付けます。

## 〒港区港南 5-5-30

☎ 0570-013904

IP 電話・PHS からは ☎ 03-5796-7112

E-mail: [info-tokyo@i.moj.go.jp](mailto:info-tokyo@i.moj.go.jp)

（メール受付は日本語または英語のみ）

○日本語・英語・中国語・ハングル・スペイン語・ポルトガル語

・受付時間：月～金曜日 / 午前8時30分～午後5時15分

○タガログ語

・受付時間：木・金曜日 / 午前10時～午後3時

URL : <http://www.immi-moj.go.jp/info/>

## ◆東京法務局内人権相談室

不当な差別や嫌がらせなど、人権が侵害されたときの相談を行います。

## 〒千代田区九段南 1-1-15 九段第二合同庁舎 12階

☎ 0570-090911

○英語、中国語、ハングル、フィリピン語、ポルトガル語及びベトナム語

・受付時間：月～金曜日 / 午前9時～午後5時

\* 祝日・年末年始は除きます。

URL : <http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html>

## ◆Tokyo Metropolitan Foreign Residents' Advisory Center

Offers consultation regarding the issues in daily life, Japanese culture, custom, social system, and family/children.

## 〒2-8-1 Nishi-Shinjuku, Shinjuku-ku

Resident Voice Section, 3F South Side, Tokyo Metropolitan Government No.1 Building

○ English (Mon.–Fri.) ☎ 03-5320-7744

○ Chinese (Tues. and Fri.) ☎ 03-5320-7766

○ Korean (Wed.) ☎ 03-5320-7700

・ Open hours: 9:30 a.m.–12:00 noon, 1:00 p.m.–5:00 p.m.

\*Except for national holidays and year-end/New Year holidays

URL: <http://www.metro.tokyo.jp/tosei/iken-sodan/otoiwase/madoguchi/koe/tominnokoe/index.html>

## ◆Tokyo Regional Immigration Bureau Information Center

Provides consultation via telephone, E-mail or in-person about departure from/entry to Japan and residence.

## 〒5-5-30 Konan, Minato-ku

☎ 0570-013904

☎ 03-5796-7112 (If you are calling from an IP phone or PHS phone)

E-mail: [info-tokyo@i.moj.go.jp](mailto:info-tokyo@i.moj.go.jp)

(Emails are accepted only in Japanese or English.)

○ Japanese, English, Chinese, Korean, Spanish and Portuguese

・ Open hours: Mon.–Fri., 8:30 a.m.–5:15 p.m.

○ Tagalog

・ Open hours: Thu. and Fri., 10:00 a.m.–3:00 p.m.

URL : <http://www.immi-moj.go.jp/english/info/>

## ◆Human Rights Counseling Offices for Foreigners

Offers consultations on violation of human rights such as unjust discrimination or harassments.

## 〒12F Kudan Daini Godo Chosha, 1-1-15 Kudan-minami, Chiyoda-ku

☎ 0570-090911

○ English, Chinese, Korean, Tagalog, Portuguese, and Vietnamese

・ Open hours: Mon.–Fri., 9:00 a.m.–5:00 p.m.

\*Except for national holidays and year-end/New Year holidays

URL : <http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html>



### ◆ 東京都外国人咨询

提供有关日常生活问题, 有关日本的文化、习惯、社会制度的事情, 有关家庭和孩子们的问题等的咨询服务。

新宿区西新宿 2-8-1

东京都厅第一本厅舍 3 楼南侧 都民之声课

○ 英语 (星期一~五) ☎ 03-5320-7744

○ 汉语 (星期二·五) ☎ 03-5320-7766

○ 韩语 (星期三) ☎ 03-5320-7700

· 咨询时间: 上午 9 时 30 分~正午,

下午 1 时~下午 5 时

\* 节假日、年末年初除外。

URL: <http://www.metro.tokyo.jp/tosei/iken-sodan/otoiwase/madoguchi/koe/tominnokoe/index.html>

### ◆ 外国人在留综合信息中心

以电话、访问、电子邮件等受理有关出国、入国、侨居的咨询。

港区港南 5-5-30

☎ 0570-013904

IP 电话 PHS 请拨打 03-5796-7112

E-mail: [info-tokyo@i.moj.go.jp](mailto:info-tokyo@i.moj.go.jp)

(邮件受理仅限日语或英语)

○ 日语·英语·汉语·韩语·西班牙语·葡萄牙语  
· 咨询时间: 星期一~五 / 上午 8 时 30 分~下午 5 时 15 分

○ 菲律宾语

· 受理时间: 星期四·星期五 / 上午 10 时~下午 3 时

URL: <http://www.immi-moj.go.jp/english/info/>

### ◆ 东京法务局内人权咨询室

接受因不当歧视和骚扰等受到人权侵害的咨询。

千代田区九段南 1-1-15 九段第二合同厅舍 12 楼

☎ 0570-090911

○ 英语、汉语、韩语、菲律宾语、葡萄牙语及越南语

· 受理时间: 星期一~星期五 / 上午 9 时~下午 5 时

\* 节假日·年末年初除外。

URL: <http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html>

### ◆ 東京都외국인상담센터

일상생활에 관련되는 문제, 일본의 문화·습관·사회제도 등에 관한 것, 가족이나 자녀에 관한 문제 등에 대하여 상담을 실시합니다.

新宿区西新宿 2-8-1

東京都厅 제 1 본청사 3 층 남쪽 도민의 소리과

○ 영어 (월~금요일) ☎ 03-5320-7744

○ 중국어 (화·금요일) ☎ 03-5320-7766

○ 한글 (수요일) ☎ 03-5320-7700

· 상담시간: 오전 9 시 30 분~정오,

오후 1 시~오후 5 시

\* 공휴일, 연말연시는 제외합니다.

URL: <http://www.metro.tokyo.jp/tosei/iken-sodan/otoiwase/madoguchi/koe/tominnokoe/index.html>

### ◆ 外国人체류 종합 인포메이션센터

출국·입국, 체류에 관한 상담을 전화·방문·메일로 접수합니다.

港区港南 5-5-30

☎ 0570-013904

IP 전화 PHS 로 전화 걸 때는 03-5796-7112

E-mail: [info-tokyo@i.moj.go.jp](mailto:info-tokyo@i.moj.go.jp)

( 메일 접수는 일본어 또는 영어로만 )

○ 일본어·영어·중국어·한글·스페인어·포르투갈어

· 접수시간: 월~금요일 / 오전 8 시 30 분~오후 5 시 15 분

○ 타갈로그어

· 접수 시간: 목·금요일 / 오전 10 시~오후 3 시

URL: <http://www.immi-moj.go.jp/english/info/>

### ◆ 東京법무국내 인권상담실

부당한 차별이나 깃곳음 등, 인권이 침해되었을 때의 상담을 실시합니다.

千代田区九段南 1-1-15 九段제 2 합동청사 12 층

☎ 0570-090911

○ 영어, 중국어, 한글, 필리핀어, 포르투갈어 및 베트남어

· 접수 시간: 월~금요일 / 오전 9 시~오후 5 시

\* 공휴일·연말연시는 제외합니다.

URL: <http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html>

1

2

3

4

5

LIST·MAP

### ◆警視庁外国人相談電話

生活安全・犯罪事件の相談を行います。

☎ 03-3503-8484

- 英語・中国語、ハンゲルのほか10か国語
- ・受付日時：月～金曜日/午前8時30分～午後5時15分

### ◆東京都医療機関案内サービス「ひまわり」

医療制度や医療機関の案内をします。

☎ 03-5285-8181

- 英語・中国語・ハンゲル・タイ語・スペイン語
- ・受付日時：年中無休/午前9時～午後8時

URL：<http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

### ◆外国人労働者相談コーナー

外国人労働者の労働条件についての相談を行います。

☎ 東京労働局労働基準部監督課

☎ 03-3512-1612

- 英語（月・木・金曜日）
- 中国語（火・木曜日）
- タガログ語（火・水曜日）
- ベトナム語（水・金曜日）
- ・受付時間：午前10時～正午、午後1時～午後4時

URL：<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/var/rev0/0146/1104/201746194946.pdf>

### ◆東京都労働相談情報センター（大崎事務所）

労働条件や労働問題全般の相談を行います。また、日本の労働関係法や雇用慣行などに関するアドバイスを行います。

☎ 品川区大崎 1-11-1 ゲートシティ大崎ウエストタワー 2階

☎ 03-3495-6110

- 英語
- ・受付日時：火曜日/午後2時～午後4時

URL：<http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/soudan-c/center/consult/guide.html>

### ◆東京外国人雇用サービスセンター

外国人にかかわる情報提供・職業相談・紹介を行います。

☎ 新宿区西新宿 2-7-1 小田急第一生命ビル 21階

☎ 03-5339-8625 FAX 03-5339-8654

- 英語・中国語
- ・受付日時：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）/午前10時～午後6時

URL：<http://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>

### ◆Metropolitan Police Department Telephone Counseling Service for Foreigners

Consultation concerning community safety and crime incidents.

☎ 03-3503-8484

- 10 languages including English, Chinese and Korean
- ・Open hours: Mon.–Fri., 8:30 a.m.–5:15 p.m.

### ◆Tokyo Metropolitan Medical Institution Information Service “Himawari”

Provides information about medical systems and institutions.

☎ 03-5285-8181

- English, Chinese, Korean, Thai and Spanish
- ・Open hours: 7 days a week, 9:00 a.m.–8:00 p.m.

URL：<http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

### ◆Advisory Service for Foreign Workers

Advisory service on working conditions for foreign workers in Japan.

☎ Labour Standards Department, Inspection Division, Tokyo Labour Bureau

☎ 03-3512-1612

- English (Mon., Thu., and Fri.)
- Chinese (Tue. and Thu.)
- Tagalog (Tue. and Wed.)
- Vietnamese (Wed. and Fri.)

・Open hours: 10:00 a.m.–12:00 noon, 1:00 p.m.–4:00 p.m.

URL：<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/var/rev0/0146/1104/201746194946.pdf>

### ◆Labor Consultation Center (Osaki Branch Office)

Employment consultation and assistance regarding working conditions and general working issues. Provides advice on the Japanese law of labor relations and conventional practice of employment.

☎ 2F Gate City Osaki West Tower, 1-11-1 Osaki, Shinagawa-ku

☎ 03-3495-6110

- English
- ・Open hours: Tue., 2:00 p.m.–4:00 p.m.

URL：<http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/soudan-c/center/e/index.html>

### ◆Tokyo Employment Service Center for Foreigners

Offers information, employment consultations, job placement services.

☎ 21F Odakyu Dai-ichi Seimei Building, 2-7-1 Nishi-Shinjuku, Shinjuku-ku

☎ 03-5339-8625 FAX 03-5339-8654

- English and Chinese
- ・Open hours: Mon.–Fri. (closed on national holidays and year-end/New Year holidays), 10:00 a.m.–6:00 p.m.

URL：<http://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>





### ◆警视厅外国人咨询电话

接受有关生活安全、犯罪事件的咨询。

☎ 03-3503-8484

- 英语、汉语、韩国语等 10 种语言
- 咨询时间：星期一～五 / 上午 8 时 30 分～下午 5 时 15 分

### ◆东京都医疗机构介绍服务“向日葵”

为您介绍医疗制度、医疗机关的情况。

☎ 03-5285-8181

- 英语·汉语·韩国语·泰语·西班牙语
- 咨询时间：终年不歇 / 午前 9 时～午後 8 时
- URL: <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

### ◆外国人劳动者咨询处

就外国人的劳动条件接受咨询。

☎ 东京劳动局劳动基准部监督科

☎ 03-3512-1612

- 英语 (星期一·四·五)
- 汉语 (星期二·四)
- 他加禄语 (星期二·三)
- 越南语 (星期三·五)
- 咨询时间：上午 10 时～正午，下午 1 时～下午 4 时
- URL: <https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/var/rev0/0146/1104/201746194946.pdf>

### ◆东京都劳动咨询信息中心（大崎事务所）

就劳动条件、劳动问题等进行全面的咨询。还有，就日本劳动关系法和雇用惯例等免费进行咨询、建议等。

☎ 品川区大崎 1-11-1Gate City 大崎西塔 2 楼

☎ 03-3495-6110

- 英语
- 咨询时间：星期二 / 下午 2 时～下午 4 时
- URL: <http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/soudan-c/center/c/index.html>

### ◆东京外国人雇用服务中心

提供有关外国人的信息，进行职业咨询、工作介绍。

☎ 新宿区西新宿 2-7-1 小田急第一生命大厦 21 楼

☎ 03-5339-8625 FAX 03-5339-8654

- 英语 汉语
- 咨询日期和时间：星期一～五（节日·年末年初除外）  
/ 上午 10 时～下午 6 时
- URL: <http://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>

### ◆경시청 외국인상담전화

생활안전·범죄사건의 상담을 실시합니다.

☎ 03-3503-8484

- 영어, 중국어, 한글 외 10 개국어
- 접수일시: 월~금요일 / 오전 8 시 30 분~오후 5 시 15 분

### ◆<sup>도쿄도</sup>東京都 의료기관 안내서비스 “<sup>히마와리</sup>ひまわり(해바라기)”

의료제도나 의료 기관의 안내를 합니다.

☎ 03-5285-8181

- 영어·중국어·한글·타이어·스페인어
- 접수일시: 연중무휴 / 오전 9 시~오후 8 시
- URL: <http://www.himawari.metro.tokyo.jp/>

### ◆외국인 노동자 상담코너

외국인 노동자의 노동조건에 대한 상담을 실시합니다.

☎ <sup>도쿄도</sup>東京노동국 노동기준부 감독과

☎ 03-3512-1612

- 영어 (월·목·금요일)
- 중국어 (화·목요일)
- 타갈로그어 (화·수요일)
- 베트남어 (수·금요일)
- 접수시간: 오전 10시~정오, 오후 1시~오후 4시
- URL: <https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/var/rev0/0146/1104/201746194946.pdf>

### ◆<sup>도쿄도</sup>東京都노동상담정보센터 (<sup>오사키</sup>大崎사무소)

노동조건이나 노동문제 전반의 상담을 합니다. 또, 일  
본의 노동 관계법이나 고용 관행 등에 관한 어드바이스를  
실시합니다.

☎ <sup>신나가와 쿠 오사키</sup>品川区大崎 1-11-1 게이트시티 오사키 웨스트타워 2 층

☎ 03-3495-6110

- 영어
- 접수일시: 화요일 / 오후 2 시~오후 4 시
- URL: <http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/soudan-c/center/e/index.html>

### ◆<sup>도쿄도</sup>東京 외국인 고용서비스센터

외국인과 관련있는 정보제공, 직업상담·소개를 실  
행합니다.

☎ <sup>신주쿠 쿠 니시 신주쿠</sup>新宿区西新宿 2-7-1 <sup>오다큐</sup>小田急제 1 생명빌딩 21 층

☎ 03-5339-8625 FAX 03-5339-8654

- 영어·중국어
- 접수일시: 월~금요일 (공휴일·연말연시를 제외)  
/ 오전 10 시~오후 6 시
- URL: <http://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>

1

2

3

4

5

LIST·MAP

◆東京国税局税務相談室 (電話相談)

国税に関する相談を行います。

○英語

☎ 03-3821-9070 (英語相談専用電話)

・受付日時：月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) /  
午前9時～午後5時

URL: <http://www.nta.go.jp/english/index.htm>

○日本語

☎ 03-3711-6251 (目黒税務署)

・受付日時：月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) /  
午前8時30分～午後5時

自動音声応答によりご案内します。

税に関する一般的なご相談は、「1」番を選択してください。

目黒税務署へのお問い合わせは、「2」番を選択してください。

消費税の軽減税率制度に関するご相談は、「3」番を選択してください。

◆弁護士会新宿総合法律相談センター (電話予約)

☎ 新宿区新宿 3-1-22 NSOビル5階

☎ 03-5312-5850

○英語・北京語

・予約受付日時：月～土曜日  
午前9時30分～午後4時30分

・相談時間：月・火・金曜日  
午後1時～午後4時

水曜日  
午前10時～正午

電話予約は日本語のみ対応。相談には英語・北京語の通訳をつけることが可能。

URL: <http://www.horitsu-sodan.jp/>

◆社会福祉法人 さぽうと21

定住外国人への生活相談や日本語学習支援

☎ 品川区上大崎 2-12-2 ミズホビル6階

☎ 03-5449-1331 FAX 03-5449-1332

E-mail: [info@support21.or.jp](mailto:info@support21.or.jp)

○英語

・受付時間：月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) /  
午前10時～午後5時

URL: <http://www.support21.or.jp/>

◆Tax Counsel Office of the Tokyo Regional Taxation Bureau (Telephone consultation)

Offers consultation on national taxes.

○ English

☎ 03-3821-9070 (For English consultation only)

・ Open hours: Mon.– Fri. (except national holidays and year-end/New Year holidays), 9:00 a.m.–5:00 p.m.

URL: <http://www.nta.go.jp/english/index.htm>

○ Japanese

☎ 03-3711-6251 (Meguro Tax Office)

・ Open hours: Mon.– Fri. (except national holidays and year-end/New Year holidays), 8:30 a.m.–5:00 p.m.

For general inquires on taxes, select “1”.

Press “2” for inquires with Meguro Tax Office.

For inquires on reduced consumption tax rate system, select “3” while the recorded message is playing.

◆Bar Association Shinjuku General Legal Counseling Center (Telephone appointment)

☎ 5F NSO Bldg., 3-1-22, Shinjuku, Shinjuku-ku

☎ 03-5312-5850

○ English and Chinese (Mandarin)

・ Reservation hours: Mon.–Sat., 9:30 a.m.–4:30 p.m.

・ Consultation hours: Mon., Tue., and Fri. 1:00 p.m.–4:00 p.m.  
Wed. 10:00 a.m.–12:00 p.m.

Telephone appointment is available only in Japanese. English or Chinese (Mandarin) interpretation available for consultations.

URL: <http://www.horitsu-sodan.jp/english/>

◆Support 21, Social Welfare Foundation

Providing counseling and Japanese language class for the foreign residents.

☎ 6F Mizuho Bldg., 2-12-2, Kamiosaki, Shinagawa-ku

☎ 03-5449-1331 FAX 03-5449-1332

E-mail: [info@support21.or.jp](mailto:info@support21.or.jp)

○ English

・ Open hours: Mon.–Fri. (except for national holidays and year-end/New Year holidays), 10:00 a.m.–5:00p.m.

URL: <http://www.support21.or.jp/>



◆**东京国税局税务咨询室 (电话咨询)**

提供国税相关的咨询。

○英语

☎ 03-3821-9070 (英语咨询专用电话)

· 咨询日期和时间: 星期一~五(节假日·年末年初除外)  
/ 上午 9 时~下午 5 时

URL: <http://www.nta.go.jp/english/index.htm>

○日语

☎ 03-3711-6251 (目黑税务局)

· 咨询日期和时间: 星期一~五(节假日·年末年初除外)  
/ 上午 8 时 30 分~下午 5 时

录音电话应答。

关于税的普通咨询, 请选择「1」。

向目黑税务署的问讯, 请选择「2」。

关于消费税的减轻税率制度的咨询, 请选择「3」。

◆**東京国세국 세무 상담실 (전화 상담)**

국세에 관해 상담을 진행합니다.

○영어

☎ 03-3821-9070 (영어상담전용전화)

· 접수일시: 월~금요일 (공휴일·연말연시를 제외)  
/ 오전 9 시~오후 5 시

URL: [www.nta.go.jp/english/index.htm](http://www.nta.go.jp/english/index.htm)

○일어

☎ 03-3711-6251 (目黑세무소)

· 접수일시: 월~금요일 (공휴일·연말연시를 제외)  
/ 오전 8 시 30 분~오후 5 시

자동음성응답으로 안내합니다.

세금에 관한 일반적인 상담은「1」번을 선택하십시오.

目黑세무소로의 문의는「2」번을 선택하여 주십시오.

소비세의 경감세율제도에 관한 상담은「3」번을 선택하십시오.

◆**律师会新宿综合法律咨询中心 (电话预约)**

☎ 新宿区新宿 3-1-22 NSO 大楼 5 楼

☎ 03-5312-5850

○英语·汉语

· 预约受理时间: 星期一~星期六 / 上午 9 时 30 分~  
下午 4 时 30 分

· 咨询时间: 星期一·二·五 / 下午 1 时~下午 4 时  
星期三 / 上午 10 时~正午

只用日语对应电话预约。商谈时, 可配英语、汉语口译人员。

URL: <http://www.horitsu-sodan.jp/china/>

◆**변호사회신주쿠종합법률상담센터 (전화예약)**

☎ 新宿区新宿 3-1-22 NSO 빌딩 5 층

☎ 03-5312-5850

○영어·베이징어

· 예약 접수 일시: 월~토요일 / 오전 9 시 30 분~  
오후 4 시 30 분

· 상담 시간: 월·화·금요일 / 오후 1 시~오후 4 시  
수요일 / 오전 10 시~정오

전화예약은 일본어로만 대응합니다. 상담시에는 영어·베이징어의 통역자를 붙여드릴 수 있습니다.

URL: <http://www.horitsu-sodan.jp/english/>

◆**社会福利法人 Support21**

以定居外国人为对象提供生活咨询和支援日语学习

☎ 品川区上大崎 2-12-2 Mizuho 大楼 6 楼

☎ 03-5449-1331 FAX 03-5449-1332

E-mail: [info@support21.or.jp](mailto:info@support21.or.jp)

○英语

· 咨询时间: 星期一~五(节假日·年末年初除外) /  
上午 10 时~下午 5 时

URL: <http://www.support21.or.jp/>

◆**사회복지법인 さぽうと 21**

정주외국인을 대상으로 한 생활상담과 일본어학습지원

☎ 品川区上大崎 2-12-2 Mizuho 빌딩 6 층 미즈호

☎ 03-5449-1331 FAX 03-5449-1332

E-mail: [info@support21.or.jp](mailto:info@support21.or.jp)

○영어

· 접수시간: 월~금요일 (공휴일·연말연시를 제외)  
/ 오전 10 시~오후 5 시

URL: <http://www.support21.or.jp/>

1

2

3

4

5

LIST·MAP

### ◆東京英語いのちの電話 (TELL)

心のサポート、緊急時の相談や心配ごとについて相談に応じます。

☎ 03-5774-0992

○英語

・受付日時：年中無休 / 午前9時～午後11時

URL : <http://www.telljp.com/>

### ◆外国人総合観光案内所 (TIC)

観光や旅行に関する相談を行います。

☎ 千代田区丸の内 3-3-1 新東京ビル 1階

☎ 03-3201-3331

・受付日時：午前9時～午後5時 (1月1日休館)

### ◆日本郵便 お客様サービス相談センター

郵便などに関する相談

☎ 0570-046-111

○英語

・受付時間：平日 午前8時～午後10時  
土曜・日曜・祝日 午前9時～午後10時

URL : <http://www.post.japanpost.jp>

### ◆TELL

Offers psychological support and consultation services for emergency cases and concerns that you may have.

☎ 03-5774-0992

○English

・ Open hours: 7 days a week, 9:00 a.m.–11:00 p.m.

URL: <http://www.telljp.com/>

### ◆Tourist Information Center (TIC)

Offers tourist and travel information.

☎ 1F Shin-Tokyo Bldg., 3-3-1 Marunouchi, Chiyoda-ku

☎ 03-3201-3331

・ Open hours: 9:00 a.m.–5:00 p.m. (Closed on January 1)

### ◆Japan Post Customer Service Center

Inquiries related to postal services

☎ 0570-046-111

○English

・ Open hours: Weekdays, 8:00 a.m.–10:00 p.m.

Sat., Sun., and national holidays, 9:00 a.m.–10:00 p.m.

URL: <http://www.post.japanpost.jp>

### ◆東京英語生命之电话 (TELL)

提供心理咨询、紧急时咨询及担心事项的咨询。

☎ 03-5774-0992

○英语

・咨询时间：终年不歇 / 上午9时～下午11时

URL: <http://www.telljp.com/>

### ◆外国人综合观光咨询所 (TIC)

受理关于观光和旅游等的咨询。

☎ 千代田区丸之内 3-3-1 新东京大楼 1楼

☎ 03-3201-3331

・咨询时间：上午9时～下午5时 (1月1日休息)

### ◆日本邮政 客户服务咨询中心

与邮政等相关的咨询

☎ 0570-046-111

○英语

・受理时间：工作日 / 上午8时～晚上10时

星期六・星期日・节假日 / 上午9时～晚上10时

URL: <http://www.post.japanpost.jp>

### ◆도쿄 영어생명의 전화 (TELL)

마음의 지원, 긴급 시의 상담과 걱정거리에 대한 상담을 해드립니다.

☎ 03-5774-0992

○영어

・접수일시 : 연중무휴 / 오전 9시 ~ 오후 11시

URL: <http://www.telljp.com/>

### ◆외국인종합관광안내소 (TIC)

관광이나 여행에 관한 상담을 실시합니다.

☎ 千代田区丸之内 3-3-1 신도쿄빌딩 1층

☎ 03-3201-3331

・접수일시 : 오전 9시 ~ 오후 5시 (1월 1일휴관)

### ◆일본우편 고객센터상담센터

우편 등에 관한 상담

☎ 0570-046-111

○영어

・접수시간 : 평일 / 오전 8시 ~ 오후 10시

토요일・일요일・공휴일 / 오전 9시 ~ 오후 10시

URL: <http://www.post.japanpost.jp>