

三重県へようこそ！



このチラシは、三重県に住む外国人のための大切な情報です。
困ったときに使ってください。あなたの生活を応援します！
※ここに書いてあることは、2025年11月の情報です。

三重県からのお知らせを7言語で見ることができます。
(2026年4月からは8言語)



MiInfo



日本の生活

出入国在留管理庁
生活・仕事ガイドブック

日本で安心して生活するための情報を見ることができます。仕事やお金のことなど、大切なルールが書いてあります。

● 19言語に対応
(やさしい日本語版を含む)



出入国在留管理庁
生活オリエンテーション動画

日本で安心して生活したり、働いたりするためのルールを動画で見ることができます。

● 17言語に対応



緊急・災害

防災みえ.jp

大雨や台風、地震・津波などの、災害の情報を
見ることができます。

● 8言語に対応



みえ災害時多言語支援センター

大きい地震や津波がきたら、必要な情報を翻訳して
知らせます。災害で困ったことを相談できます。

電話 080-3300-8077 (相談無料)
メール saigai.tagengo.mie@gmail.com
言語 やさしい日本語、ポルトガル語、
ベトナム語、英語、スペイン語



病気・けが

医療ネットみえ

あなたの家の近くの病院や薬局（くすりのおみせ）を探すことができます。

● 5言語に対応



みえ子ども医療ダイヤル

休みの日や夜に、子どもが熱を出して困ったことは
ありませんか？子どもが病気やけがをしたときに、

電話で相談できます。
電話 #8000 (相談無料)

● 22言語に対応



日本語の勉強

文部科学省
TSUNAHIRO (つなひろ)

生活で使う日本語を動画で勉強できます。スマートフォン
やPCで、いつでも見ることができます。

● 19言語に対応



三重県国際交流財団
日本語教室マップ

あなたの家の近くで日本語を勉強できる場所を
探すことができます。

● 多言語に対応



わからないことを相談できます！

みえ外国人相談サポートセンター MieCo (みえこ)



080-3300-8077 (相談無料)



詳しくはこちら▲

相談できる時間

午前9時から午後4時まで

相談できる日

月曜日から金曜日まで (土日祝、年末年始を除く)

相談できる言語

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

専門相談



法律



在留資格



心の相談



弁護士や名古屋出入国在留管理局の職員、臨床心理士に無料で相談できます。

相談できる日が決まっています。

電話で予約をしてください。

みえ防災ナビ

災害のときに逃げるところを地図で探すことができます。ハザードマップ(地震、津波、台風で危ないところの地図)を見ることができます。

● 8言語に対応



iOS



Android

役に立つ
アプリ

NHK WORLD-JAPAN

日本や世界のニュースを見ることができます。あなたのスマートフォンに、地震や津波など災害の情報を送ります。

● 多言語に対応



iOS



Android

Safety tips

あなたのスマートフォンに、国から災害の情報を送ります。地震や津波がきたときに、役に立つ情報がわかります。

● 15言語に対応



iOS



Android

VoiceTra

あなたが話した言葉を、31言語に通訳できます。他の国の人と話すときに便利です。



iOS



Android