

ココフォーレ・ニュース

No.10

2026年(令和8年)
夏号

「ココフォーレ」は、高知県外国人生活相談センターの愛称です。

強い日差しに本格的な夏を感じる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。「ココフォーレ・ニュース」では、高知県に住む外国人や外国人と関わりのある方々をはじめ、多文化共生に関心のある多くの方にココフォーレの取り組みや外国人に役立つ情報を紹介します。

トピックス

外国免許切替について(2026年版)

外国免許切替が2025年10月から厳格化し、提出書類や試験の内容が変更されました。

変更された内容を反映させた外国免許切替の手続きについてご紹介します。

高知県に住んでいる方は、いの町の運転免許センターで手続きを行います。

まず、確認審査を行います(書類の提出と面接)。後日、適性試験(視力検査など)と知識確認を受けて合格したら、技能確認を受けます*。技能確認に合格したら日本の運転免許証を取得することができます。

* 知識確認・技能確認は免除される国があります(2026年6月時点 29か国)。これらの国の免許を持っている方は、確認審査を通過し、適性試験を受けた後に日本の運転免許証を受け取ります。

アイスランド、アイルランド、アメリカ合衆国(オハイオ州、オレゴン州、コロラド州、バージニア州、ハワイ州、メリーランド州及びワシントン州に限る)、イギリス、イタリア、オーストラリア、オーストリア、オランダ、カナダ、韓国、ギリシャ、スイス、スウェーデン、スペイン、スロベニア、チェコ、デンマーク、ドイツ、ニュージーランド、ノルウェー、ハンガリー、フィンランド、フランス、ベルギー、ポーランド、ポルトガル、モナコ、ルクセンブルク、台湾

* 技能確認のみが免除される国 アメリカ合衆国(インディアナ州)

あわぐん ちゅうえだがわ ばんち
吾川郡いの町枝川200番地
運転免許センター
試験係 電話 (088) 893-1221
(ガイダンス1番)
平日 8:30~17:00



① 確認審査(提出書類と面接)

免許センター試験係へ電話(088-893-1221)をして、面接の予約をしてください。面接日に必要書類を持参してきます。審査は、1週間から1か月程度かかります。



② 適性試験・知識確認・技能確認

①の確認審査を通過した方は、再度、知識確認の予約を入れ、運転免許センターにて適性試験・知識確認を受けます。知識確認に合格すると、技能確認の予約ができます。

1. 適性試験・知識確認を受けます



ごうかく合格

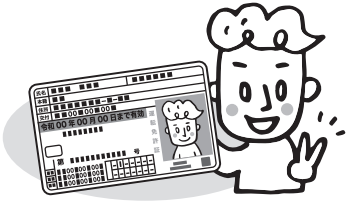
2. 技能確認を受けます



* 知識確認を合格してから6か月を過ぎると、再度知識確認を受ける必要があります

ごうかく合格

③ 免許証を受け取ります



知識確認の時に持参するもの

- 眼鏡やコンタクトレンズ(普段使用している方)
- 写真1枚 [6ヶ月以内に撮影したもの、無背景、縦3cm×横2.4cm、右の顔本のように、顔が写真の半分ほど写るように撮影してください] 適切な写真がない場合は撮り直す必要があります。
- 指定された書類
- 確認手数料(普通免許:2,500円、普通二輪:2,800円、原付免許:1,600円)
- 免許証交付手数料(2,350円) ※免許証のみの場合

※ マイナ免許証をご希望の方は事前に係にお知らせください。

(マイナ免許証とは：免許情報が記録されたマイナンバーカード)



・みほん

Q&A

Q1 知識確認とは何ですか？

A 日本の交通法令などについて50問出題します。45問以上正解で合格です。制限時間は30分です。

Q2 知識確認は外国語で受けることができますか？

A 日本語(ふりがな付き)のほか、英語、韓国語、中国語、スペイン語、ベトナム語、ポルトガル語、ペルシャ語、ロシア語、タイ語、タガログ語、インドネシア語、クメール語、ネパール語、ミャンマー語、モンゴル語、ウクライナ語、シンハラ語、ウルドゥー語、アラビア語、ヒンディー語で受けられます。

Q3 通訳は同行できますか？

A 面接と適性試験には同行できますが、知識確認・技能確認の実施中は同行できません。



外国免許切替をするための準備



◆知識確認への備え

- 知識確認の問題集を図書館で借りたり、書店で購入することが出来ます。(外国語のテキストもあります)
- 練習アプリを繰り返し：外免許切替向けの学科対策アプリで模擬テストを受ける。

知識確認・技能確認の免除対象国以外の運転免許を取得されている方は知識確認のための文章問題を中心とした50問の内、45問正解しないと技能確認を受けられません。技能確認も同様に確認項目の増加、採点の厳格化が行われました。これらのテストの対策として出来る事を紹介します。

◆技能確認への備え

- 国際免許証や翻訳済みの免許証で日本国内で運転している方は自動車学校でペーパードライバー講習を受ける事が出来ます。
- 自国と日本の運転マナーの違いを事前に調べておく。
- 横断歩道内での安全行動、踏切内の安全確認等の新審査項目の確認。

ココフォーレからのお知らせ



出張懇談会のご案内

ココフォーレでは、外国人を雇用する事業所へ赴き、出張懇談会を実施しています。出張懇談会では、外国人従業員に対して、高知県の紹介(15分)や高知県における外国人についての説明(15分)のあと、通訳を交えての懇談会を行っています。日本の生活において不安に思っていることや疑問に感じていることなどを気軽に相談することができます。詳しくは右QRコード参照、またはココフォーレまでご連絡ください。



キャリアフェアが開催されます

高知県では、仕事を探している外国人を対象にしたキャリアフェアが10月23日(金)に開催されます。外国人雇用に関心のある県内の企業と直接話ができます。詳しい内容が決まり次第、ココフォーレのHP・SNS、右のQRコードから高知県商工政策課のHPでお知らせします。



外国人のための無料法律相談会

令和8年度のココフォーレが主催する「外国人のための無料法律相談会」は1年を通して6回に分けて開催されます。今年度の日程は下記専門家相談会等をご参照ください。外国人や外国人と関わりのある日本人の相談者が、無料で高知弁護士会の弁護士に相談できる機会です。相談者の抱える悩みや困りごとに弁護士が親身に話を聞き、法律的な観点から的確な対処の方法などを説明してくれます。(刑事事件に関する相談は対象外)

ココフォーレサポーター募集中

ココフォーレでは、外国人支援に協力してくれるボランティアを募集しています。活動は、主に、役場などの関係機関での手続きの補助や通訳です。外国語ができなくても登録できますので、ご興味のある方はご連絡ください。※令和8年6月現在登録者数：141名

ココフォーレの専門家相談会等		※詳細は、ココフォーレのHP・SNSでお知らせします。	
日 時	相談会名	場 所	内 容
2026年7月25日(土)	高知市出張相談会&国際交流0円バザー	のいちふれあいセンター 第1、第2ふれあい室 (住所：高知市野市町西野534-1)	出入国在留管理局の職員が対応します。
2026年12月18日(金)	高知市出張相談会	宿毛市役所 (住所：高知県宿毛市希望ヶ丘1番地)	在留資格について詳しい説明を聞くことができます。在留資格以外の生活全般に関する相談も
2027年2月7日(日)	土佐市出張相談会&土佐市わくせいのコラボイベント	土佐市複合文化施設つなで (住所：高知県土佐市高岡町乙3451-1)	ココフォーレ相談員が対応します。
2026年5月19日(火)【終了しました】、 7月22日(水)、9月16日(水)、 11月18日(水) 2027年1月20日(水)、2月17日(水) ・それぞれ午後1:30から	外国人のための 無料法律相談会	ココフォーレ (住所：高知市本町4丁目1番37号 1F)	弁護士が対応します。資力要件に関わらず無料で相談ができます(法人は対象外) ※詳細と予約はQRコードから ご覧になれます
2026年8月30日(日)	外国人のための 教育ガイダンス	高知県国際交流協会 (住所：高知市本町4丁目1番37号 2F)	ココフォーレ主催で外国にルーツのある家族向けに日本の教育制度についてのガイダンスを行います。

■ホームページ



日本語、英語、中国語、
韓国語、インドネシア語、
ベトナム語のサイトがあります。

■Instagram



日本での生活に役立つ
情報を、やさしい
日本語や外国語で
紹介しています。

発行：公益財団法人 高知県国際交流協会
高知県外国人生活相談センター
住所：〒780-0870 高知市本町4丁目1番37号丸の内ビル1階
連絡先：TEL：088-821-6440 FAX：088-821-6441
E-mail：consultation@kccfr.jp Website：https://kccfr.jp
発行日：2026年7月