

# ぶんきょうく せいかつ がいこくじん 文京区で生活する外国人のみなさんへ

ぶんきょうく とりくみ ことば しょうかい せいかつ やくだ しょうほう さが  
文京区の取組をいろいろな言葉で紹介しているちらしや、生活に役立つ情報を探ることができるホームページ、  
そうだん まどぐち か くわ ないよう かくにん  
相談できる窓口を書きました。詳しい内容は、QRコードからホームページで確認してください。

※ このちらしのQRコードは、2022年3月のものです。URLが変わったために、リンク先を見ることができないことがあります。

## ぶんきょうく とりくみ いちぶ 文京区の取組の一部

### ぼうさい 【防災】

#### たげんごばん 多言語版ハザードマップ

#### しりょうなまえ 【資料の名前】

- ぶんきょうくすいがい  
文京区水害ハザードマップ
- ぶんきょうくこうすい たかしお  
文京区洪水・高潮  
ハザードマップ
- ぶんきょうくどしやさいがい  
文京区土砂災害  
ハザードマップ
- ぼうさい  
防災ガイド



ぶんきょうく さいがい おお ばしよ に ばしよ か  
文京区で災害が起きたときに、危ない場所や逃げる場所が書いてある冊子や地図  
です。災害の前に準備することや気を付けることが書いてあります。

【言葉】日本語、英語、中国語、韓国語

【置いてある場所】

シビックセンター（15階 防災課、  
2階 行政情報センター）、区ホームページなど

【URL】 <https://www.city.bunkyo.lg.jp/bosai/bosai/bousai/Panfu.html>

【担当】防災課

こうすい がわ みず ふ  
洪水：川の水が増えてあふれる。  
たかしお かいめん たか  
高潮：海面の高さがいつもより高くなる。  
どしやさいがい やま ぶけ  
土砂災害：山や崖がくずれる。



### あんない 【案内】

#### デジタルサイネージ

シビックセンターを案内する大型の画面を置いています。

【言葉】日本語、英語、中国語、韓国語

【置いてある場所】シビックセンター（1階、地下2階）【担当】施設管理課

### せいかつ だ 【生活・ごみ出し】

#### しりょうなまえ 【資料の名前】

#### ぶんきょうく 文京区コミュニティバス B-ぐるマップ英語版



ぶんきょうく コミュニティバス「B-ぐる」の走る場所やバス停を通る時間などが書いて  
ある地図を作っています。

【言葉】日本語、英語

【置いてある場所】シビックセンター（1階 総合受付、12階 区民課）、区ホームページなど

【URL】 <https://www.city.bunkyo.lg.jp/tetsuzuki/bus/b-guru/map.html>

【担当】区民課

#### しりょうなまえ 【資料の名前】

#### ぶんきょうくりつとしよかんりようあんない 文京区立図書館利用案内

図書館では、誰でも無料で本を借りることができます。本の  
借り方や図書館の場所などを書いた案内を作っています。

【資料の名前】わたしのほんだな

【言葉】日本語、英語、中国語、韓国語

【置いてある場所】区立図書館

【担当】真砂中央図書館



#### しりょうなまえ 【資料の名前】

#### ごみと資源の分け方・ 出し方



ぶんきょうく ごみを出すときの決まりやごみを集める日などを書いた冊子を作っ  
ています。

【言葉】日本語、英語、中国語、韓国語

【置いてある場所】シビックセンター（2階 戸籍住民課、17階 リサイクル清掃課）、  
ぶんきょうせいそうじむしょ  
文京清掃事務所、区ホームページなど

【URL】 <https://www.city.bunkyo.lg.jp/tetsuzuki/recycling/kateigomisigen/dashikata.html>

【担当】リサイクル清掃課

【資料の名前】  
外国語版生活便利帳  
(文京区へようこそ、  
Welcome to  
Bunkyo City)



文京区に住んでいる外国人のみなさんに、区役所などで受けられるサービスやお知らせを書いた本を作っています。

【言葉】日本語、英語、中国語、韓国語

【置いてある場所】シビックセンター（2階 行政情報センター、14階 広報課）、地域活動センター、区ホームページなど

【URL】<https://www.city.bunkyo.lg.jp/kusejoho/koho/kankobutu/benricho2019.html>

【担当】広報課

【資料の名前】  
文京観光ガイドMAP



文京区の有名なところ、日本文化を体験できるところやお祭りの情報などが書いてあるガイドブックを作っています。

【言葉】日本語、英語、中国語、韓国語

【置いてある場所】シビックセンター（1階 観光インフォメーション、17階 アカデミー推進課）、区ホームページなど

【URL】

<https://www.city.bunkyo.lg.jp/bunka/kanko/machiaruki/bunkyoguidemapgourmetmap.html>

【担当】アカデミー推進課



せいかつ べんり じょうほう  
生活に便利な情報



外国人のための生活ガイド  
「リビング・インフォメーション」

【内容】東京都に住んでいる外国人のための生活情報が分かります。「くらしの情報」、「教育、日本語教育」、「仕事」などの内容ごとに、分類されています。

【言葉】日本語、やさしい日本語、英語、中国語、韓国語

東京都多文化共生  
ポータルサイト



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

外国人生活支援ポータルサイト

【内容】外国人が日本で生活するために、必要な情報を多言語で紹介しています。

【言葉】日本語、やさしい日本語、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、ミャンマー語、クメール（カンボジア）語、フィリピン語、モンゴル語は、言葉ごとのページがあります。その他の言葉（ロシア語、ベンガル語、イタリア語、ドイツ語、フランス語、ヒンディー語、スワヒリ語、トルコ語、アラビア語、ウルドゥー語）

出入国在留管理庁



<https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>

東京都医療機関・薬局案内サービス

【内容】東京都の病院、薬局についての情報を、調べることができます。

【言葉】日本語、英語、中国語、韓国語

ひまわり、  
t-薬局いんふお



<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qa13/aqport/tomintop/>



# 主な相談窓口

## 【総合相談】

とうきょうとたげんごそうだん  
**東京都多言語相談ナビ**  
(毎日の暮らしについての相談)

とうきょうとせいかつぶんかきょく  
東京都生活文化局、  
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



☎03-6258-1227  
【相談時間】

げつようび きんようび  
月曜日から金曜日まで  
(祝日は休みです。)  
午前10:00から午後4:00まで

【言葉】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

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**

(外国人が日本でできることや、毎日の暮らしについての相談)

しゅつにゅうこくざいりゅうかんりちやう  
出入国在留管理庁



☎03-3202-5535  
【相談時間】

げつようび きんようび  
月曜日から金曜日まで  
(第2・第4水曜日、年末年始は休みです。)  
午前9:00から午後4:00まで  
※ 曜日により、相談できる言葉が違います。

【言葉】英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語、タガログ語

くみんそうだん  
**区民相談**

(区政についての相談や、毎日の暮らしについての相談)

ぶんきやうく  
文京区  
ぎやうせいじやうほう  
行政情報センター  
くみんそうだん  
区民相談コーナー



☎03-5803-1328  
【相談時間】

げつようび きんようび  
月曜日から金曜日まで  
(祝日、年末年始は休みです。)  
午前8:30から午後5:00まで  
※ 時間により、相談できる言葉が違います。  
※ 面談が中止になる場合があります。

【相談方法】面談、電話(外国語で相談をしたいときは、文京区行政情報センターまで来てください。)

【言葉】日本語、テレビ電話通訳(英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、フィリピン語、タイ語、フランス語、ネパール語、ヒンディー語、ロシア語、インドネシア語)

## 【医療情報】

がいこくご いりやうきかんあんない  
**外国語による医療機関案内テレフォンサービス**  
(病院や日本の医療の仕組みの案内)

とうきょうとふくしほけんきょく  
東京都福祉保健局



☎03-5285-8181  
【相談時間】

午前9:00から午後8:00まで

【言葉】英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語

こくさいいりやうじやうほう  
**AMD A国際医療情報センター**

(病院や日本の医療の仕組みの案内)

とくていひえいりかつどうほうじん  
特定非営利活動法人

AMD A国際医療情報センター



☎03-6233-9266  
【相談時間】

午前10:00から午後4:00まで  
(祝日、年末年始は休みです。)  
※ 曜日により、相談できる言葉が違います。

【言葉】英語、中国語、韓国語、フィリピン語、タイ語、ベトナム語、ポルトガル語、スペイン語



## 【夫・妻・恋人からの暴力(DV)】

がいこくご(げんご)によるDV相談  
(パートナーからなぐられるなどの暴力の相談)

とうきょう  
東京ウィメンズプラザ



☎03-5467-1721  
【相談時間】

かようび もくようび きんようび  
火曜日、木曜日、金曜日  
午後1:00から午後4:00まで  
(祝日、12/29~1/3は休みです。)

【言葉】英語、中国語、韓国語、タイ語、タガログ語



## くやくしょ つか 区役所でよく使うことば

No	ことば 言葉	意味
1	いりょうほけん 医療保険	みんなからお金を集めて、けがや病気で病院に行く人を助ける制度
2	きんきゆうじしんそくほう 緊急地震速報	強い地震が来る少し前に、テレビやスマートフォンに出るお知らせ
3	けんこうほけん 健康保険	会社で働いている人が入る医療保険(No.1)
4	こくみんけんこうほけん 国民健康保険	会社の健康保険(No.3)などに入っていない人が、自分で入る医療保険(No.1)
5	こくみんねんきん 国民年金	20歳から59歳までの人が、みんな入る国の年金(No.13)
6	ざいりゆう 在留カード	3か月より長く日本に住む外国人が入管からもらうカード。名前や国籍、住所などが書いてあります。
7	ざいりゆうしかく 在留資格	外国人が日本でできること。仕事をすることができる、学校に行くことができる、家族と生活することができるなど。
8	じゅうみんぜい 住民税	1月1日に日本に住所があって、働いている人が県や市、区などに払う税金(No.9)
9	ぜいきん 税金	国や県、市、区などに払うお金
10	ちやうないかい 町内会	近くに住んでいる人たちがつくる会。安全で住みやすいまちにするために一緒に考えます。
11	てんしゆつとどけ 転出届	別のまちへ引っ越しをするときに、今まで住んでいた住所の役所に出す紙。引っ越しをして日本を出るときにも出します。
12	てんにゆうとどけ 転入届	別のまちから引っ越しをしたときに、新しい住所の役所に出す紙。引っ越しをして日本に住み始めたときにも出します。
13	ねんきん 年金	みんなからお金を集めて、年齢の高い人や、病気やけがで体などに障害が出た人を助ける制度
14	ぼうはん 防犯	犯罪の被害にあわないようにすること。
15	よぼうせつしゆ 予防接種	病気にならないための注射

しゆつてん しゆつにゆうこくざいりゆうかんりちやう ぶんかちやう ねん がつ べつさつ にほんご か か れい もと ぶんきやうくさくせい  
出典：出入国在留管理庁・文化庁、2020年8月「別冊 やさしい日本語 書き換え例」を基に文京区作成

### ぶんきやうくた ぶん かきやうせい む ぼつさいばん 文京区多文化共生に向けて（抜粋版）2023年3月

へんしゆう はつこう ぶんきやうくさうむぶ そうむか すいしんたんとう  
編集・発行：文京区総務部総務課ダイバーシティ推進担当

〒112-8555 東京都文京区春日1丁目16番21号

でんわばんごう  
電話番号：03-5803-1187 FAX：03-5803-1331

いんさつぷつばんごう  
印刷物番号：B0122020