

がいこくじん

げっかんじょうほうし

外国人のための月刊情報紙 Monthly Living Guide

あ い し え ふ ぼ ー ど

アイシェフ・ボード

ICIEF BOARD 아이셰프 보드

2022.

がつごう

11月号



ITABASHI

(公財) 板橋区文化・国際交流財団

Itabashi Culture and International Exchange Foundation



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止・変更になる場合があります。

These events can be subject to cancellation/change to prevent the spread of Coronavirus infection.

①外国人のための無料法律相談【予約制】

※電話またはオンラインで相談を行います。
いつ：11/17(木) 13:30~16:30 (1人30分)
申込：1週間前までに、財団のホームページまたはメールで予約してください。

①Free Legal Consultation for International Residents【Appointment required】

※Consultation is conducted over the phone or online.
Time: 13:30~16:30, Nov. 17(Thu) *30 min a session
To Apply: Appointment by email or through Website within a week in advance.

国際交流サロン「なかま」

いつ：11/19(土) 14:30~16:30
どこで：区立文化会館 第4会議室 (大山東町51-1)
申込：①氏名 ②住所 ③国籍 ④メールアドレス
⑤電話番号をメールで送ってください。
いくら：200円 問合せ：フレンドシップクラブ仲間
✉：2021nakama@gmail.com
https://friendshipnakama.wixsite.com/itabashi

International Exchange Salon "Nakama"

Date: 14:30-16:30, November. 19(Sat)
Place: Meeting Room No.4, Itabashi Culture Hall (51-1 Oyamahigashicho)
Email to Apply: (1)Name, (2)Address, (3)Nationality, (4)Email address, (5)Phone No.
Fee: 200 yen Inquiries: Friendship Club Nakama
✉ : 2021nakama@gmail.com
https://friendshipnakama.wixsite.com/itabashi

板橋区混声合唱団 クリスマスコンサート

Ave Maria、サンタが町にやってくる、ホワイト・クリスマスなどクリスマスの曲をたくさん歌います。
いつ：12/11(日) 開場14:30/開演15:00
どこで：板橋区立文化会館大ホール (大山東町51-1)
いくら：3歳以上 1,000円 (全席自由)
※2歳以下で保護者のひざ上観覧は無料
※チケットは11/9(水)から販売します。詳しくはホームページを見てください。

Christmas Concert by Itabashi Mixed Chorus

The Group will present many Christmas songs such as "Ave Maria", "Santa is Coming to Town", "White Christmas", etc.
Time: December 11, Sun. 15:00, doors open at 14:30
Venue: Large Hall, Itabashi Culture Hall, 51-1 Oyamahigashi-cho
Admission: ¥1,000, 3 years and older (All seating unreserved) *Free for Children under 2 years on the lap of guardian.*Ticket sale starts November 9, Wed. See the Website for details.
https://www.itabashi-ci.org/cul/events/9145/
Inquiries: Culture Subsection, Itabashi Culture and International Exchange Foundation, ICIEF
☎03-3579-3130

https://www.itabashi-ci.org/cul/events/9145/
問合せ：(公財) 板橋区文化・国際交流財団 文化係
☎03-3579-3130

①問合せ・申込：(公財) 板橋区文化・国際交流財団 国際交流係 (区役所北館8階13番窓口)

①Itabashi Culture and International Exchange Foundation (8F, #13, City Office North Bldg.)

〒173-8501 板橋区板橋2-66-1 2-66-1, Itabashi, Itabashi-ku ☎03-3579-2015 FAX03-3579-2046

✉kkouryu@city.itabashi.tokyo.jp Facebook @itabashi.icief https://www.itabashi-ci.org/int/



防止新型冠状病毒的不断蔓延有可能变更或取消。

코로나 19 감염증의 확산 방지를 위해 중지 또는 변경이 될 수도 있습니다.

①面向外国人的小型法律咨询【预约制】

※可电话或在线咨询。

时间: 11/17(周四) 13:30~16:30 (每人 30 分钟)

申请: 请提前一周通过官方网站或邮件预约。详情随后通知。

国际交流沙龙“朋友”

时间: 11/19 (周六) 14:30~16:30

地点: 区立文化会馆 第4会议室 (大山东町51-1)

报名: 请发来以下信息

①姓名 ②住址 ③国籍 ④邮箱号码 ⑤电话号码

参加费: 200 日元 **咨询:** 友好俱乐部「朋友」

✉ : 2021nakama@gmail.com

<https://friendshipnakama.wixsite.com/itabashi>

板桥区混声合唱团圣诞演唱会

“Ave Maria 圣母颂”、“圣诞老人进城了”、“白色的圣诞节”等等，演唱很多圣诞节的歌曲。

时间: 12/11 (周日) 14:30 开始进场/15:00 开演

地点: 区立文化会馆 大礼堂 (大山东町51-1)

门票: 3岁以上 1,000 日元 (全部是自由席位)

※ 由家长抱着的 2 岁以下的儿童可以免费观赏。

※ 11/9 (周三) 开始售票, 详见网页。

<https://www.itabashi-ci.org/cul/events/9145/>

咨询: (公财) 板桥区文化・国际交流财团 文化係

☎03-3579-3130

① 外国인을 위한 무료법률상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

연제: 11/17 (목) 13:30~16:30 (상담시간 30 분)

신청: 1 주일전까지, 재단 홈페이지 또는 메일로 예약해 주십시오. 자세한 사항은 신청하신 분들께 알려드립니다.

국제교류살롱「나카마(벗)」

연제: 11/19 (토) 14:30 ~ 16:30

장소: 구립 문화회관 제 4 회의실 (오야마 히가시초 51-1)

신청: (1)이름 (2)주소 (3)국적 (4)메일주소 (5)전화번호 등을 메일로 보내주세요.

비용: 200 엔 **문의:** 프렌드십 나카마

✉ : 2021nakama@gmail.com

<https://friendshipnakama.wixsite.com/itabashi>

이타바시구 혼성합창단 크리스마스콘서트

Ave Maria, 산타 할아버지는 알고 계신대!, 화이트 크리스마스 등 크리스마스 곡을 연주합니다.

연제: 12/11 (일) 개장 14:30/개연 15:00

장소: 이타바시구립문화회관대극장 (오오야마하가시초 51-1)

비용: 3 세 이상 1,000 엔 (자유석)

※2 세 이하를 보호자가 안고 보는 건 무료

※티켓은 11/9 (수) 부터 판매합니다.

자세한 내용은 홈페이지를 참고하세요.

<https://www.itabashi-ci.org/cul/events/9145/>

문의: (공재) 이타바시구문화・국제교류재단 문화계

☎03-3579-3130

①咨询・申请:(公财)板桥区文化・国际交流财团国际交流係(板桥区役所 8 楼⑬窗口)

①문의:(공재) 이타바시구문화・국제교류재단 국제교류계 (이타바시구청 8 층 13 번 창구)

〒173-8501 板桥区板橋 2-66-1 이타바시구 이타바시 2-66-1 ☎03-3579-2015 FAX03-3579-2046

✉kkouryu@city.itabashi.tokyo.jp Facebook @itabashi.icief <https://www.itabashi-ci.org/int/>



DV相談窓口のご案内

夫・妻や、恋人からの暴力の相談ができます。
外国語で話すことができます。秘密は守ります。

相談窓口：

①東京ウィメンズプラザ 5言語によるDV相談

☎03-5467-1721 火・木・金13:00~16:00(祝日、
12月29日~1月3日を除く) ※対応言語:英語、中国語、
韓国語、タイ語、タガログ語

②内閣府 DV相談 + ☎0120-279-889

<https://soudanplus.jp/>

※電話・メール24時間受付、10か国語対応

問合せ:男女社会参画課 ☎03-3579-2486

Counselling on Domestic Violence

You can get advice on various violence caused by such intimate partners as husbands/wives/boyfriends or girlfriends. Foreign languages available. Confidentiality guaranteed.

Counselling offices:

1) Counselling on Domestic Violence in five languages at Tokyo Womens' Plaza

Phone:03-5467-1721, 13:00-16:00 on Tue, Thu and Fri except for Public holidays and Dec. 29 through Jan 3
Languages available: English, Chinese, Korean, Thai and Tagalog.

2) "DV Counselling Plus" at Cabinet Office Phone: 0120-279-889, https://soudanplus.jp

Email/Phone, 24/7 in ten languages

Inquiries: Gender Equality Section ☎03-3579-2486

児童虐待防止推進月間

親と子どものつらい状況をどのように解決していくかを一緒に考えたり、必要なサービスや相談窓口を紹介しします。秘密は守りますので、安心して相談してください。

相談窓口(日本語のみ)：

●子ども家庭総合支援センター

①子どもなんでも相談 ☎0120-925-610

※24時間年中無休

②子ども家庭相談(継続相談) ☎03-5944-2373

月~金8:30~17:00(※時間外は子どもなんでも相談の電話に転送されます)

●児童相談所相談専用ダイヤル ☎0120-189-783

※24時間年中無休

●児童相談所虐待対応ダイヤル ☎189

※24時間年中無休

●警察署 板橋 ☎03-3964-0110

志村 ☎03-3966-0110 高島平 ☎03-3979-0110

問合せ:子ども家庭総合支援センター

☎03-5944-2373

"Prevent Child Abuse!" Promotion Month

We help you out a tough situation between parent and child and think of solving the problem together and prepare necessary assistances. Since your privacy is protected, please come for counselling reassured.

Counselling services (only in Japanese):

●Itabashi Support Center for Children and Families

①Anything Consultation on Children

☎0120-925-610, 24/7 all year round

②Counselling on Children (ongoing services available)

☎03-5944-2373, Mon to Fri, 08:30-17:00

(※After hours, all calls are transferred to the children's advisory service.)

●Child Consultation Center Helpline

☎0120-189-783, 24/7 all year round

●Child Consultation Center Abuse Response Helpline

☎189, 24/7 all year round

●Police Offices

Itabashi ☎03-3964-0110, Shimura ☎03-3966-0110

Takashimadaira ☎03-3979-0110

Inquiries: Itabashi Support Center for Children and Families ☎03-5944-2373



くらしフェスタいたばし 2022

第54回 板橋区消費生活展

いつ:11/20(日)10:00~16:00

どこで:中央図書館(常盤台4-3-1)

何を:パネル展示、手作り体験コーナー、クイズラリー

(参加者には記念品をプレゼント)など

詳しくは板橋区ホームページをご覧ください↓

問合せ:消費者センター ☎03-3579-2266



Life Festa Itabashi 2022:

The 54th Consumer Living Exhibition

Date: 10:00-16:00, Nov. 20 (Sun)

Venue: Central Library (4-3-1 Tokiwadai)

Program: Panel displays, handmade experience

corner, quiz-rally (Commemorative gifts will be

presented to all participants), etc.

For details, please visit the Itabashi City website. ↓

Inquiries: Consumer Affairs Center

☎03-3579-2266



有关设置 DV (家暴) 咨询窗口的通知

受到来自配偶或者恋人的暴力行为的人, 可以前来咨询。
可以使用外语交谈; 保守秘密。

咨询窗口:

① 東京ウィメンズプラザ 用 5 种语言进行交谈

☎03-5467-1721 周二·周四·周五 13:00~16:00

(节假日、12月29日~1月3日除外) ※对应语种:

英语、汉语、韩语、泰语、他加禄语

② 内閣府 DV 咨询 + ☎0120-279-889

<https://soudanplus.jp/>

※电话·邮件 24 小时受理、对应语种有 10 种。

询问处: 男女社会参画課 ☎03-3579-2486

DV(가정폭력) 상담창구 안내

남편·아내, 연인으로 부터의 폭력을 상담 받을 수 있습니다. 외국어로도 가능하며 비밀을 지켜드립니다..

상담창구:

① 동경 위멘즈 플라자 5 개국어로 DV 상담

☎03-5467-1721 화·목·금 13:00~16:00

(공휴일, 12월 29일~1월 3일은 제외) ※대상언어

: 영어, 중국어, 한국어, 태국어, 타갈로그어

② 내각부 DV 상담 + ☎0120-279-889

<https://soudanplus.jp/>

※전화·메일 24 시간 접수, 10 개국 언어 대응

문의: 남녀사회참획과 ☎03-3579-2486

防止虐待儿童宣传月

让我们一起想办法, 来解决父母和孩子的痛苦, 或者介绍必要的服务机构和咨询窗口。

我们会严守秘密, 所以请放心来咨询。



咨询窗口 (仅限日语):

● 子ども家庭総合支援センター

① 子どもなんでも相談 ☎0120-925-610

※24 小时年间无休

② 子ども家庭相談 儿童家庭问题咨询 (同一案件的咨询可继续进行) ☎03-5944-2373

周一~周五 8:30~17:00 (※办公时间以外的电话转接“子どもなんでも相談”处的电话)

● 儿童咨询所受理咨询专线 ☎0120-189-783

※24 小时年间无休

● 儿童咨询所处理虐待问题专线 ☎189

※24 小时年间无休

● 警察署 板橋 ☎03-3964-0110

志村 ☎03-3966-0110 高島平 ☎03-3979-0110

咨询: 子ども家庭総合支援センター ☎03-5944-2373

아동학대방지 추진의 달

부모와 자녀 사이의 힘든 상황을 어떻게 해결 할지

함께 고민하거나, 필요한 서비스와

상담창구를 소개합니다. 비밀을

지켜드리니 안심하시고 상담해 주세요.



상담창구(일본어):

● 어린이가정종합지원센터

① 어린이 무엇이든 상담 ☎0120-925-610

※24 시간 연중무휴

② 어린이 가정상담 (계속상담) ☎03-5944-2373

월~토 8:30~17:00 (※그 외 시간에는 어린이 무엇이든 상담 전화로 전송됩니다.)

● 아동상담소 상담전용 다이얼

☎0120-189-783 ※24 시간 연중무휴

● 아동상담소 학대 대응 다이얼

☎189 ※24 시간 연중무휴

● 경찰서 이타바시 ☎03-3964-0110

시무라 ☎03-3966-0110

타카시마다이라 ☎03-3979-0110

문의: 어린이가정종합지원센터 ☎03-5944-2373

2022 板桥生活消费节 第 54 次 板桥区消费生活展

时间: 11/20 (周日) 10:00~16:00

地点: 中央図書館 (常盤台 4-3-1)

内容: 有展板、手工艺体验角以及猜谜接力赛 (参加者赠送纪念品) 详见板桥区主页 ↓

咨询: 消費者センター ☎03-3579-2266



생활 페스타 이타바시 2022

제 54 회 이타바시구 소비생활전

언제: 11/20(일) 10:00~16:00

장소: 중앙도서관 (토키와다이 4-3-1)

내용: 판넬 전시, 수제 체험코너, 퀴즈쇼 (참가자에게는 기념품을 선물합니다) 등.

자세한 내용은 구청 홈페이지를 참고하세요 ↓

문의: 소비자센터 ☎03-3579-2266



やつがたけそう りょうあんない
八ヶ岳荘 利用案内

とざん はい きんぐ などの あうとどあ きよてん がっしゆく
登山やハイキングなどのアウトドアの拠点、合宿・
けんしゅう きよてん りょう
研修の拠点としてご利用ください。

どこ：長野県諏訪郡 富士見町立沢字広原1-1322

施設：屋内・屋外宿泊施設、バーベキュー場、体育館、
けんしゅうしつ
研修室など

いくら：①宿泊(屋内1人1泊) 大人(15歳以上) 2,000

円 子ども(4歳~14歳) 1,000円、0~3歳は無料

※区内在住・在勤・在学の場合の料金です。

②食事 朝食 550円、昼食 660円、夕食 (大人)

1,320円 (子ども) 880円

※春・夏・秋は、屋外宿泊、バーベキューもできます。

申込：

区内団体(30人以上)…利用する月の4か月前の1日から

区内個人(2人以上)…利用する月の3か月前の1日から

区外団体・個人…利用する月の2か月前の1日から

区立八ヶ岳荘 ☎0266-66-2323 (9:00~17:00)

<https://itabashi-yatsugatake.com/>

はるなりんかんがくえん りょうあんない
榛名林間学園 利用案内

どこ：群馬県高崎市榛名湖町845

施設：宿泊室(10人部屋・6人部屋)、

多目的ホール、会議室など

だれが：区内在住・在勤・在学の

いくら：①宿泊(1人1泊)：大人(15歳以上) …800

円、子ども(4~14歳) …400円、0~3歳は無料

※障がいのある人は、料金が半額になります

②食事：朝食…550円、昼食…660円(弁当の場合

は648円)、夕食…大人1,210円、子ども880円

申込：

団体(30人以上) …利用する月の3か月前の1日から

個人(2人以上) …利用する月の2か月前の1日から

榛名林間学園 ☎027-374-9315 (9:00~17:00)

<http://itabasi-haruna.com/>

めざせ未来のサイエンティスト!
第10回いたばし自由研究作品展

小中学生の夏休みの科学(理科)の自由研究作品のう

ち、優秀な作品を表彰し、展示します。

いつ：10/27(木)~12/4(日)

どこで：教育科学館(常盤台4-14-1)1階ホール

問合せ：教育科学館 ☎3559-6561

✉info@itbs-sem.jp

Mt. Yatsugatake So Lodge

Available for use as accommodation for mountain climbing, hiking tour, training camp as well as seminars.

Address: 1-1322 Aza-Hirohara, Tatezawa, Fujimi-cho, Suwa-gun, Nagano Prefecture

Facilities: Accommodation (Indoor per person per night), Barbecue area, Gym, seminar room, etc.

Fees:①Lodging (One person per night)

Adult (over 15 years old) ¥2,000, Child (4~14 years old) ¥1,000, 0~3 years old Free of charge *Charges apply to people living, working, and studying in Itabashi.

②Meals: breakfast 550yen, lunch660yen, dinner (adult) 1,320yen, (child) 880yen *Outdoor camping and barbecuing are also available in spring, summer and autumn.

To apply:

Groups in Itabashi (more than 30 people): on the 1st day of the month four months before the month of stay

Groups in Itabashi (more than 2 people): on the 1st day of the month, three months before the month of stay

Groups out of Itabashi and individuals of two or more: on the 1st day of the month two months before the month of stay

Mt. Yatsugatake So Lodge ☎0266-66-2323 (9:00~17:00)

<https://itabashi-yatsugatake.com/>

Haruna Forest Seminar House

Venue: 845 Harunako-cho, Takasaki City, Gunma Prefecture

Facilities: Accommodation (Rooms for 10-persons and 6-persons), Multi-purpose Hall, Meeting rooms, etc.

Eligibility: Anyone living, working and schooling in Itabashi

Fees:(1) Accommodation General ¥800, under 15 /over 65/ disabilities ¥400 (per person), under 4 free (2) Meals: Breakfast ¥550; Lunch ¥660 (Lunch Box¥648) Dinner ¥1,210 (adult), ¥880 (child)

To reserve: Groups (more than 30 people): on the 1st day of the month three months before the month of stay

Groups (more than 2 people): on the 1st day of the month, two months before the month of stay

Haruna Forest Seminar House ☎027-374-9315

(9:00~17:00) <http://itabasi-haruna.com/>

Go for future Scientist!

The 10th Itabashi Kids' Project Exhibition

Selected award winning science works projected by elementary and junior high school students during summer holiday are on display.

Time:10/27 (Thu) ~ 12/4 (Sun)

Venue:1st floor hall, Itabashi Science & Education Museum, 4-14-1 Tokiwadai

Inquiries: Itabashi Science & Education Museum

☎3559 - 6561 ✉info@itbs-sem.jp

やつがたけそう 八ヶ岳荘 利用方法

请作为登山或郊游的户外据点, 或者作为集训、进修的据点加以利用。

地址: ながのけんすわぐん ふじみまちたつざわあざひろはら 長野県諏訪郡 富士見町立沢字広原1-1322

设施内容: 室内·室外的投宿设施、烧烤场地、体育馆、
培训室等。

费用: ①投宿 (室内住宿, 1人1晚) 大人 (15岁以上) 2,000 日元 小孩 (4岁~14岁) 1,000 日元、0~3 岁免费 ※以上收费标准只针对在板桥区内居住·工作·就学的人。

②餐饮 早餐 550 日元, 午餐 660 日元, 晚餐 (大人) 1,320 日元, (小孩儿) 880 日元

※春·夏·秋三季, 可以露宿、还可以进行BBQ 烧烤。

报名: 区内团体(30人以上)...提前4个月的1号开始
预约 区内·个人(2人以上)...提前3个月的1号开始
预约 区外团体·个人(2人以上)...提前2个月的1号
开始预约 くりつやつがたけそう 区立八ヶ岳荘 ☎0266-66-2323

(9:00~17:00) <https://itabashi-yatsugatake.com/>

はるなりんかんがくえん 榛名林間学園 利用方法

地址: ぐんまけんたかきしはるなごちよう 群馬県高崎市榛名湖町845

设施内容: 住宿房间类型 (10人房·6人房)、
多功能厅、会议室等

对象: 区内在住·在勤·在学者

费用: ① 住宿 (每人每晚): 大人 (满15岁) ...800 日元、儿童 (4~14岁) ...400 日元、
不满4岁...免费 ※残障者费用减半。

② 餐费: 早餐...550 日元、午餐...660 日元 (提供
盒饭时 648 日元)、晚餐...大人 1,210 日元、儿童
880 日元

预约方法: 团体(30人以上)...提前3个月的1号开始
预约 个人(2人以上)...提前2个月的1号开始预约

はるなりんかんがくえん 榛名林間学園 ☎027-374-9315 (9:00~17:00)

<http://itabasi-haruna.com/>

让我们成为未来的科学家! 第10回板桥自由研究作品展

从中小学生暑假科学(理科)自由研究作品中, 脱颖而出的优秀作品予以表彰, 并进行展示。

时间: 10/27 (周四)~12/4 (周日)

地点: きょういっかがくかん ときわだい 教育科学館 (常盤台4-14-1) 1階ホール

咨询: 教育科学館 ☎3559-6561

✉info@itbs-sem.jp

야츠카타케장 이용안내

등산이나 하이킹 등 아웃도어의 거점, 합숙·연수의 거점으로 이용 해 보세요.

장소: 나가노현수와군

후지미초타츠자와아자히로하라 1-1322

시설: 실내·실외숙박시설, 바베큐장, 체육관, 연수실

비용: ①숙박 (실내 1인1박) 어른 (15세 이상) 2,000 엔 어린이 (4세~14세) 1,000 엔, 0~3 세는 무료 ※구내 거주·근무·재학인 경우 요금입니다.

②식사 조식 550 엔, 중식 660 엔, 석식(어른) 1,320 엔 (어린이)880 엔 ※봄·여름·가을에는 야외 숙박, 바베큐도 가능합니다.

신청:

구내단체 (30명 이상)...이용할 달 4개월전 1일부터

구내개인 (2명 이상)...이용할 달 3개월전 1일부터

구외단체·개인(2명 이상)...이용할 달 2개월전 1일부터

구립야츠카타케장 ☎0266-66-2323 (9:00~17:00)

<https://itabashi-yatsugatake.com/>

하루나임관학원 이용안내

장소: 군마현 타카사키시 하루나코 845

시설내용: 숙박실 (10인실·6인실),
다목적홀, 회의실 등

대상: 구내 거주·근무·재학 중인 분

비용: ① 숙박 (1인1박): 어른(15세 이상) ... 800 엔
어린이(4~14세) ... 400 엔, 4세 미만 ... 무료
※장애가 있는 분은 반액입니다.

② 식사: 조식...550 엔, 중식...660 엔 (도시락인 경우
648 엔), 석식...어른 1,210 엔, 어린이 880 엔

신청: 단체 (30명 이상)...이용할 달 3개월전

1일부터 개인 (2명 이상)...이용할 달 2개월전

1일부터

하루나임관학원 ☎027-374-9315 (9:00~17:00)

<http://itabasi-haruna.com/>

목표! 미래의 사이언티스트!

제10회 이타바시 자유연구작품전

초중학생의 여름방학 과학 숙제인 자유연구 작품들
가운데 우수한 작품을 표창하고, 전시합니다.

연제: 10/27 (목)~12/4 (일)

어디서: 교육과학관 (토키와다이 4-14-1) 1층 홀

문의: 교육과학관 ☎3559-6561

✉info@itbs-sem.jp

あき かさいよ ぼううんどう すい か
秋の火災予防運動<11/9(水)~11/15(火)>

じゅうたくかさい
「STOP! 住宅火災!」

かさい ししや やく わり じゅうたく かさい ほんせい
火災による死者の約9割は、住宅での火災で発生して
います。主な出火原因は、たばこ、ストーブ、こんろ
です。日頃の生活の中で火災を防ぎましょう。

な じゅうたくようかさいけいほうき
「鳴りますか? 住宅用火災警報器」

じゅうたくようかさいけいほうき でんしぶひん れっか でんちぎ など
住宅用火災警報器は電子部品の劣化や電池切れ等によ
り10年たつと、不具合が発生することが多くなりま
す。点検、交換をお願いします。

といあわ いたばししょうぼうしよ
問合せ: 板橋消防署 ☎03-3964-0119
しむらしょうぼうしよ
志村消防署 ☎03-5398-0119

Fire prevention activities in fall
<11/9(Wed) ~11/15 (Tue)>

"Prevent House Fires!"

About 90% of fire deaths occur in residential fires. The main causes of the fires are cigarettes, heating and kitchen stoves. Let's prevent fires in day-to-day-life.

"Is your Fire Alarm working OK?"

Fire alarm devices for housing might malfunction many times after ten years in operation due to deterioration of electronic parts or dead battery, or others. Please have it inspected and change batteries!

Inquiries: Fire Prevention Section, Itabashi Fire Station
☎03-3964-0119
Fire Prevention Section, Shimura Fire Station
☎03-5398-0119

とうきょうと えい ず よ ぼうげつかん
東京都エイズ予防月間<11/16~12/15>

だれ かのうせい ただ
HIV/AIDS は誰にでもかかる可能性があります。正し
い知識を身につけ、適切な行動を心がけましょう。

いたばしほけんじよ おおやまひがしちやう
●板橋区保健所 (大山東町32-15)

つき かい がつ がつ つき かい こうたいけんさ ややくせい
月1回(6月・9月は月2回)、HIV抗体検査を予約制で
行っています。感染の機会から60日以上たつてから検査
が受けられます。検査・相談は無料・匿名で、1週間後に
結果をお伝えします。

けんさ ひ もく うけつけ
検査の日: ①11/17(木) ②12/15(木)、受付は9:00~
10:30

きぼう ひと ばいどく くらみじあ けんさ う
※希望する人は梅毒・クラミジアの検査も受けられます
結果が出る日: ①11/24(木) ②12/22(木)、受付は9:00
~10:00

しんだんじよ ほんごう かなら ほんにん き
※診断書は発行されません。必ず本人が来てください。

よやくほうほう ほけんじよかんせいしんじやうたいさくか
予約方法: 保健所感染症対策課 ☎03-3579-2321
平日9:00~17:00

Tokyo Metropolitan AIDS Prevention Month
<Nov.16~Dec.15>

HIV/AIDS is a disease that could affect anyone. Be sure to acquire correct knowledge and take appropriate behavior.

●Itabashi Healthcare Center (32-15 Oyamahigashi-cho)
Once a month (twice a month for June and September), HIV antibody testing is available by appointment. The test is conducted at least 60 days after the infection. Testing and consultation are conducted free and anonymous, and the results are provided in a week.

Test date: Reception 09:00~10:30, ①Nov.17,Thu.②Dec.15, Thu *Optional Syphilis and Chlamydia test available

Result date: Reception 09:00~10:00,①Nov.24,Thu ②Dec.22,Thu *Medical certificate won't be issued. Please be sure to come in person.

Appointments: Infection Control Measures Section
☎03-3579-2321, Weekdays 09:00-17:00

こ よ ぼうせつしゅ う
子どもの予防接種を受けましょう

いたばし く す ひと よ ぼうせつしゅ たいしやう ひと
板橋区に住んでいる人で、予防接種の対象になる人は、
予診票が郵便で届きます。予診票がないときは、母子
健康手帳を持って、健康福祉センターの窓口に取り
に行きましょう。※予防接種の種類・時期については、
いたばし く ほーむぺーじ み
板橋区のホームページを見てください

(<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1016169/index.html>)

問い合わせ:

ほけんじよよやくたいさくか
保健所予防対策課 ☎03-3579-2318

けんごうふくしせんたー いたばし
健康福祉センター (板橋)☎03-3579-2333、

かみいたばし あかつか
上板橋☎03-3937-1041、赤塚☎03-3979-0511、

しむら たかしまだいら
志村☎03-3969-3836、高島平☎03-3938-8621)



Have Your Children Vaccinated!

For the vaccination, you need the Pre-exam Vaccination Notice issued by the Itabashi City. If you don't have the Notice, please visit the nearest Welfare Center below with the Maternal & Child Health Handbook, "Boshi-Kenko Techo".

*Types of vaccinations and the timings are on the website of Itabashi City. (<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1016169/index.html>)

Inquiries: Disease Prevention Section,
☎03-3579-2318
Health & Welfare Centers
(Itabashi ☎03-3579-2333,
Kamiiitabashi☎03-3937-1041, Akatsuka ☎03-3979-0511,
Shimura ☎03-3969-3836, Takashimadaira ☎03-3938-8621)



秋季防火宣传活动

< 11/9(周三) ~ 11/15(周二) >

「STOP! 住在火灾!」

死于火灾的 90%，其原因是发生住宅火灾。而造成主要失火原因的是因为吸烟、用电气取暖炉和小电炉(小煤气炉)。大家在日常生活中提高警惕，预防火灾。

「您家的火灾报警器，是否正常运作？」

住宅所用的火灾报警器会出现电子产品零件的老化、电池失效等现象。因此，使用了 10 年的报警器多有故障发生。请及时做好安全检查或进行更换。

咨询：板桥消防署 ☎03-3964-0119

志村消防署 ☎03-5398-0119

东京都艾滋病预防月 < 11/16 ~ 12/15 >

谁都有可能感染 HIV/AIDS。正确认知，智慧行动。

●板桥区保健所 おおやまひがしちょう (大山東町 32-15)

施行 HIV 抗体检查预约制，每月一次 ((6 月・9 月是两次)，从被感染时算起，要经过 60 天后才可以接受检查。检查·咨询免费；匿名；一周后告知结果。

检查日：①11/17 (周四) ②12/15 (周四)，受理时间：9:00 ~ 10:30

※可以做梅毒·衣原体检查，希望者请提出。

结果通知：①11/24 (周四) ②12/22 (周四) 受理时间：9:00 ~ 10:00

※不出具诊断书，务必请本人自己来听结果。

预约方法：保健所感染症对策课 ☎03-3579-2321

周一 ~ 周五 9:00 ~ 17:00

가을 화재예방운동 < 11/9 (수) ~ 11/15 (화) >

「STOP! 주택화재!」

화재에 의한 사망자의 약 90%는 주택 화재에서 발생합니다. 주요 발화 원인은 담배, 온열기, 가스레인지입니다. 평소 생활 속에서 화재를 예방합니다.

「작동하나요? 주택용 화재경보기」

주택용 화재경보기는 전자부품의 성능저하와 건전지 수명이 다 하는 등의 이유로 10 년이 지나면 작동이 안될 수 있습니다. 점검, 교환을 부탁드립니다.

문의: 이타바시소방서 ☎03-3964-0119

시무라소방서 ☎03-5398-0119

동경에이즈예방기간 < 11/16 ~ 12/15 >

HIV/AIDS 는 누구라도 걸릴 가능성이 있습니다. 올바르게 알고 적절한 행동에 신경 씁시다.

●이타바시구 보건소(오오야마히가시 32-15)

매달 1 회 (6 월·9 월은 2 회), HIV 항체 검사를 예약제로 실시하고 있습니다. 감염이 의심되는 날을 기준으로 60 일 이상이 되면 검사를 받을 수 있습니다. 검사·상담은 무료·익명으로 1 주일 후에 결과를 알려드립니다.

검사일: ①11/17(목) ②12/15(목) 접수시간 9:00~10:30

※매독·클라미디아 검사도 받을 수 있습니다.

결과가 나오는 날: ①11/24(목) ②12/22(목)

접수시간 9:00~10:00※진단서는 발행하지 않습니다. 꼭 본인이 오세요.

예약방법: 보건소감염증대책과

☎03-3579-2321, 평일 9:00~17:00

儿童疫苗接种

在板桥区住所登记家庭的儿童，到了疫苗接种年龄，会收到区寄来的预诊票。如果没有到，请带上母子健康手册去健康福祉中心领取。

※有关疫苗的种类·接种时间，请参照板桥区网站。

(<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1016169/index.html>)

咨询：保健所予防对策课

☎03-3579-2318

健康福祉センター (板桥 ☎03-3579-2333、

上板桥 ☎03-3937-1041、赤塚 ☎03-3979-0511、

志村 ☎03-3969-3836、高島平 ☎03-3938-8621)



어린이 예방접종을 받으시다

예방접종의 대상이 되는 사람에게는 예진표가 우편으로 갑니다. 예진표가 없을 때는 모자건강수첩을 지참하시고 건강복지센터 창구로 받으러 오십시오. ※예방접종의 종류·시기는 이타바시구 홈페이지에서 확인해 보시기 바랍니다. (<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1016169/index.html>)

문의: 보건소예방대책과 ☎03-3579-2318

건강복지센터 (이타바시 ☎03-3579-2333,

카미이타바시 ☎03-3937-1041,

아카츠키카 ☎03-3979-0511, 시무라 ☎03-3969-3836,

타카시마다이라 ☎03-3938-8621)

