

신주쿠 뉴스



http://
www.foreign.
city.shinjuku.
lg.jp/kr/

고민은 이곳에서 상담

(FRESC/ 프레스크)



외국인 체류 지원 센터

일본에서 생활하는 외국인을 지원하는 새로운 거점 '외국인 체류 지원 센터'가 오픈되었습니다.

외국인 체류 지원 센터 (FRESC/ 프레스크)

전화: 0570-011000 (내비 다이얼)

일부 IP 전화 및 해외에서 연락할 때는 03-5363-3013

OPEN 09:00 CLOSE 17:00 ※토·일·공휴일·연말연시는 휴무

주소 도쿄도 신주쿠구 요츠야 1-6-1
요츠야 타워 13F

교통편

JR 추오우선·소우부선 요츠야역: 도보 1분
도쿄 메트로 마루노우치선 요츠야역: 도보 3분
도쿄 메트로 난보쿠선 요츠야역: 도보 1분



무슨 일을 하는 곳인가요?

취업과 체류 수속 등으로 어려움을 겪고 있는 외국인과 외국인을 고용하는 기업, 외국인 지원에 힘쓰는 지자체를 지원하고 있습니다.

무엇이 편리한가요?

- 한 층에 8개의 창구가 있으며 다양한 상담을 한 곳에서 받을 수 있습니다.
- 일본어 이외의 언어로도 상담할 수 있습니다. 접수 창구에는 일본어·영어·중국어할 수 있는 스태프가 있으며, 태블릿을 이용하면 다국어※에 의한 상담도 가능합니다.

※한국어·포르투갈어·스페인어·필리핀어·베트남어·태국어·인도네시아어·네팔어

2 페이지
에서 계속



알림 “신주쿠 뉴스”의 지면 디자인이 2020년 7월호부터 새로워졌습니다. 읽기 쉬운 지면으로 만들기 위해 앞면과 뒷면을 컬러로 제작하여 유니버설 디자인에 대한 배려를 개선했습니다. 발행은 7월, 11월, 3월의 연 3회입니다.

다음 호는 2021년 3월에 발행될 예정입니다. 구청, 신주쿠 다문화 공생 플라자, 특별 출장소, 도서관 등 각 공공시설에서 배포하고 있습니다.



8개의 상담 창구와 주요 업무



출입국 체류 관리청 · 공개 청구 창구

출입국 체류 관리청에 있는 서류 및 출입 (귀) 국 기록, 외국인 등록 원표를 볼 수 있습니다.

전화 : 03-5363-3005

http://www.immi-moj.go.jp/news-list/kaiji_release.html



도쿄 출입국 체류 관리국

체류 자격 변경 및 체류 기간 갱신 등을 상담할 수 있습니다. 상담에는 예약이 필요합니다.

전화 : 03-5363-3025 ※예약 전용

체류 상담 예약 양식 (일본어)

<https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-jpn>

체류 상담 예약 양식 (영어)

<https://www12.webcas.net/form/pub/fresc/yoyaku-eng>

<http://www.immi-moj.go.jp/soshiki/kikou/tokyo.html>



일본 무역 진흥 기구 (제트로)

뛰어난 외국 인재의 활용을 촉진하기 위해 세미나와 포털 사이트를 통해 정보를 제공합니다.

전화 : 03-3582-5203

E-mail: OpenforProfessionals@jetro.go.jp ※상담용 메일 주소

<https://www.jetro.go.jp/hrportal/>



외무성 비자 · 인포메이션

일본 입국에 필요한 사증 (비자) 신청에 관한 일반적인 상담을 접수하고 있습니다.

전화 : 0570-011000 (내비 다이얼 : 안내에 따라 ㉠을 누른다)

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/visa/index.html>



도쿄 외국인 고용 서비스 센터

외국인 유학생과 뛰어난 외국 인재 (전문 · 기술적 분야의 체류 자격) 의 취직 지원을 합니다.

전화 : 0570-011000 (내비 다이얼 : 안내에 따라 ㉠을 누른다)

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/>



도쿄 법무국 인권옹호부

외국인 및 장애가 있는 사람 등에 대한 차별적인 취급과 괴롭힘 등 인권에 관한 상담에 응하고 있습니다.

전화 : 0570-003-110 (일본어 대응)

전화 : 0570-090-911 (외국어 대응)

<http://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/>



일본 사법 지원 센터 (법 테라스)

법적 문제 해결에 도움이 되는 법제도 및 상담 창구를 무료로 소개합니다.

전화 : 0570-011000 (내비 다이얼 : 안내에 따라 ㉠을 누른다)

전화 : 0570-078377

(다국어 정보 제공 : 영어, 중국어, 한국어, 스페인어, 포르투갈어, 베트남어, 타갈로그어, 네덜란드어, 태국어)

<https://www.houterasu.or.jp/>



도쿄 노동국 외국인 특별 상담 · 지원실

노동 시간과 임금, 해고 등 직장에서의 어려움을 처했을 때의 상담 창구입니다. 외국인 노동자의 안전 위생 관리에 관한 상담에도 응하고 있습니다

전화 : 0570-011000 (내비 다이얼 : 안내에 따라 ㉠을 누른다)

전화 : 0120-816703 (무료전화)

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/fresc.html>

(안전 위생 관련)

<https://www.toukiren.or.jp/fresc/>



접수 창구



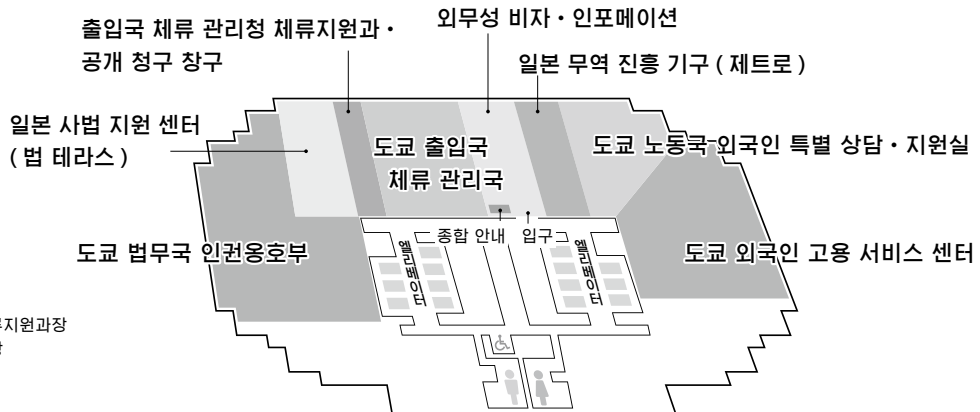
상담 창구



상담 부스



플로어 MAP



출입국 체류 관리청 체류지원과장
외국인 체류 지원 센터장
타비라 코우지

외국인 여러분께 : FRES에는 여러분이 일본에서 살기 쉽도록 하기 위한 8 개의 창구가 있습니다. 많은 이용 부탁드립니다.

감염증을 예방하자!

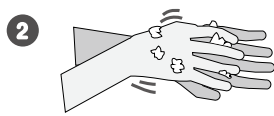
신종 코로나 바이러스와 인플루엔자 바이러스로 인해 발생하는 감염증을 예방하기 위해서는 일상 생활에서의 주의가 필요합니다. ①손 씻기 ②마스크 착용 ③환기 등 예방의 기본에 노력합니다.

~ 손 씻기 ~

손에는 눈에 보이지 않는 바이러스와 세균이 묻어 있습니다. 외출에서 돌아온 후나 많은 사람이 접촉한 것으로 생각되는 곳을 만진 후에는 손 씻기를 합니다.



①흐르는 물로 손을 충분히 적신 후 비누칠을 하여 손바닥을 잘 문지른다



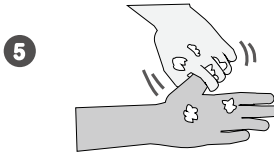
②손등을 펴서 문지른다



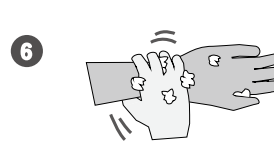
③손가락 끝 · 손톱 사이를 꼼꼼히 문지른다



④손가락 사이를 씻는다



⑤엄지 손가락을 손바닥으로 비틀면서 씻는다



⑥손목도 잊지 말고 씻는다

비누로 다 씻었으면 흐르는 물로 충분히 행군 후 깨끗한 수건이나 종이 타월로 잘 닦아 건조시킵니다.



올바른 손 씻기 방법을 동영상으로도 확인할 수 있습니다.

<https://youtu.be/-yFZPjZyp8Y>

※일본어로 제공

~ 마스크 착용 ~

무증상이나 경증인 사람도 다른 사람에게 감염을 확산시킬 수 있습니다. 사람과 만날 때는 증상이 없어도 마스크를 착용하는 것이 중요합니다.

마스크는 코와 턱도 확실하게 덮이도록 착용하는 것이 포인트입니다.



~ 환기 ~



실내의 바이러스 양을 낮추기 위해 30분에 한 번 이상 몇 분간 창문을 활짝 열어둡시다.

●영양 균형이 잡힌 식사와 충분한 수면을 취하여 몸의 저항력을 높이는 것도 중요합니다.



인플루엔자 예방 접종을 실시합니다

(2020년 10월 1일 ~ 2021년 1월 31일)

인플루엔자 예방 접종을 받으면 감염 예방 및 증상을 완화하는 효과가 있습니다. 구에서 발송된 예진표를 지참하여 구가 지정한 의료 기관에서 접종해 주십시오. 예진표가 없는 분은 보건예방과에 문의해 주십시오. 또한 자택에 도착한 자료를 이해할 수 없는 분은 외국인 상담 창구(본청사 1층)로 방문해 주십시오.

올해는 신종 코로나 바이러스 감염증 대책의 일환으로

본인 부담액을 면제합니다.



	12세 이하인 분	생활 보호를 받고 있는 세대 등의 분	65세 이상인 분과 60세 ~ 64세이면서 다음과 같은 장애가 있는 분
대상	구내에 거주하고 2020년 10월 1일 현재 12세 이하인 분 ※생후 6개월 ~ 11개월 가운데 접종을 희망하는 분은 문의해 주십시오.	구내에 거주하고 2020년 10월 1일 현재 13세 ~ 64세 가운데 생활 보호를 받고 있는 세대 등의 분 ※사전에 수속이 필요합니다.	구내에 거주하고 2020년 12월 31일 현재 ① 65세 이상인 분, ② 60세 ~ 64세이면서 심장 · 신장 · 호흡기 · 면역 기능에 중도의 장애 (신체 장애인 수첩 1급 정도) 가 있는 분
접종 횟수	2회	1회	1회
본인 부담 금액	무료	무료	무료 ※②에 해당하는 분 가운데 처음으로 접종을 희망하는 분은 문의해 주십시오.

[문의] 보건예방과 예방계 (다이니 분청사 분관 1층) 전화: 03-5273-3859 ※일본어 대응.



신주쿠의 매력을 재발견

— 제 10 회 —

도심 의 오 아 시 스

잔디 공원 구역 8,500m²

신주쿠 추오우 공원

구립 공원으로서 최대의 면적을 자랑하는 신주쿠 추오우 공원은 고층 빌딩이 뿔뿔이 들어선 가운데 자연이 풍부한 오아시스로서 많은 이용자에게 사랑을 받고 있습니다. 그와 같은 신주쿠 추오우 공원의 잔디 광장 구역이 리뉴얼되어 더욱 매력적인 장소가 되었습니다!

이번에는 새로워진 잔디 광장 구역과 이에 따라 탄생한 교류 거점 시설 'SHUKNOVA' 를 소개합니다.



교류 거점 시설 'SHUKNOVA'

커피 스토어 · 레스토랑 · 아웃도어 피트니스 클럽이 들어선 새로운 시설입니다. 2 층에는 누구나 자유롭게 이용할 수 있는 실외 공간 'MIHARASHI TERRACE(미하라시 테라스)' 가 있습니다. 개방적인 공간에서 휴식과 식사를 많이 즐겨 주십시오.

1F 커피 스토어 '스타벅스'



48석

레스토랑 '무사시노 모리 Diner'



107석

2F

아웃도어 피트니스 클럽 (요가 스튜디오, 볼더링 (클라이밍) 집, 러너즈 로커 & 샤워)

'PARKERS TOKYO'

테라스 (미하라시 테라스)

'MIHARASHI TERRACE'



신주쿠 추오우 공원 전체 지도



소재지: 신주쿠구 니시 신주쿠 2-11

교통편

- JR · 오다큐선 · 케이오우선 '신주쿠역' 에서 도보 약 10 분
- 도쿄 메트로 마루노우치선 '니시 신주쿠역' 에서 도보 약 5 분
- 도영 오오에도선 '도청앞 역' 에서 도보 1 분

잔디 광장

초록빛 잔디가 기분이 좋고 느긋하면서 개방감이 넘치는 공간입니다. 이번 리뉴얼로 예전부터 있던 잔디 광장을 재정비하였으며 또한 일 년 내내 초록빛이 아름다운, 보고 즐길 수 있는 '매력적인 잔디' 를 마련했습니다.

※ '매력적인 잔디' 는 원칙적으로 관상용입니다. 허가 없이 출입하는 것은 자제해 주십시오.



SHUKNOVA

가 무슨 뜻인가요?

다른 문화가 한데 모이고 사람들이 머무는 곳

라틴어로 'NOVA' 는 새롭다는 뜻입니다. 다양한 다른 문화의 고리, 사람들의 교류의 고리를 키워 나가는 장소로 만들고 싶다는 마음이 담겨 있습니다.

SHUK 宿

NOVA 新

