

2026年度

がいこくじん

り

れ

ー

せんもん

か

そうだんかい

外国人のためのリレー専門家相談会

むりょう

無料

Free

Relais de consultation professionnelle pour les étrangers

Консультации специалистов для иностранных граждан

Consultas Profesionales para Residentes Extranjeros

Consultas gratuitas a cargo de profissionais para estrangeiros

- いろいろな専門家がいます。——— 弁護士、行政書士、社会保険労務士、医師など
- いろいろな相談ができます。——— 在留資格、ビザ、結婚、離婚、労働問題、教育・進学、年金・保険、税金、医療、住まいや契約のトラブルなど
- いろいろな言語の通訳がいます。 • 秘密は守ります。 • 無料です。

- De nombreux professionnels sont présents : avocats, notaires, shakai hoken romu shi (spécialistes de gestion administrative du personnel et de la sécurité sociale) et médecins
- De nombreux conseils sont possibles : statuts de résidence, visa, mariage, divorce, questions relatives au travail, éducation et poursuite des études, retraite et assurances, impôts, services médicaux, problèmes liés au logement et aux contrats, etc...
- Interprètes disponibles dans de nombreuses langues. • Strictement confidentiel. • Gratuit.

- Широкий спектр специалистов: Юристы, нотариусы по административным вопросам (гёсэй сёси), специалисты по социальному страхованию, врачи и пр.
- Консультации в различных областях: Статус пребывания, визы, брак и развод, вопросы трудоустройства, образование и продолжение обучения, пенсия, страхование, налогообложение, лечение и медицинское обслуживание, жилищные проблемы, контрактные вопросы и пр.
- Устный перевод на различные языки. • Конфиденциальность гарантируется. • Бесплатно.

- Contamos con profesionales en varios campos: abogados, gestores administrativos, consultores certificados en seguro social y trabajo, médicos,etc.
- Usted podrá consultar cualquier tema:estatus de residencia, visa, matrimonio, divorcio, problemas laborales, educación y orientación para estudios más avanzados,pensiones y seguros, impuestos, asistencia médica, conflictos relacionados con la vivienda o contratos,etc.
- Contamos con intérpretes de varios idiomas a su servicio.
- Mantenemos estrictamente la confidencialidad.
- El servicio es gratuito.

- Profissionais de várias especialidades estarão à espera de vocês: advogados, escrivães administrativos, especialistas em trâmites laborais e de seguro social, médico, etc.
- Vocês poderão consultar sobre vários assuntos: qualificação de permanência, visto, casamento, divórcio, problemas laborais, educação e orientação para seguir os estudos de níveis superiores, pensão e seguros, impostos, serviços médicos, problemas relacionados com moradia, contratos, etc.
- Estarão à disposição intérpretes de vários idiomas. • O sigilo profissional será mantido. • É grátis.

東京外国人支援ネットワークでは、日本に住む外国人のために、2002年から外国人のための相談会を開催しています。
どんなことを相談できるか、どんな専門家がいるか、あなたのことばの通訳がいるかなどを知りたいときは、その相談会を主催する団体に問い合わせてください。
ひとりで悩まずに、ぜひ相談にきてください。お待ちしております。

Depuis 2002, Le Réseau de soutien aux résidents étrangers de Tokyo organise des réunions de consultation pour les étrangers résidant au Japon.
Pour plus de détails sur les sujets et conseils couverts par ces consultations, les professionnels à votre disposition, ou pour savoir si un service d’interprétation dans votre langue est disponible, renseignez-vous auprès de l’organisateur de ces réunions.
Ne gardez pas votre problème pour vous, et n’hésitez pas à venir nous consulter. Nous attendons votre visite.

Токийское общество содействия иностранным гражданам с 2002 года проводит консультации для иностранцев, проживающих в Японии. Если вы хотите узнать какие консультации можно получить, у каких специалистов, есть ли переводчики с вашего языка, и тд., обратитесь в организацию, которая проводит эти консультации.
Не переживайте в одиночестве, обратитесь за советом, мы вас ждём.

La Red de Apoyo de Tokio para Residentes Extranjeros desde el año 2002 viene ofreciendo el servicio de consultas profesionales en beneficio a los extranjeros residentes en Japón. Si desea saber qué tipo de consultas se pueden realizar, qué profesionales puede consultar y si hay disponibilidad de intérpretes en su idioma nativo, póngase en contacto con la entidad que organiza el servicio de consultas profesionales.
No tiene que sufrir usted solo con su problema, venga a consultarnos. Estamos aquí para ayudarle.

A Rede de Apoio aos Estrangeiros de Tóquio realiza anualmente desde 2002 reuniões de consultas para estrangeiros residentes no Japão.
Contate a entidade patrocinadora dessas reuniões de consulta para saber quais consultas são possíveis, quais são os profissionais e se há intérpretes de português.
Não sofra sozinho com seus problemas. Venha sem falta nos consultar. Esperamos por você.

主催：外国人のためのリレー専門家相談会を開催する団体（スケジュール表参照）

事務局：公益財団法人東京都つながり創生財団
問い合わせ先：03-6258-1226

後援：東京都

Hosts : Organizations providing Professional Consultation for Foreign Residents (see the schedule on the back of this year)

Secretariat: Tokyo Metropolitan Foundation “TSUNAGARI”
Contact: 03-6258-1226

Supported by: TOKYO METROPOLITAN GOVERNMENT



ねんどがいこくじん外国人のためのリレー専門家相談会開催予定表

Programme de 2026 du Relais de consultation professionnelle pour les étrangers
— Бесплатные консультации с специалистами для иностранных граждан - 2026
Programa del año 2026 de Consultas Profesionales para Residentes Extranjeros

Quadro de programas das Consultas gratuitas a cargo de profissionais para estrangeiros, do ano fiscal de 2026

No.	日時 Date/Time	会場 Venue	主催/問合せ Host/Inquiry
1	5月30日 (土) May 30 (Sat.)14:30～16:30 ※事前予約(5月22日まで)優先 * Priority for reservations by May 22.	武蔵野市 境2-14-1 スイングビル10階 スカイルーム Musashino Swing Building 10F Skyroom, 2-14-1 Sakai, Musashino-shi	公益財団法人 武蔵野市国際交流協会 Musashino International Association 0422-36-4511
2	6月14日 (日) Jun. 14 (Sun.)13:00～16:00 ※予約 5月31日 (日) まで * Reservation required by May 31(Sun.)	板橋区 栄 町 36-1 板橋区立グリーンセンター Itabashi-ku Green Hall, 36-1 Sakae-cho, Itabashi-ku	公益財団法人 板橋区文化・国際交流財団 Itabashi Culture and International Exchange Foundation 03-3579-2015
3	6月20日 (土) Jun. 20 (Sat.)14:00～17:00	福生市武蔵野台1-12-2 武蔵野台児童館2階 Musashinodai children's center 2F, 1-12-2 Musashinodai, Fussa-shi	福生市 子ども家庭部 子ども政策課 Children and Family Department, Children Policy Planning and Evaluation Division, Fussa city 問い合わせ：多文化キッズサロンの事務局 武蔵野台児童館 Contact: Salon of kids of multi cultures secretariat Musashinodai children's center 042-553-8822
4	7月4日 (土) Jul.4(Sat.) 10:00 ～ 15:30	立川市 曙 町 2-2-27 立川市窓口サービスセンター Tachikawa City Service Center, 2-2-27 Akebonocho, Tachikawa-shi	特定非営利活動法人 たちかわ多文化共生センター NPO Tachikawa Multicultural Center 042-527-0310
5	7月18日 (土) Jul.18(Sat.) 13:00 ～ 16:00 ※予約 6月26日 (金) まで * Reservation required by Jun.26(Fri.)	世田谷区 成城 6-2-1 成城ホール (砧区民会館) 集会室 Seijo Hall meeting room, 6-2-1 Seijo, Setagaya-ku	世田谷区 文化・国際課 Cultural and International Affairs Division, City of Setagaya 03-6304-3439
6	8月30日 (日) Aug. 30 (Sun.)13:30 ～ 16:00 ※予約 8月23日 (日) まで * Reservation required by Aug. 23(Sun.)	文京区春日1-16-21 文京シビックセンター5階会議室 Bunkyo Civic Center 5F, 1-16-21 Kasuga, Bunkyo-ku ※オンライン (ZOOM) でも相談できます。 * Online consultation via Zoom is also available.	文京多言語サポートネットワーク Bunkyo Multilingual Support Network E-mail: bunkyotagen5sn@gmail.com
7	9月12日 (土) Sep. 12 (Sat.) 14:00～17:00 ※予約 9月6日 (日) まで * Reservation required by Sep.6(Sun.)	東村山市野口町1-46 東村山市市民ステーション サンパルネ 2階 コンベンションホール Higashimurayama Station Building, Sunpalne 2F, 1-46 Noguchicho, Higashimurayama-shi	ひがしむらやまし 市民相談・交流課 Higashimurayama City Citizen's Consultation and Interaction Section 042-393-5111
8	10月17日 (土) Oct.17(Sat.) 13:00 ～16:00	千代田区霞が関1-1-3 弁護士会館 3階 会議室 Bar Associations Building 3F, 1-1-3 Kasumigaseki, Chiyoda-ku,	かんどうべんごしがいれんどうかい どうきょうべんごしがい だいいちどうきょうべんごしがい 関東弁護士会連合会、東京弁護士会、第一東京弁護士会、第二東京弁護士会 Kanto Federation of Bar Associations, Tokyo Bar Association, Daiichi Tokyo Bar Association, Daini Tokyo Bar Association 問い合わせ：第一東京弁護士会 Contact: Daiichi Tokyo Bar Association 03-3595-8575
9	11月7日 (土) Nov.7(Sat.) 13:00 ～ 17:00 ※予約 10月23日 (金) まで * Reservation required by Oct.23(Fri.)	中野区中野2-9-7 なかのZERO西館 Nakano ZERO West Building, 2-9-7 Nakano, Nakano-ku	中野区国際交流協会 (ANIC) Association for Nakano International Communications 03-5342-9169
10	11月15日 (日) Nov.15(Sun.) 13:30 ～16:30	日野市日野本町1-6-2 日野市生活・保健センター Hino-shi Hino city Life and Health Care Center, 1-6-2 Hinohonnomachi , Hino-shi	ひのしごかいこうりゆうきょうかい 日野市国際交流協会 Hino City International Friendship Association 042-586-9511
11	12月5日 (土) Dec.5(Sat.) 14:00 ～ 16:00	東京都内で開催 (2026年初夏に決定) 東京都市内で開催 (2026年初夏に決定) The location is scheduled to be decided in early summer 2026.	どくでいひえいりかつどうほうしん ごくさいこうりゆうきょうかい 特定非営利活動法人 国際活動市民中心 (CINGA) Citizen's Network for Global Activities 03-6261-6225
12	12月19日 (土) Dec.19(Sat.) 13:00 ～16:00	ちよふふしぶんかいゆめ 調布市小島町2-33-1 調布市文化会館たづくり1階 むらさきホール Murasaki Hall, Choufu City Culture Hall 1F, 2-33-1 Kojimacho, Choфу-shi	こうえきざいぶんほうしん ごみゆにていしんごさいだん 公益財団法人 調布市文化・コミュニティ振興財団 Foundation for the promotion of Chofu city's culture and community ごくさいこうりゆうせんたー 国際交流センター (CIFA) Center for International Friendship and Amity 042-441-6195
13	1月23日 (土) Jan.23(Sat.) 13:30 ～16:30 ※予約 1月15日 (金) まで * Reservation required by Jan.15(Fri.)	港区北青山1-6-3 都営北青山一丁目クラブ3号棟 地下1階 港区国際交流スペース Minato International Communication Space, Toei Kita-Aoyama 1-chome Apartment, Bldg.3, B1F, 1-6-3 Kita-Aoyama, Minato-ku	いっぽんざいぶんほうしん すきなみくこうりゆうきょうかい 一般財団法人 杉並区交流協会 Suginami Association for Cultural Exchange 03-5378-8833
14	2月6日 (土) Feb.6(Sat.) 13:00 ～ 16:00	杉並区阿佐谷南1-15-1 杉並区役所 中棟6階 第4会議室 The 4th Conference Room, Central Building 6F, Suginami City Office, 1-15-1 Asagaya-ninami, Suginami-ku	いっぽんざいぶんほうしん ごくさいこうりゆうきょうかい 一般財団法人 町田市文化・国際交流財団 Machida Cultural and International Exchange Foundation まちだごくさいこうりゆうせんたー 町田国際交流センター Machida International Center 042-722-4260
15	3月7日 (日) Mar.7(Sun.) 13:30 ～ 15:30	町田市原町田4-9-8 町田市民フオーラム 4階 Machida Citizens' Forum 4F, 4-9-8 Haramachida, Machida-shi	

予定は変更になる可能性があります。最新のスケジュールは東京都多文化共生ポータルサイトからご確認ください。
Schedules are subject to change. Please visit the Tokyo Intercultural Portal Site for the latest information.

主催：東京外国人支援ネットワーク 外国人のためのリレー専門家相談会各開催団体 後援：東京都
(事務局：公益財団法人東京都つなかり創生財団)



【日本語】



【English】