

日本の生活
TIPS
● ジェーポップ パフューム
J-POP / Perfume J-pop / Perfume

J-pop is a common term for Japanese popular music. It includes different types of music. For example, rock, folk, pop, idol music, hip hop, and techno-pop. In some cases, the music may even include *enka* (traditional Japanese songs) and songs from animated TV shows, which are called *ani-son*.

You can easily listen to J-pop on the Internet. There are a lot of official videos that you can watch for free on YouTube. If you use an online music service, you can download songs for a low price or listen to unlimited songs for a monthly fee.

Perfume is a techno-pop group of three female performers. This group is famous for its dance style and stage performances that use the latest technology.



J-POP は日本のポップミュージックを広く指すことばで、ロック、フォーク、歌謡曲、アイドル、ヒップホップ、テクノポップなど、いろいろなジャンルの音楽が含まれます。演歌やアニメソングを含める場合もあります。

J-POP はネット上で気軽に聞くことができます。YouTube には、公式にアップロードされた動画が多数あり、無料で視聴することができます。また、音楽配信サービスを使えば、曲ごとに安価にダウンロードしたり、月々の定額料金を払って聞き放題で聞いたりすることもできます。

本文に出てきた「Perfume」は、女性 3 人組のテクノポップグループで、特徴あるダンスと最新技術を使った舞台演出で注目されています。

● たある
食べ歩き **Tabe-aruki** (trying food at different restaurants)


In this context, *tabe-aruki* does not literally mean to “walk while eating.” Instead, it means to try food at different restaurants. For example, you might try a variety of famous food while traveling or visit restaurants in your neighborhood.

You can enjoy *tabe-aruki* in many ways. For example, you can stop by restaurants that look interesting, or you can visit restaurants from guidebooks. Some people do *tabe-aruki* for a specific type of food, such as ramen or international cuisine. There are many popular television programs about food. Sometimes TV show celebrities visit restaurants and introduce their food to the viewers. You can also find *manga* (comic books) about *tabe-aruki*.

ここで言う「食べ歩き」は、食べながら歩くことではなく、いくつかの飲食店でいろいろな料理や食べ物を食べて回り、楽しむことです。旅行先などで、その土地の名物料理をいろいろ食べたり、家の近くの評判の店や新しくできた店をめぐったりします。

予定を立てずに気になる店に入ったり、事前にガイドブックやグルメ本などで調べておいた店に入ったりなど、いろいろな方法で食べ歩きを楽しむことができます。「ラーメン」や「各国料理」など、ジャンルを決めて食べ歩きをする人もいます。テレビでは、町の飲食店に入って料理を紹介する「グルメ番組」が人気です。また食べ歩きをテーマとしたマンガもあります。

● アニソン Ani-son



ani-son singer Mizuki Ichiro
アニソン歌手 水木一郎

Ani-son is short for “anime song.” An *ani-son* is a song from an anime movie or TV show. Sometimes, it can also mean a song from a superhero TV program or video game. In Japan, *ani-son* is its own type of music. These songs are popular for karaoke. People have fun singing them together for karaoke.

Similar to Japanese animation, *ani-son* songs have also become famous outside of Japan. There are many people who do not know J-pop songs well but know many *ani-son*. Sometimes *ani-son* songs suddenly get really popular in another country. For example, “Voltes V” in the Philippines. *Ani-son* singers are also popular overseas. Many fans attend their concerts.

「アニメソング」を略して「アニソン」といいます。テレビや映画のアニメの主題歌や挿入歌として使われた歌などのことをいいます。特撮ヒーロー番組やゲーム関連の歌を含めることもあります。日本では、アニソンが音楽の1つのジャンルとして確立しています。カラオケでも人気が高く、アニソンを歌って盛り上がる場面がよく見られます。

日本のアニメが海外に広まるのに伴って、アニソンも海外で有名になっています。普通のJ-POPはあまり知らないけれど、アニソンは知っている、という人もたくさんいます。また、フィリピンでの『ボルテスV』のように、特定のアニソンがある国で非常に有名になるという現象もときどきあります。アニソンを専門に歌う「アニソン歌手」は、海外でも人気が高く、コンサートをする、ファンが大勢集まります。

● SNSの日本語学習グループ Japanese study groups on SNS

People who want to learn Japanese can use SNS groups and websites to study. For example, Japanese native speakers and Japanese language teachers can answer questions from students. On Facebook, for example, there are groups where people can ask questions about the Japanese language and teachers can answer them. On sites like HiNative and Lang8, native speakers answer questions from students. Also, they can check sentences written by students. You need to register for these groups and websites. They can be used as a way to learning Japanese for free.

インターネット上には、日本語学習者同士で情報を交換したり、日本語母語話者や日本語教師が学習者の質問に答えたりする SNS グループや WEB サイトがあります。例えば、Facebook には、日本語学習者が日本語に関する質問をすると、日本語教師が回答してくれるグループがあります。「HiNative」や「Lang-8」のようなサイトでは、学習者からの質問に母語話者が答えたり、学習者の書いた文章を母語話者が添削してくれたりします。いずれも登録が必要ですが、無料で利用することができますので、日本語学習に使うことができます。

日本の生活
TIPS● にほんじん
日本人とひげ Japanese people and facial hair

Different people have different feelings about men's facial hair (beards and moustaches). Facial hair in Japan now is often not seen as good. Recently, courts said that growing facial hair is each person's choice. These days, we see more athletes with facial hair. This shows that society is starting to accept facial hair. However, there are some jobs and companies that do not allow facial hair. If you want to grow facial hair but someone at your company tells you to shave, you should ask the reason and discuss it.

男性のひげに対するイメージや許容度は、国によって、時代によって異なりますが、現代の日本では、海外に比べると、ひげはあまり好ましくない、と見なされるケースも多いようです。近年では、裁判で「ひげをはやすのは個人の自由」として認められたり、またスポーツ選手の間でひげをはやすことが増えてきたりして、社会的にひげが認められる方向に動いていますが、それでもなお、例えば職種によっては、会社が「ひげ禁止」の決まりを定めている場合などもあります。

もし、「自分はひげをはやしたいのに、会社の人から剃れと言われた」など問題が起こった場合には、その理由を聞いたりするなどして、よく話し合ってみましょう。

● あむろなみえ
安室奈美恵 Amuro Namie

Amuro Namie is a singer from Okinawa. She first performed 1992 and retired in 2018. She was popular for her singing, dancing, and fashion. During the 1990s, more and more young people copied Amuro's fashion. They were known as "Amurers." She has many hit songs, including "Can You Celebrate?," "Chase the Chance," and "Hero."

Her music, fashion, dancing, and concerts are still popular. She continues to have many fans even in retirement. Her songs are still very popular, especially with women. You can often hear people sing her songs at karaoke.

安室奈美恵は1992年にデビューし、2018年に引退した沖縄出身の歌手です。歌だけでなく、ダンスやファッションが注目され、1990年代には、安室のファッションをまねる若者が増え、「アムラー」と呼ばれて話題になりました。代表曲には、『CAN YOU CELEBRATE?』『Chase the Chance』『Hero』などがあり、ミリオンセラーも多数あります。

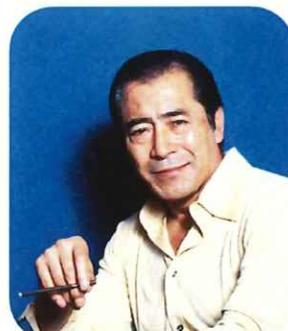
その楽曲やファッション、ダンス、ライブの演出などは高く評価されており、引退したあとも多くのファンがいます。また女性が歌うカラオケの定番曲にもなっています。

● みふねとしろう しちにん さむらい
三船敏郎 / 七人の侍 Mifune Toshiro / "Seven Samurai"

Mifune Toshiro (1920–1997) was a Japanese actor. He won many film awards, including the Best Actor Award at the Venice International Film Festival. He is also well known overseas. You can even see Mifune's name on Hollywood's Walk of Fame. His most famous films are "Rashomon", "Seven Samurai", "Yojimbo", and "Red Beard".

"Seven Samurai" was released in 1954. It was directed by Kurosawa Akira and starred Mifune Toshiro. The movie is based on a story about seven samurais who are hired by farmers to fight a group of bandits. It is famous around the world and is said to have influenced other films from many different countries. It has also been remade.

These days, you can watch "Seven Samurai" and other films that starred Mifune Toshiro on many video streaming services.





三船敏郎(1920-1997)は日本の俳優です。ヴェネツィア国際映画祭男優賞のほか多くの映画賞を受賞し、海外にも広く知られています。また、ハリウッドのWalk of Fameにも名前が刻まれています。代表作には、『羅生門』『七人の侍』『用心棒』『赤ひげ』などがあります。

『七人の侍』は、1954年に公開された映画で、黒澤明が監督、三船敏郎が主演をつとめました。農民に雇われた7人の侍が野武士と戦うというストーリーで、世界中で高い評価を受け、世界の映画に影響を与えたと言われています。リメイクした作品も作られています。

現在、『七人の侍』をはじめとした三船敏郎主演の映画は、いくつかの動画配信サイトなどで安く見られるようになっています。

● コミュニティ誌 Community magazines

Komyunitii-shi (community magazines) are booklets that have information for residents in a community. They are also called *taun-joohooshi* (town journals) and *furii peepaa* (free newspapers). They are available for free at train stations, some public facilities, bookstores, convenience stores, and elsewhere.

These magazines include information on local stores and restaurants, event announcements, and information on local club and organization activities. They also introduce local groups, people, and facilities and recommend good places.

This information can inform you about your local community. Even more, you can enjoy a richer life in Japan.



コミュニティ誌は、ある地域を中心にして、その住民に向けた情報を発信する小冊子で、「タウン情報誌」「フリーペーパー」などとも呼ばれます。駅、公共施設のカウンター、本屋、コンビニなどに無料で置かれています。

内容は、その地域の店の情報、イベントの告知、地域のサークル活動の案内などのほか、その地域で活動するグループや個人、施設を紹介したり、おすすめの場所を紹介したりなど、さまざまです。

コミュニティ誌を読んで、地域の情報を集めれば、日本の生活がより豊かなものになるかもしれません。

● ざんぎょうじかん 残業時間 Overtime hours

In Japan, a limit on overtime hours became a law in April 2019. By this law, you may not work more than forty-five hours of overtime a month and 360 hours of overtime a year. If a company forces an employee to work more than the law allows, they may be punished. Overtime done without a proper record or without compensation is known as *saabisu zangyoo* (unpaid overtime). This is also illegal.

If you work more than the law allows or have unpaid overtime, you should contact the authorities.

日本では、2019年4月から残業時間の上限が法律で定められ、原則として月45時間、年360時間を超えて残業することができなくなりました(中小企業は2020年4月から)。これに違反して労働者に残業をさせた企業は、罰が科される可能性があります。

また、きちんと記録を付けずに残業し、残業代が払われないものを「サービス残業」といいますが、これも法律違反になります。

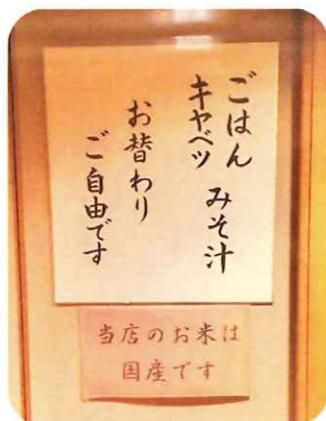
もし、自分の会社で、残業時間が法律の上限より長かったり、また残業代が払われていないなどの問題があったりする場合には、すぐに関係の機関に相談しましょう。

第3課 アレルギーがあるので、食べられないんです

日本の生活
TIPS● ていしょく
定食 Teishoku (set meals)

Teishoku is a meal with rice, miso soup, and side dishes are served with the main dish. *Teishoku* is generally cheap and healthy. There are many types of *teishoku* options that differ depending on the main dish. For example, *yakizakana teishoku* (grilled fish set), *tonkatsu teishoku* (pork cutlet set), *hambaagu teishoku* (hamburger steak set), *osashimi teishoku* (sashimi set), and *yakiniku teishoku* (grilled meat set). There is also an *asa teishoku* (morning set meal) that has egg, seaweed, grilled fish, and other classic breakfast foods.

定食は、メインの料理にご飯と味噌汁といくつかの副菜がセットになったメニューです。栄養のバランスが取れていて、安くお得というイメージがあります。メニューは、「焼き魚定食」「豚カツ定食」「ハンバーグ定食」「お刺身定食」「焼肉定食」など、メイン料理によって多くの種類があります。また卵、のり、焼き魚など、朝ご飯の定番を定食にして早い時間に提供する「朝定食」というものもあります。

● おかわり／^{おおも}大盛り Okawari (additional helping) / Oomori (large portion)

Okawari refers to an additional portion of food or drink during the same meal. Sometimes *okawari jiyuu* (free refills) is offered with *teishoku* meals at a restaurant. In this case, you can ask for more rice and miso soup as many times as you want for free. At fast food restaurants, drinks sometimes have free refills, but this is not common in Japan.

Oomori means a serving that is bigger than the usual amount. This term can be used for rice, ramen, soba, and some other types of food. An extra charge is normally added for an *oomori* order. However, it is free at some restaurants. Some restaurants have portions bigger than *oomori*. They might call it *tokumori* (extra-large portion), *dekamori* (extremely large portion), and *megamori* (mega-large portion). On the other hand, you can use terms such as *komori* (small portion) and *sukuname* (slightly less) when you want less than the usual amount. For a normal amount, you can use the words *namimori* (normal serving) or *futsuu* (normal).

「おかわり」は、同じものをもう一度食べる・飲むことをいいます。飲食店で定食などを頼んだとき、店のサービスとして、ご飯や味噌汁が「おかわり自由」のことがあります。その場合、無料で何度でもおかわりをすることができます。ハンバーガーなどファストフードの店でも、飲み物がおかわり自由の場合もありますが、日本ではあまり一般的ではありません。

「大盛り」は、ご飯を普通よりも多めに盛ってもらうことをいいます。ご飯だけでなく、ラーメンやそばなどにも使われます。大盛りは別料金がかかることが一般的ですが、店のサービスとして、大盛り無料という場合もあります。大盛りよりもさらに多く盛ったものを「特盛り」「デカ盛り」「メガ盛り」などのことばで表す店もあります。また、大盛りとは逆に、普通よりも少なく盛ってもらう場合は「小盛り」「少なめ」などといい、普通の盛り方を表す場合は「並盛り」「普通」などといいます。

● コーヒー／^{こうちゃ}紅茶 Coffee / tea

Many people drink coffee and black tea in Japan. If you order coffee or black tea in a restaurant, milk and sugar are usually served separately. You can add them yourself. If you order black tea, you may be asked if you want it with milk or lemon.

If you want a cold drink, you can order an iced coffee or iced tea. These beverages are served with ice. When ordering, you may be asked if you want your drink "hot" or "iced." Milk and sugar are also served separately when you order iced coffee or iced tea. You can add them if you want.



コーヒーと紅茶は日本でも広く飲まれています。飲食店でコーヒー、紅茶を頼んだら、通常はミルクと砂糖は別に提供され、自分の好みで入れます。紅茶は、注文時に「ミルクかレモンか」を聞かれる場合もあります。

コーヒー、紅茶に氷を入れ、冷たくして飲む飲み方が、アイスコーヒー、アイスティーです。このメニューがある飲食店の場合、注文のときに「ホットかアイスか」を選びます。アイスコーヒー、アイスティーの場合も、ミルクや砂糖が入っていないものが出され、自分の好みであとから入れる方式が一般的です。

● わさび Wasabi

Wasabi (Japanese horseradish) is a green condiment for sushi or *sashimi*. Some people do not like *wasabi* because it is spicy. Also, it can make your nose feel like it is burning! *Wasabi* is normally used for *nigirizushi*. However, you can order *nigirizushi* without *wasabi*. Sushi made without *wasabi* is called *sabi-nuki* (wasabi-free sushi).



わさびはすしや刺身を食べるときにつける緑色の薬味です。独特の辛みと、鼻にツーンと抜ける刺激があるので、苦手な人もいます。にぎりずしには通常わさびが使われていますが、もし苦手な場合は、わさびを抜いて作ってもらうこともできます。わさびを抜いたすしのことを「サビ抜き」と言います。

● ^{じてんしゃ}自転車ルール Bicycle rules

You may see this text: 今日^{きょう}は自転車^{じてんしゃ}で来たので、飲め^のないんです。(I can't drink because I came by bicycle today.) Bicycles are a light vehicle under the Road Traffic Act. It is against the law to ride a bicycle if you have been drinking alcohol.

You must ride a bicycle on the left side of the road. You are allowed to ride a bicycle on a sidewalk for safety reasons. However, you should give pedestrians priority. You are not allowed to do the following things while riding a bicycle: riding while drunk, riding double, riding with an open umbrella in hand, and riding while using a mobile phone or wearing earphones. You should follow traffic rules when riding a bicycle. If you break a rule, you could get a fine or another punishment.

本文に「今日は自転車^{じてんしゃ}で来たので、飲め^のないんです。」とあったように、日本では、自転車は道路交通法で軽車両とされていますので、飲酒してからの運転は法律で禁止されています。

自転車は、原則的には車道を左側通行で走らなければなりません。車道の交通状況によっては、自転車の安全を確保するために歩道を走ることが認められますが、そのような場合でも歩道は歩行者優先なので、通行に注意しましょう。また、自転車に乗るときは、飲酒運転だけでなく、2人乗り運転、傘さし運転や携帯電話・イヤホンの使用などが禁止されています。罰金などのペナルティが与えられる場合もあるので、自転車に乗るときは交通ルールを守りましょう。

いんしょくてん きつえん
 ● 飲食店での喫煙

Smoking in restaurants



In Japan, rules about smoking are becoming stricter. Smoking in restaurants that have employees will be banned in Tokyo from April 2020. This is a decision made against second-hand smoke. Smokers in Japan are declining, so no smoking in restaurants might spread to all of Japan.

日本では、飲食店における喫煙は年々厳しくなっています。東京都では2020年4月から、従業員を雇っている飲食店では原則屋内での喫煙は全面禁止になりました。これは、世界的に広がる受動喫煙に対するきびしい動きを受けたもので、日本全体の喫煙者の数も年々減ってきていることから、今後はより広まっていくことが予想されます。

● フライ Furai (deep-fried food)

Furai is food made by breaded, deep-fried seafood or vegetables. It is a standard menu option at restaurants with set meals. It is an example of the Western-style cuisine known as 洋食 (ようしょく) that developed in Japan beginning in the 1900s. Different versions of *furai* food use different ingredients. For example, *ebi-furai* (fried shrimp), *aji-furai* (fried horse mackerel), *ika-furai* (fried squid), and *kaki-furai* (fried oysters). *Mikkusu furai* (mixed deep-fried food) has several of these ingredients.



Food made by deep-frying meat coated with breadcrumbs is called *katsu*. For example, *ton-katsu* (pork cutlet), *chikin-katsu* (chicken cutlet), and *menchi-katsu* (minced meat cutlet). However, there is no clear distinction between *furai* and *katsu*.

魚介類や野菜にパン粉の衣をつけ、油で揚げた料理が「フライ」です。西洋料理をもとに、1900年代以降に日本で独自に発展した「洋食」と呼ばれる西洋風料理の代表で、定食屋のメニューの定番となっています。材料によって、「エビフライ」「アジフライ」「イカフライ」「カキフライ」などがあります。このうちのいくつかを組み合わせて提供するメニューが「ミックスフライ」です。

同じように、パン粉の衣をつけて油で揚げた料理でも、肉を材料に使ったものは、「カツ」と呼ばれます。「豚カツ」「チキンカツ」「メンチカツ」などがあります。ただし、「フライ」と「カツ」の区別はあまり明確なものではありません。

いんしょくてん かいけい かた
 ● 飲食店での会計の仕方

How to pay your bills in a restaurant

Depending on the restaurant, you can pay your bill at the cash register or at your table. If you should pay at a cash register, a bill will be put on your table. You bring this bill to the cash register when you are ready to leave. If you do not get a bill on your table, you can ask the server for the bill and they will bring it to you. Then, you can pay at your table.

Generally, restaurants where you pay at the table tend to be more expensive. People in Japan do not leave tips. Sometimes, a service charge of around ten percent is included in the bill at expensive restaurants and hotels.

If you eat with a group of people, one person can pay for everyone or you can pay separately. If the restaurant is very busy, they may refuse to pay separately. When you split the bill equally between everyone, it is called *warikan* (splitting the cost). *Warikan* is a common practice in Japan. It is not common for someone to pay for another person's meal. However, someone might pay for another person due to a difference in age or because of their relationship.

日本の飲食店で会計をする方法は、店によって、レジで支払う場合とテーブルで支払う場合があります。店にレジがある場合は、食事が出されるときに伝票もテーブルに置かれますので、帰るときにその伝票を持ってレジで支払います。レジが見当たらない場合は、食事が終わっ

3 アレルギーがあるので、食べられないんです

たら店員に会計をしたいことを伝えて伝票を持ってきてもらいましょう。しばらくすると店員が精算に来てくれますので、テーブルで支払いを済ませます。

一般的に、テーブルで支払いをする店は、レジで払う店よりは高級な店のことが多いようです。また、主に欧米で見られるチップの習慣は日本にはありませんが、高級レストランやホテルなどでは会計に10%程度のサービス料が含まれることもあります。

複数の人で食事をした場合、1人がまとめて払うこともできますし、それぞれの人が別々に払うこともできます。ただし、混雑時などは、別々の会計を断られることもあります。大勢で食事をしたときなど、合計額を人数で割り、1人1人がお金を払うことを「割り勘」といいます。日本では、「割り勘」が一般的で、逆にだれか1人がほかの人の分も全部払うという習慣は、あまりありません（年齢や関係などによっては、ごちそうしてもらえることもあります。あくまでも厚意であって、習慣や義務ではありません）。

● いんしょくてん 飲食店のクーポン Restaurant coupons

Restaurants often give coupons for a discount or a free beverage or dessert. You can get these coupons at the cash register when you eat at a restaurant, from an advertising flier or local community magazine. They are also handed out in front of train stations and at other locations. Coupons can also be found on the Internet or through apps.

飲食店のクーポンは、店のサービスの1つで、それを使うと、飲食代が割引になったり、無料でドリンクやデザートがついたりします。クーポンは、店を利用したときにレジでもらえたり、広告チラシや地域のコミュニティ誌についていたり、駅前で配っていたりと、さまざまな場所ですぐに入れることができます。またWEBやアプリなどからも手に入れることができます。

● ドリンクバー “Drink bars”

A “drink bar” is a section in a restaurant where guests can get their own drinks. If you order the drink bar option, go to the drink area and get anything you want to drink yourself. A drink bar is typically “all-you-can-drink.” This means you can have as many drinks as you want.

A drink bar might have both hot drinks, such as coffee and tea, and cold drinks, such as iced tea and juice. Some restaurants have soup in their drink bars, but other restaurants might charge separately for soup. Other restaurants also have drink bars.

These days you can also find drink bars in Internet cafés, karaoke, fast food restaurants, and even *kaiten-zushi* (conveyor belt sushi) restaurants.

ドリンクバーは、ファミリーレストランなどにあるセルフサービスのドリンクコーナーのことで、自分の好きな飲み物を自由に飲むことができます。ドリンクバーを注文したら、ドリンクコーナーまで行って、グラスやカップに自分で飲み物を入れて、席に戻ってから飲みます。何回でもおかわりできるのが一般的です。

ドリンクバーには、コーヒーや紅茶などの温かい飲み物、お茶やジュースなどの冷たい飲み物の両方があります。中にはスープがドリンクバーに置かれているお店もありますが、スープはスープバーとして別料金になっている店もあります。

最近ではファミリーレストランだけでなく、インターネットカフェやカラオケ店、一部のファストフードや回転ずしでもドリンクバーを置いている店があります。



日本の生活
TIPS

● ラーメン Ramen

Ramen is a Japanese noodle meal. It originated from a Chinese noodle meal, which changed when it came to Japan. Japanese ramen has spread worldwide.

There are different kinds of ramen based on the soup flavor. For example, *shoyu* ramen (soy sauce ramen), *shio* ramen (salt ramen), and *miso* ramen. Ramen served in a milky soup made from pork bone broth is known as *tonkotsu* ramen (pork bone ramen).

In different parts of Japan, you can find local variations called *gotoochi* ramen. For example, Hakata ramen in Fukuoka has thin noodles served in *tonkotsu* soup. Sapporo ramen in Sapporo, Hokkaido, is often made by adding butter and corn to miso-based soup. Kitakata ramen in Fukushima features thick curly noodles in a light, soy sauce-based soup.

ラーメンは、中国の麺料理をもとに、日本で独自の発展をしてきました。現在、日本のラーメンは、世界に広まっています。

ラーメンは、スープを何で味付けをするかによって、「しょうゆラーメン」「塩ラーメン」「味噌ラーメン」などがあります。また、豚の骨からスープをとった白濁のラーメンを「豚骨ラーメン」と呼びます。

日本の各地には、地域ごとに特徴をもった「ご当地ラーメン」があります。例えば、福岡の「博多ラーメン」は豚骨スープと細い麺が特徴的です。北海道札幌の「札幌ラーメン」は、味噌を使ったスープに、しばしばバターやコーンを入れます。福島県の「喜多方ラーメン」は、あっさりしたしょうゆ味のスープと太めの縮れ麺が特徴です。

● きょうどりょうり
郷土料理 Local cuisine

toriten とり天



kiritanpo-nabe きりたんぼ鍋



hitsumabushi ひつまぶし

You can find local food in different parts of Japan. Discovering these local specialties is fun when traveling in Japan. For example, *toriten* is a tempura food made with chicken. It is a food of Oita Prefecture. Japan has many famous local cuisines. For example, *kiritanpo-nabe* (hot pot with rice sticks, chicken, and vegetables) from Akita, *hitsumabushi* (eel fillets cooked with soy-flavored sauce) from Nagoya, *sanuki-udon* (thick udon) from Kagawa, *chanpon* (noodles with seafood, vegetables, and other ingredients) from Nagasaki, and *gooya chanpuruu* (bitter melon stir-fry) from Okinawa. Each of these is made with local ingredients and has been passed down from generation to generation.

日本各地には、その土地の名物の料理があり、旅行の楽しみの1つになっています。本文に出てきた「とり天」は、鶏肉を天ぷらにした料理で、大分県の名物料理です。そのほかに、日本の有名な郷土料理には、例えば、秋田の「きりたんぼ鍋」、名古屋の「ひつまぶし」、香川の「讃岐うどん」、長崎の「ちゃんぽん」、沖縄の「ゴーヤチャンプルー」など、さまざまなものがあります。どの料理も、その土地で採れる食材を活用し、その地域で受け継がれてきた料理です。

● しょうゆ/ソース/つゆ/たれ

Soy sauce / Soosu (sauce) / Tsuyu (soup) / Tare (dipping sauce)

There are many different seasonings and flavorings which add flavor to food.

Soy sauce is the most used seasoning in Japanese cuisine. Soy sauce is made from soybeans. You can use it with *sashimi* and *sushi* or to flavor Japanese food.

Soosu is a word borrowed from English. In Japanese it is black Worcestershire sauce used on deep-fried foods such as *tonkatsu*. If you are talking about any other kind of sauce, you need to explain it with a word before sauce. For example, tartar sauce, peanut sauce, or demiglace sauce.



Tsuyu is a seasoning made by combining soy sauce, soup stock, saké, *mirin*, and other ingredients. You can use *tsuyu* by dipping food into it. This is how you eat tempura and soba. However, *tsuyu* is not just used for dipping. It can also be used to flavor Japanese food.

Tare is a strong sauce. Food is dipped into the *tare* before eating it. For example, *yakiniku-no-tare* (*tare* that you dip grilled meat into), and *goma-dare* (sesame-based *tare*), used with *shabu-shabu*. Other sauces for dipping foods of non-Japanese meals are called *tare* in Japanese.

料理に味付けをする調味料には、さまざまなものがあります。

「しょうゆ」は日本料理で最もよく使われる調味料で、大豆から作られます。刺身やすしなどに直接つけるほか、日本料理の味付けに使われます。

「ソース」というのは英語の“sauce”からくることばですが、日本語で単独で「ソース」といった場合には、フライやカツにかける、黒いウスターソース、または、同じ系統のソースで濃さを調整した、中濃ソース、豚カツソースのことを指します。これ以外のソースをいう場合は、「タルタルソース」「ピーナッツソース」「デミグラスソース」のように、「～ソース」の前にことばを入れて、特定する必要があります。

「つゆ」というのは、しょうゆと出し汁を合わせ、酒やみりんなどで調整した調味料です。比較的深い器に入れて、料理を浸して食べるイメージで、天ぷらやそばを食べるとき、つゆにつけて食べます。料理を直接つけるだけでなく、日本料理の味付けにも使われます。

「たれ」は、平たい小皿に濃い目の液体が入れられ、料理をつけて食べるものをいいます。焼き肉をつける「焼き肉のたれ」や、しゃぶしゃぶの「ごまだれ」などのほか、各国料理で、料理をつけて食べる調味料は、日本語では広く「たれ」に分類されます。

● てまき 手巻きずし Temaki-zushi (hand-rolled sushi)



Maki-zushi (rolled sushi) is a type of sushi. It is made by putting rice and other ingredients on top of seaweed, and then rolling everything into a roll. *Temaki-zushi* (hand-rolled sushi) is a type of *maki-zushi*. In this case, the person eating the rolled sushi makes it themselves.

Temaki-zushi is easy to make, so it is a popular food for home parties. Ingredients for *temaki-zushi* are tuna, salmon, shrimp, and other types of seafood. Also, cucumbers, avocado, fried eggs, *kanpyoo* (dried gourd shavings), and *nattoo* (fermented soybeans).

すしの中でも、のりの上にご飯をのせ、その上に具をのせて巻いて食べるすしを「巻きずし」といいます。巻きずしの中でも、食べる人が自分で手の上で巻いて食べる巻きずしを、「手巻きずし」と言います。

手巻きずしは、簡単に作れて手間もあまりかからないことから、ホームパーティーのメニューとして人気があります。手巻きずしの具は、マグロやサーモン、エビなどの魚介類のほか、きゅうり、アボカド、卵焼き、かんぴょう、納豆などが使われます。

● やきいも Yaki-imo (baked sweet potato)

Yaki-imo (baked sweet potato) is made by baking whole sweet potatoes under low heat. A sweet potato baked with heated stones is known as *ishiyaki-imo*. People say it is sweeter than a sweet potato baked in the usual way. During winter in Japan, people sell *yaki-imo* from food trucks. You might see a food truck going slowly through the streets and hear a voice coming from its speakers “*Yaki-imo... ishiya... ki-imo... yakitate...*” (this means, “Get your freshly made *ishiyaki-imo* here”). However, number of food trucks has gone down in some regions. You will often find fresh *yaki-imo* baked in electric ovens in supermarkets. Depending on size, a single *yaki-imo* will cost between 500 yen and 700 yen. If you want to pay a low price, you can say, “500円分えんぶんください (I'd like one piece worth 500 yen, please)” when you buy it.



「焼きいも」は、サツマイモを丸のまま、弱火で時間をかけてじっくりと焼いた料理です。加熱の方法として、熱した石の中にもを入れて焼いたものを「石焼きいも」といい、普通に焼くよりも甘みが増すとされています。日本では、冬になると、トラックの荷台などに石焼きいもの設備を載せて、焼きいもを売る人が見られます。スピーカーで「やきいも～いしや～きいも～焼きたて～」のような独特の節回しを流しながら、町中をゆっくり走る屋台は、冬の風物詩となっています。しかし、地方によっては最近このような車載の屋台の石焼きいもが減り、代わりにスーパーの食品売り場で、電気式の焼きいも機を使った焼きいもコーナーが人気となっています。焼きいもは、大きさによって違いますが、だいたい1本あたり500円～700円ぐらいです（値段が心配なときは、「500円分ください」のように言って頼むといいでしょう）。

● しゃぶしゃぶ Shabu-shabu

Shabu-shabu is a meal of thinly sliced meat dipped in boiling soup stock. Pick up a piece of meat using chopsticks and put it in the soup. Beef or pork is typically used for *shabu-shabu*. Beef is more common in the Kansai region and pork is more common in the Kanto region. In the Hokuriku region, you can also enjoy *buri-shabu*, which is made with yellowtail. *Shabu-shabu* could be expensive, but you can eat it cheaply at chain restaurants.



The *shabu-shabu* meat and soup do not have very strong flavors, so you can dip the meat in *goma-dare* (sesame dipping sauce) or *ponzu* (a type of vinegar) before eating it. This makes it more flavorful. These days, chain restaurants introduce different ways of eating *shabu-shabu*. Some restaurants flavor the soup stock *sukiyaki*-style, tomato-flavored, or curry-flavored soup.

At the end of a *shabu-shabu* meal, you can add udon or ramen noodles to the soup. Also, you can add rice and eggs to make a rice porridge. Adding carbohydrates at the end of a meal like this is called *shime* (ending). It is one of the joys of eating Japanese hot pot cuisine like *shabu-shabu*.

「しゃぶしゃぶ」は、薄く切った肉を箸で1枚ずつつまみ、沸騰した出し汁に数回くぐらせて食べる料理です。しゃぶしゃぶに使われる肉は、牛肉または豚肉が一般的で、関西では牛肉、関東では豚肉が多いようです。北陸では、ブリの切り身を使った「ブリしゃぶ」などもあります。

しゃぶしゃぶは、高級料理のイメージがありますが、最近では、食べ放題など比較的安価に食べられるチェーン店なども増えています。

しゃぶしゃぶの肉や出し汁自体にはあまり味がないので、ごまだれやポン酢につけて食べるのが一般的です。しかし、最近では、特にチェーン店などを中心に、すき焼き風、トマト味、カレー味など、出し汁に味を付けて食べる食べ方も増えています。

しゃぶしゃぶの最後は、残った出し汁にうどんや中華麺などを入れたり、ご飯と卵を入れて雑炊にしたりなどして、炭水化物をとります。このように、最後に炭水化物の主食をとることを「シメ」といい、しゃぶしゃぶに限らず、日本の鍋料理の楽しみ方の1つになっています。

日本の生活
TIPS

● 日本の観光地 1 (北海道 / 東京 / 京都 / 沖縄)

Tourist destinations in Japan 1 (Hokkaido / Tokyo / Kyoto / Okinawa)

▶ 北海道 Hokkaido

Hokkaido is the most northern prefecture in Japan. Hokkaido has lots of natural wilderness such as mountains, lakes, waterfalls, and wild animals. In winter, many foreign tourists come to the prefecture for skiing. Hokkaido is close to good fishing areas, so you can eat delicious fresh crabs, sea urchins, squid, scallops, and salmon eggs. Every February, there is a snow festival held in Sapporo. Many tourists come to enjoy the snow festival.

北海道は日本のいちばん北にある都道府県です。今でも多くの自然が残り、山や湖、滝、野生動物などの風景が楽しめます。冬には良質の雪でスキーができる地としても、海外から注目されています。また、北の漁場に近いことから、カニやウニ、イカ、ホタテ、イクラなどの新鮮な魚介類が食べられます。札幌では毎年2月に「さっぽろ雪まつり」が開かれ、多くの観光客で賑わいます。



Sapporo 札幌



▶ 東京 Tokyo



Akihabara 秋葉原



Asakusa 浅草



The Tokyo metropolitan government office 東京都庁

Tokyo is the capital of Japan. Many foreign overseas tourists visit Tokyo when they travel to Japan. Tokyo is a huge metropolis and each area has its own unique characteristics. Shinjuku is the busiest downtown area in Tokyo. There are lots of stores and restaurants. The Tokyo Metropolitan Government Building in Shinjuku has a floor with a great view for free and is popular among tourists. Akihabara is famous for anime and computers. In Ueno, there are museums, art galleries, and a zoo. In Asakusa, you can enjoy a traditional temple and lively area. Odaiba is the site of many brand-new business and entertainment places. Tokyo is also famous for many other tourist attractions, including the Imperial Palace, Tokyo Skytree, and Tokyo Disneyland (which is actually located in Chiba Prefecture next to Tokyo).

日本の首都である東京は、外国人が日本を旅行する際、多くの人が訪れる場所になっています。東京といっても非常に広く、町ごとに、さまざまな特徴があります。新宿は、東京で最もにぎやかな繁華街で、多くの店や飲食店があります。新宿にある東京都庁には無料の展望台があり、観光客に人気です。そのほかに、アニメやコンピュータで有名な秋葉原、博物館や美術館、動物園がある上野、伝統的な寺と下町の風情のある浅草、新しい商業施設や娯楽施設が多くあるお台場など、魅力的な町がいろいろあります。これらのほか、皇居、東京スカイツリー、東京ディズニーランド(所在地は東京都ではなく千葉県)などが、観光地として有名です。

きょうと
▶ 京都 Kyoto

The ancient town of Kyoto became the capital of Japan in 794. Since then, it has grown as one of Japan's main cities. Kyoto has many old temples and shrines. In particular, seventeen facilities, including Kinkakuji Temple, Kiyomizudera Temple, and Ryoanji Temple, are considered historic monuments of ancient Kyoto and are registered as World Heritage Sites. You can see many traditional Japanese things in Kyoto, including old streets, traditional Kyoto cuisine, and *maiko-san* (*geisha*-in-training) in kimono. It is no wonder that the city is crowded with many tourists.

京都は794年に都が置かれ、それ以来、日本の中心的な都市として栄えてきた古い町です。京都には古いお寺や神社が数多くあり、特に金閣寺、清水寺、龍安寺など有名なお寺を含む17の施設が、「古都京都の文化財」として世界遺産に登録されています。お寺だけではなく、昔の古い町並みを残す地域や、伝統的な京料理、和服姿の「舞妓さん」など、日本ならではの魅力にあふれているため、現在も多くの観光客で賑わっています。



おきなわ
▶ 沖縄 Okinawa



Okinawa (historically known as Ryukyu) is Japan's most southern prefecture. The island has its own unique culture. Planes fly to the island from all over Japan. A flight takes approximately three hours from Tokyo and approximately two hours from Osaka. Okinawa is in a subtropical location, so it has year-round warm weather and a beautiful marine environment. The island is famous for scuba diving, snorkeling, swimming, and other marine sports.

Flights to Okinawa are expensive, but you can find cheaper prices if you book early during the off-season or use a low-cost carrier.

沖縄は、日本のいちばん南の都道府県です。昔は「琉球」と呼ばれ、今も独自の文化が残っている島です。日本各地から飛行機が出ていますが、東京からは約3時間、大阪からは約2時間程度で行けます。また、亜熱帯性の気候で一年中暖かく、海がきれいなため、ダイビング、シュノーケリング、海水浴などのマリンスポーツが楽しめる場所としても有名です。

沖縄に行く飛行機は、正規料金のチケットは高額ですが、オフシーズンの時期に早めに予約したり、LCCを利用したりすれば、安く行けることもあります。

ふじさん ふじごこしゅうへん
● 富士山および富士五湖周辺 Mt. Fuji and the Fuji Five Lakes region

The Fuji Goko (Fuji Five Lakes) region is at the bottom of Mt. Fuji on the north side (the side that is part of Yamanashi Prefecture). The lakes formed when lava from the volcano blocked a nearby river. The area is a popular tourist attraction where you can see Mt. Fuji. This location is not too far from Tokyo. It takes approximately two hours by bus from Shinjuku. Therefore, many people come from Tokyo.

Kawaguchi Lake and Yamanaka Lake are the biggest and most famous of the Fuji Five Lakes. At these lakes, you can ride a boat or rent a bicycle.

This area has many tourist destinations including art galleries and parks. Fuji-Q Highland is a theme park close to Kawaguchi Lake. It is famous for roller coasters and other exciting rides. There are also several hot springs and open-air baths with beautiful views of Mt. Fuji. You can enjoy these places even on a day trip.

Famous food from the area is udon made with Mt. Fuji water and *hootoo*, which is made by cooking thick flat noodles with vegetables in miso. You can also enjoy smelt or trout caught from the nearby lakes.



hootoo ほうとう

5 早く予約したほうがいいですよ

富士山の北側、山梨県側の麓には、富士山が噴火したときの溶岩で川がせき止められてできた「富士五湖」があり、富士山が見られる観光名所として人気があります。新宿からバスで約2時間と東京から比較的近いことも、多くの人が訪れる理由の1つです。

富士五湖のうち特に大きくて有名なのは「河口湖」と「山中湖」です。どちらもボートに乗ったり、レンタサイクルを借りてサイクリングしたりすることができます。

このエリアには、美術館や公園など、観光客向けのスポットもいくつかあり、また河口湖のそばにある「富士急ハイランド」は、ジェットコースターなどの絶叫マシンで知られています。日帰りで利用できる温泉施設もいくつかあり、富士山を見ながら露天風呂に入れるところもあります。

富士五湖周辺の料理は、富士山の水を使って作ったうどんや、平たい太い麺を野菜といっしょに味噌で煮込んだ「ほうとう」という料理などが有名です。このほか、湖で採れたワカサギやマスなどの魚を使った料理も食べることができます。

こうそく 高速バス Highway buses

Highway buses connect cities and tourist destinations throughout Japan by traveling on highways and expressways. It is cheaper than a Shinkansen or airplane. The buses are good for people who want to travel cheaply and are okay with longer travel times. For example, if you want to travel between Tokyo and Osaka, you might pay 10,000 to 20,000 to travel by airplane, or 14,000 yen to travel by Shinkansen. However, a highway bus might cost between 3,000 and 5,000 yen. Many of them depart at night and arrive at the destination by morning. It is a good way to use your time effectively.



Some highway bus tickets cost a little more but offer more space between seats and other comfortable features. You can choose according to your needs.

You can buy a highway bus ticket from the ticket window at the bus station on the day of the trip (depending on availability). Most people buy tickets online.

高速バスは、日本の各都市や観光地を結ぶバスで、高速道路を利用して移動します。新幹線や飛行機と比べて料金が安いので、時間がかかってもいいから安く移動したい、という人に向いています。例えば、東京と大阪の間を移動する場合、飛行機なら約10,000～20,000円、新幹線なら約14,000円かかりますが、高速バスなら3,000～5,000円で移動することができます。値段の安さだけでなく、夜に出発し、朝に目的地に到着する夜行便が多いので、時間を有効に活用したいというニーズにも合っています。

最近では、同じ高速バスでも、値段の安さを追求するものがある一方で、値段は少し高くなっても座席間のスペースなど車内の快適さに重点を置いたものもあり、自分のニーズに合わせて選ぶことができます。

高速バスの切符は、空きがあれば当日に窓口で買うこともできますが、インターネットで予約するのが一般的です。

にほん かんこう ち にっこう なら とやま ながの 日本の観光地2 (日光／奈良／富山／長野)

Tourist destinations in Japan 2 (Nikko / Nara / Toyama / Nagano)

にっこう 日光 Nikko

Nikko is a tourist destination in Tochigi Prefecture approximately 150 kilometers north of Tokyo. It takes about two hours to get there by train from Tokyo. Nikko is famous for nature and historic sites. In particular, Nikko Toshogu is a shrine to Tokugawa Ieyasu. It is registered as a World Heritage Site. You can see the beautifully decorated Yomeimon Gate and the Sanzaru sculptures at Nikko Toshogu. The Sanzaru sculptures are famous for the proverb *Mizaru, Kikazaru, Iwazaru* (See No Evil, Speak No Evil, Hear No Evil). You can travel up the Irohazaka road from the center of Nikko to enjoy beautiful lakes, wetlands, waterfalls, mountains, and more. Kegon Falls and Chuzenji Lake are famous as tourist destinations. This area is famous for its beautiful autumn leaves. Irohazaka is extremely busy during the fall season.



Yomeimon Gate 陽明門



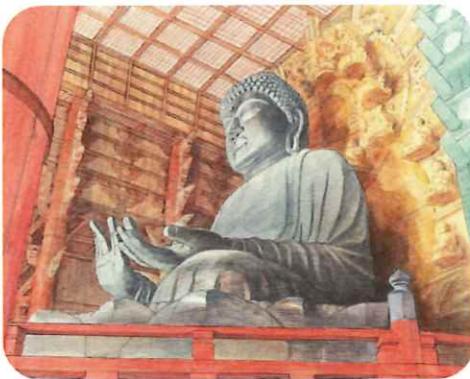
Sanzaru sculptures 三猿

第5課 早く予約したほうがいいですよ

日光は、栃木県にある観光地で、東京から北に約150km、電車で2時間ぐらいのところにあります。美しい自然と歴史的な史跡が有名で、特に徳川家康を祀った「日光東照宮」は、世界遺産にも登録されており、きらびやかな飾りで飾られた「陽明門」、「見ざる、聞かざる、言わざる」で有名な「三猿」の彫刻など、多数の見どころがあります。日光の中心部から「いろは坂」という道を上ると、湖や湿原、滝、山などの自然を楽しむエリアに出ます。観光名所として有名な「華厳の滝」や「中禅寺湖」があります。この辺りは紅葉の名所としても知られており、紅葉のシーズンになると、「いろは坂」は大渋滞になります。



Chuzenji Lake 中禅寺湖

▶^{なら}奈良 Nara

Todaiji Temple 東大寺

東大寺や春日大社の辺りは「奈良公園」で、野生の鹿が多数いることでも知られています。野生といっても人間によく慣れており、売店で売っている「鹿せんべい」を買って与えると、喜んで食べます。そのかわいらしい姿が、内外からの観光客に大人気です。

Nara became the capital of Japan in 710 and is known around the world as a historic town. The most famous buildings in Nara are Todaiji Temple, where you can see the Great Buddha, and Kasugataisha, a historic shrine. Nara Park is close by. It is famous for wild deer that are not afraid of people. You can buy *shika-senbei* crackers from local shops and give them to the deer. These cute animals are very popular with Japanese and foreign tourists.

710年に都が置かれた奈良は、歴史的な町として世界に知られています。中でも有名なのは、大仏のある「東大寺」や、歴史のある神社「春日大社」で



Nara Park 奈良公園

▶^{とやま}富山 Toyama

日本海に面する富山県は、北アルプスの登山の拠点として知られています。夏から秋のシーズンには、「立山黒部アルペンルート」や「黒部峡谷トロッコ電車」などの山岳観光が、海外からの観光客に人気です。また、山だけでなく、海にも面していることから、新鮮な魚介類も豊富に採れます。特に「ホタルイカ」「白エビ」「のどぐろ」「寒ブリ」などの海産物は、富山名物として知られています。

Toyama Prefecture is between the Sea of Japan and the Northern Alps mountain range. It is famous as a base for climbing the Northern Alps. From summer to fall, mountain tours along the Tateyama Kurobe Alpine Route and the Kurobe Gorge Railway are very popular with foreign tourists. Since Toyama is next to the sea, there is lots of fresh seafood. Famous local food is firefly squid, glass shrimp, rockfish, winter yellowtail, and other kinds of seafood.

▶^{ながの}長野 Nagano

Nagano is famous worldwide for the Winter Olympics held there in 1998. The prefecture has many mountains and ski resorts and is known for winter sports. Many people also visit during the summer to enjoy cooler weather at a higher elevation and do summer mountain climbing. There are also many hot springs in this part of



Zenkoji Temple 善光寺

Japan. Another world-famous tourist destination is the historic Zenkoji Temple, which was built in the middle of the seventh century. Also, the Jigokudani Wild Monkey Park where visitors can watch snow monkeys relaxing in the hot springs is a popular tourist destination.

長野は、1998年に冬季オリンピックが開かれたことで、世界中に知られるようになりました。山が多く、良質な雪のスキー場がたくさんあることから、ウィンタースポーツで知られていますが、夏期も、高原の避暑や夏山登山で賑わいます。温泉も多くあります。そのほかの観光地としては、7世紀半ばから続く、歴史のあるお寺の「善光寺」、温泉に入るサル（スノーモンキー）で知られる「地獄谷野猿公苑」などが、世界的に有名です。



● スキー／スキー場^{じょう} Skiing / Ski resorts



There are more than 500 large and small ski resorts in the Chubu, Tohoku, and Hokkaido regions.

If you live in a snowy part of Japan, skiing and snowboarding are familiar winter sports and activities. Even if you live in a metropolis like Tokyo, you can easily go skiing! You can take a ski bus tour during the ski season from December to March. Some popular bus tours include travel fees and the costs of a lift ticket, ski rental, and skiwear rental. If you are skiing or snowboarding for the first time, you should sign up for lessons to learn safely first.

Many ski resorts in Japan are near hot springs, so you can relax in a hot spring after a day of skiing. On a skiing trip, it is also fun to try regional foods made with local ingredients.

日本には、中部地方、東北地方、北海道を中心に、大小合わせて500以上のスキー場があります。雪国在住の場合は、スキーやスノーボードは冬のスポーツ、レジャーとして身近な存在です。東京などの都市部に住んでいる場合も、12月から3月のスキーシーズンになると、バスツアーが数多く企画されるので、手軽にスキーに出かけることができます。バスツアーには、交通費以外にリフト券、スキーやウェアのレンタル費用が含まれているものもあり、若い人に人気です。ただし、はじめてスキーやスノーボードをする場合は、安全のためにも、まずはスキー教室に入るといいでしょう。日本のスキー場は、近くに温泉地があることが多いので、スキーのあとに温泉にゆっくり浸かってリラックスすることができます。また、それぞれの地域で、その土地の名物の山の幸を味わったりすることも、日本のスキーの楽しみ方の1つです。



● ホテル／旅館^{りょかん}／民宿^{みんしゆく}／ゲストハウス Hotels / Inns / Private lodgings / Guest houses

There are various kinds of accommodation facilities available in Japan.

日本には、さまざまな形態の宿泊施設があります。

▶ ホテル Hotels

Hotels in many countries around the world are all quite similar. However, hotels in other countries will normally charge per room and not according to the number of guests. In Japan, sometimes the hotel cost depends on the number of guests in a room. A hotel may be strict about check-in and check-out times. You may be charged

5 早く予約したほうがいいですよ

more to enter a room earlier or leave a room later than the usual time (even if no one else will use the room).

A *bijinesu hoteru* (business hotel) is mostly for guests on business trips rather than tourists. They are usually cheaper. This is because the rooms are usually smaller and have less facilities.

世界のいろいろな国にあるホテルとだいたい同じ形式です。ただし、海外では1部屋あたりの料金が決められていて、何人で使っても料金が変わらないことが普通ですが、日本の場合、1部屋を何人で使うかによって、値段が異なる場合があります。また、チェックインとチェックアウトの時間も厳格で、決められた時間よりも早く部屋に入ったり、遅く部屋を出たりする場合には、(たとえその部屋をほかに使う人がいなくても) 別料金を払わされるのが普通です。

観光用ではなく、出張で来た客を主なターゲットとした「ビジネスホテル」は、部屋を狭くし、設備やサービスを合理化したぶん、比較的安い値段で泊られます。

▶ りょかん 旅館 Ryokan (inns)

A *ryokan* is an accommodation which has mostly Japanese-style rooms. Many are also in Japanese-style buildings. The room fee is generally for いっばくしよくつき 1泊2食付 (one night, two meals). This means you receive dinner on the first day and breakfast the next morning. A large public bath is inside the building for guests to share.

旅館は日本的な建物が多く、和室が中心の宿泊施設です。宿泊は、その日の夕食と翌日の朝食が付いた「1泊2食付」の料金で提供されることが普通です。館内には、宿泊客が共同で利用できる「大浴場」があります。

▶ みんしゆく 民宿 Minshuku (private lodgings)

A *minshuku* is an accommodation that is smaller than a *ryokan* or hotel. Many of them are managed by families. The room fee usually includes dinner on the first day and breakfast the next morning. However, meals are usually homemade by the owner of the facility. These private lodgings are cheaper than hotels and inns. They have less facilities and services. Private lodgings are often not registered with online hotel booking sites. So, you might have to ask about them at a local tourism information center. If you wish to make a booking in advance, you can check guide books or the Internet, and then call to make a reservation.

旅館やホテルほど規模が大きくない宿泊施設で、家族で経営している場合が多いといえます。旅館と同じように、1泊2食付で提供されることがほとんどですが、料理は、その民宿の経営者が自ら作る家庭料理が中心です。ホテルや旅館に比べて値段が安いのが特徴ですが、設備やサービスなどは、そのぶん限られています。民宿は、インターネットのホテル予約サイトには登録していないことも多いので、現地の観光案内所で紹介してもらったり、前もって予約する場合は、ガイドブックやネットで調べてから、電話をかけて予約しなければならない場合もあります。

▶ ゲストハウス Guest houses

If you visit a tourist area, you might find accommodations called *gesuto hausu* (guest houses) where you can stay overnight for a low charge. Each guest has their own bed, but many guests stay in the same room (an *aibeya* is a word used for a room shared by random guests). A guest house will also have a salon and common room where guests can talk with each other. Guest houses are a good option because they are cheap, and you can talk with the other people staying there.

観光地には、安く泊まれる「ゲストハウス」という宿泊施設もあります。ベッドは1人1台割り当てられますが、同じ部屋を複数の客が使います(知らない客と同じ部屋を使うことを「相部屋」といいます)。また、サロンや交流スペースがあり、客同士で交流することもできます。安さだけでなく、ほかの人と知り合う機会が得られることも、ゲストハウスの魅力の1つです。

日本の生活
TIPSしんかんせん きっぷ
新幹線の切符

Shinkansen tickets

You can buy tickets for the Shinkansen (bullet train) at JR (Japan Rail) station windows, automatic ticket vending machines, and online. You can only buy a ticket from a station window during open hours. You might have to wait in a line. However, it is convenient for people who do not know how to buy a ticket, because the person at the window can help you select the correct ticket. They will ask you questions about the date and time of travel, number of people, where you want to sit, and so on. To buy a ticket online, you need to sign up on the official website of the railway company. This is a good method because you can buy a ticket immediately, and you do not need to wait in line.



When you take the Shinkansen, you will need two types of tickets: a 乗車券 (railway ticket) and 特急券 (limited express ticket). The cost of a railway ticket is the cost that you must pay for the journey. The cost of a limited express ticket is the additional fee for taking the Shinkansen, limited express train, or any other special train that is faster than a regular train.

There are two types of limited express tickets: a 指定席 (reserved seat) ticket and 自由席 (non-reserved seat) ticket. With a reserved seat ticket, you can reserve a seat before traveling. With a non-reserved seat ticket, you can sit in any empty seat in a car with non-reserved seats. A non-reserved seat ticket is cheaper, but you might not be able to find a seat if the train is crowded. Also, there is a part of the train called the グリーン車 (green car). By paying more money, you can sit in an upgraded seat and receive first-class service. You cannot ride in a green car without a green car ticket.

Shinkansen tickets go on sale at 10:00 a.m. one month before the date of travel. You can still buy a Shinkansen ticket on the day of travel. However, if the reserved seats are fully booked, you may not be able to buy the ticket you want. For this reason, you should buy your ticket as soon as possible.

新幹線の切符は、JRの駅の窓口か自動券売機、インターネットなどで買うことができます。駅の窓口は、営業時間が決まっていたり並ばないといけなかったりしますが、乗りたい新幹線の乗車区間、日時、人数、座席の希望などについて窓口の人が1つずつ質問しながら切符を選んでくれるので、慣れていない人にとっては便利です。インターネットで買う場合は、鉄道会社のサイトに会員登録する必要がありますが、並ばないですぐ切符を買えるのが利点です。

新幹線に乗るときには、乗車券と特急券の2種類の切符が必要です。乗車券の料金は、電車に乗って移動するときに必ず払う運賃です。特急券の料金は、新幹線や特急電車など、普通の電車よりも早い特別な電車に乗るときに、プラスされる料金です。

特急券には、さらに指定席券と自由席券の2種類があります。指定席券は、乗る前にあらかじめ席を予約しておく切符です。自由席券は自由席車両のどこに座ってもいい切符で、指定席券よりは安いですが、混んでいるときは座れないこともあります。このほかに、「グリーン車」という車両もあり、さらにお金を払うことで、ゆったりとした座席と上質のサービスを受けられます。グリーン車には、グリーン券を購入しなければ乗ることができません。

新幹線の切符は、乗車日1か月前の午前10時から発売が開始されます。新幹線の切符は、乗る当日にも買うことはできますが、時期や時間帯によっては指定席が満席になって希望の切符が買えないこともありますので、予定が決まったらなるべく早く購入することをおすすめします。

日本の観光地 3 (大阪／ハウステンボス／高尾山／浄土ヶ浜)

Tourist destinations in Japan 3 (Osaka / Huis Ten Bosch / Mt. Takao / Jodogahama Beach)

▶大阪 Osaka

Osaka is a city in the center of western Japan. Osaka Castle is the most famous tourist attraction in Osaka. Tsutenkaku, a tower in Shinsekai area, is also well known in Osaka. The area around it still has the feeling of a traditional neighborhood. Abeno Harukas is a new skyscraper built in 2014. You can view the city from an observatory 300 meters high. At the Cup Noodle Museum, you can have fun making your own cup of instant ramen.

Other popular tourist destinations are Kaiyukan, a large aquarium, and the Universal Studios Japan (USJ) theme park.

大阪は、西日本の中心の都市です。大阪の観光地としては、「大阪城」がまず挙げられます。また、「通天閣」は、「新世界」と呼ばれる下町の雰囲気を残す庶民的なエリアにあるタワーで、大阪を代表するランドマークとなっています。「あべのハルカス」は2014年に建てられた新しい高層ビルで、地上300mの展望台から大阪の町を見ることができます。「カップヌードルミュージアム」では、カップラーメン作りを体験することができます。

このほかに、大規模な水族館の「海遊館」や、テーマパークの「ユニバーサルスタジオジャパン (USJ)」などが、観光客に人気です。



Osaka Castle 大阪城



Tsutenkaku
通天閣



Abeno Harukas
あべのハルカス

▶ハウステンボス Huis Ten Bosch



The Huis Ten Bosch theme park is located in Nagasaki Prefecture. You can go there in an hour and a half by train from Nagasaki Station, or an hour and forty-five minutes by limited express train from Fukuoka. The Dutch-themed park has reproductions of a Dutch townscape, fields of flowers, windmills, and other famous images of Holland. Huis Ten Bosch also has various rides and shows for visitors to enjoy. Also, the illuminations at night are famous.

Japanese people traded with people from Holland during the Edo period in Nagasaki. So, many foreign visitors to the park think it is an actual

historic town from the Edo period. However, the park was built in the 1990s.

ハウステンボスは、長崎県にあるテーマパークで、長崎駅から電車で1時間半、福岡から特急で1時間45分ぐらいで行けます。オランダをテーマにしており、オランダの町並みや、花畑、風車などが再現されています。また、オランダにとどまらず、さまざまなアトラクションや乗り物、ショーなどがあり、1日楽しむことができます。特に夜のイルミネーションは有名です。

なお、長崎は江戸時代にオランダとの貿易が行われていた町であることから、ハウステンボスのオランダの町並みを、江戸時代から残る歴史的な町並みであると思っている外国人が多いようですが、これらは1990年以降に建てられたものです。



第6課 いろいろなどころに行けて、よかったです

たかおさん
▶ 高尾山 Mt. Takao

Mt. Takao is a 599-meter-high mountain in west Tokyo. It has beautiful nature, and many tourists from the center of Tokyo go hiking there. You can go to the top easily if you take a cable car or chairlift. If you decide to walk up, you can reach the top in one to two hours. For this reason, the Tokyo residents know this mountain well. Elementary school students often visit it on school trips. In 2007, the Michelin Guide rated Mt. Takao as a three-star tourist destination, so it is often very crowded recently.



高尾山は東京の西部にある標高599mの山です。自然が豊富で、東京から気軽に行けるハイキング先として、多くの観光客が訪れます。また、ケーブルカーやリフトを利用すれば、比較的簡単に頂上に行くことができ、乗り物を使わないで歩いて登っても、麓から1~2時間で頂上に着くことができます。そのため、特に東京都民には親しまれており、小学生がよく遠足で訪れます。ただし、2007年に「ミシュランガイド」で「三つ星」の観光地として紹介されたことから、最近では混雑が激しく、問題になっています。

じょうどがはま
▶ 浄土ヶ浜 Jodogahama Beach

Jodogahama Beach is an area in Miyako City, Iwate Prefecture. The landscape of rocks, pine trees, the sea, and sandy beaches is one of the most beautiful in the Tohoku region. You can enjoy rocks, caves, and other beautiful sights by taking a sightseeing boat. If you buy an *umineko pan* (bread for black-tailed gulls) on the boat, you can feed the black-tailed gulls. In the summer, you can swim in the sea at Jodogahama Beach. This location is also famous as a fishing spot.

浄土ヶ浜は、岩手県の宮古市にある海岸です。岩と松、海と砂浜が作る風景が美しく、東北地方を代表する景勝地です。岩や洞窟などをめぐる遊覧船に乗れば、浄土ヶ浜の風景が手軽に楽しめます。この船の上では、ウミネコの餌付けもできます。「ウミネコパン」というパンを買って船のデッキに出ると、たくさんのウミネコが寄ってきて、パンを食べます。浄土ヶ浜では、夏には海水浴も楽しめます。また、釣りの名所としても知られています。

くし
● 串カツ Kushi-katsu

Kushi-katsu, also called *kushi-age*, is made by putting meat, vegetables, and seafood onto bamboo sticks, covering them in batter, and deep-frying them. It is a specialty in Osaka especially in the Minami and Shinsekai areas. In Osaka, many restaurants specialize in *kushi-katsu*. Sometimes, famous restaurants are so crowded you might wait in line for an hour or more. Recently, these restaurants are getting more crowded with foreign tourists as *kushi-katsu* gets more popular.



Before eating *kushi-katsu*, you can dip it in Worcestershire sauce. This sauce is shared with other people, so if you bite it, do not dip it again. You should follow the rule of 二度づけ禁止 ("no double-dipping") in *kushi-katsu* restaurants.

肉や野菜、魚介類など、さまざまな具に竹製の串を刺し、衣をつけて油で揚げた料理を「串揚げ」といいます。大阪、特に「ミナミ」や「新世界」と呼ばれる地域では、この料理が名物となっており、「串カツ」と呼ばれています。大阪には、串カツの専門店がいくつもあります。有名店の場合、店に入るまでに1時間以上も並ぶなど、非常に混雑することがあります。最近では、大阪を訪れる外国人観光客に串カツが知られるようになり、混雑も激しくなっています。

串カツは、容器に入ったウスターソースに串を浸してから食べます。このソースはほかの人と共

有なので、一度口に入れた串カツを、もういちどソースにつけることは衛生上よくないとされています。このルールを「二度づけ禁止」と言って、大阪の串カツ店のルールとして、全国的に知られています。串カツを食べるときは、一度に串全体をソースにつけるようにしましょう。

● たこ^や焼き Takoyaki

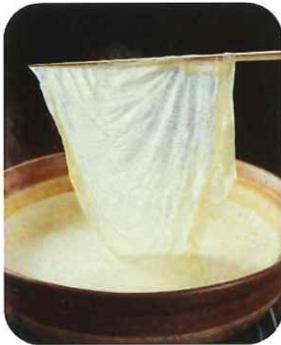
Takoyaki is made by putting pieces of octopus into wheat batter and grilling it. It is grilled on a special grill that forms the dumplings into round balls. When you are ready to eat it, put sauce, bonito flakes, and dried green seaweed on the top. *Takoyaki* was first created in Osaka. It is popular with tourists and you can eat it at many restaurants in the city. If you are not in Osaka, you can enjoy *takoyaki* at a *takoyaki* restaurant. During festivals, you can usually find a vendor selling *takoyaki*.



たこ焼きは、小麦粉の生地にタコなどの具を入れて専用の焼き型で焼き、丸いボールの形にした料理です。食べるときにはソースをかけ、鰹節や青のりをまぶして食べます。大阪が発祥の料理といわれ、大阪には多くのたこ焼き店があり、観光客に人気です。大阪以外にも、チェーン店のたこ焼き店で気軽に食べられますし、また、祭りの屋台の料理の定番にもなっています。



● ゆば Yuba (tofu skin)



ゆばは、そのまま生で食べる刺身ゆばや、ゆばを何枚も重ねた巻きゆば、乾燥させた干しゆばなどの種類があります。ゆばは、お寺で食べる精進料理の材料としてよく使われていたことから、今でも京都、奈良、日光など、お寺が多くある地域の名物料理として知られています。

Yuba is made from soybeans. When you boil soymilk, a thin skin on the surface is created. This skin is *yuba*. *Yuba* is written in kanji as 湯葉 (boiled leaf) or 湯波 (boiled wave). There are different types of *yuba*. For example, *sashimi-yuba* is eaten raw; *maki-yuba*, is made of many layers of *yuba*; and *hoshi-yuba* is dried *yuba*. *Yuba* is commonly used as an ingredient in *shojin-ryouri*, a type of traditional vegetarian food eaten at temples. So, it is common in places with many temples such as Kyoto, Nara, and Nikko.

ゆばは、大豆の加工食品の1つで、豆乳を温めたときにできる薄膜をすくい上げて作ります。温めた豆乳に膜が張っていく様子から、漢字では「湯葉」や「湯波」と書きます。



日本の生活
TIPS● まつ みこし
祭り と 神輿 Festivals and mikoshi

There are many different festivals in Japan. These include large, famous festivals and smaller festivals in local communities.

During a festival, *mikoshi* (floats) are carried through the streets by many people. A *mikoshi* is thought to be a vehicle of the gods. Someone carrying a *mikoshi* wears a *happi* or *hanten* (a type of coat) and ties a *hachimaki* (a type of towel) around their head. Everyone carrying a *mikoshi* loudly chants “*soiya, soiya*” or “*wasshoi*” and lifts it up and down.

The people who carry a *mikoshi* are different depending on the region and festival. In some cases, only long-time residents of



the community can carry a *mikoshi*. In other cases, festival organizers ask for volunteers and invite anyone to carry a *mikoshi*. If you want to help carry a *mikoshi*, contact the organizers written on the poster.



日本各地には、さまざまな祭りがあります。観光客を集める有名な祭りから、町内で行われる祭りまで、さまざまです。

祭りのときは、神輿を大勢の人で担いで、町内を回ります。神輿は、神様の乗り物とされています。神輿を担ぐ人は、「はっぴ」「はんてん」という服を着て、「はちまき」を頭に巻きます。みんなで「ソイヤ、ソイヤ」または「ワッショイ」などのかけ声に合わせて、神輿を揺らしながら担ぎます。

神輿を担ぐ人は、地域や祭りによって異なります。昔からその地域に住んでいる人しか担げない場合もあるし、担ぎ手を広く募集していてだれでも参加できる場合もあります。神輿を担いでみたくなったときには、ポスターなど祭りのお知らせに書いてある連絡先に問い合わせをしてみましょう。

● ちょうないかい
町内会 Neighborhood associations

A *choonaiikai* (neighborhood association), sometimes called a *jichikai* (neighborhood council), is a voluntary organization of local residents. You can find them in every area of Japan. Their goals are to organize local and friendly activities. A neighborhood association might clean, watch for crime, hold community festivals, and run clubs for senior citizens and children. Members of a neighborhood association pay a *choonaiikai-hi* (neighborhood association membership fee).

Many people, especially living in large city centers, do not join their local neighborhood association. However, communicating with your neighbors can be helpful in your daily life. For example, if there is a natural disaster, you can get information on evacuation centers, supplies of water, and evacuation resources.

町内会（「自治会」と呼ぶ地域もあります）は、その地域に住む住民によって組織された任意の団体で、日本全国の市区町村にあります。住民同士が親睦を深めたり、地域の活動を円滑に行ったりするのが目的です。活動内容は、清掃活動、防犯活動、町内のお祭り、老人会や子ども会など、さまざまです。町内会に入ったら、「町内会費」を払います。

最近では、特に都市部で、町内会に入らない人が増えています。しかし、日頃から近所に住む人たちとコミュニケーションを取っておくことは、生活のうえで役に立つこともあります。例えば、自然災害などが発生したときに、避難所や給水などの必要な情報を得たり、避難物資をもらったりするのは、町内会に入っているとスムーズです。

ちいき けいじばん かいらんばん
地域の掲示板／回覧板

Local bulletin boards / Kairanban (circular notices)

Local bulletin boards are all over town. They share messages and notices from the local municipal government or neighborhood association and news about community activities. Bulletin boards have important information for the community. For example, information on construction work, trash collection, watching for crime, and news about the deaths of local people. You may also find information on neighborhood events, such as local festivals, information on concerts, performances, club activities and information from businesses.

In addition to local bulletin boards, *kairanban* (circular notice) is another way of sharing information from the municipal government or neighborhood association. For *kairanban*, pieces of paper with information are put between pieces of cardboard. The cardboard is passed from one home to the next. When you receive a *kairanban*, put your seal or signature on the paper and pass it to the next home. Each neighborhood has different rules about how to pass a *kairanban*. For this reason, check the rules when you move into an area with this system.

地域の掲示板は、市町村や町内会からのお知らせや、地域活動の広報のために、町のあちこちに設置されています。掲示板には、道路工事や水道管工事、ごみの収集計画、防犯情報、訃報など、地域生活に密着した情報が掲示されます。また、地域の祭りなど、近所で開かれる公共性の高いイベントの情報のほか、コンサートや演劇、サークル活動の案内など、民間の団体から寄せられた情報も掲示されます。

地域の掲示板とは別に、市町村や町内会のお知らせを「回覧板」として伝達する場合もあります。回覧板は、厚紙の板にお知らせの紙を挟み、これを各家庭に順番に回していくシステムです。回覧板をもらったなら、確認のハンコを押したりサインをしたりして、次の家に回します。回覧板をどの家にどの順番で回すか、また直接会って手渡す必要があるかどうかなど、ルールは地域ごとに決められていますので、回覧板が使われる地域に住む場合は、ルールを確認しておきましょう。

ちいき ぼうさいむせんほうそう
地域の防災無線放送

Local disaster prevention radio broadcasting



If there is a disaster, announcements will broadcast advisories, warnings, evacuation instructions, and other important information. These are broadcasted from speakers in town and radio receivers in people's homes. At other times, this system broadcasts police information. For example, reminders about watching for crime and missing people. This system also broadcasts announcements about festivals and events.

The content and frequency of these broadcasts depends on the local government and region. In some regions, the system broadcasts two or three times a day at specific times. Disaster prevention radio broadcasting also has a message to tell children to go home ("Children should go home now...") with some music from a children's song each day at around five o'clock in the evening (varies from season to season). These broadcasts are also a way to check that the system will work well during a real disaster.

防災無線放送は、災害のとき、注意報や警報、避難の案内などを地域の住民に知らせるため、町の中にスピーカーを設置したり、各家庭に受信機を置いたりして、そこから放送が流れるようにしたものです。しかし、災害のとき以外にも、防犯対策の呼びかけ、行方不明者の捜索依頼など、警察からの情報が流れたり、本文のように、市町村や町内会からのお知らせや、行事、イベントの案内などが流れたりもします。

どのぐらいの頻度で何を放送するかは、自治体や地域によって異なります。地域によっては、1日に2~3回、毎日決まった時間に放送を流すところもあります。また、毎日夕方5時ごろ(季節によって異なる)、童謡などのメロディとともに、「子どもはおうちへ帰しましょう」のメッセージを流すのも、防災無線放送の役割の1つです。これらは、災害が起こったときに放送が機能するよう、普段からチェックする意味もあります。

はなびたいかい
花火大会

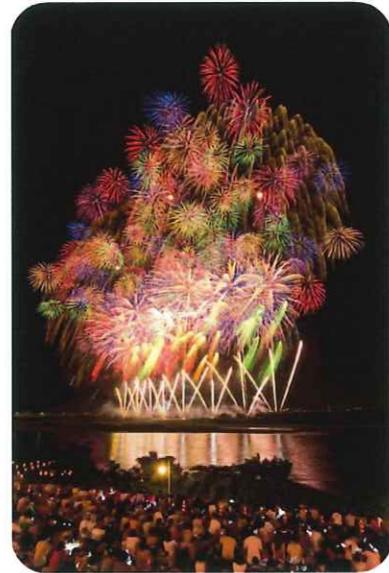
Fireworks shows

Fireworks displays are held throughout Japan, mainly in the summer. They typically take place in parks or along coastal areas and riverbanks. People gather at these sites to watch the fireworks. Food vendors are also set up, so you can enjoy the feelings of a festival.

The size and number of people watching fireworks shows depends on the area. Famous fireworks shows can have very many people. For example, more than a million visitors attend the Sumida River Fireworks Festival in Tokyo and the Nagaoka Festival Grand Fireworks Show in Nagaoka City, Niigata Prefecture. These events have so many people that it is difficult to walk. So, it is important to get a good spot to watch the fireworks show early. Some fireworks shows have reserved seats with the best views.

花火大会は、夏を中心に、日本の各地で行われます。公園や海岸、川の土手などを会場にしており、会場に行けば、打ち上げ花火を間近で見ることができます。また、屋台も出るので、祭りの雰囲気も楽しめます。

花火大会の規模や混雑具合はさまざまですが、有名で歴史のある花火大会の会場は、非常に混雑します。例えば、東京の「隅田川花火大会」や、新潟県長岡市の「長岡まつり大花火大会」などは、その日だけで100万人ぐらいの観客が集まります。時間ギリギリに行くと、歩くこともできないぐらいの混雑になるので、できるだけ早い時間から場所を確保することが大切です。花火大会によっては、花火がよく見られる指定席を有料で販売している場合もあります。

みち えき
道の駅

Michi-no-eki (roadside stations)



A *michi-no-eki* (roadside station) has shops and rest facilities next to a highway or other general roads. It is like a service area on an expressway. There is a parking lot, toilets, restaurants, and shops.

They also have a tourist center for the local area. There are vendors selling local fruit and vegetables, restaurants with local specialties, and shops with local souvenirs. Some roadside stations might have a scenic park, resource center, museum, or hot spring. They often have many tourists.



「道の駅」は、国道などの一般道路沿いにある商業・休憩施設で、高速道路のサービスエリアのような役割の施設です。駐車場、トイレ、レストラン、売店などがあります。

道の駅は、その地域の農産物や名物料理など、地元の品物を扱っているのが特徴で、地元の農産物の直売所や、地元の名物料理が食べられるレストラン、地元のお土産が買える売店などに力を入れているので、地域の観光拠点としての役割も担っています。中には、眺めのいい公園、資料館や博物館、温泉入浴施設などがある道の駅もあり、観光客で賑わっています。

● 盆踊り Bon-odori (Bon festival dance)

The *Bon-odori* is a festival held during the *Obon* (annual Buddhist event for one's ancestors) period in summer (August). Participants stand around a *yagura* (scaffold) and gradually move in one direction while dancing to music. The dance moves are repeated over and over. So, you can quickly learn how to do it. Anyone can participate in the *Bon-odori*, so try joining the circle of dancers! There are also vendors around the area. If you do not want to dance, you can buy food and enjoy the festival.

盆踊りは、夏の「お盆」(8月)の時期あたりに行われる祭りです。やぐらの周りを囲むようにぐるりと輪になり、音楽と太鼓に合わせて踊りを踊りながら、一定の方向へ少しずつ進みます。踊りには短いパターンがあり、これを何度も繰り返せばよいので、少し見ていれば、すぐに踊ることができます。盆踊りはだれでも参加が可能なので、ぜひ踊りの輪に加わってみましょう。

盆踊りが行われる広場には、さまざまな屋台が出て、祭りの雰囲気味わえます。自分で踊らなくても、踊りを見たり、屋台で食べ物を買ったりして、祭りを楽しむのもいいでしょう。



● ゆかた Yukata



A *yukata* is a simple type of kimono. It is made with thin cotton and has a belt. You do not need to wear underwear with a *yukata*. People wear them during the summer and at *ryokans*. Recently, men and women wear *yukatas* to summer festivals and fireworks displays. The prices of *yukatas* are different. You can buy one cheaply with a belt and wooden sandals. There are many styles. For example, traditional patterns and modern Western styles. There are many videos online showing how to wear a *yukata*. You should try it if you get the chance!

浴衣は木綿の薄い着物で、素肌にそのまま、帯1本だけで着ることのできる簡単な着物です。夏の時期に着たり、旅館に泊まるときに寝間着として用意されたりします。最近では夏祭りや花火大会に浴衣を着て行く人が、男女ともに増えてきています。

浴衣の値段はさまざまですが、最近では、古典的な柄からモダンな和洋折衷の柄まで、さまざまな種類の浴衣が、帯や下駄などとセットで安く売られています。浴衣の着方を紹介する無料動画もネット上に多くアップロードされていますので、機会があったら一度着てみましょう。

● フリーマーケット Flea markets

Flea markets are in parks, squares, or large parking lots, etc. You can buy and sell used items. They are very popular in Japan. The phrase is often shortened in Japanese as *furima*. A flea market is sometimes called a *nomi-no-ichi*. This is a literal translation of "flea market" into Japanese. In other countries, businesses often sell antiques at flea markets. However, people sell their used items cheaply at flea markets in Japan. Japanese flea markets include the following.



第7課 雨が降ったら、ホールでやります

- ◆ They are held in parks and large parking lots.
- ◆ In general, companies do not sell goods at flea markets. People apply to have an area at a flea market.
- ◆ People usually sell used daily items, such as clothing and toys. You will not see expensive art or antiques.
- ◆ You can enter a flea market for free.
- ◆ The buyer will often ask the seller to reduce the price.

公園や広場などで中古の品物売り買いするフリーマーケットは、日本でも盛んです。日本語では「フリマ」と略されることもあります。日本語に訳して「蚤の市」ということばを使うこともあります。海外のフリーマーケットは、業者が古い骨董品や古美術品などを売り、こうした品物を買いたい人が集まるイメージですが、日本でフリーマーケットと言う場合、一般の人が不要品を安く売るための場を指すのが一般的です。日本のフリーマーケットは、次のような特徴があります。

- ◆ 公園や大型駐車場などで、定期的にかかれる。
- ◆ 基本的には、業者は出店しない。出店するのは、申し込みをした一般の人。
- ◆ 品物は、服やおもちゃなど日常の不要品が中心。高価な美術品や骨董品はあまりない。
- ◆ フリーマーケット会場には、入場料なしで入れる。
- ◆ 買うときには、売る人と値段の交渉をすることが多い。

8 屋台はどこかわかりますか？

日本の生活
TIPS

こくさいこうりゅう

● 国際交流フェスティバル International exchange festivals

Kokusai kooryu fesutibaru and kokusai kooryuu matsuri (international exchange festivals) are held by local governments in Japan. They are organized by international exchange organizations and other organizations. They try to make friendly relationships between foreigners living in Japan and the Japanese. These festivals have many activities. For example, international cooking events, singing and dancing performances, vendors, and speech contests. The festival might be in a park, square, or indoors. For example, in a community hall or cultural center. If you search for *こくさいこうりゅう* 国際交流まつり ××市 (international exchange festival in xx city) online, you will see many results. You can have a fun time going a festival. You might have a better time if you volunteer as staff, perform, or enter a speech contest. Check the official festival website for participation information.



© Saitama Tourism and International Relations Bureau (STIB) (公社)さいたま観光国際協会

国際交流協会など国際交流団体が主催する「国際交流フェスティバル」や「国際交流まつり」のようなイベントが、さまざまな自治体で開催されています。地域に住む外国人と日本人の交流や相互理解を目的にしたもので、内容は、各国料理大会、歌や踊りなどのステージパフォーマンス、模擬店や屋台での物品販売、外国人によるスピーチ大会など、さまざまです。会場は、公園や広場を使って屋外で開かれることもあるし、ホールや文化施設など、屋内のイベントスペースのようなところなどで開かれる場合もあります。

ネットで「国際交流まつり ××市」のように入れて検索すると、情報がいろいろ出てくると思います。会場に行って楽しむだけでなく、ボランティアスタッフとして参加したり(たいていウェブサイト「ボランティアスタッフ募集」の案内が出ています)、パフォーマンスやスピーチをする側として参加したりすれば、よりよい経験になるでしょう。

にほんご

● 日本語スピーチコンテスト Japanese-language speech contests



Japanese-language speech contests (also known as a *supiichi-taikai* or *benron-taikai*) for foreigners have many different types. They can be large national contests. Also, they can be smaller, city contests or Japanese-language school contests. The theme for speeches depends on the contest. However, the process is usually the same. First, think about studying or living in Japan as a foreigner. Second, write a speech about it. Finally, give the speech in front of an audience. Each speech is scored by judges, and the winners are given awards. If you win an award, you will usually receive a prize. You could also be given other prizes. For example,

money, prepaid cards for purchasing books, local specialty goods, or products from a contest sponsor.

When applying for a speech contest, first write a speech. Then, send it to the contest organizer. The length of the speech depends on the contest. So, read the application conditions carefully. The application process also varies from contest to contest. For example, you might need to live in a certain city, or live in Japan for a certain amount of time. In general, anyone who is not a Japanese native speaker is okay. Taking the challenge of a speech contest can be fun and a good way to practice Japanese.

第8回 屋台はどこかわかりますか？

楽しい日本を聞いてみよう

第14回 外国人による日本語スピーチコンテスト

日 時 / 2月16日(日)
午後1時30分～3時30分

場 所 / 戸田市新曽南多世代交流館 さくらバル

TEL. 048-434-5690 (4時～11時)

外国人による日本語スピーチコンテスト(「スピーチ大会」「弁論大会」などということもあります)は、大規模なものは全国レベルで、小規模なものは、市町村ごとのものや、日本語教室が行うものなど、いろいろなものが開かれています。スピーチのテーマは大会ごとに違いますが、日本語を勉強して感じたことや、日本に住んで感じたことなどをもとに、外国人の視点から自分の意見をまとめ、原稿にし、会場でスピーチします。スピーチは、審査員によって審査され、順位がつけられたり、賞が与えられたりします。入賞すれば、賞状や盾がもらえるだけでなく、賞金や図書カード、その地区の特産物や大会スポンサーの提供する商品など、副賞ももらえることもあります。

応募する際は、はじめにスピーチの原稿を書いて応募します。原稿やスピーチの長さなどは、大会によってさまざまなので、大会ごとの募集要項をよく読んで応募する必要があります。応募資格は、「××市在住の方」「日本での在住期間が×年以内」など大会によって異なりますが、日本語を母語としない人であれば誰でも参加できるので、自分の日本語学習の成果として、ぜひ一度挑戦してみてください。

● たいかい カラオケ大会 Karaoke competitions

In a karaoke competition, people sing karaoke songs to see who can sing the best. Many types of karaoke competitions are held in Japan. These are also sometimes called *nodojiman-taikai* (singing competitions). Each competition will have different application requirements. Some competitions are free and some cost money to enter. Some competitions offer prize money or gifts to winners and some do not. For large, national competitions, first you will need to send your sample song with your application. In contrast, anyone can apply to and participate in smaller karaoke competitions like at local festivals. For some competitions, people decide on the spot to join.



カラオケ大会は、複数の出場者が順番にカラオケで歌を歌い、その上手さを競うイベントです。カラオケ大会も、さまざまな種類、規模のものが各地で行われています。「のど自慢大会」と呼ぶこともあります。応募の条件や手順、参加費が必要かどうか、賞金や賞品が出るかどうかなどは、大会によって異なります。全国レベルの本格的な大会の場合、応募の際に自分の録音を送って予選を通過しなければ出場できないものもあります。一方、地域の祭りや国際交流フェスティバルなどに合わせて開かれる大会など、小規模なカラオケ大会の場合、誰でも気軽に応募し、出場できるものもあります。大会によっては、その場で飛び入りで参加できる場合もあります。

日本の生活
TIPS

● にほん しょうがつ 日本のお正月 New Year's in Japan

New Year's Day is the biggest annual celebration in Japan. People generally do not work during the year-end and New Year holidays. Many people go back to their hometowns, spend a relaxing time with their family, or go on trips. There are some traditional customs people follow during this time.

お正月は、日本では1年のうち最も大きな年中行事と言えます。多くの人は、年末年始は仕事が休みになるので、田舎に帰ったり、家族とゆっくり過ごしたり、旅行に行ったりします。お正月には、伝統的な風習がいくつかあります。

▶ しょうがつかざ お正月飾り New Year's holiday decorations

Before New Year's Day, people decorate their homes and neighborhoods with New Year's holiday decorations. People decorate gates with *kadomatsu* (decorative pine trees) or *shimenawa / shimekazari* (sacred straw rope used to show a holy area or to protect from evil). People place a *kagamimochi* (round rice cake for the gods) inside their homes.

お正月が近づくと、町や家にはお正月飾りが飾られます。門や玄関には「門松」や「しめ縄／しめ飾り」が飾られ、家の中には「鏡餅」が飾られます。



▶ ねんがじょう ねんが 年賀状／年賀メッセージ New Year's cards / New Year's messages



People send New Year's postcards with New Year's greetings. You typically write something like 明けましておめでとうございます, 謹賀新年, or 賀正 and add some information about what is going on in your life. The postcards often have an illustration of the Chinese zodiac sign for that New Year. People post New Year's cards at the end of the year and they are delivered all at once on January 1. However, in recent years less people are sending postcards because of the Internet. These days, more and more people are exchanging New Year's greetings using Messenger, LINE, or other messaging apps. Some people post New Year's greetings on social media.

年賀状は、新年のあいさつを葉書に書いて送るものです。「明けましておめでとうございます」「謹賀新年」「賀正」などのことばと近況などを書いて、その年の干支の絵などを添えます。年賀状は、年末に投函し、1月1日にまとめて配達されます。しかし、インターネットの普及とともに、最近では葉書の年賀状は減り、代わってMessengerやLINEなどのメッセージツールを使って新年のあいさつを交換したり、SNSの書き込みで新年のあいさつを済ませる人も多くなっています。

第9課 成人の日は、何をしますか？

▶ おせち料理／お雑煮 Osechi / Ozooni



On New Year's Day, people eat special types of food. The main food is *osechi-ryoori* (food served during the New Year's holiday). *Osechi-ryoori* is the first meal of New Year's Day. It is beautifully packed in boxes with layers. *Osechi-ryoori* can be made from many different dishes. Different regions use different dishes. Many of these dishes represent good luck. For example, *kazunoko* (herring roe) is a prayer for having children because its name literally means "child of numbers". *Kuromame* (black beans) is a way to hope that you will be able to work hard because *mame-ni* means "hardworking". *Kuri-kinton* (mashed sweet potatoes with sweetened chestnuts) represents a wish to become wealthy because of its golden color.

Ozooni is another typical example of food eaten on New Year's Day. It is a bowl of soup with rice cakes and other ingredients in it. The seasonings and ingredients used to make *ozooni* are different from one region to the next. For example, soup in the Kanto region is made by adding soy sauce to clear soup. However, the soup in the Kansai region contains miso. The rice cake is also either square or round, depending on the region.

お正月には、特別な料理を食べます。その代表が「おせち料理」です。重箱に美しく詰められたおせち料理は、新年の最初の食卓に出されます。おせち料理に入れる料理は何十種類もあり、地方によっても違いますが、例えば「数の子」＝子どもがたくさんできるように、「黒豆」＝まめに働けるように、「栗きんとん」＝金色の見た目からお金がたまるように、など、縁起をかつぐ意味のものが多くあります。

お雑煮は、スープの中に具と餅を入れたもので、やはりお正月を代表する料理です。お雑煮は地方によって味付けや具が非常にバラエティに富んでいます。例えば、関東では透明な出し汁にしょうゆで味付けをしたスープを使いますが、関西では味噌が入っています。餅の形も四角だったり丸だったり、地方によって違います。



▶ 初詣 Hatsumoode



Hatsumoode refers to your first visit of the year to a temple or shrine on New Year's Day. Many people participate in *hatsumoode*. Famous temples and shrines get so crowded that you might have to wait in line for hours to complete your visit. You can also do *hatsumoode* by going to a temple or shrine during the evening of December 31 and donating *osaisen* (an offering of money) at midnight, when the New Year's countdown ends.

お正月、1年の最初にお寺や神社にお参りに行くことを「初詣」といいます。多くの人が初詣に訪れるため、特に有名なお寺や神社は大混雑し、

何時間も並ばないとお参りができないほどになることもあります。12月31日の夜から行き、新年のカウントダウンと同時に「お賽銭」を投げ、初詣をする光景も見られます。

第9課 成人の日は、何をするんですか？

▶ お年玉 Otoshidama



Money that is given as a gift to children on New Year's Day is called *otoshidama*. You put some cash in an *otoshidama-bukuro* (money envelope for *otoshidama*; also known as *pochi-bukuro*). The amount of cash depends on the age of the child and your relationship to the child. You normally give between 1,000 yen and 5,000 yen per person. When families gather in their hometowns on New Year's Day, children look forward to receiving their *otoshidama* from the adults.

お正月に子どもにあげるお金が「お年玉」です。お年玉は、現金を「お年玉袋」(「ポチ袋」ということもあります)に入れて渡します。1回にいくらぐらい入れるかは、子どもの年齢や、その子どもとの関係によりますが、だいたい1,000円～5,000円ぐらいと言われています。お正月に田舎で親戚の集まりなどがある場合、子どもは大人からお年玉がもらえることを楽しみに、田舎に帰ります。

● 成人の日 Coming-of-Age Day

Coming-of-Age Day is a national holiday on the second Monday of January. It celebrates people who have recently become adults. On Coming-of-Age Day, local governments hold special ceremonies (though some places hold these ceremonies in spring or summer). A coming-of-age ceremony is often held in a public hall or gymnasium. The local mayor or guest of honor gives a speech, a famous person gives a lecture, and there is a performance of music or dancing. People attending the ceremony also get a gift. For some new adults, the best part of the event is seeing friends from elementary school and junior high school who they haven't seen for a long time.

Many women wear kimonos called *haregi* (best clothes) to the coming-of-age ceremony. Men wear either kimonos or suits. It is a once-in-a-lifetime opportunity, so participants wear gorgeous kimonos or fashionable clothing and take a photograph.

In Japan, people become an adult at age twenty. However, a law to lower the age people become an adult from twenty years to eighteen years will start in 2022. Local governments will probably choose the age people should be when they attend the coming-of-age ceremony.

「成人の日」は、1月の第2月曜日で、成人になった人を祝う国民の祝日です。成人の日には、各自治体では「成人式」が行われます(ただし、地方によっては、春や夏に行うところもあります)。成人式は、多くの場合、公営のホールや体育館などで行われ、市長や来賓などのあいさつ、有名人の講演、音楽や踊りなどの出し物などが行われます。また、出席者には記念品が配られます。しかし、新成人にとっては、式そのものよりも、そこに集まる小学校や中学校の同級生と、久しぶりに会って話すことが、大きな楽しみになっています。

成人式には、女性は「晴れ着」と呼ばれる着物を着ることが多くなっています。男性は、着物を着たり、スーツを着たりとさまざまです。一生に一度の機会として、華やかな着物やおしゃれな服を着て記念撮影をするのも、成人の日の大切なイベントです。

なお、「成人」の年齢は、日本では長らく20歳でしたが、2022年より、「成人」の年齢を20歳から18歳へと引き下げる法律が施行される予定です。これにとまない、「成人式」の対象を何歳にするか、自治体によって対応が分かると予想されています。



● にほん ねんちゅうぎょうじ 日本の年中行事 Annual events in Japan

In Japan, there are traditional annual events in each season.

日本では、季節ごとに、伝統的な年中行事が行われてきました。

▶ ひな祭り まつ Hinamatsuri (Doll Festival)



Hinamatsuri is a festival held on March 3. People pray for the health of girls. If there is a girl in the family, the family will celebrate by displaying *hina-ningyō* (*hina dolls*). People eat *chirashi-zushi* (vinegared rice with various toppings on it), which was mentioned earlier in this text. They also eat a sweet called *hina-arare* (sweet rice crackers) and drink *amazake* (a sweet drink made from fermented rice). *Amazake* can be made from either rice or saké lees. In the case of rice, the drink is called saké but it contains no alcohol.

ひな祭りは3月3日で、女の子の成長を願う祭りです。女の子のいる家では、「ひな人形」を飾ってお祝いをします。ひな祭りには、本文に登場した「ちらしずし」のほか、「ひなあられ」というお菓子を食べたり、「甘酒」を飲んだりします。「甘酒」は、米から作られるものと、酒粕から作られるものがあり、前者の場合、「酒」という名前ですが、アルコールはまったく入っていません。

▶ こどもの日 ひ Kodomo-no-hi (Children's Day)



May 5 is a national holiday called *Kodomo-no-hi*. It was originally called *Tango-no-sekku* (Boys' Festival) and was a festival where people prayed for boys to be healthy. For *Tango-no-sekku*, people display *koi-nobori* (carp-shaped flag) and *gogatsu-ningyō* (Boys' May Festival dolls). People eat sweets called *kashiwa-mochi* (rice cake wrapped in oak leaf) and *chimaki* (cake wrapped in bamboo leaves). Some families take a special bath called *shoobu-yu* (iris leaves floating on bathwater).

5月5日は「こどもの日」という祝日ですが、元になったのは、「端午の節句」という、男の子の成長を願う祭りです。端午の節句には、「鯉のぼり」をあげ、「五月人形」を飾ります。食べ物では、「柏餅」や「ちまき」というお菓子を食べます。また、菖蒲の葉を風呂に入れた「菖蒲湯」に入る家もあります。



▶ たなばた たなばた Tanabata (Star Festival)



Tanabata is a festival held on July 7. It was originally a Chinese festival. It is based on a legend that goes like this: A long, long time ago, *Orihime* (Vega, the Weaver Girl), daughter of the god of the heavens, fell in love with a farmer named *Hikoboshi* (Altair). Because they both stopped working, the god of the heavens got angry and separated them with the Milky Way. The god allowed them to meet only once a year on July 7.

On *Tanabata*, bamboo leaves are decorated with pieces of colored paper. People cut colored paper into long pieces called *tanzaku* (strips of paper). They write their wishes on the *tanzaku* and attach them to the bamboo

第9課 成人の日は、何をするんですか？

leaves. These days, you might find large decorated bamboo plants at train stations and shopping malls around *Tanabata* time. Anyone can write their wish on a *tanzaku* and attach it to these bamboo plants.

七夕は中国から伝わった祭りで、7月7日です。昔、天の神の娘である織り姫が、彦星という牛飼いの男と恋に落ち、2人は仕事をしなくなったことから、怒った天の神が2人を天の川で隔て、1年に1度、7月7日にだけ会えるようにした、という伝説に基づいています。

七夕には、笹の葉に色紙で作った飾りをつけて飾ります。また色紙を細長く切った「短冊」に願い事を書いて、笹の葉につけます。最近では七夕が近づくと、駅やショッピングモールなどに、飾りつけられた大きな笹が置かれていることがあり、だれでも短冊に願い事を書いて飾ることができます。

▶ クリスマス Christmas



Christmas is an event that came to Japan from the West. It is now a popular seasonal event in Japan. In December, towns are decorated in Christmas decorations and Christmas songs are played in public. However, Christmas in Japan has almost no religious meaning. It is a commercial event and it is not a national holiday. People enjoy events with romantic partners and friends rather than spending it with family.

In Japan, chicken is often eaten at Christmas. A certain chain of fried chicken restaurants becomes so crowded on Christmas Eve that you need a reservation to buy their food. Some families exchange gifts and eat Christmas cake. As soon as Christmas is finished, decorations around town are quickly taken down and preparations for the New Year's holiday begin.

クリスマスは西洋から来た行事ですが、日本でも季節の年中行事として定着しています。12月が近づくと、町にはクリスマスの飾りが施され、クリスマスソングが流れます。ただし、日本でのクリスマスは宗教的な意味はほとんどなく、商業的な行事です。また、クリスマスは祝日ではないので、家族と過ごす日というよりは、恋人や友だちとイベントを楽しむ日、という色彩が強いです。

日本では、クリスマスには鶏肉を食べることが多く、フライドチキンのチェーン店は、クリスマスイブの日は予約がないと買えないほど混み合います。また、プレゼントを贈ったり、クリスマスケーキを食べたりする家もあります。クリスマスが過ぎて12月26日になると、町のクリスマスの飾りは一斉に撤去され、年末年始の準備が始まります。

● もち餅つき Mochitsuki (pounding of rice cakes)

Mochi (rice cake) is made by placing steamed *mochigome* (glutinous rice) into an *usu* (mortar) and pounding it with a *kine* (pestle). *Mochitsuki* is the pounding of rice cakes at the end of the year to prepare *mochi* for New Year's Day. In the past, relatives would gather to make rice cakes or employees would make rice cakes at work and bring some home. However, these customs are less common now. These days, *mochitsuki* is usually done at New Year's events organized by schools, neighborhood associations, and businesses. The pounding of rice cakes at these events is sometimes called *mochitsuki-taikai* (rice-cake pounding event). There are some rice-cake pounding event where anyone can join in and pound the rice cakes. You might even be able to sample some freshly made rice cakes. If you have the chance, you should try it yourself!



餅は、ふかした餅米を臼に入れ、杵でついて作ります。正月の餅を準備するため、年末に餅をつくのが「餅つき」です。昔は、親戚が集まって家で餅つきをしたり、会社で餅つきを行い、ついた餅を社員が持ち帰ったりしましたが、現在では少なくなり、餅つきはどちらかというと、学校や町内会、商業施設などの年末年始のイベントとして行われることが多くなりました。こうしたイベントでの餅つきは、「餅つき大会」と呼ばれることもあります。餅つき大会では、だれでも飛び入りで餅つきをすることができたり、ついた餅をその場で食べることができるものもあります。機会があったら、一度経験してみるとおもしろいでしょう。

10 1 どんな服を着て行けばいいですか？

日本の生活
TIPS● そうしき
葬式 Funerals

In Japan, a *sooshiki* (funeral) is held when someone dies. A funeral has two ceremonies: an *otsuya* (wake or vigil) in the evening and a *kokubetsu-shiki* (funeral service) the next day during the day. Typically, you will attend both if you were close with the dead person, and only one if you were not so close.

At a funeral, you should wear formal clothing called *mofuku* (mourning clothes), or black formal clothing. Men should wear a black necktie with the *mofuku*. You can buy a black necktie from most convenience stores near train stations or 100-yen shops. When you arrive at the funeral, you should bring money known as *kooden* (condolence money). Put the *kooden* in a *kooden-bukuro* (envelope for condolence money) and write your name and address on the envelope. You can also buy a *kooden-bukuro* from a convenience store or 100-yen shop. The amount of money you give will be between about 3,000 yen and 10,000 yen. This depends on your relationship with the dead person.

If you have a chance to speak with the dead person's family at the funeral say, “このたびはご愁傷さまでした (Please accept my condolences).”

If the funeral is a Buddhist one, people will perform *shookoo* (burn or offer incense). The way to do this is different depending on the sect. Generally, you should bow to the family of the dead person, then bow to the altar with the dead person's body, and then bow to monk. After this step, pinch a piece of incense and sprinkle it over the charcoal burning in the incense burner. Next, face the altar, put your hands together, and pray.

日本では人が亡くなると、「葬式」を行います。葬式には、夕方から行われる「お通夜」と、次の日の昼間に行われる「告別式」がありますが、親しい人が亡くなった場合は両方に、知り合いぐらいの場合にはどちらか一方に参列するのが一般的です。

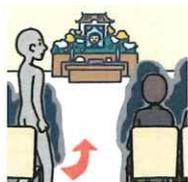
葬式に参列するときは、「喪服」と呼ばれる礼服か、喪服がなければなるべく黒っぽいフォーマルな服装で行きます。男性の場合、喪服には黒いネクタイを締めますが、黒いネクタイは駅のコンビニや100円ショップでも買うことができます。葬式に行くときは、「香典」と呼ばれるお金を持って行きます。香典は「香典袋」という封筒に入れて、名前や住所などを書いて持って行きますが、香典袋もコンビニや100円ショップなどで買うことができます。香典の金額は、亡くなった人との関係にもよりますが、3千円～1万円ぐらいが一般的なようです。

葬式の場で、遺族と話す機会があるときは、「このたびはご愁傷さまでした」とあいさつをします。

仏教の葬式の場合、参列者は「焼香」をします。焼香のやり方は宗派によってさまざまですが、一般的には、遺族、亡くなった方が眠る祭壇と僧侶に向かって礼をしてから、香木のかけらを少しつまんで香炉の炭の上にくべます。そのあと、祭壇に向かって両手を合わせてお祈りをします。

しょうこう
▶ 焼香のしかた How to burn incense

1.



When your turn comes, get up from your seat and stand before the altar.

自分の順番が来たら、いすから立ち上がって祭壇の前に行く

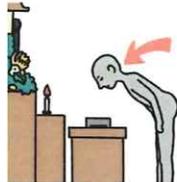
2.



Face the family of the dead person and bow.

遺族に向かって礼をする

3.



Face the altar and bow.

祭壇に向かって礼をする

4.



Pinch a piece of incense with three fingers: the thumb, index finger, and middle finger.

香木のかけらを親指、人差し指、中指の3本でつまむ

5.



Bring it up to around your forehead.

自分の額のあたりまで持ってくる



10 どの服を着て行けばいいですか？

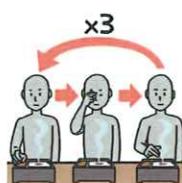
6.



Drop the incense into the incense burner.

香木を香炉に落とす

7.



Repeat steps 4 through 6 above three times (this number may be different depending on the sect).

上の4～6を3回ぐらい繰り返す(回数は宗派によって違うこともあります)

8.



Face the altar and put your hands together.

祭壇に向かって手を合わせる

9.



Bow once again towards the family of the dead person and return to your seat.

もう一度遺族に礼をして、自分の席に戻る

● けいたいでんわ 携帯電話マナー Manners when using mobile phones

In Japan, it is considered rude to make calls on a cell phone when you are on the train, bus, or other public transportation. Therefore, you should not do this. Announcements tell passengers to set their device to *mana moodo* (silent mode) so that other passengers will not have to hear a ringtone. *Aruki-sumaho* means using a smartphone at the same time as walking. This is very dangerous. You will see warning posters around train stations and other areas. In addition, it is illegal to use a mobile phone or smartphone while driving a car or riding a motorcycle.

日本では、電車やバスなどの公共交通機関の中では、携帯電話やスマートフォンでの通話を控えるのがマナーです。車内では、着信音や受信音が聞こえないよう「マナーモード」に設定するよう、車内アナウンスで求められます。町中を歩きながら携帯電話を操作する「歩きスマホ」も、大変危険な行為として問題になっていて、駅などには、注意喚起のポスターが貼られています。また、車やバイクの運転中に携帯電話やスマートフォンを使用した場合には、法律で厳しい罰則が科されます。



● けっこんしき 結婚式のパーティー Wedding parties

Weddings in Japan come in different forms, but often a ceremony is held in a church or shrine. After that, a *hirooen* (reception) or wedding party is held for invited family members, relatives, and friends. A reception often takes place in a rented hotel venue and guests bring money known as *goshuugi* (gift money). If a person wants to have a party with a casual, less formal atmosphere, they can book a restaurant for the wedding party instead. Some couples have a “*niji-kai* (second party)” after the reception ends. A wedding party is often cheaper than a reception in a hotel and guests pay to attend. The bride and groom will usually invite relatives and other important people to the reception and friends to the party.

日本での結婚式の形態はさまざまですが、一般的には教会や神社などで式を挙げたあと、家族や親族、友だちを招待して「披露宴」や「結婚パーティー」を行います。披露宴はホテルの会場などを借りて行われることが多く、招待された人たちは「ご祝儀」というお金を包んで持って行きます。披露宴のようにかしこまらず、カジュアルでアットホームな雰囲気のパーティーを希望する場合は、レストランなどを貸し切って結婚パーティーを開きます。披露宴を行ったあとに、「二次会」としてパーティーを開くカップルもいます。結婚パーティーは、ホテルなどで行う披露宴よりも費用が安く、会費制で行われることが多いため、披露宴は親族やお世話になった人を中心に招待し、友人などはパーティーに招待する、というのも一般的です。

10 どの服を着て行けばいいですか？

徴です。このほか、例えば高知県では、「献杯」「返杯」という風習があり、目下の人が目上の人に酒を注いだあと、同じグラスに今度は目上の人が目下の人に酒を注いで返すという飲み方をします。

お酒の飲み方だけでなく、食べ物の食べ方、結婚式や葬式の行い方、年中行事の祝い方など、地方ごとに独特の風習ややり方があります。日本に住んだら、その地方の独特の風習を体験することになるかもしれません。

● フードコート Food courts

A food court is a spacious area with several small self-service food counters. You can find them in shopping centers, large supermarkets, highway service areas, and airports. Food court restaurants serve a variety of foods, including hamburgers, fried chicken, ramen, curry, pizza, soba and udon noodles, gyudon (beef bowls), sushi, *takoyaki*, and *okonomiyaki*. At a food court, you order your food at one of the



restaurants, pay for your food, receive your food, and eat your meal wherever you want to sit. At large food courts, you might receive a piece of paper with a number on it after ordering your food. An electronic bulletin board will display this number when the food is ready to be picked up. Alternatively, you might be given a call bell after ordering your food. This bell will ring when the food is done. In Japan, you are generally expected to return dirty plates to a へたはきぐち 返却口 (drop-off point) after you finish eating.



フードコートは、セルフサービス式の小さな飲食店が複数立ち並ぶ広いスペースで、ショッピングセンターや大型スーパー、高速道路のサービスエリア、空港などにあります。フードコートには、ハンバーガー、フライドチキン、ラーメン、カレー、ピザ、そば・うどん、牛丼、すし、たこ焼き・お好み焼きなど、さまざま飲食店があり、客は好きな店舗で注文と支払いをし、食事を受け取ったら、好きな座席で食事をします。大型のフードコートの場合、注文時に番号の紙をもらい、食事ができたら電光掲示板で番号が表示されるシステムや、注文時に呼び出しベルを受け取り、食事が準備できたときにベルで合図されるシステムなどもあります。また、日本では、食べ終わった食器は自分で「返却口」に返しに行くのが一般的です。

● おとし Otooshi (appetizers)

When you enter a Japanese *izakaya*, you will first be served an *oshibori* (steaming rolled-up cloth) and a small bowl of food. This food is called an *otooshi* (appetizer), or a *tsukidashi*. You do not order *otooshi*. A single bowl of *otooshi* is served to each guest. It might seem like *otooshi* is free, but it actually costs about 300 to 500 yen per bowl. Foreign tourists who don't know about this custom may be upset that they have to pay for a dish they did not order. This custom is explained in the text as a table charge. In popular tourist spots, *izakaya* sometimes have notices about *otooshi* that say: "There is no tipping in Japan. Instead, we ask that each guest pay a table charge. In return, a single dish will be served for free." This explanation is generally accepted by foreign tourists.



日本の居酒屋に入ると、はじめに「おしぼり」といっしょに「おとし」という料理の小鉢が出されます。「突き出し」と呼ぶこともあります。おとしは、注文しなくても出てくる料理で、1人1品提供されます。サービスのように見えますが、このおとしはたいてい有料です(だいたい300～500円ぐらいです)。この習慣を知らない外国人観光客との間で、「頼んでいない料理を一方的に出され、お金を払われた」というトラブルになることが少なくないそうです。本文では「テーブルチャージのようなもの」と説明していましたが、外国人がよく訪れる観光地などでは、おとしについて貼り紙をして、「日本にはチップの習慣がなく、かわりにテーブルチャージとして一人一人から料金をいただいています。そのかわりに料理を1品無料でサービスしています。」と告知し、外国人観光客に納得してもらっているところもあるそうです。

日本の生活
TIPS● ようふく
洋服のサイズ Clothing sizes▶ シャツ/上着^{うわぎ} Shirts / jackets

Shirts, jackets, and other items of clothing generally show the size with the letters S, M, and L. The range of sizes from smallest to largest is as follows: XS → S → M → L → LL (XL/2L) → 3L (XXL). For sportswear, you will sometimes see a size O. Size O means Over-large and is the same as size LL.

Sometimes women's clothing uses a number, such as size 9 or size 11. Generally, size 7 is a size S, size 9 is a size M, size 11 is a size L, and size 13 is a size LL.

Sizes S, M, and L are also used outside of Japan. However, the actual sizes are different depending on the country. For example, a size L American shirt might be the same as a size LL in Japan. On the other hand, a size L for a Chinese shirt would be a size S or M in Japan.

The way of measuring and showing sizes for clothing is different depending on the country and the brand. Stores will generally post a size chart. When you buy clothing, it is best to try it on and consult with a member of staff.

シャツや上着などの服は、S、M、Lを使ってサイズを表示するのが一般的です。小さいほうから、XS → S → M → L → LL (XL / 2L) → 3L (XXL) となります。また、スポーツウェアの場合、「O」というサイズを使うこともあります(「O」=「Over Large」= LL)。

女性服の場合は、S、M、L以外にも9号、11号などの号数で表示されることもあります。一般的に、7号がSサイズ、9号がMサイズ、11号がLサイズ、13号がLLサイズと覚えておくといでしょう。

S、M、Lの表示は日本以外でも使われていますが、同じサイズでも、国によって大きさが異なります。例えばアメリカ製品のLサイズは、日本のサイズで言うとLLぐらいに相当しますし、逆に中国製品のLサイズは、日本のS～Mぐらいに相当します。

サイズの表示方法や基準は、国によって違いますし、メーカーによっても異なります。たいていの店には「サイズ対照表」が置かれています。洋服を買うときは、お店の人に相談しながら試着してみることをおすすめします。



▶ ズボン/スカート/ボトムス Pants / skirts / bottoms

The waist size for pants is often shown in centimeters. If you do not know your waist size, you can ask a member of staff to measure it for you. In some cases, the sizes of clothing from the United States or other countries outside of Japan are written using inches rather than centimeters.

If your pants fit your waist but not the length, you can get them shortened. Fixing the size of your clothing is called *onaoshi* (tailoring). You can often get clothes altered free of charge at the store where you bought the clothing. Sometimes they can do it on the same day you bring in your clothing. Sometimes it can take several days to complete. If you want to get old clothing or pants altered, you can bring them to an *onaoshi-shop* (tailor) in town and pay a fee.

ズボンのサイズは、S、M、Lを用いたサイズのほかに、ウエストのサイズをcmを使って表すことが一般的です。自分のウエストがわからない場合は、店で測ってもらえます。アメリカ製など海外の製品だと、cmの代わりにinchの数字が書かれていることがあります。

ズボンをウエストに合わせて買った丈の長さが合わないときは、裾の長さを直してもらいます。服のサイズを直すことを「お直し」といいます。買った店で直すときは無料で直してもらえることが多く、お直しにかかる日数は、その日にすぐできる場合もあれば、数日かかる場合もあり、店によって異なります。また、中古で買った服やズボンを直したい場合などは、町の「お直しショップ」に持ち込んで、有料で直すことができます。

▶ くつ Footwear

Shoe sizes are shown in centimeters. This number is the length from the toe to the heel. Sometimes, the shoe width is shown in sizes such as EE, EEE, or EEEE (the more Es there are, the wider your foot).

くつのサイズは、つま先からかかとまでの長さを cm を使って表します。また、足の横幅を、EE、EEE、EEEE などですべて表すことがあります (E が多いほど幅が広いです)。

● きんきゅうじ でんわばんごう 緊急時の電話番号 Telephone numbers to call in an emergency

The telephone numbers that you must always remember when you are in Japan are 1-1-0 and 1-1-9. The telephone number for the police is 1-1-0. Call this number if you need to contact the police about an emergency. For example, if you are the victim of a crime (incident) or if you are involved in an accident. When you call 1-1-0, you will first be asked whether you are calling about an "incident" or "accident". The telephone number for the fire department is 1-1-9. Call this number if there is a fire or when you need an ambulance. When you call 1-1-9, you will first be asked whether you are calling about a fire or for an ambulance. When you call these numbers, you will be asked where you are, what happened, your name, and how to contact you. Try to be calm.

If you are hurt or feel unwell but the situation is not very urgent and you don't know whether you should call an ambulance, you can call # 7-1-1-9 to speak to an emergency relief center in some places. You can then explain how you feel and get advice over the phone. They will tell you whether you should call for an ambulance or go to a hospital on your own.

Ambulances are free of charge in Japan.

日本で必ず覚えておかなければならない電話番号は、「110」と「119」です。「110」番は、警察の電話番号です。泥棒などの被害に遭ったとき、事故に遭ったとき(自分で事故を起こしたとき)など、緊急に警察に連絡することが必要なとき、この番号にかけます。110番に電話すると、はじめに「事件ですか?事故ですか?」と聞かれます。「119」番は、消防署の電話番号で、火事のとときと救急車を呼ぶときの両方に使われる番号です。119番に電話すると、はじめに「火事ですか?救急ですか?」と聞かれます。110も119も、現在の場所、いつ起こったか、今どのような状況かなどを聞かれたあと、自分の名前と連絡先を言います。落ち着いて答えましょう。

体調が非常に悪いけれど、あまり緊急ではなく、救急車を呼んだほうがいいのか判断が難しい場合、一部の地域では「#7119」という番号にかけると、「救急安心センター」に繋がります。現在の状況などを話し、救急車を呼んだほうがいいのか、自分で病院に行ったほうがいいのかなどを、電話で相談できます。

なお、日本では救急車の利用は無料です。



● ポイントカード Point cards

With a point card, you can earn points when you spend money in a store. You can then exchange points for items or use them like money when shopping. You can use some point cards, like the T Point Card and Ponta Card, at many different stores. Other point cards are issued by a specific store, like an electronics store or bookstore, and can only be used at that store. Some point cards have a magnetic strip. Others put a stamp on a piece of paper.

With most cards you will earn about one point (one yen) for every 100 yen spent. Sometimes stores have sales where you can earn double points. The sale will be for a limited time or for certain products only.

ポイントカードは、店で買い物をしたら、買った値段に応じてポイントがつき、あとからそのポイントを商品に交換したり、買い物のときにお金と同様に使ったりすることができるサービスです。「Tポイントカード」や「Pontaカード」のように、複数の店で共通して使えるポイントカードもあれば、家電量販店や本屋など、ある店が独自に発行し、その店でのみ使えるポイントカードもあります。ポイントカードは磁気的に処理されるものもあれば、紙のカードにスタンプを押す場合もあります。

多くのカードでは、100円の買い物に対して1ポイント(1円分)がつくぐらいの還元率ですが、ある期間だけ、また特定の商品だけ、ポイントが2倍になったりするセールが行われるときもあります。



● ショッピングセンターのインフォメーション Shopping center information desks

A large shopping center will usually have an information desk. Staff at the information desk will answer questions from customers about the shopping center. They also work with the security office, for example taking care of lost children and lost and found items.

大型ショッピングセンターには、たいていインフォメーションデスクが設置されています。インフォメーションにいるスタッフは、各フロアや館内施設などについての客からのあらゆる問い合わせに対応します。また、警備室と連携して迷子や落とし物の対応もするなど、ショッピングセンターのおもてなしサービスを担っています。

● セール Sales

A *seeru* (sale) or *baagen* (bargain sale) is an event where a store sells many products at discounted prices. In Japan, stores often have sales in January and July after companies pay bonuses to their workers. Other types of sales are held at any time of year. For example, store-opening sales are held when a new store opens. Store-closing and store-renovation sales are held to get rid of products before a store closes or has renovations. You can find information about sales on a store's website or by checking your local community magazine.

衣料品店、家電量販店、家具店などで、普段の定価よりも安い価格で大量に売り出しをする催しを「セール」や「バーゲン」と言います。日本では、ボーナスが出たあとの1月と7月によく行われます。また、季節に関係なく、新しいお店がオープンするときの「開店セール」や、反対に閉店や改装に伴う在庫整理のための「閉店・改装セール」などもあります。セールやバーゲンについての情報は、店のサイトや地域のコミュニティ誌などで探すことができます。

● デパートの特設フェア^{とくせつ} Special fairs held in department stores

Many special fairs are held throughout the year at shopping malls and department stores. They display and sell products with a specific theme for a limited time. Product exhibitions are fairs for food or local products from a certain area. For example, the Hokkaido Specialty Products Exhibition and the Kyushu Specialty Products Exhibition. Another example is exhibitions featuring famous *ekiben* (box lunches sold at railway stations) from all over Japan. Some fairs are held for important dates, such as a Valentine's fair in February, a fair for new students during entrance ceremonies in April, or a Mother's Day gift fair in May. Other fairs are seasonal, such as a New Year's fair, summertime bonus fair, or a fall season fair for new products.



ショッピングモールやデパートなどでは、1年を通してさまざまな特設フェアを行っています。期間限定で、そのときのテーマに合わせた商品が集められます。特に、「北海道物産展」や「九州物産展」のように、食べ物を中心に、ある特定の地域の名物や特産物をそろえたフェアを「物産展」と呼び、よく開かれます。日本全国の有名駅弁を集めた物産展などもあります。また、2月の「バレンタインフェア」や、4月の入学式に向けた「新入学フェア」、5月の「母の日ギフトフェア」など、行事に合わせて開かれるフェアや、「新春初売りフェア」「夏のボーナスフェア」「秋の新作フェア」のように、季節に合わせて開かれるフェアもあります。

日本の生活
TIPS

● フリマサイト/フリマアプリ Flea market sites / Flea market apps

Furima is a short word for *furii-maaketto* (flea market). You can buy used clothing, books, and electronic goods at low prices through an online flea market or auction website. Mercari and Yahoo! Auctions are examples of these services. You can also use them via smartphone and tablet apps.

You can also use these services to sell items that don't want anymore. When you want to sell something, create an account, take photos of what you want to sell, write a description of the item, decide on the price, and click *shuppin* (submit) to post the listing.

How to buy and pay for items, receive items, and sell items will be different from one service to the next. You should read the instructions carefully before using one of these services.

「フリマ」は「フリーマーケット」の略です。服、本、電気製品など、インターネットのフリマサイトやネットオークションのサイトなどのサービスを使うと、中古の品物を安く買えます。こうしたサービスの代表的なものには、「メルカリ」や「ヤクオフ」などがあります。スマホやタブレットのアプリとしても提供されています。

いらなくなった品物を売りたいときも、これらのサービスを使って売ることができます。売るときは、会員登録をしたあと、品物の写真を撮り、説明文を書き、値段を決めて「出品」します。

品物の購入のし方、受け取り方、支払いのし方、出品のし方などは、それぞれのサービスによって異なりますので、説明をよく読んで利用しましょう。

● ねぎ こうしょう
値切り交渉 Price negotiation

In Japan, people generally do not negotiate prices in a store, although this may be different depending on the region. Most stores show the price for each item on a price tag.

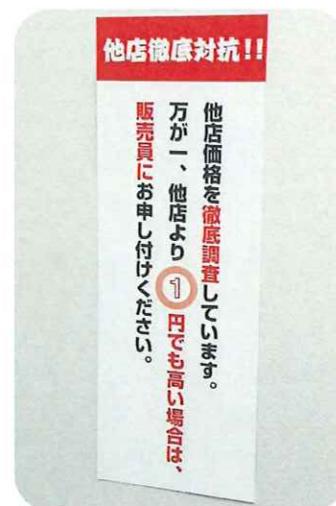
However, it is common to negotiate the price when buying electronic goods at an electronics store. In some stores, you might see the following phrase next to the price tag: "Talk to us if this price is even one yen higher than another store." Try negotiating a better price by asking a member of staff, "いくらになりますか? (How much can you sell this item for?)" You can also search for the price of the product on the Internet and show it to the store employee.

Sometimes, customers ask for extra points instead of a lower price at an electronics store. You can use these points when buying something in the future.

日本では、地域などによって違いはありますが、基本的には店で値段を交渉する(値切る)ことは、あまりありません。店で売られているほとんどの品物には値段が書かれていて、その値段で売買をします。

ただし、家電量販店で電気製品を買う場合は、例外的に、値切り交渉が前提となっています。店の値札の横に「他店より1円でも高い場合はご相談ください」のように書いてある場合もあります。こうした場合は、店員に「いくらになりますか?」などと言って、値段の交渉を試みましょう。他店での値段をネットで調べて、その場でスマホで示すと効果的です。

家電量販店では、値段を下げる代わりに、ポイントをつける(あとから買い物で使える)という交渉が行われる場合もあります。



日本の生活
TIPS● こうきょう ぶんかしせつ たいいくしせつ
公共の文化施設／体育施設

Public cultural centers and sports centers



There are cultural centers, such as the fictional さくらトピア mentioned in the text, all over Japan. They are operated by local governments and can be big or small. These centers are usually in a large building. Inside this building you will usually find a main hall for music concerts and theater performances, a library, a reference center, an art gallery, and an information corner for local attractions and products. These centers are sometimes called a *bunka sentaa* or *bunka kaikan* (cultural center) or *shimin puraza* (citizens' plaza).

center) and *shimin taiikukan* (citizens' gymnasium). They usually have a gymnasium, outdoor playing field, swimming pool, martial arts hall, and more. Some facilities also have a gym and bathing facilities which people can use for a small fee.

Cultural facilities and sports facilities have different services and different ways to use them depending on the area. They are public services for local people and can be used in lots of different ways. Find out what services your community has and how they can be used.



There are also public sports centers all over Japan. These are known by various names, such as *supootsu sentaa* (sports

本文に出てきた「さくらトピア」のような、市町村などの自治体が運営する総合文化施設は、規模はさまざまですが、日本の各地にあります。このような公共の文化施設は、典型的には、音楽のコンサートや演劇の上演ができるホールを中心に、図書館、資料館、美術館、地域の名所や特産品などを紹介するインフォメーションコーナーなどが複合的に集まって、1つの大きな建物に入っています。「文化センター」「文化会館」「市民プラザ」などの名称がつけられています。

また、文化施設のほかに、公共の総合体育施設も各地にあります。こちらは「スポーツセンター」「市民体育館」など、さまざまな名称があります。体育館とグラウンド、プール、武道場などがあり、施設によってはジムや入浴施設が併設され、住民が安い利用料金で利用できる場所もあります。

文化施設も体育施設も、その中に何があるか、また利用するときにはどのような手続きが必要かなどは、市町村ごとに違いますが、地域の住民のために作られた公共施設なので、いろいろな方法で利用できます。自分の住む地域にどのような施設があり、どのように利用できるか、調べてみましょう。

としょかん

● 図書館 Libraries

Public libraries in Japan are run by local governments, prefectures, or the national government. Local libraries are the easiest to use on a daily basis. Libraries have many kinds of books for people of all ages and backgrounds. They have many popular books and books written by famous authors.

Some libraries have magazines, manga, and foreign-language books. Many libraries also have CDs, DVDs, and other multimedia materials that you can borrow free of charge. These days, you can often browse a library's catalogue online. Some libraries even have live readings, movie showings, and other events.

To use the library, you will first need to sign up and get a



library card. When you use a library for the first time, remember to bring a personal ID card with your address on it, such as a residence card or driver's license.

日本の公共図書館には、市町村立のもの、都道府県立のもの、国立のものなどがあります。日常的にいちばん気軽に利用できるのが、市町村立の図書館です。さまざまな年齢や背景の人が興味を持つ本を広く扱っていて、人気の作家や話題の本などもそろえています。

図書館には、雑誌やマンガ、外国語の本などを置いてあるところもあります。本だけではなく、CD や DVD などの映像資料を置いてあるところも多く、無料で借りることができます。どんな資料があるか、インターネットで検索できる図書館も増えました。朗読会や映画上映会などのイベントを開いている図書館もあります。

図書館を利用する場合は、利用登録をしてカードを作るのが一般的です。最初に利用するときは、在留カードや運転免許証など、住所が確認できる身分証明書を持っていくのを忘れないようにしましょう。

● やさしい日本語 にほんご Yasashii Nihongo (easy Japanese)

Yasashii Nihongo (easy Japanese) is simpler than regular Japanese. It uses simple characters, vocabulary, and grammar. This makes it easier to understand for people who are not native Japanese speakers. For example, look at these sentences: 火災が発生しました。避難してください。 (It means "A fire has broken out. Please evacuate.") In *Yasashii Nihongo*, the sentences would look like this: 火事(かじ)です。逃(に)げてください。 (It is written with simpler characters and mean "Fire. Please escape.")

The characteristics of *Yasashii Nihongo* include:

- ◆ Attaching phonetic guides to kanji characters or spelling words out using hiragana characters.
- ◆ Avoiding difficult words and using simple words.
- ◆ Avoiding difficult grammar.
- ◆ Keeping sentences as short as possible.
- ◆ Avoiding honorific forms.

Yasashii Nihongo is used for public announcements by local governments, especially in the event of a disaster. There are also news websites that use *Yasashii Nihongo*. Foreign people living in Japan speak a variety of different languages. *Yasashii Nihongo* is being used more often so that as many people as possible can understand the messages.

「やさしい日本語」は、日本語を母語としない外国人でも理解できるよう、文字や語彙、文法をコントロールして、普通の日本語よりも簡単にした日本語です。例えば、「火災が発生しました。避難してください。」は、「やさしい日本語」では「火事(かじ)です。逃(に)げてください。」のようになります。「やさしい日本語」の特徴には、

- ◆ 漢字にはふりがなを振る、またはひらがなで書く
- ◆ 難しいことばを使わず、できるだけ簡単な単語を使う
- ◆ 難しい文法を使わない
- ◆ できるだけ文を短くする
- ◆ 敬語を使わない

などがあります。

「やさしい日本語」は、市町村など公共のお知らせ、特に災害のときのお知らせなどに使われます。また、「やさしい日本語」で書かれたニュースサイトもあります。日本に住む外国人の母語はさまざまなので、できるだけ多くの外国人が理解できる共通語として、「やさしい日本語」が使われるようになってきています。

日本の生活
TIPS

● クリーニングサービス Dry cleaning service



If you want to have your clothing dry cleaned, you can take it to a dry cleaner and pick it up again after it has been cleaned. Prices are different depending on the store and region. Shirts, pants, and other everyday clothes cost several hundred yen to clean. Items you can't wash at home cost several thousand yen to clean. For example, clothing made of leather or cashmere, clothing filled with down feathers, and kimono. The length of time to finish cleaning depends on the type of item. A regular shirt should take about two or three days. Some dry cleaners offer same-day service.

A dry cleaner offers a number of different services. Some dry cleaners also clean footwear, bags, and stuffed animals. Some might even adjust clothing that does not fit you. These days, dry cleaners are offering more services. Some places rent futon mattresses or keep coats and other winter clothing in storage for a certain period of time.

クリーニングを出すときは、服を自分でクリーニング店に持って行って預け、できあがった日に取りに行きます。値段は店や地域によってさまざまですが、ワイシャツやズボンなどの日常の服は数百円ぐらい、レザーやカシミア、ダウン、着物など、家では洗えない特殊なものは、数千円ぐらいです。クリーニングにかかる日数も種類によって違いますが、普通のシャツならだいたい2-3日でできます。その日のうちに仕上がる「即日仕上げ」のサービスがある店もあります。

クリーニング店では、多様なサービスも行っています。衣類だけでなく、くつやバッグ、ぬいぐるみなどのクリーニングを行っている店もありますし、サイズが変わって着られなくなってしまった服をリフォームしてくれる店もあります。最近ではさらにサービス内容が多様化してきており、布団の貸し出しや、冬にしか着ないコートなどを一定期間保管してくれるサービスなどを行っている店もあります。

● たくはいびん
宅配便 Delivery service

By using a delivery service, you can send a package to almost anywhere in Japan. Japanese delivery services are used by many people to send packages quickly and accurately. You can use a delivery service in many ways. For example, you can send a package from the airport to your home when you return to Japan from an overseas trip. You can send souvenirs you bought on a trip to your home, or receive products you bought through a flea market app.

When using a delivery service, you normally bring the package to a convenience store as mentioned in the text. If there is a delivery service station nearby, you can also bring your package there. When you send a package, you can choose to send it cash-on-delivery or prepaid. The shipping cost will depend on the size of the package and the distance it will travel. You can also choose when (date and time) the package should be delivered.

If you are not at home when a package arrives, the delivery service will leave an absence notification in your mailbox. When you see this notice, you can make a redelivery request either by phone or online. You can choose a date and time for the package to be delivered again. You can also have it forwarded to a workplace or pick it up at a nearby convenience store.

宅配便は、日本国内ならほとんどの場所に荷物を送ることができるサービスです。正確に早く荷物が届く日本の宅配便のサービスは、多くの人に利用されています。海外から日本に戻ったとき空港から自宅へ荷物を送ったり、旅行先で買ったお土産を直接家に送ったり、フリマアプリで買った商品の受け渡しに利用したりと、使い方はさまざまです。



前髪は、もう少し短く切ってもらえますか？

宅配便を送る場合は、本文のように、コンビニに荷物を持ち込むのが普通です。近くに宅配業者のサービスステーションがある場合は、そこに持ち込むこともできます。荷物を送るときは、着払いか元払いかを選びます。送料は、大きさと距離によって違います。また、送るときに、相手が受け取る日にちと時間を指定することができます。

宅配便を受け取るときに不在だった場合、「不在通知」が郵便受けに入られます。これを見て、再配達の日時を指定します。電話をかけてもいいですし、インターネットで申し込むこともできます。また、自宅に再配達してもらう以外にも、職場に転送したり、近くのコンビニで受け取る設定にしたりすることもできます。

● りはつてん びよういん 理髪店 / 美容院 Barbershops / Beauty salons

There are two types of shop where you can get your hair cut in Japan: りはつてん 理髪店 (barbershops) and びよういん 美容院 (beauty salons). This is a legal difference, but for customers there is no major difference.

Barbershops are called とこや 床屋さん in everyday language. Other words include りようしつ 理容室 and さんぼつち 散髪屋. There is a red, blue, and white pole outside these shops. Barbershops will cut and shampoo your hair and also shave your face. Most customers of barbershops are men, but women can also go to a barbershop. You can usually go to a barbershop without a reservation.

A びよういん びようしつ 美容院 (beauty salon) is a place where you can get your hair shampooed, cut, colored, and permed. You can also get your nails done, enjoy a head spa or massage, or get help with putting on a kimono or *yukata*. Most customers are women, but many men also go to a beauty salon to get a haircut.

Prices at a barbershop or beauty salon vary from place to place. At a small independent barbershop, you will pay about 3,000 to 4,000 yen per visit. At a big barbershop in front of a train station or in a shopping district, you might pay between 1,500 and 2,000 yen for a cut, shampoo, and shave. At a beauty salon, the usual price is between 2,000 and 6,000 yen per visit for just a cut. A beauty salon with a famous stylist might charge 10,000 yen or more.

These days, there are many barbershops that offer only fast cuts that take about ten minutes. There are also beauty salons that specialize in cutting and dying hair. At these salons you don't get your hair shampooed, so you can get it cut for a low price of around 1,000 yen. These places can be found inside train stations, supermarkets, and shopping areas.

The steps for using a barbershop or beauty salon are different depending on the place and style of hair. The process will generally go like this:

日本で髪を切るところは、大きく分けて「理髪店」と「美容院」に分けられます。違いは管轄する法律の違いですが、利用者の立場としては、それほど区別する必要はありません。

理髪店は、日常のことばでは「床屋さん」と呼ばれます。ほかにも「理容室」「散髪屋」などの言い方もあります。店の外に、赤、青、白の「サインポール」が出ているのが目印です。理髪店は美容院と違って、カットやシャンプーだけでなく、顔剃りができるのが特徴です。理髪店の客層の中心は男性ですが、女性が利用することもできます。一般的には予約なしで行きます。

美容院(美容室)は、シャンプー、カット、カラーリング、パーマだけではなく、ネイル、ヘッドスパ、マッサージ、浴衣や着物の着付けなどを行っている店もあります。客層の中心は女性ですが、美容院で髪を切る男性もたくさんいます。

理髪店や美容院でカットするときの値段は、店によってさまざまです。理髪店の場合、個人経営の店の場合は、1回3,000～4,000円ぐらいが一般的です。駅前や商店街などにある比較的規模の大きな理髪店では、1,500円～2,000円ぐらいでカット、シャンプー、顔剃りまでできる場所もあります。美容院は、カットのみの場合、だいたい1回2,000円～6,000円ぐらいですが、有名な美容師がいる店などは10,000円以上する場合もあります。

最近では、1回10分ぐらいの短時間で簡単にカットだけしてくれる理髪店や、カット・カラー専門の美容院も増えています。シャンプーをしない代わりに、1回1,000円程度の安い値段でカットしてもらうことができます。こうした店は、駅の中やスーパーの中、商店街などにあります。

理髪店や美容院の利用手順は、店により、髪型によりさまざまですが、代表的なものを以下に示します。

▶ ^{りはつてん} ^{りようぼう} **理髪店の利用法** How to use a barbershop

1. Go the barbershop and sit down in the waiting area. (If there is nobody else waiting, you will be called immediately.) You will be called when it is your turn. You should then go sit in the chair where your hair will be cut.

理髪店に行き、待合席に座ります（待っている人がいない場合は、すぐに呼ばれます）。自分の番になったら呼ばれますので、いすに行って座ります。

2. Tell the barber what kind of hairstyle you want, the length of the cut, and whether you want them to use a clipper. Also tell them any other requests you have.

どのような髪型にしたいか、具体的な長さや、バリカン使用の有無などを伝え、カットしてもらいます。

3. After your hair is cut, the barber will shampoo it. At many barbershops, there is a sink in front of the chair. You will be asked to lean forward face down into the sink to have your hair shampooed.

カットが終わったら、シャンプーをします。理髪店に多いのは、洗面台がいすの前にあり、前屈みになって下を向いてシャンプーをするスタイルです。

4. If you want to have your face shaved, the barber will move the chair back and place a hot towel on your face. The barber will then take a razor and shave your face. After they shave your face, the barber will raise your chair back up.

顔剃りをする場合は、このあといすの背が倒され、顔に熱いタオルが置かれます。そのあと、カミソリを使って髭を剃ります。顔剃りが終わったら、いすの背が元に戻されます。

5. The barber will use a hair blower to dry and set your hair.

ドライヤーで髪を乾かし、セットします。

6. When your session is done, you will go up to register and pay. Some places will also have a point card system.

終わったら、会計に行って、お金を払います。ポイントカードをくれる店などもあります。

In a "cut only" barbershop, the barber will use a device like a vacuum cleaner to remove loose hair from your head. At some places, you need to buy a ticket from a vending machine after you enter the barbershop. Give this ticket to the barber when it is your turn to get a haircut.

カットのみの店の場合は、カットのあと、掃除機のようなもので頭についた髪の毛を吸い取ります。また会計も、店に入ったときに券売機でチケットを買い、髪を切るときに理髪師にチケットを渡す方式の店もあります。



▶ ^{びよういん} ^{りようぼう} **美容院の利用法** How to use a beauty salon

1. Make a reservation by phone or online. You can go to some places without a reservation, but you may have to wait a long time. So, it is a good idea to make a reservation first.

事前に電話かネットで予約をします。予約なしでできる店もありますが、長い時間待たされることがあるので、予約してから行くといいでしょう。

2. Go to the beauty salon on the date and at the time of your reservation. Give your name to the receptionist. When you go to a beauty salon for the first time, you might need to fill out a form with your name and contact information. This is so the salon can make a profile about you.

予約の日時に、美容院に行きます。受付スタッフに名前を伝えます。はじめて行く美容院の場合、カルテを作るために、フォームに名前や連絡先などを記入することもあります。



3. After you sit down at the haircutting station, you should tell the hairstylist what kind of hairstyle you want. If you have a specific image in mind, you can show them a photograph or picture to explain what you want.

席に案内されたら、美容師にどんな髪型にしたいか伝えます。具体的なイメージがある場合は、写真などを持って行って説明するといいでしょ。

4. After you have chosen a hairstyle, you will go to the shampoo area. You will then get your hair shampooed (some places will not shampoo your hair before cutting it).

髪型が決まったら、まずシャンプー台に案内されますので、シャンプーをします（カットの前のシャンプーをしない美容院もあります）。

5. After you have returned to the haircutting station, the hairstylist will cut your hair. If you are getting your hair permed or colored, they might give you a magazine or drink because the process will take a long time. Sometimes they will shampoo your hair again after your hair is cut.

カット台に戻り、カットをします。時間のかかるパーマやカラーリングの場合、雑誌や飲み物を持ってきてくれることもあります。カットのあと、もう一度シャンプーをすることもあります。

6. After your hair has been dried with a blow dryer, the hairstylist will show you how your hair looks.

髪をドライヤーで乾かしたら、鏡で仕上がりを確認します。

7. Pay at the reception when everything is finished. The hairstylist might give you their business card at this time. If you are satisfied with the results, you can ask for the same hairstylist on your next visit.

終わったら、受付で会計をします。担当美容師の名刺をくれることもあります。美容師が気に入ったら、次に来るときに予約で指名します。

がいこくじん む こうきょう

外国人向けの公共サービス Public services for foreign residents

These days, there are many foreign people living in Japan. Local governments all over Japan are doing many things to help foreign people live in Japan. Many local governments have a consultation office called a *Gaikokujin Soodan Center* (Consultation Center for Foreign Residents) where you can speak to people in many different languages.

You can go to this office to get advice in different languages about problems in your life. They can also teach you how to do applications and fill in forms. Some offices can do conference calls with an interpreter. You can speak with an expert to get advice about the law, welfare, or immigration and the interpreter will interpret for you. Some local governments ask volunteers to communicate

information and rules to foreign people. They also ask the volunteers to communicate opinions and requests from foreign people back to the government. Feel free to use the public services for foreign people that are available in your area.

日本国内に在住する外国人の増加を受けて、各地方自治体では多文化共生のためのさまざまな取り組みを行っています。「外国人相談センター」のような名称で、多言語での相談窓口を設けている自治体も多くあります。

相談窓口では、生活上困っていることやさまざまな手続きのし方などについて、外国語で相談することができます。法律や福祉、在留手続きなどに関する専門的な相談については、各専門機関と通訳との三者通話ができるようになっているところもあります。また、民間のボランティアに委嘱して、外国人住民に行政情報や生活ルールを伝えたり、外国人住民からの意見や要望を自治体に伝達したりする橋渡し役を活用している自治体もあります。日本に住むときは、ぜひ自分が住む地域の外国人向け公共サービスについて調べて、有効利用してください。



日本の生活
TIPS

● クールビズ “Cool Biz”

In Japan, it was common for company workers to wear jackets and neckties even during the hot summer months. However, in 2005 the Ministry of the Environment started a campaign called “Cool Biz.” This campaign asks companies to set their office’s temperature to twenty-eight degrees. This can help reduce carbon dioxide emissions and fight global warming. It also asks companies to let their workers wear lighter clothing. Cool Biz usually lasts from June to September. During this time employees wear short-sleeved shirts with no neckties or jackets. Some people even wear Hawaiian shirts or traditional short-sleeved Okinawan shirts known as *kariyushi* wear.



日本では長年、オフィスワークをする会社員は、暑い夏の時期でもジャケットとネクタイを着用することが普通でした。しかし、温暖化対策で CO₂ を削減する目的のため、2005 年ごろから環境省が中心となって、冷房の設定温度を 28 度にして衣服の軽装化を推奨する「クールビズ」のキャンペーンを始めました。クールビズの期間はだいたい 6 月から 9 月の間で、この間はジャケットを着ないで、半袖シャツとノーネクタイで仕事をします。アロハシャツや、沖縄の伝統的な半袖シャツである「かりゆしウェア」で仕事をする人もいます。

● ^{ぶくろ}レジ袋とマイバッグ Disposable plastic shopping bags and “my bag”

Disposable plastic shopping bags are usually free of charge for customers in Japan. However, from July 2020 customers will be required to pay for these bags. This new rule will apply to supermarkets, convenience stores, drugstores, and department stores. It will also apply to small stores and for takeout meals from restaurants. If people have to pay for plastic bags, the amount of plastic trash will be reduced. This will reduce marine pollution, carbon dioxide emissions, and petroleum usage.

It is better to bring your own shopping bags instead of using disposable plastic bags. Personal shopping bags you can use repeatedly are called *mai baggu* (“my bag”, personal bags) or *eko baggu* (“eco bag”, environmentally-friendly bags). You can help the environment by using your own “my bag” for shopping instead of plastic bags. Try bringing your own “my bag” when you go shopping.

日本ではこれまで、プラスチック製のレジ袋は買い物をしたときに無料でもらえることが多かったのですが、2020 年 7 月から有料化が義務づけられました。これは、スーパー、コンビニ、ドラッグストア、デパートなどはもちろんのこと、個人の小さな店や外食の持ち帰りもすべて対象になります。レジ袋の有料化によりプラスチックごみを減らすことで、海洋汚染の抑制、CO₂ の削減、石油の消費量の節約などが期待されています。

有料のレジ袋の代わりに、自分で買い物袋を持参することが推奨されています。くり返し使える自分の買い物袋は、「マイバッグ」あるいは「エコバッグ」と呼ばれます。買い物にマイバッグを持参し、レジ袋を使わないことで、環境保護につながります。買い物には、マイバッグを持って行くようにしましょう。

● ごみの分別 Separation of trash

In most areas in Japan, you have to separate your trash before the garbage truck collects it. You are also expected to separate your trash when using public trashcans in train stations and shopping centers. The way trash is separated is different depending on the area, but trash is generally sorted as follows:

- ◇ 燃えるごみ (also referred to as 燃やすごみ or 可燃ごみ) (burnable trash)
- ◇ 燃えないごみ (also referred to as 燃やさないごみ or 不燃ごみ) (non-burnable trash)
- ◇ 資源ごみ (recyclable waste)
- ◇ 粗大ごみ (oversized trash)

Typically, a garbage truck comes to collect burnable trash twice a week. Non-burnable trash is collected once a week or every two weeks. Recyclable waste is collected once a week.

Burnable trash includes kitchen waste, paper and wood scraps, plastics, Styrofoam, rubber products, and leather goods. Non-burnable trash includes glass, metals, and ceramics. Be careful because the content of burnable and non-burnable trash is different depending on the area.

Trash that can be recycled is called recyclable waste. It includes glass bottles, cans, PET bottles, and used paper (such as newspapers, magazines, cardboard, and paper packs). In some areas, you have to separate recyclable trash even more. In these cases, you must throw away PET bottles, steel cans, aluminum cans, clear glass bottles, and colored glass bottles separately. These days, many major supermarkets have collection boxes where you can throw away recyclable waste.

Oversized trash is large items that cannot fit into a garbage bag. For example, furniture, bicycles, futon mattresses, and rugs. In most cases, oversized trash is not picked up as part of the regular trash collection service. To get your oversized trash collected, you need to make a request and pay a fee. You can make a request by phone as mentioned in this text. Many local governments also accept requests via the Internet. However, home appliances such as washing machines, television sets, air-conditioning units, refrigerators, clothes dryers, and personal computers cannot be thrown away as oversized trash. These need to be collected by a private company.



Throwing away trash is complicated even for Japanese people. Sometimes it can cause arguments between neighbors. Local governments often create trash disposal manuals and give them to people in the neighborhood associations. Explanations are also available on your area's official website. There are also manuals in foreign languages. It is important to follow the rules and throw your trash away properly.

日本のほとんどの自治体では、ごみは分別収集されています。駅やショッピングセンターなどにある公共のごみ箱も、ごみの種類ごとに分別して捨てるようになっています。ごみの分別のし方は自治体によってさまざまですが、おおまかな分け方としては、

- ◇ 燃えるごみ（「燃やすごみ」「可燃ごみ」ともいいます）
- ◇ 燃えないごみ（「燃やさないごみ」「不燃ごみ」ともいいます）
- ◇ 資源ごみ
- ◇ 粗大ごみ

などがあります。

ごみ収集車が回収に来るのは、「燃えるごみ」は週に2回、「燃えないごみ」は週に1回か2週間に1回、「資源ごみ」は週に1回ずつが一般的です。

「燃えるごみ」は、生ごみ、紙・木くず、プラスチック類、発泡スチロール、ゴム製品、革製品など、「燃えないごみ」は、ガラス類、金属類、陶磁器類などです。「燃える」「燃えない」の区別は自治体によって違うことがあるので注意が必要です。

「資源ごみ」は、びん、缶、ペットボトル、古紙（新聞、雑誌、段ボール、紙パックなど）のような、リサイクルが可能なごみです。自治体によっては「資源ごみ」を「ペットボトル」「スチール缶」「アルミ缶」「透明なびん」「色がついたびん」など、さらに細かく分類して捨てなければならないこともあります。最近では大手スーパーなどが回収ボックスを設けていて、そこで捨てられる場合もあります。

粗大ごみは、ごみ袋に入らないような大きなごみのことで、家具や自転車、布団、じゅうたんなどです。粗大ごみは定期的なごみ収集では引き取ってもらえず、有料での引き取りを個別に申し込まなければならないことがほとんどです。粗大ごみを申し込む場合は、本文のように電話で申し込むほか、インターネットで受け付けをしている自治体も多くなっています。また、洗濯機、テレビ、エアコン、冷蔵庫、衣類乾燥機などの家電製品、およびパソコンは、粗大ごみとして捨てることができず、店や業者に回収してもらう必要があります。

ごみの捨て方は日本人にとっても複雑で、近所トラブルにつながりやすい問題です。自治体ではごみの捨て方マニュアルを作成して、町内会を通じて各家に配布していますし、自治体のホームページでも説明が見られます。外国語のマニュアルも作成しています。日本で気持ちよく暮らすためには、ごみの捨て方ルールを守ることが大切です。

日本の生活
TIPS● しぜんさいがい
自然災害とハザードマップ Natural disasters and hazard maps

In Japan there are sometimes natural disasters. These natural disasters include typhoons, earthquakes, tsunamis, and heavy snows. Different areas suffer from different disasters. You can check the hazard maps made by local governments to find out which natural disasters are likely to happen in the area. Hazard maps predict where natural disasters might happen and how severe they might be. They also show the evacuation areas and evacuation routes. You can pick up a hazard map at your local government office. You can also download them from local government websites or check the Hazard Map Web Portal of the Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism. Please check which natural disasters might happen in the area where you live. You should know how to prepare for them and where to evacuate when they happen.

日本では、地域によっても異なりますが、台風、地震・津波、大雪などの自然災害が発生することがあります。それぞれの地域でどのような自然災害が起きやすいかは、地方自治体が作成している「ハザードマップ」で調べることができます。ハザードマップには、その地域で自然災害が起きた場合、どのエリアでどの程度の被害が生じるかを予想した地図と、避難場所や避難経路などが記されています。ハザードマップは役所などで配布されているほか、各自治体のサイトからもダウンロードできますし、国土交通省の「ハザードマップポータルサイト」でも調べることができます。日本に住む場合は、自分の住む地域でどんな災害が起こる可能性があるか、そのために、どんな準備をしておきたいか、災害が起きたときはどこへ避難したらいいかなど、確認しておきましょう。

● ひじょうも だ ぶくろ ぼうさい
非常持ち出し袋と防災グッズ Emergency bag and items to use in a disaster

You should gather the items you would need in a disaster and store them in an emergency bag. You can then easily take them with you when evacuating from natural disasters. Keep the bag in a convenient location so it is easy to grab when evacuating, such as the entrance to your house. As mentioned in the main text, an emergency bag should contain enough water and food for several days, medicine you take regularly, a flashlight, a portable battery charger, a portable radio, gloves, a first aid kit, rain gear, cash and valuables, as well as your passport and a copy of your health insurance card.

非常時に必要になる防災グッズは、災害が起きて避難するときにすぐに持ち出すことができるように「非常持ち出し袋」に入れて、玄関などの持ち出しやすいところに常に置いておくことが推奨されています。本文にあったように、非常持ち出し袋には、数日間のはしのげる水と食べ物と、いつも飲んでる薬、懐中電灯、モバイルバッテリー、携帯ラジオ、軍手、ファーストエイドキット、雨具、現金や貴重品、パスポートや保険証のコピーなどを入れておくといいでしょう。



● マグニチュードと震度^{しんど} Magnitude and intensity

In Japan, the strength of an earthquake is described in news reports using magnitude and intensity. Magnitude indicates the size of an earthquake and is used universally. Intensity indicates the strength of shaking produced by an earthquake in each location. An earthquake will have only one magnitude. However, there will be a range of intensities for an earthquake depending on the location. Intensity scales are different in different countries. In Japan, intensities are measured with a seismic intensity meter and the intensity scale has 10 levels. These levels are from 0 to 7. Levels 5 and 6 are divided into lower and upper levels. The intensity scale overview is shown below.

日本の報道では、地震の大きさは「マグニチュード」と「震度」で表されます。「マグニチュード」は、地震そのものの規模を表す値で、世界共通に用いられています。一方、「震度」は、それぞれの地点で、地震による揺れがどのぐらいの大きさだったかを表します。1回の地震につき、「マグニチュード」は1つですが、「震度」は場所によってさまざまな値になります。震度の表し方は国によって違いますが、日本では震度計で観測した結果を10段階（震度0～震度7で、震度5と6はそれぞれ弱と強に分かれる）で表します。震度の目安は以下の通りです。

< Intensity 震度^{しんど} >

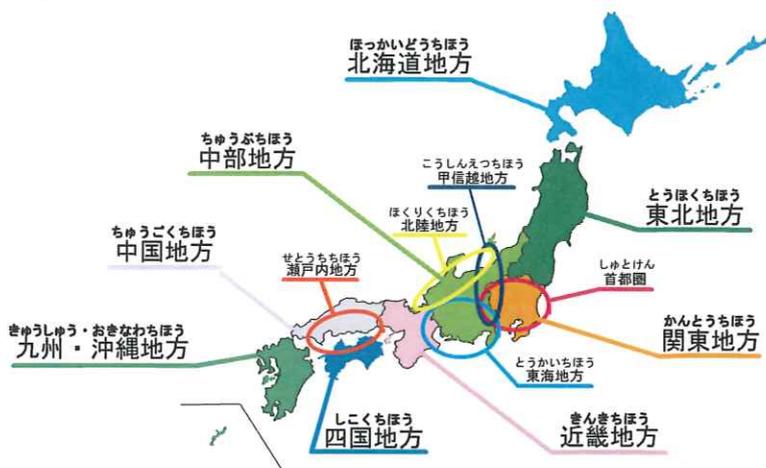
Level 0 震度 0 ^{しんど}	Most people don't feel it, but seismometers record it. 地震計には記録されますが、人は揺れを感じません。
Level 1 震度 1 ^{しんど}	Some people who are still and quiet indoors feel it. 屋内で静かにしている人の中には、地震に気づく人がいます。
Level 2 震度 2 ^{しんど}	Many people who are still and quiet indoors feel it. 屋内で静かにしている人の多くが、揺れを感じます。
Level 3 震度 3 ^{しんど}	Most people feel it. It wakes people up if they are asleep. ほとんどの人が、揺れを感じます。寝ている人の多くが目覚めます。
Level 4 震度 4 ^{しんど}	Most people are surprised. Hanging objects such as lamps may move violently and objects with a high center of gravity may fall over. ほとんどの人が驚く揺れです。吊り下げられた電灯などは大きく揺れ、重心が高い置物が倒れることがあります。
Level lower 5 震度 5 弱 ^{しんど じやく}	Most people are frightened. People find it difficult to walk. Books may fall from bookshelves. 大半の人が恐怖を感じます。歩くのが難しくなります。本棚の本が落ちることがあります。
Level upper 5 震度 5 強 ^{しんど きやう}	TVs fall over, dishes fall from shelves, windows break, and block walls fall down. The electricity goes out and gas and water are unavailable. テレビや食器が落ちたり、窓ガラスが割れたり、ブロック塀が倒れたりします。停電したり、ガスや水道が使えなくなったりします。
Level lower 6 震度 6 弱 ^{しんど じやく}	It is difficult for people to remain standing. Furniture moves significantly and walls and windows are damaged and fall. Buildings may lean over. 立っていることが難しくなる揺れです。家具が大きく動いたり、壁のタイルや窓ガラスが破損して落ちてきたりします。建物が傾くこともあります。
Level upper 6 震度 6 強 ^{しんど きやう}	People cannot move without crawling and may be thrown into the air. Walls crack and houses fall down. Ground cracks and landslides may occur. 人は這わないと動くことができず、飛ばされることもあります。壁や柱にひびが入ったり、家が倒れたりします。地割れや山崩れが発生することがあります。
Level 7 震度 7 ^{しんど}	Furniture, such as TVs, bounces and is thrown into the air. Buildings fall down. Electricity, gas, and water supplies stop working. Railroads and roads are destroyed, and the city stops functioning. Large-scale ground cracks and landslides occur, and the landscape may change. テレビなどの家具がはねて飛ぶぐらいの揺れです。ビルが傾いたり倒れたりします。電気、ガス、水道は止まり、鉄道や道路は破壊され、都市機能が失われます。大きな地割れや山崩れが発生し、地形が変わることもあります。

16 地震が来ても、あわてて動かないください

● 日本の地方区分 Regional division of Japan

Earthquake and typhoon information is divided by regions. You should check what the area you live in is called.

地震が起きたときの情報や、台風の進路などの情報には、日本の大まかな地方区分を表す「～地方」などの言い方が使われます。日本に住む場合には、自分の住む地域が何と呼ばれるか、調べておくといいでしょう。



● 防災訓練 Disaster drill

Japanese companies and schools do disaster drills on a regular basis. Sometimes neighborhood associations, department stores, shopping centers, hotels, and hospitals also do drills. If you are there when a drill happens, you may have to participate. Many places do drills on Disaster Prevention Day on September 1. You will experience disaster drills several times while you are in Japan.

Disaster drills simulate what to do if an earthquake or fire happens. They show you where to evacuate, which evacuation route to use, and how to count people. Sometimes you might practice how to use fire extinguishers and fire hydrants, experience a smoke simulation room, or experience massive earthquake shaking in an earthquake simulation car. You may learn first aid and how to use an AED. If firefighters are attending the drill, they may give feedback on the drill and lectures on what to do in an earthquake or a fire.

It is important for you to participate in the drills so that you are prepared for disasters in daily life. Some local governments give out manuals on how to respond to a disaster. They may also post them on their websites. You should read these thoroughly.

日本の会社や学校では、定期的に防災訓練が行われます。また、防災訓練は、町内会で行われることもありますし、デパートやショッピングセンター、ホテルや病院などにいるときに防災訓練が行われ、いっしょに参加することになる場合もあります。特に9月1日の「防災の日」には、いろいろな施設で訓練が行われます。日本にいたら、何回か防災訓練を体験することになるでしょう。

防災訓練では、地震や火事の際に、どのように行動すればいいか、どのルートでどこに避難すればいいか、人数の確認はどのように行うかなどをシミュレーションします。また消火器や消火栓の使い方を練習したり、煙の部屋を体験したり、起震車で大きな地震の揺れを体験したりすることもあります。救護活動やAEDの使い方の訓練をする場合もあります。消防署の人が立ち会う訓練の場合には、消防署の人から、訓練の講評のほか、地震や火事の際どうすればいいか、説明や講義があることもあります。

訓練以外にも、普段から災害に備えておくことが大切です。災害時の対応について、マニュアルを配布したりサイトで公開したりしている自治体もありますので、できるだけ見ておくとう安心です。



日本の生活
TIPS

● わだiko 和太鼓 Wadaiko (Japanese drum)

Traditional Japanese drums are called *wadaiko*. There are many kinds of *wadaiko*, from big ones to small ones. They are used in traditional festivals and the performing arts. Different regions in Japan have their own unique drumming traditions that have been passed down for generations. People living in these regions might start learning how to play *wadaiko* in elementary school. *Wadaiko* music is performed as a group with several drums. There are amateur *wadaiko* performing circles and groups around Japan. They hold their own concerts and perform in festivals.



日本の伝統的な太鼓を「和太鼓」といいます。和太鼓には大きなものから小さなものまでいろいろな種類があり、祭りや伝統芸能で使われます。日本の各地には、その土地ごとの太鼓が伝承芸能として伝えられていて、そこに住む人は、小学生のときから和太鼓を習うこともあります。音楽としての和太鼓演奏では、いくつかの太鼓が合わさって、アンサンブルを奏でます。和太鼓を演奏するアマチュアのサークル、グループなども各地にあり、自主的なコンサートを開いたり、祭りで演奏したりしています。

● ほめられたとき When someone gives you praise



When someone says “日本語が上手ですね (Your Japanese is good)” to you, how should you react? As described in the main text, you can say that you are happy to hear that by saying “本当ですか? ありがとうございます (Really? Thank you)”. However, when you give a Japanese person praise, the person might say “いいえ、まだまだです (No, I’m not that good yet).” When Japanese people receive praise on their good qualities, they sometimes say something negative about themselves. They do not want to seem proud of the praise. This is called “謙遜 (humbleness).” In Japan, some people respond to praise by saying “いいえ、まだまだです (No, I’m not that good yet)”, “そんなことはないです (I don’t think so)”, or “とんでもない (Not at all).” This is because many people think it is a good thing to be humble rather than proud.

Another example is about cooking. Japanese people prepare delicious meals at home and offer them to guests saying “何もありませんが、どうぞ (We have nothing good but please help yourself).” Some people give a souvenir to someone by saying “これ、つまらないものですが (This is nothing special, but I hope you like it).”

Japanese people are sometimes humble about their families too, not just about themselves. For example, when someone says nice things about their child, such as “かわいいですね (He/she is cute).” They might say “でも言うことをきかない子で、困ってるんですよ (But he/she doesn’t listen to us and gives us a hard time).” When someone says nice things about their spouse, such as “すてきな人ですね (He/she is a wonderful person),” they might say “いいえ、外では調子がいいんですけど、うちに帰ったら全然役に立たなくて (No, they are like that with other people, but when they are at home, they are useless).” This often surprises foreigners who have no tradition of being overly humble.

「日本語が上手ですね」と言われたとき、どう反応すればいいでしょうか。本文にあるように、「本当ですか？ ありがとうございます」と喜びを伝えることもできます。しかし、日本人がこのようにほめられた場合は、「いいえ、まだまだです」のように答える人が多いと思われます。このように、自分のいい点を指摘されたときなど、それを認めたり誇ったりしないで、自分で自分のことを悪く言うことがあります。これを「謙遜」と言います。何かほめられたとき、「いいえ、まだまだです」とか「そんなことないです」「とんでもない」などと言って否定する人がいるのは、日本では自慢するより謙遜するほうが美德であると考えられる人が少なくないからです。

同じように、例えば、日本人の家で、家の人がたくさんのごちそうを準備したのに、これを「何もありませんが、どうぞ」と言ってすすめることがあります。またお土産などを渡すときに、「これ、つまらないものですが」と言って渡す人もいます。

謙遜は、自分のことだけでなく、自分の身内のことを言うときにも、ときどき使われます。例えば、自分の子どもを「かわいいですね」とほめられたときに、「でも、言うことを聞かない子で、困ってるんですよ」のように言ったり、自分の配偶者について「すてきな人ですね」と言われて、「いいえ、外では調子がいいんですけど、うちに帰ったら全然役に立たなくて」などと悪く言ったりして、謙遜の習慣のない外国人に驚かれることも多いようです。

● にほん 日本のテレビドラマ Japanese TV drama series

Most Japanese TV dramas have 10-12 episodes. Each episode lasts about 50 minutes. Because the episodes are relatively short, they are “bite-sized.” Sometimes TV shows are streamed on the TV broadcaster’s website for free after they have been broadcast on TV. If you are subscribed to a paid video streaming service, you can watch TV dramas online whenever you want. The shows can range from classics to the latest series. There are several different video streaming websites, such as Netflix, Hulu, and Amazon Prime. Each website has different characteristics. For example, some have many drama series, or cartoons, or movies. Most video streaming websites have free trials so you can try them before subscribing.

You should be careful when you learn Japanese by watching TV dramas. The expressions you hear in drama series about old Japan are old-fashioned. Some dramas about special jobs, such as police dramas and medical dramas, use difficult words. In shows about rural regions, you will hear regional dialects. The best dramas to start with are shows about people’s daily lives in modern Japan.

English or Japanese subtitles may be available on video streaming websites. You can learn Japanese by watching TV dramas with subtitles.

日本のテレビドラマは、だいたい1回が50分程度、全部で10～12回ぐらいで終わる、比較的短いものが多いので、気軽に見ることができます。テレビだけではなく、放映されてから一定の期間、テレビ局のウェブサイトなどで無料で公開されている場合もあります。また、有料の動画配信サービスを契約すれば、古い名作ドラマから最新のドラマまで、好きなときにいつでもネットで見るすることができます。動画配信サイトは、「Netflix」「Hulu」「Amazon Prime」などいろいろありますが、ドラマが多い、アニメが多い、映画が多いなど、それぞれ特徴があります。たいてい、無料で利用できる試用期間が設定されていますので、試してから契約することもできます。

ドラマを見て日本語を勉強する場合、古い時代を舞台にしたドラマだと、日本語の表現も昔の表現であることが多いので、注意が必要です。また刑事ドラマや医療ドラマなど、特殊な業界が舞台のドラマも、専門用語が難しいことがあります。また、地方を舞台にしたドラマだと、方言が使われている場合もあります。はじめは現代の日常的な生活を描いたドラマから始めるといいでしょう。

動画配信サイトを使うと、英語の字幕や日本語の字幕が表示できることがありますので、字幕を表示しながらドラマを見て勉強することもできます。



日本の生活
TIPS

しよくにん

● 職人 Shokunin (craftsperson)

Shokunin (craftsperson) are people who have acquired advanced skills after years of training. They make things by hand using those skills. One example is the sushi *shokunin* mentioned in the main text. There are also *shokunin* in other industries. For example, construction-related fields like carpentry and plastering, traditional crafts like lacquerware and bamboo-ware, practical industries like tatami making and umbrella making, and the food and drink industries like making tempura and Japanese-style sweets. However, the number of young people who want to become *shokunin* has recently been decreasing. This is because you need to go through many years of difficult training and being an apprentice. Some local governments and private companies have *shokunin* training schools where students can learn essential skills over several years.



長年の修行で高度な技術を身につけ、その技術を使って手作業で仕事をする人のことを「職人」と呼びます。日本では、本文に出てきた「すし職人」以外にも、例えば大工や左官のような建築関係、漆や竹細工などの伝統工芸、畳、傘などの実用的な産業、天ぷらや和菓子などの飲食業など、さまざまな分野で職人が活躍しています。しかし最近では、修行に長い年数がかかることや、徒弟制度のきびしさから、職人を目指す若者が減ってきています。そのため、伝統産業を担う地方自治体や民間の会社などが、数年でひと通りの技術が学べる職人養成学校を開いている場合もあります。

そうべつかい

● 送別会 Farewell party

When Japanese people transfer to another office or leave the company because of a career change or retirement, they often make a simple speech to everyone on the last day in the office. A person leaving a company receives a bouquet, gift, or card with messages from their co-workers. A party for a person leaving the company is called a *soobetsu-kai* (farewell party). The *soobetsu-kai* is held at a restaurant or *izakaya*. Sometimes it is held in a room in the company building with ordered food and drinks. The decision to hold a *soobetsu-kai* depends on the company, how long the person worked, and other factors.

転勤や転職、定年などの理由で会社を離れたり辞めたりするときには、最後の出勤日に、ほかの人の前で簡単なスピーチをすることがあります。会社の人は、辞める人に花束を贈ったり、記念品を贈ったり、みんなで寄せ書きを書いて贈ったりします。

いなくなる人を送るためのパーティーを「送別会」と呼びます。一般のレストランや居酒屋などで行うこともありますし、会社の中の一室を会場にして、料理やお酒などを注文して開く場合もあります。ただし、送別会を行うかどうか、どんな形で行うかは、会社によって、また辞める人が何年ぐらい会社にいたかなどの要因によって、さまざまです。

にほんご べんきょうほう
● 日本語の勉強法

How to learn Japanese

You have now finished studying these texts, but it is important to keep studying Japanese! It is even more important if you live in Japan. You should keep studying Japanese to maintain or improve your Japanese skills.

There are many ways to continue studying Japanese. If you live in Japan, you can attend Japanese classes offered by local international exchange groups and other organizations. You can also study Japanese on your own by reading online news articles or watching Japanese TV drama series and anime. We have introduced these methods in previous columns.

You can also study Japanese by using Japanese learning websites and apps. Most of them are free. There are a variety of different websites and apps available. You can search for Japanese learning websites and apps by subject and level on the Japanese learning portal site *NIHONGO e-na* (nihongo-e-na.com). Take a look!

You can study Japanese on your own by using the e-learning website *JF Japanese e-Learning Minato* (minato-jf.jp). *Minato* is a Japanese learning website operated by the Japan Foundation. You can choose from several courses for different levels and purposes to match your learning needs. You need to register to use the website, but the courses are free and you can learn at your own pace. Try it out if you want to keep learning Japanese!

この教材での学習は、これで終わりますが、本文にもあったように、特に日本で生活する場合には、これからも日本語の勉強を続けていくことが大切です。日本語力を維持したり、もっと上達させていったりするためには、自分自身で主体的に日本語の学習を続けていくことが必要です。

日本語の勉強を続けたいとき、いろいろな方法があります。日本で暮らす場合は、市町村の国際交流協会などが開いているボランティア日本語教室を探して通うこともできます。また、自分でウェブサイトのニュースを読んだり、日本語のドラマやアニメを見て勉強する方法もあります。これらの方法については、これまでも紹介しました。

そのほかに日本語を勉強する方法として、日本語学習用のウェブサイトやアプリで勉強する方法があります。ほとんどの場合、無料で利用することができます。このようなサイトやアプリはいろいろありますが、日本語学習用のポータルサイト「*NIHONGO e-na*」(nihongo-e-na.com)に行けば、科目やレベルから、サイトやアプリを探することができます。調べてみるといいでしょう。

自分で日本語が勉強できるサイトの1つに、日本語eラーニングサイト「*JF にほんご eラーニング みなと*」(minato-jf.jp)があります。「*みなと*」は、国際交流基金が運営する日本語学習サイトで、自分のレベルや目的に合わせて、いくつかのコースから選んで学習を進めることができます。利用するには登録が必要ですが、一度登録すれば無料でコースに参加でき、また、自分の学習の進み方も管理できます。日本語の勉強を続けたい人は、ぜひ利用してみてください。



JF Japanese e-Learning *Minato*
JF にほんご eラーニング みなと