

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

2022.
がっこう
3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.

外国人のためのICIEF初級日本語教室～前期～

①A月・木コース...4/11(月)～9/15(木)の

毎週月曜・木曜、10:00～12:00

②B火・金コース...4/12(火)～9/16(金)の毎週火曜・

金曜、18:30～20:30

③C水曜会話サロン...4/13(水)～9/14(水)の毎週水曜、

a10:00～11:30/b18:30～20:00(aまたはbのどちら

かを選ぶ)

※いずれも祝日・年末年始を除く。

だれが: 区内在住・在勤・在学の15歳以上の外国人

※子どもを連れて参加することはできません

どこで: グリーンホール会議室(栄町36-1)

人数: 各コース35名(申込順)

いくら: ①②B5,400円+テキスト代 ③2,700円(Aま

たはBと一緒に申し込むとき③は1,000円)

申込: 3/1(火)申込開始、3/31(木)までに、

ホームページの申込フォームまたはメールに(1)希望

コース(2)名前・ふりがな(3)性別(4)国籍(5)住所

(6)電話番号(7)メールアドレスを書いて申してください。

ICIEF Japanese Language Classes for Foreign Residents (Beginners), the 1st half of the Year 2022

① Mon. & Thu. Course: Apr. 11(Mon) ~ Sep. 15 (Thu), every Mon & Thu, 10:00~12:00

② Tue. & Fri. Course: Apr. 12(Tue) ~ Sep. 16(Fri) every Tue & Fri, 18:30~20:30

③ Wednesday Conversation Salon: Apr. 13(Wed) ~ Sep. 14 (Wed), every Wed. a 10:00~11:30/ b 18:30~20:00( Choose "a" or "b" )

\*Except public holidays and Year-end, New Year holidays.

Eligibility: Non-Japanese residents aged 15 and above \*Children are not allowed to the class.

Venue: Meeting Room, Green Hall, 36-1, Sakae-cho

Capacity: 35 persons, first-come-first-served basis

Tuition: ①②¥5,400 (lesson) Textbook fee is not included.

③¥2,700(In case you apply ① or ② as well, special rate ¥1,000 applies)

Application: Starts on Mar.1(Tue). Closes on Mar. 31 (Thu).

Apply by sending Application Form on the ICIEF website

or Email the following information: ①Your choice of

course Name with Hiragana ③Sex ④Nationality ⑤

Address ⑥Phone number ⑦Email address

Free Legal Consultation for International Residents (Reservation required)

※Consultation is conducted over the phone or online.

Time: 13:30~16:00, Mar. 17 (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.

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: 3/17(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

いたします。

①~④ 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)

①~④ 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面向外国人开办的 ICIEF 初级日语班

~ 前期 ~

①周一·四班...4/11 (周一) ~ 9/15 (周四)

每周周一·周四 10:00 ~ 12:00

②周二·五班...4/12 (周二) ~ 9/16 (周五) 每周周二·

周五 18:30 ~ 20:30

③周三会话沙龙...4/13 (周三) ~ 9/14 (周三) 每周

周三 a 10:00 ~ 11:30 / b 18:30 ~ 20:00 (从 a 或 b 中选  
一项)

※除节假日·年末年初

对象: 15 岁以上外国人 ※不可带小孩听课

地点: **グリーンホール** (绿色会堂) 会议室  
(**栄町** 36-1)

人数: ①②③各 35 名 (按报名顺序)

费用: ①②5,400 日元 (学费) + 教科书费 ③2,700 日  
元 (③和①或者②的任一课程同时报名时学费由 2,700  
日元降到 1,000 日元)

报名: 3/1(周二) 开始报名, 截至 3/31 (周四)。写明  
以下内容后用财团主页里的报名表直接报名或通过邮  
件报名都可以。

(1)希望参加哪个班 (2)姓名·假名 (3)性别 (4)国籍  
(5)住址 (6)电话号码 (7)邮件地址

### 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: 3/17(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。

详情随后通知。

### ① 外国인을 위한 ICIEF 초급 일본어교실 ~전기~

①월·목코스 4/11(월)~9/15(목)의

매주 월요일·목요일, 10:00~12:00

②화·금 코스 4/12(화)~9/16(금)의

매주 화요일·금요일, 18:30~20:30

③수요회화살롱:4/13(수)~9/14(수)의

매주 수요일 a 10:00~11:30/ b 18:30~20:00

※공휴일, 연말연시 제외. (a 또는 b 중 선택)

대상: 15 세 이상의 외국인 ※어린이동반 불가

장소: 그린홀 회의실 (사카에초 36-1)

인원: ①②③각각 ④35 명 (선착순)

비용: ①② 5,400 엔(수강료) + 교재비

③ 2,700 엔 (①또는 ②와 동시신청시 1000 엔)

신청: 3/1(화) 신청개시,

3/31(목)까지, 홈페이지 신청폼

또는 메일로 (1)희망코스 (2)이름  
및 발음

(3)성별 (4)국적 (5)주소

(6)전화번호 (7)메일주소를 적어서

신청 해 주시기 바랍니다.



### ②외국인을 위한 무료법률상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

연제: 3/17 (목) 13:30~16:00 (상담시간 30 분)

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

①~④咨询·申请: (公财) 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)

①~④문의: (公财) 이타바시구문화·국제교류재단 국제교류계 (이타바시구청 8 층 13 번 창구)

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

✉kkouryu@city.itabashi.tokyo.jp 📄Facebook @itabashi.icief 🌐https://www.itabashi-ci.org/int/



### ③通訳・翻訳ボランティアを募集しています

日本語のわからない人のために、言葉の手助けをするボランティアを募集しています。

内容：

○通訳ボランティア…区役所の窓口での手続きや学校

での面談の通訳

○翻訳ボランティア…区役所で配る申請書や、通知文な

どの翻訳

対象：日本語・外国語ともに堪能な人

※翻訳の場合、パソコンで文書作成のできる人

申込：文化・国際交流財団のホームページから申込書をダウンロードして、申し込みください。

### ④国際理解教育ボランティア講師を募集しています

小学校や中学校の授業で、子どもたちにあなたの国の文化を教えてみませんか。

初めての人でも、日本語が苦手な人でも大丈夫です。

自分の都合にあわせて、活動できます。

いつ：月曜日～金曜日

※9:00～17:00の間で、

1回60分程度

どこで：板橋区にある小学校

または中学校

何を：自分の国の文化習慣

・言葉・食べ物・遊びなど

お礼：1回につき、6,500円

(税控除あり)

申込：文化・国際交流財団のホームページから申込

書をダウンロードして申し込みください。

### 国際交流サロン「なかま」の中止

3月は中止します。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

問合せ：フレンドシップクラブ仲間

☎：2021nakama@gmail.com

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

### ③Volunteer Interpreters & Translators now Wanted

Volunteers are now wanted for assisting Non-Japanese as below.

Duties:

○ Volunteer Interpreters: Assisting procedures at City Office counters and interviews at Municipal Schools

○ Volunteer Translators: Translating Application forms and Notices issued by City Office

Eligibilities: Fluent in Japanese and foreign language.

\*Translators are requested to write documents on computer.

To apply: Download an application form from the ICIEF's website, fill it out and submit it either through the website or by email.

### ④ Looking for Volunteer Lecturers for Intercultural Understanding ~talk about your culture~

Won't you introduce your home country's culture in a class at the Elementary School or Junior High School? Beginners? Not good at Japanese? No worries, you can talk as you like at your own level.

Time: Approx. 1 hour, between 9 a.m. and 5 p.m. Mondays to Fridays

Venue: Elementary schools or Junior High Schools in Itabashi city

Topics: Your home country's culture, customs, languages, food, games, etc.

Honorarium: ¥ 6,500 (Tax deducted, each time)

To apply: Download application form from the ICIEF's website, fill it out and submit it either through the website or by email.

### International Exchange Salon "Nakama" canceled

The Salon will be canceled for Mar.

Visit Website for details.

Inquiries: Friendship Club Nakama

☎ : 2021nakama@gmail.com

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

### ③募集口译笔译志愿者

为帮助不懂日语的人，募集口译、笔译志愿者。

内容：

○口译志愿者...为前来区役所窗口办理手续的人、或去学校为家长面谈当翻译

○笔译志愿者...区发行的申请书或者通知文书等的笔译

对象：日语·外语都具有很高的语言能力

※笔译的话，可以用电脑制作资料的人员

申请：请在财团主页下载申请书后进行申请。

### ④募集国际理解教育的志愿者讲师

想不想去中小学向孩子们介绍自己国家的文化呢？

没有经验、日语不好没关系。还可以根据自己的情况安排时间。

时间：周一~周五

※9:00~17:00，一次60分钟左右

地点：板桥区内的中小学

内容：介绍母国的文化习惯·语言·

料理·游戏等

谢礼：1次支付6,500日元(可以扣税)

申请：请在财团主页下载申请书后进行申请。



### 关于国际交流沙龙“朋友”的中止通知

3月中止。

详细情况请查阅主页。

咨询：友好俱乐部「朋友」

☎：2021nakama@gmail.com

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



### ③통역·번역 자원봉사자를 모집합니다

일본어를 이해하지 못하는 사람을 위해 언어도우미를 모집합니다.

내용：

○통역자원봉사자...구청 창구에서의 수속이나 학교 면담 등의 통역

○번역자원봉사자...구청에서 나눠주는 신청서, 통지서 등 번역

대상：일본어·외국어 모두 능통한 사람

※번역의 경우, 컴퓨터로 문서작성이 가능한 사람

신청：홈페이지에서 신청서를 다운로드 해 신청해주세요.

### ④국제이해교육 자원봉사강사를 모집하고 있습니다

초등학교와 중학교 수업시간에 아이들에게 당신 나라의 문화 등을 가르쳐 보시겠어요?

처음이신 분도, 일본어를 잘 못하시는 분도 괜찮습니다.본인 상황에 맞춰 활동 할 수 있습니다.

연제：월요일 ~ 금요일

※9:00 ~ 17:00 사이, 수업은 1회 60분 정도

어디서：이타바시구에 있는 초등학교 또는 중학교

무엇을：자기 나라의 문화·습관·언어·놀이 등

사례：1회에 6,500엔의 사례를 드립니다.

신청：홈페이지에서 신청서를 다운로드 해 신청해주세요.

### 국제교류살롱「나카마(벗)」 중지

3월은 중지합니다.

자세한 내용은 홈페이지를 참고 해 주세요.

문의：프렌드쉽 나카마

☎：2021nakama@gmail.com

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



## にほんごブック カフェ ★るるん★

おもしろくて、やさしい日本語の本がたくさんあります。日本語を勉強しているみなさん、読みに来てください。

本を読んだあとで、おしゃべりをしましょう！お子様と一緒に大丈夫です。だれでも参加できます。

いつ：

3/14 (月) ①10:00~12:00、②18:30~20:30

※『るるん』の日、喫茶店は休みです。

申込：参加したい人はメールか電話をしてください。

どこで：喫茶さかもと（常盤台4-30-4）上板橋駅より歩いて3分

いくら：無料（お金はかかりません）

問合せ：喫茶さかもと ☎03-3934-4018 日本語のみ

（水曜～日曜11:00～20:00）

✉ : cicaccoco@gmail.com



## Nihongo-Book Café "Run-Run"

Lots of interesting and easy-to-read books available. Welcome Japanese learners for reading! Won't you join us for friendly chat after reading books? You can come with your kids. Anyone interested can join us!

**Opening dates and timings:**

(1)10:00-12:00, (2)18:30-20:30 Mar.14, Mon

\*Nihongo-Book Cafe "Run-Run" is exclusively organized for the two days above without other Cafe customers.

**To apply:** by email or phone

**Venue:** Kissa Sakamoto, 4-30-4 Tokiwadai, 3-minutes' walk from Kamiitabashi Station.

**Charge:** Free

**Inquiries:** Kissa Sakamoto ☎03-3934-4018, 11:00-20:00 Wed. through Sun, Japanese language only.

✉ : cicaccoco@gmail.com

## Itabashi Support Center for Children and Families opens

On April 1, Fri, Itabashi Support Center for Children and Families will be opened.

The current Children and Family Support Center on 7F of Green Hall will move to the new center.

Please feel free to consult with us should you have any concerns, worries, problems, or questions about raising your child. You can consult with us about anything related to child rearing.

**Consultations and inquiries:**

Until March 31, Thu at the Children and Family Support Center(7F Green Hall, 36-1 Sakae-cho), ☎ 03-3579-2656

On and after April 1 at Itabashi Support Center for Children and Families (24-17 Honcho)

☎03-5944-2373

## 子ども家庭総合支援センターを開設します

4/1 (金) に、子ども家庭総合支援センターが開設されます。グリーンホール7階の子ども家庭支援センターは、子ども家庭総合支援センターに移転します。

子育ての不安や悩み、困っていることや、わからないことなど、どうぞお気軽に相談してください。子育てに関することであれば、なんでも相談できます。

相談窓口・問合せ：

3/31 (木) まで…子ども家庭支援センター（栄町36-1 板橋区立グリーンホール7階）

☎03-3579-2656

4/1 (金) から…子ども家庭総合支援センター（本町24-17）

☎03-5944-2373

## 桜まつりの開催中止について

3/26 (土)、3/27 (日) に区内9か所（桜川・板橋・仲町・常盤台・志村坂上・蓮根・舟渡・前野・徳丸）で桜まつりを開催する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、すべての地区で中止になりました。

問合せ：地域振興課 ☎03-3579-2163

## Sakura Matsuri: Cancelled

Sakura Matsuri was to be held at 9 venues (Sakuragawa, Itabashi, Nakacho, Tokiwadai, Simurasakaue, Hasune, Funado, Maeno and Tokumaru) on Mar. 26(Sat) and Mar.27(Sun), but was cancelled completely to prevent spread of Covid-19.

**Inquiries:** Regional Promotion Section ☎ 03-3579-2163



## 日语书籍阅览室 ★るんるん★

这里有许多日语书籍，既有趣又易懂。希望正在学习日语的各位来阅读。阅读之后大家还可以在一起交流心得。可以带小孩一起来。任何人都可以参加。

开放时间：

3/14 (周一) ①10:00~12:00、②18:30~20:30

※『るんるん』阅读日的这两天，咖啡店不营业（只提供场所和书籍，不提供饮料）。

报名：想参加的人请打电话或发邮件

地点：喫茶さかもと（常盤台4-30-4）上板橋车站步行3分钟

费用：免费

咨询：喫茶さかもと ☎03-3934-4018 只能讲日语  
(周三~周日 11:00~20:00)

✉: cicaccoco@gmail.com



## 开设幼儿家庭综合支援中心

4/1 (周五) 开设幼儿家庭综合支援中心。原来设在グリーンホール (绿色礼堂) 7楼的支援中心迁移到新的地址。

在育儿方面感到不安，有烦恼的人，请随意前来咨询。只要是关于育儿方面的事，什么都可以进行交谈和商量。

咨询窗口：

3/31 (周四) 以前：幼儿家庭综合支援中心 (栄町 36-1 板橋区立グリーンホール 7楼)

☎03-3579-2656

4/1 (周五) 以后：幼儿家庭综合支援中心 (本町 24-17)

☎03-5944-2373

## 有关中止樱花节的通知

原本定于3/26 (周六)、3/27 (周日) 在以下九个地点 (桜川・板橋・仲町・常盤台・志村坂上・蓮根・舟渡・前野・徳丸) 举行樱花节的活动，但是，为了防止新冠病毒肺炎感染的蔓延，这次活动全部中止了。

咨询：地域振興課 ☎03-3579-2163



## 일본어 북카페 ★룬룬★

재미있고, 쉬운 일본어 책이 많이 있습니다. 일본어를 공부하고 있는 여러분, 책 읽으러 와 보세요.

책을 읽고, 함께 수도도 떨어보세요!

아이들과 함께 오셔도 괜찮습니다. 누구나 참가 할 수 있습니다.

언제 :

3/14 (월) ①10:00~12:00、②18:30~20:30

※『룬룬』의 날, 찾집은 쉽니다.

신청 : 참가를 원하시면 메일이나 전화를 주세요.

장소 : 찾집 사카모토 (토키와다이 4-30-4)

카미이타바시역에서 도보 3분

비용 : 무료

문의 : 찾집 사카모토 ☎03-3934-4018

일본어만 가능 (수요~일요 11:00~20:00)

✉: cicaccoco@gmail.com

## 어린이가정 종합 지원센터를 개설합니다

4/1 (금) 부터, 어린이가정 종합 지원센터를 개설합니다. 그린홀 7층에 있는 어린이가정 지원센터는 어린이 가정 종합지원센터로 이전합니다. 육아에서 느끼는 불안이나 고민, 어려운 일이나 모르겠는 일 등을 가벼운 마음으로 상담해 주시기 바랍니다. 육아와 관련된 일이라면 무엇이든 상담하실 수 있습니다.

상담창구·문의 :

3/31 (목) 까지...어린이가정 지원센터

(사카에초 36-1 이타바시구립 그린홀 7층 )

☎03-3579-2656

4/1 (금) 부터...어린이지원 종합 지원센터

(혼초 24-17)

☎03-5944-2373

## 벚꽃축제 개최중지에 대해

3/26 (토)、3/27 (일) 에 구내 9개 장소에서 벚꽃축제를 개최 할

예정으로 있었습니다만, 신종 코로나

바이러스 감염 확산방지를 위해, 모든 지구에서 개최가 중지 되었습니다.

문의 : 지역진흥과 ☎03-3579-2163

① 日帰り温泉施設が安くなります

いつ：4/1(金)～2023.3/31(金)

どこで：①天然温泉施設スパディオ

(宮本町49-4、☎03-3967-1126)

②東京染井温泉Sakura(豊島区駒込

5-4-24、☎03-5907-5566)、

③タイムズ スパ・レスタ

(豊島区東池袋 4-25-9 タイムズステーション池袋

10～12階、☎03-5979-8924)

いくら(安くなった後の料金)：①中学生以上1,840円、

②中学生以上1,100円 ③2,600円(18歳以上のみ)

※土日・祝日は料金が上がることがあります。くわしくは施設に問合せください。

だれが：国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している人とその家族

申込：割引利用券を利用したい施設へ提出してください。

※割引利用券は、下記問合せ先と区民事務所にあります。



① Hot Spring Discount Coupons Available

Time: April 1,(Fri) ~ March 31,(Fri) 2023

Applied facilities: ①Natural Hot Spring Spadio (49-4 Miyamoto-cho, Itabashi-ku ☎03-3967-1126 )

②Tokyo Somei Hot Spring Sakura

( 5-4-24 Komagome, Toshima-ku

☎03-5907-5566 ) ③Times Spa

Resta (Times Station Ikebukuro 10-

12F 4-25-9 Higashi-ikebukuro,

Toshima-ku ☎03-5979-8924)

Discounted Admission: ①¥1,840 Older than Junior

High School students ②¥1,100 Older than JHS

students ③¥2,600 (Only for 18 years and over)

※Admission fee can be raised on Saturday, Sunday and holidays. Inquire individual facilities for details.

Eligibility: Anyone enrolled in the National Health Insurance or Latter-Stage Elderly Healthcare System and his/her family.

To Apply: Submit the coupon to each facilities.

The coupons are available below.

② Discount Coupon for Acupuncture, Moxibustion, Massage and Finger-pressure Treatment

Time: April 1 (Fri) ~ March 31 (Fri), 2023

Eligibility: ①Those born between April 1, 1947 and April 1, 1958 and enrolled in the NHI system in Itabashi,

②Those enrolled in the Latter-Stage Elderly Healthcare System in Itabashi, with no outstanding premium payments respectively

No. of Coupons: 7 sheets of booklet, per person

To Apply: ●By post: Send the following information by postcard between April 1 and February 28, 2023

(1)"Treatment Coupons Application", (2) Address & postal code, (3) Name (with furigana), (4)Date of Birth, age, (5)Phone, (6)NHI Card or Latter-Stage Elderly Healthcare Card number. Send to address below

●In person: From April 1 (Fri) to March 31 (Fri), 2023, submit the application to the National Health Insurance & Pension Section or the Latter-Stage Elderly Healthcare Section with the National Health Insurance Card or Latter-Stage Elderly Care Insurance Card with you.

●Via the Internet: Please visit the Website of Itabashi City.

②はり、きゅう、マッサージ・指圧施術割引券の申込

使える期間：4/1(金)～2023.3/31(金)

だれが：

①国民健康保険に加入している 1947.4/2～1958.4/1

生まれの人 ②後期高齢者医療制度に加入している人

※どちらも区内在住で保険料の滞納がない人

枚数：7枚(1人1冊)

申込：●郵送…4/1(金)～2023.2/28(火)に、はがきに

(1)施術割引券申込 (2)郵便番号・住所 (3)名前(ふりがな) (4)生年月日・年齢 (5)電話番号 (6)各保険証の記号・番号、または被保険者番号を書いて、下記へ申込

●窓口…4/1(金)～2023.3/31(金)に、国保年金課

(持ち物…国民健康保険証) または後期高齢医療制度課

(持ち物…後期高齢者医療被保険者証) で申込

●電子申請…板橋区のホームページを見てください。

To apply & inquiries ( ①&② ) :

2-66-1 Itabashi 〒173-8501

NHI & Pension Section, South Building 2F #22,

☎03-3579-2401 / Latter-Stage Elderly Healthcare System

Section, North Building 2F #13, ☎03-3579-2327

申込・問合せ (①&②) : 〒173-8501 板橋2-66-1

国保年金課 管理係 (区役所南館2階案内窓口)

☎03-3579-2401

後期高齢医療制度課 (区役所北館2階13番窓口)

☎03-3579-2327

① 当天往返温浴设施优惠券

期间：4/1 (周五) ~ 2023.3/31 (周五)

温浴设施：①天然温泉施設スパディオ

(宫本町 49-4、☎03-3967-

1126) ②東京 染井温泉 Sakura

(丰岛区驹込 5-4-24、☎03-

5907-5566)、③タイムズ スパ・

レスタ

(丰岛区东池袋 4-25-9 タイムズステーション池袋10

~12楼、

☎03-5979-8924)

门票 (优惠后金额)：①中学生以上 1,840 日元、

②中学生以上 1,100 日元、③2,600 日元 (仅限 18 岁以

上) ※节假日有时比平日贵。详情请向各设施咨询。

对象：国民健康保险或者后期高龄者医疗制度加入者本

人或家属

利用时：向各设施提出后可享受优惠

※优惠券在下记窗口或区民事务所可以领到。



① 당일치기 온천시설이 싸집니다

연제: 4/1(목) ~ 2023.3/31(목)

장소: ①천연온천시설 스파디오

(미야모토초 49-4, ☎03-3967-1126),

②토쿄소메이온천 Sakura

(토시마구코마고메 5-4-24,

☎03-5907-5566), ③타임즈 스파·레스타

(토시마구 히가시이케부쿠로 4-25-9 타임스스테이션

이케부쿠로 10~12 층, ☎03-5979-8924)

할인 된 각 시설의 금액 : ①중학생 이상 1,840 엔,

②중학생 이상 1,100 엔 ③2,600 엔(18 세 이상)

※토일·경축일은 요금이 비싸질 수 있습니다.

자세한 내용은 시설에 문의 해 주세요.

대상: 국민건강보험 또는 후기고령자의료제도에

가입하 고 계신 분과 그 가족

신청:할인이용권을 이용하실 시설에 제출 해 주세요.

※할인이용권은, 아래 문의처와 구민사무실에

있습니다.



② 침, 뜸, 마사지·지압시술 할인권 신청

사용 가능 기간 : 4/1(금) ~ 2023.3/31(금)

대상 :

①국민건강보험에 가입해 있는 1947.4/2~ 1958. 4/1

태어나신 분 ②후기고령자 의료제도에 가입하신분

※양쪽 모두 구내에 거주하고 보험료 체납이 없는 분

장수 : 7 장(1 인 1 세트)

신청 : ●우송...4/1(금)~2023.2/28(화) 사이, 엽서에

(1) 시술할인권 신청 (2)우편번호·주소 (3)이름(발음)

(4)생년 월일·연령 (5)전화번호 (6)각 보험증의

기호·번호, 또는 피보험자 번호를 쓰셔서, 아래

연락처로 신청.

●창구...4/1(금)~2023.3/31(금)사이에, 국민연금과

(지참물...국민건강보험증) 또는

후기고령자 의료제도와

(지참물...후기고령자의료

피보험자증)으로 신청

●전자신청...이타바시구

홈페이지를 보시가 바랍니다.



②针、灸、按摩、指压疗法优惠券申请

利用期间：4/1 (周五) ~ 2023.3/31(周五)

对象：①生于 1947.4/2 ~ 1958.4/1 并加入国民健康保

险者 ②后期高龄者医疗制度加入者

※以上必须是按期缴纳保险费没有拖欠者

枚数：7 张(1 人 1 册)

申请：●邮寄...在 4/1(周五) ~ 2023.2/28(周二),

用明信片写明以下内容申请(1)申请针灸按摩优惠券(2)

邮编·住址 (3)姓名 (假名) (4)出生年月日·

年龄 (5)电话号码 (6)各保险证的记号·番号、及被保

险者番号 ●窗口...4/1(周五) ~

2023.3/31(周五), 国保年金课

(请携带...国民健康保险证) 或

后期高龄医疗制度课 (请携带

...后期高龄者医疗被保险人

证) 申请 ●电子申请...详见板

桥区网站



申请·问询 (①&②) : 〒173-8501 板桥 2-66-1

国保年金課 管理係 (区役所南馆 2 楼案内窗口)

☎03-3579-2401

後期高齢医療制度課 (区役所北馆 2 楼 13 号窗口)

☎03-3579-2327

신청·문의 (①&②) : 〒173-8501 이타바시 2-66-1

국민연금과 관리계 (구청남관 2 층 안내창구)

☎03-3579-2401

후기고령의료제도와(구청 북관 2 층 13 번창구)

☎03-3579-2327