

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

2023.  
がっこう  
5月号



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 Itabashi Culture and International Exchange Foundation



しんがたころなういんすかんせんしやうかくだいぼうし ちゅうし へんこう ばあい  
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.

がいこくじん むりようせんもんかそうだんかい ややくせい  
①外国人のための無料専門家相談会【予約制】

かいじょう おんらいん そうだん おこな  
※会場またはオンラインで相談を行います。

いつ: 6/11 (日) 13:00~16:00 (ひとりぶん 1人30分)

どこで: 区立グリーンホール (栄町 36-1)、または Zoom (オンライン)

そうだん ざいりゅうしかく けっこん りこん なんみんにんてい そうぞく  
相談できること: 在留資格・結婚・離婚・難民認定、相続、  
ろうどう ほけん ねんきん  
労働、保険・年金など

もうしこみ もく ざいだん ほーむペーじ  
申込: 5/25 (木) 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 Professional Consultation for Foreign Residents【Appointment required】

\*The consultation will be conducted on-site or online.

Time: June.11 (Sun) 13:00~16:00  
30 minutes per session.

Place: <In person> Itabashi Green Hall ( Address: Sakaecho 36-1, Itabashi-ku ) or <Online> Zoom

Topics: visa status, marriage/divorce, refugee status, inheritance, labor issues, insurance/pensions

To Apply: Appointment by email or through Website by 5/25(Thu). Details will be informed to each applicant in person.

がいこくじん むりようほうりつそうだん ややくせい  
②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: 5/18(木) 13:30~16:30 (ひとりぶん 1人30分)

もうしこみ しゅうかんまえ ざいだん ほーむペーじ  
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。

②Free Legal Consultation for International Residents【Appointment required】

※Consultation is conducted over the phone or online.

Time: 13:30~16:30, May. 18 (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.

こくさいこうりゅうさろん  
国際交流サロン「なかま」

いつ: 5/13 (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

⑤電話番号 をメールで送ってください。

いくら: 200円

問い合わせ: 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, May. 13(Sat)

Place: 504 conference room, Green Hall (36-1 Sakae-cho) Fee: 200

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

Inquiries: Friendship Club Nakama

✉: 2021nakama@gmail.com

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

①~② 問い合わせ・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/>



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面向外国人的免费专家咨询会【预约制】

※现场或在线咨询

时间：6月11日(周日)13:00~16:00

咨询时间为30分钟左右。

地点：区立绿色礼堂(荣町36-1)或者Zoom(网上)

咨询内容：在留资格、结婚·  
离婚、难民认定、  
继承、工作、保险·  
年金

申请：请在5/25(周四)之前通过财团主页或者邮件进行预约。详情会随后告知您。



### ①외국인을 위한 무료 전문가 상담회【예약제】

※행사장 또는 온라인으로 상담을 실시합니다.

언제 : 6/11(일) 13:00 ~ 16:00

상담시간은 1인 30분.

어디서 : 구립 그린홀 (사카에초 36-1) ,  
또는 Zoom (온라인)

상담 가능 내용 : 재류자격, 결혼·이혼, 난민인정,  
상속, 노동, 보험·연금 등

신청 : 5/25 (목) 까지 재단 홈페이지 또는 메일로  
예약 해 주십시오. 자세한 사항은 신청자하신 분들께  
알려 드립니다.

### ②외국인을 위한 무료법률상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

언제 : 5/18(목) 13:30~16:30 (상담시간 30분)

신청 : 1주일전까지, 재단 홈페이지 또는 메일로 예약  
해 주십시오. 자세한 사항은 신청하신 분들께 알려  
드립니다.

### 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：5/18(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。



### 국제교류살롱「나카마(벗)」

언제 : 5/13 (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



### 国际交流沙龙“朋友”

时间：5/13(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>

✉ : 2021nakama@gmail.com

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

①~③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)

①~③문의：(공재) 이타바시구문화·국제교류재단 국제교류계(그린홀 1층)

〒173-0015 板桥区荣町 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/>



はな しんりよく あざや あかつかしよくぶつえん たの いべんと  
花と新緑の鮮やかな赤塚植物園に楽しいイベントや  
みせ だいしゅうごう  
お店が大集合！

いつ：5/13 (土)、5/14 (日) 10:00~16:00

どこで：赤塚植物園 (板橋区赤塚5-17-14)

※東武東上線下赤塚駅・成増駅から徒歩18分

国際興業バス「赤塚八丁目」から徒歩5分

※駐車場はありません。

何を：

①5/13 (土) 開会セレモニー、クラシ

ックコンサート、コットンを使ったマグネットストラ

ップ工作、ナチュラルブーケ作り講習会など

②5/14 (日) 出張！子ども動物園、多肉植物の寄せ

えをつくらう、子ども自然教室、じょうもんアクセサ

リー作りなど

※ほかにも、キーホルダー作り、クラフト体験、園内

ガイドツアー、板橋のいっぴんによる出店など様々な

イベントがあります。

※イベントの詳しいスケジュールは板橋区ホームページ

をご覧ください。

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/bousai/kouen/kouen/akatsuka/index.html>

問合せ：〒173-8501 板橋2-66-1

みどり公園課 みどり推進係 (区役所南館5階23番  
まどぐち  
窓口)

☎03-3579-2533

Lots of fun events and stalls got together at Akatsuka Botanical Garden thriving with flowers and bright fresh greens!

**Time:** 10:00~16:00, May 13, Sat and 14 Sun.

**Veue:** Akatsuka Botanical Garden, 5-17-14 Akatsuka, Itaashi-ku

※Access: 18-Min walk from Shimo-akatsuka or Narimasu Stations, Tobu Tajo Lines or 5-Min walk from Akatsuka 8-chome bus stop of Kokusaikogyo Bus. No parking at the Garden.

**Programs:** ①May 13: Opening ceremony, Classical music concerts, Workshops for crafting magnet straps with cotton and making natural bouquets and others

②May 14: Receiving Special guests from Children's Zoo, Workshop of making pots of succulent plants, nature school program for kids, Craft class of making Jomon-style accessories, etc.

※Lots of stalls and shops: Key-ring making, hands-on crafting experience, guided tour of the garden, special shop selling Itabashi' "ippin", or food and confectioneries par excellence made in Itabashi and recommended by Itabashi residents, and lots more of related events.

For a detailed schedule of events, visit the Itabashi City website.

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/bousai/kouen/kouen/akatsuka/index.html>

**Inquiries:** Greenery Promotion Subsection, Parks & Greenery Section (#23 5F, South Bldg., City Office), ☎03-3579-2533

## Follow the traffic rules for Cyclists

### ~Five Rules for your safe bike ride~

(1) Cyclists should ride on the left side of the roadway. On sidewalks/walkways, pedestrians have priority.

(2) At intersections, observe traffic signals and stop signs, and check for safety.

(3) Turn on your lights at night.

(4) Don't drink and cycle

(5) Wear a helmet.

\*Bicycles and motorbikes must be parked at designated parking spaces. Illegally parked ones on sidewalks shall be taken away by the City Office. Please be aware that you need to pay a charge to take the bicycle/motorbike back. It is not possible for you to take it back after a certain period of time. In that case, you are requested to collect it at your earliest convenience.

**Inquiries:** Public Works Planning and Traffic Safety Section ☎03-3579-2513

じてんしゃ るーる まち

## 自転車のルールを守りましょう

### ~自転車を安全に使う5つの決まり~

(1) 自転車は、車道の左側を走りましょう。歩道では、歩いている人が優先です。

(2) 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

(3) 夜はライトをつけましょう。

(4) 飲酒運転は禁止

(5) ヘルメットを身につけましょう。

※自転車やバイクは、駐輪場に停めてください。道

路上に置かれたままの場合は、区が撤去します。撤去

された自転車やバイクを引き取るためには、お金がか

かります。また、時間がたつと、引き取ることができ

なくなります。早めに引き取ってください。

問合せ：土木計画・交通安全課 ☎03-3579-2513

## “2023 年花卉绿色节”

在红绿相间的赤冢植物园举办“2023 年花卉绿色节”，内容丰富有趣，还有很多商店营业，请大家前来观赏游玩。

**时间：**5/13（周六）、5/14（周日） 10:00~16:00

**地点：**赤冢植物园（板桥区赤冢 5-17-14）

※乘坐东武东上线至「下赤冢」或「成増」，步行 18 分钟

国际兴业巴士至「赤冢八丁目」，步行 5 分钟

※没有停车场

**内容：**

①5/13（周六）开会典礼、古典音乐会、使用棉布制作的手工艺品吊饰以及如何制作天然花束的讲座等

②5/14（周日）儿童动物园的伙伴前来助兴！多肉植物群植、让孩子们了解大自然开办的学习班、手工制作绳文配饰等。

※另外还有以下内容：手工制作钥匙圈、体验制作手工艺品、园内导游、“板桥一绝”开设的卖点等々，丰富多彩。

※活动的详细日程请参见板桥区主页

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/bousai/kouen/kouen/akatsuka/index.html>

**询问：**〒173-8501 板桥 2-66-1

みどりと公園課 こうえんか みどり推進係 すいしんがかり（区役所南馆 5 楼 23 号窗口） ☎03-3579-2533

## 그린페스타 2023

꽃과 신록이 싱그러운 아카츠키식물원에 즐거운 이벤트와 점포가 총집합!

**언제：**5/13（토）、5/14（일）10:00~16:00

**장소：**아카츠키식물원（아카츠키카 5-17-14）

※토부토조선 시모야카츠키역・나리마수역에서 도보 18분, 버스 “아카츠키하츠메”정류장에서 도보 5분  
※주차장은 없습니다.

**내용：**

① 5/13（토）개회식, 클래식콘서트, 목면을 사용한 마그네틱스트랩 만들기, 내츄럴부케 만들기 강습회 등

② 5/14（일）출장! 어린이동물원, 다육식물 모아 심기 만들기, 어린이 자연교실, 고전 문양 액세서리 만들기 등

※그 외에도, 열쇠고리 만들기, 크라프트 체험, 원내 가이드 투어, 이타바시 일품 지정 점포의 출점 등 많은 이벤트가 있습니다.

※자세한 이벤트 스케줄은 이타바시구 홈페이지에서 확인하시기 바랍니다.

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/bousai/kouen/kouen/akatsuka/index.html>

**문의：**〒173-8501 이타바시 2-66-1

녹색과 공원과 녹색추진계（구청 남관 5층 23번 창구） ☎03-3579-2533

### 遵守自行车交通规则 ~自行车安全使用五则~

- (1) 自行车请用左侧自行车跑道。人行道上行人优先。
- (2) 遇到信号灯，请遵守信号以及暂停，注意确认安全。
- (3) 晚间，请打开车灯行驶。
- (4) 禁止酒后骑车。
- (5) 请戴安全帽。

※自行车、摩托车要停放在专用的停车场。道路上停放自行车会被区里撤走。去领回被撤走的自行车、摩托车要花钱。另外，超过一定期间就无法领回来。

所以请尽快领取。

**询问：** どぼくけいかく 土木計画・交通安全課 こうつうあんぜんか ☎03-3579-2513

### 자전거 를 지킵시다 ~안전하게 사용하는 5 가지 규칙 ~

- (1) 자전거는 자동차 도로의 왼쪽을 사용합니다. 인도는 걸어가는 사람이 우선입니다.
- (2) 교차로에서는 신호와 일시정지를 지키고, 안전확인
- (3) 밤에는 라이트를 켭시다.
- (4) 음주운전은 금지
- (5) 헬멧을 착용합니다.

※자전거나 오토바이는, 자전거주차장에 세웁시다. 도로상에 방치한 경우, 구청에서 철거합니다. 철거된 자전거나 오토바이를 인수하기 위해선 비용이 듭니다. 또한, 시간이 지나면, 인수 할 수 없게 됩니다. 서둘러 인수하시기 바랍니다.

**문의：** 토목계획・교통안전과 ☎03-3579-2513

こくみんねんきん はい  
**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人の人などをのぞく

もちもの：在留カード、年金手帳(持っている人のみ)、パスポート

いくら：1か月16,520円(2023年度)

支払方法：納付書・口座振替・クレジットカード

※納付書払いでは、電子納付(Pay-easy)やスマートフォンアプリによる電子決済も利用できます。

※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

**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.

**Requirements:** Residence card, Pension Handbook (if available), Passport

**Premium:** 16,520 yen/month (FY2023)

**Payment:** Payment slip, Bank transfer, Credit card

\*Payments can also be made via electronic payment (Pay-easy) and on smartphone apps.

\*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

おおほらふ えす てい ばる  
**まなぼーと大原フェスティバル**

日ごろまなぼーとを利用しているグループが、絵・写真などの作品の展示や、ダンス・楽器の演奏、体験教室を行います。

いつ：6/3(土) 10:00~16:00

6/4(日) 10:00~15:00

どこで：まなぼーと大原«大原生涯学習センター»(大原町5-18)

何を：絵手紙、写真、書道、水彩画、絵本、水墨画、編物、手芸、陶芸、ギター、ハンドベル、手話

ダンス、合唱、朗読、囲碁、子どもPC教室、そば打ち体験教室など ※一部有料

問合せ：まなぼーと大原 ☎03-3969-0401

✉osyakyo@city.itabashi.tokyo.jp

**Manaport Ohara Festival**

Exhibitions of paintings and photos, performances of dance and musical instruments by the Manaport students and hands-on lessons and workshops for the public.

**Time:** 10:00-16:00 June 3 (Sat), 10:00-15:00 June 4 (Sun)

**Venue:** Manaport Ohara, Lifelong Learning Center (Ohara 5-18 Ohara-cho)

**Program:** Picture-on-postcard, Photograph, Calligraphy, Water-color painting, Picture book, Ink painting, Sewing, Handcraft, Pottery, Guitar, Hand bell play, Sign language dance, Chorus, Recitation of stories, Recitation of stories, "Go" games, Computer Class for Kids, Hands-on soba noodle making class, etc. ※Charge applies to some activities

**Inquiries:** Manaport Ohara ☎ 03-3969-0401  
✉ osyakyo@city.itabashi.tokyo.jp

くりつこうれいしやじゆうたく くえいじゆうたく す ひと ぼしゆう  
**区立高齢者住宅や区営住宅に住む人を募集します**

いつ：5月下旬(5月上旬に「広報いたばし」や「区ホームページ」で詳しい日程をお知らせします。)

対象：①区立高齢者住宅(板橋区内に3年以上前から住む65歳以上の方) ②区営住宅(板橋区内に住む2人以上の世帯の方)

※その他の住宅の募集や対象者など詳しくは5月下旬に配布される募集案内をご覧ください。

問合せ：株式会社東急コミュニティー

☎03-5943-5006

住宅政策課 住宅運営係 ☎03-3579-2187

**Application open for Municipal Housings for Elderly and Municipality Managing Housings**

**Time:** End of May (Detailed schedule will be announced in early May in "Koho Itabashi" and on the City's official website.)

**Eligibilities:** (1) Municipal Housings for Elderly: Itabashi residents for three years or longer, aged 65 or older (2) Municipality Managing Housings: Itabashi residents of two or larger number of household

※Please refer to detailed information for application including other types of housings and eligibilities expected to circulate in the end of May.

**Inquiries:** Tokyu Community Inc. ☎03-5943-5006  
Housing Policy Section, City Office ☎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。

**所需材料**：在留卡、年金手册或基础年金号码通知单（持有者）、护照

**年金缴纳额**：每月 16,520 日元（2023 年度）

**支付方法**：缴纳单・银行转账・信用卡

※使用缴纳单付款时，还可以用电子支付（Pay-easy）或使用智能手机付款软件进行结算。

※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グループ

（区役所南馆 2 楼 25 号窗口）☎03-3579-2431

## まなぽーとおおはら まなぽーとおおはら文化交流节

平时利用まなぽーとの各个团体，举办绘画摄影作品展览、舞蹈乐器演奏、还有一些体验活动，欢迎参加。

**时间**：6/3（周六）10:00~16:00

6/4（周日）10:00~15:00

**会场**：まなぽーとおおはら《大原生涯学習センター》  
（大原町5-18）

**内容**：绘有图画的信、摄影、书法、水彩画、图画、水墨画、编织、手工艺品、陶艺、吉他、手摇铃、哑语舞、合唱、朗读、围棋、儿童电脑讲座以及体验养表面制作等活动 ※其中有一部分是收费的

**咨询**：まなぽーとおおはら ☎03-3969-0401

✉ osyakyo@city.itabashi.tokyo.jp

## 募集区立老年人住宅及区营住宅入居者

募集区立老年人住宅及区营住宅入居者

**时间**：5月下旬（详细日程将于5月上旬通过《板桥广报》或《板桥区主页》通知大家。）

**对象**：①区立老年人住宅（条件：在板桥区内住满三年、65岁以上）②区营住宅（条件：住在板桥区内、家庭成员二人以上）

※有关其他的募集信息（住宅、应征条件）的详细内容请查阅将在5月下旬分发的募集广告。

**询问**：株式会社東急コミュニティー

☎03-5943-5006

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 의료체재 또는 의료체재자의 대리인 등은 제외

**지참물**：재류카드, 연금수첩 또는 기초연금 번호통지서 (있는 사람만), 여권

**비용**：1 개월에 16,520 엔(2023 년도)

**지불방법**：납부서・계좌이체・신용카드

※납부서 지불에는, 전자납부 (Pay-easy) 나 스마트폰 앱을 이용한 전자결제도 이용하실 수 있습니다.

※학생이나 소득이 적어 지불하기 어려운 분은 보험료가 면제되거나, 지불을 미룰수 있는 제도가 있습니다.

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

**문의**：국보연금과 국민연금그룹

(구청 남관 2 층 25 번 창구) ☎03-3579-2431

## 마나포토 오오하라 페스티벌

평소 마나포트를 이용하고 있는 그룹들이, 그림・사진 등의 작품전시와, 댄스・악기 연주, 체험교실 등을 펼칩니다.

**연제**：6/3(토) 10:00 ~ 16:00

6/4(일) 10:00 ~ 15:00

**장소**：마나포토 오오하라<오오하라생애학습센터>  
(오오하라 5-18)

**내용**：그림편지, 사진, 서도, 수채화, 그림책, 수목화, 뜨개질, 수예, 도예, 기타, 핸드벨, 수화댄스, 합창, 낭독, 바둑, 어린이 PC 교실, 소바 만들기 체험교실 등  
※일부 유료 ※일부 무료

**문의**：마나포토 오오하라 ☎03-3969-0401

✉ osyakyo@city.itabashi.tokyo.jp

## 구립고령자주택과 구영주택 거주자를 모집합니다

**시기**：5 월하순 (5 월 상순에 「홍보이타비시」와 「구청 홈페이지」로 자세한 일정을 알려드립니다.)

**대상**：①구립고령자주택 (이타바시구에 3 년 이상 거주한 65 세 이상인 분) ②구영주택 (이타바시구에 거주하고 있는 2 명 이상의 세대인 분)

※그 외 주택 모집이나 대상자 등의 구체적인 내용은 5 월 하순에 배부되는 모집안내를 보시기 바랍니다.

**문의**：주식회사 토쿄코뮤니티 ☎03-5943-5006

주택정책과 주택운영계 ☎03-3579-2187

しげんかいしゅう しゅうしゅう ちいきべつようびひょう  
資源回収・ごみ収集 地域別曜日表

しげん 資源とごみは、まいしゅうき ようび 毎週決まった曜日（ごみを出す曜日）にあつ 集めます。ごみを出す曜日の当日朝8：00までに、ごみ集積所（ごみを出す場所）に出してください。ごみを出す日は、ちいき 地域（住んでいる所）によって決まっています。詳しくは、ホームページを見てください。

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/gomi/kaishu/1031623.html>

※アパート・マンションの一部では、ごみを出す曜日がちが 違います。ごみ集積所の看板を見てください。



※年末年始のごみを出す日は、ねんまつねんし 板橋区ホームページ、広報いたばし、ごみ集積所の看板への張り紙でお知らせします。

問い合わせ：

- ① 収集・分け方出し方に関すること  
しげんじゅんかんすいしんが 資源循環推進課 清掃事業係 ☎03-3579-2218
- ② 赤塚・赤塚新町・新河岸・大門・高島平・徳丸・中台・なります 成増・西台・三園・四葉・若木地域  
いたばしにしせいそうじむしょ 板橋西清掃事務所 ☎03-3936-7441
- ③ ②以外の地域  
いたばしひがしせいそうじむしょ 板橋東清掃事務所 ☎03-3969-3721



Recyclable materials and Garbage Collection :  
Schedule by areas

Recyclables and waste are collected regularly on designated weekly dates of collection. Please deliver the bags to the Collection Point by 8:00 a.m. on the morning of the day of collection.

Collection schedule is determined by the area (your resident address).

For details, visit the web site below.

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/gomi/kaishu/1031623.html>

※Large apartment complex may have its own collection dates. Please refer to the signboard at the Collection Point.



※Collection dates for Year-end and New Year holiday week will be noticed on Itabashi City Website, Koho-Itabashi monthly news and signboard at the Collection Point.

Inquiries:

- 1) Regarding collection and separation of waste Sanitation Subsection, Resource Recycling Promotion Section ☎03-3579-2218
- 2) Itabashi Nishi Sanitation Office ☎03-3936-7441  
Areas in charge: Akatsuka, Akatsukashinmachi, Shingashi, Daimon, Takashimadaira, Tokumaru, Nakadai, Narimasu, Nishidai, Misono, Yotsuba, Wakagi
- 3) Itabashi Higashi Sanitation Office ☎03-3969-3721  
Areas in charge: outside of the areas mentioned in 2)above

Welcome to いたばし

~Living Information for Foreign Residents~

**Contents:** Procedures on change of address, National Health Insurance, taxes, education, etc.

**Languages:** Japanese with furigana, English, Chinese and Korean

**To access:** Visit the website of Itabashi Cultural and International Exchange Foundation

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/foreigner/seiaktu/1045425.html>



Welcome to いたばし

がいこくせきじゅうみん せいかつじょうほう  
~外国籍住民のための生活情報~

なに じゅうしょ へんこう ことくけんこうほけん ぜいきん きょういく  
何を：住所の変更、国民健康保険、税金、教育など

ことば につ にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご  
ことば：ルビ付き日本語・英語・中国語・韓国語

どこで ざいだん ちいさな  
どこで：財団のホームページから見るができます

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/foreigner/seiaktu/1045425.html>

## 资源回收·垃圾收集 各地区日程表

资源和垃圾每周都有固定的收集日（垃圾扔弃日）。收集日当天，在早上 8：00 之前扔弃在所定的地方（垃圾扔弃点）垃圾扔弃日，每个区域（你住的地方）有规定。请详见区网页。

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/gomi/kaishu/1031623.html>

※有的大型公寓，扔弃垃圾日会不同，请查看垃圾回收点的告示牌。

※关于年初年末的垃圾扔弃日，将通过《板桥区主页》、《板桥广报》或贴在垃圾回收点的告示牌上的海报通知大家。

### 咨询：

①关于资源和垃圾的回收、分类以及投放的问题  
しげんじゆんかんすいしんか せいそうじぎょうかり  
資源循環推進課 清掃事業係 ☎03-3579-2218

②赤塚・赤塚新町・新河岸・大門・高島平・徳丸・中台・成増・西台・三園・四叶・若木地区  
いたばしにしせいそうじむしょ  
板橋西清掃事務所 ☎03-3936-7441

③②以外的地域  
いたばしひがしせいそうじむしょ  
板橋東清掃事務所 ☎03-3969-3721



## 外国籍居民生活信息指南

内容：住所变更、国民健康保险、税金、保育園、中小学校等

语言：带注音的日语・英语・汉语・韩语

网址：可以从财团主页进行查阅

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/foreigner/seiaktsu/1045425.html>

## 자원회수·쓰레기수집 지역별 요일표

자원과 쓰레기는 매주 정해진 요일（쓰레기 수거일）에 수거합니다. 쓰레기 수거일, 당일 아침 8：00 까지, 쓰레기 수거 장소에 내 놓으시기 바랍니다.

쓰레기를 내놓는 날은, 지역(살고 있는 곳)에 맞추어 정해져 있습니다. 자세한 내용은 홈페이지를 보시기 바랍니다.

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/gomi/kaishu/1031623.html>

※아파트·맨션의 일부에서는, 쓰레기를 내놓는 요일이 다를 수 있습니다.

쓰레기 내놓는 곳의 간판으로 확인하시기 바랍니다.

※연말연시의 쓰레기 내놓는 날은, 이타바시구 홈페이지, 홍보이타바시, 쓰레기 집하장의 간판 벽보를 통해 알려 드립니다.

### 문의：

①수집·구분 해 내놓는 방법에 관해서  
자원순환추진과 청소사업계 ☎03-3579-2218

②아카츠키·아카츠키신마치·신가시·다이몽·타카시마다이라·나카다이·토쿠마루·나리마수·니시다이·미소노·요츠바·와카기지역

지역 이타바시 서청소사무소 ☎03-3936-7441

③ ②이외의 지역

이타바시 동청소사무소 ☎03-3969-3721



## 외국국적 주민을 위한 생활정보

내용：주소변경, 국민건강보험, 세금, 어린이집, 초중학교 등

언어：발음 써있는 일본어, 영어, 중국어, 한국어

장소：재단 홈페이지에서 보실수 있습니다.

<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/tetsuduki/foreigner/seiaktsu/1045425.html>