

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 ほ ー ど  
アイシェフ・ボード

ICIEF BOARD 아이셰프 보드

こうざい いたばしきぶんか こくさいこうりゅうざいだん  
(公財) 板橋区文化・国際交流財団

Itabashi Culture and International Exchange Foundation

2025.  
がっこう  
7月号

がいこくじん

むりょうほうりつそうだん

よやくせい

### ①外国人のための無料法律相談【予約制】

でんわ おんらいん そうだん おこな  
※電話またはオンラインで相談を行います。

いつ：7/17(木) 13:30~16:30 (1人30分)

もうしこみ しゅうかんまえ ざいだん ほーむぺーじ  
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。

こくさいこうりゅうさろん

### 国際交流サロン「なかま」

いつ：7/12(土) 14:30~16:30

どこで：グリーンホール504会議室(栄町36-1)

もうしこみ しめい じゅうしょ こくせき めーあどれす  
申込：①氏名 ②住所 ③国籍 ④メールアドレス

でんわばんごう めーあどれす  
⑤電話番号をメールで送ってください。いくら：200円

といあわ ふれんどしっぶくらぶなかま  
問合せ：フレンドシップクラブ仲間

✉：2021nakama@gmail.com

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

### ②夏の日本語オープン教室

しょうぐるーぷ まんつーまん にほんご べんきょう  
小グループ、マンツーマンで日本語の勉強ができます。

にほんご  
日本語のわからないところや、教えて欲しいことを  
日本語ボランティアと一緒に学びましょう。

いつ：8月4日(月)~20日(水)

どこで：区立グリーンホール

いくら：1回/¥200

※日にち、時間等はHPを見てください。

もうしこみ めーあどれす  
申込：メールまたは、ICIEF窓口で申込

※E-mailの申込は①名前②国籍③電話番号④希望日、

じかん おも べんきょう  
時間⑤主に勉強したいことを書いてください。



### ① Free Legal Consultation for International Residents 【Appointment required】

※Consultation is conducted over the phone or online.

Time: 13:30~16:30, July. 17 (Thu) \*30 min a session

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

### International Exchange Salon "Nakama"

Date: 14:30-16:30, July. 12(Sat)

Place: 504 conference room, Green Hall (36-1 Sakae-cho)

Email to Apply: (1)Name, (2)Address, (3)Nationality,  
(4)Email address, (5)Phone No.

Fee: 200yen

Inquiries: Friendship Club Nakama

✉：2021nakama@gmail.com

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

### ②2025 Summer Japanese classes

Let's learn Japanese in small groups or one-on-one!  
Learn together with a Japanese language volunteer—  
you may ask questions and get help with anything you  
don't understand.

When: Aug.4, Mon to 20, Wed.

Where: Green Hall

Fee: 200yen/per lesson

\*Visit ICIEF web for dates and hours

How to apply: Email or ICIEF counter at Green Hall

with info as follows: 1)Name, 2)Nationality, 3)Phone,

4)Preferable dates and time, 5)Subject you like to learn



① ② 問合せ・申込：(公財) 板橋区文化・国際交流財団 国際交流係 (グリーンホール 1階)

① ② Itabashi Culture and International Exchange Foundation (1F, Green Hall)

〒173-0015 板橋区 栄町 36-1 36-1, Sakae-cho, Itabashi-ku ☎ 03-3579-2015 FAX03-3579-2295

✉ itabashi-ci-kokusai@itabashi-ci.org 📱 Facebook @itabashi.icief 🌐 <https://www.itabashi-ci.org/int/>



## 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：7/17(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。

## 国际交流沙龙“朋友”

时间：7/12(周六) 14:30~16:30

地点：グリーンホール504 会议室(荣町 36-1)

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

费用：200 日元

咨询：友好俱乐部「朋友」

✉：2021nakama@gmail.com

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

## ①외국인을 위한 무료법률상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

언제：7/17(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)」

언제：7/12 (토) 14:30 ~ 16:30

장소：그린홀 504 회의실 (사카에초 36-1)

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

비용：200 엔

문의：프렌드쉽 나카마

✉：2021nakama@gmail.com

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

## ②夏季开放日语学习班

可以通过分小组或一对一的形式学习日语。

日语有不懂的地方或有什么想请教的, 自愿者日语老师可以教你。让我们来一起学习吧!

时间：8月4日(周一) ~ 20日(周三)

地点：区立绿色礼堂

学费：200 日元/一次

※日期以及具体时间请查阅网站主页。

报名：通过邮件或者在 ICIEF 窗口直接报名

※通过邮件报名时请填写以下项目：①姓名②国籍③电话号码④想来的日期、时间⑤主要想学习的内容



## ②여름철 일본어교실 오픈

소그룹, 일대일로 일본어 공부를 할 수 있습니다.

일본어에서 이해되지 않는 부분이나, 배우고 싶은 부분을 일본어 자원봉사자와 함께 배워봅시다.

언제：8월4일(월)~20일(수)

장소：구립 그린홀

비용：1 회 / ¥ 200

※날자, 시간 등은 HP 로 확인해 주세요.

신청：메일 또는 ICIEF 창구에서 신청

※E-mail 신청은 ①이름 ②국적 ③전화번호

④희망일, ⑤주로 공부하고 싶은 내용을 적어서 보내주세요



①②咨询・申请：(公财)板桥区文化・国际交流财团国际交流係(グリーンホール(绿色礼堂)1楼)

①②문의：(공재) 이타바시구문화・국제교류재단 국제교류계(그린홀 1 층)

〒173-0015 板桥区栄町 36-1 이타바시구 사카에초 36-1 ☎03-3579-2015 FAX03-3579-2295

✉itabashi-ci-kokusai@itabashi-ci.org 📱Facebook @itabashi.icief 📱<https://www.itabashi-ci.org/int/>



第66回いたばし花火大会  
 都内で一番大きい花火「尺五寸玉」など、15,000発を  
 こえる花火が打ちあがります。打ち上げ場所が観客席  
 に近いので、お腹にひびく音も楽しみのひとつです。

いつ：8/2（土） 19：00～20：30

どこで：荒川河川敷

※天気が悪いときの延期はありません

チケットの種類：

| せきしゆ<br>席種                    | ていいん<br>定員 | かかく<br>価格     | ひとり<br>1人あたりの<br>こうにんばうげん<br>購入上限 |
|-------------------------------|------------|---------------|-----------------------------------|
| プライムシート                       | ひとり<br>1人  | えん<br>6,000円  | まい<br>8枚                          |
| りくじょうきょうぎじょう<br>陸上競技場イス席      |            | えん<br>5,500円  |                                   |
| せき<br>S席                      |            | えん<br>5,000円  |                                   |
| せき<br>A席                      |            | えん<br>4,500円  |                                   |
| ボックス席                         | にん<br>4人   | えん<br>18,000円 | くみ<br>2組                          |
| りくじょうきょうぎじょうまる<br>陸上競技場丸テーブル席 |            | えん<br>32,000円 | くみ<br>1組                          |
| グループプライム席                     | にん<br>8人   | えん<br>48,000円 |                                   |
| グループS席                        |            | えん<br>40,000円 |                                   |
| グループA席                        |            | えん<br>36,000円 |                                   |
| りくじょうきょうぎじょう<br>陸上競技場グループ席    |            | えん<br>40,000円 |                                   |
| しばふ しゃめん<br>芝生斜面グループ席         |            | えん<br>40,000円 |                                   |

チケットを買えるところ：セブン・イレブン・・・  
 マルチコピー機で販売  
 板橋区観光協会窓口（情報処理センター内）・・・  
 平日9：00～17：00

問合せ：板橋区観光協会 03-3579-2255

いたばし花火大会公式ホームページ

<https://itabashihanabi.jp>

第46回定期演奏会 板橋区混声合唱団  
 寺島尚彦/さとうきび畑、武満徹/死んだ男の残した  
 ものは、谷川俊太郎・三善晃/生きる 等を演奏します。

いつ：8/30（土） 開場14：30／開演15：00

どこで：板橋区立文化会館大ホール

いくら：（全席指定）1,000円

※未就学児の入場はご遠慮ください。

問合せ：（公財）板橋区文化・国際交流財団 文化事業係  
 ☎03-3579-3130 <https://www.itabashi-ci.org/culturehall/event/detail/574>

## The 66th Itabashi Fireworks Festival

Over 15,000 fireworks including 45cm in diameter, or  
 “Shaku 5 Ball” , the largest firework in Tokyo, are  
 launched. Since the launch site is close to the  
 spectators' seats, it must be another fan for you to feel  
 the big sound echoing and vibrating your body.

**Time:** 19:00-20:30 August 2, Sat.

**Venue:** Riverbed of the Arakawa River

\*No postponements arranged in case of bad weather

**Tickets varieties:**

| Tickets                                                        | Max.<br>Seating | Price  | Maximum<br>Purchase per<br>person |
|----------------------------------------------------------------|-----------------|--------|-----------------------------------|
| Prime Seats                                                    | Single          | 6,000  | 8 tickets                         |
| Athletics Stadium Pipe Chair<br>seating                        |                 | 5,500  |                                   |
| S-seating, terraced grass with a<br>cushion                    |                 | 5,000  |                                   |
| A-seating, terraced grass with a<br>cushion                    |                 | 4,500  |                                   |
| Box seating, in top and bottom<br>rows                         | 4 persons       | 18,000 | 2 tickets                         |
| Athletics Stadium, a Round table<br>with 4-chairs              |                 | 32,000 |                                   |
| Group Prime Seating, with a<br>cushion & blue tarp             | 8 persons       | 48,000 | 1 ticket                          |
| S-Group seating, with a cushion<br>& blue tarp                 |                 | 40,000 |                                   |
| A-Group seating, with a cushion<br>& blue tarp                 |                 | 36,000 |                                   |
| Athletics Stadium Group seating,<br>with a cushion & blue tarp |                 | 40,000 |                                   |
| Group on grass slope, with a<br>cardboard table/chair          |                 | 40,000 |                                   |

Tickets for sale at Seven-Available for purchase at  
 multi-function copy machines  
 Itabashi City Tourist Association(inside the Information  
 Processing Center) 09:00-17:00 Weekdays  
**Inquiries:** Itabashi City Tourist Association 03-3579-  
 2255  
 Visit the Festival Official Website at  
<https://itabashihanabi.jp>

## The 46th Regular Concert - Itabashi City Mixed Chorus

We will perform pieces including: Naohiko TERASHI  
 MA / “Satokibi-batake”or “Sugarcane Field” , Toru  
 TAKEMITSU / “Shinda Otoko no Nokoshitamono”  
 " or "What the Dead Man Left Behind” , Shuntarō  
 TANIKAWA & Akira MIYOSHI /"Ikiru" or “To Live” ,  
 and more.

**When:** Aug. 30 Sat., 15:00, Doors open at 14:30

**Where:** Itabashi Culture Hall, Large Hall

**Admission:** 1,000yen (all seats reserved)

We regret that preschool-age children cannot be a  
 dmitted.

**Inquiries:** Culture Section, Itabashi Culture and Inter  
 national Exchange Foundation (ICIEF) 03-3579-3130  
<https://www.itabashi-ci.org/culturehall/event/detail/574>

## 第 66 回板桥烟花大会

都内规模最大的“一尺五寸大球”等烟花，超过 15,000 发炮，让你享受到五体内脏都被洪亮的炸雷声震动的感觉。

**时间：**8 月 2 日（周六）19：00～20：30

**地点：**荒川河岸开阔地

※没有因天气不好而延期的措施

**入场券的种类：**（参见另表）

| 观众席种类     | 定员     | 票价      | 一个人最多能购买的张数 |
|-----------|--------|---------|-------------|
| 头等席位      | 1席位各1人 | 6000日元  | 8张          |
| 田径体育场座椅席位 |        | 5500日元  |             |
| S席位       |        | 5000日元  |             |
| A席位       |        | 4500日元  |             |
| 包厢席位      | 1组各4人  | 18000日元 | 2组          |
| 田径体育场圆桌席位 | 1组各8人  | 32000日元 | 1组          |
| 小组头等席位    |        | 48000日元 |             |
| 小组S席位     |        | 40000日元 |             |
| 小组A席位     |        | 36000日元 |             |
| 田径体育场小组席位 |        | 40000日元 |             |
| 草坪斜坡小组席位  |        | 40000日元 |             |

**售票点：**7-11 便利店・・・在多功能复印机上销售  
板桥区观光协会窗口（信息处理中心里面）・・・

平日 9：00～17：00

**问询：**板桥区观光协会 03-3579-2255

板桥烟花大会官方网页 <https://itabashihanabi.jp>

## 第 46 届定期演奏会 板桥区混声合唱团

演奏的内容如下：寺岛尚彦/甘蔗地、武满彻/死去的他留下的东西、谷川俊太郎・三善晃/活着 等。

**时间：**8/30（周六）开场 14：30 / 开演 15：00

**地点：**板桥区文化会馆大厅

**门票：**（全部为指定席）1,000 日元 ※学龄前儿童谢绝入场。

**咨询：**（公财）板桥区文化・国际交流财团 文化事业系  
☎03-3579-3130

<https://www.itabashi-ci.org/culturehall/event/detail/574>

## 제 66 회 이타바시불꽃놀이

동경에서 제일 큰 불꽃 “샤쿠고순다마” 등, 15,000 발이 넘는 불꽃을 터트립니다. 발사 장소가 관객석과 가까워, 배까지 울리는 굉음도 즐길 수 있습니다.

**언제：**8/2 (토) 19:00 ~ 20 : 30

**장소：**아라카와하천부지

※날씨가 나빠도 진행됩니다.

### 티켓종류

| 종류          | 정원 | 가격         | 1인당 구매 한도 |
|-------------|----|------------|-----------|
| 프라임시트       | 1명 | 6 0 0 0엔   | 8장        |
| 육상경기장 의자석   |    | 5 5 0 0엔   |           |
| S석          |    | 5 0 0 0엔   |           |
| A석          |    | 4 5 0 0엔   |           |
| 박스프라임석      | 4명 | 1 8 0 0 0엔 | 2팀        |
| 육상경기장원형데이블석 | 8명 | 3 2 0 0 0엔 | 1팀        |
| 그룹 석        |    | 4 8 0 0 0엔 |           |
| 그룹 S석       |    | 4 0 0 0 0엔 |           |
| 그룹A석        |    | 3 6 0 0 0엔 |           |
| 육상경기장그룹석    |    | 4 0 0 0 0엔 |           |
| 잔디발경사면 그룹석  |    | 4 0 0 0 0엔 |           |

**티켓 파는곳：**세븐일레븐・・・멀티 복사기에서 판매  
이타바시구관광협회창구(정보처리센터 안)・・・平日 9:00 ~ 17:00

**문의：**이타바시구관광협회 03-3579-2255

이타바시불꽃놀이공식홈페이지

<https://itabashihanabi.jp>

## 제 46 회 정기연주회 이타바시구 혼성합창단

테라시마 나오히코/사탕수수밭, 타케미츠 토오루/죽은 남자가 남긴 것은, 타니카와 순타로・미요시 아키라/살다 등을 연주합니다.

**언제：**8/30 (토) 개장 14 : 30 / 개연 15 : 00

**장소：**이타바시구립화관 대극장

**비용：**（전석지정）1,000 엔

※미취학 아동의 입장은 참가해 주십시오.

**문의：**（공재）이타바시구문화・국제교류재단 문화사업계 ☎03-3579-3130 <https://www.itabashi-ci.org/culturehall/event/detail/574>

## 子どもの予防接種を受けましょう

予防接種を受けるときは、板橋区が発行する予防接種予診票が必要です。板橋区に住んでいる人で、予防接種の対象となる人には、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もう一度もらいに行ってください。

※ 予防接種の種類・時期については、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/1049862/1049886.html>

|              |               |
|--------------|---------------|
| 問合せ:保健所予防対策課 | ☎03-3579-2318 |
| 板橋健康福祉センター   | ☎03-3579-2333 |
| 上板橋健康福祉センター  | ☎03-3937-1041 |
| 赤塚健康福祉センター   | ☎03-3979-0511 |
| 志村健康福祉センター   | ☎03-3969-3836 |
| 高島平健康福祉センター  | ☎03-3938-8621 |

## 都営住宅に住みたい人を募集します

いつ: 8月のはじめ

対象: ① 1人世帯 (東京都内に3年以上前から住んでいること) ② 2人以上の家族世帯 (東京都内に住んでいること)

申込: 7月のおわりに、広報いたばし・広報

「東京都」、東京都住宅供給公社ホームページ

(<https://www.to-kousya.or.jp/>)でお知らせします。

問合せ: 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター

☎03-3498-8894

住宅政策課住宅運営係

☎03-3579-2187

## 夏休み企画展「ユニコレ!?」～棘皮動物はふしぎ～

いつ: 7月19日(土)～8月31日(日) 9:00～17:00 ※休館日: 7月28日(月)、8月4日(月)、8月18日(月)、8月25日(月)

どこで: 教育科学館※開館時間 9時～17時

※休館日 毎週月曜日(祝日の場合は次の平日)

何を: ユニは食べ物として有名ですが、生きものとしてはどうでしょう。ユニは何を食べ、どのように動いているのでしょうか? ユニに近い仲間の生きものとは? 食べるだけではないユニの魅力をたくさんコレクションして下さい! いくら: 無料 定員: なし

申込み: 不要※当日、直接会場へ

問合せ: 教育科学館 ☎174-0071 常盤台4-14-1

☎03-3559-6561 Mail: [kagakukan@itbs-sem.jp](mailto:kagakukan@itbs-sem.jp)

## Get your child vaccinated!

When receiving vaccinations, a preliminary questionnaire sheet issued by Itabashi City is required. Those who live in Itabashi and are eligible for the shots will receive the checkup sheet by mail. If you do not have the Vaccination Screening Questionnaire Form with you, just visit the Health and Welfare Center taking your Maternal and Child Health Handbook and get one. Visit Website below for detail.

(<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1049862/1049886.html>)

**Inquiries:** Disease Prevention Section, Healthcare Center ☎ 03-3579-2318 Health and Welfare Centers (Itabashi ☎ 03-3579-2333, Kami-itabashi ☎ 03-3937-1041, Akatsuka ☎ 03-3979-0511, Shimura ☎ 03-3969-3836, Takashimadaira ☎ 03-3938-8621)

## Applications Accepted for Tokyo Public Housing

**Dates:** At the beginning of August

**Eligibility:** (1) One-person household (must be resident in Tokyo for at least three years) (2) Family household of two or more (must live in Tokyo)

**Applications:** Details will be announced in late July in Koho Itabashi, Koho Tokyo, and the Tokyo Housing Supply Corporation's Website: <https://www.to-kousya.or.jp/>

**Inquiries:** Tokyo Housing Supply Corporation Recruitment Center ☎03-3498-8894, Itabashi Housing Promotion Subsection, Housing Policy Section, City Office ☎03-3579-2187

## Summer Special Exhibition: "Urchin to Know!?" or

- The Wonders of Echinoderms or friends of Sea urchins.

**When:** 9:00-17:00, July 19 (Sat) - August 31 (Sun)

Closed on Mondays: July 28, August 4, August 18, and August 25

**Where:** Science & Education Hall (Closed on Mondays or the following weekday if Monday is a national holiday)

**What:** Sea urchins are well known as food—but what are they like as living creatures? What do sea urchins eat? How do they move? What kinds of sea animals are closely related to them? Come explore the surprising world of sea urchins and their relatives! There's more to sea urchins than just being tasty—collect their fascinating facts at "Urchin to Know!?"

**Admission:** Free Capacity: No limit

**Registration:** Not required. Please come directly to the venue on the day of your visit.

**Inquiries:** Science & Education Hall, 4-14-1 Tokiwadai, 174-0071, 03-3559-6561 Email: [kagakukan@itbs-sem.jp](mailto:kagakukan@itbs-sem.jp)

## 积极进行儿童疫苗接种!

打疫苗接种针时, 需要板桥区颁发的“预防接种予诊票”。住在板桥区的并属于预防接种对象的人, 予诊票会邮寄给你。没有予诊单的人, 请持母子健康手册再次到健康福祉中心去领取予诊单。关于疫苗种类详见区主页

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1049862/1049886.html>

咨询: 保健所予防対策課 ☎03-3579-2318

各健康福祉センター (板橋) ☎03-3579-2333

上板橋 ☎03-3937-1041 赤塚 ☎03-3979-0511

志村 ☎03-3969-3836 高島平 ☎03-3938-8621)

## 都営住宅入居者募集

募集时间: 8 月初

募集对象: ① 单身之家 (要求是从 3 年前开始住在东京都内的) ② 两人以上的家庭 (要求是住在东京都内的)

募集概要: 将登在 7 月底发行的广报板桥 (広報いたばし)・广报东京都 (広報「東京都」)、东京都住宅供给公社网站上 (<https://www.to-kousya.or.jp/>)

询问: 東京都住宅供給公社募集センター

☎03-3498-8894

住宅政策課住宅運営係 ☎03-3579-2187

## 暑假企划展《海胆? 这是什么?》

### ～棘皮动物真神奇～

时间: 7 月 19 日 (周六) ~ 8 月 31 日 (周日)

9:00~17:00

※休館日: 7 月 28 日 (周一)、8 月 4 日 (周一)、8 月 18 日 (周一)、8 月 25 日 (周一)

地点: 教育科学馆 ※开放时间 9:00~17:00

※休館日

每周一 (如果遇到周一是节假日, 就顺延到下一个工作日)

内容: 海胆, 作为美食广为人知, 但作为生物大家又知道多少呢? 海胆以什么为食物? 怎么样活动? 与海胆近似的生物有哪些? 请尽可能地收集海胆作为食物以外的魅力!

门票: 免费 定员: 无

报名: 无需报名 ※当天直接来会场

咨询: 教育科学馆

〒174-0071 常盤台 4-14-1 ☎ 03-3559-6561

Mail:kagakukan@itbs-sem.jp

## 어린이 예방접종을 받으시다

예방접종을 받을 때는 이타바시구가 발행하는 예방접종 예진표가 필요합니다. 이타바시구에 거주하고 있는 어린이로 예방접종 대상이 되는 분께는 예진표가 우송됩니다.

예진표가 없을 때는, 모자수첩을 지참하시고, 건강복지센터 창구에서 재발급 받으시기 바랍니다.

※예방접종의 종류・시기에 대해서는, 이타바시구 홈페이지에서 확인하시기 바랍니다.

(<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1049862/1049886.html>)를 확인 해 주세요.

문의: 보건소 예방대책과 ☎03-3579-2318

각 건강복지센터 ( 이타바시 ☎03-3579-2333

카미이타바시 ☎03-3937-1041 아카츠카 ☎03-3979-

0511 시무라 ☎03-3969-3836 타카시마다이라

☎03-3938-8621 )

## 도영주택 입주자를 모집합니다

언제: 8 월 초

대상: ① 1 인세대 (동경도내에 3 년 이상 거주하신 분) ② 2 인 이상의 가족세대 (동경도에 사시는 분)

신청: 7 월 말경에 홍보이타바시・홍보「동경도」, 동경도주택공급공사 홈페이지

(<https://www.to-kousya.or.jp/>)로 알려 드립니다

문의: 동경도주택공급공사 모집센터

☎03 - 3498 - 8894

주택정책과 주택운영계 ☎03 - 3579 - 2187

## 여름방학기획전「우니코레!」~극피동물은 신기해~

언제: 7 월 19 일 (토) ~ 8 월 31 일 (일) 9:00~17:00 ※휴관일: 7 월 28 일 (월)、8 월 4 일 (월)

、8 월 18 일 (월)、8 월 25 일 (월)

장소: 교육과학관 ※개관시간 9시~17시

※휴관일 매주 월요일 (공휴일인 경우 그 다음 평일)

내용: 성게는 음식으로 유명하지만, 생물로서는 어떨까요? 성게는 무엇을 먹고, 어떻게 움직일까요? 성게와 성게에 가까운 생물이란? 먹지만 말고 성게의 매력을 많이 모아보세요!

비용: 무료 정원: 없음

신청: 필요없음 당일, 직접 행사장으로

문의: 교육과학관 〒174-0071 토키와다이 4-14-1

☎03-3559-6561 Mail:kagakukan@itbs-sem.jp

## 「夏休みデジタルスタンプラリー2025」

### 開催のお知らせ

いつ：7/19（土）～8/31（日） 各館の開館日・開館時間中

どこで：板橋区立エコポリスセンター（前野町4-6-1）・板橋区立教育科学館（常盤台4-14-1）・板橋区立熱帯環境植物館（高島平8-29-2）・板橋区立リサイクルプラザ（舟渡4-16-6）・板橋区立中央図書館（常盤台4-3-1）

だれが：どなたでも（参加にはスマートフォン・タブレットが必要です）

何を：エコポリスセンター・教育科学館・熱帯環境植物館・リサイクルプラザ・中央図書館の5館をまわって、デジタルスタンプを集めるとエコなグッズがもらえます。

詳しくはエコポリスセンターのホームページを見てください。

問合せ：板橋区立エコポリスセンター（環境政策課環境教育係）

☎03-5970-5001（03-3579-2233）

### 自転車乗車時の交通ルール知っていますか

板橋区では、自転車の交通事故が増えています。自転車を安全に利用していただくために、自転車安全利用五則を守りましょう。

- ①車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- ②交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③夜間はライトを点灯
- ④飲酒運転は禁止
- ⑤ヘルメットを着用

これ以外にも自転車の交通ルールは、たくさんあります。交通事故を起こさないために安全運転を心がけましょう。

問合せ：土木計画・交通安全課 交通安全・啓発助成係

☎03-3579-2297

## Summer Holiday Digital Stamps Rally 2025

**Duration:** July 19 (Sat) – Aug 31 (Sun), during opening hours of each participating institution

**Venues:** Ecopolis Center (4-6-1 Maeno-cho), Science & Education Hall (4-14-1 Tokiwadai), Botanical Garden (8-29-2 Takashimadaira), Recycle Plaza (4-16-6 Funato), Central Library (4-3-1 Tokiwadai)

**Eligibility:** Any one with Smart phone /Tablet can join.

**What to do:** To collect Digital Stamps of Visit at five institutions above and get gifts.

Visit Ecopolis on the Web for detail: <https://itbs-ecopo.jp/>

**Inquiries:** Ecopolis center ☎03-5970-5001(03-3579-2233)

### Do You Know the Traffic Rules for Riding a Bicycle?

In Itabashi City, bicycle-involved traffic accidents are on the rise. To ensure safe cycling, please follow the Five Rules for Safe Bicycle Use:

- (1) In principle, ride on the road, keeping to the left. Use sidewalks only when permitted, and always yield to pedestrians.
- (2) At intersections, obey traffic signals and stop signs, and check for safety.
- (3) Use your lights at night.
- (4) Never ride under the influence of alcohol.
- (5) Wear a helmet.

There are many other traffic rules for bicycles as well. Let's all ride safely and help prevent accidents.

**Inquiries:** Traffic Safety Awareness/Subsidy Subsection, Public Works Planning and Traffic Safety Section 03-3579-2297

## 暑假数码邮票拉力赛 2025

**时间:** 7/19(周六)~8/31(周日)以下各馆的开放日・开放时间

**地点:** エコポリスセンター (环保中心 前野町4-6-1)・  
教育科学館(常盤台4-14-1)・熱帯環境植物館(高島  
平 8-29-2)・リサイクルプラザ (资源利用活动广场  
舟渡4-16-6)・中央図書館 (常盤台4-3-1)

**参加者:** 任何人都可以参加(须带智能手机或平板电脑)

**活动内容:** 顺次转完以上五馆并收集齐全了各馆的数码邮票就可以领取到奖品。

详见エコポリスセンター (环保中心) 网页

→ <https://itbs-ecopo.jp/>

**咨询:** エコポリスセンター (环保中心)

☎03-5970-5001 (03-3579-2233)

### 你知道骑自行车时的交通规则吗?

板桥区内自行车的交通事故有增无减。为了安全地使用,请大家遵守自行车安全利用五则。

- ① 原则上走车道,靠左通行;人行道是例外,行人优先。
- ② 在交叉路口遵守信号和停车标志,确保安全。
- ③ 夜间骑行必须开灯
- ④ 禁止酒后骑行
- ⑤ 请佩戴头盔

除了以上内容以外,有关自行车的交通规则还有很多,为了避免交通事故发生,请大家注意交通安全。

**咨询:** 土木計画・交通安全课 交通安全・启发助成系

☎03 - 3579 - 2297

## 여름방학 디지털 스탬프러리 2025

**언제 :** 7/19 ( 토 ) ~ 8/31 ( 일 ) 각 관 개관 중

**실시장소 :**

- ・ 에코폴리스센터 ( 마에노초 4-6-1 )
- ・ 교육과학관 ( 토키와다이 4-14-1 )
- ・ 열대환경식물관 ( 타카시마디이라 8-29-2 )
- ・ 리사이클플라자 ( 후나도 4-16-6 )
- ・ 중앙도서관 ( 토키와다이 4-3-1 )

**대상 :** 누구나 ( 참가시 스마트폰 또는 태블릿 PC 가 필요합니다. )

**내용 :** 에코폴리스센터・교육과학관・열대환경 식물관・리사이클플라자・중앙도서관의 다섯관을 돌며, 디지털 스탬프를 모으면 경품을 받을 수 있습니다.

자세한 내용은 에코폴리스센터 홈페이지에 있습니다

→ <https://itbs-ecopo.jp/>

**문의 :** 에코폴리스센터 ☎03-5970-5001(03-3579-2233)

### 자전거 승차 시 교통 룰을 알고 계십니까?

이타바시구내에서는 자전거 사고가 늘고 있습니다. 자전거를 안전하게 이용하기 위해서 자전거 안전이용 오칙을 지킵시다.

- ① 차도가 원칙, 좌측 통행, 인도는 예외, 보행자우선
- ② 교차점에서는 신호와 일단정지를 지키고,안전확인
- ③ 야간에는 라이트 점등
- ④ 음주운전은 금지
- ⑤ 헬멧 착용

이 이외에도 자전거 교통 룰은 많이 있습니다.

교통사고를 일으키지 않기 위해 안전운전에 신경을 씁시다.

**문의 :** 토목계획・교통안전과 교통안전・개발조성계

☎03-3579-2297