



## 年末年始を安全・安心に過ごすために ～トラブル防止のためのポイント～



### 1. 飲酒に関するトラブルを防ぐ

- ・過度な飲酒は控えましょう。飲み過ぎはケンカや体調不良、思わぬ事故の原因になります。
- ・未成年者の飲酒は禁止されています。日本の法律を必ず守りましょう。
- ・飲みの席では、相手を不快にさせるほどの酔い方は避けましょう。

### 2. 大勢で集まる際のマナー

- ・年末年始は仲間同士で集まる機会が増えますが、大声で騒いだり、深夜まで大音量で音楽をかけたりして近隣に迷惑をかけないようにしましょう。

### 3. 在留カードの紛失防止

- ・在留カードは、皆さんの大切な身分証明です。紛失しないよう、特に外出時は気を付けましょう。

### 4. 交通事故を防ぐ

- ・自転車/バイク/車で飲酒運転は絶対にしないでください。重い罰則や在留資格取消につながります。
- ・冬期は路面凍結に注意し、自転車や自動車の運転時はスピードを抑えて安全運転を心掛けてください。

### 5. 火災防止に気をつける

- ・ストーブやコンロなどの火器は使用后必ず消し、就寝前に火元確認を徹底しましょう。
- ・暖房器具の周りに燃えやすいものを置かないでください。
- ・外出時には必ずすべての火が消えているか確認しましょう。

### 6. 金銭トラブルを避ける

- ・知らない人からの借金や高額な買い物の勧誘には注意してください。
- ・ATMやクレジットカードを扱う際は暗証番号を他人に教えないようにしましょう。
- ・闇金や不正な業者への接触は避け、困った時は会社担当者や信頼できる人へ連絡してください。

### 7. 体調管理を大切に

- ・年末年始は生活リズムが乱れやすく、暴飲暴食になりがちです。バランスの取れた食事と十分な睡眠を心掛けてください。
- ・体調不良を感じたら早めに休養し、必要に応じて病院を受診しましょう。
- ・流行中の感染症や風邪に注意し、手洗い・うがい・マスク着用など予防策を忘れずに行いましょう。

**年末年始を安全・快適に過ごし、  
新しい年を気持ちよくスタートしましょう。**



## Untuk Melewati Akhir Tahun dan Awal Tahun Baru dengan Aman dan Nyaman ~Poin-Poin Penting untuk Mencegah Masalah~

### Mencegah Masalah Terkait Minum Alkohol

- Hindari minum alkohol berlebihan. Minum terlalu banyak dapat menyebabkan pertengkaran, gangguan kesehatan, serta kecelakaan tak terduga.
- Dilarang minum alkohol jika belum cukup umur. Selalu patuhi hukum Jepang.
- Saat minum bersama, jangan sampai mabuk sehingga membuat orang lain tidak nyaman.

### Ketika Saat Berkumpul dalam Kelompok Besar

- Menjelang akhir tahun dan awal tahun baru, kesempatan berkumpul meningkat. Jangan berteriak keras atau memutar musik dengan volume tinggi hingga larut malam yang dapat mengganggu tetangga.

### Mencegah Kehilangan Kartu Izin Tinggal

- Kartu Izin Tinggal adalah identitas penting Anda. Pastikan agar tidak hilang, terutama saat Anda keluar rumah.

### Mencegah Kecelakaan Lalu Lintas

- Jangan pernah mengendarai sepeda/motor/mobil setelah minum alkohol. Pelanggaran ini dapat dikenai sanksi berat hingga pencabutan izin tinggal.
- Di musim dingin, berhati-hati terhadap jalan yang beku dan licin. Kurangi kecepatan saat mengendarai sepeda atau mobil, dan utamakan keselamatan.

### Berhati-Hati untuk Mencegah Kebakaran

- Setelah menggunakan kompor atau alat pemanas, selalu matikan dan periksa sumber api sebelum tidur.
- Jangan menaruh benda mudah terbakar di dekat alat pemanas.
- Sebelum keluar rumah, pastikan semua sumber api telah dipadamkan.

### Menghindari Masalah Keuangan

- Waspadalah terhadap tawaran pinjaman dari orang yang tidak dikenal atau ajakan membeli barang mahal.
- Saat menggunakan ATM atau kartu kredit, jangan berikan PIN kepada orang lain.
- Hindari rentenir atau pihak ilegal lainnya. Jika ada masalah, hubungi penanggung jawab di perusahaan atau orang yang dapat dipercaya.

### Pentingnya Menjaga Kesehatan

- Pada akhir tahun dan awal tahun baru, pola hidup seringkali terganggu dan rentan terhadap makan-minum berlebihan. Usahakan mengonsumsi makanan seimbang dan tidur yang cukup.
- Jika merasa tidak enak badan, segera istirahat dan berobatlah jika diperlukan.
- Waspadai penyakit menular dan flu; jangan lupa cuci tangan, berkumur, dan pakai masker.

Lewati akhir dan awal tahun dengan aman dan nyaman,  
dan sambut tahun baru dengan perasaan yang segar!

