



にほん ほか くに ちいき せいかつ ちが
日本と、他の国や地域では、生活のルールやマナーが違います。

し はんざい ま こ
ルールやマナーを知らないと、トラブルや犯罪に巻き込まれてしま

にほん し まな
うことがあります。日本（いわき市）のルールやマナーを学んで、

あんぜん あんしん せいかつ おく
安全で安心な生活を送れるようにしましょう。

し
いわき市



IWAKI CITY

せいかつ 生活のルールやマナー



アパートを借りたとき

- ・借りている人だけが住むことができます。
- ・他の人が住むのはダメです。他の人に貸すのもダメです。
- ・みんなで使うところ（廊下、階段など）に、物を置いてはダメです。
- ・部屋はきれいに使いましょう。
- ・引越しをするときは、契約を終わりにする手続き（解約）が必要です。
- ・引越しをするときは、きれいにしてかえます。



ルールを守らない場合は、退去させられる場合もあります。
ルールが分からないときは不動産屋や大家さんに聞きましょう。

- ・大きな声や音を出してはダメです。
 - ・廊下やベランダで大きな声でのおしゃべりはダメです。
 - ・大きな音で音楽をかけてはダメです。
- （特に、夜遅い時間や朝早い時間には気を付けましょう）



- ・他の住民とトラブルになります。
- ・警察が来て、注意されることがあります。



お静かに
Quiet, Please



- ・出かけるときは、必ず家のドアや窓のカギをかけましょう。
- ・家にいるときも、カギをかけましょう。



- ・カギをかけないと、どろぼうなどの被害にあいます。

- ・使っていない土地に許可なく入ってはダメです。
- ・勝手に使ってもダメです。



- ・土地の持ち主とトラブルになります。
- ・犯罪になります。法律でダメです。



公園など誰でも使える場所にもルールがあります。
ルールを守って使いましょう。

だ かた ごみの出し方のルールやマナー



- ・ごみの出し方にはルール（決まり）があります。
- ・ごみを分けて出します。（いわき市では10種類に分けます）
- ・決まった曜日の朝8：30 までにに出します。
- ・15～45ℓの無色または半透明の袋を使います。
- ・決まった場所に出します。
- ・道路や空地（使っていない土地）に捨ててはダメです。



だ かた どうが
ごみの出し方ルール（動画）

ルール（決まり）を守らないと、近所の人困ってトラブルになります。ごみを道に捨てると、街が汚れます。

えい ご
英 語

English



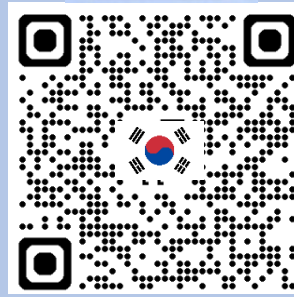
ちゅうごくご
中 国語

中文



かんこくご
韓国語

한국어



ベトナム語

Tiếng việt



うえ だん かくげんご も じつ だ かた どうが
（上の段）各言語の文字付きごみの出し方ルール（動画）

した だん かくげんご だ かた せつめい
（下の段）各言語でのごみの出し方（説明）



燃やすごみ
しゅう かい
週2回
可燃
かねん

容器包装プラスチック
よう ぷ
週1回

燃やさないごみ
しゅう かい
6週に1回
不燃
ふねん

製品プラスチック
せい ぷ
6週に1回

いわき市ホームページ「家庭ごみの分別」
www.city.iwaki.lg.jp/www/genre/1691645616298/



ごみ分別アプリ「さんあ〜る」



さんあ〜る®

Android



iOS



うえ いがい かくにん
上の4つ以外のごみは、アプリで確認ください

えい ご ちゅうごくご かんこくご べトナム語 たいおう
英語、中国語、韓国語、ベトナム語に対応

じてんしゃ 自転車のルールやマナー



- ・ じてんしゃを買ったら、防犯登録の手続きが必要です。
- ・ じてんしゃに乗るときは、保険に入る手続きが必要です。
(どちらの手続きも自転車販売店でできます。)
- ・ じてんしゃをもらうとき、あげるときは、登録を変える必要があります。(変更)
- ・ じてんしゃを捨てるときは、登録をやめる必要があります。(抹消)

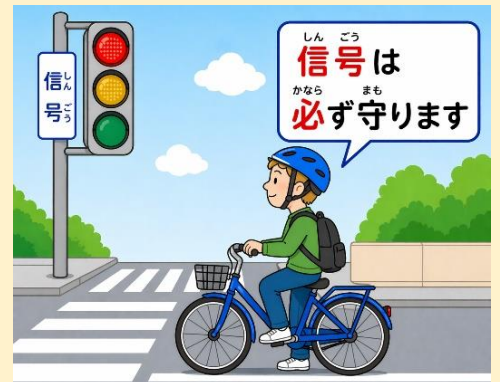


- ・ 防犯登録の手続きについて
 - ・ 保険に入る手続きについて
- 日本語、英語、中国語、
韓国語、やさしい日本語

(参考) 東京都多文化共生ポータルサイト
(Tokyo Intercultural Portal Site)

- ・ 信号は必ず守りましょう。
 - ・ 車道の左側を走りましょう。
 - ・ 夜はライトをつけましょう。
 - ・ 1列で走りましょう。となりに並んで走ってはダメです。
 - ・ お酒を飲んで、自転車に乗ってはダメです。
 - ・ 携帯電話を使いながら、自転車に乗ってはダメです。
 - ・ イヤホンを付けて、自転車に乗ってはダメです。
- ※決まり(ルール)をやぶると、罰金を払わなければなりません。

ルールを守らない危険な運転は、歩いている人にケガをさせてしまうかもしれません。



じてんしゃの交通ルール
(Bicycle Traffic Rules)
日本語/英語
(Japanese/English)

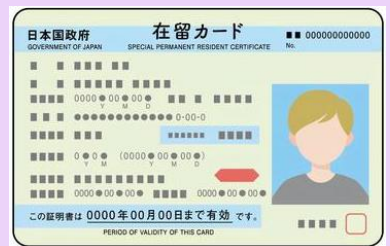
【制作：株式会社エコンテ】

自分の自転車には必ずカギをかけて、駐輪場などの決められた場所に止めましょう。
カギがかかっていない自転車が道に置いてあっても、持ってってはダメです。

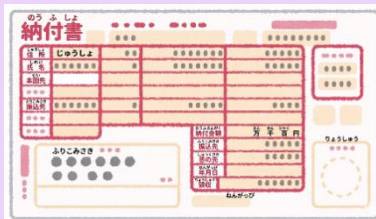


その他

- ・在留カード、マイナンバーカード、運転免許証などを他の人に貸してはダメです。他の人から借りてもダメです。
- ・銀行口座やキャッシュカードを他の人に譲ってはダメです。売ることもダメです。
- ・個人情報を書いてあるものを許可なく SNS などに載せてはダメです。
- ・「闇バイト」（簡単に高いお金になるアルバイト）に注意しましょう。



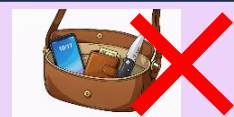
・犯罪やトラブルになります。



・税金（国民健康保険税や市県民税など）は、約束の日（納期限）までに必ず払いましょう。払わずにいと、病院の治療費の全部を自分で支払ったり、給料や財産が差し押さえられたりすることがあります。

・支払いの方法が分からないときは、市役所（税務課：0246-22-7422）や各支所の税務事務所で確認しましょう。払うことを忘れないように口座振替（口座からの自動引き落とし）がおすすめです。

- ・自分の身を守るためでも、ナイフなどの危険物を持ち歩いてはダメです。



- ・たばこは、決まった場所（喫煙所）で吸いましょう。
- ・歩きながら、たばこを吸ってはダメです。
- ・吸い終わったたばこを、道路に捨ててはダメです。



こま そうだん ～困ったときは相談しましょう～

【相談をするときのポイント】 相談をする前に、困っていること、聞きたいこと、伝えたいことなど、メモでまとめておくといでしょう

じけん じこ 事件や事故のとき

でんわ
電話(☎)：110



か じ きゅう びょうき け が 火事とき・急な病気・怪我のとき

でんわ
電話(☎)：119



そうだん だれかに相談したいとき (生活支援・コミュニケーション支援)

いわき市国際交流協会(Iwaki International Association)にご相談ください。
直接行って相談することができます。電話やメールで相談することもできます。
日本語教室など日本語学習についても相談できます。

(対応言語) 日本語、英語、中国語、韓国語

- ・場所 いわき市平字堂根町1-4
(いわき市文化センター1階)
- ・時間 8:30～17:15 (月～金曜日)
(土曜日・日曜日・祝日を除く)
- ・電話(☎) 0246-22-7409
- ・メール(✉) info@iia-fukushima.or.jp



WEBSITE



FACEBOOK



INSTAGRAM



X



LINE



～ やく た じょうほう 役に立つ情報 ～

☑ いわき市 (Iwaki City)

えつらん ほじょ げんご えら
閲覧補助から言語を選ぶことができます。

（ えいご ちゅうごくご かんこくご べトナムご ねパールご、
ミャンマーご、タガログご、インドネシアご ）



☑ いわき市国際交流協会

IIA (Iwaki International Association)



☑ 福島県国際交流協会

FIA (Fukushima International Association)



でんわ むりょうつうやく さんしゃつうやくでんわ
電話による無料通訳サービス 三者通訳電話 (トリオフォン)
(3-way Free Call Interpreting) ☎ 024—524—1316

たいおう かようび どようび しゅくじつ ねんまつねんし やす
対応: 火曜日～土曜日 9:00～17:15 (祝日・年末年始は休み)

☑ 出入国在留管理庁

ISA (Immigration Services Agency)

せいかつ どうが げんご
(生活オリエンテーション動画 *19言語)



☑ いわき市防災マップ

えいご べトナムご にほんご
(英語、ベトナム語、やさしい日本語)



やく た じょうほう ～ 役に立つ情報 ～

☑ NHK World JAPAN

せいかつ ぼうさい じょうほう
がいこくごの生活と防災の情報

Multilingual Portal: Japan LIFE & BOSAI

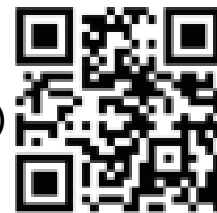


☑ ないかくふ ぼうさいじょうほう 内閣府 (防災情報のページ)

Cabinet Office, Government of JAPAN



つぎ げんご
次のページ(P8)のポスター(15言語)



15 Languages	
にほんご 日本語	Japanese
えいご 英語	English
ちゅうごくご かんたいじ 中国語 (簡体字)	中文(简体)
ちゅうごくご ほんたいじ 中国語 (繁体字)	中文(繁體)
かんこくご 韓国語	한국어
すぺいんご スペイン語	Español
ぼるとがるご ポルトガル語	Português
べとなもご ベトナム語	Tiếng Việt
たいご タイ語	ภาษาไทย
いんどねしあご インドネシア語	Bahasa Indonesia
たがろご タガログ語	Tagalog
ねぱーるご ネパール語	नेपाली भाषा
くめーるご クメール語	ភាសាខ្មែរ
びるまご みゃんまーご ビルマ語 (ミャンマー語)	မြန်မာ
もんごるご モンゴル語	Монгол хэл

が い こ く じ ん か た
外国人の方へ

さい が い み ま も
災害から身を守ろう!

How to Mitigate Disasters - A Guide for Foreign Nationals in Japan

1 にっぽん しぜんさいがい し
日本の自然災害を知ろう

日本は 自然災害（地震、つなみ、台風、つよい雨など）がたくさんあります。6月から10月は 台風・つよい雨がふえます。大きな災害の時は、いつもの生活ができなくなります。



2 さいがい まえ じゅんび
災害がおきる前に 準備しよう

被害を 少なくするため 災害がおきる前に 準備をしてください。

自分でできる準備

にげる時の 持ちもの
を準備する



家具が たおれない
ようにする



水や たべもの
を準備する
など



地域でできる準備

災害が おきたときは
地域のつながりが助けに
なります。地域の
防災訓練（にげる練習）や
ボランティアに 行きましょう。

We'll have an
emergency drill.



3 さいがい じょうほう かくにん
災害の情報を確認しよう

災害の情報がわかる アプリ や WEB
サイトがあります。事前に スマートフォン
（けいたい電話）などに 登録してください。
とくに 台風は くる前に わかります。

ちかくの避難所
（にげる場所）などを
確認してください。

役所などで いろいろなことばで
情報をだしていることがあります。
災害がおこる前に 確認しましょう。



4 あんぜん ひなん
安全に避難しよう（にげよう）

災害がおきた時 あぶない場所に
いる人は 安全な場所へ

にげてください。にげる場所は
小学校・中学校などの公共しせつです。



コロナの中で 安全に にげる方法を
たしかめてください。



地震・つなみの時

海のちかくで 地震を感じた時は、
高いところに にげてください。



つよい雨の時

川や崖（水のちかく）
に行かないでください。



つなみのときは
つなみフラッグ（赤白の旗）
を出します。

See this info in your own language. このポスターは いろいろな国の ことばで よむことができます。



QR Translator.

English

简体中文

繁體中文

한국어

Português

Español

Bahasa Indonesia

Tiếng Việt

Tagalog

ภาษาไทย

नेपाली भाषा

ភាសាខ្មែរ

ᠮᠣᠩᠭᠤᠯ ᠬᠡᠯ

発行元：内閣府 監修・協力：法務省、消防庁、観光庁、気象庁

※アプリ、WEBの情報は2024年8月末時点

はっこう しだんじょきょうどう たぶんかきょうせい
発行/いわき市男女共同・多文化共生センター

2026年7月