

チャイナタウン・インターナショナル ・ディストリクトの支援機関ガイド

このガイドは、チャイナタウン・インターナショナル・ディストリクト (CID) の生活困窮者（住居のない人、低い固定収入で生活している人など）にとって役立つ情報を提供します。掲載されている住所は、すべてシアトル市内のものです。このガイドをオンラインで閲覧するには、



<https://bit.ly/CID-resource-guide>にアクセスするか、スマートフォンのカメラを使ってこのQRコードをスキャンしてください。



City of Seattle

最終更新日：2025年12月

目次

必要な支援やサービス案内電話番号	4
 こちらは、地域の緊急を要しない治安に関する連絡先です。	7
 メンタルヘルス危機に関する電話相談窓口	13
 夜間シェルター（夜間一時避難所）	16
 デイセンター	21
 社会福祉団体	27
 食料支援と生活必需品の提供	35
 DV/サバイバー支援サービス	42
 健康管理と医療に関する情報提供	45
 お手洗いとシャワー	57
 ペットケア	61
 ストレージ	62
 交通支援	63
その他の地域別の支援機関	69

アイコンの説明 :



無料で通訳を利用可能 *



宗教理念に基づいて奉仕活動を行なっている組織



CID地区内の支援機関

* 無料通訳マークのある組織に連絡する際は、必要な言語を英語で伝えてください。

謝辞

このガイドは、チャイナタウン・インターナショナル・ディストリクトの皆様、地域に根差した各種団体、シアトル市の関与と支援により発行されました。本ガイドに含まれる情報の多くは、リアルチェンジ (Real Change) によるエメラルドシティ・リソースガイド (The Emerald City Resource Guide) にも掲載されています。

必要な支援やサービス案内電話番号

REACHアウトリーチ・ケアコーディネーター：

アシュリー・シェパード (Ashley Shepherd)



- 電話番号 : 206-715-3795
- Eメールアドレス : Ashleys@etsreach.org
- REACHは、住居のない方々と信頼関係を築き、必要な支援につなげる活動を行っています。
- アシュリーは生活保護の申請支援、身分証明書・携帯電話・社会保障カードの取得支援のほか、空きのあるシェルターを探す手伝いもします。



211番



- 電話番号 : 211
- 受付時間 : 午前8時～午後5時 (月～金)
- 211番では、キング郡の保健福祉サービス全般 (食料品の提供、住宅支援、光熱費を含む金銭的なニーズ対応、法的支援など) についてご案内しています。
- スペイン語の通訳が利用できます。スペイン語以外の通訳をご希望の方は、7を押

してください。入力後、「郵便番号を入力してください」という自動音声が流れるので、郵便番号を入力してください。オペレーターと直接お話しする場合は#を押してください。

- 20分以上お待ちいただくこともあります。毎月第1週は待ち時間が長くなることがあります。

シアトル市カスタマーサービス局 (City of Seattle Customer Service Bureau, CSB)



- 電話番号 : 206-684-2489
- 受付時間 : 午前8時～午後5時 (月～金)
- 落書きの消去や不法投棄の清掃サービスを依頼したり、感謝・苦情・コメントを送ったりするには、CSBにご連絡いただきか、Find It, Fix Itモバイルアプリをダウンロードしてください。

シアトル市裁判所 (Seattle Municipal Court) のコミュニティ・リソース・センター (Community Resource Center)



- 電話 : 206-684-9291
- 住所 : 600 5th Avenue, 2nd Floor, Room 235

- 受付時間：午前8時半～午後4時半（月・水）、午後12時～午後1時は窓口休止
- 予約なしの来所歓迎、一般の方もご利用いただけます
- コミュニティ・リソース・センターでは、以下の支援（物資の配布や各種案内）を提供しています。
 - 非常食と衣料品の提供
 - 住居・シェルターおよび就労先の紹介
 - 保健衛生面の支援
- 午前9時から午後12時（月・水）は公衆衛生局職員が常駐
 - 社会保健サービス局（Department of Social and Health Services, DSHS）による無料食料支援やその他の支援に関する情報提供
- DSHS職員の常駐時間：午前8時半～午後3時半（月～金）



こちらは、地域の緊急を要しない治安に関する連絡先です。

緊急事態や生命に危険がある場合は、911番にお電話ください。

CIDコミュニティ安全管理責任者：クリストファー・イップ (Christopher Yip)

- 電話番号：206-202-8048
- Eメールアドレス：
christopher@cidbia.org
- コミュニティ安全管理責任者は、地域住民や企業がシアトル市の各部署、地域に根差した各種団体、サービス機関とつながり、治安上の懸念に対処できるようサポートしています。また、クリストファーはアンバサダープログラムおよびCID環境設計による犯罪予防 (Crime Prevention Through Environmental Design, CPTED) 介入プロジェクトも管理しています。



チャイナタウン・インターナショナル・ディストリクト商業振興地区 (Chinatown International District Business Improvement Area, CIDBIA) アンバサダー



- 電話番号：206-202-7314（電話またはテキストメッセージ）
- 受付時間：午後2時～午後10時（毎日）
- アンバサダーに連絡するべき状況の例：
 - 状況に対して身の危険や不安を感じるとき
 - 誰かが（シェルター、食料、医療などの）助けを必要としているかもしれないとき
 - 状況への安全な対処方法がわからないとき
 - 対立を沈静化させる必要があるとき

ヘイト・バイアス事案の通報窓口 - 中国語情報サービスセンター (Chinese Information and Service Center)



- ヘイト・バイアス事案を匿名で通報するには、中国語情報サービスセンター (CISC) の以下の連絡先までご連絡ください。

- 中国語または英語 : 206-886-2667
- ロシア語または英語 : 425-326-9479
- ウクライナ語または英語 : 425-326-9479
- ベトナム語または英語 : 206-294-9053
- 韓国語または英語 : 425-381-2553
- サモア語または英語 : 206-653-1936
- フィジー語または英語 : 206-653-1936
- タガログ語または英語 : 206-722-9372
- またはEメール : antihb@cisc-seattle.org
- 受付時間 : 午前8時半～午後5時半（月～金）受付時間外は、メッセージをお残しください。折り返し電話がかかってきますが、1営業日ほどかかることがあります。
- 中国語情報サービスセンター（CISC）とヘイト・バイアス反対連合（Coalition Against Hate and Bias）は、緊急時対応をしておりません。危険にさらされている場合は、911番にお電話ください。

警察支援によるダイバージョン（更正支援プログラム）（Law Enforcement Assisted Diversion, LEAD）

- LEADは、行動医療の問題や長期間にわたる貧困が原因で違法行為や問題行動を起こしてしまった人々のために支援を提供しています。LEADは、長期にわたり集中的なケースマネジメントをすることで、利用者をサポートしています。現在LEADでは、受入れの余裕がある場合は、法執行機関からの紹介案件以外にも、地域からの紹介案件も直接受け付けています。
- このプログラムへの紹介についての詳細は、LEADReferrals@wearepda.orgまでメールでお問い合わせください。

シアトル警察署（SEATTLE POLICE DEPARTMENT）

）緊急を要しない相談の受付窓口

バイアスクライム担当コーディネーター

- 電話番号：206-684-5621
- メールアドレス：
SPD_Hatecrimes@seattle.gov
- バイアスクライムをシアトル警察署へ通報するには、911番までお電話ください。911

番に電話して報告書番号 (report number) を取得した後、

SPD_Hatecrimes@seattle.govにメールを送ることで、捜査状況を確認できます。

- バイアスクライム担当部署では、911番への通報時に想定される対応、警察が提供できる支援、身の安全の守り方、ヘイトクライムに関する情報についての説明を行っています。

CIDの治安に関する相談担当：モニカ・ライ
(Monica Ly)

- 電話番号 : 206-369-0489
- メールアドレス : monica.ly@seattle.gov
- モニカは、CIDの治安対策行動計画 (CID Public Safety Action Plan) の実施を支援し、シアトル警察と地域社会の間の意思疎通を円滑にしています。 言語別の安全訓練の予約、オンライン911通報のサポート、または一般的な安全の問題については、モニカにご連絡ください。



防犯担当コーディネーター：バーブ・ビオンド
(Barb Biondo)

- 電話番号：206-233-0015
- メールアドレス：
barbara.biondo@seattle.gov
- バーブは、地域の住民、企業・不動産所有者のために、無料で防犯対策サービスを提供しています。建物のセキュリティ評価（Building Security Assessments）、自分の身を守るための研修（Training on Personal Safety）、911番への通報の仕方、自警団（Neighborhood Watch）の結成方法などについては、バーブまでご相談ください。



メンタルヘルス危機に関する電話 相談窓口

988番自殺防止・緊急相談のためのライフライ ン (988 Suicide and Crisis Lifeline)



- 電話番号 : 988
- 受付時間 : 1日24時間
- メンタルヘルスに関する悩み、精神的な苦痛、アルコールや薬物使用の悩み、あるいは話し相手を必要としている方に、電話、テキストメッセージ、チャットでケアと支援を提供しています。
- チャットでのご相談はこちら :
988lifeline.org

クライシス・コネクションズ・ライン (Crisis Connections Line)



- 電話番号 : 866-427-4747
- 受付時間 : 1日24時間
- クライシス・コネクションズは、身体的・精神的・経済的な危機に瀕している人々を、支援サービスにつなぎます。

クライシス・テキスト・ライン (Crisis Text Line)



- 電話番号：741741番に「HOME」というキーワードをテキスト送信してください。
- クライシス・テキスト・ラインは、どのような危機に直面している人にも対応し、テキストを通じて24時間年中無休で無料サポートを提供します。
- 英語とスペイン語に対応しています。

ネバー・ユーズ・アローン 過剰摂取防止ライフライン (Never Use Alone – Overdose Prevention Lifeline)

- 電話番号：877-696-1996
- 受付時間：24時間対応
- ネバー・ユーズ・アローンは、薬物を一人で使用する人々のために、過剰摂取の予防や、早期発見、命を救うための危機対応および医療介入サービスを無料で提供する電話番号です。

トレバー・プロジェクト・ライフライン (Trevor Project Lifeline)

- 電話番号：1-866-488-7386
- 受付時間：1日24時間
- トレバー・プロジェクトは、LGBTQの若者が直面する課題を理解している訓練を受

けたカウンセラーと人々をつなぐ活動を行なっています。ご相談いただいた内容は、すべて秘密厳守いたします。ご自身の意思で話したい内容のみお話ししてください。



夜間シェルター (夜間一時避難所)

ブレッド・オブ・ライフ・ミッショ
ン・シェルター (Bread of Life
Mission Shelter)



- 住所 : 97 S Main St
- 電話番号 : 206-682-3579 (内線番号100)
- 受付時間 : ベッドのリクエストは午前9時～午後3時 (月～金) の間にお越しください
 - 男性用の夜間シェルターあり。インテーク (初回面談) 時に評価が行われます。身分証明書 (ID) は不要です。
 - シェルター入居者は、食事や郵便のサービスのほか、ロッカーも利用可能。

キング郡家族向け緊急シェルターコミュニティ・インテーク・ライン (King County Family Emergency Shelter Community Intake Line)



- 電話番号 : 206-245-1026
- 受付時間 : 午前8時半～午後11時半 (毎日)
- 様々な場所にシェルターあり
- この電話番号では、妊娠中の人口や18歳未満の子供を連れて野宿や車中泊をしている人のために、緊急シェルターへのインテーク (受入れ業務) を行なっています。
- インテーク・ラインの番号に電話すると、その日の連絡待ちリストにご自身の名前を載せることができ、折り返しキング郡シェルター (King County Shelter) から電話がかかるきます。身分証明書 (ID) やその他の書類の提示要件は、各シェルターによって異なります。
- リクエストした当日に必ず宿泊できるとは限りません。

オペレーション・ナイトウォッチ (Operation Nightwatch)



- 住所 : 302 14th Ave S
- 電話番号 :
 - シェルターの情報案内 : 206-329-2099
 - プログラムに関する一般情報案内 : 206-323-4359
- 受付時間 :
 - 夕食 : 午後8時～午後9時15分 (毎日)
 - シェルターの紹介 (空き状況による)
: 男性は毎日午後7時45分、女性は月～金の午後7時45分に直接お越しください
- オペレーションナイトウォッチでは、毎晩シェルターの紹介を行っていますが、紹介できる人数 (枠) には限りがあります。有効な身分証明書の提示は必要ありませんが、提示していただくとありがとうございます。
- また、毎晩最大150人分の食事を提供し、性別を問わず62歳以上の高齢者を対象に、恒久的な住居の提供も行っています。

- シェルターと食事サービスは無料です。高齢者向けの恒久的な住居は、低額の月額料金で提供されています。

シアトルのユニオン・ゴスペル・ミッショント (Seattle's Union Gospel Mission)



- インテーク専用の電話番号：206-501-4357にかけてから、1を押してください。
 - シェルターの紹介とスクリーニング（審査）については、この番号までお問い合わせください。シェルターはダウンタウンやキャピトル・ヒルを含む複数の地域にあります。
 - スペイン語をご希望の方は、2を押してください。
- 受付時間：午前8時～午後5時（月～金）
、祝日は休業

断酒・断薬治療センター (SOBERING CENTER)

キング郡ダイバージョンセンターのパイオニア ア・ヒューマン・サービス (Pioneer Human Services - King County Diversion Center)

- 住所 : 400 Yesler Way
- 電話番号 : 206-349-0165
- 受付時間 : 午後5時から午前7時まで（毎日）。本人による任意申込みと病院からの紹介は、午前1時半で受付終了。
- このセンターでは、長期的なホームレス状態にあり、酩酊状態にある人々のために、断酒・断薬の支援と安眠の場を提供しています。申請のための手続きはありません。サービスには、医療監視付きのダイバージョンセンター、寝る場所や食事の提供、薬物使用障害やメンタルヘルスの評価に関する紹介、施設外でのカウンセリングの紹介、集中的なケースマネジメント、住居の提供などが含まれます。



デイセンター

デイセンターでは、住むところがない人々が日中に休息できる場所を提供しています。受付時間やサービス内容（食事、シャワー、住居の紹介など）は、センターによって異なります。詳しくは、下記の電話番号までお問い合わせください。

コンパス・デイセンター (Compass Day Center)



- 住所 : 210 Alaskan Way (オレンジ色のアーチ型の入口が目印)
- 郵送先 : 77 S Washington St
- 電話番号 :
 - デイセンター (Day Center) : 206-474-1630
 - 衛生センター (Hygiene Center) : 206-474-1680
- 受付時間 :
 - デイセンターと郵便サービスの利用時間 : 午前9時～午後4時 (月～金)

- 衛生センター：午前8時半～午後4時
(月～金)、
午前8時～午後12時 (土)
- 祝日は休業
- このセンターでは、ホームレス状態や不安定な住環境に陥っている人々のために、郵便サービスやケースマネジメント、シェルターや住居の紹介、シャワーと洗濯、医療専門家へのアクセスを提供するほか、月曜から金曜までは無料の昼食と夕食 (土曜は昼食のみ) を提供しています。18歳以上の成人 (独身者) を対象としています。

ダウンタウン緊急サービスセンター (DESC) のルー・ミドルトン・ドロップイン・センタ (Lew Middleton Drop-In Center, 216 James Stのクリニック内)



- 住所：216 James St
- 受付時間：午前9時～午後2時
(月～金)
- このドロップイン・センターは、ダウンタウン緊急サービスセンター
(Downtown Emergency Service

Center, DESC) のメンタルヘルス・プログラムまたは薬物使用障害プログラムのいずれかに申込み済みの（あるいは申込みを希望する）ホームレス状態にある方のために、温かい食事や洗濯・シャワーのほか、各種衛生サービスを提供しています。

- DESCの「支援・権利擁護・成長・雇用（Support, Advocacy, Growth and Employment, SAGE）」メンタルヘルス・プログラムまたはオピオイド治療ネットワーク（Opioid Treatment Network）へは、こちらから申込むことができます。

インターナショナル・ディストリクト/チャイナタウン図書館 (International District/Chinatown Branch Library)

- 住所 : 713 8th Ave S
- 電話番号 : 206-386-1300
- 受付時間 : 午前10時～午後6時（土～木）、金曜は休館
- 設備 : 無料で利用できる公共用コンピューター、Wi-Fi、カラーコピー機、ス



キャナー、プリンター、個室型オール
ジェンダー・トイレ

サルベーション・アーミー・ジェファーソン・ディセンター (Salvation Army Jefferson Day Center)

- 住所 : 420 4th Ave
- 電話番号 : 206-338-5707
- 受付時間 : 午前7時～午後5時（祝日を含む毎日）
- サルベーション・アーミーの強化シェルター（enhanced shelter）への紹介をご希望の場合は、直接お越しください。先着順に紹介いたします。強化シェルター（enhanced shelter）では、ケースマネジメントや住居探しの相談対応のほか、食事サービス（ディセンターは食事提供なし）も提供しています。
- ディセンターの開館時間内であれば、シャワー、洗濯、シェルター案内などのサービスをご利用になれます。通訳は利用可能ですが、対面通訳のみになります。



悪天候時シェルター案内ホットライン (Severe Weather Shelter Navigation Hotline)



- 電話番号 : 206-245-1026
- 受付時間 : 午前8時～午後11時半 (悪天候/緊急気象警報発令時は毎日対応)

悪天候時の警報発令中は、どなたでもこのホットラインを利用して、シェルターの情報やシェルターへの行き方を確認できます。

YWCA アンジェリーンズ・デイセンター (YWCA - Angeline's Day Center)



- 住所 : 2030 3rd Ave
- 電話番号 : 206-436-8650 (フロントデスク)
- 受付時間 : 午前10時～午後4時 (月～金) 、土・日は休業
- アンジェリーンズ・デイセンターでは、シャワー、洗濯、昼食などのサービスを提供しています。予約なしの来所歓迎、先着順でご案内します。

- 直接来所して空きがあれば、一晩のシェルター（食事付き）を利用できる可能性があります。



社会福祉団体

これらの団体は、食事、行動医療とウェルネス、医療ケア、ケースマネジメント、住居支援、カウンセリングなど、多岐にわたるサービスを個々の文化に応じた形で提供しています。具体的なプログラムやサービスの内容については、各団体にお問い合わせください。特に記載がない限り、サービスは無料です。

アジアン・カウンセリング・アンド・リファーラル・サービス (Asian Counseling and Referral Service, ACRS)

- 住所 : 3639 Martin Luther King Jr Way S
- 電話番号 : 206-695-7600
- 受付時間 : 午前9時～午後4時（月～金）、完全予約制
- ACRSは、アジア系アメリカ人および太平洋諸島系住民のコミュニティ全体を対象に、職業訓練サービス、メンタルヘルス、青少年向けのサービスやプログラムを提供しています。



- アジアン・カウンセリング・アンド・リファーラル・サービスのフードバンク (Asian Counseling and Referral Service Food Bank)

- 住所 : 800 S Weller St
- 受付時間 : 午前10時～午後1時 (水・金)

チーフ・シアトル・クラブ (Chief Seattle Club)

- 住所 : 410 2nd Ave Extension S
- 電話番号 : 206-715-7536 (午後2時以降にお電話いただく場合は、留守番電話にメッセージをお残しください)
- 受付時間 :
 - 予約不要で受けられるサービス : 午前7時～午後2時 (毎日)
 - 朝食 : 午前8時～午前9時15分 (毎日)
 - 昼食 : 午後12時～午後12時45分 (毎日)
 - 衛生サービス : 午前7時～午後1時 (毎日)

- チーフ・シアトル・クラブは先住民が運営する機関で、アメリカ先住民とアラスカ先住民の人々を支援しています
 - 。

中国語情報サービスセンター (Chinese Information and Service Center, CISCC)

- 住所 : 611 S Lane St
- 電話番号 : 206-624-5633
- 受付時間 :
 - 事務室 : 午前8時半～午後5時（月～金）
 - 法律相談 : 午後5時半～午後7時半（火）、予約は425-289-8608までお電話ください。
- CISCでは、家族支援プログラム（Family Support Program）、移民に関する支援と教育、放課後の青少年支援プログラムなどを提供しています。



地域医療アクセスプログラム (Community Health Access Program, CHAP) — キング郡



- 住所：公衆衛生局—シアトル市およびキング郡 (Public Health – Seattle and King County)
401 5th Ave, Suite 1000
- 電話番号：1-800-756-5437
- 受付時間：午前8時～午後5時（月～金、午後1時～午後2時は窓口休止）、第1・第3土曜は午前10時～午後2時
- CHAPは電話による支援プログラムで、キング郡の住民を対象としています。CHAPでは、医療保険、割引運賃、食料給付などのプログラムへの加入をサポートします。

インタリム・コミュニティ・ディベロップメント・オーソリティの立ち退き防止策（

InterIm Community Development Authority Eviction Prevention)

- 電話番号：206-623-5132
- 受付時間：午前9時～午後5時（月・火・木・金、午後12時半～午後1時半は窓口休止）
- 住所：601 S King Street #305（完全予約制）
- 賃貸住宅にお住まいで現在立ち退きを迫られている方は、家賃補助の対象となるかどうかについて、お電話でお問い合わせください。

インターナショナル・ドロップイン・センター (International Drop-In Center, IDIC) フィリピーノ・シニア・アンド・ファミリー・サービス (Filipino Senior and Family Services)

- 住所：7301 Beacon Ave S
- 電話番号：206-587-3735
- 受付時間：



- 事務室：午前9時～午後5時
(月～金)
- フードバンク：午後12時45分～午後2時 (金)
- 温かい食事の提供：午前11時～午後1時 (水・金)
- IDICはフィリピン系の団体で、55歳以上の方や移民家庭のために、医療・社会福祉の分野でアドボカシー活動を行なっています。障害のある成人の方も支援しています。

シアトル・インディアン・センター (Seattle Indian Center)

- 住所：624 S Dearborn St
- 電話番号：206-329-8700
- 受付時間：
 - 受付時間：午前9時半～午後5時半
(月～金)
 - フードバンク：午後1時～午後3時
(火・木)
 - 温かい食事の提供は月曜から金曜まで。
■ 朝食：午前9時～午前10時



- 昼食：午後12時～午後1時15分
- このセンターはデイセンターや食事、その他の支援を提供しており、アメリカ先住民/アラスカ先住民や有色人種、支援を必要とするすべての人々を対象としています。

ソラナス・ケイシー・センター (Solanus Casey Center)



- 住所：804 9th Ave
- 電話番号：206-223-0907
- 受付時間：午後12時～午後3時
(月～木)
- ソラナス・ケイシー・センターでは、ワシントン州の身分証明書 (ID) 、出生証明書、処方箋が必要な眼鏡のバウチャー (購入券) などを取得するための支援を行っています。センター内では電話やコンピューターも利用できます。

セント・ヴィンセント・デ・ポール・ヘル ブライン

(St. Vincent de Paul Help line)



- 電話番号 : 206-767-6449
- 受付時間 : 午前8時～午後3時
(月～金)
- 個別相談、家賃支援、光熱費の支援、
ならびに追加支援先の紹介については
、こちらの電話番号までお電話ください。セント・ヴィンセント・デ・ポー
ルでは、ガソリンや衣類、食料、生活
必需品の無料バウチャーを定期的に配
布しています。まずお電話で、利用可
能なバウチャーや支援についてご確認
ください。
- 30分以上お待ちいただくこともあります。
- スペイン語の通訳が利用できます。



食料支援と生活必需品の提供

ベーシック・フード・イン・ワシントン (Basic Food in Washington)



- 電話 : 877-501-2233
- 住所 : 2106 2nd Ave
- 受付時間 : 午前8時～午後5時
(月～金)
- アメリカ農務省 (U. S. Department of Agriculture) の補助的栄養支援プログラム (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP) は、ワシントン州ではベーシック・フード (Basic Food) と呼ばれ、低所得者向けの援助として、毎月食料を購入するための給付金を支給しています。給付金の額は、世帯の人数と所得金額によって決まります。申請するには、受付時間内に上記に電話をかけるか、上記の住所まで直接お越しください。
- ベーシック・フード・アシスタンス (Basic Food Assistance) は、

<https://www.washingtonconnection.org>からいつでもオンライン申請できます。

公共の水飲み場の場所



- ヒン・ヘイ・パーク (Hing Hay Park)
Maynard Ave SとS King Stの交差点
- ドニー・チン・インターナショナル・チルドレンズ・パーク (Donnie Chin International Children's Park) 7th Ave SとS Lane Stの交差点

調理済み食品の配布

チュミン・エッグロール (ChuMinh Egg Rolls Weekly Meal) による ウィークリーミール (週1回の給食)



- 住所 : 720 8th Ave S インターナショナル・コミュニティ・ヘルス・サービス (ICHS) の中庭
- 配布時間 : 地域向けの無料給食 (毎週日曜)
午前11時～午後12時半
- メールアドレス :
theeggrollcrew@gmail.com



- 標準中国語、広東語、またはスペイン語の通訳者が現地にいる場合があります。

パイク・マーケット・シニアセンター (Pike Market Senior Center)



- 住所 : 85 Pike St #200
- 電話番号 : 206-728-2773
- 受付時間 : 午前8時～午後4時
(月～金)、午前8時～午後2時 (土・日)、毎月第1木曜は休業
- 朝食 : 午前8時20分～午前9時、昼食 : 午後12時～午後1時 (週末は午前11時半～午後12時半)
- 55歳以上の方を対象とした各種サービスとアクティビティを提供。
- 電話で問い合わせるか、直接お越しください。スペイン語とタガログ語でサービスを受けることもできます。

SODO地区のリカバリーカフェ (Recovery Café)

- 住所 : 4202 6th Ave S
- 電話番号 : 206-333-2314
- 受付時間 : 午前9時～午後3時
(月～金)
- リカバリーカフェの会員になると、食事やピアサポート、各種紹介を受けられるだけでなく、リカバリークラスも受講できます。直接お越しになり、新規会員登録を行ってください。誰でも入会できます。

セント・ジェームズ・カテドラル・キッチン (St. James Cathedral Kitchen)



- 住所 : 907 Columbia St
- 電話番号 : 206-264-2091
- 食事の配布時間 : 午後4時15分
(月～金)。食事の列は午後3時から始まります。

フードバンクと生活必需品の提供

フィリピーノ・コミュニティ・オブ・シアトル (Filipino Community of Seattle)



- 住所 : 5740 MLK Jr Way S
- 電話番号 : 206-430-7030
- 受付時間 :
 - フードバンク : 午後12時30分～午後1時 (月・火・木)
 - シニア向け昼食とフードバンク : 午前11時45分～午後12時30分 (月・火・木)
- 言語 : 英語、タガログ語

パイク・マーケット・フードバンク (Pike Market Food Bank)

- 住所 : 1531 Western Ave、立体駐車場の5階
- 電話番号 : 206-626-6462
- 予約なしで食料品を受け取れる時間帯 (Walk-In Grocery Hours) : 午後12時～午後3時 (火)、午後3時～午後7時 (水)、午後12時～午後3時 (木)。早めのご来場はご遠慮ください。

- パイク・マーケット・フードバンクは、シアトルのダウンタウンでホームレス状態にある人や、緊急に食料を必要としている人（郵便番号が98101、98104、98121の地域にお住まいの方）なら誰でも利用できます。身分証明書（ID）の提示は任意です。
- 利用時間中であれば、週1回、食料品を受け取ることができます。歩行や移動が困難で、列に並ぶことができない場合は、スタッフまたはボランティアにお知らせください。

ノースウェスト・ハーベストのSODOコミュニティマーケット（SODO Community Market - Northwest Harvest）

- 住所：1915 4th Ave S、4th Ave SとS Holgate Stの交差点付近
- 営業時間：午後1時半～午後7時半
(月)、午前8時～午後2時(水)、午前8時～午後2時(金)（時間は変更になる場合あり）
- SODOコミュニティマーケットは、新鮮な野菜や果物、定番の食材や様々な食

品を、困っている人々に無料で提供する食料品店です。このマーケットの利用には、身分証明書（ID）、収入証明書、居住地情報の提示は必要ありません。

セント・フランシス・ハウス (St. Francis House)



- 住所：169 12th Ave
- 電話番号：206-268-0784
- 受付時間：午前10時～午後2時
(月～金)、お買い物は午後1時半まで
にお越しください
- セント・フランシス・ハウスでは、洗面用具、軽食、下着、帽子、手袋などが入ったケアパッケージを配布しています。また、男性用・女性用・子供用の衣料品や（家具以外の）生活用品も配布しており、利用者は30日に一度、好きなものを受け取ることができます。ホスピタリティルームではコーヒー やサンドイッチを提供しています。何らかのID（身分証明書）が必要です。



DV/サバイバー支援サービス

APIチャヤ (API Chaya)



- ヘルpline : 1-877-922-4292 または 206-325-0325
- 受付時間 : 午前10時～午後4時 (月～金)
- APIチャヤは性的虐待、暴行、人身売買のサバイバーにサービスを提供しています。個人の文化的な背景 (アジア系や太平洋諸島系も含む) に応じた対応をしています。

ハーバービュー・アビューズ・アンド・トラウマ・センター (Harborview Abuse and Trauma Center)



- 住所 : 401 Broadway, Suite 2075
- 電話番号 : 206-744-1600
- 受付時間 : 午前8時半～午後5時 (月～金)
- このセンターでは、公認臨床ソーシャルワーカー (Licensed Clinical Social Worker) による子どもと成人向け (キング郡の住民対象) のトラウマカウンセリングを提供しています。また、性的暴行の検査も行っています。これらのサービスは保険

会社に請求され、費用が発生しない場合もあります。

- また、危機対応、医療および法的支援、情報提供、紹介なども行なっています。上記のサービスは無料です。
- 対面、テレヘルス（遠隔診療）、電話でサービスを受けることができます。時間外にお電話いただいた場合、今後の対応に役立つ情報が提供されます。

キング郡性的暴行に関する情報提供センター (King County Sexual Assault Resource Center)



- 電話番号：888-998-6423
- 受付時間：1日24時間
- この情報提供センターは、性的暴行の経験者、その家族や友人、または近隣での性的暴行や児童虐待、安全性などについて懸念している人のために、危機介入、情報の提供や支援先の紹介、サポートなどを行なっています。
- スペイン語で無料相談を受けたい方は、425-282-0324（月～金の午前8時～午後5時

）にお電話ください。相談内容の秘密は守られます。

ニュー・ビギニングス (New Beginnings)



- 電話番号：206-737-0242
- 受付時間：1日24時間
- ニュー・ビギニングスが提供する情報やサービスには、電話ヘルpline、法的支援、カウンセリング、支援グループ、安全対策などがあります。電話ヘルplineは、虐待を経験している人だけでなく、知人が虐待を受けているかもしれないと心配している人も利用できます。



キャロライン・ダウンズ・ファミリー・メディカル・センター (Carolyn Downs Family Medical Center)



- 住所 : 2101 E Yesler Way
- 電話番号 : 206-299-1900
- 受付時間 :
 - プライマリーケア・クリニック : 午前8時～午後5時（月・木・金）、午前8時～午後8時30分（火・水）
 - 緊急診療/時間外診療 : 午後6時～午後9時（月～金）、午前11時～午後5時（土・日）予約なしの来院歓迎。
- こちらのコミュニティヘルスセンターでは、プライマリーケアを受けることができ、薬局も敷地内にあります。メディケアとアップルヘルス（メディケイド）保険のほか、無保険の患者さんも受け付けています。料金については、所得に応じて設定するスライディングスケール料金を導入しています。

エントレ・エルマノス (Entre Hermanos)



- 住所 : 1621 S Jackson, Ste. 202
- 電話番号 : 206-322-7700
- 受付時間 : HIVおよび性感染症 (STI) の無料検査 : 午前10時頃～午後5時 (月～金)
、祝日・週末は休業
- エントレ・エルマノスは、ラテン系LGBTQ
コミュニティの健康と幸福を、文化に配慮
した環境でサポートしています。

インターナショナル・コミュニティ・ヘルス・ サービス (International Community Health Services, ICHS)



- 住所 : 720 8th Ave S
- 電話番号と受付時間 :
 - 歯科 : 206-788-3700、午前8時～午後6時
(月～土)
 - メディカルクリニック : 206-788-3700、
午前8時～午後5時 (月～土)
 - 眼科 : 206-788-3505、午前9時～午後5時
(月・火・木)、午前9時～午後1時
(水)

- 薬局：206-788-3770、午前8時～午後5時
(月～金)、午前9時～午後5時(土)
(午後1時～午後2時は昼休み)
- 鍼治療：206-788-3700、午前9時～午後5時(月～木)
- 初診の方歓迎。ICH斯では、異なる文化や言語に配慮し、70以上の言語で医療サービスを提供しています。電話で予約してください(当日予約可)。
- ICH斯ではアップルヘルス(メディケイド)とメディケアを受け付けており、無保険の方には、世帯所得に基づくスライディングスケール料金を適用しています。保険請求の処理には、写真付きID(身分証明書)と保険証明書が必要です。

パシフィックタワー (Pacific Tower) のネイバーケア・ヘルス (Neighborhood Health)



- 住所：1200 12th Ave S, 4th floor
(Suite 401)
- 電話番号：206-548-5850
- 受付時間：午前7時～午後6時(月～金)、
祝日は休業

- ・ パシフィックタワーのネイバーケアでは、あらゆる年齢層の患者に、総合的な一般歯科治療と緊急歯科治療を提供しています。
- ・ アップルヘルス（メディケイド）とメディケアのほか、ほとんどの民間保険を受け付けています。保険やその他の支援プログラムへの加入手続きもサポートしています。料金については、世帯人数と所得に応じて設定するスライディングスケール料金を導入しています。

パイク・プレイス・マーケット (Pike Place Market) のネイバーケア・ヘルス (Neighborcare Health)



- ・ 住所 : 1930 Post Alley
- ・ 電話番号 : 206-728-4143
- ・ 受付時間 : 午前8時～午後5時（月～金）
(毎月第1水曜は午前9時半～午後5時)
- ・ パイク・プレイス・マーケットのネイバーケアでは、成人向けのプライマリー医療ケア、行動医療サービス、薬物使用障害のためのサービスを提供しており、薬局も併設しています。

- ・ アップルヘルス（メディケイド）とメディケアのほか、ほとんどの民間保険を受け付けています。保険やその他の支援プログラムへの加入手続きもサポートしてくれます。料金については、世帯人数と所得に応じて設定するスライディングスケール料金を導入しています。

公衆衛生局—シアトル市&キング郡—ダウントン公衆衛生



センター (Downtown Public Health Center)

- ・ 住所 : 2124 4th Ave
- ・ 電話番号 : 206-477-8300
- ・ 電話受付の時間 : 午前8時～午後5時（月～金）まずはお電話にて対面サービスの時間帯をご確認ください。
- ・ このセンターでは、成人向け医療、緊急歯科治療、サブキソン/ブプレノルフィン・クリニック、妊産婦支援サービス、薬局などのサービスを提供しています。

公衆衛生局—シアトル市&キング郡ストリート ・メディシン・プログラム (Street Medicine Program)



- 電話番号 : 206-840-8737
- Eメールアドレス :
streetmedicine@kingcounty.gov
- このプログラムでは、住居のない方々への直接的な医療支援と、郡内各地のホームレス支援施設における移動クリニックを提供しています。
- サービスは無料で、保険は必要ありません。
- 最新のスケジュールや紹介方法については、kingcounty.gov/streetmedをご確認ください。

パイオニア・スクエア・メディカル・クリニック (Pioneer Square Medical Clinic)



- 住所 : 206 3rd Ave S
- 電話番号 : 206-744-1500
- 受付時間 : 午前8時15分～午後4時（火・木・金）、午前9時～午後4時（水）
- パイオニア・スクエア・メディカル・クリニックでは、足専門の診療/フットケア、

社会福祉サービス、栄養士によるアドバイス、健康に関する情報提供などを行なっています。同じ敷地内には、処方箋を調剤する薬局もあります。このクリニックがサービスを提供しているのは、低所得者やホームレス状態にある人、医療保険に加入していない人で、18歳以上の成人を対象にしています。ホームレス状態にある方は、無料でサービスを受けられます。

- 通訳のご依頼は予約の際にお申し出ください。

シアトル・インディアン・ヘルス・ボード (Seattle Indian Health Board, SIHB)



- 住所：
 - インターナショナル・ディストリクト
・クリニック (International District Clinic) : 611 12th Ave S
 - パイオニア・スクエア・クリニック
(Pioneer Square Clinic) : 410 2nd Ave Ext S
- 電話番号 : 206-324-9360



- ・ 診察時間：午前8時～午後5時（月・水・木・金）、午前9時～午後5時（火）
- ・ SIHBは先住民の方々のケアを専門とし、地域医療センターとして患者さんに医療・福祉サービスを提供しています。医療や歯科治療のサービス、メンタルヘルスのサービス、薬物使用障害向けのサービスのほか、先住民の伝統医療、ネイティブ・エルダーズ・プログラム（先住民シニア向けのプログラム）なども提供し、外来診察も行なっています。母子保健サービス、女性・乳幼児・子供向けの栄養プログラム（Women, Infants, and Children Nutrition, WIC）なども提供しています。所得によっては診察料の割引を受けることもできます。

シアトル/キングカウンティ・クリニック (Seattle/King County Clinic)



- ・ 2026年の開催日：4月23日～26日
- ・ 住所：シアトルセンター（Seattle Center）内のフィッシャー・パビリオン（Fisher Pavilion）、Lenny Wilkens WayとSue Bird Court Nの交差点

- ・ シアトル/キングカウンティ・クリニックは、毎年4日間、シアトルセンターで開催される無料の医療クリニックです。医療サービスを受けることが困難な方、医療費の支払いが困難な方など、どなたでも歓迎しています。
- ・ 入場券は数に限りがあり、先着順に配布しています。
- ・ 入場券の配布は午前5時半から始まります。
- ・ 歯科、眼科、医療に関するサービスを含め、すべて無料で受けられます。身分証明書 (ID) やその他の書類の提示は必要ありません。
- ・ 詳しくは、206-684-7200までお電話いただき、seattlecenter.org/patientsをご覧ください。

薬物使用・依存症の支援機関

ハーバービュー・メディカルセンターのメンタルヘルスおよびアディクション・サービス (Mental Health and Addiction Services)



- ・ 住所 : 401 Broadway, 1st Floor
- ・ 電話番号 : 206-744-9600

- 受付時間：午前8時～午後5時（月～金）
- メンタルヘルス＆アディクション・サービスでは、危機介入、精神鑑定、心理療法、グループ治療、ケースマネジメント、老年精神医学などのサービスを提供しています。薬物依存症と精神障害を併発している人や、複数の病気を抱える患者さんに対する治療も行なっています。

肝炎教育プロジェクト (Hepatitis Education Project)



- 住所：1621 S Jackson St, #201
- 電話番号：206-732-0311
- 受付時間：
 - B型肝炎・C型肝炎の検査：午後12時半～午後4時半（月～木）
 - ブプレノルフィン/サブキソンクリニック：午後12時半～午後4時半（月～木）、初診受付は午後3時半まで
 - 注射器サービスプログラム：午後12時半～午後5時半（月～木）
 - 肝炎教育プロジェクトは、すべての方に無料の注射器サービス、清潔な注射用具、過剰摂取予防訓練、および危害

削減サービスを提供しています。直接お越しください。事前にお電話の上、サービス提供者が対応可能かどうかをご確認ください。

公衆衛生局のキング郡シアトル市注射針交換所 (Public Health - Seattle & King County Needle Exchange)



- 住所 : 2124 4th Ave
- 電話番号 : 206-263-2000
- 受付時間 :
 - 午前9時～午後5時 (月・水・木・金)
、午後1時～午後5時 (火)
 - ダウンタウン・ニードルエクスチェンジ (注射針交換) メディカルクリニック (Downtown Needle Exchange Medical Clinic) : 予約なしの来院歓迎！午後1時～午後4時半 (月) 、午前9時～午後4時半 (水・金)
- 提供サービス :
 - HIV・性感染症 (STI) ・肝炎の検査
 - C型肝炎の治療
 - 膿瘍治療と傷の手当て
 - 抗生物質の投与

- 風邪や上気道感染症の治療
- プライマリーケアへ患者さんをつなぐこと
- 情報提供と紹介（例：薬物を体から完全に抜く「デトックス」など）
- ナルカン（Narcan、オピオイド系薬物の過剰摂取に対する解毒薬）を常備

シアトル市公益事業の鋭利物回収プログラム (Seattle Public Utilities Sharps Collection Program)



- チャイナタウン・インターナショナル・ディストリクト (CID)
回収ボックスの住所：
S King Stと10th Ave Sの交差点
- 受付時間：屋外に設置、24時間利用可能
- シアトル市公益事業の鋭利物回収プログラムは、「シャープス（鋭利物）」（注射器、針、ランセット）を安全に廃棄するためのプログラムです。



お手洗いとシャワー

キングストリート駅構内ARTSのお手洗い



- 住所 : 303 S Jackson St
- 利用可能時間 : 午前11時～午後5時（水～土）、第1木曜日は午後8時まで
- キングストリート駅構内のARTSには、ADA 対応のオールジェンダー・トイレがあります。
- 階段またはエレベーターをご利用いただき、3階のギャラリースペースへお進みください。お手洗いはリビングルームを通り抜けた右手にあります。

シアトル市シャワーホットライン (City of Seattle Shower Hotline)

- 電話番号 : 206-386-1030 こちらの電話番号にご連絡のうえ説明を受けた後、場所は週ごとに変更される場合があるため、最新情報をご確認ください。
- **現在の設置場所と利用時間 :**
 - 設置場所1 : Roy St - 午前9時～午後4時半（週7日）、157 Roy St

- **設置場所2** : Rainier Warehouse - 午前9時～午後4時半（週7日）、2901 27th Ave S、マウント・ベイカー・ライトレール駅のすぐ裏手
- 予約は午前9時から受け付けていますので、その時間に設置場所にお越しください。予約は先着順で受け付けます。身分証明書（ID）は不要です。
- 無料のシャワーは1回最大30分です。清潔なタオル、石けん、シャンプー、コンディショナーを用意しています。所持品を置くスペースはありますが、安全は保証されません。トレーラー内にはペット（動物）を入れることはできません。各トレーラーにはシャワー、トイレ、洗面台が備わっており、一度に1人ずつ利用できます。利用のたびに十分な消毒を行っています。
- **ご注意** : 悪天候時は、利用時間や運営内容が変更になることがあります。

ロー・インカム・ハウジング・インスティテュート (Low Income Housing Institute, LIHI) アーバン・レスト・ストップ、ダウントン (Urban Rest Stop, Downtown)

- 住所 : 1924 9th Ave
- 電話番号 : 206-332-0110
- 受付時間 : 午前6時半～午後5時 (月～金) 、最終受付は午後4時。午前8時半～午後5時 (土・日) 、最終受付は午後2時半 (午後12時～午後1時は窓口休止)
- アーバン・レスト・ストップでは、すべてのジェンダーの成人および若者を対象に、無料で利用できるお手洗い、洗面用具を備えたシャワー、洗濯設備を提供しています。シャワーは車いすでもご利用になれます。酒酔い中・薬物使用中の利用は禁じられています。

シアトル市公益事業RV汚水ポンプアウトプログラム (Seattle Public Utilities RV Wastewater Pump-out Program)

- 電話番号 : 206-641-6991
- このポンプアウトプログラムは、キャンピングカー (RV) のトイレから排出され



る汚水やその他の生活排水を収集するサービスです。登録すると、ご自身のRVまで収集車が定期的に回収に来ます。電話でご予約ください。

ユニオン駅のお手洗い

- 住所 : 401 S Jackson St
- 受付時間 : 午前8時～午後5時 (月～金)
- ジョニ・アール・グレート・ホールのお手洗いは誰でも利用できます。





ペットケア

シアトル・アニマルシェルターの避妊・去勢手術クリニック (Seattle Animal Shelter Spay and Neuter Clinic)



- 住所 : 2061 15th Ave W
- 電話番号 : 206-386-4260
- 受付時間 : 午前9時～午後5時半 (月～金)
- シアトル・アニマルシェルターの避妊・去勢手術クリニックでは、避妊・去勢手術を必要とする犬や猫に対して、低料金で手術を行なっています。
- ペット飼育頭数管理基金 (Pet Population Control Fund) の補助金を受けることができます。
- 予約については、上記の電話番号にお電話 いただか、
spayneuterclinic@seattle.govまでメール でお問い合わせください。
- 無料で予防接種が受けられる期間限定接種 所が設置される際は、ウェブサイト

<https://www.seattle.gov/animal-shelter>
で事前告知されます。



ストレージ

SHARE/WHEELの収納ロッカー (SHARE/WHEEL, Storage Lockers)

- 住所 : 711 Cherry St
- 電話番号 : 206-448-7889
- 受付時間 : 午前7時～午前9時 (火・木)
、午前8時～午前10時 (土・日)
- SHARE/WHEELは、ホームレスの方で労働を
提供できる方に対して、大きなダッフル
バッグが入るサイズの日帰りおよび長期
収納ロッカーを提供しています。
- 利用に当たっては、2時間の労働シフトを
1回こなし、毎月1回、日曜日の集まりに
参加することが条件となります。
- 開所時間内に直接お越しの上、お申し込
みください。料金は無料です。ID (身分
証明書) が必要です。



交通支援

ホープリンク (Hope Link) による通院の送迎



- 予約受付の電話番号：800-923-7433、
TDD/TTY専用番号：800-246-1646
- 受付時間：午前8時～午後5時（月～金）
- ホープリンクは、メディケイドが支給するサービスを受ける場所への移動について、状況に応じてバス代の支給、ガソリン代の払い戻し、または送迎車両の手配を行います。
- 配車の予約をするには、診察時刻の48時間前に上記の番号にお電話ください。お電話の前に、あらかじめお手元にプロバイダーワン（メディケイド）の番号、医療提供者の名前、医療機関の名称・住所・電話番号、診察の予約日時、受診の理由などの情報をご用意ください。
- 15分以上お待ちいただくこともあります。

サウンド・ジェネレーションズのハイドシャトル (Hyde Shuttle - Sound Generations)



- 電話番号：206-727-6262
- 予約受付の時間帯：午前8時～午後4時半（月～金） 送迎時間：午前8時～午後4時（月～金）
- ハイドシャトルは、55歳以上の方または障害をお持ちの55歳未満の方のために、乗降用リフト完備の車で無料のドア・トゥー・ドア送迎サービスを提供しています。送迎の予約は、少なくとも3日前までにお願いいたします。居住地の住所（シェルター、教会なども含む）が必要です。
- お電話の際、1のボタンを2回押すと、通訳を依頼するための担当者につながります。

キング郡の緊急サービス・パトロール (King County Emergency Service Patrol)

- 電話番号：911番にかけて「デトックス・バン (Detox Van)」を依頼する
- 受付時間：1日24時間

- 緊急サービス・パトロール (ESP) は、酩酊 (めいてい) 状態の人で断酒・断薬治療を受けたい人、支援が受けられる住宅への送迎を希望する人、緊急時以外の病院施設および危機管理センターへの送迎を希望する人のために、送迎サービスを提供しています。ESPは、シアトルのダウンタウン地域で活動しています。
- この送迎サービスは、アルコールや薬物の影響を受けている人々を対象としています。ESPのスタッフが個別にスクリーニング (適格審査) を行ない、移動支援が必要か否かを判断します。

キング郡メトロ・トランジット (King County Metro Transit) の割引運賃



- 電話番号 : 206-477-4200
- 受付時間 : 午前8時半～午後4時 (月～金)
- 住所 : 201 S Jackson St 受付時間 : 午前8時半～午後4時半 (月～金) 、午後1時～2時は窓口休止
- 地域割引運賃許可証 (Regional Reduced Fare Permit, RRFP) は、対象となる高齢

者（65歳以上）、障害者、メディケアカード所持者に公共交通機関の割引運賃を許可するものです。

- キング郡の住民で、6つの州給付プログラムのうちいずれかを受給している方は、地域の交通機関を無料で利用できる補助年間パスを受ける資格があります。
- ORCAリフト（ORCA LIFT）は、成人の低所得者が交通機関を割引料金で利用できるよう支援します。市民権がなくても申請できます。公共交通機関の利用料金が50%以上節約できます。申請は直接窓口にお越しいただくか、オンラインで行なってください。申請ができる場所や必要書類などの詳細については、電話でお問い合わせください。

ソリッド・グラウンド (Solid Ground) の交通サービス：

- 電話番号：
 - 循環バスの運行スケジュール案内：
206-753-4801
 - メトロ・アクセスの利用資格案内：
206-263-3113

- メトロ・アクセスの予約案内： 206-205-5000
- ダウンタウンの循環ルート：ダウンタウン各所の医療サービス機関や福祉サービス機関に停車する無料シャトルバスで、固定ルートを循環します。無料で利用できるADA対応のシャトルです。月曜日から金曜日の午前7時から午後4時まで、30分かけて固定ルートを循環運行します。循環バスの停留所標識は緑色です。ダウンタウンで緑色の標識をお探しください！
 - 第1停留所：9th Ave とAlderの交差点
 - 第2停留所：4th Ave とYeslerの交差点
 - 第3停留所：1st Ave とMarionの交差点
 - 第4停留所：1st Ave とPineの交差点
 - 第5停留所：1st Ave とBellの交差点
 - 第6停留所：9th Ave とVirginiaの交差点
 - 第7停留所：BorenとSenecaの交差点



- ソリッド・グラウンドのアクセス（ACCESS）では、通常のバスを利用できない方のために、週7日、24時間対応の送迎サービスを提供しています。

その他の地域別の支援機関

インターナショナル・ディストリクト / チ ヤイナタウン・コミュニティセンター (International District / Chinatown Community Center)



- 住所 : 719 8th Ave S
- 電話番号 : 206-233-0042
- 受付時間 :
 - 午前11時～午後9時（月・水・金）、
午前9時半～午後6時（火・木）、午前
9時～午後5時（土）、日曜休業
 - 7月～8月 : 午前11時～午後9時（月・
水・金）、午前10時半～午後7時（火
・木）、午前9時～午後5時（土）、日
曜休業
- 施設内容 : 青少年、成人、50歳以上の方
を対象とした健康・ウェルビーイングの
ための無料レクリエーションプログラム
、無料のフィットネスルーム、無料の特
別プログラムやイベント、冷房完備

リアルチェンジ (Real Change)

- 住所 : 96 S Main Street
- 電話番号 : 206-441-3247
- 午前8時半～午後2時（月・火・木）、午前8時半～午後4時（水・金）
- リアルチェンジはすべての人に働く機会を提供しています。週刊新聞を販売することで、すぐに収入を得られます。身分証明書（ID）は不要です。

メモ :

メモ：

メモ :

掲載内容の修正などのご提案や、紙媒体のガイドのご請求は、don_cec@seattle.govまたは206-437-3735までご連絡ください。