



# 일하기

일자리 관련 상담 장소, 취업 관련 구조에 관해서 알아보시다.

## 노동 자격

재류 자격의 종류에 따라, 일본에서 일할 수 있는 범위가 정해져 있습니다. 일하는 것이 인정되지 않는 자격이라도, 자격 외 활동의 허가가 있으면, 인정되는 경우가 있습니다.

(예) 유학생은 일할 수 있는 시간이 제한되어 있습니다.

자세한 것은 ▶ 입국 관리국(<http://www.immi-moj.go.jp/>) (57페이지)

## 일자리 찾는 법

도쿄 도내에서는, 외국인을 위한 일자리 찾기 상담 창구가 있습니다. (영어 / 중국어 상담은 예약 필수)

	도쿄 외국인 고용 서비스 센터	신주쿠 외국인 고용 지원 / 지도 센터
주소	신주쿠구 니시신주쿠 2-7-1(21층)	신주쿠구 가부키초 2-42-10(1층)
이용 가능일	10:00 ~ 18:00	8:30 ~ 17:15
전화번호	03-5339-8625	03-3204-8609
대상자	일본에서의 취업을 희망하는 유학생이나 취업 비자를 가지고 있는 사람 (일본에서의 취업에 제한이 있는 사람)	일본인의 배우자나 영주자 / 정주자 등, 제한 없이 일할 수 있는 사람, 아르바이트를 희망하는 외국인 유학생

\* 그 외에도 일자리 찾기 상담이 가능한 공공 직업 안정소(헬로 워크)가 있다. (일본어만 대응 가능)

자세한 것은 ▶ 헬로 워크 (<https://www.hellowork.go.jp/>)



## 고용 보험 제도

일할 수 없게 되었을 때의 생활비 / 다음 일자리가 구해질 때까지의 지원을 위한 공적인 보험 제도입니다.

종류	내용
기본 수당(실업 급여)	해고를 당했을 경우, 일자리를 찾지 못했을 때에 일정 기간 받을 수 있다.
육아 휴직 급여	자녀를 키우기 위해, 일을 장기간 쉬게 되었을 때 받을 수 있다.
간병 휴직 급여	가족의 간병(병간호)하기 위해서, 일을 장기간 쉬게 되었을 때 받을 수 있다.

\* 급부 조건 있음.



## 공제 제도 (세금, 각종 보험료 등)

회사는 사원을 대신해서, 급여에 붙는 세금이나 보험금의 납부 수속을 합니다. 그 때문에, 급여는 각종 보험료를 제한 금액이 지급됩니다. 제해지는 주요한 비용은 다음과 같습니다.

건강 보험료, 후생 연금 보험료, 개호 보험료(40세 이상 64세 이하인 사람만 대상), 고용 보험료, 소득세, 주민세

세금이나 보험료의 납부는 일하는 사람의 의무이며, 일본에 사는 사람들의 생활을 지탱하는 중요한 제도입니다.





# 교육 / 양육

일본에서는 부모가 6세~15세의 자녀에게 교육을 받게 할 의무가 있습니다.

## 교육 / 양육의 체계



\* 장애가 있는 어린이의 자립을 지원하는 [특별 지원 학교]가 있다.  
\* 4월 2일 시점의 연령

### 유치원

3세부터 초등학교 입학까지의 어린이가 교육의 기초를 몸에 익히는 학교

### 보육원

보호자가 일하고 있는 상황 등에, 초등학교 입학 전의 자녀를 보육해주는 시설. 유치원과는 다르게, 교육 기관은 아니다.

### 인정 어린이원

어린이를 교육 / 보육한다. 유치원과 보육원의 양쪽 모두의 기능을 갖는다.

자세한 것은 구시정촌의 [교육 / 보육] 창구

## 입학 방법

공립 유치원, 초·중·고등학교에 입학, 보육원 등에 들어가기를 원하는 경우, 안내 데스크에 문의해 주십시오.

종류	입학 상담처
보육소, 유치원, 초등학교, 중학교	구시정촌
고등학교	도쿄도 교육 상담 센터

\* 국립, 공립 학교에의 입학은 직접 학교에 문의

진학하기 위해서는 시험을 치뤄야 하므로 준비를 하자!



자세한 것은 구시정촌 도쿄도 교육 상담 센터 (53페이지)

## 인터내셔널 스쿨 (국제 학교)

외국인 아동 / 학생을 대상으로 하는 교육 시설 학교 내에서 사용하는 언어나 커리큘럼은 학교에 따라 다릅니다. 입학 방법이나 비용은 직접 학교로 문의합니다.



## 학교 음식

일본에서는, 많은 공립 소(초등)학교에서 [학교 음식] (영양 밸런스가 좋은 식사)을 제공합니다.





# 병 / 부상

일본에 사는 모든 사람은 공적인 의료 보험에 가입하여, 고도의 의료서비스를 받을 수 있습니다. 몸 상태가 나빠졌을 때는, 우선 가까운 진료소에 가도록 합니다.

## 국민 건강 보험과 건강 보험

공적인 의료보험에는, 2종류가 있어, 전원 어느 쪽 중에 한쪽에 가입합니다. 가입하면, 건강 보험증을 받을 수 있어, 의료비 지불이 전체의 30%가 됩니다. 보험에 가입하지 않으면 고액이 청구됩니다.

보험증의 일례



### 공적 의료보험의 종류와 대상자

	국민 건강 보험	건강 보험
제도의 내용	의료비 부담이 30%(1,000엔의 의료비는 300엔)	
대상자	자영업, 일하지 않는 사람	회사에서 일하는 사람
보험료	소득 등에 따라 다름	
문의처	구시정촌의 (국민 건강 보험) 창구	회사의 보험 담당자

\*일본과 사회 보장 협정을 맺고 있는 나라의 사람은, 가입하지 않아도 괜찮은 경우도 있다.  
\*아르바이트는, 건강보험이 아니라, 국민 건강 보험에 가입하는 경우도 있다.

## 후기 고령자 의료 제도

75세 이상의 사람과, 65세 이상 74세 이하에 장애가 있는 사람이 가입한다. 의료비의 지불 부담이 10%(조건에 의해 30%)

자세한 것은 구시정촌의 (고령자 복지) 창구



## 간병 보험

개호가 필요한 고령자를 지원하는 제도. 개호 서비스의 이용자 부담은 10%(일정 이상 소득자인 경우 20% 또는 30%) 서비스를 받기 위해서는 기관의 인정이 필요

자세한 것은 구시정촌의 (개호 복지) 창구



## 의료 기관에서의 진료를 받는 방법

일본에서는, 모든 의료 기관이 유료다!  
증상에 따른 진료과에서 진료를한다!



자세한 것은 도쿄도 의료 기관 안내 서비스 (히마와리) (59페이지)  
AMDA 국제 의료 정보 센터(57페이지)

1 진료서의 접수에서 건강 보험증을 제출하고, 문진표에 증상을 기입하도록 합니다.

3 이름이 불리면 진찰실로 들어가서, 증상을 설명합니다.

2 이름이 불릴 때까지 대기실에서 기다립니다.

4 진찰이 끝나면, 대기실에서 기다립니다. 이름이 불리면, 비용을 내고, 처방전(약의 정보가 기록되어 있는 종이)을 받습니다.

그 후, 약국에 가서, 처방전을 보여주고 약을 받고, 약값을 냅니다.



# 방재 / 긴급

일본은, 자연재해가 많은 나라입니다. 재해 시에, 어떻게 행동하면 좋을지를 배우시다. 피난 경로, 피난 장소, 가족과의 연락 방법을 정해 놓습니다.

## 지진

지면이 흔들리고, 집이 부서지거나, 쓰나미(거대한 파도)가 오는 경우가 있으니, 위험합니다.

### ●평소의 대비

- ①가구가 넘어지지 않도록 한다. ②비상 시에 가지고 갈 것(물, 보존 식품 등)을 준비한다.



자세한 것은 ▶ 구시정촌의 (방재 / 안전) 창구

### ●지진이 나면

- ① (위에서 물건이 떨어질지도 모르기 때문에) 테이블이나 책상 아래로 숨어서, 머리와 몸을 지킨다.
- ② 흔들림이 멈추면 모든 불을 끈다.
- ③ 문을 열어서 출구를 확보한다.
- ④ 당황하지 말고 걸어서 피난한다.



재해 시나 긴급할 때는, 헬프 카드가 있으면 안심!  
[http://www.seikatubunka.metro.tokyo.jp/chiiki\\_tabunka/tabunka/tabunkasuishin/files/0000000144/ALLhelpC.pdf](http://www.seikatubunka.metro.tokyo.jp/chiiki_tabunka/tabunka/tabunkasuishin/files/0000000144/ALLhelpC.pdf)

선배의 말

일본의 학교에서는 매년 방재 훈련을 해서, 재해 시에 어떻게 행동할지를 배우고 있다.

## 태풍

큰비 / 강풍으로, 바다의 파도가 거칠어지거나, 강의 수위가 높아지기 때문에, 위험합니다. 주로 7월 ~10월에 많습니다. 전철이나 버스가 늦어지거나, 멈추는 일도 있습니다.

### ●태풍이 가까워지면

- ①TV나 라디오로 틈틈이 정보를 체크한다.
- ②비바람이 강할 때는 밖에 나가지 않는다.



지진 / 태풍 등의 재해에 대한 대비는 (도쿄 방재) <http://www.bousai.metro.tokyo.jp/1002147/>에서 완벽하게!



## 화재

### ●화재를 발견하면

- ① "화재다"라고 외치는 소리나 사이렌이 들린다면 건물 밖으로 도망친다.
- ②가까운 사람에게 도움을 구하고, 119번에 전화해서, 소방차를 부른다.



심폐 정지 상태의 사람이 있다면 AED (심장이 움직이도록 하는 기계)를 사용하자!  
 일본 구급 의학회 「시민을 위한 심폐 소생」 <http://aed.jaam.jp/>



### 소방 / 구급 (119번)

화재, 부상, 급병, 교통사고(부상자가 있을 때) 연락할 때는, 다음 정보를 준비합니다.



- ①화재, 병인가
- ②어떤 상태인가(의식이 없다, 상처를 입었다 등)
- ③주소, 연락처(어딘가, 장소 확인 가능한 특징이 무엇인가)

### 경찰 (110번)

범죄 피해(도난, 폭력 등), 교통사고



선배의 말

다양한 곳에 파출소(코반)가 있다. 물건을 줬거나 잃어버린 경우, 곤란한 일이 있다면, 가보도록 하자!



# 관광 / 문화

도쿄는 관광 명소나 매력이 넘치는 장소가 많이 있습니다. 스포츠 시설이나 예술 시설, 공원도 충실합니다. 도내에 사는 외국인에게 들은 인기 명소를 소개합니다.

## 관광

### I. 도내의 변화가



#### <신주쿠

비즈니스와 쇼핑의 중심지. 역 서쪽 출구는 고층 빌딩이 늘어서 있는 오피스 거리, 동쪽 출구는 백화점이나 영화관이 있는 오락 지역.

#### >시부야

유행하고 있는 레스토랑이나 바, 클럽, 라이브 하우스가 모여있는, 젊음의 문화의 발산지



#### <이케부쿠로

쇼핑이나 어뮤즈먼트 시설이 풍부. 애니메이션 관련 장소도 충실

### II. 패션 / 멋 내기

#### >오모테산도 / 아오야마

유명 브랜드의 노면점이나 멋진 카페 등, 유명한 가게가 가득



#### <다이칸야마 / 에비스

센스가 뛰어난 개성적인 숍이나 레스토랑이 늘어서 있어, 쇼핑도 맛있는 식사도 즐길 수 있다.



신주쿠역의 이용자 수는 세계 1위(1일당 342만명).  
기네스 세계기록에도 인정되어 있다!



#### <룻폰기

음식점이나 미술관이 많고, 국제적인 분위기인 스타일리시한 거리

### III. 역사와 옛 정취를 느낄 수 있는 도쿄



#### <우에노 / 아사쿠사

미술관 등의 문화 시설이나 절 등이 많아, 도내에서도 유명한 관광 명소



#### >야나카 / 네즈 / 센다기

옛날 그대로의 상점가와 분위기가 남아 있어, 옛 정취가 가득한 도쿄의 거리를 느낄 수 있다.



#### <가구라자카 / 이다바시

뒷골목에 숨어 있는 에도의 분위기나 쇼와 시대의 흔적이 매력적이며, 일본풍의 카페나 잡화점 등이 많아 산책하기에 좋다.

### IV. 세련된 어른의 거리

#### >마루노우치

도쿄의 심볼 중 하나인 도쿄역과 고쿄가이엔(皇居外苑) 사이의 공간. 많은 대기업이 모여있는 일본 최대급의 오피스 거리. 쇼핑이나 예술도 즐길 수 있다.



#### <긴자 / 니혼바시

긴자는 세계 유수의 쇼핑 거리. 니혼바시에는 에도 시대(1600년대)부터 이어져 온 오래된 점포가 많다.



각 지역에 대한 자세한 사항은 GO TOKYO (59페이지) 를 확인!

## V. 젊은이들이 모이는 거리



### <하라주쿠

멋지고 귀여운 상품이 모여있는 젊은이의 거리. 잡화나 액세서리, 양복 가게가 늘어서 있는 다케시타도리는 언제나 사람들로 가득

### ▷시모기타자와

현옷, 잡지 등 개성적인 가게가 모여 있다. 극장, 소규모 극장, 라이브 하우스도 많다.



## VI. 가족이 즐길 수 있는 거리

### ▷오다이바

대형 쇼핑몰에서, 맛있는 음식, 쇼핑을 즐길 수 있다. 공원이나 해변에서의 산책, 쇼핑도 추천



### <기치조지

상점가나 큰 공원이 있어, 아이부터 어른까지 즐길 수 있는 인기있는 거리



## VII. 자연



### <다카오산

신주쿠에서 전철로 서쪽으로 1시간. 등산객 세계 1위(연간 약 250만명). 초보자도 가볍게 올라갈 수 있는 인기 있는 산(표고 599m)

### ▷오쿠다마

신주쿠에서 전철로 서쪽으로 2시간. 산과 하천이 많이 있어, 아웃도어 라이프를 만끽할 수 있다.



### <이즈 제도

도쿄에서 배로 남쪽으로 2시간(비행기라면 50분). 사람의 손을 타지 않은 자연으로 둘러싸여, 다이빙, 낚시, 밤하늘의 별 관찰 등, 여러 가지 활동을 즐길 수 있다.

### ▷오가사와라

도쿄에서 배로 남쪽으로 24시간. 본토에서 1,000km 남쪽에 있는, 화산 활동으로 만들어진 해양섬. 세계유산. 고래 관광이나 시카약, 트레킹이 가능하다.



살고 있는 집 근처의 관광 명소는 TIPS (58페이지) 에서 검색하세요!

## 문화 / 예술 시설

도쿄에는, 수많은 문화 / 예술 시설이 있습니다.  
여기에는, 도립 시설을 소개합니다. 지금은 홈페이지에서 확인하세요.



### [도쿄도 정원 미술관]



시설 소개	구 아사카노미야 저택의아트 데코 건물 안에 전시된 미술품과 아름다운 정원을 즐길 수 있다.
주소	미나토구 시로카네다이 5-21-9
가까운 역	도에이 미타선 / 도쿄 메트로 난보쿠선 [시로카네다이] 혹은 JR / 도큐메구로선 [메구로]

### [에도 도쿄 박물관]



시설 소개	에도와 도쿄의 역사, 문화를 전하는 박물관
주소	스미다구 요코야미 1-4-1
가까운 역	JR / 도에이 오에도선 [료고쿠]

### [에도 도쿄 건물원]



시설 소개	에도, 도쿄의 옛건물을 전시한 야외 박물관
주소	고가네이시 사쿠라초 3-7-1(도립 고가네이 공원 내)
가까운 역	JR [무사시고가네이] 북쪽 출구에서 버스 (고가네이 공원 서쪽 출구)

### [도쿄도 사진 미술관]



시설 소개	일본 최초의 사진과 영상 전문 미술관
주소	메구로구 미타 1-13-3 에비스가덴프레이스 내
가까운 역	JR / 도쿄 메트로 히비야선 [에비스]

### [도쿄 현대 미술관]



시설 소개	현대 미술 작품이나 건물 그 자체를 즐길 수 있는 미술관
주소	고토구 미요시 4-1-1
가까운 역	도쿄 메트로 한조몬선 / 도에이 오에도선 [기요스미시라카와]

※ 2019년 3월 하순에 리뉴얼 오픈 예정

### [도쿄도 미술관]



시설 소개	국내외 명품의 특별전을 비롯해, 다양한 전람회를 개최
주소	다이토구 우에노코엔 8-36
가까운 역	JR / 게이세이선 / 도쿄 메트로 긴자선 / 히비야선 [우에노]

### [도쿄 문화 회관]



시설 소개	국내외의 오페라, 발레, 클래식 콘서트를 즐길 수 있는 홀
주소	다이토구 우에노코엔 5-45
가까운 역	JR / 게이세이선 / 도쿄 메트로 긴자선 / 히비야선 [우에노]

### [도쿄 예술 극장]



시설 소개	세계 최대급의 파이프오르간이 있어, 콘서트나 연극, 전시를 즐길 수 있는 극장
주소	도시마구 니시이케부쿠로 1-8-1
가까운 역	JR / 도쿄 메트로 마루노우치선 / 유라쿠초선 / 후쿠토신선, 도부도조선, 세이부이케부쿠로선 [이케부쿠로]



각 시설에 대한 자세한 사항은 「도쿄도 역사 문화재단」 홈페이지를 확인!  
(<https://www.rekibun.or.jp/>)

## 공원 / 정원

(도쿄=대도시)의 이미지이지만, 도내에는 많은 공원 / 정원이 있어, 녹음이 풍부합니다.

### [히비야공원]



주소	지오다구 히비야코엔 1-6
가까운 역	도쿄 메트로 마루노우치선 / 지오다선 (가스미가세키) 또는 도쿄 메트로 히비야선 / 지오다선 [히비야]

### [요요기공원]



주소	시부야구 요요기미조노초 2-1
가까운 역	JR [하라주쿠] 또는 도쿄 메트로 지오다선 [요요기코엔]

**[미즈모토 공원]**



주소	가쓰시카구 미즈모토코엔 3-2
가까운 역	JR (가나마치)에서 버스 (미즈모토코엔)

**[우에노 온시 공원]**



주소	다이토구 우에노코엔 5-20
가까운 역	JR / 게이세이선 / 도쿄 메트로 긴자선 / 히비야선 (우에노)

**[이노카시라 온시 공원]**



주소	무사시노시 고텐야마 1-18-31
가까운 역	JR / 게이오 이노카시라선 (기치조지) 또는 게이오 이노카시라선 (이노카시라코엔)

**[진다이 식물 공원]**



주소	조후시 진다이지모토마치 5-31-10
가까운 역	게이오선 (조후)에서 버스 또는 JR (미타카)에서 버스 (진다이쇼쿠부츠코엔)
요금	일반 / 대인 500엔, 65세 이상 250엔, 중학생 200엔 초등학생 이하 및 도내 재주 / 재학 중학생은 무료

**[하마리큐온시 정원]**



주소	주오구 하마리큐테이엔 1-1
가까운 역	도에이 지하철 오에도선 / 유리카모에 (시오도메) 또는 JR / 도쿄 메트로 긴자선 / 도에이 지하철 아사쿠사선 (신바시)
요금	일반 300엔, 65세 이상 150엔 초등학생 이하 및 도내 재주 / 재학 중학생은 무료



**[리쿠기엔]**



주소	분쿄구 혼고마고메 6-16-3
가까운 역	JR 도쿄 메트로 난보쿠선 (고마고메) 또는 도에이 지하철 미타선 (센고쿠)
요금	일반 300엔, 65세 이상 150엔 초등학생 이하 및 도내 재주 / 재학 중학생은 무료



도내의 도립 공원, 정원은  
[공원에 가자!] (<https://www.tokyo-park.or.jp/>)  
[정원에 가자.] (<https://www.teien.tokyo-park.or.jp/>)에서 체크하세요!

**도서관**



집에서 가까운 도서관은, 구시정촌의 홈페이지에서 체크하세요!

**[도립 중앙 도서관]**



주소	미나토구 미나마야자부 5-7-13
가까운 역	도쿄 메트로 히비야선 (히로오)
개관 시간	월~금요일 : 오전 10시~오후 9시 토일공휴일 : 오전 10시~오후 5시 30분

**[도립 다마 도서관]**



주소	고쿠분지시 이즈미초 2-2-26
가까운 역	JR (니시고쿠분지)
개관 시간	월~금요일 : 오전 10시~오후 9시 토일공휴일 : 오전 10시~오후 5시30분

**동물원 / 수족관**

도내에는, 가족이 즐길 수 있는 동물원이나 수족관이 많이 있습니다.



**[은시우에노 동물원]**



주소	다이토구 우에노코엔 9-83
가까운 역	JR / 게이세이선 / 도쿄 메트로 긴자선 / 히비야선 (우에노)
요금	일반 600엔, 65세 이상 300엔, 중학생 200엔, 초등학생 이하 및 도내 재주 / 재학 중학생은 무료

**[이노카시라 자연 문화원]**



주소	무사시노시 고텐야마 1-17-6
가까운 역	JR / 게이오 이노카시라선 (기치조지)
요금	일반 400엔, 65세 이상 200엔, 중학생 150엔, 초등학생 이하, 도내 재주 / 재학 중학생은 무료

**[다마 동물원]**



주소	히노시 호도쿠보 7-1-1
가까운 역	게이오선 / 다마 모노레일 (다마도부츠엔)
요금	일반 600엔, 65세 이상 300엔, 중학생 200엔, 초등학생 이하 및 도내 재주 / 재학 중학생은 무료

**[가사이린카이 수족관]**



주소	에도가와구 린카이초 6-2-3
가까운 역	JR (가사이린카이코엔)
요금	일반 700엔, 65세 이상 350엔, 중학생 250엔, 초등학생 이하, 도내 재주 / 재학 중학생은 무료

자세한 것은 도쿄즈넷 (<http://www.tokyo-zoo.net/>)



**스포츠 시설**

도내에는 도쿄도나 구시정촌이 관리하고 있는 스포츠 시설이 많이 있습니다.



**[도쿄 체육관]**



이용 가능 시설	체육관, 풀장, 트레이닝 룸 등
주소	시부야구 센다가야 1-17-1
가까운 역	JR (센다가야) 또는 도에이 오에도선 (고쿠리츠쿄기초)
요금	이용하는 시설에 따라 다름

**[고메자와 올림픽 공원 종합운동장]**



이용 가능 시설	야구장, 체육관, 트레이닝 룸, 테니스 코트 등
주소	세타가야구 고메자와코엔 1-1
가까운 역	도큐덴엔토시선 (고메자와다이카쿠)
요금	이용하는 시설에 따라 다름

**[도쿄 무도관]**



이용 가능 시설	무도관, 궁도장, 트레이닝 룸 등
주소	아다치구 아야세 3-20-1
가까운 역	JR / 도쿄 메트로 지요다선 (아야세)
요금	이용하는 시설에 따라 다름

**[도쿄 다츠미 국제 수영장]**



이용 가능 시설	풀장
주소	고토구 다츠미 2-8-10
가까운 역	도쿄 메트로 유라쿠초선 (다츠미)
요금	이용하는 시설에 따라 다름

기타 도의 스포츠 시설

도쿄도 스포츠 문화 사업단 (<http://www.tef.or.jp/>)



구시정촌이 운영하고 있는 스포츠 시설도 많이 있으니, 홈페이지에서 체크하세요!



# 연락처 일람

잘 모르는 것이나 상담하고 싶은 것이 있을 때는, 각 창구에 문의합니다.

문의처	어떤 때에?		페이지
구시 마을 · 국제 교류 협회에 문의			
구시정촌(각종 수속)	이사 (전입 / 전출)	자녀의 교육 상담 (유치원 / 초등 / 중학교) 간병이 필요 애완동물(개) 키우기 인감 등록 일본어를 배우기	48
	결혼		
	이혼		
	임신		
	아이가 태어났을 때 가족이 사망했을 때		
국제 교류 협회	일본어를 배우기, 주변 사람과의 교류하기		51
상담하기			
도쿄도	어려움에 처했을 경우, 모국어로 상담 가능		53
기타			55
기타			
대사관	비자 신청, 여권 갱신		57
입국관리국	재류 카드를 분실, 갱신하기		
경찰	교통사고, 범죄피해		
소방 / 구급	화재, 급병, 큰 부상		
도움되는 사이트			
도내에 관한 여러 가지를 조사			58

## ● 여러 가지 신고하기

※자치 단체에 따라 다름

(구시정촌) 창구 접수시간 / 요일 : 원칙적으로 월요일~금요일 (8:30~17:00)

구시정촌	주소	가까운 역	전화번호
가쓰시카구	가쓰시카구 다테이시 5-13-1	게이세이다테이시	03-3695-1111
고가네이시	고가네이시 혼초 6-6-3	무사시고가네이	042-383-1111
고다이라시	고다이라시 오가와초 2-1333	오메가이도	042-341-1211
고마에시	고마에시 이즈미혼초 1-1-5	고마에	03-3430-1111
고즈시마무라	고즈시마무라 904	---	04992-8-0011
고쿠분지시	고쿠분지시 도쿠라 1-6-1	고이가쿠보	042-325-0111
고토구	고토구 도요 4-11-28	도요초	03-3647-9111
구니타치시	구니타치시 후지미다이 2-47-1	야호	042-576-2111
기요세시	기요세시 나카자토 5-842	기요세	042-492-5111
기타구	기타구 오지혼초 1-15-22	오지	03-3908-1111
나가야마	주오구 쓰키지 1-1-1	신토미초	03-3543-0211
나카노구	나카노구 나카노 4-8-1	나카노	03-3389-1111
네리마구	네리마구 도요타마기타 6-12-1	네리마	03-3993-1111
니시도쿄시	니시도쿄시 미나미초 5-6-13	타나시	042-464-1311
	니시도쿄시 나카마치 1-5-1	야호	
니지마무라	니지마무라 혼손 1-1-1	---	04992-5-0240
다마시	다마시 세키도 6-12-1	나가야마	042-375-8111
다이토구	다이토구 히가시우에노 4-5-6	우에노	03-5246-1111
다치카와시	다치카와시 이즈미초 1156-9	다카마쓰	042-523-2111
도시마구	도시마구 미나미이케부쿠로 2-45-1	히가시이케부쿠로	03-3981-1111

구시정촌	주소	가까운 역	전화번호
도시마무라	도시마무라 248	---	04992-9-0011
마치다시	마치다시 모리노 2-2-22	마치다	042-722-3111
메구로구	메구로구 가미메구로 2-19-15	나카메구로	03-3715-1111
무사시노시	무사시노시 미도리초 2-2-28	무사시세키	0422-51-5131
무사시무라야마시	무사시무라야마시 혼마치 1-1-1	가미기타다이	042-565-1111
미나토구	미나토구 시바코엔 1-5-25	다이몬	03-3578-2111
미야케무라	미야케시마 미야케무라 야코 497	---	04994-5-0981
미즈호마치	니시다마군 미즈호마치 오야자 하코네가사키 2335	하코네가사키	042-557-0501
미쿠라지마무라	미쿠라지마무라 아자 이리카네가사와	---	04994-8-2121
미타카시	미타카시 노자키 1-1-1	미타카	0422-45-1151
분쿄구	분쿄구 카스가 1-16-21	고라쿠엔 / 카스가	03-3812-7111
세타가야구	세타가야구 세타가야 4-21-27	세타가야	03-5432-1111
스기나미구	스기나미구 아사가야미나미 1-15-1	미나미아사가야	03-3312-2111
스미다구	스미다구 아즈마바시 1-23-20	아사쿠사	03-5608-1111
시나가와구	시나가와구 히로마치 2-1-36	시모신메이 / 오이마치	03-3777-1111
시부야구	시부야구 시부야 1-18-21	시부야	03-3463-1211
신주쿠구	신주쿠구 가부키초 1-4-1	신주쿠	03-3209-1111
아다치구	아다치구 주오혼초 1-17-1	우메지마	03-3880-5111
아라카와구	아라카와구 아라카와 2-2-3	아라카와구야쿠쇼마에	03-3802-3111
아오가시마무라	아오가시마무라 무반치	---	04996-9-0111
아키루노시	아키루노시 니노미야 350	아키가와	042-558-1111
아키시마시	아키시마시 다나카초 1-17-1	아키시마	042-544-5111

구시정촌	주소	가까운 역	전화번호
이타바시구	이타바시구 이타바시 2-66-1	이타바시구야쿠쇼마에	03-3964-1111
에도가와구	에도가와구 주오 1-4-1	신코이와	03-3652-1151
오가사와라무라	오가사와라무라 지치지마 아자 니시마치	---	04998-2-3111
오메시	오메시 히가시오메 1-11-1	히가시오메	0428-22-1111
오시마마치	오시마마치 모토마치 1-1-14	---	04992-2-1443
오쿠다마마치	니시다마군 오쿠다마마치 히카와 215-6	오쿠다마	0428-83-2111
오타구	오타구 가마타 5-13-14	가마타	03-5744-1111
이나기시	이나기시 히가시나가누마 2111	이나기	042-378-2111
조후시	조후시 고지마초 2-35-1	조후	042-481-7111
지요다구	지요다구 구단시타미나미 1-2-1	구단시타	03-3264-2111
하무라시	하무라시 미도리가오카 5-2-1	하무라	042-555-1111
하치오지시	하치오지시 모토혼고초 3-24-1	니시하치오지	042-626-3111
하치조마치	하치조지마 하치조마치 오카고 2551-2	---	04996-2-1121
후추시	후추시 미야니시초 2-24	후추혼초	042-364-4111
훗사시	훗사시 혼초 5	훗사	042-551-1511
히가시구루메시	히가시구루메시 혼초 3-3-1	히가시구루메	042-470-7777
히가시무라야마시	히가시무라야마시 혼초 1-2-3	구메가와	042-393-5111
히가시아마토시	히가시아마토시 주오 3-930	가미기타다이	042-563-2111
히노데마치	니시다마군 히노데마치 오야자 히라이 2780	무사시마스쿄에	042-597-0511
히노시	히노시 신메이 1-12-1	히노	042-585-1111
히노하라무라	니시다마군 히노하라무라 467-1	무사시이츠카이치	042-598-1011

●일본어를 배우고 싶다 / 사람들과 교류하고 싶다

[국제 교류 협회]

국제 교류 협회명	주소	가까운 역	전화번호
국제 도시 오오타 협회	오타구 산노우 2-3-7 오모리 지역개발 추진 시설 4층	오모리	03-6410-7981
고다이라이시 국제 교류 협회	고다이라이시 가쿠엔니시마치 2-12-22 가쿠엔니시마치 지역센터 3층	히토츠바시 가쿠엔	042-342-4488
고마에시 국제 교류 협회	고마에시 이즈미혼초 1-1-5	고마에	03-3430-1111 (내선 2452)
고쿠분지시 국제 협회	고쿠분지시 히카리초 1-46-8 히카리 플라자 1층	구니타치	042-505-6132
나카노구 국제 교류 협회	나카노구 나카노 2-9-7 나카노ZERO 서관	나카노	03-5342-9169
다마시 국제 교류 센터	다마시 세키도 4-72 비타 코뮤네 7층	세이세키 사쿠라가오카	042-355-2118
마치다시 문화 / 국제 교류 재단	마치다시 하라마치다 4-9-8 마치다 시민 포럼 4층	마치다	042-722-4260
메구로구 국제 교류 협회	메구로구 가미메구로 2-19-15 메구로구 종합청사 별관 5층	나카메구로	03-3715-4671
무사시노시 국제 교류 협회	무사시노시 사카이 2-14-1 스윙 9층	무사시사카이	0422-36-4511
미나토구 국제 교류 협회	미나토구 아오야마 1-6-3 도에이키타아오야마 잇초메 아파트 3호동 B1층	아오야마 잇초메	03-6440-0233
미타카 국제 교류 협회	미타카시 시모렌자쿠3-30-12 미타카시 주오도리타운프라자 4층	미타카	0422-43-7812
스기나미구 교류 협회	스기나미구 아사가야미나미 1-14-2 미나미아사가야 빌딩 5층	미나미아사가야	03-5378-8833
시나가와구 국제 우호 협회	시나가와구 히로마치 2-1-36 시나가와구야쿠쇼 제3청사 4층	시모신메이 / 오이마치	03-5742-6517
신주쿠 미래 창조 재단	신주쿠구 오쿠보 3-1-2 신주쿠코스믹센터 1층	니시와세다	03-3232-7701

국제 교류 협회명	주소	가까운 역	전화번호
아라카와구 국제 교류 협회	아라카와구 아라카와 2-2-3 아라카와구야쿠쇼 문화 교류 추진과 내 3층	아라카와구 야쿠쇼마에	03-3802-3798
이타바시구 문화 / 국제 교류 재단	이타바시구 이타바시 2-66-1 이타바시구야쿠쇼 8층	이타바시구 야쿠쇼마에	03-3579-2015
조후시 국제 교류 협회	조후시 고지마초 2-33-1 문화회관 다즈구리 9층	조후	042-441-6195
주오구 문화 / 국제 교류 진흥 협회	주오구 신도미 1-13-24 신도미 분청사내	핫초보리	03-3297-0251
하치오지 국제 협회	하치오지시 아사히초 9-1 하치오지도큐스퀘어 빌딩 11층	하치오지	042-642-7091
히가시무라야마시 국제 우호 협회	히가시무라야마시 혼초 1-2-3 히가시무라야마시야쿠쇼 내	구메가와	042-393-5111
히노시 국제 교류 협회	히노시 히노혼마치 1-6-2 히노시 생활 / 보건 센터 4층	히노	042-586-9511



● **곤란한 일을 모국어로 상담하고 싶다**

(도쿄도 상담 창구)

상담처	내용	대응 언어	전화번호	URL
외국인 상담실	일상 생활에 관한 곤란한 점, 정보 제공 9:30~12:00 13:00~17:00	영어 월~금	03-5320-7744	<a href="http://www.metro.tokyo.jp/korean/guide/guide01.htm">http://www.metro.tokyo.jp/korean/guide/guide01.htm</a> 
		중국어 화·금	03-5320-7766	
		한국어 수	03-5320-7700	
도쿄도 교육 상담 센터	자녀의 교육 (매주 금요일) ※13:00~17:00 접수는 16:00까지	영어 중국어 한국어	교육 0120-53-8288	<a href="https://e-sodan.metro.tokyo.lg.jp/tel/foreign/index.html">https://e-sodan.metro.tokyo.lg.jp/tel/foreign/index.html</a> 
			고교 진급 진로 03-3360-4175	
도쿄도 소비 생활 종합 센터	상품의 구입, 서비스의 이용 (월~토요일) 9:00~17:00 ※연말 연시 경축일 제외.	영어 중국어 한국어	03-3235-1155	<a href="https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/korean/sodan/">https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.jp/korean/sodan/</a> 
의료 정보 서비스	외국어가 가능한 의료 기관이나 일본 의료 제도	영어 / 중국어 한국어 태국어 스페인어	03-5285-8181	<a href="https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gaikokujin/interpreter/himawari.html">https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/iryo/iryo_hoken/gaikokujin/interpreter/himawari.html</a> 
비즈니스 콘세르쥬 도쿄	외국 기업이나 외국인의 창업을 지원	영어	03-6269-9981	<a href="https://www.investtokyo.metro.tokyo.lg.jp/jp/oursupports/bdc-tokyo/">https://www.investtokyo.metro.tokyo.lg.jp/jp/oursupports/bdc-tokyo/</a> 
도쿄 개업 원스톱 센터	비즈니스를 시작할 때에 지원	영어	03-3582-4934	<a href="https://www.startup-support.metro.tokyo.lg.jp/onestop/jp/">https://www.startup-support.metro.tokyo.lg.jp/onestop/jp/</a> 

상담처	내용	대응 언어	전화번호	URL
도쿄도 노동 상담 정보 센터	노동 상담	영어 / 중국어 한국어 스페인어 포르투갈어 태국어 베트남어	03-3265-6110	<a href="http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/sodan/sodan/foreign.html">http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/sodan/sodan/foreign.html</a> 
경찰청 생활 안전 상담 센터	외국어 생활안전 상담	영어 중국어	03-3503-8484	----
운전면허 텔레폰 서비스	운전면허 수속 안내	영어	03-5463-6000 042-334-6000	----



구시정촌에서도 상담을 받고 있어요!  
TIPS (58페이지)에서 자신의 구시의 상담처를 확인하세요!

[기타 상담 창구]

<재류>

상담처	내용	대응 언어	전화번호	URL
외국인 종합 상담 지원 센터	재류 자격, 생활에서 곤란한 일	영어 / 중국어 포르투갈어 스페인어 벵갈어 인도네시아어 베트남어	03-3202-5535	<a href="https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html">https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html</a> 
외국인 재류 종합 인포메이션 센터	입국 수속이나 재류 자격	영어 / 한국어 중국어 스페인어 포르투갈어	0570-013904 03-5796-7112	<a href="https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html">https://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/index.html</a> 

<법률 / 인권>

상담처	내용	대응 언어	전화번호	URL
법 테라스 (다언어 정보 제공 서비스)	통역을 통해서, 일본 법 제도나 상담 창구 소개	영어 중국어 한국어 스페인어 포르투갈어 베트남어 타갈로그어	0570-078377	<a href="https://www.houterasu.or.jp/multilingual/">https://www.houterasu.or.jp/multilingual/</a> 
외국인 법률 상담	통역을 통한 법률 상담	영어 / 중국어 스페인어	0570-055-289 (예약 번호)	<a href="http://www.lccf.info/jp/">http://www.lccf.info/jp/</a> 
외국인을 위한 인권 상담소	외국인을 위한 인권	영어 중국어 한국어 타갈로그어 포르투갈어 베트남어	0570-090911	<a href="http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html">http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html</a> 

<세금>

상담처	내용	대응 언어	전화번호	URL
도쿄 국세국 외국인 상담	국세	영어	03-3821-9070	<a href="http://www.nta.go.jp/english/contact/moreinformation/">http://www.nta.go.jp/english/contact/moreinformation/</a> 

<생활>

상담처	내용	대응 언어	전화번호	URL
요리소이 핫라인 외국어 전문 라인	다양한 사람의 다양한 고민	영어 중국어 한국어 / 조선어 태국어 타갈로그어 스페인어 포르투갈어 베트남어 네팔어 인도네시아어	0120-279-338 (안내음성 시작 후 2를 누르십시오.)	<a href="https://www.since2011.net/yoriso/">https://www.since2011.net/yoriso/</a> 

<일자리>

상담처	내용	대응 언어	전화번호	URL
도쿄 외국인 고용 서비스 센터	일본에서 일하고 싶은 유학생이나 취업 비자를 가지고 있는 사람의 상담 / 지원	영어 중국어	03-5339-8625	<a href="https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/">https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/</a> 
신주쿠 외국인 고용 지원 / 지도 센터	제한 없이 일할 수 있는 사람, 아르바이트를 희망하는 외국인 유학생의 상담 / 지원		03-3204-8609	<a href="https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/gaikokujin_center_goannai/gaikokujin_koyou_center/map2_00001.html">https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/gaikokujin_center_goannai/gaikokujin_koyou_center/map2_00001.html</a> 
도쿄권 고용 노동 상담 센터	고용	영어 중국어 한국어	03-3582-8354	<a href="http://t-ecc.jp/">http://t-ecc.jp/</a> 
외국인 노동자를 위한 상담 다이얼	노동 조건 트러블	영어	0570-001701	<a href="https://www.checkroudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner_kor.html">https://www.checkroudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner_kor.html</a> 
		중국어	0570-001702	
		포르투갈어	0570-001703	
		스페인어	0570-001704	
		타갈로그어	0570-001705	
베트남어	0570-001706			

〈병 / 부상〉

상담처	상담일 · 시간	대응 언어	전화번호	URL
AMDA 국제 의료 정보 센터	월~금요일 10:00 ~ 15:00 (경축일 제외)	원칙적으로 알기 쉬운 일본어	03-6233-9266	<a href="https://www.amdamedicalcenter.com/">https://www.amdamedicalcenter.com/</a> 
SHARE (Services for the Health in Asian & African Regions)	월, 수, 금요일 10:00 ~ 17:00	영어	050-3424-0195	<a href="https://share.or.jp/health/act/japan/">https://share.or.jp/health/act/japan/</a>
	목요일 9:00 ~ 16:00 토요일 17:30 ~ 22:00	태국어 (건강 관련 상담)	080-3791-3630	

[대사관]

주일 외국 공관 (<https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/emblist/index.html>)



〈입국 관리국〉

명칭	주소	전화번호
도쿄 입국 관리국	미나토구 고난 5-5-30	03-5796-7111
다치카와 출장소	구니타치기타 3-31-3 다치카와 법무 종합 청사	042-528-7179

〈경찰〉

상황	전화번호
교통사고를 당했거나 혹은 났을 경우, 범죄 피해를 당했을 경우	110

〈소방 / 구급〉

상황	전화번호
화재가 발생했다, 급병에 걸렸다, 크게 다쳤다	119

지역 별 정보를 체크할 수 있는 매우 편리한 포털 사이트

<https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/>



●도움이 되는 사이트

사이트명	내용	URL
생활을 위한 정보 검색		
외국인을 위한 생활 가이드	일본에서의 생활에 필요한 정보를 소개	<a href="https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/lang/ko/useful/guide/">https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/lang/ko/useful/guide/</a> 
다언어 생활 정보 (자치 단체 국제화 협회)	일본에서 생활하는데 필요한 생활 정보를 15개국 언어로 소개	<a href="http://www.clair.or.jp/tagengo/">http://www.clair.or.jp/tagengo/</a> 
외국인을 지원하는 단체 / 활동		
재주 외국인 지원 / 국제 교류 단체	재주 외국인 지원 / 국제 교류 단체 검색 페이지	<a href="https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/lang/ko/organization/dantai/">https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/lang/ko/organization/dantai/</a> 
릴레이 전문가 상담회	다양한 상담을 전문가가 대응	<a href="https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/lang/ko/soudan/relay.html">https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/lang/ko/soudan/relay.html</a> 
볼런티어 일본어 교실 가이드	도내의 볼런티어 일본어 교실 검색 사이트	<a href="http://www.tnvn.jp/guide/">http://www.tnvn.jp/guide/</a> 







Lined area for text or notes.

L life in Tokyo: Your Guide

2024년 3월 발행 인쇄번호(5)137

편집·발행 도쿄도 생활문화스포츠국 도민생활부 지역활동추진과  
도쿄도 신주쿠구 니시신주쿠 2-8-1  
전화 03-5320-7738 (직통 전화)

인쇄 Chitose Typress Co., Ltd  
5-42-15, Kameido Koto-ku, Tokyo, 136-0071

石油系溶解剤を  
含まないインキを  
使用しています。

