

Living in Japan

がいこくじんじょせい

外国人女性のための

やくだ

役立つインフォメーション

ねんかいていばん

(2024年改訂版)

Useful Information for Foreign Women

Living in Japan

(Revised in 2024)

にほんご えいご

やさしい日本語と英語

In Easy Japanese and English

1. いろいろな手続き

2. 日本で生活するための情報

3. 移住女性の仕事

4. 健康保険・年金

5. 妊娠・出産・子育て

6. 教育

7. 心と体を守る

8. 安心・安全なくらしのために

特定非営利活動法人 アジア女性自立プロジェクト

Asian Women's Empowerment Project



はじめに

わたし、アジヤ女性自立プロジェクト（AWEP）は、外国出身の女性たちが安心して日本にほんで生活せいかつするために、この冊子さつしを作つくりました。

1995年ねん神戸こうべで大きな地震おおがありました。そのときに外国人がいこくじんのための情報じょうほうがなかったので外国人がいこくじんはたいへんこまりました。その時から、AWEPは外国人がいこくじんの女性じよせいのための生活相談せいかつそうだんをしています。みなさんに必要な情報ひつようが届とどくように、メール、SNSなどで情報じょうほう発信はつしんもしています。わからないことがあれば、私わたしたちに相談そうだんしてください。

また、日本にほんで外国人がいこくじんの相談そうだんを受ける方々うにもこの冊子さつしを使つかってほしいです。多くおほの人ひとの役やくにたつことができれば嬉しいです。

2024年ねん3月がつ

アジヤ女性自立プロジェクト

Asian Women's Empowerment Project

## Introduction

Asian Women's Empowerment Project (AWEP) created this book to relieve foreign women living in Japan from anxiety.

AWEP accepts consultation from foreign women. That is because many foreigners in Kobe had a difficult time after the big earthquake disaster in 1995 due to the lack of information service for foreigners. It is important, we learned, to share information with everyone. AWEP, therefore, now sends information via our website, SNS, or emails to whoever wish to receive the service. Please feel free to contact us whenever you need any information.

We would be very happy if this book is used not only by foreigners but also by Japanese people who accept foreigners' consultations. We hope many people will find this book useful.

March 2024

Asian Women's Empowerment Project

アジヤ女性自立プロジェクト