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!
جانیے ! عمل کیجیے ۔ جاپانی طرزِ زندگی کے اصول اور روایات !

ごみ出しのルール
Trash disposal rules
کچرا (گومی) پھینکنے کے اصول

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.
کچرے (گومی) کو الگ الگ کریں اور اسے مقررہ دن، وقت اور جگہ پر پھینکیں۔

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.
سڑکوں یا خالی زمینوں پر کچرا (گومی) پھینکنا منع ہے۔

外でごみを燃やすことは禁止です。
DO NOT burn trash outside.
باہر کچرا جلانا ممنوع ہے۔

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.
آپ کے شہر یا علاقے کے لحاظ سے قوانین مختلف ہو سکتے ہیں۔ اپنی بلدیہ (سٹی ہال) کی ویب سائٹ دیکھیں۔

自転車の乗り方のルール
Bicycle riding rules
سائیکل چلانے کے اصول

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.
اپنی بلدیہ (سٹی ہال) کی ویب سائٹ دیکھیں۔

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.
موبائل فون یا ائیر فون استعمال کرتے ہوئے سائیکل نہ چلائیں۔

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.
اندھیرے میں لائٹ جلانا لازمی ہے۔

うるさくしない
Don't be too loud
شور نہ مچائیں

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.
اپارٹمنٹس یا مینشنز میں، اونچی آواز میں بات کرنا یا تیز آواز میں موسیقی سننا منع ہے۔

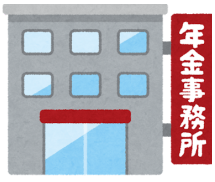
家の外（公園など）でも、朝早くや夜遅くは静かにしましょう。
Stay quiet outside and in public spaces on early mornings and late evenings.
گھر کے باہر (جیسے پارک وغیرہ) بھی صبح سویرے اور رات گئے خاموشی اختیار کریں۔

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.
رات گئے پٹاخے یا آتش بازی کرنا منع ہے۔

税金と年金を支払う
Pension and tax payments
ٹیکس اور پنشن کی ادائیگی کریں۔

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.
غیر ملکیوں کے لیے بھی ٹیکس اور پنشن کی ادائیگی قانونی طور پر لازمی ہے۔

国民健康保険も税金の１つです。
National Health Insurance is also a form of tax.
قومی صحت کی انشورنس (نیشنل ہیلتھ انشورنس) بھی ٹیکس کی ایک قسم ہے۔



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.
قومیت سے قطع نظر، جاپان میں رہنے والے 20 سے 59 سال کی عمر کے تمام افراد کے لیے نیشنل پینشن (کوکومن نینکن) کی ادائیگی لازمی ہے۔

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.

اس کے علاوہ، روزمرہ زندگی کے بہت سے دوسرے اصول اور رسم و رواج بھی ہیں۔ آپ ویڈیوز کے ذریعے جاپان کے اصولوں کے بارے میں جان سکتے ہیں۔ یہ ویڈیوز 17 زبانوں میں دیکھی جا سکتی ہیں۔ 【روزمرہ زندگی کی واقفیت سے متعلق ویڈیو (امیگریشن سروسز ایجنسی کی جانب سے تیار کردہ ہے)】

茨城県 外国人政策チーム　TEL: 029-301-2174

(2026.04/ウルドゥー語)