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!

ජපානයේ ජීවන නීති රීති හා පුරුදු ගැන දැනගනිමු! ඒවා පිළිපදිමු!

ごみ出しのルール

Trash disposal rules

කුණු බැහැර කිරීමේදී අනුගමනය කළ යුතු නීති රීති

➤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.
➤කුණු වර්ග කර, නියමිත දිනයේදී, නියමිත වේලාවට සහ නියමිත ස්ථානයට බැහැර කරන්න.

➤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.
➤මාර්ගවල හෝ හිස් ඉඩම්වල කුණු දැමීම තහනම්.

➤外でごみを燃やすことは禁止です。
➤DO NOT burn trash outside.
➤පිටතදී (එළිමහනේ) කුණු පිළිස්සීම තහනම්.

➤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見てください。
➤Trash disposal rules are different in every city. Please check your city's website for rules in your area.
➤ඔබ ජීවත් වන නගරය හෝ ප්‍රදේශය අනුව නීති රීති වෙනස් වේ. එබැවින්, ඔබගේ නගර සභාවේ (City Hall) නිල වෙබ් අඩවිය පරීක්ෂා කරන්න.

自転車の乗り方のルール

Bicycle riding rules

පාපැදි ධාවනය කිරීමේදී අනුගමනය කළ යුතු නීති රීති

➤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.
➤පාපැදිය පදවන විට සැමවිටම පාරේ වම් පසින් ධාවනය කරන්න.

➤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.
➤ජංගම දුරකථන භාවිතා කරමින් හෝ ඉයර්ෆෝන් (Earphones) භාවිතා කරමින් පාපැදි පැදවීම තහනම්.

➤暗い時は、ライトをつけないといけません。
➤You MUST have a light on your bicycle when it's dark.
➤අඳුරු අවස්ථාවලදී (රාත්‍රියේදී), අනිවාර්යයෙන්ම ලයිට් (විදුලි පන්දම්) දල්වන්න.

うるさくしない

Don't be too loud

කරුණාකර නිශ්ශබ්දව සිටින්න

➤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.
➤කරුණාකර අනෙක් අයට බාධා වන පරිදි හයියෙන් කතා කිරීමෙන් හෝ ශබ්ද නගා සින්දු ඇසීමෙන් වළකින්න.

➤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.
➤නිවසින් බැහැරදී (උද්‍යාන වැනි ස්ථානවල), උදෑසන කාලයේදී සහ රාත්‍රී කාලයේදී නිශ්ශබ්දව සිටීමට මතක තබා ගන්න.

➤夜遅くに花火をしてはいけません。
➤DO NOT set off fireworks late in the evening or at night.
➤රාත්‍රී කාලයේදී ගිනිකෙළි (Fireworks) දැල්වීම තහනම්.

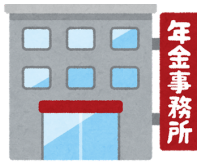
税金と年金を支払う

Pension and tax payments

බදු (Taxes) සහ විශ්‍රාම වැටුප් (Pension) නිසි පරිදි ගෙවන්න

➤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.
➤විදේශිකයන්ටද බදු (Taxes) සහ විශ්‍රාම වැටුප් (Pension) ගෙවීමේ වගකීමක් ඇත.

➤国民健康保険も税金の１つです。
➤National Health Insurance is also a form of tax.
➤ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණය (National Health Insurance) යනුද බදු (Taxes) වලම කොටසකි.



➤国民年金は、国籍を問わず、日本に住む20~59歳の人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.
➤ජාතික විශ්‍රාම වැටුප් ක්‍රමය (National Pension) සඳහා, ජාතිකත්වය නොසලකා, ජපානයේ ජීවත් වන වයස අවුරුදු 20 සිට 59 දක්වා සියලුම දෙනා ගෙවීමට බැඳී සිටිති.

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.

මීට අමතරව තවත් එදිනෙදා ජීවිතයට අදාළ නීති රීති සහ සිරිත් විරිත් රාශියක් ඇත. ඔබට වීඩියෝ (Videos) මගින් ජපානයේ ජීවන නීති රීති ඉගෙන ගත හැකිය. මෙම වීඩියෝ භාෂා 17 කින් නැරඹිය හැකිය. 【 ජීවන මාර්ගෝපදේශ වීඩියෝ (ආගමන විගමන සේවය මගින් සකස් කරන ලදි) 】

茨城県 外国人政策チーム　TEL: 029-301-2174

(2026.04/シンハラ語)