

# とうきょうと た げん ご そう だん 東京都 多言語 相談ナビ

— Tokyo Multilingual Consultation Navi —

とうきょうと す がいこくじん せいかつ こま し  
東京都に 住んでいる 外国人は、 生活で 困っていることや 知りたいことについて  
いろいろな こと ば そうだん でん わ そうだん そうだん かね  
言葉で 相談できます。 電話で 相談できます。 相談の お金は かかりません。  
むりよう とうきょうと そうせいざいだん そうだん  
無料です。 東京都つながり創生財団で 相談できます。

だいじょうぶ そうだん  
大丈夫です！ 相談してください



でん わ  
電話

## 0120-142-142

そうだん ひ  
相談できる日 げつようび きんようび  
月曜日～金曜日 AM10:00～PM4:00

やす み  
休み どうようび にちようび しゆくじつ にほん やす ねんまつねんし がつ お がつ はじ  
土曜日・日曜日・祝日 (日本の 休み) ・年末年始 (12月の 終わりにから 1月の 始め)

こと ば  
言葉 にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご ぽるとガルご スペインご タイご ロシアご  
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

でん わ かね  
※電話の お金は かかりません。

とうきょうと た げん ご そうだん  
※東京都 多言語 相談ナビで わからないときは、ほかの 相談できるところを 案内します。

つうやく じぶん こと ば はな ひと ひつよう やくしよ そうだん  
※通訳 (自分が わかる 言葉で 話す人) が 必要なときは、役所などで 相談してください。

つうやく かね むりよう  
通訳の お金は、無料です。

そうだん つうやく じ かん じ かん  
※相談と 通訳ができる 時間は、どちらも 1時間までです。



とうきょうと そうせいざいだん  
東京都つながり創生財団の HP



公益財団法人

東京都つながり創生財団

Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"