

**ช่องทางขอคำปรึกษาเมื่อประสบปัญหา** (เรื่องเกี่ยวกับความเป็นอยู่ทั่วไป, เรื่องงาน, การเงิน, สถานะการอยู่อาศัย)

สามารถติดต่อเพื่อขอคำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาในการใช้ชีวิตหรือข้อสงสัยต่าง ๆ ในระหว่างที่อาศัยอยู่ในประเทศญี่ปุ่น เช่น มีปัญหาในการใช้ชีวิตเพราะไม่มีเงินใช้จ่าย, มีเรื่องกลุ้มใจด้านสุขภาพจิต, ไม่ค่อยเข้าใจเกี่ยวกับการชำระภาษี, เงินบำนาญ, หรือค่าเบี้ยประกันสุขภาพ เป็นต้น

ได้ทำการรวบรวมรายชื่อช่องทางที่รับปรึกษาด้วยภาษาไทย

สำหรับช่องทางที่รับปรึกษาด้วยภาษาอื่น ๆ คลิกที่นี่ : <https://tcc117.jp/facil/consult.html>

- โยริโซอิ ฮอทไลน์ (สายด่วนช่วยเหลือชาวต่างชาติ) (ศูนย์ให้ความช่วยเหลือสังคมโดยรวม) (โทรศัพท์ / แชนแนลข้อความ)

โทรศัพท์ : 0120-279-338 (ไม่เสียค่าโทรศัพท์)

\*กรณีที่ท่านโทรมาจากจังหวัดอิวะเตะ, จังหวัดมิยะกิ, จังหวัดฟูกูชิมะ ขอให้ท่านโทรมาที่หมายเลข : 0120-279-226  
เมื่อได้ยินเสียงตอบรับ ขอให้กดหมายเลข 2

แชนแนลข้อความ : สามารถส่งข้อความมาทางเมสเซนเจอร์ของเฟซบุ๊ก

<https://www.facebook.com/yorisoi2foreign>

ขอให้ดูลิงค์ด้านล่างสำหรับรายละเอียด เช่น วันและเวลาที่ให้คำปรึกษา เป็นต้น

<https://www.since2011.net/yorisoi/th/>

- ศูนย์ช่วยเหลือ FRESC (เฟรสค) งานให้คำปรึกษา (โทรศัพท์)

สามารถขอคำปรึกษาเกี่ยวกับปัญหาที่ได้รับผลกระทบจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019

โทรศัพท์ : 0120-76-2029 (ไม่เสียค่าโทรศัพท์)

วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 9:00-17:00 (หยุดวันเสาร์ วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์)

มีอธิบายรายละเอียดที่เว็บไซต์ด้านล่างนี้ด้วย

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930006210.pdf>

- สมาคมเทศบาลนานาชาติในท้องถิ่นที่ท่านอาศัยอยู่

สามารถหาได้จากเว็บไซต์ด้านล่างนี้ (สมาคมเทศบาลนานาชาติ / รายชื่อเป็นภาษาญี่ปุ่นและอังกฤษ)

รายชื่อเป็นภาษาญี่ปุ่น : [http://www.clair.or.jp/j/multiculture/association/consultation\\_list.html](http://www.clair.or.jp/j/multiculture/association/consultation_list.html)

รายชื่อเป็นภาษาอังกฤษ : <http://www.clair.or.jp/e/multiculture/tagengo/consultation-centers.html>

\* ภาษาที่รองรับจะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับแต่ละหน่วยงาน

- ช่องทางขอคำปรึกษากับองค์กร NGO ต่าง ๆ ในท้องถิ่นที่ท่านอาศัยอยู่

สามารถหาได้จากเว็บไซต์ด้านล่างนี้ (เครือข่ายทั่วประเทศเพื่อความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันกับผู้ย้ายถิ่นต่างชาติ (เป็นองค์กรไม่แสวงหาผลกำไร) / รายชื่อเขียนด้วยภาษาญี่ปุ่นและอังกฤษ)

<https://migrants.jp/network.html>

\* ภาษาที่รองรับจะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับแต่ละองค์กร

原稿作成・翻訳：NPO 法人 多言語センター

FACIL

<https://tcc117.jp/facil/>



新型コロナウイルス感染下における  
外国にルーツがある人々への支援活動応援助成

三菱財団 × 中央共同募金会



มีหน่วยงานที่ให้คำปรึกษาเฉพาะด้านดังต่อไปนี้ สามารถติดต่อไปได้ในกรณีที่ต้องการปรึกษาอย่างละเอียดเฉพาะด้าน

**【กรณีที่ตกงาน ไม่มีงานทำ กรณีที่มีปัญหาในที่ทำงาน】**

โดยเฉพาะกรณีที่ต้องการปรึกษาเกี่ยวกับเงื่อนไขการว่าจ้าง เป็นต้น

- บริการให้คำปรึกษาสำหรับแรงงานต่างชาติ (กระทรวงสาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการ) (โทรศัพท์)

โทรศัพท์ :0570-001-712 (เสียค่าโทรศัพท์)

วันพุธ เวลา 10:00-15:00 (หยุดให้บริการระหว่างเวลา 12:00-13:00)

(หยุดช่วงวันหยุดปีใหม่)

- สายด่วนปรึกษาปัญหาแรงงาน (กระทรวงสาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการ) (โทรศัพท์)

โทรศัพท์ : 0120-613-802 (ไม่เสียค่าโทรศัพท์)

วันพฤหัสบดี (วันธรรมดา) เวลา 17:00-22:00 /

วันพฤหัสบดี (กรณีเป็นวันหยุดนักขัตฤกษ์), วันอาทิตย์ เวลา 9:00-21:00

(หยุดช่วงวันหยุดปีใหม่)

- หน่วยงานที่ให้คำปรึกษาสำหรับผู้ทำงานชาวต่างชาติในท้องถิ่นที่ท่านอาศัยอยู่

สามารถหาได้จากหน้าเว็บไซต์ด้านล่างนี้

[https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/pdf/foreigner\\_tha.pdf](https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/pdf/foreigner_tha.pdf)

สำหรับการขอคำปรึกษาเกี่ยวกับเงื่อนไขการว่าจ้าง เป็นต้น มีอธิบายอยู่ในเว็บไซต์ด้านล่างนี้ด้วย

[https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner\\_tha.html](https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner_tha.html)

โดยเฉพาะกรณีที่ต้องการปรึกษาเกี่ยวกับกฎหมายหรือสิทธิมนุษยชน

- โยเทระสุ ให้บริการข้อมูลด้วยภาษาต่างประเทศ (ศูนย์ช่วยเหลือทางกฎหมายญี่ปุ่น) (โทรศัพท์)

โทรศัพท์ : 0570-078377 (เสียค่าโทรศัพท์)

วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 9:00-17:00

มีอธิบายรายละเอียดที่เว็บไซต์ด้านล่างนี้

<https://www.houterasu.or.jp/multilingual/index.html#cms3D85B>

- สายด่วนให้คำปรึกษาด้านสิทธิมนุษยชนสำหรับชาวต่างชาติ (กระทรวงยุติธรรม) (โทรศัพท์)

โทรศัพท์ : 0570-090911 (เสียค่าโทรศัพท์)

วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 9:00-17:00 (หยุดช่วงวันหยุดปีใหม่)

- เคนเตอร์ให้คำปรึกษาด้านสิทธิมนุษยชนทางอินเทอร์เน็ต (กระทรวงยุติธรรม)

สามารถขอคำปรึกษาได้จาก URL ด้านล่างนี้

หน้าเว็บไซต์ขอปรึกษาด้วยภาษาไทย : [https://www.jinken.go.jp/soudan/PC\\_AD/0101\\_th.html](https://www.jinken.go.jp/soudan/PC_AD/0101_th.html)

- สำนักงานยุติธรรมในท้องถิ่นที่ท่านอาศัยอยู่

สามารถหาได้จากหน้าเว็บไซต์ด้านล่างนี้ (รายชื่อเป็นภาษาญี่ปุ่น)

<http://www.moj.go.jp/MINJI/minji10.html>

สำหรับการขอคำปรึกษาที่กระทรวงยุติธรรม / สำนักงานยุติธรรม มีอธิบายอยู่ในเว็บไซต์ด้านล่างนี้ด้วย

<http://www.moj.go.jp/content/001316274.pdf>

原稿作成・翻訳：NPO 法人 多言語センター

FACIL

<https://tcc117.jp/facil/>



新型コロナウイルス感染下における  
外国にルーツがある人々への支援活動応援助成

三菱財団 × 中央共同募金会



กรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับงานด้านเทคนิค

- องค์กรฝึกงานด้านเทคนิคสำหรับชาวต่างชาติ (OTIT) บริการด้วยภาษาที่ท่านเข้าใจ (ทางเว็บไซต์ / โทรศัพท์ / จดหมาย)  
ให้คำปรึกษาทางเว็บไซต์ : สามารถใช้บริการได้ตลอด 24 ชั่วโมง (จะทำการตอบกลับในเวลาทำการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์)

โทรศัพท์ : 0120-250-198 (ไม่เสียค่าโทรศัพท์)

วันพฤหัสบดี เวลา 11:00-19:00

วันอาทิตย์ เวลา 9:00-17:00

จดหมาย : กรุณาเขียนเรื่องที่ท่านต้องการปรึกษา ช่องทางติดต่อกลับและวิธีติดต่อกลับที่ท่านต้องการไว้ในจดหมาย และส่งมายังที่อยู่ด้านล่างนี้

Support Division, Technical Intern Training Department  
Organization for Technical Intern Training  
3F LOOP-X Building  
3-9-15, Kaigan, Minato-ku, Tokyo  
108-0022

มือธิบายอยู่ในเว็บไซต์ด้านล่างนี้ด้วย

<https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/>

กรณีที่ต้องการหางาน

- ฮัลโหลเวิร์ค (สำนักงานสวัสดิการอาชีพ)  
สามารถโทรศัพท์ไปที่ฮัลโหลเวิร์คด้วยภาษาต่างประเทศที่ไม่ใช่ภาษาญี่ปุ่น

โทรศัพท์ : 0800-919-2906 (เสียค่าโทรศัพท์)

วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 8:30-18:00 / วันเสาร์ เวลา 10:00-17:00

(หยุดวันอาทิตย์ วันหยุดนักขัตฤกษ์ และช่วงวันหยุดปีใหม่)

มือธิบายอยู่ในเว็บไซต์ด้านล่างนี้ด้วย

และมีรายชื่อของฮัลโหลเวิร์คที่สามารถใช้ภาษาต่างประเทศที่ไม่ใช่ภาษาญี่ปุ่นอยู่ด้วย

<https://www.mhlw.go.jp/content/000673013.pdf>

(รายชื่อของฮัลโหลเวิร์คเขียนด้วยภาษาญี่ปุ่น)

【กรณีที่ต้องการปรึกษาเกี่ยวกับการรักษาพยาบาล เช่น เจ็บป่วย เป็นต้น】

- ศูนย์ข้อมูลข่าวสารสถานพยาบาลนานาชาติ แอมด้า (โทรศัพท์)

โทรศัพท์ : 03-6233-9266 (เสียค่าโทรศัพท์)

วันอังคาร เวลา 10:00-16:00 (หยุดวันหยุดนักขัตฤกษ์ และช่วงวันหยุดปีใหม่)

มือธิบายอยู่ในเว็บไซต์ด้านล่างนี้ด้วย

<https://www.amdamedicalcenter.com/welcome/%E0%B8%A0%E0%B8%B2%E0%B8%A9%E0%B8%B2%E0%B9%84%E0%B8%97%E0%B8%A2>



- รับประทานทางโทรศัพท์เกี่ยวกับไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 โดยกระทรวงสาธารณสุข แรงงานและสวัสดิการ (โทรศัพท์)

โทรศัพท์ : 0120-565653 (ไม่เสียค่าโทรศัพท์)

ให้บริการทุกวันไม่มีวันหยุด

เวลา 9:00-18:00

**【กรณีมีปัญหาเกี่ยวกับการใช้ความรุนแรงในครอบครัว】**

- สายด่วนปัญหาความรุนแรงในครอบครัว พลัส (สำนักคณะรัฐมนตรี / ศูนย์ให้ความช่วยเหลือสังคมโดยรวม)

แชทข้อความ : แชทข้อความส่งมาที่ CHAT ในเว็บไซต์ด้านล่างนี้

<https://soudanplus.jp/th/index.html>

โทรศัพท์ : 0120-279-889 (ไม่เสียค่าโทรศัพท์) \*รองรับเฉพาะภาษาไทยญี่ปุ่น

อีเมล : ส่งอีเมลมาที่ MAIL ในเว็บไซต์ \*รองรับเฉพาะภาษาไทยญี่ปุ่น

