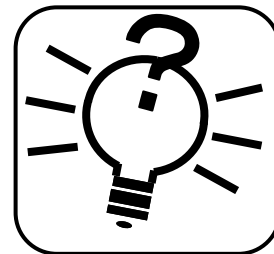


8

やくだ じょうほう お役立ち情報



いたばしく がいこくせきじゅうみん せいかつじょうほう 板橋区 外国籍住民のための生活情報

いたばしく せいかつ
板橋区で生活していくうえで、役に立つ情報を集めました。

がいこくご たいおう そうだんまどぐち 外国語で対応できる相談窓口	2
くせい かん がいこくご そうだん 区政に関して外国語で相談するには	3
だんじょびょうどう かん そうだんまどぐち 男女平等に関する相談窓口	4
いたばしく りょう 板橋区で利用できるサービス	4
いたばしく はいふ こうほうし じょうほうし 板橋区で配布している広報紙、情報誌	5
かくか はいふ がいこくご しりょう 各課で配布している外国語の資料	5
こくさいこうりゅうじぎょう あんない 国際交流事業のご案内	6

くやくしょ まどぐち でんわ にほんご たいおう
区役所の窓口や電話は日本語で対応します。

ここに記載されている担当部署や電話番号に問い合わせる場合は、特に表記がない限り、必ず日本語でお問い合わせください。

はっこう いたばしくやくしょ ぶんか こくさいこうりゅうか
発行：板橋区役所 文化・国際交流課

〒173-8501 東京都板橋区板橋2-66-1 TEL:03(3579)2018

へんしゅう こうざい いたばしくぶんか こくさいこうりゅうざいだんこくさいこうりゅうがかり
編集：(公財)板橋区文化・国際交流財団国際交流係

〒173-8501 東京都板橋区板橋2-66-1 TEL:03(3579)2015

はっこう ねん がつ
発行：2021年3月

がいこくご たいおう そうだんまどぐち
外国語で対応できる相談窓口

うけつけじかん しょうさい かくまかん と あ
 受付時間など詳細については、各機関へお問い合わせください。

しゆくじつおよ ねんまつねんし のぞ
 (※) 祝日及び年末年始を除く

団体名	相談内容	げんご 言語	ようび じかん 曜日・時間	でんわばんごう 電話番号
行政 せいせい	とうきやうと 東京都 がいこくじん そうだん 外国人相談	えいご 英語	げつ きん 月～金(※) 9:30～12:00 13:00～17:00	03-5320-7744
		ちゆうごくご 中国語	か きん 火・金(※) どうじよう 同上	03-5320-7766
		かんこくご 韓国語	すい 水(※) どうじよう 同上	03-5320-7700
入国手続・在留資格 にゅうこくてつづき ざいりゆうしきかく	がいこくじんざいりゆうそうごう 外国人在留総合 インフォメーション センター	えいご ちゆうごくご 英語・中国語・ かんこくご 韓国語・スペイン ごとうご 語等	げつ きん 月～金(※) 8:30～17:15	0570-013904 (IP電話・PHS・海外から 03-5796-7112)
	がいこくじん そうごう そうだん しえん 外国人総合相談支援 センター	ざいりゆうてつづき 在留手続、 せいせいかつ そうだん 生活相談	げつ きん 月～金 たい 第2・第4 すい 水曜以外 9:00 ～ 16:00 (※)	03-3202-5535
労働関係 らうどうかんけい	とうきやうと 東京都 らうどう そうだん じようほう 労働相談情報 センター	しごとじよう 仕事上のトラブル	えいご 英語 ちゆうごくご 中国語	げつ きん 月～金 14:00～16:00 03-3265-6110 か 火～木 14:00～16:00 03-3265-6110
	とうきやうがいこくじん こよう 東京都外国人雇用 サービスセンター	しゅうらう そうだん 就労相談 【対象】 にほん しゅうしよく きぼう 日本で就職を希望 する外国人留学生 せんもんでき ぎじゆつてき 専門的・技術的 ぶんや ざいりゆうし かく 分野の在留資格の かた そうだん 方の相談など	えいご 英語	げつ きん 月～金(※) 9:00～17:00 0570-011000
	しんじゆくがいこくじん こよう 新宿外国人雇用 支援・指導センター	しゅうらう そうだん 就労相談 【対象】 しゅうらう せいげん 就労に制限のない ざいりゆうし かく かた 在留資格の方 (にほんじん はいぐうしや 日本人の配偶者 や、定住者など) アルバイトを希望 する外国人留学生	えいご ちゆうごくご 英語・中国語 かんぜんよやくせい (完全予約制のた め、事前に電話で よやくしてださい)	げつ きん 月～金(※) 8:30～17:15 03-3204-8609

労働関係	外国人労働者 相談コーナー	労働条件	英語	月・木・金	9:30 ～ 12:00 13:00 ～ 16:30	03-3816-2135
			中国語	月・火・木		
			タガログ語	月・火・水・金		
			ベトナム語	月～金		
			ネパール語	火～木		
			クメール語	水		
モンゴル語	金					
医療関係	TOKYO ENGLISH LIFE LINE	悩み事相談	英語	毎日 9:00～23:00		03-5774-0992
	東京都保健医療 情報センターひまわり	病院紹介、 医療情報	英語・中国語・ スペイン語・ タイ語・韓国語	毎日 9:00～20:00		03-5285-8181
税金	東京国税局 外国人相談	所得税相談	英語	月～金(※) 9:00～17:00		03-3821-9070
教育	NPO法人 多文化共生センター 東京	教育相談、 学習支援	英語・中国語	火～土 10:00～18:00 ※土曜は 19:00 まで		03-6807-7937
	東京都教育相談センター	教育相談、いじめ 相談	日本語	24時間		0120-53-8288
		高校入学・進級、 教育相談	英語・中国語・ 韓国語	金(※) 13:00～16:00		03-3360-4175
消費生活	東京都消費生活総合 センター	消費生活に関する 相談	英語・中国語・ 韓国語	月～土(※) 9:00～17:00		03-3235-1155
支援団体	カトリック東京国際セ ンター (CTIC)	在住外国人支援	英語・タガログ語・ スペイン語・ポルト ガル語・イタリア 語・中国語	月～金 10:00～18:00		03-5759-1061
	NPO法人 ASIAN PEOPLE'S FRIENDSHIP SOCIETY(APFS)	ビザや生活に 関する相談	英語・中国語・ 韓国語・フランス 語・ベンガル語・ミ ャンマー語・ペル シャ語・タガログ 語・ウルドゥ語	月～金 14:00～18:00		03-3964-8739

区政に関して外国語で相談するには

問い合わせ先

(公財)板橋区文化・国際交流財団 国際交流係 区役所北館8階⑬窓口

電話:03-3579-2015 FAX:03-3579-2046

〒173-8501 板橋区板橋2-66-1(板橋区役所) 区役所北館8階

ホームページ URL: <https://www.itabashi-ci.org/>



外国籍の方からの区政に関するご相談に対応するため、英語・中国語の通訳員が配置されています。
通訳可能な日時についてはお問い合わせください。

男女平等に関する相談窓口

問い合わせ先

男女平等推進センター相談室 電話03-3579-2188

家族の問題、職場の人間関係、配偶者や恋人からの暴力など、様々な悩みや不安などについて相談をお受けします。秘密は厳守します。相談したいことがある場合は、お問い合わせください。

【相談の種類】

(1) 総合相談

家族との関係、職場での人間関係など様々な不安について相談をお受けします。

相談日時：月曜日～金曜日、第2土曜日 9:00～17:00

(2) 女性のための働き方サポートとフェミニスト相談(予約制)

仕事と家庭の両立、労働条件、セクハラなど女性が仕事をしていく上での困りごとや、女性が抱える生きづらさ・自身の生き方などについての相談をお受けします。

相談日時：第2・4・5水曜日、第2土曜日 10:00～12:00 13:00～16:00

(3) DV専門相談(予約制)

配偶者や恋人から暴力を受けた方の様々な相談です。

相談日時：月曜日、木曜日、第2土曜日 10:00～12:00 13:00～17:00

(第2土曜日は 16:00 まで)

【相談の方法】

電話または面談

板橋区で利用できるサービス(資金融資など)

問い合わせ先

産業振興課 産業支援係 情報処理センター5階 電話03-3579-2172

(1) 中小企業相談窓口

中小企業の経営に関する相談を中小企業診断士がお受けしています。

(日本語のみの対応となります。)

受付時間：月曜日～金曜日 9:00～12:00、13:00～17:00 (予約制です。)

(2) 板橋区産業融資制度

区内の中小企業の方やこれから区内で創業しようとする方が、事業経営に必要な資金を低利で借入ができるよう区内の金融機関へ融資の「あっせん」を行っています。また、借り受けた方の負担軽減を図るため、利子の一部を補助(「利子補給」)しています。

※中小企業者とは：板橋区内に主たる事業所を有し、引き続き1年以上、同一事業を行っている方
法人経営・個人経営は問いませんが、法人は原則本社登記および活動実態が区内であること、個人は税務署へ事業申告(青色申告など)を行っている方に限ります。

いたばしく はいふ こうほうし じょうほうし
板橋区で配布している広報紙、情報誌

刊行紙名	言語	刊行日	問合せ先
いたばしらしガイド	日本語	2～3年に1回	
広報いたばし（※）	日本語	毎月第1～第4 土曜日	広聴広報課 区役所南館4階⑳窓口
アイシェフ・ボード	ルビ付日本語・ 英語・中国語・ 韓国語	毎月第1火曜 日	(公財)板橋区文化・国際交流財団 国際交流係 区役所北館8階㉓窓口
いたばし区議会だより	日本語	1年に4回	区議会事務局 区役所北館10階

※ 多言語対応アプリ「カタログポケット」で、多言語自動翻訳・音声読み上げなどの機能を利用できます。

○板橋区公式ホームページ <https://www.city.itabashi.tokyo.jp/>
最新の情報や重要なお知らせを、区のホームページで見ることができます。
3か国語（英語・中国語・韓国語）で見るともできます（自動翻訳）。



かくか はいふ がいこくご しりょう
各課で配布している外国語の資料

配布資料名	言語	所管課	問合せ先
東京23区の住民税(閲覧のみ)	英語・中国語・韓国語	課税課	区役所北館3階㉒窓口
外国語版母子健康手帳	英語・中国語・韓国語・ タイ語・タガログ語・スペ イン語・ポルトガル語・イ ンドネシア語	健康推進課	区役所南館3階㉑ 窓口
国民健康保険のご案内	英語・中国語・韓国語	国保年金課 管理係	区役所南館2階㉔ 窓口
国民年金制度の仕組み ※日本年金機構ホームページでご 覧になれます。	英語・中国語・韓国語・ ポルトガル語・スペイン 語・インドネシア語・ロシ ア語・タガログ語・タイ 語・ベトナム語・ミャンマ ー語・カンボジア語・ネ パール語・モンゴル語	国保年金課 国民年金係	区役所南館2階㉕ 窓口
資源とごみの分け方・出し方	英語・中国語・韓国語	資源循環推進課	区役所北館7階㉑ 窓口
公的住宅のご案内	英語・中国語・韓国語	住宅政策課	区役所北館5階㉑ 窓口
就学援助制度についてのお知らせ	英語・中国語	学務課	区役所北館6階㉑ 窓口
図書館利用パンフレット	英語・中国語・韓国語	各図書館	

こくさいこうりゆうじぎょう あんない
国際交流事業のご案内

とひあわ きき
問合せ先

こうざい いたばしくぶんか こくさいこうりゆうざいだん こくさいこうりゆうかがく く やくしよきたかん かい まどぐち
(公財)板橋区文化・国際交流財団 国際交流係 区役所北館8階⑬窓口

でんわ
電話:03-3579-2015 FAX:03-3579-2046

〒173-8501 板橋区板橋2-66-1(板橋区役所) 北館8階

ホームページ URL: <https://www.itabashi-ci.org/>



こうざい いたばしくぶんか こくさいこうりゆうざいだん がいこくじん ふく ちいきじゆうみん たが きょうせい いしき はぐく
(公財)板橋区文化・国際交流財団では、外国人を含めた地域住民が互いに共生の意識を育み、
ちいき こくさいか すいしん じぎょう おこな
地域の国際化を推進していくためにさまざまな事業を行っています。

- 姉妹都市、友好都市交流事業
- 外国人のための初級日本語教室
- 外国人のための無料相談会
- 国際理解教育・異文化理解講座
- ホームステイ・ホームビジットのあっせん
- 民間国際交流事業助成
- 日本語スピーチ大会
- 外国人向け刊行物の作成

がいこくじん にほんごきょうしつ
【外国人のための日本語教室】

くわ ざいだん ホームページに掲載しています。

こうざい いたばしくぶんか こくさいこうりゆうざいだんしゆまい にほんごきょうしつ
(1) (公財)板橋区文化・国際交流財団主催 日本語教室

① 初級日本語教室(レベル:入門～初級)

しゅうかい げつかん にほんご べんきょう きょうしつ
週2回、6か月間、日本語を勉強する教室です。

にちじ げつようび もくようび かようび きんようび
日時: ①月曜日・木曜日コース(10:00～12:00) ②火曜日・金曜日コース(18:30～20:30)

ていいん かく めい もうしこみじゆん
定員:各コース 40名(申込順)

すいようかいわ にほんごきょうしつ じょうきゅう
② 水曜会話サロン(レベル:初級～上級)

かいわ かいわ たの まな
会話サポーターと会話を楽しみながら学ぶクラスです。

にちじ まいしゅうすいよう ごぜん やかん
日時:毎週水曜 ①午前コース(10:00～11:30) ②夜間コース(18:30～20:00)

ていいん かく めい もうしこみじゆん
定員:各コース 20名(申込順)

きょうつう
①②共通

たいしやう くない いざいじゆう ざいきん ざいがく さいいじやう かつ こさまづ じゆこう
対象:区内在住・在勤・在学で15歳以上の方 ※お子様連れでの受講はできません。

まかん ぜんき がつ がつ こうき がつ
期間:(前期)4月～9月/(後期)10月～3月

かいじやう いたばしくりつ
会場:板橋区立グリーンホール

ひやう じゆぎやうりやう だい
費用:授業料とテキスト代

くない にほんごきょうしつ
(2) 区内ボランティア日本語教室

がいこくじん かつ にほんご おし ざいだん しょうかい
外国人の方に日本語を教えているボランティア・グループを財団ホームページで紹介しています。

かつどうび かいじやう ちやくせつかきょうしつ れんらくさき と あ
活動日、会場などについては直接各教室の連絡先へお問い合わせください。

【情報誌「アイシェフ・ボード」】

財団が開催するイベントを始めとして、板橋区や他の団体が行う国際交流事業などを広く周知するほか、生活に必要な情報を提供しています。

- ・ 発行内容：ルビ付日本語、英語、中国語、韓国語
 - ・ 配付場所：区役所、区民事務所、図書館など区内施設67か所、区内大学、一部の郵便局など
- ※財団ホームページにも掲載しています。

【ボランティア登録制度】

(公財)板橋区文化・国際交流財団では、ボランティアにご協力していただける方を随時募集しています。詳しくは財団ホームページに掲載しています。

○通訳・翻訳ボランティア

通訳ボランティア：区役所窓口での手続き、小学校・中学校での面談、区主催のイベントでの通訳など
翻訳ボランティア：区が発行する申請書や通知文、イベント案内などの翻訳

○ホストファミリー

外国人のホームステイ(宿泊込み)、ホームビジット(宿泊無し)の受け入れ

○国際理解教育の講師(外国出身の方のみ)

区内の小中学校で、子どもたちに母国の文化や習慣、料理や踊り・音楽・遊びなどを紹介