

ながのけんたぶんかきょうせいそудん  
**長野県多文化共生相談センター**

ながのけんたぶんかきょうせいそудん      ながのけん    す      がいこくじん      せいかつ    こま  
 長野県多文化共生相談センターは、長野県に住んでいる外国人のみなさんが、生活で困ったときに、  
 相談できる場所です。相談にお金はかかりません。次の方法で、相談することができます。

1 **電話**

☎ **026-219-3068 / 080-4454-1899**

2 **LINE通話**

次の①か②の方法で相談できます。

- ① 公式LINEアカウントと友達になる。プロフィールを開いて通話を押す。
- ② LINE通話専用QRコードを読み込む。



公式LINEアカウント  
QRコード



LINE通話専用  
QRコード

3 **Zoom**

次のメールアドレスにメールしてください。予約が必要です。

[yoyaku@anpie.or.jp](mailto:yoyaku@anpie.or.jp)

4 **チャットボット**

新型コロナウイルス感染症対応AIチャットボットに質問できます。

機械が24時間いつでも答えます。

長野県多文化共生相談センターWebサイトを見てください。

<https://www.naganoken-tabunka-center.jp/covid19-info/>

This is COVID-19 Q&A  
Chatbot. I will answer your  
questions!



Webサイト  
QRコード



長野県PRキャラクター「アルクマ」  
©長野県アルクマ

5 **長野県多文化共生相談センターに行く**

長野市新田町1485-1 もんぜんぷら座3階 (相談できる日と時間は下を見てください。)



相談できる日	第1・3水曜日を除く平日（月曜日～金曜日） 第1・3土曜日
相談できる時間	午前10時～午後6時
相談できる言葉	中国語、ポルトガル語、タガログ語、タイ語、 ベトナム語、インドネシア語、英語、韓国語、 スペイン語、ネパール語、マレー語、ミャンマー語、 フランス語、クメール語、ドイツ語



公式YouTubeチャンネルはこちら



公式Facebookはこちら



公式LINEアカウントはこちら



新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に  
「感染したかもしれない」と思ったら

**0120-691-792**

に電話してください

（いつでも外国語で相談できます）