

# 1 生活

## (1) 生活ガイドブック、生活オリエンテーション、相談窓口

新たに暮らし始める外国人住民にとっては、住居の確保、住民登録や児童手当等各種手当の申請、ごみ廃棄のルールなど、母国と異なる点が多くあります。それらをまとめた生活ガイドブックを作成し、住民登録の際に役所の窓口で配布している自治体も少なくありません。また、生活オリエンテーション動画を制作し、市区町村のウェブサイトで公開している自治体もあります。

自治体が独自にガイドブック等を作成していない場合は、出入国在留管理庁の「生活・就労ガイドブック」([https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook\\_all.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/portal/guidebook_all.html))を参照することをおすすめします。同ガイドブックは、在留手続や市区町村での手続、雇用・労働、出産・子育て、教育、医療、年金・福祉、税金、交通、緊急・災害、住居、日常生活におけるルール・習慣など幅広いテーマをカバーし、ポルトガル語、フィリピン語、ベトナム語、ネパール語等18言語で閲覧できます。



生活オリエンテーション動画 出典：出入国在留管理庁ホームページ  
URL: [https://www.moj.go.jp/isa/support/coexistence/04\\_00078.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/coexistence/04_00078.html)



外国人のための生活ガイドブック  
(茨城県常総市、ポルトガル語)

また、出入国在留管理庁のサイトには、生活オリエンテーション動画が17言語で掲載されており、動画から上記の情報を得られます。([https://www.moj.go.jp/isa/support/coexistence/04\\_00078.html](https://www.moj.go.jp/isa/support/coexistence/04_00078.html))

言語の対応について、集住地域を中心に、多言語対応できる自治体や国際交流協会が増えています。しかし、すべての言語に対応することは現実的ではないため、翻訳ツールの活用や、近隣自治体・国際交流協会のネットワーク構築が有効です。一方で、手続き上、正確な翻訳が必要な場合や、機械では対応しにくい繊細な相談が生じることもあるため、翻訳ツールだけに頼らず、通訳のための予算をある程度確保することが必要です。また、各分野の専門家についても、近隣地域のネットワークを構築しておくといでしょう。

生活情報の提供や、行政手続きのサポート、地域活動への参加相談など、多目的な相談窓口を多言語で設置している自治体もあります。近隣の自治体に相談窓口がない場合には、NPOや出入国在留管理庁の外国人在留支援センター（FRESC）の相談窓口相談することも可能です。ただし、言語や文化の壁により、必要な情報にアクセスできず孤立してしまうケースもあります。職場や学校、近所などの日常的な人間関係の中で困りごとを相談しやすい環境を作ることが重要です。

## case 8 北海道函館市 函館市における外国人住民受入れの取り組み

函館市は人口234,169人（2025年7月現在）のうち、外国人住民が約2,000人暮らしています。外国人住民が函館市に転入すると、市の取り組みとして、まず生活情報を多言語で発信します。ごみの出し方、子育て、健康、税金の仕組み、部屋の借り方など、生活に欠かせない情報をまとめたガイドブックを作成し、住民登録の際に市民部にて、新たに住民となる外国人には必ず配布しています。さらに、動画による情報発信も行い、視覚的に理解しやすく工夫をしています。また、市内の大学や一般の外国人を対象に、年2回生活オリエンテーションを実施し、地域で安心して暮らせるよう支援しています。ガイドブックの多言語化は、市が作成した内容の翻訳部分を、市内の国際交流事業を行う（一財）北海道国際交流センター（HIF）に委託して行っています。

何かお困りごとが生じた外国人住民向けには、函館市は2019年9月から外国人生活相談窓口を設置し、HIFが受託して運営を担っています。これは、日本政府が進める外国人材受入れの取り組みの一環として、自治体に設置を促してきた一元的相談窓口（多言語対応の生活相談窓口）の設置・運営を支援するための外国人受入環境整備交付金に基づくものです。窓口には中国、台湾、マレーシアなど多様な国籍のスタッフが常駐し、三者通訳電話や映像通訳サービス、ポケトークなどの多言語対応機材を活用して相談に応じています。相談内容は、離婚や子どもの学校、日本語学習、医療機関の予約、職場の悩み、交流希望、さらには日本の贈答習慣に関する質問など、地域社会と

の交流に前向きな相談まで幅広く、特に中国語圏からの相談が多いことが特徴です。一方で、技能実習生からの相談はほとんど見られず、定住外国人の生活課題が中心となっています。

外国ルーツの子どもたちと日本の子どもたち、あるいは大人同士の交流の機会や居場所も提供しています。毎週開催しているこども食堂には外国ルーツの子どもたちも参加しており、食事を共にすることで日常的な相談や交流が自然に生まれる居場所となっています。また、外国人向けに日本文化を紹介する講座や、日本人向けに海外文化や料理を体験する講座を行うことで、相互理解を促進し、多文化共生の基盤を育てています。

今後は、自治体の地域共生担当や包括支援センター、社会福祉協議会のソーシャルワーカー、フードバンク、こども食堂、学習支援団体などとの連携に加えて、国際交流団体による多言語サポートを組み合わせることで、生活支援から社会参加まで切れ目のないプラットフォームの仕組みを構築できると考えられます。函館市は外国人が多い地域ではありませんが、定住する外国人が増えつつある状況に対応するため、多文化共生を実現する仕組みづくりが今後ますます重要になります。



市役所でのマイナンバーカード作成手続き

## (2) 地域社会とのつながり

地域の日本人住民の中には、「外国人住民も、同国人だけで固まらず、日本社会に溶け込む努力をしてほしい」と考える方は一定程度います。一方で、外国人住民の側から、一人で日本人の地域社会に入っていくのは容易なことではありません。転居や転職など、新しい環境で人間関係を築くことは、国籍を問わず誰にとってもエネルギーを要することです。言葉や文化の異なる環境であれば、そのハードルはさらに高くなります。したがって、地域社会の側からきっかけや機会を作っていくことは、外国人住民との共生を目指す上でとても重要なことです。

## case 9 愛媛県今治市

### 自治会活動から触発される地域への貢献

愛媛県今治市吉海地区には、20年ほど前から造船業に従事する外国人住民が徐々に増加し、2026年1月現在、地区の全住民2,668人のうち、フィリピンやベトナムからの外国人住民が313人住んでいます。地域の少子高齢化が進む中で、外国人住民は地域活動の重要な担い手となっています。

外国人住民が増え始めた初期は、騒音や生活習慣の違いによる摩擦がありました。そのような中でも外国人住民のメンバーを15人ずつ自治会の集いに招き、春祭りや秋祭りに招待していくうちに、地域の清掃活動や防災活動にも参加してくれるようになりました。外国人の自主防災組織も立ち上げました。

2025年11月には、同地区で30年ぶりとなる「防災運動会」が開催されました。当日はあいにくの雨模様にも関わらず、会場となった小学校の体育館には500名もの住民が集まりました。そのうち、約200名が外国人住民でした。館内には10か国の国旗が掲揚され、日本語・英語・ベトナム語の3言語でアナウンスがされました。国別対抗戦や多国籍チームによる競技などが多数行われ、会場は終始大変な熱気に包まれていました。

参加した外国人住民からは、「島に来て今日がいちばん楽しかった」、「また来年も参加したい」といった感想が聞かれました。また日本人住民も「いろんな国の人と交流できてよかった」、「今度町内で見かけたら声をかけてみたい」と言います。

自治会長は「この地域は、あの子らがいないと回らない」と言います。現在新しく取り組んでいるのが、農家の高齢化に伴い放置されていた菜園を外国人住民に活用してもらうなどの、

地域資源の有効利用です。ごみ捨ては継続的な問題であり、問題がないわけではありませんが、本人たちの所属企業に協力してもらう部分もあります。愛媛県の「外国人地域リーダー養成講座」に参加してもらいながら、地元への愛着を持つ外国人地域リーダーの育成に取り組んでいます。

case 10 三重県鈴鹿市  
**日本人も外国人も、誰もが安心して活躍できる多文化共生のまちづくりに向けて**

三重県鈴鹿市は、人口約19万人のうち約5%にあたる10,758人（2026年2月末時点）の外国人住民が暮らす、多文化共生が身近なまちです。製造業を中心に受入れが進み、現在ではブラジル、ペルー、ベトナムなど60を超える国・地域の人々が生活しています。近年は定住化が進み、子育てや地域活動など、日常の交流も広がりつつあります。一方で、地域参加や日本語学習、行政手続など、言葉や文化の違いによる課題も見られるようになりました。こうした背景から、鈴鹿市では、日本人も外国人も地域の一員として活躍できるよう、多文化共生の取り組みを進めています。

① 地域の理解促進と関係づくり

地域の理解を深めることを第一歩とし、地域や学校などでの出前講座を実施しています。講座では、国籍別人口や外国人人口の推移などのデータを示しながら、外国人が地域を支える重要な担い手であることを伝え、共に暮らす意義を共有しています。

② 多言語・やさしい日本語による窓口対応および情報発信

庁舎内にはポルトガル語・スペイン語通訳職員を配置し、通訳タブレットや三者電話通訳サービスを併用することで、多国籍化に柔軟に対応しています。これにより、「伝わらない」「わからない」といった不安を軽減し、外国人が一人で悩まない環境づくりを進めています。

また、情報発信では、Facebook「Amigo Suzuka」で生活情報をポルトガル語・スペイン語・やさしい日本語で提供するほか、Instagram「やさしいにほんご ずずか【公式】」では、やさ

しい日本語の使い方や日本文化などを発信し、日本人にも「伝える力」を考えるきっかけとしています。

③ 庁内連携による全庁的な推進体制

2024年3月に、多文化共生の方向性と施策を示す「鈴鹿市多文化共生推進計画」を策定しました。教育、子育て、福祉、防災、雇用など多分野にわたる31の施策を整理し、うち6項目を重点施策として位置づけています。重点施策には、「事業所における日本語教育の推進」や「多様な防災情報伝達手段の活用」など、喫緊の課題に対応する取り組みを掲げています。

④ 鈴鹿国際交流協会の取り組み

鈴鹿市と連携して多文化共生の推進に取り組む（公財）鈴鹿国際交流協会では、毎年、「国際交流フェスタわいわい春まつり」を開催しています。さまざまな異文化体験ができる本イベントは、当日の交流に留まらず、国が違うパフォーマー同士の横のつながりができ、コラボレーションして出演するようになったり、地域で行われる他の行事への出演につながったりと、交流の「きっかけづくり」の役割も担っています。また、会場には、各国の屋台が並び、多彩な料理を通して外国の文化に興味を持つきっかけにもなっています。実行委員には、外国ルーツの方も参加し、力を合わせてイベントを作り上げています。自らの文化を発信し、共に祭りを作り上げることで、地域に暮らす人々の新しいつながりが生まれています。

このように鈴鹿市では、多文化共生を全庁的かつ関係機関と連携して推進しています。外国人施策を個別の課題としてではなく、あらゆる分野に関わる横断的な施策として位置づけ、地域住民の声を丁寧に聞きながら、地域の実情に合った取り組みを一つひとつ積み重ねています。これからも、誰もが安心して活躍できる多文化共生のまちづくりに向け、着実に取り組みを進めていきます。

地域内での共生社会実現に向け、日本人住民と外国人住民とで協働して実施している鈴鹿国際交流フェスタわいわい春まつり



屋台での民芸品や食べ物の販売



ステージでのパフォーマンス



たくさんの方が参加