

日本の生活
TIPS● めうえ めした
「目上」と「目下」 Degrees of formality

In the Japanese language, there is a polite style and plain style of speaking. They are used depending on the relationship between the people communicating. For example, there are different expressions for people in lower positions, higher positions, friends, or strangers.

How can we know when people are in lower or higher positions? Consider the following.

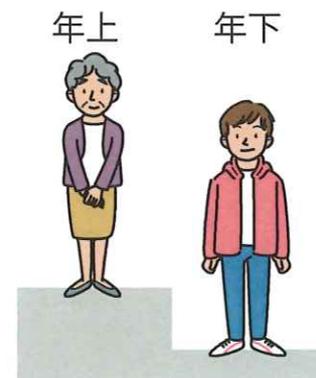
日本語には丁寧体と普通体というスタイルの区別があり、目上か目下か、親しい人同士か知らない人同士かなど、話し手と聞き手の人間関係によって使い分けられます。

では、どんな人が「目上」で、どんな人が「目下」として位置づけられるのでしょうか。これには、次のような要因があります。

▶ おんれい
年齢 Age

In general, when people of different ages talk to each other, the older person is in the higher position and the younger person is in the lower position. Age differences are important when using different expressions. So, you may be asked your age when speaking to Japanese people. Visitors to Japan are often uncomfortable about this. If people are similar age, lower and higher positions are not so important. If people are friends, then the age difference is not so important.

一般的に、年齢が違う人同士が話すとき、年齢が上の人が「目上」、年齢が下の人が「目下」の立場になります。年齢の違いは、スタイルを使い分ける上でかなり大切な要素です。そのため、日本では年齢を聞かれる機会がときどきあり、外国から来た人にとっては「プライバシーの侵害」と感じることも少なくないようです。年齢による目上-目下の区別は、社会人になれば、同年代の間柄であればそれほど厳密でなくなります。また、お互いの関係が親しくなればなるほど、年齢による目上-目下の区別はなくなってきます。

▶ せんぱい こうはい
先輩-後輩 Seniors - Juniors

In an organization, those who joined earlier are called *senpai* (seniors) and those who joined more recently are called *koohai* (juniors). In school, a senior is usually someone who is older. However, a junior can sometimes be older and a senior can sometimes be younger in a company or organization. Generally, the relationship between seniors and juniors is more important than the relationship between older persons and younger persons. This may also depend on how large the age gap is.

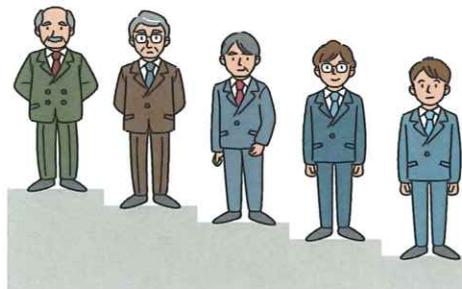
ある組織に、より古くからいる人が「先輩」、より新しく入ってきた人が「後輩」です。学生であれば、たいてい先輩=年齢が上ということになりますが、会社など社会人の組織などでは、後輩のほうが年上で先輩のほうが年下という場合もあります。どのぐらいの年齢差があるかなどもよりますが、一般的には年齢の上下よりも先輩後輩の関係のほうが優先されます。



▶ ^{ちい じょうげ} 地位の上下 Hierarchy based on status or position

In Japanese culture, social status and professional status are important. People are considered to be a lower or higher rank when interacting with others. This depends on their status or position. For example, a teacher is a higher rank than students; a president of a company is a higher rank than employees; etc.

上司と部下、先生と学生など、明確に地位の上下がある場合には、それが目上と目下の区別に反映されます。例えば、会社の中で、社長>部長>課長>主任>一般社員など、役職が段階的になっている場合には、役職の地位が高い人ほど目上に位置づけられます。



▶ ^{きゃく てんいん} 客と店員 Customers and staff



In Japan, a customer in a store or other such commercial environment is typically treated as a person in a higher position than a staff member regardless of age. It is common for a staff member to speak to a customer using honorifics rather than just a polite form of speech.

日本では、店やビジネスの場などでは、年齢は関係なく、客は店員から最も「目上」として扱われるのが一般的です。店員は客に対して、丁寧体で話すだけでなく、敬語を使うのが普通です。

● ^{げんき} 「お元気ですか？」のあいさつ “Ogenki desu ka?”

Greetings used worldwide include asking about someone's condition, such as “How are you?” in English. However, ^{げんき} お元気ですか in Japanese is used after not seeing someone for a long time. It is not something you would say to a workplace colleague or someone you see daily.

世界のあいさつには、英語の “How are you?” のように、相手の調子をたずねるあいさつがありますが、日本語の「お元気ですか？」は、しばらく会っていない人に最近の様子を聞くあいさつです。そのため、職場の同僚など、毎日会う人に対しては使いません。

日本の生活
TIPS● やきゅう
野球 Baseball

Baseball has been one of the most popular sports in Japan for many years. Local communities will usually have baseball teams for elementary school-aged children. Baseball as a club activity is very popular among students in junior high school and high school. In particular, high school baseball clubs in each prefecture participate in an annual tournament to determine the best team in Japan as part of a summer tradition.

Professional baseball in Japan consists of a total of twelve teams: six teams in the Central League (セリーグ) and six teams in the Pacific League (パリーグ). Each team is a franchise in the city where its stadium is with enthusiastic fans rooting for their hometown team.



Many people play baseball as a hobby. Some people are on amateur baseball teams and play games on their days off. You can also go to a park on a holiday or weekend and see kids and adults playing catch with a baseball. Baseball is a familiar sport for Japanese people.

日本で昔から最も人気があるスポーツの1つが、野球です。地域にはたいてい小学生の野球チームがありますし、中学校や高校では、部活動としての野球が非常に盛んです。特に、各県の高校の野球部が日本一を決める「高校野球」は、夏の風物詩にもなっています。

日本のプロ野球のチームは、セントラルリーグ(セリーグ) 6球団、パシフィックリーグ(パリーグ) 6球団の、計12球団があります。それぞれの球団は、本拠地の球場がある都市をフランチャイズとしており、その地元では、チームを熱心に応援するファンが多くいます。

趣味として野球をする人も多くいます。アマチュアの野球チームを作って休日に試合をする人もいたり、休みの日の公園では、子ども同士や親子がキャッチボールをする姿が見られます。野球は日本人にとって、身近なスポーツです。



● いけばな Ikebana

Ikebana (flower arrangement) is one of Japan's traditional arts. Flowers, grass, and branches are arranged in a vessel for decoration. *Ikebana* lessons are sometimes held at cultural centers and community centers in Japan. Hands-on lessons are usually for beginners. So, you might want to find a hands-on lesson for yourself if you are interested in *ikebana*.

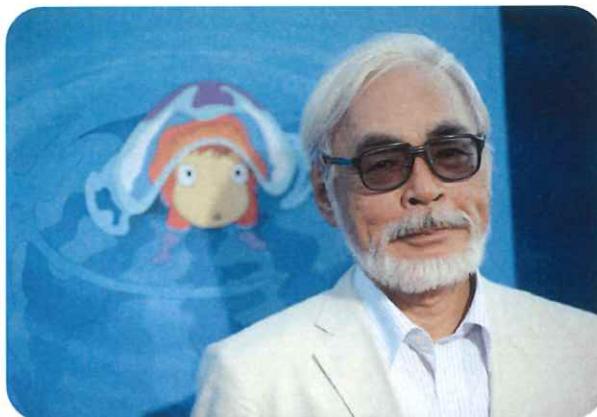
いけばな(華道)は、日本の伝統的な芸術の1つで、花や草、枝を器に生けて飾ります。各地のカルチャーセンターや公民館などで、いけばな教室が開かれることもあります。いけばな教室では、初心者のための体験レッスンをを行っていることも多いので、いけばなに興味をもったら、まず体験レッスンを探してみるといいでしょう。



● スタジオジブリ Studio Ghibli

Studio Ghibli is a Japanese animation production company belonging to film director Miyazaki Hayao. Animated films produced by Ghibli are popular both in Japan and abroad. Many of them have won international film awards. Masterpieces from this studio include "My Neighbor Totoro", "Spirited Away", and "Howl's Moving Castle".

映画監督の宮崎駿が所属する、日本のアニメ制作会社です。ジブリの制作したアニメ映画は国内外で高く評価され、国際的な映画賞を受賞した作品も多くあります。代表作には、『となりのトトロ』『千と千尋の神隠し』『ハウルの動く城』などがあります。



film director Miyazaki Hayao
映画監督 宮崎駿

● 国際交流協会 International associations

International associations in various places in Japan are organizations that support foreigners living in the local community. Also, they do activities to enhance interactions with local residents. Sometimes, they organize Japanese language courses for foreigners, hold international food festivals, Japanese speech contests, and other events. Also, they support large-scale international exchange festivals. International associations are helpful for foreigners living in Japan. So, it might be helpful to learn more about them.

日本の各地にある国際交流協会は、地域に住む外国人を支援し、市民との交流を促進する活動を行っている団体です。外国人のための日本語教室を開催したり、各国料理大会や日本語スピーチコンテストのようなイベントを行ったり、また大規模な国際交流フェスティバルを開いたりする場合があります。日本に住む外国人にとっては、地域の国際交流協会は役に立つ存在ですので、調べてみるといいでしょう。

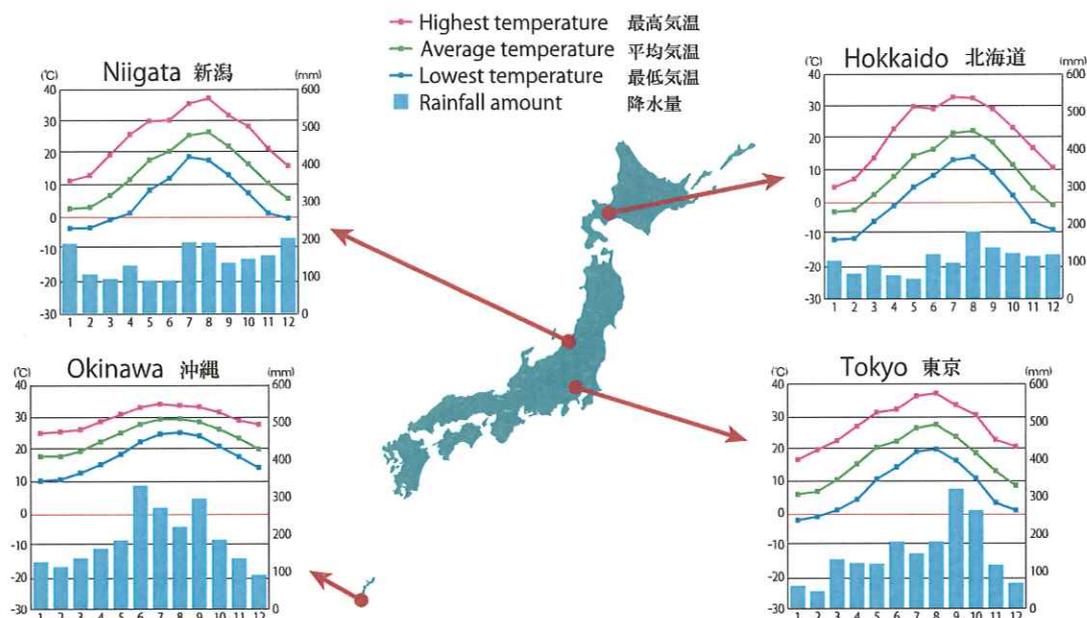


Association for Toyonaka Multicultural Symbiosis (ATOMS)
公益財団法人とよなか国際交流協会

日本の生活
TIPS● にほん きこう
日本の気候 The climate in Japan

Japan's climate varies a lot from north to south because it is a long, narrow island country.

日本は南北に細長い島国なので、地域によって気候が大きく異なります。

▶ とうきょう
東京 Tokyo

In Tokyo, the weather gets warmer around the end of March as spring begins. The summer from July to August is extremely hot and humid. The highest temperatures are close to forty degrees centigrade on some days. It becomes gradually colder from around October. Cold winds blow in winter from December to February. The weather is generally dry and clear during this time. In Tokyo, snow is uncommon and happens only a few times per year.

東京では、3月の終わりごろから暖かくなってきて、春になります。7月から8月の夏はとても蒸し暑く、最高気温が40度近くになる日もあります。10月ごろからだんだん寒くなり、12月から2月ごろまで続く冬には、冷たい風が吹いて、乾燥した晴れの天気が続きます。東京では、雪が降ることはめったになく、1年で数回程度です。

▶ ほっかいどう
北海道 Hokkaido

Hokkaido is located in the north of Japan. It has cool summers and cold winters. There are only a few days in the summer with temperatures over thirty degrees centigrade. The temperature is often below freezing during the day in winter. Sometimes, the lowest temperature can be nearly minus twenty degrees centigrade. There is a lot of snow in winter.

日本のいちばん北にある北海道は、夏はずし暑く冬は寒さが厳しい地域です。夏は30度を超える日は数日しかありませんが、冬の間は日中でも氷点下の日が多く、最低気温がマイナス20度近くになることもあります。冬は雪が深く積もります。

第3課 冬はとても寒くなります

おきなわ
▶ 沖縄 Okinawa

Okinawa is located in the south of Japan. Temperatures year-round are normal for a subtropical climate. You can swim in the sea from around April to around October. In winter, minimum temperatures are rarely below ten degrees centigrade. The climate in Okinawa is pleasant because of its constant temperatures. However, July to October is typhoon season. Okinawa experiences about ten typhoons per year.

日本の南にある沖縄は、1年を通して気温が高い亜熱帯気候で、4月ごろから10月ごろまで泳ぐことができます。冬でも最低気温が10度を下回することはほとんどなく、気温の差が少なく過ごしやすい気候です。ただし、沖縄では7月から10月は台風のシーズンとなり、毎年10個程度の台風が接近します。

にほんかいがわ
▶ 日本海側 The Sea of Japan area

Niigata, Toyama, Ishikawa, and other prefectures are in the Sea of Japan area. The Sea of Japan side of the country has a different climate than Tokyo and other places on the Pacific side of the country. Summer has many hot and sunny days. Winter has many rainy or snowy days. In some places, the snow can become several meters deep.

新潟、富山、石川などの日本海側は、東京などの太平洋側の気候とは異なります。夏は晴れて非常に暑い日が多いのに対し、冬は天気が悪い日が多く、雨や雪が降るのが特徴です。多いところでは、雪が数メートルも積もります。

つゆ
● 梅雨 Tsuyu (rainy season)

The rainy season is from the end of May to around the middle of July. During the rainy season, humidity and temperature rise. Food can spoil more easily and food poisoning can occur. Mold grows more easily in kitchen and bath areas. Also, wet clothes can take more time to dry. Therefore, it becomes difficult to clean the house and wash clothes during this season. Real summer begins when the rainy season ends.

梅雨は、5月の終わりから7月中旬ごろまで続く、雨の多い季節です。梅雨になると、気温だけでなく湿度も上がって食べ物が腐りやすくなるため、食中毒に注意しなければなりません。また、台所や風呂にカビが出やすくなったり、洗濯物がなかなか乾かなくなったりするので、掃除や洗濯が大変になります。梅雨が明けると、本格的な夏が始まります。

さくら はなみ
● 桜と花見 Cherry blossoms and hanami

Light pink cherry blossoms bloom from the end of March to April. It is a clear sign of spring. Cherry blossoms come at the same time as the new academic and fiscal year. So, they are associated with the beginning of school and graduation.

Before cherry blossom season, weather reports predict when cherry blossoms will begin and finish blooming.



There are popular spots for viewing cherry blossoms in all of Japan. *Hanami* (cherry-blossom viewing) is an activity that people picnic and drink alcohol under cherry blossom trees. At popular cherry blossom parks, you can see many people enjoying picnics under the cherry blossom trees each year. Some people arrive at the parks in the early morning to get good spots to sit under the trees. This is called *bashotori*.



第3回 冬はとても寒くなります



桜は3月下旬から4月にかけて、いっせいに薄いピンクの花を咲かせ、春が来たことの象徴になっています。また、桜の咲く時期は年度の変り目なので、卒業や入学のイメージと結び付けられることもあります。

桜が咲くシーズンの前には、天気予報では、桜がいつ咲き、いつ満開になり、いつ散るかを予想する「開花予想」が報じられます。

日本の各地には、桜で有名なスポットがあります。桜の木の下で、花を見ながら、お弁当を食べたり、お酒を飲んだりするのが「花見」です。桜で有名な公園では、毎年、桜の木の下にレジャーシートを敷いて、花見をする光景が見られます。花見では、いい場所をとるために、朝早くから「場所取り」をすることもあります。

こうよう 紅葉 Fall foliage

In autumn, leaves change color from green to red, orange, and yellow. This is known as *kooyoo* (fall foliage). When fall foliage begins, people go to mountains, valleys, and gardens with many beautiful trees to see the leaves. This season is usually from October to November. However, it depends on the region and altitude. You can get fall foliage information online. For example, when the leaves begin to change color or fall to the ground. Different from *hanami*, people do not picnic under the fall foliage trees.



秋になると、木の葉の色が緑から赤やオレンジ、黄色に変わります。これを「紅葉」といいます。紅葉の季節になると、人々は美しい紅葉を見るために、山や渓谷、庭園などに行きます。紅葉の季節は、だいたい10月から11月ぐらいで、地方や標高によって違います。紅葉のシーズンには、全国各地の紅葉スポットの紅葉がどのような状態か（色づきはじめ～見ごろ～散りぎわ、など）をネットで調べることができます。ただし、紅葉は桜とは違い、紅葉した木の下でお弁当を食べたりお酒を飲んだりする習慣はありません。

セミ Cicadas

Cicadas are insects that make a loud sound from trees and other high places. In Japan, cicadas make sound when summer arrives. This sound all around Japan represents summer. There are different types of cicadas named after their unique sounds. For example, *min-min zemi*, *tsuku-tsuku-booshi*, and *kana-kana*. The sound of a group of cicadas together is known as *semi-shigure* (chorus of cicadas). *Semi-shigure* is often used as a sound effect to signify summer in television, movies, and anime. So, foreigners visiting Japan in the summer are often reminded of that sound from television, movies, or anime.

セミは木の上など高いところで大きな声で鳴く昆虫です。日本では夏になると、あちこちでセミが鳴きます。森や公園だけでなく、住宅地でもジージーと鳴くセミの鳴き声は、日本の夏を代表する音と言えるでしょう。鳴き声も種類によって違い、「ミンミンゼミ」「ツクツクボウシ」「カナカナ」など、鳴き声そのまま呼び名になったセミの種類もあります。多くのセミが一斉に鳴く音は、「せみしぐれ」とも呼ばれています。「せみしぐれ」はドラマやアニメで夏を表す効果音としてもよく使われるので、夏に海外から日本に来た人は、セミの鳴き声を実際に聞いて、「ドラマやアニメで聞いた音！」と思う人もいます。



第4課 昨日はすごい雨でしたね

日本の生活
TIPS

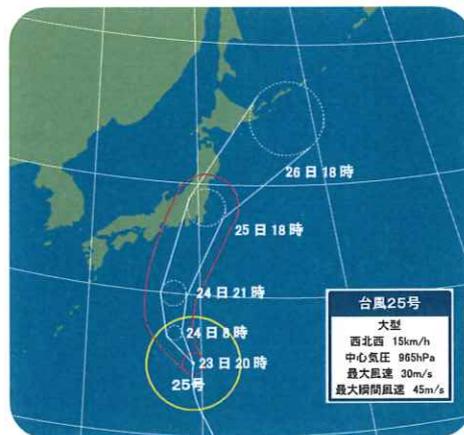
● たいふう Typhoons

Typhoons are tropical cyclones that occur and develop over the ocean south of Japan. They make contact with Japan from summer to autumn. Very strong winds and heavy rains can sometimes cause major damage. Sometimes, typhoons are so strong that public transportation, schools, and companies stop operating. During a typhoon, you should not go out. You should pay attention to typhoon information on television and the Internet.

Recently, eating croquettes during a typhoon has become popular through online bulletin boards and social media. Many croquettes are sold during typhoons, and some shops run out.

台風は、日本の南の海上で発生、発達する熱帯低気圧で、主に夏から秋にかけて、日本に接近、上陸します。非常に強い風、大雨により、大きな被害が出ることもあります。強い台風が接近するときは、交通機関が止まったり、学校や会社が休みになったりします。台風の間には外出を控え、テレビやネットの台風情報に注意しましょう。

近年、ネットの掲示板やSNSを通じて、台風の際にコロッケを食べるといった現象が広がっています。台風の際にはコロッケの売り上げが上がり、中にはコロッケが売り切れになる店もあるそうです。



● てんきよほう 天気予報 Weather forecasts

In addition to the weather, temperatures, and rain, weather forecasts in Japan also provide a lot of information depending on the season and region. For example, the amount of pollen in the air, the intensity of UV rays, and the risk of heat stroke. Icons are used to advise how to dress for the day and other types of information. For example, how easily laundry will dry. Also, Japanese weather forecasts tell us which hot pot foods will be the most delicious according to the weather, temperature, etc.

日本の天気予報は、天気、気温、降水確率以外にも、花粉の飛ぶ量、紫外線の強さ、熱中症の危険度など、季節や地域に応じた情報も提供しています。その日の服装のアドバイスや、洗濯物がどのぐらい乾きやすいか、どの鍋料理がどのぐらいおいしく感じられるかなどの情報が、アイコンによって示されます。



日本の生活
TIPS

● スポーツクラブ Sports clubs

A sports club is a facility for exercising and training the body. It can also be called a sports gym, fitness club, sports center, and others depending on the facility.

Major sports clubs nationwide have gym equipment, studios, swimming pools, and more. Their monthly membership fees vary depending on the day of the week and time of day when it can be used. Usually, it is about 10,000 yen. Recently, there are more 24-hour gyms only with machines and fewer staff members. Their monthly fee is about half the price of major sports clubs. Some municipalities have a public sports center that can be used for a very low fee of several hundred yen per visit.



スポーツクラブは運動したり体を鍛えたりするための施設です。ほかにも「スポーツジム」「フィットネスクラブ」「スポーツセンター」などの呼び方があり、施設によって違います。

全国に支店を展開する大手のスポーツクラブは、マシンジム、スタジオ、プールなどを備え、月会費は、利用できる曜日や時間によって異なりますが、だいたい10,000円ぐらいかかります。最近増えてきているのが、マシンジムのみで特化してスタッフ数を減らすかわりに24時間営業を行うジムで、大手スポーツクラブの半額程度の月会費で利用できます。自治体によっては、公営のスポーツセンターがあり、1回数百円の非常に安い値段で利用できる場所もあります。

● ショッピングモール Shopping malls

A shopping mall is a facility with shops, clothing, footwear, electronics, drugstores, grocery stores, food courts or restaurants, game centers, movie theaters, and other shops. Shopping malls are places where people can enjoy their days off. They can spend all day shopping, eating, playing games, and watching movies.

ショッピングモールは、大きな建物の中に、服や靴などのさまざまな専門店、家電量販店、ドラッグストア、食料品を売るスーパー、フードコートやレストラン、ゲームセンター、映画館などが入っている施設です。買い物や食事をしたり、ゲームや映画を楽しんだりしながら、一日中過ごすことができるので、休日を楽しめる身近な施設の1つとなっています。



● にゅうよくしせつ 入浴施設 Bathing facilities

In Japan, there are many public bathing facilities available. Hot springs have been often used since ancient times. You can find city or town-operated hot spring bathing facilities for day use. These facilities can be used for several hundred yen per visit. Many places offer large baths, rest areas, and dining facilities used as entertainment and social interaction by local residents.

日本では温泉が古くから広く利用されていることから、公共の入浴施設がたくさんあります。地方の都市には、市や町が運営する日帰り温泉入浴施設があり、1回数百円の料金を利用することができます。大きな風呂だけでなく、休憩所や飲食施設のあるところも多く、地元の人の娯楽、交流の場になっています。



In addition, bathing facilities in Japan include the following:

そのほか、日本で利用できる入浴施設には、以下のようなものがあります。

▶ せんとう 銭湯 Sentoo (public bathhouses)



A *sentoo* (also known as *ofuroyasan*) is a traditional public bathing facility. They were used by people who did not have a bathtub at home. Many public bathhouses are equipped with a simple combination of a bath and a place to wash. Users like them because they are cheap, at 500 yen or less. Their numbers have decreased since old times. However, public bathhouses featuring open-air baths, saunas, and jacuzzies have increased in recent years. Sometimes, people enjoy bathing and relaxing in a bath that is larger than the one at home. This has resulted in a gradual increase in popularity.

町にある「銭湯」は、「お風呂屋さん」とも呼ばれ、昔からある公共入浴施設です。もともとは、家に風呂がない人が利用していました。設備は風呂と洗い場のシンプルなものが多く、500円以下という安い料金を利用できるのが魅力です。昔と比べると、その数は非常に減ってきていますが、最近は、露天風呂やサウナやジャクジーを作って設備を充実させた銭湯も増えたり、「たまには自分の家より広い風呂でゆっくりしたい」という人も増えたりして、銭湯の人气がまた少しずつ復活してきています。

▶ けんこう 健康ランド Kenkoo-land (health spas)

Kenkoo-land is a facility with many large baths, jacuzzies, saunas, lounge areas, napping rooms, restaurants, and more. The admission fee is high at around 1,000 yen to 2,000 yen per visit. You do not need to bring anything because you can rent towels and clothes to wear while inside. *Kenkoo-lands* are in urban areas and along highways. They are full of families on days off and during holiday periods.

大きな複数の風呂と、ジャクジーやサウナ、休憩室、仮眠室、レストランなどがそろった商業的な娯楽施設は「健康ランド」と呼ばれています。1回1,000円～2,000円ぐらいの比較的高い入場料ですが、タオルや館内着がレンタルでき、手ぶらで行くことができます。健康ランドは都市部、または地方の幹線道路沿いなどにあり、休日は家族連れで賑わいます。

▶ せんとう スーパー銭湯 Super sentoo (deluxe public bathhouses)

A *super sentoo* is a facility that is between a *sentoo* (public bathhouse) and a *kenkoo-land* (health spa). It has simpler features and a lower fee than a *kenkoo-land*. Some *super sentoos* are the same fee as a *sentoo*.

銭湯と健康ランドの中間的な施設で、健康ランドより設備がシンプルですが、比較的安く入れます。銭湯と同じ料金で入れるスーパー銭湯もあります。

日本の生活
TIPS● ^{しんごう} 信号 Traffic lights

There are green, yellow, and red traffic lights for vehicles, similar to many countries in the world. However, green traffic lights are described as being *ao* (blue). Pedestrian traffic lights come in two colors: green and red. A green pedestrian light that blinks means the same thing as a yellow traffic light for vehicles.

Some pedestrian traffic lights are operated with a button, so they will not change to green unless the button is pressed. Some of these traffic lights are operated with a push button at all times. Also, some are operated with a push button only during specific hours.

日本の信号は、主に車用と歩行者用があります。車両用の信号は、世界の多くの国と同じく緑・黄・赤の3色ですが、緑の信号は「青」信号と呼ばれます。歩行者用の信号は緑・赤の2色で、緑が点滅することで黄色信号と同じ意味を表します。

歩行者用信号は、自分でボタンを押さないと緑に変わらない押しボタン式のものもあります。押しボタン式の歩行者用信号は、常に押しボタン式のもの、特定の時間帯だけ押しボタン式になるものがあります。

● ^{てら じんじゃ} お寺と神社 Temples and shrines

Horyuji Temple 法隆寺



Itsukushima Shrine 厳島神社

There are many temples and shrines in Japan. Temples and shrines are famous as tourist spots. Some are designated World Heritage Sites. For example, Horyuji Temple (Nara Prefecture) and Itsukushima Shrine (Hiroshima Prefecture). Also, there are many small temples and shrines in cities and towns.

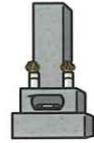
Temples and shrines are characterized by traditional wooden architecture. They are also popular with foreign visitors. Some people do not know how temples are different from shrines. The main difference is temples are Buddhist and shrines are Shinto facilities. Below, please see other differences between temples and shrines.

日本には数多くのお寺や神社があります。観光地として有名なお寺、神社も全国各地にあり、「法隆寺」(奈良県)、「厳島神社」(広島県)のように、世界遺産に指定されているものもあります。その一方で、町の中には小さなお寺、神社が数多くあります。

お寺と神社は伝統的な木造建築が特徴的で、外国人観光客にも人気がありますが、お寺と神社の違いがわからないという人もいます。お寺は仏教、神社は神道の施設ですが、次のような違いに注意すると、わかりやすいかもしれません。

第6課 郵便局はどう行ったらいいですか？

▶ ^{てら}お寺 At a temple, there might be...



- ◆ Buddhist statues
- ◆ Tombstones or graves
- ◆ A monk or monks working
- ◆ A bell
- ◆ The smell of incense

- ◆ 仏像がある。
- ◆ お墓がある。
- ◆ お坊さんがいる。
- ◆ 鐘がある。
- ◆ お線香のにおいがする。

▶ ^{じんじや}神社 At a shrine, there might be...



- ◆ A torii (shrine gate)
- ◆ A Shinto priest or shrine maiden working
- ◆ A visitor clapping hands in prayer

- ◆ 鳥居がある。
- ◆ 神主さん／巫女さんがいる。
- ◆ お参りをしている人が、パンパンと手を叩いている。

日本の生活
TIPSちこく
遅刻 Lateness

It is often said that Japanese people are punctual when it comes to time. For example, being one minute late to work is not good. Also, people avoid making another person wait for an arrangement or meeting. They will typically arrive at the pre-arranged place on time or a little early.

If you are late (five or ten minutes), you should contact the other person as soon as possible. This is done so the other person will not worry or become irritated.

However, people's feelings about time are different from generation to generation, place to place, and situation to situation. In Japan, there are people who are relaxed about time and often arrive late. In addition, Japanese people are punctual when it comes to starting times but not punctual when it comes to finishing times. Therefore, foreigners are sometimes surprised to see business meetings continue past their scheduled end times and people working long after the time their workday should end.

日本人は「時間に正確、厳しい」とよく言われます。会社などでは、タイムカードを押すとき、始業時間に1分でも遅れたら遅刻として扱われることも珍しくありません。待ち合わせの場合も、相手を待たせないようにしようとする人が多く、待ち合わせ時間どおりに、あるいは待ち合わせ時間の少し前には待ち合わせ場所に着くことが一般的です。

もし遅れる場合は、それが5分や10分であっても、早目に相手に連絡するのがマナーです。「5分、10分だけなのに?」と不思議に思う人もいるかもしれませんが、相手を心配させたり、イライラさせたりしないというのがポイントです。

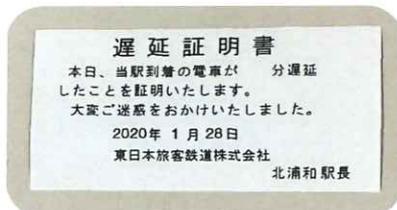
ただし、時間の感覚は、世代によって、地域によって、場面によって異なります。同じ日本でも、のんびりしていて、よく遅刻する人もいますでしょう。また、「日本人は、始まりの時間には厳しいのに、終わりの時間にはルーズ」とも言われ、会議が予定の時間になってもなかなか終わらなかったり、就業時間を過ぎてもずっと残業する人がいたりして、外国人を驚かせることもあります。

でんしゃ うんこう
電車の運行トラブル Disruptions affecting train service

Japanese trains operate according to schedules that are precise. They are known to be among the most highly punctual trains in the world. If a train arrives a little bit late, the railway operator announces an apology.

Japanese trains could be delayed or stopped because of various issues. It may be delayed or stopped because of an injured person, sudden illness, a problem affecting passengers, signal issues, or other such factors. The time it takes to continue operation varies by case. The railway operator will announce the affected stations and trains. Also, delay

information will be available online. Please pay attention to delayed or stopped service information.

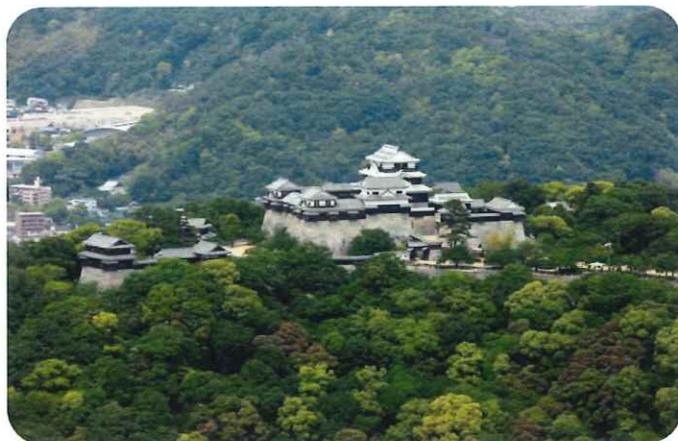


The railway operator will give a *chien-shoomeesho* (delay certificate) to passengers when a train is delayed. If you arrive late to work because of a delay, you can give the certificate to your company. Then, your company will not consider you to be late. However, each company has different policies about this. You can get a certificate at the station or online.

日本の電車は秒単位でダイヤが組まれており、世界の電車の中でも非常に正確だと言われています。もし電車が少しでも遅れた場合は、謝罪のアナウンスが流れます。

このような日本の電車も、トラブルによって、大幅に遅れたり、止まったりすることもあります。運行トラブルの原因には、人身事故、急病人、乗客トラブル、信号故障などがありますが、原因によって、復旧にかかる時間はさまざまです。鉄道会社は乗客の混乱を避けるため、駅や電車でアナウンスをしたり、ネット上で運行情報を案内したりしますので、運行トラブルに巻き込まれた際はそれらの情報に気をつけるといいでしょう。

運行トラブルで電車が遅れたときは、鉄道会社が発行する「遅延証明書」をもらうことができます。電車が遅れたせいで会社に遅刻した場合、この「遅延証明書」を提出すれば、遅刻をしていないものとして扱われます(手続きは会社によって違うので、確認しましょう)。「遅延証明書」は駅でもらえるほか、ネット上でダウンロードすることもできます。

日本の生活
TIPS● にほん しろ
日本の城 Japanese castles

Matsuyama Castle 松山城

Himeji Castle
姫路城

Matsumoto Castle 松本城

In Japan, castles were built from the Warring States period to the Edo period. This period of time extended from around the sixteenth century to the nineteenth century. Japanese castles feature high stone walls, moats, and towers. Castles are still popular tourist destinations. For example, the beautiful, white Himeji Castle (Hyogo Prefecture) which is a World Heritage Site; Matsumoto Castle (Nagano Prefecture) which uses black lacquer on the outside; and Matsuyama Castle (Ehime Prefecture) which is famous as a mountain castle. Also, the Osaka Castle and Nagoya Castle are well known. Their towers are made of reinforced concrete and were rebuilt during the Showa period (1926–1989). They are also equipped with elevators.

In addition, there are many parks with castle ruins that are still maintained. When you visit a castle, you can go up the tower or learn about the local history from displays.

日本では、戦国時代から江戸時代、だいたい16世紀から19世紀にかけて、全国各地に城が建てられました。日本の城は、高い石垣、堀、天守閣などが特徴的です。現在残っている城は、人気のある観光地になっており、例えば、世界遺産に登録された白く輝く「姫路城」(兵庫県)、黒漆を使った荘厳な佇まいの「松本城」(長野県)、山城として有名な「松山城」(愛媛県)などが有名です。大阪城や名古屋城も有名ですが、天守閣は昭和の時代(1926-1989)に再建された鉄筋コンクリート製で、エレベーターも付いています。

また、当時の建造物は今はなくなっているものの、城の跡地を公園として整備した「城址公園」も多くあります。城に行ったら、天守閣の上でみたり、展示されている資料を通してその土地の歴史に触れたりすることができます。

● アウトレットモール Outlet malls

An outlet mall is a shopping mall with goods directly from factories. They are popular with people on their days off for shopping. Outlet malls can be found in tourist spots, rural and suburban areas, and near expressways and other major roads. In Japan, an outlet mall is not a place where you can buy discounted, damaged, or defective goods. Poor quality or super cheap goods are not commonly sold at an outlet mall.

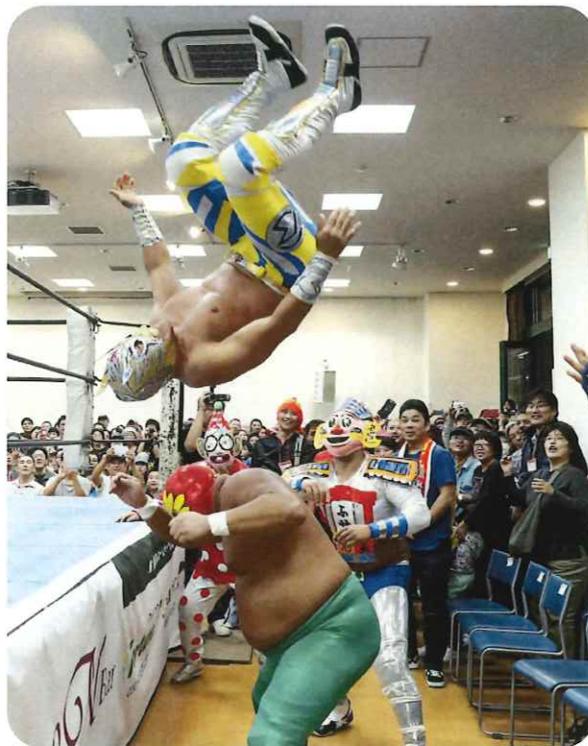


アウトレットモールは、主に衣料品メーカーが工場からの商品を直接販売する店が複数集まったショッピングモールのことで、一日中買い物を楽しめる場所として、休日にはたくさんの人で賑わいます。地方や郊外の観光地、高速道路などの幹線道路沿いなどにあることが多いです。日本の場合、アウトレットといっても、傷など問題のある商品が安く買える場所という意味はなく、格安の商品はあまり売られていません。

● プロレス Professional wrestling

Professional wrestling, a combination of wrestling and acting, is popular in Japan. It has recently been attracting female fans along with male fans. There are many professional wrestling organizations in Japan. There are large matches with major organizations at large venues, such as the Tokyo Dome. Also, there are smaller, local matches with minor organizations. These organizations have matches at venues such as local gymnasiums and shopping center parking lots. Many matches sponsored by local organizations are free. So, they are fun for both adults and children.

レスリングにショー的な要素を入れたプロレスは、日本では人気があり、最近では男性だけでなく、女性のファンも増えています。日本にはたくさんプロレス団体があり、メジャーな団体は、東京ドームなど大きな会場で試合を行うこともある一方で、各地方には地域に密着したローカルな団体もあり、地域の体育館やショッピングセンターの駐車場などを会場にして、試合を行っています。こうした地域の団体の試合は観戦無料のことも多く、大人から子どもまでが気軽に楽しめる娯楽になっています。



日本の生活
TIPS

● アニメで日本語を勉強する Studying Japanese through anime

There are many fans of Japanese animation (anime) all around the world. Many people begin studying the Japanese language because of their interest in anime. Recently, more people are studying Japanese through anime because it can easily be found online.

Japanese anime can be found on YouTube and other video sites. Some are subtitled in foreign languages. Also, you can subscribe to a paid video service to watch anime. You can improve your Japanese listening and pronunciation skills by watching anime and experiencing natural Japanese. If you are interested in it, you should look for your favorite shows on Internet video sites.

日本のアニメは世界的にファンが多く、アニメをきっかけに日本語の勉強を始める人もたくさんいます。また最近では、ネットが発達し、日本のアニメを世界のどこからでも簡単に見ることができるようになってきているので、アニメを見て日本語の勉強をする人も増えています。

YouTubeなどの動画サイトには、合法的にアップロードされた日本のアニメが公開されており、中には外国語の字幕が付いているものもあります。また、有料の動画配信サービスを契約すれば、たくさんのアニメが見られます。アニメをたくさん見て、生の日本語の音に多く接することで、日本語の聴解能力や発音能力を上達させることができます。アニメに興味がある人は、ネットの動画サイトで好きなアニメを探してみるといいでしょう。

● 地域の日本語教室 Local Japanese language classes

Many Japanese language classes are offered by cities and international associations in Japan. These are to help foreigners who live in Japan. They are free or low cost because many of them are managed and taught by volunteers. Locally operated Japanese language classes are usually once or twice a week at community centers or other public facilities. Classes are on different days and at different times so foreigners with different schedules have chances to attend. Students can choose different lesson styles. For example, in a classroom, in a group, and one-to-one lessons. These Japanese language classes also provide an opportunity to interact with local residents and get useful information. So, it would be a good idea to go to one.



日本で生活する外国人のために、全国の市区町村や国際交流協会などによって、日本語教室が数多く開かれています。これらの日本語教室は、地域のボランティアが中心になって運営されているところが多いので、無料か非常に安い費用で参加することができます。地域が運営している日本語教室は、通常、週に1～2回、公民館やコミュニティセンターなどの公共施設で開かれています。さまざまなライフスタイルの外国人に合わせて、教室が開かれる曜日や時間帯も多種多様ですし、授業の形態も、クラス、グループレッスン、マンツーマンと、さまざまです。これらの日本語教室では、ただ日本語を勉強するだけでなく、地域の人たちと交流したり、生活に役立つ情報が得られたりするので、ぜひ一度のぞいてみるといういいでしょう。

日本の生活
TIPS● こうみんかん
公民館 Community centers

A community center is a public facility that provides social education for local residents and creates local networks. It typically has Japanese-style rooms, meeting rooms, multipurpose halls, kitchens, workshops, and other types of rooms. Community centers host all kinds of events based in the community for a low rental fee. For example, Japanese language classes, cooking classes, various courses, and club activities from local organizations. You can learn many things in the classes at a community center. Also, you can contact and connect with people. Therefore, finding information on a community center near you is a great idea.

公民館は、地元住民の社会教育や地域のネットワーク作りを担う公的な施設です。和室、集会室、多目的ホール、調理室、工作室などいろいろな部屋があって、その地域に根ざしたさまざまな行事を行っています。公民館は、比較的安い値段で借りることができるので、日本語教室や料理教室などの講座が開かれていたり、地元の団体がサークル活動を行っていたりします。公民館に行けば、さまざまなことを学ぶ機会が得られるだけでなく、学習活動を通して地域のひととのふれあいやつながりを持つことができるので、住んでいる地域の公民館情報を探してみるといいでしょう。

● りょうりきょうしつ
料理教室 Cooking classes

Cooking classes are one of the most popular lessons available. They are sometimes held at community centers for local residents. Complete cooking classes have been created in Japan by food companies, gas companies, and others. There are many classes available, for example, one-time trial classes, cooking local dishes, and cooking seasonal dishes. So, you can choose the best class for you. Classes differ by their length, fees, and type of food.



料理教室は、人気の習いごとの1つです。地域活動の一環として公民館やコミュニティーセンターで開催されていたり、食品関係の会社やガス会社が本格的な料理教室を全国展開していたりします。料理教室は、1回だけの体験教室から、地域の郷土料理を学ぶ教室、年中行事に合わせた料理を作ってみる教室など、通う日数や値段、作る料理もさまざまな種類があるので、興味に合わせて選ぶことができます。

● しょうどう
書道 Calligraphy

Shodo (Japanese calligraphy) is the art of using a brush and ink to write kanji characters. In Japan, shodo classes begin in primary school. It is an important part of children's education. For New Year's Day, students have homework to make *kakizome* (special calligraphy for the New Year). Also, shodo competitions are held in schools. Many shodo classes are held in local community centers. Everyone from children to adults is able to casually enjoy shodo.

書道は、筆と墨で字を書き、文字の美しさを表現する芸術です。日本では小学校から書道の授業があって、お正月には「書き初め」の宿題が出されたり、校内で書道大会が開催されたりして、教育の一部に取り入れられています。地域の公民館やコミュニティーセンターなどには書道教室が数多くあって、子どもから大人まで気軽に書道を楽しんでいます。

あいきどう 合気道 Aikido

Like judo and karate, aikido is one of Japan's martial arts. It was founded by Ueshiba Morihei based on traditional Japanese martial arts. Currently, 1.6 million people around the world practice aikido. Aikido is known for its self-defense techniques. They allow you to avoid attacks from your opponent and throw your opponent by using their own force. Aikido is popular with women and the elderly because not much strength is needed, there are no competitions, and it can be continuously practiced for a long time.

合気道は、柔道や空手と並ぶ日本の武道の1つで、植芝盛平という人が日本古来の武道をもとに創設しました。現在、全世界の合気道人口は、約160万人ほどだと言われています。合気道の特徴として、相手が攻撃してくる力をかわしたり、その力を利用して相手を投げたりすることから、護身術としても知られています。試合がなく、強い力を必要としないことから、女性やお年寄りでも長く続けられる武道として、人気があります。



日本の生活
TIPS

● バーベキュー Barbecue



Barbecues are a way of grilling and eating food outdoors. Many countries enjoy barbecuing, especially Japan. Japanese barbecues are special in the following ways:

- ◆ You can grill meat with squash, onions, corn, and other vegetables, as well as shrimp, squid, shellfish, and other seafoods.
- ◆ In some countries, you start eating after all the food is cooked. However, in Japanese barbecue, cooking and eating go on at the same time.
- ◆ *Yakisoba* (fried noodles) or *yaki-onigiri* (grilled rice balls) are typically eaten last.
- ◆ It is common to rent barbecue equipment at parks and campsites.
- ◆ You can rent and buy everything you need (equipment, food, drinks, etc.) at some barbecue places.
- ◆ Barbecue places on rooftops or terraces in cities have also become popular recently.

屋外で、グリルで食べ物を焼いて食べるバーベキューは、日本だけではなくいろいろな国で行われる料理のイベントですが、日本のバーベキューには、次のような特徴があります。

- ◆ 肉が中心だが、肉だけでなく、かぼちゃ、たまねぎ、とうもろこしなどの野菜や、エビ、イカ、貝などのシーフードも焼く。
- ◆ すべてを焼いてから食べるのではなく、焼いては食べ、焼いては食べ、を繰り返す。
- ◆ 最後に焼きそばや焼きおにぎりを食べることも一般的。
- ◆ バーベキューの道具は、自分の道具ではなく、公園やキャンプ場などですべてレンタルすることも多い。
- ◆ 道具や材料をすべて用意してくれて、手ぶらで行ってお金を払うだけでバーベキューが楽しめるバーベキュー場もある。
- ◆ ビルの屋上やテラスなどを使った「都会で楽しむバーベキュー場」の有料施設も、最近人気が出ている。

● スーパーの惣菜コーナー ^{そうざい} Cooked dishes in supermarkets

In the cooked-dish section of a supermarket, side dishes are sold. You can buy them, bring them home, and eat a meal without cooking. Common side dishes are fried foods (such as croquettes), *yakitori* (grilled chicken), *nimono* (boiled dishes), and salads. Supermarkets sell common side dishes that families often make at home and hard-to-prepare side dishes that are not easily made at home.

People who are too busy to cook like cooked-dish sections in supermarkets. Some people also use this section to buy some healthy food. These dishes are sold at a discount before the store closes.

スーパーの惣菜コーナーでは、調理されたおかずが売られていて、買って帰れば自分で調理しないでそのまま食べることができます。よく売られているおかずは、揚げ物（からあげ、コロッケなど）、焼き鳥、煮物、サラダなどがあり、一般家庭でよく作るおかずだけでなく、家ではなかなか作れない本格的な味の惣菜を売りにしているスーパーもあります。

惣菜コーナーは、忙しくて自分で料理をする時間がない人にとってはありがたい存在です。また、栄養バランスを取るために料理を少しだけ買い足したりするなど、上手に利用している人もいます。閉店時間が近づくと、惣菜が売れ残らないように、割引セールが行われます。

● や とり 焼き鳥 Yakitori

Yakitori (grilled chicken) is made by grilling small pieces of chicken on wood or bamboo skewers. It is rarely made at home. Instead, you can buy *yakitori* from a supermarket or convenience store. You can also order *yakitori* at an *izakaya* (Japanese-style pub). A restaurant specializing in *yakitori* is called a *yakitori-ya*.

There are various types of *yakitori* from different parts of the chicken. For example, liver, *seseri* (neck meat), and *sasami* (breast meat). Other popular items include *negima*, which is chicken meat and green onions, and *tsukune*, which is minced chicken meat.

Yakitori is mainly seasoned with salt or *tare* (sauce). *Tare* is based on soy sauce and tastes sweet.

焼き鳥は鶏肉を小さく切り、木の串に刺して焼いた料理です。家庭で作ることは少なく、できたものをスーパーやコンビニなどで買って来たり、居酒屋のメニューとして食べたりします。焼き鳥専門の料理店は、「焼き鳥屋」と言います。

焼き鳥は、どの部位の肉を使うかによっていろいろな種類があり、肝臓を使った「レバー」、首の周りの肉を使った「せせり」、胸の肉を使った「ささみ」などがあります。また、鶏肉とねぎを交互に刺した「ねぎま」や、鶏の挽肉をボール状にした「つくね」などもポピュラーなメニューです。

焼き鳥の味付けにはおもに「塩」と「たれ」があり、「たれ」はしょうゆをベースに甘く味を付けたソースです。



● しょうみきげん しょうひきげん 賞味期限と消費期限 Best-before dates and expiration dates

賞味期限 (best-before dates) or **消費期限** (expiration dates) are on any food sold in Japan. **賞味期限** (best-before date) is the date the food should be eaten before. The food quality and taste will not change before this date. Also, the food can still be consumed after this date. In contrast, the **消費期限** (expiration date) is the date that the food cannot be safely eaten. This is usually for food that spoils quickly.

日本で売られる食品には、「賞味期限」か「消費期限」のどちらかが表示されています。「賞味期限」は、その食品の品質や味に変化なく食べられる期限のことで、賞味期限が過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません。これに対して「消費期限」は、その食品を安全に食べられる期限のことで、傷みの早い食品に表示されます。



● ひょうじ アレルギー表示 Allergy notice

If you have an allergy, you should check food labels when food is purchased. This is to check if the food contains allergens. In Japan, by law, food must be labeled with an allergy notice if it contains eggs, milk, wheat, shrimp, crab, peanuts, and buckwheat. However, food with these ingredients can be labeled with different names. For example, egg might be labeled as omelet, and milk might be labeled as ice cream. Therefore, if you have an allergy, pay attention to the different ways ingredients might be labeled. In addition, side dishes at a supermarket, lunch boxes, and meals at restaurants do not have to label allergens. So, you will need to check if there are allergens with store or restaurant staff.

食品アレルギーを持っている人が食べ物を買う場合、商品ラベルの表示を見て、アレルギーの材料が入っていないかどうか、確かめる必要があります。日本では、包装して売られる加工食品に「卵、乳、小麦、エビ、カニ、落花生、そば」の7品目のどれかが入っている場合は、必ず表示をしなければならない決まりがあります。ただし、表示される名称は決まっておらず、例えば、卵は「厚焼き玉子、ハムエッグ」など、乳は「ミルク、バター、アイスクリーム」などと表示される場合もあるので、そのアレルギーがある人は注意が必要です。また、お惣菜やお弁当などの店頭販売や、レストランなどの外食ではアレルギー表示の義務がありませんので、お店の人に直接確認する必要があります。

日本の生活
TIPS● ^{べんとう}お弁当 Obento

You can buy an obento (lunch box) at a convenience store, supermarket, or obento shop. Some people make one at home and bring it to school or work. Rolled omelets, fried food, hamburger, and potato salad are common side dishes in a lunch box. Taste and appearance are important in preparing an obento. Using food with various colors is also important. For example, red tomatoes, yellow rolled omelets, green vegetables, white rice, and black seaweed or sesame seeds. There are many kinds of obento goods which are used to decorate the side dishes in a cute way.

お弁当はコンビニやスーパー、お弁当屋さんなどで買うこともできますし、家で作って会社を持って行く人もいます。お弁当の人気のおかずは、卵焼き、からあげ、ハンバーグ、ポテトサラダなどです。日本のお弁当は、味だけでなく、見た目も重視することが多く、赤いトマト、黄色い卵焼き、緑の野菜、白いご飯、黒いのりやゴマなどで、色のバランスを考えます。また、おかずをかわいく彩るための「お弁当グッズ」も、たくさんの種類が売られています。

● ^{たまごや}卵焼き Tamago-yaki

Tamago-yaki (rolled omelet) is a common home-cooked dish. It is eaten for breakfast and in obento meals. To make *tamago-yaki*, stir eggs well, add salt, soy sauce, *mirin*, sugar, soup broth, or other seasoning. Slowly pour the egg into a frying pan with oil and fry the egg while rolling it. People flavor their rolled omelets in various ways. In the Kanto region, people usually like a sweet rolled omelet. In the Kansai region, people usually like a savory rolled omelet. Many different ingredients can be used. For example, green onions, spinach, *shirasu* (young sardines), and *mentaiko* (spicy cod roe).

卵焼きは日本人にとって定番の家庭料理です。朝ご飯にもよく出されますし、お弁当にもよく入っています。作り方は、よく溶いた卵に塩やしょうゆ、みりん、砂糖、出し汁などで味をつけてから、油を引いたフライパンに少しずつ卵を流し入れて、丸めるように焼いていきます。味付けは家庭によって違いますが、関東では砂糖を使った甘めの味付けが、関西では出し汁を使った甘くない味付けが好まれるようです。また、中にねぎやほうれん草、しらすや明太子など、いろいろな食材を入れたバリエーションもあります。

● ^{このや}お好み焼き Okonomiyaki

Okonomiyaki (Japanese-style pancake) is made with cabbage, meat, seafood, and other ingredients. These ingredients are added to flour and water (batter). Then, it is cooked on a griddle. Kansai-style *okonomiyaki* is made by mixing the batter with the ingredients before grilling. Hiroshima-style *okonomiyaki* is made by layering the batter and ingredients on the griddle without mixing them first. At *okonomiyaki* restaurants in Osaka and Hiroshima, the restaurant staff will cook the *okonomiyaki* for you. In contrast, in Tokyo, the customers usually grill *okonomiyaki* on griddles at their own tables.



You can also make it at home. Microwaveable *okonomiyaki* is easy to find because you can buy it frozen at a convenience store or supermarket.

お好み焼きは、小麦粉を水で溶いた生地に、キャベツと、肉、魚介類などの具を入れ、鉄板で焼いた料理です。生地と具を混ぜてから焼く関西風と、混ぜないで重ねて焼く広島風があります。また、大阪や広島のお好み焼き屋では、店の人が焼いてくれますが、東京のお好み焼き屋では、客が自席の鉄板で自分で焼いて食べるのが一般的です。

お店で食べるだけでなく、家で作ることもあります。コンビニでは、冷凍のお好み焼きも売られていて、電子レンジを使えば温めるだけで、気軽にお好み焼きを食べることができます。

▶ ^{この} ^や ^{つく} ^{かた} お好み焼きの作り方 How to make okonomiyaki

1.



Mix batter and ingredients in a bowl well.

ボウルに入った生地と具をよく混ぜる。

2.



Spread oil on a griddle and pour the mixture on it.

鉄板に油を引き、鉄板の上に生地をのばす。

3.



After the top side is dry, use a spatula to flip the *okonomiyaki*.

表面が固まってきたら、へらを使って裏返す。

4.



Wait a few minutes, and then flip the *okonomiyaki* over again.

しばらく経ったら、もう一度裏返す。

5.



Pour sauce over it.

ソースを塗る。

6.



Add mayonnaise, bonito flakes, and dried seaweed.

お好みでマヨネーズをかけ、鰹節と青のりを振りかけて、できあがり。

● ^や すき焼き Sukiyaki

Sukiyaki is a hotpot made by grilling thin pieces of beef with vegetables and other ingredients. It is seasoned with soy sauce and sugar. *Sukiyaki* is often made with Chinese cabbage, konjac noodles, tofu, *enoki* mushrooms, and green onions. It is typically eaten by dipping it in raw egg. Ingredients for *sukiyaki* can be different in different regions. It is a special dish because it uses high quality beef. It can get expensive if it is eaten at a restaurant. However, you can eat cheap and simple *sukiyaki* at beef bowl restaurants.

薄く切った牛肉を、野菜などと一緒に焼き、しょうゆや砂糖で味付けた鍋料理です。牛肉以外の具材には、地域ごと、家庭ごとに違いはありますが、白菜、糸こんにゃく、豆腐、えのき、ねぎなどが使われます。食べるときに、生卵につけて食べるのが一般的です。高級な牛肉を使うことから、一般家庭で食べる場合は、日常的な食事ではなく、「ごちそう」というイメージがあります。レストランで食べるとかなり高い値段になりますが、牛井のチェーン店など、簡単なすき焼きを安く食べられるところもあります。



● ちゃわんむし 茶碗蒸し Chawan-mushi

Chawan-mushi (steamed egg custard with assorted ingredients) is often served as part of a course meal. It is also sometimes served as a side dish. It is made by adding soup stock to stirred eggs, other ingredients, and then steamed. The other ingredients could include chicken, *kamaboko* (boiled fish paste), shiitake mushrooms, *enoki* mushrooms, ginkgo, shrimp, and more. It is eaten with a spoon because it is similar to pudding. Please do not use chopsticks to eat it.



茶碗蒸しは、和食のコースなどの一部として、よく出される料理です。すしなどの付け合わせや、サイドメニューとして出されることもあります。卵を溶いたものに出し汁を加え、具を入れて蒸して作ります。具には、鶏肉、かまぼこ、しいたけ、えのき、銀杏、エビなどを入れます。プリンに似てやわらかいので、スプーンを使って食べます（お箸は使いません）。

● だし Dashi



Dashi is the core flavor of Japanese cuisine. It is made by slowly boiling dried bonito flakes, kelp, dried sardines, shiitake mushrooms, and other ingredients in water and extracting the soup stock. The word *dashi* is the shortened form of 煮出し汁, and written with the kanji 出汁. It is sometimes called 出し汁.

It is difficult to create *dashi* from scratch while cooking. In most households, one uses *Dashi no Moto* (instant *dashi*), which can be quickly made by adding powdered *dashi* to hot water.

だしは、鰹節、昆布、煮干し、しいたけなどの食材を煮てその成分が溶け出したスープで、日本料理の味付けの基本です。だしは「煮出し汁」が短くなったことばで、漢字で「出汁」と書きます。「出し汁」という言い方をするこもあ

ります。

料理を作る際に、食材を煮てだしを取ることは手間がかかるため、家庭では、粉末状の、お湯に溶かしてすぐに使える「だしの素」を使うことも多くなっています。

● カップ焼きそば Instant cup yakisoba

Instant cup noodles can be eaten three to five minutes after adding hot water to it. It was created in Japan in 1971. Many people around the world eat it. You can find many different kinds. For example, ramen and udon. Instant cup *yakisoba* is known for pouring out the hot water after the noodles become soft. They are cheap and can be stored for a long time. So, they are useful in case of an emergency.



お湯を注いで3～5分待てば食べられるカップ麺/カップヌードルは、1971年に日本で生まれ、現在は世界に広まっています。カップラーメン、カップうどんなど、さまざまな商品が出ています。カップ焼きそばは、お湯を注いで麺がやわらかくなったら、お湯を捨てて作るのが特徴です。値段も安く、保存もきくカップ麺は、非常用食糧としても使うことができる、役に立つ食品です。

日本の生活
TIPS● 日本にほんのトイレ Japanese toilets▶ 和式わしきトイレ Japanese-style toilets

Nowadays, Western-style toilets are common in Japan. Japanese-style toilets have become uncommon. However, there are some in older buildings and public facilities. Please see the figure for Japanese-style toilet instructions.

現在、日本でも便器の形は洋式が一般的になり、和式トイレは非常に少なくなりましたが、古い建物や公共施設のトイレでは、まだ見かけることもあります。和式トイレは図のように使います。

▶ 温水洗淨便座おんすいせんじょうべんざ Warm-water bidets

Western-style toilets commonly have a warm-water bidet to wash the buttocks. Please learn the functions of the different buttons because they are sometimes written in Japanese only.

- ◆ おしり (Buttocks): Spray warm water to clean the buttocks.
- ◆ 止 (Stop): Press this button to stop the water.
- ◆ 弱～強 (Weak to Strong): Adjust the force of the water.
- ◆ 前～後 (Front to Back): Adjust the position that the water is sprayed.
- ◆ ビデ (Bidet): For female use.



洋式トイレには、温水でお尻を洗ってくれる「温水洗淨便座」が付いていることも多くなりました。ボタンの表示には日本語しか書かれていない場合もあるので、大切なボタンを覚えましょう。

- ◆ 「おしり」：温水が出てお尻を洗います。
- ◆ 「止」：水を止めるときのボタンです。
- ◆ 「弱」～「強」：水の勢いを調節します。
- ◆ 「前」～「後」：水の出る位置を調節します。
- ◆ 「ビデ」：女性が使うボタンです。

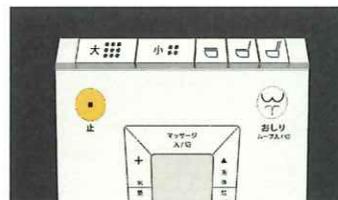
▶ 水を流すみずなが Flushing the toilet

Japanese toilets can flush in a variety of ways. Please remember the information below to correctly flush a toilet. If you cannot figure out how to flush it, remain calm and look around for buttons or levers.

便器の多機能化に伴って、水を流す操作方法も多様化しています。トイレを使ったあと、どのように水を流せばいいかわからないことがあるかもしれませんが、落ち着いて周りを見ましょう。水の流し方には、以下のようなものがあります。

- ◆ Press a button for the warm-water bidet
The button with 大だい is for solid waste. The button with 小しょう is for liquid waste.

温水洗淨便座の操作パネルにあるボタンを押す
パネルに「大」、「小」のボタンがあったら、これを押します。



13 あと10分ぐらいで終わりそうです

◆ Press a button on the wall.

Press a button on the wall next to the toilet to flush. Words such as 洗浄 (Clean) or 流す (Flush) may be written on the button.

壁のボタンを押す

トイレの壁に、流すためのボタンがあるので、これを押します。ボタンには「洗浄」、「流す」などの文字が書いてありますので、これを頼りにするといいでしょう。



◆ Wave your hand over the sensor

Waving your hand over the sensor will flush the toilet. You must leave your hand over the sensor for a few seconds without moving it.

手をかざす

センサーに手をかざすと、赤いランプが付き、水が流れます。流れるまで2-3秒手を動かさずに待つのがポイントです。



◆ Twist the lever (switch type)

Twist the lever on the tank to flush the toilet. As shown in the figure, 大 ←→ 小 (solid waste ↔ liquid waste) is written on the lever.

レバーを回す (スイッチ型)

トイレのタンクにスイッチ型のレバーが付いている場合、これをひねって水を流します。図のように、レバーに「大 ←→ 小」と書かれています。

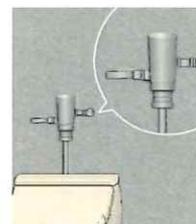


◆ Press the lever (handle type)

Press the lever to flush the toilet. It might be behind the toilet lid on the water pipe. The lever should be pressed with your hand, not foot.

レバーを押す (ハンドル型)

給水管に棒状のハンドルが付いている場合、これを押すことで水が流れます。トイレの蓋の裏側に隠れていることがありますので気をつけましょう。足ではなく手で押すのがマナーとされています。



▶ 呼び出しボタン Call button



The button with 呼出 (call) is an emergency button. If you feel ill or are injured, press the button for assistance. Sometimes, people press this button by mistake to flush the toilet. Try to remember that 呼出 (call) is an emergency button.

「呼出」と書かれたボタンは、トイレで気分が悪くなったりしたときなどに、助けを呼ぶための非常ボタンです。しかし、日本語しか書かれていない場合など、このボタンを流すためのボタンと間違えて押してしまう人がとても多くいるそうです。「呼出」は非常用のボタン、と覚えておいて、まちがって押さないようにしましょう。

日本の生活
TIPS

いんかん

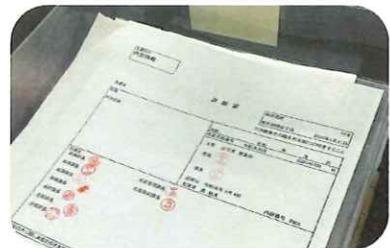
● 印鑑/ハンコ Seals

In Japan, a personal seal is needed for official purposes. For example, to submit documents to a government office, open a bank account, and receive a delivery at home. There are many seal shops with a range of family names. They can cost several hundred yen. A seal with a foreigner's family name will have to be specially made for a few thousand yen depending on the material, size, and other things.

Sometimes, a foreigner can use a signature instead of a seal. However, some government offices and banks might only accept a seal. Seals can be made with alphabetical, katakana, and kanji characters. So, some foreigners get them for official purposes.

日本では、さまざまな場面でハンコが必要です。役所に書類を出すときや銀行に口座を開設するときだけでなく、宅配便の受け取りや仕事で書類を見たときに押す確認印など、簡単な用事にもハンコは使われます。町にはハンコ屋さんがあって、さまざまな苗字のハンコが数百円で売られています。外国人の名前の場合は、注文して作ることになります。その場合、材質や大きさなどにもよりますが、だいたい2,000円程度から作ることができます。

外国人は日本で生活する上で、ハンコがなくてもサインで済む場合も多いですが、役所や銀行の対応はそれぞれなので、急にハンコが必要になる場合もあるかもしれません。最近では外国人のハンコを、アルファベットやカタカナ、漢字など好きな文字で作るサービスもあるので、生活に必要でなくても自分のハンコを作ってみる外国人もいます。



ゆうきゅうきゅうか

● 有給休暇 Paid leave

In Japan, since April 1, 2019, employees must take paid leave. 10 days of paid leave are given each year if (1) an employee worked for six or more months at the same company, (2) worked on 80% of the working days during that period. Also, it is the company's responsibility that employees with paid leave take at least five days of paid leave in a year. This is also true for contract and part-time employees. In addition, it depends on the length and number of hours of work. A company which does not do this could be punished with prison or a fine.

The Ministry of Health, Labour and Welfare can give advice and take questions in different languages. It also has a telephone service in different languages for foreigners working in companies that do not give paid leave correctly.

日本では、2019年4月1日から「有給休暇」の取得が義務化されました。これは、入社から継続して6か月以上勤務していて、その期間の労働日の8割以上出勤している労働者に対して、会社は10日の年次有給休暇を与えなければならないという制度です。また、会社側の責任として、年間10日以上有給休暇があるすべての労働者に対して、最低5日は有給休暇を消化させなければならないことも決められています。契約社員、派遣社員やパート、アルバイトで働く人も、勤続期間や働く時間数によって適用されます。この決まりに反する会社には、懲役6か月以下30万円以下の罰金というペナルティも与えられます。

有給休暇は、労働者に与えられた休むための権利です。この制度が正しく運用されていない会社で働く外国人労働者のために、厚生労働省では、外国語で相談できる窓口を全国に設置していたり、外国語対応の電話相談ダイヤルを設けていたりします。

日本の生活
TIPS● にほん びょういん い 日本の病院に行く Going to a Japanese hospital

If you feel ill and want to see a doctor in Japan, you need to choose a doctor by yourself based on your symptoms and conditions (see the table). You can go to a clinic or a general hospital. You will be charged extra if you go to a general hospital without a referral letter from a clinic.

日本で体調が悪くなって、医者に診てもらいたい場合、症状に合わせた診療科の医者を、自分で選んで行きます(表を参照)。町の小規模なクリニックに行くこともできますし、大きな総合病院に直接行ってもかまいません(ただし、クリニックの紹介状がない場合、別料金がかかります)。



If you go to a hospital, expect the following steps:

1. Check in at the reception desk.
2. Fill out the questionnaire.
3. Wait in the waiting room.
4. When you are called, see the doctor.
5. When you are finished, pay the bill.
6. Get a prescription.
7. Bring your prescription to a pharmacy and get your medication.
8. Pay for the medication.

The pharmacy is usually not at the hospital. However, sometimes you can get medication at the hospital.

病院に行ったら、次のような流れになります。

1. 受付をする。
2. 問診票に記入する。
3. 待合室で待つ。
4. 呼ばれたら、診察室に入り、医者の診察を受ける。
5. 診察が終わったら、会計をする。
6. 会計といっしょに、処方せんをもらう。
7. 処方せんを調剤薬局に持って行き、薬を受け取る。
8. 薬局で会計をする。

薬を受け取る調剤薬局は、病院とは別の施設ですが、病院の中で薬がもらえる場合もあります。

If you need to go to the hospital after it has closed (such as on a holiday), go to the overnight reception or emergency room. If you are seriously ill, you should call an ambulance. The emergency telephone number in Japan is 1-1-9. If there is someone nearby, say “救急車を呼んでください [Please call an ambulance].” There is no fee for calling an ambulance in Japan.

Some hospitals may arrange interpreters if you cannot speak Japanese. Also, there are clinics and hospitals which welcome foreigners. You can find them on the official website of the Japan National Tourism Organization (JNTO) (jnto.go.jp).

15 熱があつてのどが痛いんです

一般の病院の診療時間外（休日や夜中など）に急に具合が悪くなったときは、大きな病院の夜間対応窓口や救急対応窓口に行けば、見てもらえます。しかし、本当に急な病気のときは、救急車を呼びましょう。救急車を呼ぶ番号は「119」です。もし周りに人がいる場合は、「救急車を呼んでください」と言います。日本では、救急車を呼んでも料金はかかりません。

病院の日本語に自信がない場合は、各自治体で、病院の通訳などを紹介してくれる場合もあります。また JNTO (Japan National Tourism Organization) のウェブサイト (jnto.go.jp) では、外国語で利用できる医療機関を検索することができます。

しょうじょう しんりょうが
▶ 症状と診療科 Symptoms and their departments at a hospital

Fever, sore throat, cough, runny nose, headache, abdominal pain 発熱、のどの痛み、せき、鼻水、頭痛、腹痛など	→ <small>ないか</small> 内科 internal medicine
Fractures, bruises, sprains 骨折、打撲、ねんざ	→ <small>せいけいげか</small> 整形外科 orthopedic surgery
Throat, nose, ear issues のど、鼻、耳の異常	→ <small>じびか</small> 耳鼻科、 <small>しびいんこうか</small> 耳鼻咽喉科 otorhinology, otorhinolaryngology
Hives, rash じんましん、かぶれ	→ <small>ひふか</small> 皮膚科 dermatology
Eye abnormality 目の異常	→ <small>がんか</small> 眼科 ophthalmology
Mental illness 心の病気	→ <small>しんりょうないか</small> 心療内科 psychosomatic medicine
Female-specific conditions, pregnancy 女性の病気、妊娠	→ <small>ふじんか</small> 婦人科、 <small>さんふじんか</small> 産婦人科 gynecology, obstetrics and gynecology
Tooth decay, tooth problems 虫歯、歯の問題	→ <small>しか</small> 歯科 dentistry

かふんしょう
● 花粉症 Hay fever

Hay fever is an allergy to cedar trees and other plants. It causes itchy eyes, sneezing, a runny nose, and congestion in the nose. If you have these in the spring, then it may be hay fever. In Japan, lots of cedar pollen is in the air around March to May. So, more people have hay fever symptoms around that time. Many people suddenly get hay fever after they become adults. Some foreigners get hay fever for the first time in their lives when they come to Japan. If you have hay fever, you can see a doctor to get medication. You can also purchase masks, eye drops, and other items from a pharmacy or drugstore.



花粉症は、スギなど植物の花粉に対するアレルギーで、目がかゆくなったり、くしゃみ、鼻水、鼻づまりの症状が出たりします。日本では、3月～5月ごろにスギの花粉が多く飛び、花粉症の症状が出る人も増えます。花粉症は、大人になってから急に症状が現れる人も多いし、日本に来てはじめて発症する人もいます。春にこのような症状が出た場合は、花粉症ではないかと疑ってみてもいいかもしれません。花粉症が出た場合、医者に行ってアレルギー薬の処方をしてもらうほか、薬局やドラッグストアに行けば、マスクや目薬など、さまざまな「花粉症グッズ」を買うこともできます。

日本の生活
TIPS● ^{かた}肩こり / ^{かた}肩がこる Stiff shoulders

Stiff shoulders affect people in all of Japan. Some women and men think stiff shoulders is their number one or number two most serious physical condition. So, many people in Japan are concerned about stiff shoulders. Some people think that this condition could be unique for Japanese people because some other languages do not have the words to express the condition.

Stiff shoulders happen when the muscle in the neck, shoulders, back, and the trapezius muscle hurt or feel uncomfortable. This happens when the muscle is tired from lifting heavy things or being in the same posture for a long time. There are various items which help stiff shoulders. For example, a massage chair, massage stick, shoulder-support strap, magnetic necklace, or magnetic patches.

肩こりは、日本の国民病とも言われており、体の悩みとして挙げる症状のうち、女性の1位、男性の2位であるという報告もあります。それぐらい、肩こりに悩んでいる日本人は多いようですが、多くの外国語には「肩がこる」という概念がなく、日本人に特有の症状である（または、日本人以外はあまり意識しない）とも言われています。

肩こりは、僧帽筋と呼ばれる首～肩～背中中の筋肉が痛んだり、不快感を覚えたりする症状です。重い物を持ちたり、長時間同じ姿勢を続けたりすることで、筋肉が疲労して起こります。もし肩こりになってしまった場合は、いろいろな肩こり対策グッズを利用するといいかもかもしれません。例えば、マッサージチェア、ツボ押し棒、肩こり用サポーター、磁気ネックレス、磁気シールなど、さまざまなものがあります。



● マスク Masks



Many foreigners are surprised to see so many Japanese people wearing masks. "Cough etiquette" is a new idea which encourages people who cough or sneeze to wear masks. More people wear masks to avoid catching other people's illnesses. Also, more people wear masks during hay fever season.

Some people wear masks for reasons that are not about health. For example, to avoid talking to people, to avoid showing their face, or not putting on makeup. Some masks have fashionable colors and designs. So, they have also become an accessory.

日本に来た外国人は、マスクをしている日本人の多さに驚く人が多いようです。最近は「せきエチケット」と言って、せきやくしゃみの出る人にマスクの着用をすすめる動きがありますし、ほかの人の病気をもらわないように予防目的で自主的にマスクをする人も増えています。花粉症の時期には、マスクをする人も増えます。

また、必ずしも病気と関係なく、マスクをしていると「人と話さなくて済む」とか「顔を見られなくて済む」、さらには「化粧をしなくても外出できる」といった理由で、マスクをする人もいます。おしゃれな色やデザインのマスクも増えていますので、マスクはファッションアイテムの1つと言えるかもしれません。

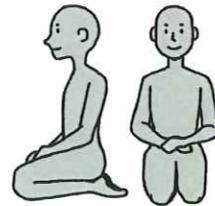
日本の生活
TIPS● わしつ すわ かた
和室での座り方 How to sit in a Japanese-style room

There are many different ways to sit in a Japanese-style room or another room with a tatami floor.

和室など、畳の部屋に座る場合、座り方がいろいろあります。

▶ ^{せいざ}正座 Seiza (sitting on your knees)

Seiza is a formal way of sitting in a room with a tatami floor. This is always an acceptable way to sit. It makes your feet numb because it lowers the blood flow in your legs. If some people sit like this for a long time, they will not be able to stand up. If it is difficult to stay in the seiza position, ask “足をくずしてもいいですか? (May I sit more casually?)” and change your position.



畳の部屋に座る場合のフォーマルな座り方です。畳の部屋に座らなければならない場合、まずはこの座り方をすれば、失礼になることはありません。ただし、慣れていない人が正座をすると、足の血流が止まり、足がしびれてきます。そのまま長時間正座を続けると、足の感覚がなくなって、立てなくなってしまいます。つらいと感じたら、「足をくずしてもいいですか」と聞くなどして、ほかの楽な座り方に変えましょう。

▶ あぐら Agura (sitting cross-legged)

The verb for sitting this way is あぐらをかく (sit with crossed legs). Men often sit like this. Recently, more girls and women are starting to sit this way. However, many people believe that they should not sit cross-legged.

動詞では「あぐらをかく」といいます。男性がよくする座り方です。最近では若い人を中心に、女性でもこの座り方をする人が増えていますが、人によっては「女性はあぐらをかくべきではない」と考える人もまだ多くいるのも事実です。

▶ ^{よこずわ}横座り Yokozuwari (sitting with one's legs out to the side)

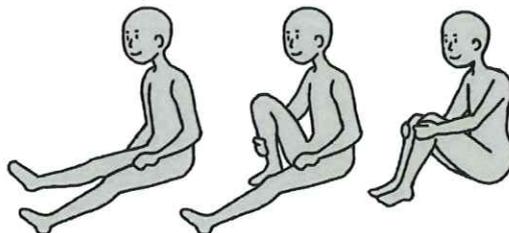
To sit casually, many girls and women sit like this.

女性が足をくずして座る場合、この方法を使う人が多いようです。

▶ ^{すわ かた}そのほかの座り方 Other sitting styles

Sitting with your legs stretched out, sitting with one knee raised, or sitting while holding your knees are not commonly used in Japanese-style rooms.

足を前に投げ出す、片膝を立てる、体育座りなどは、いずれも和室ではあまり一般的な座り方ではありません。



● まも お守り Omamori (amulets)

Japanese amulets can be purchased at shrines and temples. There are many types of amulets with different requests or wishes. For example: 家内安全 (I pray that my family can live safely!), 学業成就 (I hope that I can pass my exam!), 商売繁盛 (I hope that I can have success in my business!), and 恋愛成就 (I hope that I can get lucky in love!). Some people purchase amulets with cute colors and designs as souvenirs. It is believed that having amulets for a long time is not good. When your wish or hope comes true, you should return your amulet to the shrine or temple where you got it. Then, do *oree-mairi*, which means thanking the shrine or temple.



日本のお守りは、神社やお寺で買うことができます。願いの種類によって、「家内安全（家族が無事に暮らせませすように!）」「学業成就（試験や受験に合格しますように!）」「商売繁盛（商売がうまくいきますように!）」「恋愛成就（恋愛がうまくいきますように!）」など、さまざまな種類があります。最近は、色やデザインのかわいいお守りをお土産として買う人もいますが、お守りを長い間ずっと持っているのはよくないことと考えられています。願いが叶ったときは、その神社やお寺にお守りを返して「お礼参り」をしましょう。

● かぞく よ かた 家族の呼び方 How to refer to family members

In Japanese, there are different words used to talk about a father (*chichi* or *otoosan*) and mother (*haha* or *okaasan*). Here is how to use the words: you use *chichi* (father) and *haha* (mother) to talk about your own family and *otoosan* (father) and *okaasan* (mother) to talk about another person's family. However, they are based on the situation, the age of the speaker, and other things. Use these words as previously described in formal situations. For example, at work or when talking to an older person. In an informal situation, such as with friends, or when the speaker is a student, the speaker will talk about their own parent as *otoosan* or *okaasan*. Also, they will talk about their older sibling as *oniisan* (older brother) or *oneesan* (older sister). For example, you could see a young professional athlete talk about their own father as *otoosan* (father) when interviewed on television. When you hear a young Japanese person talk about a family member as *otoosan*, *okaasan*, *oniisan*, or *oneesan*, think about whose family member they are talking about.

Please remember not to attach *-san* (an honorific) to a word used to talk about someone younger in the family than you. For example, *otooto* (younger brother), *imooto* (younger sister), *musuko* (son), or *musume* (daughter).

日本語では、父親・母親を表すことばに、「父・母」と「お父さん・お母さん」と、異なる言い方があります。使い分けは、「自分の家族」の場合は「父・母」、「ほかの人の家族」の場合は「お父さん・お母さん」と一般的に説明されますが、実際には、場面のフォーマリティーや、話者の年齢などによって、使い分け方が異なります。仕事などのフォーマルな場合や、目上の人と話す場合は、前述のような使い分けがされますが、友だち同士などインフォーマルな場合や、特に話者が学生などの若い世代の場合は、自分の親について話すときも「お父さん・お母さん・お兄さん・お姉さん」が使われることも多くなっています。例えば、若いオリンピック選手が、試合後のインタビューで、自分の親のことを「お父さん」のように呼んでいる場面もしばしば見られます。若い日本人が「お父さん・お母さん・お兄さん・お姉さん」などのことばを使っているのを聞いたら、それはだれの家族のことを言っているのか、ちょっと考えてみましょう。

ただし、自分よりも下の人を表すことば（弟・妹・息子・娘など）には、「さん」を付けた形を自分の家族に対して使うことはありません。

日本の生活
TIPS● にほんじん なまえ
日本人の名前 Japanese people's names

In Japan, you should notify the city office of your child's name within fourteen days of their birth. To choose a name, you can search the meanings and pronunciations of kanji characters in books of baby names. The meaning of the kanji characters could be a good fortune for the child's future.

Popular names are changing. In the past, girls' names usually ended in 子 (-ko). Also, boys' names with characters showing the order they were born, like 一 (ichi, meaning number 1) and 二 (ji, meaning number 2), were popular. These are not used as much now. First names with a single kanji character are popular today. For example, 蓮 (Ren). There is a limited number of kanji characters that can be used in names. However, there is no limit on how they can be pronounced. Therefore, some names are difficult to know how to pronounce. For example, 海音 (Kanon) and 奏夢 (Rizumu).

日本では赤ちゃんが生まれると、14日以内に名前を決めて役所に届けを出すことになっています。名前を決めるためには、名づけの本で漢字の意味や音を調べたり、姓名判断で運勢を調べたりします。

人気の名前は時代によって変化します。昔は「～子」がつく女性の名前や、生まれた順に「一、二」などの数字を入れた男性の名前がポピュラーでしたが、今では少なくなってきています。最近では、「蓮 (レン)」など漢字1文字の名前が人気です。また名前に使える漢字は決まっていますが、読み方には制限がないため、「海音 (カノン)」「奏夢 (リズム)」のような、読み方が難しい名前が増えています。

● かんぱい
乾杯 Giving a toast

The custom of giving a toast and raising our glasses when drinking alcoholic beverages with others happens worldwide. We say *kanpai* (cheers) to give a toast in Japanese! The word *kanpai* uses kanji characters that mean (1) you are taking a full cup (杯) and (2) emptying it (乾かす). You do not have to finish the cup of alcohol. You should take a sip after the toast. After that, you can drink whenever you want.

At a party or other gathering, everyone participates in the toast to start the event. It is common for people to wait to drink until after the toast. In addition, the person giving a toast is usually the highest-ranked person or the guest of honor. When a toast is given, you should touch your glass with the other peoples' and take a sip. Some people clap their hands afterwards.

お酒を飲むときにあいさつをしてグラスを合わせる習慣は世界中にあります。日本語ではこのあいさつは「乾杯！」と言います。「乾杯」は「杯」を「乾かす」と書きますが、日本の場合、グラスの中の飲み物をすべて飲み干す必要はありません。乾杯のあとは、必ず一口飲まなければなりません。あとは自由に飲みます。

パーティーなどでは、はじめに全員で乾杯をして、会を始めます。この乾杯がパーティーのスタートの合図なので、乾杯をするまでは、飲まずに待っているのが普通です。また、パーティーでは、乾杯の発声をする人は、参加者の中で最も地位が高い人や、来賓の人などが選ばれます。乾杯の発声のあとは、周りの人とグラスを合わせ、一口飲んだら、拍手をすることもあります。

● カラオケ Karaoke

Karaoke is entertainment that was invented in Japan. It is an activity that allows anyone to sing their favorite songs. Karaoke in Japan is mainly done in a karaoke box. A karaoke box is small room where people can gather and sing. Karaoke is popular for everyone. For example, students with friends after school or on a holiday, or working adults after drinking with coworkers. Recently, the practice of *hitori-karaoke* (one-person karaoke) has become popular. This involves singing alone in a karaoke box.



だれでも伴奏に合わせて好きな歌を歌うことができるカラオケは、日本で生まれた娯楽です。バーなどで、知らない人の前で歌う形式もありますが、現在では、仲間同士で小さな部屋に行って歌う「カラオケボックス」が主流になっています。カラオケボックスは、学生が放課後や休日に友だち同士で利用したり、社会人が飲み会のあとの2次会や3次会で利用したりなど、気軽に利用できる娯楽として人気があります。また、最近では、1人でカラオケボックスに行って歌う「1人カラオケ」も一般的になっています。

▶ カラオケボックスの^{りようほう}利用法 How to use a karaoke box

A typical system is described below:

店によって違いはありますが、だいたい以下のようなシステムです。

1. Determine the number of people and the length of time you want to sing

Some karaoke boxes charge a fee based on the amount of time you use it. Others charge a fixed fee for a certain amount of time, which is called "free-time." Food and drinks can also be ordered. Some places offer an *nomi-hoodai* (all-you-can-drink plan) that is included in the room fee. There are many different services available. Each day and time could offer a different service. The staff can recommend a plan for you based on the amount of people and amount of time you want to sing.

人数と利用時間を言う

カラオケボックスのシステムには、時間ごとに料金がかかる方式と、ある時間の間なら同じ値段で利用できる「フリータイム」の方式があります。また、飲み物や食べ物は別に注文する場合のほか、飲み物が「飲み放題」として部屋代に含まれているプランもあります。曜日や時間帯によって、どのサービスがあるかは違いますので、受付で人数と利用したい時間を言えば、店の人がおすすめのプランを教えてください。

2. Register at the front desk

One person should write down their name, address, and other details on a form. Then, give it to the front desk staff. You may be asked if you want to become a member. If you might use it a lot, then you should become a member. This will give you lower fees and points.

受付をする

代表者が名前や住所などを書いて受付をします。このとき会員になるかどうかを聞かれます。もし、たくさん利用するかもしれないときは、会員になっておくと、そのあとの利用から、安い料金で利用できたり、ポイントがたまったりします。

3. Order food/drinks and choose songs

Order a drink when you enter the room. There is typically a system called the one-drink-see (one-drink system). For this system, each person must order one drink. You can choose a song to sing from the tablet device. You can search for songs by song name, song artist, genre, and other things. You can order food and drinks from the tablet device or through a front desk telephone near the door of the room.

18 何かプレゼントをあげませんか？

注文する／曲を入れる

部屋に入ったら、飲み物を注文します。飲み放題ではないプランの場合も、「ワンドリンク制」といって、必ずドリンクを1人1つ注文しなければならないことが一般的です。曲を入れるときは、歌いたい曲を、タブレットのようなタッチパネル式のリモコンで入力し、本体に転送します。曲は、曲名、歌手名、ジャンルなどから探すことができます。歌っている間に食べ物や飲み物を注文するときは、このタッチパネルから注文できるほか、部屋の入り口付近にあるインターホンを使って注文することもできます。

4. Leave your room

Five minutes before your session will end, a staff will remind you that you are almost finished by calling you on the front desk telephone. You can stay in the room (*enchoo*) if there is nobody waiting to use it. You can leave the room after the last song is finished. You will pay at the front desk.

部屋を出る

利用時間の5分前になったら、店の人がインターホンで教えてくれます。もっと歌いたい場合は、ほかの人が待っていないければ、「延長」することができます。そのまま終わる場合には、そのとき歌っている曲を歌い終わったら、部屋を出ます。レジで料理や飲み物の料金、また利用時間を延長した場合の延長料金などを精算して払います。

● よが 寄せ書き Yosegaki (collection of messages)

People usually write messages for others when they change jobs, retire, get married, and other special occasions. The messages are written on a colored piece of paper or card. This is known as *yosegaki* (collection of messages). Many people write messages on a single piece of paper or card. As a wedding gift, people who cannot attend the wedding can write a message on the paper or card.

A *shikishi* (fancy paper for poem writing) used for a *yosegaki* is a thick, square piece of paper with a gold-colored border. *Shikishi* is also used for autographs of celebrities. A *yosegaki* on *shikishi* can be used as a decoration on a wall.

転職や退職などのお別れのときや、結婚などのお祝いのときなどに、1枚の色紙やカードに複数の人がメッセージを書き込んで贈ります。これが「寄せ書き」です。会社の同僚など、グループの人がみんなで寄せ書きをすることで、多くの人がメッセージを寄せることができます。例えば、結婚祝いの寄せ書きは、結婚式に出席しない人も、お祝いの気持ちを伝えることができます。

寄せ書きに使われる「色紙」は、厚い正方形の紙で、たいてい金色の縁が付いています。色紙は、有名人のサインを飾るときなどにも使われます。色紙に書かれた寄せ書きは、もらった人は部屋の壁に飾ったりします。