



日本ではじめて生活する人は、本国の風習・習慣とさまざまな面で違うため、最初は戸惑いを感じるかもしれません。ですが、一度慣れてしまえば、大丈夫。この ○ その他の日常生活 では、日本独自のマナーや、ゴミ出し、ペットの飼い方、公共サービスなど日本での生活習慣全般に関して説明します。

## 1 印鑑

### 1-1 実印と認印をつくりましょう

日本では、サインと同じような意味で、自分の姓や名をほった印鑑(はんこ)を使います。詳しくは [D その他の届出 5 印鑑](#) を参照してください。



## 2 生活のルール・マナー・習慣

日本には独特の生活のルール、マナーや生活習慣があります。たとえばゴミの出し方やペットの飼い方、生活騒音や部屋の使い方、ご近所づきあいや冠婚葬祭など、日本で快適に過ごすために必要な情報をまとめました。

### 2-1 日本の祝日

日本には国で定められた祝日が15日あります。学校や官公庁、ほとんどの会社が休日になりますが、商店街やデパートは日曜日と同じように開いています。

#### ●国民の祝日

1月1日	元日	年のはじめを祝う
1月の第2月曜日	成人の日	おとなになったことを自覚し、みずから生き抜こうとする青年を祝い励ます
2月11日	建国記念日	建国をしのび、国を愛する心を養う
3月20日頃 (年によってかわる)	春分の日	自然をたたえ、生物をいつくしむ
4月29日	昭和の日	激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす
5月3日	憲法記念日	日本国憲法の施行を記念し、国の成長を期する
5月4日	みどりの日	自然に親しむとともにその恩恵に感謝し、豊かな心をはぐくむ
5月5日	こどもの日	子どもの人格を重んじ、子どもの幸福をはかるとともに、母に感謝する
7月の第3月曜日	海の日	海の恩恵に感謝するとともに、海洋国日本の繁栄を願う

# 多言語生活情報



## ○ その他の日常生活

[○ その他の日常生活 のトップへ](#)

がつ だい げつようび <b>9 月の第3月曜日</b>	けいろう ひ 敬老の日	たねん しゃかい ろうじん けいあい ちょうじゅ いわ 多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝 う
がつ にちごろ <b>9 月23日頃</b> とし (年によってかわる)	しゅうぶん ひ 秋分の日	そせん うやま な ひとびと 祖先を敬い、亡くなった人々をしのぶ
がつ だい げつようび <b>10 月の第2月曜日</b>	たいく ひ 体育の日	した けんこう しんしん つちか スポーツに親しみ、健康な心身を培う
がつ にち <b>11 月3日</b>	ぶんか ひ 文化の日	じゆう へいわ あい ぶんか 自由と平和を愛し、文化をすすめる
がつ にち <b>11 月23日</b>	きんろうかんしゃ ひ 勤労感謝の日	きんろう とうと せいさん いわ こくみん かんしゃ 勤労を尊び、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう
がつ にち <b>12 月23日</b>	てんのうたんじょうび 天皇誕生日	てんのう たんじょうび いわ 天皇の誕生日を祝う



## 2 生活のルール・マナー・習慣

### 2-2 生活のルール・マナー: ゴミ

#### (1) ゴミの出し方の基本ルール、収集日

家庭のゴミは、市区町村の単位で回収していますが、決められた日に、決められた方法で出さなければなりません。まずは市区町村の役所などでゴミの出し方に関するパンフレットをもらい、収集する場所、曜日、時間やゴミの分別など出し方について確認しておきましょう。また、集合住宅については、管理事務所とあてに問い合わせましょう。

#### (2) ゴミの分別

地域によって分別の仕方は違いますが、大きく分けて「燃えるゴミ」「燃えないゴミ」「粗大ゴミ」の最低3種類があります。おおよその分け方は次の通りです。

<p>も 燃えるゴミ</p>	<p>だいどころ で なま かみらい き いるい ちいき 台所などから出る生ゴミ、紙類、木くず、衣類(地域によっては資源ゴミ扱いのところもあります)</p>	
<p>も 燃えないゴミ</p>	<p>きんぞくくい るい とうき こがたか でんせいひん 金属類、ガラス類、陶器、小型家電製品、プラスチック、ゴム製品など</p>	
<p>そだい 粗大ゴミ</p>	<p>かてい ふよう おお かく 家庭で不用となったゴミで、大きさがおおむね 30cm角 こ かぐ しんぐ でんかせいひん れい を超える家具、寝具、電化製品(エアコン、テレビ、冷蔵庫、洗濯機を除く)、自転車など</p>	



しげん 資源ゴミ	かん びん かみ しんぶんし 缶、瓶、ペットボトル、紙パック、新聞紙などをリサイクル資源として別途収集している地域もあります ※ 分別について詳しく書かれたパンフレットを市区町村の役所で手に入れ、居住地のゴミ分別を心がけてください	
-------------	---	--

※地域によって「可燃ゴミ・不燃ゴミ」、「燃えるゴミ・燃えないゴミ」、「燃やせるゴミ・燃やせないゴミ」といろいろな表現が使われます。

※燃やすと有毒ガスが発生したり、焼却炉が壊れるくらいの高温になる物が一般的には「不燃ゴミ」と考えられていました。しかし最近では、ゴミの分別について、それぞれの地域で異なってきていますので注意しましょう。

※実際に燃えるゴミでも、ゴミの処理方法や地域のルール上、「燃えないゴミ」に分別しなければならないところもあります。

※ゴミについては、物理的に燃えるのか燃えないのかというより、それぞれの地域のルールとして燃やせるのか燃やせないのか、資源ゴミなのかという観点で分けられています。

### (3) 不法投棄

不適切に出されたゴミは、回収されません。決められた場所以外のところへ勝手にゴミを置いてくる「不法投棄」は、法律により厳しく罰せられます。近隣住民に迷惑をかけるうえ、環境にも悪い影響を及ぼすので、不法投棄は絶対に行わないでください。

### (4) ポイ捨て防止条例

たばこの吸い殻及び空き缶を道ばたなどに捨てる「ポイ捨て」を禁じた「ポイ捨て防止条例」が多くの市区町村の役所で定められており、悪質な場合は罰金が科せられたり、名前が公表されたりします。たとえ条例がなくとも、ポイ捨ては絶対に行わないでください。

### (5) 粗大ゴミの処理方法について

エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機を除く電化製品、または家具などの大型のゴミの収集方法は、地域によって異なります。



しゅうしゅうび き ちいき し くちょうそん やくしょ れんらく してい ひ だ ちいき  
収集日が決まっている地域もあれば、あらかじめ市区町村の役所へ連絡し、指定された日に出す地域も  
あります。また、事前に収集費用を支払う(大きさや内容によってさまざま)手続をしなくてはならない地域  
もあります。

そだい だ かた やくしょ せいそうじ むしょ と あ てんきょ おおがた たい  
粗大ゴミの出し方は、役所または清掃事務所に問い合わせてください。転居などにもなって大型ゴミが大  
りょう はっせい やくしょ そうだん  
量に発生するときにも、役所までご相談ください。

### (6) 家電リサイクル対象品目について

か でん ほう とくていか ていようき きさいしやうひん か ほう もと れいぞうこ れいとうこ せんたくき  
家電リサイクル法(特定家庭用機器再商品化法)に基づき、エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機  
しゅうだんかいしゅう こうにゆうてん か か みせ ゆうりよう ひ と いらい  
は集団回収できません。購入店または買い換えをする店に有料で引き取りを依頼してください。



## 2 生活のルール・マナー・習慣

### 2-3 生活のルール・マナー: ペットの飼い方

#### (1) 犬の登録

生後91日以上の犬を飼う場合は、市区町村の役所に登録する義務があります。登録をすると、犬の鑑札(証明書)が交付されます。鑑札は生涯必要ですので、飼い犬には鑑札をつけた首輪をしておきましょう。万が一犬が逃げた場合でも、保護した人が役所や保健所へ連絡すれば、ほぼ確実に登録申請者の元に戻してあげることができます。

散歩のときの犬の糞は、飼い主が必ず始末しなければなりません。処理用具を携帯して散歩にでかけましょう。ちなみに、ペットを飼うことが許されているマンションやアパートは、日本ではわずかです。住まいにペットを連れてくる前に、管理者や大家さんによく確認しておきましょう。また、犬の放し飼いは、かみつき事故など他人に迷惑をかける原因になるので、必ず鎖などにつないで飼ってください。

#### (2) 狂犬病予防接種

生後91日以上の犬の所有者は、毎年1回、狂犬病予防注射を受けさせることが、法律で義務づけられています。年に1回、集団注射を行っており、犬の登録をしている飼い主には通知がきます。また、市区町村の役所の広報紙にも掲載されます。集団注射が受けられなかった場合は、動物病院で受けることもできます。動物病院等で注射を受けると「注射済証」が発行されますので、これを持参して「狂犬病予防注射済票」の交付申請を行ってください。

#### (3) ペットが飼えなくなったら

ペットもあなたの家族です。愛情を持って最後まで飼いましょう。何らかの事情でどうしてもペットの世話ができなくなったら、まずは新しい飼い主を見つけましょう。手を尽くしても新しい飼い主が見つからない場合のみ、処分方法などについて保健所に相談してください。



### (4) ペットが死んだとき

いぬ ねこ し ばあい し くちょうそん さいじょう か そう ゆうりょう くわ し  
犬や猫が死んだ場合は、市区町村によっては斎場で火葬してもらうことができます(有料)。詳しくは、市  
くちょうそん やくしょ そうだん  
区町村の役所に相談してください。



## 2 生活のルール・マナー・習慣

### 2-4 生活のルール・マナー: 生活騒音

日常生活によって、家の中やその周辺で発生するさまざまな騒音を「生活騒音」といいます。エアコン、洗濯機、バス・トイレ使用時の「住宅機器及び設備からの騒音」、ピアノ、ステレオ、テレビ使用時の「音響機器の騒音」、犬や猫などが鳴く「ペットからの騒音」、そして階段の登り下りやドアの開け閉め、布団をたたく音なども場合によっては騒音となります。

特に、アパートやマンションなどの集合住宅では、上下階の物音に関する騒音トラブルが多く発生しています。苦情原因となる生活音をどの程度わずらわしいと感じるかは人それぞれですが、夜はまわりが静かになるため、小さな音でも大きく感じます。少なくとも夜9時をすぎたら、気をつけるようにしましょう。



## 2 生活のルール・マナー・習慣

### 2-5 生活習慣：風呂

#### (1) 家庭では

ほとんどの日本の家庭では風呂＝バスルームは、湯船（バスタブ）と、洗い場に分かれています。洗い場でよく体や髪を洗ったあと、ゆっくりバスタブにつかってリラックスできるようになっています。多くの家庭では、家族同士の場合は、その都度風呂のお湯を交換したりはせず、最後の人が入り終わるまで浴槽の湯は抜きません。ですから、お湯をつねにきれいにしておくために、バスタブに入る前に、よく体を洗うようにしましょう。風呂の残り湯は、洗濯にも利用できるし、地震など非常時に必要な水としても利用できます。

また、日本は湿気が多いので、バスルームにカビなどが生えやすくなります。バスルームはこまめに掃除しましょう。

#### (2) 銭湯（公衆浴場）では

家に風呂がないときは、銭湯という有料の公衆浴場を利用できます。男女別に分かれ、共同で大浴場を利用します。銭湯を利用する際には、洗面器以外のタオル、石鹸といったものは、自分で用意して行きます。共同で利用するものだからこそ、お互い気持ちよく入浴できるように心がけ、必ず体を洗ってから湯船に入るようにしましょう。利用時間・料金ともに店によって多少差がありますが、平均15時から23時ごろ、入浴料金は大人でおおよそ400円前後です。

もっとも、「スーパー銭湯」「健康ランド」と呼ばれるところは、数種類の風呂やサウナが併設されているなど施設が充実している分、料金が高め(800～2000円程度)になります。

また、多くの銭湯では刺青、外ウーが入っている人は入浴できません。



## 2 生活のルール・マナー・習慣

### 2-6 生活習慣:トイレ

日本にほんのトイレには、おもに2種類しゅるいあります。ひとつは、床ゆかと同じ高さおな たかに便器べんきがある「和式」で、目隠しめかくの覆いおおがある方ほうを向むいてしゃがんでつかつかいます。もうひとつは腰かけ型こし かたの「洋式」です。公共こうきょうの建物たてももののほとんどで、ここれら2種類しゅるいのトイレそなを備そなえています。

トイレでは、専用せんようのスリッパおを置おいていますので、スリッパは かに履りようき替でえて利用わすし、トイレめを出こるときは忘たてもものれずなかに脱とくぎましょくう。公共こうきょうの建物たてもものの中なかには、たまにトイレとくットペくーパーじょせいのないトイレとくもありますので、特とくに女性じょせいはいつけいたいも携も帯あるティッシュペあるーパーあるを持あるち歩あるくとよいでしあるょう。



## 2 生活のルール・マナー・習慣

### 2-7 生活習慣：室内

#### (1) 靴は玄関で脱ぎましょう

日本の一般家庭では、家の中に入るときは、玄関で靴を脱ぎます。家の中ではスリッパなどの室内履きを履く人もいますが、畳の部屋では何も履きません。学校や病院など大勢の人が利用する施設では、靴のままでも利用できたり、靴からスリッパなどに履き替えたりするシステムになっているところもあります。

#### (2) 布団と畳

布団は普通、直接畳の上に敷き、毎日たたんで「押し入れ」などに収納します。ベッドシーツと同じで布団は体から出た汗を吸収するため、天気のよい日にはなるべく外に干すようにしましょう。寝具は、敷布団、掛布団、枕のセットが基本ですが、敷布団の下にマットレスを敷く人もいます。畳の手入れは、掃除機やほうきで定期的に掃除し、ときどき硬く絞った雑巾で拭くのがよいでしょう。

### 2-8 町内会・自治会

日本ではほとんどの地域に「町内会」「自治会」と呼ばれるものがあります。詳しくは [M 住まい・引越 1-1](#)

[\(6\) 町内会・自治会](#) を参照ください。



2 生活のルール・マナー・習慣

2-9 冠婚葬祭

日本には「冠婚葬祭」という慶弔（けいちょう＝喜びと弔い）の儀式があります。「冠」は、出産祝い・成人式など、人生の節目の祝いごと。「婚」は、結婚や結婚式のこと。「葬」は、葬式や法要のこと。「祭」は、お正月やお盆、七夕、七五三などの年中行事をさします。このなかでマナーやしきたりが多いのが、「婚」と「葬」です。あらかじめ日本人の年配の知人にこれらのマナーについて簡単に教えてもらっておけば安心です。

また、親しい人に結婚、出産、就職、入学などのおめでたいことがあったとき、品物やお金を贈る風習があります。お金を贈るときは、お祝い用の袋に入れて贈ります。

葬式に参列する場合は、男性は黒いスーツ、白いシャツ、黒いネクタイ、女性も黒い服を着るのが一般的です。お金を贈る場合は、不祝儀袋に入れて受付の人にわたします。結婚式、葬式とも宗教などによりしきたりが異なることがありますので、事前に詳しい人に相談するのがよいでしょう。

儀式的種類	意味・内容	各儀式的マナー
冠	出産祝い・成人式など、人生の節目の祝いごと	親しい人に祝いごとがあった場合に品物やお金をおくる風習あり。お金は「祝い用」袋に入れること
婚	結婚や結婚式	親しい人が結婚するときには品物やお金を贈る風習あり。お金は「祝い用」袋に入れること
葬	葬式や法要	葬式に参列する場合は、男性は黒いスーツ、白いシャツ、黒いネクタイ、女性も黒い服を着るのが一般的。お金を贈る場合は、「不祝儀袋」に入れて受付の人にわたすこと
祭	お正月やお盆、七夕、七五三などの年中行事	

※ 宗教や地域などによりしきたりが異なることがあります。



### 3 日常生活を送る上での基本的なサービス

ここでは生活するうえで欠くことのできないライフラインである「電気」「ガス」「水道」のほか、国内外の郵便事業、交通機関の利用方法などについて説明します。

#### 3-1 電気

##### (1) 電気の使用を開始する方法、電気料金

電気はメーターを通して家の中に供給されますが、使用していない住宅は、電気が止まっています。入居するときは前もって電力会社に連絡し、電気が使用できる状態にしましょう。手続き完了後、ブレーカーのスイッチを入れると電気が使用できるようになります。日本の一般家庭用電気の標準電圧は100ボルトです。日本製でない電化製品は電圧が異なるので、電気店で電圧調整のアダプターを購入してから使用してください。

電気料金は毎月1回、担当者が検針をして、支払い額などが書かれた明細書が届けられます。支払いは、銀行や郵便局の預金口座からの自動口座振替、または銀行、郵便局、コンビニエンスストアなどでも支払うことができます。

##### (2) 周波数

日本で使われている電気の周波数は、東日本が50Hz、西日本が60Hzの交流です。日本で販売されている電化製品は、一般的には両周波数に対応しており、ほぼ問題はありません。ですが、引越しなどで、周波数の異なる地域に移る場合、あるいは東西の境界近くでその地区の周波数が不明な場合は、念のため、近くの電気店にご相談ください。

##### (3) 停電になったら

電気が突然消えたら、まずブレーカーをチェックします。ブレーカーは家やアパートの壁か、入り口の上の方にあるので、入居の際に確認しておくといでしょう。ブレーカーのスイッチがおりていたら上にあげ、「入」にし



## ○ その他の日常生活

▶ ○ その他の日常生活 のトップへ

ます。それでも電気がつかない場合は、電力会社に連絡します。このとき、「契約番号」が必要となります。  
 また、停電でなくても、一度にたくさんの電化機器を使うと、電気が自動的に切れることがあります。ブレーカーのスイッチが下りていたら、使っている電化製品のプラグをコンセントから抜いて、ブレーカーのスイッチを上にあげ「入」にします。

### (4) 停止(引越)するには

帰国や引越の際は、少なくとも3、4日前までには電力会社に連絡し、住所・氏名・引越日・新しい連絡先・お客様番号(契約番号)を知らせ、係員の指示にしががいます。電気料金の精算は、口座振替のほか、引越先へ請求書が送付される方法などもあります。

### ● 電気の手引き

使用開始方法	電力会社に連絡、使用開始手続き完了後、ブレーカーのスイッチを入れます
周波数	東日本:50Hz、西日本:60Hzの交流
電気が突然消えたら	〈停電の場合〉ブレーカーをチェック→ブレーカーのスイッチが下りていたら上にあげ、「入」にします。電気がつかない場合は、電力会社に連絡(「契約番号」が必要) 〈自動的に切れた場合〉一度にたくさんの電化機器を使って電気が自動的に切れた場合は、使っている電化製品のプラグをコンセントから抜いて、ブレーカーのスイッチを上にあげ「入」にします
停止(引越)するには	帰国や引越の3、4日前までに電力会社に連絡、係員の指示に従います



### 3 日常生活を送る上での基本的なサービス

#### 3-2 ガス

##### (1) 都市ガスとLPガス

家庭で使うガスには、「都市ガス」と「家庭用LPガス(プロパンガス)」の2つがあり、それぞれ専用のガス器具を使います。都市ガスの器具はプロパンガスでは使えませんし、逆にプロパンガス用の器具を都市ガスでは使えません。ガスの種類を確認し、それに合った器具を使用してください。新しい器具を購入するときや別の地域から引越したときは、必ずガスの種類を確認してください。

ガス料金の支払いについては、電気料金と同じ方法がとられます。

##### (2) ガスの開設方法

- 都市ガス… 都市ガスの使用を開始するときには、ガス会社へ使用を開始する日を連絡してください。担当者がガスメーターの栓を開け、同時にガス器具の点検や取り扱いの説明をしてくれます。
- LPガス… 住居にプロパンガス(LPガス)の設備があれば、販売店まで使用申込みをしてください。都市ガスと同じく、担当者が来てガス器具の点検をし、使用法や取り扱いの説明をしてくれます。

##### (3) ガスもれ

ガスがもれているサインとしては、ガスのにおいがする、ガスレンジ利用中に長くオレンジ色の火が出る、ガス器具を使用しているときに異臭がする、などがあります。これらはすべて、ガスもれのサインです。火災などの原因になりますので、ガスもれに気がいたら、次のように対応をしましょう。

1. ガスの元栓を閉め、窓を開ける。
2. 火や電化製品のスイッチを切る。
3. ガス会社に連絡する。



ガスもれなど緊急時にあわてないためにも、もよりのガス会社の問い合わせ先電話番号をよく見える位置に貼り出しておきましょう。

### (4) 使用中止(引越)するには

帰国や引越の際には、なるべく早めにガス会社に連絡し、利用の停止日を知らせましょう。担当者が来て、閉栓と精算の手続きをとってくれます。

#### ●ガスの手引き

開設方法 <small>かいせつほうほう</small>	とし がいしゃ しょう かいし ひ れんらく たんとうしゃ せん あ ・都市ガス:ガス会社へ使用を開始する日を連絡。担当者がガスメーターの栓を開けてくれます はんばいてん れんらく しょうもう こ てつぎ ・LPガス:LPガス販売店へ連絡、使用申し込み手続きをとります	
ガスもれの場合 <small>ばあい</small>	・ガスもれのサイン	ガスのおいがする りようちゆう なが いろ ひ で ガスレンジ利用中に長くオレンジ色の火が出る きぐ しょう いしゆう ガス器具を使用しているときに異臭がするなど
使用中止(引越)するには <small>しようちゆうし ひっこし</small>	たいおう てじゆん ・対応の手順	もとせん し まど あ 1 ガスの元栓を閉め、窓を開ける ひ でんか せいひん き 2 火や電化製品のスイッチを切る がいしゃ れんらく 3 ガス会社に連絡する



### 3 日常生活を送る上での基本的なサービス

#### 3-3 水道

水道、下水道ともに、使用するには登録と使用料の支払いが必要です。下水道は、地域によって整備されているところと、そうでないところがあります。支払い方法も違いますので、まずは各市区町村の役所の窓口でご確認ください。

#### (1) 水道の開設と中止

水道の使用を開始するとき、または引越などで中止するときは、各地域の水道局または市区町村の役所の水道担当課まで連絡し、住所、氏名、引越日を知らせ、料金の支払方法などの指示をおおぎます。水道料金については、2ヵ月ごと検針が行われるケースが多いのですが、地域によっては1ヵ月ごとの検針となります。検針後に明細書とともに料金が請求され、口座振替または銀行、コンビニエンスストアなどでも支払う仕組みは、電気、ガスと同じです。

#### (2) 水道の故障

破裂など水道が故障したときは、布きれなどを巻き、水が飛び散らないように押さえてから、止水栓を右回り(時計回り)に回して、とりあえず水を止めてから修理の申込みをしてください。市区町村の役所の水道課に問い合わせてください。

#### (3) 下水、し尿汲み取り

下水道のサービスは、水道の使用開始と同時に行われます。下水道使用料は、使用した水量または世帯人数に応じて、水道料金と一緒に請求されます。また、下水道がつながっていない家庭の場合、し尿汲み取りが行われています。自治体の許可業者に直接連絡して来てもらう場合が多いです。料金は汲み取り量による場合と人頭制(人数)による場合があります。詳しくは市区町村の役所に問い合わせてください。



### すいどう げすいどう てび ●水道・下水道の手引き

かいせつ 開設と ちゆうし 中止	かくち いき すいどうきよく し くちようそん やくしょ すいどうたんとうか れんらく じゆうしょ しめい ひつこ び 各地域の水道局または市区町村の役所の水道担当課まで連絡。住所、氏名、引越し日を し りようきん しはらいほうほう しじ 知らせ、料金の支払方法などの指示をあおぎましょう
こしょう 故障のと き	はれつ ばあい ぬの ま みず と ち お しすいせん みぎまわ 破裂などの場合は布きれなどを巻き、水が飛び散らないように押さえてから、止水栓を右回り とけいまわ まわ みず と しゅうり もうしこ (時計回り)に回して、水を止め、修理の申込みをします
げすい 下水、し にようく と 尿汲み取 り	げすいどう すいどう しょうかいし どうじ かいし 〈下水道のサービス〉水道の使用開始と同時にサービス開始 げすいどう ばあい にようく と し くちようそん やくしょ ぎょうしゃめい もうしこみほうほう 〈下水道がつながっていない場合〉し尿汲み取り→市区町村の役所に業者名、申込方法、 りようきん と あ 料金などを問い合わせましょう



### 3 日常生活を送る上での基本的なサービス

#### ゆうびんきょく 3-4 郵便局

にほん ゆうびんきょく ゆうびん めじるし ゆうびんきょく てがみ こづつみ そくたつびん ゆうびん  
日本の郵便局と郵便ポストは「〒」のマークが目印です。郵便局は、手紙・小包・速達便などの郵便  
ぎょうむ ちよきんぎょうむ ぎんこう ほけんぎょうむ せいめい おこな ぎんこう  
業務だけでなく、貯金業務(ゆうちょ銀行)や保険業務(かんぽ生命)も行ってあります。このため、銀行  
おな こうざ ひら かね あず こくないがい そうきん ふりこ こうきょうりょうきん し  
と同じように口座を開き、お金を預けることができるとともに、国内外への送金、振込み、公共料金の支  
はら ぎんこう どうよう こうきょうりょうきん ぜいきん じどうこうざ ふ か かのう てつづき ぎんこう  
払いもできます。また、銀行と同様、公共料金や税金などの自動口座振り替えが可能で、手続も銀行と  
どうよう  
同様です。

ゆうびんぎょうむ へいじつ どにち しんや まどぐちぎょうむ おこな きょく  
郵便業務は平日の9:00~17:00(土日や深夜も窓口業務を行う局もあります)。

ちよきん ほけんぎょうむ へいじつ  
貯金、保険業務は平日の9:00~16:00までとなっています。

ゆうびんきょく にほんご  
・郵便局のホームページ <http://www.post.japanpost.jp/> (日本語のページ)

えいご  
<http://www.post.japanpost.jp/english/> (英語のページ)

#### こくないゆうびん (1) 国内郵便

こくないびん てがみ こづつみ しょせき こづつみ かんせい きつて ゆうびんきょく う  
国内便にはハガキ、手紙、小包や書籍小包などがあります。「官製ハガキ」や切手は郵便局で売っ  
ています。「私製ハガキ」には50円切手を貼る必要があります。他の郵便物に優先して配達する「速達」  
しせい えんきつて は ひつよう た ゆうびんぶつ ゆうせん はいたつ そくたつ  
は、割り増し料金で送ることができます。  
わ ま りょうきん おく

ゆうびん こづつみ たくはいびん どうよう こづつみ はいたつ うけつけ よくじつ  
また、郵便小包「ゆうパック」は、宅配便(※)と同様に小包を配達するサービスで、受付の翌日には  
とうちゃく いちぶ ちいき  
到着します(一部地域をのぞく)。

にほん じゅうしょ ゆうびんばんごう はじ つぎ とどうふけん し ぐん まち むら とお ちく まち ちい  
日本の住所は郵便番号から始まり、次に都道府県、市(郡)、町(村)、通り・地区・町、そしてより小さな  
くぶん ちやうめ ちゅうおうく く さっぽろ しちゅうおうく し あと ばあい とう  
区分の丁目となります。「中央区」などの「区」は、「札幌市中央区」というように「市」の後にある場合と、東  
きょうと とくべつく とうきょうと ちよだく と あと ばあい じゅうしょ いえ  
京都の特別区「東京都千代田区」のように、「都」のすぐ後にくる場合があります。住所は、家やアパートの  
ごうすう ばんち ばん ごう お  
号数(番地または○番○号)で終わります。



れい  
[ 例 ]

〒100-0013

とうきょうとちよだくかすみ せき ちようめ ばん ごう  
東 京 都千代田区 霞 が 関 3 丁 目 3 番 2 号

ひっこ ゆうびんきょく てんきよとどけ ていしゅつ ねんかん きゅうじゅうしよ ゆうびんぶつ しんじゅうしよ そうふ  
引越したときに郵便局に転居届を提出すると、1年間旧住所あての郵便物が新住所に送付さ  
れます。

### ※宅配便

みんかん うんそうがいしゃ おこな こづつみ はいたつ たくはいびん こうりてん と  
民間の運送会社が行っている小包の配達サービスが宅配便です。コンビニエンスストアや小売店などで取  
り扱うほか、連絡すれば直接家まで荷物を引き取りにきてくれる業者もあります。配達日指定、夜間配達、  
れいぞう れいとうはいたつ かいがい しゅつこく さい くうこう にもつ おく  
冷蔵・冷凍配達などさまざまなサービスがあり、海外へ出国する際には、空港のカウンターまで荷物を送ること  
もできます。詳しくは各宅配業者までお問い合わせください。

### (2) 国際郵便

がいこく てがみ にもつ おく こうくうびん ふなびん びん しゅるい おも おく さき ちいき  
外国に手紙や荷物を送るときは、航空便、船便と SAL 便の 3 種類があり、それぞれ重さや送り先の地域  
りょうきん こと びん こうくうびん にほんこくない どうちやくこくない ふなびん  
によって料金が異なります。SAL 便とは、エコノミー航空便のことで、日本国内と到着国内では船便として  
あつか りょうこくかん こうくうゆ そう かいがい あ ゆうびん さ はいたつにつすう はや じゅん こうくうびん  
扱い、両国間は航空輸送する海外宛ての郵便サービスを指します。配達日数は早い順に航空便が  
にち びん しゅうかん ふなびん にちていど くわ ゆうびんきょく と  
3～9日、SAL 便が 2～4 週間、船便が 10～80 日程度となっています。詳しくはよりの郵便局まで問い  
あ  
合わせください。



### 3 日常生活を送る上での基本的なサービス

日本の交通機関には、鉄道、バス、タクシーなどがあります。日本の地域によっては電車やバスの切符の買い方、乗り降りの方法などが違う場合があります。あなたの住んでいる地域の方法を十分理解して、とまどわないようにしましょう。

#### 3-5 鉄道(電車)

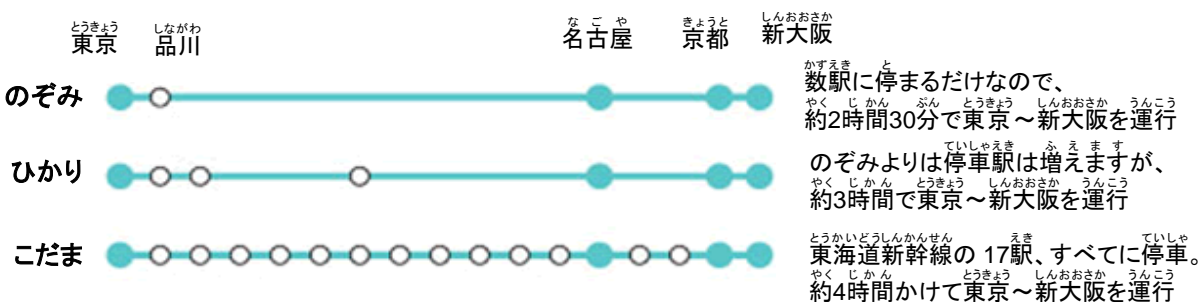
##### (1) 鉄道の種類

鉄道にはJR株式会社が運営するJR線のほかに、都道府県、市町村が運営する線、民間の鉄道会社が運営する私鉄線などがあります。また、地下鉄やモノレール、路面電車など種類もさまざまです。

電車は速い順に「新幹線」「特急」「急行」「快速」「普通」となっていて※、「普通」以外の電車は全駅の駅には停まらないので、路線図などで停車駅を確認し、システムに慣れましょう。

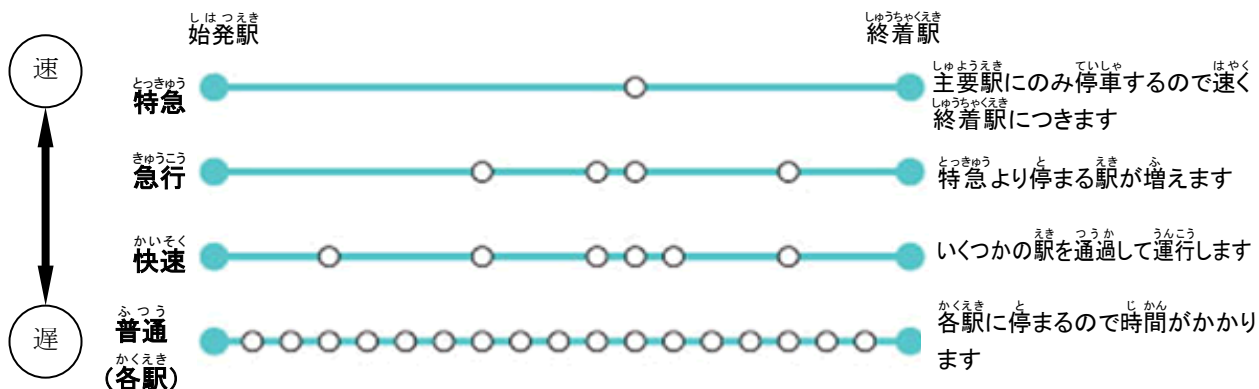
※地域、路線によっては「通勤快速」「快速特急」「準急」などがあり、それぞれ停車駅や速さが違います。

#### 東海道新幹線のぞみ、ひかり、こだまの停車駅数の違い(東京～新大阪の一例)





### JR在来線や私鉄の停車駅数による呼び方例



### (2) 路線図で確認を

電車に乗るときには自動切符販売機の上に掲示されている路線図を見ながら、駅の名前と運賃を調べましょう。また JR では東京に近づくことを「上り」といい、遠ざかるのを「下り」といいます。環状線は「外回り」「内回り」と称します。

### (3) 運賃

電車に乗る場合、距離に応じて「普通運賃」が必要で、JR では「新幹線」「特急」「急行」に乗車するには普通運賃のほかに「特急料金」「急行料金」が必要です。また、「寝台列車」では「寝台料金」が「指定席」には「指定料金」がさらに必要となります。

子ども(12歳未満)料金は大人の半額ですが、大人が1人なら6歳未満の子どもは2人まで無料となります。3人目からは大人の半額を払わなければなりません。

### (4) 乗車券(切符)を買う

乗車券は自動販売機でも買うことができますが、駅の窓口で目的地を告げて買うこともできます。自動販売機になれない場合は、窓口で購入するほうが安心です。

また、乗車券には普通乗車券のほかに次のような種類があります。

ていきけん 定期券	つうがくていき つうきんていき げつ げつ げつ ねんぶん 通学定期と通勤定期があり、1カ月、3カ月、6カ月、1年分など
--------------	---



かいすうけん 回数券	いっていきかん じょうしゃけん まいぶん りょうきん いっぱんてき まいこうにゆう まいぶん とく 一定区間の乗車券を、10枚分の料金で、一般的に11枚購入できる。1枚分お得なセット
おうふくきっぷ 往復切符	おうふく きっぷ わりやす ばあい 往復の切符がセットになっていて、割安になる場合もあります
いちにちじょうしゃけん 一日乗車券	してい はん い ない おうふく いちにちなんど の お じゆう とく じょうしゃけん 指定された範囲内での往復はもちろん、一日何度でも乗り降り自由な、お得な乗車券
ICカード	ひがしにほん とうかい にしに 「Suica(スイカ)」「JR 東 日本」、「TOICA(トイカ)」「JR東海」、「ICOCA(イコカ)」「JR西日 ほん しゅとけん しゅようてつどう りよう じぜん きんがく 本)、首都圏の主要鉄道・バスで利用できる「PASMO(パスモ)」など。事前に金額をチャージするプリペイド方式と後で精算するポストペイ方式があります。

じ どうかいさつ

### (5) 自動改札

じ どうかいさつ き えき はい かいさつ つうか きっぷ い む がわ で で  
自動改札機で駅に入るときは、改札を通過するとき切符を入れると、向こう側から出てきます。出てき  
きっぷ と わす えき で かいさつ つうか きっぷ で  
た切符を取り忘れないようにしましょう。また、駅を出るときや、改札を通過するときは切符は出てこないの  
つうか  
そのまま通過してください。

じ どうかいさつ ばあい きっぷ お じょうしゃ  
自動改札でない場合は、切符にはんこを押してもらい乗車します。



### 3 日常生活を送る上での基本的なサービス

#### ろせん 3-6 バス(路線バス)

##### はっちやくばしよ (1) バスの発着場所

しゆよう てつどう えき はっちやく  
ほとんどのバスは主要な鉄道の駅で発着しています。

##### じこくひよう (2) バスの時刻表

ていりゆうじよ じこくひよう てつどう じこくひよう あ ちょうせい ばあい おお  
バスの停留所には時刻表があります。バスは鉄道の時刻表に合わせて調整されている場合が多いよ  
としんぶ てつどう かんけい じこくひよう こうつうじゆうたい えいきよう う じこくひよう  
うです。都心部では鉄道と関係なく時刻表がつくられていますが、交通渋滞などの影響を受け、時刻表  
うんこう ばあい  
どおりに運行しない場合があります。

##### い さき (3) バスの行き先

い さき うえ しめ い さき ばあい うんてんしゆ き  
バスの行き先はバスのフロントガラスの上に示してあります。行き先がわからない場合は運転手に聞きましょう。

##### の (4) バスに乗る

ていりゆうじよ もくてき き て の ぜんぼう じようしゃ りようきん さき  
停留所で目的のバスが来たら、手をあげてバスに乗りましょう。バスには前方から乗車して料金を先に  
はら ちゆうおう こうぼう の ばんごう か せいりけん う と あとばら こ  
払うタイプと、中央または後方から乗って番号の書いた整理券を受け取る後払いタイプとがあります。子ど  
さいみまん うんちん おとな はんがく えんたんい き あ おとな ようじ ふたり むりよう  
も(12歳未満)運賃は大人の半額です(10円単位で切り上げ)。大人といっしょなら、幼児は2人まで無料で、  
にんめ こ うんちん  
3人目からは子ども運賃です。

##### お (5) バスを降りる

もくてき てい こうしゃ お いっぱんてき うんちん しゃない ぜんぼう ていじ  
目的のバス停がアナウンスされたら、降車ボタンを押します。一般的に運賃は、車内の前方に提示されて  
うんちんひよう せいりけん ばんごう かくにん うんてんせき わき うんちんじどうし はらいき うんちんばこ せいりけん いっ  
いる運賃表と整理券の番号を確認し、運転席の脇にある運賃自動支払機(運賃箱)に整理券と一  
しよ い こぜに ばあい うんちんじどうし はらいき となり りようがえき りよう  
緒に入れます。小銭がない場合は運賃自動支払機の隣にある両替機を利用しましょう。



### (6) お得な割引システム

バスにも定期券、回数券、プリペイドカードなどのお得な割引システムがあります。