

■緊急時の連絡先

警察
電話 110 (通話料無料)
言語や聴覚に障害をお持ちの方のために; *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 (通話料無料)
火事、救急車(急病、大けが)
電話: 119 (通話料無料)

■Contatos em casos de emergência

Polícia
Telefone: 110 (número gratuito)
Para pessoas com dificuldades de fala/audição: * Site da Web para fazer um relato de emergência para a polícia: http://chiba110.jp * Polícia de Chiba, fax: 0120-110-294 (número gratuito)
Incêndio, ambulância (caso de emergência, ferimento grave)
Telefone: 119 (número gratuito)

◇交通事故、盗難や暴力行為にあったとき

- ① 局番なしで110番にダイヤルすると警察が応対します。
- ② 名前、住所、事故や事件の起きた場所、事故や事件の内容を伝えます。

◇No caso de um acidente de trânsito, roubo ou ato de violência

- ① Ligue para 110 para falar com a polícia diretamente.
- ② Diga o seu nome, endereço, local do acidente ou ocorrência, e explique o que aconteceu.

交通事故です	Kotsu jiko desu.	É um acidente.
泥棒です	Dorobo desu.	É um ladrão.
喧嘩です	Kenka desu.	É uma briga.
場所は()です	Basho wa () desu.	O local fica em ().
住所は()です	Jusho wa () desu.	O endereço é ().
名前は()です	Namae wa () desu.	Meu nome é ().
電話番号は()です	Denwa bango wa () desu.	O Nº do telefone é ().

- ③ 交通事故などで負傷者がいるときは、救護が先です。救急車を呼ぶ必要がある場合は、119番に電話して救急車を呼びます。また、交通事故の相手がいるときは、名前、保険番号、住所、電話番号を聞いておきます。

◇交番

交番は日本のどの市町村にもあります。たいいてい駅の近くにあります。盗難や暴力行為、交通事故などにあつ

- ③ Quando houver feridos num acidente de trânsito, etc., primeiro socorra os feridos. Se for preciso chamar uma ambulância, ligue para 119 e peça uma ambulância. Se houver outras pessoas envolvidas no acidente de trânsito, pergunte e anote o nome, número do seguro, endereço e número do telefone das pessoas envolvidas.
- ④ Posto policial (Koban)
Existem postos policiais em todas as cidades, vilas ou aldeias no Japão. Normalmente, estes postos ficam nas proximidades das estações.

たら、まず警察(110番)に連絡するか、近くの交番に連絡してください。交番の警察官は夜間のパトロールなども行い、犯罪の防止に努めています。

***警察全般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」

(TEL : 043-227-9110)

祝祭日を除く、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

Caso for assaltado, roubado, ou envolver-se em um acidente de trânsito, etc., ligue para a polícia (110) ou contate o koban mais próximo. Os policiais do koban estão empenhados na prevenção de crimes, realizam patrulhas no período noturno, etc.

***Para consultas policiais em geral**

"Centro de Consultas" do Departamento de Polícia da Província de Chiba (Tel: 043-227-9110)

De segunda a sexta-feira, das 8h30 às 17h15, exceto feriados

◇救急車を呼ぶとき(急病や大けがをしたとき)

①局番なしで119をダイヤルすると、消防署が対応します。

◇Para chamar uma ambulância (Problema médico urgente, ferimento grave)

① Ligue para 119 e será atendido pelo corpo de bombeiros.

火事です	Kaji desu	Fogo!
救急車をお願いします	Kyukyusha wo Onegaishimasu	Uma ambulância, por favor!
()が(病気けが)です *状態を説明します。 *アレルギーなど、必要な情報も伝えます。	() ga (Byouki/Kega) desu	(Pessoa em questão) está (doente, ferido(a)). *Explique a condição. *Dê as informações necessárias tais como alergia, etc.
場所は()です	Basho wa () desu	O local fica em ().
住所は()です	Jusho wa () desu.	O endereço é ().
名前は()です	Namae wa () desu	Meu nome é ().
電話番号は()です	Denwabango wa () desu	O N° do telefone é ().

***病気やけがの状態**

***Condição da doença ou ferimento**

出血	Shukketsu	Hemorragia
骨折	Kosetsu	Fratura
火傷	Yakedo	Queimadura
呼吸困難	Kokyu konnan	Dificuldade respiratória
痙攣	Keiren	Convulsão
胸が苦しい	Mune ga kurushii	Dor no peito
高熱	Konetsu	Febre alta
胃が痛い	I ga itai	Dor de estômago
意識不明	Ishiki fumei	Perda da consciência

◇ 緊急医療での準備

- ① 緊急時に相談できる医者を作っておくと、病院を紹介してもらったり、予約をしてもらえます。
- ② 千葉県の救命救急センターと救急医療体制の情報を知っておいてください。
- ③ 緊急時の支払いに備えて健康保険証と現金20,000円ぐらいは用意しておくことが必要です。
- ④ かかりつけの病院がある場合、診察券も用意しておきます。

※ 救急医療問診表（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/qq12/WP9993/RP999301BL.do>

◇ 千葉県内の夜間・休日急病診療所

夜間・休日診療の医療機関は、市町村の広報紙などに掲載されています。

また、「ちば救急医療ネット」で調べることができます。日本語対応のみ医療機関も含まれます。詳しくは、千葉県外国人相談にお問い合わせください

(TEL : 043-297-2966)。

・ちば救急医療ネット(日本語のみ)

<https://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

◇ 準備 para atendimento médico urgente

- ① É útil conhecer um médico com o qual possa falar em situações de emergência, que também poderia apresentar-lhe um hospital, fazer a reserva de consultas, etc.
- ② Informe-se de antemão sobre o Sistema de Tratamento de Emergência e sobre os Centros de Pronto-Socorro da Província de Chiba.
- ③ Como uma precaução para uma eventual emergência, sempre tenha à mão o seu Certificado de Seguro de Saúde e cerca de 20.000 ienes para as despesas médicas.
- ④ No caso de um hospital no qual costumar tratar-se, leve o cartão de consulta.

※ Questionário médico (japonês, Inglês, chinês, coreano, espanhol, tailandês, português, tagalo, persa)

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/qq12/WP9993/RP999301BL.do>

◇ Clínicas de emergência durante a noite e feriados dentro da Província de Chiba

Informações sobre instituições médicas que atendem à noite/feriados podem ser encontradas nas publicações do seu município.

Também pode procurar por conta própria usando a "Rede de Tratamento de Emergência de Chiba". Instituições médicas com serviços somente em japonês também estarão incluídas na lista. Para maiores detalhes sobre consultas em inglês, consulte o Centro de Consultas em Inglês da Província de Chiba. (043-297-2966)

-Rede de Tratamento de Emergência de Chiba (somente em japonês)

<https://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

■各種相談窓口

Centros de consultas

外国人相談一覧表

Centros Públicos de Consultas a Estrangeiros na Província de Chiba

Cidade/Organização	Nº de telefone	Endereço	Idiomas disponíveis	Dia da semana	Horário
(公財)ちば国際コンベンションビューロー千葉県国際交流センター (Gabinete de Convenções e Centro Internacional de Chiba)	043-297-2966	〒261-7114 Chiba-shi Mihama-ku Nakase 1-3 Makuhari Techno Garden D Bidg. 14F	Inglês Chinês Espanhol Tagalo Vietnamita Coreano Nepalês Tailandês Português Indonésio Russo, Hindi	Seg-sex	9h00 - 12h00 1h00 - 4h00
(公財)千葉市国際交流協会 (Associação de Intercâmbio Internacional da Cidade de Chiba)	043-202-5750	〒260-0026 Chiba-shi Chuo-ku Chibaminato 2-1 Centro Comunitário de Chiba Chuo, 2F	Inglês	Seg-sábado	9h00-15h30
			Chinês	Seg	14h00-19h30
				Ter - sex	9h00-19h30
				Sábado	9h00-15h30
			Coreano	Seg, qui e sab	9h00-15h30
			Espanhol	Ter, qua e Sáb	10h00-16h30
八千代市 (Cidade de Yachiyo)	047-487-6310	〒276-0027 Yachiyo-shi Murakamidanchi 2-9-103	Inglês, Espanhol Português	Seg- sáb	9h00-17h00 (interpretação 13h00-16h00)
市川市 (Cidade de Ichikawa)	047-712-8675	〒272-8501 Ichikawa-shi Yahata 1-1-1	Inglês Chinês Espanhol Coreano Português	Seg-sex	10h00-17h00
	047-712-8675	〒272-0192 Ichikawa-shi Suehiro 1-1-31	Tagalo Vietnamita Tailandês russo Francês Nepalês Hindi Indonésio quemer birmanês	Seg-sex	10h00-17h00

Cidade/Organização	Nº de telefone	Endereço	Idiomas disponíveis	Dia da semana	Horário
みなばし 船橋市 (Cidade de Funabashi)	050-3101-3495	〒273-8501 Funabashi-shi Minato-cho 2-10-25	Inglês Chinês Coreano Vietnamita Nepalês Indonésio Tagalo Tailandês Português Espanhol Hindi	Seg-sex	9h00-17h00
うらやすし 浦安市 (Cidade de Urayasu)	047-712-6910	〒279-8501 Urayasu-shi Nekozane 1-1-1	Inglês Francês Russo Polonês Espanhol Chinês	Seg-sex Seg e ter Qua e qui Sex	10h00-12h00 13h00-16h00
まつどし 松戸市 (Cidade de Matsudo)	047-366-7319	〒271-8588 Matsudo-shi Remoto 387-5	Inglês chinês coreano português espanhol russo indonésio hindi vietnamita tailandês tagalo nepalês francês	Seg- sex Seg- sex	8h30-16h30 10h00-13h00
ながれやまし 流山市(Cidade de Nagareyama)	04-7128-6007	〒270-0192 Nagareyama-shi Heiwadai 1-1-1	Inglês	Seg, qua e sex	10h00-12h00 13h00-16h00
かまがやし 鎌ヶ谷市 (Cidade de Kamagaya)	047-442-1850	〒273-0101 Kamagaya-shi Tomioka 1-1-3	Inglês Chinês	Ter e qui irregular	9h00-12h00 13h00-16h00 9h00-12h00 13h00-16h00
かしわし 柏市 (Cidade de Kashiwa)	04-7168-1033	〒277-8505 Kashiwa-shi Kashiwa 5-10-1	Inglês Chinês Espanhol Coreano	Qui Qua e sex seg 2ª e 4ª ter	13h00-17h00
あびこし 我孫子市 (Cidade de Abiko)	04-7183-1231	〒270-1166 Abiko-shi Abiko 4-11-1 Abiko Shimin Plaza	Inglês, Chinês, Espanhol, Coreano Tailandês Francês	Dias de atendimento da secretaria (exceto qui)	10h00-17h00

Cidade/Organização	Nº de telefone	Endereço	Idiomas disponíveis	Dia da semana	Horário
なりたし 成田市 (Cidade de Narita)	0476-20-1507	〒286-8585 Narita-shi Hanazaki-cho 760	Inglês Chinês Coreano Espanhol Português russo tailandês vietnamita indonésio tagalo nepalês hindi	Seg-sex	9h00-17h00
さくらし 佐倉市 (Cidade de Sakura)	043-484-6326	〒285-0025 Sakura-shi Kaburagi-machi 198-2 Rainbow Plaza Sakura	Inglês	Seg-sex	10h00-12h00 13h00-16h00
			Chinês Espanhol	(reserva)	
よつかいどうし 四街道市 (Yotsukaido City)	043-312-6173	〒284-0003 Yotsukaido-shi Shikawatashi 2001-10	Inglês chino	Seg, qua, sex e sáb (reserva)	10h00-15h00
いんざいし 印西市 (Cidade de Inzai)	0476-33-4068	〒270-1396 Inzai-shi Omori 2364-2	Japonês	2ª sex (reserva)	9h00-16h00
しろいし 白井市 (Cidade de Shirai)	047-492-1111	〒270-1492 Shiroi-shi Fuku 1123	Inglês	Seg-sex	8h30-17h00
			Espanhol e Chinês	reserva	
とみさとし 富里市 (Cidade de Tomisato)	0476-93-1117	〒286-0292 Tomisato-shi Nanae 652-1	Inglês	Seg e sex	9h00-12h00
たてやまし 館山市 (Tateyama City)	0470-22-3147	〒294-8601 Tateyama-shi Hojo 1145-1	Inglês Chinês Coreano outros 27 idiomas	Seg - sex	8h30-17h00
かもがわし 鴨川市(Cidade de Kamogawa)	04-7093-5931	〒296-8601 Kamogawa-shi Yokosuka 1450	Inglês chinês tagalo vietnamita coreano tailandês nepalês indonésio espanhol Urdu Francês húngaro russo persa malaio Português	Seg - sex	8h30-16h30

Cidade/Organização	Nº de telefone	Endereço	Idiomas disponíveis	Dia da semana	Horário
君津市 (Cidade de Kimitsu)	0439-54-9877	〒299-1152 Kimitsu-shi Kubo 2-11-21	Inglês Chinês Coreano Tagalo	Ter, Qua e sex *Somente visita	9h00-16h00
市原市 (Cidade de Ichihara)	0436-23-9866	〒290-0073 Ichihara-shi Kokubunjidai Chuo 1-1-1	Inglês	Ter e sex	9h30-12h00 13h00-15h30
	0436-24-3934	〒290-0081 Ichihara-shi Goichuo nishi 1-1-25 Sunplaza Ichihara 2F	espanhol	1ª e 3ª Sex	13h00-16h00
			português	1ª e 3ª Qua	9h00-12h00

◇FRESCヘルプデスク

新型コロナウイルスの影響などで生活に困っている外国人の相談を電話で聞きます。

電話: 0120-76-2029

英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、タイ語、インドネシア語、タガログ語、ミャンマー語、クメール語、モンゴル語、フランス語、シンハラ語、ウルドゥー語、ベンガル語

月～金 午前 9:00～午後 5:00

◇FRESC Help Desk

O FRESC Help Desk aceita consultas por telefone de estrangeiros que estão com problemas em sua vida diária devido ao efeito de COVID-19 e etc.

Telefone: 0120-76-2029

Inglês, chinês, coreano, espanhol, português, vietnamita, nepalês, tailandês, indonésio, tagalo, birmanês, quêmer, mongol. francês, cingalês, urdu, bengali
Segunda a sexta-feira das 9:00 às 17:00h

◇法テラス多言語情報提供サービス

借金、離婚、労働、事故など、通訳を介して日本の法制度や弁護士会など関係機関を紹介します。

電話相談

電話: 0570-078377

* 通訳を交えて、3者（相談者、職員、通訳）間で話すことができます。

受付: 月～金 午前9:00～午後5:00

対応言語: 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

◇Houterasu (Terraço Jurídico) - Serviço de Fornecimento de Informações em Vários Idiomas

Através da mediação de intérprete, explica o sistema jurídico do Japão e apresenta órgãos relacionados, tais como a associação de advogados, para a solução de problemas como dívidas, divórcio, questões trabalhistas, acidentes e outros.

Serviço de consultoria por telefone

Tel: 0570-078377

* Um sistema de conversa a três (consultor(a), funcionário(a) e intérprete) está disponível.

Atendimento: Segunda a sexta-feira, das 9h00 às 17h00

Em Inglês, chinês, português, espanhol, coreano, vietnamita, tagalo, nepalês, tailandês, indonésio

• 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(きばー)2階

• 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/>

• Houterasu Chiba

Tel: 050-3383-5381

Endereço: Qiball 2F, 4-5-1 Chuo, Chuo-ku, Chiba-shi

• Houterasu Matsudo

Tel: 050-3383-5388

Endereço: Matsudo Chamber of Commerce & Industry Hall 3F, 1879-1 Matsudo, Matsudo-shi,

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

◇ 介護に携わる外国人のための
支援センター

(千葉県外国人介護人材支援センター)

電話: 0120-054-762

住所: 千葉市中央区富士見2-3-1

塚本大千葉ビル5階

英語: 火・木・土 午前10:00～午後6:00

ベトナム語: 月・水・金 午前10:00～午後6:00

◇ Centro de Apoio para estrangeiros que oferecem serviço de assistência aos idosos

(Centro de Apoio aos trabalhadores estrangeiros de Chiba que oferecem serviço de assistência aos idosos)

Telefone: 0120-054-762

Endereço: 2-3-1, Fujimi, Chuo-ku, Chiba-shi, Chiba

Edifício Thukamoto Dai Chiba 5F

Inglês: Ter, Qui, Sábado 10h00-18h00

Vietnamita: Seg, Qua, Sex 10h00-18h00

◇ 外国人のための人権相談 (法務省)

• 外国語人権相談ダイヤル

電話: 0570-090911

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

月～金 午前9:00～午後5:00

◇ Centro de consultas sobre direitos humanos para estrangeiros (Ministério da Justiça)

• Linha direta de consulta de direitos Humanos para estrangeiros

Tel: 0570-090911

Inglês, chinês, coreano, tagalo, português, vietnamita, nepalês, espanhol, indonésio e tailandês.

Segunda a sexta-feira, 9h00 -17h00

• 外国語インターネット人権相談受付窓口

多言語でのインターネット人権相談受付窓口を設置しています。

全国どこからでも人権相談を受けることができます。

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

• Serviços de consulta sobre direitos humanos na Internet

Serviços de consulta sobre direitos humanos em línguas estrangeiras na Internet estão disponíveis. Você pode obter aconselhamento sobre direitos humanos em qualquer lugar do Japão.

<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)

電話: 03-5774-0992

英語での相談 = 毎日午前9:00～午後11:00

◇SHARE外国人医療電話相談

英語: 水・金 午前10:00～午後5:00

電話: 03-6803-0304

◇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

毎週火曜日 午前10:00～午後12:00、
午後1:00～午後3:00

英語、韓国語(予約制)、中国語、ベトナム語、ミャンマー語(午前中のみ)、ネパール語(第2、第4火曜日の午前のみ)

◇外国語によるDV相談

(女性サポートセンター)

電話: 043-206-8002

英語、中国語、韓国語、タガログ語、スペイン語、タイ語

*予約制

*女性専用です。

*24時間、365日受け付けていますが、
外国語での相談は来所のみです。

◇ファミリーセンター・ヴィオラ

外国語による福祉相談

電話: 0438-53-3453

英語、タガログ語、ベトナム語、タイ語

◇Tokyo English Life Line (Telefone da vida)

Tel: 03-5774-0992

Consultas em inglês: Todos os dias, das 9h00 às 23h00

◇Consultas telefônicas de tratamento médico aos residentes estrangeiros no Japão – SHARE

Inglês: qua, sex, das 10h00 às 17h00

Tel: 03-6803-0304

◇Consultas telefônicas sobre prevenção de tuberculose para estrangeiros
(Japan Anti-Tuberculosis Association)

Tel: 03-3292-1218, -1219

Todas as terças-feiras, das 10h00 às 12h00 e das 13h00 às 15h00

Em Inglês, coreano(reserva obrigatória), chinês, vietnamita, birmanês (somente de manhã), nepalês (2ª e 4ª terças da manhã somente)

◇Consulta sobre violência doméstica em idioma estrangeiro (Centro de Suporte à Mulher)

Tel: 043-206-8002

Inglês, Chinês, Coreano, Tagalog, Espanhol, tailandês

*reserva obrigatória

*Apenas mulheres

*Atendemos 24 horas, 365 no ano. A consulta em idioma estrangeiro está apenas disponível para atendimento presencial no centro.

◇Family Center Viola

-Orientação sobre bem-estar em idiomas estrangeiros

Tel: 0438-53-3453

Inglês, tagalo, vietnamita e tailandês

◇日本語の話せる人は下記に相談してください。(千葉県)

交通事故相談 電話:043-223-2264

法律相談 電話:043-223-2249,2250

(予約制)

医療相談 電話:043-223-3636

◇As pessoas que falam o idioma japonês podem fazer consultas nos locais indicados abaixo.

(Província de Chiba)

Consultas de acidentes de trânsito

Tel: 043-223-2264

Consultas jurídicas Tel: 043-223-2249, 2250

(Sistema de reserva)

Consultas de tratamento médico Tel: 043-223-3636