

# 生活する

## ごみを捨てる

ごみを出すときには決まりがあります。

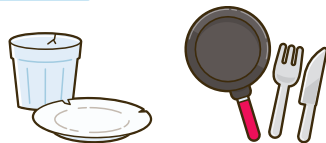
- ・ごみの種類ごとに分けます。
- ・ごみの種類によって、出す日にちが違います。
- ・朝 8 時より前に出します。

### ◆ ごみの分け方

#### 可燃ごみ



#### 不燃ごみ



#### 資源



#### ペットボトル



※ごみを出す日は住んでいる地域で違います。いつ、どのごみを出せばいいか確認しましょう。

世田谷区 HP「ごみ収集日一覧」



### ● 資源とごみの分け方・出し方

外国語でごみの出し方を説明したリーフレットがあります。英語、中国語、韓国語があります。

世田谷区 HP「資源とごみの分け方・出し方（リーフレット）」



# Living in Setagaya

## Garbage Disposal

There are rules for disposing of garbage.

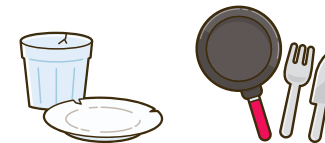
- Separate the garbage by type.
- Collection day varies depending on the type of garbage.
- Please put garbage out for collection by 8:00 a.m.

### ◆ How to Sort Garbage

#### Burnable Garbage



#### Non-burnable Garbage



#### Recyclables



#### PET Bottles



\* Garbage collection days vary depending on the area you live in. Please make sure what type of garbage to put out and on which day.

Setagaya City Website: "Garbage Collection Schedule"



### ● How to Sort and Put Out Recyclables and Garbage for Collection

Leaflets are available in foreign languages explaining how to sort and put out garbage. They are available in English, Chinese, and Korean.

Setagaya City Website "How to Sort and Dispose of Recyclables and Garbage (Leaflet)"



●資源・ごみ分別アプリ「さんあ〜る」

ごみを回収する日や出し方について、アプリで確認ができます。

世田谷区 HP 「資源・ごみ分別アプリ「さんあ〜る」をご活用ください」



◆粗大ごみ

自転車や椅子、タンス、ベッドなどの大きなごみを「粗大ごみ」といいます。

粗大ごみを捨てるときは、「世田谷区粗大ごみ受付センター」に電話するか、インターネットで申し込みます。

粗大ごみを捨てるときは、お金がかかります。

電話で申し込み：03-5715-1133

※英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語で話すことができます。

インターネットで申し込み：日本語と英語で見ることができます。

「世田谷区粗大ごみインターネット受付」



※わからないことがあったら、清掃事務所に電話してください。

お問い合わせ

世田谷清掃事務所 電話：03-3425-3111

玉川清掃事務所 電話：03-3703-2638

砧清掃事務所 電話：03-3290-2151

清掃・リサイクル推進課 電話：03-6304-3297



●Recyclables and Garbage Sorting App “San-Aru”

You can check garbage collection days and how to put out garbage for collection using this app.

Setagaya City Website "Please use the Resources and Waste Sorting App San a-ru"



◆ Large-sized Garbage

Large items such as bicycles, chairs, wardrobes, and beds are called "bulky waste."

To dispose of bulky waste, apply by phone or online through the Setagaya Large-sized Garbage Receiving Center.

A fee is required to dispose of oversized garbage.

Apply by phone: 03-5715-1133

\* Phone service is available in English, Chinese, Korean, Spanish, and Portuguese.

Apply online: The website is available in Japanese and English.

"Setagaya City Large Waste Disposal Online Intake Center"



\* If you have any questions, please contact the Sanitation Office.

Contact Information:

Setagaya Waste Collection Office Phone: 03-3425-3111

Tamagawa Waste Collection Office Phone: 03-3703-2638

Kinuta Waste Collection Office Phone: 03-3290-2151

Sanitation and Recycling Promotion Division

Phone: 03-6304-3297



◆ 病院を さがす

・ 医療情報ネット「ナビイ」

厚生労働省「医療情報ネット「ナビイ」」



※ウェブサイト 右上の「Other Language」から、他の言語（英語・中国語（簡体字・繁体字）・

韓国語）で 見ることができます。

・ 外国人のための TOKYO 医療情報サイト

外国人の方が、具合が悪くなったときに安心して 病院へ 行けるように、必要な 情報を

まとめた サイトです。多言語で 見ることができます。

東京都保健医療局「外国人のための TOKYO 医療情報サイト」



◆ 医療について 電話で 相談する

・ 外国人患者 向け 医療情報サービス

電話：03-5285-8181

時間：毎日午前 9 時～午後 8 時（365 日 電話 できます）

対応言語：英語、中国語、韓国語、タイ語、スペイン語

東京都保健医療局「東京都医療機関案内サービス『ひまわり』」



・ AMDA 国際医療情報センター

日本の 病院や、お医者さんのこと などについて、電話で 相談が できます。

電話：03-6233-9266

時間：平日 午前 10 時～午後 4 時

対応言語：やさしい日本語、英語、中国語、韓国語、フィリピン語、タイ語、ベトナム語、

スペイン語、ポルトガル語

※曜日によって 話せる 言語が 違います。確認して ください。

「AMDA 国際医療情報センター」



◆ Finding a Hospital

・ Medical Information Network “NAVii”

Ministry of Health, Labour and Welfare “Medical Information Net Navii”



\* You can view the website in other languages (English, Chinese (Simplified and Traditional), and Korean) by clicking “Other Language” in the top right corner of the webpage.

・ Tokyo Medical Information Site for Foreigners

This website provides necessary information so that foreign residents can go to the hospital with peace of mind when they feel unwell. It is available in multiple languages.

Tokyo Metropolitan Government Bureau of Public Health  
“Tokyo Medical Information Site for Foreigners”



◆ Medical Consultation by Phone

・ Medical Information Service for Foreign Patients

Phone: 03-5285-8181

Hours: Daily, 9:00 a.m. to 8:00 p.m. (available 365 days a year)

Supported Languages: English, Chinese, Korean, Thai, and Spanish

Tokyo Metropolitan Government Bureau of Public Health  
“Tokyo Medical Institution Information Service Himawari”



・ AMDA (Association of Medical Doctors of Asia) International Medical Information Center

You can get advice by phone about hospitals and doctors in Japan.

Phone: 03-6233-9266

Hours: Weekdays, 10:00 a.m. to 4:00 p.m.

Languages: Easy Japanese (Yasashii Nihongo), English, Chinese, Korean, Filipino, Thai, Vietnamese, Spanish, and Portuguese

\* Available languages vary depending on the day of the week.

Please check in advance.

“AMDA International Medical Information Center”



◆ 診療科を選ぶ

症状（からだの悪いところ）に合った診療科（病気やけがを診るところ）に行きましょう。

|          |                         |
|----------|-------------------------|
| 内科       | かぜを ひいたとき、おなかが 痛いとき     |
| 外科       | けがを したとき、手術が 必要とき       |
| 小児科      | 子どもが 病気になったとき           |
| 整形外科     | 骨を 折った とき、腰や ひざが 痛いとき   |
| 眼科       | 目の 調子が 悪い とき            |
| 耳鼻咽喉科    | 耳・鼻・のどの 調子が 悪いとき        |
| 皮膚科      | 皮膚の 調子が 悪いとき            |
| 歯科       | 虫歯になった とき、歯を きれいに したいとき |
| 産科・婦人科   | 妊娠 したとき、女性の 病気のとき       |
| 精神科・心療内科 | 心の 調子が 悪いとき             |



◆ Choosing a Medical Department

Choose a medical department appropriate to your symptoms.

|                                     |                                        |
|-------------------------------------|----------------------------------------|
| Internal Medicine                   | For colds or stomach pain              |
| Surgery                             | For injuries or when surgery is needed |
| Pediatrics                          | When a child is sick                   |
| Orthopedics                         | For broken bones, or back or knee pain |
| Ophthalmology                       | For eye problems                       |
| Otolaryngology (ENT)                | For ear, nose, or throat problems      |
| Dermatology                         | When you have skin problems            |
| Dentistry                           | For cavities or dental cleaning        |
| Obstetrics and Gynecology           | For pregnancy or women's health issues |
| Psychiatry / Psychosomatic Medicine | For mental health concerns             |



## ◆ 病院に行くとき

【病院に持っていくもの】

- ・マイナ保険証 または 資格確認書、医療証
- ・在留カード または パスポート (本人確認用)
- ・お金
- ・(飲んでいる 薬や「お薬手帳」も あれば 持っていきます)

【病院に行く前にすること】

- ・行きたい 診療科のある 病院を 調べて、予約や 電話を します。
- (予約がなくても 診て もらえる 病院も ありますが、連絡を しておくと 安心です)

【病院での ながれ】

- ・受付：保険証や 本人確認が できるものを 出して、来た目的 (どうして来たのか) を 話します。
- ・待つ：問診票を もらったら、必要なことを 書いて 受付に 出します。 待合室で 待ちます。
- ・診察：名前 (または 受付で もらった 番号) が 呼ばれたら 診察室へ 入ります。  
先生に 症状を 話します。必要な 検査を します。
- ・会計：終わったら 待合室で 待ちます。  
名前 (または 受付で もらった 番号) が 呼ばれたら 受付で お金を 払います。  
薬が 必要な ときは 処方箋 (薬を 買うための 紙) を もらいます。
- ・薬を 買う：薬局へ 行き、処方箋を 出します (お薬手帳も あれば 出します)。  
薬を もらって お金を 払います。

詳しくは こちらを 見て ください。

・東京都文化共生ポータルサイト (TIPS) ⇒ 病院へ 行く



## ◆ 急な 病気や 大きな けがの とき

命に関わる 急な 病気や 大きな けがを した時は「救急車」を 呼び、病院へ 運んでもらいます。  
緊急のとき：119番 (日本語、英語)



## ◆ When You Go to a Hospital

【Things to bring to the hospital】

- ・ My Number Health Insurance Card or Certificate of Eligibility Confirmation, Medical Care Certificate
- ・ Your residence card or passport (for identity verification)
- ・ Money
- ・ (Any medicines you are taking and your medication record book (if you have one))

【Things to do before going to the hospital】

- ・ Find a hospital that has the department you need and make an appointment or call in advance.  
(Some hospitals accept walk-in patients, but it is best to contact them in advance.)

【What Happens at the Hospital】

- ・ Reception: Present your health insurance card or identification, and explain the reason for your visit.
- ・ Wait: After receiving the medical questionnaire, fill it out with the necessary information and submit it to the reception desk. Then wait in the waiting area.
- ・ Examination: When your name (or number) is called, enter the examination room.  
Tell your doctor about your symptoms. Tests may be performed if necessary.
- ・ Payment: After your examination is finished, wait in the waiting area.  
When your name (or number) is called, pay at the reception desk. If you need medicine, you will receive a prescription to get the medicine.
- ・ Getting Medicine: Go to a pharmacy and submit the prescription (and your medication record book, if you have one).  
Receive the medicine and pay for it.

For more information, please see:

・Tokyo Intercultural Portal Site (TIPS) ⇒ Going to a Hospital



## ◆ In Case of Sudden Illness or Serious Injury

In the event of a sudden, life-threatening illness or serious injury, call an ambulance and have them take you to a hospital.

In case of emergency, dial 119 (Japanese and English support available).



## 緊急・防災

◆ 火事が起きたときも 119 番に電話します ⇒ 消防車や 救急車が 来ます

電話が繋がったら 伝えること

- ・ 火事か、救急 (病気・けが) か
- ・ どこに いるか (住所や、近くの 建物の 名前など)
- ・ どんな様子か (だれが 病気や けがを したのか、どのくらいの 火事か など)
- ・ 自分の 名前、電話番号

◆ 事件・事故のときは 110 番に電話します。⇒ 警察官が 来ます

泥棒・暴力・車の 事故など

電話が繋がったら 伝えること

- ・ 何が 起きたのか
- ・ それは いつ 起きたのか (例：〇月〇日〇時)
- ・ どこに いるか (住所や、近くの 建物の 名前など)
- ・ けがを した人は いるか
- ・ 犯人について わかることは あるか (性別、年齢、人数、服装 など)
- ・ 自分の 名前、電話番号



◆ 落とし物を したときは、警察署や 近くの 交番に 相談して ください。

| 警察署    | 電話番号         | 住所         |
|--------|--------------|------------|
| 世田谷警察署 | 03-3418-0110 | 三軒茶屋 2-4-4 |
| 北沢警察署  | 03-3324-0110 | 松原 6-4-14  |
| 玉川警察署  | 03-3705-0110 | 中町 2-9-22  |
| 成城警察署  | 03-3482-0110 | 千歳台 3-19-1 |

◆ 地震に 備える

日本は 地震が 多い 国 です。地震が 来る前に、安全のために 備えて おきましょう。

1 地震の 後に、火事が 起きます。消火器を 置いて、水を 飲んで おきましょう。

## Emergency and Disaster Preparedness

◆ Call 119 in the event of a fire. ⇒ A fire engine or an ambulance will be dispatched.

What to tell the operator when the call connects:

- Whether it is a fire or a medical emergency (illness or injury)
- Where you are (your address or the name of a nearby building)
- What is happening (who is sick or injured, or how serious the fire is)
- Your name and phone number

◆ Call 110 in the event of a crime or accident. ⇒ The police will come.

Examples include theft, violence, and traffic accidents.

What to tell the operator when the call connects:

- What happened
- When it happened (for example, the date and time)
- Where you are (your address or the name of a nearby building)
- Whether anyone is injured
- Any information about the suspect or suspects (gender, age, number of people, clothing, etc.)
- Your name and phone number



◆ If you lose something, please contact a police station or a nearby police box (koban).

| Police station          | Phone number | Address           |
|-------------------------|--------------|-------------------|
| Setagaya Police Station | 03-3418-0110 | 2-4-4 Sangenjaya  |
| Kitazawa Police Station | 03-3324-0110 | 6-4-14 Matsubara  |
| Tamagawa Police Station | 03-3705-0110 | 2-9-22 Nakamachi  |
| Seijo Police Station    | 03-3482-0110 | 3-19-1 Chitosedai |

◆ Preparing for Earthquakes

Japan has frequent earthquakes. Be prepared in advance, before an earthquake happens, to stay safe.

1. Fires may break out after an earthquake. Keep a fire extinguisher and water on hand.



2 家具は 壁に 固定します。 家具や 棚の上には、重いものや 危険なものを 置かないように しましょう。

3 家族の 集まる場所や 連絡方法を 決めて おきましょう。

4 非常用物品を 用意して おきましょう。

● 3日分以上、できれば 1週間分の 水や 食べもの

● カセットコンロ、ガスボンベ

● 携帯ラジオ、懐中電灯、電池、モバイルバッテリー など

● くすり、下着、タオル、携帯トイレ など

● 赤ちゃんがいる 家では おむつや ミルク など

● マスク、消毒液、体温計 など

■ 世田谷区では、家庭用防災用品などを 売る 会社を 紹介して います。区のホームページなどを ご確認 ください。

世田谷区 HP 「防災用品のあっせん」



世田谷区 HP 「消火器・住宅用火災警報器あっせんのご案内」



世田谷区 HP 「地震の際の電気火災対策をしましょう」



2. Secure furniture to the wall.

Do not place heavy or dangerous objects on furniture or shelves.

3. Decide in advance where your family will gather and how to contact each other.

4. Prepare emergency supplies.

● Water and food for at least three days, preferably one week

● Portable gas stove and gas canisters

● A portable radio, flashlight, batteries, and mobile battery packs

● Medicine, underwear, towels, portable toilets, etc.

● For households with babies, diapers, milk or formula, etc.

● Masks, disinfectant, a thermometer, etc.

■ Setagaya City lists companies that sell household disaster preparedness supplies. Please check the city website for details.



Setagaya City Website "Disaster Preparedness Supplies"



Setagaya City Website "Fire Extinguishers and Home Fire Alarms"



Setagaya City Website "Electrical Fire Prevention During Earthquakes"



## ◆ 地震が 起こったら…

### 家の中に いるとき

- ・タンスや 本棚など 倒れそうな ものから 離れて、机の下に 入ります。
- ・揺れが おさまってから、火を 消します。
- ・窓や ドアを 開けます。
- ・慌てて 外に 出ません。外に 出るときは、落ちてくる ものや ガラスの 破片などに 気を付けます。



### 外に いるとき

- ・看板など、倒れそうな ものから 離れます。
- ・持っている荷物などで 頭を 守ります。
- ・電車や 建物の中に いるときは、勝手に 動きません。係員などの 言うことを 聞きます。
- ・運転を していたら、車を 左側に 停めて 様子を みます。歩いて 逃げます。



## ◆ When an Earthquake Occurs...

### If You Are Indoors

- ・ Stay away from anything that may fall over, such as dressers and bookshelves, and take cover under a table or desk if possible.
- ・ After the shaking stops, turn off the gas and extinguish any flames.
- ・ Open windows and doors.
- ・ Do not rush outside. When you go outside, beware of falling objects and broken glass.

### If You Are Outdoors

- ・ Stay away from signs and other objects that may fall.
- ・ Protect your head with your belongings or arms.
- ・ If you are on a train or inside a building, do not rush for the doors. Follow the instructions of staff.
- ・ If you are driving, pull over to the left side of the road and stop. Leave the car and evacuate on foot if necessary.



#### ◆ 自宅が安全な時は

ふだん 住んでいる家で 避難することは、病気を防ぐことや、精神的な疲れを減らすことなどに よいで す。そのため、日ごろから 家を安全にする 準備と、食べものや 水などをためて おきましょう。

#### ◆ 避難する (逃げる)

地震があったら、まず 自分のからだを守り、揺れが収まるまで 待ちます。そのあと、周りの 様子を 確認します。もし 建物が壊れたり、火事で 家に いられないときは、一時集合所 (近くの広場や 公園など) に 避難しましょう。

避難した 場所が 火事などで 危ないときは、広域避難場所 (大きな公園・広場) に 避難しましょう。そのあと、火事などの 危険がなくなっても、家に 被害があり、自宅に 帰ることができない場合は 指定避難所 (小学校や 中学校が多いです) に 避難 しましょう。

世田谷区 HP 「震災時における避難について」



#### ◆ 大雨や 台風 のとき

梅雨や 台風シーズン (6月～10月) には 雨が たくさん 降ることがあります。たくさん の 雨が 降ると、川や 下水道の 水などが あふれたり (水害)、がけが 崩れたりする (土砂災害) ことが あります。

その時に 逃げる 場所は、地震の時とは 違います。確認して おきましょう。

世田谷区 HP 「水害時・土砂災害時避難所について」



#### ● 災害時区民行動マニュアル (多言語版)

災害のときに 落ち着いて 行動 できるよう、防災マップや 役立つ情報を 紹介した マニュアル です。

世田谷区 HP 「災害時区民行動マニュアル (英語版・中国語版・ハングル版)」



#### ● 世田谷区防災ポータルサイト

災害時の「避難情報」、「避難所の開設情報」など いろいろな 情報が 確認 できます。また、ふだんから、避難所や ハザードマップの 情報を みる ことができます。これは、災害のときに 備えるために 役に立ちます。日本語のほか、英語、中国語 (簡体字・繁体字)、韓国語の 言葉 を 選ぶ ことができます。

世田谷区防災ポータル



#### ◆ If Your Home Is Safe

Sheltering at home can help prevent illness and reduce mental stress.

To do so, prepare your home to be safe and stock up on food and water in advance.

#### ◆ Evacuating

When an earthquake occurs, first protect yourself and wait until the shaking stops.

Then check your surroundings.

If the building is damaged or you cannot stay at home due to fire, evacuate to a temporary refuge, such as a nearby park or open space.

If the evacuation site becomes dangerous due to a fire or other reason, evacuate to a wide-area evacuation site, such as a large park or open space.

After the initial danger has passed, if your home is damaged and you cannot return, evacuate to a designated evacuation shelter (often an elementary or junior high school).

Setagaya City Website “Evacuation During Earthquakes”



#### ◆ In Case of Heavy Rain or Typhoon

During the rainy season and typhoon season (June to October), there may be heavy rainfall.

Heavy rain can cause rivers or sewers to overflow (flooding) or trigger landslides.

Evacuation sites during these disasters are different from those for earthquakes.

Please check for the evacuation sites in advance.

Setagaya City Website “Flood and Landslide Evacuation Shelters”



#### ● Disaster Response Manual for Residents (Multilingual)

This manual contains disaster prevention maps and useful information to help you act calmly in the event of a disaster.

Setagaya City Website “Disaster Response Manual for Residents (English, Chinese, Korean versions)”



#### ● Setagaya City Disaster Prevention Portal

You can check various information such as evacuation information and updates on the opening of evacuation shelters during disasters.

You can also regularly access information about evacuation shelters and hazard maps.

This is helpful in preparing for disasters.

The site is available in Japanese, English, Chinese (Simplified and Traditional), and Korean.

“Setagaya City Disaster Prevention Portal”





## こうつう りーる 交通ルール

### ◆ 自転車の 交通ルール

- ・車道（車が走る道）の左側を走ります。
- ・ヘルメットをかぶります。
- ・お酒を飲んだら、乗っては いけません。
- ・ほかの 自転車と 横に ならんで 乗っては いけません。
- ・傘を 差しながら、携帯電話を 使いながら 乗っては いけません。
- ・夜は ライトをつけて 走ります。

せたがやく じてんしゃ りーる まな－  
世田谷区 HP「自転車の ルールと マナー」



けいしちよう じてんしゃ こうつうあんぜん きょういくようりー ふれっ と  
警視庁「自転車交通安全教育用リーフレット」



### ◆ 自転車の 防犯登録を します

- ・防犯登録 とは  
自転車を だれのものか 分かる ように する 登録のこと です。 自転車に 番号の シール  
を 貼ります。 名前や 住所を 警察の データに 入れます。 もし 自転車が 盗まれたとき、  
見つかったら 持ち主に 返せます。
- ・どこで できますか。  
自転車を 買った お店で できることがあります。 詳しくは ホームページを 見てください。

せたがやく じてんしゃ ぼうはんとうろく  
世田谷区 HP「自転車の防犯登録について」



### ◆ 自動車の 交通ルール

- ・運転を するときは 免許証を 持ちます。
- ・左側を 走ります。
- ・お酒を 飲んで 運転しては いけません。
- ・自動車に 乗る人は 全員 シートベルトを します。
- ・運転中に カーナビゲーションや 携帯電話の 操作を しては いけません。



## Traffic Rules

### ◆ Bicycle Traffic Rules

- ・Stay on the left side of the road (on which cars drive).
- ・Wear a helmet.
- ・Do not ride if you have been drinking alcohol.
- ・Do not ride side by side with another bicycle.
- ・Do not ride while holding an umbrella or using a mobile phone.
- ・Use your lights when riding at night.

Setagaya City Website "Bicycle Rules and Etiquette"



Tokyo Metropolitan Police Department's "Educational Leaflets for Safe Bicycle Riding"



### ◆ Bicycle Theft Prevention Registration

- ・What is bicycle theft prevention registration?  
It is a registration system that identifies who a bicycle belongs to.  
You put a numbered sticker on your bicycle.  
Your name and address are registered in the police database.  
If your bicycle is stolen and later found, it can be returned to you.
- ・Where can you register?  
In some cases, you can register at the store where you bought the bicycle.  
For details, please see our website.

Setagaya City Website "About Bicycle Theft Prevention Registration"



### ◆ Traffic Rules for Automobiles

- ・When driving, you must carry your driver's license.
- ・Drive on the left side of the road with traffic.
- ・Do not drive after drinking alcohol.
- ・Everyone in the car must wear a seatbelt.
- ・Do not operate a car navigation system or use a mobile phone while driving.



◆日本で自動車を運転するためには、次のうちどれかを持っている必要があります。

• 日本の運転免許証

• 国際運転免許証（1年だけ）

※日本と「ジュネーブ条約」を結んでいる国・地域が出した国際運転免許証だけです。

• 自分の運転免許証と、それを日本語に翻訳したもの

※スイス・ドイツ・フランス・ベルギー・モナコ・台湾の免許証だけです。

警視庁 HP「Procedures related to Driver's License (運転免許関係)」

そのほか、交通安全についての情報は こちらを みてください。



## 喫煙マナー

たばこを吸うことを「喫煙」といいます。決められた場所（喫煙所）以外でたばこを吸っては いけません。

世田谷区 HP「世田谷区指定喫煙場所について」



◆ To drive a car in Japan, you must have one of the following:

• Japanese driver's license

• International driving permit (valid for one year only)

\* Only international driving permits issued by countries or regions that have signed the Geneva Convention with Japan are accepted.

• Your original driver's license and a Japanese translation of it

\* Only for a license issued in Switzerland, Germany, France, Belgium, Monaco, or Taiwan.

Tokyo Metropolitan Police Department Website "Procedures related to Driver's License"



For more information on road safety, please use the following links.



## Smoking Regulations

Smoking is referred to as "喫煙" (kitsuen). Do not smoke outside designated smoking areas.

Setagaya City Website "About Designated Smoking Areas in Setagaya City"



## 日本語を勉強する

- ◆初めて日本語を学ぶ人のための日本語教室（クロッシングせたがや）  
初めて日本語を勉強する人のための教室です。せたがや国際交流センター（クロッシングせたがや）が開いています。2つのレベルがあります。

クロッシングせたがや HP 「外国人のための日本語教室」



- ◆地域のボランティア日本語教室  
世田谷区のボランティア団体が、地域で暮らす外国人のために開いている日本語教室です。

申込みや問い合わせは、それぞれの団体に連絡してください。

世田谷区 HP 「世田谷区内のボランティアによる日本語教室一覧」



- ◆オンラインでできる日本語学習

教室に行かなくても、オンラインで日本語の勉強ができるサイトやホームページを紹介しています。

世田谷区 HP 「オンライン日本語学習のご案内」



## Learning Japanese

- ◆ Japanese language classes for beginners (Crossing Setagaya)

These classes are for people who are learning Japanese for the first time. The Setagaya Intercultural Center (Crossing Setagaya) offers these classes. There are two levels.

[Crossing Setagaya Website "Japanese Language Classes for Foreign Residents"](#)



- ◆ Community Volunteer Japanese Language Classes

These Japanese classes are run by volunteer groups in Setagaya City for foreign residents living in the community.

Please contact the respective group directly for application or inquiry.

[Setagaya City Website "List of Volunteer-run Japanese Language Classes in Setagaya City"](#)



- ◆ Online Japanese Learning

This section lists websites where you can study Japanese online without having to go to a classroom.

[Setagaya City Website "Guide to Online Japanese Learning"](#)

