

FREE
無料

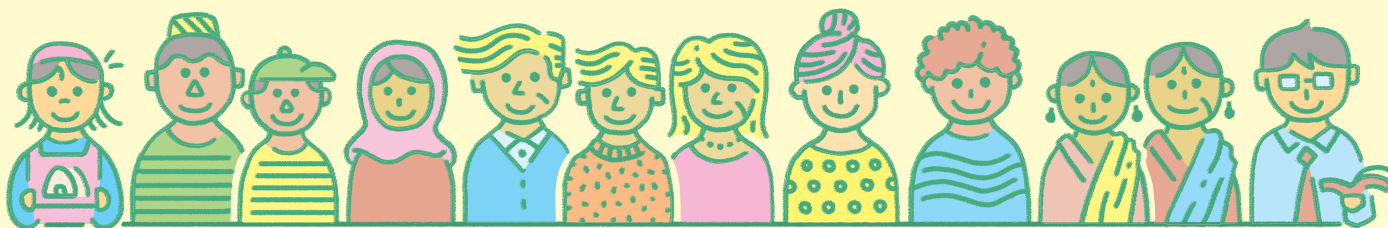
外国ルーツの若者と家族のための CINGAサポートセンター

仕事のこと、生活のことなど
なんでも電話やメールで相談できます。
仕事や在留資格の専門家が
あなたの疑問に答えます。
家族や支援者の方も相談できます。

☎ 03-6261-6356

✉ cs@cinga.or.jp

受付日 火・水・木曜日 13:00-16:00



22言語対応

英語・中国語(北京語)・韓国語・タイ語・ベトナム語・インドネシア語・マレー語・タガログ語・ネパール語・ミャンマー語・クメール語・
モンゴル語・シンハラ語・ヒンディー語・ベンガル語・ウルドゥー語・ポルトガル語・スペイン語・ドイツ語・フランス語・イタリア語・ロシア語

こんなことが相談できます

自分の将来に 悩みを抱えている

将来の進路を考えると自分にとってどんな可能性があるのか、家族や学校の先生以外の大人に相談できます。誰かに話を聞いてほしいとき、わからないことがあるときにぜひ電話をしてください。

仕事や在留資格のことで 困っている

日本に滞在するために必要な在留資格や仕事について知りたいとき、仕事に就くときや進学するときどのようにすればいいか知りたいときに経験のある相談員と一緒に解決の方法を考えます。ぜひ電話をしてください。

支援者ができることを 知りたい

外国ルーツの人が進学するとき、卒業するとき、就職するとき何か困っている姿を目にしたことはありますか？専門家が状況を整理して、どのように支援できるか一緒に考えます。ぜひ電話をしてください。



22言語対応 だから日本語以外でも相談できます！外国ルーツの若者の家族やお友達も相談できるよ！

Cキャリア事業の
詳細はこちら



CINGA キャリアサポート(Cキャラ)とは

年々在住外国人数は増えており、日本生まれの外国ルーツの若者も大変多くなってきています。CINGAは、若者を支援する人や組織が、外国にルーツのある若者を支援するときに外国人特有の課題に関する専門的アドバイスを受けられる機会をつくること、すなわち「支援者への支援体制の構築」が欠かせないと考えています。外国ルーツのコーディネーターによる若者への個別支援プロジェクトと合わせて、

日本人・外国人関係なく広く子どもや若者を支援している人たちが日頃抱える疑問を気軽に聞くことができる相談センターを拠点とした活動を通じて、外国ルーツの若者が、より充実した生活を送れるようになることを目指します。2024年4月から2027年2月にかけて、外国ルーツの若者が就労するために公正な支援を受けられる社会環境構築を目指して4つの活動を行います。

“Cキャラの4つの活動”

CINGAサポートセンター

1 相談をうける

電話とメールの問い合わせ窓口を開設し、相談対応、情報提供、傾聴、調整を行います。行政書士、社会保険労務士などの専門家や外国ルーツのコーディネーターが相談に応えます。また、22言語の電話通訳も利用できるのも、多様な言語での対応が可能です。

CINGAサポートセンター利用者例／外国ルーツの若者本人、彼らを取り巻く人々や組織(保護者、教師、ケースワーカー、社会福祉協議会職員、民生児童委員、若者サポートステーション職員、子ども食堂関係者など)、外国ルーツの方を雇用する企業 など

2 情報を届ける

外国にルーツのあるコーディネーターがアウトリーチし、本人や保護者に対して日本の制度や支援の仕組みなどを丁寧に説明し、しっかりと情報提供を行います。それぞれのエスニックグループ特有の課題をとらえて、悩みの解決に向けた伴走支援をします。

出身国のコミュニティを訪問して、若者や保護者の話を聞きながら支援につなげています。



3 関係者に働きかける

教育機関や教育関係者との協力事業を実施するとともに、労働行政にも働きかけを実施していきます。また、企業に対しても専門職コーディネーターが働きかけ、各企業に必要な研修を実施します。

外国ルーツの若者に直接関わる方々に向けて実践に役立つ研修を行っています。



4 支援者を支援する

全国の若者就労支援団体が外国ルーツの若者を支援する際に必要となるものが想定される多言語通訳や専門家相談、地域の関係者との橋渡しなどの調整業務をします。支援者を支援するための情報やリソースを提供します。

若者サポートステーションなどで初めて外国人の若者を支援することになったときのお困りごとなどを解消していきます。



CINGA(シンガ)とは?

CINGAは2004年に在住外国人支援の知見を持つ多様な専門家が参加して、自立した市民組織として設立されたNPO法人です。Citizen's Network for

Global Activitiesを短縮してCINGA(シンガ)といいます。社会のセーフティネットとしての「外国人相談」と人間の生きる力の基盤づくりである「地域日本語教育」を中心事業に据え、多様な活動を展開しています。

C キャリ活用のための Q & A

CINGA サポートセンターを運営する C キャリでは、当事者からの相談を受けるだけでなく、外国ルーツの若者とかかわりのある団体（外国ルーツの若者が働く企業、若者サポートステーションなどの若者支援団体、教育関係機関等）に向けた研修や、相談対応もしています。幅広い方々に利用いただけますので、気軽に連絡してください。

Q 親が日本で働くことになったので、ネパールから親と一緒に来日しました。日本の高校のことで相談したいのですが、ネパール語で相談できますか？

A はい、ネパール語の通訳がいるので、安心して相談してください。

Q 通訳支援を利用する際に時間制限はありますか？入学説明や三者面談など、長いものにも対応可能ですか？

A 時間制限は設けていませんが、通訳者の負担と正確な通訳を提供するため概ね1時間までとしています。

Q 子ども食堂でボランティアをしています。その食堂をよく利用している外国人の子どもが親から虐待されているようで心配です。私からCINGA サポートセンターに相談してもいいですか？

A はい、その外国人のお子さんと一緒に相談してもいいですし、ボランティアの方からだけでも相談できます。気軽に電話をしてください。

Q うちの会社の社員募集に応募してきた外国人の在留資格について不明な点があります。CINGA サポートセンターへ企業からも相談していいのでしょうか？

A はい、企業からの相談も受け付けていますので、電話で相談してください。

Q 電話通訳を利用したいのですが、何か準備が必要ですか？

A CINGA サポートセンターに電話をしてください。センターがオープンしている時間内であればいつでも利用できます。それ以外の時間に利用したい場合は、調整が必要ですのでセンターのオープン時間内に一度相談してください。

通訳の利用案内

利用時間 火・水・木曜日 13:00-16:00

英語 English	中国語(簡体) 简体中文	韓国語 한국어	タイ語 ภาษาไทย	ベトナム語 Tiếng Việt	インドネシア語 Bahasa Indonesia
フィリピン語 Filipino	ネパール語 नेपाली	ポルトガル語 Português	スペイン語 Español	フランス語 Français	ドイツ語 Deutsch
イタリア語 Italiano	ロシア語 Русский	マレー語 Bahasa Melayu	ミャンマー語 မြန်မာဘာသာ	クメール語 ខ្មែរ	モンゴル語 Монгол
シンハラ語 සිංහල	ヒンディー語 हिन्दी	ベンガル語 বাংলা	ウルドゥー語 اردو	22言語に対応しています。 電話をすると、相談員はやさしい日本語で話します。 通訳をつかいたいときは、利用したい言語をお伝えください。	

通訳者コーディネート

Cキャリア事業では、外国ルーツの若者のキャリアや進路支援のための通訳者コーディネーションをしています。
この他の場合でも、CINGAの他の事業でも通訳をコーディネートすることがあります。

CINGA キャリアサポートセンターに連絡をする
(電話またはメール)



外国ルーツの若者に関連する内容かどうか



ケースによってはCINGAの他の事業で通訳コーディネーションできるかもしれませんので、お問合せください。

コーディネーターが通訳者派遣ができるかどうか調整する



電話通訳で対応



オンライン通訳で対応



通訳者が現場に行く

利用規約

- ・翻訳の依頼は受け付けておりません。
- ・相談の内容によってはお受けできないことがあります。
- ・通訳者を指名することはできません。
- ・通訳は基本的に逐次通訳の形式で行われます。
- ・通訳者には守秘義務があります。

※注意 次のような内容は対象外です。

- ・イベント、パーティーなどでの通訳
- ・私人間(例:家庭内、友人間)のプライベートなコミュニケーションの通訳、営利目的の通訳



本事業は日本国際交流センター(JCIE)より、休眠預金等交付金を活用した外国ルーツの若者の進路・キャリア形成にかかわる様々な取り組みを推進するための助成を受けて実施しています。

大切なおしらせ

CINGA キャリアサポート事業は2027年2月末で終了するため、「外国ルーツの若者と家族のためのCINGA サポートセンター」運営も2027年1月31日で終了いたします。センター終了後は、外国人ワンストップセンターや自治体、国際交流協会の外国人総合相談窓口等をご利用ください。