

中文
中国語（簡体字）

外国人市民生活礼仪手册

~为了大家和谐愉悦的共居环境而设~



日本与其他国家的生活礼仪与规范存在差异。

若不了解相关礼仪与规范，可能引发纠纷甚至触犯法律。

请学习日本的礼仪规范，以确保安全、安心地生活。

蒲郡市

在留卡・社会保险

自己的在留卡，自己随身携带保管

- 年满16周岁者，在留卡必须随身携带。若遇入管或者警察盘问时在留卡没有随身携带，可能会被处罚20万日元以下的罚款。
- 在留卡需由本人自行保管。不得交由家人或他人代管。
- 严禁将记载个人信息的资料（如证件）发布于社交媒体等平台。

即使对规定不知情，亦可能受到处罚，请务必注意。



如不清楚办理手续及支付方式，请向市政府咨询

国民健康保险・社会保险不得转借他人使用

- 在日本，全体居民均须加入国民健康保险或社会保险。
- 在职人员需加入社会保险，相关手续由所属单位办理。
- 离职时，请务必自行前往市政府办理转为国民健康保险的手续，切勿遗漏。



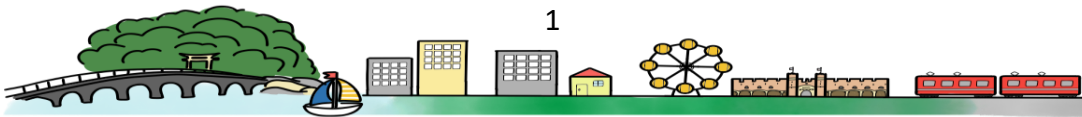
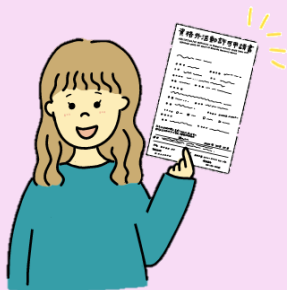
未缴纳保险费用可能导致在留资格无法更新。
保险证严禁转借他人，请使用本人持有的保险证。

持“家族滞在”或“留学”在留资格者，从事兼职前须办理相关手续

- 兼职前必须申请“资格外活动许可”。
- 持许可从事兼职者，每周工作时间不得超过28小时。
若未遵守规定，可能导致在留资格无法更新。
- 严禁在酒吧、游戏厅、弹珠店等场所从事兼职活动。

若违反规定，可能会被强制遣返。

即便在不知情的情况下从事相关工作，也可能受到处罚。



生活礼节与规则①



允许进行烧烤活动的区域具有明确限定：

- 烧烤并非所有场所均可进行。
涉及明火使用时，必须提前确认该区域是否允许生火。
- 禁止擅自进入荒地或私人农田等区域。

违反上述规定可能受到警方警告。

允许游泳的海域有明确规定

- 在禁止游泳的海域戏水存在安全隐患。
- 本地区仅以下两处为指定可游泳海域：
 - ①西浦温泉棕榈海滩
 - ②三河大岛东滨海水浴场（需乘定期船只前往）



禁止在海中捕捞鱼类、螃蟹、贝类、蛤蜊等

- 请在规定场所，仅捕捞个人食用的分量。
- 禁止捕捞鱼类、螃蟹、贝类、蛤蜊用于出售。



禁止在道路上吸烟或丢弃垃圾

- 日本法律规定年满20岁方可吸烟。
- 请在指定场所（吸烟区）吸烟。禁止边走边吸。
- 禁止将吸完的烟蒂丢弃在道路上。
- 日本垃圾箱数量较少。请自行将垃圾带走。



生活礼节与规则②

如有不明之处，请向房产中介或房东咨询。

请遵守公寓管理规定

- 仅限租住者本人居住。其他人员不得入住。
- 不得将房间转租给他人。
- 搬迁时需办理退租手续。
- 禁止在公共区域（走廊、楼梯等处）放置私人物品。
- 公寓分为允许饲养宠物和禁止饲养宠物的房间类型，请在租住时进行确认。

若违反规定，可能导致无法继续租住。



请避免制造过大噪音或发出过大声音

- 请勿大声喧哗吵闹
- 请勿在走廊或阳台聚集交谈
- 请勿高声播放音乐

否则可能招致警方上门警告。

夜间和清晨请特别留意。

在家中烧烤时，也请注意避免油烟飘入邻居家中

- 请勿在公寓阳台进行烧烤
(因与相邻阳台距离较近，会产生油烟和气味)
- 在庭院烧烤时，也请留意是否有大量油烟飘向邻居房屋



请锁好房门及窗户

- 外出时请务必锁好房门及窗户。
- 即使在家中也请锁好门窗。

不锁门窗将增加遭遇犯罪的风险。

即使短时间外出（如扔垃圾等），也请务必锁好门窗。



垃圾分类及投放规范

可燃垃圾袋



请遵守垃圾投放规定

- 垃圾投放有相应规则：
 - ① "可燃垃圾"需使用规定的专用垃圾袋（指定垃圾袋）。
可在便利店或超市购买，不得使用其他袋子。
 - ② 请在指定日期的早晨6:00至8:00间，将垃圾投放至指定场所。
（具体投放日期请查阅《垃圾投放指南手册》）
- 禁止将垃圾丢弃在道路或空地等处。

可能导致周边居民的投诉与纠纷。

将垃圾丢弃在道路上会破坏城市环境。

资源性垃圾及其他分类

- 请将塑料瓶、易拉罐、玻璃瓶以及其他资源垃圾，按照自己所在居住地区的规定，正确分类后投放到资源回收点。

再生资源类家电不可随意丢弃

- 日本对于电视、空调、冰箱、洗衣机及衣物烘干机，有特定的丢弃法律规定。
- 请委托购买商家或电器商店进行回收处理。（需支付再生资源处理费用）



大型垃圾

- 大型垃圾（※边长30厘米以上物品）需直接运送至清洁中心处理（不可投放至可燃垃圾站）
- 禁止拾取他人丢弃的垃圾。

大型垃圾示例：



桌子



微波炉



床

垃圾投放规则可查阅《垃圾投放指南手册》。
《垃圾投放指南手册》也可通过智能手机或平板电脑的“さんあ～る”应用查看。



《垃圾投放指南手册》
（仅限日语）



App Store



Google Play

「さんあ～る」



机动车相关礼仪与规定

请遵守日本的驾驶规则

- 在日本驾驶机动车时，必须持有在日本有效的驾驶执照。
- 务必遵守交通信号灯。
- 不得在他人停车场或公共道路上擅自停车。
- 为应对事故风险，建议投保商业保险（任意保险）。



车上所有人员均须系好安全带

- 请务必系好安全带。
- 搭载6岁以下儿童时，请使用儿童安全座椅。

酒后驾驶，同乘人员亦会被处罚金

- 严禁饮酒后驾驶机动车。（日本允许饮酒年龄为20岁）
- 禁止在驾驶过程中使用智能手机或移动电话。

不遵守交通规则的驾驶行为将可能受到处罚。



自行车的礼仪与规则

请办理自行车防盗登记

- 自行车需办理“防盗登记”。
- 接收或赠与他人自行车时，需办理登记信息变更手续。
- 丢弃自行车时，需办理“防盗登记”的注销手续。



相关手续可在自行车销售店办理。

未办理防盗登记，车辆可能被怀疑为被盗物品。

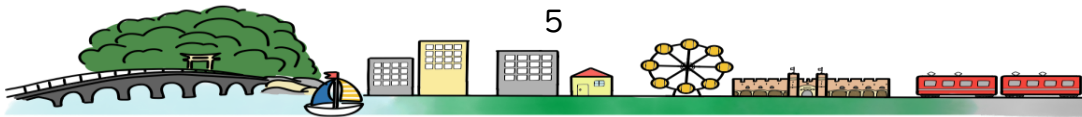
请购买用于应对事故的保险

- 请在道路左侧骑行。
- 请佩戴头盔。
- 必须加入自行车损害赔偿保险。
- 2026年4月起，自行车交通规则的罚款金额已提高。



自行车交通规则
(仅限日语)

如需加入自行车损害赔偿保险，也可在有TS标志张贴的自行车销售店办理相关手续。



实用信息汇总

以下为您汇总了生活实用信息，请扫描二维码获取详情。

SNS 社交媒体

面向在蒲郡市内居住的外国人，
以多语种发布市政信息与活动资讯。



蒲郡市官方网站

蒲郡市官方主页，设有面向外国人市民的多种语言页面。



安心ひろめ～る

蒲郡市的邮件推送服务。需预先完成注册。

(英语·支持菲律宾语·越南语·支持葡萄牙语·西班牙语·中文(简体·繁体))



蒲郡市官方LINE账号

蒲郡市官方LINE账号，请添加为好友。



生活指导视频

针对生活中各类场景的规定，
以易于理解的方式制作成视频的说明。

(日语·英语·支持菲律宾语·支持葡萄牙语·越南语·中文·西班牙语)



生活指南手册

收录生活必需信息的指南手册。

(英语·支持菲律宾语·支持葡萄牙语·越南语·中文·西班牙语)



遇到困难时请及时咨询

咨询要点

进行咨询时，建议您提前将遇到的困难、想询问的事项、需要传达的内容等整理成简要笔记。

紧急情况 （提供部分外语对应服务，无需费用）

案件或事故时

 110



呼叫警察。（拨打110）

火灾或突发疾病时

 119



火灾→呼叫消防车。（拨打119）

突发疾病或受伤→呼叫救护车。（拨打119）

需要咨询时

若在市役所办理手续等方面有不懂之处，请联系蒲郡市外国居民咨询窗口。我们提供多语言咨询服务，内容涵盖医疗、税务、福利、养老金、生育、育儿及工作等相关各类生活困扰。

蒲郡市市民生活部 共创共生科 外国居民咨询窗口

○办公时间 周一至周五 9:00~16:00 ※具体时间因语言而异

【休息日：周六、周日、法定节假日、年末年初】

○电话咨询 0533-66-1179 （支持菲律宾语/他加禄语、越南语、英语）

○平板设备咨询（支持葡萄牙语、西班牙语、中文、韩语、柬埔寨语、印尼语等）

爱知县配备多文化社会工作者，可为劳动权益、税务、医疗、教育等多领域问题提供多语言咨询支持。

知县多文化共生中心

○服务时间 周一至周六 10:00~18:00

【休息日：周日、年末年初（12月29日~1月3日）】

○咨询电话 052-961-7902

（支持葡萄牙语、西班牙语、英语、中文、菲律宾语/他加禄语、越南语、尼泊尔语、印尼语、泰语、韩语、缅甸语、俄语、乌克兰语）