



# 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。



MielInfo

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)



## 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