



ဂျပန်နိုင်ငံတွင် နေထိုင်သည့်အခါ စိတ်ပူပန်စိုးရိမ်စရာများရှိသည့်အခါ၊ ပြဿနာများနှင့်ကြုံတွေ့သည့်အခါ တစ်ယောက်တည်း မစဉ်းစားဘဲနှင့် အသိမိတ်ဆွေဂျပန်လူမျိုးများ၊ ဂျပန်စကား ပြောတတ်သော သူငယ်ချင်းမိတ်ဆွေများ သို့မဟုတ် သင်နေထိုင်သည့်ဒေသရှိသော တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သော အဖွဲ့အစည်းများနှင့် တိုင်ပင် ဆွေးနွေးပါ။

1 ဥပဒေနှင့်အစိုးရဝန်ဆောင်မှုများကို တိုင်ပင်နိုင်သည့် ကောင်တာများ (မြို့နယ်ရုံး)

ဥပဒေနှင့် အစိုးရဝန်ဆောင်မှုကို တိုင်ပင်လိုသည့်အခါ အခန်းအသီးသီးတွင် ရှင်းပြထားသော သက်ဆိုင်ရာ မြို့နယ်ရုံးကောင်တာများသို့ သွားရောက်တိုင်ပင်ပါ။ ဂျပန်စကားနားမလည်သည့်သူများသည် ဂျပန်စကားပြောတတ်သည့် သူများနှင့် အတူတူသွားပါ။ အချို့မြို့နယ်ရုံးတွင် စကားပြန်ကို စီစဉ်ပေးထားသည့်ကောင်တာများလည်းရှိသည်။ သို့သော် စကားပြန်အစီအစဉ်သည် နေနှင့် အချိန် အကန့်သတ်မှုရှိတတ်သောကြောင့် ကြိုတင်မေးမြန်းစုံစမ်းထားပါ။



2 ဘာသာစကားပေါင်းစုံဖြင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သည့် ကောင်တာများ

ခရိုင်၊ မြို့နယ် သို့မဟုတ် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာကူးလူးဆက်ဆံရေးအသင်းများသည် အချိန်ကို သတ်မှတ်ပြီး ဘာသာစကား ပေါင်းစုံဖြင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သောကောင်တာများကို ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။

ဘာသာစကားအလိုက် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သည့်ကောင်တာများသည် အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်။ နီးစပ်ရာ ကောင်တာများကို အားမနာဘဲ သွားရောက်တိုင်ပင်ဆွေးနွေးကြပါ။

ဇယား 1။ ဘာသာစကားအလိုက် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သောကောင်တာများ

မြန်မာဘာသာစကားဖြင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သောကောင်တာများ

ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေထိုင်မှုလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

3 အထွေထွေကိစ္စရပ်များကို တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သည့် ကောင်တာများ (နိုင်ငံတကာကူးလူးဆက်ဆံရေးအသင်း)

တိုင်ပင်လိုသည့် အကြောင်းအရာသည် အစိုးရဝန်ဆောင်မှုစနစ်နှင့် ဥပဒေများနှင့်ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာမဟုတ်သည့်အခါနှင့် နိုင်ငံခြားဘာသာစကားဖြင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးနိုင်သောကောင်တာသည် အနီးအနာမှာ မရှိသည့်အခါ နေထိုင်မှုနှင့်ပတ်သက်သောအကြောင်းအရာများကို တိုင်ပင်ဆွေးနွေးလိုပါက အရင်းဦးဆုံး နေထိုင်သည့် ဒေသရှိ နိုင်ငံတကာကူးလူးဆက်ဆံရေးအသင်းများနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပါ။

ထို့ပြင် ဥပဒေနှင့် ဗီဇာစသည့်အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်သော အတတ်ပညာရှင်များဖြင့် အခမဲ့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပွဲ ကျင်းပပေးသည့် နိုင်ငံတကာကူးလူးဆက်ဆံရေးအသင်းများလည်း ရှိသောကြောင့် အားမနာဘဲ သွားရောက်စုံစမ်းကြပါ။

ဇယား 2။ နိုင်ငံတကာကူးလူးဆက်ဆံရေးအသင်းများစာရင်း

●ခရိုင်အလိုက် နိုင်ငံတကာကူးလူးဆက်ဆံရေးအသင်းများ

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
北海道 (Hokkai-Do)	こうしゃ ほっかいどうこくさいこうりゅう きょうりょく (公社)北海道国際交流・協力 そうごう 総合センター (Hokkaido International Exchange and Cooperation Center) hiecc@hiecc.or.jp	〒060-0003 さつぼろ し ちゅうおうくきた じょうにし ちようめ 札幌市中央区北3条西7丁目 どうちようべっかん かい 道庁別館12階 〒060-0003 Hokkai-Do Sapporo-Shi Chuo-Ku Nishi 7 Chome Kita 3 Jo Hokkaido-Cho Bekkan 12F	011-221-7840 (011-221-7845)
青森県 (Aomori-Ken)	こうざい あおもりけんこくさいこうりゅうきょう (公財)青森県国際交流協 かい 会 (Aomori International Exchange Association) info@kokusai-koryu.jp	〒030-0803 あおもりしやすかた 青森市安方1-1-32 すいさん かい 水産ビル5階 〒030-0803 Aomori-Ken Aomori-Shi Yasukata 1-1-32 Suisan Building 5F	017-735-2221 (017-735-2252)

ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့စဉ်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
いわてけん 岩手県 (Iwate-Ken)	<p>こうざい いわてけんこくさいこうりゅうきょう (公財)岩手県国際交流協 かい 会 (Iwate International Association) iwateint@iwate-ia.or.jp</p>	<p>〒020-0045 もりおかしもりおかえきにしどおり 盛岡市盛岡駅西通1-7-1 けんみんじょうほうこうりゅう いわて県民情報交流センター 5 かいこくさいこうりゅう ない 階国際交流センター内 〒020-0045 Morioka-Shi Morioka-Eki Nishidori 1-7-1 Iwate Prefecture Citizen's Cultural Exchange Center 5F</p>	019-654-8900 (019-654-8922)
みやぎけん 宮城県 (Miyagi-Ken)	<p>こうざい みやぎけんこくさいこうりゅうきょう (公財)宮城県国際交流協 かい 会 (Miyagi International Association) mail@mia.miyagi.jp</p>	<p>〒981-0914 せんだいし あおばくつつみどおりあまみやまち 仙台市青葉区堤通雨宮町 4-17 みやぎけんせんだいごうどうちょうしゃ かい 宮城県仙台合同庁舎7階 〒981-0914 Sendai-Shi Aoba-Ku Tsutsumidori Amamiymachi 4-17 Miyagi Prefectural Government Office 7F</p>	022-275-3796 (022-272-5063)
あきたけん 秋田県 (Akita-Ken)	<p>こうざい あきたけんこくさいこうりゅうきょう (公財)秋田県国際交流協 かい 会 (Akita International Association) aia@aiahome.or.jp</p>	<p>〒010-0001 あきたしなかどおり 秋田市中通2-3-8 アトリオン 1F 〒010-0001 Akita-Shi Nakadori 2-3-8 Atorion Build. 1F</p>	018-893-5499 (018-825-2566)
やまがたけん 山形県 (Yamagata-Ken)	<p>こうざい やまがたけんこくさいこうりゅうきょう (公財)山形県国際交流協 かい 会 (Association for International Relations in Yamagata) info@airyamagata.org</p>	<p>〒990-8580 やまがたしじょうなんまち 山形市城南町1-1-1 かじょう かい 霞城セントラル 2階 〒990-8580 Yamagata-Shi Jyonanmachi 1-1-1 Kajo Central 2F</p>	023-647-2560 (023-646-8860)
ふくしまけん 福島県 (Fukushima-Ken)	<p>こうざい ふくしまけんこくさいこうりゅうきょう (公財)福島県国際交流協 かい 会 (Fukushima International Association) info@worldvillage.org</p>	<p>〒960-8103 ふくしましふなばちょう 福島市舟場町2-1 ふくしまけんちょうふなばちょうぶんかん かい 福島県庁舟場町分館2階 〒960-8103 Fukushima-Shi Funabacho 2-1 Fukushima Prefectural Government Funabacho Annex Building 2F</p>	024-524-1315 (024-521-8308)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့တိုင်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

▣ Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
いばらきけん 茨城県 (Ibaraki-Ken)	こうざい いばらきけんこくさいこうりゅうきょう (公財) 茨城県国際交流協会 かい 会 (Ibaraki International Association) ia@ia-ibaraki.or.jp	〒310-0851 みとしせんばちようしつかわ 水戸市千波町後川745 けんみんぶんか ぶんかん かい 県民文化センター分館2階 〒310-0851 Mito-Shi Senbacho Shitsukawa 745 Kenmin Bunka Center Annex 2F	029-241-1611 (029-244-3811) (နိုင်ငံခြားသားများ တိုင်ပင် ဆွေးနွေးရေးစင်တာ) 029-241-7611
とちぎけん 栃木県 (Tochigi-Ken)	こうざい とちぎけんこくさいこうりゅうきょう (公財) 栃木県国際交流協会 かいこくさいぶ 会国際部 gtia@gtia.jp	〒320-0033 うつのみやしほんちよう 宇都宮市本町9-14 こくさいこうりゅう ない とちぎ国際交流センター内 〒320-0033 Utsunomiya-Shi Honcho 9-14 Tochigi International Center	028-621-0777 028-627-3399 (ဆွေးနွေးရန်သီးသန့်.) (028-621-0951)
ぐんまけん 群馬県 (Gunma-Ken)	こうざい ぐんまけんかんこうぶっさんこくさい (公財) 群馬県観光物産国際 きょうかいこくさいぶ 協会国際部 (Gunma Tourism International Association, International Section) gtia@gtia.jp	〒371-0026 まえばしし おおてまち 前橋市大手町2-1-1 ぐんまかいかん 群馬会館3F 〒371-0026 Maebashi-Shi Otemachi 2-1-1 Gunma Kaikan 3F	027-243-7271 (027-243-7275)
さいたまけん 埼玉県 (Saitama-Ken)	こうざい さいたまけんこくさいこうりゅうきょう (公財) 埼玉県国際交流協会 かい 会 (Saitama International Association) sia@sia1.jp	〒330-0074 しうらわ きたうらわ さいたま市浦和区北浦和5-6-5 うらわ ごうどうちようしや かい 浦和合同庁舎3階 〒330-0074 Saitama-Shi Urawa-Ku Kitaurawa 5-6-5 Urawa Godo-Chosha 3F	048-833-2992 (048-833-3291)
ちばけん 千葉県 (Chiba-Ken)	こうざい こくさい (公財) ちば国際コンベンションビューロ = ちばけんこくさいこうりゅう 千葉県国際交流センター (Chiba Convention Bureau and International Center) ied@ccb.or.jp	〒261-7114 ちばしみはまくなかせ 千葉市美浜区中瀬2-6 WBG マリブイースト 14階 かい 〒261-7114 Chiba-Shi Mihama-Ku Nakase 2-6 WBG Marive East 14F	043-297-0245 (043-297-2753)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့စဉ်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

▣ Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
とうきょうと 東京都 (Tokyo-To)	とうきょうとこくさいこうりゅういんかい (Tokyo International Communication Committee) tm-ticc@tokyo-icc.jp	〒101-0023 ちよだくかんだまつながちょう 千代田区神田松永町17-15 おおの 大野ビル 3F 〒101-0021 Chiyoda-Ku Kanda Matsunagacho 17-15 Ono Building 3F	03-5294-6542 (03-5294-6540)
かながわ 神奈川県 (Kanagawa-Ken)	こうざい こくさいこうりゅうざいだん (公財)かながわ国際交流財団 たげんごしえん よこはまじむしょ 多言語支援センター(横浜事務所) (Kanagawa International Foundation) tabunka@kifjp.org	〒221-0835 よこはましかながわくつるやちょう 横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2 けんみん かながわ県民センター13F たげんごしえん 多言語支援センターかながわ内 〒221-0835 Yokohama-Shi Kanagawa-Ku Tsuruyacho 2-24-2 Kanagawa Kenmin Center 13F Tagengo Shien Center Kanagawa	045-620-0011 (045-620-0025)
にいがたけん 新潟県 (Niigata-Ken)	こうざい にいがたけんこくさいこうりゅうきょう (公財)新潟県国際交流協 かい 会 (Niigata International Association) nia21c@niigata-ia.or.jp	〒950-0078 にいがたしちゅうおうくぼんだいじま 新潟市中央区万代島5-1 ぼんだいじま 万代島ビル2階 〒950-0078 Niigata-Shi Chuo-Ku Bandaijima 5-1 Bandaijima Building 2F	025-290-5650 (025-249-8122)
とやまけん 富山県 (Toyama-Ken)	こうざい こくさい (公財)とやま国際センター (Toyama International Center) tic@tic-toyama.or.jp	〒930-0856 とやましうしじましんまち 富山市牛島新町5-5 インテックビル4階 〒930-0856 Toyama-Shi Ushijima Shinmachi 5-5 INTEC Building 4F	076-444-2500 (076-444-2600)
いしかわけん 石川県 (Ishikawa-Ken)	こうざい いしかわけんこくさいこうりゅうきょう (公財)石川県国際交流協 かい 会 (Ishikawa Foundation for International Exchange) center@ifie.or.jp	〒920-0853 かなざわしほんまち 金沢市本町1-5-3 リファーレ 3階 〒920-0853 Kanazawa-Shi Honmachi 1-5-3 Rifare 3F	076-262-5931 (076-263-5931)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့တိုင်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
ふくいけん 福井県 (Fukui-Ken)	こうざい ふくいけんこくさいこうりゅうきょう (公財) 福井県国際交流協会 かい 会 (Fukui International Association) info@f-i-a.or.jp	〒910-0004 ふくいしほうえい 福井市宝永3-1-1 〒910-0004 Fukui-Shi Hoei 3-1-1	0776-28-8800 (0776-28-8818)
やまなしけん 山梨県 (Yamanashi-Ken)	こうざい やまなしけんこくさいこうりゅうきょう (公財) 山梨県国際交流協会 かい 会 (Yamanashi International Association) webmaster@yia.or.jp	〒400-0035 こうふしいいだ 甲府市飯田2-2-3 やまなしけんりつこくさいこうりゅう 山梨県立国際交流センター内 〒400-0035 Kofu-Shi lida 2-2-3 Yamanashi Prefectural International Exchange Center	055-228-5419 (055-228-5473)
ながのけん 長野県 (Nagano-Ken)	こうざい ながのけんこくさいかきょうかい (公財) 長野県国際化協会 (Association of Nagano Prefecture for Promoting International Exchange) mail@anpie.or.jp	〒380-8570 ながのしみなみながのほばした 長野市南長野幅下692-2 ながのけんちょうひがしちようしゃ 長野県庁東庁舎1階 〒380-8570 Nagano-Shi Minaminagano Habashita 692-2 Nagano Prefectural Government East 1F	026-235-7186 (026-235-4738)
ぎふけん 岐阜県 (Gifu-Ken)	こうざい ぎふけんこくさいこうりゅう (公財) 岐阜県国際交流センター (Gifu International Center) gic@gic.or.jp	〒500-8875 ぎふしやながせどお 岐阜市柳ヶ瀬通り1-12 ぎふちゆうにち 岐阜中日ビル2階 〒500-8875 Gifu-Shi Yanagasedori 1-12 Gifuchunichi Building 2F	058-214-7700 058-263-8066 (၃ပွင့် ဆိုင်ပြန်နိုင်သည့်ဖုန်း) (058-263-8067)
しずおかけん 静岡県 (Shizuoka-Ken)	こうざい しずおかけん こくさいこうりゅう (公財) 静岡県国際交流 きょうかい 協会 (Shizuoka Association for International Relations) info@sir.or.jp	〒422-8067 しずおかしするがくみなみちよう 静岡市駿河区南町14-1 みず もり 水の森ビル2階 〒422-8067 Shizuoka-Shi Suruga-Ku Minamicho 14-1 Mizunomori Building 2F	054-202-3411 (054-202-0932)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့တိုင်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

▣ Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
အိချိခရိုင် (Aichi-Ken)	<p>こうざい あいちけん こくさいこうりゅうきょうかい (公財)愛知県国際交流協会</p> <p>かい 会 (Aichi International Association) somu@aia.pref.aichi.jp</p>	<p>〒460-0001 なごやしなかくさん まる 名古屋市中央区三の丸2-6-1 あいちけんさん まるちようしゃない 愛知県三の丸庁舎内 〒460-0001 Nagoya-Shi Naka-Ku Sannomaru 2-6-1 Aichi Prefectural Government Sannomaru Annex Building</p>	052-961-8744 (052-961-8045)
မိယခရိုင် (Mie-Ken)	<p>こうざい みえけん こくさいこうりゅうざいだん (公財)三重県国際交流財団</p> <p>(Mie International Exchange Foundation) mief@mief.or.jp</p>	<p>〒514-0009 つしはどころちよう 津市羽所町700 つかい アスト津3階 〒514-0009 Tsu-Shi Hadokorocho 700 UST TSU 3F</p>	059-223-5006 (059-223-5007)
ရှိဂခရိုင် (Shiga-Ken)	<p>こうざい しがけん こくさいきょうかい (公財)滋賀県国際協会</p> <p>(Shiga Intercultural Association for Globalization) info@s-i-a.or.jp</p>	<p>〒520-0801 おおつし はま 大津市におの浜1-1-20 おうみかい ピアザ淡海2階 〒520-0801 Otsu-Shi Nionohama 1-1-20 Piazza Omi 2F</p>	077-526-0931 (077-510-0601)
ကျီယိုတို (Kyoto-Fu)	<p>こうざい きょうとふ こくさい (公財)京都府国際センター</p> <p>(Kyoto Prefectural International Center) main@kpic.or.jp</p>	<p>〒600-8216 きょうともしもぎょうくひがしのとういんどおりしちじょう 京都市下京区東洞院通七条 くだ ひがしおこうじちよう 下ル東塩小路町676-13 きょうと ちか かい メルパルク京都 地下1階 〒600-8216 Kyoto-Shi Simogyo-Ku Higashinotoindori Shichijo Higashi Shikojicho 676-13 Mielparque Kyoto Bldg. B1F</p>	075-342-5000 (075-342-5050)
အိုအိုဆု (Osaka-Fu)	<p>こうざい おおさかふ こくさいこうりゅうざい (公財)大阪府国際交流財</p> <p>だん 団 (Osaka Foundation of International Exchange) info@ofix.or.jp</p>	<p>〒540-0029 おおさかしちゅうおうくほんまちはし 大阪府中央区本町橋2-5 まいどームおおさか かい 5階 〒540-0029 Osaka-Shi Chuo-Ku Honmachibashi 2-5 My Dome Osaka 5F</p>	06-6966-2400 (06-6966-2401)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့စဉ်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
ひろしまけん 広島県 (Hiroshima-Ken)	こうざい こくさい (公財)ひろしま国際センター (Hiroshima International Center) hic@hiroshima-ic.or.jp	〒730-0037 ひろしましなかくなかもち 広島市中区中町8-18 ひろしま 広島クリスタルプラザ 6階 〒730-0037 Hiroshima-Shi Nka-Ku Nakamachi 8-18 Hiroshima Cristal Plaza 6F	082-541-3777 (082-243-2001)
やまぐちけん 山口県 (Yamaguchi-Ken)	こうざい やまぐちけんこくさいこうりゆうきょう (公財)山口県国際交流協 かい 会 (Hiroshima International Center) yiea@yiea.or.jp	〒753-0082 やまぐちし みず うえちょう 山口市水の上町1-7 みず うえちょうしや 水の上庁舎3F 〒753-0082 Yamaguchi-Shi Mizunouecho 1-17 3F	083-925-7353 (083-920-4144)
とくしまけん 徳島県 (Tokushima-Ken)	こうざい とくしまけんこくさいこうりゆうきょう (公財)徳島県国際交流協 かい 会 (とくしま国際戦略センター) (Tokushima Prefectural International Exchange Association(Tokushima International Strategies Center)) topia@topia.ne.jp	〒770-0831 とくしまし てらしまほんちょうにし 徳島市寺島本町西1-61 クレメントプラザ 6階 〒770-0831 Tokushima-Shi Terashimahoncho Nishi 1-61 Clement Plaza 6F	088-656-3303 (088-652-0616)
かがわけん 香川県 (Kagawa-Ken)	こうざい かがわけん こくさいこうりゆうきょう (公財)香川県国際交流協 かい 会 (Kagawa International Exchange Center) i-pal@i-pal.or.jp	〒760-0017 たかまつしばんちょう 高松市番町1-11-63 かがわな アイパル香川内 〒760-0017 Takamatsu-Shi Bancho1-11-63 I-PAL KAGAWA	087-837-5908 (087-837-5903)
えひめけん 愛媛県 (Ehime-Ken)	こうざい えひめけん こくさいこうりゆうきょう (公財)愛媛県国際交流協 かい 会 (Ehime Prefectural International Center) haiku575@lib.e-catv.ne.jp	〒790-0844 まつやまし どうごいちまん 松山市道後一万1-1 〒790-0844 Matsuyama-Shi Dogoichiman 1-1	089-917-5678 (089-917-5670)
こうちけん 高知県 (Kochi-Ken)	こうざい こうちけん こくさいこうりゆうきょう (公財)高知県国際交流協 かい 会 (Kochi International Association) info_kia@kochi-kia.or.jp	〒780-0870 こうち しほんまち 高知市本町4-1-37 まるうち 丸の内ビル 2F 〒780-0870 Kochi-Shi Honcho 4-1-37 Marunouchi Building 2F	088-875-0022 (088-875-4929)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့တိုင်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
福岡県 (Fukuoka-Ken)	こうざい ふくおかけん こくさいこうりゅう (公財)福岡県国際交流センター (Fukuoka International Exchange Foundation) info@kokusaihiroba.or.jp	〒810-0001 ふくおかしちゅうおうくてんじん 福岡市中央区天神1-1-1 アクロス福岡 〒810-0001 Fukuoka-Shi Chuo-Ku Tenjin 1-1-1 ACROS Fukuoka	092-725-9204 (092-725-9205)
佐賀県 (Saga-Ken)	こうざい さがけん こくさいこうりゅうきょう (公財)佐賀県国際交流協会 (Saga Prefecture International Relations Associations) info@spira.or.jp	〒840-0826 さがししらやま 佐賀市白山2-1-12 さがしょうこう 佐賀商エビル 1F 〒840-0826 Saga-Shi Shirayama 2-1-12 Saga Shoukou Building 1F	0952-25-7921 (0952-26-2055)
長崎県 (Nagasaki-Ken)	こうざい ながさきけんこくさいこうりゅうきょう (公財)長崎県国際交流協会 (Nagasaki International Association) nia@nia.or.jp	〒850-0862 ながさきしでじままち 長崎市出島町2-11 〒850-0862 Nagasaki-Shi Dejimamachi 2-11	095-823-3931 (095-822-1551)
熊本県 (Kumamoto-Ken)	くまもとけん こくさいきょうかい 熊本県国際協会 (Kumamoto International Association) kuma-koku@cup.ocn.ne.jp	〒862-8570 くまもとし すいぜんじ 熊本市水前寺6-18-1 くまもとけんちょうほんかん かい こくさい かない 熊本県庁本館7階 国際課内 〒862-8570 Kumamoto-Shi Suizenji 6-18-1 Kumamoto Prefectural Building 7F International Affairs Division	096-385-4488 (096-277-7005)
大分県 (Oita-Ken)	こうざい おおいたけんげいじゅつぶんか (公財)大分県芸術文化スポーツ振興財団 おおいた国際交流プラザ (Oita Arts Culture Sport Promotion Foundation, International Plaza) in@emo.or.jp	〒870-0029 おおいたし たかさごまち 大分市高砂町2-33 OASIS ひろば ない (B1F) 〒870-0029 Oita-Shi Takasagomachi 2-33 OASIS Hiroba 21 B1F	097-533-4021 (097-533-4052)
宮崎県 (Miyazaki-Ken)	こうざい みやざきけん こくさいこうりゅう (公財)宮崎県国際交流協会 (Miyazaki International Foundation) miyaiinfo@mif.or.jp	〒880-0805 みやざきし たちばなどおりひがし 宮崎市橘通東 4-8-1 カーリーノ 9F 〒880-0805 Miyazaki-Shi Tachibanadori Higashi 4-8-1 Carino 9F	0985-32-8457 (0985-32-8512)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့တိုင်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

ခရိုင်	အမည် E-mail	လိပ်စာ	TEL (FAX)
かごしま 鹿児島 県 (Kagoshima-ken)	こうざい かがしまけん こくさいこうりゅう (公財)鹿児島県国際交流 きょうかい 協会 (Kagoshima International Association) kia@po.synapse.ne.jp	〒892-0816 かごしまし やましたちょう 鹿児島市山下町 14-50 けんみんこうりゅう かごしま県民交流センター1階 〒892-0816 Kagochima-Shi Yamashitacho 14-50 Kagoshima Prefectural Citizens Exchange Centre 1F	099-221-6620 (099-221-6643)
おきなわけん 沖縄県 (Okinawa-ken)	こうざい おきなわけん こくさいこうりゅう (公財)沖縄県国際交流 じんざいいくせいざいだん 人材育成財団 (Okinawa International Exchange and Human Resource Development Foundation) kokusai@oihf.or.jp	〒901-2221 ぎのわんしいさ 宜野湾市伊佐4-2-16 〒901-2221 Ginowan-Shi Isa 4-2-16	098-942-9215 (098-942-9220)

● လူဦးရေ ၅ သိန်းထက်များသောမြို့နယ်၌ရှိသော နိုင်ငံတကာကုလူးဆက်ဆံရေးအသင်းများစာရင်း

し 市	だんたいめい 団体名 メールアドレス	しょざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号 ばんごう (FAX番号)
さっぽろし 札幌市 (Sapporo-Shi)	こうざい さっぽろこくさい (公財)札幌国際プラザ (Sapporo International Communication Plaza Foundation) sicpf@plaza-sapporo.or.jp	〒060-0001 さっぽろし ちゅうおうくた じょうにし 札幌市中央区北1条西3 さっぽろ 札幌MNビル3階 〒060-0001 Sapporo-Shi Chuo-Ku Kita 1 Jonishi 3 Sapporo MN Building 3F	011-211-3670 (011-211-3673)
せんだいし 仙台市 (Sendai-Shi)	こうざい せんだいこくさいこうりゅうきょうかい (公財)仙台国際交流協会 こくさいすいしんかこうりゅうがかり 国際推進課交流係 (Sendai International Relations Association, International Relations Promotion Section) koryu@sentia-sendai.jp	〒980-0856 せんだいし あおばくあおばやま 仙台市青葉区青葉山 せんだいこくさい 仙台国際センター内 〒980-0856 Sendai-Shi Aoba-Ku Aobayama Sendai International Center	022-265-2471 (022-265-2472)
さいたま 市 (Saitama-Shi)	しゃ かんこうこくさいきょうかい (社)さいたま観光国際協会 こくさいこうりゅう 国際交流センター (Saitama Tourism and International	〒330-0055 しうらわ くひがしたかさごちよう さいたま市浦和区東高砂町 11-1 コムナーレ9階	048-813-8500 (048-887-1505)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့စဉ်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

し 市	だんたいめい 団体名 メールアドレス	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号 ばんごう (FAX番号)
	Relations Bureau, International Relations Center) ec@stib.jp	〒330-0055 Saitama-Shi Urawa-Ku Higashitakasagocho 11-1 Comunale 9F	
ちばし 千葉市 (Chiba-Shi)	こうざい ちばしこくさいこうりゅうきょうかい (Chiba City International Association) ccia@ccia-chiba.or.jp	〒260-0013 ちばしちゆうおうくちゆうおう 千葉市中央区中央2-5-1 ちばちゆうおう 2号館8階 〒260-0013 Chiba-Shi Chuo-Ku Chuo 2-5-1 Chibachuo Twin Building 2 nd Tower 8F	043-202-3000 (043-202-3111)
よこはまし 横浜市 (Yokohama-Shi)	こうざい よこはましこくさいこうりゅうきょうかい (Yokohama Association for International Communications and Exchanges) yoke@yoke.or.jp	〒220-0012 よこはましにしく 横浜市西区みなとみらい 1-1-1 よこはま よこはまこくさいきょうりよく パシフィコ横浜 横浜国際協カ センター5階 〒220-0012 Yokohama-Shi Nishi-Ku Minatomirai 1-1-1- Pacifico Yokohama Yokohama International Organizations Center 5F	045-222-1171 (045-221-1187)
かわさきし 川崎市 (Kawasaki-Shi)	こうざい かわさきしこくさいこうりゅうきょうかい (Kawasaki International Association) kiankawasaki@kian.or.jp	〒211-0033 かわさきし なかはら くきづきぎ おんちよう 川崎市中原区木月祇園 町 2-2 かわさきし こくさいこうりゅう 川崎市国際交 流 センター内 〒211-0033 Kawasaki-Shi Nakahara-Ku Kizukigioncho 2-2 Kawasaki International Center	044-435-7000 (044-435-7010)
しずおかし 静岡市 (Shizuoka-Shi)	しずおかしこくさいこうりゅうきょうかい (Shizuoka City Association for Multicultural Exchange) same@samenet.jp	〒420-0853 しずおかしあおいこうてまち 静岡市葵区追手町4-16 〒420-0853 Shizuoka-Shi Aoi-Ku Outemachi 4-16	054-273-5931 (054-273-6474)
はままつし 浜松市 (Hamamatsu-Shi)	こうざい はままつこくさいこうりゅうきょうかい (Hamamatsu Foundation for International Communication and Exchanges) info@hi-hice.jp	〒430-0916 はままつしなかはやうまちよう 浜松市中区早馬 町 2-1 はままつ クリエート浜松4F 〒430-0916 Hamamatsu-Shi Naka-Ku Hayaumacho 2-1 CREATE	053-458-2170 (053-458-2197)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့စဉ်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

し 市	だんたいめい 団体名 メールアドレス	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号 ばんごう (FAX番号)
		HAMAMATSU 4F	
なごや 名古屋市 市 (Nagoya ashi)	こうざい なごやこくさい (公財)名古屋国際センター (Nagoya International Center) info@nic-nagoya.or.jp	〒450-0001 なごやしなかもむらくなごの 名古屋市中村区那古野1-47-1 なごやこくさい 名古屋国際センタービル 3F 〒450-0001 Nagoya-Shi Nakamura-Ku Nagono 1-47-1 Nagoya International Center Bldg. 3F	052-581-0100 (052-571-4673)
きょうとし 京都市 (Kyoto- Shi)	こうざい きょうとしこくさいこうりゅうきょうかい (公財)京都市国際交流協会 (Kyoto City International Foundation) office@kcif.or.jp	〒606-8536 きょうとし さきょうくあわたくちとりいちょう 京都市左京区粟田口鳥居町 2-1 〒606-8536 Kyoto-Shi Sakyo-Ku Awataguchitoriicho 2-1	075-752-3010 (075-752-3510)
おおさかし 大阪市 (Osaka- Shi)	こうざい おおさかこくさいこうりゅう (公財)大阪国際交流センター (Osaka International House Foundation) center@ih-osaka.or.jp	〒543-0001 おおさかしてんのうじくうえほんまち 大阪市天王寺区上本町8-2-6 〒543-0001 Osaka-Shi Tenouji-Ku Honmachi 8-2-6	06-6773-8182 (06-67723-8421)
こうべし 神戸市 (Kobe- Shi)	こうざい こうべこくさいきょうりょくこうりゅう (公財)神戸国際協力交流セン ター (Kobe International Center for Cooperation and Communication) kic00@kicc.jp	〒651-0083 こうべ しちゅうおうく はまべどおり 神戸市中央区浜辺通 5-1-14 こうべしやうこうほうえき 神戸商工貿易センタービル 2F 〒651-0083 Kobe-Shi Chuo-Ku Hamabedori 5-1-14 Boeki Center Building 2F	078-291-0641 (078-291-0691)
ひろしまし 広島市 (Hirosh ima-Shi)	こうざい ひろしまへいわぶんか (公財)広島平和文化センター こくさいこうりゅう きょうりょくか 国際交流・協力課 (Hiroshima Peace Culture Foundation International Relations and Cooperation Division) internat@pcf.city.hiroshima.jp	〒730-0811 ひろしましなかなかじまちょう 広島市中区中島町1-5 〒730-0811 Hiroshima-Shi Naka-Ku Nakajimacho 1-5	082-242-8879 (082-242-7452)
きたきゅう 北九 州市 (Kitaky ushu-S hi)	こうざい きたきゅうしゅうこくさいこうりゅうきょう (公財)北九州国際交流協 会 (Kitakyushu International Association) kia@kitaq-koryu.jp	〒806-0021 きたきゅうしゅうし やはたにし くろさき 北九州市八幡西区黒崎 3-15-3 コムシティ 3F 〒805-0021	093-643-6464 (093-643-6466)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေ့တိုင်မူလမ်းညွှန်



Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

▶ Q တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

し市	だんたいめい 団体名 メールアドレス	しよざいち 所在地	でんわばんごう 電話番号 ばんごう (FAX番号)
		Kitakyusyu-Shi Yahatanishi-Ku Kurosaki 3-15-3 ComCity 3F	
ふくおかし 福岡市 (Fukuoka-Shi)	こうざい ふくおか こくさいこう (公財) 福岡よかトピア国際交 りゅうざいだん 流財団 (Fukuoka City International Foundation) daihyo@rainbowfia.or.jp	〒812-0025 ふくおかし はかたくてんやまち 福岡市博多区店屋町4-1 ふくおかし やくしよきたべつこくさいかいかん 福岡市役所北別国際会館1F 〒812-0025 Fukuoka-Shi Hakata-Ku Tenyamachi 4-1 Fukuoka City Hall North Annex International Center 1F	092-262-1700 (092-262-2700)
くまもとし 熊本市 (Kumamoto-Shi)	いちざい くまもとしこくさいこうりゅうしんこう (一財) 熊本市国際交流振興 じぎょうだん 事業団 (Kumamoto International Foundation) pj-info@kumamoto-if.or.jp	〒860-0806 くまもとしちゅうおうくはなばたちょう 熊本市中央区花畑町4-18 くまもとしこくさいこうりゅうかいかんない 熊本市国際交流会館内 〒860-0806 Kumamoto-Shi Chuo-Ku Hanabatakecho 4-18 Kumamoto International Exchange Center	096-359-2121 (096-359-5112)



ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေထိုင်မှုလမ်းညွှန်



၇ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

▣ ၇ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

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	ရဲဌာန တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေး သီးသန့်ဖုန်းနံပါတ်	#9110 ※Dial-up ဖုန်းလိုင်းနှင့် IP ဖုန်း အချို့မှ ဖြစ်ပါက ခရိုင်အသီးသီး၏ ရဲဌာန တိုင်ပင်ဆွေးနွေးရေးအထွေထွေကောင်တာ၏ ဖုန်းနံပါတ် 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	နိုင်ငံခြားဘာသာဖြင့် လူ့အခွင့်အရေး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု ဖုန်းနံပါတ် (Legal Affairs Bureau, District Legal Affairs Bureau)	0570-090911 (တစ်နိုင်ငံလုံးမှ ခေါ်နိုင်သည့် Navi Dial ဖုန်း) (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာ၊ ကိုရီးယားဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ ပေါ်တူဂီ ဘာသာ၊ စပိန်ဘာသာ)	၉:၀၀ - ၁၇:၀၀ (တနင်္လာမှ သောကြာ၊ နှစ်ကုန်နှစ်စကားလ မှ အပ)	

ဘာသာစကားပေါင်းစုံနေထိုင်မှုလမ်းညွှန်



၇ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း

▣ ၇ တိုင်ပင်ဆွေးနွေးခြင်း ထိပ်သို့

	အမည်	ဖုန်းနံပါတ် ဘာသာစကား	အချိန်	မှတ်ချက်
		နိုင်ငံခြားဘာသာ အင်တာနက် လူ့အခွင့်အရေး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု လက်ခံကောင်တာ (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ) နိုင်ငံခြားဘာသာ အင်တာနက် လူ့အခွင့်အရေး တိုင်ပင်ဆွေးနွေးမှု လက်ခံကောင်တာ (တရုတ်ဘာသာ)		
အမျိုးသမီး လူ့အခွင့်အရေး	Gender Equality Bureau Cabinet Office "အိမ်ထောင်ဘက်၏ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှု ခံရခြင်း ထောက်ပံ့ရေး ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်" (နှိပ်စက်ခံရသူက နိုင်ငံခြားသားဖြစ်လျှင်)	(ဂျပန်ဘာသာ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း စသည်)		တစ်နိုင်ငံလုံးရှိ "အိမ်ထောင်ဖက်၏ ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက်မှုဆိုင်ရာ တိုင်ပင် ကူညီရေးစင်တာ" ဇယား၊ သက်ဆိုင်ရာ ဌာနများသို့ ဆက်သွယ်ရန်ချိတ်ဆက်မှု စသည်
	Women's Human Rights Hotline (Legal Affairs Bureau, Distric Legal Affairs Bureau)	0570-070-810 (တစ်နိုင်ငံလုံးမှ ခေါ်နိုင်သည့် Navi Dial ဖုန်း)	မေးခူ - ၁၇:၁၅ (စနေ၊ တနင်္ဂနွေ၊ အစိုးရ ရုံးပိတ်ရက်မှ အပ)	
	Japan Christian Women's Organization HELP (House in Emergency of Love and Peace) (Tokyo)	03-3368-8855 (ဂျပန်ဘာသာ။ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)	၁၀:၀၀ - ၁၇:၀၀ (တနင်္လာမှ သောကြာ)	
	NPO House for Women "Saalaa" (Kanagawa Prefecture)	045-901-3527 တနင်္လာမှ သောကြာ - ထိုင်းဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တနင်္လာအင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး၊ စနေ - စပိန်ဘာသာ အင်္ဂါ၊ ကြာသပတေး၊ စနေ - ပေါ်တူဂီဘာသာ တနင်္လာ၊ ဗုဒ္ဓဟူး၊ စနေ - ကိုရီးယားဘာသာ တရုတ်ဘာသာမှာ ကြိုတင်စာရင်းပေးပါက ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်	၁၀:၀၀ - ၁၇:၀၀	
	NPO Kanagawa Onna no Space Misura (Kanagawa)	045-451-0740 (ဂျပန်ဘာသာ)	၁၄:၀၀ - ၁၇:၀၀ (တနင်္လာမှ စနေ) ၁၈:၀၀ - ၂၀:၀၀ (တနင်္လာမှ သောကြာ)	
	NPO Asian Woman's Empowerment Project (AWEP) (Hyogo)	078-734-3633 (ဂျပန်ဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)	ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ ၁၁:၀၀ - ၁၆:၀၀	
	NPO Asian Woman's Empoerment Center Asian Women's Hotline (Fukuoka)	092-513-7333 (ဂျပန်ဘာသာ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာ၊ ကိုရီးယားဘာသာ၊ တာဂါလော့ဘာသာ၊ ထိုင်းဘာသာ၊ အင်ဒိုနီးရှားဘာသာ)	(တနင်္လာမှ သောကြာ၊ နှစ်ကုန်နှစ်စကားလုံး အစိုးရရုံးပိတ်ရက် မှ အပ) နေ့ရက်၊ အချိန်မှာ ဘာသာစကားအလိုက် ကွဲပြားသည်	
ကလေးအခွင့်အရေး	Children's Rights Hotline 110 (Legal Affairs Bureau, District Legal Affairs Bureau)	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 (နှစ်ကုန်းနှစ်စကားလ မှအပ)	JR East လမ်းညွှန်
	JR West	Customer Center 0570-002486 (သို့) 078-382-8686 (ဂျပန်ဘာသာ) Foreign Language Customer Support (Link) -အင်္ဂလိပ်ဘာသာ -တရုတ်ဘာသာ အလွယ်စာလုံး -တရုတ်ဘာသာ ရိုးရာစာလုံး -ကိုရီးယားဘာသာ	၆းဝ - ၂၃းဝ (နေ့စဉ်)	JR West လမ်းညွှန်
ဆေးကုသမှု	NPO AMDA International Medical Information Center	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	TELL (တိုကျို အင်္ဂလိပ်ဘာသာ အသက်ကယ်တယ်လီဖုန်း) LifeLine Support	03-5774-0992 (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)	ဇွဲးဝ - ၂၃းဝ (နေ့စဉ်) Online Chat မှာမှ စနေ ၂၃းဝ မှ တနင်္ဂနွေ ဇွဲးဝ	
စာတိုက်	Japan Post Customer Service တိုင်ပင်ရေးစင်တာ	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)