

# 1

## こま 困ったとき

### ■ 助けが 必要なとき

#### ◇ 交通事故、ものを盗まれた、けがをさせられたとき(警察)

でんわ 電話 110 (お金は かかりません)

みみ 耳がきこえない人、ひと はなし 話ができない人:

\*千葉県警察メール 110番: <http://chiba110.jp>

\*千葉県警察ファックス 110番: 0120-110-294

(お金は かかりません)

- ① 電話で 110 を おすと 警察が 話します。
- ② 名前、今いるところ、おこっていることを 言って ください。

日本語	ローマ字 Roman characters
交通事故です	Kotsu jiko desu.
泥棒です	Dorobo desu.
けんかです	Kenka desu.
場所は ( ) です	Basho wa ( ) desu.
住所は ( ) です	Jusho wa ( ) desu.
名前は ( ) です	Namae wa ( ) desu.
電話番号は ( ) です	Denwa bango wa ( ) desu.

- ③ 交通事故のときは、けがをした人を、先に助けます。救急車を よぶときは、119番に 電話して ください。だれかと 交通事故を おこしたときは、その人の 名前、自動車などの 保険の 番号、住所、電話番号を きいて ください。

#### ◇ 交番(KOBAN、けいさつ の 小さな たてもの)

交番は 日本の どの まちにも あります。駅の ちかくなどに あります。

ものを とられたり、けがを させられた ときは、警察(110番)に 電話するか、ちかくの 交番に 行って ください。

警察の人は 夜に まちを みまわります。悪いことが おこらないように します。

\* 警察について 相談したいとき

千葉県警察本部「相談サポートコーナー」

(電話: 043-227-9110)

月曜日から 金曜日の 午前8時30分から 午後5時15分まで。祝日は 休みです。

◇**火事、救急車(急な 病気、大きな けが)**

電話:119 (お金は かかりません)

電話で 119 を おすと 消防署が 話します。

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters
火事です	Kaji desu
救急車を お願いします	Kyukyusha wo Onegaishimasu
( )が (病気・けが)です *いま おこっていることを いって ください。 *アレルギーなどの 注意が 必要な 話も いって ください。	( ) ga (Byouki/Kega) desu
場所は ( )です	Basho wa ( ) desu
住所は ( )です	Jusho wa ( ) desu.
名前は ( )です	Namae wa ( ) desu
電話番号は ( )です	Denwabango wa ( ) desu

どんな 病気や けがをしているか

日本語	ローマ字 Roman characters
出血<血が 出る>	Shukketsu
骨折<骨が おれる>	Kossetsu
火傷<あついもので からだが やける>	Yakedo
呼吸困難<息が くるしい>	Kokyu konnan
痙攣<体が 引きつる>	Keiren
胸が 苦しい	Mune ga kurushii
高熱<高い 熱が ある>	Konetsu
胃<おなか>が 痛い	I ga itai
意識不明<呼んでも こたえない>	Ishiki fumei

◇急な 病気のための 準備

①急な 病気などのときに よくいく病院を きめてください。ほかの 病院を おしえてくれたり、予約をして くれます。

②千葉県に 救命救急センターが あります。急な 病気などのとき どこへ 連絡するか 知って ください。

③健康保険証と、病院に はらう お金を 20,000円くらい、いつも 準備して ください。

④いつも いく 病院がある場合、診察券<カード>も 準備して ください。

\*救急医療問診表<体の どこが わるいか 説明する 紙>(日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、タイ語、ポルトガル語、タガログ語、ペルシャ語)

[http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb\\_medicalchecklist](http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb_medicalchecklist)

◇千葉県で 夜や 休みの 日に あいている 病院

夜や 休みの日に あいている 病院などは、市町村の 広報紙<役所の 新聞>などに かいています。「ちば救急医療ネット」で みることも できます。日本語だけの 病院も あります。詳しいことは、千葉県 外国人相談に きいて ください(電話: 043-297-2966)。

・ちば救急医療ネット(日本語) <https://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

■ 外国人相談窓口

相談を 受ける ところ	電話	住所	ことば	あいている 日	時間
ちば国際コンベンションビュロー・千葉県国際交流センター	043-297-2966	〒261-8501 千葉県美浜区 中瀬 1-3 幕張 テクノガーデン D棟14階	英語 中国語 スペイン語 タガログ語 ベトナム語 韓国語 ネパール語 タイ語 ポルトガル語 インドネシア語 ロシア語 ヒンディー語	月曜日から 金曜日まで	午前9時から 昼の12時まで と 午後1時から 午後4時まで

相談を 受ける ところ	電話	住所	ことば	あいている 日	時間
千葉市 国際 交流協会	043-245-5750	〒260-0026 千葉市中央区 千葉港2-1 千葉中央コミュ ニティセンター 2F	英語	月曜日	午前10時から 午後3時30分まで
				火曜日、 木曜日、 金曜日	午前9時から 午後4時30分まで
				水曜日、 土曜日	午前9時から 午後3時30分まで
			中国語	月曜日、 火曜日、 木曜日、 金曜日	午前9時から 午後7時30分まで
				水曜日	午後2時から 午後7時30分まで
				土曜日	午前9時から 午後3時30分まで
				韓国語	火曜日、 金曜日、 土曜日
			スペイン語	月曜日、 木曜日、 土曜日	午前10時から 午後4時30分まで
			ベトナム語	月曜日、 木曜日	午前10時から 午後4時30分まで
				水曜日	午後2時から 午後7時30分まで
ウクライナ語	火曜日、 水曜日、 金曜日	午前10時から 午後4時30分まで			
八千代市	047-487-6310	〒276-0027 八千代市村上 団地2-9-103	英語 スペイン語 ポルトガル語	月曜日から 土曜日まで	午前9時から 午後5時まで (外国語の相談は 午後1時から午後 4時まで)

相談を 受ける ところ	でんわ 電話	じゆうしょ 住所	ことば	あいている 日	じかん 時間
いちかわし 市川市	047-712-8675	〒272-8501 いちかわしやわた 市川市八幡 1-1-1	えいご 英語 ちゆうごくご 中国語 スペイン語、	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで	ごぜんじ 午前10時から ごごじ 午後5時まで
	047-712-8675	〒272-0192 いちかわしすえひろ 市川市末広 1-1-31	かんこくご 韓国語、 ポルトガル語 タガログ語 ベトナム語 タイ語 ロシア語 フランス語 ネパール語 ヒンディー語 インドネシア語 クメール語 ビルマ語 ウクライナ語 マレー語		
ふなばしし 船橋市	050-3101-3495	〒273-8501 ふなばししみなとちよう 船橋市湊町 2-10-25	えいご 英語 ちゆうごくご 中国語 かんこくご 韓国語 ベトナム語 ネパール語 インドネシア語 タガログ語 タイ語 ポルトガル語 スペイン語 ヒンディー語	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで	ごぜんじ 午前9時から ごごじ 午後5時まで
うらやすし 浦安市	047-712-6910	〒279-8501 うらやすしねこざね 浦安市猫実 1-1-1	えいご 英語	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで	ごぜんじ 午前10時から ひる 昼の12時まで ごごじ 午後1時から ごごじ 午後4時まで
			フランス語 ロシア語 ポーランド語	かようび 火曜日	
			ちゆうごくご 中国語	げつようび 月曜日、 きんようび 金曜日	

1 こま 困ったとき

相談を 受ける ところ	電話	住所	ことば	あいている 日	時間
まつどし 松戸市	047-366-9151	〒271-8588 まつどしねもと 松戸市根本 387-5	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語 かんこくご 韓国語 ポルトガル語 スペイン語 タガログ語 ベトナム語 ネパール語	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで	ごぜんじ 午前8時30分から ごごじふん 午後4時30分まで
			たいご タイ語 ふらんすご フランス語 ひんディーご ヒンディー語 いんどネシアご インドネシア語 クメール語 ビルマ語	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで	ごぜんじ 午前9時から ごごじふん 午後4時30分まで
			ろしあご ロシア語	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで	ごぜんじ 午前10時から ごごじふん 午後4時30分まで
ながれやまし 流山市	04-7128-6007	〒270-0192 ながれやましへいわ 流山市平和 だい 台1-1-1	えいご 英語	げつようび 月曜日、 すいようび 水曜日、 きんようび 金曜日	ごぜんじ 午前10時から ひる 昼の12時までと ごごじ 午後1時から ごごじ 午後4時まで
かまがやし 鎌ヶ谷市	047-442-1850	〒273-0101 かまがやし 鎌ヶ谷市 とみおか 富岡 1-1-3	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語 スペイン語 タガログ語	まいしゅう 毎週 かわります 変わります	ごぜんじ 午前9時から ひる 昼の12時まで と ごごじ 午後1時から ごごじ 午後4時まで
かしわし 柏市	04-7168-1033	〒277-8505 かしわしかしわ 柏市柏 5- 10-1	えいご 英語	もくようび 木曜日	ごごじ 午後1時から ごごじ 午後5時まで
			ちゅうごくご 中国語	すいようび 水曜日、 きんようび 金曜日	
			スペイン語 韓国語	げつようび 月曜日 まいつき 毎月 だい 2 かようび 第2火曜日と だい 4 かようび 第4火曜日	

1 こま 困ったとき

相談を 受ける ところ	でんわ 電話	じゅうしょ 住所	ことば	あいている ひ 日	じかん 時間
あびこし 我孫子市	04-7183-1231	〒270-1166 あびこし 我孫子市 あびこ 我孫子4-11-1 あびこし 我孫子市民プラ ザ	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語 へいご スペイン語 かんごくご 韓国語 たいご タイ語 ふらんすご フランス語	げつようび 月曜日、 かようび 火曜日、 すいようび 水曜日、 きんようび 金曜日、 どようび 土曜日、 にちようび 日曜日	ごぜんじ 午前10時から ごごじ 午後5時まで
なりたし 成田市	0476-20-1507	〒286-8585 なりたし はなざきちよう 成田市 花崎町 760	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語 かんごくご 韓国語 ポルトガルご ポルトガル語 へいご スペイン語 ロシアご ロシア語 たいご タイ語 べトナムご ベトナム語 いんどネシアご インドネシア語 タガログご タガログ語 ネパールご ネパール語 ヒンディーご ヒンディー語	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで	ごぜんじ 午前9時から ごごじ 午後5時まで
さくらし 佐倉市	043-484-6326	〒285-0025 さくらし かぶらぎまち 佐倉市 楠木町 レインボープラ ザ佐倉	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語 へいご スペイン語	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日まで  (予約して ください)	ごぜんじ 午前10時から ひるじ 昼の12時まで ごごじ 午後1時から ごごじ 午後4時まで
よつかいどうし 四街道市	043-312-6173	〒284-003 よつかいどうししかわし 四街道市 鹿渡 2001-10	えいご 英語 ちゅうごくご 中国語	げつようび 月曜日、 すいようび 水曜日、 きんようび 金曜日、 どようび 土曜日 よやく (予約して ください)	ごぜんじ 午前10時から ごごじ 午後3時まで

相談を 受ける ところ	電話	住所	ことば	あいている 日	時間
四街道市	043-312-6173	〒284-003 四街道市鹿渡 2001-10	英語 中国語	月曜日、 水曜日、 金曜日、 土曜日 (予約してく ださい)	午前10時から 午後3時まで
印西市	0476-33-4068	〒270-1396 印西市大森 2364-2	日本語	毎月第3 水曜日 (予約してく ださい)	午前9時から 午後4時まで
白井市	047-401-5998	〒270-1492 白井市復1123	英語 その他の言語 (翻訳機)	月曜日から 金曜日まで	午前8時30分から 午後5時15分まで
富里市	0476-93-1111	〒286-0292 富里市七栄 652-1	英語 タガログ語 シンハラ語 タミル語	月曜日から 金曜日まで	午前9時から 午後5時まで
東金市	0475-50-1114	〒283-8511 東金市東岩崎 1-1	英語 中国語 韓国語 スペイン語 ポルトガル語 タガログ語 ベトナム語 ネパール語	月曜日から 金曜日まで	午前8時30分から 午後5時15分まで
			タイ語 ヒンディー語 インドネシア語 ビルマ語 マレー語	月曜日から 金曜日まで	午前9時から 午後5時15分まで
			フランス語 ロシア語	月曜日から 金曜日まで	午前10時から 午後5時15分まで
			ウクライナ語	(予約して ください)	

1 こま 困ったとき

相談を 受ける ところ	電話	住所	ことば	あいている 日	時間
茂原市	0475-20-1651	〒297-8511 茂原市道表1	英語 その他の言語 (翻訳機)	月曜日から 金曜日まで	午前8時30分から 午後5時まで
鴨川市	04-7093-5931	〒296-8601 鴨川市横渚 1450	英語、中国語 タガログ語 ベトナム語 韓国語、 タイ語 ネパール語 インドネシア語 スペイン語 ウルドゥー語 フランス語 ハンガリー語 ロシア語 ペルシヤ語 マレー語 ポルトガル語 (翻訳機)	月曜日から 金曜日まで	午前8時30分から 午後4時30分まで
君津市	0439-54-9877	〒299-1152 君津市久保 2- 11-21	英語 中国語 韓国語 タガログ語	火曜日 木曜日 金曜日 ※電話での 相談は できません	午前9時から 午後4時まで
市原市	0436-23-9866  0436-24-3934	〒290-0073 市原市国分寺 台中央 1-1-1	英語	火曜日、 金曜日	午前9時30分から 昼の12時までと 午後1時から 午後3時30分まで
		〒290-0081 市原市 五井中央西 1-1- 25	スペイン語	毎月第1 金曜日と第 3金曜日	午後1時から 午後4時
		サンプラザ市原 2階五井支所	ポルトガル語	毎月第1 水曜日と第 3水曜日	午前9時から昼 の12時まで

◇**法テラス多言語情報提供サービス**＜法律の相談＞

法律の相談ができます。借金＜お金をかりている＞、離婚＜夫・妻と別れたい＞、労働＜しごとの問題＞、事故などについて、きくことができます。通訳がいます。日本の法律のことをおしえます。弁護士会など専門の人を紹介します。

でんわ そうだん  
**電話相談**

電話:0570-078377

\*通訳をいれて3人で話すことができます。

言葉:英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、韓国語、ベトナム語、タガログ語、ネパール語、タイ語、インドネシア語

あいている日と時間:月曜日から金曜日までの午前9時から午後5時まで

ほう ちば  
**法テラス千葉**

電話:050-3383-5381

住所:千葉市中央区中央4-5-1 Qiball(きぼーる)2階

ほう まつど  
**法テラス松戸**

電話:050-3383-5388

住所:松戸市松戸1879-1 松戸商工会議所会館3階

<http://www.houterasu.or.jp/chiba/>

◇**外国人のための人権相談**＜いじめられたり差別されたときの相談＞(法務省)

電話 0570-090911

言葉:英語、中国語、韓国語、タガログ語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、スペイン語、インドネシア語、タイ語

あいている日と時間:月曜日から金曜日までの午前9時から午後5時まで

インターネット <https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html>

がいこくご じんけんそうだんうけつけまどぐち  
**外国語インターネット人権相談受付窓口**

インターネットで相談できます。

いつも相談できます。

<https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html#01>

◇東京イングリッシュライフライン(いのちの電話<自殺を ふせぐための 相談>)

電話: 03-5774-0992

言葉: 英語

あいている日と時間: 毎日 午前9時から 午後11時まで

◇SHARE外国人医療電話相談<病気や けがの 相談>

電話: 03-6803-0304

言葉: 英語:

あいている日と時間: 月曜日、水曜日、金曜日の 午前10時から 午後5時まで

◇外国人結核電話相談 (公益財団法人結核予防会)

電話: 03-3292-1218・1219

言葉: 英語、韓国語(予約してください)、中国語、ベトナム語、ミャンマー語(午前だけ)、ネパール語(第2火曜日の午前と第3火曜日の午前だけ)

あいている 日と 時間: 毎週 火曜日の 午前10時から 昼の 12時までと 午後1時から 午後3時まで

◇外国語によるDV相談<夫や 彼氏が たたく、お金を くれぬなどの 相談>  
(女性サポートセンター)

電話: 043-206-8002

言葉: 英語、中国語、韓国語、タガログ語、スペイン語、タイ語

\*予約してください。

\*女性が 相談できます。

\*24時間、365日 相談できます。外国語は 電話の 相談が できません。直接 行って ください。

◇ファミリーセンター・ヴィオラ 外国語による福祉相談<子どもの 問題>

電話: 0438-53-3453

言葉: 英語、タガログ語、ベトナム語、タイ語

◇日本語が できる人は 下の ところに 相談できます。(千葉県)

・交通事故の 相談 電話: 043-223-2264

・法律の 相談 電話: 043-223-2249、043-223-2250

(予約して ください)

・病気や けがの 相談 電話: 043-223-3636