



相談・情報

せたがや国際交流センター“クロッシングせたがや”

暮らしに役立つ情報の提供や地域活動団体の紹介、相談窓口のご案内を行っています。また、多文化共生や国際理解を広めるイベントや外国人のための日本語教室などを実施します。詳しくはホームページをご覧ください。



- 外国にルーツのある人と日本人がやさしい日本語でお話をする「にほんご交流会」
- 英語やさしい日本語で話しながら世田谷を歩く「まち歩きツアー」
- 文化や生活、考え方の違いなどを学べる「多文化理解講座」
- いろいろな国や地域の団体が、それぞれの文化や活動を紹介する「区民国際交流事業」
- 対面やオンラインによる「外国人のための日本語教室」や外国人に日本語を教える方のための「日本語サポーター講座」

アクセス

場所：太子堂 4-1-1 キャロットタワー 2階（世田谷線三軒茶屋駅上）

開設時間：火～日曜 午前 10 時～午後 6 時

（月曜、12 月 29 日～1 月 3 日を除く）

電話：03-5432-1538

FAX：03-5432-1570

相談機関

※は、公的相談機関

■ 総合相談

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
東京都『外国人相談』※	日常生活に関する相談・生活情報の提供など	英語：月～金曜 中国語：火・金曜 韓国語：水曜 祝日、12月29日～1月3日を除く 午前9：30～正午 午後1時～5時	英語：03-5320-7744 中国語：03-5320-7766 韓国語：03-5320-7700 東京都生活文化スポーツ局都民生活部 地域活動推進課
外国人総合相談支援センター※	在留資格、日常生活に関する相談など	英語、中国語：月～金曜 ポルトガル語：月～水曜 スペイン語：月～水曜 インドネシア語：火曜 ベトナム語：月・水曜 タガログ語：金曜 午前9時～午後4時	所在地：新宿区歌舞伎町2-44-1 ハイジア11階 しんじゅく多文化共生プラザ内 電話：03-3202-5535 03-5155-4039
東京都多言語相談ナビ	日常生活に関する相談、生活情報の提供など	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、タガログ語、ネパール語、タイ語、ロシア語、フランス語、ヒンディー語、インドネシア語、ウクライナ語、ミャンマー語：月～金曜（祝日、12月29日～1月3日を除く） 午前10時～午後4時	東京都つながり創生財団 所在地：新宿区西新宿 2-4-1 新宿 NS ビル 8 階 電話：03-6258-1227
よりそいホットライン	いろいろな人のいろいろな悩み	英語、中国語、韓国・朝鮮語、タイ語、タガログ語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、インドネシア語：午前10時～午後10時	曜日と時間によって対応言語が異なります。詳しくはお問い合わせください。 よりそいホットライン 電話：0120-279-338



咨询・信息

世田谷国际交流中心 “Crossing Setagaya”

提供对生活有用的信息，介绍地区活动团体，介绍咨询窗口。此外，还举办多文化交流和增进国际理解的活动及面向外国人的日语讲座等。详情请浏览主页。

- 外国人和日本人用简易日语进行交谈的“日语交流会”
- 用英语及简易日语在世田谷边走边聊的“城市漫步旅行”
- 可学习文化、生活、思考方式差异的“多文化理解讲座”
- 各个国家和地区的团体介绍各自文化和活动的“区民国际交流事业”
- 面授和在线形式的“面向外国人的日语讲座”，以及为教授外国人日语的人员提供的“日语辅导者讲座”



所在地：太子堂 4-1-1 Carrot Tower 2 楼（世田谷线“三轩茶屋站”上）

开设时间：周二～周日 10:00～18:00

（周一、12月29日～1月3日除外）

电话：03-5432-1538

传真：03-5432-1570

咨询机构

※ 为公共咨询机构。

■ 综合咨询

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
东京都 “外国人咨询”※	日常生活的咨询、 生活信息提供等	英语：周一～五 中文：周二、五 韩语：周三 节假日、12月29日～1 月3日除外 9:30～正午 13:00～17:00	英 语：03-5320-7744 中 文：03-5320-7766 韩 语：03-5320-7700 东京都生活文化体育局都民生活部 地区活动推进课
外国人综合咨询 支援中心※	有关在留资格、日常 生活咨询等	英语、中文：周一～五 葡萄牙语：周一～三 西班牙语：周一～三 印度尼西亚语：周二 越南语：周一、三 他加禄语：周五 9:00～16:00	所在地：新宿区歌舞伎町 2-44-1 HYGEIA 11 楼 新宿多文化共生广场内 电话：03-3202-5535 03-5155-4039
东京都多语言咨询向 导	日常生活的咨询、 生活信息提供等	简易日语、英语、中文、 韩语、西班牙语、葡萄牙语、 越南语、他加禄语、尼泊 尔语、泰语、俄语、法语、 印地语、印度尼西亚语、 乌克兰语、缅甸语： 周一～五（节假日、12月 29日～1月3日除外） 10:00～16:00	东京都 TSUNAGARI 创生财团 所在地：新宿区西新宿 2-4-1 新宿 NS 大厦 8 楼 电话：03-6258-1227
贴心热线	不同人士的不同烦恼	英语、中文、韩国・朝鲜语、 泰语、他加禄语、西班牙语、 葡萄牙语、越南语、尼泊 尔语、印度尼西亚语： 10:00～22:00	每周在不同天及时间段的服务语言不同。 具体请咨询。 贴心热线 电话：0120-279-338



相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
外国人在留支援センター FRESC (フレスク) ※	8つの相談窓口 ワンフロアに 8つの窓口があり、 様々な相談を 1か所で受ける ことができる	英語、中国語、タブレットによる 多言語：韓国語、ポルトガル語、 スペイン語、フィリピン語、ベトナム語、 タイ語、インドネシア語、 ネパール語 月～金曜（祝日、12月29日～1月3日を除く） 午前9時～午後5時	FRESC 所在地：新宿区四谷 1-6-1 四谷タワー 13階 電話：0570-011000（代表電話番号） 03-5363-3013（一部のIP電話 および海外からはこちら） 出入国在留管理庁在留支援課・開示請求窓口 東京出入国在留管理局 日本貿易振興機構（ジェトロ） 外務省ビザ・インフォメーション 東京外国人雇用サービスセンター 東京法務局人権擁護部 日本司法支援センター（法テラス） 東京労働局外国人特別相談・支援室

■ 入国・在留

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
外国人在留総合 インフォメーション センター※	外国人の入国・ 在留手続きなどの 相談	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、タガログ語 (フィリピン語)、ネパール語、インドネシア語、 タイ語、クメール（カンボジア）語、 ミャンマー語、モンゴル語、フランス語、 シンハラ語、ウルドゥー語：月～金曜 午前8:30～午後5:15	所在地：港区港南 5-5-30 電話：0570-013904 03-5796-7112 (IP、海外) Eメール：info-tokyo@i.moj.go.jp（英語・日本語）
大使館※			駐日外国公館 外務省： https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/emblist/index.html

■ 就労と雇用

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
東京都『労働相談』※	電話または来所による外国人の労働相談（来所相談については予約制） ※スペイン語、ポルトガル語、韓国語、タイ語、英語、中国語、フランス語、ロシア語、ベトナム語、ネパール語、インドネシア語、フィリピン語（タガログ語）、ヒンディー語、ミャンマー語は、テレビ電話通訳制度を用意しています。詳細につきましては事前に電話でお問い合わせください。 ※日本で働くうえで必要な法制度について説明しているハンドブックを、下記ホームページからご覧いただけます。（英語、中国語） 英語： https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/shiryo/foreign-e/index.html 中国語： https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/shiryo/foreign-c/index.html	電話相談 月～金曜（祝日、12月29日～1月3日を除く） 午前9時～午後8時 土曜（祝日、12月28日～1月4日を除く） 午前9時～午後5時	東京都ろうどう 110 番 電話：0570-00-6110
		来所相談（予約制） 英語：火曜 午後2時～4時	東京都労働相談情報センター大崎事務所 所在地：品川区大崎 1-11-1 ゲートシティ大崎ウエストタワー 2階 電話：03-3495-6110
		来所相談（予約制） 英語：月～金曜 中国語：火～木曜 午後2時～4時	東京都労働相談情報センター（飯田橋） 所在地：千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター 9階 電話：03-3265-6110
		オンライン相談（予約制） 予約はホームページからできます。	予約フォーム： https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/sodan/sodan/online-soudan/index.html



咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
外国人在留支援中心 FRESC※	8 个咨询窗口 一层楼有 8 个窗口， 可以在一处受理各种 咨询。	英语、中文、使用平板电 脑受理多种语言：韩语、 葡萄牙语、西班牙语、菲 律宾语、越南语、泰语、 印度尼西亚语、尼泊尔语 周一～五（节假日、12 月 29 日～1 月 3 日除外） 9：00～17：00	FRESC 所在地：新宿区四谷 1-6-1 四谷 TOWER13 楼 电话：0570-011000（总机电话） 03-5363-3013（部分 IP 及海外 电话） 出入国在留管理厅 在留支援课・开示请求窗口 东京出入国在留管理局 日本贸易振兴机构（JETRO） 外务省签证・信息 东京外国人雇佣服务中心 东京法务局人权拥护部 日本司法支援中心 （the JLSC, Houterasu） 东京劳动局外国人特别咨询・支援室

■ 入国、在留

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
外国人在留综合信息 中心 ※	外国人入国、在留手 续等的咨询	日语、英语、中文、韩语、西班牙语、 葡萄牙语、越南语、他加禄语（菲 律宾语）、尼泊尔语、印度尼西亚 语、泰语、高棉（柬埔寨）语、 缅甸语、蒙古语、法语、僧伽罗语、 乌尔都语： 周一～五 8：30～17：15	所在地：港区港南 5-5-30 电话：0570-013904 03-5796-7112 （IP、海外） 电子邮件：info-tokyo@i.moj. go.jp（英语、日语）
大使馆 ※			驻日外国公馆 外务省： https://www.mofa. go.jp/mofaj/link/ emblist/index.html

■ 劳动和雇用

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
东京都 “劳动咨询” ※	通过电话或来访为外国人提供劳动咨询 （来访咨询需要预约） ※ 西班牙语、葡萄牙语、韩语、泰语、 英语、中文、法语、俄语、越南语、尼 泊尔语、印度尼西亚语、菲律宾语（他 加禄语）、印地语、缅甸语有可视电话 翻译系统。详情请事先电话咨询。 ※ 您可以从以下网站查看在日本工作 所需的法律制度的说明手册。（英文、 中文） 英 语： https://www.hataraku.metro. tokyo.lg.jp/shiryo/foreign-e/index. html 中 文： https://www.hataraku.metro. tokyo.lg.jp/shiryo/foreign-c/index. html	电话咨询： 周一～五（节假日、 12 月 29 日～1 月 3 日除外） 9:00～20:00 周六（节假日、12 月 28 日～1 月 4 日 除外） 9:00～17:00	东京都劳动 110 电话：0570-00-6110
		来访咨询 （预约制） 英语：周二 14:00～16:00	东京都劳动咨询信息中心大崎 事务所 所在地：品川区大崎 1-11-1 GateCity 大崎西楼 2 楼 电话：03-3495-6110
		来访咨询 （预约制） 英语：周一～五 中文：周二～四 14:00～16:00	东京都劳动咨询信息中心（饭 田桥） 所在地：千代田区饭田桥 3-10-3 东京职业中心 9 楼 电话：03-3265-6110
		在线咨询 （预约制） 可通过网站预约。	预约表格： https://www.hataraku. metro.tokyo.lg.jp/sodan/ sodan/online-soudan/ index.html



相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
東京外国人雇用サービスセンター※	就労制限のない在留資格の方、アルバイトを希望する外国人留学生の求職相談	英語、中国語：(予約制) 月～金曜(祝日、12月29日～1月3日を除く) 午前8:30～午後5:15	新宿外国人雇用支援・指導センター 所在地：新宿区歌舞伎町2-42-10 ハローワーク新宿(歌舞伎町庁舎)1階 電話：03-3204-8609
	留学生および専門的・技術的分野の在留資格を持つ方の求職相談	英語、中国語：(予約制) 月～金曜(祝日、12月29日～1月3日を除く) 午前9時～午後5時	東京外国人雇用サービスセンター 所在地：新宿区四谷1-6-1 コモレ四谷 四谷タワー13階 電話：03-5361-8722
外国人労働者向け相談ダイヤル※	労働条件のトラブル	英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語：月～金曜 ミャンマー語：金曜 ネパール語：月～木曜 韓国語：木・金曜 タイ語：木曜 インドネシア語：火曜 カンボジア語(クメール語)：水曜 モンゴル語：金曜 午前10時～正午、午後1時～3時 (12月29日～1月3日を除く)	英語：0570-001-701 中国語：0570-001-702 ポルトガル語：0570-001-703 スペイン語：0570-001-704 タガログ語：0570-001-705 ベトナム語：0570-001-706 ミャンマー語：0570-001-707 ネパール語：0570-001-708 韓国語：0570-001-709 タイ語：0570-001-712 インドネシア語：0570-001-715 カンボジア語(クメール語)：0570-001-716 モンゴル語：0570-001-718
労働条件相談ホットライン	労働条件に関するトラブル	日本語、英語、中国語：毎日 ポルトガル語：月～土曜 スペイン語：木～土曜 タガログ語：火・水・土曜 ベトナム語：火・水・金～日曜 ミャンマー語、ネパール語：水・日曜 韓国語、タイ語、インドネシア語：木・日曜 カンボジア語(クメール語)、モンゴル語：月・土曜 月～金曜 午後5時～午後10時 土・日曜、祝日 午前9時～午後9時	日本語：0120-811-610 英語：0120-531-401 中国語：0120-531-402 ポルトガル語：0120-531-403 スペイン語：0120-531-404 タガログ語：0120-531-405 ベトナム語：0120-531-406 ミャンマー語：0120-531-407 ネパール語：0120-531-408 韓国語：0120-613-801 タイ語：0120-613-802 インドネシア語：0120-613-803 カンボジア語(クメール語)：0120-613-804 モンゴル語：0120-613-805



咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
东京外国人雇用服务中心 ※	在留资格无就业限制者、希望打工的外国留学生的求职咨询	英语、中文： (预约制) 周一～五（节假日、 12月29日～1月 3日除外） 8:30～17:15	新宿外国人雇用支援・ 指导中心 所在地： 新宿区歌舞伎町 2-42-10 职业安定所新宿 (歌舞伎町厅舍) 1 楼 电话：03-3204-8609
	留学生及持有专业性・技术性领域在留资格者的求职咨询	英语，中文： (预约制) 周一～五（节假日、 12月29日～1月 3日除外） 9:00～17:00	东京外国人雇用服务中心 所在地：新宿区四谷 1-6-1 komore 四谷 四谷 tower 13 楼 电话：03-5361-8722
面向外国劳动者的咨询热线 ※	劳动条件的纠纷	英语、中文、葡萄牙 语、西班牙语、他加 禄语、越南语： 周一～五 缅甸语：周五 尼泊尔语：周一～四 韩语：周四、五 泰语：周四 印度尼西亚语：周二 柬埔寨语（高棉语）： 周三 蒙古语：周五 10:00～正午、 13:00～15:00 (12月29日～1月 3日除外)	英语：0570-001-701 中文：0570-001-702 葡萄牙语：0570-001-703 西班牙语：0570-001-704 他加禄语：0570-001-705 越南语：0570-001-706 缅甸语：0570-001-707 尼泊尔语：0570-001-708 韩语：0570-001-709 泰语：0570-001-712 印度尼西亚语： 0570-001-715 柬埔寨语（高棉语）： 0570-001-716 蒙古语：0570-001-718
劳动条件咨询热线	劳动条件的纠纷	日语、英语、中文： 每天 葡萄牙语：周一～六 西班牙语：周四～六 他加禄语：周二、三、 六 越南语：周二、三、 五～日 缅甸语、尼泊尔语： 周三、日 韩语、泰语、印度尼 西亚语：周四、日 柬埔寨语（高棉语）、 蒙古语：周一、六 周一～五 17:00～22:00 周六、日、节假日 9:00～21:00	日语：0120-811-610 英语：0120-531-401 中文：0120-531-402 葡萄牙语：0120-531-403 西班牙语：0120-531-404 他加禄语：0120-531-405 越南语：0120-531-406 缅甸语：0120-531-407 尼泊尔语：0120-531-408 韩语：0120-613-801 泰语：0120-613-802 印度尼西亚语： 0120-613-803 柬埔寨语（高棉语）：0120- 613-804 蒙古语：0120-613-805



■ 教育

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
外国人児童・生徒相談	日本の学校制度、就学や都立高校への入学に関すること	英語・中国語・韓国語・朝鮮語：毎週金曜 受付：午後1時～4時 相談：午後1時～5時 (祝日、12月29日～1月3日を除く)	東京都教育相談センター 電話：0120-53-8288 (教育相談一般) 03-3360-4175 (高校進級・進路・入学相談) 所在地：新宿区北新宿 4-6-1 東京都子供家庭総合センター 4 階

■ 女性

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
女性のための働き方サポート相談	復職、再就職、育児との両立、キャリアアップなど女性ならではのライフステージに応じた働き方、キャリアに関する相談 (電話・面接ともに要予約)	日本語： 第1・3火曜、第2・4土曜 (12月28日～1月4日を除く) 午前10時～午後4時 (午後1時～2時を除く)	男女共同参画センター"らぶらす" 電話予約：03-6450-8510 (相談日前月1日～相談日前日まで) 所在地：太子堂 1-12-40 グレート王寿ビル 3～5 階
女性の家ヘルプ	配偶者からの暴力の相談・女性の悩みごと相談	日本語、英語： 月～金曜 午前10時～午後5時 タガログ語： 水・金曜 午前10時～午後5時 インドネシア語： 水・金曜 午前10時～午後5時	女性の家ヘルプ 電話：03-3368-8855

■ 男性

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
男性電話相談	家族問題や人間関係、生き方、仕事の悩みなど、男性 (性自認が男性の方) がもつ悩みについての相談	日本語： 毎月第1・3金曜 午後6時～9時 毎月第2・4土曜 午後6時～9時	男女共同参画センター"らぶらす" 相談専用電話 (相談日のみ) 電話：03-6805-2120

■ 生活

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
家庭相談※	夫婦、親子、離婚、親権、養育費、相続など家庭内の法的な手続きに関する相談 (予約制)	日本語：月・水・金曜 (祝日、休日、12月29日～1月3日を除く) 原則午後1時～5時	総合支所保健福祉センター 子ども家庭支援課 P.22 参照
交通事故相談※	交通事故の相談、自動車損害賠償責任保険の請求方法などの相談	日本語：火・金曜 午前8:30～12時 午後1時～5時	世田谷総合支所区民相談室 電話：03-5432-2016
警視庁総合相談センター※	困りごと、事件・事故など	英語、中国語、韓国語	電話：#9110 or 03-3501-0110



■ 教育

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
东京都外国儿童、学生咨询	日本的学校制度、入学和都立高中入学的相关事宜	英语、中文、韩语、朝鲜语： 每周五 申请：13:00～16:00 咨询：13:00～17:00 (节假日、12月29日～1月3日除外)	东京都教育咨询中心 电话：0120-53-8288 (一般教育咨询) 03-3360-4175 (高中升学、就业、入学咨询) 所在地：新宿区北新宿 4-6-1 东京都儿童家庭综合中心 4 楼

■ 女性

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
女性工作方式支持咨询	返岗、再就业、工作育儿兼顾、职业晋升等专门面向女性人生各个阶段的工作方式、职业相关的咨询(电话・面试均需要预约)	日语： 每月第1、3个周二，第2、4个周六(12月28日～1月4日除外) 10:00～16:00(13:00～14:00除外)	男女共同参与中心“Ra pu ra su” 电话预约：03-6450-8510(咨询日的上月1日～咨询日的前一日) 所在地：太子堂 1-12-40 GREAT 王寿大厦 3～5 楼
女性之家 HELP	配偶暴力的咨询 女性烦恼咨询	日语、英语： 周一～五 10:00～17:00 他加禄语： 周三、五 10:00～17:00 印度尼西亚语： 周三、五 10:00～17:00	女性之家 HELP 电话：03-3368-8855

■ 男性

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
男性电话咨询	对家人问题、人际关系、生活方式、工作烦恼等男性(性取向为男性的人)存在的相关烦恼事项进行咨询	日语： 每月第1、3个周五 18:00～21:00 每月第2、4个周六 18:00～21:00	男女共同参与中心“Ra pu ra su” 咨询专用电话(仅限咨询日) 电话：03-6805-2120

■ 生活

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
家庭咨询 ※	夫妇、亲子、离婚、亲权、养育费、继承等家庭内法律手续相关的咨询(预约制)	日语：周一、三、五(节假日、休息日、12月29日～1月3日除外) 原则 13:00～17:00	综合支所保健福利中心儿童家庭支援课 参照 P.23
交通事故咨询 ※	关于交通事故的咨询，汽车损害赔偿责任保险理赔方法等的咨询	日语：周二、五 8:30～12:00 13:00～17:00	世田谷综合支所区民咨询室 电话：03-5432-2016
警视厅综合咨询中心 ※	疑难、事件・事故等	英语、中文、韩语	电话：# 9110 或 03-3501-0110



相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
外国人専用相談（警視庁）※	困りごとの電話相談	英語、中国語、韓国語、スペイン語、ペルシア語、タガログ語、ウルドゥ語、ベトナム語、タイ語、ネパール語 月～金曜 午前8時30分～午後5時15分	電話：03-3503-8484
税金の相談（国税）※	国税に関する電話相談	英語：月～金曜 午前9時～午後5時	東京国税局 電話：03-3821-9070
日本郵便	郵便・荷物に関すること、口座・ATM等に関すること、保険の加入など	英語：お問い合わせ内容によって対応日時が異なります。	電話：0570-046-111
JR イーストインフォライン	JR 東日本の交通機関（鉄道）の電話案内	英語、韓国語、中国語： 午前10時～午後6時（12月29日～1月3日を除く）	電話：050-2016-1603
NTT 東日本インフォメーション	電話に関するお問い合わせ	英語など：毎日 午前9時～午後5時 （12月29日～1月3日を除く）	電話：0120-116-000
	インターネットに関するお問い合わせ	英語など：月～金曜 午前9時～午後5時 （土・日曜、祝日、12月29日～1月3日を除く）	電話：0120-565950
JNTO ツーリストインフォメーションセンター（JNTO TIC）	観光案内	英語、中国語、韓国語： 1月1日を除く 午前9時～午後5時	日本政府観光局（JNTO） 所在地：千代田区丸の内3-3-1 新東京ビル1階 電話：03-3201-3331
外国語による消費生活相談	消費生活に関する相談	英語、中国語、韓国語、タガログ語、ベトナム語： 月～土曜午前9時～午後5時 ※ベトナム語のみ土曜は午前10時～午後5時 （日曜、祝日、12月29日～1月3日を除く）	東京都消費生活総合センター（飯田橋） 電話：03-3235-1155
訪日観光客消費者ホットライン	外国人観光客が日本滞在中に消費者トラブルにあった際の相談	英語、中国語、韓国語、フランス語、タイ語、ベトナム語、日本語：月～金曜午前10時～午後4時（土・日曜、祝日12月29日～1月3日を除く）	訪日観光客消費者ホットライン 電話：03-5449-0906
東京防災※	防災情報	英語、中国語、韓国語、タイ語、タガログ語、マレー語、インドネシア語、ベトナム語、ネパール語、ミャンマー語、フランス語、ポルトガル語、スペイン語、やさしい日本語	東京都総務局総合防災部防災管理課 電話：03-5388-2453 
外国人生活支援ポータルサイト※	日本での生活に必要な情報を紹介	英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、ベトナム語、タイ語、インドネシア語、クメール語（カンボジア語）、タガログ語、スペイン語、モンゴル語、ミャンマー語、ネパール語ほか	出入国在留管理庁 電話：03-3580-4111 



咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
外国人专用咨询（警视厅）※	烦恼事项的电话咨询	英语、中文、韩语、西班牙语、波斯语、他加禄语、乌尔都语、越南语、泰语、尼泊尔语 周一～五 8:30～17:15	电话：03-3503-8484
税金的咨询（国税）※	国税电话咨询	英语：周一～五 9:00～17:00	东京国税局税务 电话：03-3821-9070
日本邮政公社	邮递、货物相关事项，银行账户、ATM 相关事项，保险的加入等	英语：依据咨询内容不同，该服务的可利用时间也不同。	电话：0570-046-111
JR 东日本信息服务热线	JR 东日本的交通工具（铁路）电话介绍	英语，韩语，中文： 10:00～18:00 (12月29日～1月3日除外)	电话：050-2016-1603
NTT 东日本信息	电话相关咨询	英语等：每天 9:00～17:00 (12月29日～1月3日除外)	电话：0120-116-000
	网络相关咨询	英语等：周一～五 9:00～17:00 (周末、节假日、12月29日～1月3日除外)	电话：0120-565950
JNTO 旅游信息中心 (JNTO TIC)	旅游介绍	英语，中文，韩语 1月1日除外 9:00～17:00	日本政府观光局 (JNTO) 所在地： 千代田区丸之内 3-3-1 新东京大楼 1 楼 电话：03-3201-3331
由外语提供的消费生活咨询	介绍消费生活相关咨询	英语、中文、韩语、他加禄语、越南语： 周一～六 9:00～17:00 ※ 仅越南语在周六为 10:00～17:00 (周日，节假日、12月29日～1月3日除外)	东京都消费生活综合中心 (饭田桥) 电话：03-3235-1155
访日观光游客消费者热线	外国人观光游客在日本停留期间遭遇消费者纠纷时的咨询	英语、中文、韩语、法语、泰语、越南语、日语：周一～周五 10:00～16:00 (周六，日，节假日、12月29日～1月3日除外)	访日观光游客消费者热线 电话：03-5449-0906
东京防灾 ※	防灾信息	英语、中文、韩语、泰语、他加禄语、马来语、印度尼西亚语、越南语、尼泊尔语、缅甸语、法语、葡萄牙语、西班牙语、简易日语	东京都总务局综合防灾部防灾管理课 电话：03-5388-2453 
外国人生活支援门户网站 ※	介绍在日本生活的必要信息	英语、中文、葡萄牙语、越南语、泰语、印度尼西亚语、高棉语（柬埔寨语）、他加禄语、西班牙语、蒙古语、缅甸语、尼泊尔语等	出入国在留管理厅 电话：03-3580-4111 



■ ドメスティック・バイオレンス

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
女性のための悩みごと・DV相談	家庭、人間関係、生き方などの様々な問題や、配偶者やパートナー、恋人などからの暴力やモラルハラスメントについて悩む女性のための相談（メール・LINEでの相談可）	日本語：火～木曜 正午～午後8時（午後4時～5時を除く）、土・日曜午前10時～午後4時（午後1時～2時を除く）	男女共同参画センター”らぷらす” 相談専用電話（相談日のみ） 電話：03-6804-0815 メール・LINE相談： http://www.laplace-setagaya.net/
母子・女性相談※	母子・女性相談の一環として行うDV相談	日本語：月～金曜（祝日、休日、12月29日～1月3日を除く） 午前8：30～午後5時	総合支所保健福祉センター 子ども家庭支援課 P.22 参照
配偶者暴力相談支援センターの相談窓口※	世田谷区DV相談専用ダイヤル	日本語：月～金曜（祝日、12月29日～1月3日を除く） 午前8：30～午後5時	人権・男女共同参画課 相談専用電話 電話：0570-074740（ナビダイヤル）
	東京ウィメンズプラザ	英語、中国語、韓国語、タイ語、タガログ語：火・木・金曜（祝日、12月29日～1月3日を除く）午後1時～4時	東京ウィメンズプラザ 電話：03-5467-1721
	内閣府DV相談プラス	英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、インドネシア語、ネパール語	内閣府DV相談プラス 電話：0120-279-889
	東京都女性相談センター	日本語：月～金曜 午前9時～午後9時 土・日曜、祝日、12月29日～1月3日 午前9時～午後5時	東京都女性相談センター 電話：03-5261-3110
警察のDV対応窓口※	警察署の生活安全課によるDV相談	月～金曜（祝日、12月29日～1月3日を除く） 午前8：30～午後5：15	各警察署生活安全課 P.6 参照
		夜間・緊急時	警察 110番

■ その他の相談機関

相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
外国人のための人権相談※	人権相談	英語、中国語、韓国語、タイ語、ネパール語、スペイン語、インドネシア語、フィリピン語、ポルトガル語、ベトナム語：月～金曜（12月29日～1月3日を除く） 午前9時～午後5時	外国語人権相談ダイヤル 電話：0570-090911 所在地：千代田区霞が関1-1-1（法務省アクセス）



■ 家庭暴力

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
面向女性的烦恼事项・DV 咨询	关于女性存在的家庭、人际关系、生活方式等各类问题以及来自配偶者、伴侣、恋人的暴力和斥责辱骂等相关烦恼的咨询（可通过邮件、LINE 咨询）	日语：周二～四 12:00～20:00（16:00～17:00 除外）、周六、周日 10:00～16:00（13:00～14:00 除外）	男女共同参与中心 “Ra pu ra su” 咨询专用电话 （仅限咨询日） 电话：03-6804-0815 邮件、LINE 咨询： http://www.laplace-setagaya.net/
母子、女性咨询 ※	家庭暴力咨询是母子、女性咨询的一个环节	日语：周一～五 （节假日、休息日、12月29日～1月3日除外） 8:30～17:00	综合支所保健福利中心 儿童家庭支援课 参照 P.23
配偶者暴力咨询支援中心的咨询窗口 ※	世田谷区 DV 咨询专用热线	日语：周一～五（节假日、12月29日～1月3日除外） 8:30～17:00	人权・男女共同参与课 咨询专用电话 电话：0570-074740（语音热线）
	东京女性广场	英语、中文、韩语、泰语、他加禄语：周二、四、五（节假日、12月29日～1月3日除外） 13:00～16:00	东京女性广场 电话：03-5467-1721
	内阁府家暴咨询 PLUS	英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语、他加禄语、泰语、越南语、印度尼西亚语、尼泊尔语	内阁府家暴咨询 PLUS 电话：0120-279-889
	东京女性咨询中心	日语：周一～五 9:00～21:00 周六、日、节假日、12月29日～1月3日 9:00～17:00	东京女性咨询中心 电话：03-5261-3110
警察处理家庭暴力的窗口 ※	由警察署的生活安全课提供家庭暴力的咨询	周一～五 （节假日、12月29日～1月3日除外） 8:30～17:15	各警察署生活安全课 参照 P.7
		夜间・紧急时	警察 / 电话：110 号

■ 其他咨询机构

咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
为外国人提供人权咨询 ※	人权咨询	英语、中文、韩语、泰语、尼泊尔语、西班牙语、印度尼西亚语、菲律宾语、葡萄牙语、越南语：周一～五（12月29日～1月3日除外） 9:00～17:00	外国语人权电话 电话：0570-090911 所在地：千代田区霞关 1-1-1（法务省内）



相談名	相談内容	言語・日時	お問い合わせ
犯罪被害者の相談	世田谷区犯罪被害者等相談窓口※	日本語：月～金曜(祝日、12月29日～1月3日除く) 午前8：30～午後5時	人権・男女共同参画課 世田谷区犯罪被害者等相談窓口 電話：03-6304-3766 FAX：03-6304-3710
	被害者支援都民センター	日本語：月・木・金曜(祝日、12月29日～1月3日除く) 午前9：30～午後5：30 火・水曜(祝日、12月29日～1月3日除く) 午前9：30～午後7時	被害者支援都民センター 電話：03-5287-3336 FAX：03-5287-3387
外国人法律相談(弁護士会法律相談センター)	法律相談	英語、中国語、スペイン語、ベトナム語(予約)： 新宿 月～土曜(祝日を除く) 午前9：30～午後4：30 蒲田 月～金曜(祝日を除く) 午前9：30～午後7：30 土・日曜(祝日を除く) 午後1：30～4：30	電話：0570-055-289(予約) 新宿総合法律相談センター 電話：03-6205-9531 所在地：新宿区歌舞伎町2-44-1東京都健康プラザハイジア8階 蒲田法律相談センター 電話：03-5714-0081 所在地：大田区西蒲田7-48-3大越ビル6階
セクシュアル・マイノリティのための世田谷にじいろひろば電話相談(対面相談)	電話相談(当事者、家族、友人、学校関係者など、どなたからの相談も可) 対面相談(事前予約制)	日本語：第1・第3金曜 午後2時～5時、 第2・第4金曜 午後6時～9時 対面相談(第4土曜、午後3：15～3：55)	男女共同参画センター“らぶらす” 相談専用電話(相談日のみ) 電話：03-6805-5875 対面相談の予約 電話：03-6450-8510
中国帰国者の生活相談	生活相談	中国語：火～日曜(祝日、12月29日～1月3日を除く) 午前9：30～午後5：45	中国帰国者支援・交流センター 所在地：台東区東上野1-2-13カーニープレイス新御徒町6階 相談電話：03-5807-3172 24時間相談電話：03-5807-3176(録音対応)
日系人のあらゆる相談	生活相談	日本語、ポルトガル語、スペイン語： 月～金曜(祝日を除く) 午後2時～5：30	(公財)海外日系人協会 所在地：神奈川県横浜市中区新港2-3-1 JICA横浜内 電話：045-211-1788
東京英語いのちの電話(TELL)	英語による人生相談(電話またはチャット)	英語： 土曜午前9時～月曜午後11時(継続サービス) 火～木曜 午前9時～午後11時 金曜 午前9時～午前2時	電話：03-5774-0992
多言語情報提供	通訳を介して、日本の法制度や相談窓口を紹介	英語、中国語、韓国語、ベトナム語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、ネパール語、タイ語、インドネシア語 月～金曜、午前9時～午後5時	法テラス 電話：0570-078377



咨询名称	咨询内容	语言・时间	问讯处
犯罪受害者的咨询	世田谷区犯罪受害者等咨询窗口 ※	日语：周一～五 (节假日、12月29日～1月3日除外) 8:30～17:00	人权・男女共同参与课 世田谷区犯罪受害者等咨询窗口 电话：03-6304-3766 传真：03-6304-3710
	受害者支援都民中心	日语：周一、四、五 (节假日、12月29日～1月3日除外) 9:30～17:30 周二、三 (节假日、12月29日～1月3日除外) 9:30～19:00	受害者支援都民中心 电话：03-5287-3336 传真：03-5287-3387
外国人法律咨询 (律师会法律咨询中心)	法律咨询	英语、中文、西班牙语、越南语 (预约) : 新宿：周一～六 (节假日除外) 9:30～16:30 蒲田：周一～五 (节假日除外) 9:30～19:30 周六、周日 (节假日除外) 13:30～16:30	电话：0570-055-289 (予約) 新宿综合法律咨询中心 电话：03-6205-9531 所在地： 新宿区歌舞伎町 2-44-1 东京都健康中心 “HYGEIA” 8 楼 蒲田法律咨询中心 电话：03-5714-0081 所在地： 大田区西蒲田 7-48-3 大越大楼 6 楼
面向性少数者的世田谷虹色广场电话咨询 (对面咨询)	电话咨询 (当事者、家人、朋友、学校相关者等任何人都可咨询) 对面咨询 (事前预约制)	日语： 第 1・第 3 个周五 14:00～17:00 第 2・第 4 个周五 18:00～21:00 对面咨询 (第 4 个周六、15:15～15:55)	男女共同参与中心 “Ra pu ra su” 咨询专用电话 (限咨询) 电话：03-6805-5875 对面咨询预约 电话：03-6450-8510
中国归国者生活咨询	生活咨询	中文：周二～日 (节假日、12月29日～1月3日除外) 9:30～17:45	中国归国者支援交流中心 所在地：台东区东上野 1-2-13 KearnyPlace 新御徒町 6 楼 咨询电话:03-5807-3172 24 小时咨询电话:03-5807-3176 (录音应对)
日裔人士的各类咨询	生活咨询	日语、葡萄牙语、西班牙语： 周一～五 (节假日除外) 14:00～17:30	(财) 海外日裔协会 所在地： 神奈川县横滨市中区 新港 2-3-1 JICA 横滨内 电话：045-211-1788
东京英语生命电话 (TELL)	使用英语提供的人生咨询 (电话或在线聊天)	英语： 周六 9:00～周一 23:00 (无休服务) 周二～四 9:00～23:00 周五 9:00～凌晨 2:00	电话：03-5774-0992
多语言信息提供	通过翻译介绍日本的法律制度和咨询窗口	英语、中文、韩语、越南语、西班牙语、葡萄牙语、他加禄语、尼泊尔语、泰语、印度尼西亚语 周一～五 9:00～17:00	Houterasu 电话：0570-078377



生活情報

スマートフォンなどで区の広報紙を外国語でご覧になれます

無料のアプリケーション「Catalog Pocket」では、区の広報紙（区のおしらせ「せたがや」）を日本語のほか、英語、中国語（簡体字・繁体字）、韓国語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語に翻訳して読む・聞くことができます。

※自動翻訳のため、訳文が正しくない場合があります。

お問い合わせ：広報広聴課

電話：03-5432-2009

FAX：03-5432-3001



外国人のための日本語教室

区内在住・在勤・在学の日本語を初めて学ぶ外国人を対象とした、全20回の日本語教室（入門コース）を開催します。

お問い合わせ：せたがや国際交流センター

電話：03-5432-1538 FAX：03-5432-1570

自治体国際化協会（CLAIR／クレア）

クレアでは、外国人住民が日本で生活するうえで必要な多言語情報などをホームページに掲載しています。詳細は、以下をご覧ください。

<https://www.clair.or.jp/e/multiculture/index.html>

社会福祉法人世田谷ボランティア協会

ボランティア活動の相談、ボランティア団体や日本語教室などの情報提供や、ボランティアの紹介などを行っています。

お問い合わせ：

●世田谷ボランティアセンター

電話：03-5712-5101 FAX：03-3410-3811

●北沢ボランティアビューロー

電話：03-3420-2520 FAX：03-3706-2854

●玉川ボランティアビューロー

電話：03-3707-3528 FAX：03-3708-3058

●砧ボランティアビューロー準備室

電話：03-6411-4007 FAX：03-6411-5888

●鳥山ボランティアビューロー

電話：03-6909-0333 FAX：03-6909-0355

消費生活センター

消費生活相談など、消費生活全般にわたる様々な事業を行っています。

問い合わせ：消費生活センター（消費生活課）

電話：03-3410-6521 FAX：03-3411-6845

賃貸住宅のトラブルを防止するために

賃貸住宅に住んでいる方の注意することが載っている「賃貸住宅紛争防止条例&賃貸住宅トラブル防止ガイドライン（概要版）」（東京都）が、ホームページで見られます。修繕や費用、契約や住ま

い方など、日本ならではのルールがあるため、役に立つ資料です。対応言語は、英語、中国語、韓国語、ベトナム語、タガログ語、ネパール語、日本語です。二次元コードからアクセスできます。

お問い合わせ：

消費生活センター（消費生活課）

電話：03-3410-6521

FAX：03-3411-6845



世田谷区は区内全域の道路、公園を喫煙禁止としています

世田谷区では、屋外の公共の場所などでの環境美化および迷惑防止を促進するため、「世田谷区たばこルール」を定めています。

世田谷区たばこルール

- ・区内全域の道路、公園は、喫煙禁止です（指定喫煙場所を除く）。

- ・区内全域の屋外の公共の場所、公開空地（民有地であっても歩行者が自由に通行できる場所）でも歩きたばこはしないよう努めてください。

お問い合わせ：環境保全課

電話：03-6432-7129 FAX：03-6432-7981

改正健康増進法・東京都受動喫煙防止条例

2020年4月1日から、屋内は原則禁煙です。

決められた場所以外では、喫煙できません。

詳細は、区のホームページをご覧ください。

二次元コードよりアクセスできます。

担当課：世田谷保健所健康企画課



繁殖期のカラスにご注意

繁殖期（3月～7月ごろ）に、カラスが卵やヒナを守るために人を攻撃することがあります。被害を受けないため、巣の近くは避ける、傘をさす、帽子をかぶるなど注意しましょう。

お問い合わせ：環境保全課

電話：03-6432-7137 FAX：03-6432-7981

ハクビシン・アライグマの被害を受けないために

ハクビシン・アライグマの被害を受けないためには、まず、ハクビシン・アライグマが来ないようにすることが重要です。餌となるもの（果物、ペットフードの残り、生ごみなど）を放置しないようにし、糞があったら、掃除して殺虫剤を撒くなどしてください。また、ハクビシン・アライグマは建物内に棲みつく可能性があります。侵入口となりそうな通気口や屋根と壁の間の隙間などがないかを確認し、ふさぐようにしましょう。

お問い合わせ：環境保全課

電話：03-6432-7137 FAX：03-6432-7981



生活信息

可通过智能手机等用外语浏览区内的宣传报

免费 APP “Catalog Pocket” 不仅提供本区宣传报（区报《世田谷》）的日语版本，还可将其译成英语、中文（简体字·繁体字）、韩语、泰语、葡萄牙语、西班牙语、印度尼西亚语、越南语，进行阅读和听读。
※ 因采用自动翻译，译文可能有不正确之处。

问讯处：宣传听取课

电话：03-5432-2009

传真：03-5432-3001



外国人日语教室

以在区内居住、工作、就学的初次学习日语的外国人为对象，开办共计 20 次日语教室（入门课程）。

问讯处：世田谷国际交流中心

电话：03-5432-1538 传真：03-5432-1570

自治体国际化协会（CLAIR）

CLAIR 网站上刊载了外国居民在日本生活所需的多语言信息。详情请浏览以下内容。

<https://www.clair.or.jp/e/multiculture/index.html>

社会福利法人世田谷志愿者协会

进行志愿者活动的咨询，志愿者团体和日语教室等信息提供以及志愿者的介绍等。

问讯处：

● 世田谷志愿者中心

电话：03-5712-5101 传真：03-3410-3811

● 北泽志愿者事务局

电话：03-3420-2520 传真：03-3706-2854

● 玉川志愿者事务局

电话：03-3707-3528 传真：03-3708-3058

● 砧志愿者事务局准备室

电话：03-6411-4007 传真：03-6411-5888

● 乌山志愿者事务局

电话：03-6909-0333 传真：03-6909-0355

消费生活中心

设有消费生活咨询（使用日语）等涉及消费生活各方面的各种业务。

问讯处：消费生活中心（消费生活课）

电话：03-3410-6521 传真：03-3411-6845

为了防止租赁住宅的纠纷

可在网站上浏览的“租赁住宅纠纷防止条例&租赁住宅纠纷防止指南（简易版）”（东京都），刊载了租房居住的人需要注意的事项。其中有关维修、费用、合同和居住方式等都涉及日本特有的规则，非常实用。备有英语、中文、韩语、越南语、他加禄语、尼泊尔语和日语版本。

问讯处：消费生活中心（消费生活课）

电话：03-3410-6521 传真：03-3411-6845



世田谷区内全区道路、公园禁烟

世田谷区为了美化室外公共场所的环境及，避免给他人造成麻烦，规定了“世田谷区烟草规则”。

世田谷区烟草规则

- 区内全区道路、公园禁止吸烟（指定吸烟场所除外）。
- 区内全区的室外公共场所、公共空地（属于民有地，但行人可自由通行的场所）也请尽量做到不走路吸烟。

问讯处：环境保护课

电话：03-6432-7129 传真：03-6432-7981

修正健康增进法・东京都被动吸烟防止条例

2020 年 4 月 1 日起，室内原则上禁止吸烟。

除了规定的场所以外不能吸烟。

详情请浏览世田谷区官网。也可通二维码访问。

问讯处：世田谷保健所健康宣传・管理课



注意处于繁殖期的乌鸦

在繁殖期（3 月～7 月左右），乌鸦为了保护卵和幼鸟有可能攻击人。为了避免受到伤害，请采取措施提防，包括避免接近乌鸦巢、打伞和戴帽子。

问讯处：环境保护课

电话：03-6432-7137 传真：03-6432-7981

避免受到果子狸・浣熊的伤害

为避免受到果子狸・浣熊的伤害，首先应重点防止果子狸・浣熊的出现。不可放置诱饵（水果、剩余的宠物食品、生鲜垃圾等），发现粪便后，请进行清扫，喷洒杀虫剂等。此外，果子狸・浣熊可能栖息在建筑物内。请确认容易成为入口的通气口，检查屋檐和墙壁之间有无缝隙，避免让其侵入。

问讯处：环境保护课

电话：03-6432-7137 传真：03-6432-7981



多様性のある社会をめざして

世田谷区では、全ての人が多様性を認め合い、人権が尊重される地域社会の実現をめざし、平成30年（2018）年4月に「世田谷区多様性を認め合い男女共同参画と多文化共生を推進する条例」を施行しました。

「世田谷区多様性を認め合い男女共同参画と多文化共生を推進する条例」

男女共同参画・多文化共生に係る施策に対する苦情・意見

「世田谷区多様性を認め合い男女共同参画と多文化共生を推進する条例」に基づき第三者委員で構成する「苦情処理委員会」へ申し立てることができます。また、個人間で解決できない問題についてもお問い合わせください。

お問い合わせ：人権・男女共同参画課

電話：03-6304-3453 FAX：03-6304-3710

パートナーシップ・ファミリーシップ宣誓について

世田谷区基本計画に掲げる「人権尊重」の取組みのひとつとして、双方または一方がLGBTQ（性的マイノリティ）である区民のお二人やその子ども・親がその自由な意思によるパートナーシップ・ファミリーシップの宣誓を区長に対して行い、その気持ちを受け止める取組みです。区は、宣誓書を受領し、「宣誓書受領証」をお渡しします。

宣誓を希望される方は、事前に電話、FAX、または窓口にてお申し込みください。宣誓場所は区役所内です。（総合支所、出張所などでは行っていません）

対象：

次の全てに該当するパートナーの方

- (1) 双方が成人に達していること。
- (2) 区内に同一の住所を有する、または、一方が区内に住所を有し、かつ他の一方が区内への転入を予定していること、もしくは双方とも区内への転入を予定していること。
- (3) 双方とも他の者と法律上の婚姻関係にないこと。
- (4) 双方とも他の者とパートナーシップの宣誓をしていないこと。
- (5) 既に他の者とパートナーシップの宣誓をしている場合はその宣誓書の廃棄を申し出ていること。
- (6) 双方の関係などが、直系血族、三親等内の傍系血族及び直系姻族の間ではないこと。

※ファミリーシップにある方

上記要件を満たすパートナーシップにある方とそのお子様、親御様であること。

お問い合わせ：人権・男女共同参画課

電話：03-6304-3453 FAX：03-6304-3710

区営・都営住宅の募集

住宅に困っている低所得のファミリー世帯や高齢者、障害者などの方を対象に、低額な家賃の区営住宅や都営住宅の申し込みについてご案内しています。

申し込み時期や方法は、区のおしらせ「せたがや」をご覧ください。

都営住宅は、5月、8月、11月、2月の、区営住宅は、6月、11月の各1日号に掲載しています。

お問い合わせ：住宅課

電話：03-5432-2498 FAX：03-5432-3040

住まいサポートセンター

世田谷区内にお住まいの高齢者世帯、障害者世帯、ひとり親世帯、LGBTQの方および外国人世帯の居住を支援する事業を実施するとともに、区の住まいに関する事業、サービス、催し物などの情報提供をします。

お問い合わせ：住まいサポートセンター

電話：03-6379-1420 FAX：03-6379-4233

所在地：松原6-3-5 梅丘分庁舎（一般財団法人世田谷トラストまちづくり）

時間：月～金曜 午前8：30～午後5時（祝日、12月29日～1月3日を除く）

お部屋探しサポート

区と協定を結んだ不動産店団体の協力で、民間賃貸住宅の空き室情報を提供するとともに様々なアドバイスをを行っています。

※事前に住まいサポートセンターにご連絡ください。

対象：

区内に在住で、次のいずれかに該当する方

- ・ 60歳以上の単身または高齢者のみの世帯
- ・ 障害者の単身または障害者のいる世帯
- ・ 18歳未満のお子さんのいるひとり親世帯
- ・ LGBTQの方
- ・ 外国人（在留カードなどをお持ちの方）の方のいる世帯で、日本語を話せる方、もしくは日本語を話せる方の同伴をいただける方

お問い合わせ：上記に記載の住まいサポートセンター

区政情報

「区政情報センター」がありますので、ご利用ください。また、各総合支所（世田谷総合支所を除く）には「区政情報コーナー」がありますので、ご利用ください。P.20 参照

ユニバーサルデザインのまちづくり

誰もが安心して出かけられるようにまちの整備を進めています。駅や店舗、道、トイレなどには使いやすいするための工夫がいろいろあります。そのような工夫を紹介した小冊子「ユニバーサルデザインって何だろう？」を配布しています。日本ならではの整備もあるので、日本を知るための良いテキストです。ホームページに英語版があります。

配布場所：都市デザイン課

お問い合わせ：都市デザイン課

電話：03-6432-7152 FAX：03-6432-7996



致力于打造多样性社会

在世田谷区，为了打造让所有人都认同多样性，实现尊重人权的地区社会，于平成 30 年（2018）4 月实施了“世田谷区认同彼此多样性，推进男女共同参与和多文化共生的条例”。

“世田谷区认同彼此多样性，推进男女共同参与和多文化共生的条例”

关于男女共同参与・多文化共生相关政策的投诉、意见

遵照“世田谷区发扬多样性的男女共同参与和多文化共生的推进条例”，可以向第三方委员构成的“投诉处理委员会”提出申诉。对于个人之间无法解决的问题也请咨询。

问讯处：人权・男女共同参与课

电话：03-6304-3453 传真：03-6304-3710

关于伴侣关系・家庭关系的宣誓

该制度根据世田谷区基本计划中提出的尊重人权举措而实施，双方或一方为 LGBTQ（性少数群体）的两位区民及其子女或父母，可自愿向区长宣誓结成伴侣关系和家庭关系，使自己的意愿得到认可。世田谷区将接收宣誓书，并发放“宣誓书领取证”。希望宣誓的人请事先通过电话、传真或窗口进行申请。宣誓地点在区役所内。（総合支所，办事处等不受理）

对象

满足以下全部条件的夫妇

- (1) 双方已成人
- (2) 在区内拥有同一住所，或一方在区内拥有住所，另一方有迁入打算，或双方计划迁入区内
- (3) 双方均未与他人存在法律上的结婚关系。
- (4) 双方均未与他人宣誓存在伴侣关系
- (5) 已与他人宣誓存在伴侣关系时，申请其宣誓书作废。
- (6) 双方关系等不属于直系血亲或三代以内的旁系血亲和直系姻亲。

※ 有家庭关系的人

即满足上述条件的伴侣关系的人及其孩子、父母。

问讯处：人权・男女共同参与课

电话：03-6304-3453 传真：03-6304-3710

区营・都营住宅的招募

以住房困难的低收入家庭和老年人，残疾人等人员为对象，介绍房租便宜的区营住宅和都营住宅的申请事宜。

申请时间和方法，请浏览区报《世田谷》

都营住宅在 5 月、8 月、11 月、2 月的各 1 日版刊载，区营住宅在 6 月、11 月的各 1 日版刊载。

问讯处：住宅课

电话：03-5432-2498 传真：03-5432-3040

居住支援中心

对居住在世田谷区的高龄者家庭、残障人士家庭、单亲家庭、性少数（LGBTQ）人士及外国人家庭等进行居住支援的同时，还搜集并提供有关本区的住宅事业、服务、活动等信息。

问讯处：居住支援中心

电话：03-6379-1420 传真：03-6379-4233

所在地：松原 6-3-5 梅丘分厅舍（一般财团法人世田谷 TRUST COMMUNITY DESIGN）

时间：周一～周五 8:30～17:00（节假日、12 月 29 日～1 月 3 日除外）

帮忙找房子

在与区役所签订协议的不动产店铺团体的协助下，提供民间租赁住宅的空房间信息，并提供各类建议。

※ 请事先联系住宅支援中心。

对象：

在区内居住，符合以下任意一项条件的人

- ・ 60 岁以上的单身人士或只有高龄者的家庭
- ・ 单身残障人士或有残障人士的家庭
- ・ 有未满 18 岁孩子的单亲家庭
- ・ 性少数（LGBTQ）人士
- ・ 有外国人（在留卡持有者）的家庭，且会说日语或有会说日语的人陪同前来的人

问讯处：上述住宅支援中心

区政信息

设有“区政信息中心”，请大家利用。此外，各综合支所（世田谷综合支所除外）内还设有“区政信息栏”可供参考。

参照 P.21

通用化设计的城市

政府在推进城市建设的工作中注重让每位市民都能够放心出行。车站、店铺、道路、厕所等设施考虑了各种细节以便于使用。现在正分发《什么是通用化设计？》的小册子，其中介绍了这些细节设计，并且包含了日本特有的建设方式，是了解日本的实用教材。网站主页上登载英语版。

分发地点：都市设计课

问讯处：都市设计课

电话：03-6432-7152 传真：03-6432-7996



資源（リサイクル）・ごみ

この『Life in Setagaya』と一緒に、資源・ごみ収集日やごみの分け方について詳しく説明したパンフレットを配っています。

言語：英語、中国語、韓国語

場所：清掃事務所、清掃・リサイクル部事業課、出張所（まちづくりセンターは除く）、各総合支所くみん窓口



資源・ごみ集積所での収集

世田谷区では、ごみは可燃ごみと不燃ごみに分け、資源は古紙、ガラスびん、缶、ペットボトルに分けてお出しいただくよう願っています。

特に、資源（古紙、ガラスびん、缶）、ペットボトルはそれぞれ別々の再生品になりますので、種類の違うものやごみを混ぜないでください。

可燃ごみ・不燃ごみ・資源・ペットボトルの収集日は、お住まいの地域によって異なります。

収集日の朝、午前8時（可燃ごみについて：三軒茶屋駅、下北沢駅周辺の一部地域は朝、午前7時）までに資源・ごみ集積所にお出しください。分別がされていない、収集日以外の排出などルールが守られていないものは、収集できない場合があります。

※原則として雨天時も収集を行います。荒天時は遅延、中止となる場合があります。

※日曜日の収集はありませんが、祝日は収集します。

※12月29日～1月3日の収集日は区のお知らせ「せたがや」などでお知らせします。

※引越しなどで一度に大量のごみ（おおむね45ℓの袋で4袋以上）を出す場合や収集日以外の日に出す場合は有料になります。事前に管轄の清掃事務所にご相談ください。

※事業系の資源・ごみは有料になります。詳しくは管轄の清掃事務所にご相談ください。

P.138 参照

店舗・公共施設での回収

回収ボックスのあるコンビニエンスストア、スーパーマーケットなどでは、独自に紙パック、ペットボトル、発泡スチロール製食品トレイなどの回収を行っています。各店のルールに従って出してください。

総合支所・出張所・区民センターなどの公共施設でペットボトル、白色発泡スチロール製食品トレイ、色・柄付き発泡スチロール製食品トレイ、食品用透明プラスチック容器、廃食用油、新聞、小型家電などの回収を行っています。

資源とごみの分け方・出し方

古紙

資源・ごみ集積所にお出しください。週1回収。

- ・新聞（折り込みチラシを含む）
- ・雑誌類（雑誌や単行本などの書籍、教科書、厚紙、菓子箱、ティッシュの紙箱、カタログ、パンフレット、包装紙、メモ用紙、ノートなど）
- ・紙パック（内側が白く、500ml以上で紙パックマークがついたもの）
- ・段ボール

※「新聞、雑誌類・紙パック」と「段ボール」はそれぞれ別の車両で回収しているため、回収時間が異なります。必ず回収日の朝、午前8時までにお出しください。

※段ボールに入っている緩衝材の発泡スチロールは可燃ごみとしてお出しください。

※ピザの箱や洗剤の箱など、油や匂いの付いた紙は可燃ごみとしてお出しください。

※品目ごとにひもでしばってください。

※不揃いな紙は紙袋に入れるか、雑誌などの間にはさんでください。

※紙パックは、紙袋に入れてお出しいただくこともできます。

ガラスびん

資源・ごみ集積所にお出しください。週1回収。

- ・飲み物や食品用（酒類、ジュース、ドリンク剤、



资源（再利用）・垃圾

除本《我们住在世田谷区》外，另有资源和垃圾的垃圾收集日和分类方法的详细说明的小手册一起分发。随时领取。

语言：英语，中国语，韩语

地点：清扫事务所，清扫・再利用部事业课，办事处（不含社区振兴中心），各综合支所区民窗口



在资源・垃圾收集站收集

在世田谷区，垃圾请分为可燃烧垃圾与不能燃烧垃圾，资源请分为废纸、玻璃瓶、金属罐、塑料瓶来扔。特别是属于资源型的（旧纸张，玻璃瓶，金属罐）、聚乙烯瓶可以分别回收利用，请不要混合不同种类的垃圾。

资源，可燃垃圾，不可燃垃圾，塑料瓶的收集日期，因居住地区而有所不同。

请在收集日的 8:00（关于可燃垃圾：三轩茶屋站、下北泽站周边的部分地区为早上 7 点）以前送到资源，垃圾站。

未加分类，在收集日以外倒出等不遵守规定者，有时将无法收集。

※原则上雨天也收集，但在坏天气时会有延迟、中止的可能。

※星期天不收集，但节日也收集。

※12月29日～1月3日的收集日由区报《世田谷》等予以通知。

※因搬家等一次倒出大量垃圾（大概相当于 45L 垃圾袋 4 个以上数量）以及在非收垃圾日倒垃圾时需要付费。请事先与负责的清扫事务所咨询。

※商业、办公性质的资源和垃圾收集需要付费。详情请与负责的清扫事务所咨询。

参照 P.139

在商店・公共设施回收

设有回收箱的便利店，超市等也可回收纸盒、塑料瓶，泡沫塑料制的食品托盘等。请遵守各店的规定。

在综合支所、办事处、区民中心等公共设施回收塑

料瓶、白色泡沫塑料制的食品托盘、有色・有图案的泡沫聚苯乙烯制食品托盘、食品用透明塑料容器、废弃食用油、报纸、小型家用电子设备等。

资源和垃圾的正确分类方法、倒出方法

废纸

请拿到资源，垃圾收集站。每周回收一次。

- ・报纸（包括夹入的广告单）
- ・杂志（杂志，单行本等书籍，教科书，厚纸，点心盒，纸巾盒，目录，手册，包装纸，便笺，笔记本等）
- ・纸盒（内侧为白色，500ml 以上，带有纸盒标志）
- ・纸箱

※“报纸・杂志・纸盒”和“纸箱”的回收使用不同的车辆，适用不同的回收时间。请一定在收集日的早上 8 点之前送到指定地点。

※纸箱里作为缓冲材料的泡沫塑料请作为可燃垃圾来扔。

※请按种类用绳捆好

※碎纸请装入纸袋或夹在杂志等中间。

※纸盒也可放入纸袋中倒出。

※比萨饼的盒子和洗涤剂的箱子等附有油和气味儿的纸请作为可燃垃圾倒出。

玻璃瓶

请拿到资源・垃圾收集站。每周回收一次。



ジャムなど)のガラスびん

- ※中をすすいで黄色いコンテナにガラスびんだけを入れてください。
- ※コンテナにはガラスびんを袋に入れたまま出さないでください。
- ※コンテナは、荒天時に配付しない場合があります。
- ※コンテナが配付されていない資源・ごみ集積所に出す場合は、中身の見える袋に入れてお出してください。
- ※油、薬品の入っていたびん、ガラス食器などは不燃ごみとしてお出してください。
- ※中身の入ったガラスびんは出さないでください。
- ※ビールびんなどのくり返し使えるびんは、できるだけ購入した販売店にお返しください。

缶

- 資源・ごみ集積所にお出してください。週1回収。
- ・飲み物や食品用(ジュース、ビール、缶詰、お菓子のり、茶葉など)のアルミ、スチール缶
 - ※軽くすすいで青いコンテナに缶だけを入れてください。
 - ※コンテナには缶を袋に入れたまま出さないでください。
 - ※コンテナは、荒天時に配付しない場合があります。
 - ※コンテナが配付されていない資源・ごみ集積所に出す場合は、中身の見える袋に入れてお出してください。
 - ※飲み物・食品用以外の缶や、使い切ったスプレー缶、缶以外の金属などは不燃ごみとしてお出してください。
 - ※中身の入った缶は出さないでください。

可燃ごみ

- 資源・ごみ集積所にお出してください。清掃工場で焼却処理し、熱エネルギーを発電などに有効利用します。週2回収。
- ※ふたつきの容器(90ℓ以下)または中身の見える袋に入れてお出してください。
 - ※段ボール箱では出さないでください。

不燃ごみ

- 資源・ごみ集積所にお出してください。不燃ごみ中継所で有用金属を含む小型家電や金属製品を選別し、資源化を行っています。それ以外の不燃ごみは、不燃ごみ処理センターで破碎し、金属類を資源と

- して回収した後、埋立処分されます。月2回収集。
- ※ふたつきの容器(90ℓ以下)または中身の見える袋に入れてお出してください。
 - ※スプレー缶、ライターは中身を使い切り、他の不燃ごみと別の袋に入れてお出してください。危険ですので穴はあけないでください。

ペットボトル

- 資源・ごみ集積所にお出してください。月2回収。
- ・PETマークのついた飲料用(清涼飲料、酒類、乳飲料など)、調味料用(しょうゆ、めんつゆ、みりん、調味酢など)のペットボトル
 - ※キャップ・ラベル・シールを取り、中をすすいで空にし、つぶしてから中身の見える袋に入れてお出してください。
 - ※キャップ・ラベル・シール、PETマーク以外のペットボトル、汚れの取れないペットボトル、油、洗剤、医薬品などの容器は可燃ごみとしてお出してください。
 - ※注射針など鋭利なものをペットボトルに入れて出さないでください。

粗大ごみの出し方

- 世田谷区粗大ごみ受付センターにお申し込みください。インターネットでは24時間受け付けています。

電話：03-5715-1133

※英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語にも対応しています。

時間：月～土曜(祝日を含む)

午前8時～午後9時

2025年1月より 午前8時～午後7時

ホームページ

<https://www.sodai-setagaya.jp>

※英語表記対応



- 有料です。区内のコンビニエンスストアなどで有料粗大ごみ処理券を購入し、名前または受付番号と収集日を書いて粗大ごみに貼ってください。
- 収集日の朝、午前8時までに、建物の玄関先など指定の場所にお出してください。

粗大ごみ(一辺の長さが30cmを超える物)

申込制・有料(シール制)

- ・家具・寝具(いす、布団、カーペットなど)



- 饮料和食品用（酒类、果汁、果酱等）的玻璃瓶
- ※ 请清洗内部后只将玻璃瓶投入黄色箱中。
- ※ 收集箱内请勿将玻璃瓶装在袋子内扔出。
- ※ 暴风雨天气时，有可能不设置收集箱子。
- ※ 如资源·垃圾收集站没设箱子，请将垃圾放入能看见内容塑料袋里放在收集站。
- ※ 装过油，药品的瓶子，玻璃餐具等请以不燃垃圾倒出。
- ※ 未清空的玻璃瓶请勿拿出。
- ※ 啤酒瓶等可以反复使用的瓶子，请尽量返还给当时购买的销售店。

罐

- 请简单清洗后拿到资源·垃圾收集站。每周回收一次。
- 饮料或食品（果汁，啤酒，罐头，点心，紫菜，茶叶等）铝，铁罐。
 - ※ 请简单清洗后只将罐子投入蓝色箱子。
 - ※ 收集箱内请勿将罐子装在袋子内扔出。
 - ※ 暴风雨天气时，有可能不设置收集箱子。
 - ※ 如资源·垃圾收集站没设箱子，请将垃圾放入能看见内容塑料袋里放置在收集站。
 - ※ 饮料，食品用以外的罐子和用完的喷雾罐、罐以外的金属等应作为不燃垃圾倒出。
 - ※ 未清空的罐子请勿倒出。

可燃垃圾

- 请拿到资源和垃圾集中处。在清扫工厂进行焚烧处理，将热能有效利用于发电等。每周收集两次。
- ※ 请使用（在 90 l 以下）有盖的容器或是可以看见内容的塑料袋倒出。
 - ※ 请勿用纸箱倒出。

不燃垃圾

- 请扔到资源和垃圾集中处。在不能燃烧垃圾中转站挑选小型家电等的金属部分来进行资源化的基础上，在不能燃烧垃圾处理中心进行粉碎处理，进而把金属类作为资源回收后，进行填埋处理。每月收集两次。
- ※ 请使用（在 90 l 以下）有盖的容器或是可以看见内容的塑料袋倒出。
 - ※ 喷雾式罐子、打火机请使用干净，与其它不可燃垃圾区分开来，装进别的袋子倒出。
 - ※ 比较危险，请勿开孔。

塑料瓶

- 请送至资源垃圾收集站。每月回收两次。
- 带有 PET 标志的饮料用（清凉饮料，酒类，乳品饮料等）、调味料用（酱油，酱料，料糖，醋等）的塑料瓶
 - ※ 请取下瓶盖·标签·贴签，并将塑料瓶内部清洗后清空压扁，装入能看得见内容的袋子倒出。
 - ※ 瓶盖·标签·贴签，PET 标识以外的塑料瓶，洗不干净的塑料瓶，装油、洗涤剂 and 药品等的容器请作为可燃垃圾倒出。
 - ※ 注射针等锐利物请勿放入塑料瓶中倒出。

大件垃圾的倒出方法

- 请向世田谷区大件垃圾受理中心申请。在互联网上 24 小时受理。
- 电话：03-5715-1133
- ※ 也可受理英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语。
- 时间：周一～周六（节日也受理）
8:00～21:00
2025 年 1 月开始 8:00～19:00
- 网页：
<https://www.sodai-setagaya.jp>
- ※ 对应英语显示



- 收费。（请在区内的便利店等购买大件垃圾收费处理券，填写姓名，受理号码和收集日后，贴在大件垃圾上）
- 收集日当天的 8:00 之前，请放在楼门口等指定地点。

大件垃圾（一条边的长度在 30cm 及以上之物）

- 申请制，收费（标签制）
- 家具·寝具（椅子，被子，地毯等）
 - 电器产品（煤气灶，煤油取暖器等）
 - 其他（自行车等）
 - ※ 分拆后的物品也是大件垃圾
 - ※ 仅限于周六和周日，1 天 1 次最多可搬入 10 件。
 - ※ 手续费为收集时的一半金额左右。
 - ※ 业务系统大件垃圾（在办公室或商业用）不能申请。请委托给废弃物处理业者。
 - ※ 空调机，电视机，冰箱，冰库（包括冷库·冷温库），洗衣机，干衣机不能作为大件垃圾倒出。换购时请到家用电器商店。其他的情况请向家电再利用受理中心问询。

- ・電気製品(ガスレンジ、石油ファンヒーターなど)
- ・その他(自転車など)

※解体したものの、粗大ごみです。

※土・日曜に限り、一世帯あたり1日1回10個まで持ち込めます。手数料は、収集する場合の半額程度です。

※事業系粗大ごみ（事業所や商売で使用しているもの）はお申し込みできません。廃棄物処理業者に委託してください。

※ エアコン、テレビ、冷蔵庫・冷凍庫（保冷庫・冷温庫含む）、洗濯機・衣類乾燥機は粗大ごみとして出せません。買い替えの場合は家電小売店へ。その他の場合は、家電リサイクル受付センターにお問い合わせください。

区で収集できないもの

- 有害性のあるもの、感染性のあるもの、危険性のあるもの、著しく異臭を発するもの

例) ガスボンベ、石油類（ガソリン、軽油、灯油、シンナーなど）、塗料、薬品類、印刷用インク、充電式電池、バッテリー、花火、大量のマッチ、消火器、ブロック、レンガ、タイル、コンクリート製品、石こうボード、土、砂、注射針、鍼灸などの施術用針など

- メーカーによる回収対象品や特殊な処理が必要なもの（エアコン、テレビ、冷蔵庫（保冷庫・冷温庫含む）、洗濯機・衣類乾燥機、自動車、オートバイ、タイヤ、ピアノ、パソコンなど）

※ 不明な点は、管轄の清掃事務所にお問い合わせください。

お問い合わせ：

- 世田谷清掃事務所
電話：03-3425-3111 FAX：03-3425-8381
- 玉川清掃事務所
電話：03-3703-2638 FAX：03-3704-7096
- 砧清掃事務所
電話：03-3290-2151 FAX：03-3290-2171
- 清掃・リサイクル部事業課
電話：03-6304-3297 FAX：03-6304-3341

電話：0570-087200

時間：月～土曜 午前9時～午後5時

※ 家庭用パソコン（ワープロは除く）は粗大ごみや不燃ごみとして出せません。メーカーにお申し込みください。自作やメーカーが不明な場合は、パソコン 3R 推進協会へお問い合わせください。

ホームページ：<https://www.pc3r.jp/>

電話：03-5282-7685

その他宅配業者による回収も行っています。

協力事業者であるリネットジャパンリサイクル(株)へお申し込みください。周辺機器や小型家電も同梱可能で、パソコン本体を含む場合は、回収料金が無料(1箱分)になります。

ホームページ：<https://www.renet.jp/>

資源・ごみ集積所看板

収集日・お問い合わせ先は、お住まいの地域によって異なります。

資源・ごみ集積所

Recyclables and Garbage Collection Point

収集（回収）の時間帯
になりますので、収集
はご注意ください。

Don't Park here.

資源

Recyclables

Newspapers, Magazines, Paper, Cardboard, Canned Goods, Soda, Glass, etc.

古紙
新聞、雑誌
紙パック
段ボール等

ガラスびん
お茶、飲料
のガラスびん

缶
お茶、飲料
のアルミ缶
スプレー缶

金
FRI

8:00
a.m.
までにお出し
ください

可燃ごみ

Combustible Garbage

生ごみ、少量の燃物
紙くず、プラスチック類
ゴム、皮革製品、衣類 等

水
WED SAT

8:00
a.m.
までにお出し
ください

不燃ごみ

Noncombustible Garbage

電機、ガラス製品、陶磁製品、
硬質プラスチック、ライター
一辺の長さが30cm以下的小型家電製品 等

毎月 Every month
1・3
11 3日
回目の
金
FRI

8:00
a.m.
までにお出し
ください

ペットボトル

Plastic Bottles

キャップ・ラベルをはずして賢く
リサイクル、つぎへお出しくください。

毎月 Every month
2・4
11 4日
回目の
金
FRI

8:00
a.m.
までにお出し
ください

粗大ごみ

（一辺の長さが90cmを超えるもの）

Large-Size Garbage

申込用（有料）

Application System

世田谷区粗大ごみ受付センター

TEL 03-5715-1133

受付：（月）～（土） 8:00～9:00
a.m. p.m.

インターネット24時間受付『世田谷区粗大ごみ受付センター』で検索

★事業所の資源・ごみはすべて有料です。有料ごみ処理券を貼って出してください。

A handling charge is imposed on all business-related garbage and recyclables.
Please attach garbage disposal seals corresponding to the volume of the bag.

世田谷区
City of Setagaya

資源・ごみ集積所に与えられた条例で規定する再利用の対象となる物は、
医師の検察が、世田谷区の回収に出たものです。
これらを持ちこたえる行為は条例で禁止されています。

エコプラザ用賀

家庭から出たまだ使用できる家具・家電などの持ち込みや、粗大ごみなどから出たリユース（再使用）品を譲り受けることができます。詳しくは、お問い合わせください。

電話：03-3708-4081 FAX：03-3708-4082

所在地：用賀 4-7-1

開館時間：午前 9 時～午後 5 時

休館日：月曜（月曜が祝日の場合は翌日休館）

ホームページ：<https://www.ecoccle-setagaya.jp>



ペット

犬の登録・飼い主の転居などの届出

犬の飼い主には、犬の登録と飼い犬に毎年1回狂犬病予防注射を受けさせることが、狂犬病予防法で義務付けられています。

1. 犬の登録・死亡・変更

(1) 犬の登録

犬を飼い始めたら、環境省データベース「犬と猫のマイクロチップ情報登録」のサイトで、マイクロチップの登録情報を変更してください。

マイクロチップの装着ができない場合、世田谷保健所で犬の登録をして鑑札の交付を受けてください。

いずれの場合も、手数料がかかります。

(2) 犬に関する届出

マイクロチップを装着かつ環境省データベース「犬と猫のマイクロチップ情報登録」のサイトへ所有者などの情報を登録している場合は、飼い主の住所などの変更（海外への転出を含む）、犬の死亡などの手続きは、環境省データベース「犬と猫のマイクロチップ情報登録」のサイトで行ってください。

鑑札で登録している場合は、世田谷保健所または総合支所くみん窓口、出張所に届出てください。

区外から転入した場合、前住所地で交付を受けた鑑札、注射済票を世田谷保健所または総合支所くみん窓口、出張所に持参してください。

オンライン手続きが可能なものもありますので、詳しくは区ホームページをご覧ください。

2. 狂犬病予防注射接種の届出

飼い犬に毎年1回、動物病院で狂犬病の予防注射を接種し、獣医師が発行する「狂犬病予防注射済証」を世田谷保健所または総合支所くみん窓口、出張所に持参して、注射済票の交付を受けてください。手数料が550円かかります。

犬を海外から連れてくる場合・犬を海外へ連れていく場合

犬の検疫手続きが必要です。詳細は動物検疫所へお問い合わせください。

成田支所：電話 0476-32-6664

羽田空港支所：電話 03-5757-9752

飼い犬が行方不明になった場合

飼い犬が行方不明になったら、近所をよく探してください。また、東京都動物愛護相談センター、世田谷保健所、警察署などにもお問い合わせください。

東京都動物愛護相談センター：電話 03-3302-3507

世田谷保健所生活保健課：電話 03-5432-2908

FAX 03-5432-3054



宠物

养狗登记，养主搬迁时的通知手续

根据狂犬病预防法，养主需承担养狗登记以及每年让狗接受一次狂犬病预防注射的义务。

1. 狗的登记、死亡、变更

(1) 养狗登记

开始养狗后，请在环境省“猫狗微型芯片信息登记”数据库的网站变更微型芯片的登记信息。

如果无法植入芯片，需到世田谷保健所进行养狗登记并领取登记标记牌。

以上两种情况，均会产生手续费。

(2) 与狗相关的申报手续

如已植入芯片并在环境省“猫狗微型芯片信息登记”数据库的网站登记了所有者信息，养主的住址等变更（包括移居海外）、狗死亡等手续请在环境省“猫狗微型芯片信息登记”数据库的网站上进行。

如果是通过标记牌登记，请向世田谷保健所或综合支所区民窗口、办事处申报。

从区外转入时，请将从上个住址所在地领取的标记牌、注射完成证明书提交给世田谷保健所或综合支所区民窗口、办事处。

部分手续亦可在网上办理，详情请浏览区主页。

2. 狂犬病预防注射的申报手续

每年要让狗在动物医院接受一次狂犬病预防注射，并将兽医发行的狂犬病预防注射完成证明递交至世田谷保健所、综合支所区民窗口或办事处，办理注射完成证明书。手续费为 550 日元。

将狗从国外带来、往国外带走时

需要办理狗的检疫手续。详细请咨询动物检疫所。

成田支所：电话 0476-32-6664

羽田机场支所：电话 03-5757-9752

饲养犬只走失时

如狗走失，请在附近仔细寻找。此外还请向东京都动物保护咨询中心，世田谷保健所，警察署等进行问询。

东京都动物保护咨询中心：电话 03-3302-3507

世田谷保健所生活保健课：电话 03-5432-2908

传真 03-5432-3054



乗り物

電車とバス

- 中学校入学前の子どもは、子ども料金(大人の半額)、幼児(小学校入学前)は保護者 1 人につき 2 人が無料。3 人目からは子ども料金が必要です。詳しくは、それぞれの電鉄・バス会社にお問い合わせください。
- 忘れ物は各社の最寄り駅または営業所へお問い合わせください。

区内鉄道・バス会社電話番号

- | | |
|---------------|-----------------|
| • 東急電鉄 | 電話：03-3477-0109 |
| • 東急バス | 電話：03-6412-0190 |
| • 小田急電鉄 | 電話：044-299-8200 |
| • 小田急バス | 電話：03-5313-8330 |
| • 京王電鉄 | 電話：042-357-6161 |
| • 京王バス | 電話：042-352-3713 |
| • 関東バス | 電話：03-3371-1225 |
| • 都営交通お客様センター | 電話：03-3816-5711 |



交通工具

电车和巴士

- 小学生可购儿童票（成人票的半价）。每个监护人可带两个免票幼儿（学龄前），第3个以上需购儿童票。详细情况请向电铁、巴士公司咨询。
- 遗忘物品，请向各电车、巴士公司的附近车站或营业所询问。

区内铁路、公共汽车公司电话号码

- | | |
|-----------|-----------------|
| • 东急电铁 | 电话：03-3477-0109 |
| • 东急巴士 | 电话：03-6412-0190 |
| • 小田急铁路 | 电话：044-299-8200 |
| • 小田急巴士 | 电话：03-5313-8330 |
| • 京王铁路 | 电话：042-357-6161 |
| • 京王巴士 | 电话：042-352-3713 |
| • 关东巴士 | 电话：03-3371-1225 |
| • 都交通信息中心 | 电话：03-3816-5711 |



車と交通ルール

主な交通ルール

1. 歩行者

- 歩行者は、歩道があるところでは歩道を歩きます。歩道がないところでは、道路の右側を歩きます。
- 道路横断に際しては、横断歩道や歩道橋を渡ります。

2. 自転車

- 自転車は、車道の左側を通行します。
- 自転車が歩道を通行するのは、歩道が自転車通行可となっているとき、運転者が13歳未満の子ども、70歳以上の高齢者、身体が不自由な場合です。
- 歩道を通行する場合には、歩行者優先で、車道寄りを徐行しなければいけません。
- 自転車走行に際して飲酒運転、二人乗り、並進、傘さし運転、スマートフォン・携帯電話などの操作は禁止されています。
- 自転車に乗る際は、ヘルメットの着用に努めてください。なお、13歳未満の子どもはヘルメットを着用しなければいけません。
- 自転車損害賠償責任保険に加入しなければいけません。

3. 自動車

- 自動車を運転するには、運転免許が必要です。
- お酒を飲んで自動車を運転してはいけません。
- 自動車は左側通行です。
- 自動車に乗るときは、全ての座席でシートベルトを着用しなければいけません。
- 運転中にスマートフォン・携帯電話などの操作は禁止されています。運転中はカーナビゲーションなどの画面を注視してはいけません。

主な道路標識



Road Closed
通行止め



Vehicle Entry
Prohibited
車両進入禁止



No Parking or
Stopping
駐車禁止



Slow Down
徐行



One-way
一方通行



No U-turn
転回禁止



No Parking
駐車禁止



Stop
一時停止



School
Kindergarten,
Nursery School
Zone
学校・幼稚園・
保育所等あり



Bicycles and
Pedestrians
Only
自転車及び歩行者
専用



No Pedestrian
Crossing
歩行者横断禁止



车辆与交通规则

主要的交通规则

1. 行人

- 行人在有人行道的地方要沿人行道通行，在没有人行道的地方必须沿道路右侧步行。
- 穿越道路时，走人行横道和天桥。

2. 自行车

- 自行车必须沿车道的左侧通行。
- 自行车可以在人行道上通行的情况为，人行道允许自行车通行时、骑车人为不满 13 岁的儿童或 70 岁以上高龄者、身体有残疾者。
- 在人行道上通行时，必须以行人优先，沿靠近车道的一侧缓慢骑行。
- 在自行车上骑行时，禁止酒后骑车、二人同乘、并行骑车、举伞骑车、边骑车边打智能手机或功能手机。
- 骑自行车时请尽量戴安全帽。如未满 13 岁，则必须戴安全帽。
- 必须加入自行车损害赔偿责任保险。

3. 汽车

- 驾驶汽车需要有驾驶执照。
- 不可酒后驾驶汽车。
- 汽车为左侧通行。
- 乘坐汽车时，所有座席都必须系上安全带。
- 驾车过程中不可操作智能手机或功能手机。驾驶中不可注视汽车导航仪等的画面。

主要的路标



禁止通行

通行止め



禁止车辆进入

車両進入禁止



禁止停放车辆

駐停車禁止



慢行

徐行



单行道

一方通行



禁止掉头

転回禁止



禁止停车

駐車禁止



临时停车

一時停止



有学校・幼儿园・保育所

学校・幼稚園・
保育所等あり自行车及
行人专用自転車及び
歩行者専用禁止行人
横穿马路

歩行者横断禁止



運転免許証

1. 日本で運転する場合

■日本で運転するためには、次のいずれかの運転免許証を必ず携帯している必要があります。

- 日本の運転免許証
- ジュネーブ条約締結国発給の国際運転免許証
- 外国（スイス、ドイツ、フランス、ベルギー、モナコ、台湾）の免許証

■日本において運転できる期間

- 日本の運転免許証：有効期間内
- 国際運転免許証および外国の免許証：日本に上陸した日から1年間または当該運転免許証の有効期間のいずれか短い期間

2. 日本の免許への切り替え

外国の運転免許証が有効な方は、取得した日から3か月以上、その国に滞在したことを証明すれば、

この運転免許証をもとに日本の運転免許に切り替えることができます。

1、2の手続きに関しては、試験場へお問い合わせください。

お問い合わせ：

- 鮫洲運転免許試験場
電話：03-3474-1374
所在地：品川区東大井 1-12-5
- 府中運転免許試験場
電話：042-362-3591
所在地：府中市多磨町 3-1-1
- 江東運転免許試験場
電話：03-3699-1151
所在地：江東区新砂 1-7-24

自動車などの登録と廃車

車種	取り扱い機関	電話・所在地
• 原動機付自転車（125cc または 1.0 kW 以下） • 小型特殊自動車	課税課管理係（P.84 参照）、総合支所くみん窓口（P.20 参照）	
• 軽自動車（三輪・四輪）	軽自動車検査協会東京主管事務所	電話：050-3816-3100 FAX：03-6712-8625 所在地：港区港南 3-3-7
• 125cc を超えるオートバイ • 普通自動車	関東運輸局東京運輸支局	電話：050-5540-2030 FAX：03-3471-6320 所在地：品川区東大井 1-12-17

原動機付自転車（125cc または 1.0 kW 以下）、小型特殊自動車の登録・廃車の手続きに必要なもの

本人確認書類のほかに、次のものをご用意ください。

申告内容		申告に必要なもの	
登録	新規購入	販売証明書	
	譲渡	前所有者が 廃車済	廃車申告受付書 譲渡証明書
		前所有者が 未廃車	標識交付証明書 譲渡証明書 ナンバープレート
		転入	前住所で廃 車済
	前住所で未 廃車	標識交付証明書 ナンバープレート	

申告内容		申告に必要なもの
廃車	廃棄解体	標識交付証明書
	譲渡	ナンバープレート
	転出 盗難・紛失	

日本から出国するときは、課税課管理係（P.84 参照）にご相談ください。

※「自動車などの所有者にかかる税金」については、P.84 参照。



驾驶执照

1. 在日本驾驶时

■ 在日本开车必须携带以下任何一种驾驶执照。

- 日本的驾驶执照
- 日内瓦条约加盟国所发行的国际驾驶执照
- 国外（瑞士，德国，法国，比利时，摩纳哥，台湾）驾驶证

■ 在日本可以驾驶的期间

- 日本的驾驶执照／有效期内
- 国际驾驶执照及外国的驾驶执照／以自进入日本之日起 1 年或该驾驶执照的有效期中较短的期间为准。

2. 更换为日本的驾驶执照

拥有外国有效的驾驶执照者，只要可以证明其在取得之日起在那一个国家滞留三个月以上，就可以根据该驾驶执照更换为日本驾驶执照。

有关 1、2 的手续，请向考试场咨询。

问讯处：

- 鲛州驾驶执照考试场
电话：03-3474-1374
所在地：品川区东大井 1-12-5
- 府中驾驶执照考试场
电话：042-362-3591
所在地：府中市多磨町 3-1-1
- 江东驾驶执照试验场
电话：03-3699-1151
所在地：江东区新砂 1-7-24

汽车（摩托车）登记及车辆报废

车种	受理处	电话 / 所在地
• 带发动机的自行车即原付（125cc 或 1.0kW 以下） • 小型特殊汽车	税金计算课管理系（参照 P.85）、综合支所区民窗口（参照 P.21）	
• 轻型汽车（三轮、四轮）	轻型汽车检查协会 东京主管事务所	电话：050-3816-3100 传真：03-6712-8625 所在地：港区港南 3-3-7
• 超过 125cc 的摩托车 • 一般汽车	关东运输局 东京运输支局	电话：050-5540-2030 传真：03-3471-6320 所在地：品川区东大井 1-12-17

带发动机的自行车即原付（125cc 或 1.0kW 以下）、小型特殊汽车进行登记、车辆报废手续时所需的证件除了本人身份确认资料外，请准备以下物品。

申报内容		申报所需的物品
注册 登记	新购入	销售证明书
	转让	前车主已报废
		报废申报受理书 转让证明书
		前车主未报废
		标志交付证明书 转让证明书 车牌
	迁入	在旧住址报废
		报废申报受理书
		未在旧住址报废
		标志交付证明书 车牌

申报内容		申报所需的物品
报废	废弃解体	标志交付证明书 车牌
	转让	
	迁出	
	失窃、丢失	

离开日本出境时，请向税金计算课管理系（参照 P.85）咨询。

※ 汽车所有者所需税金参照 P.85。



自転車・バイクの駐車

自転車・バイクの放置をなくしましょう

駅周辺の車道や歩道に置かれた自転車やバイクは、歩行者の安全な通行を妨げたり、災害時緊急活動を阻害するなど、大変迷惑です。区ではこの放置自転車・バイクをなくすため、条例を設け「自転車等放置禁止区域」を指定し、看板を掲示しています。この区域に放置してある自転車などは、即時撤去されます。

引き取りの際必要なもの：

- ・撤去返還料（自転車 3,000 円、原付バイク 4,000 円、現金のみ）
- ・在留カードまたはパスポート
- ・自転車またはバイクのカギ

引き取る場所（放置自転車等保管所）：撤去された場所によって引き取る場所が異なります。詳しくは世田谷区自転車コールセンターへお問い合わせください。

電話：03-3424-4191

※撤去されて 30 日を過ぎても引き取りがないときは処分されます。

※自転車等放置禁止区域内はマークが路面にあります。

区立自転車等駐車場

自転車と原付バイク（50cc 以下）の駐車は、区立自転車等駐車場を利用しましょう。有料の施設と無料の施設があります。

有料駐車場の利用料金

定期利用（1 か月）料金：

自転車 1,000 ～ 2,000 円、原付バイク（50cc 以下）2,500 ～ 3,000 円

日ぎめ料金：

自転車 100 円、原付バイク（50cc 以下）200 円

日ぎめ回数券（12 回分）：

自転車 1,000 円、原付バイク（50cc 以下）2,000 円 現地で発売しています。（一部発売していない駐車場あり）

定期利用には、駅の改札口から、住所、勤務先または通学先までが一定距離（駅によって異なります）以上離れている必要があります。

定期利用申し込みの際必要なもの：

- ・定期利用料金
- ・住所・氏名が確認できるもの
- ・自転車・原付バイク（50cc 以下）本体

レンタサイクルポート

レンタサイクルをご利用ください。

- ・桜上水南レンタサイクルポート
（IHI がやリン桜上水南ポート）
所在地：桜上水 4-18-13
- ・経堂駅前レンタサイクルポート
（IHI がやリン経堂駅前ポート）
所在地：経堂 2-1-38 先
- ・三軒茶屋中央レンタサイクルポート
（IHI がやリン三軒茶屋中央ポート）
所在地：三軒茶屋 2-11 先
- ・桜新町レンタサイクルポート
（IHI がやリン桜新町ポート）
所在地：桜新町 2-7-15
- ・等々力レンタサイクルポート
（IHI がやリン等々力ポート）
所在地：等々力 3-2-2
- ・三軒茶屋北レンタサイクルポート
所在地：太子堂 2-16-1
- ・成城北第二レンタサイクルポート
所在地：成城 6-14-10

対象：12 歳以上の世田谷区内在住または在勤・在学の方（1 回利用、1 日利用は区外在住の方も可）

定期利用（1 か月）料金：2,200 円

1 回利用料金：200 円

1 日利用料金：300 円（一部のポートを除く）

デポジット：500 円（一部のポートを除く）

桜上水南、経堂駅前、三軒茶屋中央、桜新町、等々力では貸出・返却の相互利用が可能です。また、この 5 か所のポートでは、電動アシスト自転車が 1 回利用料金 300 円でご利用いただけます。

レンタサイクル利用申し込みの際必要なもの：

- ・利用料金、デポジット
- ・住所・氏名が確認できるもの

お問い合わせ：交通安全自転車課

電話：03-6432-7966 FAX：03-6432-7996



自行车、摩托车的停放

让我们齐心协力杜绝违章停放车辆

停放在车站周围的机动车道和人行道上的自行车和摩托车不仅妨碍过往行人的安全通行，还妨碍发生灾害时的救灾救急行动等。为解决这个问题，区特设定了条例，指定了“违章停放自行车等整理区域”，并树起了指示牌。如在此指定区域内随意乱放自行车等，将被立即撤走。

领取已被收管的自行车等时：

- 需付费（自行车 3,000 日元、轻骑 4,000 日元、限现金）
- 需持在留卡或护照
- 带自行车或摩托车的钥匙。

领取地点（违章停放自行车保管所）：

根据没收地点的不同，领取地点也不同。详细情况请向世田谷区自行车呼叫中心咨询。

电话：03-3424-4191（仅限日语）

※ 被收管后 30 天之内无人认领时将被处理。

※ 在路面上标有违章停放自行车等整理区域的标志。

区立自行车等停车场

停放自行车和轻骑（50cc 以下），请利用区立自行车等停车场。设施有收费和免费的两种。

收费制停车场的利用费

定期利用（1 个月）费用：

自行车 1,000 ～ 2,000 日元、轻骑摩托（50cc 以下）2,500 ～ 3,000 日元

按天计算：

自行车 100 日元、轻骑摩托（50cc 以下）200 日元

联票（按天计算标准 12 次用）：

自行车 1,000 日元、轻骑摩托（50cc 以下）2,000 日元。在停车场出售（部分停车场不售联票）。

办理定期利用，对从车站的检票口到住址、工作地，或上学地的距离有一定要求（不同车站有不同的距离要求）。

定期利用申请时的所需资料：

- 定期利用费
- 可确认住址、姓名的资料
- 自行车・轻骑摩托（50cc 以下）本体

出租自行车处

请大家多多利用出租自行车。

- 樱上水南出租自行车处
(IHlgayarin 樱上水南自行车处)
所在地：樱上水 4-18-13
- 经堂站前出租自行车处
(IHlgayarin 经堂车站前自行车处)
所在地：经堂 2-1-38 先
- 三轩茶屋中央出租自行车处
(IHlgayarin 三轩茶屋中央自行车处)
所在地：三轩茶屋 2-11 先
- 樱新町出租自行车处
(IHlgayarin 樱新町自行车处)
所在地：樱新町 2-7-15
- 等等力出租自行车处
(IHlgayarin 等等力自行车处)
所在地：等等力 3-2-2
- 三轩茶屋北出租自行车处
所在地：太子堂 2-16-1
- 成城北第 2 出租自行车处
所在地：成城 6-14-10

对象：在世田谷区居住或工作、上学的 12 岁以上的人士（不在世田谷区居住的人士也可办理单次利用、单日利用）

定期利用（1 个月）费用：2,200 日元

按次计算：200 日元

按天计算：300 日元（部分出租处除外）

押金：500 日元（部分出租处除外）

樱上水南、经堂站前、三轩茶屋中央、樱新町、等等力之间出租归返可以相互利用。另外在这五处按次计算支付租金 300 日元就可以使用电动自行车。

申请利用短时间自行车租赁时的所需资料：

- 利用费、保证金
- 可确认住址、姓名的资料

问讯处：

交通安全・自行车课

电话：03-6432-7966

传真：03-6432-7996



引越しの手続き

行政関係の手続き

窓口取り扱い早見表（P.24、26）参照 住所以外の届出は、人によって異なります。

生活関係の手続き

項目	住まいに入居するとき	住まいを出るとき
電気	電気会社に連絡、使用開始手続き完了後、ブレーカーのスイッチを入れます。	帰国や引越しの3、4日前までに、電力会社に連絡して、担当者の指示に従います。
ガス	ガス会社へ使用を開始する日を連絡します。担当者がガスメーターの栓を開けます。	早めにガス会社に連絡し、利用の停止日を知らせます。
水道	水道局に連絡します。	事前に水道局に連絡し、料金を精算します（最近の領収書を用意する）。
電話	電話の新設・移転が決まったら早めに申し込みます。（局番なしの電話：116）	
郵便	転居届を出してあれば、1年間新しい住所に郵便物を転送します。無料。ただし、国内便は外国への転送はできません。	

※そのほか「銀行の口座」「クレジットカード」「NHKの受信料」「運転免許証」「携帯電話」などの住所変更の届出が必要です。

連絡先一覧

電気

東京電力東京カスタマーセンター

電話：0120-995-113（電気自由料金プラン・ガス料金プラン）

0120-995-001（規制料金プラン）

※オペレーターに接続後、番号2を押してから6を押す。

（英語・中国語・韓国語・ポルトガル語・スペイン語）

ガス

東京ガスお客様センター

電話：0570-002211（03-3344-9100）

上下水道

水道局お客様センター

電話：03-5326-1101 または 0570-091-100

（引越、契約変更、料金、修繕）

電話会社

・NTT

電話：116 または 0120-116-000

（電話に関するお問い合わせ）

0120-565950

（インターネットに関するお問い合わせ）

・NTT ドコモ

電話：15770 または 0120-005-250

（英語・ポルトガル語・中国語・スペイン語）

・au

電話：0120-959-472（英語）

0120-959-476（中国語）

0120-959-478（韓国語）

0120-959-473（ポルトガル語）

0120-933-961（ベトナム語）

0120-933-952（タガログ語）

0120-985-184（スペイン語）

・ソフトバンク

電話：157 または 0800-919-0157 のあと8を押す。

日本郵便株式会社

・世田谷郵便局

電話：0570-943-349 所在地：三軒茶屋 2-1-1

・千歳郵便局

電話：0570-943-104 所在地：経堂 1-40-1

・玉川郵便局

電話：0570-943-641 所在地：等々力 8-22-1

・成城郵便局

電話：0570-943-849 所在地：成城 8-30-25

英語による郵便案内サービス

日本郵便株式会社お客さまサービス相談センター

電話：0570-046-111

時間：月～金曜

午前8時～午後9時

土・日曜、休日

午前9時～午後9時



搬迁手续

行政方面的手续

办事窗口一览表 参照 P.25, 27 住址以外的申报, 将因人而异。

生活方面的手续

项目	迁入	迁出
电气	与电力公司联系, 办妥使用开始手续后, 打开电源的开关。	在回国或搬家的前 3, 4 天前为止, 与电力公司联系, 依照相关业务员的指示行事。
煤气	联系煤气公司告知使用开始日。相关业务人员就会将煤气表的栓打开。	尽快联系煤气公司, 告知停止使用的日期。
自来水	联系水道局	事先通知水道局并结算费用 (准备好最近的收据)。
电话	新装电话或决定搬迁后, 要尽早申请联系。直拨“116”(无局号)	
邮件	如填写一份搬迁通知“转居届”, 1 年之内写有旧址的信件仍会送到新址, 不收费。但国内邮件不能转送到国外。	

※ 另外还需要办理“银行户头”, “信用卡”“NHK 收视费”, “驾驶执照”, “手机”等的住址变更申报。

联系电话一览

电气

东京电力东京顾客中心

电话: 0120-995-113 (自由电价套餐、瓦斯费用套餐)

0120-995-001 (管制电价)

※ 电话接通话务员后, 先按 2 再按 6。

(英语、中文、韩语、葡萄牙语、西班牙语)

• au

电话: 0120-959-472 (英语)

0120-959-476 (中文)

0120-959-478 (韩语)

0120-959-473 (葡萄牙语)

0120-933-961 (越南语)

0120-933-952 (他加禄语)

0120-985-184 (西班牙语)

煤气

东京煤气顾客中心

电话: 0570-002211 (03-3344-9100)

• 软银电信

电话: 157 或拨通 0800-919-0157 后按 8。

上下水道

水道局客服中心

电话: 03-5326-1101 或 0570-091-100

(搬家、合同变更、费用、修缮)

日本邮政株式会社

• 世田谷邮局

电话: 0570-943-349 所在地: 三轩茶屋 2-1-1

• 千岁邮局

电话: 0570-943-104 所在地: 经堂 1-40-1

• 玉川邮局

电话: 0570-943-641 所在地: 等等力 8-22-1

• 成城邮局

电话: 0570-943-849 所在地: 成城 8-30-25

电话公司

• NTT

电话: 116 或 0120-116-000

(关于固定电话的问询)

0120-565950

(关于网络的问询)

• NTT DOCOMO

电话: 15770 或 0120-005-250

(英语、葡萄牙语、中国语、西班牙语)

英语邮局服务介绍

邮局事业株式会社客服咨询中心

电话: 0570-046-111

时间: 星期一~星期五 8:00 ~ 21:00

周六, 周日, 休息日 9:00 ~ 21:00