



### 4 တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သော အခြားအဖွဲ့အစည်းများ

ပြစ်မှုဆိုင်ရာနှင့် ပြစ်မှုကာကွယ်ရေးများတိုင်ပင်ဆွေးနွေးရန်အတွက် နီးစပ်ရာ Koban နှင့် ရဲစခန်း၏ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေး ကောင်တာနှင့် အထွေထွေတိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေး ဖုန်းနံပါတ်များဖြင့် လက်ခံနေပါသည်။

နိုင်ငံခြားသားများအား ကူညီထောက်ပံ့ပေးနေသည့် NPO နှင့် NGOများထဲတွင်လည်း အခမဲ့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပေးသည်များ လည်းရှိသည်။ ထို့ပြင် ဥပဒေနှင့်ပတ်သက်သော ပြဿနာများနှင့် ရင်ဆိုင်သည့်အခါ တိုင်ပင်နိုင်သည့် အဖွဲ့အစည်းအဖြစ် Japan Legal Support Centerလည်းရှိသည်။

ဒေသတွင်းမှ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ကူးလူးဆက်ဆံရေးအသင်း (ဇယား ၂) ၊ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးဌာန (ဇယား ၃) တွင် မေးမြန်းစုံစမ်းကြည့်ပါ။

※ဆွေးနွေးနိုင်သည့် ဘာသာစကား၊ နေ့ရက်၊ အချိန် စသည်များ ပြောင်းလဲမှု ရှိတတ်ပါသည်။

ဌာနများသို့ မေးမြန်းစုံစမ်းခြင်းဖြစ်စေ၊ အင်တာနက်စာမျက်နှာတွင်ဖတ်ရှု၍ဖြစ်စေ ကြိုတင်သိရှိနိုင်ရန် လုပ်ဆောင်ပါ။

ဇယား 3။ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သော အခြားအဖွဲ့အစည်းများ

	အမည်	ဖုန်းနံပါတ် ဘာသာစကား	အချိန်	မှတ်ချက်
ပြစ်မှု ကာကွယ်ရေး၊ ပြစ်မှု	<a href="#">ရဲဌာန တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေး သီးသန့်ဖုန်းနံပါတ်</a>	#9110 ※Dial-up ဖုန်းလိုင်းနှင့် IP ဖုန်း အချို့မှ ဖြစ်ပါက <a href="#">ခရိုင်အသီးသီး၏ ရဲဌာန တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးအထွေထွေကောင်တာ၏ ဖုန်းနံပါတ်</a> သို့ တိုက်ရိုက် ဆက်ပါ။ ※ဖုန်းဆက်လိုက်သည့် ဒေသ ကို တာဝန်ယူသည့် ရဲဌာနနှင့် ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။ ဝန်ဆောင်မှုပေးနိုင်သည့် ဘာသာစကားမှာ ရဲဌာနအလိုက် ကွဲပြားပါသည်။	၈:၃၀ - ၁၇:၁၅ (စနေ၊ တနင်္ဂနွေ၊ အစိုးရ ရုံးပိတ်ရက်မှ အပ) ※ဒေသ ရဲဌာနချုပ် အလိုက်ကွဲပြားပါသည်။	ပြစ်မှုနှင့် ပြစ်မှုကာကွယ်ရေးစသည့် ရဲဌာနနှင့် ပတ်သက်သည့် အထွေထွေ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု
	Community Safety Bureau (နိုင်ငံခြားသားသီးသန့်)	03-3503-8484 (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာ) ※ကိုရီးယားဘာသာ၊ ထိုင်းဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ စပိန်ဘာသာ၊ ပါရှားဘာသာ၊ ဂျာမန်ဘာသာ၊ အူရူဘာသာ၊ ရုရှားဘာသာများမှာ ကြိုတင်စာရင်းပေးရန်	၈:၃၀ - ၁၇:၁၅ (စနေ၊ တနင်္ဂနွေ၊ အစိုးရ ရုံးပိတ်ရက်မှ အပ)	ပြစ်မှုနှင့် ပြစ်မှုကာကွယ်ရေးစသည့် ရဲဌာနနှင့် ပတ်သက်သည့် အထွေထွေ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု
နိုင်ငံခြားသားများ၏ လူ့အခွင့်အရေး	<a href="#">နိုင်ငံခြားဘာသာဖြင့် လူ့အခွင့်အရေး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု ဖုန်းနံပါတ်</a> (Legal Affairs Bureau, District Legal Affairs Bureau)	0570-090911 (တစ်နိုင်ငံလုံးမှ ခေါ်နိုင်သည့် Navi Dial ဖုန်း) (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာ၊ ကိုရီးယားဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ ပေါ်တူဂီ ဘာသာ၊ ဗီယက်နမ်ဘာသာ)	၉:၀၀ - ၁၇:၀၀ (တနင်္လာမှ သောကြာ၊ နှစ်ကုန်နှစ်စကားလ မှ အပ)	

# ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေထိုင်မှုလမ်းညွှန်



## Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

▲ Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

	အမည်	ဖုန်းနံပါတ် ဘာသာစကား	အချိန်	မှတ်ချက်
		နိုင်ငံခြားဘာသာ အင်တာနက် လူ့အခွင့်အရေး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု လက်ခံကောင်တာ (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ) နိုင်ငံခြားဘာသာ အင်တာနက် လူ့အခွင့်အရေး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု လက်ခံကောင်တာ (တရုတ်ဘာသာ)		
အမျိုးသမီး လူ့အခွင့်အရေး	<a href="#">Gender Equality Bureau Cabinet Office</a> "အိမ်ထောင်ဘက်၏ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှု ခံရခြင်း ထောက်ပံ့ရေး ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်" (နှိပ်စက်ခံရသူက နိုင်ငံခြားသားဖြစ်လျှင်)	(ဂျပန်ဘာသာ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း စသည်)		တစ်နိုင်ငံလုံးရှိ "အိမ်ထောင်ဖက်၏ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှုဆိုင်ရာ တိုင်ပင် ကူညီရေးစင်တာ" ဇယား၊ သက်ဆိုင်ရာ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်ရန်ချိတ်ဆက်မှု စသည်
	<a href="#">Women's Human Rights Hotline (Legal Affairs Bureau, Distric Legal Affairs Bureau)</a>	0570-070-810 (တစ်နိုင်ငံလုံးမှ ခေါ်နိုင်သည့် Navi Dial ဖုန်း)	မေးခူ - ၁၇:၁၅ (စနေ၊ တနင်္ဂနွေ၊ အစိုးရ ရုံးပိတ်ရက်မှ အပ)	
	<a href="#">Japan Christian Women's Organization HELP (House in Emergency of Love and Peace) (Tokyo)</a>	03-3368-8855 (ဂျပန်ဘာသာ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)	၁၀:၀၀ - ၁၇:၀၀ (တနင်္လာမှ သောကြာ)	
	<a href="#">NPO House for Women "Saalaa" (Kanagawa Prefecture)</a>	045-901-3527 တနင်္လာမှ သောကြာ - ထိုင်းဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တနင်္လာ၊ အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး၊ စနေ - စပိန်ဘာသာ၊ အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး၊ စနေ - ပေါ်တူဂီဘာသာ၊ တနင်္လာ၊ ဗုဒ္ဓဟူး၊ စနေ - ကိုရီးယားဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာမှာ ကြိုတင်စာရင်းပေးပါက ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်	၁၀:၀၀ - ၁၇:၀၀	
	<a href="#">NPO Kanagawa Onna no Space Misura (Kanagawa)</a>	045-451-0740 (ဂျပန်ဘာသာ)	၁၄:၀၀ - ၁၇:၀၀ (တနင်္လာမှ စနေ) ၁၈:၀၀ - ၂၀:၀၀ (တနင်္လာမှ သောကြာ)	
	<a href="#">NPO Asian Woman's Empowerment Project (AWEP) (Hyogo)</a>	078-734-3633 (ဂျပန်ဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)	ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ ၁၁:၀၀ - ၁၆:၀၀	
	<a href="#">NPO Asian Woman's Empoerment Center Asian Women's Hotline (Fukuoka)</a>	092-513-7333 (ဂျပန်ဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာ၊ ကိုရီးယားဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ ထိုင်းဘာသာ၊ အင်ဒိုနီးရှားဘာသာ)	(တနင်္လာမှ သောကြာ၊ နှစ်ကုန်နှစ်စကားလုံး အစိုးရရုံးပိတ်ရက် မှ အပ) နေ့ရက်၊ အချိန်မှာ ဘာသာစကားအလိုက် ကွဲပြားသည်	
ကလေးအခွင့်အရေး	<a href="#">Children's Rights Hotline 110 (Legal Affairs Bureau, District Legal Affairs Bureau)</a>	0570-070-110 (တစ်နိုင်ငံလုံးမှ ခေါ်နိုင်သည့် Navi Dial ဖုန်း)		



# ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေထိုင်မှုလမ်းညွှန်



## Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

	အမည်	ဖုန်းနံပါတ် ဘာသာစကား	အချိန်	မှတ်ချက်
ဥပဒေနှင့် ပတ်သက်သော ပြဿနာ	"Hotersu" The Japan Legal Support Center	0570-078374 (ဂျပန်ဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာ၊ ကိုရီးယားဘာသာ၊ စပိန်ဘာသာ၊ ပေါ်တူဂီဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ ဗီယက်နမ်ဘာသာ) ※IPဖုန်းမှဆိုလျှင် 03-6745-5600 သို့ ခေါ်ပါ။	ဇွဲးဝ - ၁၇းဝ (စနေ၊ တနင်္ဂနွေ၊ အစိုးရ ရုံးပိတ်ရက်မှ အပ)	ဂျပန်၏ တရားဥပဒေ စနစ်နှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးကောင်တာများ၏ သတင်းအချက်အလက်များ
သယ်ယူ ပို့ဆောင်ရေး (JR)	JR East Info Line	050-2016-1603 -အင်္ဂလိပ်ဘာသာ -တရုတ်ဘာသာ အလွယ်စာလုံး -တရုတ်ဘာသာ ရိုးရာစာလုံး -ကိုရီးယားဘာသာ	၁၀းဝ - ၁၈းဝ (နှစ်ကုန်း၊ နှစ်စကားလ မှအပ)	JR East လမ်းညွှန်
	JR West	Coustermer Center 0570-002486 (သို့) 078-382-8686 (ဂျပန်ဘာသာ)  Foreign Language Coustermer Support (Link) -အင်္ဂလိပ်ဘာသာ -တရုတ်ဘာသာ အလွယ်စာလုံး -တရုတ်ဘာသာ ရိုးရာစာလုံး -ကိုရီးယားဘာသာ	၆းဝ - ၂၃းဝ (နေ့စဉ်)	JR West လမ်းညွှန်
ဆေးကုသမှု	<a href="#">NPO AMDA International Medical Information Center</a>	Tokyo 03-5285-8088 နေ့စဉ် ဇွဲးဝ - ၂၀းဝ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ ထိုင်းဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာ၊ ကိုရီးယားဘာ သာ၊စပိန်ဘာသာ၊ တနင်္လာ၊ဗုဒ္ဓဟူး၊သောကြာ ဇွဲးဝ - ၁၇းဝ ပေါ်တူဂီဘာသာ ဗုဒ္ဓဟူး ၁၃းဝ - ၁၇းဝ တာဂါလော့ဘာသာ ကြာသပတေး ၁၃းဝ - ၁၇းဝ ဗီယက်နမ်ဘာသာ  Osaka Office 050-3598-7574	ဇွဲးဝ - ၁၇းဝ (တနင်္လာမှ သောကြာ)	ဘာသာစကားပေါင်းစုံဖြင့် ဆေးကုသမှုခံယူနိုင်သည့် ဆေးရုံ၊ဆေးခန်းများနှင့် ပတ်သက်သော အချက်အလက်များကို ရယူနိုင်သည်။ ဘာသာစကားပေါင်းစုံဖြင့် ဆေးရုံ၊ ဆေးကုသမှု၊ လူမှုဖူလုံရေး စနစ်အကြောင်း ကို ရယူနိုင်သည်။
စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြဿနာ	<a href="#">TELL (တိုကျို အင်္ဂလိပ်ဘာသာ အသက်ကယ်တယ်လီဖုန်း) LifeLine Support</a>	03-5774-0992 (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)	ဇွဲးဝ - ၂၃းဝ (နေ့စဉ်)  Online Chat မှာမှ စနေ ၂၃းဝ မှ တနင်္ဂနွေ ဇွဲးဝ	
စာတိုက်	<a href="#">Japan Post Customer Service တိုင်ပင်ရေးစင်တာ</a>	0120-23-2886 သို့ မဟုတ် 0570-046-666 (ဂျပန်ဘာသာ)  0570-046-111 (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)	၈းဝ - ၂၃းဝ (တနင်္လာ မှ သောကြာ)  ဇွဲးဝ - ၂၃းဝ (စနေ၊ တနင်္ဂနွေ၊ အစိုးရရုံးပိတ်ရက်)	Japan Post ၏ ဝန်ဆောင်မှုအားလုံး (စာတိုက်၊ ငွေစု-ငွေလွှဲ၊ အာမခံ စသည်)