

あたら せいけい さいごう がいこくじん  
新しいコロナウイルスの影響で困っている外国人のための

フ レ ス ク  
FRESCヘルプデスク

フレッシュヘルプデスクは、新しいコロナウイルスの影響で仕事にな  
くなったなど、生活に困っている外国人の相談を電話で聞きます。

あなたを助けることができる仕組みや、在留<＝日本にいること>  
のために必要なことなどを教えることができます。困ったことがある  
ときは、電話をかけてください。

はじ び  
始まる日

ねん がつ にち か よう び  
2020年9月1日（火曜日）

ようび  
曜日と  
じかん  
時間

ようび げつようび きんようび  
曜日：月曜日から金曜日まで  
じかん ぜん じ じ  
時間：午前9時から午後5時まで  
（土曜日、日曜日、祝日は開いていません）

ことば

にほんご べトナムご ちゅうごくご えいご げんご  
日本語、ベトナム語、中国語、英語 など14言語  
(Tiếng Việt) (中文) (English)

かね  
TEL（お金はかかりません）

0 1 2 0 - 7 6 - 2 0 2 9



しゅつにゆうこくざいりゅうかんりちょう

出入国在留管理庁

がいこくじんざいりゅうしえん フレスク  
外国人在留支援センター（FRESC）

<http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/fresc01>

