

# 知ろう！守ろう！日本の生活ルール・習慣

## Learn and follow! The rules and customs of Japan!

### जानौं! पालना गरौं! जापानको दैनिक जीवनका नियम र चलनहरू

#### ごみ出しのルール

Trash disposal rules  
फोहोर फाल्ने नियमहरू

- ▶ごみは分別し、決まった曜日・時間・場所に捨てます。
- ▶You MUST sort your trash and throw it away ONLY in a designated area at a designated time and day of the week.
- ▶फोहोरलाई छुट्याएर, तोकिएको बार, समय र स्थानमा मात्र फाल्नुहोस्।
- ▶道路や空き地などに、ごみを捨ててはいけません。
- ▶DO NOT leave trash anywhere except for specified places.
- ▶सडक वा खाली ठाउँहरूमा फोहोर नफाल्नुहोस्।
- ▶外でゴミを燃やすことは禁止です。
- ▶DO NOT burn trash outside.
- ▶बाहिर फोहोर जलाउन निषेध गरिएको छ।
- ▶住んでいる市町村で、ルールが違います。市町村のホームページをご覧ください。
- ▶Trash disposal rules are different in every city. Please check your city's website for rules in your area.
- ▶तपाईं बस्ने नगरपालिका अनुसार नियमहरू फरक-फरक हुन्छन्। नगरपालिकाको वेबसाइट हेर्नुहोस्।



#### 自転車の乗り方のルール

Bicycle riding rules  
साइकल चलाउने नियमहरू

- ▶自転車に乗るときは、道の左側を走ります。
- ▶Only ride the bicycle on the LEFT side of the road.
- ▶साइकल चलाउँदा, सडकको बायाँ तर्फबाट चलाउनुहोस्।
- ▶けいたい電話やイヤホンを使いながら、自転車に乗ってはいけません。
- ▶DO NOT use your phone or earphones while riding a bicycle.
- ▶मोबाइल फोन प्रयोग गर्दै वा इयरफोन लगाएर साइकल चलाउनु हुँदैन।

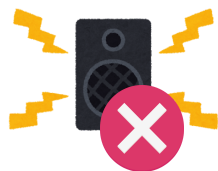


- ▶暗い時は、ライトをつけないとはいけません。
- ▶You MUST have a light on your bicycle when it's dark.
- ▶अध्यारो हुँदा, अनिवार्य लाइट बाल्नु पर्छ।

#### うるさくしない

Don't be too loud  
साइकल चलाउने नियमहरू

- ▶アパート、マンションでは、大きい声で話したり、大きい音で音楽を聞いてはいけません。
- ▶DO NOT talk loudly or listen to loud music inside your apartment.
- ▶अपार्टमेन्ट वा म्यान्सनमा ठूलो आवाजमा बोल्नु वा संगीत बजाउनु हुँदैन।



- ▶家の外（公園など）でも、朝早くや夜遅くは静かにしましょう。

- ▶Stay quiet outside and in public spaces on early mornings and late evenings.
- ▶घर बाहिर (पार्क आदि) मा पनि, बिहान सबेरै र राती ढिलो समयमा शान्त रहनुहोस्।



- ▶夜遅くに花火をしてもはいけません。
- ▶DO NOT set off fireworks late in the evening or at night.
- ▶रातको समयमा आतिशबाजी (पटाका) पड्काउन निषेध छ।

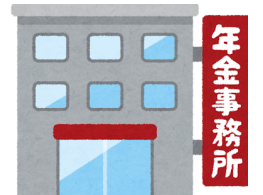
#### 税金と年金を支払う

Pension and tax payments  
कर र पेन्सन तिर्नुहोस्।

- ▶外国人も、税金や年金を支払う必要があります。
- ▶Even as a foreigner, you MUST pay taxes and pension in Japan.
- ▶रातको समयमा आतिशबाजी (पटाका) पड्काउन निषेध छ।
- ▶国民健康保険も税金の1つです。
- ▶National Health Insurance is also a form of tax.
- ▶ राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा पनि करको एक भाग हो।



- ▶国民年金は、国籍を問わず、日本に住む20~59歳の方は支払う義務があります。
- ▶If you are 20~59 years old, you MUST enroll into National Pension System.



- ▶ राष्ट्रिय पेन्सन (National Pension), राष्ट्रियता जेसुकै भए पनि, जापानमा बस्ने 20 देखि 59 वर्षसम्मका सबै व्यक्तिहरूले तिर्नु अनिवार्य हुन्छ।

このほかにもたくさんの生活ルール・習慣があります。動画で日本のルールを知ることができます。動画は17の言語で見られます。【生活オリエンテーション動画（出入国在留管理庁作成）】

There are many more rules and customs that you should follow while living in Japan. Immigration Services Agency of Japan has easy introduction videos about rules and customs in 17 languages. You can access them by scanning the QR code.

यस बाहेक, जापानमा जीवनका अन्य धेरै नियम र चलनहरू छन्। तपाईं भिडियो मार्फत जापानका नियमहरूको बारेमा जानकारी लिन सक्नुहुन्छ। यो भिडियो १७ वटा भाषाहरूमा हेर्न सकिन्छ। [जीवन अभिमुखीकरण भिडियो (अध्यागमन सेवा एजेन्सीद्वारा निर्मित)]

