

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



(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：11/18(木) 13:30～16:00 (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。詳しくは申込者にお知らせします。

①Free Legal Consultation for International Residents [Reservation required]

※Consultation is conducted over the phone or online.

Time: 13:30~16:00, November. 18 (Thu) *30 min a session

To Apply: Reserve by email or through Website within a week in advance. Details will be informed to each applicant in person

国際交流サロン「なかま」の中止

11月は中止します。

12月から参加したい方は、メールで連絡してください。詳しくは、ホームページを見てください。

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" canceled

The Salon will be canceled for Nov.

Anyone who's interested in joining the Salon in December, please email us. Visit Website for details.

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、アメイジング・クリスマス（メドレー）などクリスマスの曲をたくさん歌います。

いつ：12/11（土）開場14:15／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（全席指定）

※2歳以下で保護者のひざ上観覧は無料

問合せ：(公財) 板橋区文化・国際交流財団 文化係

☎03-3579-3130

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

Christmas Concert by Itabashi Mixed Chorus

The group will present you many Christmas songs such as Ave Maria, Amazing Christmas (Christmas songs medleys) and others.

Time: December 11, Sat. 15:00, doors open at 14:15

Venue: Large Hall, Itabashi Culture Hall, 51-1 Oyamahigashi-cho

Admission: ¥1,000, 3 years and older, all seats reserved.

*Free for Children under 2 years on the lap of guardian.

Inquiries: Culture Subsection, Itabashi Culture and International Exchange Foundation, ICIEF

☎03-3579-3130

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

① 問合・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)

① Itabashi 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: 11/18(周四) 13:30~16:00 (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。

关于国际交流沙龙“朋友”的中止通知

11 月中止。12 月以后想参加的人，请用电子邮件与我们联系。

详细情况请查阅主页。

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

演唱很多圣诞节的歌曲，如：Ave Maria (圣母颂)、Amazing·Christmas(圣诞颂歌·联唱)等等。

时间: 12/11 (周六) 14: 15 开始进场/15: 00 开演

地点: 板桥区立文化会馆大礼堂 (おおやまがしちよう 大山東町 51-1)

门票: 3 岁以上 1,000 日元 (对号入座)

※ 由家长抱着的 2 岁以下的儿童可以免费观赏。

咨询: (公财) 板桥区文化·国际交流财团 文化係

☎03-3579-3130

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



① 외국인을 위한 무료법률상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

언제: 11/18 (목) 13:30~16:00 (상담시간 30 분)

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

국제교류살롱「나카마(벗)」 중지

11 월은 중지합니다.

12 월부터 참가를 원하시는 분은 메일을 보내주세요. 자세한 내용은 홈페이지를 참고 해 주세요.

문의: 프렌드쉽 나카마

✉ : 2021nakama@gmail.com

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

이타바시구 혼성합창단 크리스마스콘서트

Ave Maria, 어메이징 크리스마스(메들리) 등 많은 크리스마스 곡을 부릅니다.

언제: 12/11 (토) 개장 14:15/개연 15:00

장소: 이타바시구립문화회관대극장

(오오야마하가시초 51-1)

비용: 3 세 이상 1,000 엔 (전석지정)

※2 세 이하를 보호자가 안고 보는 건 무료

문의: (공재) 이타바시구문화·국제교류재단 문화계

☎03-3579-3130

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



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

「189(いちはやく)ちいさな命に待ったなし」

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、秘密を守りますので、安心して相談してください。

相談窓口(日本語のみ):

●子ども家庭支援センター 児童虐待相談専用電話

☎03-3579-2658 ※24時間年中無休

●子どもなんでも相談 ☎0120-925-610

※24時間年中無休

●子ども家庭相談(継続相談) ☎03-3579-2656

月~金9:00~17:00

●東京都北児童相談所 ☎03-3913-5421

月~金9:00~17:00

●児童相談所全国共通ダイヤル ☎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:子ども家庭支援センター ☎03-3579-2656



“Prevent Child Abuse!” Promotion Month

“Dial 189 and save innocent lives!”

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):

- Children & Family Support Center, Exclusive Phone number for Counselling on Child Abuse ☎03-3579-2658, 24/7 all year round
●Anything Consultation on Children ☎0120-925-610, 24/7 all year round
●Counselling on Children (ongoing services available) ☎03-3579-2656, Mon to Fri, 09:00-17:00
●Tokyo Kita Child Consultation Center ☎03-3913-5421, Mon to Fri, 09:00-17:00
●National Common Number for Child Consultation ☎189, 24/7 all year round
●Police Offices Itabashi ☎03-3964-0110, Shimura ☎03-3966-0110 Takashimadaira ☎03-3979-0110



Inquiries: Children & Family Support Center

☎03-3579-2656

Go for future Scientist!

The 9th Itabashi Kids' Project Exhibition

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

Time:10/23 (Sat) ~ 12/5 (Sun)

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

Inquiries: Itabashi Science & Education Museum

☎3559 - 6561 ✉itakk@itbs-sem.jp

めざせ未来のサイエンティスト!

第9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:10/23(土)~12/5(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

✉itakk@itbs-sem.jp

✉itakk@itbs-sem.jp

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

防止虐待儿童宣传月

「小小的生命不能等 189(刻不容缓)」

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):

● 子ども家庭支援センター 儿童虐待咨询专用电话

☎03-3579-2658 ※24 小时年间无休

● 子どもなんでも相談 ☎0120-925-610

※24 小时年间无休

● 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) ☎03-3579-2656

周一~周五 9:00~17:00

● 東京都北児童相談所 ☎03-3913-5421

周一~周五 9:00~17:00

● 児童相談所全国共通ダイヤル ☎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: 子ども家庭支援センター ☎03-3579-2656

让我们成为未来的科学家!

第 9 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: 10/23 (周六)~12/5 (周日)

地点: 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

✉itakk@itbs-sem.jp

DV(가정폭력) 상담창구 안내

남편·아내, 연인으로부터의 폭력을 상담 받을 수 있습니다. 외국어도 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

아동학대방지 추진의 달

「189(긴급) 어린 생명에 기다림은 없다」

부모와 자녀 사이의 힘든 상황을 어떻게 해결 할지 함께 고민하거나, 필요한 서비스와 상담창구를 소개합니다. 비밀을 지켜드리니 안심하시고 상담해 주세요.



상담창구(일본어):

● 어린이가정지원센터 아동학대상담 전용전화

☎03-3579-2658 ※24 시간 연중무휴

● 어린이 무엇이든 상담 ☎0120-925-610

※24 시간 연중무휴

● 어린이 가정상담 (계속상담) ☎03-3579-2656

월~토 9:00~17:00

● 도쿄토 북 아동상담소

☎03-3913-5421 월~토 9:00~17:00

● 아동상담소 전국공통다이얼

☎189 ※24 시간 연중무휴

● 경찰서이타바시 ☎03-3964-0110 시무라

☎03-3966-0110 타카시마다이라 ☎03-3979-0110

문의: 어린이가정지원

목표! 미래의 사이언티스트!

제 9 회 이타바시 자유연구작품전

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

연제: 10/23 (토)~12/5 (일)

어디서: 교육과학관 (토키와다이 4-14-1) 1 층 홀

문의: 교육과학관 ☎3559-6561

✉itakk@itbs-sem.jp

いたばし野菜 秋のマルシェ

いたばし のうか つく しんせん やさい くだもの てんじ はんばい
板橋区の農家で作った新鮮な野菜・果物の展示・販売
などを行います。

いつ：11/13 (土) 10:00~15:00

10:00~①板橋ふれあいマルシェ (板橋区産野菜の販売)

12:00~②埼玉県深谷市の深谷ねぎの販売

12:00~③長野県木島平村のりんごの販売

11/14 (日) 10:00~13:00

10:00~①②③の販売

どこで：赤塚支所 (赤塚6-38-1)

内容：●区内の農家で作った野菜や果樹などの展示

●野菜宝船の展示 ※野菜の配布はありません。

●大根・人参収穫体験 ※事前申込制

その他：・マスクを着用してください。

・車で来ないでください。

・人と人との間隔を保つための列整理に

ご協力をお願いします。

問合せ：赤塚支所都市農業係 ☎03-3938-5114

区立八ヶ岳荘をご利用ください

とざん はいきんぐなどのアウトドアの拠点、合宿・
登山やハイキングなどのアウトドアの拠点、合宿・
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、
研修室など

いくら：

①宿泊 (屋内1人1泊)

おとな (15歳以上) 2,000円

子ども (4歳~14歳) 1,000円

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(2人以上)…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/>

Itabashi Vegetables at "Autumn Marche"

Fresh vegetables and fruits grown by Itabashi farmers are displayed and for sale.

Time: 11/13 (Sat) 10:00 ~ 15:00

①10:00 ~ Itabashi Friendly Marche (Vegetables grown in Itabashi are for sale)

②12:00 ~ Fukaya Negi or green onion from Fukaya City are for sale.

③12:00 ~ Apples grown in Kijimadaira in Nagano are for sale

11/14 (Sun) 10:00 ~ 13:00

10:00 ~ Sales ①②③ above

Venue: Akatsuka Branch Office (Akatsuka 6-38-1)

Program:

●Vegetables and trees grown in Itabashi farms are on display

●Vegetable Treasure Ship is on display.

* Free give-out of vegetables are not conducted.

●Hands-on harvesting experience of Daikon radishes and carrots, ※Pre-bookings required

Others: Requested to wear masks.

Refrain from entering the site by car.

Follow instructions for queuing to keep social distancing.

Your cooperation is greatly appreciated.

Inquiries: Urban Agriculture Subsection,

Akatsuka Branch Office ☎03-3938-5114

Itabashi Municipal "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, Tatsuzawa, Fujimi-machi, Suwa-gun, Nagano Prefecture

Facilities: Accommodation (indoor and outdoor),
Barbecue area, Gym, seminar room, etc.

Fees: ①Lodging (Indoor per person per night), Adult (over 15 years old) ¥2,000, Child (4~14 years old) ¥1,000

②Meals: breakfast 550yen, lunch 660yen, 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/>

板桥的蔬菜 秋日里的集市

在那里有板桥区的农户栽培的新鲜蔬菜·水果，供你欣赏或购买。

时间: 11/13 (周六) 10:00~15:00

10:00~①板桥友好交流市场 (出售板桥区产的蔬菜)

12:00~②埼玉县深谷市产的深谷葱

12:00~③长野县木岛平村产的苹果

11/14 (周日) 10:00~13:00

10:00~以上①②③的销售

地点: あかつかししよ あかつか 赤塚支所 (赤塚6-38-1)

内容: ●展示区内的农户精心栽培的蔬菜, 果树等

●展示蔬菜宝船

※不发放任何蔬菜。

●体验收获萝卜·胡萝卜 ※需提前报名

其他: ·请一定要佩戴好口罩。

·谢绝驾车入场。

·为保持安全距离, 请大家按秩序排队。

咨询: あかつかししよ と しのうぎょうかかり 赤塚支所都市農業係 ☎03-3938-5114

请使用区立八ヶ岳荘

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: ながのけんすわくん ふじみまちたつざわあざひろはら 长野县諏訪郡 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

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/>



이타바시아채 가을 마르세

이타바시구 농가에서 만든 야채·과일의 전시, 판매 등을 실시합니다.

연제: 11/13 (토) 10:00~15:00

10:00~①이타바시 만남 마르세 (이타바시구산 야채 판매)

12:00~②사이타마현 후카야시의 후카야 대파판매

12:00~③나가노현 키지마다이라촌의 사과 판매

11/14 (일) 10:00~13:00

10:00~①②③판매

장소: 아카츠키카지소 (아카츠키카 6-38-1)

내용: ●구내 농가가 만든 야채와 과수 등 전시

●야채보물선 전시

※야채 배부는 없습니다.

●무·당근 수확체험 ※사전신청제

그외: ·마스크 착용을 부탁드립니다.

·자동차 이용은 피해 주십시오.

·간격 유지 줄서기에 협조 부탁드립니다.

문의: 아카츠키카지소 도시농업계 ☎03-3938-5114

구립 야츠키카타케장을 이용 해 주십시오

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

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

구립야츠키카타케장 ☎0266-66-2323 (9:00~17:00)

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



あき かさいよほううんどう か げつ
秋の火災予防運動<11/9(火)~11/15(月)>

じゅうたくかさい
「STOP! 住宅火災!」

かさい ししゃ やく わり じゅうたく かさい ひごろ
火災による死者の約9割は住宅での火災です。日頃の
せいかつ なか かさい ふせ
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
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。

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

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

"Prevent House Fires!"

About 90% of the total deaths in fire is those in house fire. 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

よほうげっかん
AIDS予防月間<11/16~12/15>

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。

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

けんさ ひ ちく ちく ちく
検査の日: ①11/11(木) ②12/2(木) ③12/16(木) 9:00~10:30

※希望する人は梅毒・クラミジアの検査も受けられます

けつがで ひ ちく ちく ちく
結果が出る日: ①11/18(木) ②12/9(木) ③12/23(木)

9:00~10:00

※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 いたばしほけんじょよほうたいさくか
予約方法: 板橋区保健所予防対策課 ☎03-3579-2321

平日9:00~17:00

とうきょうしんじゅくひがしぐちけんさ そうだんしつ
●東京都新宿東口検査・相談室

しんじゅくくかぶきちょう しんじゅくびるかい
(新宿区歌舞伎町2-46-3 SIL新宿ビル2階)

よやくほうほう でんわ
予約方法: ①電話 ☎03-6273-8512

平日15:30~19:30、土日13:00~16:30

②携帯電話サイト <http://www.tmsks.jp>

③FAX ☎03-6273-8532

※希望する人は、性感染症の検査も受けられます。

こ よほうせつしゅ う
子どもの予防接種を受けましょう

いたばしす ひと よほうせつしゅ 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、
よしんひやう ゆうびん とど よしんひやう
予診票が郵便で届きます。予診票がないときは、母子
けんこうてちやう ち けんこうふくしせんたー まどぐち う と
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>)

といたわ ほけんじょよほうたいさくか
問合せ: 保健所予防対策課 ☎03-3579-2318

けんこうふくしせんたー 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)

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)

Test date: 09:00-10:30, ①Nov.11,Thu.②Dec. 2, Thu③Dec. 16, Thu

*Optional Syphilis and Chlamydia test available

Result date: 09:00-10:00,①Nov.18,Thu ②Dec.9,Thu③Dec. 23, Thu *Medical certificate won't be issued. Please be

sure to come in person.

Appointments: Disease Prevention Section

☎03-3579-2321, Weekdays 09:00-17:00

●Shinjuku East, Tokyo Test and Counselling Office

(2F Shinjuku Bldg., 2-46-3 Kabuki Cho, Shinjuku-ku)

Appointments: ①Phone ☎03-6273-8512,

Mon-Fri, 15:30-19:30/ Weekends, 13:00-16:30,

②Mobile phone site: <http://www.tmsks.jp>

③FAX ☎03-6273-8532

*STD check can be also available upon request.

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 Maternal & Child Health Handbook or "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,

Kamiitabashi ☎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(周二) ~ 11/15(周一) >

「STOP! 住在火灾!」

火灾死亡人数中, 近 9 成死于住宅火灾。大家在日常生活中提高警惕, 预防火灾。

「您家的火灾报警器, 是否正常运行?」

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

AIDS 预防宣传月 < 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 おおやまひがしちやう (大山東町 32-15)

检查日: ①11/11 (周四) ②12/2 (周四) ③12/16 (周四) 9:00 ~ 10:30

※可以做梅毒·衣原体检查, 希望者请提出。

结果通知: ①11/18 (周四) ②12/9 (周四) ③12/23 (周四) 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: 保健所予防対策課 ほけんじょよぼうたいさくか ☎03-3579-2321

周一 ~ 周五 9:00 ~ 17:00

●东京都新宿东口检查·咨询室

しんじゆくくかぶき (新宿区歌舞伎町 2-46-3 SIL新宿ビル2階) しんじゆくびるかい

预约方法: ①☎03-6273-8512

平日 15:30 ~ 19:30、周六周日 13:00 ~ 16:30

②手机网页 <http://www.tmsks.jp>

③FAX ☎03-6273-8532

※可以做性传染病检查, 希望者请提出。

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: 保健所予防対策課 ほけんじょよぼうたいさくか ☎03-3579-2318

健康福祉センター (板橋) けんこうふくしせんたー ☎03-3579-2333、

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

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

가을 화재예방운동 < 11/9 (화) ~ 11/15 (월) >

「STOP! 주택화재!」

화재로 인한 사망자의 약 9 할은주택화재입니다.

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

AIDS 예방기간 < 11/16 ~ 12/15 >

HIV/AIDS 는 누구라도 걸릴 가능성이 있습니다.

올바르게 알고 적절한 행동에 신경 씁시다.

●이타바시구 보건소(오오야마히가시 32-15)

검사일: ①11/11(목) ②12/2(목) ③12/16(목) 9:00~10:30

※매독·클라미디아 검사도 받을실 수 있습니다.

결과가 나오는 날: ①11/18(목) ②12/9(목)

③12/23(목) 9:00~10:00

※진단서는 발행하지 않습니다. 꼭 본인이 오세요.

예약방법: 이타바시구보건소 예방대책과

☎03-3579-2321, 평일 9:00~17:00

●토쿄토 신쥬쿠 히가시구치 검사·상담실

(신쥬쿠구 카부키초 2-46-3 SIL 신쥬쿠빌딩 2 층)

예약방법: ①전화 ☎03-6273-8512

평일 15:30 ~ 19:30, 토요일 13:00 ~ 16:30

②휴대전화사이트 <http://www.tmsks.jp>

③FAX ☎03-6273-8532

※희망하시는 분은 성감염증 검사도 받을 수 있습니다.

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)