



FRES C Tìm kiếm

Phone Number  
Số điện thoại tổng đài (điện thoại) **0570-011000** (Navi Dial)

Gọi đến số này khi bạn gọi từ điện thoại IP và điện thoại từ nước ngoài  
**(+81)3-5363-3013**

Address Địa chỉ

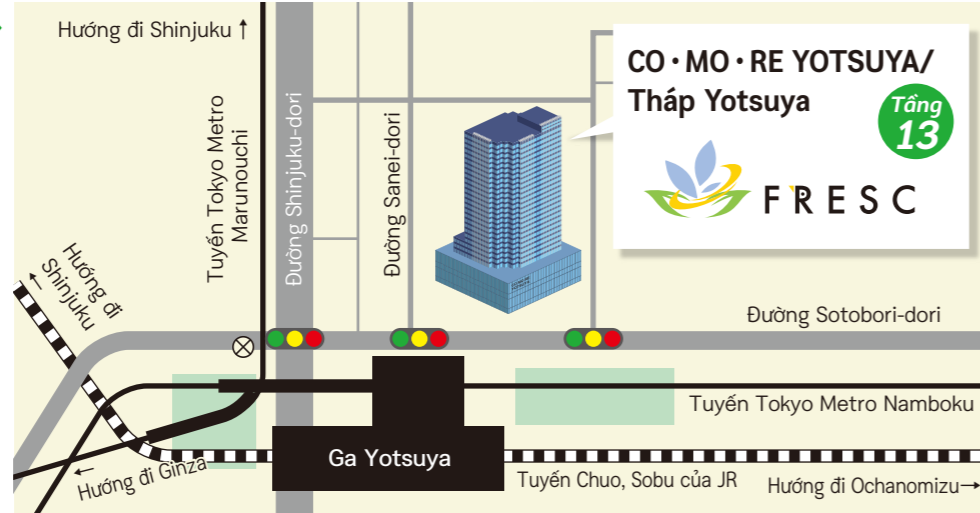
Tầng 13, Tòa nhà Tháp Yotsuya, 1-6-1 Yotsuya, Shinjuku-ku, Tokyo, 160-0004

Opening hours Giờ làm việc

9:00 ~ 17:00 \*Nghỉ thứ bảy, chủ nhật, ngày lễ, Tết

Access Cách thức đi chuyển

- Tuyến Chuo, Sobu của JR**  
Ga Yotsuya: đi bộ 1 phút
- Tuyến Tokyo Metro Marunouchi**  
Ga Yotsuya: đi bộ 3 phút
- Tuyến Tokyo Metro Namboku**  
Ga Yotsuya: đi bộ 1 phút



**Cơ quan quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú**  
(Quầy công khai thông tin)

**TEL. 03-5363-3005**

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



**Tổ chức xúc tiến thương mại Nhật Bản**  
(JETRO) (Trao đổi về sử dụng nguồn nhân lực nước ngoài trình độ cao)

**TEL. 03-3582-5203**

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



**Cục quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú Tokyo**  
(Trao đổi về lưu trú)

**TEL. 03-5363-3025** \*Chuyên để đặt hẹn

Biểu mẫu đặt hẹn bằng internet tại đây  
[https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc\\_2.1.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc_2.1.html)



**Thông tin visa Bộ ngoại giao**  
(tư vấn visa)

**TEL. 0570-011000**

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



**Phòng bảo vệ nhân quyền Cục tư pháp Tokyo**  
(Trao đổi nhân quyền)

(Trao đổi về nhân quyền, ví dụ như bị bắt nạt)

Tổng đài trao đổi về nhân quyền . **0570-003-110**

Tổng đài trao đổi về nhân quyền bằng tiếng nước ngoài . **0570-090-911**



<https://houmukyoku.moj.go.jp/tokyo/>



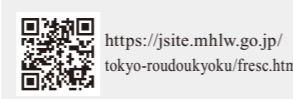
<https://www.moj.go.jp/ENGLISH/HB/hb.html>  
(English)

**Văn phòng tư vấn, hỗ trợ đặc biệt cho người nước ngoài - Cục lao động Tokyo**  
(Trao đổi các vấn đề lao động)

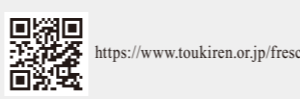
(Trao đổi về công việc)

Navi Dial . **0570-011000** (Cơ quan tư vấn số 2 Điều kiện làm việc 1, An toàn và sức khỏe 2)

Tổng đài miễn phí . **0120-816703** (Chuyên về An toàn và sức khỏe)



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



<https://www.toukiren.or.jp/fresc>

**Trung tâm hỗ trợ tư pháp Nhật Bản**  
(Cung cấp thông tin trao đổi về pháp luật)

(Khi bạn gặp khó khăn về pháp luật)

**TEL. 0570-011000** (Tiếng Nhật)

**0570-078377** (Ngôn ngữ khác)



<https://www.houterasu.or.jp>



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

**Trung tâm dịch vụ tuyển dụng người nước ngoài Tokyo**  
(Trao đổi xin việc làm)

**TEL. 03-5361-8722**

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



# Trung tâm hỗ trợ lưu trú cho người nước ngoài



## Trung tâm hỗ trợ lưu trú cho người nước ngoài là gì?

Trung tâm hỗ trợ lưu trú cho người nước ngoài (FRESC)

- là quỹ tư vấn của chính phủ nhằm hỗ trợ việc lưu trú của người nước ngoài đang sinh sống - làm việc tại Nhật Bản;
  - nằm trong tòa nhà CO.MO.RE YOTSUYA - trước ga JR Yotsuya, quận Shinjuku
  - tiếp nhận trao đổi từ người nước ngoài, hỗ trợ các doanh nghiệp muốn tuyển dụng người nước ngoài, tiếp xúc cho các cơ quan địa phương hiện đang hỗ trợ người nước ngoài v.v.
- Tại trung tâm hỗ trợ lưu trú cho người nước ngoài (FRESC) sẵn sàng môi trường tiếp nhận người nước ngoài. Tại đây, các cơ quan liên kết lại, thực hiện nhiều biện pháp hỗ trợ liên quan đến lưu trú của người nước ngoài.

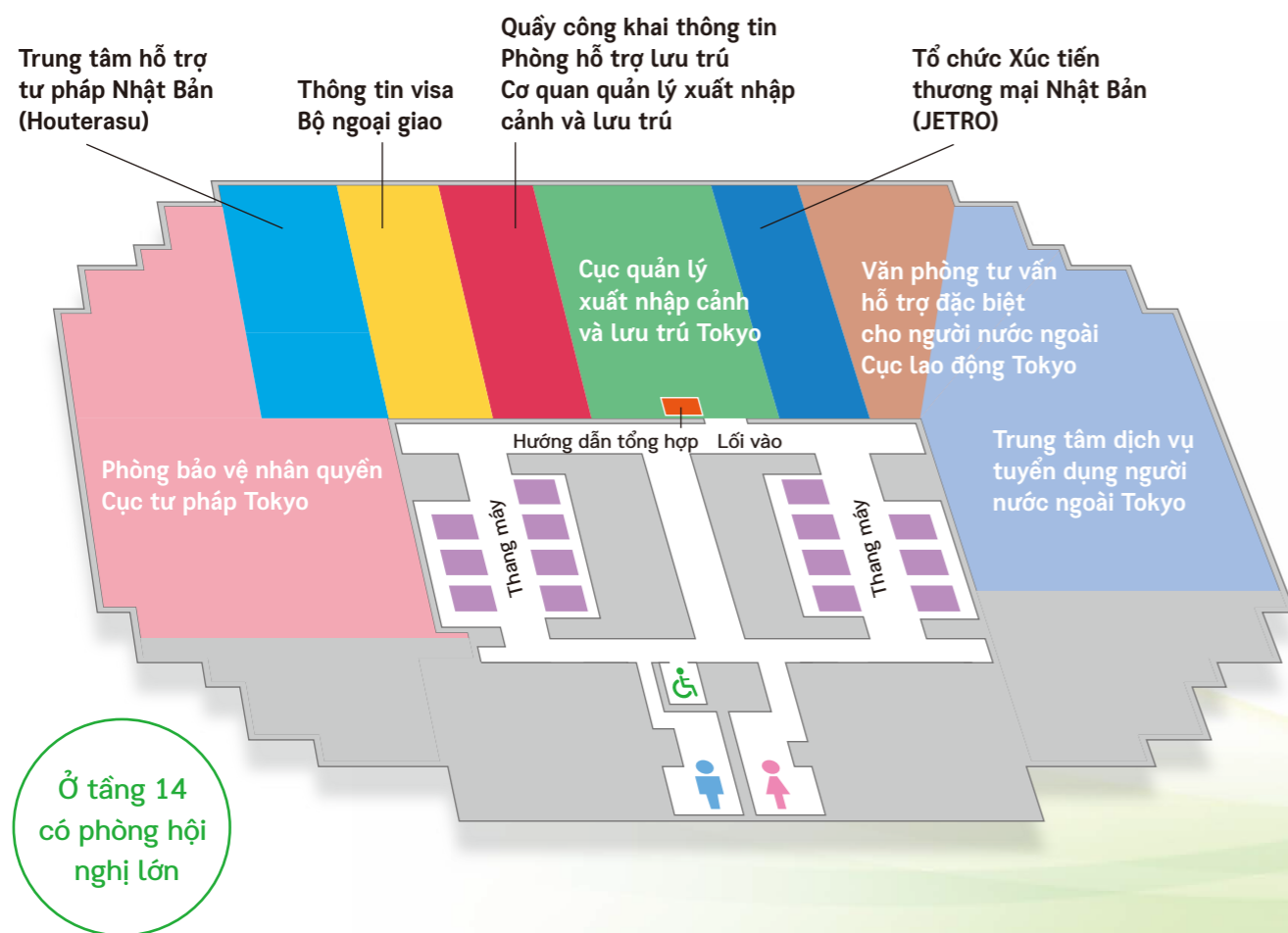


**FRESC**  
Số thương hiệu đăng ký 6325937

Trung tâm hỗ trợ lưu trú cho người nước ngoài  
Sơ đồ mặt bằng

Floor guide

CO.MO.RE  
YOTSUYA/  
Tháp Yotsuya  
Tầng 13



Ở tầng 14  
có phòng hội  
nghị lớn



### Quầy công khai thông tin - Phòng hỗ trợ lưu trú - Cơ quan quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú

Phòng hỗ trợ lưu trú - Cơ quan quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú xúc tiến liên kết - hợp tác với các cơ quan địa phương v.v. bằng việc hỗ trợ hoàn thiện - vận hành quỹ tư vấn trao đổi mang tính đồng nhất cho người nước ngoài; chia sẻ các hoạt động thực tiễn. Ngoài ra, còn cung cấp thông tin cho người nước ngoài sống tại Nhật Bản bằng "Sổ tay hướng dẫn sinh hoạt và lao động" "Cổng thông tin hỗ trợ cuộc sống cho người nước ngoài" và phổ cập "Tiếng Nhật đơn giản". Quỹ công khai thông tin còn tiếp nhận yêu cầu cung cấp thông tin trong bản gốc hồ sơ cá nhân người nước ngoài, lý lịch xuất nhập cảnh (về nước) ngoài các văn bản hành chính mà Cơ quan quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú (cơ quan này) đang lưu trữ.



### Cục quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú Tokyo

Cục quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú Tokyo tư vấn riêng vào các buổi có lịch hẹn trước, cho người nước ngoài đang lưu trú tại Nhật Bản, hay người liên quan đến những doanh nghiệp muốn tuyển dụng người nước ngoài v.v. Ngoài ra, Cục còn đưa ra lời khuyên, tiếp nhận trao đổi liên quan đến người nước ngoài cho các cơ quan địa phương.



### Phòng bảo vệ nhân quyền - Cục tư pháp Tokyo

Ngoài việc tiếp nhận trao đổi liên quan đến các vấn đề nhân quyền, như: phân biệt đối xử với người nước ngoài, người khuyết tật, bắt nạt, ngược đãi, quấy rối các loại, xâm phạm quyền riêng tư bằng cách lạm dụng internet, Phòng bảo vệ nhân quyền - Cục tư pháp Tokyo còn thực hiện các hoạt động giải cứu đơn giản - nhanh chóng - linh hoạt đối với những hành vi xâm phạm nhân quyền đó. Ngoài ra, Phòng bảo vệ nhân quyền còn liên kết với ủy viên bảo vệ nhân quyền hay chính quyền địa phương v.v. để thực hiện nhiều hoạt động phổ biến kiến thức về nhân quyền.



### Trung tâm hỗ trợ tư pháp Nhật Bản (Houterasu)

Trung tâm hỗ trợ tư pháp Nhật Bản (Houterasu) là "Nơi hướng dẫn tổng hợp" được nhà nước lập ra để giải quyết các vấn đề liên quan đến pháp luật. Ứng với nội dung của câu hỏi, Trung tâm sẽ giới thiệu miễn phí hệ thống luật để giải quyết vấn đề, và các quỹ tư vấn. Ngoài ra, đối với người nước ngoài có địa chỉ tại Nhật Bản mà không dư dả về tài chính (có kèm theo điều kiện, chẳng hạn như thu nhập) Trung tâm sẽ tư vấn pháp luật miễn phí bởi các luật sư, ứng trước phí thuê luật sư v.v.



### Văn phòng tư vấn - hỗ trợ đặc biệt cho người nước ngoài - Cục lao động Tokyo

Văn phòng tư vấn - hỗ trợ đặc biệt cho người nước ngoài - Cục lao động Tokyo tiếp nhận trao đổi về pháp lệnh liên quan đến lao động như Luật tiêu chuẩn lao động, quản lý lao động, quản lý an toàn vệ sinh cho các chủ doanh nghiệp tuyển dụng người nước ngoài, đồng thời hỗ trợ về quản lý lao động của người lao động nước ngoài, quản lý an toàn vệ sinh thông qua việc tổ chức hội thảo và hỗ trợ cử chuyên gia đến thăm ... Ngoài ra, Văn phòng còn tiếp nhận trao đổi về điều kiện lao động dành cho người lao động nước ngoài.



### Trung tâm dịch vụ tuyển dụng người nước ngoài Tokyo

Trung tâm dịch vụ tuyển dụng người nước ngoài Tokyo là cơ quan của Bộ Y tế - lao động - phúc lợi xã hội, hỗ trợ xin việc làm cho nguồn nhân lực nước ngoài có trình độ cao (du học sinh, người có tư cách lưu trú trong các lĩnh vực chuyên môn và kỹ thuật). Ngoài việc tư vấn, giới thiệu ngành nghề, tổ chức phỏng vấn xin việc làm, thực tập, Trung tâm cũng hỗ trợ cho các chủ doanh nghiệp, như cung cấp thông tin, tư vấn v.v. liên quan đến việc tuyển dụng người nước ngoài.



### Thông tin visa - Bộ Ngoại giao

Thông tin visa - Bộ Ngoại giao - tiếp nhận trao đổi về các lĩnh vực chung liên quan đến hướng dẫn giấy tờ cần thiết để xin thị thực (visa) nhập cảnh vào Nhật Bản, thủ tục visa. Cơ quan này sẽ giải thích một cách dễ hiểu cho những câu hỏi "Gia đình tôi có nguyện vọng du lịch Nhật Bản, tôi nên làm như thế nào để có thể xin visa?" v.v.



### Tổ chức xúc tiến thương mại Nhật Bản (JETRO)

Để thúc đẩy việc sử dụng nguồn nhân lực nước ngoài có kiến thức và kỹ năng trình độ cao, JETRO đã thành lập "Nền tảng thúc đẩy sử dụng nguồn nhân lực nước ngoài trình độ cao" với sự hợp tác của các bộ ngành liên quan, cung cấp thông tin qua các buổi hội thảo hay cổng thông tin điện tử, cung cấp dịch vụ hỗ trợ cho các doanh nghiệp vừa và nhỏ có tuyển dụng nhân lực nước ngoài trình độ cao.