



にほん す がいこくじん
日本に住む外国人が

がいこくじん はたら かいしゃ ひと
外国人に働いてもらいたい会社の人

にゅうかん そうだん ばしょ
入管に相談できる場所



とうきょうとしんじゅくく がいこくじんざいりゅうしえん にゅうかん そうだん
東京都新宿区にある外国人在留支援センター（FRESA）で、入管に相談できます。
よやく き ま とうきょうにゅうかん そうだん
予約をしてから来てもらうので、待たないで東京入管のスタッフに相談することができます。
なまえ い そうだん にほんご はな ひと つうやく
また、名前を言わないで相談することもできます。日本語を話すことができない人は、通訳を
つか
使うことができます。

ざいりゅうしかく にゅうかんとつづき わ つか
在留資格のこと、入管手続のことなど、分からないことがあったら、使ってください。
ちゅうい でんわ そうだん
注意：ここでは、電話で相談することはできません。

電話（でんわ）で相談（そうだん）したいとき

 **よやくほうほう 予約方法について**

FRESA で にゅうかん そうだん に相談したいときは、まず でんわ インターネット で よやく をしてください。

でんわ よやく 電話で予約する
(Reservation dial)

でんわばんごう
電話番号 (TEL)
03-5363-3025

インターネット よやく で予約する
(Reservation form)

にほんご
【日本語】
そうだんよやく
相談予約はこちら



[English]
Click here
for reservation


※予約専用表格仅提供日文和英文服务

よやく つぎ か よやく き よ
インターネットで予約するときは、次に書いてある「インターネットで予約するときに気をつけること」を読んでください。



インターネットで予約するときの気をつけること

- インターネットですべて予約できるのは、3営業日(=FRESAが開いている日)前までです。例を見てください。
- もっと早く相談したいときは、電話で予約してください。

(例)

すいようび 水曜日	もくようび 木曜日	きんようび 金曜日	どようび 土曜日	にちようび 日曜日	げつようび 月曜日	かようび 火曜日
えいぎょうび 営業日	えいぎょうび 営業日	えいぎょうび 営業日	×	×	えいぎょうび 営業日	えいぎょうび 営業日

かぞ
数えない

最後の日(もう申し込みができる)

3営業日前(えいぎょうびまえ)

2営業日前(えいぎょうびまえ)

1営業日前(えいぎょうびまえ)

相談したい日

- インターネットですべて予約をした人には、東京入管から電話かメールをします。「@i.moj.go.jp」からのメールを受け取ることができるようにしてください。
- インターネットですべて予約をしてから2営業日たっても東京入管から電話かメールが来ないときは、電話してください。

電話番号 → 03-5363-3025
- 相談する日が決まったら、東京入管から電話かメールで、①相談する日、②予約番号、③オンライン相談のURL(オンライン相談のとき)を連絡します。予約番号の連絡があるまで、予約は終わっていません。
- 相談に行くのをやめたり、予約を変えたりするときは、電話で連絡してください。

相談をやめたいとき・変えたいときに連絡する電話番号 → 03-5363-3025



ざいりゅうそうだん
在留相談について

時間：月曜日から金曜日の午前9時から午後5時まで
(祝日、12月29日から1月3日までは開いていません)

相談方法：

① フレスクに行って相談する



② オンラインで相談する



相談したいときは、予約をしてください。

場所：コモレ四谷 四谷タワー13階

外国人 在留支援センター (FRESC/フレスク) 内

くわしい場所 (ばしょ)

言葉：やさしい日本語、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語、
インドネシア語、フィリピン語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語
他の言葉で相談したいときは、予約するときに言ってください。

お金：お金はいりません (通訳を使うときもお金はいりません)



オンライン相談 (online consultation) について

- オンラインで相談をするときは、「jinjer (ジンジャー) ミーティング」というアプリケーションソフトウェア (application software) を使います。
- オンラインで相談するときの通信料は、相談する人 (あなた) が払います。
- オンライン相談をカメラで撮ったり、録音することはできません。



オンライン相談のやり方

1

オンライン相談を申し込みます

- ◆ インターネットでオンライン相談を申し込みます。
- ◆ オンライン相談を、電話で申し込むことはできません。



2

相談する日を知らせるメールが届きます

- ◆ いつオンライン相談をするか決まったら、メール (email) が届きます。
- ◆ メール (email) には



相談する日と時間 予約番号 オンライン相談の URL

など大切なことが書いてあるので、よく読んでください。

読んでも分からないときは、03-5363-3025に電話して聞いてください。

3

オンライン相談の準備をします

- ◆ オンライン相談をするときは「jinjer (ジンジャー) ミーティング」というアプリケーション (application software) を使います。
- ◆ オンライン相談のときに、スマートフォンやタブレットを使う人は、オンライン相談の日までに必ず「jinjer (ジンジャー) ミーティング」をインストール (install) してください。
- ◆ オンライン相談のときに、パソコンを使う人は、オンライン相談の URL をクリック (click) するだけで、「jinjer (ジンジャー) ミーティング」を使うことができます。



(jinjer (ジンジャー) ミーティングの会社のページに変わります)

オンライン相談の URL をクリックしても「jinjer (ジンジャー) ミーティング」を使えないときは、jinjer (ジンジャー) ミーティングをインストール (install) してください。

4

オンライン相談をする

- ◆ オンライン相談の時間の5分前になったら、相談する日を知らせるメールに書かれているオンライン相談 URL をクリック (click) してください。
- ◆ オンライン相談できるようになったら、職員 (スタッフ) から話しかけます。
- ◆ 予約の時間に10分以上遅れると、相談できなくなります。
- ◆ 相談が終わった後に、アンケート (= オンライン相談をした感想などについての質問) に答えてください。

