

「相談窓口」について知っておこう

ナレーション

毎日の生活の中で、困ったことがあったとき、どうしたらいいでしょう。
 住まいのこと、仕事のこと、体調のこと、子どもの教育のこと・・・困りごとが次々に出てくるときもあるでしょう。
 日本の制度が分からなかったり、複雑な事情を日本語で理解できなかったりして、1人で悩んでしまうことがあるかもしれません。
 インターネットで調べてみても、情報が多すぎて、混乱してしまうかもしれません。
 そんなときはまず、あなたが信頼している同僚や友人に相談をしてみましょう。

会話

アンジェラ：最近、頭がいたくて、夜、ぐっすり眠れないんですよ。
 同僚：うちの母が行っている病院の先生、すごくいいみたいだから、ちょっと遠いけど、一度行ってみますか。
 アンジェラ：ありがとうございます。

ナレーション

近くの誰かと話をするだけで、問題が解決することもあります。
 ただ、同僚や先輩も、在留資格や国ごとの制度の違いなどが分からなくて、良い助言や情報提供ができないこともあるでしょう。
 そんなときはぜひ、住んでいる地域にある外国人のための相談センターを訪ねてみましょう。
 相談センターでは、色々な言語で相談に対応しています。
 在留資格、仕事、結婚、教育など、色々な生活の困りごとを相談することができます。
 専門の相談員が、いっしょに問題を整理したり、必要な機関につないだりしてくれます。
 専門の相談員ですから、相談者の個人情報ほかの人もにもらえるようなことはありません。
 このような相談センターはどの都道府県にもあります。
 「自分が住んでいる県の名前」と「がいこくじんそうだんセンター」と入力して、相談センターを探してみてください。
 相談センターが分かったら、まずは電話をしてみましょう。
 最近、「相談者の外国人」、「相談先の市町村」、「外国語の相談員」の3者が同時に電話で話して、相談できる地域もあります。
 また、事故や事件、火事や急病、災害が発生したときなど、とにかく急いで対応しなければならない場合もあります。
 そんなときは、ご近所の方や職場の方と助け合うことが必要になるでしょう。
 日ごろから良いコミュニケーションをとって、良い人間関係をつくっておきたいですね。
 必要があれば上手に相談センターを活用し、安心して毎日の生活が送れるといいですね。