

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

2026.
がっこう
4月号



(公財)板橋区文化・国際交流財団 Itabashi Culture and International Exchange Foundation



①外国人のためのEメール相談を受け付けています

区役所の手続きや生活するなかで「わからないこと」、「こまったこと」があるときは相談してください。

問合せ:

財団ウェブサイトの相談フォーム、Eメール



①Email consultation for international residents is available

If you have any questions or problems regarding City Office procedures or daily life, please consult with us.

Inquiries: visit the ICIEF website and send the consultation via email.



②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: 4/16(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。

②Free Legal Consultation for International Residents【Appointment required】

Consultation is conducted over the phone or online.

Time: 13:30~16:30, Apr.16(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.

自転車交通反則通告制度(青切符)がはじまりました

交通ルールが変わったことにより、4月から自転車を運転する16歳以上の人がある一定のルールを守らなかった場合、処罰の対象となる「青切符」制度が始まりました。この制度では、反則金を支払うことで刑事罰が免除されます。外国人も対象になります。

Bicycle Traffic Fine System ('Blue Ticket') begins.

On April 1 onward, the new law introduces a fine system for traffic violations committed by the people aged 16 or older on bicycles. Under this system of "Blue Ticket", certain offenses will be punishable. Once the offender pays the fine, criminal charges will be waived. The system applies to foreign residents as well.

【違反行為の例】

- スマートフォンを見ながら運転する
- 信号を無視する
- 傘をさして運転する、イヤホンをつけて運転する、自転車の電気をつけずに運転する
- 二人で乗る など

【Examples of violations】

- Riding while looking at a smartphone
- Running a red light
- Riding while holding an umbrella, using earphones, or riding without lights
- Riding with two people on one bicycle, and others

① ~② (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受理面向外国人的咨询电子邮件

如果你在区役所的手续方面或生活之中,遇到不明白的事或什么麻烦,请向我们进行咨询。

咨询窗口:

财团网页咨询栏、电子邮件



①외국인을 위한 이메일 상담을 받고 있습니다

구청 수속이나 생활하면서 "잘 모르겠는 일", "곤란한 상황"이 생겼을 때 상담 해드립니다.

문의 : 재단 웹사이트의 상담문의서, 이메일



②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: 4/16(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。



②외국인을 위한 무료법률상담【예약제】

전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

언제 : 4/16 (목) 13:30~16:30

(상담시간 30 분)

신청 : 1 주일전까지, 재단

홈페이지 또는 메일로 예약 해

주십시오. 자세한 사항은

신청하신 분들께 알려 드립니다.



自行车交通违法告知制度(蓝罚单)已经开始实施了。

由于交通规则的变化,从4月起,16岁以上骑自行车的人如果不遵守一定的规定,将会成为“蓝罚单”制度的处罚对象。根据这一制度,支付罚款后可以免于刑事处罚。外国人也在适用范围内。

【违反行为的示例】

- 一边看手机一边骑车
- 闯红灯
- 打伞骑车、戴着耳机骑车、不开车灯骑车
- 两人共骑一辆自行车 等

자전거 교통위반 권고제도(파란딱지)제도 시작

교통법규가 바뀜에 따라 4 월부터 자전거를 타는 16 세 이상의 모든 사람에게 일정 법규를 지키지 않았을 시, 처벌의 대상이 되는 "파란 딱지"제도가 시작됩니다. 이 제도에서는 범칙금을 지불하는 것으로 형사처벌이 면제됩니다.

외국인도 포함됩니다.

【위반행위 예】

- 스마트폰을 보면서 타는 것.
- 신호무시
- 우산 받치고 타는 것, 이어폰을 끼고 타는 것, 야간에 자전거 라이트를 켜지 않고 타는 것.
- 두사람이 함께 타는 것, 등



① ~② (公財) 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)

① ~②(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/



こくさいこうりゅうさろん
国際交流サロン「なかま」

いつ：4/11 (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：申込みはいりません。直接、会場に来てください。

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, Apr. 11(Sat)

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

Email to Apply: No need to reserve and come to the venue directly.

Fee: 200 yen

Inquiries: Friendship Club Nakama

✉：2021nakama@gmail.com

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



Support your child care at CAP'S,
Children and Parents Station

CAP'S: Conducts seminars and counseling services on child care. Freely performing play space available for infants and children. Changing diapers and breast-feeding space are also available.

Service hours: ① Mon to Fri...9:00~17:00, ② Saturday, Sunday and public holidays...9:00~12:00, 13:00~17:00, No seminars and counseling on ②.

*Closed for year-end & New Year's holidays.

Visit Website below for details.

Inquiries: Child-Raising Service Subsection, Child-Raising Support Section ☎ 03-3579-2475



こそだ おうえんじどうかん きゃつぷす りよう
子育て応援児童館「CAP'S」をご利用ください

子育てについての講座や相談などをおこなっています。子どもが自由に遊べます。おむつを替えたり、授乳ができます。

いつ：①月曜日～金曜日...9:00～17:00

②土曜日・日曜日・祝日...9:00～12:00、13:00～17:00 (施設を自由に使うことができます。講座や

相談などはおこなっていません)

※年末年始は休み。くわしくは、

ホームページを見てください。

問合せ：子育て支援課 子育てサービス係

☎03-3579-2475



Have you completed applications for such as
child allowance?

To reduce the burden of childcare, etc., various allowances are available to the guardians of eligible children. For details, visit our website or contact us.

Types of Allowances and Eligibility:

・ Child allowance: For children up to the first March after turning 18 years old

・ Child Rearing Allowance, Child Fostering Allowance (Fostering Allowance)...For children who have no father or mother or whose father or mother has a serious disability until the first March after they turn 18 years old (or until they turn 20 years old if they have a moderate or severe physical or mental disability as for Child Support Allowance).

・ Child Fostering Allowance (Disability Allowance)...Children under 20 years of age with a physical or mental disability of moderate or severe, or with cerebral palsy or progressive muscular atrophy.

・ Special Child Rearing Allowance...Children under 20 years old with moderate or severe physical or mental disabilities.

Application and Inquiries:

Child Subsidies & Medical Care Subsection, Child Care Support Section ☎3579-2477

Resident Services Subsection, Akatsuka Branch office ☎ 3938-5113



じどうてあて しんせい す
児童手当などの申請はお済みですか？

子どもの養育などにかかる負担を軽減するため、対象児童の保護者に各種手当を支給しています。詳しくは、ホームページをご覧になるか、お問合せください。

てあてしゆるい たいしよく
手当種類・対象：

- ・ 児童手当... 18歳になった最初の3月までの児童
- ・ 児童扶養手当、児童育成手当 (育成手当) ... 18歳になった最初の3月 (児童扶養手当で、心身に中度以上の障害がある場合は20歳未満) までで、父または母がいない
- ・ 父または母に重度の障がいがある児童
- ・ 児童育成手当 (障害手当) ... 20歳未満で、心身に中度以上の障がいがある、または脳性まひ・進行性筋萎縮症の児童

・ 特別児童扶養手当... 20歳未満で、心身に中度以上の

障がいがある児童

申請・問合せ：子育て支援課子どもの手当て

医療係 ☎3579-2477

赤塚支所住民サービス係

☎3938-5113



国际交流沙龙 “朋友”

时间: 4/11 (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: 无需报名。请直接到会场来。

费用: 200 日元

咨询: 友好俱乐部「朋友」

✉: 2021nakama@gmail.com

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



欢迎利用育儿援助设施 儿童馆「CAP' S」

举办育儿讲座, 接受育儿咨询。儿童可以在此自由玩耍。
还备有换尿裤喂奶的地方。

时间: ①周一~周五...9:00~17:00

②周六·周日·节假日...9:00~12:00、13:00~17:00

(设施自由使用, 但没有讲座或咨询。)

※年末年始休息。详见下面主页

问询: 子育て支援課 子育てサービス係

☎03-3579-2475



你已经申请了儿童津贴了吗?

为了减轻育儿的负担, 对属于补贴对象的儿童的家长发放各种津贴。有关详细内容可查阅区的主页或进行咨询。

○津贴种类·补贴对象

- 儿童津贴...迎来 18 岁生日后的第一个三月为止
- 儿童抚养津贴、儿童育成津贴(育成津贴)...迎来 18 岁生日后的第一个三月(儿童抚养津贴: 身心有中度以上残疾、并未满 20 岁)为止, 单亲或者是父亲或母亲有重度残疾的儿童。
- 儿童育成津贴(残疾津贴)...20 岁未滿, 身心有中度以上的残疾的, 或者患有大脑性麻痹·进行性肌肉萎缩症的儿童。
- 特别儿童抚养津贴...20 岁未滿, 身心有中度以上的残疾的儿童。

○申请·咨询

· 育儿支援课儿童津贴医疗系

☎3579-2477

· 赤冢支所住民服务系

☎3938-5113



국제교류살롱 「나카마(벗)」

연제: 4/11 (토) 14:30 ~ 16:30

장소: 그린홀 504 회의실 (사카에초 36-1)

신청: 자유롭게 참석하세요

비용: 200 엔

문의: 프렌드쉽 나카마

✉: 2021nakama@gmail.com

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



육아 응원 아동관 "CAP' S"를 이용 해 주세요

육아에 대한 강좌나 상담 등을 실시하고 있습니다.
아이들이 마음껏 놀 수 있으며, 기저귀를
갈아주거나, 수유가 가능한 곳도 있습니다.

연제: ①월요일~금요일...9:00~17:00 정상운영

②토요일·일요일·경축일...9:00~12:00、13:00~

17:00 (②의 경우, 시설은 자유롭게 사용 하실 수
있으나, 강좌와 상담은 실시하지 않습니다.)

※연말연시 휴무. 자세한 내용은

홈페이지를 참고하세요

문의: 육아지원과 육아서비스계

☎03-3579-2475



아동수당 등의 신청을 하셨습니까?

어린이 양육 등에 드는 부담을 줄여 드리기 위해
대상 아동 보호자에게 각종 수당을 지급하고
있습니다. 자세한 내용은 홈페이지를 참고 하시거나
문의해 주시기 바랍니다.

○수당 종류·대상

- 아동수당...18 세가 되고 첫 3 월까지의 아동
- 아동부양수당, 아동육성수당(육성수당)...18 세가 되고 첫 3 월 (아동부양수당으로 심신이 중도 이상의 장애가 있는 경우는 20 세 미만)까지, 아버지 또는 어머니가 안 계시거나, 아버지 또는 어머니에게 중도의 장애가 있는 아동.
- 아동육성수당(장애수당)...20 세 미만으로, 심신에 장애가 있거나, 또는 뇌성마비·진행성근위축증인 아동
- 특별아동부양수당...20 세 미만으로 심신에 중도 이상의 장애가 있는 아동

○신청·문의

· 육아지원과 어린이수당 의료계

☎3579-2477

· 아카츠키지소 주민서비스계

☎3938-5113



国民年金に入りましょう

だれが: 板橋区に住所を登録している20歳~59歳

※会社の厚生年金に入っている人をのぞく

※在留資格が特定活動で医療滞在または医療滞在者の付添の人などをのぞく

もちもの: 在留カード、基礎年金番号通知書または年金手帳(持っている人のみ)、パスポート

いくら: 1か月17,920円(2026年度)

支払方法: 納付書・口座振替・クレジットカード・スマートフォンアプリ

※学生や、所得が少なく支払いが難しい人は、保険料が免除されたり、支払いを先延ばしにできる制度があります。

※厚生年金と合わせて120月以上支払った場合、65歳から年金をもらうことができます。

問合せ: 国保年金課 国民年金係

(区役所南館2階25番窓口) ☎03-3579-2431

消費者生活相談窓口案内

商品やサービスをめぐる契約トラブルの相談を受け付けています。トラブル解決のための助言、情報提供を行っています。

相談窓口:【日本語】板橋区消費者センター

☎03-3962-3511 月~金9:00~16:30(祝日・年末年始を除く)

【外国語での相談】

東京都消費生活総合センター ☎03-3235-1155

英語・中国語・韓国語・タガログ語・ベトナム語

月~土9:00~17:00

※ベトナム語のみ土曜日は10:00~17:00(祝日・年末年始を除く)

都営住宅に住む人を募集します

いつ: 5月のはじめ

対象: ①1人世帯(東京都内に3年以上前から住んでいること)

②2人以上の世帯(東京都内に住んでいること)

申込: 4月のおわりに、広報いたばしや広報

「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

Join the National Pension

Eligible: Age 20-59, who have residence registry in Itabashi

*Except people in the Employees' Pension plan.

*Excluding people staying in Japan with its Resident status as "for Medical Stay" in the Designated Activities category or his/her accompanying personnel in the category.

What to bring: Residence Card, Basic Pension Number Notification Document or Japanese Pension Handbook (if applicable), and passport

Premium: 17,920 yen/month (FY2026)

Payment: Payment slip, Bank transfer, Credit card, Smartphone App

*Exemption and postponement of payment are available for students and those who have difficulties in paying premiums due to a financial burden.

*You are expected to receive annual pension from age 65 onward if premiums of the National and Employees' Pension for more than 120 months in total are paid.

Inquiries: National Health Insurance & Pension Section (South Building 2F#25, City Office) ☎ 03-3579-2431

Consumer affairs consulting service

We accept inquiries on troubles of purchasing commodities and services contracts. We provide advice and information to resolve problems.

Counselling services:

【Japanese】Itabashi Consumer Affairs Center

☎03-3962-3511 9:00-16:30 Mon to Fri (except Public Holidays and Year-end and New Year's holidays)

【Foreign languages】

Tokyo Metropolitan Government Consumer Affairs Consulting Center ☎03-3235-1155

English, Chinese, Korean, Tagalog, and Vietnamese 09:00-17:00 Mon. to Sat.

※Vietnamese only 10:00-17:00 (Except National holidays and year-end and New Year holiday period)

Applications for Tokyo Public Housing

Time: Around the beginning of May

Targets: ①Single member household (Eligibility: residing in Tokyo longer than three years)

②Household of more than two persons (Eligibility: residing in Tokyo)

Applications: Details to be announced in late April in *Koho Itabashi*, *Koho Tokyo-To*, and Tokyo Metropolitan Housing Supply Corporation's website.

<https://www.to-kousya.or.jp/>

Inquiries: Application Center for Tokyo Metropolitan Housing Supply Corporation ☎ 03-3498-8894 Itabashi Housing Policy Promotion Subsection, Housing Policy Section ☎ 03-3579-2187

加入国民年金

对象: 板桥区住所登记, 20岁~59岁的区民
 ※加入公司的厚生年金者除外
 ※在留资格为特定活动, 持有医疗签证的或者是医疗签证者的陪同等除外。

需要带的东西: 在留卡、基础年金号码通知书或年金手册 (仅限持有者)、护照

年金缴纳额: 每月 17,920 日元 (2026 年度)

支付方法: 缴纳单·银行转账·信用卡·手机软件

※学生或低收入人群, 可享受免除保费或延期支付制度。

※和厚生年金加起来, 如果支付期间超过 120 个月,

从 65 岁起可以领到年金。

咨询: 国保年金課 国民年金係

(区役所南馆 2 楼 25 号窗口) ☎03-3579-2431

消费者生活咨询窗口指南

如果您因签订购买商品或购买服务商品合同而遇到麻烦, 可以来咨询。提供有助于解决麻烦或避免冲突的建议和信息。

咨询窗口: 【日语】

板桥区消费者中心 ☎03-3962-3511 周一~周五

9:00~16:30 (节假日·年末年始除外)

【用外语进行的咨询】

东京都消费生活综合中心 ☎03-3235-1155

英语·汉语·韩语·他加禄语 (菲律宾语)·越南语

周一~周六 9:00~17:00

※越南语仅限于周六的 10:00~17:00

(节假日·年末年始除外)

募集都营住宅入居者

时间: 5月初

对象: ① 单身 (条件是要住在东京都内已满三年)

② 二人以上的家庭 (条件是住在东京都内)

申请: 详情将在4月末发行的“広報いたばし”、
 “広報「東京都」”及東京都住宅供給公社的网页
 (https://www.to-kousya.or.jp/) 进行通知。

问询: 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター

☎03-3498-8894

じゅうたくせいさくか じゅうたくらんえいがかかり
 住宅政策課 住宅運営係

☎03-3579-2187



국민연금에 가입합니다

대상: 이타바시구에 주소를 등록하고 있는 20~59 세
 ※회사의 후생연금에 가입한 사람은 제외

※재류자격이 특정활동으로 의료체류 또는 의료체류자의 대리인 등은 제외

지참물: 재류카드, 기초연금번호 통지서 또는 연금수첩 (있는 분 한정), 여권

비용: 1 개월에 17,920 엔(2026 년도)

지불방법: 납부서·계좌이체·신용카드·스마트폰 앱
 ※학생이나 소득이 적어 지불하기 어려운 분은 보험료가 면제되거나, 지불을 미룰 수 있는 제도가 있습니다.

※후생연금과 합쳐 120 개월 이상 지불한 경우, 65 세부터 연금을 받을 수 있습니다.

문의: 국보연금과 국민연금계

(구청 남관 2 층 25 번 창구) ☎03-3579-2431

소비자 생활상담창구 안내

상품이나 서비스를 둘러싼 계약 트러블의 상담을 받고 있습니다. 트러블 해결을 위한 조언과 정보제공을 받으실 수 있습니다.

상담창구: 【일본어】

이타바시구 소비자센터 ☎03-3962-3511

월~금 9:00~16:30 (공휴일·연말연시 제외)

【외국어가 가능한 상담창구】

동경도 소비생활 종합센터 ☎03-3235-1155

영어·중국어·한국어·타갈로그어·베트남어

월~토 9:00~17:00

※베트남어 토요일 한정 10:00~17:00 (공휴일·연말연시 제외)

도영주택에 거주하실 분을 모집합니다

언제: 5 월 초순

대상: ①1 인세대 (동경도내에 3 년 이상 거주한 사람) ②2 인 이상 가구 (동경도 내에 살고 있을 것)

신청방법: 4 월 말에 홍보이타바시와 홍보 "동경도", 동경주택공사의 홈페이지

https://www.to-kousya.or.jp/로 알려 드립니다

문의: 동경도주택공급공사 도영주택모집센터

☎03-3498-8894

이타바시주택정책과 주택운영계

☎03-3579-2187



「広報いたばし」をお読みください

いつ：毎月、第1～第4土曜日に発行

内容：板橋区の情報、講座、イベントなど

どこで：区役所、地域センター、区民事務所、図書館、区内の電車の駅、区内のスーパーマーケット（イオン板橋ショッピングセンター、イオンスタイル板橋前野町、コモディイイタ、よしや、ライフ）、区内のコンビニエンスストア（セブンイレブン、ファミリーマート）などに置いてあります。板橋区のホームページ、多言語対応アプリ「カタログポケット」、行政情報アプリ「マチイロ」、電子チラシサービス

「Shufoo! (シュフー)」でも読むことができます。

問合せ：広聴広報課 広報係 ☎03-3579-2022

“Koho-Itabashi” for you

Dates of issue: Four Saturdays (1st~4th), every month

Contents (only in Japanese): Variety of information including seminars and events in Itabashi

Available at: City Office, Regional Centers, City Residents' Office, libraries, train stations in Itabashi, supermarkets in Itabashi such as Aeon Itabashi Shopping Center, Aeon Style Itabashi Maenocho, Comody lida, Yoshiya, Life, Convenience stores in Itabashi such as 7-ELEVEN, Family Mart, etc. You can access the bulletin on the official website for Itabashi City and multi-lingual app “Catalog Pocket”, a smartphone app “Machi-iro”, and a digital flyer “Shufoo!”

Inquiries: Public Relations Section

☎ 03-3579-2022



公衆浴場をご利用ください

公衆浴場を1回100円で使うことができる、「入浴カード」がもらえます。

だれが：板橋区在住の1957.4/1以前に生まれた人

申込：申請書を郵送または高齢政策課窓口（～

2027.3/19まで）に出してください。ホームページま

たは申請書にある二次元コードから電子申請すること

もできます。

※申請書は各公衆浴場や高齢政策課などにありま

す。詳しくはホームページを見てください。

問合せ：高齢政策課高齢者相談・給付係

☎03-3579-2464

Enjoy “Sento” or Public Bath

You can receive a "Bathing Card", which allows you to use public baths for 100 yen per visit.

Eligibility: Itabashi residents born before Apr. 1, 1957.

Application: Submit the application form by mail or in person at Senior Citizens Policy Section (until March 19, 2027). You can also apply online via the QR code on the hard-copy form or the website.

※ Application forms are available at each public bathhouse and Senior Citizens Policy Section. For details, please check the website.

Inquiries: Senior Citizens Guidance & Benefits Subsection

☎03-3579-2464



外国語おはなし会

中央図書館では、ボランティアの方々が、外国語の

絵本や外国の昔話などの読み

聞かせをいろいろな言語で行

っています。子どもから大人ま

で気軽にご参加ください。

いつ：・毎月第1日曜日 午後2時から（英語）

・毎月第3日曜日 午後2時から（英語以外の言語）

どこで：中央図書館1階おはなしの部屋（常盤台4-3-1）

問合せ：中央図書館ポロニーヤ絵本係

☎03-6281-0560

✉ehon@city.itabashi.tokyo.jp



Storytelling in foreign languages

The Central Library hosts storytelling by volunteers of foreign-language picture books and folktales from different countries in various languages. Children and adults are all welcome to join.

Time: ・14:00 on every first Sunday, in English

・14:00 pm every third Sunday, in other than English

Venue: The Storytelling room, Central Library(4-3-1 Tokiwadai)

Inquiries: Bologna Picture book section, Central Library

☎03-6281-0560, ✉ehon@city.itabashi.tokyo.jp



欢迎阅读「広報いたばし」

时间: 毎月の第1、第4个周六发行。

内容: 板桥区信息、讲座、活动等(仅有日语版)

颁发地点: 区役所、地域中心、区民事务所、图书馆、区内电车车站、区内超市(永旺购物城板桥店、永旺板桥前野町店、コモディイイダ、よしや、ライフ)、区内便利店(7-Eleven、Family Mart)等。除了可以通过板桥区主页浏览以外,也可以下载以下软件免费阅览。

★多语种自动翻译

《カタログポケット(Catalog

Pocket)》★智能手机应用软件

《マチイロ(都市の魅力と情報)》★

电子版商品广告《Shufoo!》

询问: 広聴広報課 広報係

☎03-3579-2022



欢迎利用公众浴场

可以领取一张“入浴卡”,使用公共浴池每次只需支付100日元。

对象: 板桥在住者且生于1957.4/1前

申请: 请将申请书邮寄或提交至老龄政策科窗口(截至2027年3月19日)。也可以通过官方网站或申请书上的二维码进行电子申请。

※申请表可在各公共浴场以及老龄政策科等处领取。

详细内容请查阅官方网站。

询问: 老龄政策科 老年人咨询·给付科(或:老年人咨询与给付科)

☎03-3579-2464



外语故事会

在中央图书馆,志愿者们会用多种语言为大家朗读外文绘本以及各国的民间故事。无论儿童还是大人请大家随意参加。

时间: · 毎月の第一个星期天 下午2点开始(英语)
· 毎月の第三个星期天 下午2点开始(英语以外的语种)

地点: 中央图书馆1楼 故事室(常盤台4-3-1)

询问: 中央图书馆波罗尼亚儿童图画书馆 管理员

☎03-6281-0560 ✉ehon@city.itabashi.tokyo.jp

「홍보이타바시」를 읽어주세요

언제: 매달, 제1~제4 토요일 발행

내용: 이타바시구의 정보, 강좌, 이벤트 등

배부장소: 구청, 지역센터, 구민사무소, 도서관, 구내기차역, 구내 슈퍼마켓(AEON 이타바시쇼핑센터, AEON 스타일 이타바시마에노초, 코모디이이다, 요시아, 라이프), 구내 편의점(세븐일레븐, 패밀리마트) 등에 있습니다. 이타바시 홈페이지, 다언어지원 앱「카타로그 포켓」, 행정정보 앱「마치이로」, 전자전단지 서비스「Shufoo!」로도 읽으실 수 있습니다.

문의: 공청홍보과 홍보계 ☎03-3579-2022

공중목욕탕을 이용해 주세요

공중목욕탕을 1회 100엔에 사용 하는“입욕카드”를 드립니다.

대상: 이타바시구에 사시는 1957.4/1 이전에 태어나신 분

신청: 신청서를 우편 또는 고령정책과 창구(~2027.3/19까지) 제출 해 주세요.

홈페이지 또는 신청서에 있는 이차원코드로 전자신청을 하셔도 됩니다.

※신청서는 각 공중목욕탕과 고령정책과 등에 있습니다.자세한 것은 홈페이지를 보시기 바랍니다.

문의: 고령정책과 고령자상담·급부계

☎03-3579-2464

외국어 이야기모임

중앙도서관에서는 자원봉사자들이 외국어 그림책이나 외국의 옛날이야기 등을 직접 읽어주는 행사를 여러 나라 언어로 실시하고 있습니다.

어린이부터 어른까지 부담 없이 참가해 보세요.

언제: · 매달 제1 일요일 오후 2시부터(영어)

· 매달 제3 일요일 오후 2시부터(영어 이외의 언어)

장소: 중앙도서관 1층 이야기방(토키와다이 4-3-1)

문의: 중앙도서관 보로냐그림책계

☎03-6281-0560 ✉ehon@city.itabashi.tokyo.jp

