

（総合相談窓口）

## Ventanillas de consulta



FRESC（外国人在留支援センター）（出入国在留管理庁 HP）

FRESC（Centro de Apoyo a Residentes Extranjeros）（Página Web de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa）

<http://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html>

各市町村の外国人相談窓口

Ventanillas de consulta para Residentes Extranjeros en Chiba

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kokusai/soudan/gaikokujin/shichosonmadoguchi.html>

技能実習生母語相談（外国人技能実習機構 HP）

Consultas en lengua maternal para Internados de Entrenamiento Técnico（Página Web de la Organización de Internados de Entrenamiento Técnico）

<https://www.otit.go.jp/>

外国人介護人材無料相談サポート（Free Consultation Services for Foreign Care Workers）  
（国際厚生事業団 HP）

Servicio de consultas gratuitas para trabajadores de Cuidado extranjeros（Página Web de la Corporación Internacional de Servicios de Bienestar Japonesa）

[https://jicwels.or.jp/fcw/?page\\_id=85](https://jicwels.or.jp/fcw/?page_id=85)

（生活ハンドブック）

## Guía Informativa para la Vida



外国人生活支援ポータルサイト（出入国在留管理庁 HP）

Sitio del portal de Apoyo a la vida diaria de los extranjeros（Página Web de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa）

<http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>

「生活・就労ガイドブック」（出入国在留管理庁 HP）

☆Guía para la vida diaria y laboral（Página Web de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa）

[http://www.moj.go.jp/isa/guidebook\\_all.html](http://www.moj.go.jp/isa/guidebook_all.html)

生活ガイドブック「ハローちば」（千葉県 HP）

Guía Informativa para la Vida Diaria "Hola Chiba"（Página Web de la ciudad de Chiba）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kokusai/spanish/hellochiba/index-s.html>

生活ガイドブック（千葉市 HP）

Guía Informativa para la Vida en Chiba（Página Web de la ciudad de Chiba）

<https://www.city.chiba.jp/shimin/shimin/kokusai/seikatsuguide.html>

（在留資格）



永住許可申請手続（出入国在留管理庁 HP）

Trámite de Residencia permanente（Página Web de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa）

<http://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-4.html>

永住許可に関するガイドライン（出入国在留管理庁 HP）

Directrices para el permiso de Residencia permanente（Página Web de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa）

[http://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/nyukan\\_nyukan50.html](http://www.moj.go.jp/isa/publications/materials/nyukan_nyukan50.html)（日本語）

（japonés）

「我が国への貢献」に関するガイドライン（出入国在留管理庁 HP）

Guía relacionada a la “Contribución a Japón”（Página Web de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa）

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930002484.pdf>（日本語）（japonés）

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930003503.pdf>（英語）（inglés）

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930003504.pdf>（中国語）（chino）

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930003510.pdf>（スペイン語）（español）

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930003512.pdf>（タガログ語）（tagalo）

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930003508.pdf> (ポルトガル語) (portugués)

<http://www.moj.go.jp/isa/content/930003506.pdf> (韓国語) (coreano)  
(coreano)

外国人在留総合インフォメーションセンター (出入国在留管理庁 HP) (在留資格に関する情報案内)

Centro de Información de Inmigración para extranjeros (Página Web de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa) (Guía de información sobre visas)

<http://www.moj.go.jp/isa/consultation/center/japanese.html>

最寄りの入管 (東京出入国在留管理局本局、千葉出張所)

Agencia de Servicios de Inmigración más cercana (Central de la Agencia de Servicios de Inmigración Japonesa en Tokyo, Oficina de Chiba)

<http://www.moj.go.jp/isa/about/region/tokyo/index.html>

(出産・子育て)

## Childbirth & Parenting

母子健康手帳 情報支援サイト (こども家庭庁 HP)

Libreta de Salud Materna e infantil (Child and Family Agency HP)

<https://mchbook.cfa.go.jp/handbook.php>



NPO 法人 Mother's Tree Japan HP (多言語 Multilingual)

<https://mothers-tree-japan.org/>

<妊娠したら (Qué hacer cuando se queda embarazada) /動画 (Video) >

<https://mothers-tree-japan.org/tools/when-you-are-pregnant/>

<日本でのお産シリーズ (Dar a luz en Japón) /動画 (Video) >

<https://mothers-tree-japan.org/childbirth-in-japan/>

<妊婦健診 (Expresiones útiles en el examen prenatal) note >

<https://mothers-tree-japan.org/tools/prenatal-check-up/>

<指さしお産ボード (Tabla de puntos para el parto) >

<https://mothers-tree-japan.org/tools/pointing-board-childbirth/>

<陣痛カード (Cuando empiezas a sentir contracciones) >

<https://mothers-tree-japan.org/tools/labor-pains-card/>



（公財）かながわ国際交流財団 外国人住民のための子育て支援サイト（多言語）

Kanagawa International Foundation Parenting in Japan

～From pregnancy to enrolling in elementary school～（Multilingual）

<https://www.kifjp.org/child/>

多文化医療サービス研究会 - RASC（ラスク） - HP

Researching and Supporting Multi-Cultural Healthcare Services -RASC-

<https://rasc.jp/>

<ママとあかちゃんのサポート Support Guide for Moms and Babies（多言語）>

<https://rasc.jp/momandbaby/>



（公財）予防接種リサーチセンター

Fundación Pública del Centro de Investigación de Vacunación（多言語 Multilingual）

（「予防接種と子どもの健康 Vacunación y salud infantil」、

「予診票 Cuestionario de selección para vacunación destinado」）

<https://www.yoboseshu-rc.com/pages/8/>



（難民）

**Refugiados**

難民事業本部（難民用相談窓口）

Sede de Asistencia para Refugiados（Ventanilla de consultas para refugiados）

（注）インドシナ難民、難民認定者および難民認定申請者等からの相談を受け付け、各種支援を提供。

（Ojo!）Aceptamos consultas y brindamos diversos tipos de ayuda a refugiados de Indochina u otros que hayan sido reconocidos como refugiados o esten en tramite para ser reconocidos.

<https://www.rhq.gr.jp/>（日本語、やさしい日本語）（idioma japonés y japonés fácil）

認定 NPO 法人 難民支援協会

難民・難民申請者ご本人からの各種相談を受け付けています。

Aceptamos consultas de personas que tengan o esten tramitando visa de "refugiado". La consulta debe ser efectuada de manera directa por el interesado.

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

（法律相談＜離婚・人権等＞）

## Consultas legales(divorcios,derechos humanos,etc)

外国人のための人権相談（Human Rights Counseling）

Consultas sobre derechos humanos para extranjeros

外国語人権相談ダイヤル（Human Rights Hotline）（法務省 HP）

Línea directa de consultas sobre derechos humanos en idioma extranjero（Página Web del Ministerio de Justicia）

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken21.html>（多言語）（varios idiomas）

Houterasu(Japan Legal Support Center) multilingual information services（多言語）

Hou Terasu(Centro de soporte legal japonés) servicios de información multilingual（varios idiomas）

<https://www.houterasu.or.jp/site/foreign-nationals/>

Houterasu (JLSC) in FRESC（多言語）

Hou Terasu (JLSC) en FRESC（varios idiomas）

<https://www.houterasu.or.jp/site/foreign-nationals/>

県内外国人向け無料法律相談（当センター）

Lista de consultorios legales gratuitas para extranjeros en la Prefectura（este Centro）

[https://mcic.or.jp/ja/support\\_for\\_foreigners/free\\_legal\\_consultation/index.html](https://mcic.or.jp/ja/support_for_foreigners/free_legal_consultation/index.html)

千葉県弁護士会（無料相談、日本語）

Asociación de abogados de Chiba（consultas gratis en japonés）

<https://www.chiba-ben.or.jp/soudan/consultation/>

千葉県行政書士会（電話無料相談、日本語）

Asociación de Escritores Administrativos de Chiba（consultas gratis por teléfono en japonés）

<https://www.chiba-gyosei.or.jp/consult>

（DV・女性の人権）

## Violencia doméstica.Derechos femeninos

女性の人権ホットライン（法務省 HP）

Línea directa de Derechos femeninos（Página Web del Ministerio de Justicia）

<http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken108.html>

千葉県内の DV 相談窓口（千葉県 HP）

Ventanilla de consultas de violencia doméstica en la Prefectura de Chiba（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/dankyou/dv/soudan.html>

千葉女性サポートセンター（千葉県 HP）

Centro de ayuda a la mujer de Chiba（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/jsc/index.html>

（労働）

## Laboral

労働条件ハンドブック（厚生労働省 HP、多言語）

Manual de Condiciones Laborales（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.Varios idiomas）

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/roudoukijun/foreign/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/foreign/index.html)

パートタイム・有期雇用労働法の概要（厚生労働省 HP）

Sumario de la Ley de trabajo de Tiempo parcial y a Plazo determinado（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.）

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03\\_jp.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03_jp.pdf)（日本語）(japonés)

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03\\_en.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03_en.pdf)（英語）(inglés)

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03\\_ch.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03_ch.pdf)（中国語）(chino)

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03\\_po.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03_po.pdf)（ポルトガル語）

（portugués）

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03\\_vi.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/dl/03_vi.pdf)（ベトナム語）

(vietnamita)

外国人労働者向け紛争解決援助制度（厚生労働省 HP）

Sistema de asistencia de resolución de conflictos para empleados extranjeros（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.）

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso\\_jp.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso_jp.pdf)（日本語）

(japonés)

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso\\_en.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso_en.pdf)（英語）(inglés)

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso\\_es.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso_es.pdf)（スペイン語）

(español)

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso\\_ch.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso_ch.pdf)（中国語）(chino)

[https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso\\_vi.pdf](https://www.mhlw.go.jp/bunya/koyoukintou/pamphlet/pdf/funso_vi.pdf)（ベトナム語）

(vietnamita)

雇用保険の手続き（厚生労働省 HP、日本語のみ）

Trámite de Seguro de empleo（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.Sólo en japonés）

[https://www.hellowork.mhlw.go.jp/insurance/insurance\\_guide.html](https://www.hellowork.mhlw.go.jp/insurance/insurance_guide.html)

労災保険給付一覧（厚生労働省 HP、日本語のみ）

Lista de Beneficios del Seguro de accidentes laborales（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.Sólo en japonés）

[https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/hourei\\_seido\\_tetsuzuki/rousai\\_hoken/tetsuzuki/rousai2011/rousai03.html](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/hourei_seido_tetsuzuki/rousai_hoken/tetsuzuki/rousai2011/rousai03.html)

働きながらお母さんになるあなたへ（厚生労働省 HP、日本語のみ）

A tí que vas a ser madre trabajadora（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.Sólo en japonés）

<https://www.mhlw.go.jp/content/11900000/000563060.pdf>

外国人労働者向け相談ダイヤル（Telephone Consultation Service for Foreign Workers）（厚生労働省 HP）

Consulta telefónica para trabajadores extranjeros（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar）

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

千葉労働基準監督署外国人労働者相談コーナー（千葉）（Consulting Services for Foreign Workers in Chiba）（厚生労働省 HP）

Servicio de consulta para trabajadores extranjeros de la Oficina de Supervisión del Estándar Laboral de Chiba（Chiba）（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar）

[https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi\\_annai/soudan/soudan02.html](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan/soudan02.html)

（英語）（inglés）

[https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan/soudan02_00001.html)

[roudoukyoku/madoguchi\\_annai/soudan/soudan02\\_00001.html](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan/soudan02_00001.html)（中国語）（chino）

[https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan/soudan02_00002.html)

[roudoukyoku/madoguchi\\_annai/soudan/soudan02\\_00002.html](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi_annai/soudan/soudan02_00002.html)（ベトナム語）（vietnamita）

労働条件ホットライン（Working condition consultation hot line）（厚生労働省 HP）＊県労働局及び労働基準監督署の閉庁後又は土日・祝日の相談に対応

Línea directa de consulta sobre condiciones laborales（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar）＊Atención después del cierre de horario de oficina de la Sede Laboral de la Prefectura y la Oficina de Supervisión del Estándar Laboral,también sábados,domingos y feriados.

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

千葉労働局相談窓口一覧（厚生労働省 HP、日本語のみ）

Lista de ventanillas de atención de la Sede Laboral de Chiba（Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.Sólo en japonés）

[https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi_annai/gosoudan_naiyou_madoguchi.html)

[roudoukyoku/madoguchi\\_annai/gosoudan\\_naiyou\\_madoguchi.html](https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/madoguchi_annai/gosoudan_naiyou_madoguchi.html)

千葉県労働相談センター（千葉県 HP）（一般労働相談、弁護士による無料労働相談、メンタルヘルス相談）

Centro de consultas laborales de la Prefectura de Chiba（Página Web de la Prefectura de Chiba）（Consultas laborales comunes,consultas laborales con abogado gratis,consultas de salud mental）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/koyou/soudan/roudoukankei/roudousoudan.html>



（雇用）

**Empleo**



ハローワーク（言語別一覧）（厚生労働省 HP）

Oficinas de empleos（Lista en varios idiomas）（Página Web del Ministerio de Salud, Labor y Bienestar）

<https://jsite.mhlw.go.jp/chiba-roudoukyoku/content/contents/000841149.pdf>

成田 JOB ポート（成田市 HP）

Puerto de empleo de Narita（Página Web de la Ciudad de Narita）

[https://www.city.narita.chiba.jp/business/page0137\\_00075.html](https://www.city.narita.chiba.jp/business/page0137_00075.html)

東京外国人雇用サービスセンター（FRESC 内）（厚生労働省 HP）—日本で正社員としての就職を希望する外国人留学生、及び専門的・技術的分野の在留資格の方の職業相談窓口

Centro de Servicio de Empleo para extranjeros de Tokyo（dentro del Centro de Soporte de Residentes Extranjeros FRESC）（Página Web del Ministerio de Salud, Labor y Bienestar）— Servicio de consultas de empleo para Estudiantes internacionales que desean trabajar con contrato a tiempo completo en Japón, ó personas con visa “Profesional-Campo técnico” .

[https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-](https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/gaikokujin_center_goannai/center/riyou/_93345.html)

[foreigner/gaikokujin\\_center\\_goannai/center/riyou/\\_93345.html](https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-foreigner/gaikokujin_center_goannai/center/riyou/_93345.html)

新宿外国人雇用支援指導センター（厚生労働省 HP）—日本人の配偶者等や定住者等の就労に制限のない在留資格の方、またはアルバイトを希望する外国人留学生の方の職業相談窓口

Centro de guía y ayuda de empleo para extranjeros de Shinjuku（Página Web del Ministerio de Salud, Labor y Bienestar）—Servicio de consultas para personas con visa sin limitaciones laborales, como son “Cónyuge de japonés u otros” ó “Residente a largo plazo”. También “Estudiantes internacionales” que deseen un trabajo a tiempo parcial.

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/var/rev0/0108/7719/201311115363.pdf>（日本語）（japonés）

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/var/rev0/0108/7720/2013111153627.pdf>（英語）（inglés）

<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-hellowork/var/rev0/0108/7721/2013111153644.pdf>（中国語）（chino）

（生活困窮＜生活に困っているひとへ＞）

## **Pobreza (a las personas que tienen problemas para mantener la vida diaria)**

生活困窮者自立支援制度（厚生労働省 HP、日本語）（生活に困っているひとを支援する制度）

**Resúmen del Sistema de ayuda para consultas de independización** (Página Web del Ministerio de Salud, Labor y Bienestar. En japonés) (Sistema de ayuda para personas con problemas para mantener la vida diaria)

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000059425.html>

自立相談支援機関相談窓口一覧（日本語）（生活に困っているひとが相談できる窓口）

**Lista de Agencias de apoyo para consultas de independización (japonés)** (Ventanilla de consultas para personas con problemas para mantener la vida diaria)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenshidou/seikatukonkyuu.html> (千葉県 HP) (Página Web de la Prefectura de Chiba)

千葉県内の中核地域生活支援センター（千葉県 HP）（生活に困っているひとが相談できる窓口、日本語）

**Centro de apoyo de vida del área central de la Prefectura de Chiba** (Página Web de la Prefectura de Chiba) (Ventanilla de consultas para personas con problemas para mantener la vida diaria, en japonés)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenshidou/shien/chuukaku/kaisetsu.html>

千葉県内の市町村社会福祉協議会（千葉県 HP）（日本語）

**Concejos de Bienestar Social de Municipios en la Prefectura de Chiba** (Página Web de la Prefectura de Chiba) (japonés)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenshidou/shien/book/kyougikai.html>

生活保護の相談窓口（千葉県 HP）（日本語）

**Servicio de consultas de soporte para la vida diaria** (Página Web de la Prefectura de Chiba) (japonés)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenshidou/seikatsuhogo/seihosoudan.html>

生活保護制度（厚生労働省 HP）

Sistema de soporte para la vida diaria（Página Web del Ministerio de Salud, Labor y Bienestar）

Public Assistance System

Sistema de Asistencia Pública

[https://www.mhlw.go.jp/english/topics/social\\_welfare/dl/outline\\_of\\_the\\_public\\_assistance\\_system\\_20101004.pdf](https://www.mhlw.go.jp/english/topics/social_welfare/dl/outline_of_the_public_assistance_system_20101004.pdf)（英語）（inglés）

無料低額診療事業（千葉県 HP）（無料や低額で診察してもらえます、日本語）

Empresa de tratamiento médico gratis ó a bajo costo（Página Web de la Prefectura de Chiba）

（puede recibir tratamiento médico gratis ó a bajo costo. En japonés）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenshidou/konkyusya/muteishinnryou.html>

（社会保険）

**Seguro Social**



社会保険の概要（日本年金機構 HP）

Descripción general del Seguro Social（Página Web del Servicio de Pensión Japonés）

<https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/overview/overview.html>

<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kaigai/shakaihoken.html>

<健康保険>

（Seguro de Salud）

日本の医療保険制度パンフレット（全国健康保険協会（協会けんぽ）HP）

Medical Insurance System in Japan（Japan Health Insurance Association）

Panfleto del Sistema de Seguro Médico Japonés（Página Web de la Asociación del Seguro Médico de Japón（Kyokai Kenpo））

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/~media/Files/aichi/pr/gaikokugo/20191017gaikokugo/2019102808.pdf>

国民健康保険（千葉市 HP）

National Health Insurance（Chiba City）

Seguro de Salud Nacional（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.city.chiba.jp/somu/shichokoshitsu/kokusai/gb-en-kokuminkenpo-kenshin.html>

（注）具体的な手続きはお住まいの各市町村担当課へ

(Ojo!) Para trámites concretos,visitar la ventanilla correspondiente del municipio donde reside.

<介護保険>

(Seguro de Cuidados a largo plazo)

介護保険制度リーフレット（厚生労働省 HP、多言語対応）

Panfleto del Sistema de Seguro de Cuidados a largo plazo (Página Web del Ministerio de Salud,Labor y Bienestar.Varios idiomas)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_10548.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10548.html)

(注) 具体的な手続きはお住まいの各市町村担当課へ

(Ojo!) Para trámites concretos,visitar la ventanilla correspondiente del municipio donde reside.

<年金>

(Pensión)

年金制度パンフレット（日本年金機構 HP）

Japanese National Pension System (Japan Pension Service)

Panfleto del Sistema de Pensión (Página Web del Servicio de Pensión de Japón)

<https://www.nenkin.go.jp/service/pamphlet/kaigai/index.html>

<https://www.nenkin.go.jp/international/pamphlet/index.html>



年金事務所一覧（日本年金機構 HP）

Lista de Oficinas de Pensión (Página Web del Servicio de Pensión de Japón)

<https://www.nenkin.go.jp/international/aboutjps/offices.files/list.pdf>

年金窓口及びコールセンターでの通訳サービス（日本年金機構 HP）

Lugares de atención y Centro de llamadas con traductores del Servicio de Pensión (Página Web del Servicio de Pensión de Japón)

(注) 年金事務所での電話通訳はありません。

(Ojo!) No hay traducción telefónica en las Oficinas de Pensión.

<https://www.nenkin.go.jp/international/index.files/01.pdf>

（税金）

## Impuestos



国税—千葉県内税務署一覧（千葉県 HP）

Impuestos Nacionales—Lista de Oficinas de Impuestos en la Prefectura de Chiba（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/zeimu/soudan/zei.html>

住民税—各市町村一覧（千葉県 HP）

Impuestos de Residencia—Listado por distritos（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kouhou/ichiran.html>（japonés）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/english/government/municipalities.html>（inglés）

市税のしおり（宇都宮市 HP、多言語）

Folleto de Impuestos Municipales（Página Web de la Municipalidad de Utsunomiya, varios idiomas）

<https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kurashi/zeikin/shiryo/1014683/1021110.html>

（医療）

## Atención médica



<病院>

（Hospitales）

多言語対応病院検索（日本政府観光局（JNTO）HP）

Búsqueda de hospitales con atención en varios idiomas（Página Web de la Organización Nacional de Turismo de Japón（JNTO））

[https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi\\_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html)（日本語）（japonés）

[https://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi\\_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/eng/mi_guide.html)（英語）（inglés）

[https://www.jnto.go.jp/emergency/chs/mi\\_guide.html](https://www.jnto.go.jp/emergency/chs/mi_guide.html)（中国語）（chino）

無料低額診療事業対応医療機関（千葉県 HP）

Hospitales capacitados para Atención médica gratuita ó a bajo costo（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenshidou/konkyusya/muteishinnryou.html>

<医療通訳サービス>

(Servicio de traducción para tratamiento médico)

希少言語に対応した遠隔通訳サービス事業（厚生労働省 HP）

Organización de traducción vía remoto para idiomas poco conocidos（Página Web del Ministerio de Salud, Labor y Bienestar）

<https://www.mhlw.go.jp/content/10800000/001124004.pdf>

特定非営利活動法人 AMDA 国際医療情報センター

Organización sin fines de lucro específica: Centro de información sobre atención médica internacional AMDA

(外国人医療相談)

Consultas de salud para extranjeros.

<https://www.amdamedicalcenter.com/>

CONESPA CHIBA（千葉スペイン語お助け隊）

CONESPA CHIBA（Equipo de ayuda en español de Chiba）

<https://commu-chika.jp/organizations/77>

<こころが疲れたとき>

(Cuando tu corazón se canse)

よりそいホットライン（Helpline for foreign people）（社会的包摂サポートセンターHP）

Línea telefónica Yorisoí（Línea de ayuda para extranjeros）（Página Web del Centro de Soporte de Inclusión Social）

<https://www.since2011.net/yorisoí/n2/>

精神保健福祉相談（千葉市を除く千葉県、日本語）（千葉県 HP）

Consultas sobre Bienestar de salud mental（Prefectura de Chiba, exceptuando la Ciudad de Chiba. En japonés）（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.pref.chiba.lg.jp/cmhc/kokoro/denwasoudan.html>

千葉市こころの健康センター（日本語）（千葉市 HP）

Centro de Salud del corazón de la Ciudad de Chiba（japonés）（Página Web de la Prefectura de Chiba）

<https://www.city.chiba.jp/hokenfukushi/koreishogai/kokoronokenko/>

千葉県精神科医療センター（医療機関）（千葉県 HP）

Centro de atención médica mental de la Prefectura de Chiba (Hospital) (Página Web de la Prefectura de Chiba)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/seishin/>

千葉県子ども・若者総合相談センター「ライトハウスちば」(千葉県 HP)

Centro de consultas para niños y jóvenes de la Prefectura de Chiba 「Casa de la luz de Chiba」  
(Página Web de la Prefectura de Chiba)

<https://lighthouse.pref.chiba.lg.jp/>

(教育)

## Educación

ようこそちばの学校へ

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/gaikokujin/gakkou-sensei/seikatsu.html>

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/gaikokujin/gakkou-sensei/documents/s-ja.pdf> (日本語)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/shidou/gaikokujin/gakkou-sensei/documents/s-es.pdf> (スペイン語)

多文化フリースクールちば

Escuela libre Multicultural de Chiba

<https://www.tabunka-freeschool-chiba.org/>



多文化フリースクール習志野 (習志野外語学院内)

Escuela libre Multicultural de Narashino (dentro del Colegio de idiomas extranjeros de Narashino)

<http://www.nifl.jp/index.html>

(不動産トラブル<賃貸アパート、購入戸建>)

## Problemas con inmuebles

(renta de apartamentos, compra de casas)



消費者ホットライン (消費生活センター) (国民生活センターHP、日本語)

Línea telefónica del consumidor (Centro de vida diaria del consumidor) (Página Web del Centro de asuntos del consumidor de Japón. En japonés)

<http://www.kokusen.go.jp/map/>

千葉県宅地建物取引業協会不動産無料相談所 (日本語)

Consultas gratis sobre inmuebles de la Asociación de transacciones de construcción de terrenos residenciales de la Prefectura de Chiba (japonés)

<https://www.chiba-takken.or.jp/about/free-consult/>

宅地建物取引に関する無料法律相談 (千葉県 HP、日本語)

Consultas legales gratuitas acerca de transacciones de construcción de terrenos residenciales (Página Web de la Prefectura de Chiba, en japonés)

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kenfudou/soudan/fudousanhouristu.html>

すまいるダイヤル (住宅リフォーム・紛争処理支援センターHP、日本語)

Dial de residencia (Página Web del Centro de Reformas de Vivienda y resolución de conflictos, en japonés)

[https://www.chord.or.jp/consult\\_tel/index.html](https://www.chord.or.jp/consult_tel/index.html)

(運転免許・交通事故)

## Licencia de conducir · Accidentes de tránsito



運転免許証の書き換え (千葉県警察 HP)

Switching a Foreign Driver's License to a Japanese License

Cambio del Carnet de Conducir Extranjero (Página Web de la Jefatura de Policía de la Prefectura de Chiba)

[https://www.police.pref.chiba.jp/spanish/frm\\_foreign\\_license.html](https://www.police.pref.chiba.jp/spanish/frm_foreign_license.html) (スペイン語) (español)



外国免許証の日本語翻訳（JAF（日本自動車連盟）HP）

Traducción al japonés de la licencia de conducir extranjera（Página Web de la Federación Automovilística de Japón（JAF））

<https://jaf.or.jp/common/visitor-procedures/switch-to-japanese-license>（日本語）  
（japonés）

<https://english.jaf.or.jp/driving-in-japan/drive-in-japan/foreign-nationals-license>（英語）  
（inglés）

千葉県交通事故相談所（千葉県 HP、日本語）

Servicio de consultas sobre accidentes de tránsito de la Prefectura de Chiba（Página Web de la Prefectura de Chiba, en japonés）

<http://www.pref.chiba.lg.jp/seikouan/soudan/jiko/>

千葉県公安委員会（警察への苦情受付、日本語）

Comisión de Seguridad Pública de la Prefectura de Chiba（Recepción de quejas hacia la policía, en japonés）

<http://kouaniinkai.police.pref.chiba.jp/koaniin/kujyo.html>

（起業＜個人事業主、法人設立＞）

**Empresariado（Propietario de Negocio Privado,**

**establecimiento de una Corporación）**

（注）主に在留資格「永住者」、「定住者」、「日本人の配偶者等」、「永住者の配偶者等」、「経営・管理」の方が起業可能。在留資格「家族滞在」の方は起業（自営業）できません。

（Ojo!）Las personas con visa “Residencia Permanente”, “A Largo plazo”, “Cónyuge de japonés u otros”, “Cónyuge de Residente Permanente u otros”, ó “Administración de negocios”, podrán establecer una Empresa. Las personas con visa “Estadía familiar”, no podrán establecer un Negocio privado.

ちば投資サポートセンター

Centro de Ayuda para inversiones de Chiba

<https://www.pref.chiba.lg.jp/rich/gaishi-yuuchi/100401ciscnews-j.html>

チャレンジ企業支援センター（公益財団法人 千葉県産業振興センター内）

Centro de Apoyo para intentos empresariales（Fundación Incorporada de Interés

**Público:Centro para el Avance de la Industria de la Prefectura de Chiba)**

[https://www.ccjc-net.or.jp/contents\\_detail.php?frmId=2820](https://www.ccjc-net.or.jp/contents_detail.php?frmId=2820)

千葉県内各商工会議所へのリンク

**Enlaces a las Cámaras de Comercio en la Prefectura de Chiba**

<http://www.cfcci.or.jp/link01/>

千葉県商工会連合会

**Federación de las Cámaras de Comercio de la Prefectura de Chiba**

<https://www.chibaken.or.jp/sougyo.php>

東京開業ワンストップセンター (Tokyo One-Stop Business Establishment Center : TOSBEC)

**Centro de una parada de establecimiento de negocios de Tokyo (TOSBEC)**

<https://www.startup-support.metro.tokyo.lg.jp/onestop/jp/> (日本語) (japonés)

<https://www.startup-support.metro.tokyo.lg.jp/onestop/en/> (英語)

(inglés)