

# 技能実習SOS・緊急相談専用窓口



技能実習生の皆さん「殴られている」「強制的に帰国させられる」「事業主からセクハラを受けている」など、悩んだり、困っていませんか？

外国人技能実習機構（OTIT）では、そのような技能実習生の皆さんを母国語でサポートします。

悩みや困りごとを迅速に解決するために、ぜひお気軽に相談してください。

実習生の皆さんは各言語の**フリーダイヤル**へコール

アナウンスのあと**1**番をプッシュ！



電話以外の相談はこちらのサイトをご覧ください。

(<https://www.otit.go.jp/trainee/ja/consult/contact/>)

ベトナム語(Tiếng Việt)

0120-250-168

月～金 11:00～19:00  
土 9:00～17:00

中国語(中文)

0120-250-169

月・水・金 11:00～19:00

インドネシア語(Bahasa Indonesia)

0120-250-192

火・木 11:00～19:00  
土 9:00～17:00

フィリピン語(Wikang Pilipino)

0120-250-197

火・木 11:00～19:00  
土 9:00～17:00

英語(English)

0120-250-147

火・木 11:00～19:00  
土 9:00～17:00

タイ語(ภาษาไทย)

0120-250-198

木 11:00～19:00  
日 9:00～17:00

カンボジア語(ភាសាខ្មែរ)

0120-250-366

木 11:00～19:00

ミャンマー語(မြန်မာဘာသာ)

0120-250-302

火 11:00～19:00



メールでの  
相談は、  
QRコードから  
**24時間受付**

実習場所で法令違反が生じているなど、技能実習制度や技能実習生に関する通報・情報提供は、外国人技能実習機構の相談・情報提供窓口(<https://www.otit.go.jp/whistleblowing/>)からご連絡ください。