

がいこくじん

外国人のための

むりょう

そうだんかい

無料相談会 in ながおか 長岡

Free Consultation for Foreign Residents in Nagaoka City

むりょう

無料 / ¥0

Free of charge

かい

ふん

1回 / 30分

30 min per person

ひみつ

まも

秘密を守ります

Confidentiality is assured

あなたが困っていることを

せんもんか

そうだん

専門家に相談できます。通訳あり。予約はいりません。

You can consult with experts about your problems.

Interpreters are available. No need to make reservations.

ざいりゅうそうだん

在留相談

Residence status



ほうりつそうだん

法律相談

Legal issues



ねんきんそうだん

年金相談

Pension Procedures



せいかつそうだん

生活相談

Advice on daily life



しゅうろうそうだん

就労相談

Advice on work



いつ?

10月26日

SUN

午前12時30分から午後4時30分まで

Sunday, October 26, 2025, 12:30 to 16:30

どこ?

ながおか市民センター 1階 1B会議室

Nagaoka Civic Center 1st floor Conference Room 1B

ことば

日本語のほか、10言語（英語、中国語、韓国語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、ベトナム語、フィリピン語、インドネシア語、ネパール語）

Japanese, English, Chinese, Korean, Thai, Portuguese, Spanish, Vietnamese, Filipino, Indonesian, and Nepali

といあわせ



がいこくじん ざいりゅうしえん

外国人在留支援センター

Foreign Residents Support Center

とうきょうしゅつにゅうこくざいりゅうかんりきょく

東京出入国在留管理局在留支援部門

TEL 03-5363-3015

主催：東京出入国在留管理局 共催：長岡市

ざいりゅうそうだん

在留相談

Residence status

りこんしてもにほんにのこれるか、えいじゅうきょかしんせいをしたい、などにゅうかんのてつづきのそうだんができます。

離婚後の在留資格や永住許可申請など、在留資格に関する相談ができます。

Consultation on residence status.

- ・Can I stay in Japan after divorce?
- ・How to apply for permanent residency? etc.

ほうりつそうだん

法律相談

Legal issues

かりたおかねがかえせない、りこんしたい、などほうりつでこまっているひとがそうだんできます。

借金の返済や離婚手続きなど法律上の問題について相談できます。

Consultation on legal issues such as inability to pay off loans and divorce proceedings.

ねんきんそうだん

年金相談

Pension procedures

ねんきんがはらえない、いくらねんきんがもらえるか、などのそうだんができます。

年金未払いや年金の受給についての相談ができます。

Consultation on unpaid pension and pension benefits.

せいかつそうだん

生活相談

Advice on daily life

せいかつしていてわからないこと、こまっていること、ぜいきんのそうだんができます。

生活や税金に関して困っている外国人の相談にのります。

Consultation for foreign residents who have problems in their daily life.

しゅうろうそうだん

就労相談

Advice on work

- ・しごとでなやんでいることをそうだんできます。
- ・しごとをさがしているひとがそうだんできます。
- ・めんせつのれんしゅうやりれきしょのかきかたをおしえることができます。
- ・仕事で悩んでいることを相談できます。
- ・仕事をさがしている人が相談できます。
- ・採用面接の練習や、履歴書の書き方を教えることができます。

Consultation on trouble regarding to work.

Consultation on employment opportunities for foreign residents.

Guidance on how to answer in recruitment interview and how to write resume.

ながおか市民センターへのアクセス

Access to Nagaoka Civic Center

(長岡市大手通 2-2-6)

(2-2-6 Ote-dori, Nagaoka City)

