

がいこくじんざいりゅうしえんせんたーふれすくざいりゅうそうだん  
**外国人在留支援センター(FRESC) 在留相談**

**じかん** : 平日の午前9時から午後5時まで  
へいじつ ごぜん じ ごご じ  
しゅくじつ ねんまつねんし やす  
 ※祝日・年末年始は休み  
がいこくじんざいりゅうしえんせんたー ふれすく しんじゅくくよつや よつやたわー  
**ばしょ** : 外国人在留支援センター(FRESC) (新宿区四谷1-6-1 四谷タワー13F)  
そうだん  
**相談できることば** : 11言語 (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)

**予約のときに聞くこと** : ①相談に来たい日, ②なまえ ※いわなくてもいいです, ③人数, ④でんわばんごうまたはメールアドレス, ⑤にほんごが話せるか/話せないか, ⑥相談したいこと  
よやく にんずう き そうだん き ひ はな はな そうだん  
**○相談するには予約が必要です!**

**詳しくはこちらのウェブサイトをご覧ください⇒**  
[http://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc\\_2.1.html](http://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_2.1.html)



**Consultation with the Tokyo Regional Immigration Services Bureau at the Foreign Residents Support Center (FRESC)**

Time: 9:00 am to 5:00 pm, Monday to Friday (excluding holidays, and year-end and New Year holidays)  
 Place: Foreign Residents Support Center (FRESC) (13th Fl., Yotsuya Tower, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku Ward)  
**○ Reservation required for consultations!**  
 When making a reservation, we will ask you:  
**English**  
 (1) the date you want to visit the Center, (2) your name (you can refrain from sharing your name), (3) the number of visitors, (4) your phone number or email address, (5) whether you can speak Japanese or not, and (6) what you want to consult with the Immigration Services Agency about.

**Trung tâm Hỗ trợ Lưu trú Người nước ngoài (FRESC) Ban Tư vấn Xuất nhập cảnh**

Thời gian: 9:00 ~ 17:00 (Thứ Hai ~ Thứ Sáu) \* Trừ ngày lễ và kỳ nghỉ năm mới  
 Địa điểm: Trung tâm Hỗ trợ Lưu trú Người nước ngoài (FRESC) (Tầng 13 Tháp Yotsuya, số 1-6-1 Yotsuya, quận Shinjuku)  
**○ Cần đặt hẹn để xin tư vấn!** \* Tổng đài và e-mail đặt hẹn hiện chỉ có tiếng Nhật và tiếng Anh  
 Những nội dung sẽ được hỏi khi đặt hẹn:  
 ① Ngày muốn đến xin tư vấn, ② Tên \* Có thể không cung cấp  
 ③ Số người, ④ Số điện thoại hoặc email,  
 ⑤ Có thể/Không thể nói tiếng Nhật, ⑥ Nội dung muốn được tư vấn

**Support Center para sa Dayuhang Residente (FRESC) Konsultasyon ng Imigrasyon**

Oras: 9:00~17:00 (Lunes~Biyernes) \* Maliban sa Holidays, katapusan at simula ng taon  
 Lugar: Support center para sa dayuhang residente (FRESC) (13F Yotsuya tower, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku)  
**○ Kailangan ng reserbasyon para sa konsultasyon!**  
※ Tutugon lamang sa wikang Japanese at English sa tawag at Email para sa reserbasyon  
 Mga tanong sa oras ng reserbasyon:  
 ① Nais na petsa para sa konsultasyon, ② Pangalan \* Maaaring hindi kailangang sabihin  
 ③ Bilang ng kokonsulta, ④ Numero ng telepono o Email address,  
 ⑤ Kung makakapag-Japanese o hindi, ⑥ Mga nais ikonsulta

**外国人在留支援中心(FRESC) 入管咨询**

时间: 9:00 ~ 17:00 (周一 ~ 周五) \* 节假日及年末年初除外  
 地点: 外国人在留支援中心 (FRESC) (新宿区四谷1-6-1 四谷塔大厦13F)  
**○ 咨询需提前预约!** \* 预约专用表格仅提供日文和英文服务  
 预约时将会询问您: ① 希望前来咨询的日期、② 姓名 \* 匿名也可、  
 ③ 人数、④ 电话号码或电子邮箱、  
 ⑤ 是否能用日文沟通、⑥ 希望咨询的事项

**Centro de Apoio aos Residentes Estrangeiros (FRESC), Consulta sobre Controle de Imigração**

Horário: das 9h às 17h (segunda a sexta) \* Exceto feriados, final e início do ano.  
 Local: Centro de Apoio aos Residentes Estrangeiros (FRESC) (Yotsuya Tower 13F, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku)  
**○ É necessário fazer uma reserva para consultar!**  
※ A discagem exclusiva para reserva e e-mail são atendidas somente em japonês e inglês.  
 O que será perguntado na hora de fazer a reserva:  
 ① Dia em que deseja fazer a consulta; ② Nome \* Não é obrigatório responder;  
 ③ Número de pessoas; ④ Número de telefone ou endereço de e-mail;  
 ⑤ Se fala ou não fala japonês; ⑥ Conteúdo da consulta

**외국인 체류 지원 센터(FRESC) 입국 관리 상담**

시간: 9:00~17:00(월~금) \* 공휴일과 연말연시는 제외  
 장소: 외국인 체류 지원 센터(프레스크) (신주쿠구 요쓰야 1-6-1 요쓰야타워 13층)  
**○ 상담하려면 예약이 필요합니다!** \* 예약 전용 전화·메일은 일본어·영어로만 대응 가능  
 예약시 신청 사항: ① 상담 희망일, ② 성함 \* 익명도 가능  
 ③ 인원수, ④ 전화번호 또는 메일 주소,  
 ⑤ 일본어회화 가/불가, ⑥ 상담하고 싶은 내용

よやくせんよう だいやる  
**予約専用ダイヤル**  
 (Reservation dial)

にほんご えいご ちゅうごくご たいおう  
**※日本語, 英語, 中国語での対応です!**

よやくせんよう ふおーむ  
**予約専用フォーム**  
 (Reservation form)



**(TEL) 03-5363-3025**

【日本語】 <https://www.12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-jpn> 【English】 <https://www.12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-eng>