

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をお願いします。

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

郵便

1. 郵便局 Post Office www.postoffice.co.uk

郵便局は2種あって、Main Post Office(本局)と Sub Post Office(日本の特定郵便局に当たるもの。大体、文具店や News Agent のような商店の一部にある)
赤地に黄色の字で書かれたサインが出ている。

営業時間：平日 9:00~17:30 土 13:00 まで。

場所によっては、夜 8 時まで営業していたり、日曜日も営業している。

2. 郵便局のサービス Royal Mail www.royalmail.com

郵便局には、いろいろなサービスを説明するパンフレット類が置いてある。(無料)
業務は多岐にわたり、郵便物の取扱い、郵便貯金、電話料金の支払い、車の税金の支払い、運転免許申請書(DVLA-D1)の取扱い、年金・Child benefit(児童福祉手当)の受取りの他、両替や海外送金も取り扱う。最近では Amazon の返品窓口も行っている。
Sub Post Office が取り扱わないサービスもあるので最寄りの郵便局で確かめるとよい。
郵便物の配達：原則一日1回(地域によっては配達日を間引いているので要注意。)

月曜日～土曜日

3. 郵便料金

通常、毎年3月末頃に郵便料金の改正があるので注意する。(2024 年はインフレの影響から 3 月、10 月と 2 回改正)

Royal Mail のウェブサイトや Postage Prices のリーフレット(国内／海外)を参照。

郵便料金 2024 年 10 月 7 日より

www.royalmail.com/sites/royalmail.com/files/2024-09/our-prices-october-2024-v1-ta.pdf

尚、郵便料金の移行に関し、以下の慣例があるので留意するとよい。

- ・ 英国では通常の切手には価格が表示されていないため、郵便料金が値上がりした後であっても、値上がり前に購入した切手はそのまま 1st クラスや 2nd クラスとして使用が可能。
- ・ 2024年のように年度内にたびたび値上がりすることもあるので、ニュース等に注意を傾けて、新価格への移行日を確認する。

【英国内郵便の定義】

1st Class	速達郵便	翌営業日を目指して配達
2nd Class	普通郵便	営業日 2～3 日以内を目指して配達

※切手に料金数字でなく、1st あるいは 2nd と印刷されている切手は、郵便料金が変わっても現行クラスの価格の切手として国内便、海外便問わず使用できる。

※6枚入り、12枚入りの切手シートはニュースエージェント、スーパー等でも購入可能。

※1st 及び 2nd 郵便で破損や紛失の場合、£20 までの補償を受けられる場合があるので、郵便局に尋ねてみると良い。ただし、補償を受けられるのは差出人なので要注意。

【英国内（書留）（書留速達）】

www.royalmail.com/sending/uk/special-delivery-guaranteed-9am

受取人のサインが必要。

Signed For 1st Class, 2nd Class(書留)

Letter は通常郵便料金+£1.70(追跡調査 with tracking ができる。)内容物に対して£20 までの弁償がある。

Special Delivery Guaranteed(書留・速達)

パスポート等の重要書類・貴重品の送付等に利用。

- Special Delivery Guaranteed by 9am 翌日の午前9時までに必着保証。
- Special Delivery Guaranteed by 9am with Saturday Guarantee 翌日が土曜日であっても午前9時までに必着保証。
- Special Delivery Guaranteed by 1pm 翌日午後1時までに必着保証。
- Special Delivery Guaranteed by 1pm with Saturday Guarantee 翌日が土曜日であっても午後1時までに必着保証。

※Signed For 1st Class, 2nd Class, Special Delivery Guaranteed でも遅配・破損・紛失の場合、補償を受けられる場合があるので、郵便局で問合せてみると良い。ただし、補償を受けられるのは差出人。

【海外航空便 書留・速達】

www.royalmail.com/sending/international

International Tracked (国際速達便) 55 以上の国と地域に対応

Royal Mail のウェブサイトを使って、配達されたかどうかを確認できる。

International Tracked & Signed (国際速達書留) 70 以上の国と地域に対応

International Signed (国際書留) 155以上の国と地域に対応

- ※£50 まで弁償があり、追加料金で最高£250 までの弁償額を受け取ることができる。
- ※£250 以上の貴重品を送付する場合、追加料金を支払い保険をかけることができる。
- ※郵便局以外にもプライベートの運送会社によるクーリエ・サービスが色々ある。

国際便／ヨーロッパ内便／英国内便には、各種の Guaranteed Delivery がある。弁償額については、送付先により異なる。弁償されない品目(骨董、宝石等)も明記されているので、パンフレット・上記のウェブサイトを参照するか郵便局で問い合わせる。

【海外割安便】(船便)

International Economy

配達に時間がかかっても構わない重い荷物の発送に適用。

【国際郵便】 2024 年 10 月 7 日より

www.royalmail.com/sites/royalmail.com/files/2024-09/our-prices-october-2024-v1-ta.pdf

4. 印刷物 Printed Papers (国際便)

書物、パンフレット、新聞などの印刷物の郵送には、Printed Papers と表記する。

書籍・印刷物は 5kg まで。

1 辺 60cm 以下で、縦・横・高さの 3 辺の合計が 90cm まで。

筒状の場合、長さ 90cm 以下で、直径の 2 倍+長さの合計が 104cm まで。

5. 小型包装物 Small Packet (国際便・2kg 以下)

2kg 以下の小包は Small Packet と表記し、白色の税関申告用紙を貼付して Airmail で郵送する。小包より割安。包装は開封の必要無し。中身に関連したカード程度は同封してもよい。サイズは1辺 60cm 以下で、縦・横・高さの 3 辺の合計が 90cm まで。

6. 小包 **Parcels** (国際便・2kg 以上) www.parcelforce.com

2kg 以上の小包は Parcel Force Worldwide の扱いとなる。税関書類2通を記入する。容量に限度があって、形によって違うが、重量は 30kg まで、長さは 1.5m まで。

(長さ) + (一番太い胴回り) が 3m を越えないこと。

小包は郵便局の窓口のみにて取り扱いの場合と、Parcel Force Worldwide 各地区の支店(Local Depot)にて受付・集荷が可能な場合がある。

World Wide

書留速達、税関不要の郵便物

<料金内で£200 まで弁償>

Express9(翌日 9:00am までに配達)£39.90(2kg)～、Express10 は£29.82～、ExpressAM は£19.74～、Express24 は£16.68～

<料金内で£100 まで弁償>

Express48 は£12.12(2kg)～、Express48 Large Letter は£31.80～

7. 転送・一時保管サービス(有料) 2021年1月1日より

www.royalmail.com/personal/receiving-mail/redirection

転居の前には、郵便局で転送依頼用紙を受取り、必要事項を記入して、郵便局の Delivery Office に転送届けを提出する(ウェブサイトからも手続きできる)。

UK Redirection 同一名字 Surname に付き英国内転送サービス£33.99～

International Redirection 同一名字 Surname に付き海外転送サービス£120.99～

手続き完了に5日間ほどかかる。3ヶ月前より申請可能。料金は、リーフレット参照。英国内および海外への転送の契約は、3ヶ月まで、3ヶ月以上6ヶ月まで、6ヶ月以上1年までと選択でき、料金さえ支払えば何度でも更新できる。

郵便物のサイズに制限有り(海外)

Keepsafe 一時保管サービス

www.royalmail.com/personal/receiving-mail/keepsafe

長い休暇で出かけたりする時、留守中に配達される郵便物を保管、指定した日に配達する。10日まで£16.00、17日まで£18.50、24日まで£23.00、31日まで£28.50、66日まで£53.00、100日まで(最長)£82.00

1世帯に付きの料金なので該当者の名前全部を記入。

8. 送付用小切手 **Postal Order** (国内外)

英国では日本のような現金書留のサービスはなく、現金を郵便で送ることはできない。郵送する場合には、小切手や郵便局が発行する Postal Order(日本の郵便小為替にあたるもの)を送付する。あるいは、銀行口座間のオンラインによる送金が一般的である。

9. 記念切手

一年に大体8回発行。年初に、その年に発行予定の記念切手リーフレットが出る。クリスマスの記念切手は11月中旬発売。切手の他に First Day Cover、絵はがき、切手のデザインの由来などの説明入りの美しいパックもある(Presentation Pack)。

10. 手紙に関する注意など

英国では、まだまだ手紙が必要な場合が多いので、下記の点に留意すること。

電話で一応話がつかっても、時と場合によっては Confirmation 確認のメールや手紙を

出すことが大切。相手側に **Confirmation** を要求することは失礼にはあたらない。

- a) 英国では葉書を使うことは少ない。**Holiday** に行った時に、絵はがきを送る時くらいのもの。通常私信は封書にする。
- b) 英国人は封筒をすぐに捨ててしまう。手紙を書く時は、差出人の姓名、住所、日付(年月日)を必ず便箋に書いておくこと。会社宛てに出す時は、特に気を付けないと、セクレタリーが封筒を捨ててしまい、返事をもらえないことがある。
- c) 切手は右上の隅に貼る。差出人名は必ず裏に書き、Return only を付記する。
- d) 英国の郵便番号(**Postcode**)は最大 5-7 ケタの英文字と数字の組み合わせ。
(郵便番号エリア+郵便地区)(郵便部門+配信ポイント)を表している。
フラットやマンションなどの集合住宅では同じ **Postcode** になるので誤配達の可能性もあり、開封前には必ず宛名先を確認する。**Postcode** が宛先に明記されていないと配達不可だったり配達遅延もある。最近では住所を訊かれる際に、オンラインシステムに同じ **Postcode** 使用の候補住所が事前に登録されているので、最初に **Postcode** を聞かれることが普通になって来た。住所が決まれば家族全員が **Postcode** を覚えるようにすると良い。
Postcode の問合せ:www.royalmail.com/find-a-postcode
- e) 返事を必要とする手紙には、サインの下に名前を活字体で、**Mr**、**Mrs**、**Miss** など書き添えて書いておく方が良い。
英国では **Mr**、**Mrs**、**Miss**、**Ms** などの後ろにピリオド(.)を打たないのが通例。
- f) 電話で交渉するよりも文通で双方の手紙(日付入り)を残しておいた方が有利な場合があるので、(例えば事故に遭った時や、物を注文する時など)、手紙を書くことを面倒がらぬようにする。またお礼も電話より、**Thank you letter** の礼状の方が礼儀正しい。英文手紙の本は、**The Complete Letter Writer** (**Foulsham** 社)など。
- g) 郵便物が破損されて配達された際は、包装紙、包装箱も破損物と共に証拠物として必要なので取って置く。(書留郵送で損失が弁償される場合のみ)
書留で郵送した郵便物の配達を確認するには、書留レシートに記載された **Tracking Number** を入力して確認する。
www.royalmail.com/track-trace
- h) 郵便物が間違って配達されたら、**Delivered to wrong address** と書き投函。
- i) 以前の住人の郵便物には **Recipient no longer at this address** と書き投函。
- j) 引っ越し前には、郵便局へ転送届けを出すのを忘れないようにする。
- k) 郵便物に切手がはられていなかったり、郵送料金が不足だった場合、宛名先の受取人に赤い縁の「**Fee to Pay**」というカードが配達される。指定されたカスタマーサービスポイントに受取人本人が **ID**(身分証明書になるもの＝パスポート、免許証など)とこのカードをもって行き、現金でチャージ分を支払わないと郵便物は受取れない。
現在はオンラインでも支払い可能で支払い後に再配達してもらえる。
また、海外からの郵便物の受け取りで、**HM Revenue&Custom**(歳入税関庁)から関税を払う必要があると判断された場合は、グレーの縁の「**Fee to pay**」のカードが配達される。こちらも上記同様カスタマーサービスポイントに出向いて関税を支払って受取るか、オンラインでチャージ分を支払い後に再配達してもらえる。
預かり郵便物の保管は 18 日間(関税の場合は 21 日間)までで、それまでに支払いがない場合、投函元に返却される。
www.royalmail.com/personal/receiving-mail/pay-a-fee