



chapter 1

公共のマナー

Etiquette in Public Places

電車・バスでのマナー

Public Transportation Etiquette

1. 盲導犬は「温かい無視」が正解

電車の中に限らず、ハーネスをつけた盲導犬は仕事です。触ったり、食べ物を与えたり、声をかけたり、じろじろ見たりして犬の集中力を防げると、使用者に思わぬ危険がおよぶこともあります。

2. 新聞・雑誌は肩幅サイズに

混雑した社内でも新聞を広げて見るのは、隣の人にも前の人にも迷惑です。縦に2、3折にして。

3. 席をゆずるのが微妙なときは

席をゆずられるのを嫌がる人もいます。「お年寄り扱いされるのを嫌うかも?」「妊婦? それとも太っているだけ?」など、席をゆずるのを迷う相手の場合は、何も言わず降りるふりをしてさりげなく席を立てばOK。

眠るときは、
うつむき加減で

When sleeping, keep
your head down.



1. Ignore Guide Dogs

Guide dogs with harnesses are on duty. Do not disturb them by touching, feeding, talking to, or staring at them. This could put the user in danger.

2. When Reading a Newspaper

Do not unfold newspapers wider than shoulder length, as it would bother neighbors. Fold them lengthwise when reading.

3. Offering Your Seat or Not

"Will she be offended at being treated as an old lady?" "Is she pregnant or just overweight?" If you are uncertain whether you should offer your seat or not, simply leave your seat pretending you are getting off.

4. 連結ドアの開閉は静かに

とくに、閉じるときは手を添えて音を抑えて。開け放していくのは周囲に迷惑です。

声のボリュームにも注意!

Keep your voice down when you need to chat.

5. 携帯電話

携帯電話の電波は、心臓ペースメーカーなどの医療用電子機器に影響を与える恐れがあります。優先席付近では電源をOFFに。

車内でのメイクはNG。

女性専用車だとしても気を抜かないで!

Even if you are in a women-only car, don't make yourself too comfortable.

6. 座り方

脚をナナメに流すと隣の人のジャマになるので、ヒザを閉じ、まっすぐに立てて座りましょう。バッグはヒザの上に寝かせずに立てて持つように。手と手は離すよりも、バッグの中央に揃えたほうがエレガントに見えます。

ヘッドホンの音もレ&車内での飲食に注意!

Be aware that eating, drinking, and noise leaking from earphones could bother passengers.



*In Tokyo, women-only cars run during rush-hour. Usually, the first and the last cars on a train are designated as women-only.

4. Connecting Doors

Open or close connecting doors quietly. Do not slam the door, and make sure to shut the door completely.

5. Cell Phone Use

Turn off your cell phone around seats reserved for the elderly and disabled. The phone's electric waves could interfere with medical devices.

6. How to Sit

It is considered polite for women to sit with knees close together and legs straight. Hold your handbag upright on your lap. It looks more elegant to hold the center of the bag with both hands.

荷物

とくにドア付近のボールにつが
まるときには注意

Bags

Be careful that your bag does
not get in people's way,
especially when you are
standing near the door.

端は一等席

他人と接しない端の席に座りたい人は多
いもの。上司や女性には端側の席を勧め
ましょう。

Sitting at the End of the Seat

Many people want to sit at the end of
the seat. Offer the space to a woman
or your boss.

ヒモで閉じる

混雑する場所では、傘はヒモで
きちんと留めて。

Tie Your Umbrella

Close and tie your umbrella
with a strap so it won't bother
others.

雨滴に注意

傘からしたたる雨滴が他の人の靴
や服を汚さないように注意。

Wet Umbrellas

Be careful not to wet others'
shoes and clothes with a wet
umbrella.

持ち手の向きに注意

傘の持ち手は、開いている側を外に
して持つと、傘がななめになって他
の人の邪魔に。

Hold the Umbrella Straight

Hold your umbrella straight
with the handle facing toward you so
that it won't bother others.

降りるとき

満員状態での下車では、「すみま
せん、降ります」とひと声かけて。

Getting Off a Train

Say, "Sumimasen, orimasu"
(Excuse me, I'm getting off),
when getting off a crowded
train.



乗車するとき

降りる人が優先です。出口を開けて、全員降りてから乗車。

Boarding a Train

Stand clear of the door and board the train only after everyone who wants to get off has exited.

傘をもつとき

横にして持ったり、前後に振ったりしないこと。とくに階段では後ろの人に注意して。

Carrying an Umbrella

It is dangerous to swing around an umbrella. Hold it straight, especially on stairways.

ドアの前

降りる人の邪魔にならないように、ドアの開閉時にはいったん降りるなどの配慮を。

Near the Door

If you are standing near the door, step outside so that others can exit freely.

荷物

混雑具合や、大きな荷物などで周囲に迷惑がかかりそうなら、網棚を利用すること。

Large Bags

There is an overhead rack on a train. When the train is crowded, place any large bag on the rack so it doesn't take too much space.

スリにあわないように

カバンの中身が丸見えにならないようにカバンの口は閉めること。フタがないなら、ハンカチやスカーフをかけて。

Beware of Pickpockets

Close your bag so the contents won't be seen. Cover the bag with a handkerchief or a scarf if you can't close the bag.