

英語で教える
日本の暮らしの
マナーとコツ

The Rules of Living in Japan
from everyday manners to ceremonial rituals

下山布妃都◎訳 伊藤美樹◎絵

Nobu Yamada◎校閲



Introduction

外国からのゲストに、「そこはスリッパを履き替えてほしいんですが……」と注意するにはどう言えばいいだろうと、歯がゆい思いをしたことはありませんか？「ここは下座しもざですから、どうぞ上座かみざに」はどうでしょうか？

日本には、円滑な社会生活を送るための独特なマナーやルールが存在します。余計なトラブルを避け、円滑なコミュニケーションをとるためにも、個々がルールを守って生活しています。でも、ルールといっても、堅苦しいものではなく、独特といっても、難しいものではありません。それらは、ちょっとしたコツを知っていれば上手くいくものです。ただ、それを「外国人に教える」ということになると、頭を抱えてしまいます。

本書では、そんな暮らしの中のマナーやコツについて、対訳英語をつけまとめてみました。日本の伝統文化はもちろん、日々のちょっとした習慣を簡単な英語で外国人に説明するときのフレーズを紹介しています。また、日本のルールを学んで、日本のコミュニティの中で暮らしていきたい外国からの方々にとっては、実用的に使えるだけでなく、マナーやルールを通して「日本」が垣間見える本になっています。そばをすすって食べる作法など、日本人に対して感じる「どうして？」の答えまで、この本には載っています。

日本で生活するにあたり、地域の中で、人間関係で、あるいは冠婚葬祭の場で、「こんなとき、どうすればいいだろう」と戸惑ったら、この本を開けてみてください。問題を解決するためのコツがきっと見つかるでしょう。この本が、日本に暮らすすべての人々の、毎日の暮らしの知恵、コミュニケーションのヒントとなりますように。

下山布妃都

Have you ever been dismayed at how to ask foreign guests to remove their slippers when entering a tatami room? Or, how would you adroitly offer the kamiza-seat, the seat for the guest of honor, to your guest in English?

Japan is a place with countless, sometimes seemingly unique, rules and customs. Japanese tend to adhere to social rules as a way to avoid friction and achieve smooth communication. The rules and customs, however, are not excessively formal, unusual or incomprehensible. Once foreigners learn the point of these rules, it becomes much easier for them to get along in Japanese society. The tough part, though, is to introduce the rules and customs to non-Japanese so they all make perfect sense.

This bilingual book presents episodes that explain Japanese manners, etiquette, customs and rules. It introduces not only traditional Japanese customs, but also the simple manners of everyday Japanese life. At the same time, this book is also for non-Japanese who want to acquire the skills to start a new life in Japan. This book provides the answers to such impenetrable questions like, “Why do Japanese slurp noodles?” By reading this book, you’ll be able to get a glimpse of Japanese society through its rules and manners.

Please open this book whenever you find yourself scratching your head about what to do in your community, your interpersonal relationships or in ceremonial settings. In its pages, you’ll be able to find the knowledge, as well as a trick or two, on how to live in Japan.

Fuhito Shimoyama



Contents

chapter 1

公共のマナー Etiquette in Public Places

電車・バスでのマナー Public Transportation Etiquette10

お店での振る舞い Expected Behavior at a Store14

列に並ぶときのマナー Etiquette When Waiting in Line16

お化粧室を使うとき Using the Restroom18

エレベーター・エスカレーターのマナー Elevator and Escalator Etiquette20

旅先でのマナー Traveling Etiquette22

銭湯・温泉・サウナでのマナー Do's and Don'ts at Public Baths and Saunas26

column 1 ゴミを分別する日本人 Rules of Sorting the Trash28

chapter 2

訪問とお招き Inviting and Visiting

訪問とお招きの心得〈訪問するまで〉 Hints on Inviting and Visiting I 〈before the visit〉30

訪問とお招きの心得〈玄関先で〉 Hints on Inviting and Visiting II 〈at the entrance〉32

訪問とお招きの心得〈お部屋で〉 Hints on Inviting and Visiting III 〈in the room〉34

訪問とお招きの心得〈帰るとき〉 Hints on Inviting and Visiting IV 〈when leaving〉36

お土産の選び方、渡し方、受け取り方 Bringing a Small Gift38

デート時の食事 Going on a Date 〈dinner〉40



| | |
|--|----|
| 待ち合わせ・遅刻・ドタキャン Meeting a Friend, Arriving Late, Canceling at the Last Minute | 44 |
| 引っ越してきたときのあいさつ Notice of Moving In | 46 |
| お別れする、別の土地へ引っ越す Moving Out | 48 |
| お引っ越しのお祝い Farewell Gifts | 50 |
| 食事会・飲み会での幹事 Organizing a Party | 52 |
| お見舞いのマナー Visiting a Person in the Hospital | 54 |
| <i>column 2</i> 見送りの温度差 Sending Off a Friend | 56 |

chapter 3

日常のおつきあい Etiquette of Daily Living

| | |
|--|----|
| 日常のあいさつ Everyday Greetings | 58 |
| 好印象を与える その1 Making a Good Impression on Neighbors I | 60 |
| 好印象を与える その2 Making a Good Impression on Neighbors II | 62 |
| 日常の訪問 Everyday Visits | 64 |
| 誘う、誘いを受ける Inviting | 66 |
| お願いする Asking for a Favor | 68 |
| ことわる Turning Down a Request | 70 |
| お礼をする Showing Appreciation | 72 |
| クレームをつける Complaining | 74 |
| ケンカをしてしまったとき What to Do after an Argument | 76 |
| 謝る、許す Giving and Accepting Apologies | 78 |
| <i>column 3</i> 沈黙を埋めるには Filling Awkward Silences | 80 |



chapter 4

冠婚葬祭のマナー Etiquette at Weddings and Funerals

| | |
|---|-----|
| 結婚式・披露宴に出席するとき Attending Weddings and Receptions | 82 |
| 招待状が届いたら What to Do When You Receive an Invitation | 84 |
| 結婚式・披露宴での服装 What to Wear at Weddings and Receptions (ceremony attire) | 86 |
| 披露宴でのマナー〈受付から着席まで〉 Reception Etiquette (from signing in to seating) | 88 |
| 披露宴でのマナー〈乾杯からお開きまで〉 Reception Etiquette (from toasting to exiting) | 90 |
| 結婚のお祝いを贈る Giving Bridal Gifts | 92 |
| 葬儀の流れ How a Funeral Service Unfolds | 94 |
| 喪服の常識 Mourning Attire | 96 |
| 香典のマナー Condolence Money Etiquette | 98 |
| 通夜・葬儀のマナー Wake and Funeral Etiquette | 100 |
| 葬儀終了後のマナー After the Funeral | 102 |
| ご祝儀・香典の金額と、包みのマメ知識 Monetary Gift and Condolence Money | 104 |
| column 4 結婚式の涙 Crying at Weddings | 106 |



chapter 5

食べ方のマナー Table Manners

- 食事中の作法 Table Manners108
- 会席料理 Kaiseki-ryōri110
- 箸使いの基本をおさえる Using Chopsticks112
- 寿司屋の作法 At a Sushi Restaurant114
- 魚を食べる Eating Fish118
- ちょっと高級な魚介類 Seafood Delicacy122
- 天ぶらの美味しい食べ方 The Many Ways to Enjoy Tempura124
- 日本の粉もの Konamono126
- 鍋と味噌汁 Nabe and Miso Soup128
- お酒とお茶 Sake and Tea130
- column 5 お土産はチョコレート Omiyage and Chocolates132



chapter 6

日本の歳時記 Annual Customs and Rituals

| | | | |
|--------|-----|-----------------------------|-----|
| 日本の歳時記 | 1月 | January (Mutsuki) | 134 |
| 日本の歳時記 | 2月 | February (Kisaragi) | 138 |
| 日本の歳時記 | 3月 | March (Yayoi) | 140 |
| 日本の歳時記 | 4月 | April (Uzuki) | 142 |
| 日本の歳時記 | 5月 | May (Satsuki) | 143 |
| 日本の歳時記 | 6月 | June (Minatsuki) | 144 |
| 日本の歳時記 | 7月 | July (Fumitsuki) | 145 |
| 日本の歳時記 | 8月 | August (Hazuki) | 148 |
| 日本の歳時記 | 9月 | September (Nagatsuki) | 150 |
| 日本の歳時記 | 10月 | October (Kannazuki) | 151 |
| 日本の歳時記 | 11月 | November (Shimotsuki) | 152 |
| 日本の歳時記 | 12月 | December (Shiwasu) | 153 |

*日本語の長母音は、“ohayō gozaimasu”のように表記しています。
Ohayō は /o/ と伸ばす音です。

*本書の日本語に付記されている英文は、逐語訳ではありません。
必要に応じて、より詳しい説明を施したり、説明を簡素化している箇所があります。

*本書は、「食べ方のマナーとコツ」「贈り方のマナーとコツ」「話し方のマナーとコツ」
「しぐさのマナーとコツ」「おつきあいのマナーとコツ」(すべて学研刊)の内容を加
筆修正し、対訳英語を新たに書き下ろし、再構成しております。

監修／井垣利英、石原壮一郎、岩下宣子、杉山美奈子、渡邊忠司
編集・構成／齋藤友希
編集協力／岩崎成弥、川口真由美、グリーン・ベベ(服部深雪)、助川理馨子、
滝亮子、根岸伸江、はこぶく(佐竹未希)、谷津晶子

