

日本的舉止和禮儀



お手洗い編

日本洗手間的使用方法

1 日本分為洋式洗手間與和式洗手間。

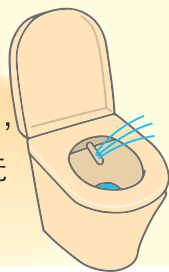
2 洋式洗手間坐著使用。



3 和式洗手間蹲著使用。



4 日本的西式洗手間中，有些是設置了溫水沖洗功能的馬桶。



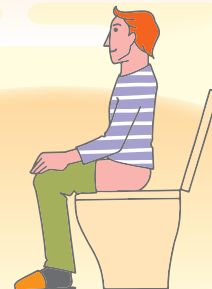
5 溫水洗淨座便器是從下面噴出洗淨用水（溫水）後，吹出溫暖的風的一種座便器。

7 打開坐便器蓋後，如圖所示坐在坐便器上。（如果是電動式坐便器，按下①按鈕後，坐便器蓋會自動打開）

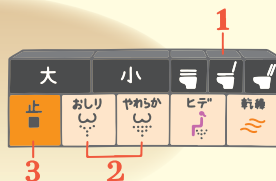


6 在日本，使用洗手間時要關門。

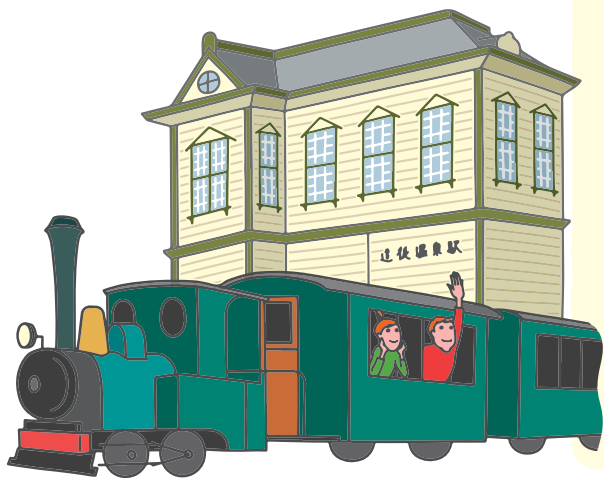
8 如廁。



9 如是溫水清洗坐便器，按下“大”按鈕後，就可以清洗了。清洗結束後，按下③按鈕停止清洗。



10 用衛生紙擦拭。



日本的舉止和禮儀



お手洗い編

日本洗手間的使用方法

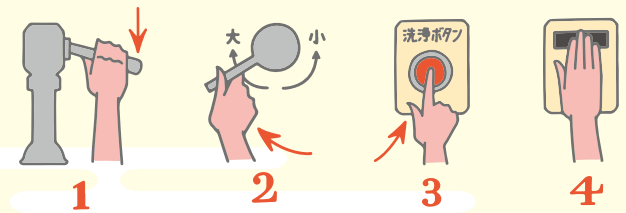
11 站起。



12 請放水沖淨污物。



13 沖水有以下幾種方法：①按下衝洗把手②向“大”方向轉動沖洗把手③按下按鈕④把手放在感應器前等。



14 用完後，請蓋上坐便器蓋。

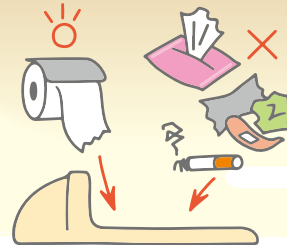
15 如是和式廁所，朝著圖示的方向蹲下，稍微彎腰。

注意事項

1 衛生紙丟入便池中沖走。

2 勿使用備用衛生紙以外的衛生紙。

3 垃圾不要丟入便池中。



4 請勿在洗手間內吸煙。

日本的舉止和禮儀

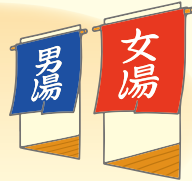


入浴編

入浴方法

1 請攜帶房間裏的毛巾
(大和小的 2 條毛巾)。

2 浴場的入口有男女之分。
男士請用“男湯”，女士請用“女湯”。

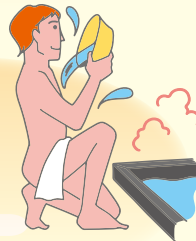


3 在脫衣室脫掉衣服，放入
存衣櫃或籃子裏。
貴重物品請放在上鎖的貴重物品櫃子裏。

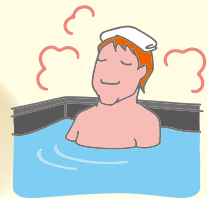


4 進浴場時，請攜帶小毛巾。

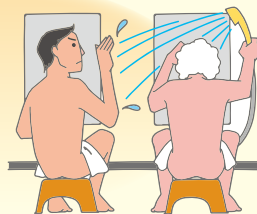
5 進入浴槽前，用水沖洗
身體 2~3 次。(目的是洗淨
身體污垢，並讓身體適應浴池
水溫)



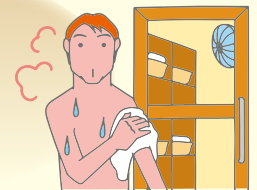
6 進入浴槽時，不可帶入任何物品。
毛巾也不可帶入。
把毛巾放在浴槽的外面，進入水中。
頭髮長(長度過肩)的客人要用髮帶束起來或戴浴帽，不要把頭髮浸入浴池中。



7 在浴槽外沖洗身體。
沖掉香皂泡之後再進到浴槽中。
請注意自己的洗澡水不要濺到其他客人身上。



8 去脫衣處之前，用毛巾擦掉身上的水。
在浴場內把擦拭過身體的毛巾擰乾後，再去脫衣室。



注意事項

1 請勿飲酒後入浴。

2 請勿穿泳衣入浴。

3 請勿帶入飲食。

4 請勿攜帶毛巾進入浴槽。

5 請勿在浴槽內游泳。

日本的舉止和禮儀

箸の使い方編

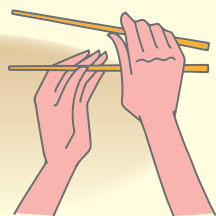
筷子的使用方法

一副筷子由兩根
筷子組成。



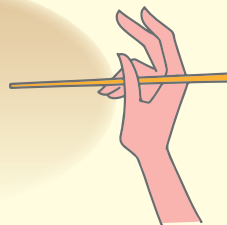
「衛生筷」通常上頭還連結一起未拆開。

用手將“衛生筷”
橫著拿起，兩手分別
向上和向下拉，
這樣筷子就能分
開。

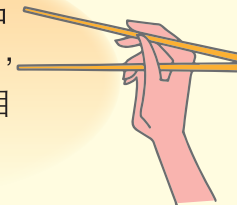


筷子的拿法

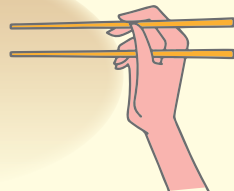
1 把一根筷子夾在大
拇指的內側，用無
名指和小拇指支撐。



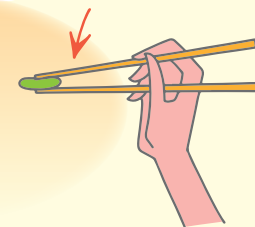
2 用大拇指，食指和中
指夾住另一根筷子，
手法和握筆的手法相
同。



3 將兩根筷子靠近，
合在一起。

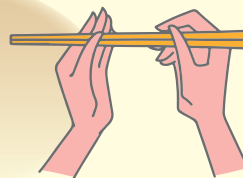


4 開閉筷子尖兒夾起
食物。



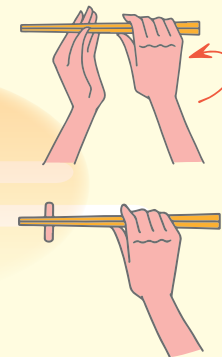
筷子的拿法

拿起筷子時，用右手拿
起筷子中部。
用左手支撐住筷子的下
側，換右手拿筷子。



筷子的放法

放下筷子時，用左手拿
住筷子頭部，換右手拿
住筷子的中部，用右手
放在筷枕上。



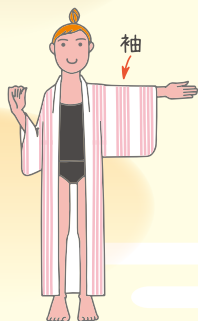
日本的舉止和禮儀



浴衣の着方編

浴衣的穿著方法

- 1 浴衣是入浴後在室內穿的衣服。但是，在溫泉街可以外出。



- 4 先穿上袖子。

- 2 請選擇適合身高的浴衣尺寸。(衣服下擺到腳踝附近的最合適)



- 5 右衣襟在下，左衣襟在上，之後在前面重疊。

- 7 女性在前面打結。男性在前面打結後，將結轉到身後。



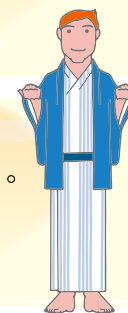
- 3 穿好內衣內褲之後，再穿浴衣。



- 6 腰帶係在腰部，在前面打結。



- 8 寒冷季節會準備“羽織”。將“羽織”加穿在浴衣外面。



更換好浴衣後請確認以下事項。

- 1 注意浴衣的右衣襟是否在左衣襟上面。(在日本，這是為死者穿衣服的做法)



- 2 衣襟領口不要過份敞開。



- 3 下擺不要敞開。

日本的舉止和禮儀

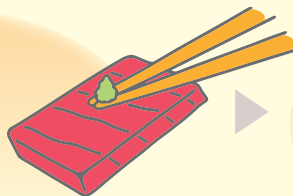


食べ方編

生魚片的食用方法

1 生魚片就是把新鮮的海鮮類切成薄片。

2 將適量的芥末抹在要吃的生魚片上。



3 用筷子夾住生魚片，蘸上適量的小碟子中的醬油。

4 品嚐時，端起小碟子吃。



烤魚的食用方法

1 烤魚就是把用鹽調味後的一整條魚或魚切片在火上烤制。

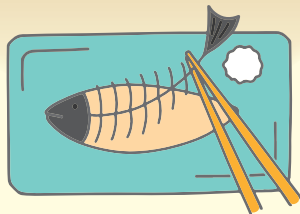
2 夾成一口可以吃掉的大小。



3 配有白蘿蔔泥時，在一口大小的烤魚上放上適量的蘿蔔泥一起品嚐。

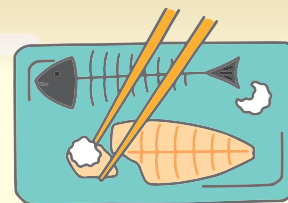
4 從上面魚頭的方向開始向尾部吃。

5 上面的肉吃完後，把中間的魚刺摘掉。



6 把摘掉的魚刺放在碟子的一端。

7 下面也是從魚頭的方向開始向尾部吃。



日本的舉止和禮儀



食べ方編

天婦羅的食用方法

1 天婦羅是用水攪拌好的麵粉裹住蔬菜和海鮮類後，用高溫的油炸制而成。

2 天婦羅配上天婦羅蘸醬汁，鹽和蘿蔔泥。

3 將天婦羅蘸上蘸醬汁或鹽品嚐。

4 蘿蔔泥放在天婦羅蘸醬汁中。加入麵湯，湯汁味道清爽，對消化也有好處。



5 端起醬汁碗，將天婦羅蘸了醬汁後品嚐。



6 或者也可以蘸鹽品嚐

蕎麥沾麵・烏龍沾麵的食用方法

1 烏龍麵是用麵粉製作，蕎麥麵則是把蕎麥粉和麵粉和在一起切成的細麵。

2 麵煮好後，用涼水沖洗，之後裝在鋪著竹簾的器皿中。

3 麵和蘸醬汁一起端上來。

4 配有蔥和芥末等佐料，將其適量放入蘸醬汁中。



5 端起醬汁碗，用筷子夾起一口可以吃掉的量。

6 把麵蘸了醬汁後再放入口中。



7 有麵湯（煮過麵之後的熱湯）時，用麵湯將醬汁沖淡後飲用。蕎麥粉的营养成分有將近一半都溶在煮麵的麵湯裡，因此形成了喝麵湯的習慣。

