

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

2021.
がつごう
12月号



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



しんがた ころ な う い る す かんせんしやう かくだいぼうし ちゆうし 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.

①日本語スピーチ大会

①Japanese Speech Contest

日本語を勉強しているみなさん、日本語のスピーチに挑戦しませんか。

Japanese language learners, won't you try to make a speech in Japanese?

いつ：2022.2/26 (土) 14:00~17:00

Time: 14:00-17:00, February 26, Sat., 2022

どこで：グリーンホール 2階ホール (栄町36-1)

Venue: 2F Hall, Green Hall (36-1 Sakae-cho)

何を：1人3分の日本語スピーチ (テーマは自由)

Contents: 3 minutes speech in Japanese (title of your choice)

※日本語のレベルは問いません。

*All levels are welcome.

※スピーチはオンライン配信になる可能性があります。

*Speeches might possibly be aired online.

誰が：区内在住・在学・在勤の外国人 30人

Targets: Non-Japanese living, schooling and working in Itabashi, 30 people

申込：2021.12/17 (金) までに、財団ホームページの

To Apply: By Dec. 17 (Fri), 2021, Apply with application form at the Foundation Website, email, FAX or by post

申込フォーム・メール・はがき・FAX のいずれかに

(1)「日本語スピーチ大会」申込 (2)名前・ふりがな

(3)郵便番号・住所 (4)電話番号 (5)メールアドレス

(6)年齢 (7)性別 (8)国籍 (9)学校名・勤務先名 (10)

日本語を勉強している期間を書いて申し込んでくださ

い。

below with details of apply to "Japanese Speech Contest", (2) Name with Furigana, (3) Address, (4) Phone No., (5) Email address, (6) Age, (7) Sex, (8) Nationality, (9) Name of school or company you attend, (10) Period of your Japanese language learning

②外国人のための無料法律相談【予約制】

②Free Legal Consultation for International Residents
【Reservation required】

※電話またはオンラインで相談を行います。

※Consultation is conducted over the phone or online.

いつ：12/16(木) 13:30~16:00 (1人30分)

Time: 13:30~16:00, December. 16 (Thu) *30 min a session

申込：1週間前までに、財団のホームページまたは

To Apply: Reserve by email or through Website within a week in advance. Details will be informed to each applicant in person

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。

①~③ 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)

①~③ 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日语演讲大会

学习日语的各位, 要不要挑战用日语进行演讲。

时间: 2022.2/26 (周六) 14:00 ~ 17:00

地点: ぐりーんほーる 2楼礼堂 (さかえちよう 栄町 36-1)

形式: 每人 3 分钟用日语演讲(内容自由)

*日语水平不限。

*演讲有可能在网上播放。

对象: 区内在住·在学·在勤的外国人 30 名

报名: 截止 2021.12/17 (周五)、用财团主页的申请表·邮件·明信片·传真等任一方式报名。请写明(1)

「日语演讲大会」(2)姓名·假名(3)住址(4)电话(5)e-mail 地址(6)年龄(7)性别(8)国籍(9)学校名·工作单位(10)学习日语期间。

①일본어 스피치대회

일본어를 공부하시는 여러분, 일본어 스피치에 도전해보세요.

언제: 2022.2/26(토) 14:00~17:00

장소: 그린홀 2층 홀(사카에초 36-1)

내용: 1인 3분 정도의 일본어스피치 (내용은 자유)

※일본어레벨 상관 없음.

※스피치는 온라인으로 송신 될 가능성이 있습니다.

대상: 구내 거주·재학·근무중인 외국인 30명

신청: 2021.12/17(금)까지 재단 홈페이지 신청포맷·메일·엽서·FAX 중 한가지를 이용하셔서

(1)「일본어스피치대회」신청 (2) 이름 및 발음 (3)주소 (4)전화번호 (5)메일주소 (6)연령 (7)성별 (8)국적 (9)학교명 or 근무처명 (10)일본어를 공부한 기간을 적어서 신청 해 주세요.

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: 12/16(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。

② 외국인을 위한 무료법률상담【예약제】

※전화 또는 온라인 상담으로 실시합니다.

언제: 12/16 (목) 13:30~16:00 (상담시간 30분)

신청: 1주일전까지, 재단 홈페이지 또는 메일로 예약해 주십시오. 자세한 사항은 신청하신 분들께 알려드립니다.



①~③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)

①~③문의:(공재) 이타바시구문화·국제교류재단 국제교류계(이타바시구청 8층 13번 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外国人のための初めての日本舞踊講座
 日本の伝統文化を体験したい方、日本舞踊に挑戦してみませんか？はじめての人向けに、プロの先生がいて教えます。最終日は、着物を着てステージで踊りを発表します！

いつ：【練習】(1)2022.2/10(木)、(2)2/18(金)
 (3)2/25(金) 14:30~16:30
 【本番】(4)2/26(土) 12時頃集合、発表は15:00頃を予定 ※「日本語スピーチ大会」のハーフタイムショーで、踊りを発表します

どこで：(1)(2)大山東集会所 (大山東町8-7)
 (3)(4)区立グリーンホール (栄町36-1)

誰が：外国人 20人 (抽選)

※すべての日程に参加できる人

申込：2021.12/24 (金) までに、財団ホームページの申込フォーム・メール・はがき・FAXのいずれかに
 (1)「日本舞踊講座」申込 (2)名前・ふりがな
 (3)郵便番号・住所 (4)電話番号 (5)メールアドレス
 (6)年齢 (7)性別 (8)国籍 (9)学生の場合、学校名を書いて申し込んでください。



国際交流サロン「なかま」
 12月から参加したい方は、メールで連絡してください。
 詳しくは、ホームページを見てください。

問合せ：フレンドシップクラブ仲間
 ☒：2021nakama@gmail.com
<https://friendshipnakama.wixsite.com/itabashi>

③Japanese Classical Dance Lessons for Beginners

Won't you try Japanese Classical Dance, "Nihon Buyoh" ? On the final day of the lessons, you will perform the dance dressed in kimono on stage! Let's enjoy Japanese culture together!

Time:【Lessons】 (1)14:30~16:30. Feb 10 (Thu), (2)Feb 18 (Fri), (3)Feb 25 (Fri), 2022

【Main Stage】 (4)Feb. 26 (Sat), 2022 12:00 to assemble, 15:00 to dance on stage (Scheduled)

*The Main Stage is the halftime event as a part of Japanese Speech Contest for Foreign Residents.

Venue: (1)(2) Oyamahigashi Community Center (8-7 Oyamahigashimachi), (3)(4)Green Hall (36-1 Sakae-cho)

Eligibility: Non-Japanese, 20 people (by lot) ,

* Participants are requested to join in all of lessons

To Apply: By Dec. 24 (Fri),2021, Apply with application form at the Foundation Website, email, FAX or by post below with details of (1)Apply to "Japanese Classical Dance Lessons" , (2) Name with *Furigana*,(3)Address, (4)Phone No., (5)Email address, (6)Age, (7)Sex, (8)Nationality, (9) Name of school you attend (if you' re a student)



International Exchange Salon "Nakama"

Anyone who's interested in joining the Salon in December, please email us. Visit Website for details.

Inquiries: Friendship Club Nakama

☒：2021nakama@gmail.com

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

③面向外国人的日本舞蹈初次体验

要不要来挑战一下日本的传统舞蹈呢? 学习课程结束后, 我们还会穿着和服登台演出。

即使不擅长运动也完全没有关系哦! 让我们一起来感受日本的文化吧!

时间:【练习】(1)2022.2/10(周四)、(2)2/18(周五)、(3)2/25(周五) 14:30~16:30

【汇报演出】(4)2022.2/26(周六) 12点左右集合, 发表预定在3点左右。

※将在外国人「日语演讲大赛」的中场休息时间进行汇报演出

地点: (1)(2)大山東集会所(大山東町8-7)
(3)(4)区立グリーンホール(栄町36-1)

对象: 外国人 20名

※要求所有日程都能参加的人

报名: 截止 2021.12/24(周五)、用财团主页的申请表·邮件·明信片·传真等任一方式报名。请写明(1)「日本舞蹈讲座」(2)姓名·假名(3)住址(4)电话(5)e-mail地址(6)年龄(7)性别(8)国籍(9)学校名(就读日语学校的请填写学校名)



国际交流沙龙“朋友”

12月以后想参加的人, 请用电子邮件与我们联系。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>

③외국인을 위한 초급 일본무용강좌

일본의 전통문화를 체험 해 보고 싶은 분, 일본 무용에 도전 해 보시겠어요? 처음 배우시는 분들께 프로인 선생님이 꼼꼼하게 가르쳐 드립니다. 마지막날에는 기모노를 입고 무대에서 춤을 발표합니다.

언제 :

【연습】(1) 2022.2/10(목), (2) 2/18(금), (3) 2/25(금) 14:30~16:30

【공연】(4) 2/26(토) 12시 집합, 발표는 15:00경 예정. ※“일본어 스피치대회” 하프타임 쇼에서 발표합니다.

장소 : (1)(2) 오오야마히가시집합소
(오오야마히가시초 8-7)

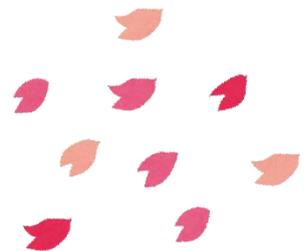
(3)(4)구립그린홀(사카에초 36-1)

대상 : 외국인 20명(추첨)

※모든 일정에 참가 가능하신 분

신청 : 2021.12/24(금)까지 재단 홈페이지 신청포맷·메일·엽서·FAX 중 한가지를 이용해서서

(1)「일본무용강좌」신청 (2) 이름 및 발음 (3)주소 (4)전화번호 (5)메일주소 (6)연령 (7)성별 (8)국적 (9) 학생인 경우, 학교명을 적어 신청 해 주세요.



국제교류살롱「나카마(벗)」

12월부터 참가를 원하시는 분은 메일을 보내주세요. 자세한 내용은 홈페이지를 참고 해 주세요.

문의 : 프렌드쉽 나카마

☞ : 2021nakama@gmail.com

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

はるなりんかんがくえん りょうあんない
榛名林間学園 利用案内



かいしゃ けんしゅう すぽーつ ぶんかかつどう ばしょ りょう
 会社の研修や、スポーツ・文化活動の場所として利用
 しませんか。

どこ：群馬県高崎市榛名湖町845

施設：宿泊室（10人部屋・6人部屋）、
 多目的ホール、会議室など

だれが：区内在住・在勤・在学の人

いくら：

① 宿泊（1人1泊）：大人（15歳以上）…800円、
 子ども（4～14歳）…400円、0～3歳は無料

※ 障がいのある人は、料金が半額になります

② 食事：朝食…550円、昼食…660円（弁当の場合
 は648円）、夕食…大人1,210円、子ども880円

申込：

個人（2人以上）…利用する月の2か月前の1日から
 団体（30人以上）…利用する月の3か月前の1日から

榛名林間学園 ☎027-374-9315（9:00～17:00）

<http://itabasi-haruna.com/>

しょうひしゃ とらぶる そうだんまどぐち あんない
消費者トラブル相談窓口の案内

しょうひん さーびす けいやく ごま とき
 商品やサービスの契約で、困ったことがあった時の
 そうだん らっぷ ちんたいかいけつ しょうひせいかつ
 相談を受け付けています。問題解決のため、消費生活
 そうだんいん そうだん
 相談員が相談にのります。

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）

【英語・中国語・韓国語】

東京都消費生活総合センター ☎03-3235-1155

月～土9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

問合せ：

消費者センター ☎03-3579-2266

Haruna Forest Seminar House



Open for your business seminar, Sports & Cultural activities!

Venue: 845 Harunako-machi, Takasaki City, Gunma Prefecture

Facilities: Accommodation (Rooms for 10-persons and 6-persons), Multi-purpose Hall, Meeting rooms, etc.

Eligibility: Anyone living, working and schooling in Itabashi

Fees : (1) Accommodation General ¥800, under 15 /over 65/ disabilities ¥400 (per person), under 4 free (2) Meals: Breakfast ¥550; Lunch ¥660 (Lunch Box¥648) Dinner ¥1,210 (adult), ¥880 (child)

To reserve:

Groups (more than 2 people): on the 1st day of the month, two months before the month of stay

Groups (more than 30 people): on the 1st day of the month three months before the month of stay

Haruna Forest Seminar House

☎027-374-9315 (9:00～17:00)

<http://itabasi-haruna.com/>

Inquiry on Consumer Affairs

We accept inquiries on troubles of purchasing commodities and services contracts. Counsellor on Consumers' affairs listens to the problems to solve them.

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)

【English, Chinese and Korean】

Tokyo Metropolitan Comprehensive Consumer Center
 ☎03-3235-1155

Mon to Sat 9:00-17:00 (except Public Holidays and Year-end and New year's holidays)

Inquiries :

Consumers' Center ☎03-3579-2266

榛名林間学園 利用方法



会社研修、举办体育・文化活动的场所。欢迎利用。

地址: 群馬県高崎市榛名湖町845

设施内容: 住宿房间类型 (10 人房・6 人房)、
多功能厅、会议室等

对象: 区内在住・在勤・在学者

费用:

- ① 住宿 (每人每晚): 大人 (满 15 岁) ...800 日元、儿童 (4~14 岁) ...400 日元、不满 4 岁...免费 ※残障者费用减半。
- ② 餐费: 早餐...550 日元、午餐...660 日元 (提供盒饭时 648 日元)、晚餐...大人 1,210 日元、儿童 880 日元

预约方法:

个人(2人以上)...提前 2 个月的 1 号开始预约
 团体(30人以上)...提前 3 个月的 1 号开始预约
 榛名林間学園 ☎027-374-9315 (9:00~17:00)
<http://itabasi-haruna.com/>

关于消费者纷争咨询窗口的介绍

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。这里有消费者问题咨询员为您排忧解难。

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)

【英语・汉语・韩语】

东京都消费生活综合中心 ☎ 03-3235-1155

周一~周六

9:00~17:00 (节假日・年末年始除外)

问询:

消費者センター ☎ 03-3579-2266

하루나임관학원 이용안내



회사의 연수, 스포츠・문화활동 장소로 이용 해 보세요.

장소 :군마현 타카사키시 하루나코 845

시설내용 : 숙박실 (10 인실・6 인실),
다목적홀, 회의실 등

대상 : 구내 거주・근무・재학 중인 분

비용 :

- ① 숙박 (1 인 1 박) : 어른(15 세 이상) ... 800 엔
어린이(4~14 세) ... 400 엔, 4 세 미만 ... 무료
※장애가 있는 분은 반액입니다.

- ② 식사 : 조식...550 엔, 중식...660 엔 (도시락인 경우 648 엔), 석식...어른 1,210 엔, 어린이 880 엔

신청 :

개인 (2 명 이상)...이용할 달 2 개월전 1 일부터
 단체 (30 명 이상)...이용할 달 3 개월전 1 일부터
 하루나임관학원 ☎027-374-9315 (9:00 ~ 17:00)
<http://itabasi-haruna.com/>

소비자 트러블 상담창구 안내

상품이나 서비스의 계약으로 곤란한 상황에 빠졌을 때, 상담을 받으실 수 있습니다. 문제해결을 위해, 소비생활 상담원이 상담을 해 드립니다.

상담창구 :

【일본어】

이타바시소비자센터 ☎03-3962-3511

월~금 9 : 00 ~ 16 : 30 (공휴일・연말연시 제외)

【영어・중국어・한국어】

동경도 소비생활종합센터 ☎03-3235-1155

월~토 9 : 00 ~ 17 : 00 (공휴일・연말연시 제외)

문의 :

소비자센터 ☎03-3579-2266

せいじん ひ
成人の日のつどい
えいご ちゅうごくご かんこくごたいおう
<英語・中国語・韓国語対応あり>

20歳（成人）になる人をお祝いする式典です。

いつ：2022.1/10（月・祝）

だれが：2001.4/2～2002.4/1生まれの人

※あてはまる人には、案内状を郵送します。

どこで：区内18か所

詳しくは、ホームページをご覧ください。

(<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/profile/event/seijin/1032401.html>)

※次の場合は、問い合わせてください。

- ・出席する会場を変更したい人（12/22（水）まで）
- ・手話通訳（日本語のみ）が必要な人

問合せ：地域振興課地域振興係

☎03-3579-2163 FAX 03-3579-2046

✉kb-shinko@city.itabashi.tokyo.jp



Coming-of-Age-Gatherings for 2021
English, Chinese & Korean languages available

Ceremony to celebrate 20 years old (Coming of age in Japan)

Time: January 10, Mon. (national holiday), 2022

Targets: Those born between April 2, 2001 and April 1, 2002 (The City will send the invitation to those living in Itabashi)

Venues: 18 places, please note the venues on Website Visit Website below for detail.

(<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/profile/event/seijin/1032401.html>)

*Please inquire anyone mentioned below:

In case you wish to change the venue in Itabashi (by Dec 22, Wed)

In case you need a sign language interpreter (Japanese language).

Inquiries: Regional Promotion Subsection, Regional Section

☎03-3579-2163 FAX 03-3579-2046

✉kb-shinko@city.itabashi.tokyo.jp

Get to know Japan! : How to spend your time on Japanese New Year's Eve, "Omisoka"

The final day of the year, December 31, is called Omisoka. On the day, they perform "Oharai", or purification ceremony at Shinto shrines to drive away evil spirits of the year.

Since around the Edo Period, we have a custom to eat buckwheat noodles together with family in the evening of the day, called "Toshikoshi-soba". We eat soba to pray for healthy long life like soba, which is thin and long in size. In the late night of the day, 108 chimes of the bell are sounded at Buddhist temples, called "Joya-no-Kane". The chimes of the temple bell is supposed to ring out the old year and release people from the 108 worldly sins and to decrease them one by one and to ring in the New Year with fresh and peaceful mind. The last one, 108th chime, is sounded first on New Year's Day. Happy New Year to you all!

にほん し にほん おおみそか す かた
日本を知ろう！～日本の大晦日の過ごし方～

1年の最後の日、12月31日を「大晦日（おおみそか）」
 といいます。大晦日には、1年の災いをはらうために、
 神社で「大祓い（おおはらい）」がおこなわれます。
 江戸時代のころから、大晦日の夜は家族そろって蕎麦を
 食べる習慣があります。これを「年越し蕎麦」とよびま
 す。蕎麦の麺が細くて長いことから、健康に長生きする
 ことを願って、食べるようになりました。
 大晦日の夜更けには、お寺で108回鐘が鳴らされます。
 これを「除夜の鐘」といいます。鐘をつくことで悩みを
 1つずつなくしていき、おだやかな気持ちで新年を
 迎えるためです。最後の1回は、年が明けてから鳴らさ
 れます。みなさんも、良い年を迎えてください。



庆祝成人节集会
< 英语 · 中文 · 韩语均可对应 >

祝贺 20 岁的孩子成为大人的典礼。

时间: 2022.1/10 (周一 · 节假日)

对象: 2001.4/2 ~ 2002.4/1 出生者

※该当者会受到区里邮寄的通知书。

会场: 区内设有 18 处。详情请见下述网站。

(<https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kusei/profile/event/seijin/1032401.html>)

※下述情况请咨询。

· 希望变更会场 (12/22 (周三) 为止)

· 需要手语翻译 (仅限日语)

咨询: 地域振興課地域振興係

☎03-3579-2163 FAX 03-3579-2046

✉kb-shinko@city.itabashi.tokyo.jp

了解日本! ~ 日本的除夕 ~

在日本, 每年公历的最后一天——12 月 31 日被称为除夕。在这一天, 人们要在神社会举行驱邪活动, 祛除一年中的灾难。

江户时代出现了除夕夜家人团聚, 围坐在一起吃荞麦面的习俗, 并延续至今。除夕之夜的荞麦面被称为“过年面”。荞麦面细长, 有长寿之意。人们在除夕这一天吃荞麦面以祈愿健康长寿。

除夕的深夜, 寺庙里的钟会被敲响 108 次。这被称作“除夕之夜的钟声”。敲钟寓意着将所有烦恼一一消除, 以平和恬静的心情迎接新年的到来。最后一声钟响, 预示着新年的到来。祝愿大家喜迎新年。



일본을 알자!

~일본의 설달 그림날을 지내는 방법~

년의 마지막날, 12 월 31 일을「大晦日 (오오미소카)」라고 합니다. 이날에는, 1 년의 악재를 털어버리기 위해 신사에서「大祓い (오오하라이)」가 거행됩니다. 에도시대 때부터 설달 그림날 밤에는 가족이 모여 소바를 먹는 풍습이 생겼습니다. 이것을 토시코시소바 (한 해를 넘기는 소바)라고 합니다. 소바의 면이 얇고 길어서, 건강하게 오래 살라고 비는 뜻으로 먹게 되었습니다. 설달 그림날이 끝나는 밤에는 절에서 108 번의 타종을 하는데, 이것을「제야의 종」이라고 합니다. 종소리 한번에 고민을 하나씩 지워, 편안한 마음으로 새해를 맞이하기 위해서입니다. 마지막 1 회는, 새해가 열리면 타종합니다. 여러분 모두, 좋은 새해를 맞이하세요.

