

日本で電車に乗り降りするときのマナー

Manners on Getting On and Off Japanese Trains

日本の鉄道は約 150 年、地下鉄は約 100 年の歴史があります。主要都市には鉄道網がたて・横・ななめに張り巡らされ、多くの住民が乗用車やオートバイを持たず、電車・バス・自転車だけで生活しています。このため、日本では、電車に乗るときのさまざまなマナーが発達しています。今月は電車に乗り降りする際のマナーについてお伝えします。

Japan's railway has a history of around 150 years, and the subways a history of about a century. Major cities in Japan have a network of railroads running vertically, horizontally, and diagonally, and many residents do not own passenger cars or motorcycles, but live only by train, bus, and bicycle. For this reason, Japan has developed a variety of manners for riding trains. This month we will be examining the manners for getting on and off trains.

電車の待ち方と乗り方

How to wait and board trains

日本の駅では、電車の到着を待つ間、みんながきちんと整列します。後から来た人は必ず列の一番後ろにならびます。2列か4列に並んで待ち、電車が到着すると、電車のドアの両わきに立って、降りる人が通るスペースを作ります。そして、降りる人がいなくなるまでその場所で待ってから、電車に乗り込みます。

At Japanese stations, everyone lines up neatly while waiting for the train to arrive. Those who arrive at the platform should line up at the very end of the line.

They wait in lines of 2 or 4, and when the train arrives, people stand at the sides of the train doors to make room for the passengers to get off. They wait there until the last person to deboards gets off, and only then do they start boarding the train.

日本では、このルールをほとんどの人がしっかり守ります。このため、朝夕の通勤・通学ラッシュ時間に主要な駅は非常に混雑しますが、電車の乗り降りをめぐるけんかはありません。

In Japan, this rule is strictly observed by most people. This is why there are no fights over getting on and off the train even at major stations which are extremely crowded during the morning and evening rush hours.

ちなみに、東京の新宿駅には五つの鉄道会社が乗り入れ、1日の利用者数は5社合計で 350 万人を超えます。これは世界の鉄道駅の中で一番多い乗降客数です。それでも混乱が起きないのですから、日本の乗車マナーの発達ぶりが分かります。皆さんも、せっかく日本で暮らしているのですから、そのマナーを身に付けましょう。

Incidentally, five railroad companies serve Shinjuku Station in Tokyo, and the total number of daily passengers exceeds 3.5 million. This is the largest number of passengers of any railroad station in the world. Even so, there is no chaos, which shows how well developed Japanese riding etiquette is. Since you are living in Japan, you should learn the same manners too.

いったん降りて、もう一度乗る

Get off the train once, to let passengers off

電車に乗ったら、入口付近で立ち止まらず、奥に行きましょう。しかし、電車を待つときに列の後ろの方に並んでいた場合、電車に乗っても奥まで行けず、入口付近に立つことになります。その場合に注意してほしいことがあります。

When you get on a crowded train, do not stand near the entrance, but go to the back to make space for others. However, if you are among the last to board the train, you may not be able to make much room for others, but have to stand right by the train doors. When this happens, there is something you should be aware of.

それは、あなたが混雑している電車内で入口付近に立っている場合、電車が駅に止まったときに、あなたが降りる駅ではなくても、ほかの人たちが降りやすいようにあなたもいったん降りてください。そして、ホームで待っている人たちの前に立って、降りる人がいなくなるのを待ちましょう。

If you are standing near the door of a crowded train, you should try to get off the train once, when the train makes a stop, to make it easier for other people to get off, even if you are not getting off at that station,. Once out on the platform, stand at the front of the line of people waiting to get on, and board the train again once you have made sure no one else is getting off.

このマナーは日本の乗車マナーの中でも特にすぐれたものですが、日本の若者や外国人の一部はこのマナーを守れず、まわりの人に迷惑をかけています。皆さんはそういうことがないように気をつけてください。

This is one of the best of manners in Japan, but some young people and foreigners fail to follow this etiquette and cause trouble for others. Please be careful not to let this happen to you.

降りる人に通路を開けるために電車から降りると、電車に乗る人がドアの両わきで列を作って待っています。そのとき、あなたは列の最後尾に回る必要はありません。列の一番前に立って、降りる人がいなくなるまで待ち、その後、最初に電車に乗ってください。

When you get off the train to make way for people getting off, there is a line of people waiting on either side of the door to board the train. You do not need to go to the end of the line. Stand at the front of the line, wait until no one is getting off, and then get on the train first.

ちなみに、これらのルールはショッピングセンターやホテルなどさまざまな場所のエレベーターに乗り降りするときでも同じです。エレベーターに乗るときも、降りる人がいなくなるまで待ってから乗り、エレベーター内が混雑しているときにどこかの階で止まった場合は、自分が降りる階ではなくてもいったん降りてください。

These rules also apply when getting on and off elevators in various places such as shopping centers and hotels. When getting on an elevator, wait until people are finished getting off before you get on. If the elevator is crowded and stops at a floor, get off once, even if it is not your floor, to let others in the elevator get off.

バックパックは体の前に Keep backpacks in front of you

電車に乗るときも乗ってからも、車内が混雑している場合、大きなバックパックは胸にかけてください。そうすると、あやまって他の乗客にバックをぶついたり、背後を通る人の邪魔になったりするのを防ぐことができます。

While boarding and on the train, if the train is crowded, put your large backpacks in front of your chest. This will prevent you from accidentally hitting another passenger with your backpack or getting in the way of people passing behind you.

日本で電車に乗り降りする際には、このように、他の乗客と気持ちよく空間を共有するための暗黙のルールがしっかり守られています。来月は、車内での電話通話や飲食の禁止など、電車に乗ってからのルールについてお伝えします。

When getting on and off the train in Japan, these unspoken rules for sharing space comfortably with other passengers are well observed. Next month, we will look at the

rules for riding the train once you have boarded, including not talking on the phone and not eating and drinking on the train.

未来へつなげる大切なヒント

Important Tips for the Future

自分の部屋・職場・身だしなみを清潔に

Keep Your Room, Your Workplace, and Yourself Clean and Tidy

皆さん、自分自身を振り返ってみてください。服は清潔ですか？爪の長さは大丈夫ですか？日本はとても“清潔な国”と言われています。街を歩いていても、ゴミがほとんど落ちていませんよね。今月は自分の部屋や職場、自分自身を清潔にするための良いところや工夫について説明しようと思います。

Dear readers, take a good look at yourselves. Are your clothes clean? Are your nails long enough? Japan is said to be a very “clean” country. When you walk down the street, you hardly see any garbage. This month, I would like to explain some good tips and ideas for keeping your room, workplace, and your clothes and body clean.

自分の部屋を清潔に Keep your own room clean

皆さん、自分の部屋はきれいですか？臭くはないですか？

自分を清潔にすることも大切ですが、部屋を清潔にすることもとても大切です。

Is your room clean? Does it smell bad?

It is important to keep yourself clean, but it is also very important to keep your room clean.

理由は2つあります。 There are two reasons.

1つ目は近隣の方へ迷惑をかけないようにするためです。自分の部屋が汚いとゴキブリなどの虫が出たり、臭くなったりします。すると、近隣住民に迷惑がかかってしまうかもしれません。注意しても改善されないと、クレームにつながり関係性が悪くなってしまうかもしれません。

The first is to avoid disturbing neighbors. If your room is dirty, it will end up housing insects such as cockroaches, and it will smell bad. This could then cause trouble for the neighbors. If the situation does not improve even if you pay attention to it, it may lead to complaints, and the relationship with neighbors could deteriorate.

2つ目は自分自身の健康を害してしまう可能性もあるためです。

部屋のカビも人体に悪影響がありますし、万が一腐ったものを食べてしまったら体調を壊し、仕事もお休みしなければいけなくなってしまいます。

The second reason is that it may be harmful to your own health.

Mold in a room is also harmful to the human body, and if you happen to eat something rotten, you will get sick and have to take time off work.

職場を清潔に

Keep your workplace clean

皆さんの中には食品を取り扱う仕事をしている人もいますね。食品を取り扱う仕事をしている方は特に衛生面に気を付けなければいけません。不衛生な状態からお客様、会社、皆さん、たくさんの人への被害へとつながります。

Some of you work with food products. Those who work with food must be especially careful about hygiene. Unhygienic conditions can lead to damage to customers, the company, everyone else, and many other people yet.

また、どんな職種であっても不衛生な状態から事故につながる可能性もあります。職場を清潔に保つことは自分自身だけでなく、一緒に働く仲間が気持ちよく健康に働くため、またお客様の安全にも影響してくる可能性があるため、非常に重要なことなのです。

Also, no matter what type of work you do, unsanitary conditions can lead to accidents. It is very important to keep your workplace clean, not only for yourself, but also for your co-workers to work comfortably and healthily, and for the safety of your customers.

自分自身を清潔に

Keep Yourself Clean

最後に、自分自身を清潔にしましょう！着ている服は汚くないですか？口の周りに食べカスなどは付いていませんか？自分の服や身体が汚れていると周りの方に不快感を与えますし、あなたに悪い印象を持つでしょう。

Finally, keep yourself clean! Are the clothes you are wearing not dirty? Are there no food debris around your mouth? If your clothes or body is dirty, it will make people around you feel uncomfortable and give a bad impression of you.

皆さんに自分の身だしなみを気にする、確認する習慣をつけてほしいと思います。例えば、家を出る前や会社に行く前に、鏡で自分の全身を見てみましょう。服は汚れていませんか？寝ぐせはついていませんか？においは臭くないですか？

自分自身も清潔に、さわやかな気持ちで仕事を頑張りましょう！

I would like everyone to get into the habit of paying attention and checking their appearance. For example, before leaving home or going to work, take a look at your whole body in the mirror. Are your clothes clean? Is your hair neat? Do you smell fine?

Keep yourself clean and fresh, and do your best at work!

まとめ Conclusion

皆さん、自分の部屋・職場・自分自身を清潔にすることの重要性、理解できたでしょうか。特に家を出る前に鏡で自分を見ることを習慣化してほしいと思います。清潔で、きれいで、カッコいい自分で今日も頑張りましょう！

I hope you now understand the importance of keeping your room, workplace, and your body and clothes clean. In particular, I would like you to make it a habit to look at yourself in the mirror before you leave home. Let's do our best today to be clean, neat, and cool!

何よりも安全最優先

First Safety Over Everything

危険は「慣れ」と「思い込み」から

Danger Comes When You “Assume” and Get “Used to It”

～「気づく力」で事故を予防しよう！～

～Prevent accidents with the “power to recognize”!～

皆さんは日々の作業で、「少し危ないが大丈夫だろう」と思ったことはありませんか？
私たちは毎日同じような作業を繰り返しています。すると、次第に慣れが生まれ、「これまで無事だったから今回も大丈夫だろう」という油断が生まれます。

しかし、事故はそんな「慣れ」や「思い込み」のなかで突然起こります。

Have you ever thought, “this looks a little dangerous, but it should be fine” during your daily work?

We repeat the same kind of work every day. We gradually become accustomed to the work, and become complacent, thinking that since we have been safe in the past, we will be fine this time as well. However, accidents can suddenly occur in the midst of such “assumption” and “habituation”.

1. 日常に潜む危険 1. Hazards Hidden in Everyday Life

皆さんは以下のような「ヒヤリとする危険な経験」をしたことはありませんか？

Have you ever had any of the following “near-miss” experiences?

①通路に放置された資材を踏んで、転倒しそうになった。

①Tripping on materials left in the aisle and almost falling over.

②機械の清掃中、電源を切り忘れていたので機械が突然動き出し、袖が巻き込まれそうになった。

②Forgetting to turn off the power while cleaning a machine when it suddenly started moving, almost getting your sleeve caught in.

③高所で作業中、風であおられて体勢を崩し、墜落しそうになった。

③Being hit by a gust of wind working at heights, and almost causing you to fall.

これらはすべて「危険な経験」です。対策をとらなければ大きな事故につながるかもしれません。

These are all “dangerous experiences”. If not addressed, they may lead to a major accident.

2. 危険を見逃すな！～重大事故を防ぐカギ～

2. Don't overlook hazards! ～The Key to Preventing Serious Accidents～

1件の重大な事故の背後には29件の小さな事故があり、その背後には300件の事故にはならない「ヒヤリとする危険な経験」があると言います。これらは全て同じような原因で起こっています。つまり、「ヒヤリとする危険な経験」を見逃さずに対策をとることが、重大事故を防ぐカギなのです。

They say that behind every major accident there are 29 minor accidents, and behind every minor accident there are 300 “dangerous near-miss experiences” that do not result in accidents. These all have similar causes. In other words, the key to preventing serious accidents is to take countermeasures without overlooking the “dangerous near-miss experiences”.

3. 「～かもしれない」と危険を予測する

3. Try to anticipate dangers through thinking “what could happen”

事故を防ぐには、常に「事故が起きるかもしれない」と、危険を予測することが大切です。

In order to prevent accidents, it is important to always anticipate dangers, thinking “an accident could happen.”

危険を予測する5つの視点 Five perspectives for predicting danger

①回転しているもの→巻き込まれるかもしれない ① Rotating objects → You could get caught in them.

②動いている車両や重機→衝突されるかもしれない ② Moving vehicles and heavy equipment → You could be hit.

③高所作業→墜落するかもしれない ③ Working at heights → You could fall down

④立っているもの→倒れるかもしれない ④ Objects propped up → You could fall over

⑤高い所にあるもの→落下するかもしれない ⑤ Objects in high places → The could fall down

4. まとめ 4. In Conclusion

事故は、いつでも、だれにでも起こる可能性があります。

慣れた作業でも決して油断せず、常に「この作業にはどんな危険が潜んでいるか」を考える癖をつけてください。そして、もし小さな危険に遭遇したら、決して見逃さず、その原因を確認し対策をとってください。そうすることで、大きな事故を予防することができるのです。

Accidents can happen to anyone at any time.

Even if you are familiar with the work, never let your guard down and always think about “what kind of danger may be lurking in this work”. And if you encounter a small hazard, do not overlook it. By recognizing the dangers, you can prevent major accidents from occurring.

実習生の皆さんへ To our trainees:

小さな危険に気づく力があなたの命を守ります。

Your ability to recognize small hazards will save your life.

日本語学習攻略法

How to Master Japanese

日本語には、音は同じだけど、意味が違う言葉がたくさんあると思います。音は同じだけど、意味が違う言葉を日本語で同音異義語といいます。今月はその中でもよく使う言葉を紹介します。

There are many words in Japanese that sound the same but have different meanings. Words that sound the same but have different meanings are called homonyms. This month we will look at some of the most common words among them.

今月のテーマ

This month's theme

日本語の音は同じで意味が違う言葉

Words with the same sound but different meanings in Japanese

A「この橋をわたるな」

A: "Don't cross this bridge (hashi)"

B「この端をわたるな」

B: "Don't cross this edge (hashi)"

この文章を読んでみてください。

これは日本の有名な昔話、一休さんにも出てくる文です。実はこの文は両方とも「はしをわたるな」と読みます。

同音異義語です。

読み方は同じですが、意味が違います。

Please read this sentence.

This sentence appears in a famous Japanese folktale, Ikkyu-san. Both of these sentences are actually read the same (Don't cross this hashi).

They are homonyms.

They are both read the same, but have different meanings.

A「橋」は川や山などにかけた道です。

A: (Bridge) is a path that is built over rivers and valleys.

B「端」は一番外側の所です。

B: (Edge) is the very outer part of an object.

難しかったですか？ Was it difficult?

ほかに、同音異義語はたくさんあります。

There are many other homonyms.

例えば、「いし」と読む言葉も一つではありません。

For example, there is more than one word that is read as “ishi”.

石：英語で stone のこと

rock: stone in English

意思：気持ちのこと

intent: one's feeling

医師：病気や怪我を診てくれる人のこと

doctor: a person who diagnoses illness or injury

面白いですよね。 Interesting, isn't it?

同音異義語はいろいろあるので調べてみてください。

There are various homonyms, so please look them up.

このように日本語には、読み方が同じでも意味が違言葉があります。日本人は、言葉が出てくる前後の内容から意味を推測します。はじめは意味を考えるのが難しいと思います。言葉の意味に自信がないときには、きちんと確認するようにしましょう。

As you can see, there are words in Japanese that are pronounced the same, but have different meanings.

Japanese people guess the meaning based on the context.

At first, it is difficult to figure out the right meaning.

If you are not sure about the meaning of a word, make sure to check it properly.

先輩が教える Learn from your Seniors

日本語能力試験合格のヒケツ!

Tips for Passing the JLPT

MAI さん N3合格 !

皆さん、こんにちは。MAIと申します。現在、働きながら日本語を勉強しています。日本に来て9ヶ月でN3に合格することができました。

Hello everyone, my name is Mai. I am currently studying Japanese while working. I was able to pass N3 after 9 months in Japan.

私は毎日、日本語の4つのスキル「聞く・話す・読む・書く」をバランスよく勉強するよう心がけています。

I try to study the four skills of Japanese language “listening, speaking, reading, and writing” in a well-balanced way every day.

まず、「聞く」練習では、ポッドキャストや YouTube で日本語の会話を 30 分ほど聞き、リスニング力と即答力を鍛えました。

First, for listening practice, I listened to Japanese conversations on podcasts and YouTube for about 30 minutes to strengthen my listening and immediate response skills.

「話す」練習は、会社の先輩や日本人の同僚との会話を通じて、自然な言い回しやイントネーションを学びました。

For speaking practice, I learned natural expressions and intonation through conversations with my seniors and Japanese colleagues at work.

「読む」力は、短いニュース記事や読解練習の教材を毎日読むことで強化しました。

I strengthened my reading skills by reading short news articles and reading comprehension practice materials every day.

そして、「書く」力は、毎日日本語で日記を書くことで、表現力や文法力を身につけました。

And I developed writing skills by keeping a diary in Japanese, which helped me acquire expressive and grammatical skills.

その他にも、単語を覚えるためにフラッシュカードを使ったり、模擬試験を解いたりして、本番の試験に備えました。

In addition, I prepared for the real exam by using flashcards to memorize vocabulary and solving practice tests.

このような方法を9ヶ月ぐらい続け、N3に合格しました。本当に嬉しくて大きな達成感がありました。今まで頑張ってきたことが報われたように感じ、応援してくれた先輩方には心から感謝しています。将来はN2に合格し、さらに専門的な知識も身につけて、日本で長く働きたいです。そして、将来的には後輩たちをサポートできるような存在になるのが目標です。

I continued in this way for about nine months and passed the N3. I was really happy and had a great sense of accomplishment. I felt as if all my hard work had paid off, and I am truly grateful to my seniors who supported me. In the future, I would like to pass N2, acquire more specialized knowledge, and continue working in Japan for a long time. And my goal is to be able to support my juniors in the future.

日本での生活は忙しいですが、とても規律がしっかりしていて安全だと感じています。仕事はときに大変だと感じることもありますが、丁寧で真面目な職場の雰囲気の中で多くのことを学んでいます。特に、日本人の責任感の強さや、きめ細やかな配慮にはいつも感心させられています。

Life in Japan is a busy one, but I feel very disciplined and safe. I sometimes feel that work is hard, but I am learning a lot from the polite and serious atmosphere at work. In particular, I am always impressed by the Japanese people's strong sense of responsibility and meticulous attention to detail.

日本語の勉強はすぐに結果が出るものではなく、コツコツと積み重ねることが大切です。自分に合った方法を見つけて、毎日少しずつでも続けることが成功への近道になります。分からないことがあったら、恥ずかしがらずに人に聞く勇気も必要だと思います。努力は必ず実を結びます！

Studying Japanese is not something that produces immediate results, but rather a steady process. Finding a method that suits you, and continuing it, even if only a little bit each day, is the shortcut to success. If you don't understand something, don't be shy and have the courage to ask someone. Hard work always pays off!