

中文繁體版



HOW TO ENJOY TOKYO!

禮儀 & 文化習慣指南手冊

以良好的禮貌享受
愉快的東京之旅



TOKYO
METROPOLITAN
GOVERNMENT

本手冊的使用方法

來訪日本多次的我們，將為您介紹日本的禮貌和習
與旅行相關的情境分為5個大項目，在此將詳細為
旅行時加以確認，來趟充滿樂趣的旅行吧！

抵達日本



還要再來



移動至目的地

1. 交通工具

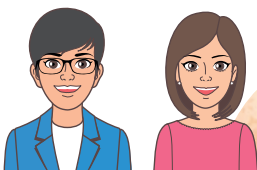


逛街

5. 公共場所



慣。
各位介紹。



在飯店休息放鬆

2. 住宿設施 / 入浴泡湯

P.6



享受購物樂趣

4. 購物

P.13



品嚐美食

3. 餐飲店

P.10



這本手冊，是以日本的文化作為背景，記載說明基本的禮貌·習慣、以及來到日本時的注意事項等等。各項目詳細情形請依每個場合再進行確認。

為您介紹在搭乘交通工具時經常感到疑問或困惑的例子。
一邊關懷體恤周遭的人們，一邊盡情享受旅遊的樂趣！

● 搭乘電車時



不要妨礙下車的人而在
旁邊等候也是一種禮貌。

搭乘電車時，
先讓下車的人
下車後再上車
乘坐！



● 拍照

在車站月台等的
拍照時，請當心
發生安全事故。



在電車附近拍
照是非常危險。

● 車站工作人員的 手指安全確認



不是針對
乘客的！

車站工作人員為了安全
的確認，會用手指指向
列車前來的方向。



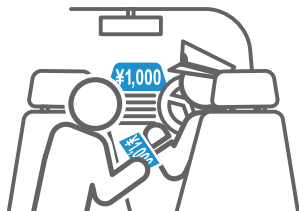
● 計程車的乘坐方法

請在指定的乘車站搭乘，或是舉手招攬計程車。



顯示紅色文字是空車的意思，車門是自動開關的。

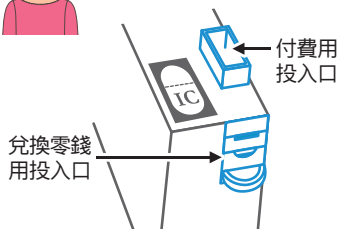
● 計程車的小費



在日本是沒有一定要給小費的習慣！

● 公車的付費方法

分為事先付費及事後付費的2種模式。



錢的投入口有付費用和兌換零錢用兩種。

● 公車的下車方法



下車之際，一般在想下車的公車站附近按下下車鈴的情況較多。



也有不用按下車鈴也會停車的公車，所以請確認看看吧！

● 手機·智慧型手機



請避免在車內使用手機或智慧型手機通話。

在電車或公車內時，請注意不要大聲說話。

● 車內



搭乘上下班通勤電車或路線循環公車時，請盡量避免在車內飲食。



車內擁擠時，請將後背包反揸胸前，或置放在行李棚架上。

● 遺忘東西



在移動中遺忘東西時，請與所搭乘使用的交通運輸機關或警察連絡！



Lost and Found
(遺忘東西)

● 博愛座



如果車內擁擠發現有需要協助的人在場時，請讓出座位！



對象：老年人、殘障人士、孕婦、嬰幼兒隨行者等等。

為您介紹在住宿設施或入浴泡湯時經常感到疑問或困惑的例子。
特別是日式和風的設施中有獨自的禮儀和規則，
因此一邊理解一邊盡情享受旅遊的樂趣！

費用設定



人數增加的話，
住宿費用相對增加。



費用的設定不是一個房間為主，
而是1個人為多少費用所決定的
情況居多。預約時請同時確認
住宿設施的規則。

茶和點心

免費



收費



在桌子上的茶和點心，
一般免費的情況居多。



冰箱中的商品則是計價收費居多。
※除客房免費備品以外，其他的設
備用品請勿隨意帶走。

脫鞋入室的設施



在住宿設施裡一般
大多不能穿著鞋進入。

NO

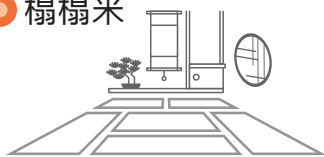


GOOD



若廁所內有專用拖鞋的話，
進入廁所時請換穿專用拖鞋。

榻榻米



GOOD



NO

不要穿著鞋子或拖鞋直接踩上榻榻米。



「TATAMI」是日本傳統的地板材質。

香味



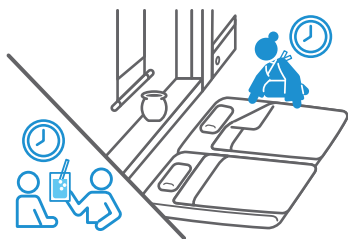
焚香或辛香調味料等香味較強的東西，請避免在室內中使用。



難聞的味道!!



鋪床



旅館等日式住宿設施中，旅館職員會替訪客提供鋪床服務。

如果對於人不在房內時的服務會感到不安的話，可事先轉達旅館職員。

使用時間

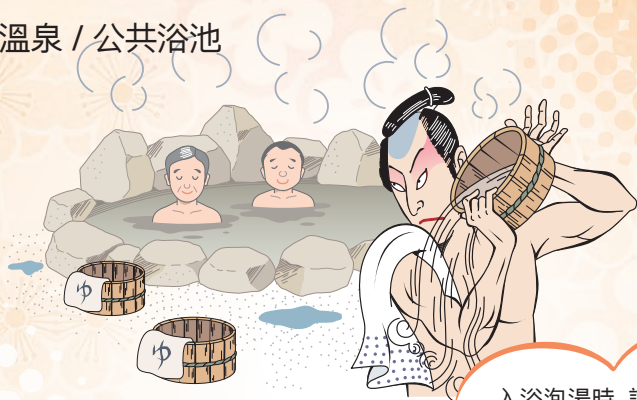


入住 / 退房的時間及餐飲設施的使用時間是固定的。



請事先進行確認!

溫泉 / 公共浴池



KAKEYU
就是用熱水澆淋洗淨身體之意。

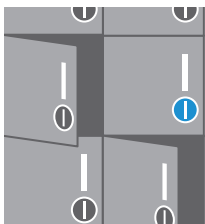


入浴泡湯時，請務必先取熱水澆淋身體或洗淨身體後再進入浴池泡湯。不能沒有先沖就泡。

更衣室



脫掉的衣物和貴重物品，請放入衣物櫃中，自我進行管理。



上鎖!!



衣物櫃的鑰匙請套在手腕上!

入浴泡湯時



裸體入浴泡湯是基本禮儀。



※穿著泳衣或紋身刺青的人可能有無法入浴泡湯的情況發生，請事先向旅館等設施進行確認。

◎ 溫泉湯池



毛巾或是沒沖洗的頭髮，
都是禁止浸泡在溫泉湯池中的。

◎ 泡湯結束後



擦乾身體之後
再進入更衣室。

◎ 浴室澡堂內



請勿在浴室·溫泉
浴池裡洗滌衣物。



請利用住宿設施裡的
洗衣機設備或服務。

◎ 浴簾



NO



GOOD

浴簾下擺是向
內側放置使用。

在室內一體成形的
浴室沐浴時，請使用
浴簾。





為您介紹在餐飲店裡經常感到疑問或困惑的例子。
根據餐飲店的種類，從點菜到付費的方式都各有不同喔！

● 宗教禁忌・食物過敏



使用食材表示

過敏或禁忌的食材有時也會用圖形來加以表示。

使用食材表示



Ingredients are listed on the menu.

擔心的話可在預約定位或點菜前加以確認。

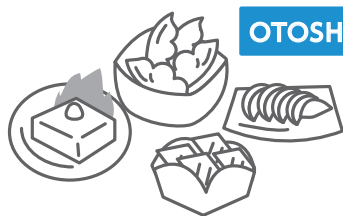
● 水・擦手巾

入店時服務人員會遞出水和擦手巾的店家居多。



水是作為店家所提供的服務，基本上是免費的。

● 餐前小菜



在居酒屋等只要一點酒精類的飲品時，「餐前小菜」就會自動先送出來。



餐前小菜是像冷盤前菜般的餐點，一般收費的情況居多。



● 日本式的吃法①



在日本手上拿著碗吃是基本禮儀。

簌簌聲

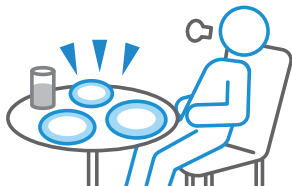


蕎麥麵或烏龍麵等，一邊發出聲音一邊吃麵是非常普通的。

● 日本式的吃法②



不剩下食物乾淨地享用餐點，是日本的禮儀。



不弄髒桌面和地板，乾淨地享用美食吧。

● 點菜數量



NO



GOOD



NO



基本上是一個人點一種以上。

● 帶入·打包帶走

基本上飲食餐點等的帶入或打包帶走都是禁止的。



NO



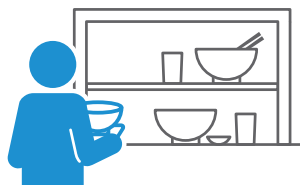
不清楚的時候，可以請教店員。

自助式服務

有的店家是自己
必須整理吃過的
餐具和垃圾。



餐具放置回收區



不清楚的時候，可以請教店員。

結帳

收銀台



座位上



用餐結束欲結帳時，
請向店家確認是在
座位上或至收銀台
哪邊進行付費。



在日本的餐廳
是沒有給予小費的文化。

取消預約



對不起，
我要取消預約

如果無法前往已
經預約好的店家
時，請務必進行
取消的聯絡。



售票機



有的店家是導
入餐卷以自動
售票機購買的
系統。

1. 投入錢幣



2. 按壓選項



3. 發行餐券



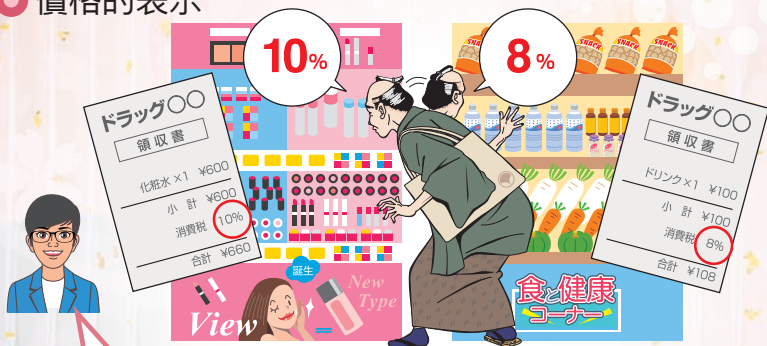
4. 領取餐券



售票機通常大多設置在店
家的入口處。

為您介紹購物時經常感到疑問或困惑的例子。
請留意不要造成其他客人的困擾，享受愉快的購物時光吧！

● 價格的表示



消費稅分為10%和8%兩種。8%的稅率主要包括食品 and 飲料。但是，酒類以及在外吃飯除外。

商品的價格以含稅價格標註。
※在此記載的稅率是2021年6月30日時點所規定的稅率。

● 免稅



免稅有分Tax(消費稅)Free和Duty(消費稅·關稅·菸酒稅等)Free兩種。

表示Tax Free Shop的象徵標誌



Japan. Tax-free Shop

Tax Free Shop一般多位在市內，Duty Free Shop則主要位於國際機場出境大廳中。

● 砍價

50% OFF



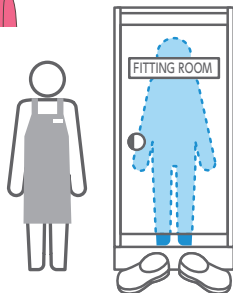
能夠交涉殺價為前提來設定價格的店家極少。



● 試穿



想試穿衣服時，
想先向店員打聲招呼。



有的店家有規定可帶入試衣間
試穿衣服的件數。

● 衣服的尺寸



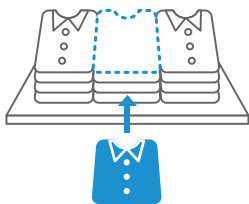
日本的尺寸標記
一般是S/M/L。

男 士 (公分)

	身高	胸圍	腰圍
S	162-168	85-91	71-77
M	167-173	89-95	75-81
L	172-178	93-99	79-85
XL	177-183	97-103	83-89

依照JASPO規格所舉出的範例
有時會因品牌或製造廠家的
不同而有所差異。
※1英吋=2.54公分、1英尺=30.48公分

● 商品



拿在手上的商品如
果不買的時候，請放
回原來的位置。

請不要亂動商品。

● 結帳前的開封

結帳前的物品
禁止隨意開封。



NO



想確認袋裡的內容時，
請先向店員詢問。

● 購物袋



商店的購物袋大部分收費。請帶好自己的購物袋。

● 香菸和酒

未滿20歲以上是不能購買香菸和酒。



未滿
20歲



● 付費… ①

有的店家是不能使用信用卡或是電子貨幣，安全起見請帶點現金在身上吧！



可以使用



不能使用

如果可以使用的話，大多在店家門口或收銀機旁會顯示標貼。

● 付費… ②



購物時也沒有給予小費的習慣。

真是謝謝您的光臨

謝謝



感謝以
心情表示。



為您介紹在公共場所時經常感到疑問或困惑的例子。
不論在街道上或在旅遊景點，一邊關懷體恤周遭的人們，
一邊盡情享受旅行的樂趣！

● 丟棄垃圾



請勿隨地
丟棄垃圾！

請配合垃圾箱的標記區分來丟垃圾，沒有垃圾箱時請將垃圾帶走。

● 排隊·手扶梯



插隊或排隊途中讓家人
或朋友一同加入排隊列
伍中都是違反禮儀的。

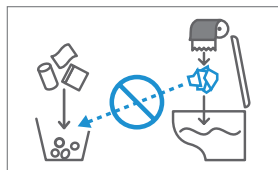


搭乘手扶梯時站穩
踏階請勿行走，並且
緊握扶手，趕時間時
請使用樓梯行走。

● 廁所



請以正確方向使用
和式蹲式馬桶。



使用後的衛生紙不要丟到垃
圾筒，請丟入馬桶沖掉。

在日本有西式廁所
與和式廁所兩種。





● 休息



NO

請勿在道路邊
或街道上坐下來休息。



● 香菸



原則上室內是禁煙，
室外的話根據地區規
地的不同在路上或公
園等是不能吸煙。
吸煙時請在規定的吸
煙區吸煙。



● 照片



請不要在周圍
有人的情況下
拍照。



請勿在禁止進入的
場所裡進行拍照。

● Wi-Fi

在各種公共場
所中皆有設置
免費的Wi-Fi。



使用方法有所不同，
請加以確認使用。
※請勿邊走邊滑手機。

網站推薦



GO-TOKYO

<https://www.gotokyo.org/tc/index.html>

網羅豐富的東京最新的觀光旅遊資訊，歡迎搜尋瀏覽。

EAT東京

<http://www.menu-tokyo.jp/index.php?lang=tc>

可以在東京都內找到符合您喜好的餐廳喔！



TOKYO FREE Wi-Fi



<http://www.wifi-tokyo.jp/tw/>

外國人旅客與參訪設施的使用者在東京都廳或庭園、美術館、博物館等，都可免費使用公共無線LAN (Wi-Fi) 的服務。

東京都醫療機關諮詢服務 「HIMAWARI」

<https://www.himawari.metro.tokyo.jp/qq13/qqport/tomintop/other/fks230.php>

能夠檢索搜尋在東京都內對應日語以外之16個國家語言的醫療機構。

[對應語言 英文、韓文、中文(簡體)等]



東京都防災官方網站



<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/>

發佈東京都內避難資訊等災害相關訊息的同時，為您介紹事前防災的準備及東京都廳所採取的對策與安全應對措施。

Safety tips

<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android> : Android



這是觀光廳監修針對訪日外國人旅客提供災害時相關訊息的應用軟體。以線上發佈警報方式提供日本國內的緊急地震快報、海嘯警報、氣象特別警報、火山爆發快報等相關訊息。



▲ iOS : <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

緊急時的
聯絡電話

發生事故或犯罪等
呼叫警察前來救援



TEL.110

受傷或生病、火災等
呼叫救護車或消防車



TEL.119



Tourism Division,
Bureau of Industrial and Labor Affairs
2-8-1, Nishi-Shinjuku, Shinjuku-ku, Tokyo 163-8001, JAPAN
Registration number 5 (235)