

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 ぶ ぼ 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.
がつこう
11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】

※電話またはオンラインで相談を行います。

いつ：11/20(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。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：11/8(土) 14:30～16:30

どこで：グリーンホール504会議室(栄町36-1)

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>

いたばしきんせいがっしょうだん

くりすますこんさーと

板橋区混声合唱団 クリスマスコンサート

アメイジング・クリスマスなど、クリスマスの曲などをたくさん歌います。ハンドベルの演奏もあります。

いつ：12/21(日) 開場14:30/開演15:00

※当日14:00から整理券を配布します。

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

※前売り開始 10/21(水)～

問合せ：(公財)板橋区文化・国際交流財団 文化事業係

☎03-3579-3130

①Free Legal Consultation for International Residents【Appointment required】

※Consultation is conducted over the phone or online.

Time: 13:30~16:30, Nov. 20(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, November. 8(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: 200 yen Inquiries: Friendship Club Nakama

✉：2021nakama@gmail.com

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

Christmas Concert by Itabashi Mixed Chorus

Enjoy many Christmas songs, including "Amazing Christmas," and a lovely handbell performance!

Time: December 21, Sun. 15:00, doors open at 14:30

*Numbered tickets will be available from 14:00 on the day.

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

Oyamahigashi-cho

Admission: 1,000 yen, 3 years and older (All seating

unreserved) *Free for Children under 2 years on the lap

of guardian. *Ticket sale starts Oct. 21, Wed.

Inquiries: Culture Subsection, Itabashi Culture and

International Exchange Foundation, ICIEF

☎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(グリーンホール 1階)

① 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: 11/20(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: 11/8(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

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

我们会演唱很多圣诞歌曲, 例如《Amazing Christmas》, 还会有手铃表演哦。

时间: 12/21(周日) 14:30 开始进场/15:00 开演

※ 当天从下午 2:00 开始发放入场整理券。

地点: 区立文化会館 大礼堂 (大山東町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。

预售开始时间: 10 月 21 日 (周三) ~

咨询: (公財) 板桥区文化・国際交流財団 文化係

☎03-3579-3130

① 外国인을 위한 무료법률상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

언제: 11/20(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: 11/8(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>

이타바시구 혼성합창단 크리스마스콘서트

어메이징 크리스마스 등, 크리스마스 곡 등을 연주합니다. 핸드벨 연주도 있습니다.

언제: 12/21(일) 개장 14:30/개연 15:00

※당일 14:00 부터 정리권을 배부합니다.

장소: 이타바시구립문화회관대극장 (오오야마하가시초 51-1)

비용: 3 세 이상 1,000 엔 (자유석)

※2 세 이하를 보호자가 안고 보는 건 무료

※예매개시 10/21(수)~

자세한 내용은 홈페이지를 참고하세요.

문의: (공재) 이타바시구문화・국제교류재단 문화계

☎03-3579-3130



① 咨询・申请: (公財) 板桥区文化・国際交流財団国際交流係 (グリーンホール (色緑礼堂) 1 楼)

① 문의: (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/>



あき げっかん
「秋のこどもまんなか月間」
おれんじりぼん じどうぎやくたいぼうしすいしんきやんべーん
オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン
こ ぎやくたい じどう みてい かな せんと ー じどう
子どもへの虐待は、「いつでも」「だれにでも」皆さまの身近
に起こりえる問題です。子ども家庭総合支援センターでは児童
ぎやくたい つうこく こそだ かん そうだん うけつ
虐待の通告だけでなく、子育てに関する相談も受け付けてい
ます。
そうだんまどぐち こ かにていそうごうしえん せん た ー こ そうだん
相談窓口：子ども家庭総合支援センター子どもなんでも相談
じかんねんじゅうむきゅう
☎0120-925-610 ※24時間年中無休
じどうそうだんじよせんこくきょうつうだい やる じかんねんじゅうむきゅう
児童相談所全国共通ダイヤル ☎189 ※24時間年中無休。
じどうおんせい あんない いちぶ でんわ
自動音声で案内します。一部のIP電話からはつながりません。
じどうそうだんじよせんこくきょうつうだい やる じかん
児童相談所相談専用ダイヤル ☎0120-189-783 ※24時間
ねんじゅうむきゅう かくふくしか かくけんこくふくしせん た ー かくじどうかん
年中無休。このほか、各福祉課、各健康福祉センター、各児童館、
ちか みんせい じどういいん しゅにんじどういいん ぎやくたいそうだん
お近くの民生・児童委員、主任児童委員でも虐待相談
う つ たいいそうごうしえん
を受け付けています。 問合せ：子ども家庭総合支援
せん た ー
センター☎03-5944-2373



Kids focused month in autumn

Orange Ribbon Campaign for the Prevention of Child Abuse

Child abuse is a problem that can happen to anyone at any time. Itabashi Support Center for Children and Families handles reports of child abuse and provides consultation on child raising. Consultation: Itabashi Support Center for Children and Families Consultation on anything about children ☎ 0120-925-610 *Open 24/7 Nationwide Dial for child consultation center ☎ 189 *24/7, Automatic voice guidance. (The service cannot be accessed from some IP phones.) Dedicated Child Guidance Center Consultation Dial ☎ 0120-189-783 *24/7 In addition, consultation on child abuse is also available at each Welfare Division, each Health and Welfare Center, each Children's Hall, and at the nearest Municipal Welfare and Children's Commissioners and Chief Children's Commissioners. **Inquiries:** Itabashi Support Center for Children and Families☎ 03-5944-2373

だい かいいたばしのうぎょう
第48回板橋農業まつり
のう かんどう みらい めぐ
～農の感動を 未来へ いたばしの恵み～
いつ:11/8(土) 11:30～16:00(オープニングパレードは 13:00
にち あかつかたいいくかんどお しゅうへん
～) 11/9(日) 10:00～15:30 どこで: 赤塚体育館通り周辺、
しもあかつかしやうがっこう あかつかししよ むりょう なに
下赤塚小学校、赤塚支所 いくら: 無料 何を:
のうぎょう しんぼる やさいたらふな ばれーど おど みこし
● 農業まつりのシンボル「野菜宝船」のパレード、踊り、神輿

なだ
● 区内の農家が丹精込めて栽培した野菜・果樹などの展示
● 区内でつくられた新鮮な野菜や果物、草花の販売
● 「板橋のいっぴん」や交流都市のご当地グルメ
※今年度は、例年出店会場であった赤塚小学校が長寿命化
かいしゅう しよう だいたいかいじよう しもあかつかしやうがっこう
改修により使用できないため、代替会場として下赤塚小学校
いちぶ あかつかししよ じっし
(一部、赤塚支所)で実施します。
といあわ あかつかししよ と しのうぎょうがかり
問合せ：赤塚支所都市農業係 ☎03-3938-5114
✉kb-aka-sangyo@city.itabashi.tokyo.jp

The 48th Itabashi Agricultural Festival: The Joy of Farming for the Future - the Blessings of Itabashi

Time: 8th Nov(Sat) 11:30-16:00 (Opening parade starting at 13:00)/9th Nov (Sun) 10:00-15:30 **Place:** Around Akatsuka gym avenue, Shimo-Akatsuka Elementary School and Akatsuka Branch Office Price: Free **What:** Vegetable Treasure Boat parade, the symbol of the Agricultural Festival, dances, portable shrines (Mikoshi), etc. Display of vegetables and fruit trees cultivated with care by farmers in the district. Sales of fresh vegetables, fruits, and flowers grown in the ward *This year's festival will take place at Shimo-Akatsuka Elementary School and a part of Akatsuka Branch Office, as Akatsuka Elementary School, the usual venue, is currently undergoing renovation to improve durability and extend its lifespan. **Inquiries:** Urban Agriculture Section, Akatsuka Branch Office ☎ 03-3938-5114 ✉kb-aka-sangyo@city.itabashi.tokyo.jp

秋の火災予防運動

がつ にち にち がつ にち ど あき かさいよぼう
11月9日(日)から11月15日(土)は「秋の火災予防
うんどう じゅうたくかさい ち まい
運動」です。★STOP 住宅火災★「持っていますか?マイ
しょうかき ねんた ほんたいこうかん いえ じゅうたくようかさい
消火器」「10年経ったら本体交換、あなたの家の住宅用火災
けいほうき じゅうたくかさい おも しゅつかげんいん すとーぶ
警報器」住宅火災の主な出火原因は「たばこ」「ストーブ」「こ
ろ」「コード」です。冬季は、空気が乾燥することで火災が
はっせい ね ね すとーぶ まわ
発生しやすくなります。寝たばこはしない、ストーブの周りに
ものを置かない、調理中にこころから離れない、電気コードを
かくなど したじ とう ひころ せいかつ なか かさい みぜん ふせ
家具等の下敷きしない等、日頃の生活の中で火災を未然に防
あき かさいよぼううんどう いべん と かいさい
ぎましょう。秋の火災予防運動に伴い、イベントを開催いたし
ます。【志村消防署】浮間公園防災フェスタ

いつ: 11月3日(月: 祝) 10時～14時
どこで: 都立浮間公園(板橋区舟渡2-1)
何を: ミニ防火衣の着装、バッテリーカーの乗車など
といあわ しむらしようぼうしよ
問合せ: 志村消防署 ☎03-5398-0119

Fire prevention activities in fall

The week between Nov. 9 Sun to 15 Sat is called the "Autumn Fire Prevention Campaign". ★STOP Fire at home★ "Do you have a fire extinguisher at your house?" "Replace your home fire alarm after 10 years." The main causes of house fires are cigarettes, stoves, and electrical leakage. In winter, fires are more likely to occur due to dry air. Prevent fires in your daily life by not smoking in bed, not putting things around the stove, not leaving the stove while cooking, and not putting electrical cords under furniture, etc. In conjunction with the Campaign, promotional events will be held as below. Shimura Fire Department] Ukima Park Disaster Prevention Festival **When:** Monday (Public Holiday), 3rd November, 10:00 - 14:00

Where: Metropolitan Ukima Park (2-1 Funado, Itabashi-ku, Tokyo) **What:** Wearing mini fire prevention uniforms, battery car rides, etc. **Inquiries:** Shimura Fire Station ☎ 03-5398-0119

秋季保护儿童月

橙色丝带运动・推进防止虐待儿童活动

虐待儿童的问题是一个“随时”都有可能发生在“任何人”身上的问题。儿童家庭综合援助中心不仅对虐待儿童的进行通告，而且受理有关育儿问题的咨询。

咨询处：儿童家庭综合援助中心 孩子问题全面咨询专线 ☎0120-925-610 ※ 24 小时 365 天全天在线

儿童相谈所全国统一快拨 ☎189 ※24 小时 365 天在线，用自动对讲功能介绍。一部分 IP 电话会打不通。

儿童相谈所的相谈专线：☎0120-189-783 ※24 小时 365 天全天在线 除此以外，关于虐待儿童的问题还可以向以下各处进行商谈。各福祉课、各健康福祉中心、各儿童馆、以及附近的民生・儿童委员或主任儿童委员。

咨询处：儿童家庭综合援助中心 ☎03-5944 - 2373

第 48 届板桥农业节 ～感受农业的魅力，传承板桥的丰饶～

时间：11/8（周六）11:30～16:00（开幕游行是从 13:00 开始）

11/9（周日）10:00～15:30

地点：赤塚体育馆大道周围、下赤塚小学、赤塚支所 费用：免费
活动内容：

- 农业节的象征“蔬菜宝船”的游行、舞蹈、神轿等。
- 展示区内农民精心栽培的蔬菜和果树等。
- 销售在区内生产的新鲜蔬菜、水果和花草。
- 介绍“板桥的特产”和交流城市的当地美食

※ 今年，往年作为会场使用的赤塚小学由于使用多年已经老化，需要进行维修，这次无法作为会场使用，故会场改为下赤塚小学（一部分在赤塚支所举行）。

咨询：赤塚支所都市农业系 ☎03-3938-5114

✉kb-aka-sangyo@city.itabashi.tokyo.jp

秋季防火宣传活动

11 月 9 日（周日）～11 月 15 日（周六）是“秋季防火防灾活动周”
谨防住宅失火！

“你有吗？我的灭火器”

“过了十年就要更换主机，你家的住宅用火灾报警器”

住宅火灾的主要起火原因是“香烟”、“炉子”、“灶具”和“电线”。冬季由于空气干燥，容易发生火灾。不要躺在床上吸烟，不要在炉子周围放置物品，烹饪时不要离开灶具，不要将电线压在家具等下面，日常生活中要注意防止火灾，做到防患于未然。

随之开展一些相关活动。

【志村消防署】浮间公园防灾演练活动

时间：11 月 3 日（周一・公共假期）10 点～14 点

地点：都立浮间公园（板桥区舟渡 2-1）

内容：穿着迷你消防服、乘坐电瓶车等

咨询：志村（しむら）消防署 ☎03-5398-0119

「가을 어린이 만화의 달」

오렌지 리본・아동학대 방지 추진 캠페인

어린이 학대는, “언제라도”, “누구에게나” 여러분 주변에서 일어날 수 있는 문제입니다. 어린이가정 종합 지원센터에서는 아동학대 신고 뿐만이 아니라, 육아 와 관련된 상담도 받고 있습니다.

상담창구 : 어린이 가정 종합지원센터

어린이 무엇이든 상담☎0120-925-610 ※24 시간 연중무휴
아동상담소 전국 공통 전화 ☎189 ※24 시간 연중무휴. 자동 음성으로 안내합니다. 일부 IP 전화는 연결 되지 않습니다.

아동상담소 전용전화☎0120-189-783 ※24 시간 연중무휴
그 외, 각 복지과, 각 건강복지 센터, 각 아동관, 가까운 민생・아동위원, 주임아동위원도 학대 상담을 받고 있습니다.

문의 : 어린이 가정 종합지원센터 ☎03-5944 - 2373

제 48 회 이타바시농민축제

～농업의 감동을 미래에 이타바시의 은혜～

연제 : 11/8 (토) 11:30～16:00 (오프닝퍼레이드 13:00～)

11/9(일) 10:00～15:30 장소 : 아카츠키체육관길 주변,

시모아카츠키초등학교, 아카츠키카지소 비용 : 무료 내용 :

- 농업축제의 심볼 “채소보물선”퍼레이드, 춤, 신가마모시기 등
- 구내 농가가 정성을 다해 재배한 채소, 과일 등 전시
- 구내에서 키운 신선한 채소와 과일, 꽃 등의 판매
- 「이타바시 일품」과 교류도시의 현지 음식

※금년도는, 매년 사용했던 아카츠키초등학교가 노후화 보수공사로 인해 사용할 수 없어, 대체 행사장으로 시모아카츠키 초등학교 (일부 아카츠키카지소)에서 실시합니다.

문의 : 아카츠키카지소 도시농업계 ☎03-3938-5114

✉kb-aka-sangyo@city.itabashi.tokyo.jp

가을 화재예방운동

11월 9일 (일) 부터 11월 15일 (토) 는

“가을화재예방운동”기간입니다

★STOP주택화재★

“갓고 계십니까? 마이 소화기”, “10 년이 지나면 본체 교체, 내 집 주택용 화재경보기”. 주택화재의 주요 발화 원인은 “담배” “스토브” “난로” “전기코드”입니다. 겨울에는 공기가 건조해 화재가 일어나기 쉽습니다. 누워서 담배 피지 않기, 스토브 근처에 물건 두지 않기, 요리하다 자리 뜨지 않기, 전기코드를 가구 등의 밑에 깔지 않기, 등 평소 생활 속에서 화재를 미연에 방지합니다. 이에 따른 이벤트를 개최합니다.

【시무라스방서】우키마공원 방재페스타

연제 : 11월 3일 (월:공휴일) 10시～14시

장소 : 도립우키마공원 (이타바시구 후나도 2-1)

내용 : 미니방화복 착용, 배터리차 승차 등

문의 : 시무라스방소 ☎03-5398-0119

いたばしくりつやつがたけそう りようあんない
板橋区立八ヶ岳荘 利用案内

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

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

しせつ おくないおくがいしゆくくはくしせつ ばーべきゅーじょう けんしゅうしつ
施設：屋内宿泊施設、バーベキュー場、研修室など

いくら：① 宿泊 ・ 屋内宿泊料金大人2,800円、子ども
1,000円 ・ 屋外宿泊料金（一人1泊バーベキュー施設利用込）
大人3,500円、子ども 1,250円 ・ バーベキュー施設利用料
大人560円、子ども 200円

しょくじ ちょうしよく えん ちゅうしよく えん ゆうしよく いっぱん
②食事 朝食 630円、昼食 770円、夕食（一般）1,520
えん ゆうしよく こ えん やがはいしはんめ に ゆー えん
円、夕食（子ども）1,000円、野外炊飯メニュー 110円～1,800
えん せんたくせい
円（選択制）

よやくかいしじ き くないだんたい めいいじょう りようつき げつまえ
【予約開始時期】・区内団体（30名以上）利用月の4か月前か
ら ・区内個人（2名以上）利用月の3か月前から ・区外団体・
個人（2名以上）利用月の2か月前から
もうしこみ くりつやつがたけそう
申込：区立八ヶ岳荘 ☎0266-66-2323（9:00～17:00）

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

だい かいい けんきゅうさくひんてん てんらんかい
第13回いたばしじゅう研究作品展 展覧会

いつ：【展示】2025年12月7日(日)～2026年1月11日(日) ど
きよういくかがくかん なつやす じゅうけんきゅう
こで：教育科学館 なにを：夏休みの自由研究
ない いう いちじしんさ つうか しょうちゅうがくせい ゆうしゅう さくひん
内容：一次審査を通過した小中学生の優秀な作品を
ひょうしょう かんない ひ よう むりよう
表彰し、館内に展示します。費用：無料
てい いん もうし こみ ふよう
定員：なし 申込：不要

といあわ きよういくかがくかん
問合せ：教育科学館 〒174-0071 常盤台4-14-1
Tel: 3559-6561 <https://www.itbs-sem.jp/exhibition/special/2025research-project/>

そうだんまどぐち しゅうち
DV相談窓口の周知

ばーとなー ぼりよく なや かた
パートナーからの暴力でお悩みの方へ
とうきょうう い めん す ぶらざ げんご そうだん
① 東京ウィメンズプラザ5言語によるDV相談
けっこんあいて ばーとなー ぼりよく かた
結婚相手やパートナーからの暴力（DV）で悩んでいる方の
そうだん お せんもん そうだんいん もんだいてん せいり
相談をお受けします。DV専門の相談員が、問題点を整理し
かいけつ む じよげん てきせつ きかん じょうほうていきよう
て、解決に向けた助言や、適切な機関を情報提供します。
がいこくご はな なまえ はな かね
外国語で話すことができます。名前を話しません。お金はかか
りません。あなたの秘密をまもります。 問合せ：☎03-5467-
そうだんじかん かようび もくようび きんようび
1721 相談時間：火曜日、木曜日、金曜日 13：00～16：00
しゅくじつ のぞ
（祝日、12/29～1/3を除く。）
たいおうげんご えいご ちゅうごくご かんこくご たいご たがろくご
対応言語：英語、中国語、韓国語、タイ語、タガログ語

<https://www.twp.metro.tokyo.lg.jp/consult/tabid/256/Default.aspx>

ないかくふ そうだんぶらす でんわ めーる じかんうけつけ
② 内閣府 DV相談 + 電話・メール24時間受付 ☎0120-
279-889
チャット（10か国語対応）12：00～22：00

Itabashi 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, seminar room, etc.

Fees: ①Lodging fee (per person, indoor) 2,800yen for Adults,
1,000 yen for Children, Outdoor lodging fee (per person per
night including use of barbecue facilities): Adult 3,500 yen, child
1,250 yen ・ Barbecue facility fee: Adult 560 yen, child 200yen

②Meals: Breakfast 630 yen, lunch 770 yen, dinner (adults) 1,520
yen, (children) 1,000 yen, outdoor cooking menu 110 yen to 1,800
yen (optional) 【Bookings】Reservations can be made from 4
months before the month of use for groups (30 or more people)
residents in the City, ・3 months before the month of use for
individuals (2 or more people) residents in the City ・2 months
before the month of use for groups or individuals (2 or more
people) residents out of Itabashi. **To apply:** Mt. Yatsugatake So
Lodge ☎0266-66-2323（9:00～17:00）
<https://itabashi-yatsugatake.com/>

The 13th Exhibition of Students' Independent Research Projects

Duration: Display period: Dec.7, Sun 2025 to Jan. 11, Sun 2026

Venue: Itabashi Science and Education Hall

What: Kid's Free research for summer vacation

Program: Excellent works by Elementary and Junior High School
students who pass the preliminary screening will be awarded and
exhibited in the Hall. Cost: Free of charge, maximum admission
allowed, no booking is required.

Inquiries: Itabashi Science and Education Hall, 4-14-1 Tokiwa
dai, 174-0071 Tel: 3559-6561 <https://www.itbs-sem.jp/exhibition/special/2025research-project/>

Information on Domestic Violence (DV) Consultation Services

If you are suffering from violence by your partner

The Tokyo Women's Plaza offers DV consultation services in
five languages. If you are troubled by violence from your spouse
or partner, you can talk with a counselor who specializes in
domestic violence. They will help you organize your concerns,
give advice on possible solutions, and provide information about
the appropriate support organizations.

Consultation is available in foreign languages. It is anonymous,
free of charge, and confidentiality guaranteed.

Inquiries: 03-5467-1721

Business hours: 13:00-16:00, every Tue, Thu, and Fri (National
holidays and Dec.29-Jan. 3 period excluded)

Available languages: English, Chinese, Korean, Thai, and Tagalog
<https://www.twp.metro.tokyo.lg.jp/consult/tabid/256/Default.aspx>

The Cabinet Office: DV Consultation "PLUS" Phone and emails
24/7 0120-279-889 Chat service in ten languages 12:00-22:00

やつがたけそう
板桥区立八ヶ岳荘 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。

ながのけんすわぐん ふじみまちたつぎわあざひろはら
地址：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、培训室等。

费用：①住宿・室内住宿费：大人2,800日元、小孩1,000日元・
室外住宿（1人1晚，含烧烤设备 利用费）大人3,500日元、小孩
1,250日元・烧烤设备利用费：大人560日元、小孩200日元

②餐饮：早餐630日元，午餐770日元，晚餐（一般）1,520日元，
晚餐（小孩）1,000日元，野炊菜单 110日元～1,800日元（自选）

【预约开始时间】区内的团体（30名以上）在其利用月份的4个月
前；区内个人（2名以上）在其利用月份的3个月前；区外的团体・
个人（2名以上）在其利用月份的2个月前。报名：区立八ヶ岳荘

☎0266-66-2323（9:00～17:00）

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

第13届板桥思之游研究作品展 展览会

时间：【展览】2025年12月7日（周日）～2026年1月11日（周
日）地点：教育科学馆 活动内容：暑假的自由研究

内容：表彰通过了第一次审查的中小学生的优秀作品并设展台 入
场费：免费 定员：无限制 报名：无需报名

咨询处：教育科学馆 〒174-0071 常盤台4-14-1

Tel：03-3559-6561

<https://www.itbs-sem.jp/exhibition/special/2025research-project/>

家庭暴力（DV）咨询窗口的宣传推广

致正在遭受伴侣暴力而烦恼的人

东京女性广场提供五种语言的家庭暴力（DV）咨询服务。

为来自配偶或伴侣的家暴而烦恼的各位：请与我们联系。这里有家
暴问题专业咨询员为您梳理问题要点、向您提供有利于解决问题的
建议，并为您介绍相关机构的信息。可以使用外语进行交流，无需
提供姓名，咨询免费，我们会保护您的隐私。

咨询电话：☎03-5467-1721

咨询受理时间：周二、周四、周五 13:00～16:00（节假日、12/29～
1/3 除外）

对应的语种：英语、汉语、韩语、泰语、他加禄语（菲律宾语）

<https://www.twp.metro.tokyo.lg.jp/consult/tabid/256/Default.aspx>

内阁府 DV 咨询十号

电话以及邮件 24 小时受理 ☎0120-279-889

在线聊天（可对应 10 个语种）12:00～22:00

이타바시구립 야츠카타케장 이용안내

등산이나 하이킹 등 아웃도어의 거점, 합숙・연수의 거점으로
이용 해 보세요. 장소：나가노현수와군 후지미초타츠자와아자
히로하라 1-1322 시설：실내・실외숙박시설, 바베큐장, 연수실
비용：①숙박・실내숙박요금 어른2,800엔, 어린이

1,000엔・실외숙박요금（1인1박 바베큐 시설 이용 포함）어른
3,500円, 어린이1,250엔・바베큐 시설 이용료 어른560엔, 어린이
200엔

②식사 조식630엔, 중식770엔, 석식（일반）1,520엔, 석식（어
린이）1,000엔, 야외취사 메뉴110엔～1,800엔（선택제）

【예약개시시기】구내 단체（30명 이상）이용4개월 전부터・구
내 개인（2명 이상）이용3개월 전부터・구외 단체・개인（2
명 이상）이용2개월전부터

신청：구립야츠카타케장☎0266-66-2323（9:00～17:00）<https://itabashi-yatsugatake.com/>

제13회 이타바시 자유 연구작품전 전시회

연제：【전시】2025년12월7일(일)～2026년1월11일(일)

어디서：교육과학관 내용：여름방학 자유연구

내용：1 차 심사를 통과한 초중학생의 우수한 작품을
표창하고 전시합니다.（※무료전시）정원：없음

신청：불필요 문의：교육과학관 174-0071 토키와다이 4-
14-1 Tel：3559-6561

<https://www.itbs-sem.jp/exhibition/special/2025research-project/>

DV 상담창구 알림

파트너로의 폭력으로 고민중이신 분께

①토쿄 위멘즈 프라자 5 언어로 DV 상담

결혼상대나 파트너의 폭력(DV)로 고민중이신 분의 상담을
받습니다. DV 전문의 상담원이 문제점을 정리하
고, 해결의 위한 조언과 적절한 기관 정보를 제공합니다.
외국어로 상의하실 수 있습니다. 이름은 묻지 않습니다.
비용도 들지 않습니다. 당신의 비밀을 지켜드립니다.

문의：☎03-5467-1721

상담시간：화요일, 목요일, 금요일 13:00～16:00
（공휴일, 12/29～1/3 은 제외）

대응언어:영어, 중국어, 한국어, 태국어, 타갈로그어

<https://www.twp.metro.tokyo.lg.jp/consult/tabid/256/Default.aspx>

②내각부 DV 상담 +

전화, 메일 24 시간 접수 ☎0120-279-889 문자（10 개국어
대응）

東京都エイズ予防月間 <11/16~12/15>

AIDSを引き起こすHIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染は、性的接触によるものが最も多くなっています。感染を予防するために、正しい知識を身につけて、コンドームを使用するなど、適切な行動を心がけましょう。板橋区保健所では、感染の有無がわかる検査を実施しています。

【板橋区保健所HIV抗体検査】※予約制・匿名・無料

どこで：板橋区保健所（板橋区大 山 東 町32-15）

検査日：①11月13日（木） ②12月18日（木）

結果日：①11月20日（木） ②12月25日（木）

時間：両日とも9時~10時受付

予約：電話03-3579-2321（平日8時30分~17時）またはインターネット

※結果日は、検査日の1週間後です。必ずご本人が保健所に来てください。診断書等は発行しません。



※感染の機会から60日以上たってから検査が受けられます。

※希望者は、梅毒・クラミジアの検査も受けられます。

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ご確認ください。

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

問い合わせ：保健所予防対策課 ☎03-3579-2318

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）

Tokyo HIV/AIDS Prevention Month <Nov. 16 - Dec. 15>

Most HIV (Human Immunodeficiency Virus) infections, which cause AIDS, are transmitted through sexual contact. To prevent infection, it is important to have correct knowledge and take proper precautions, such as using condoms.

The Itabashi Healthcare Center offers tests to check whether you are infected.

【Itabashi Healthcare Center HIV antibody testing】

*Reservation required /Anonymous/Free

Where: Itabashi Healthcare Center, 32-15 Oyama-higashimachi, Itabashi-ku

Test Dates:① Thu, Nov. 13 ② Thu, Dec. 18

Result Dates:① Thu, Nov. 20 ② Thu, Dec. 25

Time: 9:00 – 10:00 a.m. (reception time)

Reservation: by phone 03-3579-2321 (Weekdays 08:30–17:00) or Online

*Test results will be available one week after the test. You must come to the healthcare center in person to receive the result. No medical certificate will be issued.

*You can take the test 60 days or more after possible exposure to HIV.

*If you wish, Syphilis and Chlamydia tests can also be provided.

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-Kenke Techo" .

*Types of vaccinations and the timings are on the website of Itabashi City.

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/kenshin/yobou/1049862/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)

东京都艾滋病预防月（11月16日至12月15日）

HIV（人类免疫缺陷病毒）是引发艾滋病的主要原因，其感染途径以性接触为主。为了预防感染，需要正确地掌握相关知识，并采取适当措施，如使用避孕套等。板桥区保健所提供检测服务，可确认是否感染。

【板桥区保健所 HIV 抗体检查】※要预约・匿名・免费

地点：板桥区保健所（板桥区大山东町 32-15）

检查实行日：①11月13日（周四） ②12月18日（周四）

结果告知日：①11月20日（周四） ②12月25日（周四）

时间：以上两天受理时间相同 9:00 ~ 10:00

预约：电话 03-3579-2321（工作日 8:30 ~ 17:00）

或者是网上预约

※ 检测结果将在检测后一周出来。请本人务必亲自前往保健所听取结果。我们不提供诊断书等证明文件。



※ 需在可能感染后超过 60 天才能接受检测。

※ 有需要的人也可以接受梅毒和沙眼衣原体（即衣原体）检测。

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/1049862/index.html>

咨询：保健所予防対策課

☎03-3579-2318

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

エイズ 예방기간<11/16~12/15>

AIDS 를 일으키는 HIV(인간면역결핍바이러스)의 감염은, 성관계에 의한 것이 가장 많습니다. 감염을 예방하기 위해 올바른 지식을 갖고, 콘돔을 사용하는 등, 적절한 조치에 신경을 씁시다. 이타바시구 보건소에서는, 감염 유무를 확인할 수 있는 검사를 실시하고 있습니다.

장소 : 이타바시구보건소(오야마히가시초 32-15)

검사일 : ①11 월 13 일 (목) ②12 월 18 일 (목)

결과일 : ①11 월 20 일 (목) ②12 월 25 일 (목)

모두 9:00 ~ 10:00 접수

검사예약 : 03-3579-2321 (평일 8 시 30 분~17 시)

또는 인터넷

※결과일은, 검사일 일주일 뒤입니다.

반드시 본인이 보건소로 오십시오.



진단서는 발행하지 않습니다.

※감염 계기로부터 60 일 이상 지나야 검사가 가능합니다. ※희망자는 매독・클라미디아 검사도 받을 수 있습니다.

어린이 예방접종을 받으시다

예방접종에는 구청에서 발행하는 예방접종예진표가 필요합니다. 예방접종의 대상이 되는 어린이에게는 예진표가 우편으로 보내집니다. 예진표가 없을 때는 모자건강수첩을 지참하시고 건강복지센터 창구에서 직접 받으시기 바랍니다. ※예방접종의 종류・시기 등에 대해서는 구청 홈페이지로 확인 해 주십시오.

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

문의: 보건소예방대책과 ☎03-3579-2318

건강복지센터(이타바시)☎03-3579-2333, 카미이타바시☎03-3937-1041, 아카츠키☎03-3979-0511, 시무라☎03-3969-3836, 타카시마다이라☎03-3938-8621)