— Para sa mga Dayuhang Magtatrabaho sa Aichi Prefecture —

Gabay sa masaya,

ligtas, at mapanatag

na pamumuhay sa

Aichi Prefecture

Unang hakbang upang
Mamuhay at Magtrabaho sa Aichi



フィリピン語／Filipino

愛知県

≪　はじめに　≫

―　働くために来日したばかりの外国人のみなさんへ　―

愛知県へ ようこそ！これからの日本での生活に、夢や希望で わくわくしていることでしょう。一方で、文化や習慣、ルールなどが違う国での生活に、不安や戸惑いも 大きいかもしれません。

日本には、みなさんの国とは違う文化、仕事や生活のルールがあります。日本に来る前に 勉強していても、実際に 働いたり、暮らしてみると、わからないことが たくさんあると 思います。

私たちは みなさんと一緒に 楽しく 働き、暮らしたいと 思っています。そのために 日本人である私たちが、みなさんのことを知り、違いを学ぶことは とても大切です。そして、みなさんも、日本に来たら、できるだけ早く その地域の生活や会社のルールなどを学び、身に付けることが 大切です。

私たちは、みなさんが 早く日本の生活に 慣れて、たくさんの人と 交流し、愛知県のことを 好きになって欲しいと 思っています。この教材には、みなさんが日本に来たら、まず、はじめに知ってもらいたいこと、楽しく 生活するための 仕事や生活のルールが 書いてあります。

これから 安心して 愛知県で 働き、暮らし、楽しみながら 夢や希望に 向かっていけるよう 応援しています！

≪ Panimula ≫

— Para sa mga dayuhang kararating lamang sa Japan upang magtrabaho —

Maligayang pagdating sa Aichi Prefecture! Marahil ay nasasabik ka sa iyong mga pangarap, pagnanais at kinabukasan sa pamumuhay dito sa Japan. Sa kabilang banda, maaaring makaramdam ng pagkalungkot at pagkalito tungkol sa pamumuhay sa bansa na may iba't ibang kultura, kaugalian, at mga patakaran.

Mayroong iba't ibang kultura, mga tuntunin sa trabaho at pamumuhay sa Japan kung ikukumpara sa iyong bansa. Kahit na nag-aral ka bago dumating dito, maraming mga bagay na hindi mo maiintindihan hangga't hindi ka talaga nagtrabaho o namuhay sa Japan.

Ikinalulugod namin kayong makatrabaho at makasama. Sa kadahilanang iyon, mahalaga para sa aming mga Hapon na makilala at malaman ang ating mga pagkakaiba. At pagdating mo sa Japan, mahalaga na masanay sa lokal na pamumuhay at malaman ang mga panuntunan ng kumpanya sa lalong madaling panahon.

Nais naming makasanayan ninyo agad ang buhay sa Japan, makipag-ugnayan sa maraming tao, at magustuhan ang Aichi Prefecture. Kapag nakarating na sa Japan, ang materyal na ito ay naglalaman ng mga pangunahing bagay na dapat mong malaman, mga patakaran sa trabaho at buhay upang maging masaya ang iyong pamamalagi sa Japan.

Sumusuporta kami upang matamasa ninyo ang inyong mga pangarap at mga pagnanais sa buhay! Magtrabaho sa Aichi Prefecture nang may kagalakan at kaginhawahan.

≪ 目次 ≫

はじめに ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1

第1章 働く／お金

1-1 契約書 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6

1-2 給与明細書 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7

第2章 働く／ルール

2-1 服装 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

2-2 時間 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

2-3 ほうれんそう ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11

2-4 5S ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 11

2-5 作業手順 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 12

2-6 トラブルを防ぐために ・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 13

2-7 職場でよく使う日本語 ・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14

第3章 生活する／住居

3-1 ゴミの出し方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 17

3-2 騒音 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 18

3-3 寮・アパートの使い方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・ 18

≪Talaan ng mga Nilalaman≫

Panimula ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1

Kabanata 1 Tungkol sa Trabaho / Pera

1-1 Kontrata ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6

1-2 Payslip ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7

Kabanata 2 Tungkol sa Trabaho / Patakaran

2-1 Pananamit ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

2-2 Oras ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

2-3 HOURENSOU ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11

2-4 5 S ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 11

2-5 Patakaran ng Trabaho ・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 12

2-6 Upang makaiwas sa gulo ・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 13

2-7 Mga salitang Hapon na madalas gamitin sa trabaho ・・・ 14

Kabanata 3 Tungkol sa Pamumuhay / Tirahan

3-1 Paraan ng pagtatapon ng Basura ・・・・・・・・・・・ VIDEO 17

3-2 Ingay ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 18

3-3 Paano gamitin ang Dormitory at Apartment ・・・・・・ 18

目次

3-4 自然災害が起こったら ・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 19

3-5 町内会制度、自治会制度 ・・・・・・・・・・・・・・・・ 19

第4章 生活する／交通

4-1 交通ルール ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 20

4-2 自転車防犯登録の仕方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22

4-3 公共交通機関の乗り方 ・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22

第5章 生活する／楽しむ

5-1 あなたの住む町 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 25

5-2 カレンダーと行事 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 28

5-3 買い物 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 30

第6章 生活する／犯罪に遭わないために

6-1 在留カード ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 31

6-2 マイナンバー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 31

6-3 日本でやってはいけないこと（法律違反になること） ・・ 31

6-4 事件にあったとき ⇒ 110番 ・・・・・・・・・・・・・ 32

6-5 交通事故にあったとき ⇒ 119番、110番 ・・・・・・ 33

6-6 落としものをしたとき、ものを盗られたとき ・・・・・・ 33

3-4	Kapag nangyari ang isang Natural na Kalamidad ・・・・	VIDEO	19
3-5	Sistema ng Asosasyon ng mga magkakapit-bahay, Samahan ng mga Residente ・・・・・・・・・・・・・・・・		19
Kabanata 4	Tungkol sa Pamumuhay / Transportasyon		
4-1	Mga Patakaran sa Trapiko ・・・・・・・・・・・・・	VIDEO	20
4-2	Paraan kung paano magparehistro para sa Pag-iwas sa krimen sa Bisikleta ・・・・・・・・・・・・・・・・		22
4-3	Paano sumakay ng Pampublikong Sasakyan ・・・・・・		22
Kabanata 5	Tungkol sa Pamumuhay / Masayang Pamumuhay		
5-1	Lugar kung saan ka nakatira ・・・・・・・・・・・・		25
5-2	Kalendaryo at mga Kaganapan ・・・・・・・・・・・		28
5-3	Pamimili ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		30
Kabanata 6	Tungkol sa Pamumuhay / Upang maiwasan ang krimen		
6-1	Residence Card ・・・・・・・・・・・・・・・・・・		31
6-2	My Number ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		31
6-3	Mga bagay na hindi mo dapat gawin sa Japan (Mga bagay na labag sa batas) ・・・・・・・・・・・・		31
6-4	Kapag may nangyaring insidente ⇨ tumawag sa 110 ・・・		32
6-5	Kapag may aksidente sa trapiko ⇨ tumawag sa 119, 110 ・・		33
6-6	Kapag may nawala o ninakaw saiyo ・・・・・・・・・・		33

目次

第7章　生活する／病気・けが

7-1　病院の選び方　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　34

7-2　健康保険証　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　34

7-3　受診の流れ　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　34

7-4　健康に暮らすために　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　35

7-5　119番の仕方　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　36

7-6　外国のことばへの対応　・・・・・・・・・・・・・・・・・・　36

★付録　相談してみよう・聞いてみよう

ビザの申請・在留資格の相談　・・・・・・・・・・・・・・・・　37

仕事のいろいろな相談　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　37

運転免許や事故・事件・犯罪の相談　・・・・・・・・・・・・・　37

地域のイベント情報・生活の相談　・・・・・・・・・・・・・・　38

交流イベント・日本語教室などの情報、困りごと相談　・・　38

★付録　日本語を学ぼう

愛知県内で日本語が勉強できるところ・・・・・・・・・・・・・　39

仕事の日本語が勉強できる本　・・・・・・・・・・・・・・・・　40

日本語をオンライン（無料）で勉強する方法・・・・・・・・・　40

日本(愛知県)で生活するための ことばと表現・・・・・・・・・・　41

Kabanata 7 Tungkol sa Pamumuhay / Pagkakasakit at iba pa

7-1 Paano pumili ng Ospital ・・・・・・・・・・・・・・・ 34

7-2 Health Insurance Card ・・・・・・・・・・・・・・・・ 34

7-3 Daloy ng Konsultasyon ・・・・・・・・・・・・・・・・ 34

7-4 Paraan upang mabuhay nang malusog ・・・・・・・・ 35

7-5 Paano tumawag sa 119 ・・・・・・・・・・・・・・・・ VIDEO 36

7-6 Pakikitungo sa mga Salitang Banyaga ・・・・・・・・ 36

★Appendix Kumunsulta at Magtanong

Konsultasyon sa Visa Application at Status of Residence ・・ 37

Iba't-ibang mga konsultasyon tungkol sa Trabaho ・・・・ 37

Konsultasyon sa Driver's License, aksidente, insidente at krimen ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 37

Impormasyon sa mga lokal na kaganapan at konsultasyon tungkol sa pamumuhay ・・・・・・・・・・・・・・・ 38

Impormasyon sa Cultural Exchange, Japanese Language Class, konsultasyon tungkol sa mga kinakaharap na problema, atbp・ 38

★Appendix Mag-aral ng salitang Hapon

Lugar kung saan maaari kang mag-aral ng salitang Hapon sa Aichi ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 39

Libro para sa pag-aaral ng salitang Hapon na ginagamit sa trahabo ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 40

Paraan kung paano mag-aral ng salitang Hapon online (libre) ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 40

Koleksyon ng pag-uusap para sa pamumuhay sa Japan ・・ 41

≪ テキスト内のマークや記号 ≫



・・・ 動画教材があることを表します。



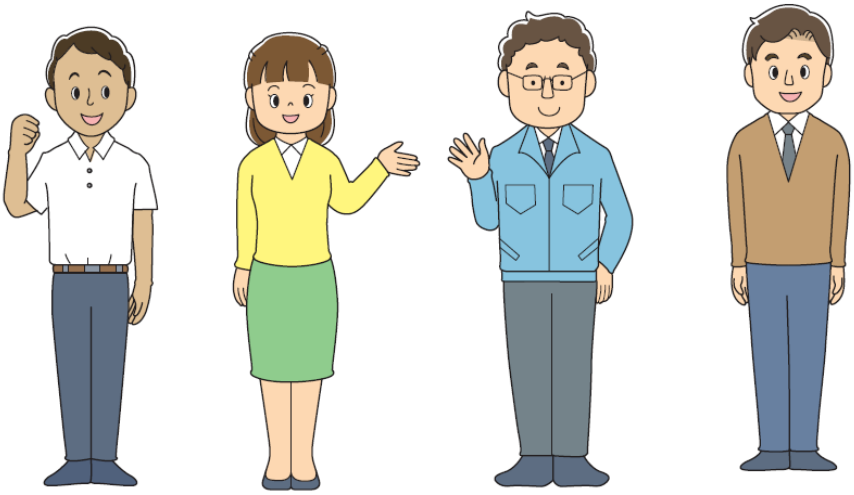
・・・ 愛知県多文化共生シンボルマークによる「ひとことアドバイス」です。

<つかってみよう！にほんご>



・・・ 各章に関連した、おすすめの日本語表現です。

≪ 主な登場人物 ≫



ティンさん
21歳
若手の後輩

タオさん
25歳
しっかり者の先輩

山田さん
45歳
工場長

グエンさん
32歳
妻子持ち

« Mga marka at simbolo sa teksto »



・・・ Ipinapakita nito na may video na mapapanood upang mas lalong maintindihan ang nais na iturong paksa



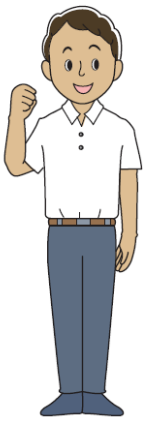
・・・ 「ひとことアドバイス」HITOKOTO ADOBAISU/ Isang Paalala
Simbolo ng Aichi Multicultural

< NIHONGO Gamitin Natin!>



・・・ 「つかってみよう！にほんご」
TSUKATTE MIYOU! NIHONGO/ NIHONGO Gamitin Natin!
Inirerekomendang mga Japanese Expression na nauugnay sa bawat kabanata

« Mga taong nasa site »



Mr. Htin

21 taong gulang

Bagong batting empleyado



Ms. Thao

25 taong gulang

Matatag na datihang empleyado



Mr. Yamada

45 taong gulang

Factory Manager/ Plant Manager



Mr. Nguyen

32 taong gulang

May asawa at anak

第1章　働く／お金

皆さんは 会社と 契約し、仕事をし、 給 料 を もらいます。
この 章 では、「契約書」と「 給 与明細 （ 給 料 の内容が書いてある紙）」に 書いて あることを 知り、日本で 安心して 働 けるようにしましょう。

1-1 契約書

【契約書に書かれていることの例】

	**いつから いつまで** 働 きますか？		**どこで** 働 きますか？
	**どんな** 仕事を しますか？		**何時から 何時まで** 働 きますか？
	休 けい時間は **何時** ですか？		休みは **いつ** ですか？
	**有給 休暇**[*1] は 何日ですか？		給 料は **いくら** ですか？
	給 料 は **いつ、どのように** もらえますか？		仕事を やめる時の **ルール**[*2]

[*1] 有 給 休 暇＝仕事を休んでも 賃金が支払われる 休みの日のことです。

[*2] 仕事を やめたい時は、 必 ず 会社に 連絡します。会社に 何も言わないで、勝手に やめては いけません。

<つかってみよう！ にほんご>

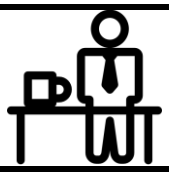
健康保険は いくらぐらいですか。

Kabanata 1　Tungkol sa Trabaho / Pera

Pumirma kayo ng isang kontrata sa kumpanya, para makapagtrabaho, at makakuha ng suweldo. Sa kabanata na ito alamin natin ang tungkol sa KEIYAKUSHO o kontrata at KYUYOMEISAI o ang mga detalye ng suweldo, upang makapagtrabaho sa Japan ng walang inaalala.

1-1 KONTRATA

【Mga halimbawa ng mga nakasulat sa kontrata】

	**Simula kailan** **Hanggang kailan** ka magtatrabaho?		**Saan?** ka magtatrabago?
	**Anong klase** ng trabaho ang gagawin mo?		**Mula anong oras** **Hanggang anong oras** ang trabaho?
	May break time ba? **Anong oras?**		**Kailan** ang araw ng pahinga?
	Gaano karaming araw ang **may bayad na bakasyon**※1?		**Magkano** ang suweldo?
	**Kailan at paano** makukuha ang suweldo?		Mga **patakaran**※2? para sa pagtigil sa trabaho

※1 O Paid Leave = may bayad na "day off"　sa trabaho, kahit na nagpapahinga ka sa trabaho ay makakatanggap ng sahod.

※ 2 Kapag nais umalis sa trabaho ay mangyaring makipag-ugnayan sa kompanya na iyong pinapasukan. Huwag umalis ng trabaho nang hindi man lamang ipinapaalam sa kompanya.

< NIHONGO　Gamitin Natin! >



Magkano ang bayad sa Health Insurance?

1-2 給与明細書

■ 会社から 給料を もらう時、必ず「給与明細」が もらえます。
書いてあることを 正しく 理解しましょう。

①支給＝もらえるお金

②控除＝引かれるお金

③勤怠＝働いた日の数

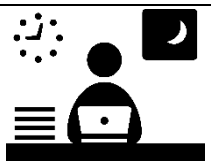
④差引支給額(実際にもらえるお金)＝①(支給)－②(控除)

給与明細書			年　月分				
（社員No）			様				
（事業所名）							
支給	基本給	役員報酬					
					残業手当	休	
		通勤課税	通勤非課税		課税計	非	
控除	健康保険	介護保険	厚生年金	雇用保険	社会保険計	課	
	源泉所得税	住民税	食事代	制服代	他控除		
					年末調整	控除計	控 計
勤怠	出勤日数	有給日数	欠勤日数	出勤時間			
	残業時間	休出日数	休出時間	深夜残業	遅早回数	遅早時間	
記事	課税累計額	税扶養人数			給与振込	現金支給額	差引支給額

① 支給＝もらえるお金

■支給とは、もらえるお金のことです。

【支給に書いてあることの例】

基本給 	働く上で、基本となる給与のことです。	残業手当 	残業に対して払われる割増賃金*1のことです。
通勤費 	バスや電車の運賃など通勤にかかるお金のことです。	深夜残業 	深夜残業したときに払われる割増賃金*1のことです。



*1 割増賃金＝基礎賃金より、多めに もらえる お金のことです。

割増賃金が もらえるときは、

1. 法律で 決まっている 時間より 多く 働いたとき
2. 法律で 決まっている 休みの日に 働いたとき
3. 午後10時から 午前5時までの 深夜に 働いたとき です。

1-2 PAYSLIP

■ Kapag nakakakuha ka ng suweldo mula sa isang kumpanya, palagi kang makakakuha ng "Payslip".

Unawain natin ng wasto kung ano ang mga nakasulat dito.

④Net Salary (Pera na maaari mong makuha) =
① (Matatanggap na pera) -
② (Ibabawas na pera)

①Gross Salary
= Matatanggap na pera

②Deduction
= Ibabawas na pera

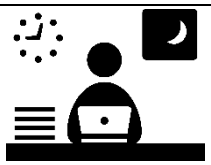
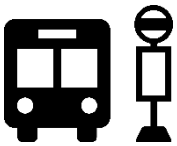
③Attendance = Bilang ng araw na pumasok sa trabaho



① Gross Salary = Matatanggap na pera

■ Ang pera na iyong matatanggap ay ang Gross Salary

【Halimbawa ng mga nakasulat sa Gross Salary Section】

Basic Salary 	Ito ay ang suweldo para sa pagtatrabaho.	Overtime Allowance 	Ito ang Premium Wage※1 para sa overtime.
Commuting Expenses 	Ito ay tumutukoy sa gastos para sa pag commute sa bus at tren.	Late-night overtime allowance 	Ito ang Premium Wage※1 para sa pagtatrabaho hanggang hatinggabi.



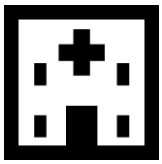
※1 Premium Wage = ay ang pera na maaari mong makuha na mas malaki sa pangunahing sahod.

Ang Premium wage ay makukuha sa mga sumusunid na kalamayan:
1. Kapag nagtrabaho nang higit pa sa oras na hinihiling ng batas.
2. Kapag nagtrabaho sa araw ng iyong day-off ayon sa batas.
3. Kapag nagtrabaho simula 10:00 ng gabi hanggang 5:00 ng madaling araw.

② 控除＝引かれるお金

■控除とは　引かれるお金のことです

【控除に 書いてあることの例】

健康保険 	仕事以外で 病気や ケガを したときの 保険です。 **会社と、働いている 人が　払います。**	厚生年金 	年を取って、働けなくなったときの 保険です。 **会社と、働いている人が　払います。**
雇用保険 	仕事が　なくなった時の　保険です。 **会社と、働いている 人が　払います。**	住民税 	住んでいる町に 払う 税金のことです。
食事代 	会社の食堂で ご飯を 食べたりするときの お金です。	制服代 	仕事で使う 服、靴、帽子などの お金です。



年金は　なぜ払いますか？

払ったお金は　どうなりますか？

日本国内に 住んでいる 20歳以上60歳未満の 人は すべて 年金に 入ることに なっています。

6か月以上 払っていれば、自分の 国に 帰ってからも、申請すれば、払った期間に応じて、お金が戻ってきます。



詳しくは。。。

日本年金機構HP

https://www.nenkin.go.jp/international/index.html

② Deduction = Pera na ibabawas

■ Ang pera na ibabawas ay ang tinatawag na Deduction

【Halimbawa ng kung ano ang mga nakasulat sa Deduction Section】

Health Insurance 	Insurance para sa sakit o pinsala maliban sa trabaho. **Ang kumpanya at ang taong nagtatrabaho ang nagbabayad nito.**	Welfare Pension 	Insurance na magagamit kapag matanda na at hindi na makapagtrabaho. **Ang kumpanya at ang taong nagtatrabaho ang nagbabayad nito.**
Unemployment Insurance 	Insurance na magagamit kapag nawalan ng trabaho. **Ang kumpanya at ang taong nagtatrabaho ang nagbabayad nito.**	Municipal Tax 	Buwis na binabayaran sa lungsod kung saan ka nakatira.
Gastos sa pagkain 	Pera para sa pagkain kung kumakain ka sa cafeteria ng kumpanya.	Bayad sa uniform 	Pera para sa damit, sapatos, sombrero, atbp. na gagamitin sa trabaho.



Bakit kailangan magbayad ng pensiyon?

Ano ang mangyayari sa perang ibinayad ko?

Ang lahat ng nakatira sa Japan na nasa edad 20 taong gulang pataas at 60 taong gulang pababa ay dapat na sumali sa pensiyon.

Kung nagbayad ka ng higit sa 6 na buwan, kapag nag-apply ka ay makukuha mo ang ibinayad mong pera kahit na bumalik ka na sa iyong sariling bansa.



Para sa iba pang mpormasyon...

Mangyaring tingnan ang Japan Pension Service website

https://www.nenkin.go.jp/international/index.html

③ 勤怠＝働いている状況

■勤怠とは、働いている状況のことです。

【勤怠に書いてあることの例】

出勤日数 	働いた日の数	有給日数 	有給を取った日の数
出勤時間 	働いた時間	残業時間 	残業した時間

④ 差引支給額＝実際にもらえるお金

■差引支給額とは、①支給－②控除＝あなたがもらえるお金の合計のことです。



思っていたよりも もらえるお金が 少ないです。どうして？

あなたの代わりに 会社が 給与から 税金や 保険料を 払っています。

税金や 保険料を 払うことは、働く人の義務で、日本に住む人々の、

生活を 助ける 大切な制度です。

外国から 来た皆さんも、支払わなければなりません。



<つかってみよう！ にほんご>

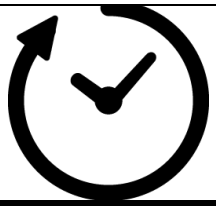
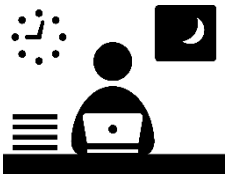


厚生年金は 何ですか。

③ Attendance = Ito ay ang kabuuan ng araw at oras na pinasok

■ Ang Attendance= ito ay ang kabuuan ng araw at oras na pinasok sa trabaho

【Halimbawa ng kung ano ang mga nakasulat sa Attendance Section】

Mga araw na ipinasok sa trabaho 	Bilang ng araw na ipinasok sa trabaho	Araw na may bayad 	Bilang ng mga araw na bayad habang nasa pahinga sa trabaho
Ang oras na ipinasok sa trabaho 	Mga oras na ipinasok sa trabaho	Oras ng overtime 	Mga bilang ng oras para sa overtime

④ Net Salary = Pera na iyong makukuha

■ Ang Net Salary ay ang Ang kabuuang halaga ng pera na iyong makukuha

(① Gross Salary — ② Deduction)



Kaunti lang pala ang makukuha kaysa sa inaasahan ko. Bakit?

Ang kumpanya ay nagbabayad ng buwis at insurance mula sa iyong suweldo sa ngalan mo. Ang pagbabayad ng mga buwis at inurance premium ay isang tungkulin ng mga manggagawa at isang mahalagang sistema na makakatulong sa mga taong naninirahan sa Japan.
Dapat ka rin magbayad kahit na nagmula ka sa ibang bansa.



< NIHONGO Gamitin Natin! >



Ano ba ang Welfare Pension?

第2章　働く／ルール

日本の職場のルールは、皆さんの国のルールと違う場合があります。
「安全に仕事をするため」、そして「職場で良い人間関係を作るため」に、
日本の職場のルールをしっかり理解しておきましょう。

2-1 服装

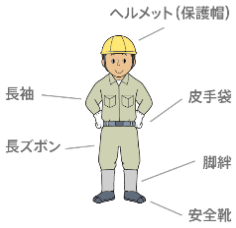
『あなたの職場では、どんな服装で仕事をしますか？』





- 働くときの服装は、仕事に合ったものにしましょう。
- 清潔感のある服装をすることは、とても大切です。
- どんな仕事でも、安全第一です。
- 作業着、安全靴、安全帽など、きちんと身に付けることによって、事故を防ぐことができます。

○ 安全な服装の例





安全第一
ANZEN DAIICHI
SAFETY FIRST

× 危険な服装の例



2-2 時間

『もし　あなたが、職場で時間を守れなかったら、どんなことが起きるでしょうか』

1. あなた自身の信用がなくなる。
   時間を守れない人＝いい加減な人＝頼りにならない と思われます。
2. 会社の信用が なくなる。
   あなたが 時間を 守れなかったことで、お客さんに 迷惑が かかるかもしれません。
   そうなると、あなただけでなく、会社の信用が なくなります。
   日本の職場は、時間に 厳しいです。自分の行動に 責任を 持ちましょう！

Kabanata 2 Tungkol sa Trabaho / Patakaran

Ang mga patakaran sa lugar ng trabaho sa Japan ay maaaring naiiba sa inyong pinanggalingang bansa. Tiyaking nauunawaan mo ang mga patakaran sa lugar ng trabaho sa Japan upang makapagtrabaho ng ligtas at magkaroon ng magandang relasyon sa mga taong makakasalamuha sa trabaho.

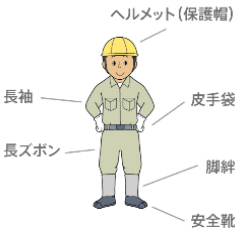
2-1 Pananamit



"Anong uri ng uniporme ang ginagamit mo sa lugar ng inyong trabaho? "

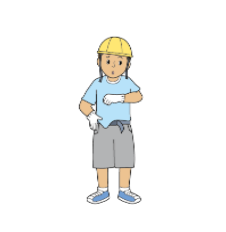
- Tiyakin na naaangkop ang iyong mga damit sa uri ng inyong trabaho.
- Napakahalaga na magsuot ng malinis na damit.
- Ang kaligtasan ng lahat ay ang pangunahing prayoridad ng anumang trabaho.
- Sa pamamagitan ng pagsusuot ng maayos na damit pang-trabaho, safety shoes, safety helmet atbp., maiiwasan ang mga aksidente.







あんぜんだいいち
安全第一
ANZEN DAIICHI
SAFETY FIRST



2-2 Oras

"Ano ang mangyayari kung hindi ka nakarating sa tamang oras sa iyong trabaho."

1. Mawawalan ka ng reputasyon
   Ang mga taong hindi sumusunod sa tamang oras sa pagpasok sa trabaho = ay lilitaw na isang tao na hindi mapagkakatiwalaan = isang tao na hindi mo maaasahan.

2. Ang pagtitiwala ng kumpanya sa iyo ay mawawala
   Sa pamamagitan ng hindi mo pagsunod sa oras, maaari itong magdulot ng problema sa mga customer. Kapag nangyari iyon, mawawala ang tiwala nila sa iyo at sa iyong kumpanya.

<u>Ang mga lugar ng trabaho sa Japan ay mahigpit pagdating sa oras.</u>
<u>Maging responsable sa iyong mga aksyon!</u>

2-3 ほう･れん･そう

『ほう・れん・そう』とは 何でしょうか？

ほ う（HOO）	れ ん（REN）	そ う（SOO）
		
報　告	連　絡	相　談
「仕事を 指示した人」に『**報告**』する	「関係者全員」に『**連絡**』する	「上司、同僚、先輩」などに『**相談**』する

職場では **チームワーク**が 大切です。小さなことでも**「ほう・れん・そう」**しましょう！

2-4 5S

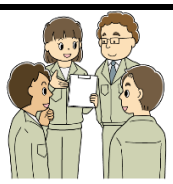
『5S』とは 何でしょうか？

Seiri 整理		いるものと いらないものを 分けます。 いらないものは 捨てます。	⇒仕事の効率が あがります。 転んで ケガを する危険も 減ります。
Seiton 整頓		いるものを 使いやすく、 わかりやすく 収納します。	⇒ムダな時間が 減ります。 品質も 向上します。
Seisoo 清掃		機械設備、机回りなどの汚れや ゴミを 取りのぞきます。	⇒機械が こわれません。 転んで ケガを する危険も 減ります。
Seiketsu 清潔		汚れを 取りのぞいて、身の回りを きれいにします。	⇒品質が よくなります。 ゴミが 混ざることを 防げます。
Shitsuke 躾		上の４つを 続けて、決められた ことを きちんと守ります。	⇒自分から 安全に 気をつけて 仕事が できるようになります。

5Sが できている 職場は、「安全」で「快適」に 仕事が できます！

2-3 HOO･REN･SOO

Ano ang ibig sabihin ng “HOO・REN・SOO”?

ほ う（HOO）	れ ん（REN）	そ う（SOO）
		
Mag-ulat	Makipag-ugnayan	Kumonsulta
Mag-ulat sa taong nag-utos ng trabaho	**Makipag-ugnayan** sa lahat ng taong may kinalaman	**Kumonsulta** sa iyong boss, kasamahan sa trabaho at iba pa.

Mahalaga ang **"Team Work"** o pakikipagtulungan sa lugar ng trabaho.
Laging gawin ang **"HOO・REN・SOO"** kahit sa maliliit na bagay!

2-4 5S

VIDEO

Ano ang ibig sabihin ng “5S”?

Seiri Pag-uuri		Paghiwalayin kung ano kailangan at ang hindi kailangan. Itapon ang mga bagay na hindi kailangan	⇒Tataas ang kahusayan sa trabaho. Ang panganib at pinsala ay mababawasan din.
Seiton Pag-aayos		Gamitin kung ano ang mayroon ka. Itago ng maayos at madaling makita.	⇒Mababawasan ang masasayang na oras. Mapapahusay din ang kalidad
Seisoo Paglilinis		Tanggalin ang mga dumi at basura sa makinarya, sa paligid ng lamesa, atbp.	⇒Hindi masisira ang makina. Ang panganib at pinsala ay mababawasan din.
Seiketsu Pangkalusugan		Alisin ang mga dumi at linisin ang iyong paligid.	⇒Mapapahusay ang kalidad. Maiiwasan ang paghalo ng basura.
Shitsuke Disiplina		Ipagpatuloy ang 4 na hakbang na nabanggit sa itaas at sundin ang mga patakaran. Protektahan kung ano ang napagpasiyahan.	⇒Mag-ingat para sa sariling kapakanan. Maging masipag upang makapagtrabaho ng maayos.

Ang mga lugar ng trabaho na may 5S ay lugar na makakapagtrabaho ng ligtas at kumportable!

2-5 作業手順

VIDEO

- 職場には たくさんの危険が あります。
- 職場で 決められた作業手順は、「安全」で「効率よく」作業するためのルールです。
- 作業手順を 守り、ケガや事故を 防ぎましょう。
- 「いつもと違う！（**異常**）」と感じたら、すぐ上司に 連絡しましょう。



職場の中には、いろいろなマークが あります。
それぞれのマークの意味を 確認してください。

	黄色と黒のテープが貼ってあるところは、注意してください。		高温に注意してください。
	回っているものに手を出してはいけません。		はさまれないように注意してください。
	手袋を 使ってはいけません。		保護メガネを付けてください。

もし異常が 起きたら・・・・・

		
止める	呼ぶ	待つ

2-5 Patakaran ng Trabaho

VIDEO

- Maraming mga panganib sa lugar ng trabaho.
- Ang patakaran ng trabaho na napagpasiyahan sa lugar ng trabaho ay panuntunan para sa ligtas at mahusay na pagtatrabaho.
- Sundin ang patakaran ng trabaho upang maiwasan ang mga aksidente at pinsala.
- Kung sa tingin mo na "parang iba sa karaniwan" (hindi normal), makipag-ugnayan kaagad sa inyong tagapamahala.



Mayroong iba't-ibang mga simbolo sa lugar ng trabaho.

Tandaan ang mga kahulugan ng bawat simbolo.

	Mag-ingat sa mga lugar kung saan may nakadikit na dilaw at itim na tape.		Mag-ingat sa mga may mataas na temperatura.
	Huwag ilagay ang kamay sa mga bagay na umiikot.		Mag-ingat dahil may pagkakataon na maipit.
	Huwag gumamit ng guwantes.		Magsuot ng "protective glasses"

Kung may napuna ka na hindi normal…



pindutin ang STOP button



tumawag ng tao



maghintay



労災保険について

仕事や通勤が原因で、ケガをしたり、病気になったりしたときは、手続きをすれば、病院のお金などが、もらえます。
保険料は、会社が払います。

2-6 トラブルを 防ぐために

VIDEO

【トラブルの事例】



『指示されたことが終わったから、先に進んでやったら、叱られた！』



『指示されたことが 終わったら、報告してください。勝手に 先に進むのは、事故の原因にもなります。』



『契約書に書いてない仕事を頼まれました。。。』



『指示した人が、あなたの在留資格を 知らないかもしれません。事務所の人に相談してください。』



『指示が 全然わからない。叱られるのが 怖いから、聞けない。間違った部品を 持って行って、叱られた。』



『日本人は、皆さんが わからないところが わかりません。わからないときは、わからないと、教えてください。』



『勉強した日本語と、全然違うので、何を 話しているのか、わかりません。』



『住んでいる場所や、世代によって、ことばが違うことがあります。わからないときは、聞いてくださいね。』

職場でのトラブルは、ミスコミュニケーションが 原因になることが 多いです。
普段から 話しやすい人間関係を 作ることが、大切です。



Worker's Accident Insurance

Kung ikaw ay naaksidente o nagkasakit dahil sa trabaho o sa pag-commute, makakakuha ka ng tulong pinansyal para magamit sa ospital kung gagawin mo ang mga paraan para makuha ito.

Ang "insurance premium" ay babayaran ng kumpanya.

2-6 Upang makaiwas sa gulo

VIDEO

【Halimbawa ng kaso ng problema】



Napagalitan ako dahil nagpatuloy ako sa pagtatrabaho pagkatapos kong gawin ang iniutos sa akin.

Mangyaring iulat pagkatapos magawa ang iniutos sa iyo. Ang pagpapatuloy nang walang pahintulot ay maaaring maging sanhi ng isang aksidente.





Inutusan akong gawin ang trabaho na hindi naman nakasulat sa kontrata...

Ang taong nag-utos ay maaaring hindi alam kung ano ang iyong "Residence Qualification". Mangyaring kumonsulta sa taong nasa opisina tungkol dito.





Hindi ko maintindihan yung inuutos sa akin. Ayoko naman mapagalitan, kaya hindi ako nagtatanong. Nagkamali ako ng dinalang "parts", napagalitan ako.

Ang mga Hapon kapag hindi nila naiintindihan, nagsasabi sila na hindi nila naiintindihan (wakarimasen)
Kapag hindi naiintindihan, magsabi na hindi mo naiintindihan (wakaranai)





Ibang-iba ang salita nila sa pinag-aralan ko na Japanese Language, kaya hindi ko maintindihan kung anong sinasabi nila.

Ang mga wika ay maaaring magkakaiba depende sa kung saan ka nakatira at sa edad o henerasyon. Magtanong kung hindi mo maintindihan.



Ang madalas na sanhi ng mga problema sa lugar ng trabaho ay "miscommunication" o hindi pagkakaintindihan. Mahalagang makipagkaibigan sa mga taong kasama mo sa trabaho na madali mong makakausap.

2-7 職場でよく使う日本語

■ 職場のあいさつ

・同じ職場の人に対して…「**おつかれさまです。**」

・関係会社やお客様に対して…「**お世話になっております。**」

・何かをお願いする／したとき…「**よろしくお願いします。**」

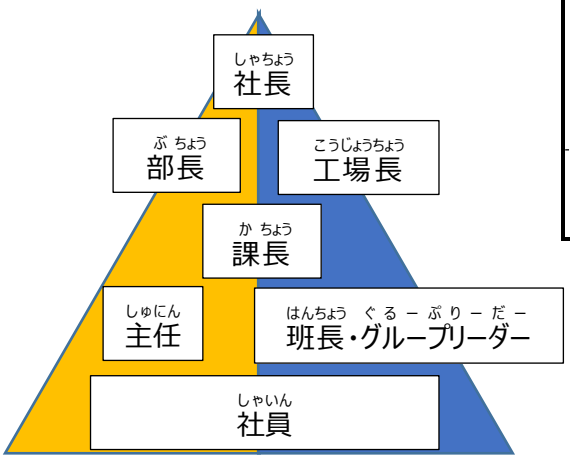
・仕事が終わって、あなたが先に帰るとき…「**お先に失礼します。**」

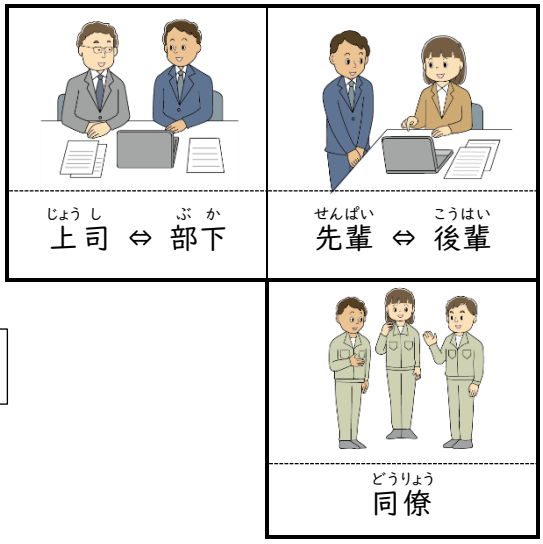
・仕事が終わって、相手が先に帰るとき…「**おつかれさまでした。**」



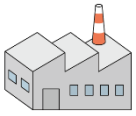
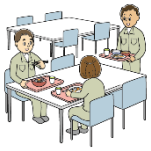
■ 職場のことば

・組織・上下関係





・場所

					
会社	工場	現場	倉庫	寮	事務所
					
会議室	受付	食堂	更衣室	応接室	休憩室

2-7 Mga salitang Hapon na madalas gamitin sa lugar ng trabaho

■ Mga pagbati na ginagamit sa lugar ng trabaho



・Para sa mga taong kasama mo sa lugar ng trabaho... 「おつかれさまです。」

・Para sa mga kaakibat na kumpanya at customer... 「お世話(せわ)になっております。」

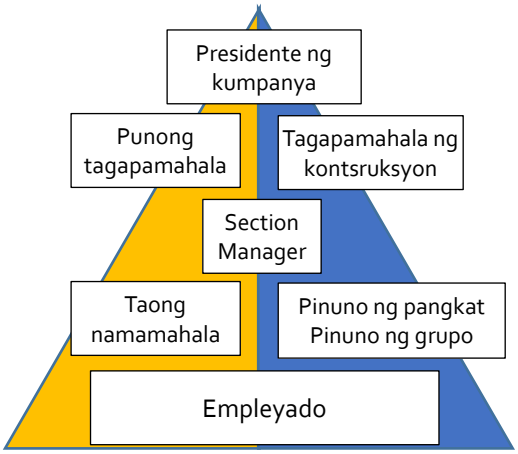
・Kapag humingi ka ng kahilingan/o ng isang bagay... 「よろしくお願(ねが)いします。」

・Pagkatapos ng trabaho at nauna kang uuwi... 「お先(さき)に 失礼(しつれい)します。」

・Pagkatapos ng trabaho at nauna ang iyong kasamahan na umumi... 「おつかれさまでした。」

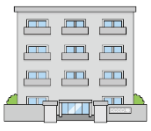
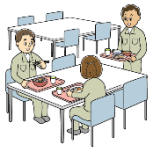
■ Mga salita sa lugar ng trabaho

・Organisasyon ・Pamunuan

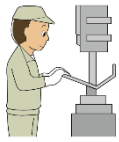


	
Amo ⇔ Subordinado	Datihang empleyado ⇔ Baguhang empleyado
	
Kasamahan	

・Lugar・Departamento

					
Kumpanya	Paprika	Sa Site	Warehouse	Dormitoryo	Opisina
					
Silid ng pagpupulong	Tanggapan	Canteen	Silid para sa pagpapalit ng damit	Reception room	Silid para sa pagpapahinga

・ことば

				
報告（する）	連絡（する）	相談（する）	質問（する）／聞く	確認（する）
				
お願い（する）／たのむ	提出（する）／出す	整理（する）／かたづける	開始（する）／始める	終了（する）／終わる
				
変わる	故障（する）／こわれる	修理（する）／直す	残業する	製造（する）／つくる
				
組み立て（る）／つくる	操作（する）／動かす	検査（する）／しらべる	塗装（する）	溶接（する）

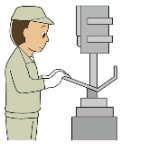
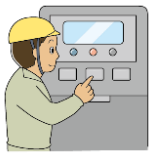
■　数値・単位

長さ	ミリ (mm)	センチ(cm)	メートル (m)	キロメートル (km)	インチ (in)	フィート (ft)	ヤード (yd)	マイル (mile)
	1,000	100	**1**	0.001	39.37	3.281	1.094	0.0006

重さ		ミリグラム (mg)	グラム (g)	キログラム (kg)	オンス (oz)	ポンド(lb)	英トン (L/T)	米トン (t)
		1,000,000	1,000	**1**	35.27	2.205	0.0009	0.001

広さ		平方センチ (cm^2)	平方メートル (m^2)	アール (a)	ヘクタール (ha)	平方キロメートル (km^2)	エーカー (ac)	平方マイル ($mile^2$)
		100,000,000	10,000	100	**1**	0.01	2.471	0.0039

・Salita

				
Pag-uulat	Makipag-ugnayan	Konsultasyon	Pagtatanong	Pagkumpirma
				
Kahilingan Pakiusap	Isumite Ipasa	Ayusin Ligpitin	Magsimula	Tapos na Pagtatapos
				
Pagbabago	Masira Masisira na	Pagkumpuni Ipapaayos	Mago-overtime	Paggawa Gagawa
				
Pagtatayo Pagbubuo	Pagproseso Pagpapatakbo	Pagsusuri Pagsisiyasat	Pagpipinta	Pag-welding

■ De-numerong halaga・Batayang sukat

Haba	Millimeter (mm)	Centimeter (cm)	Meter (m)	Kilometer (km)	Inch (in)	Feet (ft)	Yard (yd)	Mile (mile)
	1,000	100	**1**	0.001	39.37	3.281	1.094	0.0006

Bigat		Milligram (mg)	Gram (g)	Kilogram (kg)	Ounce (oz)	Pound (lb)	British ton (L/T)	US ton (t)
		1,000,000	1,000	**1**	35.27	2.205	0.0009	0.001

Lawak		Square centimeter (cm^2)	Square meter (m^2)	Are (a)	Hectare (ha)	Square kilometer (km^2)	Acre (ac)	Square mile ($mile^2$)
		100,000,000	10,000	100	**1**	0.01	2.471	0.0039

容積		立法ミリ(㎜)	立法センチ (㎝)	リットル (ℓ)	立法インチ (in³)	立法フィート (ft³)	英ガロン (Imp.gal)	米ガロン (U.S.gal)
		1,000,000	1,000	**1**	61.02	0.0353	0.219	0.264

■　表現



・報告する

①「**もう 作業が 終わりました。**」

②「**すみません。まだ 確認して いません。今から 確認します。**」

③「**すみません。まだ 資料は できて いません。今 作って います。**」



・連絡する

①「**道が 混んでいるので、15分ぐらい 遅刻します。**
すみませんが、よろしくお願いします。」

②「あのう、**すみません。熱が 38度あるので、今日 会社を 休みます。**
よろしくお願いします。」



・相談する

①「**すみません！ 機械が 動かないんですが、どうしたら いいですか。**」

②「あのう、**すみません。来月 国に 帰るので、1週間 休んでも いいでしょうか。**」



・わからないとき 質問する

①「**すみません。わかりません。もう一度、お願いします。**」

②「**すみません。もう一度、【言って・教えて】ください。**」
「**すみません。～は【なん・いつ・だれ・どれ・どこ】ですか。**」



・許可を もらう

①「**すみません。ちょっと そのパソコンを 使っても いいですか。**」

②「あのう、**すみません。入管に 行くので、少し早く 帰っても いいですか。**」

・相手に お願いする

①「**すみませんが、ちょっと 急いで ください。お願いします。**」

②「**すみません。荷物が 重いので、手伝って ください。お願いします。**」

ひとことアドバイス

「すみません」は、いろいろな場面で よく使います。
「ごめんなさい」や 「ありがとう」の意味もありますし、相手に呼びかけるときや 話しかけるときにも 使います。

Kapasidad		Cubic millimeter (mm^3)	Cubic centimeter (cm^3)	Liter (ℓ)	Cubic inch (in^3)	Cubic feet (ft^3)	Imperial gallon (Imp.gal)	U.S. gallon (U.S.gal)
		1,000,000	1,000	**1**	61.02	0.0353	0.219	0.264

■ Paglalahad

・Pag-uulat



① Tapos na ang trabaho.
② **Pasensiya na.** Hindi ko pa nakumpirma. Kumpirmahin ko na ngayon.
③ **Pasensiya na.** Hindi ko pa nagagawa yung dokumento.
Ginagawa ko ito ngayon.

・Pakikipag-ugnayan



① Dahil sa trapik, 15 minutos akong mahuhuli ng dating.
Pasensiya na. Salamat.
② Hindi ako makakapasok ng kumpanya ngayon dahil may lagnat ako na 38℃.
Pasensiya na. Maraming salamat.

・Pakikipagkonsulta



① **Paumanhin ho!** ayaw gumalaw nung makina, ano ho ba ang data kong gawin?
② **Paumanhin ho.** Uuwi kasi ako sa susunod na buwan sa aking bansa,
maaari ho bang magbakasyon ng isang linggo?

・Magtanong kapag hindi naiintindihan



① **Pasensiya na.** Hindi ko naintindihan, maaari bang pakiulit.
② **Pasensiya na.** [Maaari bang pakiulit yung sinabi mo] [Maaari bang pakituro ulit]
Paumanhin ho. [Ano・Kailan・Sino・Alin・Saan]

・Paghingi ng pahintulot



① **Pasensiya na.** Maaari ko bang magamit sandali ang computer na iyon?
② **Pasensiya na.** Pupunta kasi ako ng Immigration Bureau,
maaari ba akong umuwi ng maaga?

・Pagkiusap sa ibang tao

① **Pasensiya na,** kung maaari sana pakibilisan ng konti.
② **Pasensiya na,** mabigat kasi yung bagahe, maaari mo ba akong tulungan.

Isang Paalala

Ang "sumimasen" ay madalas ginagamit sa iba't-ibang sitwasyon. Ginagamit din ito bilang gomennasai at arigatou kapag tatawag o makikipag-usap sa bang partido.

第3章　生活する／住居

日本で 生活するうえで、ゴミ出しや 騒音のルールについて 学ぶことは、とても大切です。
また、日本は 自然災害が 多い国です。災害のとき どうしたらいいのか、学びましょう。

3-1 ゴミの出し方

VIDEO

- ゴミには 種類があります。
- ゴミを 捨てる日や時間、 袋は 決まっています。
- 捨ててあるゴミを、持っていってはいけません。



ひとことアドバイス

ゴミ出しのルールや 袋は 住んでいる区市 町 村によって 違います。区市 町 村で 確認しましょう。

燃えるゴミ


生ゴミ


使用済み
ティッシュペーパー


紙くず

など

燃えないゴミ


傘


はさみ


やかん


フォーク　スプーン

など

資源ゴミ


空きびん



空き缶



ペットボトル


プラスチック類



紙類

など

粗大ゴミ


自転車


たんす


布団

など

- 自分で 持っていく
- 取りに 来てもらう

※お金が かかることが あります。
確認しましょう。

Kabanata 3 Tungkol sa Pamumuhay / Tirahan

Napakahalaga na malaman ang mga patakaran sa pagtatapon ng basura, patakaran sa ingay, kapag naninirahan sa Japan.

Ang Japan ay isa ring bansa na maraming natural na kalamidad. Alamin kung ano ang dapat gawin kung sakaling may maganap na isang sakuna.

3-1 Paraan ng pagtatapon ng Basura

VIDEO

- Mayroong iba't-ibang uri ng mga basura.
- May mga itinalagang araw, oras at supot para sa mga basura.
- Bawal dalhin ang basura na itinapon ng ibang tao.



Isang Paalala

Ang mga panuntunan at mga supot ng basura ay nag-iiba depende sa lugar na iyong tinitirahan. Mangyaring kumpirmahin ito sa pinakamalapit na madoguchi center o munisipyo sa inyong lugar.

Nasusunog na Basura



Basura mula sa kusina　Ginamit na tissue paper　Mga papel

atbp

Hindi Nasusunog na Basura



Payong　Gunting　Takure　Kutsara・Tinidor

atbp

Recycable na Basura



Bote　Lata　Pet Bottle　Mga Plastic　Mga Papel

atbp

Malalaking asura



Bisikleta　Kabinet　Futon

atbp

- Ikaw mismo ang magdadala.
- Pupuntahan upang kunin ito.

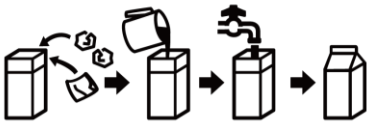
※ Ito ay maaaring magastos sa pera.

油の捨て方

使った油を そのまま 捨てると 排水管が つまります。正しく 捨てましょう。

◆ **牛乳パックを使うとき**

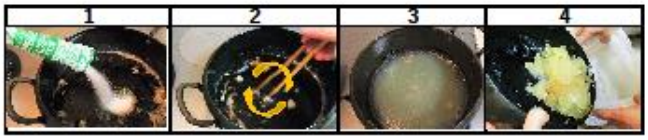
紙　油　水



テープで巻く

◆ **凝固剤を使うとき**

布



凝固剤は
ドラッグストアで
売っています

ひとことアドバイス

3-2 騒音

VIDEO

■ 日本では 夜9時を 過ぎたら 静かにしましょう。

■ 日本の家は狭く、隣りの家と距離が近いので 大きな音や声を出すと 近所迷惑です。騒がしいと 苦情が 来ることが あります。



3-3 寮・アパートの使い方

寮・アパートで 生活するときは 次のことに 気をつけましょう。また、日本人は、きれい好きな人が 多いので、住む場所を 清潔にしておくために、よく掃除をします。週に1回以上は 部屋中 掃除をする習慣を 身に付けてください。

■ 自分の家では ありません。掃除や 換気をして きれいに 使いましょう。

■ 廊下は 共用スペースです。物を 置くのは やめましょう。

■ 壁に 穴を あけては いけません。

■ 家の中では 靴を 脱ぎましょう。

■ 空気が 乾燥し、火事が 発生しやすいです。次のことに 気をつけましょう。

①ストーブの真上に 洗濯物を 干してはいけません。

②ストーブの近くに カーテンなど 燃えやすいものを 近づけてはいけません。

③ごみ箱に タバコを 捨ててはいけません。

④ガスコンロ使用中は その場を 離れてはいけません。

<つかってみよう！ にほんご>

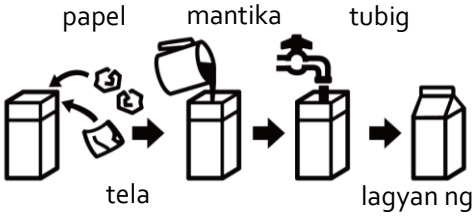


空き缶は どこに 捨てれば いいですか。

Paraan ng pagtatapon ng gamit na mantika

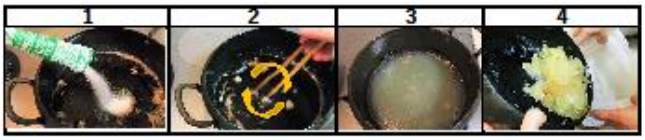
Kapag itinapon ang gamit na mantika ang tubo ay na pag-aagusan nito ay magbabara. Itapon natin ito ng tama.

◆ **Sa pamamagitan ng paggamit ng karton ng gatas**



Ang "coagulant" ay mabibili sa mga botika

◆ **Sa pamamagitan ng paggamit ng "coagulant" para tumigas ito**



Isang Paalala

3-2 Ingay

VIDEO

- Sa Japan tahimik na ang lahat kapag lumagpas na ng alas-9 ng gabi.
- Ang mga bahay sa Japan ay maliit at ang distansya sa pagitan ng mga bahay ay napakalapit, kaya ang mga malakas na tunog at tinig ay maaaring maging sanhi ng gulo mula sa kapitbahay.



3-3 Paano gamitin ang Dormitory at Apartment

Kapag naninirahan sa isang dormitoryo o apartment, alalahanin ang mga sumusunod. Bilang karagdagan, maraming mga Hapon ang mahilig maglinis, kaya't madalas nilang nililinis ang kanilang bahay at paligid ng kanilang lugar. Sanayin ang sarili na maglinis ng silid isang beses o higit pa bawat linggo.

- Dahil hindi ninyo ito sariling bahay, panatilihin itong malinis at maaliwalas.
- Ang pasilyo ay isang lugar na ginagamit ng lahat. Gamitin ito ng maayos at panatilihin itong malinis at maaliwalas.
- Bawal maglagay ng butas sa mga pader.
- Hubarin ang mga sapatos kapag nasa loob na ng bahay.
- Kapag ang hangin ay tuyo lalo na sa taglamig, mataas ang kaso na mangyari ang sunog. Mangyaring mag-ingat sa mga sumusunod.
  ① Huwag maglagay ng mga sinampay sa ibabaw ng kalan.
  ② Huwag maglagay ng kurtina o anumang bagay na nadaling masunog maalpit sa kalan.
  ③ Huwag itapon ang upos ng sigarilyo sa basuraan.
  ④ Huwag umalis sa lugar kapag ginagamit ang kalan.

< NIHONGO Gamitin Natin!>



Saan ba dapat itapon ang mga walang laman na lata?

3-4 自然災害が起こったら

■ 災害の時は、本当か ウソか 分からない 情報が 多くなります。テレビのニュースや インターネットなどで 正しい 情報を よく確認しましょう。

■ 日頃から 家の近くの避難所の場所や、 職場への連絡方法を 確認しておきましょう。

【地震】



ゆれを感じたら　・テーブルの下に 入って、身を 守ります。
・家具が 倒れてこない場所に 移動します。
ゆれが止まったら・コンロなどのガス機器の火を 消します。
・ドアや窓を 開けます。
家を出るときは　・ガスの元栓を　閉めて、電気のブレーカーを 落とします。

【津波】



・地震が起きると、津波が くるかもしれません。
・海や川に 近づいてはいけません。
・津波は、強い、高い、速い波です。すぐに 高い場所へ 逃げてください。

【台風・大雨・洪水】

・大雨や強い風で、海の波が 高くなったり、川の水が 増えるため、危険です。
・雨風が 強い時は 外に出てはいけません。
・電車やバスが　遅れたり、止まることも ありま す。

3-5 町内会制度、自治会制度

■ 同じ地域に 住んでいる人たちが　みんなで 助け合い、住みやすい町に なるように 集まって活動している 住民団体です。入るか 入らないかは 自由です。

■ 町内会・自治会の集まりや イベントに　積極的に 参加して、同じ地域に　住んで いる人たちと　交流 しましょう。（例：防災訓練、地域の掃除、お祭り）

■ 回覧板には　地域の　お知らせが　載っています。順番に　次の人に 渡します。

■ 災害が 起きたときに、助け合えるように 日頃から 交流 しておきましょう。

<つかってみよう！ にほんご>



地震のとき、どうすれば いいですか。

3-4 Kapag nangyari ang isang Natural na Kalamidad

- Kung sakaling magkaroon ng isang sakuna, maraming impormasyon na hindi mo alam kung ito ay totoo o hindi. Tingnan ang pinakabagong mga impormasyon sa T.V. o sa internet.
- Ugaliing puntahan ang lugar ng evacuation center na malapit sa iyong bahay at kung paano makipag- ugnayan sa lugar ng trabaho.

【LINDOL】



Kapag naramdaman na yumanig
- Magpunta sa ilalim ng mesa at protektahan ang sarili.
- Lumipat sa isang lugar kung saan walang mahuhulog na gamit.

Kapag huminto na ang pagyanig
- Patayin ang apoy ng kalan at iba pa.
- Buksan ang pinto at mga bintana.

Bago lumabas ng bahay
- Isara ang pangunahing gas valve at ibaba ang electric breaker.

【TSUNAMI】



- Ang isang tsunami ay maaaring mangyari pagkatapos ng isang lindol.
- Huwag pumunta sa mga lugar na malapit sa ilog at dagat.
- Ang mga tsunami ay malakas, mataas at mabilis na alon. Agad na pumunta sa mas mataas na lugar.

【Bagyo / Malakas na Pag-ulan / Pagbaha】

- Mapanganib dahil sa malakas na ulan at malakas na hangin tumataas ang mga alon ng karagatan at gayundin ang tubig sa ilog.
- Huwag lumabas kapag malakas ang hangin at ulan
- Ang mga tren at bus ay maaaring maantala o ihinto

3-5 Sistema ng Asosasyon ng mga magkakapitbahay, Samahan ng mga Residente

- Ito ay isang samahan ng residente na aktibo sa pangangalap ng mga taong nakatira sa parehong lugar upang gawin itong isang komportableng lugar upang mamuhay.
- Kung mayroong kaganapan sa Asosasyon ng magkakapitbahay at Samahan ng mga Residente sa inyong lugar dapat aktibong lumahok para makihalubilo sa mga taong nakatira sa inyong lugar. (Halimbawa: Disaster Prevention, Paglilinis ng komunidad, mga pista)
- KAIRANBAN (mga lokal na anunsyo. Ibigay ito sa susunod na tao.)
- Panatilihin ang pakikipag-ugnayan upang matulungan ang bawat isa sa kaganapan ng sakuna.

< NIHONGO Gamitin Natin! >

Ano ba ang dapat gawin kapag lumindol?

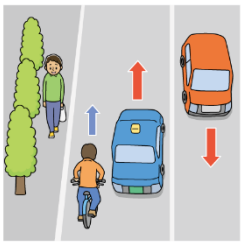
第4章　生活する／交通

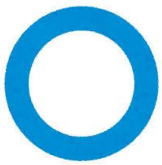
日本の交通ルールは、皆さんの国や 地域のルールと違う場合が ありま す。
安心・安全な生活を 送るため、交通ルールを しっかり 理解しておきましょう。

4-1　交通ルール

VIDEO

【道を 歩くとき】





① 人は 歩道の右側を 歩きます。

② 車 は車道の 左 側を走ります。





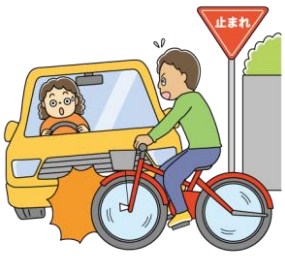
③ 道を わたるときは 横断歩道を 渡ります。

【自転車に 乗るとき】





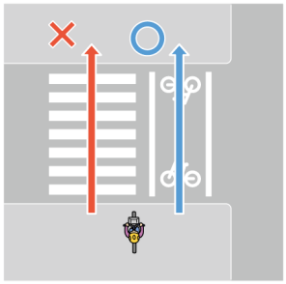
① 自転車は普通 車道の 左 端を走ります。
「自転車通行可」の 標 識 のある 歩道では 車道寄りを 走ります。



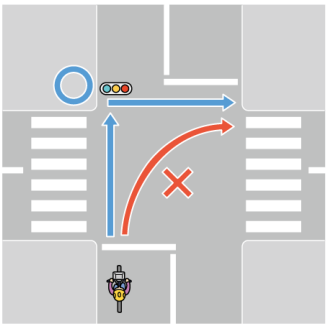


② 「止まれ」の 標 識 のあるところでは、止まらなければいけません。





③ 交差点では 信号を 守ります。
自転車専用横断歩道を 渡ります。



④ 交差点で 斜め横断を しては いけません。二段階右折を します。

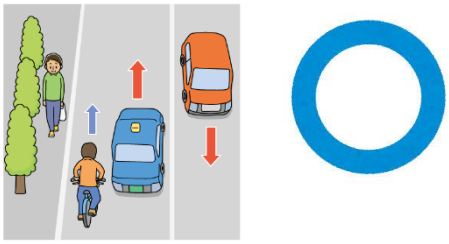
Kabanata 4 Pamumuhay/Transportasyon

Ang mga patakaran sa trapiko ng Japan ay maaaring iba kung ikukumpara ito sa inyong pinanggalingang bansa.
Siguraduhin na nauunawaan mo ang mga patakaran ng trapiko upang mamuhay ng maayos at ligtas.

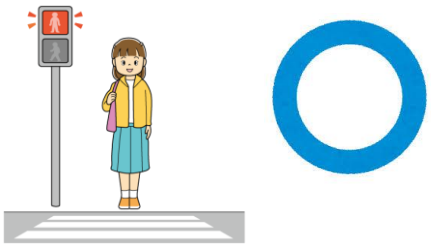
4-1 Patakaran ng Trapiko

VIDEO

【Kapag naglalakad sa bangketa】

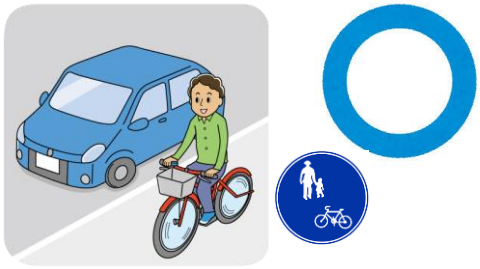


①Naglalakad ang mga tao sa kanang bahagi ng sidewalk.
②Tumatakbo ang mga sasakyan sa kaliwang bahagi ng kalsada.



③Kapag tumatawid sa kalsada, tumawid sa pedestrian crossing.

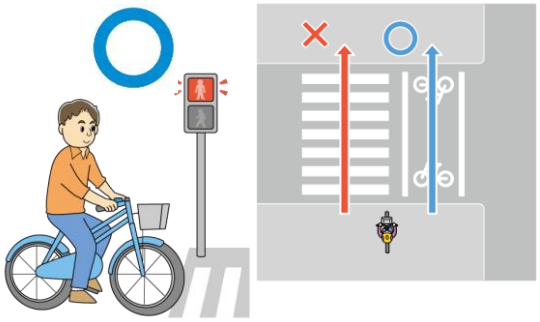
【Kapag nakasakay ng bisikleta】



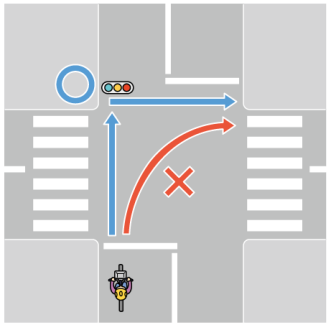
①Ang mga bisikleta ay karaniwang tumatakbo sa kaliwang bahagi ng kalsada. Maaari magbisikleta sa bangketa na minarkahan ng "Bicycle Permitted" sa kalsada.



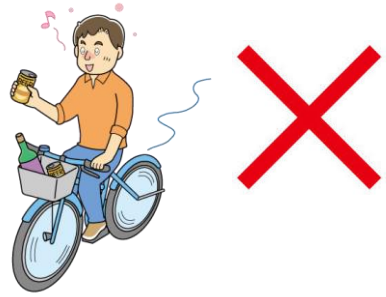
②Dapat ay huminto kapag may nakitang "Stop" na karakula.



③Obserbahan ang mga ilaw sa trapiko sa mga interseksyon.
Dumaan sa daanan para sa mga bisikleta.



④Huwag tumawid nang pahilis sa intersection. Gawin ang "two-step right turn."



⑤ お酒を 飲んだら、自転車に 乗ってはいけません。



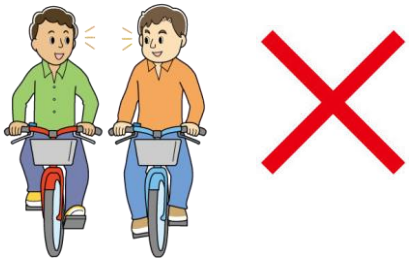
⑥ 傘を さしながら 自転車に 乗ってはいけません。



⑦ ヘッドホンで 音楽を 聞きながら 乗ってはいけません。



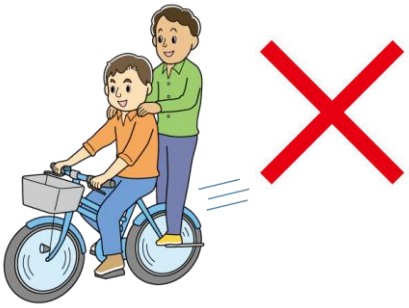
⑧ 携帯電話を 使いながら 乗ってはいけません。



⑨ 並んで 走ってはいけません。



⑩ スピードの出しすぎは いけません。
安全なスピードで 走ります。



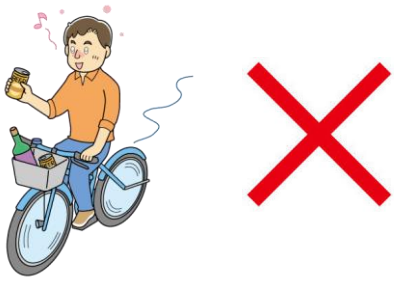
⑪ 二人乗りを してはいけません。



⑫ 夜は ライトを つけます。

■ ルールを守らないと 罰金（お金を払うこと）や 刑務所に入る 可能性が あります。

■ 自転車で 交通事故を 起こした場合、多額の 損害賠償責任（多くのお金を払う必要）が 出るかもしれません。自転車保険に 入って おきましょう。



⑤Huwag magbisikleta kung ikaw ay nakainom ng plak.



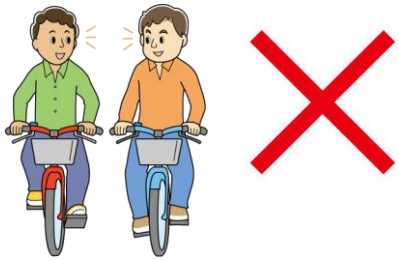
⑥Huwag magbisikleta habang gamit ang payong.



⑦Huwag magbisikleta habang nakikinig ng musika gamit ang headphones.



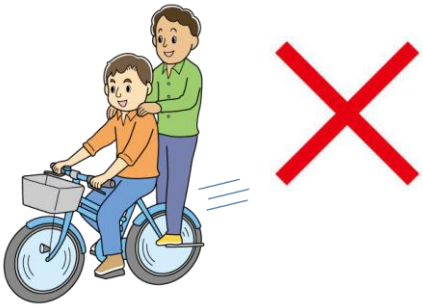
⑧Huwag magbisikleta habang gamit ang inyong mobile phone.



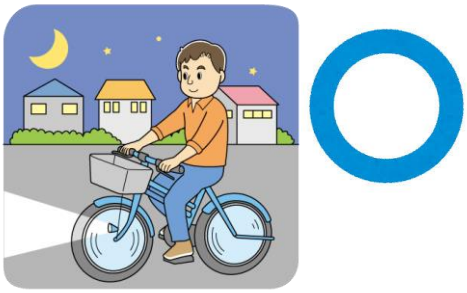
⑨Huwag magbisikleta ng magkatabi.



⑩Huwag bilisan ang pagpapatakbo ng bisikleta.
Magbisikleta ng may ligtas na bilis.



⑪Huwag mag-angkas.



⑫Buksan ang ilaw sa gabi.

- Ang mga hindi susunod sa mga patakarang ito ay maaaring maging resulta ng pagbayad ng multa at pagkakulong.
- Kapag ikaw ay nagdulot ng aksidente, kailangan mong managot para sa mga pinsala (malaking halaga ng pera). Ipinapayong kumuha ng insurance para sa bisikleta.

4-2　自転車防犯登録の仕方

【自転車防犯登録】

■　自転車を 買ったときや もらったときは、登録を します。



＜登録シール＞



自転車を 買ったとき　▶▶新しく 登録します。

自転車を もらったとき　▶▶登録の名前を 変えます。

ひとことアドバイス

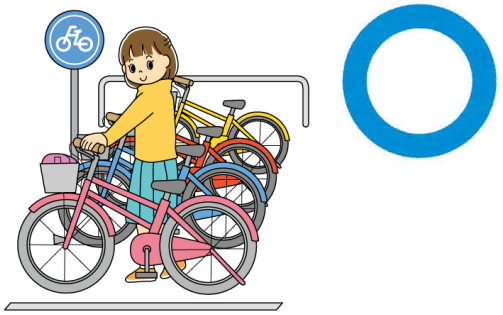
■自転車を 新しく登録することも、名前を 変える ことも、自転車を 売っている お店で できます。



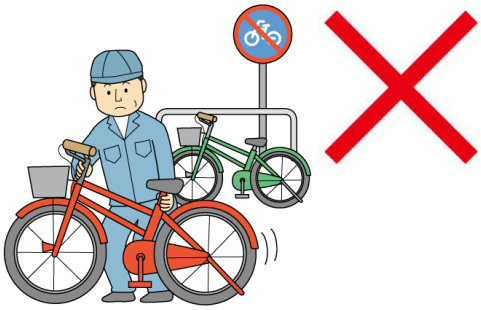
■在留カードを 忘れずに 持って行ってください。

【自転車を 駐車するとき】

①　自転車は 必ず 駐輪場に 止めてください。



②　道路上に 止めてはいけません。
（回収業者に 片づけられます。）



4-3　公共交通機関の乗り方

【公共交通機関の種類】



JR	私鉄	地下鉄	バス	路面電車	新幹線

など

4-2 Paraan kung paano magparehistro para sa pag-iwas sa krimen sa bisikleta

【Pagpaparehistro para makaiwas sa pagnanakaw ng bisikleta】



■ Iparehistro agad kapag bumili o binigyan ka ng bisikleta.

＜Selyo ng pagpaparehistro＞



Kapag bumili ng bisikleta magparehistro ng bago

Kapag ito ay binigay, baguhin ang pangalan ng pagpaparehistro.

Isang Paalala

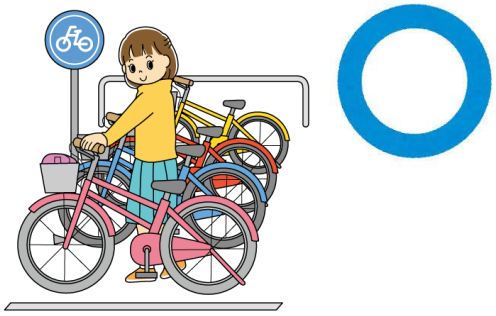
■Maaari kang magparehistro ng bago o magpabago ng pangalan ng pagpaparehistro sa kahit saang tindahan ng mga bisikleta.

■Siguraduhing dalhin ang inyong “residence card”.

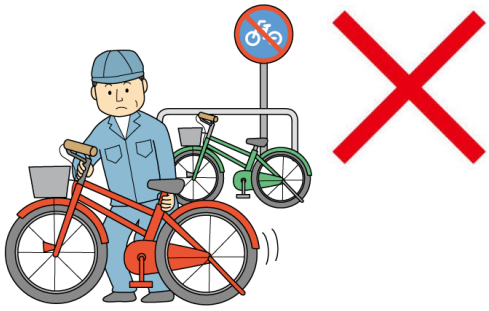


【Kapag ipaparada ang bisikleta]】

①Iparada ang inyong bisikleta sa mga itinalagang “Bicycle Parking”.



②Huwag ito iparada sa kalsada.
(Dahil ito ay kukunin ng mga “collection agent”.)



4-3 Paano sumakay ng Pampublikong Sasakyan

【Uri ng mga pampublikong sasakyan】



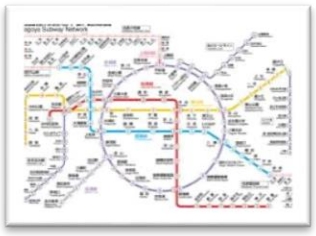
JR　Private Railway　Subway　Bus　Tram　Shinkansen

【電車（ＪＲ・私鉄・地下鉄など）の乗り方】

① 路線図で 行き方を 確かめます

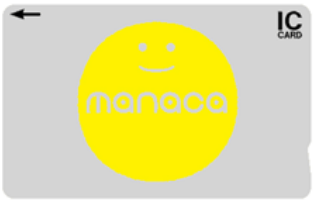
② 行き先までの切符を 買います

③ 改札を 通ります





※ 交通系ＩＣカードがあるときは 切符を買わずに、 改札にＩＣカードを タッチして 通ります



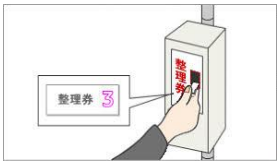


【バスの乗り方】

① バス料金が どこまで乗っても 同じとき（料金が決まっているとき）
⇒ 普通、乗るときに お金を 払います。



② バス料金が 乗る距離によって 変わるとき
⇒ 乗るときに 整理券を 取ります。
⇒ 降りるときに 自分の整理券の番号を 見て 前のボードの 同じ番号に 書いてある お金を 払います。





※ ＩＣカードが 使えるバスも 多いです。
ＩＣカードが あるときは 乗るときに 1回、
または、乗るときと 降りるときの 2回 タッチします。

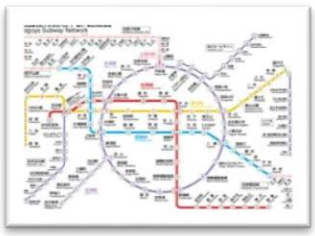


※ バスを 降りるときは ボタンを 押して 運転手に 知らせます。



【Paano sumakay sa tren (JR/Private Railway/Subway)】

①Tingnan ang mapa ng ruta para sa direksyon



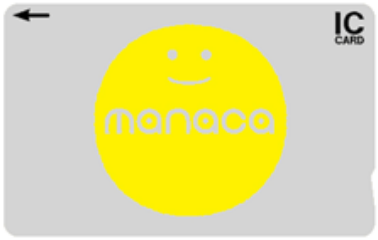
②Bumili ng tiket kung saang lugar ka pupunta



③Dumaan sa "ticket gate"



※Kung mayroon kang transportation IC card hindi mo na kailangan bumili ng tiket, itapat ang IC card sa ticket gate at dumaan.





【Paano sumakay ng bus】

① Kapag pareho ang pamasahe sa bus kahit saan ka magpunta (kapag ang pamasahe ay nakapirmi)

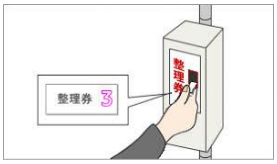
⇒ Karaniwan nagbabayad pagkasakay ng bus.



② Kapag nagbabago ang pamasahe depende sa distansya ng lugar na pupuntahan

⇒ Pagkasakay ay kumuha ng denumerong tiket.

⇒ Bago bumaba, tingnan ang numero ng inyong tiket at bayaran ang halaga na ipinapakita sa ilalim ng parehong numero sa talaan na nasa harapan.





※Maraming mga bus na maaari mong gamitin ang IC card.

Kung mayroon kang IC card, pindutin nang isang beses kapag sumakay o dalawang beses kapag sasakay at bababa



※Kapag nais bumaba ng bus, pindutin lamang ang pindutan upang ipaalam sa drayber.



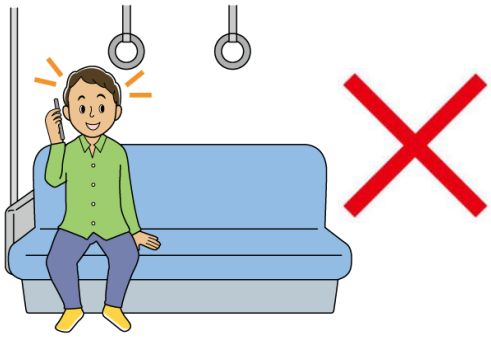
【公共交通機関に乗る時のマナー】



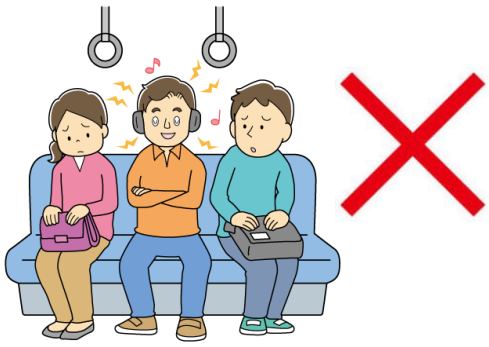
① プラットフォームや バス停では
列に 並んで 待ちましょう。



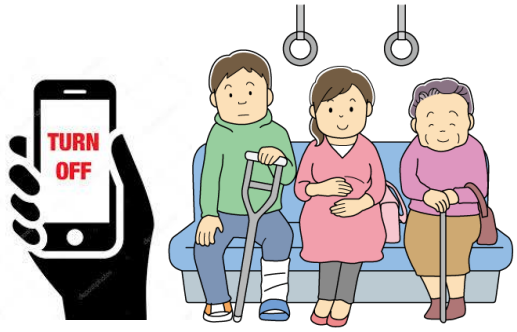
② 電車や バスに 乗る時は、降りる
人が 降りてから、乗りましょう。



③ 電車や バスの中では、大声で 話し
たり、電話で 話したり、しないよう
にしましょう。



④ ヘッドホンからの 音漏れに
気を付けましょう。



⑤ 優先席の近くでは、ペースメーカー
等への影響のため、携帯電話の
電源を OFFにしましょう。



<優先席マーク>

<つかってみよう！ にほんご>

優先席は どういう意味ですか。

バスの乗りかたを 教えて ください。

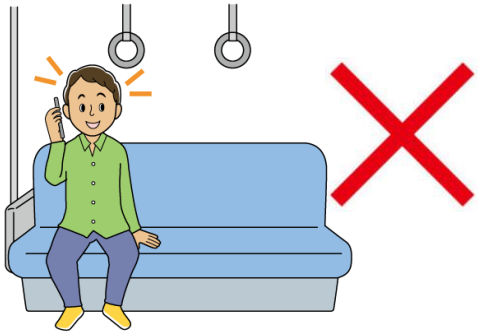
【Kaugalian kapag sumasakay sa pampublikong transportasyon】



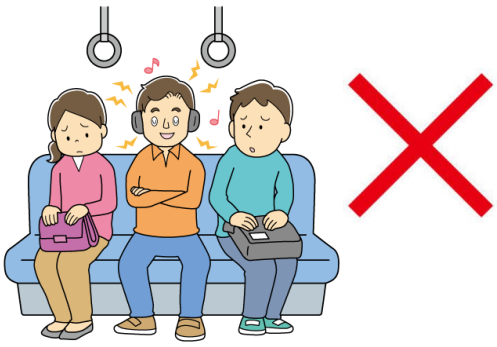
①Maghintay at pumila sa linya kapag nasa platform o sa bus stop



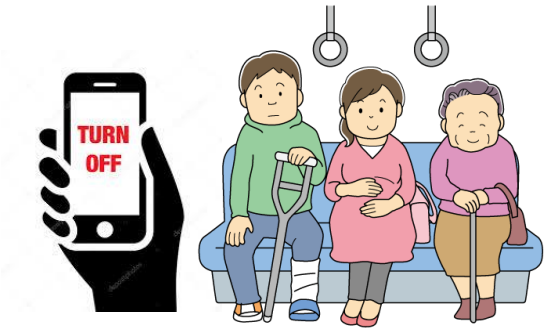
②Kapag sashay ng tren o bus, paunahin muna ang mga bababang tao at tsaka sumakay.



③Sa mga tren at bus, huwag magsalita ng malakas o kaya ay makipag-usap sa telepono.



④Bigyang pansin ang tunog na tumatagas mula sa iyong headphone.



⑤I-off ang iyong mobile phone I-off ang mobile malapit sa priority seat dahil sa epekto nito sa pacemaker, atbp.



<Priority seat mark>

< NIHONGO Gamitin natin! >

Ano ba ang ibig sabihin ng priority seats?

Turuan mo ako kung paano sumakay ng bus.

第 5 章　生活する／楽しむ

5-1　あなたの住む町

【愛知県】





約755万人　（2019年）

（日本の人口の約16%）



5,172 ㎢　（2019年）

（日本の面積の約1.37%）

愛知県 章	県の花 「カキツバタ」	県の木 「ハナノキ」	県の鳥 「コノハズク」	県の 魚 「クルマエビ」
				

【愛知県の四季】

■　日本には

４つの季節（四季）があります。

・春　3～5月頃

・夏　6～9月頃

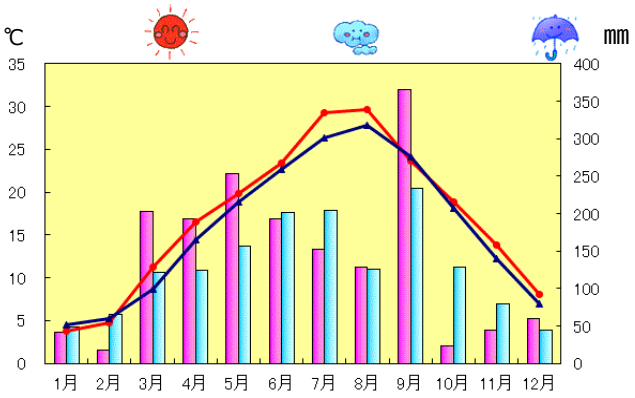
（蒸し暑い日が多いです）

・秋　10～11月頃

（台風が多いです）

・冬　12～2月頃

【愛知県の平均気温と降水量（名古屋2018年）】



降水量（2018年）

降水量（平均値）

平均気温（2018年）

平均気温（平均値）

Kabanata 5 Tungkol sa Pamumuhay Masayang amumuhay

5-1 Lugar kung saan ka nakatira

【Aichi-ken】



Tinatayang 7.55 milyon
(taong 2019)
16% ng populasyon ng Japan

5,172 km² (taong 2019)
1.37% ng lugar ng Japan

Simbolo ng Aichi Prefecture	Bulaklak ng Prefecture "Kakitsubata" (Rabbitear Iris)	Puno ng Prefecture "Hananoki" (Japanese Red Maple)	Ibon ng Prefecture Eurasian Scops-owl	Isda ng Prefecture Kuruma Prawn
				

【Apat na panahon ng Aichi Prefecture】

■ May apat na panahon sa Japan

- Tagsibol Marso~Mayo
- Tag-init Hunyo~Setyembre

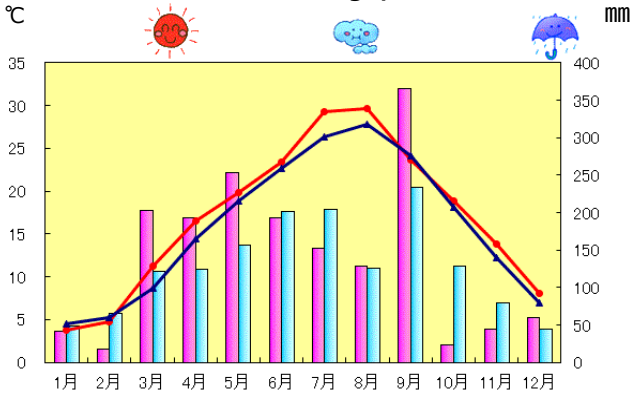
(Madalas mainit at maalinsangan)

- Taglagas Oktubre~Nobyembre

(Madalas na may Bagyo)

- Taglamig Disyembre~Pebrero

[Pamantayan ng temperatura at pag-ulan sa Aichi Prefecture (Nagoya 2018)]



Dami ng pag-ulan (Nagoya 2018)

Dami ng pag-ulan (Average)

Karaniwan na temperatura (taong 2018)

Karaniwan na temperatura (Average)

【愛知県内で入場無料で遊べるところ（例）】



グリーンピア春日井



（春日井市）



鶴舞公園



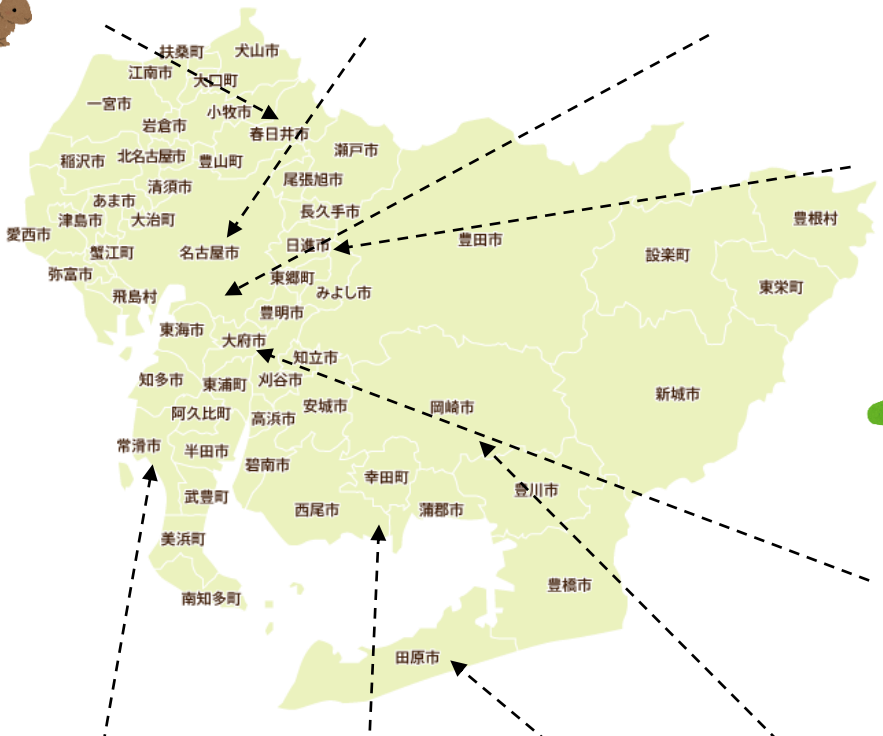
（名古屋市）



大高緑地公園



（名古屋市）





愛知牧場



（日進市）



あいち健康の森



（大府市）



常滑やきもの散歩道



（常滑市）



愛知こどもの国



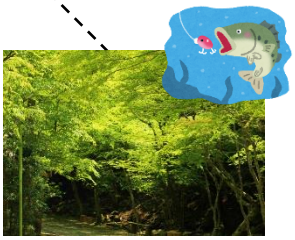
（西尾市）



サンテパルクたはら



（田原市）



くらがり渓谷

（岡崎市）

ひとことアドバイス

愛知県には 他にも たくさんのイベントや楽しい場所が あります。
調べてみましょう。 **Aichi Now** https://www.aichi-now.jp/en/

【(Halimbawa) Mga lugar na mapupuntahan sa Aichi-ken nang libre.】



Greenpia Kasugai
(Kasugai City)



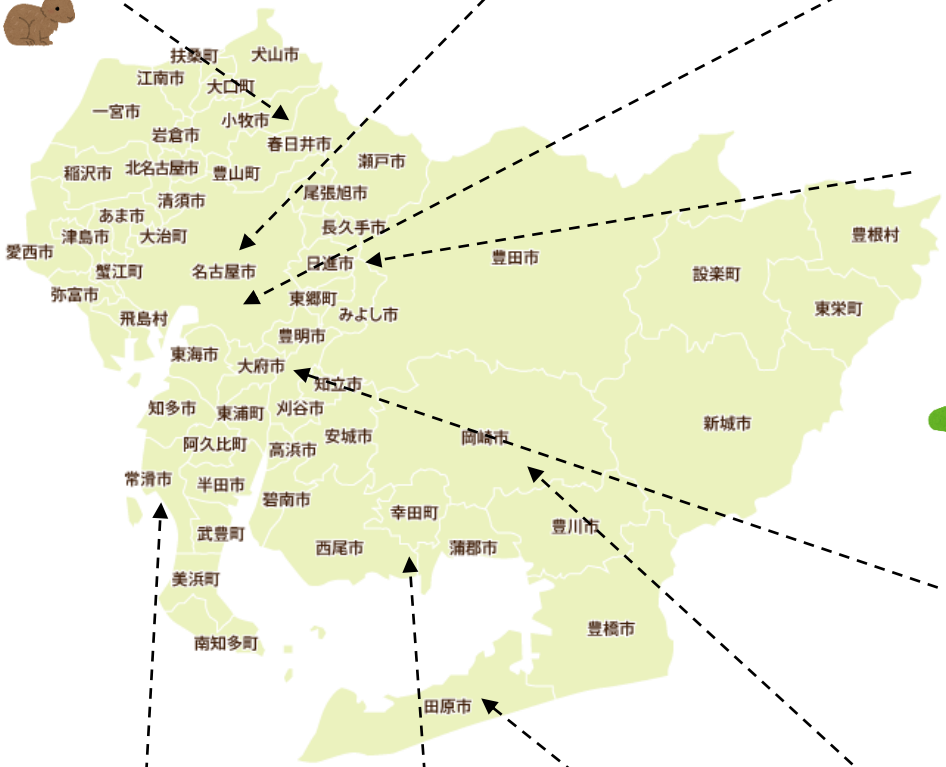
Tsuruma Park
(Nagoya City)



Odaka Ryokuchi Park
(Nagoya City)



Aichi Ranch
(Nisshin City)





Aichi Health Forest
(Obu City)



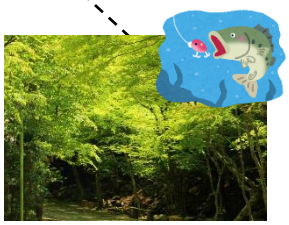
Tokoname Pottery
Sidewalk
(Tokoname City)



Aichi Children's
World
(Nishio City)



Sante Park Tahara
(Tahara City)



Kuragari Valley
(Okazaki City)

Isang Paalala

Marami pang ibang mga kaganapan at masasayang lugar sa Aichi Prefecture.
Tingnan natin ito. **Aichi Now** https://www.aichi-now.jp/en/

【愛知県内の行事・イベント（例）】



一宮七夕まつり
（一宮市）



犬山祭り
（犬山市）

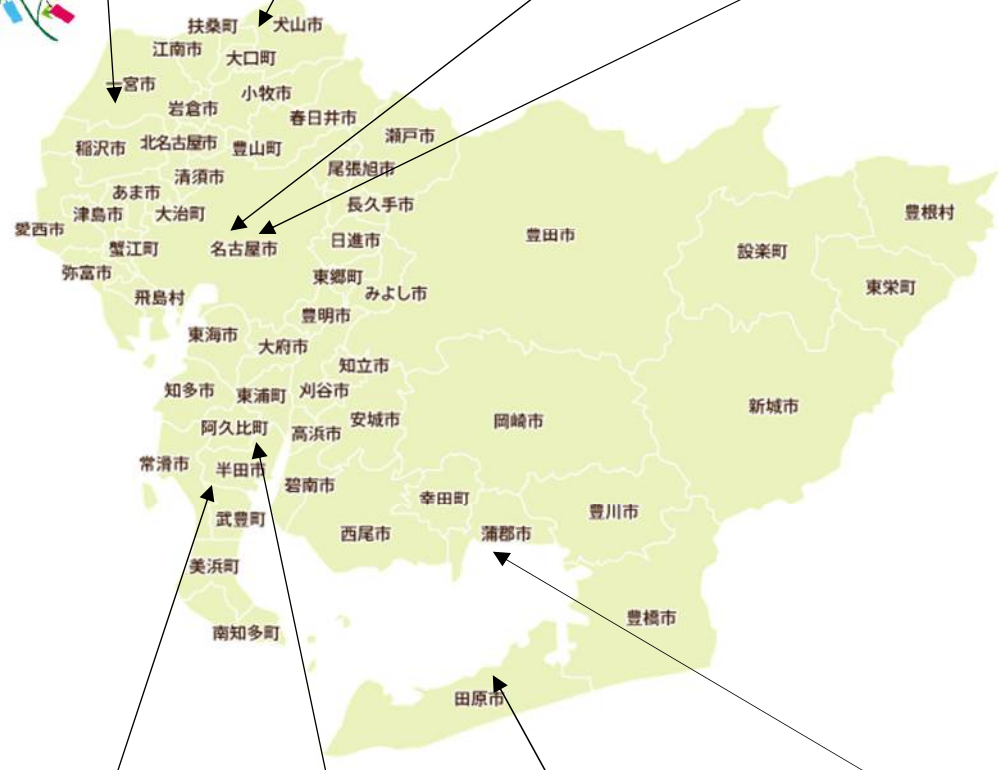


広小路イルミネーション
（名古屋市）



大須夏まつり
（名古屋市）







矢勝川彼岸花
（半田市）



花かつみ園
（阿久比町）



白谷海岸潮干狩り
（田原市）





形原温泉あじさい祭り
（蒲郡市）

【(Halimbawa) Mga kaganapan・pagdiriwang sa Aichi Prefecture】



Ichinomiya Tanabata Festival
(Ichinomiya City)



Inuyama Festival
(Inuyama City)

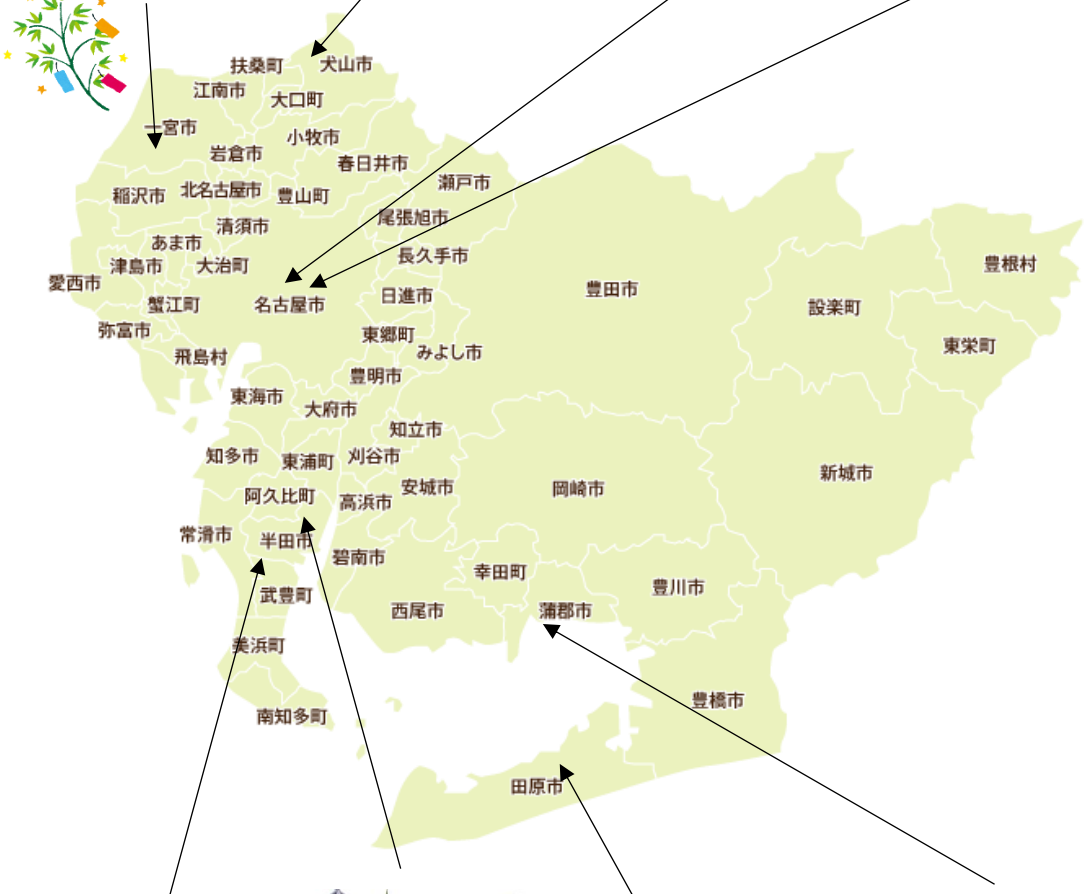


Hirokoji Illumination
(Nagoya City)



Osu Summer Festival
(Nagoya City)







Hanakatsumi-en
(Agui City)



Katahara Onsen
Hydrangea Festival
(Gamagori City)



Yakachigawa
Higanbana
(Handa City)



Shiroya Beach
Shiohigari
(Tahara City)



5-2 カレンダーと行事

【祝日とその意味】 祝日は変わるときがあります。

1月 1日	元日	新しい年の始まりを祝う日。お寺や神社に行く。
1月 第2月曜日	成人の日	成人（20歳）になったことを祝う日
2月 11日	建国記念の日	建国を祝う日
2月 23日	天皇誕生日	天皇陛下の誕生日
3月21日～22日頃	春分の日	春が始まる最初の日
4月 29日	昭和の日	昭和天皇の誕生日
5月 3日	憲法記念日	憲法がつくられた日
5月 4日	みどりの日	森や川、海など、自然に感謝する日
5月 5日	こどもの日	こどもの成長と幸せを願う日
7月 第3月曜日	海の日	海に感謝する日
8月 11日	山の日	山に感謝する日
9月 第3月曜日	敬老の日	お年寄りの健康と幸せを祝う日
9月22日～23日頃	秋分の日	秋が始まる最初の日
10月 第2月曜日	スポーツの日	1964年の東京オリンピックの記念日
11月 3日	文化の日	自由と平和と文化を愛する日
11月 23日	勤労感謝の日	働くことに皆で感謝する日

【祝日以外の休日】

■ 振替休日について

日曜日と祝日が重なった場合、翌日の月曜日が「休日」になります。

ひとことアドバイス

会社によって休みの日が違うため確認しましょう。

5-2 Kalendaryo at mga Kaganapan

【Holiday at ang mga kahulugan nito】

May mga panahon na ang pampublikong holiday ay nagbabago

Enero 1	New Year's Day	Araw upang ipagdiwang ang simula ng isang bagong taon. Pumunta sa mga templo at dambana.
Enero Ikalawang Lunes	Adult's Day	Araw upang ipagdiwang ang pagiging 20 taong gulang
Pebrero 11	Foundation Day	Araw upang ipagdiwang ang pagtatatag ng bansa
Pebrero 23	Emperor's Birthday	Kaarawan ng Emperor
Marso 21~22	Vernal Equinox Day	Ang unang araw kung kailan nagsisimula ang tagsibol
Abril 29	Showa Day	Kaarawan ng Showa Emperor
Mayo 3	Constitution Memorial Day	Ang araw kung kailan nilikha ang konstitusyon
Mayo 4	Greenery Day	Ang araw na pinapahalagahan natin ang kalikasan tulad ng kagubatan, ilog, dagat
Mayo 5	Children's Day	Araw upang ipagdiwang ang paglaki at ang kaligayahan ng mga bata
Hulyo Ikatlong Lunes	Marine Day	Araw upang pasalamatan ang dagat
Agosto 11	Mountain Day	Araw upang pasalamatan ang bundok
Setyembre Ikatlong Lunes	Respect for the Aged Day	Araw upang ipagdiwang ang kalusugan at kaligayahan ng mga matatanda
Setyembre 22~23	Autumnal Equinox Day	Ang unang araw kung kailan nagsisimula ang taglagas
Oktubre Ikalawang Lunes	Health and Sports Day	Anibersaryo ng 1964 Tokyo Olympics
Nobyembre 3	Culture Day	Araw ng pagmamahal para sa kalayaan, kapayapaan at kultura
Nobyembre 23	Labour Thanksgiving Day	Araw upang pasalamatan ang lahat sa pagtatrabaho

【Holiday bukod sa pampublikong holiday】

- Tungkol sa paglilipat ng holiday

  Kung ang araw ng Linggo ay pampublikong holiday, ang susunod na Lunes ay magiging "holiday".

Isang Paalala

Mangyaring i-check ang mga pampublikong holiday dahil ito ay nag-iiba depende sa kumpanya.

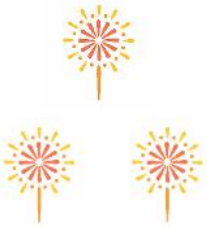
【花見と花火大会・紅葉】

■　花見・・・春、桜を見ながらごはんを食べます　（3月～4月頃）



① 五条川（岩倉市）
② 鶴舞公園（名古屋市）
③ 山崎川（名古屋市）
④ 岡崎公園（岡崎市）
⑤ 水源公園（豊田市）

■　花火大会・・・夏、花火を見て楽しみます　（7月～8月頃）



⑥ 濃尾大花火（一宮市）
⑦ 名古屋みなと祭　花火大会（名古屋市）
⑧ 蒲郡納涼花火大会（蒲郡市）
⑨ 豊橋祇園祭　花火大会（豊橋市）



■　紅葉・・・秋、葉の色が赤や黄色になった木を見て楽しみます　（11月頃）



⑩ 岩屋堂公園（瀬戸市）
⑪ 香嵐渓（豊田市）
⑫ 茶臼山高原（設楽郡豊根村）

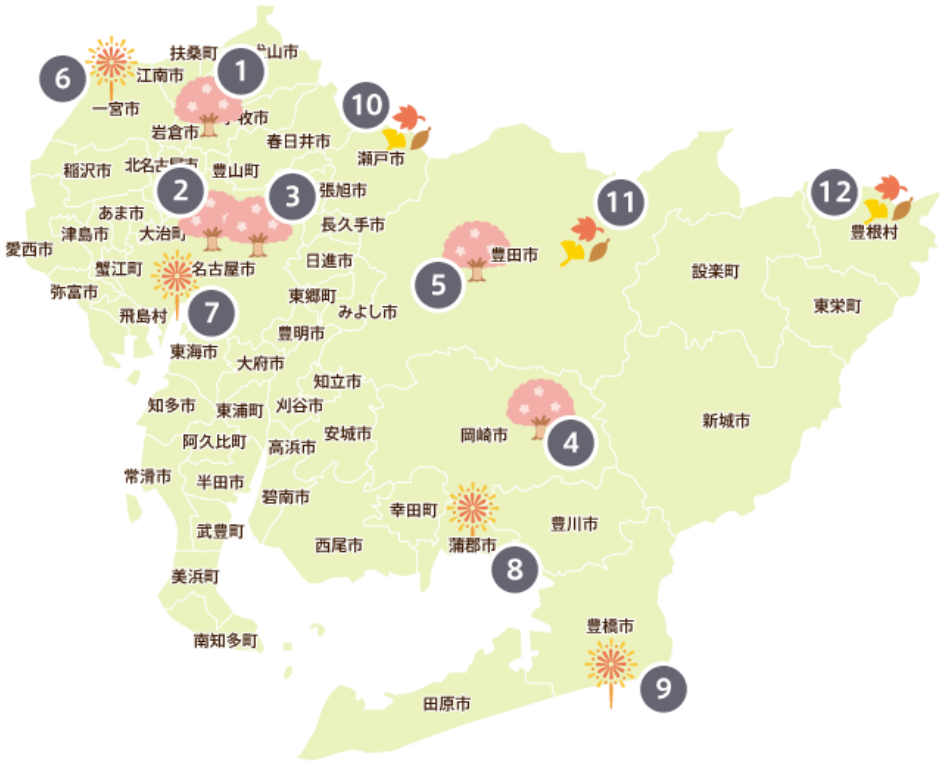
【Hanami at Fireworks Festival・Autumn Foliage】

■ Hanami… Kumakain habang tinitingnan ang mga bulaklak ng Cherry Blossom (Marso～Abril)

① Gojo River (Iwakura City)
② Tsuruma Park (Nagoya City)
③ Yamasaki River (Nagoya City)
④ Okazaki Park (Okazaki City)
⑤ Suigen Park（Toyota City）

■ Fireworks Festival… Kasiyahan sa tag-araw sa pamamagitan ng panonood ng Fireworks Display (Hulyo～Agosto)

⑥ Noubi Fireworks Festival (Ichinomiya City)
⑦ Nagoya Minato Festival　Fireworks Festival (Nagoya City)
⑧ Gamagori Nouryou Fireworks Festival (Gamagori City)
⑨ Toyohashi Gion Matsuri　Fireworks Festival (Toyohashi City)



■ Autumn Foliage… Ang panahon kung kailan ang kulay ng mga dahon ay nagiging pula o dilaw (Nobyembre)

⑩ Iwayado Park (Seto City)
⑪ Korankei (Toyota City)
⑫ Chausuyama Kogen (Shitara-gun Toyone-mura)

5-3 買いもの

【買いものを する時の 注意】

① 日本では、値切る文化は ありません。
店員に 「安くしてください」と 言わないようにしましょう。

② お金を 払う前に 袋や箱から 商品を 出してはいけません。
お金を 払ってから 物を 出しましょう。

③ 買わないのに 肉や 魚 、 料理したものを 強く触ったり、傷つけてはいけません。

店	買えるもの / 開いている時間	特徴
【スーパー】 	食料品、飲料品、 日用品、酒 9時～21時ぐらい	スーパーによって安い日が 違います。
【ドラッグストア】 	薬 、 食料品、飲料品、 日用品、酒 9時～21時ぐらい	ドラッグストアによって 安い日が 違います。
【100円ショップ】 	食料品、飲料品、 日用品 9時～21時ぐらい	店で 売っている物の ほとんどが 100円（＋税金）です。
【コンビニ】 	食料品、飲料品、 日用品、酒、 薬 24時間	便利です。でも値段は少し 高いです。荷物を 送るな ど、いろいろなサービスが 受けられます。

<つかってみよう！ にほんご>



この近くに コンビニは ありますか。



かぜ薬は どこで 買えますか。

5-3 Pamimili

【Mga dapat ingatan kapag namimili】

① Sa Japan, hindi sila nagbibigay ng diskwento sa mga presto ng bilihin.
Huwag humingi ng tawad sa mga nagbabantay ng tindihan.
② Huwag buksan ang kahon o tanggalin sa plastik ang mga bagay bago magbayad.
Tanggalin ito kapag nakapagbayad na.
③ Huwag hawakan ang karne, isda, o lutong pagkain kung hindi ka bibili.

Tindahan	Mga maaaring mabili Bukas na oras	Pagkakaiba
【Supermarket】 	Grocery, inumin, pang-araw-araw na pangangailangan, alak 🕘 9:00am-9:00pm	Ang mga murang araw ay magkakaiba depende sa Supermarket
【Drugstore】 	Gamot, grocery, inumin, pang-araw-araw na pangangailangan, alak 🕘 9:00am-9:00pm	Ang mga murang araw ay magkakaiba depende sa Drugstore
【100 Yen Shop】 	Grocery, pang-araw-araw na pangangailangan 🕘 9:00am-9:00pm	Karamihan sa item na ibinebenta dito ay nasa 100 yen (+tax)
【Convenience Store】 	Gamot, grocery, inumin, pang-araw-araw na pangangailangan, alak 🕛 24 Oras	Nakakatulong ng malaki. Ngunit ang presyo ay medyo mahal. May iba't ibang mga serbisyo tulad ng pagpapadala ng mga bagahe, atbp.

< NIHONGO Gamitin natin! >


May malapit bang Convenience Store dito?


Saan ba makakabili ng gamot para sa trangkaso?

第6章　生活する／犯罪に　遭わないために

皆さんの国や 地域では 犯罪にならないことも 日本では 犯罪になってしまうことがあります。日本の法律や ルールを 理解して、安全に 暮らしましょう。

6-1　在留カード

■ 在留カードは いつも 持っていなければいけません。

■ 自分の在留資格で 認められた活動を 理解しましょう。資格外の活動を してはいけません。

http://www.clair.or.jp/tagengorev/eja/b/index.html

（一般財団法人　自治体国際化協会）

<在留カード>



■ 在留カードのほか、パスポートも 大切な身分証明書です。
他の人に　預けないで、自分で しっかり 管理します。

6-2　マイナンバー

■ マイナンバーは　失くさないようにしてください。

■ 個人の情報が わかる番号なので、簡単に他の人に 教えてはいけません。

■ マイナンバー制度ホームページ「外国人の方へ」

https://www.cao.go.jp/bangouseido/foreigners/index.html　（内閣府）

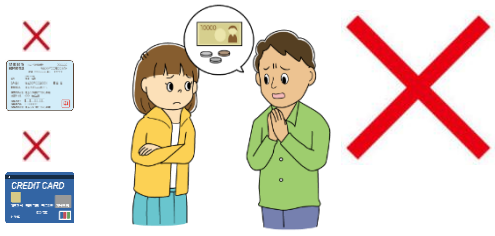
<マイナンバー通知カード>



6-3　日本で　やってはいけないこと



① 他の人に 自分名義（名前）の銀行口座を 売り渡すことは 法律違反です。



② 健康保険証 や クレジットカードの貸し借りを してはいけません。
お金の貸し借りも しないように しましょう。

Kabanata 6 Tungkol sa Pamumuhay Upang maiwasan ang krimen

Ang mga bagay na hindi isang krimen sa iyong bansa o rehiyon ay maaari maging isang krimen sa Japan. Alamin ang mga batas at panuntunan sa Japan at mamuhay nang ligtas.

6-1 Residence Card

＜Residence Card＞



- Dapat ay palagi ninyong dalhin ang inyong Residence Card.
- Unawain ang mga gawain na kinikilala para sa iyong Status of Residence. Huwag makisali sa mga aktibidad maliban sa nakasaad na kakayahan.

http://www.clair.or.jp/tagengorev/tl/b/index.html
(CLAIR (Council of Local Authorities for International Relations))

- Bilang karagdagan sa Residence Card, ang iyong pasaporte ay isang mahalagang ID din. Huwag iwanan ito sa ibang tao at pamahalaan ito ng inyong sarili.

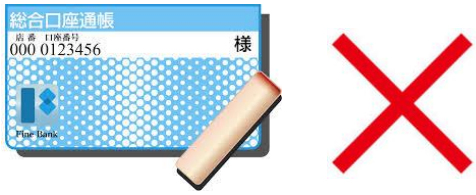
6-2 My Number

＜My Number Notification Card＞

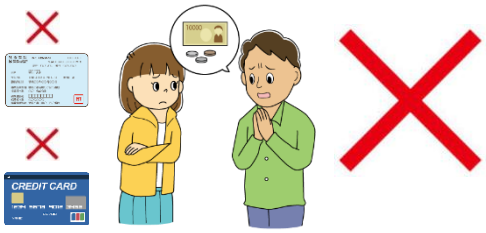


- Mangyaring huwag iwala ang inyong My Number.
- Dahil ito ay isang numero na magpapakita ng iyong personal na impormasyon, huwag ipagbigay-alam nang madali sa ibang tao.
- My number system homepage “Para sa mga Dayuhan”
https://www.cao.go.jp/bangouseido/foreigners/index.html (Cabinet Office, Government of Japan)

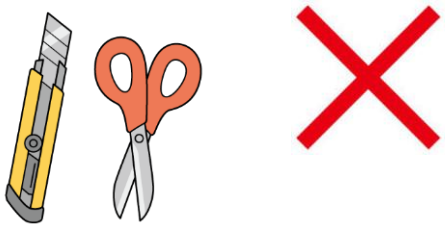
6-3 Mga bagay na hindi dapat gawin sa Japan



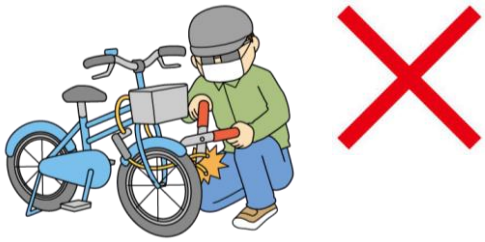
① Ang pagbebenta ng bank account (na nasa inyong pangalan) sa ibang tao ay labag sa batas.



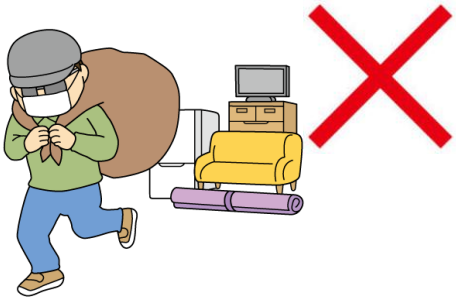
② Huwag magpahiram o humiram ng Health Insurance Card o Credit Card. Kung maaari ay huwag magpahiram o manghiram ng pera.



③ ナイフや はさみなど、危ない物を持って歩いてはいけません。



④ 駅や 道に 置いてある 他の人の自転車に 乗ってはいけません。

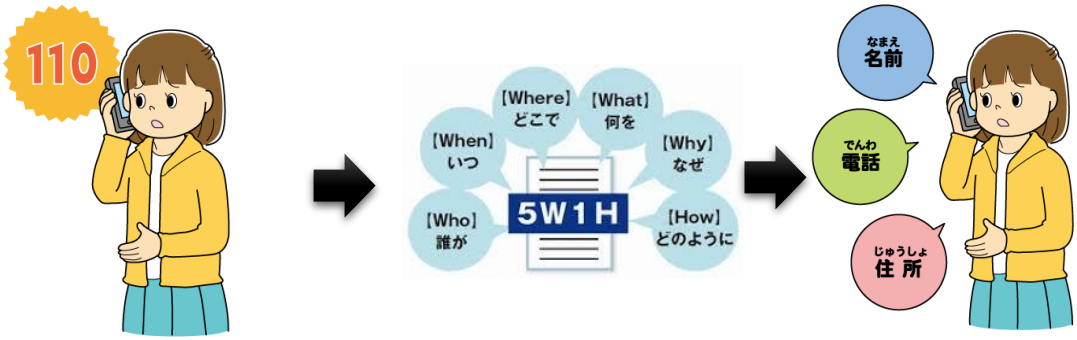


⑤ 他の人が捨てた粗大ゴミ（家具や電化製品等）を 持っていってはいけません。



⑥ 他の人の 畑 の野菜や 庭の木に なっている果物を 持っていってはいけません。

6-4 事件に あったとき ⇒ TEL110番

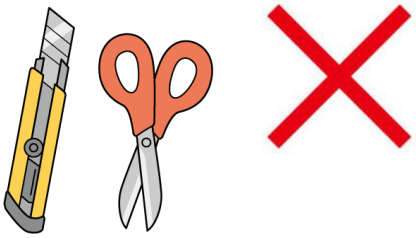


① 事件に あったときは、１１０番に 電話をかけて、警察に連絡をします。

② 「いつ」、「どこで」、「何が起こったか」を 正しく伝えます。

③ 「名前」と「連絡先」を 伝えます。

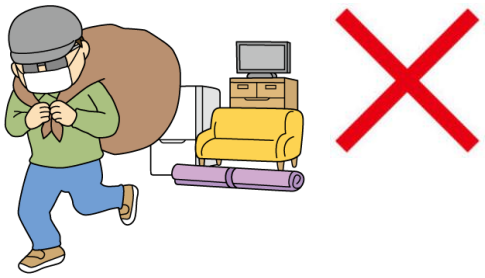
- **自分で 電話をかけることが できないときは、近くにいる人に 助けてもらいます。**
- **途中で 電話を 切らないでください。警察に しっかり 情報を 伝えましょう。**
- **外国語でも 話せます。簡単な 日本語でも 問題ありません。**



③ Huwag maglakad dala ang mga mapanganib na bagay tulad ng mga kutsilyo o gunting.



④ Huwag gamitin ang bisikleta ng ibang tao na nakaparada sa istasyon o sa kalsada.



⑤ Huwag kunin ang mga malalaking basura (kasangkapan, electrical appliances, atbp.) na itinapon ng ibang tao.



⑥ Huwag manguha ng mga gulay sa taniman o prutas mula sa puno ng hardin ng ibang tao.

6-4 Kapag may nangyaring insidente ⇒ tumawag sa 110



① Kung mayroong isang insidente, tumawag sa 110 at makipag-ugnayan sa pulisya.



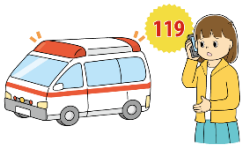
② Sabihin kung kailan, saan at kung ano ang nangyari.



③ Ibigay ang iyong pangalan at impormasyon para makontak.

- **Kung hindi mo kayang tumawag sa iyong sarili, humingi ka ng tulong sa mga tao na nasa iyong paligid.**
- **Mangyaring huwag patayin ang telepono sa gitna ng pag-uusap. Sabihin natin nang wasto ang mga impormasyon sa pulisya**
- **May mga nakaantabay na translator para sa mga banyagang wika. Walang problema kahit na magsalita ka ng simpleng Japanese.**

6-5　交通事故に あったとき　⇒　TEL119番、110番



①ケガをした人が いるときは、救急車（119番）に 電話をします。



②ケガをした人が いても、いなくても、警察（１１０番）に 電話を
します。



③警察の人が 来るまで、交通事故が あったところから、
離れてはいけません。近くの 安全な 場所で 待ちましょう。

④警察の人が 来たら、「何が 起こったか」を 話し、確認をしてもらいます。

⑤日本では 事故を起こした人と 事故に遭った人との 間 に 保険会社が入ります。
事故を 起こした場合、多くのお金を 払わなければならない かもしれません。
自転車保険や自動車保険などに 入っておきましょう。

ひとことアドバイス

事故のときは、ケガを していないと 思っていても、
後で ケガが 分かることがあります。
交通事故に あったら、一度 病院に 行きましょう。



6-6　落としものを したとき、ものを 盗られたとき



①近くにある警察や 交番に行き、届け出をします。
②「クレジットカード」や「キャッシュカード」を 失くしたら、
すぐに カード会社に 連絡をして、カードを 止めてください。

<つかってみよう！ にほんご>

在留カードを なくしてしまいました。どうしたら いいですか。

財布を 落として 困っています。どうしたら いいですか。

6-5 Kapag may aksidente sa trapiko⇒tumawag sa numero 119, 110



①Kung mayroong nasugatan na tao, tumawag ng ambulansya (i-dial ang 119).



②Kung may nasugatan na tao o wala, tumawag sa pulisya (i-dial ang 110).



③Huwag umalis sa pinangyarihan ng aksidente hanggang sa dumating ang mga pulis. Maghintay sa isang malapit at ligtas na lugar.

④Kapag dumating ang pulis, sabihin sa kanila kung ano ang nangyari at hilingin sa kanila na kumpirmahin.

⑤Sa Japan, may mga insurance company na nakikipag-usap sa pagitan ng taong nagdulot ng aksidente at sa mga taong naaksidente. Kung ikaw ang nakaaksidente, maaaring magbayad ka ng malaking halaga. Siguraduhin na kumuha ng bicycle insurance at automobile insurance.

Isang Paalala

Kung ikaw ay nadamay sa isang aksidente, kahit na sa palagay mo ay hindi ka nasugatan, maaari mo itong malaman pagkalipas ng ilang araw.



Kung nadamay ka sa isang aksidente sa trapiko, pumunta kaagad sa ospital.

6-6 Kapag may nawala o ninakaw saiyo

① Pumunta sa malapit na pulisya o kouban at at sabihin ang nangyari.
② Kung nawala mo ay ang iyong credit card o cash card, makipag-ugnayan kaagad sa kumpanya ng card upang ihinto ang card.



< NIHONGO Gamitin Natin! >

Nawala ko ang aking Residence Card. Ano ang dapat kong gawin?

Nawala ko ang aking pitaka. Ano ang dapat kong gawin?

第7章　生活する／　病気・けが

体の調子が悪くなったときは、まず近くの診療所（クリニック）に行きましょう。
日本には、症状に合ったクリニックがあります。
クリニックに行くときは、保険証を持って行きます。

7-1　病院の選びかた

- 軽い病気の時は、まず診療所（クリニック）に行きます。
- 入院や手術が必要になれば、大きい病院に変わります。

【クリニック】　　【大きい病院】

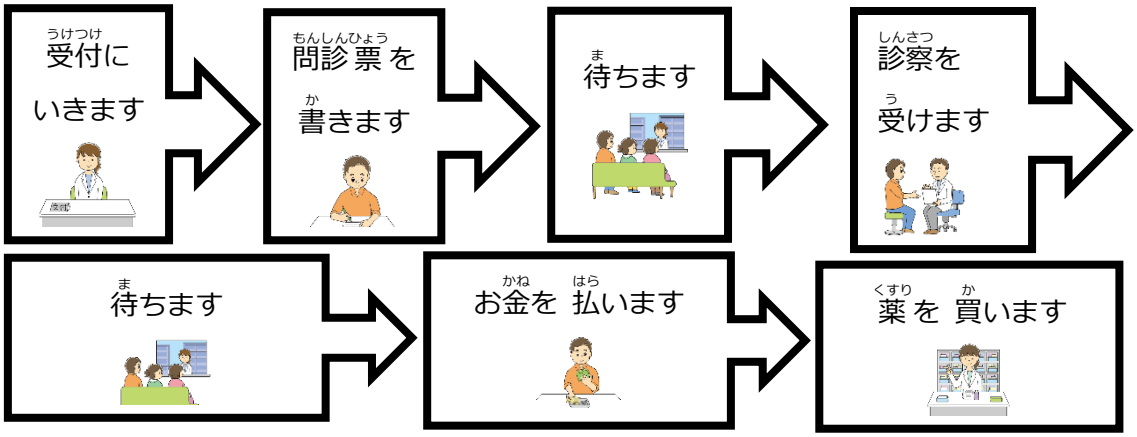


7-2　健康保険証

- 病院に行く時は、保険証（病院で使うカード）を見せてください。保険証がない人は、お金を全部自分で払います。



7-3　受診の流れ



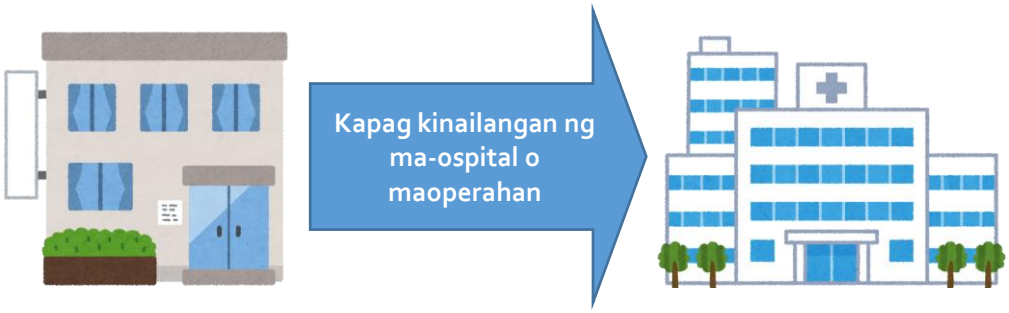
Kabanata 7 Tungkol sa Pamumuhay Pagkakasakit at iba pa

Kung ikaw ay may sakit, pumunta muna sa isang malapit na klinika. Sa Japan, mayroong mga klinika na umaangkop sa iyong mga sintomas. Dalhin ang inyong health insurance card kapag nagpunta ng klinika.

7-1 Paano pumili ng Ospital

- Kapag nagkaroon ka ng isang banayad na sakit, pumunta muna sa klinika.
- Kung ang pagpapaospital o operasyon ay kinailangan, ikaw ay ililipat sa malaking ospital.

【KLINIKA】　　【Malaking Ospital】

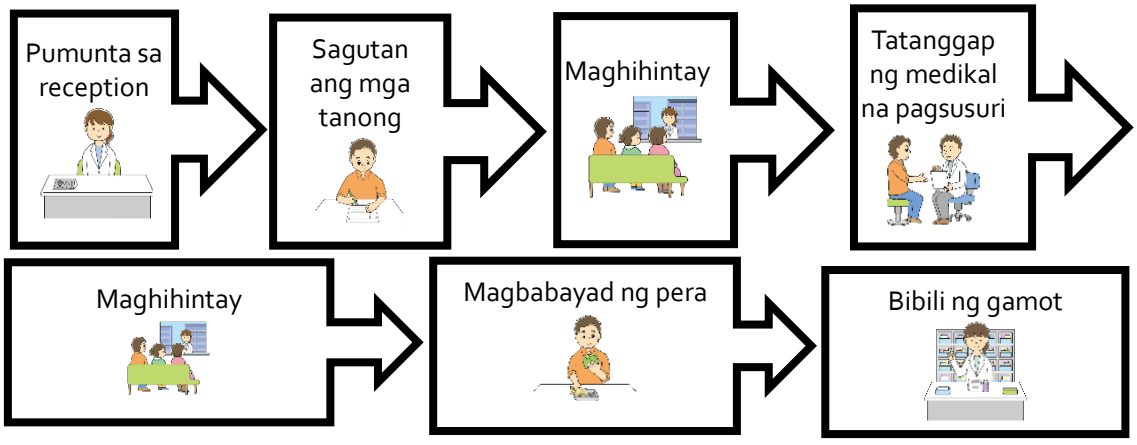


7-2 Health Insurance Card

- Kapag nagpunta ka sa ospital, ipakita ang iyong Health Insurance Card (ang card na ginagamit sa ospital). Kung wala kang insurance card, babayaran mo ng buo ang gastos sa klinika o ospital.



7-3 Daloy ng Konsultasyon

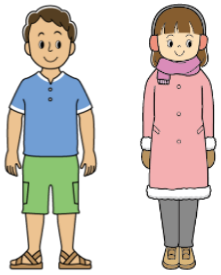


7-4　健康に暮らすために

■　日本には 四季（春・夏・秋・冬）があり、気温・湿度が 変わります。それぞれの季節について知り、元気に暮らせるように してください。

1.　季節に合った服装

日本は 季節によって 着る服がちがいます。天気予報などで、天気や気温を 確認して、その日に合った服を 着てください。
寒いときは、サンダルではなく、靴下や靴を はいたり、暖かい下着を 着ましょう。重ね着が できるようになると 良いでしょう。



2.　感染症

日本の冬は寒く、空気も 乾きます。うがいをし、手を洗ってください。元気が ないときは、病気に なりやすいです。疲れたら休んでください。薬は ドラッグストアで 買うことが できます。元気な時に 自分に合った薬を、探しておくことが 大切です。



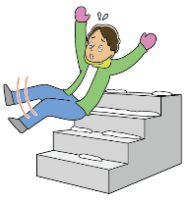
3.　乾燥と肌あれ

冬になって 空気が乾くと、肌が乾いて かゆくなることが あります。ドラッグストアで 自分に合った「かゆみを とめる薬」を買っておくと良いでしょう。



4.　雪

冬の間に、雪が降ることが あります。雪の日は、道がすべりやすく、危ないです。外出するときは、転ばないように 注意しましょう。自転車には 乗らないほうが いいです。





結核に 注意しましょう！

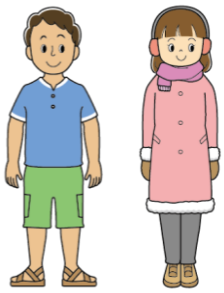
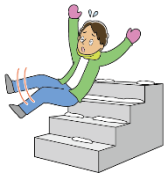
外国人の結核患者が 増えています。結核は 人に移ります。
日本に来る前に 検査をすることが 大切ですが、おかしいなと思ったら、すぐに お医者さんで 検査を してください。

ひとことアドバイス

日本に住み、社会や文化、言葉など 環境が変わったことで、体や心が うまく対応できなくなることが あります。
一人で悩まないで、人に 相談してください。

7-4　Paraan upang mamuhay ng malakas ang katawan

■ Ang Japan ay may apat na panahon (tagsibol, tag-araw, taglagas, taglamig), pagbabago ng temperatura at humidity. Alamin ang bawat panahon at mamuhay ng may malakas na pangangatawan.

1.Magdamit na angkop para sa Panahon Sa Japan kailangan magsuot ng iba't ibang mga damit depende sa panahon. Tingnan ang panahon at temperatura sa weather forecast, atbp, at magsuot ng naaangkop na damit para sa araw na iyon. Kapag malamig, magsuot ng medyas, sapatos, o warm underwear sa halip na mga sandals. Mas maganda kung magagawa ninyong magsuot ng ilang patong ng damit kapag taglamig.	
2. Nakakahawang Sakit Ang taglamig sa Japan ay malamig at ang hangin ay tuyot. Magmumog at hugasan ang inyong mga kamay. Kapag masama ang iyong pakiramdam, malamang na makakuha ka ng sakit. Mangyaring magpahinga kapag pagod. Maaari kang bumili ng mga gamot sa mga botika. Mahalagang maghanap ng tamang gamot habang ikaw ay hindi pa nagkakasakit.	
3. Nanunuyong Balat Kapag ang hangin ay tuyot sa taglamig, ang iyong balat ay maaaring matuyo at mangati. Mainam na bumili ng gamot para sa pangangati na nababagay sa inyo sa botika.	
4. Pag-ulan ng Niyebe Sa panahon ng taglamig, may pagkakataon na umulan ng niyebe. Sa mga araw na umuulan ng niyebe, ang kalsada ay madulas at mapanganib. Mag-ingat kapag lumabas ng bahay. Mas mainam na huwag nang sumakay ng bisikleta.	



Mag-ingat sa tuberculosis!

Ang bilang ng mga dayuhang pasyente na may tuberculosis ay tumataas. Ang tuberculosis ay nakakahawa. Mahalagang magpatingin sa doktor bago pumunta sa Japan.Kung sa tingin mo ay kakaiba na ang iyong nararamdaman, magpasuri kaagad sa iyong doktor.

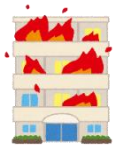
Isang Paalala

Nanirahan ka sa Japan at nagbago ang iyong kapaligiran gaya ng lipunan, kultura, at wika. Ang iyong katawan at isipan ay maaaring hindi makatugon ng maayos. Huwag mag-alala mag-isa, mangyaring kumunsulta sa mga taong nasa iyong paligid.

7-5　119番の仕方

VIDEO

■　いつ？どのようなとき？




・　火事が　起きたとき

・　突然の激痛、高熱、吐き気などがあったときで 自分で動くことができないとき

■　119番に 電話した後、どうする？




①　「火事」か「救急」か 伝えます。

②　「場所」「何があったのか」「倒れた人の年齢」を 伝えます。

③　電話をしている人の 名前と電話番号を 伝えます。



日本では　救急車を呼ぶことは 無料 です!

7-6　外国のことばへの対応

○　**病院を　探すとき**

「あいち医療情報ネット」

外国のことばで　対応できる病院を　探せます。

http://iryojoho.pref.aichi.jp/



「あいち救急医療ガイド」

外国のことばで　対応できる救急病院を　探せます。

http://www.qq.pref.aichi.jp/

○　**自分の言葉で　病気のことを　伝えたいとき**

「多言語医療問診票」

あなたのことばで　病気のことを　しらせることができる問診票があります。

http://www.kifjp.org/medical/

「あいち医療通訳システム」

病院からのお願いにこたえて、診療の通訳サポートをします。

このサービスを使うことができる病院は　かぎられています。ウェブページや電話で確認してください。http://www.aichi-iryou-tsuyaku-system.com/

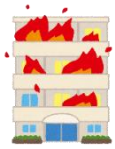
<つかってみよう！ にほんご>

おなかが 痛いです ／ 熱が ありません ／ けがを しました ／ やけどを しました

7-5　Paano tumawag sa 119

VIDEO

■ Kailan? Anong sitwasyon?




- Kapag nagkasunog
- Kapag hindi ka makagalaw dahil sa biglaang matinding sakit, mataas na lagnat, o pagkahilo

■ Ano ang mga dapat gawin pagkatapos tumawag sa 119?




① Sabihin kung may [Sunog] o [First aid]

② Sabihin ang [Lugar][Ano ang nangyari][Edad ng taong nawaan ng malay]

③ Sabihin ang pangalan at telepono ng tumawag na tao.



Ang Pagtawag ng Ambulansya ay Libre sa Japan.!

7-6　Pakikitungo sa mga Salitang Banyaga

○ Kapag maghahanap ng ospital

「Aichi Medical Information Network」

Maghahanap ng mga ospital na maaaring makitungo mga wikang banyaga
http://iryojoho.pref.aichi.jp/



「Aichi Prefectural Emergency Medical Guide」

Maghahanap ng mga ospital na pang-emergency na maaaring makitungo sa mga wikang banyaga.
http://www.qq.pref.aichi.jp/

○ Kapag nais mong sabihin sa sarili mong wika ang tungkol sa iyong sakit

「Multilingual Medical Questionnaire」

Mayroong questionnaire na maaaring mong sagutan upang mapabatid ang iyong sakit sa iyong sariling wika
http://www.kifjp.org/medical/

「Aichi Medical Interpretations System」

Bilang tugon sa mga kahilingan mula sa ospital, magbibigay kami ng suporta sa pagbibigay ng interpreter. Ang mga ospital na gumagamit ng serbisyong ito ay limitado. Mangyaring tingnan sa web page o kaya ay magtanong sa pamamagitan ng pagtawag sa telepono.
http://www.aichi-iryou-tsuyaku-system.com/

< NIHONGO Gamitin natin! >

Masakit ang tiyan ko ／ Mayroon akong lagnat ／
Nasugatan ako ／ Napaso ako

付　録

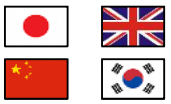
★ 相談してみよう・聞いてみよう

※このページに書いてある場所に　相談したり、質問したりするのは　無料です。
※トップページから　外国語の翻訳ページへ行く　リンクがあります。

■ ビザの申請・在留資格の相談

機関	対応言語	
名古屋出入国在留管理局 http://www.immi-moj.go.jp/soshiki/kikou/nagoya.html		

■ 仕事のいろいろな相談

機関	対応言語	
名古屋外国人雇用サービスセンター https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-foreigner/		
愛知労働局　（各地域の案内もあります） https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/		

■ 運転免許や事故・事件・犯罪の相談

機関	対応言語	
愛知県警察　（各地域の案内もあります） http://www.pref.aichi.jp/police/		

Appendix

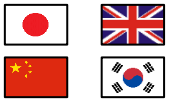
★ Kumunsulta at Magtanong

※Libreng kumunsulta at magtanong sa bawat institusyon.
※Mayroong mga link mula sa top page ng bawat institusyon hanggang sa pahina ng foreign language translation

■ Aplikasyon para sa visa・Konsultasyon para sa status of residence

Institusyon	Suportadong Wika	
Nagoya Immigration Bureau http://www.immi-moj.go.jp/soshiki/kikou/nagoya.html		

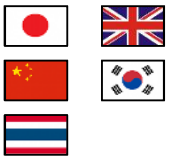
■ Iba't ibang konsultasyon tungkol sa trabaho

Institusyon	Suportadong Wika	
Nagoya Employment Service Center for Foreigners https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-foreigner/		
Aichi Labor Bureau (Mayroon din makukuhang mga impormasyon sa bawat rehiyon) https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/		

■ Konsultasyon sa lisensya sa pagmamaneho/ aksidente / insidente / krimen

Institusyon	Suportadong Wika	
Aichi Prefectural Police (Mayroon din makukuhang mga impormasyon sa bawat rehiyon) ※Sa kaso ng emergency TEL 110 https://www.pref.aichi.jp/police/other-languages/tagalog.html		

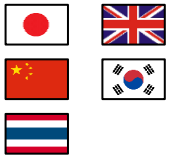
■ 地域のイベント情報・生活の相談

機関	対応言語	
愛知県庁　（各地域の案内もあります） https://www.pref.aichi.jp/		
名古屋市役所　（各区の案内もあります） http://www.city.nagoya.jp/		
愛知県の公式観光ガイド　“ Aichi Now ” OFFICIAL SITE FOR TOURISM AICHI https://www.aichi-now.jp/		

■ 交流イベント・日本語教室などの情報、困っていることの相談

機関	対応言語	
愛知県国際交流協会（AIA） (各地域の案内もあります) http://www2.aia.pref.aichi.jp/topj/index.html		
愛知県国際交流協会（AIA） あいち多文化共生センター　※生活の相談 http://www2.aia.pref.aichi.jp/sodan/j/sodancorner.html		
名古屋国際センター（NIC） https://www.nic-nagoya.or.jp/		

■ Impormasyon sa lokal na kaganapan / Konsultasyon sa pamumuhay

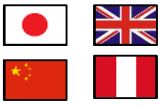
Institusyon	Suportadong Wika	
Aichi Prefectural Government (Mayroon din makukuhang mga impormasyon sa bawat rehiyon) https://www.pref.aichi.jp/		
Nagoya City Hall (Mayroon din makukuhang mga impormasyon sa bawat rehiyon) http://www.city.nagoya.jp/tl/index.html		
Opisyal na Gabay sa Turismo ng Aichi Prefecture " Aichi Now " OFFICIAL SITE FOR TOURISM AICHI https://www.aichi-now.jp/		

■ Mga impormasyon tulad ng mga Cultural Exchange, Japanese Language Class
Konsultasyon tungkol sa mga problema

Institusyon	Suportadong Wika	
Aichi International Association （AIA） (Mayroon din makukuhang mga impormasyon sa bawat rehiyon) http://www2.aia.pref.aichi.jp/tope/index.html		
Aichi International Association (AIA) Multicultural Center ※Konsultasyon sa buhay http://www2.aia.pref.aichi.jp/kyosei/e/index.html		
Nagoya International Center （NIC） https://www.nic-nagoya.or.jp/filipino/		

★ 日本語を 学ぼう

■ 愛知県内で日本語が勉強できるところ （2019年11月現在）

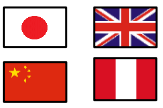
団体名	料金	対応言語	
愛知県国際交流協会（AIA） あいち国際プラザ日本語教室 http://www2.aia.pref.aichi.jp/koryu/j/kyoshitsu/main.html	2000円 （1期）		
名古屋国際センター（NIC）日本語の会 https://www.nic-nagoya.or.jp/nihongonokai/	2500円 （1期）＋ 500円～ （教材費）		
いろは日本語の会 http://irohanihongonokai.web.fc2.com/	150円 （1回）		
豊田市国際交流協会(TIA) 豊田市内の日本語教室の一覧表 http://www.nihongo-toyota.jp/			

※ 愛知県の各市町村に 国際交流協会があります。国際交流協会には、いろいろな日本語教室の案内がありますから 調べてみましょう！

★ Mag-aral ng salietang Hapon

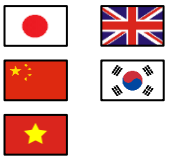
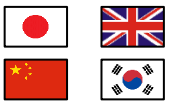
■ Lugar sa Aichi Prefecture kung saan maaari kang mag-aral ng salitang Hapon

(2019 ng Nobyembre)

Pangalan ng Organisasyon	Bayad	Suportadong Wika	
Aichi International Plaza Japanese Class http://www2.aia.pref.aichi.jp/koryu/j/kyoshitsu/main.html	2000 yen unang semestre		
Nagoya International Center （NIC） Nihongo no Kai https://www.nic-nagoya.or.jp/nihongonokai/	2500 yen unang semestre +500 yen Bayad sa Materyal		
Iroha Nihongo no Kai http://irohanihongonokai.web.fc2.com/	150 yen (1 beses)		
Toyota International Association （TIA） Japanese Language Classes in Toyota City http://www.nihongo-toyota.jp/english_index.html			

※Mayroong International Exchange Association sa bawat munisipalidad sa Aichi Prefecture. May iba't ibang mga Japanese Language Classes sa International Association, kaya i-check ang mga ito!

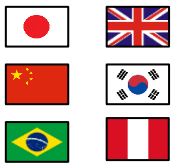
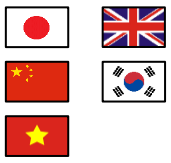
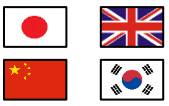
■ 仕事の日本語が勉強できる本

本の名前	出版社	対応言語	
『はたらくための日本語』シリーズ ・キャリアプランニング ・職場のコミュニケーションⅠ～Ⅲ ・職場の語彙と表現Ⅰ～Ⅲ	ラーンズ		
『にほんごで働く！ ビジネス日本語30時間』	スリーエーネットワーク		
『初級が終わったら始めよう 新・にほんご敬語トレーニング』	アスク出版		

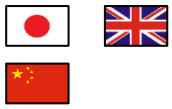
■ 日本語をオンライン（無料）で勉強する方法

サイト・アプリ	内容	対応言語	
U-biq　オンライン日本語学習	インターネットで入門から中級までの文法やJLPTの練習ができます。		
NHK NEWS WEB EASY	やさしい日本語のニュースを「聞く、読む」練習ができるWEBサイトです。		
Tae Kim's Guide to Learning JAPANESE	文字、ことば、文法を総合的に練習できるアプリです。		
imiwa? (iPhone、iPad用)	オフラインでも使える便利な辞書アプリです。		
Kanji Draw (アンドロイド用)	漢字の書き方が練習できるアプリです。		
Kanji Draw (iPhone、iPad用)	漢字の書き方が練習できるアプリです。		

■ Mga libro na magagamit para sa pag-aaral ng Japanese Language sa trabaho

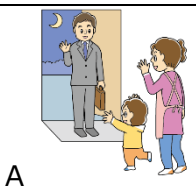
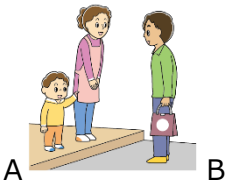
Pamagat ng Libro	Publisher	Suportadong Wika	
『はたらくための日本語』シリーズ ・キャリアプランニング ・職場のコミュニケーションⅠ～Ⅲ ・職場の語彙と表現Ⅰ～Ⅲ	ラーンズ		
『にほんごで 働く！ ビジネス日本語30時間』	スリーエーネットワーク		
『初級が終わったら始めよう 新・にほんご敬語トレーニング』	アスク出版		

■ Paano mag-aral online (libre) ng Japanese Language

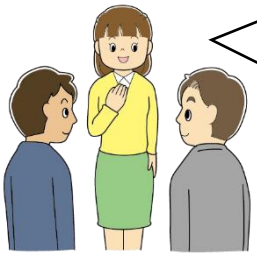
Site・ App	Nilalaman	Suportadong Wika	
U－big オンライン日本語学習	Maaari kang magsanay mula sa beginner hanggang sa antas ng intermediate at JLPT sa Internet.		
NHK NEWS WEB EASY	Ito ay isang website kung saan maaari kang magsanay sa pakikinig at pagbabasa ng Easy Japanese na balita.		
Tae Kim's Guide to Learning JAPANESE	Gamit ang app na ito makakapagsanay ka ng lubusan sa pagsusulat, pagsasalita, at sa grammar.		
imiwa? (iPhone、iPad用)	Isang kapaki-pakinabang na app ng diksyunaryo na maaaring magamit online.		
Kanji Draw (アンドロイド用)	Gamit ang app na ito makakapagsanay ka kung paano sumulat ng kanji.		
Kanji Draw (iPhone、iPad用)	Gamit ang app na ito makakapagsanay ka kung paano sumulat ng kanji.		

■ 日本（愛知県）で生活するための　ことばと表現

・あいさつ、表現

おはよう（ございます）		おやすみ（なさい）	
こんにちは		いただきます	
こんばんは		ごちそうさま（でした）	
お元気ですか？		A：いってきます B：いってらっしゃい	
じゃ、また（明日）		A：ただいま B：おかえり（なさい）	
ありがとう（ございます）		A：いらっしゃい B：おじゃします／失礼します	
・ごめんなさい ・すみません ・申し訳ありません		わかりません	
大丈夫です		わかりました	

・自己紹介



はじめまして。わたしは（ 名前 ）です。
- （ 国 ）から 来ました。
- （ 国 ）出身です。
- （ 国 ）人です。

どうぞよろしくお願いします。

・数字

0	ゼロ・れい				
1	いち				
2	に	20	にじゅう	200	にひゃく
3	さん	30	さんじゅう	300	さんびゃく
4	よん／し	40	よんじゅう	400	よんひゃく
5	ご	50	ごじゅう	500	ごひゃく
6	ろく	60	ろくじゅう	600	ろっぴゃく
7	なな／しち	70	ななじゅう	700	ななひゃく
8	はち	80	はちじゅう	800	はっぴゃく
9	きゅう	90	きゅうじゅう	900	きゅうひゃく
10	じゅう	100	ひゃく	1000	せん

・数え方

					
？	**いくら**	**いくつ／なんこ**	**なんまい**	**なんぼん**	**なんにん**
1	いちえん	ひとつ／いっこ	いちまい	いっぽん	ひとり
2	にえん	ふたつ／にこ	にまい	にほん	ふたり
3	さんえん	みっつ／さんこ	さんまい	さんぼん	さんにん
4	よえん	よっつ／よんこ	よんまい	よんほん	よにん
5	ごえん	いつつ／ごこ	ごまい	ごほん	ごにん
6	ろくえん	むっつ／ろっこ	ろくまい	ろっぽん	ろくにん
7	ななえん	ななつ／ななこ	ななまい	ななほん	ななにん
8	はちえん	やっつ／はちこ	はちまい	はっぽん	はちにん
9	きゅうえん	ここのつ／きゅうこ	きゅうまい	きゅうほん	きゅうにん
10	じゅうえん	とお／じゅっこ	じゅうまい	じゅっぽん	じゅうにん

・曜日（ようび）

?	何曜日	なんようび
①	日曜日	にちようび
②	月曜日	げつようび
③	火曜日	かようび
④	水曜日	すいようび
⑤	木曜日	もくようび
⑥	金曜日	きんようび
⑦	土曜日	どようび

2019年（ねん）　10月（がつ）

①日（にち）	②月（げつ）	③火（か）	④水（すい）	⑤木（もく）	⑥金（きん）	⑦土（ど）
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



・月（つき）

?	なんがつ				
1月	いちがつ	5月	ごがつ	9月	くがつ
2月	にがつ	6月	ろくがつ	１０月	じゅうがつ
3月	さんがつ	7月	しちがつ	１１月	じゅういちがつ
4月	しがつ	8月	はちがつ	１２月	じゅうにがつ

・日（にち）

?	なんにち				
1日	ついたち	11日	じゅういちにち	21日	にじゅういちにち
2日	ふつか	12日	じゅうににち	22日	にじゅうににち
3日	みっか	13日	じゅうさんにち	23日	にじゅうさんにち
4日	よっか	14日	じゅうよっか	24日	にじゅうよっか
5日	いつか	15日	じゅうごにち	25日	にじゅうごにち
6日	むいか	16日	じゅうろくにち	26日	にじゅうろくにち
7日	なのか	17日	じゅうしちにち	27日	にじゅうしちにち
8日	ようか	18日	じゅうはちにち	28日	にじゅうはちにち
9日	ここのか	19日	じゅうくにち	29日	にじゅうくにち
10日	とおか	20日	はつか	30日	さんじゅうにち
				31日	さんじゅういちにち

・年

?	なんねん				
西暦	元号	西暦	元号	西暦	元号
2020年	令和2年	2007年	平成19年	1993年	平成5年
2019年	令和元年 （平成31年）	2006年	平成18年	1992年	平成4年
		2005年	平成17年	1991年	平成3年
2018年	平成30年	2004年	平成16年	1990年	平成2年
2017年	平成29年	2003年	平成15年	1989年	平成元年 （昭和64年）
2016年	平成28年	2002年	平成14年		
2015年	平成27年	2001年	平成13年	1988年	昭和63年
2014年	平成26年	2000年	平成12年	1987年	昭和62年
2013年	平成25年	1999年	平成11年	1986年	昭和61年
2012年	平成24年	1998年	平成10年	1985年	昭和60年
2011年	平成23年	1997年	平成9年	1984年	昭和59年
2010年	平成22年	1996年	平成8年	1983年	昭和58年
2009年	平成21年	1995年	平成7年	1982年	昭和57年
2008年	平成20年	1994年	平成6年	1981年	昭和56年

・時間

?	なんじ	5:00	ごじ	10:00	じゅうじ
1:00	いちじ	6:00	ろくじ	11:00	じゅういちじ
2:00	にじ	7:00	しちじ	12:00	じゅうにじ
3:00	さんじ	8:00	はちじ	1:30	いちじさんじゅっぷん/ いちじはん
4:00	よじ	9:00	くじ		

?	なんぷん	:05	ごふん	:10	じゅっぷん
:01	いっぷん	:06	ろっぷん	:15	じゅうごふん
:02	にふん	:07	ななふん	:20	にじゅっぷん
:03	さんぷん	:08	はちふん/はっぷん	:30	さんじゅっぷん
:04	よんぷん	:09	きゅうふん	:45	よんじゅうごふん

・期間(きかん)

	～時間(じかん)	～日(にち)（間(かん)）	～週間(しゅうかん)	～か月(げつ)（間(かん)）	～年(ねん)（間(かん)）
？	**なんじかん**	**なんにち(かん)**	**なんしゅうかん**	**なんかげつ(かん)**	**なんねん(かん)**
1	いちじかん	いちにち	いっしゅうかん	いっかげつ(かん)	いちねん(かん)
2	にじかん	ふつか(かん)	にしゅうかん	にかげつ(かん)	にねん(かん)
3	さんじかん	みっか(かん)	さんしゅうかん	さんかげつ(かん)	さんねん(かん)
4	よじかん	よっか(かん)	よんしゅうかん	よんかげつ(かん)	よねん(かん)
5	ごじかん	いつか(かん)	ごしゅうかん	ごかげつ(かん)	ごねん(かん)
6	ろくじかん	むいか(かん)	ろくしゅうかん	ろっかげつ(かん)/ はんとし(かん)	ろくねん(かん)
7	しちじかん/ ななじかん	なのか(かん)	ななしゅうかん	ななかげつ(かん)	ななねん(かん)
8	はちじかん	ようか(かん)	はっしゅうかん	はちかげつ(かん)	はちねん(かん)
9	くじかん	ここのか(かん)	きゅうしゅうかん	きゅうかげつ(かん)	きゅうねん(かん)
10	じゅうじかん	とおか(かん)	じゅっしゅうかん	じゅっかげつ(かん)	じゅうねん(かん)

・方言



※ 尾張弁 → 名古屋とその周辺
三河弁 → 豊田、岡崎、豊橋など

愛知県の方言	標準語
言った**ぎゃあ**・言った**がや**・言った**がね**　（尾張） 言った**じゃん**　（三河）	言いましたよ・言ったよ
そう**だぎゃあ**・そう**だがや**・そう**だがね**　（尾張） **ほだらあ**　（三河）	そうでしょう・そうだろう
食べ**やあ**　（尾張）　／　食べ**りん**　（三河）	食べなさい
はよ　いこまい　（尾張／三河）	早く　行きましょう・行こう
まわし（を）**する**　（尾張）	準備（を）する
机を　つる　（尾張／三河）	机を　運ぶ
鍵を　かう　（尾張／三河）	鍵を　かける
（ごみを）**ほかる**　（尾張／三河）	（ごみを）捨てる
（お客さんが）**みえる**　（尾張／三河）	（お客さんが）いらっしゃる （＝来る・いる）
（体が）**えらい**　（尾張／三河）	疲れた
いかん　（尾張／三河）	だめだ
やら**ないかん**・やらんと**いかん**　（尾張／三河）	やらなければならない
どえらい～・どえりゃあ～・でえら～　（尾張）	大変～・とても～・すごく～
ほんだで、～　（尾張） **ほいだで、～・だもんで～**　（三河）	だから、～
たわけ・たあけ　（尾張／三河）	ばか

Aichi Prefecture Multicultural simbolo mark

Gabay sa masaya,ligtas, at mapanatag na pamumuhay sa Aichi Prefecture

Paglathala Enero 2020

【 Paglathala 】

Mga Social na Aktibidad Promotion Division

Multicultural Promotion Office Pamahalaang Prefectural ng Aichi

Nagoya Sannomaru 3-1-2

west Gobyerno gusali ikapitong palapag 460-8501

TEL ： 052-954-6138 FAX ： 052-971-8736

URL ： https://www.pref.aichi.jp/soshiki/tabunka/

E-mail： tabunka@pref.aichi.lg.jp

【 May-akda / Editor 】

Japan International Cooperation Center（JICE） Chubu Office