

# Giới thiệu về những quy định và cách ứng xử cho người nước ngoài đang sinh sống tại thành phố Nagareyama.



Created by  
NIFA



Danh sách thông tin hữu ích cho cuộc sống  
Hiệp hội hữu nghị quốc tế Nagareyama



Chúng tôi xin được giới thiệu cho các bạn biết được những quy tắc và cách ứng xử khi bạn sống ở Nhật Bản bởi vì có thể những quy tắc này sẽ khác với đất nước của các bạn.

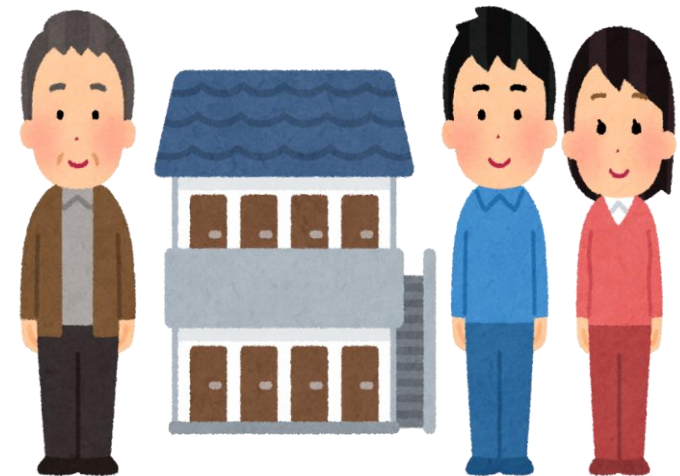
Biết những quy tắc cũng như những cách cư xử này không những giúp các bạn tránh gặp phải những rắc rối và phạm tội nếu có mà còn giúp bạn có được một cuộc sống an toàn và đầy thú vị khi sống ở Nhật Bản.

# Những qui định về thuê nhà ở



Created by  
NIFA

- Chỉ có người thuê nhà và gia đình của người thuê nhà được cư trú trong nhà. Các điều khoản và điều kiện cụ thể hãy tham khảo hợp đồng với chủ nhà
- Không được cho người khác thuê lại.
- Khi bạn muốn chuyển chỗ ở, bạn phải hủy hợp đồng thuê nhà với chủ nhà.
- Không được sửa chữa hay nuôi thú cưng khi chưa có sự đồng ý của người cho thuê.
- Không được đặt đồ đạc tại hành lang hay cầu thang. Hành động này bị cấm bởi luật phòng cháy chữa cháy.
- Nếu bạn có bất kỳ vấn đề gì liên quan đến nhà ở, hãy liên hệ với chủ nhà.





Created by  
NIFA

# Cách ứng xử về cư trú

- Không được làm ồn ào hay nói to tiếng.
- Không được chơi nhạc cụ với âm lượng lớn.
- Không được trò chuyện ,tán gẫu ở hành lang hay ban công.

Những hành vi này sẽ gây ra những rắc rối và các vấn đề với những người thuê nhà khác hoặc các cư dân gần đó.

Tùy theo từng trường hợp mà cảnh sát có thể đến và cảnh báo bạn .





Created by  
NIFA

# Khóa cửa nhà

- Đảm bảo chắc chắn rằng bạn đã khóa cửa ra vào và các cửa sổ của ngôi nhà khi bạn đi ra ngoài
- Bạn cũng nên khóa cửa ra vào ngay cả khi bạn đang ở nhà .

Hãy tạo thói quen khóa cửa nhà ngay cả khi bạn chỉ ra ngoài trong thời gian ngắn, chẳng hạn như bạn đi đổ rác.





Created by  
NIFA

# Những qui tắc về hút thuốc

- Chỉ được hút thuốc ở những khu vực được chỉ định như trong khu vực hút thuốc.
  - Có rất nhiều khu vực cấm hút thuốc xung quanh nhà ga ở thành phố Nagareyama.
  - Không được hút thuốc khi đang đi trên đường.
  - Không được vứt tàn thuốc xuống đất bất kể nó nằm trong khu vực hút thuốc hay không hút thuốc.
- Chúng tôi khuyên bạn nên mang theo gạt tàn cầm tay.



# Thanh toán phí bảo hiểm và lương hưu



Created by  
NIFA

- Đảm bảo chi trả phí bảo hiểm sức khỏe quốc gia và tiền lương hưu quốc gia.
- Thanh toán phải được thực hiện trước ngày đáo hạn.

保険料

Nếu bạn không đóng phí bảo hiểm bạn có thể phải trả toàn bộ chi phí điều trị y tế của mình.

Nếu bạn không biết quy trình hoặc cách thực hiện thanh toán, hãy hỏi Tòa thị chính Nagareyama hoặc các văn phòng chi nhánh của Tòa thị chính.





# Cách xử lý rác thải



Created by  
NIFA

- Ở đây có các quy định về cách xử lý rác thải tại thành phố Nagareyama.
- Phân loại rác và bỏ vào túi rác do thành phố Nagareyama chỉ định (bạn có thể mua những túi đựng rác này ở các cửa hàng tiện lợi hoặc tại siêu thị).

Bạn không được sử dụng các loại túi khác.

- Đổ rác tại địa điểm được chỉ định trước 8 giờ 30 sáng vào ngày thu gom được chỉ định hàng tuần
- Không được vứt rác ra đường hoặc bãi đất trống.
- Đối với rác to, công kênh bạn phải đăng ký trước để được thu gom (không được vứt ra bên ngoài)

Để biết thêm thông tin về việc thu gom rác của thành phố Nagareyama, vui lòng tham khảo thêm thông tin như bên dưới

Trang web của Hiệp Hội Hữu Nghị Quốc Tế Nagareyama (NIFA) :

Cách xử lý rác thải sinh hoạt ②

Cách xử lý rác thải tái chế ③

tại:

[Information for Foreign Residents\(sakura.ne.jp\)](http://sakura.ne.jp)



# Những qui tắc khi sử dụng xe đạp

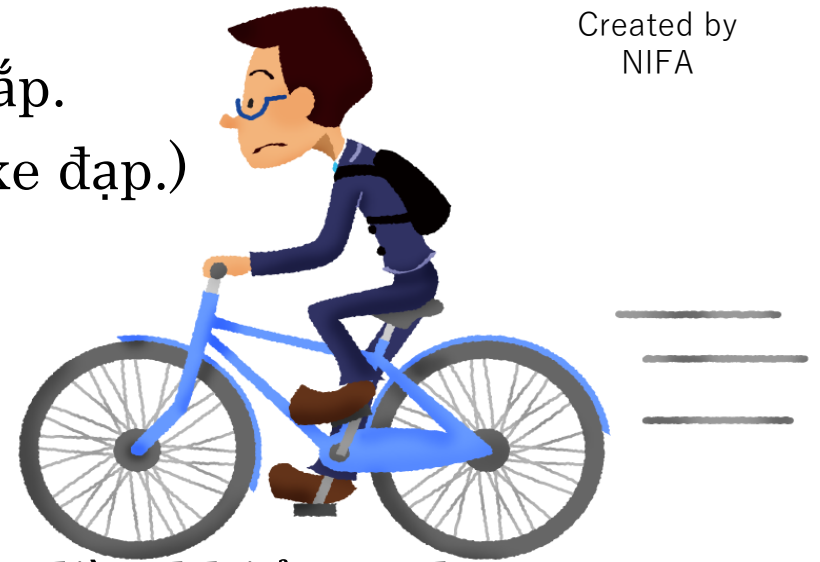


Created by  
NIFA

- Xe đạp phải được đăng ký và có bảo hiểm chống trộm cắp.  
(Bạn có thể đăng ký và mua bảo hiểm tại các cửa hàng xe đạp.)
- Phải tuân thủ tín hiệu giao thông.
- Lái xe bên trái đường.
- Không được lái xe đạp sau khi uống bia rượu.
- Không được lái xe đạp trên đường cao tốc.
- Không được nghe nhạc hay sử dụng điện thoại khi đang điều khiển xe đạp.
- Không được lấy xe đạp của người khác khi xe không được khóa , thậm chí xe được bỏ trên đường.
- Đỗ xe đạp vào đúng bãi xe qui định.
- Cấm chở thêm người lớn ngồi sau xe đạp của bạn.

Bạn có thể chở thêm trẻ em với yêu cầu có ghế dành cho trẻ và đảm bảo đội mũ bảo hiểm.

Nếu bạn cần thêm thông tin, hãy liên hệ với cửa hàng xe đạp của bạn.





# Các cuộc gọi khẩn cấp và báo cáo về sự cố bệnh tật, tai nạn, thảm họa,...



Created by  
NIFA

- Tham khảo thông tin sau đây về cách báo cáo trong trường hợp khẩn cấp.

Trang web The NIFA giải thích chi tiết với 6 ngôn ngữ.



Các tổ chức y tế với ngôn ngữ nước ngoài

④

[Information for Foreign Residents \(sakura.ne.jp\)](http://sakura.ne.jp)

Cuộc gọi khẩn cấp và cách thức liên hệ⑦

[Information for Foreign Residents \(sakura.ne.jp\)](http://sakura.ne.jp)

Hướng dẫn phòng chống thiên tai⑧

[Information for Foreign Residents \(sakura.ne.jp\)](http://sakura.ne.jp)





Created by  
NIFA

# Hành vi phạm tội theo luật pháp Nhật Bản

- Cho mượn thẻ đi lại và thẻ bảo hiểm.
- Tham ô của cải nhật được.
- Ăn cắp tại các cửa hàng.
- Trộm cắp trái cây hay rau quả gia súc từ cánh đồng của ai đó.
- Bắt cá hay động vật có vỏ ở sông hoặc biển mà không được cho phép.
- Mang theo dao và các vật dụng nguy hiểm khác
- Tàng trữ và sử dụng trái phép chất ma túy
- Không có thẻ cư trú.



# Những quy định về sử dụng nhà vệ sinh



Created by  
NIFA

- Ở Nhật, bạn có thể sử dụng nhà vệ sinh miễn phí tại các cửa hàng tiện lợi.
- Hãy sử dụng nhà vệ sinh một cách sạch sẽ.
- Ở Nhật, bạn chỉ được bỏ giấy vệ sinh vào bồn cầu và không có giỏ đựng rác
- Không được lấy trộm giấy vệ sinh.
- Hầu hết nhà vệ sinh ở Nhật có hệ thống rửa tự động với nước ấm.

Hãy đảm bảo rằng bạn biết cách sử dụng chúng.



# Cách cư xử trên tàu điện hoặc xe buýt



Created by  
NIFA

- Không được sử dụng điện thoại di động hay nói chuyện ồn ào trên tàu điện hay xe buýt.
- Không nên đeo tai nghe với âm thanh quá lớn làm ảnh hưởng đến người xung quanh
- Trong trường hợp đông người, hãy giữ ba lô, giỏ sách trước ngực thay vì đeo sau lưng.



# Những qui tắc chung trong phòng tắm, nhà tắm công cộng và suối nước nóng



Created by  
NIFA

- Tắm rửa sạch sẽ cơ thể rồi sau đó vào bồn tắm.
- Không được để khăn trong bồn tắm.
- Không được sử dụng xà phòng hoặc dầu gội đầu trong bồn tắm.
- Không mặc đồ bơi vào phòng tắm công cộng hay suối nước nóng.



Bạn phải hoàn toàn khóa thân.

Theo cách này, tại Nhật Bản, các thành viên trong gia đình sẽ sử dụng được nước tắm sạch sẽ trong bồn mỗi ngày. Do đó, nước trong bồn tắm sẽ không bị thay đổi sau mỗi lần các thành viên tắm xong. Theo phong tục, mọi người đều làm ấm mình trong cùng một bồn nước.

Nước nóng trong bồn tắm sẽ được bỏ đi sau khi tất cả các thành viên trong gia đình sử dụng xong

Ở Nhật Bản, hầu hết mọi người sẽ tắm và ngâm bồn vào ban đêm để hồi phục sức khỏe sau một ngày làm việc vất vả.



# Tiền boa là điều không bắt buộc ở Nhật Bản



Created by  
NIFA

- Tiền boa không phải là thói quen phong tục ở Nhật Bản.
- Một số khách sạn cao cấp và nhà hàng sang trọng sẽ tính thêm phí dịch vụ vào hóa đơn thanh toán, nhưng việc để lại tiền trên bàn không phải là phong tục ở Nhật Bản.
- Trong các nhà hàng phục vụ đồ uống có cồn như izakaya (quán rượu kiểu Nhật), tại đây sẽ phục vụ nhiều món ăn nhỏ được gọi là otohshi. Đây được xem như là thay cho phí dịch vụ.
- Nước uống và khăn lau tay được miễn phí .







Created by  
NIFA

# Văn hóa không bỏ thừa thức ăn

- Ở Nhật Bản, có một văn hóa không để thừa thức ăn sau khi gọi xong. Đây được coi là phép lịch sự để thể hiện lòng biết ơn đối với người nấu ăn.
- Hãy yêu cầu số lượng thức ăn vừa đủ mà bạn có thể ăn.
- Bạn có thể nhờ người phục vụ gói thức ăn còn thừa lại để mang về nhà





Created by  
NIFA

# Văn hóa dùng đũa

- Trong washoku (ẩm thực Nhật Bản), bạn nên ăn bằng đũa ở tay phải và chén hoặc chén cơm ở tay trái.
- Súp miso và các loại súp khác có thể cầm lên uống để tránh bị đổ.
- Cần thận không liếm đầu đũa hoặc đặt chúng trong miệng của bạn, vì điều này có thể gây khó chịu cho những người bạn đang ngồi ăn cùng.
- Đối với thức ăn được phục vụ trên đĩa, hãy sử dụng đũa đặc biệt để gấp thức ăn vào đĩa của bạn. Không sử dụng trực tiếp đũa của riêng bạn để gấp thức ăn.
- Theo đạo Phật giáo, cắm đầu đũa lên trên chén cơm hoặc chuyền thức ăn bằng đũa cho nhau là điều cấm kỵ.





Created by  
NIFA

# Văn hóa con dấu cá nhân (*Hanko, Inkan*)

- Trong khi chữ ký phổ biến ở các quốc gia khác thì con dấu cá nhân (hanko, inkan) thường được sử dụng ở Nhật Bản.
- Con dấu cá nhân cũng được bán tại các cửa hàng 100 yên. Tuy nhiên, ban đầu, nền văn hóa này bắt nguồn từ khi mọi người quyết định khắc kiểu chữ, kích thước và hình dạng của con dấu cá nhân (hanko, inkan) của họ nhằm mục đích nhận biết từng cá nhân và biến nó thành con dấu duy nhất trên thế giới.
- Ngay cả bây giờ, con dấu cá nhân (hanko, inkan) vẫn được yêu cầu sử dụng cho các hợp đồng, sổ tiết kiệm ngân hàng và nhiều tài liệu chính thức. Người nước ngoài được khuyến khích cũng nên có con dấu riêng (hanko, inkan).





Created by  
NIFA

# Văn hóa ăn mì

- Ở Nhật Bản, khi mọi người ăn trong nhà hàng sẽ không tạo ra âm thanh, nhưng tại các nhà hàng như mì soba và mì ramen, nhiều người ăn mì với âm thanh xì xụp.
- Người ta nói rằng văn hóa này bắt nguồn từ thời Edo, khi mì soba nóng được ăn đứng trong các quầy hàng thực phẩm, và mọi người sẽ húp mì cho nguội và ăn tất cả chúng cùng một lúc.
- Đó là một nền văn hóa Nhật Bản đã có trong hàng trăm năm, vì vậy đừng lo lắng về âm thanh này, hãy thử nó.





Created by  
NIFA

# Văn hóa cúi chào (*Ojigi*)

- Ở Nhật Bản, cúi chào là cách chào phổ biến nhất. Những cái bắt tay, những cái ôm, v.v. ngược lại được coi là xa lạ.
- Nó có thể có nghĩa là xin lỗi, cảm ơn hoặc chào hỏi và ý nghĩa có thể thay đổi khi cúi người khoảng 45 độ, 30 độ hoặc 15 độ (góc cúi đầu càng lớn thì thể hiện sự lịch sự càng sâu sắc).
- Người ta tin rằng việc cúi đầu hơi ít đối với người khác, nó chỉ ra thái độ thiếu tôn trọng.
- Người nước ngoài có thể không quen thuộc với nó, nhưng nó là một cách chào truyền thống của người Nhật mà bạn nhất định phải học. Là một người nước ngoài lịch sự, bạn sẽ dễ dàng hòa nhập với người Nhật theo cách này.





# Nhiều người Nhật không theo tôn giáo



Created by  
NIFA

- Như thể hiện trong biểu đồ, nhiều người Nhật không quá đặc biệt về tôn giáo.
- Tuy nhiên, có một nền văn hóa được nhắc đến và thưởng thức các sự kiện tôn giáo khác nhau trên toàn thế giới. Một ví dụ điển hình được nhìn thấy đó là cả một thị trấn được trang trí bằng đèn và trao đổi quà tặng trong mùa Giáng sinh, nhưng chỉ một tỷ lệ nhỏ người dân theo đạo Thiên chúa.
- Có phong tục ăn bánh kem và thịt gà trong mùa Giáng sinh.







Created by  
NIFA

# Văn Hóa rót rượu (*oshaku*)

- Một trong những khía cạnh văn hóa uống rượu độc đáo của Nhật Bản là “oshaku (rót rượu sake)” để thể hiện lòng hiếu khách với người khác.
- Sake chủ yếu được mời từ một người có cấp bậc thấp hơn cho một người có cấp bậc cao hơn như một dấu hiệu của sự tôn trọng đối với bên kia.
- Đặc biệt, việc ông chủ của một công ty tự rót đầy cốc của mình được coi là rất bất thường. Việc để ý xem cốc rượu của ông chủ có đầy hay không là nét văn hóa độc đáo ở Nhật Bản.
- Đây là phong tục chỉ có ở Nhật Bản, nơi lịch sự được đánh giá cao ngay cả trong những bữa ăn uống vui vẻ.



# Văn hóa chào hỏi trước và sau bữa ăn

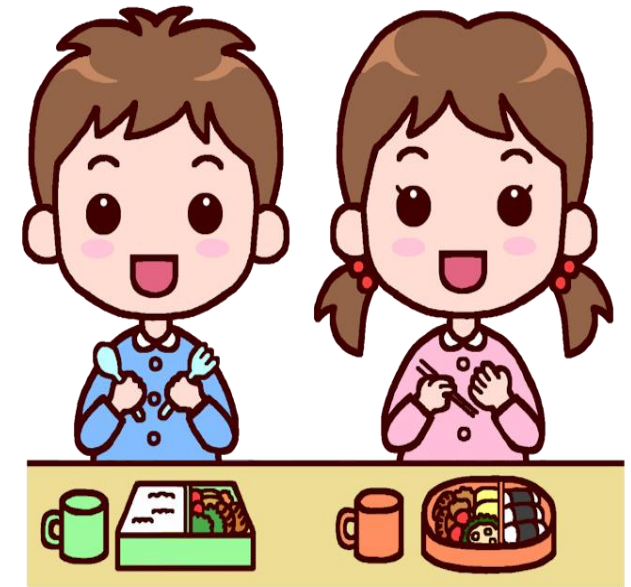


Created by  
NIFA

- Ở Nhật Bản, mọi người nói "Itadakimasu" (mời cùng ăn, hoặc cảm ơn bữa ăn trước bữa ăn và "Gochisousama-deshita" (Tôi thực sự rất thích bữa ăn.) sau bữa ăn. Thậm chí khi ăn một mình, người Nhật cũng có thói quen này.
- Những lời cầu nguyện trước bữa ăn rất đa dạng về mặt tôn giáo, nhưng đa phần tạ ơn thần giáo. Đó như là thể hiện lòng biết ơn của người Nhật đối với những người đã trồng ra thực phẩm, vận chuyển tươi sạch, và nấu chín nó. Vì vậy, ngay cả khi ăn một mình, người Nhật cũng thốt ra những lời này. (bằng trái tim).

Khi người nước ngoài nói những cụm từ tiếng Nhật này trước hoặc sau bữa ăn, người Nhật sẽ ngạc nhiên và mỉm cười.

## いただきます



# Thông Tin liên lạc khi gặp rắc rối



Created by  
NIFA

- 1 1 0 (Cảnh sát)
- 1 1 9 (Cứu hỏa)
- 04-7158 – 1111 [Ngareyama City Hall](#)  
(Có 3 văn phòng chi nhánh trong thành phố)
- 04-7128 – 6007

Hiệp Hội Hữu Nghị Quốc Tế Nagareyama (NIFA)  
[c/o Nagareyama International Understanding  
Support Center](#)

Những thông tin bên dưới cũng được chuẩn bị bởi  
NPO Hiệp hội Hữu Nghị Quốc Tế Nagareyama (NIFA)  
thông qua những trang web tương ứng :  
Gọi khẩn cấp (Ở đâu và cách thức thực hiện),  
Hướng dẫn phòng chống thiên tai, v.v.  
Vui lòng kiểm tra với mã code bên dưới ngay bên phải.



Làm quen với các nền văn hóa và cách cư  
xử độc đáo của Nhật Bản càng sớm càng  
tốt và tận hưởng cuộc sống của bạn ở  
Thành phố Nagareyama!

