

以下は、1982年に『ロンドン暮らしのハンドブック』を創刊以来、婦人会ハンドブック活動の中心メンバーだった森嶋瑤子による読者の皆様へのご挨拶です。このメッセージの想いを引き継ぎ、婦人会有志により活動を続けてきましたが、紙版の発行は2022年に終了いたしました。今回日本クラブ様のご厚意により、ウェブサイトへ公開させていただきます。

公開に先駆け、2024年12月現在のデータに基づき内容を更新しましたが、今後の更新はございません。このPDF版ハンドブックはあくまでも2024年12月現在の情報を記録した歴史的な記録に過ぎず、その内容の一部は将来、既に古い情報となっている可能性があるため、その正確性を保証できません。

従って、実際に行動をされる場合には、必ず公式情報などによって現在の状況を確認され、それに基づいてご自身で判断をされて行動されてください。

特にNHS制度、GP登録方法、処方箋、健診、学校の入学制度や申請方法、学期の仕組み、VFSによるビザ申請、滞在資格証明の取得手順、銀行の利用方法、税制、レート情報、コロナ禍以降の現金非対応店舗などの商習慣、各種届出の期限、大使館の業務などは常時変更されており、英国日本人婦人会および日本クラブは一切責任を負いかねますので、ご自身で必ず慎重な現状確認をお願いいたします。

またハンドブックに記載されている医療機関、学校、電話会社、不動産業者、食料品店、スーパー、オンラインショップ、その他の特定の機関や店舗などは既に存在していない可能性もありますこと、ご了承ください。

加えて、法律アドバイス、医療アドバイス、保険アドバイス、金融アドバイス、税務アドバイスを提供するものではなく、各分野の専門家のアドバイスを受けられることを強く推奨致します。

その旨どうぞご了承いただき、多くの皆様にご参考いただけることを願っております。

～英国日本婦人会ハンドブックチーム一同～

はじめに

たとえ数年間でも生活の本拠をこの国に移して暮らす方に英国日本婦人会のメンバーの経験を役立てて頂ければ、という気持ちがこの小冊子を発刊する動機でした。1982年に手書き原稿のビロックスコピーで始った創刊号以来、5回の大改訂と増刷の際の数多くの小改訂により、目まぐるしく変わる情報やIT技術の目覚ましい進歩におくれないようにと努力を重ねて参りました。2001年の第4回大改訂でパソコン入力に切り替え、同時に表紙のデザインも一新しましたが、生活経験に基づくまめ細かい生活の知恵を盛り込んだ手引き書という点には変わりありません。

情報の量は増す一方ですが、他方では日本語の情報紙読むも種々ありますし、インターネットを使えば、情報は手軽に、かつ自由に得られるようになりました。同時に他では得られないような生活情報がこの小冊子で得られるというのなら、この上ない喜びです。今後もご利用者の皆様からのご批判やご提言を参考にして、訂正や追加を怠らず、より使い易く役立つハンドブックに育てて行きたいと願っています。連絡は下記の婦人会のメールアドレスにお願いします。

日本人在住者の多いロンドンの事情に多くのページを割いていますが、基本的には英国生活の手引き書でありますので、他の地域に在住の方々にも役立てて頂けると幸いです。

なおこのハンドブックに掲載されている商品名、商店名その他は、純粋に皆様の便宜のための情報で、決して広告でも婦人会の推せんでもないことを承知下さい。英国日本婦人会は正式登録された英国チャリティ法に基づくチャリティ団体で、ハンドブック出版は有志の会員によるボランティア活動の一つです。どうか無断でコピーをなさらないで下さい。



英国日本婦人会
The Japanese Women's Association
in Great Britain since 1956

英国日本婦人会
(Charity No. 294386)
jwahandbook@gmail.com

エチケット

エチケット(個人間の社交礼儀)は基本的に、(1)他人に好感を与えること (2)他人に迷惑をかけないこと (3)他人を尊敬すること に要約できる。

日本の礼儀作法がきちんと頭に入っていることはもちろん大切であるが、それと並行して、イギリスの風俗、習慣に従って外国人と交際していくのがよい。

日本では家庭内の行儀作法は厳しく教えるが、イギリスでは公共の場でのエチケットにも重点を置いて、幼いときから Please, Thank you, Excuse me, Sorry を教えていく。レディ・ファーストの欧米の習慣も忘れないようにする。

種々な人種の共存する社会では、人種、政治、宗教を話題にする場合には十分に注意を払うように心がける。

1. 公共の場で

- 必要以上に大声で喋ったり、交通量の多い街路上で長い立ち話をしたりしないようにする。
日本では許容範囲の声のボリュームであっても、英国においては、和食や中華以外のレストランでは声のトーンを落とすことに留意する。
- 路上、車内などで肩が触れたり、ぶつかったり、足を踏んだりしたら、気軽に Sorry と言ってあやまる。
- 何人かと横に並んで歩くと他の歩行者の妨げとなる。
- 年配者、身体の不自由な人、女性への配慮をわすれないようにする。
- すぐに続いて来る人があれば、ドアを支えて、開けて待つ。
- 地下鉄のエスカレーターでは、右側に立ち、急いでいる人に左側を開ける。
- 禁煙法(公共の屋内の場に於いては喫煙禁止)を守り、携帯電話で周りの人に迷惑をかけたり、不快感を与えたりしないようにする。

2. 店で

- 商品をやたらに手で触らない。洋服、皮製品などは、店員に断わって手に取るようにする。
- 買う側も、売る側も、Thank you と一言加えることによって好感が持ち合える。
- 店員は原則として、1人の客の応対が済むまで、次の客の応対をしないので自分の番を待つ。
- 店内を見てまわっているだけの場合には、"(I'm)Just looking(,thank you)."とでも言う。

3. 住居で

- フラットの場合、楽器、ステレオ、お風呂などは、早朝や夜10時過ぎには遠慮する。
- 床の全面にカーペットのない場合には、特に足音が下に響き易いことを忘れないようにする。
- 日曜日は休息日ということで、芝刈り機の騒音、日曜大工などの大きい音で隣近所に迷惑をかけないようにする。電話も急用でない限り、休日や食事時を避けるのが

好ましい。

- 庭の手入れ、ガラス拭きは居住者の責任である。夏の芝刈りは、芝刈り機の騒音が近所の迷惑にならないよう時間帯に気をつける。庭でのたき火はロンドン市内では原則禁止。許可されている場合でも、近所の洗濯物の有無や風向きなどに気を配る。
- 隣近所との付き合いは、緊急の場合を含めて大切なので、引越して来たときに挨拶をしておくといよい。
- 大勢を招くパーティーは、車の駐車や騒音で近所に迷惑をかけないようにする。多人数によるパーティーを開催する場合は事前に隣近所に知らせておくことも大切。夜遅くの騒音は特に要注意。
- ペットの犬の鳴き声も他の住まいに響くことを忘れないようにする。

4. 訪問

- 自分の方から出向く場合は、先方の都合のよい時間を問い合わせてアポイントを取り、時間厳守で訪ねる。ただし約束した時間より前に訪問するのは失礼にあたる。緊急の場合を除いて、社交訪問の時刻は昼食後、夕食前とされており、大体午後4時～6時が適当と思われる。
- 招待状は大体2週間前に受け取るのが普通。**RSVP**と書いてあれば、出席・欠席に関わらず返事を出す。返事はできるだけ速やかに出す。封書、電話、メールそのときの事情を考慮すればよい。緊急な事情で招待に応じられなくなったら出来るだけ早く本人がお断りの連絡をする。
- イギリス人とアポイントを取ったり招待状を出したりするときは、大体2週間以前にすること。1週間位前のときは、**Short notice**で申し訳ない気持ちを伝える。
- 手みやげは簡単なもので良い(例えば 花、チョコレート、クッキー、日本からの小物など)。親しくなったら相手の好みに合わせて選ぶのもよい。ただし親しくならないうちに、やたらにプレゼントをするのはかえって失礼にあたる。
- たとえ小さい用事で短時間訪れる場合でも、あらかじめ相手の都合を聞くこと。
- 客室では洋間は入り口に近い方が下座、その反対が上座と見てよい。
- 会話を豊富にするために普段から心がけておくといよい。同席する人が楽しめるような会話を心がけることが大切である。
- 昨今お礼状はメールや電話でも良いが、**Thank You Card**を送るのも丁寧で好ましい。
- 初対面の時には、女性の方から握手の手を出してもよい。
- コートを着たままで挨拶するのは失礼にならない。むしろ英国では、ちょっと立ち寄った場合に入口でコートを脱ぐと長居したい意向を示すことになる。
- 名前の呼び方は、相手が求めない限り苗字で呼び、様子をみて **First Name**で呼ぶようにする。
- ドレスコード(相応しい服装)がわからない時は、招待先に尋ねると良い。ホワイト・タイ、ブラック・タイ、ラウンジスーツ、スマートカジュアル、カジュアルなどの種類がある。

5. 食事

- テーブルにつく時は、ホストまたはホステスの指示に従って席につく。名札が置いてある場合にはそこに座る。通常、ホストやホステスの右側がメイン・ゲストにあたる。
- 無料の水道水は”Tap water”と呼ぶ。ミネラルウォーターやスパークリングウォーターは通常有料。
- スープ、飲み物は音を立てて飲まないようにする。また口の中に食物が入っている状態で話をしない。
- 喫煙はホステスの指示に従う。食事中は喫煙を控え、同席のお客に迷惑をかけないようにする。
- 全員の食事が揃ったところで食事を始める。しかしホストが「どうぞお始めください。」と言った場合は、臨機応変にする。
- ナイフ、フォークは使う順に従って、左右とも外側から内側に向かって並べられている。使用する場合には内側に向かって順次取っていけば間違いない。
- 円卓の場合、ナプキン通常自分の左側のものを取る。
- パン皿は自分の左側のものを使う。またバターは自分が使う分だけパン皿に取る。
- 美しい陶器の茶碗や皿を出されても、ひっくり返して裏の銘柄を見たりするのはお行儀が悪いとされているのでしないこと。食事の時の話題として食器のことを話すのは良い。
- 会話は、年齢、健康、宗教、政治、金銭上の話題を避ける。
- レストランでは案内人の指示に従って席に着く。
- アフタヌーンティーの場合は、ケーキスタンドの一番下段のサンドイッチから手をつけ、スコーン、ケーキと進んでいく。

6. 結婚式

- 結婚式や披露宴に招かれていないが、お祝いの品物を贈る場合は、披露宴などの済んだ後にお祝いのカードか名刺をつけ、**With best wishes for your happiness** などの簡単な言葉を添えて贈る。
- 何を贈ってよいかわからない時は、相手に直接聞くとよい。贈り物のリストが特定の店にある場合には、その中から選べばよい。
- 新郎新婦の出身のお国柄によっては、数日間も結婚式が開催される場合がある。

7. お葬式

- 習慣が違ふし、宗教もいろいろあるので、誰かに聞いてみると良い。
- 死亡通知状または新聞の死亡欄によって不幸が発表されたら、お悔やみ状を出す。カード屋さんなどで気の利いた「Sympathy card」が売っている。
- お金を包まないこと。
- 花屋や葬儀社からお葬式用の花を贈ることもできる。
- 故人の遺言で、花はお断りするが、花代をどこかに寄付して欲しいと寄付先を指定している場合もある。
- しばらくしてから、故人のメモリアルサービスがある場合には出席することもできる。
- 服装は黒である必要はないが、あまり華美でないものが望ましい。

8. 子どもに関する事項

- 12歳未満の子供を一人にしておくのは、何か事件・事故があった場合に児童虐待とみなされ、親が罪に問われる可能性がある。車に子供だけを残すこともできない。学校の登下校や習い事にいく時などにも保護者の付き添いが必要。
- 子どもと大人の生活は分けられているので、大人の集まりには子どもを連れて行かない。また大人と一緒にいる場合には、大人の会話にあまり口を挟ませないようにする。
- 子どもが友人の誕生日パーティーに招かれたら、お祝いメッセージのカードとプレゼントを持たせる。子どもが友人の好みを知っていれば、希望に添う物を用意する。分からない時には適当なものを選ぶが、派手にならないようにする。パーティーは自宅で行われることもあるが、最近は遊興施設でのパーティープランを利用する家庭も多い。(アクティビティーと食事タイムをあわせて約2時間程度のパーティー)
誕生日パーティーのホストをする場合は、開催日と場所を決めて、その2～3週間前に参加してほしい人に招待状を渡す。その時に子供たちの食事アレルギーの有無や食べられないもの(宗教上、及び菜食主義かどうかなど)も聞き、緊急時の連絡先なども確認しておく。パーティー当日は、アクティビティーと軽食スナック、誕生日ケーキを用意。パーティーの最後には、「パーティーバッグ」(小袋に、小分けのお菓子や小さな玩具などを入れた持ち帰り用のお土産)を参加者に渡す。後日、参加者に **Thank you** カードを送る。
- 放課後や週末など、子供たち同士を一緒に遊ばせることを **Playdate**、友達の家泊りで遊びに行くことを **Sleepover** という。子どもを引き取る時間 (**Collect time**) を、事前にしっかりと知らせておくことは大切である。自宅に招かれたら、後日招き返すことも礼儀。

9. チップ

最近はサービス料込みのレストラン等が増えて、チップの習慣も大分変わってきたが、それでも頭を悩ますことのひとつである。

特別に何かをしてもらった場合は別だが、一般的な目安として、

- タクシー／床屋・美容院：料金の 10～15%
- レストラン(サービス料の入っていない時)：料金の 10～15%
- ちょっとした用事(ホテルのボーイ・クロークルームなど)：£1
- 大きい家具や荷物を届けて来た時：£1～2

クリスマスの時には、**porter** や **concierge** (flat[マンション]の受付・警備員)、**caretaker** (flat の管理人)、家政婦、ゴミ収集人、**postman** (郵便配達) などにわたすとよい。

金額は地域によって異なるので、近所の人に聞いてみると良い。世話になっている状態にもよるが、£5 というところか。(porter や家政婦にはもう少し多く£10～)