

กฎระเบียบและ ธรรมเนียมปฏิบัติในการ ใช้ชีวิตประจำวัน



1

กฎระเบียบในการใช้ชีวิต

1-1

ขยะ



[1] กฎระเบียบพื้นฐานในการทิ้งขยะ

- เมื่อทิ้งขยะต้องรักษากฎระเบียบดังต่อไปนี้
- ทิ้งขยะแต่ละประเภทให้ตรงตามสถานที่และวัน (วันในสัปดาห์) ที่กำหนดเอาไว้
- ให้ปฏิบัติตามกฎระเบียบของเขตปกครองในท้องที่ที่อาศัยอยู่ว่าต้องทิ้งขยะประเภทใดที่สถานที่แห่งใด
 - * โดยทั่วไปจะต้องนำขยะออกมาทิ้งในช่วงเช้าของวันที่มีการเก็บขยะ
 - * หากทิ้งขยะผิดประเภทจากที่กำหนดไว้ในกฎระเบียบ หรือทิ้งขยะในสถานที่อื่นนอกเหนือจากสถานที่ที่กำหนด ขยะจะไม่ถูกจัดเก็บไป
 - * บางกรณีต้องซื้อถุงขยะตามรูปแบบที่เขตปกครองในท้องที่ที่กำหนดให้ใช้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเขตปกครองในท้องที่ที่อาศัยอยู่

ตัวอย่างประเภทขยะ (ปฏิบัติตามกฎของเขตการปกครองส่วนท้องถิ่นที่อาศัยอยู่)



ขยะเผาได้	ขยะสดและเศษกระดาษจากห้องครัว ฯลฯ
ขยะเผาไม่ได้	จานแตก ถ้วย โลหะ แก้ว ฯลฯ
ขยะรีไซเคิล	ขวด กระป๋อง ขวดพลาสติก หนังสือพิมพ์ หนังสือ ภาชนะพลาสติกกระดาษแข็ง ฯลฯ
ขยะขนาดใหญ่ เมื่อทิ้งอาจมีค่าใช้จ่ายในการกำจัดและรีไซเคิล	จักรยาน พูกที่นอน เครื่องเรือน เช่น โต๊ะ เก้าอี้ ฯลฯ
ขยะเครื่องใช้ไฟฟ้า เมื่อทิ้งอาจมีค่าใช้จ่ายในการกำจัดและรีไซเคิล	เครื่องปรับอากาศ โทรทัศน์ ตู้เย็น ตู้แช่แข็ง เครื่องซักผ้า เครื่องอบผ้า ฯลฯ

ข้อควรทราบ

น้ำมันหลังจากการทำอาหาร

ไม่เทน้ำมันทิ้งลงในท่อระบายในครัว และโปรดทิ้งน้ำมันที่ใช้แล้วตามกฎเขตการปกครองส่วนท้องถิ่นที่อาศัยอยู่ เช่น ใส่กระดาษเช็ดมือลงไปเพื่อซับน้ำมัน หรือทำให้น้ำมันแข็งตัวด้วยสารจับตัว

ข้อควรทราบ

ขยะเครื่องใช้ไฟฟ้า

หากต้องการเปลี่ยนหรือกำจัดอุปกรณ์เครื่องใช้ภายในบ้านดังต่อไปนี้ มีความจำเป็นต้องชำระค่าธรรมเนียมรีไซเคิลและค่าจัดเก็บและขนส่งเครื่องใช้ไฟฟ้าภายในบ้าน

- เครื่องปรับอากาศ
- โทรทัศน์
- ตู้เย็น/ตู้แช่แข็ง
- เครื่องซักผ้า/เครื่องอบผ้า



นอกจากนี้ เมื่อจะทิ้ง จำเป็นต้องแจ้งให้ผู้ประกอบการที่ได้รับอนุญาตมาจัดเก็บและขนย้ายออกไป หากไม่ทราบว่าควรติดต่อผู้ประกอบการรายไหนดี โปรดสอบถามเขตการปกครองส่วนท้องถิ่นที่อาศัยอยู่

จุดรับชำระค่าธรรมเนียมรีไซเคิล และจุดรับคืนผลิตภัณฑ์เก่า

(1) กรณีซื้อเปลี่ยนผลิตภัณฑ์ใหม่

- ร้านค้าที่ซื้อผลิตภัณฑ์ใหม่

เนื่องจากแต่ละร้านมีวิธีการรับคืนที่แตกต่างกัน โปรดสอบถามรายละเอียดจากร้านค้า

(2) กรณีเป็นเพียงกำจัดทำลายทิ้งที่ไม่ใช่การซื้อเปลี่ยน

- ร้านค้าที่ไปซื้อผลิตภัณฑ์ที่ต้องการกำจัดมา

หากไม่ทราบว่าร้านที่ซื้อมาเป็นร้านใด โปรดติดต่อเขตปกครองในท้องถิ่นที่อาศัยอยู่

[2] การลักลอบทิ้งขยะ ฯลฯ (การทิ้งขยะอย่างผิดกฎหมาย)

ห้ามทิ้งขยะตามอำเภอใจในสถานที่อื่นนอกเหนือจากที่กำหนด ไม่ว่าจะเป็นที่ใดก็ตาม

หากทิ้งขยะนอกเหนือจากพื้นที่ที่กำหนด อาจได้รับโทษทางคดีอาญา

โปรดทิ้งขยะโดยปฏิบัติตามกฎระเบียบของเขตปกครองในท้องถิ่นที่อาศัยอยู่

นอกจากนี้เขตปกครองในท้องถิ่นหลายแห่งมีกฎหมายห้าม “ทิ้งเกลื่อนกลาด” บนท้องถนน เช่น กระป๋องเปล่า ก้นบุหรี่ ฯลฯ ซึ่งอาจถูกลงโทษทางการปกครองและทางอาญาได้ ดังนั้นโปรดอย่าทิ้งขยะเกลื่อนกลาด

1-2

เสียงรบกวน

- ชาวญี่ปุ่นถือว่าการทำเสียงดังหรือการส่งเสียงดังเป็นการรบกวนผู้อื่น
- ดังนั้นโปรดระมัดระวังการส่งเสียงดัง งานปาร์ตี้ เสียงโทรทัศน์ เสียงเพลง จนเป็นการรบกวนเพื่อนบ้าน
- โปรดระมัดระวังอย่าทำเสียงดังในช่วงเช้ามืด เช่น ชักผ้า ใช้เครื่องดูดฝุ่น หรือ อาบน้ำ ฯลฯ
- โปรดระมัดระวังอย่าทำเสียงดังหรือส่งเสียงดัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในอาคารชุด เช่น อพาร์ทเมนต์ คอนโดมีเนียม ฯลฯ

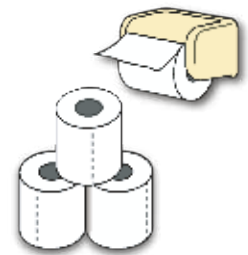


1-3

ห้องสุขา

ห้องสุขาแบบชักโครกในประเทศญี่ปุ่น

- โปรดใช้กระดาษชำระที่เตรียมไว้ในห้องสุขาเท่านั้น
- โปรดทิ้งกระดาษชำระใช้แล้วลงในโถแล้วกดชักโครกเท่านั้น
→ ในบางประเทศกระดาษชำระที่ใช้แล้วจะถูกทิ้งลงในถังขยะที่ติดตั้งในห้องส้วม แต่หากใช้กระดาษชำระที่เตรียมไว้ในห้องส้วมแล้ว ชักโครกของญี่ปุ่นจะมีโอกาสน้อยมากที่จะเกิดการอุดตันจากกระดาษชำระในห้องสุขา
- แม้มีปุ่มหลากหลายในห้องสุขาของห้างสรรพสินค้าหรือสถานีรถไฟ แต่ปุ่มกดสำหรับชักโครกโดยส่วนใหญ่จะมีเขียนระบุไว้ว่า **流す (FLUSH)**



1-4

การใช้โทรศัพท์มือถือ

- ห้ามเดินขณะใช้งานโทรศัพท์มือถือ เนื่องจากอาจไปเดินชนและทำให้คนเดินถนนคนอื่นได้รับบาดเจ็บ หรือทำให้ตนเองได้รับบาดเจ็บได้
- การใช้โทรศัพท์มือถือขณะขับขี่ยานยนต์หรือรถจักรยานจะมีความผิดตามกฎหมาย



1-5

ภายในรถไฟหรือรถโดยสารประจำทาง

- รถไฟและรถโดยสารประจำทางเป็นพื้นที่สาธารณะ ดังนั้นโปรดระมัดระวังดังนี้
- การพูดคุยเสียงดังเป็นการเสียมารยาทในญี่ปุ่น
- การพูดคุยโทรศัพท์มือถือในรถไฟหรือบนรถโดยสารประจำทางเป็นการเสียมารยาทในประเทศญี่ปุ่น
- การฟังเพลงเสียงดังก็ถือเป็นการรบกวนผู้อื่น โปรดระมัดระวังอย่าให้มีเสียงเล็ดลอดออกมาจากหูฟัง
- ขณะอยู่ในรถประจำทางหรือรถไฟที่มีผู้โดยสารอยู่แออัด การสะพายกระเป๋าบนหลังจะไปชนและรบกวนผู้โดยสารคนอื่น

1-6

ออนเซ็นและที่อาบน้ำสาธารณะ

- เนื่องจากสถานที่อาบน้ำสาธารณะ เช่น ออนเซ็น ที่อาบน้ำสาธารณะ ฯลฯ ถูกใช้โดยผู้คนจำนวนมากที่ไม่มีการเฉพาะเจาะจง ดังนั้นโปรดใช้บริการโดยปฏิบัติตามกฎระเบียบดังต่อไปนี้
- ล้างตัวก่อนใช้อ่างแช่น้ำร้อนรวม
- ห้ามนุ่งผ้าขนหนูลงในอ่างแช่น้ำร้อนรวม
- ห้ามล้างตัวหรือสระผมด้วยสบู่หรือแชมพูในอ่างแช่น้ำร้อนรวม
- ผู้ที่มีรอยสักอาจไม่สามารถเข้าใช้บริการได้ในบางแห่ง

1-7

ป้ายแสดงข้อห้าม

มีป้ายรูปแบบต่าง ๆ ที่แจ้งให้ทราบว่าสิ่งใดบ้างที่ "ไม่สามารถทำได้"

ป้ายห้ามพื้นฐาน



โปรดปฏิบัติตามกฎระเบียบในสถานที่ที่มีป้ายห้าม



"ห้ามว่ายน้ำ"



"ห้ามสูบบุหรี่"



"ห้ามใช้โทรศัพท์มือถือ"

2

การป้องกันโรคติดเชื้อ

ในญี่ปุ่น โรคติดเชื้อที่แพร่ระบาด เช่น หวัดและไข้หวัดใหญ่ โดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาวที่มีอากาศแห้ง นอกจากนี้ยังมีเชื้อไวรัสสายพันธุ์ใหม่ที่แพร่ระบาดด้วย ในที่นี้ ขอแนะนำมาตรการป้องกันขั้นพื้นฐานเพื่อป้องกันไม่ให้แพร่ระบาดเป็นวงกว้าง เมื่อโรคติดเชื้อแพร่ระบาดอยู่ แต่ละคนควรตระหนักถึงสิ่งต่อไปนี้:

2-1

การล้างมือ

การล้างมือด้วยน้ำไหลหรือสบู่ เป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการกำจัดไวรัสบนนิ้วมือเป็นต้น ล้างมือบ่อยๆ เช่น เมื่อกลับเข้าบ้านก่อนและหลังทำอาหาร และก่อนมื้ออาหาร ขั้นตอนในการล้างมือมีดังนี้:



- (1) ทำให้มือเปียกด้วยน้ำไหล จากนั้นใช้สบู่ถูฝ่ามือให้เข้ากัน
- (2) ถูหลังมือแบบยียดออก
- (3) ถูปลายนิ้วและระหว่างเล็บอย่างระมัดระวัง
- (4) ล้างระหว่างนิ้ว
- (5) ใช้ฝ่ามือบิดนิ้วหัวแม่มือและล้าง
- (6) อย่าลืมล้างข้อมือด้วย

* หลังจากล้างด้วยสบู่แล้ว ให้ล้างออกด้วยน้ำไหลที่สะอาด เช็ดให้แห้งด้วยผ้าขนหนูสะอาดหรือกระดาษเช็ดมือให้แห้งดี

2-2

มารยาทในการไอ

มารยาทในการไอคือ การใช้หน้ากากอนามัย ทิชชู ผ้าเช็ดหน้า แขนเสื้อ และด้านในของข้อศอก เพื่อปิดปากและจมูก เมื่อไอหรือจาม เพื่อป้องกันการแพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่น หากคุณมีอาการไอหรือจามให้ปฏิบัติดังต่อไปนี้:

- สวมหน้ากากอนามัยปิดปากและจมูก
 - หากไม่มีหน้ากากอนามัย ให้ใช้ทิชชูหรือผ้าเช็ดหน้าปิดปากและจมูก
 - ในขณะจุกเงิน ให้ปิดปากและจมูกด้วยแขนเสื้อด้านใน หรือด้านในของข้อศอก
 - อย่าไอหรือจามโดยไม่ทำอะไรเลย และอย่าปิดปากหรือจมูกด้วยมือเวลาไอหรือจาม
- นอกจากนี้ สิ่งสำคัญคือต้องสวมหน้ากากอนามัยให้ถูกต้อง ทำตามขั้นตอนด้านล่างเพื่อสวมหน้ากากอนามัย

- (1) ตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้ปิดทั้งจมูกและปาก
- (2) ใส่สายยางยึดที่หู
- (3) ปกปิดจมูกเพื่อไม่ให้มีช่องว่าง

2-3

ความชื้น

เมื่ออากาศแห้งทำให้เยื่อบุทางเดินหายใจจะอ่อนแอลง และทำให้เสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่ายขึ้น โดยเฉพาะในห้องที่แห้งง่ายควรรักษาความชื้นที่เหมาะสม (50-60%) โดยใช้เครื่องทำความชื้น

2-4

การพักผ่อนและด้านโภชนาการ

เอาใจใส่ในการพักผ่อนให้เพียงพอและรับสารอาหารที่สมดุลเป็นประจำ เพื่อเพิ่มภูมิคุ้มกันของร่างกาย

2-5

การออกนอกบ้าน

เมื่อมีการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อที่แพร่กระจายผ่านละอองฝอย การสวมหน้ากากอนามัยถือเป็นมาตรการป้องกันที่มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้สูงอายุ ผู้ที่มีโรคประจำตัว ผู้ที่อยู่ระหว่างการรักษา มะเร็ง หญิงตั้งครรภ์ และผู้ที่มีสุขภาพไม่แข็งแรง ควรระมัดระวังและป้องกันตนเองจากการติดเชื้อให้มากยิ่งขึ้น

โปรดเพิ่มความระมัดระวังเป็นพิเศษในช่วงที่โรคระบาดแพร่กระจาย รวมถึงเมื่อเข้าไปในสถานที่ที่มีผู้คนแออัดหรือมีความเสี่ยงสูง



3

ปัจจัยที่จำเป็นต่อการใช้ชีวิต

3-1

การใช้ชีวิตในท้องถิ่น

[1] องค์กรในชุมชน (สมาคมท้องถิ่น / สมาคมเพื่อนบ้าน)

ในประเทศญี่ปุ่น ผู้คนที่อาศัยอยู่ในท้องถิ่นจะร่วมกันจัดตั้งองค์กรและทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เมืองน่าอยู่อาศัยและสามารถใช้ชีวิตอย่างสงบสุข โดยสมาชิกจะเป็นผู้รับผิดชอบค่าใช้จ่ายที่จำเป็นในการทำกิจกรรม

รายละเอียดกิจกรรมหลัก

- การฝึกซ้อมเพื่อเตรียมความพร้อมป้องกันภัยพิบัติ เมื่อเกิดเหตุแผ่นดินไหวหรือไฟไหม้
- กิจกรรมดูแลเด็กในเวลาที่เดินทางไปกลับโรงเรียน
- กิจกรรมสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุและผู้ทุพพลภาพ
- จัดหมายเวียนแจ้งข่าวจากที่ว่าการอำเภอ ฯลฯ
- การจัดงานกิจกรรมต่าง ๆ เช่น งานเทศกาล การแข่งขันกีฬา ฯลฯ เพื่อกระชับมิตรภาพระหว่างสมาชิก โปรดสอบถามรายละเอียดจากเขตปกครองในท้องถิ่นที่อาศัยอยู่



[2] คบหาสมาคมกับเพื่อนบ้าน

- ทักทายผู้อยู่อาศัยที่อยู่บ้านใกล้เคียงและเข้าร่วมกิจกรรมอยู่เป็นประจำ
- การคบหาสมาคมกันในท้องถิ่นจะช่วยทำให้ปัญหาระหว่างผู้อยู่อาศัยบ้านใกล้เคียงจะเกิดขึ้นได้ยากขึ้น อีกทั้งยังเป็นพื้นที่ที่สามารถแลกเปลี่ยนข้อมูลได้อีกด้วย เช่น ข้อควรระวังในท้องถิ่น เป็นต้น
- เมื่อเกิดภัยพิบัติ ก็สามารถช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้

3-2

การป้องกันอาชญากรรม

โปรดระมัดระวังดังนี้เพื่อไม่ให้เกิดความเสียหายจากการโจรกรรมการลวนลาม ฯลฯ

- เมื่อออกไปข้างนอกให้ล็อกหน้าต่าง ประตูทางเข้าบ้านต่าง ๆ ทุกครั้ง
- ให้ล็อกรถยนต์ รถจักรยานยนต์ และรถจักรยาน เมื่อจอดรถทุกครั้ง
- เมื่อถือของมีค่าระหว่างที่เดิน เช่น กระเป๋า กระเป๋าตังค์ ฯลฯ อย่าปล่อยไปวางทิ้งไว้ใกล้หูใกล้ตา
- อย่าลัถจรไปในบริเวณถนนที่มีมืดหรือที่เปลี่ยวในเวลากลางคืน
- หากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการป้องกันอาชญากรรมให้ปรึกษากับสถานีตำรวจที่อยู่ใกล้

3-3

บริการที่จำเป็นต่อการใช้ชีวิตประจำวัน

[1] ไฟฟ้า

การเริ่มเปิดใช้ไฟฟ้า

เมื่อเริ่มเปิดใช้ไฟฟ้าต้องปฏิบัติดังนี้

- (1) กำหนดวันที่ที่จะเริ่มเปิดใช้ไฟฟ้า
- (2) แจ้งความประสงค์กับบริษัทผู้ผลิตไฟฟ้าผ่านทางอินเทอร์เน็ตหรือโทรศัพท์
- (3) เปิดสวิตช์เบรกเกอร์เพื่อใช้ไฟฟ้า ในวันที่มีการเริ่มเปิดใช้ไฟฟ้า



อย่างไรก็ตาม ในบางกรณีจำเป็นต้องมีพนักงานจากบริษัทผู้ผลิตไฟฟ้ามาด้วย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับรายละเอียดสัญญาและระบบของที่อยู่อาศัยนั้น ในกรณีดังกล่าว บริษัทผู้ผลิตไฟฟ้าจะแจ้งรายละเอียดให้ทราบเอาไว้ก่อน

ค่าไฟฟ้าและวิธีการชำระเงิน

- มีสัญญารูปแบบต่าง ๆ เตรียมไว้เพื่อให้เข้ากับรูปแบบการใช้ไฟฟ้าของผู้ใช้ โดยสามารถเลือกสัญญาที่เหมาะสมกับการใช้ไฟฟ้าของท่านได้
- โดยทั่วไปค่าไฟฟ้าจะกำหนดตามปริมาณการใช้ไฟฟ้า แต่ส่วนที่เป็น “ค่าบริการพื้นฐาน” จะเป็นอัตราคงที่ที่คุณต้องชำระทุกเดือน ไม่ว่าจะใช้ไฟฟ้ามากหรือน้อยเพียงใดก็ตาม
- วิธีการชำระค่าไฟฟ้ามีหลายวิธี เช่น การตัดบัญชีอัตโนมัติจากบัญชีธนาคาร การชำระเงินที่ร้านสะดวกซื้อ หรือธนาคาร หรือการชำระด้วยบัตรเครดิต เป็นต้น
 - * จะมีการตรวจสอบปริมาณไฟฟ้าที่ใช้เดือนละครั้งโดยพนักงานของบริษัทผู้ผลิตไฟฟ้าจะตรวจสอบมิเตอร์ไฟฟ้าที่ติดตั้งไว้ในแต่ละบ้าน
 - * ผู้ให้บริการจะแจ้งปริมาณการใช้ไฟฟ้าและค่าบริการให้ผู้ใช้อำนาจไฟฟ้าทราบทุกเดือน ด้วยการตรวจสอบค่ามิเตอร์ไฟฟ้าที่ติดตั้งในบ้าน หรือจากระยะไกลในพื้นที่นั้น (บางครั้งจะแจ้งผ่านเว็บไซต์)
 - * รายละเอียดของสัญญาการใช้ไฟฟ้าสามารถตรวจสอบได้จากเอกสารที่ได้รับจากผู้ให้บริการไฟฟ้า (บางครั้งมีให้ทางเว็บไซต์)

การยกเลิกการใช้ไฟฟ้า

เมื่อยกเลิกการใช้ไฟฟ้าต้องปฏิบัติดังนี้

- (1) กำหนดวันที่ที่จะยกเลิกการใช้ไฟฟ้า
- (2) แจ้งความประสงค์ยกเลิกสัญญากับบริษัทผู้ให้บริการไฟฟ้าผ่านทางอินเทอร์เน็ตหรือโทรศัพท์

โดยทั่วไปผู้ใช้ไฟฟ้าไม่จำเป็นต้องอยู่รอพบในวันที่ยกเลิกการใช้ไฟฟ้า แต่อาจมีการร้องขอให้อยู่รอพบในกรณีที่ไม่สามารถตรวจสอบมิเตอร์ไฟฟ้าจากด้านนอกของบ้านได้ ฯลฯ สำหรับกรณีดังกล่าว บริษัทผู้ให้บริการจะแจ้งรายละเอียดให้ทราบเอาไว้ก่อน

เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับผู้เช่ารายถัดไป โปรดดำเนินการยกเลิกสัญญาที่จำเป็นให้เรียบร้อยล่วงหน้าก่อนวันย้ายออก

ช่องทางติดต่อขอคำปรึกษาสำหรับผู้ที่มีปัญหาในเรื่องของการให้บริการของผู้ให้บริการ และสัญญาการใช้ ฯลฯ

<https://www.emsc.meti.go.jp/general/consult.html>



- * เว็บไซต์ไม่ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับรายละเอียดของสัญญาแต่ละฉบับกับบริษัทผู้ให้บริการไฟฟ้าหรือใบแจ้งยอดเรียกเก็บเงิน โปรดติดต่อบริษัทผู้ให้บริการไฟฟ้าที่ท่านทำสัญญาไว้โดยตรง
- นอกจากนี้ เว็บไซต์ไม่ได้ให้บริการใกล้เคียงหรืออนุญาตตุลาการระหว่างที่ปรึกษาและธุรกิจ

[2] แก๊ส

ประเภทของแก๊ส

- มีแก๊สหลายประเภทที่สามารถใช้ในครัวเรือนทั่วไป เช่น แก๊ส 13A ที่ใช้ในเมือง ก๊าซ LP ฯลฯ ซึ่งขึ้นอยู่กับองค์ประกอบและลักษณะการเผาไหม้
- โปรดเลือกอุปกรณ์ที่ต้องใช้แก๊สที่บ้านให้รองรับกับประเภทของแก๊ส
 - * หากมีการใช้อุปกรณ์แก๊สที่ไม่รองรับกับประเภทของแก๊ส อาจเกิดอันตรายจากไฟไหม้หรือการเผาไหม้ที่ไม่สมบูรณ์ เมื่อใช้แก๊ส ให้เปิดหน้าต่างเพื่อระบายอากาศ หากได้กลิ่นแก๊สขณะใช้อุปกรณ์ที่ใช้แก๊ส ให้หยุดใช้งานทันที เปิดหน้าต่างเพื่อระบายอากาศให้เพียงพอ และอย่าใช้ไฟแช็กหรือสิ่งที่จะก่อให้เกิดประกายไฟอื่น ๆ อย่าแตะสวิตช์ไฟฟ้า และให้ติดต่อบริษัทแก๊สทันที



การเริ่มเปิดใช้แก๊ส

- เมื่อเริ่มเปิดใช้แก๊สต้องปฏิบัติตามนี้

- (1) กำหนดวันที่ที่จะเริ่มเปิดใช้แก๊ส
- (2) แจ้งความประสงค์กับบริษัทแก๊สรายย่อยในท้องถิ่นหรือผู้ประกอบการค้าแก๊ส LP ผ่านทางอินเทอร์เน็ตหรือโทรศัพท์

- * ในวันที่เริ่มต้นใช้งาน พนักงานจากบริษัทแก๊สจะเข้ามา เมื่อตรวจสอบอุปกรณ์แล้วจะเริ่มการจ่ายแก๊สและแนะนำวิธีการใช้อุปกรณ์ที่ใช้แก๊ส

ค่าแก๊สและวิธีการชำระเงิน

- บริษัทแก๊สรายย่อยในท้องถิ่นที่อาศัยอยู่ จะจัดเตรียมตัวเลือกค่าก๊าซที่เหมาะสมกับวิธีการใช้แก๊สของท่าน
- โดยทั่วไปค่าแก๊สจะถูกคำนวณและเรียกเก็บเงินเป็นรายเดือน โดยเป็นผลรวมของค่าใช้จ่ายพื้นฐานคงที่ และค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นหรือลดลงตามปริมาณการใช้แก๊ส
- วิธีการชำระค่าแก๊สมีหลายวิธี เช่น การตัดบัญชีอัตโนมัติจากบัญชีธนาคาร การชำระเงินที่ร้านสะดวกซื้อหรือธนาคาร หรือการชำระด้วยบัตรเครดิต เป็นต้น
 - * รายละเอียดของสัญญาการใช้แก๊สสามารถตรวจสอบได้จากเอกสารที่ได้รับจากบริษัทแก๊ส (บางครั้งมีให้ทางเว็บไซต์)

การยกเลิกการใช้แก๊ส

- เมื่อยกเลิกการใช้แก๊สต้องปฏิบัติตามนี้

- (1) กำหนดวันที่ที่จะยกเลิกการใช้แก๊ส
- (2) แจ้งความประสงค์ยกเลิกสัญญากับบริษัทแก๊สผ่านทางอินเทอร์เน็ตหรือโทรศัพท์

- * แนะนำให้แจ้งหมายเลขลูกค้าของคุณ ซึ่งจะพิมพ์อยู่บนใบแจ้งค่าบริการรายเดือน (บางครั้งอาจให้ไว้ทางเว็บไซต์) ในวันยกเลิกสัญญา

แนะนำให้แจ้งหมายเลขลูกค้าของคุณ ซึ่งจะพิมพ์อยู่บนใบแจ้งค่าบริการรายเดือน (บางครั้งอาจให้ไว้ทางเว็บไซต์) ในวันยกเลิกสัญญา ผู้ให้บริการจะมาหยุดมิเตอร์แก๊ส หากมิเตอร์อยู่ในตำแหน่งที่ผู้ให้บริการไม่สามารถเข้าถึงได้ ผู้ใช้แก๊สหรือบุคคลอื่นที่ดำเนินการแทนจะต้องอยู่ด้วย

เพื่อหลีกเลี่ยงปัญหาสำหรับผู้เช่ารายต่อไป โปรดดำเนินการตามขั้นตอนการยกเลิกสัญญาที่จำเป็นให้

เสร็จสิ้นก่อนวันย้ายออก

ช่องทางติดต่อขอคำปรึกษาสำหรับผู้ที่มีปัญหาในเรื่องของการให้บริการของบริษัทแก๊ส และ สัญญาการใช้ฯลฯ

<https://www.emsc.meti.go.jp/general/consult.html>

- * ทางเว็บไซต์ไม่ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับรายละเอียดของสัญญาแต่ละฉบับกับบริษัทก๊าซหรือโบแจ้งยอดเรียกเก็บเงิน โปรดติดต่อบริษัทก๊าซที่ท่านทำสัญญาไว้โดยตรง
- นอกจากนี้ ทางเว็บไซต์ไม่ได้ให้บริการไกลเกลี่ยหรืออนุญาโตตุลาการระหว่างที่ปรึกษาและธุรกิจ



[3] น้ำประปา

การใช้น้ำประปา

เมื่อเริ่มเปิดใช้น้ำประปาใหม่ด้วยเหตุผลต่าง ๆ เช่น การย้ายบ้าน ฯลฯ ผู้ใช้น้ำประปาต้องแจ้งผู้ให้บริการน้ำประปาหรือแผนกที่รับผิดชอบด้านการประปาในเขตปกครองในท้องที่ที่อาศัยอยู่ล่วงหน้าถึงความประสงค์ที่จะเริ่มเปิดใช้น้ำประปา



ค่าน้ำประปา

การชำระเงินและการเรียกเก็บเงินค่าน้ำประปามีดังต่อไปนี้

- (1) ค่าน้ำประปากำหนดแตกต่างกันไปตามผู้ให้บริการน้ำประปาในเขตปกครองในท้องที่ที่อาศัยอยู่ ผู้ให้บริการน้ำประปา ตรวจสอบมิเตอร์บอกปริมาณน้ำประปาที่ใช้และคิดค่าบริการตามปริมาณที่ใช้
- (2) ค่าน้ำประปากำหนดจากผลรวมของ "ค่าใช้จ่ายพื้นฐาน" และ "ค่าใช้จ่ายตามปริมาณ" "ค่าใช้จ่ายพื้นฐาน" ถูกกำหนดตามขนาดของมิเตอร์น้ำ ยิ่งมีขนาดใหญ่มากเท่าใดค่าใช้จ่ายก็จะสูงขึ้น ในอีกด้าน "ค่าใช้จ่ายตามปริมาณ" จะถูกกำหนดตามปริมาณน้ำประปาที่ใช้ หากยิ่งใช้น้ำประปาในปริมาณมากขึ้นค่าใช้จ่ายก็จะสูงขึ้น
- (3) วิธีการชำระค่าน้ำประปาแตกต่างกันไปตามผู้ให้บริการน้ำประปา โดยทั่วไปสามารถเลือกวิธีการจ่ายได้ เช่น โอนเงินหรือชำระเงินได้ที่ธนาคารหรือร้านสะดวกซื้อ

3-4

โทรศัพท์มือถือ



[1] การใช้โทรศัพท์มือถือ

- จำเป็นต้องยืนยันตัวตนเมื่อจะทำงานโทรศัพท์มือถือ
- ในการยืนยันตัวตน จะมีวิธีการ ๆ ดังต่อไปนี้

โดยจำเป็นต้องแสดงเอกสารทางการ (เอกสารยืนยันตัวตน) ที่ระบุ ชื่อและนามสกุล วันเดือนปีเกิด ที่อยู่ปัจจุบัน แก่

- (1) ผู้ให้บริการโทรศัพท์มือถือ
- (2) ส่งสำเนาทางไปรษณีย์หรือทางเว็บไซต์ให้กับผู้ให้บริการโทรศัพท์มือถือ

- ตัวอย่างเอกสารที่สามารถใช้เป็นเอกสารยืนยันตัวตนได้มีดังต่อไปนี้

- (1) บัตรประจำตัวผู้พำนัก (ไชริกาโดะ)
- (2) ใบอนุญาตขับขีรถยนต์
- (3) บัตรหมายเลขประจำตัวบุคคล
- (4) หนังสือเดินทาง (เฉพาะกรณีที่มีระบุที่อยู่ปัจจุบัน)

- หากยังเป็นผู้ไม่บรรลุนิติภาวะ ท่านจำเป็นต้องมีเอกสารทั้งหมดดังต่อไปนี้

- (1) เอกสารยืนยันตัวตนของท่าน
- (2) เอกสารยินยอมของผู้ปกครอง

- จำเป็นต้องใช้วิธีใดวิธีหนึ่งดังต่อไปนี้ในการชำระค่าธรรมเนียม

- (1) บัตรเครดิต
- (2) บัตรกดเงินสดบัญชีธนาคารภายในประเทศญี่ปุ่น
- (3) สมุดเงินฝากของบัญชีธนาคารภายในประเทศญี่ปุ่น

- บริษัทโทรศัพท์มือถือบางแห่งมีบริการที่รองรับภาษาต่างประเทศ เช่น เว็บไซต์ หน้าร้าน ฯลฯ
- สามารถตรวจสอบเอกสารที่จำเป็นในการทำสัญญาได้ล่วงหน้า และสอบถามเกี่ยวกับบริการโทรศัพท์มือถือได้

[2] ข้อควรระวังเมื่อทำสัญญาหรือใช้งาน

- อาจมีนายหน้าที่เป็นมิจกาซึพเข้ามาตีสนิทและเสนอตัวว่า “จะทำสัญญากับโทรศัพท์มือถือให้แทน” แต่กลับใช้เอกสารยืนยันตัวตนสำหรับทำสัญญาโทรศัพท์มือถือของท่านไปใช้ในการก่ออาชญากรรม
 - ในกรณีมอบฉันทะให้ผู้อื่นไปทำสัญญาแทน โปรดตรวจสอบเนื้อหาด้วยตัวเองด้วย
 - การโอนโทรศัพท์มือถือที่ทำสัญญาไปยังบุคคลอื่นโดยไม่ได้รับความยินยอมจากบริษัทโทรศัพท์มือถือ เป็นการกระทำที่ผิดกฎหมายและจะได้รับโทษ
- ในกรณีที่ท่านจะไม่ใช้โทรศัพท์มือถือของคุณอีกต่อไปเนื่องจากเหตุผลต่างๆ เช่น การกลับประเทศบ้านเกิด โปรดติดต่อผู้ให้บริการโทรศัพท์มือถือของคุณเพื่อยกเลิกหรือโอนบริการ

3-5

บัญชีธนาคาร



[1] เปิดบัญชีธนาคาร

- สามารถยื่นเรื่องเปิดบัญชีธนาคารได้ที่สาขาของธนาคาร สามารถดำเนินการได้ทางไปรษณีย์ แอปพลิเคชัน โทรศัพท์มือถือ หรือคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคล ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับธนาคาร โดยทั่วไป บัตรกดเงินสดจะถูกส่งไปที่บ้านของท่านในภายหลัง
- เมื่อเปิดบัญชีธนาคาร โปรดไปที่ธนาคารพร้อมกับเอกสารดังต่อไปนี้

- (1) เอกสารยืนยันตัวตน (เช่น บัตรประจำตัวผู้พำนัก)
- (2) ตราประทับ (ธนาคารบางแห่งอนุญาตให้เซ็นชื่อได้ด้วย)
- (3) บัตรพนักงานหรือบัตรนักเรียน (กรณียังไม่มีบัตร โปรดติดต่อขอรับจากบริษัทหรือโรงเรียนของท่าน)

- หากมีความกังวลเกี่ยวกับการสื่อสารด้วยภาษาญี่ปุ่น โปรดขอความช่วยเหลือในการแปลจากผู้ที่พักอาศัย จะช่วยเหลือท่านต่อไปได้ (บุคคลในที่ทำงานหรือโรงเรียนของท่าน)

[2] แจ้งธนาคารทันทีเมื่อมีการเปลี่ยนที่อยู่ หรือ ระยะเวลาการพำนัก เป็นต้น

- ในกรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงข้อมูลต่าง ๆ เช่น ที่อยู่ ระยะเวลาการพำนัก สถานภาพการพำนัก สถานที่ทำงาน ฯลฯ โปรดแจ้งธนาคารที่ได้เปิดบัญชีไว้โดยทันที และทางธนาคารอาจจะมีการติดต่อเข้ามาเพื่อตรวจสอบว่าข้อมูลของท่านมีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่
- หากไม่ติดต่อทางธนาคารเมื่อมีการเปลี่ยนที่อยู่ ระยะเวลาการพำนัก สถานภาพการพำนัก สถานที่ทำงาน ฯลฯ หรือไม่ให้ความร่วมมือตามที่ธนาคารเรียกร้อง อาจจะไม่สามารถใช้บัญชีธนาคารได้

[3] ยกเลิกบัญชีธนาคารที่ไม่ได้ใช้

- โปรดยกเลิกบัญชีธนาคารของท่าน หากไม่ได้ใช้บัญชีธนาคารของท่านอีกต่อไปแล้วเนื่องจากกลับประเทศ ฯลฯ สามารถยื่นเรื่องยกเลิกบัญชีธนาคารได้ที่สาขาของธนาคาร
- * การซื้อการขายและการถ่ายโอนหรือการรับโอนบัญชีธนาคาร (บัตรเงินสด สมุดเงินฝาก ล็อกอินID รหัสผ่าน ฯลฯ) ถือเป็นอาชญากรรม โปรดอย่ากระทำโดยเด็ดขาด หากฝ่าฝืนจะต้องโทษจำคุกไม่เกินหนึ่งปีหรือปรับไม่เกินหนึ่งล้านเยน

[4] ห้ามใช้ธนาคารที่ผิดกฎหมาย

- การดำเนินธุรกิจธนาคารต้องมีใบอนุญาตระดับประเทศคุณจะต้องไม่ร้องขอการโอนเงินไปยังต่างประเทศ โดยการจ่ายเงินให้กับธนาคารที่ผิดกฎหมายหรือบุคคลที่ไม่ได้รับอนุญาตจากรัฐบาลญี่ปุ่น
- หากคุณไม่แน่ใจว่าธนาคารถูกกฎหมายหรือไม่ โปรดปรึกษากับใครสักคนในที่ทำงานหรือที่โรงเรียน

[5] อื่น ๆ

- สำนักงานบริการทางการเงินได้จัดทำจุลสารชื่อ “วิธีใช้บัญชีธนาคารและการโอนเงินสำหรับการใช้ชีวิตในญี่ปุ่น” (แปลเป็น 15 ภาษา รวมถึงภาษาอังกฤษและภาษาจีน) สำหรับชาวต่างชาติที่วางแผนจะพำนักอยู่ในญี่ปุ่นระยะยาว โดยสรุปข้อมูลสำคัญเกี่ยวกับการใช้บัญชีออมทรัพย์และการโอนเงิน โปรดใช้แหล่งข้อมูลนี้

สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติม โปรดดูที่เว็บไซต์ต่อไปนี้

<https://www.fsa.go.jp/news/30/20190411/20190411.html> (Japanese)

<https://www.fsa.go.jp/news/r1/20191004/20190411.html> (English)



3-6

ที่ทำการไปรษณีย์

- เครื่องหมายของที่ทำการไปรษณีย์ญี่ปุ่นและตู้ไปรษณีย์คือ “〒” ที่เป็นสีแดง
- ท่านสามารถรับบริการที่ทำการไปรษณีย์ได้ดังต่อไปนี้

- (1) สามารถส่งจดหมาย ไปสการ์ด และสั่มภาระไปยังทั้งภายในและต่างประเทศ (*1)
- (2) สามารถฝากเงิน (*2) ส่งเงิน และโอนเงินชำระค่าสาธารณูปโภค ฯลฯ
- (3) สามารถทำเรื่องเอาประกันชีวิตได้

- *1 สำหรับการสอบถามเกี่ยวกับการส่งจดหมาย ไปสการ์ด และพัสดุ ไปรษณีย์ญี่ปุ่นได้จัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษาฝ่ายบริการลูกค้า (ภาษาอังกฤษ).

เว็บไซต์ไปรษณีย์ญี่ปุ่น (ภาษาอังกฤษ):

https://www.post.japanpost.jp/index_en.html



- *2 สำหรับการสอบถามเกี่ยวกับการเปิดบัญชี Japan Post ได้จัดตั้งศูนย์บริการทางโทรศัพท์หลายภาษา (โทร.: 0570-023170)

ภาษาที่ให้บริการ: อังกฤษ, จีน, เกาหลี, เวียดนาม, อินโดนีเซีย

เว็บไซต์ข้อมูลศูนย์บริการ:

<https://www.post.japanpost.jp/bank/account/multilanguage-callcenter.html>



4

บริการขนส่งสาธารณะ

4-1

บัตร IC

[1] การใช้งานพื้นฐาน

บัตร IC ของระบบการขนส่ง สามารถใช้จ่ายค่าโดยสารรถไฟและรถโดยสารประจำทางของบริษัทต่าง ๆ ต่อไปนี้จะอธิบายถึงการใช้งานของบัตร IC ของระบบการขนส่งโดยทั่วไป

- การเติมเงิน (ชาร์จเงิน) ในการ์ด IC เอาไว้ล่วงหน้าจะช่วยให้ไม่ต้องเสียเวลาซื้อตั๋วที่เครื่องจำหน่ายตั๋ว
- สามารถซื้อบัตรได้ที่ตู้จำหน่ายตั๋ว เคาน์เตอร์ และสำนักงานขายของรถโดยสารประจำทาง
- บางกรณีค่าโดยสารจะถูกหักจากการชำระด้วยเงินสด

[2] บัตรระบุชื่อ

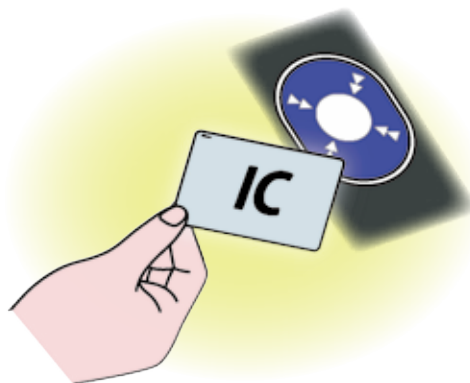
- เป็นบัตรที่มีชื่อผู้ใช้ระบุอยู่บนบัตร
- จำเป็นต้องลงทะเบียนชื่อ หมายเลขโทรศัพท์ วันเกิด เพศชาย เพศหญิง
- แม้ว่าบัตรจะสูญหาย แต่ก็สามารถออกบัตรให้ใหม่ได้

[3] บัตรไม่ระบุชื่อ

- เป็นบัตรที่ไม่มีชื่อผู้ใช้ระบุอยู่บนบัตร
- หากบัตรจะสูญหาย จะไม่สามารถออกบัตรใหม่ได้

[4] เงินมัดจำ (Deposit)

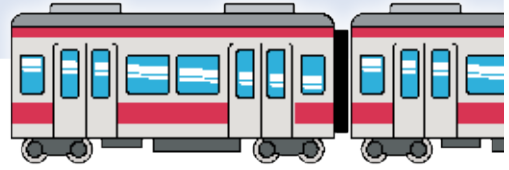
- โดยทั่วไป จะต้องจ่ายเงินมัดจำเมื่อซื้อบัตร
- จะได้รับเงินมัดจำคืน เมื่อส่งคืนบัตร IC



4-2

รถไฟ

ประเทศไทยได้พัฒนารถไฟให้จนกลายเป็นวิธีการขนส่งคมนาคมในชีวิตประจำวัน เช่น การเดินทางไปทำงานหรือไปโรงเรียน



[1] การใช้รถไฟ

ขั้นตอนพื้นฐานเมื่อใช้รถไฟมีดังต่อไปนี้

- (1) ตรวจสอบจุดหมายปลายทางบนแผนที่เส้นทางรถไฟ
- (2) ซื้อตั๋วไปยังสถานีปลายทางที่สถานีรถไฟ และผ่านประตูตรวจตั๋ว (กรณีใช้บัตร IC ในระบบขนส่งสามารถผ่านประตูตรวจตั๋วโดยถือบัตรผ่านประตูตรวจตั๋วอัตโนมัติ)
- (3) ปฏิบัติตามป้ายแสดงข้อมูลภายในสถานี แล้วมุ่งหน้าไปยังชานชาลาที่ขบวนรถไฟที่มุ่งหน้าไปยังปลายทางจอด
- (4) ให้รอรถไฟภายในเส้นสีขาวหรือบล็อกสีเหลืองที่ชานชาลา
- (5) เมื่อถึงที่ปลายทาง ให้ผ่านประตูตรวจตั๋วโดยใช้ตั๋วที่ซื้อไว้ (กรณีใช้บัตร IC ในระบบขนส่ง ให้ถือบัตรเหนือประตูตั๋วอัตโนมัติเพื่อชำระค่าโดยสารจากการเรียกเก็บเงินจากบัตร)

[2] ประเภทของตั๋ว

(1) ตั๋วโดยสารธรรมดา	ตั๋วที่จำเป็นต้องใช้เมื่อขึ้นรถไฟ
(2) ตั๋วคูปอง	ใช้เมื่อเดินทางต้นทางปลายทางเดิมซ้ำ ๆ เป็นประจำทุกเดือน เช่น เดินทางไปทำงานหรือไปโรงเรียน ในกรณีที่โดยสารไปลงต้นทางหรือปลายทางเดิม ๆ ราคาจะถูกกว่าตั๋วธรรมดา กำหนดระยะเวลา 1 เดือน 3 เดือน 6 เดือนและอื่น ๆ ได้

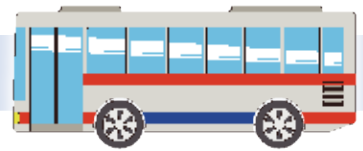
[3] ตั๋วอื่น ๆ

หากใช้รถไฟด่วนพิเศษหรือใช้อุปกรณ์พิเศษบนรถไฟ นอกจากตั๋วโดยสารแล้วจะต้องซื้อตั๋วดังต่อไปนี้ (ตั๋วค่าธรรมเนียม)

(1) ตั๋วด่วนพิเศษ	ตั๋วที่ต้องใช้เพื่อขึ้นรถไฟชินคันเซ็นหรือรถไฟด่วนพิเศษ
(2) ตั๋วสำรองที่นั่ง	ตั๋วที่จำเป็นสำหรับการใช้สำรองที่นั่ง ตั๋วด่วนพิเศษบางรายการจะมีจำหน่ายแบบเป็นชุด
(3) ตั๋วสีเขียว	ตั๋วที่ต้องใช้เมื่อโดยสารรถไฟระดับสูงกว่ารถไฟปกติ

4-3

รถโดยสารประจำทาง

**[1] บริการขนส่งในระยะทางไกล (รถโดยสารประจำทางระยะไกล)**

- โดยทั่วไป ต้องจ่ายเงินซื้อตั๋วไว้ก่อนขึ้นรถบัส

[2] บริการขนส่งตามเส้นทางที่กำหนดในท้องถิ่นที่อาศัยอยู่ (รถโดยสารประจำทาง)**(1) กรณีค่าโดยสารคงที่ตลอดสาย**

- ใส่เงินในกล่องเก็บค่าโดยสารเมื่อคุณขึ้นรถโดยสารประจำทาง
- หากชำระเงินด้วยบัตร IC ในระบบขนส่ง ให้ถือบัตรเหนือกล่องค่าโดยสาร

(2) กรณีค่าโดยสารเปลี่ยนแปลงตามระยะทาง

- เมื่อขึ้นรถโดยสารประจำทาง ให้รับบัตรหมายเลขที่มีหมายเลขเขียนไว้ เมื่อจะลงจากรถ ให้ตรวจสอบหมายเลขบนบัตรกับหมายเลขบนป้ายเหนือคนขับ และชำระเงินตามที่แสดงไว้ได้หมายเลข
- เมื่อชำระเงินด้วยบัตร IC ในระบบขนส่ง ให้แตะบัตรสองครั้ง คือ เมื่อขึ้นรถและเมื่อลงรถโดยสารประจำทาง