

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



# アイシェフ・ボード

ICIEF BOARD 아이셰프 보드

2021.  
がっこう  
5月号

(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専門家相談会【予約制】

いつ：6/6(日) 13:30～16:30 相談時間は一人30分

※電話で相談を行います。

相談できること：在留資格・結婚・離婚・難民認定、相続、労働、保険・年金など

対応できる言語：日本語・英語・中国語・韓国語

申込：5/20(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【Reservation required】

Time: June.6 (Sun) 13:30~16:30

30 minutes per session

\* Consultation is conducted over the phone.

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

Available languages: Japanese, English, Chinese, Korean

To Apply: Reserve by email or through Website by 5/20(Thu). Details will be informed to each applicant in person.

## 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：5/20(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。

## ②Free Legal Consultation for International Residents【Reservation required】

※Consultation is conducted over the phone or online.

Time: 13:30~16:00, May. 20 (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.

## 国際交流オンラインサロン「なかま」

いつ：5/22(土) 13:00～14:30

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。

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 ~ Online ~ "Nakama"

Date: 13:00-14:30, May. 22 (Sat)

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 問合せ・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)

①～② 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面向外国人的免费专家咨询会【预约制】

时间：6月6日(周日)13:30~16:30

咨询时间为30分钟左右。※通过电话咨询。

咨询内容：在留资格、结婚·离婚、难民认定、继承、工作、保险·年金

对应语言：日语·英语·中文·韩语

申请：请在5/20(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】

연제 : 6/6(일) 13:30 ~ 16:30

상담시간은 1인 30분.

※전화로 상담이 실시됩니다.

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

대상언어 : 일본어·영어·중국어·한국어

신청 : 5/20(목)까지 재단 홈페이지 또는 메일로 예약 해 주십시오. 자세한 사항은 신청자하신 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：5/20(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。

### ②외국인을 위한 무료 법률 상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

연제 : 5/20(목) 13:30~16:00 (상담시간 30분)

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

### 国际交流沙龙~网上~「朋友」

时间：5/22(周六) 13:00~14:30

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

咨询：友好俱乐部「朋友」

✉ : 2021nakama@gmail.com

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

### 국제교류온라인살롱「나카마」

연제 : 5/22(토) 13:00 ~ 14:30

신청 : (1)이름 (2)주소 (3)국적 (4)메일주소

(5)전화번호 등을 메일로 보내주세요.

문의 : 프렌드쉽 나카마

✉ : 2021nakama@gmail.com

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

### 新型コロナウイルスのワクチン接種について Notice on COVID-19 vaccination

### 新冠疫苗接種注意事項 신종 코로나 백신 접종 안내

5月以降、75歳以上の人から順にワクチン接種券が入った封筒が届きます。封筒が届いたら電話か、中に書かれている URL からオンライン予約をして接種を受けてください。接種は無料です。P7の記事もみてください。

Envelope containing Vaccination Tickets will be delivered to every resident 75 or older from May onward.

Once received it, please book an appointment by phone or accessing URL online according to the instruction enclosed. The vaccination is Free of Charge. Please refer to the article on page 7 in this ICIEF as well.

从5月开始,会将装有疫苗接种的信封依次按顺序寄给75岁以上的人。收到信封之后,请打电话或者通过所示网页预约打疫苗针。打疫苗针是免费的。也请参见第8页所记载的相关内容。

5월 이후, 75세 이상인 분부터 순서대로 백신 접종권이 들어 있는 봉투가 전달되게 됩니다. 봉투를 받으시면 전화 또는 안에 적혀 있는 URL로 온라인 예약을 하시고 접종을 받으시기 바랍니다. 접종은 무료입니다. P8의 기사도 읽어 주시기 바랍니다.

①~②咨询·申请：(公財)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)

①~②문의 : (공재) 이타바시구문화·국제교류재단 국제교류계 (이타바시구청 8층 13번 창구)

〒173-8501 板橋区板橋 2-66-1 이타바시구 이타바시 2-66-1 ☎03-3579-2015 FAX03-3579-2046

✉ [kkouryu@city.itabashi.tokyo.jp](mailto:kkouryu@city.itabashi.tokyo.jp) Facebook @itabashi.icief <https://www.itabashi-ci.org/int/>



## 2021 いたばし学習・スポーツガイド《春夏号》

4月～9月に行う事業を、9つの分野にわけて紹介  
する冊子です。無料で読むことができます。

**何を：**①パソコン ②文化・教養 ③自然・環境  
④健康とくらし ⑤出産・育児 ⑥福祉  
⑦ボランティア ⑧語学・国際交流 ⑨スポーツ・  
イベント・レクリエーション

**場所：**生涯学習課、まなぽーと（生涯学習  
センター）、区民事務所、地域センター、区立図書館、  
健康福祉センター、区のホームページなど

**問合せ：**生涯学習課 生涯学習推進係  
(区役所北館6階15番窓口) ☎03-3579-2633

## BBQ とキャンプファイヤーの集い ～参加者募集～

**いつ：**①6/26 (土) ～27 (日)

②7/3 (土) ～4 (日)

③7/10 (土) ～11 (日)

※17:00集合、次の日の朝食の後に解散 (1泊2日)

**どこで：**榛名林間学園(群馬県高崎市榛名湖町845-1)

**だれが：**区内在住・在勤・在学の人 各40人 (申込  
順)

※中学生以下の方は保護者の同伴が必要

**何を：**園庭でのバーベキューとキャンプファイヤー

\*天候により夕食の場所をピロティーもしくは食堂  
に変更することがあります。

**いくら：**15歳以上…5,600円、4～14歳…4,000円、  
2～3歳…900円

**申込・問合せ：**

5/22(土)から電話で申し込んでください。

榛名林間学園 ☎027-374-9315 (9:00～17:00)

## さつきフェスティバル

さつきの愛好家たちが、心をこめて育てたさつきを  
展示します。板橋区でつくられた農産物や、さつき、  
植木、草花を扱うことができます。

**いつ：**5/17(月)～20(木) 8:30～17:00

※さつきの展示は5/20(木)16:00まで

**どこで：**区役所北館1階

**問合せ：**赤塚支所 都市農業係

☎03-3938-5114

## “Spring & Summer Edition”: Learning & Sports Guide in Itabashi 2021

The free booklet introduces various courses for April  
to September.

**Contents:** (1) Computer operation, (2) Culture &  
Education, (3) Nature & Environment, (4) Health &  
Living, (5) Child-birth & Child-rearing, (6) Welfare, (7)  
Volunteering, (8) Language-learnings and  
International Exchanges, (9) Sports & Recreations  
**Available at:** Lifelong Learning Section, Manaport  
(Lifelong Learning Center), City Residents Offices,  
Regional Centers, Libraries, Health & Welfare Centers,  
Website for Itabashi City, etc.

**Inquiries:** Lifelong Learning Development Subsection,  
Lifelong Learning Section (#15, 6F North Bldg. City  
Office), ☎03-3579-2633

## Gathering for BBQ and Camp fire : Participants invited

**Dates:** 1: June 26(Sat) ~ 27(Sun)

2: July 3(Sat) ~ 4(Sun)

3: July 10(Sat) ~ 11(Sun)

\*Please arrive by 5 p.m. on the first day.

The event ends after breakfast the following day.

**Venue:** Haruna Forest Seminar House (845-1  
Harunako-machi, Takasaki City, Gunma Prefecture)

**Eligibility:** Those living, working or studying in Itabashi  
40 persons for each session ( first-come, first-served  
basis )

\*Junior high school students and younger must be  
accompanied by his/her guardian  
Program: Barbeque and Camp fire gathering in the  
garden

\* Due to weather, location is subject to change to  
Pilotis or dining room.

**Fee:** Adult (15 years or older)5,600yen / Child (4 ~ 14  
years old)4,000yen/ Infant (2 ~ 3 years old): 900yen

**To Apply/Inquiries:** Apply by phone from May 22 (Sat)  
onward. Haruna Forest Seminar House

☎027-374-9315 (9:00 ~ 17:00)

## Satsuki Bonsai Festival

Satsuki, Azalea, raised by caring and thoughtful  
growers are on display. You can purchase local  
farming products, Satsuki, potted plants, and flowers.

**Time:** 8:30 ~ 17:00, May 17 (Mon) to May 20 (Thu)

\*Satsuki trees are displayed until 16:00 p.m. May 20.

**Venue :** City Office North Bldg. 1F

**Inquiries:** Urban Agriculture Subsection,  
Akatsuka Branch Office ☎ 03-3938-5114

介绍 4 月~9 月举办的活动, 免费分发。

内容:

- ①电脑知识 ②文化·教养 ③自然·环境
- ④健康与生活 ⑤妊娠分娩·育儿 ⑥福祉 ⑦自愿者
- ⑧语言学习·国际交流 ⑨体育·交流活动

地点: 生涯学习课、まなぼと(生涯学习  
センター)、区民事務所、地域センター、図書館、  
健康福祉センター、板桥区网站也可阅览。

咨询: 生涯学习课 生涯学习推进係  
(区役所北館 6 楼 15 号窗口) ☎03-3579-2633

4 월~9 월에 실시되는 이벤트를 9 개 분야에 걸쳐서 소개하는 책자입니다. 무료로 읽으실 수 있습니다.

- 내용 : ①컴퓨터 ②문화·교양 ③자연·환경  
④건강과 생활 ⑤출산·육아 ⑥복지 ⑦자원봉사  
⑧어학·국제교류 ⑨스포츠·이벤트·레크리에이션

장소: 생애학습관, 마나포토 (생애 학습센터),  
구민사무소, 지역센터, 구립도서관, 건강복지센터,  
구청 홈페이지 등

문의 : 생애학습과 생애학습추진계  
(구청 북관 6 층 15 번 창구) ☎03-3579-2633

BBQ 烧烤聚餐和营火会 ~募集参加者~

- 时间: ①6/26 (周六) ~27 (周日)  
②7/3 (周六) ~4 (周日)  
③7/10 (周六) ~11 (周日) (1 晚 2 日)

\* 17:00 榛名林間学園集合。次日早餐后解散。

地点: 榛名林間学園  
(群馬県高崎市榛名湖町845-1)

对象: 区内在住·在职·在学者。  
各 40 人 (按报名顺序)

※中学生以下的需要家长陪同

内容: 在庭园里举行 BBQ 烧烤聚餐和营火会  
\* 根据天气状况, 晚餐有可能被改到一楼穿堂或食堂里进行。

费用: 15 岁以上...5,600 日元  
4~14 岁...4,000 日元  
2~3 岁...900 日元

申请·咨询: 5/22 (周六) 开始受理电话申请。  
榛名林間学園 ☎027-374-9315 (9:00~17:00)

BBQ 와 캠프파이어 ~참가자 모집~

- 언제 : ①6/26(토) ~ 27(일)  
②7/3(토) ~ 4(일)  
③7/10(토) ~ 11(일)

※17:00 집합, 다음날 조식 후  
해산 (1 박 2 일)

장소:하루나임간학원

(군마현타카사키시하루나마치 845-1)

대상:구내거주·근무·재학중인 사람 각 40 명(신청순)  
※중학생 이하는 보호자 동반 필수

내용 : 정원에서 바베큐와 캠프파이어  
\* 날씨에 따라 저녁식사 장소가 필로티 또는  
식당으로 변경 될 수 있습니다.

비용: 15 세이상.. 5,600 엔, 4~14 세.. 4,000 엔  
2~3 세.. 900 엔

신청 및 문의:

5/22(토)부터 전화로 신청 해 주세요.  
하루나임간학원 ☎027-374-9315 (9:00~17:00)



皐月盆栽展

展示会上将展出皐月盆栽爱好者精心栽培的各种皐月盆栽。还能买到板桥区生产的农产品、皐月、树木、花草等。

时间: 5/17 (周一) ~20 (周四)  
8:30~17:00

※皐月展示到 5/20 (周四) 16:00 为止。

地点: 区役所北館 1 楼

咨询: 赤塚支所都市農業係 ☎03-3938-5114

철쭉 페스티벌

철쭉 애호가들이 정성을 다해 키운 철쭉을 전시합니다. 이타바시구에서 생산된 농산물과 철쭉, 분재, 꽃들도 사실 수 있습니다. 원예교실 등의 이벤트도 열립니다.

언제 : 5/17(월)~20(목) 8:30~17:00

※철쭉 전시는 5/20(목)

16:00 까지

장소 : 구청 북관 1 층

문의 : 아카쯔카지소 도시농업계 ☎03-3938-5114



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16,610円(2021年度)

支払方法：納付書・口座振替・クレジットカード

※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, Passport, Pension book (if available)

**Premium:** 16,610 yen/month (FY2021)

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

\*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

おおはら ふ え す て い ば ろ  
まなぽーと大原フェスティバル

日ごろまなぽ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：6/5(土) 10:00~16:00

6/6(日) 10:00~15:00

どこで：まなぽーと大原「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、手話ダンス、編物、陶芸、ギター、ハンドベル、盆栽、朗読、囲碁、手芸、フォトフレームづくり、卓球大会など ※一部有料

問合せ：まなぽーと大原 ☎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 5 (Sat), 10:00-15:00 June 6 (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, Sign language dance, Sewing, Pottery, Guitar and Hand bell play, Bonsai, Recitation of stories, "Go" games, Handcraft, Crafting photo frame, Table tennis game, etc.  
※Charge applies to some activities

**Inquiries:** Manaport Ohara ☎03-3969-0401

✉osyakyo@city.itabashi.tokyo.jp

くりつこうれいしゃじゅうたく くえいじゅうたく す ひと ほしゅう  
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

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みてください。

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, 2021 onward.

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（持有者）、护照

**年金缴纳额**：每月 16,610 日元（2021 年度）

**支付方法**：缴纳单・银行转账・信用卡

※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

## まなぼーとおおはら 文化交流节

平时利用まなぼーとの各个团体，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**：6/5（周六）10:00~16:00

6/6（周日）10:00~15:00

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

**内容**：手绘信、摄影、书法、水彩画、插图书、水墨画、学习哑语舞蹈、编织、陶艺、吉他、手铃、盆景、朗读、围棋、手工艺、手工制作相框、参加乒乓球比赛等 ※其中有一部分是收费的

**咨询**：まなぼーとおおはら ☎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

**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

じゅうたくせいさくか じゅうたくうんえいがかり  
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 의료체재 또는 의료체재자의 대리인 등은 제외

**지참물**：재류카드, 연금수첩(있는 사람만), 여권

**비용**：1 개월에 16,610 엔(2021 년도)

**지불방법**：납부서・계좌이체・신용카드

※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**：6/5(토) 10:00 ~ 16:00

6/6(일) 10:00 ~ 15:00

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

**내용**：그림편지, 사진, 서도, 수채화, 조각, 수묵화, 조화, 수화댄스, 뜨개질, 도예, 기타, 핸드벨, 분재, 낭독, 바둑, 수예, 사진액자만들기, 탁구대회 등 ※일부 유료

**문의**：마나포토 오오하라 ☎03-3969-0401

✉ osyakyo@city.itabashi.tokyo.jp

## 구립고령자주택과 구영주택 거주자를 모집합니다

**시기**：5 월하순

**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 토큐코뮤니티 ☎03-5943-5006

주택정책과 주택운영계 ☎03-3579-2187

じてんしゃ るー る まち  
**自転車のルールを守りましょう**  
 じてんしゃ あんぜん つか き  
 ～自転車を安全に使う5つの決まり～

- (1) 自転車の車道を守りましょう。  
 (2) 車道では、左側を走りましょう  
 (3) 歩道では、歩いている人が優先です。  
 車道の近くをゆっくり走りましょう。

- (4) 安全ルールを守りましょう  
 ・ 飲酒運転や二人乗り、横に並んで  
 走ることの禁止  
 ・ 夜はライトをつける  
 ・ 交差点で信号を守る、いったん  
 止まって安全を確認する



- (5) 子どもは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

**Follow the traffic rules for Cyclists**  
 ～Five Rules for your safe bike ride～

- (1) Use roadways. (2) Keep to the left on roadways. (3) On  
 sidewalks, pedestrians have the right-of-way. Slow  
 down and keep to the side closest to the roadway.  
 (4) Obey safety rules as below.

DON'TS: Drink-and-ride, Carry a passenger and Ride  
 side-by-side. Use your front light after dark. Obey traffic  
 signals at intersections. Come to a full stop and check  
 the traffic in all directions to make sure safety before  
 entering the intersection. (5) Children must wear bicycle-  
 helmets.

\*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

**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.itabashi-ci.org/int/living-information/>

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**

**何を：**住所の変更、国民健康保険、税金、教育など

**ことば：**ルビ付き日本語・英語・中国語・韓国語

**どこで：**財団のホームページから見るができます

<https://www.itabashi-ci.org/int/living-information/>

しんがたころなういるす わくちんせつしゅ  
**新型コロナウイルスのワクチン接種について**

せいねんがっぴ 生年月日	せつしゅけんそうふひ 接種券送付日
①1947.4.1以前(75歳以上)	5/6(木)
②1947.4.2～1957.4.1 (65歳以上75歳未満)	5/20(木)
③上記以外	5月下旬以降

①～②の順番で5月中旬以降にワクチン接種を始める  
 予定です(ワクチンの供給量によっては遅れることが  
 あります)。③の人が接種を始められる時期はそれより後  
 になります。準備ができたならこのアイシエフ・ボード  
 でもお知らせしますので、しばらくお待ちください。

**予約・問合せ：**板橋区新型コロナワクチンコールセンター

☎0120-985-252 (9:00～18:00土日祝日含む)

対応言語：英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル  
 語・タガログ語・ベトナム語・ネパール語・ミャンマー語

**Covid-19 Vaccination program**

Dates of Birth	Sending Vaccination Tickets
1st: Residents born on and before April 1, 1947, older than 75	May. 6 (Thu)
2nd: Residents born on between April 2, 1947 and April 1, 1957, older than 65 and younger than 75	May. 20 (Thu)
3rd: Others	End of May

The Vaccination will be conducted 1st and 2nd accordingly  
 from the mid-May. Subject to be delayed according to the  
 supply volume of the vaccine. For the 3rd group of people,  
 the vaccination will be conducted later than 1st and 2nd  
 group, the notice will be provided on this ICIEF or other  
 measures once prepared for the injection. Please wait a  
 little while more.

Booking appointments & Inquiries: Itabashi Covid-19  
 Vaccine Call Center

☎0120-985-252 (9:00～18:00 weekends and public  
 holidays included)

Available languages: English, Chinese, Korean, Spanish,  
 Portuguese, Tagalog, Vietnamese, Nepali, and Burmese

## 遵守自行车交通规则

### ~自行车安全使用五则~

- (1) 自行车走车道。
- (2) 自行车靠车道左侧通行。
- (3) 人行道上行人优先。自行车要在靠车道一侧慢行。
- (4) 遵守安全规则
  - 禁止酒后骑车、二人同乘一辆车、并排骑车。
  - 夜间要打开车灯。
  - 在交叉路口要遵守信号、停车确认安全后通行。
- (5) 儿童要戴好安全帽。



※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: 土木計画・交通安全課 ☎03-3579-2513

## 자전거 룰을 지킵시다

### ~안전하게 사용하는 5 가지 규칙 ~

- (1) 자전거는 차도를 달립니다
  - (2) 차도에서는 왼쪽을 달립니다.
  - (3) 인도에서는 보행자가 우선입니다.  
차도 가까운 쪽을 천천히 달립니다.
  - (4) 안전 룰을 지킵시다.
    - 음주운전이나 두사람 같이타기, 옆으로 늘어져서 타는 것은 금지
    - 밤에는 라이트 켜기
    - 교차로에서는 신호를 지키고, 일단 멈춰 안전확인
  - (5) 어린이는 헬멧을 쓰도록 합시다.
- ※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

## 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.itabashi-ci.org/int-ch/living-information/>

## 외국국적 주민을 위한 생활정보

내용: 주소변경, 국민건강보험, 세금, 어린이집, 초등학교 등

언어: 발음 써있는 일본어, 영어, 중국어, 한국어

장소: 재단 홈페이지에서 보실수 있습니다.

<https://www.itabashi-ci.org/int-kr/living-information/>

## 有关新型冠状病毒疫苗接种事项

出生年月日	邮寄接种券的日期
①1947. 4. 1 以前 (75 岁以上)	5/6(周四)
②1947. 4. 2~1957. 4. 1 (65 岁以上 75 岁未滿)	5/20(周四)
③上面记载之外的	5 月下旬以后

按①~②的顺序, 预定在 5 月中旬以后开始疫苗接种(根据疫苗供应情况有可能延期)。第③群体的人随后进行疫苗接种, 准备工作一旦完成我们也会通过这个 ICIEF BOARD 通知大家, 请安心等待。

预约·询问: 板桥区新型冠状病毒疫苗接种呼叫中心 ☎0120-985-252 (9:00~18:00 包括周六、周日和节假日)

对应语种: 英语·汉语·韩语·西班牙语·葡萄牙语·菲律宾语·越南语·尼泊尔语·缅甸语

## 신종 코로나바이러스 백신접종에 대해

생년월일	접종권 송부일
①1947.4.1 이전(75 세이상)	5/6(목)
②1947.4.2~1957.4.1 (65 세이상 75 세미만)	5/20(목)
③상기이외	5 월하순이후

①~②의 순서로 5 월 중순 이후에 백신 접종을 시작 할 예정입니다. (백신 공급 사정에 따라 늦어질 수 있습니다) ③에 해당되시는 분께는 접종이 시작되는 시기가 그 다음이 됩니다만, 준비가 되는대로 이 아이세프 보드를 통해서도 알려 드립니다. 잠시 기다려 주시기 바랍니다.

예약·문의: 이타바시구 신종코로나백신콜센터 ☎0120-985-252 (9:00~18:00 토요일공휴일포함)

대응언어: 영어·중국어·한국어·스페인어·포르투갈어·타갈로그어·베트남어·네팔어·미얀마어