

にほん たちの 日本で楽しく・安心して 暮らすために

じかん せいかつ
(あいさつ・時間・生活ルール・マナー)



まつした かずえ
松下和江 (NPO ABC JAPAN)





じ かん や く そ く ま も 時間・約束を守る

にほん じかん まも しんらい
日本では 時間を守る＝信頼される

ち こ く ひ と こ ま め い わ く
遅刻は、まわりの人が困ります・みんなに迷惑をかけます

が っ こ う で ん し ゃ し ご と じ か ん う ご
学校・バス・電車・仕事... → 時間どおりに 動きます

ふ ん ぶ ん ま え つ
「5分~10分前」に 着くと ちょうどいいです

れ い じ ゅ ぎ ょ う つ
例：授業 13:20 → 13:15に 着くのが
じ か ん ま も
「時間を守る」

お く かな ら れ ん ら く
※遅れるときは必ず連絡をする。

身だしなみに気をつける

清潔感がだいじ



- ✓ 髪型・眉・ひげ：ととのえる、せいけつに見えるようにする
- ✓ ふくそう：しわやよごれのない服をえらぶ
- ✓ はでな色やデザイン、ミニスカートはさける
- ✓ くつ：よごれていないものをはく
- ✓ 香り・体臭：香水はつけすぎない
- 毎日お風呂に入る。体臭や口臭のケアをする

