

# とうきょう と た げん ご そう だん 東京都 多言語 相談ナビ

## Tokyo Multilingual Consultation Navi

東京都に住んでいる外国人は、生活で困っていることや知りたいことについて  
いろいろな言葉で相談できます。電話で相談できます。相談のお金はかかりません。  
無料です。東京都つながり創生財団で相談できます。

大丈夫です！ 相談してください



でんわ  
電話

# 0120-142-142

相談できる日

月曜日～金曜日 AM10:00～PM4:00

休み

土曜日・日曜日・祝日(日本の休み)・年末年始(12月の終わりから1月の始め)

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

※電話をかけるとき、お金はかかりません。

※東京都多言語相談ナビでわからないときは、ほかの相談できるところを案内します。

※通訳(自分がわかる言葉で話す人)が必要なときは、役所などで相談してください。

通訳のお金は、無料です。

※相談と通訳ができる時間は、どちらも1時間までです。



東京都つながり創生財団のHP



公益財団法人

東京都つながり創生財団

Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"