

仙台多文化共生中心杂志

日本生活礼仪（日本の生活マナー）



Q. 收到过附近或近邻人有关生活礼仪的提醒。并没有刻意制造麻烦，为什么还会收到提醒呢？

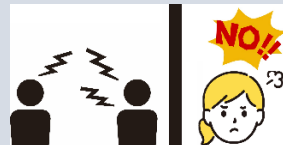
A. 有些事在您本国并不算问题，但在日本可能就会是纠纷的根源。我觉得了解这些后，在今后预防纠纷方面会起到一定作用。

对于我来说就是普通的声音，为什么还会有投诉？

Q. 被说“深夜或清早会发出很大声响”“能听见在阳台或走廊里大声讲话”。

“我并没刻意制造那么大的声响。为什么还会被提醒。”

A. 在日本，制造很大的声响会被视为给他人添麻烦。有一些公寓等集体住宅墙壁比较薄，自己觉得不大的声响也容易被别人听见。特别是在深夜或清早发出声响，邻居会感觉被打扰到了睡眠，这就会成为纠纷的根源。在日本，居住在像公寓这种邻里相距很近的地方，要特别注意为了彼此的生活不要发出过大的声响。



在自己国家明明没问题，为什么还会在自行车规则方面被提醒呢？

Q. 被提醒“不要并排骑行”“不要把自行车停在路上”。

在我的国家没问题，为什么在这里不行？

A. 日本有很多窄路，并排骑行可能会与行人或对向来的自行车相撞。

相互遵守交通规则，可以确保安全无事故通行。如果不遵守规则，就一定会被处以罚款。

人行道，是保证行人安全通行的重要场所。如果将自行车停放在路边，就会影响老人等行人的通行，导致事故发生。

因此，不可以将自行车停放至规定自行车停放处以外的地方。如果不遵守规则，自行车将会被收走。



为什么不能在自己方便的时间仍垃圾？

Q. 为什么不能前一天晚上就扔垃圾，一定要当天早上扔？

A. 之所以不能过早把垃圾拿出去，是因为乌鸦、猫等动物会扒开垃圾袋，把垃圾翻得到处都是。散落的垃圾就不得不由町内会的人或者邻居来清扫。

另外，前一天晚上就把垃圾扔出去，垃圾的气味会长时间扩散在垃圾回收点周围，不利于卫生。



为什么不同类型的垃圾，扔法会有那么细致的规定呢？

Q. 我从町内会那听说了正确垃圾分类的事。日本为什么一定要分的这么细致呢？

A. 垃圾中有很多像纸类、金属、塑料等可以回收利用的资源。

为了能够资源回收，减少垃圾量，确定了垃圾分类的规则。

每个自治体垃圾处理方法各不相同，因此各自治体的垃圾分类方法也不同。



接下页→

7 种语言宣传杂志

简体中文以外，还有日语 / にほんご，英语 / English，中文（繁体字） / 繁體中文，韩语 / 한국어，越南语 / Tiếng Việt 和尼泊尔语 / नेपाली。

在 SenTIA 主页上也能查看到。此外，在仙台多文化共生中心也可领取。



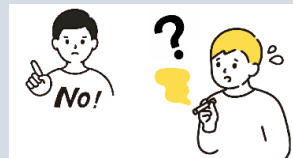
为什么不能在任意地点吸烟？

Q. 在外面吸烟就会被人说“这里禁止吸烟”。明明没有引起火灾的风险，为什么不行？

A. 根据地区不同，有些地方禁止在路上吸烟或在规定场所以外的地方边走边吸烟。

不吸烟的人会因为被动吸烟而吸入烟雾。

此外，边走边吸烟时，烟头的高度正好在儿童脸的位置，非常危险，所以要顾及身边的人。



大型垃圾，为什么不能当成普通垃圾扔掉？

Q. 决定回国前扔家具等大型垃圾时，如果扔到平时的垃圾回收点就会被提醒“这个不能扔”，为什么？

A. 有扔大型垃圾的规则。最长部分超过 30cm 的大型物品，必须事先预约，作为“粗大垃圾”来丢弃。如果不预约就丢弃，将不会被回收，并且会堵塞道路。由于回收是两周一次，并且是指定日期，所以扔粗大垃圾前需要预留好时间进行申请。

处理粗大垃圾，请致电“粗大垃圾受理中心”（022-716-5301），或通过网络进行申请。

<https://www.sendai-sodai.jp/eco/view/sendai/top.html>

请参考扔粗大垃圾方法『Guide on How to Dispose of Bulky Waste In Sendai City』
（仅英语）的影像资料。<https://www.youtube.com/watch?v=jWKQGHq5IRI>

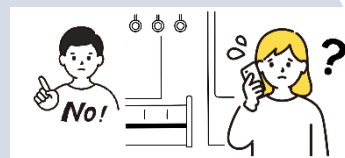


在自己国家明明没问题，可为什么在电车或公交车上通话会被提醒？

Q. 乘坐电车或公交车时，会被提醒“这里不能打电话”。为什么？

A. 在日本，在电车、公交车等公共交通上打电话是违反礼仪规范的。即使不打电话，乘客之间大声讲话的行为也被视为给周围人带来困扰。

此外还请注意，即使使用耳机听音乐等，如果音量过大声音也可能从耳机中漏出而被周围人听到。



仙台市使用多语言（英语、中文简体字、中文繁体字、韩语、越南语、尼泊尔语、简明日语）制作了“外籍市民生活礼仪手册”。

<https://www.city.sendai.jp/shiminsekatsu/kurashi/anzen/anzen/machi/documents/r8kantaizi.pdf>



“仙台生活便利手册”中也登载了在仙台生活的实用信息。

<https://int.sentia-sendai.jp/foreigner/>



让我们遵守日本生活礼仪，与附近居民一起轻松地生活。

需要外语支援的人，请咨询多文化共生中心（SenCUL）。



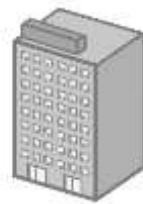
通知：在 SenCUL 闭馆日，有困难时的咨询



【SenCUL 的闭馆日于 2026 年 4 月起有改变】

应对时间 9:00 ~ 17:00。

<https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/index.php>



每周星期日休息

【遇到困难时的咨询处】

▶紧急情况、请打以下电话。请勿咨询和问询。

- 警察：110（事故・事件）
- 救护车・消防车：119（急病・火灾）（以 24 种语言应对）

▶在市政府，区政府办手续等时如有不明之处，请打仙台市综合电话服务中心「杜之都咨询电话」咨询。

022-398-4894

受理时间：全年无休 8:00 ~ 20:00（周六，周日，节假日，12 月 29 日 ~ 1 月 3 日期间为 8:00 ~ 17:00）

应对语言：日语，英语，中文，韩语，越南语，尼泊尔语

<https://guide.callcenter.city.sendai.jp>



咨询员专栏 「国度不同，文化不同，“理所当然”也会不同」

在本专栏里，配合每期的主题，由咨询员介绍各自的体验和感想。

我在日本第一次感受到的文化冲击可以说是源自“声音”。在日本居住多年，深感对于“声音”的理解及所承载的意义，不同文化之间存在着很大差异。

记得刚来时，由于研究室是在十楼，每天不得不乘坐电梯。就是这部小小的电梯，让我感受到了第一次文化冲击。每天的高峰时段，有时电梯里如同沙丁鱼罐头般拥挤，可却如无人一样地寂静。没有人随意交谈，也听不到任何多余的声音。这样的场景对初来日本的我来说简直不可思议。那种寂静甚至会让我有一种喘不过气来的感觉，而不得不有时在中途楼层下来改走楼梯。

在中国，在我生活过的城市，无论是电梯还是其他公共场合，人们一般会自然交谈。从当天的新闻到一些私人话题，各种对话会不经意传入耳中。那样的烟火气，是人们日常生活中「理所当然」的一部分。

在日本，由于声音会自然传入他人耳中，可能会打扰到他人。因此在公共场合等考虑他人的感受，保持安静被视为一种基本礼仪。设置在洗手间里的拟声电子装置「音姬」的出现也许也是基于此缘由吧。

在公共场合，人们习惯保持安静，可吃荞麦面时，响亮的吸溜声却似乎又成了「理所当然」。起初，我对此颇感不解。后查阅方知原来这种独特的吃法，是为了更好地感受荞麦的香味和口感，同时也借此表示荞麦面美味及对荞麦匠人的感谢。由此可见，同为声音，在不同的文化与场合中，所承载的文化含义也截然不同。

国度不同，文化不同，生活礼仪和习惯自然有异，有时难免带来困惑甚至误解。但如果理解了各自背后的文化因素，这些差异就可能不再是隔阂，而会成为新的发现与学习。也只有尊重当地的文化习俗，相互理解，彼此尊重，才能让多元文化和谐共存。

（咨询员 I）

在每期的语言版本中，每个咨询员都写了一篇“咨询员专栏”。

在我们的博客上可以看到每个日语翻译。欢迎阅读！

仙台多文化共生中心

せんだいたぶんかきょうせい

仙台多文化共生センター(SenCUL)



开放时间： 上午9点~下午5点

闭馆日： 星期日、法定节假日、第二个星期一、年末年初。

若作为闭馆日的星期一适逢节假日，则顺延至下一周星期一闭馆。

地址： 〒980-0803 仙台市青叶区国分町3丁目6番1号 仙台公园大楼 1层

电话： (022) 265-2471

传真： (022) 265-2472

电子邮件网址： tabunka@sentia-sendai.jp

网站： <https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/>



■ 外语咨询

如果在生活上感到困惑或遇到问题时，可以用外语进行咨询。

口译辅助电话：(022) 224-1919

对应的语种：英语、中文、韩语、越南语、尼泊尔语、他加禄语、泰语、葡萄牙语、西班牙语、俄语、印度尼西亚语、意大利语、法语、德语、马来语、高棉语、缅甸语、蒙古语、僧伽罗语、印地语、孟加拉语、乌尔都语。

为外国人举办专家咨询会

我们定期举办律师和行政书士等的「专家咨询会」。

在仙台生活中，如果有什么困惑，欢迎咨询。

严守秘密。每人30分。

咨询时间：下午1点~4点

咨询会日期，请查阅下面的网页。

<https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/consultation.html>



行政书士



律师



劳动局



出入国在留管理局



税理士



仙台市创业支援中心

ASSISTA



编辑和发行：仙台观光国际协会(SenTIA) 国际化事业部

仙台多文化共生中心受仙台市政府的委托，由（公财）仙台观光国际协会运营。

2026年8月发行