

電子報一 - 食在東京

選擇來日本交換的同學，大概多少對日本的飲食文化有點興趣。東京堪稱美食之都，聚集世界各式料理，和式、洋式為大宗，若想念家鄉味時甚至連台菜也不難找（珍奶什麼的不用說，日本人自己都排爆）。連不怎麼吃生魚片等海產的我，也能享受東京的各種美食。餐廳等級從米其林推薦到街邊屋台一應俱全，端看你的預算喜好。喜愛品嚐美食的你，來到東京千萬別錯過機會大飽口福。以下將介紹初來乍到時常有的用餐問題，並將於下篇電子報分享本人常去的幾家口袋名單，僅供參考。

語言問題

日本的連鎖餐廳如吉野家，多數都提供多國語言菜單，對外國旅客還算是友善。而位於早大附近的餐廳，為因應數量龐大的外國學生，幾乎都有英文菜單，與店員以英語溝通也不成問題。不過若是在非觀光區或巷子裡（很多厲害的都是這種），可就要有外語不通的心理準備。日文苦手的同學，一進店裡可別被一長串問候嚇傻，這時候就發揮你比手畫腳的功力吧。其實菜單看不懂事小，很多店家有自己講究的規矩、甚至是潛規則，初次到訪可以讀個空氣多注意。

素食

日本對素食者是出了名的不友善，常能聽到吃素的外國朋友抱怨到餐廳找不到素食，只能開伙自己解決。不過近年來幾家連鎖餐廳有開始引進素食料理，如 CoCo 壱番屋及學校附近的天井てんや。便利商店也有全素可食的御飯糰或其他熟食可選擇。當然還是要留意因日本對素食的定義與台灣稍有不同，有些標榜素食的料理，醬汁或隨附的小菜裡可能仍有海鮮等成分。

關鍵字：ビーガン（全素）、ベジタリアン（類似於奶蛋素）

服務費

日本的餐廳多數不收服務費，亦沒有如歐美國家的小費文化。因此除較高級的餐廳 / 酒館以外，通常結帳需支付的就是菜單上標註的價格（注意是否含稅！目前日本消費稅率為 8%，將於 2019 年底調整為 10%。是說在此之前已經延後調漲兩次了，這次是否會如期調漲讓我們繼續看下去）。另外，於居酒屋消費時大多會被強制收一筆お通し代，通常在 500 円以下，就當是服務費吧。

禁菸

為了 2020 東京奧運的國家形象，日本是拚了命的在修法、修古蹟。其中限制吸菸的相關條例也在最近通過，餐廳、旅館等場所預計在 2020 年 4 月前全面實施禁菸，當然另外設置的吸菸區屬於例外。