

ながれ やま し す がい こく じん  
流山市に住む外国人のための  
せい かつ  
生活ルールとマナー



Created by  
NIFA



ながれやまし せい かつ べんり しよつほう  
流山市 で 生活する ための 便利な情報  
ながれやましこくさいこうりゆうきょうかい  
流山市国際交流協会



に ほん くに こと せい かつ  
日本ではあなたの国と異なる生活ルールやマナーがあります。  
に ほん し はんざい ふうせ  
日本のルールやマナーを知って、トラブルや犯罪を防ぎ、  
あんしん あんぜん たの せい かつ おく  
安心・安全で楽しい生活を送りましょう。

# 住居を借りた時のルール



Created by  
NIFA

- 借りた人と家族だけが住むことができます。（契約内容によります）
- 他の人は住むことができません
- 引っ越しする時は解約の手続きが必要です
- 部屋でペットを飼いたい場合は借りるときに確認しましょう。
- 部屋の改造は禁止されています。
- 廊下や階段は物を置かないでください。（消防の法律で禁止）
- 困った時はオーナーさんに相談しましょう。





Created by  
NIFA

じゅう きょ

# 住居でのマナー

- おお こえ さわ  
大きい声で騒いではいけません。
- おお おと おんがく  
大きい音で音楽をかけてはいけません。
- ろうか  
廊下やバルコニーでおしゃべりはやめましょう  
ちか じゅうみん  
近くの住民とトラブルになります。  
けいさつ ちゅうい  
警察から注意されます。





Created by  
NIFA

# 住居じゅうきょの施錠せじょう (かぎ鍵をかける)

- ・ 外出がいしゅつする時ときはドまどアや窓かぎに鍵かぎをかけましよう。
- ・ 家いえにいる時ときも鍵かぎをかけましよう。
- ・ ゴミを捨すてる時とき、短みじい時間じかんで外そとに出でる時ときも  
鍵かぎをかけましよう。





Created by  
NIFA

# たばこのマナー

- 喫煙所など指定の場所で吸いましょう。  
きつ えんじょ      してい      ばしょ      す
- 流山市の駅周辺は禁煙の場所が多くあります。  
ながれ やまし      えきしゅうへん      きんえん      ばしょ      おお
- 歩きながら吸うのはやめましょう。  
ある      す
- 禁煙区域以外で吸って終わった「たばこ」は  
きんえんくいき いがい      す      おわ  
道に捨ててはいけません  
みち      す  
携帯灰皿を持ちましょう。  
けいたいはいざら      も



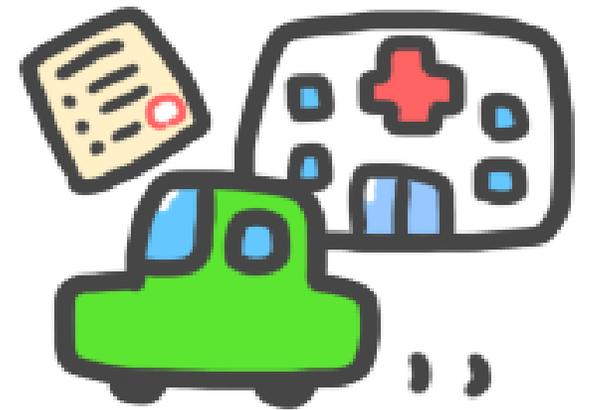


Created by  
NIFA

# ほ けん りょう      ねん きん      し はら 保険料・年金の支払い

- こくみんけんこうほけん      こくみんねんきん      ほけんりょう      かな      はら  
・国民健康保険や国民年金の保険料は必ず払いましょう。
- しはら      きげん      まも  
・支払い期限は守りましょう。
- はら      びょういんだい      ぜんがく      じぶん      ぶたん  
払わないと病院代が全部、自分の負担になる
- ばあい  
場合があります。
- てつづ      しはら      ほうほう      わ      とき  
・手続きや支払い方法が分からない時は
- ながれやましやくしょ      しゅっちょうしょ      き  
流山市役所や出張所で聞きましょう。

## ほ けん りょう 保険料



# ごみの出し方



Created by  
NIFA

- ごみを出すときはルールがあります。
- ごみは分類して、流山市指定のごみ袋（有料）に入れて出します。
- 指定の日、指定の場所・時間に出します。
- 道路や空き地に捨ててはいけません。
- 粗大ごみを出す時は申し込みが必要です。
- 下のQRコードで詳しい内容が見れます。

ながれやまし こくさいこうりゅうきょうかい

流山市国際交流協会(NIFA)ホームページ



かてい だ  
家庭ゴミの出し方②

しげん だ  
資源ゴミの出し方③

がいこくじん む しりょう

外国人向け資料 (sakura.ne.jp)

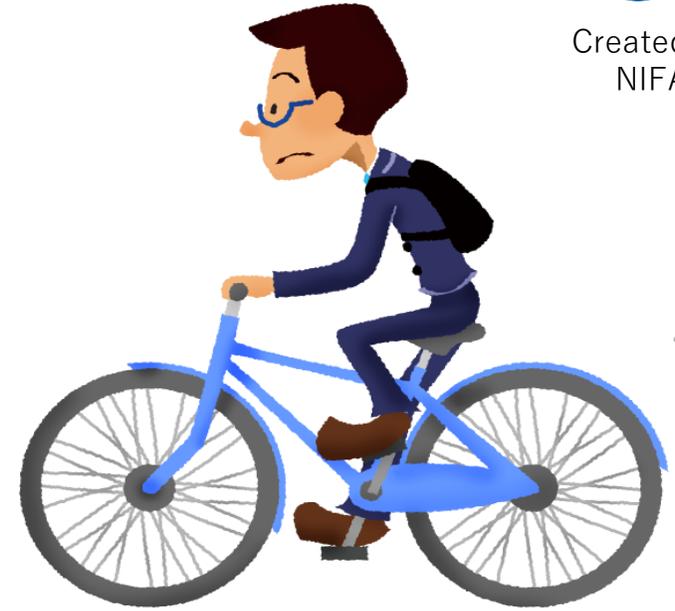


# じてんしゃ 自転車のルール



Created by  
NIFA

- じてんしゃ ぼうはんとうろく ほけん かにゅう ひつよう  
自転車は防犯登録・保険加入が必要です。
- じてんしゃ う みえ て つづ  
自転車を売っている店で手続きできます。
- しんごう かな まも  
信号は必ず守りましょう。
- どうろ ひだりがわ はし  
道路の左側を走りましょう。
- さけ の じてんしゃ うんてん きんし  
お酒を飲み自転車を運転してはいけません（禁止です）
- こうそくどうろ じてんしゃ うんてん きんし  
高速道路は自転車を運転してはいけません（禁止です）
- じてんしゃ うんてん とき つか おんがく き きんし  
自転車を運転する時、スマホを使う・音楽を聴く（禁止です）
- どうろ お じてんしゃ も い きんし  
道路へ置いてる自転車を持って行くことはできません（禁止です）
- じてんしゃ じてんしゃ お してい ばしょ お  
自転車は自転車を置く指定の場所へ置きましょう。
- じてんしゃ うし ひと の きんし  
自転車の後ろに人は乗れません（禁止です）
- こども いっしょ じてんしゃ の じてんしゃ う みせ そうだん  
子供と一緒に自転車に乗れます、自転車を売っている店に相談してください。





Created by  
NIFA

# びょう き      じ けん      じ こ      さい がい      つう ほう 病気・事件・事故・災害の通報

とても急ぐ <sup>いそ</sup> ・助けが <sup>たす</sup> いるときは  
このページのQRコードを <sup>み</sup> 見てください。

NIFAホームページに6か国語で詳しく説明しています。

がいこくご      つう      いりょうき かん  
外国語が通じる医療機関④

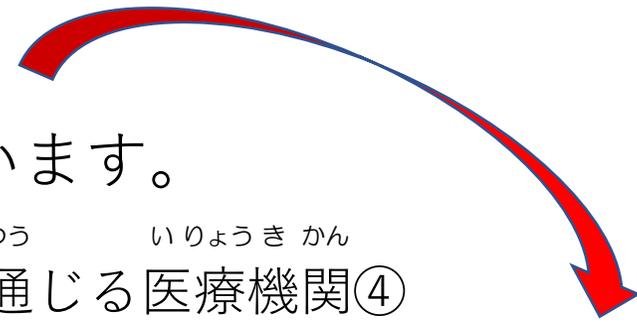
がいこくじん む      しりょう  
[外国人向け資料 \(sakura.ne.jp\)](http://sakura.ne.jp)

きんきゅうじ      れんらくさき      れんらくほうほう  
緊急時の連絡先と連絡方法⑦

がいこくじん む      しりょう  
[外国人向け資料 \(sakura.ne.jp\)](http://sakura.ne.jp)

さいがいたいさく  
災害対策ガイド⑧

がいこくじん む      しりょう  
[外国人向け資料 \(sakura.ne.jp\)](http://sakura.ne.jp)





Created by  
NIFA

# はん ざい に ほん ほう りつ 犯罪となる日本の法律

- ていき けん ほ けん しょう ひと か か  
定期券・保険証を人に貸す・借りることはできません。
- ひろ じ ぶん  
拾ったものを自分のものにしてはいけません。
- みせ かね はら も かせ  
お店などでお金を払わず持って帰る。
- はたけ くだ もの や さい か ちく も かせ  
畑の果物や野菜、家畜を持って帰る。
- かわ うみ さかな かい も かせ  
川や海の魚・貝を持って帰る。
- そと も なか も  
外でナイフを持っている、カバンの中に持っている。
- きよ か くすり も  
許可のない薬を持っている。
- ざい りゅう も そと い かな も  
在留カードを持っていない（外に行くときは必ず持ちましょう）



# トイレのマナー



Created by  
NIFA

- 日本はコンビニのトイレも無料で利用できます。
- きれいに利用しましょう。
- 日本のトイレはトイレットペーパーを流すことができます。
- 使用済みのペーパーを捨てるバケツやごみ箱はありません。
- 日本は多くのトイレが『温水洗浄便座』です  
インターネットで先に調べておきましょう。





Created by  
NIFA

# 電車やバスの中でのマナー

- 大きい声で話す、携帯電話の会話はマナー違反です。
- イヤフォンは適度な音の大きさを使用しましょう。  
(他の人に聞こえない音の大きさ)
- 電車やバスで人が多い時は  
リュックサックを胸側で使用しましょう。



# 風呂、銭湯、温泉でのマナー

- 浴槽に入る前に身体を洗います。
- 浴槽の中でタオルは使えません。
- 浴槽の中で石鹸やシャンプーを使ってはいけません。
- 銭湯や温泉で水着は着れません（裸で入りましょう）



このように日本は昔から浴槽のお湯をきれいに使用します。

なので、日本の風呂は1回ごとにお湯を入れ替えず、

全員が同じ浴槽のお湯で身体を温める習慣があります。

全員が温まり、終わるとお湯を捨てます。

特に日本は一日の疲れを癒すため、夜に風呂に入る事が多いです。



Created by  
NIFA

# チップのない日本

- 日本はチップの習慣がありません。
- 高級ホテルやレストランで支払いの時にサービス料が加算される事があります。(一部)  
(チップはテーブルに置きません)
- 居酒屋などは最初に小さいお皿の料理が出ます  
(サービス料の代わりに)  
※ お水とおしぼりは無料

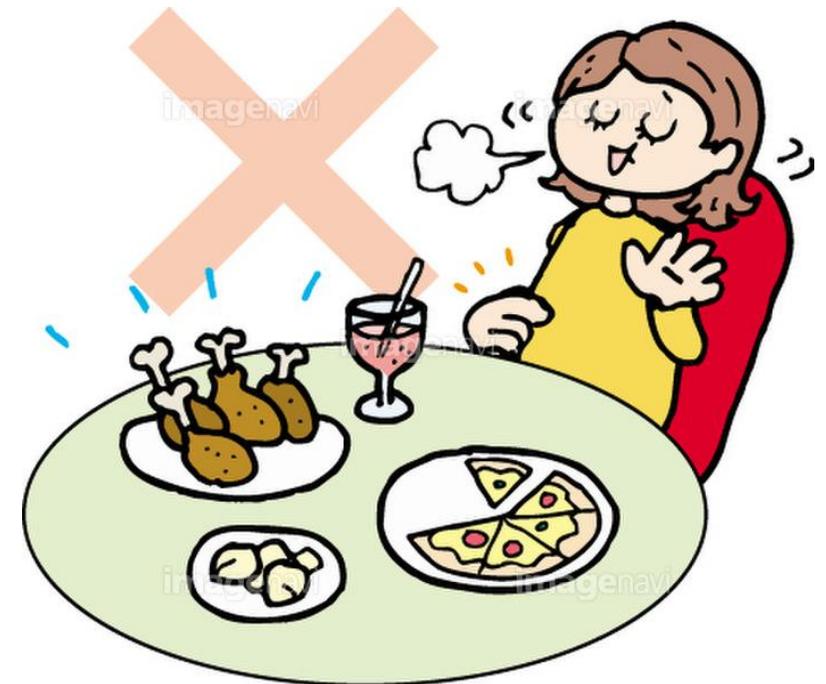




Created by  
NIFA

# た のこ しょく ぶん か 食べ残さない食文化

- に ほん た もの の ぶん か りょうり にん かんしゃ れいぎ  
• 日本は食べ物を残さない文化があります (料理人に感謝と礼儀のマナー)  
た りょう ちゅうもん  
食べられる量を注文しましょう。
- た お とし りょうり のこ ば あい  
• 食べて終わった時、料理が残った場合に  
も かえ こと で き みせ  
持って帰る事が出来るお店があります。  
みせ ひと き  
(お店の人に聞きましょう)



# はし ぶん か お箸文化のマナー



Created by  
NIFA

- わ しょく みぎ て はし ひだり て ちゃわん わん も た  
和食は、右手にお箸、左手にお茶碗やお椀を持って食べるのが

にほん みぎ ひと ば あい  
日本のマナーです。（右ききの人の場合）

- み そしる しる もの しょっき くち っ の  
味噌汁や汁物は「こぼれ」ないように食器に口を付けて飲むことがあります。

- はし さき くち  
お箸の先を「なめる」「口にくわえる」ことは、いけません。

いっしょ しょくじ あいて ぶ かい きぶん あた  
一緒に食事をしている相手に不快な気分を与えます。

- おお さら も りょうり せんよう ばし  
大きい皿に盛られた料理は専用の「とり箸」で

じぶん さら た ぶんりょう と  
自分の皿に食べる分量を取りましょう

ちやくせつ じ ぶん はし つか  
直接、自分の箸を使ってはいけません。

- はん はし さ た じぶん はし あいて はし た もの  
ご飯に「箸を刺して立てる」「自分の箸と相手の箸で食べ物を受け渡す」

ぶつきょう かんけい  
これは、仏教の関係でタブーとされています。



# 印鑑(ハンコ)文化



Created by  
NIFA

- 外国ではサインが一般的です、日本は印鑑(ハンコ)を多く使います。
- 100円ショップでも売っている印鑑(ハンコ)ですが、もともとは書体や大きさ、形を決めて彫ってもらいます、ハンコ文化が定着した理由は世界に一つの印鑑(ハンコ)だからです。
- 今も契約書や銀行通帳、公的書類の多くに印鑑(ハンコ)が必要な時があります。外国人の方も印鑑(ハンコ)を作ってみてはいかがでしょうかでしょう。





Created by  
NIFA

# めん るい 麺類をすする文化

- 日本もレストランでは音を立てずに食事をします、  
そば店やラーメン店で音を立てて麺をすする人が多いです。
- これは江戸時代、熱いそばを立ち食いの屋台で食べるため、  
「すする」ことで熱を冷まして、一気に食べる文化が  
発生したと言われていています。
- 何百年も続いた日本の食文化です  
音を気にしないで、ぜひチャレンジしてみましよう。





Created by  
NIFA

# お辞儀文化

- 日本の挨拶は、お辞儀が一般的です。  
握手、ハグなどは慣れていません。
- 謝罪、感謝、挨拶の意味があります。  
45度、30度、15度、角度で意味が変わります。
- 人間の最も弱い頭部を相手に差し出すことで  
敵意が無いことを表します。
- 外国人の方は慣れていないと思います、日本の伝統的挨拶です、ぜひ覚えましょう。  
礼儀が正しい外国人として日本人の輪に溶け込みやすくなりますよ。



# 無宗教が多い日本人



Created by  
NIFA

- グラフのように日本人はあまり宗教にこだわらない人が多いです。
- しかし、世界中のさまざまな宗教行事は取り込んで楽しむことができます。

だいひょうてき

代表的なのはクリスマスでしょう。

まちじゅう

町中がイルミネーションに彩られ、

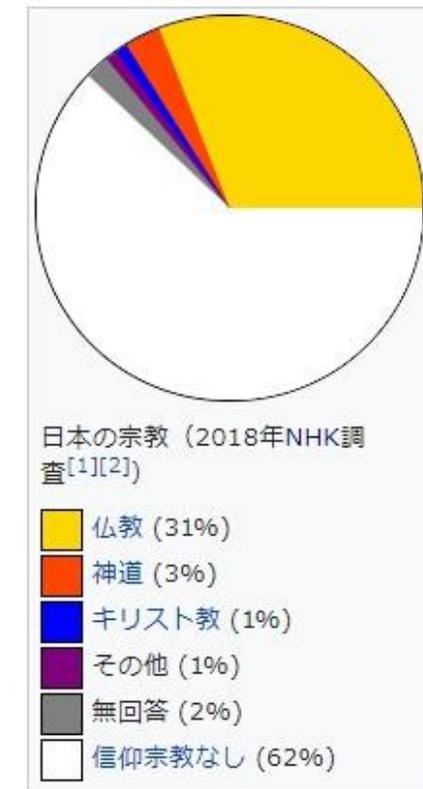
プレゼントの交換などを行います、

キリスト教の人は少ないです。

- クリスマスの日は、ケーキやチキン

た しゅうかん

食べる習慣があります。



# お酌しゃくの文化ぶんか

- お酒さけの席せきで、日本にほん独特どくとくの文化ぶんかがあります。「お酌しゃく」です。
- 相手あいてに敬意けいを払いう意味いみで、主おもに目下めしたの人ひとから目上めうえの人ひとに対して  
お酒さけを注そぎます。
- 特とくに会社かいしゃの上司じょうしが自分じぶんでお酒さけを注そいで飲のむのは大変たいへん失礼しつれいにあたるとする文化ぶんかがあり、  
上司じょうしのコップなのお酒さけが無なくなっていないかを気きにかけるのも日本にほん独特どくとくです。
- 楽たのしいお酒さけの場ばでも、礼儀れいぎを大切たいせつにする  
日本にほんならではの習慣しゅうかんです。



# 食事の前後の挨拶文化



Created by  
NIFA

- 日本では、食事の前に「いただきます」、

食事の後に「ごちそうさまでした」と挨拶します。

食前のお祈りは宗教的にいろいろあります、多くはその宗教の神に対して感謝を述べます。

この日本独特の挨拶は食材を育ててくれた人へ、

新鮮なうちに運んでくれた人へ、料理を作ってくれた人へ

感謝を述べています。

なので、一人で食事をする時とも言います。

あなたが食事の前、食事の後に「いただきます」「ごちそうさまでした」と

挨拶すると、日本人は驚き、笑顔になる事でしょう。

## いただきます





Created by  
NIFA

# こま とき そう だん さき 困った時の相談先

- 1 1 0 (警察)
- 1 1 9 (消防署)
- 04-7158-1111 [流山市役所](#)  
(市内に出張所が3か所あります)



- 04-7128-6007  
[流山市国際理解サポートセンター](#)
- [流山市国際交流協会\(NIFA\)](#)



緊急時の連絡先と連絡方法や  
災害対策ガイドなどが各国語でわかります。

下記WEBサイトを参照ください。  
[外国語支援活動内容 \(sakura.ne.jp\)](#)





Created by  
NIFA

にほんどくとく ぶんか はや なれ  
日本独特の文化・マナーに早く慣れて

ながれ やま し たの せい かつ おく  
流山市で楽しい生活を送りましょう！

