



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

FRES C Search

Phone Number เบอร์โทรศัพท์ตัวแทน **0570-011000** (มีค่าบริการ)

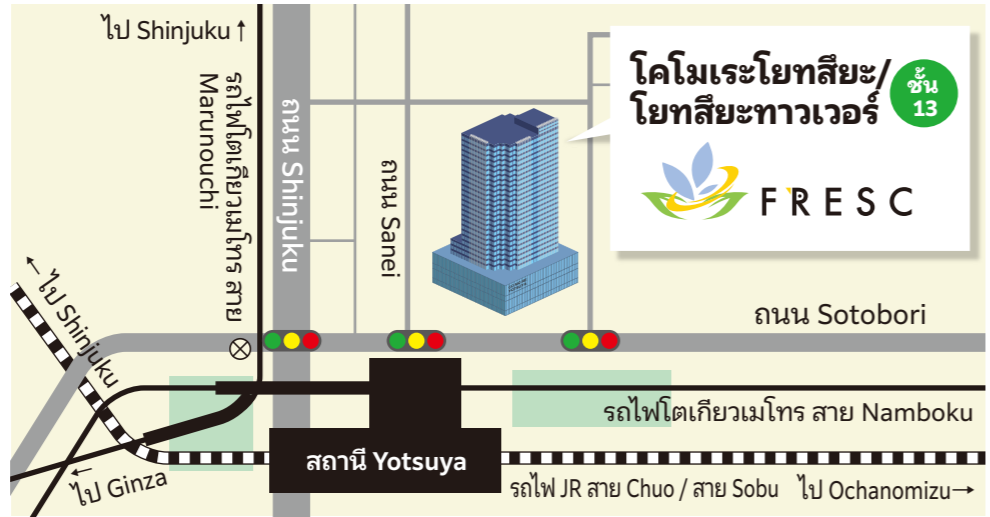
จากโทรศัพท์ IP บางประเทศและ  
จากต่างประเทศโทร **(+81)3-5363-3013**

Address ที่อยู่ **ชั้น 13 โยทสึยะทาวเวอร์, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo 160-0004 ประเทศญี่ปุ่น**

Opening hours เวลาเปิดทำการ **9:00 - 17:00** \*หยุดวันเสาร์-อาทิตย์ วันหยุดราชการ วันสิ้นปีและวันขึ้นปีใหม่

Access การเข้าถึง

- รถไฟ JR สาย Chuo / สาย Sobu**  
จากสถานี Yotsuya:  
เดิน 1 นาที
- รถไฟโตเกียวเมโทร สาย Marunouchi**  
จากสถานี Yotsuya:  
เดิน 3 นาที
- รถไฟโตเกียวเมโทร สาย Namboku**  
จากสถานี Yotsuya:  
เดิน 1 นาที



สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองของญี่ปุ่น  
(จุดบริการยื่นคำร้องให้เปิดเผยข้อมูล)

TEL. 03-5363-3005

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/privacy/index.html>

องค์การส่งเสริมการค้าต่างประเทศของญี่ปุ่น  
(JETRO) (ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับผู้สื่อข่าวชาวต่างชาติที่มีทักษะสูง)

TEL. 03-3582-5203

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

สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองโตเกียว  
(ให้คำปรึกษาเรื่องการพำนัก)

TEL. 03-5363-3025 \*สำหรับจองคิวเท่านั้น  
Reservation only

แบบฟอร์มการจองทางอินเทอร์เน็ต คลิกที่นี่  
[https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc\\_21.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_21.html)

ศูนย์ข้อมูลวีซ่ากระทรวงการต่างประเทศ  
(ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับวีซ่า)

TEL. 0570-011000

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

หน่วยงานคุ้มครองสิทธิมนุษยชน สำนักกฎหมายโตเกียว  
(ให้คำปรึกษาด้านสิทธิมนุษยชน)

ให้คำปรึกษาด้านสิทธิมนุษยชน เช่น โดนกลั่นแกล้ง ฯลฯ  
สิทธิมนุษยชนของทุกคน  
หมายเลข 110 . **0570-003-110**

โทรปรึกษาด้านสิทธิมนุษยชน  
ด้วยภาษาต่างประเทศ . **0570-090-911**

<https://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/> <https://www.moj.go.jp/ENGLISH/HB/hb.html> (English)

หน่วยงานให้คำปรึกษาและช่วยเหลือพิเศษสำหรับ  
ชาวต่างชาติ กรมแรงงานโตเกียว (ให้คำปรึกษาปัญหาด้านแรงงาน)

ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับงาน  
โทร (มีค่าบริการ) . **0570-011000** (หน่วยงานให้คำปรึกษาหมายเลข 2  
(เนื่องใช้การทำงาน 1, ความปลอดภัยและอาชญากรรม 2)  
โทร (ฟรี) . **0120-816703** (สำหรับความปลอดภัยและอาชญากรรมเท่านั้น)

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

ศูนย์ช่วยเหลือด้านกฎหมายประเทศญี่ปุ่น  
(Houterasu) (ให้ข้อมูลและให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย)

เรื่องเดือดร้อนด้านกฎหมาย  
TEL. 0570-011000 (ภาษาญี่ปุ่น) **0570-078377** (ภาษาอื่นๆ)

<https://www.houterasu.or.jp> <https://www.houterasu.or.jp/en/index.html>

ศูนย์บริการการจ้างงานชาวต่างชาติโตเกียว  
(ให้คำปรึกษาด้านการหางาน)

ให้คำปรึกษาด้านการหางาน  
TEL. 03-5361-8722

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

# ศูนย์ช่วยเหลือการพำนัก ของชาวต่างชาติ

Foreign Residents Support Center





## ศูนย์ช่วยเหลือการพำนักของชาวต่างชาติคืออะไร?

ศูนย์ช่วยเหลือการพำนักของชาวต่างชาติ (FRESC) มีจุดบริการของรัฐบาลที่ช่วยเหลือเรื่องการพำนักของชาวต่างชาติซึ่งใช้ชีวิตและดำเนินกิจกรรมในญี่ปุ่น ตั้งรวมกันอยู่ที่อาคาร "โคโมระโยทสึยะ (CO · MO · RE YOTSUYA)" หน้าสถานี JR Yotsuya เขต Shinjuku ดำเนินการให้คำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติ ให้การสนับสนุนบริษัทที่ประสงค์จ้างงานชาวต่างชาติ และให้การสนับสนุนหน่วยงานสาธารณะท้องถิ่นที่ช่วยเหลือชาวต่างชาติ เป็นต้น

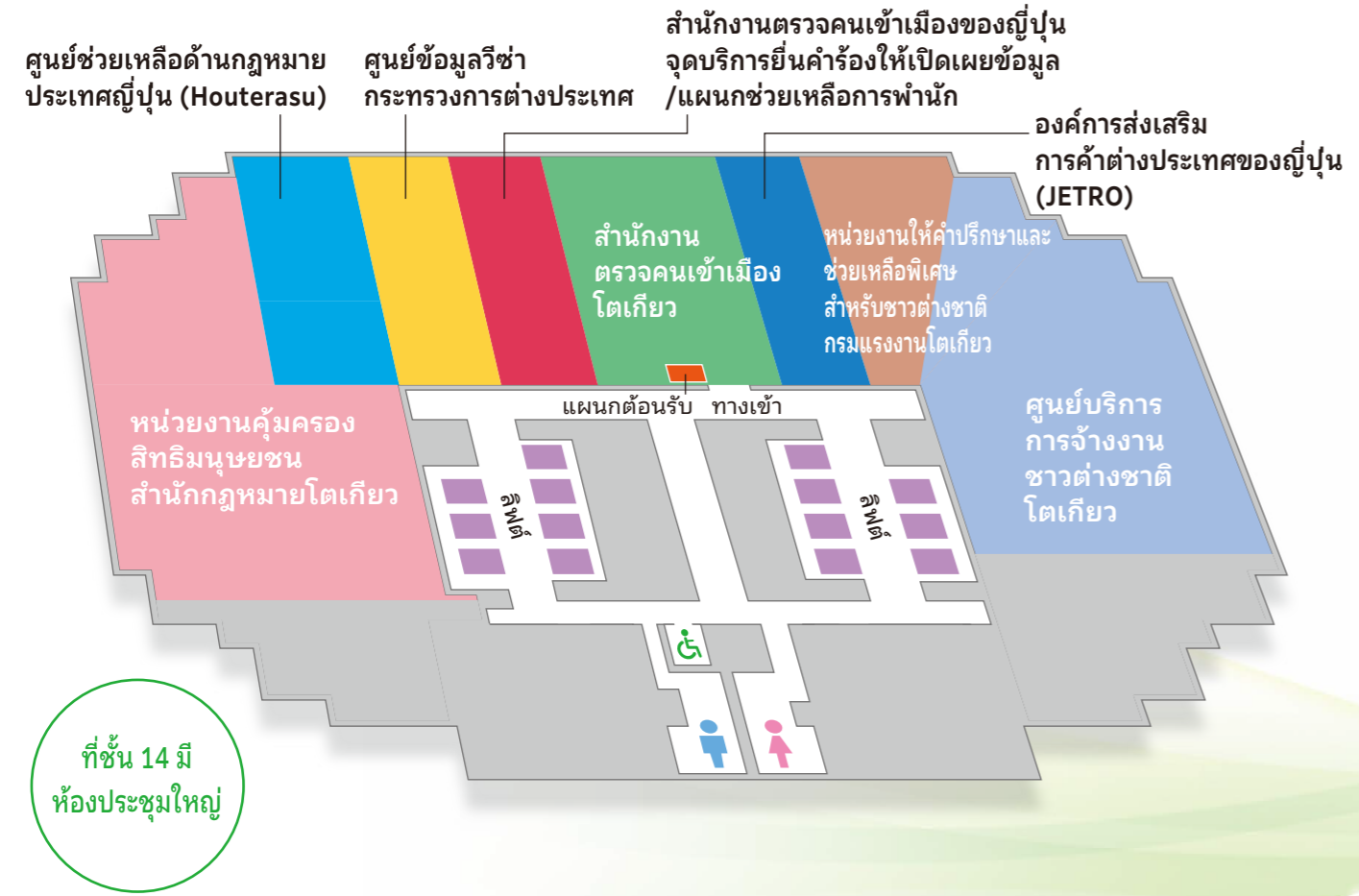
ที่ศูนย์ช่วยเหลือการพำนักของชาวต่างชาติ (FRESC) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องซึ่งตั้งอยู่ภายในศูนย์จะร่วมมือกันในการดำเนินมาตรการช่วยเหลือต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพำนักของชาวต่างชาติ และพัฒนาสภาพแวดล้อมในการรองรับชาวต่างชาติให้ดียิ่งขึ้น



### ศูนย์ช่วยเหลือการพำนักของชาวต่างชาติ แผนผังภายในอาคาร

FRESC Floor guide

หมายเลขทะเบียนเครื่องหมายการค้า 6325937



### จุดบริการยื่นคำร้องให้เปิดเผยข้อมูล/ แผนกช่วยเหลือการพำนัก สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองของญี่ปุ่น

แผนกช่วยเหลือการพำนัก สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองของญี่ปุ่น ส่งเสริมความร่วมมือและประสานงานกับหน่วยงานสาธารณะท้องถิ่น ฯลฯ โดยสนับสนุนการเตรียมความพร้อมและการดำเนินงานของจุดบริการให้คำปรึกษาแบบครบวงจรสำหรับชาวต่างชาติ และแบ่งปันกรณีศึกษา ฯลฯ นอกจากนี้ ยังให้ข้อมูลแก่ชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่ในญี่ปุ่นผ่าน "คู่มือการใช้ชีวิตและการทำงาน" หรือ "เว็บพอร์ทัลช่วยเหลือการใช้ชีวิตสำหรับชาวต่างชาติ" และเผยแพร่ด้วย "ภาษาญี่ปุ่นอย่างง่าย"

จุดบริการยื่นคำร้องให้เปิดเผยข้อมูล จะรับคำขอให้เปิดเผยเอกสารราชการที่ครอบครองโดยสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองของญี่ปุ่น (สำนักงานใหญ่) รวมถึงบันทึกการเข้า-ออก (กลับ) ประเทศ และใบทะเบียนคนต่างด้าว



### สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองโตเกียว

สำนักงานตรวจคนเข้าเมืองโตเกียว ดำเนินการให้คำปรึกษาชาวต่างชาติที่พำนักอยู่ในญี่ปุ่น หรือองค์กรที่ประสงค์จ้างงานชาวต่างชาติ ฯลฯ เป็นรายบุคคลด้วยระบบการจอง นอกจากนี้ ยังให้คำแนะนำหรือให้คำปรึกษา ฯลฯ เกี่ยวกับชาวต่างชาติแก่หน่วยงานสาธารณะท้องถิ่นด้วย



### หน่วยงานคุ้มครองสิทธิมนุษยชน สำนักกฎหมายโตเกียว

หน่วยงานคุ้มครองสิทธิมนุษยชน สำนักกฎหมายโตเกียว รับปรึกษาปัญหาด้านสิทธิมนุษยชนต่างๆ เช่น การเลือกปฏิบัติต่อชาวต่างชาติและคนพิการ การกลั่นแกล้ง การทำทารุณกรรม การล่วงละเมิดต่างๆ การละเมิดความเป็นส่วนตัวผ่านการใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ผิด ฯลฯ รวมถึงการดำเนินกิจกรรมช่วยเหลือบรรเทาทุกข์อย่างเรียบง่าย รวดเร็ว และยืดหยุ่นต่อการละเมิดสิทธิมนุษยชนดังกล่าว นอกจากนี้ ยังดำเนินกิจกรรมสร้างความตระหนักรู้ด้านสิทธิมนุษยชนต่างๆ โดยร่วมมือกับคณะกรรมการคุ้มครองสิทธิมนุษยชนและหน่วยราชการท้องถิ่น ฯลฯ ด้วย



### ศูนย์ช่วยเหลือด้านกฎหมายประเทศญี่ปุ่น (Houterasu)

ศูนย์ช่วยเหลือด้านกฎหมายประเทศญี่ปุ่น (Houterasu) เป็น "ศูนย์บริการข้อมูลทั่วไป" ที่จัดตั้งขึ้นโดยรัฐบาลเพื่อแก้ปัญหาทางกฎหมาย ให้คำแนะนำระบบกฎหมายที่เป็นประโยชน์แก่การแก้ปัญหาหรือจุดบริการให้คำปรึกษาตามเนื้อหาที่มีการติดต่อสอบถามโดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ นอกจากนี้ สำหรับชาวต่างชาติที่มีที่อยู่ในญี่ปุ่นและมีฐานะทางเศรษฐกิจไม่ดี (มีเงินน้อย เช่น รายได้ ฯลฯ) จะมีการให้คำปรึกษาทางกฎหมายฟรีโดยทนายความ ฯลฯ และการสำรองจ่ายค่าทนายความ ฯลฯ แทนก่อนด้วย



### หน่วยงานให้คำปรึกษาและช่วยเหลือพิเศษสำหรับชาวต่างชาติ กรมแรงงานโตเกียว

หน่วยงานให้คำปรึกษาและช่วยเหลือพิเศษสำหรับชาวต่างชาติ กรมแรงงานโตเกียว ให้คำปรึกษาแก่ผู้ประกอบการที่จ้างชาวต่างชาติ เกี่ยวกับกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับแรงงาน เช่น กฎหมายมาตรฐานแรงงาน ฯลฯ การจัดการแรงงาน การจัดการความปลอดภัยและอาชีวอนามัย และยังให้การสนับสนุนด้านการจัดการแรงงานและการจัดการความปลอดภัยและอาชีวอนามัยของแรงงานชาวต่างชาติ เช่น การจัดสัมมนา การไปเยี่ยมเยียนเพื่อให้ความช่วยเหลือโดยผู้เชี่ยวชาญ เป็นต้น นอกจากนี้ ยังให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเงื่อนไขการทำงาน แก่แรงงานชาวต่างชาติด้วย



### ศูนย์บริการการจ้างงานชาวต่างชาติโตเกียว

ศูนย์บริการการจ้างงานชาวต่างชาติโตเกียว เป็นหน่วยงานของกระทรวงสาธารณสุข แรงงาน และสวัสดิการที่ให้การสนับสนุนการจ้างงานผู้เชี่ยวชาญชาวต่างชาติที่มีทักษะสูง (สถานภาพการพำนักเป็นนักศึกษาต่างชาติ สาขาเฉพาะทาง/สาขาด้านเทคนิค) นอกจากนี้ยังจัดการให้คำปรึกษา/แนะนำอาชีพ การจัดส่งสัมภาษณ์งาน และการจัดฝึกงานแล้ว ยังให้การสนับสนุนผู้ประกอบการ เช่น การให้ข้อมูลและคำปรึกษา ฯลฯ ที่เกี่ยวข้องกับการจ้างงานชาวต่างชาติด้วย



### ศูนย์ข้อมูลวีซ่ากระทรวงการต่างประเทศ

ศูนย์ข้อมูลวีซ่ากระทรวงการต่างประเทศ รับให้คำปรึกษาทั่วไปแต่ละประเภทเกี่ยวกับวีซ่า เช่น แนะนำเกี่ยวกับเอกสารที่จำเป็นหรือขั้นตอนการยื่นคำร้อง ฯลฯ ในการขอวีซ่าเข้าประเทศญี่ปุ่น โดยจะตอบคำถามต่างๆ เช่น "ครอบครัวต้องกรอกมาท่องเที่ยวที่ญี่ปุ่น จะยื่นขอวีซ่าได้อย่างไร?" ฯลฯ ด้วยกรณีศึกษาให้เข้าใจได้ง่าย



### องค์การส่งเสริมการค้าต่างประเทศของญี่ปุ่น (JETRO)

องค์การส่งเสริมการค้าต่างประเทศของญี่ปุ่นจัดตั้ง "แพลตฟอร์มส่งเสริมกิจกรรมของผู้เชี่ยวชาญชาวต่างชาติที่มีทักษะสูง" โดยร่วมมือกับกระทรวงและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อสนับสนุนการใช้ผู้เชี่ยวชาญชาวต่างชาติที่มีความรู้หรือทักษะในระดับสูง รวมถึงการให้ข้อมูลผ่านการจัดสัมมนาและเว็บพอร์ทัล และให้บริการสนับสนุนช่วยเหลือบริษัทขนาดย่อมและขนาดกลางในการใช้ผู้เชี่ยวชาญชาวต่างชาติที่มีทักษะสูงอีกด้วย