

MUST KNOW INFORMATION

~Keep it where you see it. It can save you!~

★緊急連絡先

	電話番号	対応言語	時間
火事	119	英語・中国語・韓国語・ポルトガル語・スペイン語	毎日 24時間
救急車			
警察	110	英語・中国語	

★防災・災害情報

港区防災アプリ（タブレット、スマートフォンのみ対応）【日本語、英語、中国語、ハングル】	
防災マップ、降雨情報、安否情報などを調べられます	
iPhone 端末	https://apps.apple.com/app/id704213114?l=ja&ls=l
Android 端末	https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.tokyo.minato.bousai&hl=ja
港区防災ポータルサイト【サイトのページ右上の google アイコンから言語を選べます】	
避難場所の一覧や災害時の避難所開設状況、公共交通機関・ライフライン情報、災害用伝言版など、さまざまな情報が調べられます。災害が起こる前に、利用できるものを確認してください。	
https://city-minato.my.site.com/	

★外国人相談

団体・組織 【相談形態】	相談できること	対応言語（日本語以外）	相談曜日・ 時間	連絡先	
港区外国人相談 【来所、電話】	行政サービスに関係する相談、情報提供など	英語・中国語・韓国/朝鮮語・ポルトガル語・スペイン語・タイ語・ロシア語・タガログ語・ネパール語・ベトナム語・インドネシア語・ヒンディー語・フランス語（英語以外は遠隔通訳対応）	月曜～金曜 9:00-12:00/ 13:00-17:00	03-3578-2046 03-3578-2524	
東京都多言語相談ナビ （東京都つながり創生財団） 【電話】	東京都で暮らす外国人のための、日々の生活の中での困りごとや知りたいことについての相談	やさしい日本語・英語・中国語・韓国語・ポルトガル語・スペイン語・タイ語・ロシア語・タガログ語・ベトナム語・ヒンディー語・ネパール語・フランス語・インドネシア語	月曜～金曜 10:00-16:00	0120-142-142	
東京都外国人相談 【電話】	東京で暮らす外国人のための、入国関係、婚姻・国籍、仕事など、日常生活におけるいろいろな相談	英語	時間 9:30-12:00/ 13:00-17:00	月曜～金曜	03-5320-7744
		中国語		火曜・金曜	03-5320-7766
		韓国語		水曜	03-5320-7700

*来所・対面および電話相談は注意書きのない場合は、土・日曜、祝日および年末年始はお休みです。

★多文化キッズコーディネーター

保育園や幼稚園、小・中学校、高校のことで困ったとき、園や学校からの手紙がわからないとき、子どもの発達のことで心配なとき…そんなときはいつでも「多文化キッズコーディネーター」に相談できます。電話か相談フォームを使って、または来所して相談してください。

港区：電話 03-3578-2524（月曜～金曜 9:00-17:00）区役所に来て大丈夫です。

<https://logoform.jp/form/Mt5V/1111652>

一般財団法人港区国際交流協会：電話 03-6440-0233（月曜～金曜 9:00-12:00/13:00-17:00）

★医療機関・相談

外国人のための TOKYO 医療情報サイト	日本語・英語・中国語（繁体字／簡体字）・韓国語
https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/medical_info	
緊急の連絡先・方法、医療機関の探し方・かかり方、困ったときの相談窓口、その他の役立つ情報	
医療情報ネット「ナビイ」（厚生労働省）	英語・中国語（繁体字／簡体字）・韓国語
https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/medical_info/navii	
言語、診療科目、現在地などの条件から医療機関の詳しい情報を検索することができます。	
東京都医療機関案内サービス ひまわり	日本語・英語・中国語・韓国語・タイ語・スペイン語
電話：03-5285-8181（毎日 9:00-20:00）	
どの病院やクリニックへいけばいいですか、日本の医療について教えてください、など電話で質問できます。相談は無料です。	
外国人患者の受け入れが可能な医療機関のリスト（港区）	
https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/medical_info/hospitals_list/minatoku	
「外国人患者を受け入れできる医療機関」や「入院が必要な外国人の救急患者に対応できる医療機関」について、リストを公開しています。リスト作成時の情報のため、医療機関情報が変更となっている可能性があります。受診前には医療機関に電話で連絡するなど、必ず事前に確認してください。	
*「港区」と書かれた行の右にある「+」をクリックすると、リストが表示されます。ページの右上の「Language」から言語を選ぶことができます。自動翻訳です。	
*港区外の医療機関の検索は下記のページから地域を選んで検索できます。	
https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/medical_info/hospitals_list	

★港区での手続きとサービス

港区ホームページ	https://www.city.minato.tokyo.jp/
▶ 住所が変わった、結婚した、子どもが生まれた、家族が亡くなったとき	https://www.city.minato.tokyo.jp/shibamadochou/hannboukinohikkosinikanssurutetuduki.html
必要なものを持って窓口に来てください。近くの総合支所でも手続きできます	
▶ 会社の保険に入っていないときは、国民健康保険に入ります	https://www.city.minato.tokyo.jp/kurashi/hoken/kenkohoken/index.html
▶ その年の1月1日に港区に住んでいたときは、港区に住民税を払います	https://www.city.minato.tokyo.jp/kurashi/zekin/index.html
▶ 子どもを保育園に入園させたいとき	https://www.city.minato.tokyo.jp/kodomo/kodomo/hoikuen/index.html
▶ 子どもを幼稚園に入園させたいとき	https://www.city.minato.tokyo.jp/kodomo/gakko/kuritsuyochi/index.html

▶ 子どもを港区立の小学校や中学校に入れたいとき
https://www.city.minato.tokyo.jp/kodomo/gakko/kuritsushochu/index.html
▶ 港区役所の仕事やサービス、イベントなどの情報を聞きたいとき
港区コールセンター みなとコール：03-5472-3710 毎日 8:00-20:00【英語、日本語】 * 下記 URL からフォームでお問い合わせもできます。 https://logoform.jp/form/Mt5V/487296
▶ 港区英字広報紙 Minato Monthly
https://www.city.minato.tokyo.jp/kuse/koho/minatomonthly/index.html 無料配布もできます。お申込みください。

★日本語教室

- ① 港区が主催する日本語教室・日本語サロン
申込みできる時期が決まっています。詳しいことはウェブサイトを見てください
「港区で日本語を学ぼう」 <https://minato-nihongo.blogspot.com/>
- ② 港区の中でボランティアのグループがやっている日本語教室
詳しいことはそれぞれのグループに直接連絡して聞いてください
「ボランティア日本語教室リスト」
<https://www.city.minato.tokyo.jp/documents/107510/nihongokyouusituhp.pdf>
- ③ 東京都内にある日本語教室を探したいとき
「東京日本語教室サイト」(つながり創生財団)
<https://nihongo.tokyo-tsunagari.or.jp/>

★そのほかいろいろな相談ができるところ

東京出入国在留管理局主管 外国人総合相談支援センター				
在留資格や生活の中で起こるいろいろな問題について電話と対面で相談できます				
住所	新宿区歌舞伎町2-44-1 ハイジア11階 しんじゅく多文化共生プラザ内			
電話	03-3202-5535	03-5155-4039	時間	9:00-16:00
言語・曜日	中国語・英語	月曜～金曜	ベトナム語	月曜・水曜
	スペイン・ポルトガル語	月曜～水曜	タガログ語	金曜
	インドネシア語	火曜		
外国人在留支援センター(FRESC/フレスク)				
https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html				
住所	新宿区四谷一丁目6番1号四谷タワー13階			
時間	月曜～金曜 9:00-17:00 ※祝日、年末年始はお休み			

FRESC には次の団体・組織が入っています。各団体で相談できる内容や対応できる言語は、ホームページから調べてください。

- | | |
|---------------------|---------------------|
| A) 東京出入国在留管理局 | E) 外務省ビザ・インフォメーション |
| B) 東京労働局外国人特別相談・支援室 | F) 日本司法支援センター（法テラス） |
| C) 東京外国人雇用サービスセンター | G) 日本貿易振興機構（ジェトロ） |
| D) 東京法務局人権擁護部 | |

<外国人在留支援センター（FRESC／フレスク）ナビダイヤルの利用方法>

- (1) 0570-011000 に電話をかけます
- (2) 日本語ガイダンスか英語ガイダンスを選び、番号を押します
- (3) 相談したい団体・組織（または「その他のお問い合わせ」）の番号を押します
- (4) 選んだ団体・組織の職員に電話がつながります

新宿外国人雇用支援・指導センター（ハローワーク新宿）

https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/list/shinjuku/madoguchi_goannai/gaisen.html

日本人の配偶者等、定住者などの就労に制限のない在留資格の方・アルバイトを希望する外国人留学生の方等の就職支援を行っています

住所 新宿区歌舞伎町2-42-10 ハローワーク新宿・歌舞伎町庁舎1階

電話 03-3204-8609 時間 月曜～金曜 8:30-17:15

厚労省 東京労働局 外国人労働者相談コーナー

https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/news_topics/kyoku_oshirase/roudou_kijun/newpage_00845.html

賃金・残業代が支払われない、予告なく解雇されたなどの問題について電話と対面で相談ができます。対応言語・相談場所・相談の曜日・電話番号はホームページからちらしをダウンロードしてください。トップページ左上に「言語切り替え」の表示があり、日本語、英語、中国語、韓国語に変えられます。各言語のちらしをダウンロードできます。

時間 9:30-12:00／13:00-16:30

外国人労働者向け相談ダイヤル

労働条件に関する問題について、法令の説明や関係機関の紹介などを電話で行います。（通話料がかかります。）対応言語・相談の曜日・相談時間・電話番号は、上記「外国人労働者相談コーナー」のちらしの裏面に書かれています

労働条件相談ほっとライン

労働条件に関する問題について、法令の説明や関係機関の紹介などを、夜間や休日に電話で行います。（無料通話です。）対応言語・相談の曜日・相談時間・電話番号は、上記「外国人労働者相談コーナー」のちらしの裏面に書かれています

東京都労働相談情報センター

<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/sodan/sodan/foreign.html>

外国人の方が東京で働いていて、困ったこと、知りたいことがあるときにアドバイスします。英語・中国語は電話と対面で相談できます。そのほかの外国語は対面で相談できます。事務所で相談するときは、電話で予約をします。相談の対応言語・相談場所・相談の曜日・時間と電話番号はホームページで調べてください